

Käyttöohje / Bruksanvisning / Instructions



AOT lihashuoltorulla moottorilla

AOT motordriven massagerulle

AOT electric massage roller

Product ID: 103877739

SUOMITRADING.fi

Realparkinkatu 12, 37570 Lempäälä

+358 (0)10 430 3490



FI



Kiitos, että ostit AOT akkukäyttöisen lihashuoltorullan. Olemme varmoja, että olet tyytyväinen tuotteeseen. Lue käyttöohjeet ennen käyttöä ja säilytä ohje myöhempää tarvetta varten.

1. Tekniset tiedot

Laitteen nimi	AOT lihashuoltorulla moottorilla
Teho	40 W
Mitat	52,5 x 14,5 x 8,6 cm
Akku	4000 mAh, 7,4 V, USB-C lataus
Kierrosnopeus	280-590 RPM, 6 nopeusasetusta
Punavalon aallonpituus	630 nm

2. Varoitukset ja turvallinen käyttö

Tämä laite on itsehoitoon aikuisille suunniteltu lihashuoltorulla harjoituksesta palautumiseen, lihasten lämmittelyyn ja muuhun lihashuoltoon. Laite on suunniteltu kotikäyttöön, sitä ei ole tarkoitettu ammattikäyttöön. Lue käyttöohje ennen kuin aloitat laitteen käyttöö



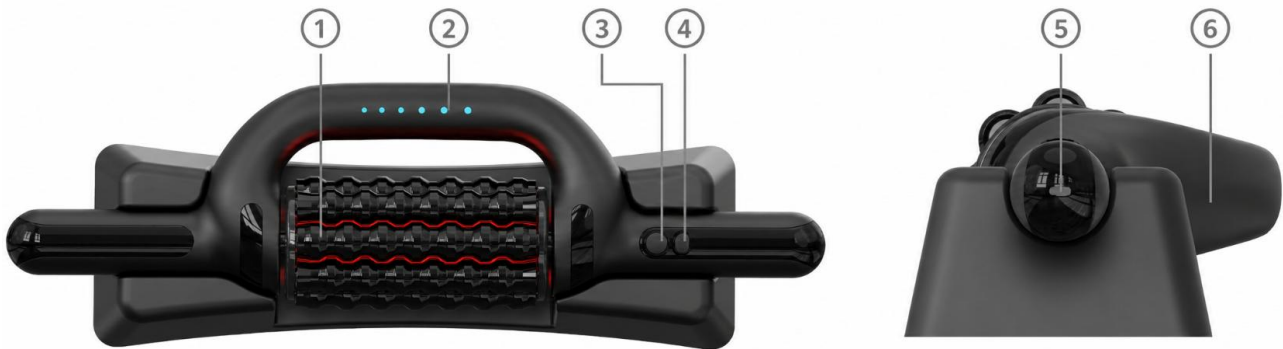
TURVALLISUUSRISKI: Varmista, että hiukset, korut tai vaatteet eivät pääse takertumaan laitteen pyöriviin osiin.

- Varmista fysioterapeutilta tai muulta terveydenhuollon ammattilaiselta, että laitteen käyttö on kohdallasi turvallista.
- Laitteen käyttöä ei lähtökohtaisesti suositella, jos
 - olet raskaana tai toivut leikkauksesta
 - sinulla tekonivel, sydämentahdistin, sisäisesti asennettuja metallisia tukirakenteita tai vastaavia.
 - sinulla on välilevyn pullistuma, migreeni tai verkkokalvojen vaurio
 - sinulla on todettu diabetes tai epilepsia
- Tätä laitetta ei ole tarkoitettu minkään sairauden hoitoon, diagnosointiin tai parantamiseen.
- Tämä laite ei ole lelu. Pidä laite lasten ulottumattomissa.
- Älä anna lasten tai sellaisten henkilöiden, joiden toiminta- tai harkintakyky on alentunut käyttää laitetta ilman valvontaa.
- Laitetta ei saa käyttää kasvojen, pään, kaulan tai sukuelinten alueella.
- Puhdista laite kuivalla tai nihkeällä liinalla, älä koskaan kastele laitetta.

