

**SIZEN 4<sup>+</sup>**

**SMART RECOVERY SYSTEMS**

**MANUALE D'USO**

**3, 2, 1... Start Recovery!**

- 4 Introduzione**
- 5 Caratteristiche**
- 6 Sizen 4+**
- 8 Funzionamento**
  - Avviamento di base
  - Assemblaggio
  - Dispositivo
  - Configurazione
- 14 Applicazioni**
- 15 Modalità di massaggio**
  - Modalità 1: Relax
  - Modalità 2: Sequenziale
  - Modalità 3: Doppio relax
  - Modalità 4: Full recovery
- 20 Collegamento all'APP**
- 21 Corretta gestione**
- 22 Manutenzione e Pulizia**
- 23 Specifiche Tecniche**

## SIZEN

La tecnica della pressione dell'aria (pressoterapia) è un sistema comunemente utilizzato in ambito estetico e sportivo per alleviare gofiori, affaticamento muscolare e migliorare il drenaggio linfatico, tra le altre applicazioni.

La compressione applica un massaggio delicato a partire dai piedi, aumentando il flusso sanguigno del corpo, ed è anche in grado di produrre un effetto drenante, riducendo il peso, le cellule di grasso o i depositi di sostanze smaltite dall'organismo.

Il suo utilizzo contribuisce a migliorare la circolazione della linfa (un fluido trasparente, povero di proteine ma ricco di lipidi, che si raccoglie nei vasi del sistema linfatico) producendo un effetto che "spreme" in maniera sequenziale questi vasi dai punti distali a quelli prossimali, prevenendo i disturbi alle gambe e alla respirazione e alleviando gli effetti del gonfiore.

In breve...  
Ti rimette in sesto!

Introduzione

## Caratteristiche

1. Display digitale a LED grande e intuitivo.
2. Massaggio regolabile, con 4 modalità dinamiche in base alla pressione dell'aria.
3. 4 camere d'aria indipendenti che si collegano a 4 canali d'aria in ciascun accessorio..
4. Durata massima per trattamento 60 minuti, regolabile da 5' a 5'.
5. Gli accessori sono realizzati in TPU e nylon di alta qualità.
6. Pressione regolabile di 10 in 10. Da 30 a 250 mmHg.
7. Connessione allo smartphone tramite Bluetooth e funzionamento tramite APP.
8. Spegnimento automatico in caso di mancato utilizzo e al termine del programma di massaggio.
9. Batteria ricaricabile interna da 3 ore agli ioni di litio a lunga durata. Indicazione rossa di batteria scarica
10. Non è necessario il montaggio dei tubi.

SIZEN



1

2



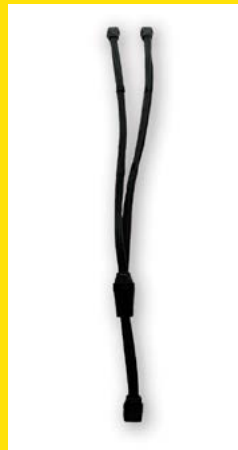
1. Unità principale
2. Un paio di stivali

Elementi

6

Elementi

3



4



5



3. Tubi di collegamento
4. Caricabatteria
5. QR download del manuale.

7

## SIZEN

Prima di utilizzare l'apparecchiatura per la prima volta, effettuare una prima carica completa.

Questa carica dovrebbe durare circa 6 ore. Quando la batteria è scarica, viene visualizzato un indicatore rosso. La ricarica può essere effettuata con il dispositivo spento o acceso, in modo da poterlo utilizzare mentre è collegato alla rete elettrica (a condizione che abbia un minimo di autonomia). Se non si intende utilizzarlo durante la ricarica, è possibile spegnerlo, poiché in entrambi i casi si vedranno il livello e l'avanzamento della ricarica.

Utilizzare sempre il caricabatterie originale, altrimenti si rischia di danneggiare l'apparecchio.

**1.** Collegare l'accessorio al tubo di collegamento e quest'ultimo al dispositivo. (vedi pag. 9)

**2.** Posizionare gli accessori in posizione sdraiata o seduta, con le gambe distese.

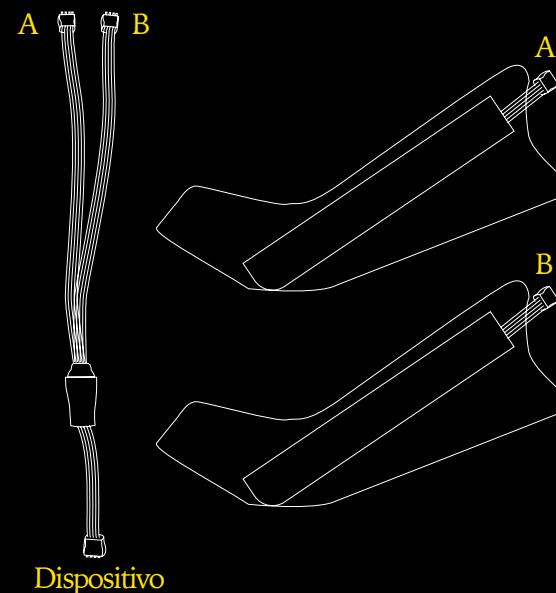
**3.** Premere il pulsante di accensione del dispositivo per 3 secondi.

