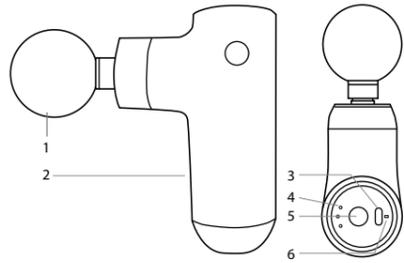


EN – INSTRUCTIONS

BOX CONTENTS

- 1x TrueLife RelaxGun G3
- 4x Massage head
- 1x USB-C cable (0,3 m)

DESCRIPTION OF THE MASSAGE GUN



- Interchangeable massage head
- Handle
- USB-C input for power cable
- Intensity indicator
- Power button (hold) and for intensity adjustment (press)
- Status LED
 - glowing green = on/fully charged
 - flashing red fast = low battery
 - flashing red slowly = battery charging

DESCRIPTION AND USE OF MASSAGE HEADS

Round head

- Suitable for massaging almost all muscles of the body.
- Its round shape means the head easily adapts to the shape of the body and can be used for the targeted massage of large superficial muscle groups.
- Suitable for use before and after exercise and at any time during the day.
- Helps to gently relax muscle tissues, and regenerate and stimulate individual points.
- Suitable for intensity 1–4.



Flat head

- Suitable for massaging almost all muscle parts of the body.
- Its flat design and even pressure make it suitable for the stimulation of muscles and soft tissues near bones and joints.
- Suitable for use before and after exercise and at any time during the day.
- Helps to gently relax muscle tissues, and regenerate and stimulate individual points including soft tissues in the joint area.
- Suitable for intensity 1–4.



Forked head

- Suitable for indirect massage and stimulation of secondary points, adjacent muscles and deep muscle layers such as the trapezius, Achilles tendons, calves, buttocks, cervical spine, ribs and cervical vertebrae.
- Suitable for use before and after exercise and at any time during the day.
- Helps to gently relax muscle tissues, and regenerate and stimulate secondary and deep points.
- Suitable for intensity 1–3.



Pointed head

- Suitable for direct point massage, deep stimulation of muscle layers and for parts of the body such as the arch of the feet, wrists, palms, back muscles, trapezius, neck muscles, forearms and calves.
- The head is suitable for use before and after exercise and at any time during the day.
- The head helps with targeted massage of muscles and soft tissues, and regeneration and stimulation of hard-to-reach points.
- Suitable for intensity 1–2.



INTENSITY SETTINGS

- Hold the top button for two seconds to power it on.
- Press the top button to adjust the intensity.
- After pressing the top button, the selected intensity 1-4 appears on the status LED.
- At intensity level 4, the status LEDs flash intermittently from left to right.

INTENSITY 1	INTENSITY 2	INTENSITY 3	INTENSITY 4
1800 rpm	2200 rpm	2600 rpm	2850 rpm

Each intensity has an assigned maximum frequency of movements ranging from 1800–2850 beats per minute (rpm).

MESSAGE

- Select and fit the appropriate massage head according to the „Massage head“ instructions.
- Press and hold the top power button for two seconds.
- Adjust the intensity of the massage according to the „Intensity Adjustment“ instructions.
- Start massaging the desired part of the body with moderate pressure.
- Increase or decrease the intensity level as needed.
- Perform the massage by moving with the blood circulation, i.e. in the direction from the heart to the limbs.
- The length of the massage should not exceed 15 minutes to avoid excessive strain on the muscles, bones and joints.

Note:

- In case of any health complications, consult your doctor about the use of the product.
- Do not use the product on the parts where you feel pain or have a skin injury.
- Do not use the product on the face, spine and genitals.
- Choose the appropriate massage head to suit your needs and health to maximize the benefits and minimize the risks.

FUNCTIONS

1) Safety stop

- The Safety stop function automatically slows down the motor when the massage gun is pressed hard. This function protects muscles, bones and joints from excessive stress or injury.

2) Auto-off

- The massage gun automatically switches off after 15 minutes of use.

CHARGING

- Only charge the massage gun using the included USB-C cable.
- A low battery is indicated by a red flashing status LED.
- A fully charged battery is indicated by a green status LED.

SPECIFICATIONS

Amplitude	6 mm
No. of intensity levels	4
Frequency of movements	Up to 2850 rpm
Maximum pressure	8 kg
Battery	800 mAh (3.7 V, lithium)
Battery life	Up to 3 h
Full battery charge	2–3 h
Input voltage	5 V, 1 A

SAFETY WHEN WORKING WITH THE DEVICE:

- Read the enclosed safety instructions carefully.
- For proper handling of the product, please download and read the most up-to-date version of the manual, which can be downloaded at: www.truelife.eu.

Printing errors and information changes are reserved.

Manufacturer:

elem6 s.r.o.,
Bražovská 15, 161 00, Prague 6, Czech Republic
www.truelife.eu

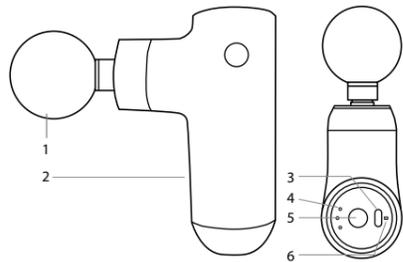


DE – ANLEITUNG

VERPACKUNGSIHALT

- 1x TrueLife RelaxGun G3
- 4x Massageköpfe
- 1x USB-C-Kabel (0,3 m)

BESCHREIBUNG DER MASSAGEPISTOLE



- Auswechselbarer Massagekopf
- Griff
- USB-C-Anschluss für Netzkabel
- Intensitätsanzeige
- Taste zum Ein-/Ausschalten (gedrückt halten) und zur Einstellung der Intensität (drücken)
- Status-LED
 - grünes Leuchten = eingeschaltet/voll geladen
 - schnelles rotes Blinken = schwache Batterie
 - langsameres rotes Blinken = Batterie wird geladen

BESCHREIBUNG UND VERWENDUNG DER MASSAGEKÖPFE

Runder Kopf

- Geeignet für die Massage von fast allen Muskelpartien des Körpers.
- Dank seiner runden Form passt sich der Kopf leicht an die Form des Körpers an und kann für die gezielte Massage großer oberflächlicher Muskelgruppen verwendet werden.
- Geeignet für die Anwendung vor und nach der körperlichen Betätigung und zu jeder Tageszeit.
- Der Kopf hilft, das Muskelgewebe sanft zu entspannen, zu regenerieren und die einzelnen Punkte zu simulieren.
- Geeignet für die Intensität 1-4.



