



Gebruiksaanwijzing - Shiatsu Voetmassageapparaat

User Manual - Shiatsu Foot Massager

Manual d'utilisation - Shiatsu Masseur de pieds

Gebrauchsanweisung - Shiatsu-Fußmassagegerät



Language:   

Model: XB-8584

Introductie

Bedankt dat je gekozen hebt voor ons product! Volg altijd de veiligheidsvoorschriften voor veilig gebruik. Mochten er vragen zijn over het product neem dan gerust contact met ons op via email: info@good-4you.nl

Beoogd gebruik

- Dit product is uitsluitend bestemd voor de doeleinden beschreven in de gebruiksaanwijzing.
- De leverancier is vrijgesteld van aansprakelijkheid voor enig letsel of schade veroorzaakt door het gebruik van het product buiten het beoogde gebruik ervan.
- Neem altijd de volgende voorzorgsmaatregelen in acht wanneer u gebruik maakt van 'het Voetmassageapparaat', hierna te noemen 'het product'.

Waarschuwingen en Veiligheidsinstructies



Let erop dat het verpakkingsmateriaal niet in handen komt van kinderen. Zij kunnen erin stikken! Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing nauwkeurig door en bewaar deze zorgvuldig!

Algemeen

- Als dit de eerste keer is dat je het product gebruikt, is het belangrijk om de gebruiksaanwijzing en instructies zorgvuldig door te nemen. Let op de risico's en consequenties die verbonden zijn aan misbruik van het product. Misbruik van het product kan resulteren in persoonlijk letsel en schade aan het product of producten die erop zijn aangesloten.
- Gebruik het product alleen voor de doeleinden aangegeven in deze handleiding.
- Als het product niet goed functioneert, gevallen of beschadigd is, gebruik het product dan niet en raadpleeg dan de Customer Service.
- Het product is ontworpen en bedoeld voor privégebruik. Gebruik het product niet voor commerciële doeleinden.
- Laat het product niet onbeheerd achter wanneer het in gebruik is. Als je het product niet gebruikt, zet het product dan uit.

Personen

- Het product is niet geschikt voor mensen (inclusief kinderen) met een fysieke of mentale beperking, of mensen die geen ervaring met of kennis over het product hebben. Gebruik van het product is alleen toegestaan als er een toezichthouder bij is, die verantwoordelijk is voor de veiligheid van de gebruiker. Gebruik en bewaar het product buiten bereik van kinderen. We raden aan om het product alleen te gebruiken als je 16 jaar of ouder bent.
- Gebruik het product niet als je: een elektronisch implantaat zoals een pacemaker hebt; aandoeningen aan je voet(en) hebt zoals wratten, zwemmerseczeem, uitslag of open wonden hebt; een kwaadaardige tumor, een hartaandoening, osteoporose of een gebroken wervelkolom hebt; verkouden bent met koorts of spataderen, trombose, geelzucht, diabetes, zenuwaandoeningen, acute ontstekingen, huidziektes, kapotte huid, of pijn zonder duidelijke of directe aanleiding hebt.
- Gebruik het product niet met meer dan één persoon tegelijk. Gebruik het product niet in de buurt van je ogen of andere gevoelige gebieden. Gebruik het product niet als je in bed ligt of aan het slapen bent.
- Gebruik het product niet als je een voertuig of een machine aan het besturen bent. Gebruik het product niet verticaal om ongelukken of verwondingen aan de turbine, storingen, enz. te voorkomen.

- Als je het product uitleent aan iemand anders, zorg er dan voor dat je het product met de gebruiksaanwijzing geeft.
- Gebruik het product op een vlakke ondergrond. Als het niet stabiel is, is het lichaam niet in evenwicht en kan er een ongeluk veroorzaakt worden.
- Het product is speciaal voor de benen, voeten, kuit, enz., gebruik de taille, nek en andere delen niet buiten het gebruiksdoel.
- Langdurig gebruik van het product kan leiden tot overbelasting. Na 15 minuten gebruik een pauze van minstens 15 minuten voordat je het product weer gebruikt.
- Laat het product niet onbelast draaien en draai de draairichting van het product niet om.
- Wrijving kan schadelijk zijn voor de huid, dus gebruik het niet direct.
- Plaats geen zware voorwerpen op het product.
- Zorg ervoor dat het product niet in contact komt met puntige of scherpe voorwerpen.

Medische opmerkingen

- Het product dient niet als vervanging voor behandelingen van een arts of een fysiotherapeut.
- Raadpleeg een arts voordat je het product gebruikt als je onverklaarbare pijn hebt, een medische behandeling ondergaat of medische apparatuur gebruikt.
- Om excessieve overstimulatie van de spieren en de zenuwen te voorkomen wordt het aangeraden om het product niet langer dan 15 minuten achter elkaar te gebruiken.
- Als je pijn of discomfort ervaart tijdens het gebruik van het product of de massage onprettig vindt, stop dan met het gebruik en raadpleeg je arts.

Elektra

- Haal het product niet uit elkaar, repareer en herstel het product niet. Dit kan schade aan het product aanbrengen. Voor de eigen veiligheid mogen deze onderdelen alleen vervangen worden door geautoriseerd onderhoudspersoneel. Stuur het product altijd naar servicecentrum voor reparaties om schade en persoonlijk letsel te voorkomen.
- Gebruik het product niet in de buurt van een bad, een douche, een zwembad, of bij een (was) bak gevuld met water.
- Zorg ervoor dat het product niet in contact komt met water. Dompel het product niet onder in water. Als er toch water in of op het product komt, zet het product dan direct uit en neem contact op met onze klantenservice.
- Raak het product niet met natte handen aan.
- Dek het product niet af als het aanstaat. Leg nooit kussen of dekens op het product of ertegenaan. Dit kan tot brandgevaar, een elektrische schok, persoonlijk letsel of schade aan het product leiden.

Overig

- Zorg ervoor dat je de knoppen kort indrukt om het product niet in de war te brengen.
- Steek geen objecten in of door de openingen van het product. Zorg ervoor dat de bewegende onderdelen altijd de ruimte hebben om te bewegen en dat er niets klem zit.

Ontvangen van Verzending

- Controleer of de inhoud van het pakket overeenkomt met de pakbon wanneer je de verzending ontvangt. Licht je leverancier in als er onderdelen ontbreken. Lijkt de apparatuur beschadigd, dien dan onmiddellijk een klacht in bij de vervoerder en geef de leverancier een gedetailleerde beschrijving van de schade. Bewaar de beschadigde verpakkingen om je klacht te onderbouwen.

Inhoud Verpakking

- Good4You Shiatsu Voetmassageapparaat - Model XB-8584

Bijgevoegde accessoires

- 1x Afstandsbediening
- 1x CR2025 batterij
- 1x Stroomadapter
- 1x Gebruiksaanwijzing

Instructies voor gebruik

- ⚠ Langdurig gebruik van het product kan leiden tot oververhitting. Las na 15 minuten gebruik een pauze in van minstens 15 minuten voordat je het product weer gebruikt en gebruik het niet vaker dan 3 keer per dag.
- ⚠ Dek het product niet af als het aanstaat. Leg nooit kussen of dekens op het apparaat of ertegenaan. Dit kan tot brandgevaar, een elektrische schok, persoonlijk letsel of schade aan het product leiden.
- ⚠ Houd het product uit de buurt van vocht, hitte, ruimtes waar de temperatuur relatief hoog is en hittebronnen zoals ovens.

Gezondheidsvoordelen

- Voetreflextherapie is steeds populairder geworden in de gezondheidszorg nu mensen meer nadruk leggen op welzijn. Dagelijkse activiteiten zoals lange wandelingen of boodschappen doen kunnen vermoeiend zijn, en het masseren van je voeten thuis kan een gevoel van verlichting bieden.
- Volgens de traditionele Chinese geneeskunde zijn interne organen en benen nauw met elkaar verbonden. De menselijke enkel heeft meer dan 60 reflexpunten die, wanneer ze gestimuleerd worden, de bloedsomloop en de functie van de organen kunnen verbeteren. Door je voeten te masseren voordat je naar bed gaat, verminder je vermoeidheid, kalmeer je je zenuwen en verbeter je je slaap, wat bijdraagt aan een betere algehele kwaliteit van leven.

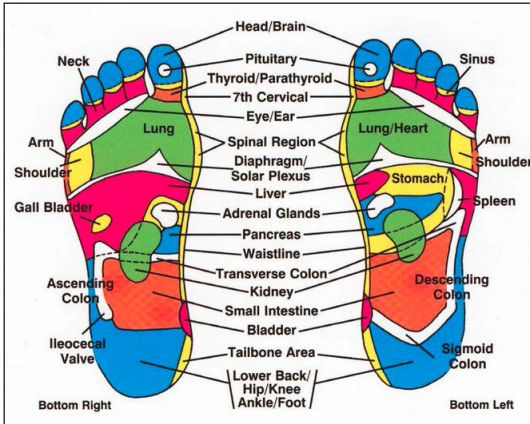
Toepassing van het Voetmassageapparaat

- Voetreflexologie reflexen zijn reacties op externe prikkels vanuit ons lichaam. Wanneer de weefsels en organen van ons lichaam niet goed functioneren in de bijbehorende gebieden op onze voeten, kunnen er luchtbellens, kleine knobbeltjes of een korrelige sensatie ontstaan, en deze gebieden kunnen gevoelig zijn. Deze pijn wordt via de afferente zenuw naar het centrale zenuwstelsel doorgegeven, en dit ongemak kan invloed hebben op verschillende delen van het lichaam.
- Behandeling voor hoofdpijn, buikpijn, migraine, nek- en schouderpijn, vermoeidheid en bloeddrukproblemen.

Producttheorie van het Voetmassageapparaat

- Reflexologie is gebaseerd op traditionele geneeskunde, meridiaanleer, magnetische wetenschappen en gezondheidswetgeving omtrent reflexologie. Het combineert moderne elektronische technologie met medische onderzoeksresultaten.

Principes van neurale reflexen



- De reflex is een menselijke reactie op externe prikkels. Abnormale lichaamsweefsels en organen kunnen leiden tot problemen bij de reflexpunten, zoals luchtbellens, zandkorrels, staafvormige sloten en kleine knobbeltjes. De pijn wordt door de afferente zenuwen naar het centrale zenuwstelsel gestuurd, dat vervolgens een reeks zenuwimpulsen naar de lichaamsweefsels en organen verzendt. Dit leidt tot hormonale regulatie en vergroot het vermogen van het lichaam om zich aan te passen aan onevenwichtigheden.