**4.** Impostare il tempo desiderato, il livello di pressione, la modalità e premere il pulsante di avvio.

Avviamento di base  
Funzionamento

## Funzionamento Montaggio

Collega gli apparecchi tra di loro nel seguente modo e assicurati che le frecce siano allineate quando li colleghi:



SIZEN

**SIZEN**

Dettagli del pannello di:

- A** Collegamento degli stivali
- B** Tempo
- C** Pressione
- D** Modalità di massaggio
- E** Batteria
- F** Selezione camere individuale per attivarla/disattivarla
- G** Attiva/disattiva camere individuale
- H** Avvio/Pausa
- I** Pulsante di accensione



**Dispositivo**  
Funzionamento

Funzionamento  
**Dispositivo**

### **Pulsante di Accensione (I):**

Premere il pulsante di accensione per 3 secondi (pulsante I) per avviare il dispositivo. Se l'apparecchiatura non viene utilizzata per un certo periodo di tempo, si spegne automaticamente per salvaguardare la durata della batteria; si spegne anche al termine della sessione

### **Avvio / Pausa (H):**

Premendo questo pulsante si avvia il programma desiderato. Premendo nuovamente si mette in pausa la sessione. Dopo alcuni secondi, se non si interviene, l'apparecchiatura si spegnerà automaticamente.

### **Attiva/Disattiva sezione (F e G):**

Utilizza il pulsante "seleziona" per selezionare la sezione che desideri spegnere (o accendere nel caso sia spenta), conferma l'azione con il pulsante "on/off".

**SIZEN**

## Modalità di massaggio:

Sull'indicatore **MODE**, selezionare **1, 2, 3, 4** utilizzando lo stesso pulsante per raggiungere il tipo di massaggio desiderato.

## Tempo:

Impostare la durata della sessione sull'indicatore **TIME** utilizzando i pulsanti **+** e **-**.  
Dispone di un intervallo di tempo compreso tra 5 e 60'. L'impostazione della durata utilizzata nell'ultima sessione è quella che apparirà di default nella sessione successiva. Premendo i pulsanti **+** o **-** il tempo aumenta o diminuisce con incrementi di 5' ad ogni pressione. Allo scadere del tempo selezionato, il dispositivo si spegne automaticamente.

## Pressione:

L'intervallo di pressione iniziale è di 90 mmHg, selezionabile da 25 a 250 mmHg.  
Sull'indicatore **PRESSURE**: Premendo l'opzione **+** o **-** si aumenta o si diminuisce la pressione con incrementi di 10 mmHg. L'ultima pressione utilizzata sarà quella che apparirà di default nell'apparecchiatura.

## Camere di trattamento:

Gli indicatori **① ② ③ ④** rappresentano le 4 camere degli accessori Sizen. L'impostazione iniziale usa di default tutte le camere, mostrate con gli indicatori illuminati. Quando una camera viene gonfiata/sgonfiata, la relativa spia lampeggia. Per attivare/disattivare sezioni specifiche, utilizzare i pulsanti "select" e "on/off", dettagliati nella pagina 11.

## SIZEN

### \_ Sistema di tecnica compressiva delle estremità:

Migliora il flusso corporeo e linfatico nelle braccia e nelle gambe, migliorando la pressione sui tessuti muscolari e riducendo significativamente il gonfiore e il fastidio. Aiuta anche le persone con determinate disabilità e gli anziani.

### \_ Massaggio sportivo:

Aiuta a sciogliere i muscoli prima e dopo le sessioni di allenamento, favorendo l'eliminazione dell'acido lattico.

### \_ Uso preventivo:

Aiuta a ridurre la possibilità di avere alcuni fastidi e l'accumulo di liquidi.

### \_ Flusso corporeo:

Linfa e altri fluidi corporei mediante massaggi con aria compressa.

Applicazioni

## Modalità di massaggio

**Modalità 1:** Relax gambe

**Modalità 2:** Sequenziale

**Modalità 3:** Doppio Relax Gambe

**Modalità 4:** Full Recovery

SIZEN



**SIZEN**

## Modalità 1: Relax gambe



“Rilassa le gambe” Effettua un eccellente e rilassante massaggio partendo dalla sezione 1 dei piedi. Di sezione in sezione, sali fino all’ultima e recupera le tue gambe dopo ore in piedi.

