

РУКОВОДСТВО  
ПОЛЬЗОВАТЕЛЯ

ПЕРКУССИОННЫЙ  
МАССАЖЕР ДЛЯ ТЕЛА  
YAMAGUCHI  
MASSAGE GUN BELT



## ОПИСАНИЕ

Перкуссионный массажер для тела Yamaguchi Massage Gun Belt — это высокотехнологичное устройство для осуществления глубокой перкуссионной терапии мышц всего тела. Благодаря усиленным направленным вибрирующим пульсациям массажер помогает стимулировать кровоток, быстро восстановить мышцы после тренировок и травм, увеличить объем движений и гибкость мышц, а также снять мышечную боль и расслабить все тело. Благодаря надежности и широкому функционалу массажер заслужил доверие профессиональных спортсменов и массажистов.

Эргономичная универсальная рукоятка обеспечивает максимально удобное и разнообразное использование для проработки мышц всего тела, снижая нагрузку на кисти рук, запястья и предплечья. Японский мотор га-

рантирует тихую и бесперебойную работу устройства с ударной силой до 21 кг при любых нагрузках. На рукоятки отображается активный уровень интенсивности воздействия, тем самым позволяя Вам контролировать процесс массажа.

Устройство оснащено 6 уровнями интенсивности воздействия и 5 универсальными насадками, одна из которых представляет собой массажный ремень с силиконовыми аппликаторами для комплексной проработки всех мышц тела. Работает массажер от литий-ионного аккумулятора 2000 мАч, что обеспечивает прибору бесперебойное использование до 3-х часов. В комплекте идет сумка-кейс, удобная для хранения и перемещения массажера в любых путешествиях.

## КЛЮЧЕВЫЕ ОСОБЕННОСТИ

- Высокотехнологичное устройство для осуществления глубокой перкуссионной терапии мышц всего тела
- Направленная вибрация способствует глубокой проработке триггерных точек
- Эргономичная универсальная рукоятка обеспечивает максимально удобное и разнообразное использование для проработки мышц всего тела, снижая нагрузку на кисти рук, запястья и предплечья
- Японский мотор обеспечивает тихую и бесперебойную работу устройства с ударной силой до 21 кг при любых нагрузках
- Отображение активного уровня интенсивности воздействия позволяет контролировать процесс массажа
- 6 уровней интенсивности массажного воздействия: от 1400 до 2550 об/мин
- 4 универсальные насадки + 1 насадка-ремень для комплексной проработки всех мышц тела, даже самых деликатных
- Насадку-ремень можно использовать на чувствительных участках тела, такие как шея, руки, ноги и ступни
- Амплитуда составляет 12 мм, позволяя воздействовать на мышцы на 70% глубже, чем у обычных тренажеров
- Частота вибраций составляет до 60-ти раз в секунду, что обеспечивает наиболее эффективную проработку триггерных точек
- Ударная сила до 21 кг быстро улучшает кровообращение и снимает напряжение в мышцах
- Беспроводное использование в течение 3 часов
- Таймер 10 минут
- Сумка для хранения и транспортировки входит в комплект

## **Целенаправленный глубокий массаж тканей с помощью массажера поможет:**

- уменьшить общую мышечную боль и скованность;
- провести профилактику миофасциального синдрома;
- эффективно проработать триггерные точки всего тела — даже в труднодоступных местах;
- улучшить кровообращение и общее состояние мягких тканей тела;
- увеличить диапазон движения мышц, ускорить восстановление, а также снизить риск получения травм в будущем;
- самостоятельно в домашних условиях устранить болевой синдром.

## НАСАДКИ

### **Круглая насадка из плотной пены (диаметр 40 мм)**

Является наиболее широко используемой и более ориентированной на расслабление малых и больших групп мышц. Ее можно использовать как перед тренировкой, так и после тренировки. Сферическая головка эффективно снимает скованность мышц и используется для глубокого расслабления всего тела. Подходит для основных групп мышц тела (массаж рук, талии и спины, ягодиц, бедер, икр и других крупных групп мышц).