Kenmerken van het Good4You® Voetmassageapparaat

1. **Complete massage met focus op belangrijke voettherapiepunten:** Het apparaat biedt een uitgebreide behandeling door specifieke drukpunten in de voeten te targeten, wat de effectiviteit van de therapie verhoogt.
2. **Gelijktijdige dubbele massage op beide voeten:** Onderzoek heeft aangetoond dat de gelijktijdige stimulatie van drukpunten een voordeel biedt dat 3 tot 5 keer groter is dan de traditionele methode.
3. **Acupressuurpunten:** Het voetmassageapparaat werkt op elk gebied van de voet om verschillende soorten pathologieën te behandelen volgens de zones die zijn gedefinieerd in de voetreflexologie.
4. **Gebruiksgemak op elk moment:** Het is alsof je een professional naar huis haalt, met het voordeel dat je massage-sessies kunt uitvoeren na een douche, voor het slapengaan of terwijl je televisie kijkt.
5. **Uniek ontwerp en vorm:** Voor een perfecte verdeling en aanpassing aan elke voetmaat en drukpunten. Het bedieningspaneel is gemakkelijk toegankelijk en te bedienen, zodat je kunt profiteren van alle functies van je voetmassageapparaat.
6. **Geavanceerde microcontroller:** Zorgt voor optimale prestaties tijdens gebruik, terwijl het energieverbruik wordt verminderd.
7. **Aanpasbaar:** Kan op elk moment worden afgesteld op jouw persoonlijke voorkeuren tijdens je massage-sessie.

Veelgestelde Vragen

1. Wanneer moet ik het voetmassageapparaat niet gebruiken?

Het wordt niet aanbevolen om het apparaat 30 minuten voor en 1 uur na het eten te gebruiken. Dit kan de bloedcirculatie in het maag-darmgebied verminderen en de spijsvertering beïnvloeden.

2. Hoe lang wordt aangeraden om het voetmassageapparaat te gebruiken?

Het wordt aangeraden om het apparaat elke sessie 30 minuten te gebruiken.

3. Welke zorg moet ik na elke massage hebben?

Het wordt aangeraden om een kopje warm water te drinken om de bloedstroom en circulatie te bevorderen. Thee, wijn en andere alcoholische dranken moeten worden vermeden.

4. Is het gebruik aanbevolen voor vrouwen en mannen?

Ja, het gebruik is aanbevolen voor zowel vrouwen als mannen. Het kan bijdragen aan een aanzienlijke verbetering van je gezondheid. Door de drukpunten in de voeten op de juiste manier te stimuleren, kunnen de bijnieren worden gestimuleerd om adequate hoeveelheden hormonen in het lichaam vrij te geven, wat de huid vitaliseert, pigmentatie vermindert en de stofwisseling versnelt om het lichaamsgewicht te verminderen. Bij vrouwen kan het helpen om menstruatieperiodes te normaliseren.

Welke reacties en resultaten kunnen optreden na gebruik van het voetmassageapparaat?

Na 5-10 keer gebruik van het apparaat kun je de volgende verbeteringen in je algehele gezondheid opmerken:

1. **Betere slaapkwaliteit:** Tijdens het masseren voel je je slaperig en wil je misschien slapen. Deze reactie geeft aan dat de fysiologische functies van het lichaam worden aangepast.
2. **Verhoogde transpiratie:** Dit helpt om toxines uit het lichaam te verwijderen en verbetert de bloedcirculatie.
3. **Voorkom constipatie:** Het bevordert een goede werking van het spijsverteringsstelsel door de stoelgang te normaliseren.
4. **Patiënten met rug- of schouderpijn kunnen wat ongemak ervaren tijdens de voetmassage:** Dit wijst erop dat schade aan het lichaam wordt hersteld en de pijn na verloop van tijd volledig zal verdwijnen.
5. **Patiënten met lymfatische problemen kunnen ontsteking in de voeten ervaren:** Blijf de massage uitvoeren zodat de vloeistoffen kunnen circuleren en de ontsteking op natuurlijke wijze verdwijnt.
6. **Warmtegevoel:** Je kunt een warmtegevoel ervaren door de verhoogde bloedcirculatie door de stimulatie van de reflexzones in de voeten.

Veelvoorkomende aandoeningen en voettherapie voor behandeling

Hoofdpijn en migraine

Masseer het aangegeven gebied om de hoofdpijn te verminderen.

Je kunt dit ook preventief doen om een gezonde toestand te behouden.



Schouderpijn

Masseer het aangegeven gebied om de pijn en druk op de schouders om de bloedcirculatie in het bovenlichaam te bevorderen.



Baarmoederhalspijn

Nek- en schouderpijn zijn vaak gerelateerd, daarom wordt aanbevolen om de aangegeven gebieden in beide atieeldingen tegelijkertijd te masseren. Het wordt aanbevolen om het aangewezen gebied 's ochtends te masseren.



Buikpijn en ongemak

Masseer het aangegeven gebied om buikpijn en ongemakken, zoals gastritis en misselijkheid, te verlichten.



Vermoeidheid

Masseer het gerichte gebied om neurale reflexen aan te passen, de hormoonhuishouding te reguleren, de bloedsomloop te verbeteren en spierspanning te verlichten.



Verlichting van constipatie

Masseer het aangegeven gebied om de stoelgang te stimuleren en de lever, nieren en andere belangrijke organen te ondersteunen.



Gewichtsvermindering

Masseer het aangegeven gebied om het spijsverteringssysteem direct te beïnvloeden, de werking ervan te verbeteren en zo bij te dragen aan gewichtsverlies.



Ontgifting

Masseer de aangegeven gebieden om de afvoer van gifstoffen via de urine te bevorderen en de nierfunctie te verbeteren. De binnenkant van de hiel is verbonden met de blaas, de zijkant van de hiel met de bovenste lymfeklieren, en de lijn van de grote teen (Hallux) is gerelateerd aan de onderste lymfeklieren.



Slaapproblemen, slapeloosheid

Masseer de aangegeven gebieden om beter in slaap te vallen en stress te verminderen.



Verkoudheid

De aangegeven gebieden zijn verbonden met de neus, longen, bronchiën, larynx en andere reflexzones van het ademhalingssysteem. Door deze gebieden te masseren, kunnen symptomen worden verlicht, de bloedsomloop verbeterd en een lichamelijke balans bereikt.



Stress en spanning

Dagelijkse stress kan zich manifesteren in de grote teen, die dan hard aanvoelt. Door de teen te masseren, wordt deze weer soepel en wordt de hypofyse gestimuleerd, wat de afgifte van hormonen bevordert die angstniveaus reguleren, depressie beheersen en mentale ontspanning bieden.



Dysmenorroe

Masseer de aangegeven gebieden totdat je je comfortabel voelt en het gebied zachter aanvoelt. Het wordt aanbevolen om dit punt vanaf de eerste dag van de menstruatie te masseren om dysmenorroe te verlichten, zodat het proces normaal en zonder pijn verloopt.



Climacterisch syndroom (Vervroegde overgang)

Masseer de aangegeven punten om de symptomen van de menopauze te verlichten.



Onvruchtbaarheid en menstruatieproblemen

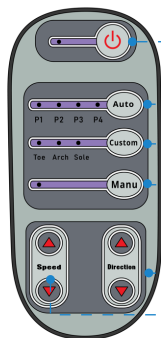
Het masseren van de aangegeven gebieden verbetert de functie van de eierstokken. De meridiaan in de onderkant van de hiel is gerelateerd aan de baarmoeder; massage van dit punt kan pijn verlichten.



Opstartinstructies

1. Steek de stekker in het stopcontact.
 2. Druk op de "⏻" knop om het apparaat aan te zetten. De bijbehorende LED-indicator zal rood worden.
 3. Druk op de "Auto" knop om de massagemodus te laten wisselen tussen Programma 1, 2, 3 en 4:
 - a) Programma 1: Algemene massage
 - b) Programma 2: Massage gericht op hoofd, nek, wervelkolom en schouders
 - c) Programma 3: Massage gericht op maag, darmen, lever en andere organen
 - d) Programma 4: Massage gericht op benen, urinewegen en voortplantingssysteem
 De bijbehorende LED-indicator zal rood worden.
 4. Druk op de "Manu" knop voor een gepersonaliseerde massage; de massagemodus wisselt af tussen bewegingen voor de tenen, bogen en voetzolen. Gebruik de "Speed" knop om de snelheid van de massage aan te passen. De bijbehorende LED-indicator zal rood worden.
 5. Druk op de "Speed" knop om de handmatige modus te selecteren en stel de snelheid en richting naar wens in. De bijbehorende LED-indicator zal rood worden.
 6. Druk op de "⏻" knop en houd deze 2 seconden ingedrukt om het apparaat uit te schakelen. Trek na gebruik de stekker uit het stopcontact.
- Uitschakelen: als na 5 minuten geen massagestand is geselecteerd, wordt het apparaat automatisch uitgeschakeld.
 - Tijdens de massage: druk op de "⏻" knop om de werking te pauzeren en druk opnieuw om verder te gaan.
- ⚠ Tijdens het gebruik: trek nooit aan het netsnoer om het apparaat uit te schakelen.
- Voor personen met gevoelige voeten kan het apparaat in het begin wat ruw aanvoelen. Het is aan te raden om in het begin je voeten iets op te tillen en na verloop van tijd zullen je voeten zich aanpassen aan het apparaat na meerdere keren gebruik. We zijn er zeker van dat je het uiteindelijk heerlijk zult vinden.

Bedieningspaneel



Aan/Uit:

Hiermee start of beëindig je de massage.
Na 15 minuten stopt hij vanzelf.

Automatische Standen:

4 Massage Programma's

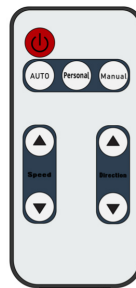
Gepersonaliseerde Massage

3 Massagezones:
Tenen - Voetholten - Voetzolen

Handmatig Snelheid en Richting instellen

Richting instellen

Snelheid instellen



Alle bijbehorende functies kunnen rechtstreeks met de afstandsbediening worden ingesteld.

Technische data

Afmetingen	56 x 33 x 25 cm
Gewicht	4,9 kg
Vermogen	40W
Voeding - Frequentie - Output	120V - 50/60Hz - 1.5A
Timer	15 min

Onderhoud en Reiniging

Onderhoud

- Zet het product uit als je het niet gebruikt en haal de stekker uit het stopcontact.
- Houd het product stofvrij.
- Zorg ervoor dat het product niet in contact komt met scherpe objecten die het product kunnen beschadigen.
- Bewaar het product op een droge, schone plek. Bewaar het product niet in extreem hoge of lage temperaturen.

Reiniging

- ⚠ Dompel het product niet onder in water of andere vloeistoffen en houd het uit de buurt van oplosmiddelen en agressieve schoonmaakmiddelen.
- Zet het product uit en haal de stekker uit het stopcontact voordat je het schoonmaakt.
 - Maak de basis en het bedieningspaneel van het product schoon met een vochtige doek die kort in schoonmaakmiddel is gedoopt en veeg het product droog met een droge, zachte doek. Gebruik geen schuurmiddelen of verduuners om het product schoon te maken.

Weggoien en Recycling

Service en Garantie

- Indien je service of informatie nodig hebt omtrent je product, schroom dan niet en neem contact met ons op via email: info@good-4you.nl. Binnen 24 uur ontvang je een reactie.
- Wij verlenen twee jaar garantie op onze producten. De klant dient een aankoopbewijs te kunnen tonen en de garantie dient binnen een periode van twee jaar na de aankoopdatum geldend te worden gemaakt. Let op de garantie geldt niet: bij schade veroorzaakt door onjuist gebruik of reparatie; voor aan slijtage onderhevige onderdelen; voor gebreken waarvan de klant bij aankoop op de hoogte was; bij defecten door eigen schuld van de klant, bij schade door derden.

