

ΖΩΝΗ ΕΦΙΔΡΩΣΗΣ VELFORM SAUNA REDUCER
ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΕΩΣ

ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΚΑΙ ΚΡΑΤΗΣΤΕ ΓΙΑ ΜΕΛΜΟΝΤΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ:

Μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη διπλωμένη. Μην την τρυπάτε και μην εισάγετε καρφίτσες ή άλλα αιχμηρά αντικείμενα. Να μη χρησιμοποιείται όταν είναι βρεγμένη. Να μη χρησιμοποιείται από άτομα ανήμπορα, βρέφη, παιδιά ή από άτομα χωρίς την αίσθηση της θερμότητας. Να μη χρησιμοποιείται σε πρόσφατα χειρουργημένα σημεία στο σώμα. Παρατεταμένη χρήση στη μέγιστη θερμοκρασία μπορεί να επιφέρει εγκαύματα. Μην κοιμηθείτε όταν χρησιμοποιείτε τη ζώνη.

Αν κατά την παραλαβή παρατηρήσετε φθορές στο καλώδιο τροφοδοσίας ή στις λοιπές συνδέσεις, να επιστρέψετε το προϊόν. Αν το καλώδιο τροφοδοσίας καταστραφεί πρέπει να αντικατασταθεί από τον κατασκευαστή ή τον αρμόδιο του τμήματος επισκευών ή από παρόμοιο ειδικευμένο πρόσωπο, με σκοπό να αποφευχθεί κίνδυνος.

Όταν δεν χρησιμοποιείτε τη ζώνη μην την αφήνετε ή την αποθηκεύετε σε μέρος όπου μπορεί να πέσει σε νερό ή σε άλλα υγρά όπως κοντά στην μπανιέρα ή στο νεροχύτη. Για να αποφύγετε κίνδυνο φωτιάς, εγκαυμάτων, ηλεκτροπληξίας ή άλλης βλάβης, μην αφήνετε τη ζώνη σε λειτουργία ή στην πρίζα όταν δεν τη χρησιμοποιείτε.

Η συσκευή δεν είναι κατάλληλη για χρήση σε περιβάλλον με υγρασία.

Αποφύγετε να τσαλακώνετε ή να τσακίζετε τη ζώνη. Εξετάζετε συχνά τη ζώνη για σημάδια φθοράς ή ζημιάς.

Η παρούσα συσκευή δεν έχει σχεδιαστεί για νοσοκομειακή χρήση.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

- Η τάση του ρεύματος τροφοδοσίας θα πρέπει να είναι η ίδια με εκείνη η οποία αναγράφεται στις τεχνικές προδιαγραφές που υπάρχουν στο παρόν φυλλάδιο οδηγιών.
- **Μη διπλώνετε και μην τσακίζετε τη ζώνη όταν τη χρησιμοποιείτε ή την αποθηκεύετε.**
- Μη χρησιμοποιείτε καρφίτσες, βελόνες ή άλλα αιχμηρά μεταλλικά αντικείμενα όταν χρησιμοποιείτε τη Velform Sauna Reducer.
- Μην καλύπτετε τη ζώνη με οποιοδήποτε αντικείμενο που δεν συνιστάται στις παρούσες οδηγίες.
- Μην πλένετε τη ζώνη.
- Μη στεγνώνετε τη ζώνη σε ηλεκτρικό στεγνωτήριο.
- Μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη όταν βρίσκεστε υπό την επήρεια αλκοόλ, υπνωτικών χαπιών ή ηρεμιστικών.
- Η Velform Sauna Reducer δεν πρέπει να χρησιμοποιείται από παιδιά ή από πρόσωπα τα οποία είναι ασθενή.
- Η παρατεταμένη χρήση της ζώνης στη μέγιστη ισχύ της από πρόσωπα των οποίων το δέρμα είναι εξαιρετικά ευαίσθητο στη ζέση μπορεί να προκαλέσει αντιδράσεις του δέρματος, όπως φουσκάλες και εγκαύματα. Χρησιμοποιείτε τη ζώνη με προσοχή.
- Αποσυνδέστε τη ζώνη αν αισθάνεστε νυσταγμένοι και προτού κοιμηθείτε.
- Χρησιμοποιείτε μόνο το ρυθμιστή θερμοκρασίας ο οποίος παρέχεται με τη ζώνη.
- Μην αντικαθιστάτε τμήματα της ζώνης με άλλα που ανήκουν σε άλλες συσκευές.
- Η παρούσα συσκευή δεν έχει σχεδιαστεί για νοσοκομειακή χρήση.
- Κρατήστε τη συσκευή μακριά από το νερό, δεδομένου ότι τα ηλεκτρικά της εξαρτήματα εξακολουθούν να βρίσκονται υπό τάση ακόμη και όταν είναι κλειστή.
- Μην αφήνετε και μην αποθηκεύετε τη ζώνη σε μέρη από όπου θα μπορούσε να πέσει στο νερό ή σε άλλα υγρά, όπως κοντά στην μπανιέρα ή στο νεροχύτη.
- Για να αποφύγετε τον κίνδυνο φωτιάς, εγκαυμάτων, ηλεκτροπληξίας ή πρόκλησης άλλων ζημιών σε πρόσωπα, μην αφήνετε την Velform Sauna Reducer σε λειτουργία ή στην πρίζα όταν δεν τη χρησιμοποιείτε.
- Κρατήστε τη ζώνη μακριά από παιδιά.
- Χρησιμοποιείτε μόνο τα εξαρτήματα που συνιστώνται από τον κατασκευαστή και ακολουθείτε πάντοτε τις παρούσες οδηγίες.
- Χρησιμοποιείτε τη ζώνη μόνο στα σημεία εκείνα του σώματος που προσδιορίζονται στις παρούσες οδηγίες. Η αντικανονική χρήση μπορεί να προκαλέσει ζημιές τόσο στη συσκευή όσο και / ή στο δέρμα σας.
- Μη χρησιμοποιείτε ποτέ τη συσκευή με το ένα πλαστικό τμήμα πάνω στο άλλο, διότι αυτό υπάρχει κίνδυνος να προκαλέσει εγκαύματα. Χρησιμοποιείτε πάντοτε τα τμήματα από velcro για να στερεώσετε πάνω σας τη ζώνη.
- Μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη σε ζώα.

