

# JOLT DOT



## La cryosphère JOLT™ DOT

La cryosphère JOLT™ DOT est un ajout fantastique à la récupération musculaire car elle combine froid et massage dans une boule facile à appliquer. Avec une action de roulement, elle peut être utilisée avec une pression légère ou profonde.

La cryothérapie est reconnue comme une méthode efficace pour réduire les douleurs musculaires et neuromusculaires, maux de dos, muscles tendus, courbatures, inflammations du tibia, tendinites, ...



Suivez les instructions plus bas et vous êtes prêt à utiliser JOLT™ DOT !

## Comment utiliser JOLT™ DOT

1. Dévissez la poignée
2. Mettez la boule de massage 2h au congélateur
3. Une fois gelée, replacez la boule dans son socle et vissez la poignée
4. Essuyez les résidus de givre avant de poser la boule de massage sur votre peau

**REMARQUES :** La cryosphère JOLT™ peut être placée dans le congélateur plus longtemps que 2 heures. La température de la boule est de -18°C quand vous la sortez du congélateur, elle peut rester froide pendant 6h. Il est plus efficace d'enlever la boule de son socle avant de la mettre au congélateur. La cryosphère JOLT™ peut être appliquée sur des vêtements ou sur la peau directement.

**NETTOYAGE :** La cryosphère peut être nettoyée avec de l'eau chaude et du savon ou du spray antibactérien.

**PRÉCAUTIONS :** Ne pas chauffer la boule par n'importe quel biais. Ne pas utiliser la boule sur une peau humide. Toujours vous sécher avec une serviette sèche avant application. Toujours essuyer les résidus de givre avant application pour prévenir des brûlures. Toujours garder la cryosphère en mouvement sur la peau.

## Exemple pour une application faciale

Une fois que la cryosphère est prête, suivez les instructions suivantes pour une application faciale :

1. Assurez-vous que votre visage est sec
2. Commencez à masser votre visage comme indiqué sur le schéma
3. Effectuez des mouvements circulaires, ascendants et descendants
4. La cryosphère doit être en mouvement permanent
5. Ne pas dépasser 10 minutes de massage

### Bénéfices d'un traitement Cryo facial :

- Réduction des inflammations
- Réduction des gonflements
- Résultats visibles instantanément
- Peau plus ferme, plus saine, plus éclatante et rajeunie
- Augmentation du tonus musculaire
- Meilleure absorptions des crèmes pour les soins de la peau
- Éclaircissement des zones de cernes sous les yeux
- Effet analgésique (soulagement des douleurs)
- Effet thérapeutique pour les peaux sèches à l'acné et à l'eczéma