Garantie GRATIS verlengen

1. Scan de QR-code hieronder om de Facebookpagina van Good4You te vinden en geef deze vervolgens een 'Vind ik leuk'.



2. Stuur een bericht met "Garantie" naar ons via Messenger of stuur een e-mail naar info@good-4you.nl om de garantie uit te breiden van 2 jaar naar 4 jaar.

Probleemoplossing

Probleem	Oplossing
Er is een kletterend geluid te horen in de beweging.	Dit is volkomen normaal en wordt veroorzaakt door de werking van het product. Het is een normale status.
Het apparaat schakelt plotseling uit	Het apparaat schakelt automatisch uit na 15 minuten. Ga door met het gebruik door op de aan/uit-knop te drukken. Als het apparaat 30 minuten is gebruikt, schakel dan het apparaat weer in na 15 minuten rusten.
	De oververhittingsbeveiliging is geactiveerd. Het apparaat wordt automatisch uitgeschakeld voor de veiligheid. Laat het apparaat 15- 30 minuten rusten voordat het opnieuw wordt gebruikt.
Het apparaat start niet	Controleer of het apparaat langer dan 15 minuten is gebruikt. Zo ja, schakel dan het apparaat weer in na 15 minuten rusten. In warmere omgevingen kan het langer duren voordat het apparaat is afgekoeld.
	Controleer of de adapter in het stopcontact zit.



Introduction

Thank you for choosing our product! Always follow the safety instructions for safe use. If there are any questions about the product please feel free to contact us via email: info@good-4you.nl

Intended Use

- This product is intended only for the purposes described in the instructions for use.
- The supplier is released from liability for any injury or damage caused by using the product beyond its intended use.
- Always observe the following precautions when using "the Foot Massager", hereinafter referred to as "the product".

Warnings and Safety Instructions



Make sure that the packaging material does not get into the hands of children. They may choke on it! Read the instructions for use carefully before use and keep them carefully!

General

- If this is your first time using the product, it is important to read the manual and instructions carefully. Be aware of the risks and consequences associated with misuse of the product. Misuse of the product may result in personal injury and damage to the product or products connected to it.
- Use the product only for the purposes indicated in this manual.
- If the product is malfunctioning, dropped or damaged, do not use the product and consult Customer Service.
- The product is designed and intended for private use. Do not use the product for commercial purposes.
- Do not leave the product unattended when in use. When not in use, turn the product off.

Persons

- The product is not suitable for people (including children) with physical or mental disabilities, or people who have no experience with or knowledge of the product. Use of the product is permitted only when a supervisor is present and responsible for the safety of the user. Use and store the product out of the reach of children. We recommend using the product only if you are 16 years of age or older.
- Do not use the product if you: have an electronic implant such as a pacemaker; have conditions on your foot(s) such as warts, swimmer's eczema, rashes, or open wounds; have a malignant tumor, heart disease, osteoporosis, or a broken spine; have a cold with a fever or varicose veins, thrombosis, jaundice, diabetes, nervous disorders, acute inflammation, skin disease, broken skin, or pain without obvious or immediate cause.
- Do not use the product with more than one person at a time. Do not use the product near your eyes or other sensitive areas. Do not use the product when you are in bed or sleeping.
- Do not use the product when you are driving a vehicle or operating machinery. Do not use the product vertically to avoid accidents or injuries to the turbine, malfunctions, etc.
- If you lend the product to someone else, make sure you give the product with the manual together.
- Use the product on a level surface. If it is not stable, the body will not be balanced and an accident can be caused.
- The product is special for the legs, feet, calves, etc., do not use the waist, neck and other parts outside the purpose of use.

- Prolonged use of the product may cause overuse. After 15 minutes of use, insert a break of at least 15 minutes before using the product again.
- Do not leave the product running unloaded or reverse the direction of rotation of the product. Friction can be harmful to the skin, so do not use it directly.
- Do not place heavy objects on the product.
- Do not allow the product to come into contact with pointed or sharp objects.

Medical Notes

- The product is not a substitute for treatments from a doctor or physical therapist.
- Consult a physician before using the product if you have unexplained pain, are undergoing medical treatment, or are using medical equipment.
- To avoid excessive over stimulation of the muscles and nerves, it is recommended that you do not use the product for more than 15 minutes at a time.
- If you experience pain or discomfort while using the product or find the massage unpleasant, discontinue use and consult your physician.

Electra

- Do not disassemble, repair or restore the product. Doing so may cause damage to the product. For your own safety, these parts should only be replaced by authorized service personnel. Always send the product to service center for repairs to prevent damage and personal injury.
- Do not use the product near a bathtub, shower, swimming pool, or near a tub or laundry tub filled with water.
- Do not allow the product to come into contact with water. Do not immerse the product in water. If water does get in or on the product, turn the product off immediately and contact our customer service department.
- Do not touch the product with wet hands.
- Do not cover the product when it is on. Never place pillows or blankets on or against the product. This may cause a fire hazard, electric shock, personal injury or damage to the product.

Other

- Be sure to press the buttons briefly to avoid confusing the product.
- Do not insert objects into or through the openings of the product. Always ensure that the moving parts have room to move and that nothing is jammed.

Receiving Shipment

- Check that the contents of the package match the packing slip when you receive the shipment. Notify your supplier if any parts are missing. If the equipment appears damaged, file a complaint with the carrier immediately and give the supplier a detailed description of the damage. Keep the damaged packaging to substantiate your complaint.

Package Contents

- Good4You Shiatsu Foot Massager - Model XB-8584

Attached accessories

- 1x Remote Control
- 1x CR2025 Battery
- 1x Power Adapter
- 1x User Manual

Instructions for use

- ⚠ Prolonged use of the product may lead to overheating. After 15 minutes of use, take a break of at least 15 minutes before using the product again and do not use it more than 3 times a day.
- ⚠ Do not cover the product when it is on. Never place pillows or blankets on or against the unit. This may cause a fire hazard, electric shock, personal injury or damage to the product.
- ⚠ Keep the product away from moisture, heat, areas where the temperature is relatively high, and heat sources such as ovens.

Health benefits

- Foot reflexology has become increasingly popular in health care as people place more emphasis on wellness. Daily activities such as long walks or running errands can be tiring, and massaging your feet at home can provide a sense of relief.
- According to traditional Chinese medicine, internal organs and legs are closely connected. The human ankle has more than 60 reflex points that, when stimulated, can improve blood circulation and organ function. Massaging your feet before going to bed reduces fatigue, calms your nerves and improves sleep, contributing to a better overall quality of life.

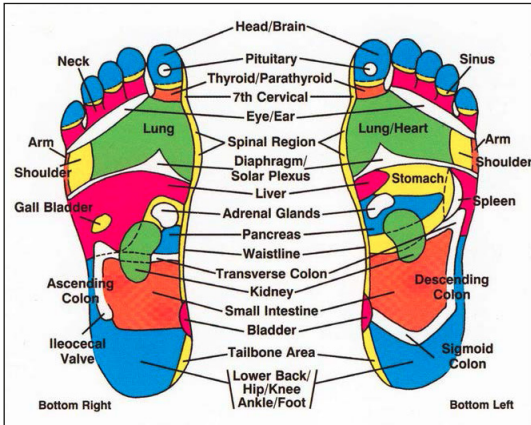
Application of the Foot Massager

- Foot reflexology reflexes are responses to external stimuli from our bodies. When the tissues and organs of our body are not functioning properly in the corresponding areas on our feet, air bubbles, small nodules or a grainy sensation may occur, and these areas may be sensitive. This pain is transmitted through the afferent nerve to the central nervous system, and this discomfort can affect various parts of the body.
- Treatment for headaches, abdominal pain, migraines, neck and shoulder pain, fatigue and blood pressure problems.

Product Theory of Foot Massage Device

- Reflexology is based on traditional medicine, meridian theory, magnetic sciences and health legislation concerning reflexology. It combines modern electronic technology with medical research results.

Principles of neural reflexes



- The reflex is a human response to external stimuli. Abnormal body tissues and organs can cause problems at the reflex points, such as air bubbles, grains of sand, rod-like locks and small nodules. Pain is sent by the afferent nerves to the central nervous system, which then sends a series of nerve impulses to the body tissues and organs. This leads to hormonal regulation and increases the body's ability to adapt to imbalances.

Features of the Good4You® Foot Massager.

- Complete massage with focus on key foot therapy points:** The device provides comprehensive treatment by targeting specific pressure points in the feet, increasing the effectiveness of therapy.
- Simultaneous dual massage on both feet:** Research has shown that simultaneous stimulation of pressure points provides a benefit that is 3 to 5 times greater than the traditional method.
- Acupressure points:** The foot massager works on each area of the foot to treat different types of pathologies according to the zones defined in foot reflexology.
- Ease of use at any time:** It's like bringing home a professional, with the advantage that you can perform massage sessions after a shower, before bed or while watching television. Calibri
- Unique design and shape:** For perfect distribution and adaptation to any foot size and pressure points. The control panel is easy to access and operate, allowing you to take advantage of all the functions of your foot massager.
- Advanced microcontroller:** Ensures optimal performance during use while reducing power consumption.
- Customizable:** Can be adjusted to your personal preferences at any time during your massage session.

Frequently Asked Questions

1. **When should I not use the foot massager?**

It is not recommended to use the device 30 minutes before and 1 hour after eating. This may reduce blood circulation in the gastrointestinal area and affect digestion.

2. **How long is recommended to use the foot massager?**

It is recommended to use the device for 30 minutes every session.

3. **What care should I have after each massage?**

It is recommended to drink a cup of warm water to promote blood flow and circulation. Tea, wine and other alcoholic beverages should be avoided.

4. **Is the use recommended for women and men?**

Yes, use is recommended for both women and men. It can contribute to a significant improvement in your health. By properly stimulating the pressure points in the feet, the adrenal glands can be stimulated to release adequate amounts of hormones into the body, which vitalizes the skin, reduces pigmentation and speeds up metabolism to reduce body weight. In women, it can help normalize menstrual periods.

What reactions and results may occur after using the foot massager?

After using the device 5-10 times, you may notice the following improvements in your overall health:

1. **Improved sleep quality:** During massage, you feel sleepy and may want to sleep. This reaction indicates that the physiological functions of the body are being adjusted.
2. **Increased perspiration:** This helps to remove toxins from the body and improves blood circulation.
3. **Prevent constipation:** It promotes proper functioning of the digestive system by normalizing bowel movements.
4. **Patients with back or shoulder pain may experience some discomfort during foot massage:** This indicates that damage to the body is being repaired and the pain will disappear completely over time.
5. **Patients with lymphatic problems may experience inflammation in the feet:** Keep performing the massage so that the fluids can circulate, and the inflammation disappears naturally.
6. **Feeling warm:** You may experience a feeling of warmth due to the increased blood circulation from the stimulation of the reflex zones in the feet.

Common diseases and foot therapy to treat them

Headache and migraines

Massage the indicated area to reduce the headache, you can also do it preventively to maintain a healthy state.



Shoulder pain

Massage the indicated area to relieve pain and pressure on the shoulders to promote blood circulation in the upper body.



Cervical pain

Neck and shoulder pain are usually related, so it is recommended to simultaneously massage the areas indicated in both images. It is recommended to massage the designated area in the morning.