Flacher Kopf

- Geeignet für die Massage von fast allen Muskelpartien des Körpers.
- Durch sein flache Form und den gleichmäßigen Druck eignet er sich zur Stimulation von Muskeln und Weichteilgewebe in der Nähe von Knochen und Gelenken.
- Geeignet für die Anwendung vor und nach der körperlichen Betätigung und zu jeder Tageszeit.
- Der Kopf hilft, das Muskelgewebe sanft zu entspannen, zu regenerieren und die einzelnen Punkte zu simulieren, einschließlich der Weichteile im Gelenkbereich.
- Geeignet für die Intensität 1-4.



Gabelkopf

- Geeignet für die indirekte Massage und Stimulation der Nebenpunkte der anliegenden Muskeln und tiefen Muskelschichten, wie z. B. Trapezmuskeln, Achillessehnen, Waden, Gesäß, Halswirbelsäule, Rippen und Halswirbel.
- Geeignet für die Anwendung vor und nach der körperlichen Betätigung und zu jeder Tageszeit.
- Der Kopf hilft, das Muskelgewebe sanft zu entspannen, zu regenerieren und die Neben- und tiefen Punkte zu simulieren.
- Geeignet für die Intensität 1-3.



Stachelkopf

- Geeignet für direkte Punktmassage, Stimulation tiefer Muskelschichten und für Körperteile wie das Fußgewölbe, Handgelenke, Handflächen, Rückenmuskeln, Trapezmuskeln, Nackenmuskeln, Unterarme und Waden.
- Der Kopf ist für die Anwendung vor und nach der körperlichen Betätigung und zu jeder Tageszeit geeignet.
- Der Kopf hilft bei der gezielten Massage der Muskeln und Weichteile, der Regeneration und Stimulation schwer erreichbarer Punkte.
- Geeignet für die Intensität 1-2.



EINSTELLUNG DER INTENSITÄT

- Halten Sie die obere Taste zwei Sekunden lang gedrückt, um das Gerät einzuschalten.
- Drücken Sie die obere Taste, um die Intensität einzustellen.
- Nach dem Drücken der oberen Taste wird die gewählte Intensität 1-4 auf der Status-LED angezeigt.
- Bei Intensitätsstufe 4 blinken die Status-LEDs intermittierend von links nach rechts.

INTENSITÄT 1	INTENSITÄT 2	INTENSITÄT 3	INTENSITÄT 4
1800 rpm	2200 rpm	2600 rpm	2850 rpm

Jeder Intensität ist eine maximale Bewegungsfrequenz von 1800 bis 2850 Schlägen pro Minute (U/min) zugeordnet.

MESSAGE

- Wählen und montieren Sie den passenden Massagekopf gemäß den Anweisungen unter „Massageköpfe“.
- Halten Sie die obere Einschalttaste zwei Sekunden lang gedrückt.
- Stellen Sie die Intensität der Massage gemäß den Anweisungen unter „Intensitätseinstellung“ ein.
- Beginnen Sie, die gewünschte Körperpartie mit sanftem Druck zu massieren.
- Erhöhen oder verringern Sie die Intensität bei Bedarf.
- Führen Sie die Massage durch Bewegungen im Einklang mit dem Blutkreislauf, d. h. vom Herzen zu den Gliedmaßen, durch.
- Die Dauer der Massage sollte 15 Minuten nicht überschreiten, um eine übermäßige Belastung der Muskeln, Knochen und Gelenke zu vermeiden.

Anm.:

- Bei gesundheitlichen Komplikationen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt über die Verwendung des Produkts.
- Verwenden Sie das Produkt nicht an Stellen, an denen Sie Schmerzen verspüren oder eine Hautverletzung haben.
- Verwenden Sie das Produkt nicht im Gesicht, an der Wirbelsäule und im Genitalbereich.
- Wählen Sie den richtigen Massagekopf für Ihre Bedürfnisse und Ihren Gesundheitszustand, um die Vorteile der Massage zu maximieren und die Risiken zu minimieren.

FUNKTIONEN

1) Safety Stop

- Die Safety-Stop-Funktion bremst den Motor automatisch ab, wenn die Massagepistole stark gedrückt wird. Diese Funktion schützt Muskeln, Knochen und Gelenke vor übermäßiger Belastung oder Verletzungen.

2) Automatische Abschaltung

- Die Massagepistole schaltet sich nach 15 Minuten Benutzung automatisch ab.

LADEN

- Laden Sie die Massagepistole nur mit dem mitgelieferten USB-C-Kabel auf.
- Eine schwache Batterie wird durch eine blinkende rote Status-LED angezeigt.
- Eine vollständig geladene Batterie wird durch die grüne Status-LED angezeigt.

SPEZIFIKATION

Amplitude	6 mm
Anzahl der Intensitätsstufen	4
Geschwindigkeit	bis 2850 rpm
Maximaler Druck	8 kg
Batterie	800 mAh (3,7 V, Lithium)
Batterieladungszeit	bis zu 3 Std.
Vollständige Aufladung der Batterie	2–3 h
Eingangsspannung	5 V, 1 A

SICHERHEIT BEI ARBEIT MIT DEM GERÄT:

- Lesen Sie die beiliegenden Sicherheitshinweise sorgfältig durch.
- Lesen Sie zur ordnungsgemäßen Handhabung des Produkts die neueste Version des Handbuchs, das unter www.truelife.eu heruntergeladen werden kann.

