

SIZEN 4⁺

SMART RECOVERY SYSTEMS

BENUTZERHANDBUCH

3, 2, 1... Start Recovery!

Inhaltsverzeichnis

- 4 Einführung**
- 5 Eigenschaften**
- 6 Größen 4+**
- 8 Betrieb**
 - Grundlegende Inbetriebnahme
 - Zusammensetzung
 - Betrieb des Geräts
 - Gerätekonfiguration
- 14 Anwendungen**
- 15 Massage-Modi**
 - Modus 1: Entspannung
 - Modus 2: Sequentiell
 - Modus 3: Doppelte Entspannung
 - Modus 4: Full Recovery
- 20 Verbindung zur APP**
- 21 Korrekte Handhabung**
- 22 Pflege und Reinigung**
- 23 Technische Daten**

SIZEN

Die Luftdrucktechnik (Drucktherapie) ist ein System, das sowohl im ästhetischen als auch im sportlichen Bereich häufig eingesetzt wird, um Schwellungen zu lindern, die Muskeln zu schonen und den Lymphabfluss zu verbessern, um nur einige Beispiele zu nennen.

Die Kompression bewirkt eine sanfte Fußmassage, die die Durchblutung des Körpers anregt und darüber hinaus eine gewichtsreduzierende Wirkung hat, indem sie Fettzellen oder Ablagerungen von Stoffen, die vom Körper entsorgt werden, reduziert.

Ihre Anwendung trägt dazu bei, die Zirkulation der Lymphe (eine klare, eiweißarme, aber lipidreiche Flüssigkeit, die sich in den Gefäßen des Lymphsystems sammelt) zu verbessern, indem sie eine Wirkung erzeugt, die diese Gefäße von distalen zu proximalen Punkten im Wesentlichen „zusammendrückt“, wodurch Beschwerden in den Beinen und beim Atmen vermieden und die Auswirkungen von Schwellungen gelindert werden.

Kurz gesagt...
Ihr Körper erholt sich!

Einführung

Eigenschaften

1. Große und intuitive digitale LED-Anzeige.
2. Einstellbare Massage, mit 4 dynamischen Modi durch Luftdruck..
3. 4 unabhängige Lufkammern, die mit 4 Luftkanälen in jedem Zubehör verbunden sind.
4. Maximale Dauer pro Behandlung 60 Minuten, einstellbar ab 5'.
5. Das Zubehör ist aus hochwertigem TPU und Nylon hergestellt.
6. Einstellbarer Druck ab 10. Von 30 bis 250 mmHg.
7. Verbindung zum Smartphone über Bluetooth und Steuerung über die APP.
8. Automatische Abschaltung bei Nichtbenutzung und nach Beendigung des Massageprogramms.
9. Wiederaufladbarer Lithium-Ionen-Akku mit 3 Stunden Betriebsdauer. Rote Anzeige für schwache Batterie
10. Es ist kein Schlauchmontage erforderlich.

SIZEN



1

2



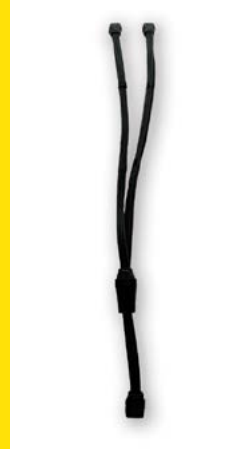
- 1. Hauptgerät
- 2. Ein Paar Stiefel

Elemente

6

Elemente

3



4



5



- 3. Anschlusschläuche
- 4. Batterieladegerät
- 5. QR zum Herunterladen des Benutzerhandbuchs.

7

SIZEN

Laden Sie das Gerät vor der ersten Verwendung vollständig auf. Dieser Vorgang sollte ca. 6 Stunden dauern.

Wenn der Akku schwach ist, wird eine rote Anzeige aufleuchten. Der Ladevorgang kann sowohl bei ausgeschaltetem als auch bei eingeschaltetem Gerät erfolgen, so dass Sie das Gerät auch verwenden können, wenn es an das Stromnetz angeschlossen ist (solange das Gerät noch ein wenig geladen ist). Wenn Sie das Gerät während des Ladevorgangs nicht benutzen, können Sie es ausschalten, denn in beiden Fällen wird der Ladezustand und der Fortschritt angezeigt.

