

 borealis

TensoRelief

**12 automaatset
massaažiprogrammi**



Massaažitooli TensoRelief kasutusjuhend

- Eemalda massaažitooli kasutamise ajaks käekell ja suuremad ehted
- Kanna massaaži ajal alati sokke
- Enne tooli istumist kontrolli, et peatoe katted oleksid õiges asendis
- Tooli istudes kontrolli, et jalgade õhkpadjad ei jääks topelt
- Ära toeta massaažipuldile – aseta see seansi ajaks käetoole või sülle
- Muusika kuulamiseks ühenda telefon Bluetooth'i abil massaažitooliga
- Enne toolist väljumist veendu, et tool on tulnud tagasi algasendisse

**Alustamiseks vajuta POWER nuppu ja vali puutetundlikul ekraanil
omale sobiv automaatprogramm**

Kiirkasutus ikoonid

Power/Auto Massage (Toide/Automaatne massaaž):

- Vajuta ja hoia all seadme sisselülitamiseks.
- Lühike vajutus lülitab sisse automaatse massaažiprogrammi.
- Pikaajalisel vajutamisel lülitab välja kõik funktsioonid.

• Rotary Switch (Pöördlülit):

- Pööra päripäeva või vastupäeva, et suurendada või vähendada 4D massaaži intensiivsust.

• Break Mode (Pausirežiim)

- Seljatugi kaldub veidi taha, jalatoe tõstab lõõgastavasse asendisse, et leevendada põlve pinget.

• Rejuve Mode (Taastumisrežiim)

- Seljatugi kaldub sobivasse asendisse, et mängida mobiilseadmega.
- Selles režiimis on vähem pörutust, et vältida ülakeha liikumist.

• Nap Mode (Uinakurežiim)

- Täielikult horisontaalne asend õrna massaažiga uinakuks.

• Back Up (Tagasi üles)

- Vajuta ja hoia, et tõsta seljatugi püsti asendisse; vabastage nupp, et peatada.

• Zero Gravity Button (Nullgravitatsiooni asend)

- Vajuta seda nuppu, et panna tool Zero Gravity Level One positsiooni; vajuta uuesti, et minna Zero Gravity Level Two positsiooni; vajuta uuesti, et sulgeda Zero Gravity positsioon.

• Back Down (Kalluta seljatugi taha)

- Hoia all, et kallutada seljatugi taha; vabasta nupp, et peatada.

• Heating Button (Soojendus)

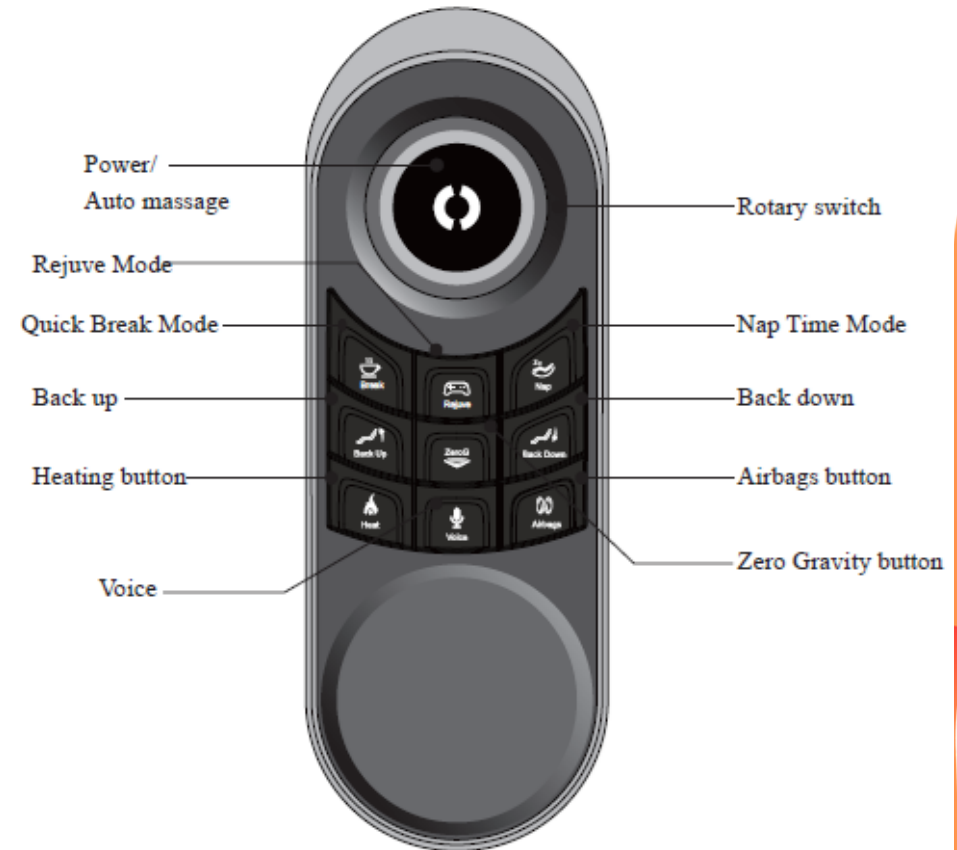
- Kui vool on ühendatud, vajuta seda nuppu, et sisse lülitada selja soojendus (punane indikaator tuli süttib); vajuta uuesti, et soojendus välja lülitada (punane indikaator tuli kustub).