Druckfehler und Änderungen von Informationen vorbehalten.

Hersteller:

elem6 s.r.o.,
Bražovská 15, 161 00, Praha 6, Tschechische Republik
www.truelife.eu

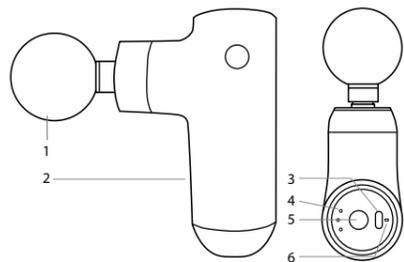


CS – NÁVOD

OBSAH BALENÍ

- 1x TrueLife RelaxGun G3
- 4x Masážní hlavice
- 1x USB-C kabel (0,3 m)

POPIS MASÁŽNÍ PISTOLE



- Vyměnitelná masážní hlavice
- Rukojeť
- USB-C vstup pro napájecí kabel
- Ukazatel intenzity
- Tlačítko pro zapnutí/vypnutí (přidržení) a nastavení intenzity (stisknutí)
- Stavová dioda
 - svítící zelená = zapnuto/plně nabit
 - rychle blikající červená = slabá baterie
 - pomalou blikající červená = dobíjení baterie

POPIS A VYUŽITÍ MASÁŽNÍCH HLAVIC

Kulatá hlavice

- Vhodná pro masáž téměř všech svalových partií na těle.
- Díky svému kulatému tvaru se hlavice snadno přizpůsobuje tvaru těla a může být použita k cílené masáži velkých povrchových svalových skupin.
- Vhodná pro použití před i po cvičení a kdykoliv během dne.
- Hlavice pomáhá k jemnému uvolnění svalových tkání, regeneraci a stimulaci jednotlivých bodů.
- Vhodná pro intenzitu 1–4.



Plochá hlavice

- Vhodná pro masáž téměř všech svalových partií na těle.
- Díky svému plochému designu a rovnoměrnému tlaku je vhodná pro stimulaci svalů a měkkých tkání v blízkosti kostí a kloubů.
- Vhodná pro použití před i po cvičení a kdykoliv během dne.
- Hlavice pomáhá k jemnému uvolnění svalových tkání, regeneraci a stimulaci jednotlivých bodů včetně měkkých tkání v oblasti kloubů.
- Vhodná pro intenzitu 1–4.



Vidlicová hlavice

- Vhodná pro nepřímou masáž a stimulaci vedlejších bodů přiléhavých svalů a hlubokých svalových vrstev jako jsou trapéz, Achillové šlachy, lýtká, hýždě, krční páteř, žebra a krční obrátle.
- Vhodná pro použití před i po cvičení a kdykoliv během dne.
- Hlavice pomáhá k jemnému uvolnění svalových tkání, regeneraci a stimulaci vedlejších a hlubokých bodů.
- Vhodná pro intenzitu 1–3.




Hrotová hlavice

- Vhodná pro přímou bodovou masáž, stimulaci hlubokých svalových vrstev a pro části těla jako je klenba chodidel, zápěstí, dlaně, svalů zad, trapézů, krční svaly, předloktí a lýtká.
- Hlavice je vhodná pro použití před i po cvičení a kdykoliv během dne.
- Hlavice pomáhá k cílené masáži svalů a měkkých tkání, regeneraci a stimulaci těžko dostupných bodů.
- Vhodná pro intenzitu 1–2.



NASTAVENÍ INTENZITY

- Přidrže horní tlačítko po dobu dvou vteřin pro zapnutí.
- Pro nastavení intenzity stiskněte horní tlačítko.
- Po stisknutí horního tlačítka se na stavové diodě objeví zvolená intenzita 1-4.
- Při 4. úrovni intenzity blikají stavové diody přerušovaně zleva doprava.

INTENZITA 1	INTENZITA 2	INTENZITA 3	INTENZITA 4
1800 rpm	2200 rpm	2600 rpm	2850 rpm

Každá intenzita má přiřazenou maximální frekvenci pohybů v rozmezí 1800–2850 úderů za minutu (rpm).

MASÁŽ

- Vyberte a nasadte vhodnou masážní hlavici podle pokynů v „Masážní hlavice“.
- Stiskněte a podržte po dobu dvou vteřin horní tlačítko pro zapnutí.
- Nastavte intenzitu masáže podle pokynů v „Nastavení intenzity“.
- Začněte mírným tlakem masírovat požadovanou část těla.
- V případě potřeby zvýšte nebo snižte úroveň intenzity.
- Masáž provádějte pohybem v souladu s krevním oběhem tj. směrem od srdce ke končetinám.
- Délka masáže by neměla překročit 15 minut, aby nedošlo k nadměrnému zatížení svalů, kostí a kloubů.

Pozn.:

- V případě jakýchkoliv zdravotních komplikací konzultujte použití produktu se svým lékařem.
- Nepoužívejte produkt na místech, kde cítíte bolest nebo máte poraněnou kůži.
- Nepoužívejte produkt na obličejí, páteři a genitáliích.
- Vyberte vhodnou masážní hlavici, která bude odpovídat vašim potřebám a zdravotnímu stavu, abyste maximalizovali výhody a minimalizovali rizika masáže.

FUNKCE

1) Safety stop

- Funkce Safety stop automaticky zpomaluje motor při silném stlačení masážní pistole. Tato funkce chrání svaly, kosti a klouby od nadměrného zatížení nebo zranění.

