

ASPEN

Masajeador Rodillo

MULTICORPORAL

Modelo: CRM-3300

Manual de Usuario



Lea atentamente estas instrucciones de uso, consérvelas para su futura utilización, póngalas a disposición de otros usuarios y respete las indicaciones.



ADVERTENCIA

- Este aparato se ha diseñado exclusivamente para su uso privado o en el hogar y no para uso industrial.

- Este aparato puede ser utilizado por niños mayores de 8 años, así como por personas con facultades físicas, sensoriales o mentales limitadas, o con poca experiencia o conocimientos, siempre que estén vigilados o se les indique cómo usarlo de forma segura y entiendan los peligros que conlleva.
- Los niños no deberán jugar nunca con el aparato.
- Las tareas de limpieza y de mantenimiento ordinario no deberán ser realizadas por niños sin supervisión.
- No debe abrir ni reparar el aparato bajo ningún concepto; en caso contrario, ya no se garantizará su correcto funcionamiento. El incumplimiento de esta disposición anula la garantía.

Estimada clienta, estimado cliente:

Nos complace que haya elegido un producto de nuestra colección. Nuestro nombre es sinónimo de productos de alta y comprobada calidad en los ámbitos de aplicación de calor, peso, presión arterial, temperatura corporal, pulso, tratamiento suave, masaje, belleza, bebés y aire.

Atentamente,
El equipo de TENACTA S.A.

Índice

1. Información general	3
2. Artículos suministrados	3
3. Explicación de los símbolos	4
4. Uso correcto	6
5. Indicaciones de advertencia y de seguridad	7
6. Descripción del aparato.....	12
7. Puesta en funcionamiento.....	13
8. Utilización.....	14
9. Limpieza y cuidado.....	19
10. Resolución de problemas.....	20
11. Eliminación.....	21
12. Datos técnicos.....	22
13. Garantía	23

1. Información general

El rodillo de masaje con vibración CRM-3300 le ofrece la posibilidad de un masaje de puntos gatillo específico en partes tensas de los músculos. También puede ayudar a relajar el tejido fascial y a soltar las adherencias de las fascias. El uso del rodillo de masaje resulta agradable gracias a su superficie soft touch. El rodillo de masaje dispone de tres partes móviles para poder adaptarse con flexibilidad a los movimientos corporales. El rodillo de masaje dispone de tres niveles de intensidad y un modo de masaje preajustado para que pueda disfrutar de un masaje individual de su agrado.

2. Artículos suministrados

1x Rodillo de masaje con vibración

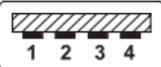
1x Cable de carga USB

1x Manual de Usuario

3. Explicación de los símbolos

En el aparato, en las instrucciones de uso y en el embalaje se utilizan los siguientes símbolos:

	ADVERTENCIA	Indicación de advertencia sobre riesgos de lesiones o peligros para la salud.
	ATENCIÓN	Indicación de seguridad sobre posibles daños del aparato o de los accesorios.
	Nota	Indicación de información importante.
	Leer las instrucciones de uso	

	<p>Eliminación según las normativas locales sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE)</p>
	<p>No desechar con la basura doméstica pilas que contengan sustancias tóxicas</p>
	<p>Eliminar el embalaje respetando el medio ambiente</p>
	<p>Corriente continua</p>
 <p>PIN1 “+” PIN4 “-”</p>	<p>Polaridad USB</p>
	<p>Polaridad del conector de alimentación, positivo al centro.</p>

4. Uso correcto



ADVERTENCIA

Utilice el aparato exclusivamente para masajear muslos, pantorrillas, hombros, brazos y partes de la espalda (excepto la columna vertebral). El aparato no es un aparato médico, sino un aparato de masaje.

El aparato se ha concebido únicamente para el uso propio, no para el uso médico o comercial. El aparato solo podrá usarse para el fin para el que ha sido diseñado y del modo indicado en las instrucciones de uso. Todo uso inadecuado puede ser peligroso. La empresa declina toda responsabilidad por daños y perjuicios debidos a un uso inadecuado o incorrecto. No use el aparato de masaje si una o varias de las siguientes advertencias son de aplicación en su caso. Si tiene dudas de si el aparato es apropiado para usted, consulte a su médico.