Stomach pain and upset

Massage the indicated area to relieve stomach pain and discomfort such as gastritis, vomiting, etc.



Fatigue

Massage the targeted area to adjust neural reflexes, adjust endocrines, improve circulation and relieve muscle tension.



Eliminate constipation

Massage the indicated area to stimulate a bowel movement, protect the liver, kidneys, and other important organs.



Weight reduction

By massaging the indicated area, it will directly influence the digestive system, improving its functioning with benefits in weight reduction.



Detoxification

By massaging the indicated areas, the elimination of toxins through urine is promoted to improve kidney function. The inner part of the heel is related to the bladder. The lateral part of the heel is at the top of the lymph nodes. The big toe line (Hallux) is related to the lower lymph nodes.



Lack of sleep, insomnia

Massage the indicated areas, this will allow you to fall asleep and reduce stress.



Colds

The indicated areas are related to: nose, lungs, bronchi, larynx and other respiratory reflex zones. Massaging this area will help relieve symptoms, improve circulation, and achieve a physical state of balance.



Stress and pressure

Everyday stress can be seen reflected in the big toe with a feeling of hardness to the touch. By massaging the finger, it will be soothed again and the pituitary gland will be stimulated, which will release hormones regulating anxiety levels, controlling depression, and providing mental relaxation.



Dysmenorrhea

Massage the indicated areas until you feel comfortable and the area is soothed. It is recommended to massage the indicated point to treat dysmenorrhea from the first day of menstruation so that the process runs normally and without pain.



Climacteric syndrome (Menopause)

Massaging the indicated points will allow you to alleviate symptoms related to menopause.



Infertility and menstrual problems

The massage of the indicated areas improves the function of the ovaries, the meridian located in the lower part of the heel is the point related to the uterus, a massage at this point can relieve pain.



Start-up instructions

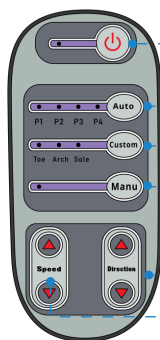
1. Plug the power cord into the socket.
2. Press the "⏻" button to turn on the device. The corresponding LED-indicator will turn red.
3. Press the "Auto" button to switch the massage mode between Programs 1, 2, 3, and 4:
 - a) Program 1: General massage
 - b) Program 2: Massage focused on head, neck, spine, and shoulders
 - c) Program 3: Massage focused on stomach, intestines, liver, and other organs
 - d) Program 4: Massage focused on legs, urinary system, and reproductive system
 The corresponding LED indicator will turn red.
4. Press the "Manu" button for a personalized massage; the massage mode alternates between movements for the toes, arches, and soles. Use the "Speed" button to adjust the speed of the massage. The corresponding LED indicator will turn red.
5. Press the "⏻" button to select the manual mode and adjust the speed and direction as desired. The corresponding LED-indicator will turn red.
6. Press the "⏻" button and hold it for 2 seconds to turn off the device. Unplug the power cord from the socket after use.

- Auto-shutdown: If no massage mode is selected within 5 minutes, the device will automatically turn off.
- During the massage: Press the "⏻" button to pause the operation and press again to resume.

⚠ During operation: never pull the power cord to turn off the unit.

- For people with sensitive feet, the device may feel a bit rough at first. It is recommended to lift your feet slightly at the beginning. Over time, your feet will adapt to the device after several uses. We are confident you will eventually love it.

Operation panel



On/Off:
Starts or ends the massage.
After 15 minutes, it stops automatically.

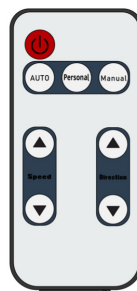
Automatic stands:
4 Massage Programs

Personalized Massage
3 Massage zones: Toes - Arches - Soles

Manually Adjust Speed and Direction

Adjust Direction

Adjust Speed



All associated functions can be set directly with the remote control.

Technical data

Dimensions	56 x 33 x 25 cm
Weight	4,9 kg
Power	40W
Power - Frequency - Output	120V - 50/60Hz - 1.5A
Timer	15 min

Maintenance and Cleaning

Maintenance

- Turn off the product when not in use and unplug it.
- Keep the product dust-free.
- Make sure the product is not in contact with sharp objects that may damage the product.
- Store the product in a dry, clean place. Do not store the product in extremely high or low temperatures.

Cleaning

- ⚠ Do not immerse the product in water or other liquids and keep it away from solvents and harsh cleaning agents.
- Turn off and unplug the product before cleaning.
 - Clean the base and control panel of the product with a damp cloth dipped briefly in detergent and wipe the product dry with a dry, soft cloth. Do not use abrasives or thinners to clean the product.

Disposal and Recycling

- Think about the environment and contribute to a cleaner living environment! At the end of its service life, do not dispose of the product with normal household waste, but hand it in at a government designated collection point for recycling.

Service and Warranty

- If you need service or information regarding your product, please do not hesitate to contact us via email: info@good-4you.nl. You will receive a response within 24 hours.
- We provide two years warranty on our products. The customer must be able to show proof of purchase and the warranty must be made valid within a period of two years from the date of purchase. Please note that the warranty does not apply: for damage caused by improper use or repair; for parts subject to wear and tear; for defects known to the customer at the time of purchase; for defects caused by the customer's own fault; for damage caused by third parties.

Extend warranty for FREE

1. Scan the QR code below to find Good4You's Facebook page and then 'Like' it



2. Send a message with "Warranty" to us via Messenger or email info@good-4you.nl to extend the warranty from 2 years to 4 years.

Troubleshooting

Problem	Solution
A clattering sound is heard in the movement.	This is perfectly normal and is caused by the operation of the product. It is a normal status.
The device suddenly turns off	The device automatically turns off after 15 minutes. Continue use by pressing the power button. If the device has been used for 30 minutes, turn the device back on after resting for 15 minutes.
	Overheating protection is activated. The appliance automatically turns off for safety. Let the appliance rest for 15- 30 minutes before using it again.
The device will not start	Check if the device has been used for more than 15 minutes. If so, turn the unit back on after resting for 15 minutes. In warmer environments, it may take longer for the device to cool down.
	Check if the adapter is plugged in.



Introduction

Merci d'avoir choisi notre produit ! Suivez toujours les instructions de sécurité pour une utilisation sûre. Si vous avez des questions sur le produit, n'hésitez pas à nous contacter par courrier électronique : info@good-4you.nl

Utilisation prévue

- Ce produit est destiné exclusivement aux fins décrites dans le manuel d'utilisation.
- Le fournisseur n'est pas responsable des blessures ou dommages causés par l'utilisation du produit en dehors de l'usage auquel il est destiné.
- Respectez toujours les précautions suivantes lorsque vous utilisez "l'appareil de massage pour les pieds", ci-après dénommé "le produit".

Avertissements et consignes de sécurité



Veillez à ce que le matériau d'emballage ne tombe pas entre les mains des enfants. Ils pourraient s'étouffer avec !

Lisez attentivement le mode d'emploi avant d'utiliser le produit et conservez-le en lieu sûr !

Généralités

- Si vous utilisez le produit pour la première fois, il est important de lire attentivement le manuel et les instructions. Notez les risques et les conséquences liés à une mauvaise utilisation du produit. Une mauvaise utilisation du produit peut entraîner des blessures corporelles et endommager le produit ou les produits qui y sont connectés.
- N'utilisez le produit qu'aux fins indiquées dans le présent manuel.
- Si le produit fonctionne mal, s'il est tombé ou s'il est endommagé, ne l'utilisez pas et consultez le service clientèle.
- Le produit est conçu et destiné à un usage privé. Ne l'utilisez pas à des fins commerciales.
- Ne laissez pas le produit sans surveillance lorsqu'il est utilisé. Si vous n'utilisez pas le produit, éteignez-le.

Personnes

- Le produit ne convient pas aux personnes (y compris les enfants) souffrant d'un handicap physique ou mental, ni aux personnes n'ayant aucune expérience ou connaissance du produit. L'utilisation du produit n'est autorisée qu'en présence d'un superviseur responsable de la sécurité de l'utilisateur. Utilisez et stockez le produit hors de portée des enfants. Nous recommandons de n'utiliser le produit que si vous avez 16 ans ou plus.
- N'utilisez pas le produit si vous : avez un implant électronique tel qu'un stimulateur cardiaque ; avez des affections sur le(s) pied(s) telles que verrues, eczéma du nageur, éruptions cutanées ou plaies ouvertes ; avez une tumeur maligne, une maladie cardiaque, de l'ostéoporose ou une fracture de la colonne vertébrale ; avez un rhume avec fièvre ou des varices, une thrombose, une jaunisse, un diabète, des troubles nerveux, une inflammation aiguë, des maladies de la peau, une peau cassée ou une douleur sans cause évidente ou immédiate.
- N'utilisez pas le produit avec plus d'une personne à la fois. Ne pas utiliser le produit à proximité des yeux ou d'autres zones sensibles. N'utilisez pas le produit lorsque vous êtes au lit ou que vous dormez.
- N'utilisez pas le produit lorsque vous conduisez un véhicule ou une machine. N'utilisez pas le produit à la verticale afin d'éviter les accidents ou les blessures à la turbine, les dysfonctionnements, etc.

- Si vous prêtez le produit à quelqu'un d'autre, veillez à lui remettre le produit et le manuel.
- Utilisez le produit sur une surface plane. S'il n'est pas stable, le corps ne sera pas équilibré et un accident peut se produire.
- Le produit est spécialement conçu pour les jambes, les pieds, les mollets, etc., n'utilisez pas la taille, le cou et d'autres parties en dehors de l'objectif d'utilisation.
- L'utilisation prolongée du produit peut entraîner une surutilisation. Après 15 minutes d'utilisation, faites une pause d'au moins 15 minutes avant de réutiliser le produit.
- Ne laissez pas le produit fonctionner à vide et n'inversez pas le sens de rotation du produit.
- La friction peut être nocive pour la peau, ne l'utilisez donc pas directement.
- Ne placez pas d'objets lourds sur le produit.
- Veillez à ce que le produit n'entre pas en contact avec des objets pointus ou tranchants.

Remarques médicales

- Le produit ne remplace pas les traitements d'un médecin ou d'un physiothérapeute.
- Consultez un médecin avant d'utiliser le produit si vous souffrez de douleurs inexplicables, si vous suivez un traitement médical ou si vous utilisez un équipement médical.
- Pour éviter une surstimulation excessive des muscles et des nerfs, il est recommandé de ne pas utiliser le produit pendant plus de 15 minutes à la fois.
- Si vous ressentez une douleur ou une gêne lors de l'utilisation du produit ou si vous trouvez le massage désagréable, arrêtez l'utilisation et consultez votre médecin.

Electra

- Ne pas démonter, réparer ou restaurer le produit. Cela pourrait l'endommager. Pour votre propre sécurité, ces pièces ne doivent être remplacées que par du personnel de service autorisé. Envoyez toujours le produit à un centre de service pour le faire réparer afin d'éviter tout dommage et toute blessure.
- N'utilisez pas le produit à proximité d'une baignoire, d'une douche, d'une piscine ou d'un bassin (de lavage) rempli d'eau.
- Veillez à ce que le produit n'entre pas en contact avec de l'eau. N'immergez pas le produit dans l'eau. Si de l'eau pénètre dans ou sur le produit, éteignez-le immédiatement et contactez notre service clientèle.
- Ne touchez pas le produit avec des mains mouillées.
Ne couvrez pas le produit lorsqu'il est allumé. Ne placez jamais d'oreillers ou de couvertures sur ou contre l'appareil. Cela pourrait entraîner un risque d'incendie, un choc électrique, des blessures ou des dommages au produit.

