

**Hola, soy Uma<sup>ES</sup>**

**Hi, I'm Uma<sup>EN</sup>**

**Oi eu sou Uma<sup>PT</sup>**

**Salut, je suis Uma<sup>FR</sup>**

**Ciao, sono Uma<sup>IT</sup>**

**Hallo, ich bin Uma<sup>DE</sup>**

---

**Instrucciones de uso. Instructions of use.**

**Instruções de utilização. Instructions d'utilisation.**

**Istruzioni per l'uso. Gebrauchsanweisung.**

**PLATANOMELÓN**

## Características. Characteristics. Características. Caractéristiques. Caratteristiche. Produktbeschreibung.

TTTTT

- (ES)** 3 cm de diámetro cada bola, 16,32 cm de largo, y cuatro pesos progresivos (rosa claro 15 g, azul 35 g, rosa oscuro 35 g, púrpura 55 g).
- (EN)** Each ball measures 3 cm in diameter, 16,32 cm in length, and has four progressive weights (light pink 15 g, blue 35 g, dark pink 35 g, purple 55 g).
- (PT)** 3 cm de diámetro cada bola, 16,32 cm de comprimento e quatro pesos progressivos (rosa claro 15 g, azul 35 g, rosa escuro 35 g, roxo 55 g).
- (FR)** 3 cm de diamètre par boule, 16,32 cm de long, et quatre poids progressifs (rose clair 15 g, bleu 35 g, rose foncé 35 g, violet 55 g).
- (IT)** 3 cm di diametro ciascuna sfera, 16,32 cm di larghezza, e quattro pesi progressivi (rosa chiaro 15 g, azzurro 35 g, rosa scuro 35 g, porpora 55 g).
- (DE)** Jede Kugel hat einen Durchmesser von 3 cm und ist 16,32 cm lang. Die Gewichte der vier Kugeln sind progressiv (hellrosa 15 g, blau 35 g, dunkelrosa 35 g, lila 55 g).



- (ES)** Diseñado para mejorar la salud del suelo pélvico.
- (EN)** Designed to improve the health of the pelvic floor.
- (PT)** Concebido para melhorar a saúde do pavimento pélvico.
- (FR)** Conçu pour favoriser la santé du plancher pelvien.
- (IT)** Progettato per migliorare la salute del pavimento pelvico.
- (DE)** Zur Verbesserung der Beckenbodengesundheit.



- (ES)** Totalmente sumergible.
- (EN)** Fully submersible.
- (PT)** Totalmente submersível.
- (FR)** Entièrement waterproof.
- (IT)** Completamente sommergibile.
- (DE)** Absolut wasserdicht.



- (ES)** 4 bolas del mismo tamaño, pero de diferente peso.
- (EN)** 4 balls of the same size, but different weights.
- (PT)** 4 bolas do mesmo tamanho, mas com peso diferente.
- (FR)** 4 boules de même taille, mais de poids différents.
- (IT)** 4 sfere della stessa dimensione, ma di peso diverso.
- (DE)** 4 Kugeln der gleichen Größe, aber unterschiedlichen Gewichts.



- (ES)** Fácil de insertar, suave al extraer.
- (EN)** Easy to insert, handle to remove.
- (PT)** Fácil de inserir, suave ao extrair.
- (FR)** Facile à insérer, doux à retirer.
- (IT)** Facile da inserire, delicato da estrarre.
- (DE)** Es geht ganz einfach, sie einzusetzen und wieder sanft zu entfernen.

# Instrucciones<sup>ES</sup>

## Finalidad del producto:

Uma es un juego de pesas vaginales intercambiables con diferentes pesos para fortalecer el suelo pélvico de forma voluntaria y progresiva.

## Instrucciones para su correcto uso:

- Se recomienda utilizar un lubricante de base de agua para una mejor inserción.
- Empezar usando Uma durante 10 a 15 minutos diarios y aumentar este tiempo gradualmente, hasta llegar a 30 minutos al día. No utilizar mientras se realizan movimientos bruscos.
- Lavar después de cada uso con agua y jabón neutro o un producto específico.
- No usar en zonas inflamadas o con heridas.
- El cordón de extracción debe quedar siempre por fuera.

## Composición:

Fabricado con silicona hipoalergénica de alta calidad.

## Posibles riesgos asociados de su uso:

- Este es un producto de uso personal, no lo compartas para evitar la propagación de infecciones.
- No utilizar lubricantes con base de silicona u oleosa que pueden dañar o dejar la silicona del producto con tacto viscoso de forma permanente.
- Se recomienda lavar bien el producto con agua y jabón neutro o con un producto específico antes y después de cada uso.
- Es importante que no se utilicen productos abrasivos ni desinfectantes fuertes que contengan sustancias con base de petróleo, aceite de árbol de té, alcohol o lejía para limpiar el producto.
- Para un mantenimiento adecuado del producto, se recomienda guardarlo en un lugar sin humedad, sin polvo y sin luz solar directa.
- Se recomienda guardar el producto en una bolsita antibacteriana.
- Mantener fuera del alcance de los niños.