5. Indicaciones de advertencia y de seguridad



ADVERTENCIA

- NO utilice el aparato en animales.
- NO utilice el aparato si la zona del cuerpo que se va a masajear sufre una lesión de algún tipo (p. ej., una hernia discal o una herida abierta).
- NO utilice el aparato en la zona del corazón.
- NO utilice el aparato sobre zonas del cuerpo y de la piel hinchadas, con quemaduras, inflamadas o lesionadas.
- NO utilice el aparato en caso de laceraciones, vasos capilares, venas varicosas, acné, cuperosis, herpes u otras enfermedades de la piel.
- NO utilice el aparato durante el embarazo.
- NO utilice el aparato en la cabeza.
- NO utilice el aparato en la cara (en los ojos en particular), en la zona de la laringe o cualquier otra parte del cuerpo que sea especialmente sensible.
- NO utilice el aparato en la zona íntima.
- NO utilice el aparato mientras duerme.

- NO utilice el aparato si ha tomado medicamentos o ha ingerido alcohol (su capacidad de percepción se verá disminuida).
- NO utilice el aparato dentro del coche.

Consulte a su médico antes de usar el aparato, sobre todo:

- Si padece alguna enfermedad cardíaca;
- Si lleva un marcapasos, implantes u otros productos sanitarios;
- En caso de trombosis;
- En caso de diabetes;
- Si sufre dolores de origen desconocido.



ADVERTENCIA

- No deje el material de embalaje al alcance de los niños.
Existe peligro de asfixia.

¡En determinadas circunstancias, el uso indebido del aparato o el incumplimiento de las presentes instrucciones pueden ocasionar peligro de incendio!

Por tanto, no utilice nunca el aparato:

- Sin vigilancia, especialmente en presencia de niños;
- Cubriéndolo, por ejemplo, con una manta, cojines...;

- Cerca de gasolina o de otras sustancias fácilmente inflamables;
- Utilícelo únicamente en interiores secos (nunca en la bañera o sauna, por ejemplo).

Asegúrese de que el aparato no entre en contacto con agua u otros líquidos.

No toque nunca un aparato que se haya caído al agua.



ATENCIÓN

- Antes de utilizar el aparato asegúrese de que ni este ni los accesorios presentan daños visibles. En caso de duda, no lo use y póngase en contacto con su distribuidor o con la dirección del servicio de atención al cliente indicada.
- No abra la carcasa bajo ninguna circunstancia.
- Mantenga el aparato alejado de objetos afilados o puntiagudos.
- Si el aparato se cae o sufre daños de cualquier otro tipo, deberá ser enviado a reparación a un servicio técnico autorizado.

Indicaciones para la manipulación de baterías



ADVERTENCIA

- En caso de que el líquido de una batería entre en contacto con la piel o los ojos, lave la zona afectada con agua y busque asistencia médica.
- Proteja las baterías de un calor excesivo.
-  **¡Peligro de explosión!** No arroje baterías al fuego.
- No despiece, abra ni triture las baterías.
- Utilice solo los cargadores indicados en las instrucciones de uso.
- Las baterías deben estar correctamente cargadas antes de su uso. Para una carga correcta, deben cumplirse en todo momento las indicaciones de estas instrucciones de uso.
- Cargue completamente la batería antes de la primera puesta en funcionamiento (véase el capítulo Puesta en funcionamiento).
- Cargue completamente la batería al menos 2 veces al año para prolongar su vida útil el mayor tiempo posible.
- Cargue el aparato únicamente con el cable de carga suministrado.
- Apague siempre el aparato antes de cargarlo.

Reparación



ADVERTENCIA

- Las reparaciones de los aparatos eléctricos solo debe llevarlas a cabo personal especializado, ya que una reparación inadecuada puede ocasionar peligros considerables para el usuario. Dirijase al servicio de atención al cliente o a un servicio técnico autorizado para que lleven a cabo las reparaciones.

6. Descripción del aparato



1 Botón de encendido y apagado

2 Indicadores LED (3 LED)

El LED izquierdo M1 se ilumina = Nivel de intensidad bajo

El LED intermedio M2 se ilumina = Nivel de intensidad medio

El LED derecho M3 se ilumina = Nivel de intensidad alto

Todos los LED se iluminan = Modo de masaje preajustado

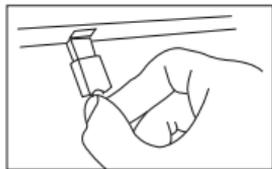
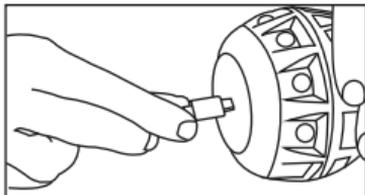
3 Toma para cable de carga USB

7. Puesta en funcionamiento

i Nota

Antes de utilizar por primera vez el rodillo de masaje, deberá cargarlo como mínimo durante 2 ½ horas. Proceda para ello del siguiente modo:

1. Conecte al rodillo de masaje el cable de carga USB suministrado. La toma para el cable de carga USB se encuentra en un lateral del rodillo de masaje.
2. Enchufe a continuación el cable de carga USB en un PC o con un adaptador USB en una toma de corriente adecuada.