2) Automatické vypnutí

- Masážní pistole se automaticky vypne po 15 minutách používání.

NABÍJENÍ

- Masážní pistoli nabíjete pouze pomocí přiloženého USB-C kabelu.
- Slabou baterii indikuje červené blikající stavová dioda.
- Plně nabitou baterii indikuje zelené svítící stavová dioda.

SPECIFIKACE

Amplituda	6 mm
Počet nastavení intenzity	4
Frekvence pohybů	až 2850 rpm
Maximální tlak	8 kg
Baterie	800 mAh (3,7 V, lithiová)
Výdrž baterie	až 3 h
Plně dobíjí baterie	2–3 h
Vstupní napětí	5 V, 1 A

BEZPEČNOST PŘI PRÁCI SE ZAŘÍZENÍM:

- Pozorně si přečtete přiložené bezpečnostní instrukce.
- Pro správné zacházení s produktem si stáhněte a přečtete nejaktuálnější verzi manuálu, která je ke stažení na stránce: www.truelife.eu.

Tiskové chyby a změny informací jsou vyhrazeny.

Výrobce:

elem6 s.r.o.,
Bražovská 15, 161 00, Praha 6, Česká republika
www.truelife.eu

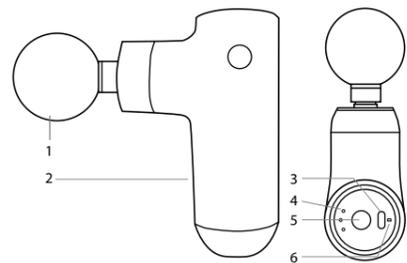


SK – NÁVOD

OBSAH BALENIA

- 1x TrueLife RelaxGun G3
- 4x Masážna hlavica
- 1x USB-C kábel (0,3 m)

POPIS MASÁŽNEJ PISTOLE



- Vymeniteľná masážna hlavica
- Rukoväť
- USB-C vstup pre napájací kábel
- Ukazovateľ intenzity
- Tlačidlo pre zapnutie/vypnutie (pridržanie) a nastavenie intenzity (stlačenie)
- Stavová dioda
 - svietiacia zelená = zapnuté/plne nabit
 - rychlo blikajúca červená = slabá batéria
 - pomalý blikajúca červená = dobíjanie batérie

OPIS A VYUŽITIE MASÁŽNYCH HLAVIC

Gulatá hlavica

- Vhodná na masáž takmer všetkých svalových partií na tele.
- Vďaka svojmu guľatému tvaru sa hlavica ľahko prispôbuje tvaru tela a môže byť použitá na cielenej masáži veľkých povrchových svalových skupin.
- Vhodná na použitie pred aj po cvičení a kedykoľvek počas dňa.
- Hlavica pomáha jemnému uvoľneniu svalových tkanív, regenerácii a stimulácii jednotlivých bodov.
- Vhodná pre intenzitu 1-4.




Plochá hlavica

- Vhodná na masáž takmer všetkých svalových partií na tele.
- Vďaka svojmu plochému dizajnu a rovnomernému tlaku je vhodná pre stimuláciu svalov a mäkkých tkanív v blízkosti kostí a klbov.
- Vhodná na použitie pred aj po cvičení a kedykoľvek počas dňa.
- Hlavica pomáha jemnému uvoľneniu svalových tkanív, regenerácii a stimulácii jednotlivých bodov vrátane mäkkých tkanív v oblasti klbov.
- Vhodná pre intenzitu 1-4.



Vidlicová hlavica

- Vhodná na nepriamu masáž a stimuláciu vedľajších bodov priliehavých svalov a hlbokých svalových vrstiev ako sú trapéz, Achillové šlachy, lýtká, zadok, krčná chrčtica, rebra a krčné stavce.
- Vhodná na použitie pred aj po cvičení a kedykoľvek počas dňa.
- Hlavica pomáha jemnému uvoľneniu svalových tkanív, regenerácii a stimulácii vedľajších a hlbokových bodov.
- Vhodná pre intenzitu 1-3.



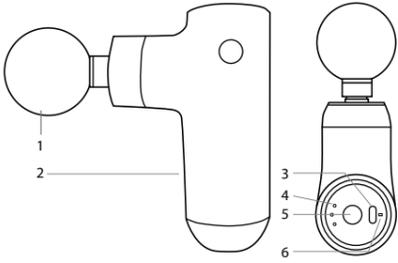
Hrotová hlavica

- Vhodná na priamu bodovú masáž, stimuláciu hlbokých svalových vrstiev a pre časti tela ako je klenba chodidiel, zápästia, dlane, svaly chrbta, trapézů, krčné svaly, predlaktia a lýtká.
- Hlavice je vhodná na použitie pred aj po cvičení a kedykoľvek počas dňa.
- Hlavica pomáha cielenej masáži svalov a mäkkých tkanív, regenerácii a stimulácii ťažko dostupných bodov.
- Vhodná pre intenzitu 1-2.

ZAWARTOŚĆ ZESTAWU

- 1x TrueLife RelaxGun G3
- 4x końcówka masująca
- 1x kabel USB-C (0,3 m)

OPIS PISTOLETU DO MASAŻU



- 1) Wymienna końcówka masująca
- 2) Rekojęsć
- 3) Gniazdo USB-C na kabel zasilający
- 4) Wskaźnik intensywności
- 5) Przycisk włączania/wyłączania (przytrzymaj) i regulacji intensywności (nacisnij)
- 6) Dioda stanu

OPIS I ZASTOSOWANIE KOŃCÓWEK MASUJĄCYCH

Kończówka okrągła

- Służy do masowania prawie wszystkich partii mięśniowych ciała.
- Dzięki okrągłemu kształtowi końcówka łatwo dopasowuje się do kształtu ciała i może być stosowana do całego masażu dużych powierzchniowych grup mięśniowych.
- Przeznaczona jest do stosowania przed i po wysiłku fizycznym oraz o każdej porze dnia.
- Kończówka pomaga delikatnie rozluźnić tkanki mięśniowe, zregenerować i stymulować poszczególne punkty.
- Nadaje się do intensywności 1-4.