# Instructions<sup>EN</sup>

## Product purpose:

Uma is a set of interchangeable vaginal weights with different weights to strengthen the pelvic floor in a voluntary and progressive way.

## Instructions for proper use:

- A water-based lubricant is recommended for better insertion.
- Start using Uma for 10-15 minutes daily and increase this time gradually, up to 30 minutes per day. Do not use during sudden movements.
- Wash after each use with neutral soap and water or a specific product.
- Do not use on inflamed or injured areas.
- The extraction cord must always remain on the outside.

## Composition:

High quality hypoallergenic silicone.

## Possible risks associated to their use:

- This product is for personal use, do not share it to avoid spreading infections.
- Do not use silicone or oil-based lubricants that may permanently damage or give the product's silicone a slimy feel.
- We recommend washing the product thoroughly with water and neutral soap or with a specialized product before and after each use.
- Do not use abrasives or harsh disinfectants containing petroleum-based substances, tea tree oil, alcohol or bleach to clean the product.
- For proper maintenance of the product, we recommend storing it in a humidity-free, dust-free place and out of direct sunlight.
- We recommend storing the product in an antibacterial bag.
- Keep out of reach of children.

# Instruções<sup>PT</sup>

## **Finalidade do produto:**

Uma é um conjunto de pesos vaginais intercambiáveis com diferentes pesos para fortalecer o pavimento pélvico de forma voluntária e progressiva.

## **Instruções ou indicações para utilização correta:**

- Recomenda-se utilizar um lubrificante à base de água para uma melhor inserção.
- Começar por usar Uma durante 10 a 15 minutos por dia e aumentar este tempo gradualmente, até chegar a 30 minutos por dia. Não utilizar enquanto se realizam movimentos bruscos.
- Lavar depois de cada utilização com água e sabão neutro ou um produto específico.
- Não usar em zonas inflamadas ou com feridas.
- O cordão de extração deve ficar sempre por fora.

## **Composição:**

Fabricado com silicone hipoalergénico de alta qualidade.

## **Possíveis riscos associados à sua utilização:**

- Este é um produto para utilização pessoal, não o partilhe para evitar a propagação de infeções.
- Não utilize silicone ou lubrificantes à base de óleo que podem danificar ou deixar o silicone do produto permanentemente viscoso.
- Recomenda-se lavar bem o produto com água e sabão neutro ou com um produto específico antes e após cada utilização.
- É importante que não sejam utilizados produtos abrasivos ou desinfetantes fortes que contenham substâncias à base de petróleo, óleo de malaleuca, álcool ou lixívia para limpar o produto.
- Para a manutenção adequada do produto, recomenda-se armazená-lo em local sem humidade, pó e sem luz solar direta.
- Recomenda-se guardar o produto numa bolsa antibacteriana.
- Manter fora do alcance das crianças.

# Instructions<sup>FR</sup>

## Finalité du produit :

Uma est un set de poids vaginaux interchangeables conçu pour renforcer le plancher pelvien de manière volontaire et progressive.

## Instructions ou indications pour une parfaite utilisation :

- Pour une meilleure insertion, il est recommandé d'utiliser un lubrifiant à base d'eau.
- Commencez par utiliser Uma 10 à 15 minutes par jour. Augmentez ensuite cette durée progressivement, jusqu'à 30 minutes par jour. Ne pas utiliser en faisant des mouvements brusques.
- Laver après chaque utilisation à l'eau et au savon neutre ou avec un produit spécifique.
- Ne pas utiliser sur des zones enflammées ou blessées.
- Le cordon d'extraction doit toujours rester à l'extérieur.

## Composition :

Silicone hypoallergénique haute qualité.

## Risques possibles pendant l'utilisation :

- Il s'agit d'un produit à usage personnel, ne le partagez pas afin d'éviter de propager des maladies.
- N'utilisez pas de lubrifiants à base de silicone ou d'huile qui risqueraient soit d'endommager le produit soit de donner un toucher visqueux à la silicone à la surface de votre produit.
- Il est conseillé de bien nettoyer le produit à l'eau et au savon neutre ou avec un produit spécifique avant et après chaque utilisation.
- Veillez à ne jamais utiliser de produits abrasifs ou désinfectants puissants qui pourraient contenir du pétrole, de l'huile d'arbre à thé, de l'alcool ou de l'eau de javel pour nettoyer votre produit.
- Pour conserver votre produit de manière appropriée, il est conseillé de le ranger dans un endroit sec, sans poussière et sans lumière directe du soleil.
- Il est conseillé de conserver le produit dans un étui anti-bactérien.
- Tenir hors de portée des enfants.