Durante el proceso de carga los LED parpadean de izquierda a derecha. En cuanto el rodillo de masaje se ha cargado completamente, los tres LED se iluminan de forma permanente. Una carga completa es suficiente para aprox. dos horas de funcionamiento en el nivel de intensidad bajo o una hora de funcionamiento en el nivel de intensidad alto. El rodillo de masaje no puede utilizarse durante el proceso de carga.

8. Utilización

8.1 Indicaciones para la aplicación

Nota

El masaje debe resultar agradable y relajante en todo momento. Si le resulta doloroso o desagradable, interrúmpalo o cambie de postura o la presión de contacto. La aparición de hematomas ligeros es un efecto positivo del tratamiento y muy habitual, ya que la utilización del rodillo de masaje puede estimular localmente la circulación sanguínea. También pueden producirse enrojecimientos aislados de la piel. Si la piel presenta irritaciones excesivas, deje de utilizar el aparato y consulte a un médico. Recomendamos tratar cada zona del cuerpo (parte inferior, central y superior) tres veces por semana, en sesiones de 15 minutos. Si bien se recomienda tratar las tres áreas en cada sesión, puede concentrarse solo en una de ellas, en función de sus necesidades. Realice la aplicación de forma consciente y lenta.

8.2 Encendido/elección del nivel de intensidad

Nota

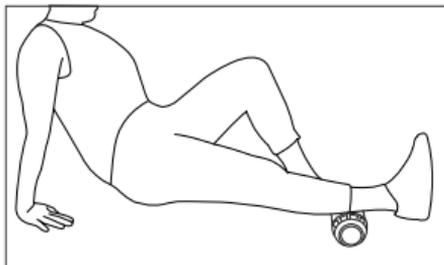
El rodillo de masaje dispone de un mecanismo de desconexión automática. Esto significa que el rodillo de masaje se apaga automáticamente tras 15 minutos de utilización.

1. Para encender el rodillo de masaje, pulse brevemente el **botón de encendido y apagado**. El indicador LED empieza a iluminarse y el rodillo de masaje empieza a vibrar en el nivel de intensidad más bajo.
2. El rodillo de masaje dispone de un total de tres niveles de intensidad (baja, media y alta) y un modo de masaje (intermitente). Para cambiar entre los cuatro niveles, pulse brevemente el **botón de encendido y apagado**. Seleccione entre los cuatro niveles de intensidad el que le resulte más agradable. Si vuelve a pulsar en el cuarto nivel el **botón de encendido y apagado**, el rodillo de masaje volverá a apagarse.
El indicador LED se apaga y la vibración se detiene.

8.3 Ejemplos de aplicación:

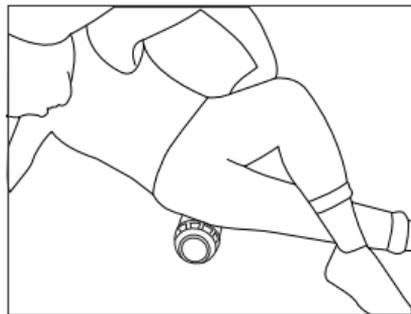
Pantorrilla

Siéntese en el suelo y coloque una pierna sobre el rodillo de masaje, de forma que este quede en la mitad inferior de la pantorrilla. Ahora échese hacia atrás, apóyese con las manos y levante la pelvis. Tense los músculos abdominales y los glúteos y mueva la parte inferior del cuerpo hacia atrás y hacia adelante. Se estimulan los músculos de la pantorrilla.



Muslo/glúteos

Recuéstese de lado en el suelo y estire bien ambas piernas. Doble un brazo y apóyese con el codo en el suelo mientras coloca el otro brazo relajado en el costado. Coloque el rodillo de masaje debajo de la cadera. Deslícese ahora sobre el rodillo con movimientos



lentos. Varíe el ejercicio echándose hacia atrás y apoyándose con ambos brazos y pasando los glúteos por encima del rodillo con movimientos de presión suaves.

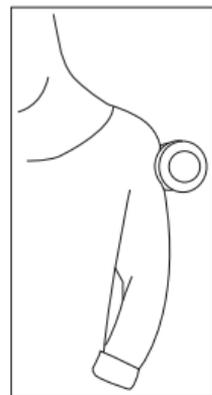
Muslo

Siéntese erguido en el suelo o en una silla. Sujete el rodillo de masaje por los dos extremos y desplácelo ahora por el muslo lentamente y ejerciendo una ligera presión. El elemento flexible central debe masajear el músculo del muslo.