Verwenden Sie immer das Original-Ladegerät, da sonst das Gerät beschädigt werden kann.

1. Verbinden Sie das Zubehör mit dem Verbindungsschlauch und diesen mit dem Gerät.

2. Legen Sie das Zubehör im Liegen oder Sitzen mit ausgestreckten Beinen auf.

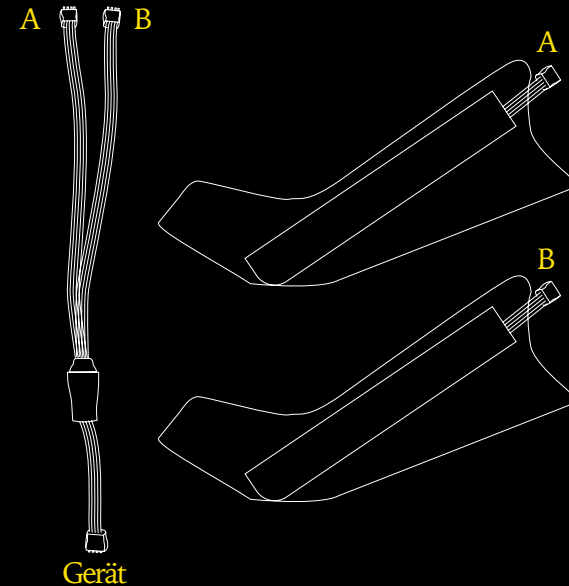
3. Drücken Sie die Einschalttaste des Geräts 3 Sekunden lang.

4. Stellen Sie die gewünschte Zeit, die Druckstufe und den Modus ein und drücken Sie die Starttaste.

Grundlegende
Inbetriebnahme Betrieb

Betrieb Zusammensetzung

Verbinde die Geräte wie folgt miteinander und achte darauf, dass die Pfeile beim Anschließen übereinstimmen:



SIZEN

SIZEN**Einzelheiten zum Bedienfeld:**

- A** Stiefelverbindung
- B** Zeit
- C** Druck
- D** Massage-Modi
- E** Batterie
- F** Einzelne Kameraselektion zum Aktivieren/Deaktivieren
- G** Einzelne Kamera aktivieren/deaktivieren
- H** Start/Pause
- I** Ein-/Aus-Taste

Betrieb des
GerätsBetrieb des
Geräts**Einschalttaste (I):**

Drücken Sie die Einschalttaste 3 Sekunden lang (Taste I), um das Gerät zu starten. Wenn das Gerät eine Zeit lang nicht benutzt wird, schaltet es sich automatisch ab, um den Akku zu schonen; es schaltet sich auch am Ende eines Programms ab.

Start / Pause (H):

Wenn Sie diese Taste drücken, wird das gewünschte Programm gestartet. Durch erneutes Drücken wird das Programm unterbrochen. Wenn keine Maßnahmen ergriffen werden, schaltet sich das Gerät automatisch nach ein paar Sekunden aus.

Abschnitte aktivieren / deaktivieren (F und G):

Verwende die "Auswahl"-Taste, um den Abschnitt auszuwählen, den du ausschalten möchtest (oder einschalten, falls er ausgeschaltet ist). Bestätige die Aktion mit der "Ein/Aus"-Taste.

SIZEN

SIZEN

Massage-Modi

Wählen Sie auf der Anzeige **MODE** (Modus) **1, 2, 3, 4**, indem Sie die Taste „MODE“ (Modus) drücken, um die gewünschte Massageart auszuwählen.

Dauer

Stellen Sie die Dauer des Programms auf der Anzeige **TIME** (Dauer) mit den Tasten **+** und **-** ein.

Das Gerät hat einen Zeitbereich von 5' bis 60'.