Kończówka płaska

- Służy do masowania prawie wszystkich partii mięśniowych ciała.
- Dzięki płaskiej konstrukcji i równomiernemu naciskowi nadaje się do stymulacji mięśni i tkanek miękkich w okolicy kości i stawów.
- Przeznaczona jest do stosowania przed i po wysiłku fizycznym oraz o każdej porze dnia.
- Kończówka pomaga delikatnie rozluźnić tkanki mięśniowe, zregenerować i stymulować poszczególne punkty w tym tkanki miękkie w okolicy stawów.
- Nadaje się do intensywności 1-4.

Kończówka w kształcie widełek

- Służy do masażu pośredniego i stymulacji punktów bocznych sąsiednich mięśni i głębokich warstw mięśniowych, takich jak mięsień czworoboczny, ścięgna Achillesa, łydki, pośladki, odcinek szyjny kręgosłupa, żebra i kręgi szyjne.
- Przeznaczona jest do stosowania przed i po wysiłku fizycznym oraz o każdej porze dnia.
- Kończówka pomaga delikatnie rozluźnić tkanki mięśniowe, zregenerować i stymulować poszczególne punkty.
- Nadaje się do intensywności 1-3.

Kończówka punktowa

- Służy do bezpośredniego masażu punktowego, głębokiej stymulacji warstw mięśniowych i części ciała, takie jak łuk stopy, nadgarstki, dłonie, mięśnie pleców, mięsień czworoboczny, mięsień karku, przedramion i łydek.
- Kończówka przeznaczona jest do stosowania przed i po wysiłku fizycznym oraz o każdej porze dnia.
- Kończówka przeznaczona do całego masażu mięśni i tkanek miękkich, regeneracji i stymulacji trudno dostępnych punktów.
- Nadaje się do intensywności 1-2.

USTAWIENIE INTENSYWNOCI

1. Przytrzymaj górny przycisk przez dwie sekundy, aby włączyć.
2. Naciśnij górny przycisk, aby ustawić intensywność.
3. Po naciśnięciu górnego przycisku na diodzie stanu pojawi się wybrana intensywność 1-4.
4. Na 4. poziomie intensywności diody LED stanu migają z przerwami od lewej do prawej.

INTENSYWNOSC 1	INTENSYWNOSC 2	INTENSYWNOSC 3	INTENSYWNOSC 4
1800 rpm	2200 rpm	2600 rpm	2850 rpm

Każda intensywność ma przypisaną maksymalną częstotliwość ruchu w zakresie 1800–2850 uderzeń na minutę (rpm).

MASAŻ

1. Wybierz i załóż odpowiednią końcówkę masującą zgodnie z instrukcją w części „**Kończówki masujące**”.
2. Naciśnij i przytrzymaj górny przycisk włączenia przez dwie sekundy.
3. Ustaw intensywność masażu zgodnie z instrukcją w części „**Ustawienie intensywności**”.
4. Rozpocznij masowanie pożądaną częścią ciała z umiarkowanym naciskiem.
5. W razie potrzeby zwiększ lub zmniejsz poziom intensywności.
6. Masaż wykonuj ruchem zgodnym z krążeniem krwi, czyli w kierunku od serca do kończyn.
7. Długość masażu nie powinna przekraczać 15 minut, aby uniknąć nadmiernego obciążenia mięśni, kości i stawów.

Uwaga:

- W przypadku jakichkolwiek komplikacji zdrowotnych należy skonsultować się z lekarzem w sprawie stosowania produktu.
- Nie należy stosować produktu w miejscach, w których występuje ból lub uszkodzenie skóry.
- Nie stosować produktu na twarz, kręgosłup i narządy płciowe.
- Wybierz odpowiednią końcówkę masującą do swoich potrzeb i stanu zdrowia, aby zmaksymalizować korzyści i zminimalizować ryzyko masażu.

FUNKCJE

1) Safety stop

- Funkcja Safety stop automatycznie spowalnia silnik po mocnym naciśnięciu pistoletu masującego. Ta funkcja chroni mięśnie, kości i stawy przed nadmiernym obciążeniem lub kontuzjami.

2) Automatyczne wyłączenie

- Pistolet do masażu wyłącza się automatycznie po 15 minutach użytkowania.

ŁADOWANIE

- Pistolet do masażu należy ładować wyłącznie za pomocą dołączonego kabla USB-C.
- Niski poziom naładowania baterii sygnalizowany jest migającą czerwoną diodą stanu.
- W pełni naładowana bateria sygnalizowana jest zieloną diodą stanu.

SPECYFIKACJA

Amplituda	6 mm
Liczba ustawień intensywności	4
Częstotliwość ruchów	do 2850 rpm
Dopuszczalny nacisk	8 kg
Bateria	800 mAh (3,7 V, litowa)
Wytrzymałość baterii	do 3 h
Pełne doładowanie baterii	2-3 h
Napięcie wejściowe	5 V, 1 A

BEZPIECZEŃSTWO PODCZAS PRACY Z URZĄDZENIEM:

- Dokładnie zapoznaj się z załączoną instrukcją bezpieczeństwa.
- W celu prawidłowego obchodzenia się z produktem należy zapoznać się z najnowszą wersją instrukcji, która jest dostępna do pobrania na stronie: www.trueulife.eu.

Błędy w druku i zmiany informacji zastrzeżone.