ΠΡΟΣΟΧΗ

1. Συμβουλευτείτε το γιατρό σας προτού να χρησιμοποιήσετε την Velform Sauna Reducer αν έχετε προβλήματα υγείας ή αν έχετε οποιοσδήποτε άλλες απορίες για την υγεία σας.
2. Μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη στο μπάνιο.
3. Μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη αν το καλώδιο τροφοδοσίας ή οι λοιπές συνδέσεις έχουν υποστεί ζημιές, εάν δεν λειτουργεί κανονικά, αν σας έχει πέσει, αν έχει σπάσει ή αν έχει πέσει στο νερό.
4. Μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη όταν αισθάνεστε νύστα.
5. Μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη αν είστε σε κατάσταση εγκυμοσύνης ή κατά τη διάρκεια της περιόδου.
6. Τα άτομα με ευαίσθητο δέρμα συνιστάται να μη χρησιμοποιούν τη ζώνη στη μέγιστη θερμοκρασία.

Η εταιρεία δεν ευθύνεται για την πρόκληση οποιασδήποτε βλάβης σε πρόσωπα, ζώα ή αντικείμενα, οφειλόμενης στη μη συμμόρφωση ή τη μη τήρηση των ανωτέρω προειδοποιήσεων.

ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΚΑΙ ΣΥΣΤΑΣΕΙΣ

Υπάρχουν πολλοί μποξέρ, αναβάτες, ταυρομάχοι, ποδοσφαιριστές και άλλοι αθλητές οι οποίοι χρησιμοποιούν τη ζεστή σάουνα για πολλά χρόνια. Η Velform Sauna Reducer προσφέρει πολλά από τα πλεονεκτήματα της παραδοσιακής ζεστής σάουνας, έχει όμως ένα μεγάλο πλεονέκτημα: Μπορείτε να απολαμβάνετε τη ζεστή σάουνα στην άνεση του σπιτιού σας! Επιπλέον, μπορείτε να εστιάζετε τη ζεστή σάουνα στα μέρη του σώματός σας που τη χρειάζονται περισσότερο. Η φορητή αυτή σάουνα είναι ιδανική για την κοιλιά, τη μέση, την πλάτη και τους γοφούς. Είναι σημαντικό να χρησιμοποιείτε τη ζώνη σε θερμοκρασία δωματίου και να μη χρησιμοποιείτε κλιματιστικό μηχάνημα προσπαθώντας να αυξήσετε την αποτελεσματικότητά της. Με αυτό τον τρόπο, το σώμα σας δεν θα αισθάνεται τα αποτελέσματα των απότομων αλλαγών θερμοκρασίας.