Autre

- Veillez à appuyer brièvement sur les boutons pour ne pas perturber le fonctionnement de l'appareil. N'insérez pas d'objets dans ou à travers les ouvertures du produit. Veillez à ce que les pièces mobiles aient toujours de la place pour bouger et que rien ne soit coincé.

Réception de l'envoi

- Lors de la réception de l'envoi, vérifiez que le contenu du colis correspond au bordereau d'expédition. Informez votre fournisseur s'il manque des pièces. Si l'équipement semble endommagé, adressez immédiatement une réclamation au transporteur et donnez au fournisseur une description détaillée des dommages. Conservez l'emballage endommagé pour justifier votre réclamation.

Contenu Emballage

- Appareil de massage des pieds Good4You Shiatsu - Modèle XB-8584

Accessoires joints

- 1x Télécommande
- 1x Pile CR2025
- 1x Adaptateur d'alimentation
- 1x Manuel d'utilisation

Mode d'emploi

- ⚠ L'utilisation prolongée du produit peut entraîner une surchauffe. Après 15 minutes d'utilisation, faites une pause d'au moins 15 minutes avant de réutiliser le produit et ne l'utilisez pas plus de 3 fois par jour.
- ⚠ Ne couvrez pas le produit lorsqu'il est allumé. Ne placez jamais d'oreillers ou de couvertures sur ou contre l'appareil. Cela pourrait entraîner un risque d'incendie, un choc électrique, des blessures ou des dommages à l'appareil.
- ⚠ Conservez l'appareil à l'abri de l'humidité, de la chaleur, des pièces où la température est relativement élevée et des sources de chaleur telles que les fours.

Avantages pour la santé

- La réflexologie plantaire est de plus en plus populaire dans le domaine de la santé, car les gens accordent de plus en plus d'importance au bien-être. Les activités quotidiennes telles que les longues promenades ou les courses peuvent être fatigantes, et le massage des pieds à domicile peut apporter un certain soulagement.
- Selon la médecine traditionnelle chinoise, les organes internes et les jambes sont étroitement liés. La cheville humaine comporte plus de 60 points réflexes qui, lorsqu'ils sont stimulés, peuvent améliorer la circulation sanguine et le fonctionnement des organes. Se masser les pieds avant de se coucher réduit la fatigue, calme les nerfs et améliore le sommeil, contribuant ainsi à une meilleure qualité de vie.

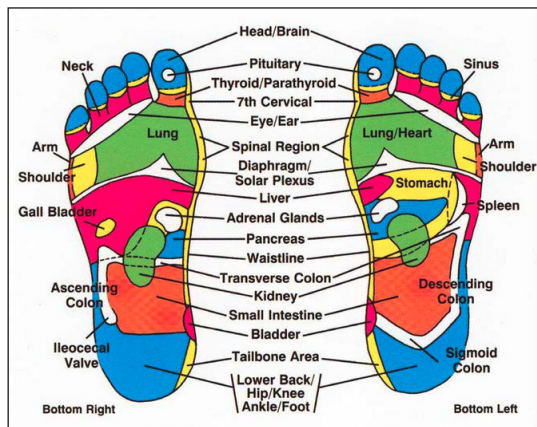
Application du masseur de pieds

- Les réflexes de la réflexologie plantaire sont des réponses aux stimuli externes de notre corps. Lorsque les tissus et les organes de notre corps ne fonctionnent pas correctement dans les zones correspondantes de nos pieds, des bulles d'air, des petites bosses ou une sensation de grain peuvent apparaître, et ces zones peuvent être sensibles. Cette douleur est transmise au système nerveux central par le nerf afférent, et cette gêne peut affecter différentes parties du corps.
- Traitement des maux de tête, des douleurs abdominales, des migraines, des douleurs au niveau du cou et des épaules, de la fatigue et des problèmes de tension artérielle.

Théorie du produit masseur de pieds

- La réflexologie est basée sur la médecine traditionnelle, la science des méridiens, les sciences magnétiques et la législation en matière de santé concernant la réflexologie. Elle associe la technologie électronique moderne aux résultats de la recherche médicale.

Principes des réflexes neuronaux



- Le réflexe est une réponse humaine à des stimuli externes. Les tissus et organes anormaux peuvent causer des problèmes aux points réflexes, tels que les bulles d'air, les grains de sable, les verrous en forme de tige et les petits nodules. La douleur est transmise par les nerfs afférents au système nerveux central, qui envoie ensuite une série d'impulsions nerveuses aux tissus et organes du corps. Cela entraîne une régulation hormonale et augmente la capacité de l'organisme à s'adapter aux déséquilibres.

Caractéristiques du masseur de pieds Good4You®

- Massage complet axé sur les points clés de la thérapie des pieds :** L'appareil offre un traitement complet en ciblant des points de pression spécifiques dans les pieds, ce qui augmente l'efficacité de la thérapie.
- Double massage simultané des deux pieds :** La recherche a montré que la stimulation simultanée des points de pression offre un bénéfice 3 à 5 fois supérieur à la méthode traditionnelle.
- Points d'acupression :** L'appareil de massage des pieds agit sur chaque zone du pied pour traiter différents types de pathologies selon les zones définies en réflexologie plantaire.
- Facilité d'utilisation à tout moment :** c'est comme si vous faisiez venir un professionnel chez vous, avec l'avantage de pouvoir effectuer des séances de massage après la douche, avant le coucher ou en regardant la télévision.
- Conception et forme uniques :** pour une distribution et une adaptation parfaites à toutes les tailles de pieds et à tous les points de pression. Le panneau de commande est facile d'accès et d'utilisation, ce qui vous permet de bénéficier de toutes les fonctions de votre masseur de pieds.
- Microcontrôleur avancé :** assure des performances optimales pendant l'utilisation, tout en réduisant la consommation d'énergie.
- Personnalisable :** Peut être adapté à vos préférences personnelles à tout moment de la séance de massage.

Questions fréquemment posées

1. Quand ne dois-je pas utiliser l'appareil de massage des pieds ?

Il est déconseillé d'utiliser l'appareil 30 minutes avant et 1 heure après le repas. Cela peut réduire la circulation sanguine dans la zone gastro-intestinale et affecter la digestion.

2. Pendant combien de temps est-il recommandé d'utiliser l'appareil de massage des pieds ?

Il est recommandé d'utiliser l'appareil pendant 30 minutes à chaque séance.

3. Quels sont les soins à apporter après chaque massage ?

Il est recommandé de boire une tasse d'eau chaude pour favoriser la circulation sanguine. Le thé, le vin et les autres boissons alcoolisées sont à éviter.

4. L'utilisation est-elle recommandée pour les femmes et les hommes ?

Oui, l'utilisation est recommandée pour les femmes et les hommes. Il peut contribuer à améliorer considérablement votre santé. En stimulant correctement les points de pression des pieds, les glandes surrénales peuvent être stimulées pour libérer des quantités adéquates d'hormones dans le corps, ce qui vitalise la peau, réduit la pigmentation et accélère le métabolisme pour réduire le poids corporel. Chez les femmes, elle peut aider à normaliser les règles.

Quelles sont les réactions et les résultats possibles après l'utilisation de l'appareil de massage des pieds ?

Après avoir utilisé l'appareil 5 à 10 fois, vous pouvez constater les améliorations suivantes sur votre état de santé général :

- 1. Amélioration de la qualité du sommeil :** pendant le massage, vous vous sentez somnolent et vous pouvez avoir envie de dormir. Cette réaction indique que les fonctions physiologiques du corps sont ajustées.
- 2. Augmentation de la transpiration :** Cela permet d'éliminer les toxines du corps et d'améliorer la circulation sanguine.
- 3. Prévention de la constipation :** Il favorise le bon fonctionnement du système digestif en normalisant le transit intestinal.
- 4. Les patients souffrant de douleurs au dos ou aux épaules peuvent ressentir une certaine gêne pendant le massage des pieds :** Cela indique que les dommages subis par le corps sont en cours de réparation et que la douleur disparaîtra complètement avec le temps.
- 5. Les patients souffrant de problèmes lymphatiques peuvent ressentir une inflammation au niveau des pieds :** Continuez le massage pour que les fluides puissent circuler et que l'inflammation disparaisse naturellement.
- 6. Sensation de chaleur :** vous pouvez ressentir une sensation de chaleur due à l'augmentation de la circulation sanguine provoquée par la stimulation des zones réflexes des pieds.

Affections courantes et thérapie des pieds pour le traitement

Maux de tête et migraines

Massez la zone indiquée pour réduire les maux de tête. Vous pouvez également le faire de manière préventive pour maintenir un état de santé.



Douleurs aux épaules

Massez la zone indiquée pour soulager la douleur et la pression sur les épaules, et pour favoriser la circulation sanguine dans la partie supérieure du corps.



Douleurs cervicales

Les douleurs du cou et des épaules sont souvent liées, il est donc recommandé de masser les zones indiquées dans les deux images en même temps. Il est recommandé de masser la zone indiquée le matin.



Douleurs abdominales et inconfort

Massez la zone indiquée pour soulager les douleurs abdominales et les inconforts tels que la gastrite et les nausées.



Fatigue

Massez la zone ciblée pour ajuster les réflexes neuronaux, réguler l'équilibre hormonal, améliorer la circulation sanguine et soulager la tension musculaire.



Soulagement de la constipation

Massez la zone indiquée pour stimuler le transit intestinal et soutenir le foie, les reins et d'autres organes importants.



Perte de poids

Massez la zone indiquée pour influencer directement le système digestif, améliorer son fonctionnement et ainsi contribuer à la perte de poids.



Détoxification

Massez les zones indiquées pour favoriser l'élimination des toxines par l'urine et améliorer la fonction rénale. L'intérieur du talon est relié à la vessie, le côté du talon aux ganglions lymphatiques supérieurs, et la ligne du gros orteil (Hallux) est liée aux ganglions lymphatiques inférieurs



Problèmes de sommeil, insomnie

Massez les zones indiquées pour faciliter l'endormissement et réduire le stress.



Rhume

Les zones indiquées sont reliées au nez, aux poumons, aux bronches, au larynx et à d'autres zones réflexes du système respiratoire. En massant ces zones, vous pouvez soulager les symptômes, améliorer la circulation sanguine et atteindre un équilibre corporel.



Stress et tension

Le stress quotidien peut se manifester dans le gros orteil, qui devient alors dur. En massant l'orteil, il retrouve sa souplesse et stimule l'hypophyse, ce qui favorise la libération d'hormones régulant les niveaux d'anxiété, contrôlant la dépression et offrant une détente mentale.



Dysménorrhée

Massez les zones indiquées jusqu'à ce que vous vous sentiez à l'aise et que la zone devienne plus souple. Il est recommandé de masser ce point dès le premier jour des règles pour soulager la dysménorrhée, afin que le processus se déroule normalement et sans douleur.