# Istruzioni<sup>IT</sup>

## **Destinazione d'uso del prodotto:**

Uma è un gioco di pesi vaginali intercambiabili di diverso peso per rafforzare il pavimento pelvico in modo volontario e progressivo.

## **Istruzioni per un uso corretto:**

- Si consiglia di utilizzare un lubrificante a base d'acqua per un miglior inserimento.
- Iniziare usando Uma per 10-15 minuti al giorno e aumentare questo tempo gradualmente, fino ad arrivare a 30 minuti al giorno. Non utilizzare mentre si effettuano movimenti bruschi.
- Lavare dopo ogni uso con acqua e sapone neutro o con un prodotto specifico.
- Non usare su aree infiammate o con ferite.
- Il cordone di estrazione deve restare sempre fuori.

## **Composizione:**

Prodotto in silicone ipoallergenico di alta qualità.

## **Possibili rischi associati al loro utilizzo:**

- Questo è un prodotto per uso personale, non dividerlo per evitare la diffusione di infezioni.
- Non utilizzare lubrificanti a base oleosa o siliconica che possono lasciare il silicone del prodotto viscido al tatto o danneggiarlo in modo permanente.
- Si raccomanda di lavare accuratamente il giocattolo prima e dopo ogni uso con acqua e sapone neutro o con un prodotto specifico.
- È importante non usare prodotti abrasivi o disinfettanti forti contenenti sostanze a base di petrolio, olio dell'albero del tè, alcool o candeggina per la pulizia del prodotto.
- Per una corretta manutenzione del prodotto, si raccomanda di conservare il prodotto in un luogo privo di umidità, polvere e luce solare diretta.
- Si raccomanda di conservare il prodotto in una bustina antibatterica.
- Tenere fuori dalla portata dei bambini.

# Anleitung<sup>DE</sup>

## **Verwendungszweck des Produkts:**

Das Uma Set besteht aus austauschbaren Vaginalgewichten mit unterschiedlichen Gewichten und ermöglicht die bewusste und progressive Stärkung des Beckenbodens.

## **Anweisungen zur korrekten Verwendung:**

- Es wird empfohlen, ein Gleitmittel auf Wasserbasis zu verwenden, um das Einführen zu erleichtern.
- Beginnen Sie mit der Anwendung von Uma für 10-15 Minuten täglich und steigern Sie diese Zeit allmählich auf bis zu 30 Minuten pro Tag. Nicht bei plötzlichen Bewegungen verwenden.
- Nach jedem Gebrauch mit neutraler Seife und Wasser oder einem speziellen Produkt waschen.
- Nicht auf entzündeten oder verletzten Stellen anwenden.
- Das Rückholband muss immer außen liegen.

## **Material:**

Aus hochwertigem, hypoallergenem Silikon.

## **Mögliche Risiken beim Gebrauch:**

- Dieses Produkt ist für den persönlichen Gebrauch bestimmt und sollten nicht weitergegeben werden, um die Verbreitung von Infektionen zu vermeiden.
- Keine silikon- oder ölbasierten Gleitmittel verwenden, da sie das Produkt beschädigen oder dem Silikon des Produkts eine dauerhaft schmierige Haptik verleihen können.
- Es wird empfohlen, das Produkt vor und nach jedem Gebrauch gründlich mit Wasser und neutraler Seife oder mit einem speziellen Produkt zu reinigen.
- Auf keinen Fall dürfen zur Reinigung des Produkts Scheuermittel oder scharfe Desinfektionsmittel verwendet werden, die Substanzen auf Erdölbasis, Teebaumöl, Alkohol oder Bleichmittel enthalten.
- Für eine angemessene Pflege des Produkts wird empfohlen, es an einem Ort aufzubewahren, der frei von Feuchtigkeit, Staub und direkter Sonneneinstrahlung ist.
- Es wird empfohlen, das Produkt in einem antibakteriellen Beutel aufzubewahren.
- Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.



## **Modos de uso. Modes of use.**

**Modos de utilização.** Modes d'utilisation.

Modalità di utilizzo. Verwendungsarten.

**Vulva<sup>®</sup> Vulva<sup>EM</sup> Vulva<sup>PT</sup> Vulve<sup>FR</sup> Vulva<sup>IT</sup> Vulva<sup>DE</sup>**



**PLATANOMELÓN**