Akkukäyttöisen sähkölaitteen turvallinen käyttö

- Lue tämä ohje huolellisesti ennen laitteen käyttöönottoa ja säilytä ohje mahdollista myöhempää käyttöä varten.
- Käytä laitetta vain tässä käyttöohjeessa annettujen ohjeiden mukaisesti.
- Käytä vain laitteen mukana toimitettua tai hyväksyttyä laturia.
- Akkua ei saa purkaa, rikkoa tai altistaa kuumuudelle.
- Laitetta ei saa jättää latautumaan valvomatta. Älä jatka latausta, jos laite kuumenee.
- Jos virtajohto tai laturi on vaurioitunut, älä käytä tai lataa laitetta.
- Älä altista laitetta tai akkua kuumuudelle, avotulelle tai nesteille käytön, säilytyksen tai latauksen aikana.
- Älä yritä purkaa tai vaihtaa akkua itse.
- Akun väärä käsittely voi aiheuttaa räjähdysen, tulipalon tai henkilövahingon.
- Tämä tuote on tarkoitettu vain kotitalouskäyttöön.
- Älä jätä laitetta suoraan auringonvaloon tai kuumiin tiloihin.
- Lataa laite kuivalla, tasaisella pinnalla. Varmista että lataustilan lämpötila on 0-40 °C.
- Irrota laturi pistorasiasta, kun lataus on valmis.
- Tarkista akku säännöllisesti turvotuksen tai vaurioiden varalta.
- Säilytä laitetta kuivassa ja viileässä (10-30 °C) paikassa.
- Ennen pitkäaikaista säilytystä akku tulee ladata täyteen, jos käyttökatko on erittäin pitkä, tulee akku ladata säännöllisesti vähintään 50 %.

3. Osat



1. Hierontarullat
2. Merkkivalot
3. Virtapainike
4. Punavalokytin
5. Latausportti
6. Käsikahvat

4. Käyttö

Toiminnot

1. Paina virtapainiketta 2 sekunnin ajan ja laite käynnistyy.
2. Muuta tehoa/pyörimisnopeutta painamalla painiketta lyhyesti. Laitteessa on kuusi (6) nopeustasoa. Kahvan merkkivalot näyttävät valitun nopeuden (1-6).
3. Vaihda pyörimissuuntaa kaksoisklikkaamalla virtapainiketta.
4. Aktivoi puna valo virtapainikkeen vieressä olevalla erillisellä kytkimellä.



Käyttötapa



Varmista aina ennen käynnistämistä, että hiukset, korut tai vaatteet eivät pääse takertumaan laitteen pyöriviin osiin.



SELKÄ



POHKEET



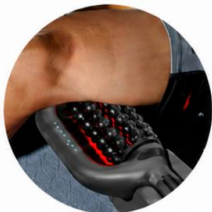
ULKOREISI JA PAKARAT



HARTIAT



REIDET JA ETUREIDET



TAKAREIDET



JALKAPOHJAT



KÄSIVARRET

5. Takuu:

Tällä tuotteella on maahantuojaan myöntämä 1 vuoden takuu, joka on voimassa ostopäivästä alkaen.

Takuu kattaa valmistus- ja materiaali- virheet. Se ei kata normaalia kulumista, käyttäjän virheistä, vahingoista, virheellisestä asennuksesta tai käyttöohjeen vastaisesta käytöstä aiheutuneita vikoja. Takuu raukeaa myös, jos tuotteen käytössä, huollossa tai säilytyksessä ei ole noudatettu asianmukaista huolellisuutta. Takuu on voimassa vain kotitalouskäytössä.

Säilytä kuitti tai muu ostotosite takuukäsittelyä varten. Suosittelemme esimerkiksi liittämään kuitin tai lisäämään mahdollisen tilausnumeron tai vastaavan tunnisteen tähän käyttöohjekirjaan muistiin.

6. Kierrätys

Hävitä pakkaus, pakkausmateriaali, laite ja akku asianmukaisesti.

Älä hävitä akkua tai laitetta kotitalousjätteen mukana. Toimita se asianmukaiseen kierrätyspisteeseen. Laite lajitellaan elektroniikkajätteeseen, kierrätyspisteitä löydät esimerkiksi elektroniikkaa myyvistä kaupoista ja jäteasemilta.

Tuote sisältää kiinteän akun, joka tulee poistaa vain asianmukaisessa kierrätyslaitoksessa. Hävitä laite elektroniikkajätteenä.