Syndrome climatérique (Ménopause précoce)

Massez les points indiqués pour soulager les symptômes de la ménopause.



Infertilité et problèmes menstruels

Le massage des zones indiquées améliore la fonction des ovaires.

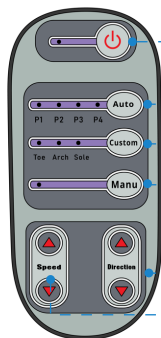
Le méridien situé sur le bas du talon est lié à l'utérus ; masser ce point peut soulager la douleur.



Instructions de démarrage

1. Branchez la prise dans la prise de courant.
 2. Appuyez sur le bouton "⏻" pour allumer l'appareil. Le témoin LED correspondant deviendra rouge.
 3. Appuyez sur le bouton "Mode" pour changer le mode de massage entre les Programmes 1, 2, 3 et 4 :
 - a) Programme 1 : Massage général
 - b) Programme 2 : Massage ciblé sur la tête, le cou, la colonne vertébrale et les épaules
 - c) Programme 3 : Massage ciblé sur l'estomac, les intestins, le foie et d'autres organes
 - d) Programme 4 : Massage ciblé sur les jambes, les voies urinaires et le système reproducteur Le témoin LED correspondant deviendra rouge.
 4. Appuyez sur le bouton "Speed" pour un massage personnalisé ; le mode de massage alternera entre des mouvements pour les orteils, les voûtes plantaires et les plantes des pieds. Utilisez le bouton "Speed" pour ajuster la vitesse du massage. Le témoin LED correspondant deviendra rouge.
 5. Appuyez sur le bouton "Direction" pour sélectionner le mode manuel et réglez la vitesse et la direction selon vos préférences. Le témoin LED correspondant deviendra rouge.
 6. Appuyez sur le bouton "⏻" et maintenez-le enfoncé pendant 2 secondes pour éteindre l'appareil. Après utilisation, débranchez la prise de la prise de courant.
- Extinction automatique : si aucun mode de massage n'est sélectionné après 5 minutes, l'appareil s'éteindra automatiquement.
 - Pendant le massage : appuyez sur le bouton "⏻" pour suspendre le fonctionnement, puis appuyez de nouveau pour continuer.
- ⚠ Pendant l'utilisation : ne tirez jamais sur le cordon d'alimentation pour éteindre l'appareil.
- Pour les personnes ayant les pieds sensibles, l'appareil peut sembler un peu rugueux au début. Il est recommandé de légèrement soulever les pieds au début, et au fil du temps, vos pieds s'adapteront à l'appareil après plusieurs utilisations. Nous sommes certains que vous finirez par l'adorer.

Panneau de contrôle



Marche/Arrêt : Cela permet de démarrer ou d'arrêter le massage. Après 15 minutes, il s'arrête automatiquement.

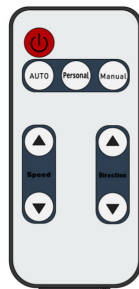
Modes automatiques :
4 programmes de massage

Massage personnalisé 3 zones de massage :
Orteil - Voûtes plantaires - Plantes des pieds

Réglage manuel de la vitesse et de la direction

Réglage de la direction

Réglage de la vitesse



Toutes les fonctions correspondantes peuvent être réglées directement à l'aide de la télécommande.

Données techniques

Dimensions	56 x 33 x 25 cm
Poids	4,9 kg
Alimentation	40W
Alimentation - Fréquence - Sortie	120V - 50/60Hz - 1.5A
Minuterie	15 min

Entretien et nettoyage

Entretien et nettoyage

- Éteignez l'appareil lorsqu'il n'est pas utilisé et débranchez-le.
- Maintenez le produit à l'abri de la poussière.
- Veillez à ce que le produit n'entre pas en contact avec des objets pointus susceptibles de l'endommager.
- Stockez le produit dans un endroit sec et propre. Ne pas stocker le produit à des températures extrêmement élevées ou basses.

Nettoyage

- ⚠ N'immergez pas le produit dans l'eau ou dans d'autres liquides et tenez-le à l'écart des solvants et des produits de nettoyage agressifs.
- Éteignez le produit et débranchez-le de la prise murale avant de le nettoyer.
 - Nettoyez la base et le panneau de commande du produit à l'aide d'un chiffon humide légèrement imbibé de détergent et essuyez le produit à l'aide d'un chiffon sec et doux. N'utilisez pas de produits abrasifs ou de diluants pour nettoyer l'appareil.

Mise au rebut et recyclage

- Pensez à l'environnement et contribuez à un cadre de vie plus propre ! En fin de vie, ne jetez pas le produit avec les ordures ménagères, mais déposez-le dans un point de

Service et garantie

- Si vous avez besoin d'un service ou d'informations concernant votre produit, n'hésitez pas à nous contacter par courrier électronique : info@good-4you.nl. Vous recevrez une réponse dans les 24 heures.
- Nous offrons deux garantie d'un an sur nos produits. Le client doit pouvoir présenter une preuve d'achat et la garantie doit être valable pendant une période de deux ans à compter de la date d'achat. Veuillez noter que la garantie ne s'applique pas : aux dommages causés par une utilisation ou une réparation inappropriée ; aux pièces soumises à l'usure ; aux défauts dont le client avait connaissance au moment de l'achat ; aux défauts causés par la propre faute du client ; aux dommages causés par des tiers.

Extension de garantie GRATUITE

1. Scannez le code QR ci-dessous pour trouver la page Facebook de Good4You et cliquez sur "J'aime".



2. Envoyez-nous un message avec la mention "Garantie" par Messenger ou par e-mail info@good-4you.nl pour prolonger la garantie de 2 an à 4 ans.

Résolution de problèmes

Problème	Solution
Un bruit de claquement peut être entendu dans le mouvement.	Ce phénomène est tout à fait normal et est dû au fonctionnement du produit. Il s'agit d'un état normal.
L'appareil s'éteint soudainement	L'appareil s'éteint automatiquement après 15 minutes. Poursuivez l'utilisation en appuyant sur le bouton d'alimentation. Si l'appareil a été utilisé pendant 30 minutes, remettez-le en marche après 15 minutes de repos.
	La protection contre la surchauffe est activée. L'appareil s'éteint automatiquement pour des raisons de sécurité. Laissez l'appareil reposer pendant 15 à 30 minutes avant de le réutiliser.
L'appareil ne démarre pas	Vérifiez si l'appareil a été utilisé pendant plus de 15 minutes. Si c'est le cas, rallumez l'appareil après 15 minutes de repos. Dans les environnements chauds, l'appareil peut mettre plus de temps à refroidir. L'appareil peut mettre plus de temps à refroidir.
	Assurez-vous que l'adaptateur est branché.



Einleitung

Vielen Dank, dass Sie sich für unser Produkt entschieden haben! Beachten Sie immer die Sicherheitshinweise für den sicheren Gebrauch. Sollten Sie Fragen zum Produkt haben, können Sie uns gerne per E-Mail kontaktieren: info@good-4you.nl

Bestimmungsgemäße Verwendung

- Dieses Produkt ist nur für die in der Gebrauchsanweisung beschriebenen Zwecke bestimmt.
- Der Lieferant haftet nicht für Verletzungen oder Schäden, die durch eine nicht bestimmungsgemäße Verwendung des Produkts entstehen.
- Beachten Sie immer die folgenden Vorsichtsmaßnahmen, wenn Sie das "Fußmassagegerät", im Folgenden als "das Produkt" bezeichnet, verwenden.

Warnungen und Sicherheitshinweise

Achten Sie darauf, dass das Verpackungsmaterial nicht in die Hände von Kindern gerät. Sie könnten sich daran verschlucken!



Lesen Sie die Gebrauchsanweisung vor dem Gebrauch sorgfältig durch und bewahren Sie sie an einem sicheren Ort auf!

Allgemeines

- Wenn Sie das Produkt zum ersten Mal benutzen, ist es wichtig, dass Sie das Handbuch und die Anweisungen sorgfältig lesen. Beachten Sie die Risiken und Folgen, die mit einer falschen Verwendung des Produkts verbunden sind. Eine falsche Verwendung des Produkts kann zu Verletzungen und Schäden am Produkt oder an damit verbundenen Produkten führen.
- Verwenden Sie das Produkt nur für die in dieser Anleitung angegebenen Zwecke.
- Wenn das Produkt nicht richtig funktioniert, heruntergefallen oder beschädigt ist, verwenden Sie es nicht und wenden Sie sich an den Kundendienst.
- Das Produkt ist für den privaten Gebrauch konzipiert und bestimmt. Verwenden Sie das Produkt nicht für kommerzielle Zwecke.
- Lassen Sie das Produkt nicht unbeaufsichtigt, wenn Sie es benutzen. Wenn Sie das Produkt nicht benutzen, schalten Sie es aus.

Personen

- Das Produkt ist nicht geeignet für Personen (einschließlich Kinder) mit körperlichen oder geistigen Behinderungen oder für Personen, die keine Erfahrung oder Kenntnisse mit dem Produkt haben. Das Produkt darf nur in Anwesenheit einer Aufsichtsperson benutzt werden, die für die Sicherheit des Benutzers verantwortlich ist. Verwenden und lagern Sie das Produkt außerhalb der Reichweite von Kindern. Wir empfehlen, das Produkt nur zu benutzen, wenn Sie 16 Jahre oder älter sind.
- Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Sie: ein elektronisches Implantat, wie z. B. einen Herzschrittmacher, tragen; schwanger sind; Erkrankungen an Ihren Füßen haben, wie z. B. Warzen, Schwimmekzeme, Hautausschläge oder offene Wunden; einen bösartigen Tumor, eine Herzerkrankung, Osteoporose oder eine gebrochene Wirbelsäule haben; an einer Erkältung mit Fieber oder Krampfadern, Thrombose, Gelbsucht, Diabetes, Nervenstörungen, akuten Entzündungen, Hautkrankheiten, gebrochener Haut oder Schmerzen ohne offensichtliche oder unmittelbare Ursache leiden.
- Verwenden Sie das Produkt nicht mit mehr als einer Person auf einmal. Verwenden Sie das Produkt nicht in der Nähe Ihrer Augen oder anderer empfindlicher Bereiche. Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Sie im Bett sind oder schlafen.

- Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Sie ein Fahrzeug oder eine Maschine steuern. Verwenden Sie das Gerät nicht in vertikaler Position, um Unfälle oder Verletzungen an der Turbine, Fehlfunktionen usw. zu vermeiden.
- Wenn Sie das Gerät an eine andere Person weitergeben, stellen Sie sicher, dass Sie das Gerät zusammen mit der Bedienungsanleitung übergeben.
- Verwenden Sie das Gerät auf einer ebenen Fläche. Wenn es nicht stabil ist, ist der Körper nicht im Gleichgewicht und es kann zu Unfällen kommen.
- Das Produkt ist speziell für die Beine, Füße, Waden usw. gedacht, verwenden Sie die Taille, den Hals und andere Teile nicht außerhalb des Verwendungszwecks.
- Längerer Gebrauch des Produkts kann zu einer Überbeanspruchung führen. Legen Sie nach 15 Minuten Benutzung eine Pause von mindestens 15 Minuten ein, bevor Sie das Produkt erneut benutzen.
- Lassen Sie das Gerät nicht unbelastet laufen und kehren Sie die Drehrichtung des Geräts nicht um.
- Reibung kann schädlich für die Haut sein, verwenden Sie es daher nicht direkt.
- Stellen Sie keine schweren Gegenstände auf das Gerät.
- Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht mit spitzen oder scharfen Gegenständen in Berührung kommt.