Προτού τοποθετήσετε τη ζώνη πάνω στο σώμα σας, βεβαιωθείτε ότι βρίσκεστε σε μια άνετη στάση, είτε ξαπλωμένοι είτε όρθιοι. Εν τούτοις, μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη αν είστε ξαπλωμένοι μπρούμυτα πάνω στο στομάχι σας ή αν είστε καθιστοί, γιατί αυτές οι στάσεις είναι πιθανόν να προκαλέσουν προβλήματα στο ηλεκτρικό κύκλωμα της συσκευής. Γενικά πρέπει να προσέχετε να μην τσακίζει η ζώνη.

Μη χρησιμοποιείτε οποιοδήποτε είδος δερματικής κρέμας ή κάποιο ανάλογο προϊόν όταν χρησιμοποιείτε τη ζώνη, δεδομένου ότι οι πόροι του δέρματος ανοίγουν εντελώς και η κρέμα του δέρματος θα μπορούσε να προκαλέσει αλλεργική αντίδραση.

Συνιστάται να πίνετε ζεστά ροφήματα, όπως γάλα, τσάι ή καφέ όταν χρησιμοποιείτε τη ζώνη. Μην πίνετε κρύα ποτά.

Μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη αμέσως μετά τα γεύματα. Αφήστε να περάσουν τουλάχιστον δύο ώρες αφού φάτε.

Για να έχετε καλύτερα αποτελέσματα χρησιμοποιείτε τη ζώνη επί 50 λεπτά κάθε φορά στην ίδια περιοχή εφαρμογής (π.χ. γοφοί, μέση, κοιλιά κλπ). **Μην υπερβαίνετε τα 50 λεπτά κάθε φορά στην ίδια περιοχή εφαρμογής.** Η λειτουργία της ζώνης διακόπτεται αυτόματα μετά την πάροδο 50 λεπτών. Μη χρησιμοποιείτε τη ζώνη για περιόδους μεγαλύτερες των 45 συνεχόμενων ημερών. Αν επιθυμείτε να εξακολουθήσετε να χρησιμοποιείτε τη ζώνη μετά την πάροδο 45 ημερών, περιμένετε μία εβδομάδα προτού να τη χρησιμοποιήσετε και πάλι.

ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ

1. Δέστε τη ζώνη γύρω από το μέρος του σώματος που έχετε επιλέξει (κοιλιά, μέση ή ισχία) χρησιμοποιώντας τα τμήματα από velcro. Η ζώνη θα πρέπει να περιβάλλει εντελώς το σώμα χωρίς να ζαρώνει, να διπλώνει ή να τσακίζει. Μη δένετε τη ζώνη πολύ σφιχτά για να επιτύχετε το αποτέλεσμα της σάουνας.
2. Ελέγξτε ότι η τάση της ηλεκτρικής παροχής είναι η ίδια με την αναγραφόμενη πάνω στο βύσμα προτού το συνδέσετε.
3. Βεβαιωθείτε ότι ο ρυθμιστής της θερμοκρασίας βρίσκεται στη θέση OFF.
4. Συνδέστε το καλώδιο τροφοδοσίας με την ηλεκτρική παροχή.
5. Στρέψτε το κουμπί του ρυθμιστή θερμοκρασίας στη μέγιστη θερμοκρασία ούτως ώστε η συσκευή να ζεσταθεί γρήγορα. **ΠΡΟΣΟΧΗ μετά από πέντε λεπτά χαμηλώστε και ρυθμίστε στην επιθυμητή θερμοκρασία.**
6. Μετά το τέλος της χρήσης, σκουπίστε τον ιδρώτα με μια πετσέτα και περιμένετε 15 έως 20 λεπτά προτού κάνετε ντους ή μπάνιο, γευματίσετε ή πείτε κρύα ποτά. Μην σας ανησυχίσει αν το δέρμα σας έχει κοκκινίσει. Αυτή η αντίδραση οφείλεται στη σταθερή θερμοκρασία στην οποία έχει εκτεθεί και θα εξαφανιστεί ύστερα από λίγες ώρες.