SV



Tack för att du har köpt AOT motordriven massagerulle. Vi är övertygade om att du kommer att bli nöjd med produkten. Läs bruksanvisningen före användning och spara den för framtida behov.

1. Specifikationer

Produktnamn	AOT motordriven massagerulle
Effekt	40 W
Mått	52,5 x 14,5 x 8,6 cm
Batteri	4000 mAh, 7,4 V, USB-C laddning
Varvtal	280–590 RPM, 6 hastighetsinställningar
Rödljuset våglängd	630 nm

2. Varningar och säker användning

Denna produkt är en massagerulle för egenvård, avsedd för vuxna för återhämtning efter träning, uppvärmning av muskler och annan muskelvård. Produkten är avsedd för hemmabruk och är inte avsedd för professionellt bruk. Läs bruksanvisningen innan du börjar använda produkten.



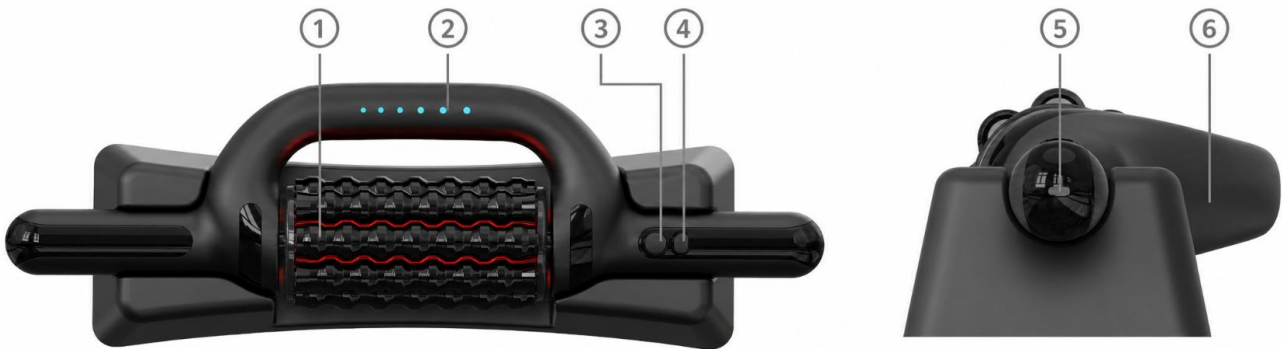
SÄKERHETSRIK: Se till att hår, smycken eller kläder inte kan fastna i produktens roterande delar.

- Kontrollera med en fysioterapeut eller annan hälso- och sjukvårdspersonal att det är säkert för dig att använda produkten.
- Användning av produkten rekommenderas i regel inte om
 - du är gravid eller återhämtar dig efter en operation
 - du har en ledprotes, pacemaker, inopererade metalliska stödstrukturer eller liknande
 - du har diskbräck, migrän eller näthinneskada
 - du har diagnostiserad diabetes eller epilepsi
- Denna produkt är inte avsedd för behandling, diagnostisering eller botande av någon sjukdom.
- Denna produkt är inte en leksak. Förvara produkten utom räckhåll för barn.
- Låt inte barn eller personer med nedsatt funktions- eller omdömesförmåga använda produkten utan tillsyn.
- Produkten får inte användas i ansiktet, på huvudet, halsen eller underlivet.
- Rengör produkten med en torr eller lätt fuktad trasa. Blöt aldrig ned produkten.

Säker användning av en batteridrivnen elektrisk produkt

- Läs denna anvisning noggrant innan du tar produkten i bruk och spara anvisningen för eventuell framtida användning.
- Använd produkten endast i enlighet med anvisningarna i denna bruksanvisning.
- Använd endast den laddare som medföljer produkten eller en godkänd laddare.
- Batteriet får inte tas isär, skadas eller utsättas för värme.
- Produkten får inte lämnas på laddning utan tillsyn. Fortsätt inte laddningen om produkten blir varm.
- Om nätsladden eller laddaren är skadad ska du inte använda eller ladda produkten.
- Utsätt inte produkten eller batteriet för värme, öppen eld eller vätskor under användning, förvaring eller laddning.
- Försök inte ta isär eller byta batteriet själv.
- Felaktig hantering av batteriet kan orsaka explosion, brand eller personskada.
- Denna produkt är endast avsedd för hushållsbruk.
- Lämna inte produkten i direkt solljus eller i varma utrymmen.
- Ladda produkten på en torr och jämn yta. Se till att temperaturen i laddningsutrymmet är 0–40 °C.
- Koppla bort laddaren från eluttaget när laddningen är klar.
- Kontrollera batteriet regelbundet för svullnad eller skador.
- Förvara produkten på en torr och sval plats (10–30 °C).
- Före långvarig förvaring ska batteriet laddas fullt. Om användningsuppehållet är mycket långt ska batteriet laddas regelbundet till minst 50 %.