Producent:
elem6 s.r.o.,
Brašovská 15, 161 00, Prague 6, Republika Czeska
www.trueulife.eu

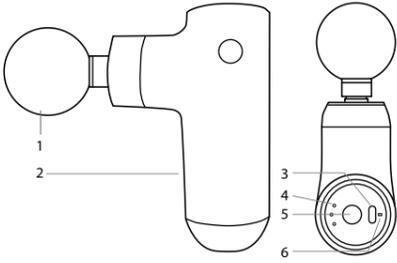


HU – ÚTMUTATÓ

A CSOMAGOLÁS TARTALMA

- 1 db TrueLife RelaxGun G3
- 4 db masszázsfej
- 1 db USB-C kábel (0,3 m)

A MASSZÁZSPISZTOLY LEÍRÁSA



- 1) Cserélhető masszázsfej
- 2) Markolat
- 3) USB-C bemenet a tápkábelhez
- 4) Intenzitásjelző
- 5) Be/kikapcsolás gomb (lenyomva tartás) és intenzitásállító gomb (megnyomás)
- 6) Állapotjelző LED

A MASSZÁZSFEJEK LEÍRÁSA ÉS HASZNÁLATA

Kerek fej

- A test szinte minden izmának masszírozására alkalmas.
- Kerek formájának köszönhetően a fej könnyen alkalmazkodik a test alakjához és jól használható nagy felületi izomszoportok célzott masszírozására.
- Edzés előtt és után, valamint a nap bármely szakában használható.
- A fej finoman ellazítja az izomszöveteket, regeneráló hatást fejt ki és stimulálja az egyes pontokat.
- 1-4 fokozathoz alkalmas.

Lapos fej

- A test szinte minden izmának masszírozására alkalmas.
- Lapos kialakításának és az egyenletes nyomásnak köszönhetően kiválóan alkalmas a csontok és izületek közelében lévő izmok és lágyrészek stimulálására.
- Edzés előtt és után, valamint a nap bármely szakában használható.
- A fej finoman ellazítja az izomszöveteket, regeneráló hatást fejt ki és stimulálja az egyes pontokat, beleértve az ízületek lágyrészeit is.
- 1-4 fokozathoz alkalmas.

Villás fej

- Közvetett masszázsrá és a szomszédos izmok, valamint az olyan mély izomrétegek, mint például a trapézizom, az Achilles-in, a vádli, a fenék, a nyaki gerinc, a bordák és a nyaki csigolyák másodlagos pontjainak stimulálására alkalmas.
- Edzés előtt és után, valamint a nap bármely szakában használható.
- A fej finoman ellazítja az izomszöveteket, regeneráló hatást fejt ki és stimulálja a másodlagos és mélyen lévő pontokat.
- 1-3 fokozathoz alkalmas.

Hegyes fej

- Közvetlen pontmasszázsrá, a mély izomrétegek és olyan testrészek, mint a lábfej boltozata, a csukló, a kéz, a hátizom, a trapézizom, a nyakizom, az alkar és a vádli stimulálására alkalmas.
- A fej edzés előtt és után, valamint a nap bármely szakában használható.
- A fej segíti az izmok és lágyrészeket célzott masszírozását, a regenerációt és a nehezen elérhető pontok stimulálását.
- 1-2 fokozathoz alkalmas.

AZ INTENZITÁS BEÁLLÍTÁSA

1. A bekapcsoláshoz tartsa két másodpercig benyomva a felső gombot.
2. Az intenzitás beállításához nyomja meg a felső gombot.
3. A felső gomb megnyomása után az állapotjelző LED-en a kiválasztott 1-4 fokozatú intenzitás jelenik meg.
4. A 4. intenzitási szinten balról jobbra haladva szaggatottan villognak az állapotjelző LED-ek.

1. INTENZITÁS	2. INTENZITÁS	3. INTENZITÁS	4. INTENZITÁS
1800 ford./perc	2200 ford./perc	2600 ford./perc	2850 ford./perc

Minden egyes intenzitásnak van egy hozzárendelt maximális mozgásfrekvenciája, amely 1800–2850 ford./perc (rpm) között mozog.

MASSZÁZS

1. A „**Masszázsfajak**” című fejezetben található utasításoknak megfelelően válassza ki és helyezze fel a megfelelő masszázsfejet.
2. Nyomja be és tartsa két másodpercig benyomva a felső bekapcsológombot.
3. Az „**Intenzitás beállításá**” utasításai szerint állítsa be a masszázis intenzitását.
4. Kezdje el gyengéd nyomással masszírozni a kiválasztott testrészt.
5. Szükség esetén növelje vagy csökkentse az intenzitási szintjét.
6. A masszázst a vérkeringésnek megfelelően, azaz a szívtől a végtagok felé haladva végezze.
7. A masszázis időtartama nem haladhatja meg a 15 percet, hogy elkerüljük az izmok, csontok és ízületek túlzott megterhelését.

- Megi-:**
- Bármilyen egészségügyi komplikáció esetén konzultáljon orvosával a termék használatáról.
 - Ne használja a terméket olyan területeken, ahol fájdalmat érez, vagy ahol bőrsérülése van.
 - Ne használja a terméket az arcon, a gerincen és a nem szerveken.
 - Annak érdekében, hogy maximalizálja a masszázis előnyeit és minimalizálja a kockázatot, az igényeinek és egészségi állapotának megfelelő masszázsfjezt válassza ki.

FUNKCIÓK

1) Safety stop

- A masszázspisztolyt erős megnyomása esetén a Safety stop funkció automatikusan lelassítja a motort. Ez a funkció védi az izmokat, a csontokat és az ízületeket a túlzott megterheléstől és a sérülésektől.

2) Automatikus kikapcsolás

- Ha nem használja, a motor 15 perc elteltével automatikusan kikapcsol.

TÖLTÉS

- A masszázspisztolyt mindig csak a mellékelt USB-C kábellel töltsé.
- Az akku alacsony töltöttségét pirosan villogó állapotjelző LED jelzi.
- A teljesen feltöltött akkud töltőjelző LED jelzi.