Die Dauer, die in dem letzten Programm verwendet wurde, ist standardmäßig diejenige, die auch beim nächsten Mal erscheint. Durch Drücken der Option **+** oder **-** wird die Dauer in 5'-Schritten bei jedem Drücken erhöht oder verringert.

Nach Ablauf der gewählten Dauer schaltet sich das Gerät automatisch aus.

Konfiguration
des Betriebs

Konfiguration des Betriebs

Druck

Der Ausgangsdruckbereich beträgt 90 mmHg, wählbar von 25 bis 250 mmHg.

Auf der Anzeige **PRESSURE** (Druck): Durch Drücken der Option **+** oder **-** wird der Druck in 10 mmHg-Schritten erhöht oder verringert. Der zuletzt verwendete Druck wird standardmäßig im Gerät angezeigt.

Behandlungskammern

Die Codes **① ② ③ ④** stehen für die 6 Kammern des Zubehörs von Sizen. Die Grundeinstellung wird standardmäßig von allen Kammern verwendet, dies wird mit leuchtenden Anzeigen dargestellt. Wenn eine Kammer aufgeblasen bzw. entleert wird, blinkt ihre Kontrollleuchte. Um bestimmte Abschnitte zu aktivieren/deaktivieren, verwenden Sie die Tasten "select" und "on/off", wie auf Seite 11 beschrieben.

SIZEN

SIZEN

System der Kompressionstechnik der Extremitäten:

Es fördert den Körper- und Lymphfluss in Armen und Beinen und verbessert gleichzeitig den Druck auf das Muskelgewebe, wodurch Schwellungen und Beschwerden deutlich reduziert werden. Es hilft sogar Menschen mit bestimmten Behinderungen und älteren Menschen.

Sportliche Massage:

Sie hilft, die Muskeln vor und nach dem Training zu lockern und fördert den Abtransport von Milchsäure.

Vorbeugender Einsatz:

Er hilft, die Wahrscheinlichkeit bestimmter Beschwerden und Flüssigkeitsansammlungen zu verringern.

Körperfluss:

Lympe und andere Körperflüssigkeiten durch Massieren mit Druckluft.

Anwendungen

Massage-Modi

Modus 1: Entspannung der Beine

Modus 2: Sequentiell

Modus 3: Doppelte Erholung für die Beine

Modus 4: Full Recovery

SIZEN

Modus 1: Entspannung der Beine



“Beinentspannung” Führen Sie eine ausgezeichnete und entspannende Massage durch, beginnend mit Sektion 1 der Füße. Von Sektion zu Sektion arbeiten Sie sich bis zur letzten vor und erholen so Ihre Beine nach stundenlangem Stehen.

Modus 2: Sequentiell



“Sequentiell” Beachte, wie sich jede einzelne Sektion aufbläht und sich eine nach der anderen anschließt, um schließlich das gesamte Bein von Fuß bis zur Leiste komplett zu umfassen. Es ist sehr empfehlenswert für die Lymphdrainage oder zur Reduzierung von Milchsäure nach einem anstrengenden Tag.

Modus 3: Doppelte Erholung der Beine



“Doppelte Beinentspannung” Bläht und entbläht die Sektionen von Fuß bis Leiste in Zweiergruppen auf. Geeignet für Tage, an denen du spazieren gehst und eine überlegene Entspannung der Beine benötigst.

Modus 4: Full Recovery



“Vollständige Erholung” Führe die Massage auf explosive Weise durch, indem du alle 4 Sektionen gleichzeitig aufbläst und entbläst. Dadurch wird die Durchblutung stark gefördert und hilft, Schwellungen an Knie und Knöcheln zu vermeiden und zu reduzieren.

SIZEN

Bluetooth-Verbindung zur Steuerung Ihres Sizen mit der APP, von Ihrem Smartphone aus und auf eine sehr einfache Weise.

Folgen Sie einfach diesen Schritten:

1 Gehen Sie zu Google Play oder zum App Store, je nachdem, ob Sie ein Android- oder Apple-Gerät haben, und laden Sie die App „Tuya Smart“ herunter.

2 Öffnen Sie die Anwendung nach dem Download und erstellen Sie ein Konto..