Medizinische Hinweise

- Das Produkt ist kein Ersatz für die Behandlung durch einen Arzt oder Physiotherapeuten.
- Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie das Produkt verwenden, wenn Sie unter unerklärlichen Schmerzen leiden, sich in medizinischer Behandlung befinden oder medizinische Geräte benutzen.
- Um eine übermäßige Stimulation von Muskeln und Nerven zu vermeiden, wird empfohlen, das Produkt nicht länger als 15 Minuten am Stück zu verwenden.
- Wenn Sie während der Anwendung des Produkts Schmerzen oder Unwohlsein verspüren oder die Massage als unangenehm empfinden, brechen Sie die Anwendung ab und suchen Sie Ihren Arzt auf.

Electra

- Nehmen Sie das Gerät nicht auseinander, reparieren oder restaurieren Sie es nicht. Dies kann zu Schäden am Produkt führen. Zu Ihrer eigenen Sicherheit sollten diese Teile nur von autorisiertem Servicepersonal ausgetauscht werden. Schicken Sie das Gerät zur Reparatur immer an ein Kundendienstzentrum, um Schäden und Verletzungen zu vermeiden.
- Verwenden Sie das Gerät nicht in der Nähe einer Badewanne, einer Dusche, eines Schwimmbeckens oder eines mit Wasser gefüllten (Wasch-)Beckens.
- Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht mit Wasser in Berührung kommt. Tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser ein. Sollte Wasser in oder auf das Gerät gelangen, schalten Sie es sofort aus und wenden Sie sich an unseren Kundendienst.
- Berühren Sie das Gerät nicht mit nassen Händen.
- Decken Sie das Gerät nicht ab, wenn es eingeschaltet ist. Legen Sie niemals Kissen oder Decken auf oder gegen das Gerät. Dies kann zu Brandgefahr, elektrischem Schlag, Verletzungen oder Beschädigung des Geräts führen.

Andere

- Achten Sie darauf, die Tasten kurz zu drücken, um das Gerät nicht zu verwirren.
- Stecken Sie keine Gegenstände in oder durch die Öffnungen des Geräts. Achten Sie darauf, dass sich bewegliche Teile immer frei bewegen können und dass nichts eingeklemmt wird.

Empfang der Sendung

- Überprüfen Sie bei Erhalt der Sendung, ob der Inhalt des Pakets mit dem Packzettel übereinstimmt. Informieren Sie Ihren Lieferanten, wenn Teile fehlen. Wenn das Gerät beschädigt erscheint, reklamieren Sie es sofort beim Spediteur und geben Sie dem Lieferanten eine detaillierte Beschreibung des Schadens. Bewahren Sie die beschädigte Verpackung auf, um Ihre Reklamation zu belegen.

Inhalt der Verpackung

- Good4You Shiatsu-Fußmassagegerät - Modell XB-8584

Beiliegendes Zubehör

- 1x Fernbedienung
- 1x CR2025 Batterie
- 1x Netzadapter
- 1x Benutzerhandbuch

Anleitung für den Gebrauch

- ⚠ Längerer Gebrauch des Produkts kann zu Überhitzung führen. Machen Sie nach 15 Minuten Gebrauch eine Pause von mindestens 15 Minuten, bevor Sie das Gerät wieder benutzen, und benutzen Sie es nicht öfter als dreimal am Tag.
- ⚠ Decken Sie das Gerät nicht ab, wenn es eingeschaltet ist. Legen Sie niemals Kissen oder Decken auf oder neben das Gerät. Dies kann zu Brandgefahr, elektrischem Schlag, Verletzungen oder Beschädigung des Geräts führen.
- ⚠ Halten Sie das Gerät von Feuchtigkeit, Hitze, Räumen mit relativ hohen Temperaturen und Wärmequellen wie Öfen fern.

Gesundheitsvorteile

- Fußreflextherapie ist in der Gesundheitsversorgung immer beliebter geworden, da Menschen zunehmend Wert auf Wohlbefinden legen. Alltägliche Aktivitäten wie lange Spaziergänge oder Einkaufen können ermüdend sein, und eine Fußmassage zu Hause kann ein Gefühl der Erleichterung bieten.
- Nach der traditionellen chinesischen Medizin sind die inneren Organe und die Beine eng miteinander verbunden. Das menschliche Sprunggelenk hat mehr als 60 Reflexpunkte, die, wenn sie stimuliert werden, die Blutzirkulation und die Funktion der Organe verbessern können. Durch das Massieren deiner Füße vor dem Schlafengehen reduziert du Müdigkeit, beruhigst deine Nerven und verbesserst deinen Schlaf, was zu einer besseren allgemeinen Lebensqualität beiträgt.

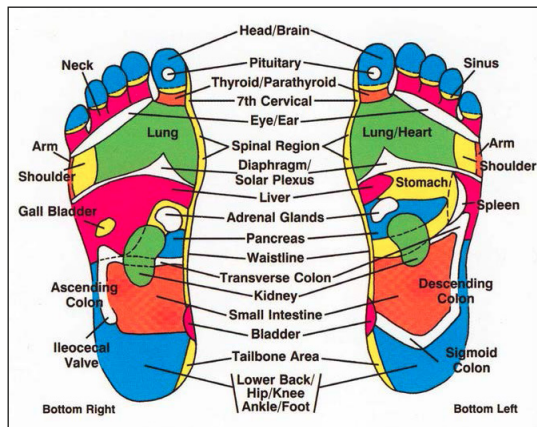
Anwendung des Fußmassagegeräts

- Fußreflexzonen sind Reaktionen auf äußere Reize in unserem Körper. Wenn die Gewebe und Organe unseres Körpers in den entsprechenden Bereichen unserer Füße nicht richtig funktionieren, können sich Luftblasen, kleine Knötchen oder ein körniges Gefühl bilden, und diese Bereiche können empfindlich sein. Dieser Schmerz wird über die afferenten Nerven an das zentrale Nervensystem weitergeleitet, und dieses Unbehagen kann verschiedene Teile des Körpers beeinflussen.
- Behandlung von Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Migräne, Nacken- und Schulterschmerzen, Müdigkeit und Blutdruckproblemen.

Produkttheorie des Fußmassagegeräts

- Reflexologie basiert auf traditioneller Medizin, Meridianlehre, magnetischen Wissenschaften und gesundheitlichen Vorschriften zur Reflexologie. Sie vereint moderne elektronische Technologie mit medizinischen Forschungsergebnissen.

Prinzipien der neuronalen Reflexe



- Der Reflex ist eine menschliche Reaktion auf äußere Reize. Abnormale Körpergewebe und Organe können zu Problemen an den Reflexpunkten führen, wie z.B. Luftblasen, Sandkörnern, stäbchenartigen Schößern und kleinen Knötchen. Der Schmerz wird über die afferenten Nerven an das zentrale Nervensystem weitergeleitet, das dann eine Reihe von Nervenimpulsen an die Körpergewebe und Organe sendet. Dies führt zur hormonalen Regulierung und erhöht die Fähigkeit des Körpers, sich an Ungleichgewichte anzupassen.

Merkmale des Good4You® Fußmassagegeräts

- Komplette Massage mit Fokus auf wichtige Fußtherapiepunkte:** Das Gerät bietet eine umfassende Behandlung, indem es spezifische Druckpunkte in den Füßen anspricht, was die Wirksamkeit der Therapie erhöht.
- Gleichzeitige doppelte Massage beider Füße:** Studien haben gezeigt, dass die gleichzeitige Stimulation von Druckpunkten einen Vorteil bietet, der 3 bis 5 Mal größer ist als bei der traditionellen Methode.
- Akupressurpunkte:** Das Fußmassagegerät arbeitet auf allen Bereichen des Fußes, um verschiedene Arten von Pathologien zu behandeln, gemäß den in der Fußreflexologie definierten Zonen.
- Einfache Anwendung zu jeder Zeit:** Es ist, als ob du einen Profi nach Hause holst, mit dem Vorteil, dass du Massage-Sitzungen nach dem Duschen, vor dem Schlafengehen oder beim Fernsehen durchführen kannst.
- Einzigtartiges Design und Form:** Für eine perfekte Verteilung und Anpassung an jede Fußgröße und Druckpunkte. Das Bedienfeld ist leicht zugänglich und einfach zu bedienen, sodass du alle Funktionen deines Fußmassagegeräts nutzen kannst.
- Fortschrittlicher Mikrocontroller:** Gewährleistet optimale Leistung während der Nutzung und reduziert gleichzeitig den Energieverbrauch.
- Anpassbar:** Kann jederzeit an deine persönlichen Vorlieben während der Massage-Sitzung angepasst werden.

Häufig gestellte Fragen

1. Wann sollte ich das Fußmassagegerät nicht verwenden?

Es wird nicht empfohlen, das Gerät 30 Minuten vor und 1 Stunde nach dem Essen zu verwenden. Dies könnte die Blutzirkulation im Magen-Darm-Bereich verringern und die Verdauung beeinträchtigen.

2. Wie lange sollte ich das Fußmassagegerät verwenden?

Es wird empfohlen, das Gerät bei jeder Sitzung 30 Minuten lang zu verwenden.

3. Welche Pflege sollte ich nach jeder Massage beachten?

Es wird empfohlen, ein Glas warmes Wasser zu trinken, um die Blutzirkulation und den Blutfluss zu fördern. Tee, Wein und andere alkoholische Getränke sollten vermieden werden.

4. Ist die Verwendung für Frauen und Männer empfohlen?

Ja, die Verwendung wird sowohl für Frauen als auch für Männer empfohlen. Sie kann zu einer signifikanten Verbesserung der Gesundheit beitragen. Durch die richtige Stimulierung der Druckpunkte in den Füßen können die Nebennieren angeregt werden, angemessene Mengen an Hormonen freizusetzen, was die Haut belebt, die Pigmentierung reduziert und den Stoffwechsel beschleunigt, um das Körpergewicht zu reduzieren. Bei Frauen kann es zudem helfen, Menstruationszyklen zu normalisieren.

Reaktionen und Ergebnisse nach der Verwendung des Fußmassagegeräts

Nach 5-10 Anwendungen des Geräts können Sie folgende Verbesserungen Ihrer allgemeinen Gesundheit feststellen:

- Bessere Schlafqualität:** Während der Massage könnten Sie sich schläfrig fühlen und den Wunsch verspüren zu schlafen. Diese Reaktion zeigt, dass die physiologischen Funktionen des Körpers angepasst werden.
- Erhöhte Schweißproduktion:** Dies hilft, Toxine aus dem Körper zu entfernen und verbessert die Blutzirkulation.
- Vorbeugung von Verstopfung:** Das Gerät fördert eine gute Funktion des Verdauungssystems, indem es die Stuhlgang reguliert.
- Patienten mit Rücken- oder Schulterschmerzen können während der Fußmassage ein gewisses Unbehagen verspüren:** Dies weist darauf hin, dass der Körper Schaden repariert und die Schmerzen im Laufe der Zeit vollständig verschwinden werden.
- Patienten mit lymphatischen Problemen können eine Entzündung in den Füßen erleben:** Setzen Sie die Massage fort, damit die Flüssigkeiten zirkulieren und die Entzündung auf natürliche Weise abklingt.
- Wärmegefühl:** Durch die erhöhte Blutzirkulation aufgrund der Stimulation der Reflexzonen in den Füßen können Sie ein Wärmegefühl verspüren.