ΠΡΟΣΟΧΗ

Na φοράτε τη ζώνη **χαλαρά** (όχι πολύ σφιχτά) κατά τρόπο που να σας επιτρέπει να ελέγχετε κάθε 10 λεπτά αν το δέρμα σας έχει κοκκινίσει. Αν το δέρμα σας κοκκινίσει, μειώστε τη θερμοκρασία για να αποφύγετε πιθανούς τραυματισμούς του δέρματος.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Αν κατά λάθος τραβήξετε και βγάλετε το περιστροφικό κουμπί που ελέγχει το ρυθμιστή θερμοκρασίας μπορείτε να το ξανατοποθετήσετε εύκολα, γιατί έχει εγκοπή και μπαίνει μόνο στη σωστή θέση.

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ

Όταν έχει τελειώσει ο χρόνος εφαρμογής, βγάλτε τη ζώνη και απλώστε τη πάνω σε μια επίπεδη επιφάνεια μέχρι να κρυσώσει. Κατόπιν καθαρίστε τη με ένα υγρό ύφασμα και στεγνώστε τη. Αποθηκεύστε τη σε μέρος χωρίς υγρασία.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Τα αποτελέσματα επιτυγχάνονται με τη θερμότητα που αναπτύσσεται τοπικά. Κάθε άνθρωπος ιδρώνει ανάλογα με τον τύπο του δέρματός του.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ

Κωδικός προϊόντος : VCSVFCIND0189

Τάση λειτουργίας: 220-240V AC / 50Hz.

Ισχύς: 40W Max.

Χρόνος αυτόματης διακοπής λειτουργίας: Περίπου 50 λεπτά.

Θερμοκρασία: 55°C +/-8.25°C (ρυθμιζόμενη)

ΤΡΟΠΟΣ ΑΠΟΡΡΙΨΗΣ



Μην απορρίπτετε το προϊόν στον κάδο οικιακών απορριμμάτων. Οι ηλεκτρικές και ηλεκτρονικές συσκευές πρέπει να συλλέγονται ξεχωριστά και να επιστρέφονται για ανακύκλωση με τρόπο φιλικό προς το περιβάλλον, σύμφωνα με τις ισχύουσες τοπικές ρυθμίσεις. Πάντα να ανακυκλώνετε τις μπαταρίες.



Στο τέλος της ωφέλιμης ζωής του, το προϊόν δεν πρέπει να διατίθεται με τα αστικά απορρίμματα. Μπορεί να διατεθεί σε ειδικά κέντρα διαφοροποιημένης συλλογής που ορίζουν οι δημοτικές αρχές, ή στις αντιπροσωπείες που παρέχουν αυτή την υπηρεσία. Η διαφοροποιημένη διάθεση μιας ηλεκτρικής συσκευής επιτρέπει την αποφυγή πιθανών αρνητικών συνεπειών για το περιβάλλον και την υγεία από την ακατάλληλη διάθεση καθώς και την ανακύκλωση υλικών από τα οποία αποτελείται ώστε να επιτυγχάνεται σημαντική εξοικονόμηση ενέργειας και πόρων. Για την επισήμανση της υποχρεωτικής χωριστής διάθεσης, το προϊόν φέρει το σήμα του διαγραμμένου τροχοφόρου κάδου απορριμμάτων.

ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΙΟ

	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη & Σάββατο	Πέμπτη & Κυριακή	Παρασκευή
Πρωινό	Καφέ, τσάι ή βότανα (150 ml) 2 σταρénια μπισκότα	Χυμός πορτοκάλι (100 ml) 1 φέτα ψωμί σταρένιο	1 μήλο ή αχλάδι 2 σταρénια μπισκότα	Χυμός πορτοκάλι (100 ml) 1 φέτα ψωμί σταρένιο	Καφέ, τσάι ή βότανα (150 ml) 2 σταρénια μπισκότα
Δεκατιανό	1 γιαούρτι με χαμηλά λιπαρά	1 φέτα γαλοπούλα ή ζαμπόν, τυλιγμένη γύρω από μαρούλι	60γρ. σταρένιο ψωμί 60γρ. φρέσκο τυρί	1 μπολ μούσλι (30γρ.) με 1 φρούτο (ακτινίδιο, μήλο ή γκρέιπφρουτ)	Χυμός πορτοκάλι (100 ml)
Μεσημεριανό	100γρ. βρασμένο ρύζι 220γρ. στήθος κοτόπουλο στη σχάρα	150γρ. σέσκουλα 70γρ. φασόλια 70γρ. κολοκυθάκια βραστά	250 ml χυμό λαχανικών 120γρ. ψητό μπακαλιάρο	200γρ. τόνος 1 αυγό καλά βρασμένο 50γρ. σέλινο	100γρ. ψημένο μοσχάρι ½ ντομάτα 50γρ. καρότο
Απογευματινό	1 μήλο	2 ακτινίδια	120 ml τσάι με λεμόνι 125γρ. καρπούζι	1 γιαούρτι με χαμηλά λιπαρά	1 ροδάκινο
Βραδινό	150γρ. φρέσκα φασολάκια 50γρ. πατάτες βραστές	1 σαλάτα (ντομάτα, αγγούρι, ψημένη κόκκινη πιπεριά, σέλινο, κρεμμύδι) 50γρ. ζαμπόν με χαμηλά λιπαρά	225γρ. ζαμπόν ή γαλοπούλα 30γρ. κολοκυθάκια 30γρ. ψημένη μελιτζάνα	1 μέτρια πατάτα, μισή κόκκινη πιπεριά και 1 κρεμμύδι ψημένα	45γρ. χυλοπίτες 150γρ. πράσινα φασόλια και 25γρ. μανιτάρια στον ατμό