• Voice (Häälkasklused)

- Kui massaažitool on sisse lülitatud, vajuta seda nuppu, et sisse lülitada hääljuhtimine ja käetoetuste kiirete nuppude häälteated. Vajuta uuesti, et mõlemad – nii hääljuhtimine kui ka teated – välja lülitada.

• Airbags Button (Õhkpadjad)

- Kui massaažitool on sisse lülitatud, vajuta seda nuppu, et valida viie õhurõhu intensiivsuse seast.



Massaažitehnikad

- 01 **Fastsia hõõrumine**– Massaažirullikud ulatuvad kuni 8 cm keha sisse, viies sügava massaaži kehas paiknevatesse meridiaanidesse ja energiakanalitesse, et saavutada täielik lõõgastus.
- 02 **Shiatsu**– Massaažirullikud avaldavad survet meridiaanipunktidele ja liiguvad sirgjooneliselt mööda selga allapoole, aidates vabastada pingeid.
- 03 **Sõtkumine**– Õrn sõtkumistehnika sooritab ringikujulisi liigutusi ja liigub mööda keha S-kujulises mustris, eemaldades pinged ja lõdvestades lihaseid
- 04 **Sünkroonmassaaž**– Sünkroniseeritud sõtkumis- ja koputamistehnika liigub mööda selga allapoole, rahustades pingeid ning säilitades seljalihaste elujõulisuse
- 05 **Koputamine**– Massaažirullikud teostavad intensiivset koputamismassaaži kindlatele meridiaanipunktidele mööda selga, leevendades valulikkust ja pinget
- 06 **Patsutamine**– Massaažirullikud sooritavad rütmilist toksimist, mis aitab vabastada lihaspingeid ja toetab keha üldist heaolu



12 Automaatsed massaažiprogrammi

I Kategooria: Kasutajapõhine (User)

- 01 **Man's Massage**– Sügavam ja tugevam massaaž, keskendudes pingetele alaseljas ja õlgades
- 02 **Dream Slimming**– Stimuleerib ainevahetust ja parandab vereringet, sobilik salendavaks lõõgastuseks
- 03 **Seniors Joy**– Õrn ja rahustav massaaž, sobib vanemaealistele igapäevaseks kasutamiseks

II Kategooria: Fookus (Focus)

- 04 **Neck & Shoulder**– Keskendub kaela- ja õlavöötme pingete leevendamisele
- 05 **Back & Spine**– Tugev massaaž, mis parandab selgroo liikuvust ja vähendab seljapingeid
- 06 **Waist & Buttock**– Lõdvestab alaselja ja puusapiirkonna lihaseid, toetades istuva eluviisi tasakaalustamist

III Kategooria: Klassikaline (Classic)

- 07 **Strong Massage**– Intensiivne ja sügavkoe massaaž aktiivseks taastumiseks
- 08 **Medium Massage**– Tasakaalustatud massaaž igapäevase stressi leevendamiseks
- 09 **Mild Massage**– Rahustav ja lõõgastav, sobib tundlikumatele kasutajatele

IV Kategooria: Eriomadused (Feature)

- 10 **Fascia Master**– Keskendub fastsiate (sidekoe) lõdvestamisele ja energiakanalite avamisele
- 11 **Full Extension**– Tai-stiilis venitustehnikad parandavad painduvust ja rühti
- 12 **Sedentary Stretch**– Loodud kontoritöötajatele – aitab lõdvestada selga ja jalgu peale pikka istumist