Häufige Beschwerden und Fußtherapie zur Behandlung

Kopfschmerzen und Migräne

Massieren Sie den angegebenen Bereich, um die Kopfschmerzen zu lindern. Dies kann auch präventiv durchgeführt werden, um einen gesunden Zustand zu erhalten.



Schulterschmerzen

Massieren Sie den angegebenen Bereich, um die Schmerzen und den Druck auf die Schultern zu reduzieren und die Blutzirkulation im Oberkörper zu fördern.



Gebärmutterhals-Schmerzen

Nacken- und Schulterschmerzen sind oft miteinander verbunden, daher wird empfohlen, die angegebenen Bereiche in beiden Abbildungen gleichzeitig zu massieren. Es wird empfohlen, den angegebenen Bereich morgens zu massieren.



Bauchschmerzen und Beschwerden

Massieren Sie den angegebenen Bereich, um Bauchschmerzen und Beschwerden wie Gastritis und Übelkeit zu lindern.



Müdigkeit

Massieren Sie den gezielten Bereich, um neuronale Reflexe anzupassen, den Hormonhaushalt zu regulieren, die Blutzirkulation zu verbessern und Muskelverspannungen zu lösen.



Linderung von Verstopfung

Massieren Sie den angegebenen Bereich, um die Darmbewegungen zu fördern und die Leber, Nieren und andere wichtige Organe zu unterstützen.



Gewichtsreduktion

Massieren Sie den angegebenen Bereich, um das Verdauungssystem direkt zu beeinflussen, seine Funktion zu verbessern und somit zur Gewichtsreduktion beizutragen.



Entgiftung

Massieren Sie die angegebenen Bereiche, um die Ausscheidung von Giftstoffen über den Urin zu fördern und die Nierenfunktion zu verbessern. Die Innenseite der Ferse ist mit der Blase verbunden, die Außenseite der Ferse mit den oberen Lymphknoten, und die Linie der großen Zehe (Hallux) ist mit den unteren Lymphknoten verbunden.



Schlafprobleme, Schlaflosigkeit

Massieren Sie die angegebenen Bereiche, um besser einschlafen zu können und Stress abzubauen.



Erkältung

Die angegebenen Bereiche sind mit der Nase, den Lungen, den Bronchien, dem Kehlkopf und anderen Reflexzonen des Atmungssystems verbunden. Durch das Massieren dieser Bereiche können Symptome gelindert, die Blutzirkulation verbessert und ein körperliches Gleichgewicht erreicht werden.



Stress und Verspannungen

Täglicher Stress kann sich in der Großzehe bemerkbar machen, die sich dann hart anfühlt. Die Massage des Zehs macht ihn wieder geschmeidig und stimuliert die Hypophyse, die die Ausschüttung von Hormonen fördert, die das Angstniveau regulieren, Depressionen bekämpfen und mentale Entspannung sorgen.



Dysmenorrhoe

Massieren Sie die angegebenen Bereiche, bis Sie sich wohlfühlen und der Bereich weicher wird. Es wird empfohlen, diesen Punkt ab dem ersten Tag der Menstruation zu massieren, um Dysmenorrhoe zu lindern, damit der Prozess normal und schmerzfrei verläuft.



Klimakterisches Syndrom (Frühe Wechseljahre)

Massieren Sie die angegebenen Punkte, um die Symptome der Menopause zu lindern.



Unfruchtbarkeit und Menstruationsprobleme

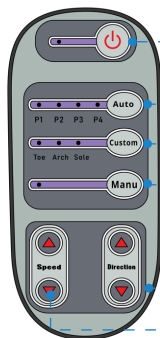
Das Massieren der angegebenen Bereiche verbessert die Funktion der Eierstöcke. Die Meridianzone an der Unterseite der Ferse ist mit der Gebärmutter verbunden; die Massage dieses Punktes kann Schmerzen lindern.



Anweisungen für die Inbetriebnahme

1. Stecken Sie den Stecker in die Steckdose.
 2. Drücken Sie die "⏻" Taste, um das Gerät einzuschalten. Die entsprechende LED-Anzeige wird rot leuchten.
 3. Drücken Sie die "Auto" Taste, um den Massagemodus zwischen Programm 1, 2, 3 und 4 wechseln zu lassen:
 - a) Programm 1: Allgemeine Massage
 - b) Programm 2: Massage für Kopf, Nacken, Wirbelsäule und Schultern
 - c) Programm 3: Massage für Magen, Darm, Leber und andere Organe
 - d) Programm 4: Massage für Beine, Harnwege und Fortpflanzungssystem
 Die entsprechende LED-Anzeige wird rot leuchten.
 4. Drücken Sie die "Manu" Taste für eine personalisierte Massage; der Massagemodus wechselt zwischen Bewegungen für die Zehen, Bögen und Fußsohlen. Verwenden Sie die "Speed" Taste, um die Geschwindigkeit der Massage anzupassen. Die entsprechende LED-Anzeige wird rot leuchten.
 5. Drücken Sie die "Speed" Taste, um den manuellen Modus auszuwählen und stellen Sie die Geschwindigkeit und Richtung nach Wunsch ein. Die entsprechende LED-Anzeige wird rot leuchten.
 6. Drücken Sie die "⏻" Taste und halten Sie sie 2 Sekunden lang gedrückt, um das Gerät auszuschalten. Ziehen Sie nach der Verwendung den Stecker aus der Steckdose.
- Ausschalten: Wenn nach 5 Minuten kein Massagemodus ausgewählt ist, schaltet sich das Gerät automatisch aus.
 - Während der Massage: Drücken Sie die "⏻" Taste, um die Funktion zu pausieren, und drücken Sie erneut, um fortzufahren.
- ⚠ Während des Gebrauchs: Ziehen Sie niemals am Netzkabel, um das Gerät auszuschalten.
- Für Personen mit empfindlichen Füßen kann das Gerät zu Beginn etwas rau erscheinen. Es wird empfohlen, anfangs Ihre Füße leicht anzuheben, und nach mehreren Anwendungen werden sich Ihre Füße an das Gerät anpassen. Wir sind sicher, dass Sie es letztendlich angenehm finden werden.

Bedienfeld



Ein/Aus:

Massage starten oder beenden.
Nach 15 Minuten stoppt es automatisch.

Automatische Programme:

4 Massageprogramme

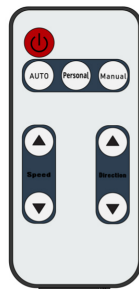
Personalisierte Massage:

3 Massagezonen:
Zehen - Fußgewölbe - Fußsohlen

Manuell Geschwindigkeit und Richtung einstellen

Richtung einstellen

Geschwindigkeit einstellen



Alle Funktionen können
direkt über die
Fernbedienung
eingestellt werden.

Technische Daten

Maße	56 x 33 x 25 cm
Gewicht	4,9 kg
Vermögenswerte	40W
Stromversorgung - Frequenz - Ausgang	120V - 50/60Hz - 1.5A
Timer	15 min

Wartungs- und Reinigung

Wartung

- Schalten Sie das Produkt aus, wenn Sie es nicht verwenden, und ziehen Sie den Stecker aus der Steckdose.
- Halten Sie das Produkt staubfrei.
- Stellen Sie sicher, dass das Produkt nicht mit scharfen Gegenständen in Berührung kommt, die das Produkt beschädigen könnten.
- Lagern Sie das Produkt an einem trockenen, sauberen Ort. Lagern Sie das Produkt nicht bei extrem hohen oder niedrigen Temperaturen.

Reinigung

- ⚠ Tauchen Sie das Produkt nicht in Wasser oder andere Flüssigkeiten und halten Sie es von Lösungsmitteln und aggressiven Reinigungsmitteln fern.
- Schalten Sie das Produkt aus und ziehen Sie den Netzstecker, bevor Sie es reinigen.
 - Reinigen Sie die Basis und das Bedienfeld des Produkts mit einem feuchten, kurz in Reinigungsmittel getauchten Tuch und wischen Sie das Produkt mit einem trockenen, weichen Tuch trocken. Verwenden Sie zum Reinigen des Produkts keine Scheuermittel oder Verdünnern.

Entsorgung und Recycling

- Denken Sie an die Umwelt und tragen Sie zu einem saubereren Lebensumfeld

Service und Garantie

- Wenn Sie Service oder Informationen zu Ihrem Produkt benötigen, zögern Sie nicht, uns per E-Mail zu kontaktieren: info@good-4you.nl. Sie erhalten innerhalb von 24 Stunden eine Antwort.
- Auf unsere Produkte gewähren wir zwei Jahr Garantie. Der Kaufnachweis und der Garantieanspruch des Kunden müssen innerhalb von zwei Jahren nach dem Kaufdatum eingereicht werden.
Bitte beachten Sie, dass die Garantie nicht gilt: für Schäden, die durch unsachgemäße Verwendung oder Reparatur verursacht wurden; für Verschleißteile; für Mängel, die dem Kunden zum Zeitpunkt des Kaufs bekannt waren; bei Mängeln, die auf eigenes Verschulden des Kunden zurückzuführen sind, bei Schäden durch Dritte.

KOSTENLOSE Garantieverlängerung

1. Scannen Sie den QR-Code unten, um die Good4You-Facebook-Seite zu finden, und klicken Sie auf "Gefällt mir"



2. Schicken Sie uns eine Nachricht mit dem Vermerk "Garantie" per Messenger oder E-Mail an info@good-4you.nl, um die Garantie von 2 Jahr auf 4 Jahre zu verlängern.

Fehlersuche

Problem	Lösung
In der Bewegung ist ein klapperndes Geräusch zu hören.	Es ist völlig normal und wird durch den Betrieb des Produkts verursacht. Es handelt sich um einen normalen Zustand.
Das Gerät schaltet sich plötzlich aus.	Das Gerät schaltet sich nach 15 Minuten automatisch aus. Setzen Sie die Verwendung durch Drücken der Einschalttaste fort. Wenn das Gerät 30 Minuten lang benutzt wurde, schalten Sie es nach 15 Minuten Ruhezeit wieder ein.
	Der Überhitzungsschutz ist aktiviert. Das Gerät schaltet sich aus Sicherheitsgründen automatisch aus. Lassen Sie das Gerät 15 bis 30 Minuten ruhen, bevor Sie es wieder benutzen.
Gerät lässt sich nicht starten	Prüfen Sie, ob das Gerät länger als 15 Minuten benutzt wurde. Wenn ja, schalten Sie das Gerät nach einer Ruhezeit von 15 Minuten wieder ein. In wärmeren Umgebungen kann es länger dauern, bis das Gerät abgekühlt ist. Gerät abkühlen zu lassen.
	Überprüfen Sie, ob der Adapter in der Steckdose steckt.

Good4You®



Made in China