



PISTOLA PER MASSAGGI CALDO E FREDDO



X PULS

hello-exo.com

Grazie per aver scelto i nostri prodotti.

Prima di utilizzarli, leggere il manuale per un uso sicuro e corretto.



DESCRIZIONE

La pistola per massaggi è un dispositivo portatile progettato per applicare potenti vibrazioni ai muscoli, fornendo un sollievo mirato dalla tensione muscolare.

Prima dell'allenamento, l'uso della pistola con il calore prepara i muscoli stimolando la circolazione sanguigna e migliorando la flessibilità. Dopo l'allenamento, l'uso combinato della pistola e del calore aiuta a rilassare i muscoli, a ridurre la rigidità e a favorire un recupero più rapido.

D'altra parte, l'applicazione del freddo con la pistola per massaggi può contribuire a ridurre l'infiammazione, lenire il dolore muscolare e ridurre il rischio di gonfiore post-allenamento. Questa combinazione di massaggio, calore e freddo ottimizza le prestazioni e il recupero muscolare.

✓ Fino a 8 ore di autonomia

✓ 5 teste

✓ Caldo e freddo

✓ Compatto e leggero (776 g)

✓ Tranquillo

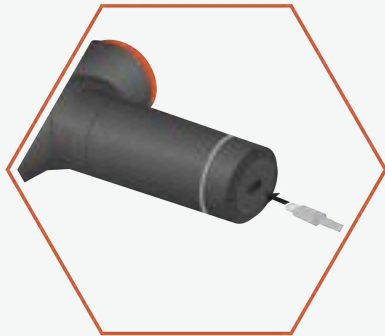




QUICK START



Aprire la scatola, estraete la pistola e la testa di vostra scelta.



Prima di utilizzare la pistola per la prima volta, caricarla per circa 5 ore.



Per installare la testina "Thermo", premere verso il basso con il perno rosso codificato rivolto verso la fessura superiore.




Le altre teste si spostano, spingendo fino in fondo. Non c'è una direzione particolare



Premere per 1 secondo  per accendere la pistola
Premere il tasto  per attivare la percussione



Per spegnere il dispositivo, tenere premuto il tasto 

SPECIFICHE

Capacità della batteria: 2400 mAh

Tempo di funzionamento in modalità percussione: 3-4 ore

Tempo di funzionamento in modalità fredda: 3-4 ore

Tempo di funzionamento in modalità calore: 8-9 ore

Potenza: da 35 W a 70 W

Ampiezza: 12 mm

Resistenza alla forza: 20 kg

Decibel: 47 dB



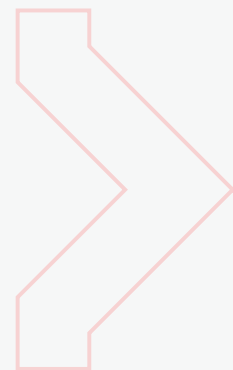
FUNZIONAMENTO

Aumenta il recupero con X-Puls

Per ottimizzare il recupero muscolare, iniziate dalle zone utilizzate durante l'allenamento. L'azione percussiva della pistola stimola la circolazione sanguigna, rompe le aderenze e scioglie le tensioni. Passatela delicatamente su ogni muscolo, concentrandovi sulle zone più tese, e ripetetela dopo l'esercizio per prevenire l'indolenzimento muscolare.

Alleanza con il calore

L'aggiunta di calore prima dell'allenamento aumenta l'efficacia della pistola. Rilassa i muscoli, rendendoli più elastici e migliorando la mobilità, in modo da migliorare le prestazioni e ridurre il rischio di lesioni.



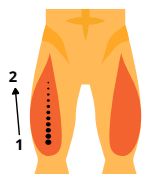
Alleanza con il freddo

Per un recupero ottimale dopo l'esercizio fisico, l'uso della pistola con il freddo aiuta a limitare l'infiammazione e il dolore muscolare calmando la circolazione sanguigna e frenando l'infiammazione. Con l'ugello giusto, la pistola offre un trattamento preciso che combina il massaggio e l'effetto di raffreddamento per una strategia di recupero completa ed efficace.