### **Насадка U-Shape (расстояние 30 мм)**

Благодаря конструкции U-образной насадки она подходит для симметричного расслабления мышц тела, например, трапециевидной мышцы, боковых сторон позвоночника, икроножных мышц, мышц с обеих сторон ахиллова сухожилия голени и т. д.

**Большая плоская  
насадка из пластика  
(диаметр 35 мм)**

Большая площадь контакта с плоской насадкой позволяет эффективно проработать крупные мышцы (такие как ягодичные мышцы, мышцы ног и т. д.). Насадка относительно твердая, воздействие сильное, подходит для использования после тренировки, расслабления и повышения эластичности мышц.

**Насадка-пуля**

Деликатно снимает скованность мышц, а также может использоваться для точечного расслабления глубоких тканей и триггерных точек. Подходит для массажа в области стоп, плеч и местах крепления связок.

## **Насадка-ремень (длина 95 см)**

Вместо того, чтобы концентрировать воздействие в одной точке, ремень обеспечивает массаж всему телу. Из преимуществ данной насадки — возможность использовать ее на чувствительных частях тела, таких как шея и ступни.

## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

1. Перед первым использованием массажера зарядите его, используя USB-Type-C кабель для зарядки.
2. Установите на массажер одну из 5 прилагаемых насадок, как показано на рисунке. Совместите насадку с наконечником перкуSSIONного механизма, а затем надавите на нее, чтобы зафиксировать. (Чтобы снять насадку, возьмитесь за нее, удерживая пальцами с каждой стороны пластикового коннектора. Потяните насадку и снимите).
3. Чтобы установить насадку-ремень, необходимо совместить насадку с наконечником перкуSSIONного механизма, а затем надавить на нее и повернуть, чтобы зафиксировать. Потяните за ремень, чтобы проверить, что насадка зафиксирована должным образом и не вылетает во время использования.
4. Нажмите и удерживайте кнопку  в течение 3 секунд для включения массажера. По умолчанию установлен 1-й уровень интенсивности воздействия. Для переключения уровней нажимайте кнопку выбора интенсивности воздействия. Всего предусмотрено 6 уровней:
  - **1 уровень** — 1400 об/мин  
(горит 1 световой индикатор)
  - **2 уровень** — 1630 об/мин  
(горят 2 световых индикатора)
  - **3 уровень** — 1860 об/мин  
(горят 3 световых индикатора)
  - **4 уровень** — 2090 об/мин  
(горят 4 световых индикатора)
  - **5 уровень** — 2320 об/мин  
(горят 5 световых индикаторов)
  - **6 уровень** — 2550 об/мин  
(горят 6 световых индикаторов).

5. Проведите сеанс массажа только на сухой и чистой поверхности тела поверх одежды, слегка нажимая и перемещая массажную насадку по всему телу в течение 30-60 секунд в одной точке/области. Повторяйте действие до 3-5 раз, пока не почувствуете спад боли и легкое тепло в массируемой области.
6. При желании Вы можете получить вибрационный массаж особо деликатных участков тела — шеи, рук, спины, бедер, ягодиц, ступней. Для этого используйте насадку-ремень с силиконовой вставкой из 4-х аппликаторов: массаж с ее помощью поможет увеличить кровоток, разрушить триггерные точки, ускорить процесс восстановления и снять накопленный стресс.
7. Используйте насадки только на мягких тканях (мышцах) тела.
8. После использования массажера могут возникнуть синяки. Используйте мази и кремы от синяков.
9. Для выключения массажера нажмите и удерживайте 3 секунды кнопку . Если этого не сделать, прибор выключится автоматически по завершении работы таймера — через 10 минут.

**Внимание!** При массаже триггерной точки первые действия приносят существенный дискомфорт, но поступательные движения в течение нескольких секунд снимают напряжение и позволяют уменьшить болезненность и расслабить поврежденную мышцу. Стимуляция притока крови способствует восстановлению пораженной области и прилегающих участков.