- Πίνετε 2 λίτρα νερό ημερησίως. Μην πίνετε αλκοόλ ή αναψυκτικά.
- Μαγειρεύετε το φαγητό με βότανα και καρυκεύματα, αλλά όχι με αλάτι.
- Καρυκεύματα: σκόρδο, πιπερόριζα, πιπέρι, πιπέρι καγιέν, κόλιαντρο, κύμινο, σκόνη κάρυ, βασιλικό, ρίγανη, ξύσμα λεμονιού και πορτοκαλιού.
- Ντρέσινγκ σαλάτας: σως σόγιας, ξύδι μπαλσάμικο και ελαιόλαδο.
- Αποφύγετε τα υδρογονωμένα λάδια και τα κορεσμένα λίπη.
- Εναλλακτικές προτάσεις για δεκατιανό: 2 βερίκοκα / 2 φέτες σταρένιο ψωμί με τυρί από σόγια, γαλοπούλα ή ζαμπόν με χαμηλά λιπαρά / 40γρ. ξεράδαμάσκηνα / 1 ακτινίδιο.

Σημείωση:

Μην παραλείπετε ποτέ κάποιο γεύμα.

Ακολουθήστε το διατροφολόγιο για 2-3 εβδομάδες.

Μπορείτε να μειώσετε την ποσότητα των μερίδων αν τις βρίσκετε μεγάλες, αλλά μη χάνετε ποτέ κάποιο γεύμα.

Αν ακολουθείτε κάποια φαρμακευτική αγωγή βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχει κάποιο πρόβλημα ασυμβασιότητας-παρενέργειας σε σχέση με το φαγητό όταν ξεκινήσετε το διατροφολόγιο.

ΕΓΓΥΗΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

- Η ΤΗΛΕΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ Α.Ε. εγγυάται την καλή λειτουργία του προϊόντος.
- Η διάρκεια της εγγύησης ορίζεται σε 2 (δύο) έτη. Η χρονική έναρξη της εγγυήσεως είναι η ημερομηνία αγοράς.
- Η εγγύηση του προϊόντος ισχύει μόνο εφόσον συνοδεύεται από το παραστατικό της αγοράς (απόδειξη λιανικής ή τιμολόγιο).
- Η εγγύηση καλύπτει κατασκευαστικά ελαττώματα και κακοτεχνίες.
- Η εγγύηση δεν καλύπτει βλάβες ή αλλοιώσεις που έχουν προκληθεί από εσφαλμένη ή κακή χρήση του προϊόντος, εκτός των τεχνικών προδιαγραφών και οδηγιών χρήσης που ορίζει ο κατασκευαστής.
- Η ΤΗΛΕΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ Α.Ε. διαθέτει δικό της τεχνικό τμήμα (service) για την επιδιόρθωση και συντήρηση των προϊόντων. Τα προϊόντα προς έλεγχο μπορούν να παραδίδονται στα καταστήματα του δικτύου Telemarketing Store ή να αποστέλλονται στη διεύθυνση της εταιρείας κατόπιν τηλεφωνικής συνεννόησης.
- Η εγγύηση δεν καλύπτει βλάβες που έχουν προκληθεί από μη εξουσιοδοτημένο τεχνικό.

Αποκλειστική διάθεση στην Ελλάδα: ΤΗΛΕΜΑΡΚΕΤΙΝΓΚ Α.Ε. ΣΟΛΩΜΟΥ 56 - 14234 Ν. ΙΩΝΙΑ - 210 2708250