MŰSZAKI ADATOK

Amplitúdó	6 mm
Az intenzitásbeállítások száma	4
Mozgásgyakoriság	akár 2850 ford./perc
Optimális véryomás	8 kg
Akku	800 mAh (3,7 V, lítium)
Akku üzemidő	akár 3 óra
Az akku teljes feltöltése	2-3 óra
Vstupni napeti	5 V, 1 A

BIZTONSÁGOS MUNKAVÉGZÉS A KÉSZÜLKKEKEL:

- Figyelmesen olvassa el a mellékelt biztonsági utasításokat.
- A termék megfelelő használatá érdekében töltse le a használati útmutatót www.trueulife.eu oldalon található legfrissebb verzióját.

A sajátóhábák és az információk módosításának joga fenntartva.

Gyártó:
elem6 s.r.o.,
Brašovská 15, 161 00, Párga 6, Cseh Köztársaság
www.trueulife.eu

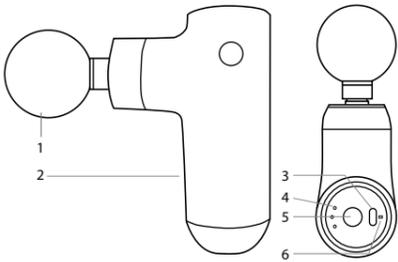


SL – NAVODILA

VSEBINA PAKIRANJA

- 1x TrueLife RelaxGun G3
- 4x Masažna glava
- 1x Kabel USB-C (0,3 m)

OPIS MASAŽNE PIŠTOLE



- 1) Zamenljiva masažna glava
- 2) Ročaj
- 3) Vhod USB-C za napajalni kabel
- 4) Kazalec intenzivnosti
- 5) Gumb za vklop/izklop (pridrzanje) in nastavitveni intenzivnosti (pritisek)
- 6) Dioda stanja

- sveti zelena = vklopljeno/povsem napolnjeno
- hitro utripajoča rdeča = šibka baterija
- počasi utripajoča rdeča = polnjenje baterije

OPIS IN UPORABA MASAŽNIH GLAV

Okrugla glava

- Primerna za masažo skoraj vseh mišičnih predelov telesa.
- Zaradi svoje okrogle oblike se enostavno prilagaja obliki telesa in se lahko uporabi za ciljno usmerjeno masažo velikih površinskih mišičnih skupin.
- Primerna za uporabo pred in po vadbi ter kadarkoli čez dan.
- Glava pomaga pri blagem sproščanju mišičnih tkiv, regeneraciji in stimulaciji posameznih točk.
- Primerna za intenzivnost 1-4.

Ravna glava

- Primerna za masažo skoraj vseh mišičnih predelov telesa.
- Zaradi svoje ravne zasnovne in enakomernega pritiska je primerna za stimulacijo mišic in mehkih tkiv v bližini kosti in sklepov.
- Primerna za uporabo pred in po vadbi ter kadarkoli čez dan.
- Glava pomaga pri blagem sproščanju mišičnih tkiv, regeneraciji in stimulaciji posameznih točk, vključno z mehikimi tkivi v območju sklepov.
- Primerna za intenzivnost 1-4.

Vilčasta glava

- Primerna za posredno masažo in stimulacijo okoliških točk sosednjih mišic in globokih mišičnih slojev, kot so trapezi, Ahilova tetiva, meča, zadnjica, vratni del hrbtenice, rebra in vratna vretenca.
- Primerna za uporabo pred in po vadbi ter kadarkoli čez dan.
- Glava pomaga pri blagem sproščanju mišičnih tkiv, regeneraciji in stimulaciji okoliških tkiv globinskih točk.
- Primerna za intenzivnost 1-3.

Koničasta glava

- Primerna za neposredno točkovno masažo, stimulacijo globokih mišičnih slojev in za dele telesa, kot je stopalni lok, zapestje, dlani, hrbtne mišice, vratne mišice, podlakti in meča.
- Glava je primerna za uporabo pred in po vadbi ter kadarkoli čez dan.
- Glava pomaga pri ciljno usmerjeni masaži mišic in mehkih tkiv, regeneraciji ter stimulaciji težko dostopnih točk.
- Primerna za intenzivnost 1-2.

NASTAVITEV INTENZIVNOSTI

1. Prizrite zgornji gumb za dve sekundi za vklop.
2. Za nastavitev intenzivnosti pritisnite na zgornji gumb.
3. Po pritisku na zgornji gumb se na diodi stanja pojavi izbrana intenzivnost 1-4.

4. Pri 4. stopnji intenzivnosti diode stanja prekinjeno utripajo od leve proti desni.

INTENZIVNOST 1	INTENZIVNOST 2	INTENZIVNOST 3	INTENZIVNOST 4
1800 rpm	2200 rpm	2600 rpm	2850 rpm

Vsaka intenzivnost ima dodeljeno najvišjo frekvenco gibov v razponu 2000–3200 udarcev na minuto (rpm).

MASAŽA

1. Izberite in namestite primerno masažno glavo v skladu z napotki v »**Masažne glave**».
2. Za vklop pritisnite na za dve sekundi pridržite zgornji gumb.
3. Nastavite intenzivnost masaže v skladu z napotki v »**Nastavitev intenzivnosti**».
4. Začnite z rahlim pritiskom masirati zeleni del telesa.
5. Po potrebi zvišajte ali znižajte nivo intenzivnosti.
6. Masažo izvajajte z gibanjem skladno s krvnim obtokom, tj. v smeri od srca proti okončinam.
7. Dolžina masaže ne bi smela presežati 15 minut, da ne pride do prekomerne obremenitve mišic, kosti in sklepov.