3. Delar



1. Massagerullar
2. Indikatorlampor
3. Strömknapp
4. Rödljusknapp
5. Laddningsport
6. Handtag

4. Användning

Funktioner

1. Tryck på strömknappen i 2 sekunder för att starta produkten.
2. Ändra effekten/rotationshastigheten genom att trycka kort på knappen. Produkten har sex (6) hastighetsnivåer. Indikatorlamporna på handtaget visar vald hastighet (1–6).
3. Ändra rotationsriktningen genom att dubbelklicka på strömknappen.
4. Aktivera rödljuset med den separata knappen bredvid strömknappen.



Användningsområden



Se alltid till innan du startar produkten att hår, smycken eller kläder inte kan fastna i produktens roterande delar.



RYGG



VADER



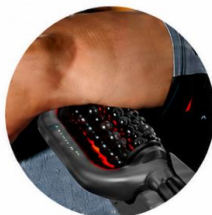
YTTERLÅR OCH SÄTE



AXLAR



LÅR OCH FRAMLÅR



BAKLÅR



FOTSULOR



ARMAR

5. Garanti

Denna produkt har 1 års garanti som beviljas av importören och gäller från inköpsdatumet.

Garantin omfattar tillverknings- och materialfel. Den omfattar inte normalt slitage eller fel som orsakats av användarens misstag, skador, felaktig installation eller användning i strid med bruksanvisningen. Garantin upphör också att gälla om produkten inte har använts, underhållits eller förvarats med vederbörlig omsorg. Garantin gäller endast vid hushållsbruk.

Spara kvittot eller annat köpsbevis för garantihantering. Vi rekommenderar till exempel att du fäster kvittot eller antecknar eventuellt ordernummer eller motsvarande identifierare i denna bruksanvisning.

6. Återvinning

Kassera förpackningen, förpackningsmaterialet, produkten och batteriet på ett korrekt sätt.

Kassera inte batteriet eller produkten tillsammans med hushållsavfall. Lämna den till en lämplig återvinningspunkt.

Produkten ska sorteras som el- och elektronikavfall. Återvinningspunkter finns till exempel i butiker som säljer elektronik och på avfallsstationer.

Produkten innehåller ett fast inbyggt batteri som endast får tas bort på en lämplig återvinningsanläggning. Kassera produkten som el- och elektronikavfall.

EN



Thank you for purchasing the AOT electric massage roller. We are confident that you will be satisfied with the product. Read the user manual before use and keep it for future reference.

1. Specifications

Product name	AOT electric massage roller
Power	40 W
Dimensions	52,5 x 14,5 x 8,6 cm
Battery	4000 mAh, 7.4 V, USB-C charging
Rotational speed	280-590 RPM, 6 speed settings
Red light wavelength	630 nm

2. Warnings and safe use

This product is an electric massage roller designed for adult self-care, for recovery after exercise, warming up muscles and other muscle care. The product is designed for home use and is not intended for professional use. Read the user manual before you start using the product.