AREE DI MASSAGGIO



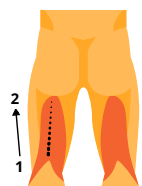
Quadricipite

Dal basso verso l'alto



Glutei

Dall'esterno all'interno



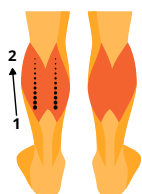
Stretti del ginocchio

Dal basso verso l'alto



Schiena bassa

Dal basso verso l'alto



Vitelli

Dal basso verso l'alto



Schiena superiore

Dai lati alla colonna vertebrale



Tibia

Dall'esterno all'interno

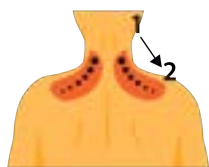


Piedi

Avanti e indietro dalla punta del piede al tallone

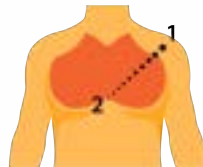


AREE DI MASSAGGIO



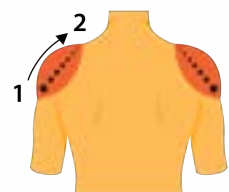
Collo

Avanti e indietro tra la parte inferiore del cranio e la spalla



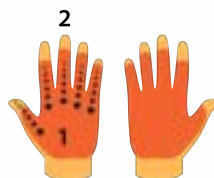
Petto

Dall'esterno all'interno



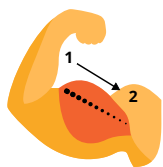
Spalle

Dal basso verso l'alto



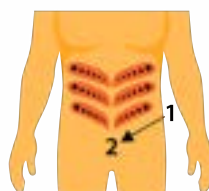
Mani

Dall'interno del palmo alla punta delle dita



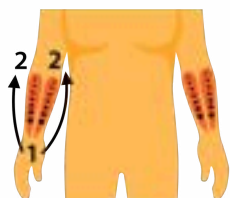
Bicipiti

Dal gomito all'ascella



Addominali

Dalle costole ai muscoli addominali



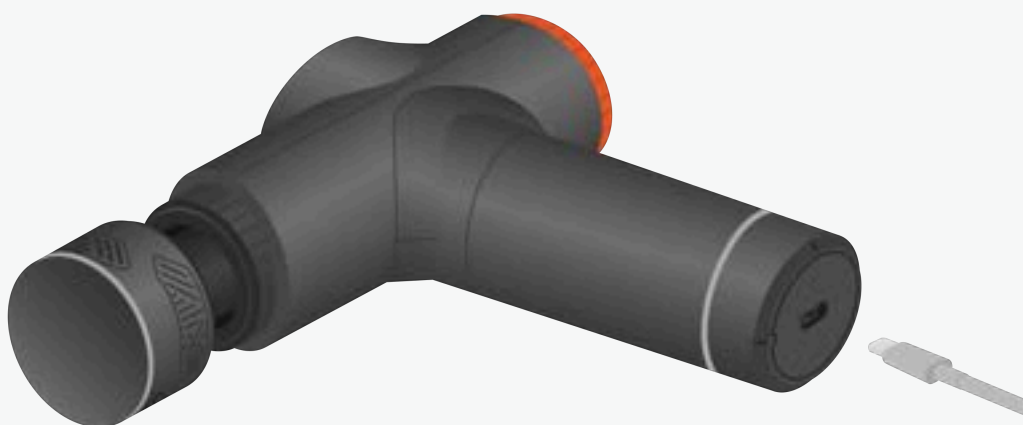
Avambracci

Dal polso all'articolazione del braccio



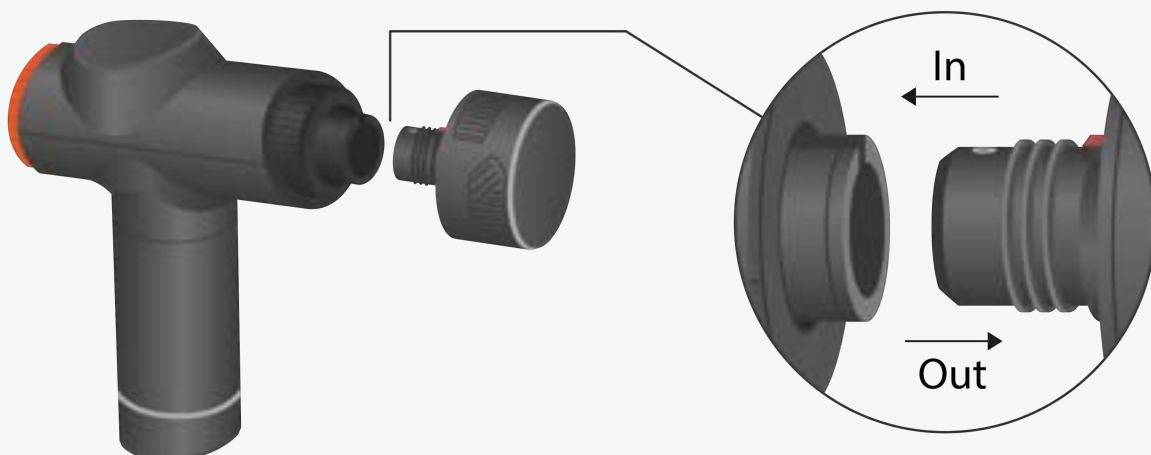
PRIMO UTILIZZO

Prima di utilizzare il dispositivo per la prima volta, caricarlo per circa 5 ore per assicurarsi che la batteria sia completamente carica. Quando la batteria è completamente carica, la spia bianca si accende e si spegne automaticamente dopo 5 minuti.