**Modalità 1**  
Modalità di massaggio

Modalità di massaggio  
**Modalità 2**

## Modalità 2: Sequenziale



“Sequenziale” Nota come ciascuna delle sezioni si gonfia e si aggiunge una dopo l’altra, comprimendo infine l’intera gamba completamente, dal piede all’inguine. È altamente consigliato per il drenaggio linfatico o per ridurre l’acido lattico dopo una giornata faticosa.

**SIZEN**

**SIZEN**

## Modalità 3: Doppio Relax gambe



“Doppio relax delle gambe” Gonfia e sgonfia le sezioni a coppie, dai piedi all’inguine. Indicato per quei giorni in cui esci a camminare e hai bisogno di un relax superiore delle gambe.

**Modalità 3**  
Modalità di massaggio

Modalità di massaggio  
**Modalità 4**

## Modalità 4: Full Recovery



“Ripresa completa” Esegui il massaggio in modo più esplosivo, gonfiando e sgonfiando contemporaneamente le 4 sezioni, potenziando notevolmente la circolazione e aiutando a prevenire ed eliminare i gonfiori comuni che compaiono a ginocchia e caviglie.

**SIZEN**

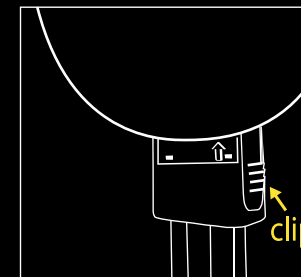
## Connessione Bluetooth per controllare il tuo Sizen con l'APP, dal tuo smartphone e in modo molto semplice.

### Ti basterà seguire questi passaggi:

- 1 Vai su Google Play o App Store, a seconda che abbia un dispositivo Android o Apple, e scarica l'applicazione "Tuya Smart".
  - 2 Una volta scaricata, apri l'applicazione e crea il tuo account.
  - 3 Una volta effettuata la registrazione, seleziona il Paese, inserisci il nome utente (e-mail), la password e accedi.
  - 4 In alto a destra è presente il simbolo "+", su cui fare clic. Con questa azione si aggiunge il dispositivo SIZEN.
  - 5 L'applicazione cercherà il nuovo dispositivo Sizen tramite Bluetooth. È necessario consentire l'accesso di "Tuya Smart" al Bluetooth e accoppiare i dispositivi.
  - 6 Aggiungi il dispositivo di pressoterapia trovato.
- e... Ora potrai controllare l'apparecchiatura Sizen!

Quando si conserva l'apparecchiatura, fare attenzione a scollegare la spina che va dal dispositivo all'accessorio, staccandola delicatamente.

Conservare i tubi in modo da evitare forme indesiderate, che potrebbero danneggiare il materiale e ridurne la durata.



Collegare sempre i connettori dei tubi facendo coincidere i segni di connessione (freccia e scanalatura), altrimenti si potrebbe danneggiare il collegamento e invalidare la garanzia.

Non smontare o staccare in nessun caso i tubi dal loro accessorio, in nessun caso.

Non aprire la cerniera dell'accessorio quando l'apparecchiatura è in funzione o l'accessorio è gonfiato. Potrebbe causare l'apertura completa dell'accessorio, con conseguenti danni alla parte del corpo che si sta trattando e al materiale.

## Manutenzione e pulizia

- \_Spegnere il dispositivo prima di pulirlo.
- \_Utilizzare un panno asciutto per il dispositivo e un panno leggermente umido per gli accessori.
- \_Conservare l'apparecchiatura in un luogo pulito e asciutto.
- \_Proteggere l'apparecchiatura dalla luce solare diretta e dalle fonti di calore.

### Avvertenze:

- \_Posizionare il dispositivo su una superficie piana.
- \_L'apparecchiatura può essere riparata solo dal servizio di assistenza SIZEN, pena la perdita della garanzia.
- \_In caso di dubbi sull'uso di Sizen, si consiglia di consultare il proprio medico prima dell'utilizzo. Non è stato concepito per diagnosticare, trattare o curare alcuna malattia. **Non è un dispositivo medico.**
- \_Le controindicazioni includono (ma non sono limitate a): Malattie infiammatorie acute della pelle, aritmia, erisipela, tromboflebite profonda, edema polmonare, trombosi venosa acuta, ipertensione instabile, uso di pacemaker.

**SIZEN**

**SIZEN**



- Camere:** 4 camere
- Dimensioni:** 280 x 90 x 83 mm
- Peso:** 1,02 kg
- Consumo di energia:** 35 W
- Intervallo di pressione:** 25-250 mmHg
- Tempo di regolazione:** 0-60 min.
- Sonorità:** 45 dB.
- Carica della batteria:** 2-3 Ore
- Utilizzo della batteria:** 3 Ore

**Entrata:** AC 100V-240V; 50Hz-60Hz  
**Uscita:** DC 12.6 V; 2a



Specifiche



Sistema di pressoterapia a  
4 camere con batteria al  
litio ricaricabile e connessione  
Bluetooth

[sizensrs.com](https://sizensrs.com)