Brazo/hombro

Apóyese de pie y de lado contra una pared. Coloque el rodillo de masaje entre la parte superior del brazo y la pared. Ejercza ahora una ligera presión contra el rodillo de masaje y mueva las piernas arriba y abajo de forma que el rodillo rueda lentamente a lo largo de los brazos. Aumente la distancia entre las piernas y la pared para aumentar la presión ejercida sobre el rodillo. Gire ahora lentamente la espalda hacia la pared de forma que el rodillo se mueva a lo largo de los hombros para estimular los músculos de los mismos.



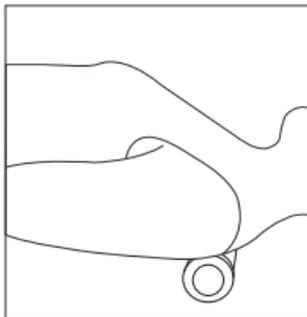
Espalda



ADVERTENCIA

No mueva el rodillo de masaje directamente sobre el hueso.

Túmbese de espaldas. Coloque el rodillo de masaje a la derecha o a la izquierda junto a la columna vertebral entre la espalda y el suelo. Doble las piernas. Muévase ahora lentamente hacia arriba y hacia abajo y haga rodar el rodillo sobre la espalda.



9. Limpieza y cuidado

Limpieza



ADVERTENCIA

- Las tareas de limpieza NO deberán ser realizadas por niños sin supervisión.
- Apague siempre el aparato antes de limpiarlo.
- Limpie el aparato solo con un paño suave ligeramente humedecido.
- Limpie el aparato únicamente de la forma indicada.
Bajo ningún concepto deben penetrar líquidos en el aparato.
- No utilice el aparato hasta que esté completamente seco.
- No lo lave en el lavavajillas.
- ¡No utilice productos abrasivos ni cepillos duros para la limpieza!

Mantenimiento

Si no va a utilizar el aparato durante un periodo de tiempo prolongado, le recomendamos que lo guarde en su embalaje original en un ambiente seco y sin soportar cargas.

10. Resolución de problemas

Problema	Solución
El rodillo de masaje no rueda uniformemente durante el uso.	Intente evitar cargas laterales y cargue el rodillo de masaje de la forma más uniforme posible.
Los LED no parpadean durante el proceso de carga.	Compruebe si el cable de carga USB está conectado correctamente con el rodillo de masaje.

11. Eliminación

ATENCIÓN



- No está permitido eliminar las baterías junto con la basura doméstica. Pueden contener metales pesados tóxicos y deben tratarse como residuos tóxicos.
- Estos símbolos se encuentran en baterías que contienen sustancias tóxicas:

Pb: la pila contiene plomo,

Cd: la pila contiene cadmio,

Hg: la pila contiene mercurio.



A fin de preservar el medio ambiente, cuando el aparato llegue al final de su vida útil no debe desecharlo con la basura doméstica. Lo puede desechar en los puntos de recogida adecuados disponibles en su zona. Deséchelo según la normativa local sobre residuos de aparatos eléctricos y electrónicos (RAEE).



Para más información, póngase en contacto con la autoridad municipal competente en materia de eliminación de residuos.

12. Datos técnicos

Nombre del producto	Masajeador Rodillo
Marca	ASPEN
Modelo	CRM-3300
Dimensiones	15,6 x 8,7 x 8,7 cm
Peso	Aprox. 746 g
Tensión de entrada	5V $\overline{\text{---}}$ 1A $\ominus\text{---}\oplus$
<u>Batería:</u> Capacidad Tensión nominal Denominación de tipo	1800 mAh 3,7 V Iones de litio

- TIENE BATERÍA INTERNA (NO REMOVIBLE)
- CABLE DE CARGA INCLUIDO (PLUG A USB)

13. Garantía

Fecha de compra:

Comercio:

Esta garantía es válida por el termino de 1 año a partir de la fecha de adquisición contra todo defecto de fabricación ó en materiales empleados, no cubriendo eventuales daños producidos por el uso incorrecto del equipo ni tampoco roturas, maltrato o intervención en reparaciones de personal no autorizado. Para que esta garantía tenga validez, debe presentar este manual con la fecha de compra, el sello del comercio donde fue adquirido y con su respectiva factura de compra.

Importa, Distribuye y Garantiza:

TENACTA S.A.

Manuel García 50, Planta Baja (C1284ACB) C.A.B.A. - Argentina

Tel.: (5411) 2206-1730

www.aspenweb.com.ar / info@tenacta.com.ar

Hecho en China