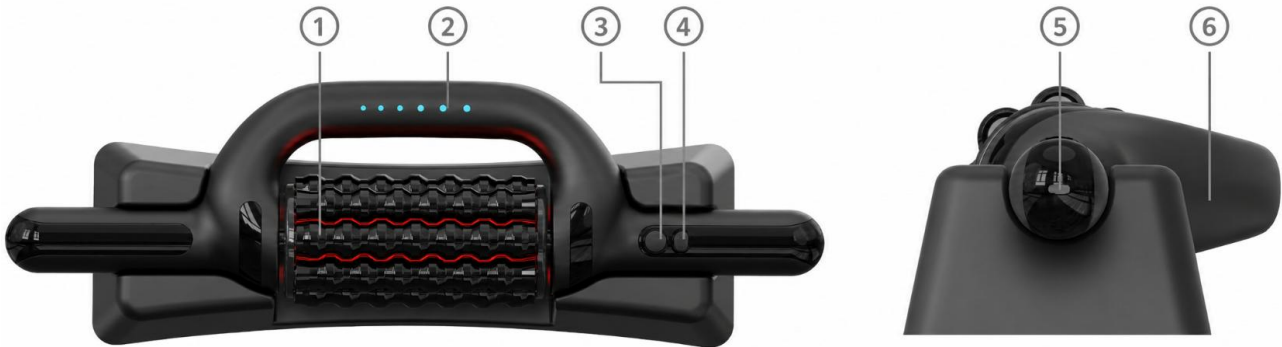
SAFETY RISK: Make sure that hair, jewellery or clothing cannot get caught in the rotating parts of the product.

- Check with a physiotherapist or other healthcare professional that using the product is safe for you.
- Use of the product is generally not recommended if:
 - you are pregnant or recovering from surgery
 - you have a joint prosthesis, pacemaker, internally implanted metal support structures or similar
 - you have a herniated disc, migraine or retinal damage
 - you have been diagnosed with diabetes or epilepsy
- This product is not intended to treat, diagnose or cure any disease.
- This product is not a toy. Keep the product out of the reach of children.
- Do not allow children or persons with reduced physical, functional or decision-making ability to use the product without supervision.
- The product must not be used on the face, head, neck or genital area.
- Clean the product with a dry or slightly damp cloth. Never wet the product.

Safe use of a battery-powered electrical product

- Read these instructions carefully before using the product for the first time and keep them for possible future use.
- Use the product only in accordance with the instructions provided in this user manual.
- Use only the charger supplied with the product or an approved charger.
- The battery must not be disassembled, damaged or exposed to heat.
- The product must not be left charging unattended. Do not continue charging if the product becomes hot.
- If the power cord or charger is damaged, do not use or charge the product.
- Do not expose the product or battery to heat, open flame or liquids during use, storage or charging.
- Do not attempt to disassemble or replace the battery yourself.
- Incorrect handling of the battery may cause explosion, fire or personal injury.
- This product is intended for household use only.
- Do not leave the product in direct sunlight or in hot spaces.
- Charge the product on a dry, level surface. Make sure that the temperature of the charging area is 0–40 °C.
- Unplug the charger from the wall socket when charging is complete.
- Check the battery regularly for swelling or damage.
- Store the product in a dry and cool place (10–30 °C).
- Before long-term storage, the battery should be fully charged. If the product will not be used for a very long time, the battery should be charged regularly to at least 50%.

3. Product parts



1. Massage rollers
2. Indicator lights
3. Power button
4. Red light switch
5. Charging port
6. Handles

4. Using the product

Functions

1. Press the power button for 2 seconds to start the product.
2. Change the power/rotational speed by briefly pressing the button. The product has six (6) speed levels. The indicator lights on the handle show the selected speed (1–6).
3. Change the direction of rotation by double-clicking the power button.
4. Activate the red light using the separate switch next to the power button.



Areas of use



Always make sure before starting the product that hair, jewellery or clothing cannot get caught in the rotating parts of the product.



BACK



CALVES



IT BAND & GLUTES



SHOULDERS



THIGH & SQUADS



HAMSTRINGS



FEET



ARMS

5. Warranty

This product has a 1-year warranty granted by the importer, valid from the date of purchase.

The warranty covers manufacturing and material defects. It does not cover normal wear and tear, or defects caused by user error, damage, incorrect installation or use contrary to the user manual. The warranty will also become void if the product has not been used, maintained or stored with appropriate care. The warranty is valid for household use only.

Keep the receipt or other proof of purchase for warranty handling. We recommend, for example, attaching the receipt or recording any order number or similar identifier in this user manual.

6. Recycling

Dispose of the packaging, packaging materials, product and battery properly.

Do not dispose of the battery or product with household waste. Take it to an appropriate recycling point.

The product must be sorted as electronic waste. Recycling points can be found, for example, in shops that sell electronics and at waste stations.

The product contains a fixed built-in battery, which must only be removed at an appropriate recycling facility. Dispose of the product as electronic waste.