Opomba:

- V primeru kakršnih koli zdravstvenih zapletov se o uporabi izdelka posvetujte z zdravnikom.
- Izdelka ne uporabljajte na mestih, kjer čutite bolečino ali imate poškodovano kožo.
- Izdelka ne uporabljajte na obrazu, hrbtenici in spolovilu.
- Izberite primerno masažno glavo, ki bo odgovarjala vašim potrebam in zdravstvenemu stanju, da boste v največji meri izkoristili prednosti in zmanjšali tveganja masaže.

FUNKCIJE

1) Safety stop

- Funkcija Safety stop samodejno upočasni motor ob močnem pritisku masažne pištole. Ta funkcija šteti mišice, kosti in sklepe pred prekomerno obremenitvijo ali poškodbami.

2) Samodejni izklop

- Masažna pištole se samodejno izklopi po 15 minutah uporabe.

POLNENJE

- Masažno pištolo polnite samo s pomočjo priloženega kabla USB-C.
- Šibko baterijo označuje rdeča utripajoča dioda stanja.
- Povsem napolnjeno baterijo označuje neprekinjeno prizgana zelena dioda stanja.

TEHNIČNI PODATKI

Amplituda	6 mm
Število nastavitev intenzivnosti	4
Frekvenca gibov	do 2850 rpm
Največji pritisek	8 kg
Baterija	800 mAh (3,7 V, litjeva)
Vzdržljivost baterije	do 3 h
Polnjenje baterije	2-3 h
Vhodna napetost	5 V, 1 A

VARNOST PRI DELU Z NAPRAVO:

- Pozorno preberite priložene varnostne napotke.
- Za pravilno rokovanje z izdelkom si nalozite in preberite najnovjšo različico priročnika, ki je za prenos na voljo na strani: www.trueulife.eu.

Proizvajalec:
elem6 s.r.o.,
Brašovská 15, 161 00, Praha 6, Češka republika
www.trueulife.eu

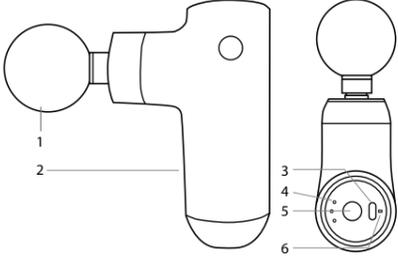


HR – UPUTE

SADRŽAJ PAKIRANJA

- 1x TrueLife RelaxGun G3
- 4x Masažna glava
- 1x USB-C kabel (0,3 m)

OPIS MASAŽNOG PIŠTOLJA



- 1) Izmjenjiva masažna glava
- 2) Ručka
- 3) USB-C ulaz za kabel za napajanje
- 4) Indikator intenziteta
- 5) Tipka za uključivanje/isključivanje (držanjem) i podešavanje intenziteta (pritiskom)
- 6) Statusna dioda

- svjetleća zelena = uključen/potpuno napunjen
- brzo trepereća crvena = slaba baterija
- sporo trepereća crvena = punjenje baterije

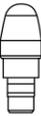
OPIS I UPOTREBA MASAŽNIH GLAVA

Okrugla glava

- Prikladna za masažu gotovo svih skupina mišića na tijelu.
- Zahvaljujući okruglom obliku, glava se lako prilagođava obliku tijela i može se koristiti za ciljanu masažu velikih površinskih skupina mišića.
- Prikladna za korištenje prije i nakon vježbanja i bilo kada tijekom dana.
- Glava pomaže laganom opuštanju mišičnih tkiva, regeneraciji i stimulaciji pojedinih točaka.
- Prikladna za intenzitet 1-4.

Ravna glava

- Prikladna za masažu gotovo svih skupina mišića na tijelu.
- Zahvaljujući ravnom dizajnu i ravnomjernom pritisku, pogodna je za stimulaciju mišića i mehkih tkiva oko kostiju i zglobova.
- Prikladna za korištenje prije i nakon vježbanja i bilo kada tijekom dana.
- Glava pomaže laganom opuštanju mišičnih tkiva, regeneraciji i stimulaciji pojedinih točaka, uključujući meka tkiva u području zglobova.
- Prikladna za intenzitet 1-4.



INTENZITET 1	INTENZITET 2	INTENZITET 3	INTENZITET 4
1800 rpm	2200 rpm	2600 rpm	2850 rpm

Svakom intenzitetu je dodijeljena maksimalna frekvencija pokreta u rasponu od 1800–2850 u minuti (rpm).

MASAŽA

1. Odaberite i umetnite odgovarajuću masažnu glavu, prema uputama u dijelu „**Masažne glave**”.
2. Pritisnite i držite gornju tipku za uključivanje dvije sekunde.
3. Podestite intenzitet masaže prema uputama u dijelu „**Podešavanje intenziteta**”.
4. Počnite umjerenim pritiskom masirati zeleni dio tijela.
5. Po potrebi povećajte ili smanjite razinu intenziteta.
6. Masažu izvodite pokretima u smjeru cirkulacije krvi, tj. od srca prema udovima.
7. Masaža ne smije trajati duže od 15 minuta kako bi se izbjeglo preopterećenje mišića, kostiju i zglobova.

Nap.:

- U slučaju bilo kakvih zdravstvenih komplikacija, posavjetujte se s liječnikom prije uporabe proizvoda.
- Nemojte koristiti proizvod na mjestima gdje osjećate bol ili imate ozlijeđenu kožu.
- Nemojte koristiti proizvod na licu, leđima i genitalijama.
- Odaberite prikladnu masažnu glavu koja odgovara vašim potrebama i zdravstvenom stanju kako biste maksimalno povećali dobrobiti i minimalizirali rizike masaže.

FUNKCIJE

1) Safety stop

- Funkce Safety stop automatski usporava motor pri jakom pritisku masažnog pištolja. Ova funkcija štiti mišiće, kosti i zglobove od prekomjernog opterećenja ili ozljeda.
</