## ЗАРЯДКА ПРИБОРА

**При низком заряде батареи все индикаторы мигают 5 раз перед полным выключением прибора.**

1. Снимите силиконовую заглушку, чтобы открыть USB Type-C порт для зарядки. Подключите USB Type-C кабель для зарядки одной стороной к блоку питания, другой — в порт для зарядки, при этом на дисплее начнут мигать индикаторы. Используйте блок питания с характеристиками DC 5В/2А и более.
2. Во время зарядки на дисплее будет отображаться процесс зарядки, индикаторы будут мигать. Устройство полностью заряжено, когда на дисплее все 6 индикаторов будут гореть синим светом.
  - До 30% уровень зарядки: мигают 1–2 индикатор
  - 30%–60% уровень зарядки: мигают 3–4 индикатор
  - 60%–99% уровень зарядки: мигают 5–6 индикатор
  - 100% уровень зарядки: горят все 6 индикаторов
3. Полная зарядка устройства занимает 2–3 часа.
4. Не рекомендуется использовать массажер во время зарядки.

**Примечание.** Среднее время работы устройства при полной зарядке аккумулятора — до 3-х часов.

## ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

**Перед использованием массажера проконсультируйтесь с врачом при наличии одного из следующих условий:**

- электронного стимулятора сердца или иных внутренних медицинских электроаппаратов;
- переломов, вывихов, разрывов мышц ног и ступней, повреждений сухожилий и прочих внешних повреждений;
- варикоза вен в тяжелой форме;
- заболеваний остеопорозом;
- острых заболеваний;
- гипертонии;
- сердечно-сосудистых заболеваний;
- противопоказаний мануального массажа;
- злокачественных опухолей;
- беременности и менструации;
- повреждений внутренних органов;
- внутренних имплантов, протезов;
- возраста до 12 лет в период формирования костно-мышечной системы.

**Примечание.** Данное изделие не предназначено для применения в медицинских целях, в том числе для профилактики, диагностики, лечения, мониторинга состояния организма человека, проведения медицинских исследований, восстановления, замещения, изменения анатомической структуры или физиологических функций организма, предотвращения или прерывания беременности.

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

### **Пожалуйста, внимательно прочитайте данное руководство.**

- Используйте прибор только в соответствии с его назначением, следуя рекомендациям, изложенным в данном руководстве пользователя.
- Данный прибор не предназначен для использования лицами (в т.ч. детьми) с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или с недостатком опыта и/или знаний, за исключением случаев, когда они находятся под постоянным присмотром ответственных за них лиц или получили от них указания, как пользоваться прибором.
- Перед первым использованием осмотрите массажер и убедитесь в отсутствии повреждений.
- До начала массажа проконсультируйтесь с Вашим врачом и убедитесь, что состояние Вашего здоровья позволяет использовать массажер. Во время массажа следите за своим самочувствием.
- Используйте массажер не раньше, чем через час после приема пищи.
- Не используйте массажер в помещениях с повышенной влажностью во избежание поражения электрическим током.
- Не используйте массажер вблизи раскаленных предметов.
- Не роняйте массажер.
- Не рекомендуется использовать массажер во время зарядки.
- Запрещено касаться массажера влажными руками.
- При видимых повреждениях корпуса обратитесь в сертифицированный сервисный центр.
- Запрещено самостоятельно ремонтировать, модифицировать и разбирать устройство. При наличии неисправностей обратитесь в сертифицированный сервисный центр.

- При возникновении какого-либо отклонения в работе устройства (например, при возникновении запаха дыма, подозрительного шума и т.д.) немедленно прекратите его использование!
- Не рекомендуется использование массажера на суставах, ранах и других чувствительных частях тела. При возникновении дискомфорта или плохого самочувствия во время массажа немедленно прекратите использование массажера и проконсультируйтесь с Вашим лечащим врачом.
- Не используйте дополнительные приспособления, не рекомендованные компанией-производителем.
- После перемещения массажера из холода в тепло не рекомендуется включать прибор как минимум 1 час.
- Запрещено погружать массажер в воду или другие жидкости во время его очистки.
- Рекомендованное время непрерывного массажа — 2–5 минут (при массаже триггерных точек — до 2 минут, локальный массаж мышцы — до 5 минут).
- Не массируйте одну и ту же часть тела дольше, чем 10 минут за один сеанс. Это может привести к чрезмерной стимуляции мышц и нервов. Повторный сеанс массажа можно проводить не раньше, чем через 60 минут после предыдущего.
- Перед первым использованием массажера полностью зарядите его, используя USB-кабель для зарядки.
- Защищайте вентиляционные отверстия от попадания пыли и мусора.
- После использования массажера могут возникнуть синяки. Используйте мази и кремы от синяков.