3 Sobald Sie Ihr Konto erstellt haben, wählen Sie Ihr Land aus, geben Sie Ihren Benutzernamen (E-Mail) und Ihr Passwort ein und loggen Sie sich ein.

4 Oben rechts sehen Sie dann das „+“-Symbol, klicken Sie es an. Mit dieser Aktion fügen Sie Ihr SIZEN-Gerät hinzu

5 Nun sucht die App über Bluetooth nach Ihrem neuen Sizen. Dazu müssen Sie „Tuya Smart“ den Zugriff auf Ihr Bluetooth erlauben und die Geräte miteinander koppeln.

6 Fügen Sie das gefundene Gerät hinzu.

und... Schön können Sie Ihr Gerät von Sizen steuern!

**Verbindung
zur APP**

Korrekte Handhabung

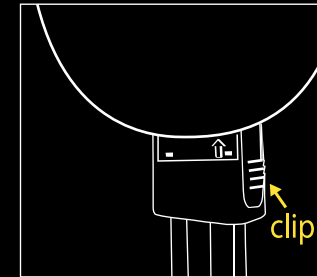
Achten Sie beim Lagern des Geräts darauf, dass Sie den Stecker, der vom Gerät zum Zubehör führt, vorsichtig trennen.

Lagern Sie die Schläuche so, dass sie keine unerwünschten Formen annehmen, da dies das Material beschädigen und seine Lebensdauer verkürzen könnte.

Verbinden Sie die Schlauchanschlüsse immer so, dass die Anschlussmarkierungen (Pfeil und Rille) übereinstimmen, sonst könnten Sie den Anschluss beschädigen und die Garantie verlieren.

Die Schläuche dürfen auf keinen Fall zerlegt oder von ihren Anschlüssen gelöst werden.

Öffnen Sie den Reißverschluss des Zubehörs nicht, wenn das Gerät in Betrieb oder das Zubehör aufgeblasen ist. Dies könnte zu einer vollständigen Öffnung des Zubehörs führen und den zu behandelnden Körperteil sowie das Material beschädigen



SIZEN

Wartung und Reinigung

- _Schalten Sie das Gerät vor der Reinigung aus.
- _Verwenden Sie ein trockenes Tuch für das Gerät und ein leicht feuchtes Tuch für das Zubehör.
- _Lagern Sie Ihre Ausrüstung an einem sauberen, trockenen Ort..
- _Schützen Sie Ihr Gerät vor direkter Sonneneinstrahlung und Wärmequellen..

Warnhinweise:

- _Stellen Sie das Gerät auf eine ebene Fläche.
- _Das Gerät darf nur durch den technischen Service von SIZEN repariert werden, andernfalls verlieren Sie den Anspruch auf Garantie.
- _Sie können Ihren Arzt zur Rate ziehen, bevor Sie Sizen verwenden, sollten Sie irgendwelche Zweifel über seine Verwendung an Ihrem Körper haben. Dieses Produkt ist nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren, zu behandeln oder zu heilen. **Dies ist kein Medizinprodukt**
- _Zu den Kontraindikationen gehören unter anderem: Akute entzündliche Hauterkrankungen, Herzrhythmusstörungen, Erysipel, tiefe Thrombophlebitis, Lungenödem, akute Venenthrombose, instabiler Bluthochdruck, Verwendung von Herzschrittmachern.

SIZEN

SIZEN



Kammern: 4 Kammern

Größe: 280 x 90 x 83 mm

Gewicht: 1,02 kg

Energieverbrauch: 35 W

Druckspanne: 25-250 mmHg

Einstellbare Dauer: 0-60 min.

Laustärke: 45 dB.

Akkuladung: 2-3 Stunden

Akkuverbrauch: 3 Stunden

Eingang: AC 100V-240V; 50Hz-60Hz

Ausgang: DC 12.6 V; 2a



Spezifikationen



4-Kammer-Drucktherapie-
System mit aufladbarer
Lithium-Batterie
und Bluetooth-Verbindung

sizensrs.com