## УСТРАНЕНИЕ ВОЗМОЖНЫХ НЕПОЛАДОК

Проблема	Возможная причина	Решение
Прибор не работает	Прибор полностью разрядился	Зарядите прибор, используя кабель Type-C
	Прибор выключен	Включите массажер, нажав на кнопку 
Внезапное прекращение работы	Прибор полностью разрядился	Зарядите прибор, используя кабель Type-C
	Сработал таймер на 10 минут	Включите массажер, нажав на кнопку 

При обнаружении неисправностей в работе прибора немедленно прекратите его использование и обратитесь в сервисный центр компании YAMAGUCHI для тестирования, замены и ремонта.

В целях безопасности все работы по ремонту устройства должны выполняться только представителями сервисных центров компании YAMAGUCHI. Адреса и телефоны сервисных центров можно узнать по тел. 8 800 333-12-81.

## ХРАНЕНИЕ И УХОД

- Поместите массажер и насадки в сумку-кейс для хранения.
- Храните массажер в сухом и прохладном, хорошо вентилируемом месте.
- Прибор рекомендовано хранить при температуре от +5 °С до +40 °С и относительной влажности не более 90%. Оберегайте прибор от значительных перепадов температур.
- Избегайте соприкосновения аппарата с острыми или режущими предметами, которые могут повредить насадки и корпус.
- При длительном хранении рекомендуется заряжать массажер 1 раз в 2 месяца.
- Перед очисткой выключите массажер и снимите массажную насадку.
- Очищайте корпус массажера мягкой, слегка влажной тканью.
- Во время чистки изделия не погружайте массажер в воду.
- Для чистки изделия не используйте абразивные чистящие средства, щетки, бензин, керосин, средства для полировки стекла или мебели, растворители для краски.
- В случае загрязнения съемных насадок массажера, промойте их в теплой мыльной воде и затем тщательно просушите.

## ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Наименование продукта	Перкуссионный массажер
Модель	Yamaguchi Massage Gun Belt
Мощность	33 Вт
Питание	Литий-ионный аккумулятор, 2000 мАч
Уровни интенсивности	6 уровней: 1400–2550 об/мин
Амплитуда	12 мм
Ударная сила	21 кг
Частота вибраций	<60 Гц
Материал	ABS-пластик
Питание для зарядки	DC 5 В/2 А

### **Примечание.**

В процессе постоянного совершенствования прибора мы оставляем за собой право на технические и конструктивные изменения, улучшающие работу изделия.

Кол-во насадок	4 насадки + 1 насадка-ремень
Размеры (Д×Ш×В)	256×155,6×67,3 мм
Вес нетто	1,3 кг
Таймер	10 минут
Время непрерывной работы	3 часа (без нагрузки, на 1 уровне интенсивности)
Время зарядки	2–3 часа
Температура окружающей среды	-20°C ~ +50°C
Относительная влажность	<90%
Атмосферное давление	70 кПа ~ 106 кПа

## КОМПЛЕКТ ПОСТАВКИ

Массажер для тела × 1  
 Массажная насадка × 5  
 Зарядный кабель Type-C × 1  
 Сумка для хранения × 1  
 Руководство пользователя × 1  
 Упаковочная коробка\* × 1

\* Упаковочная коробка является неотъемлемой частью товарного вида изделия.



YAMAGUCHI®  
by YAMAGUCHI ELECTRONICS SOLUTIONS, CO. LTD.

EAC