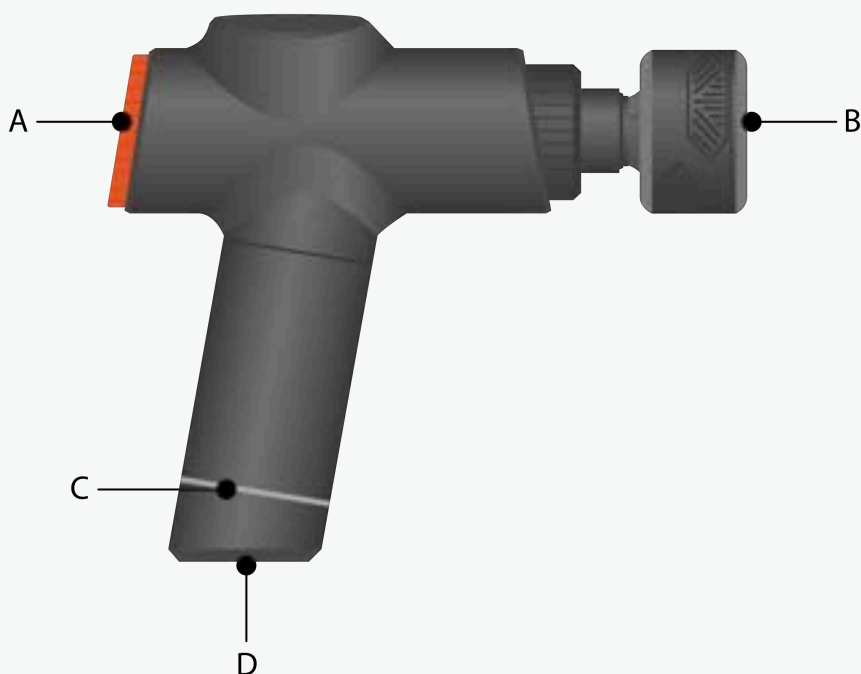
CAMBIO TESTA

Per cambiare la testina massaggiante, è sufficiente estrarla o spingerla in dentro, senza avvitare. Per installare la testina "Thermo", assicurarsi di inserirla con il segno rosso allineato alla fessura in alto.





ISTRUZIONI



- A. Controlli
- B. Testina di massaggio
- C. Indicatore della batteria
- D. Porta di ricarica

TESTA DI MASSAGGIO



Thermo

Questa testina migliora le prestazioni grazie all'alternanza di terapia calda e fredda.



Cone

Questa testina può essere utilizzata su aree molto specifiche e/o profonde. Si usa per colpire con precisione i punti di tensione.



Spine

Questa testina è perfetta per scivolare lungo la colonna vertebrale o i muscoli cervicali.



Soft

Questa testina può essere utilizzata su aree sensibili dove si consiglia l'ammortizzazione.



Sphere

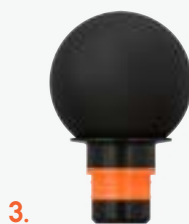
Questa testa compatta in silicone ammortizza la percussione e consente di colpire ampie aree muscolari.





CONTENUTI

1. Testa termica
2. Testa a cono
3. Testa a sfera
4. Testa a colonna vertebrale
5. Testa morbida
6. Pistola per massaggio
7. Scheda NFC + codice QR per le istruzioni
8. Caricabatterie per pistola (tipo C)
9. Scatola di immagazzinamento

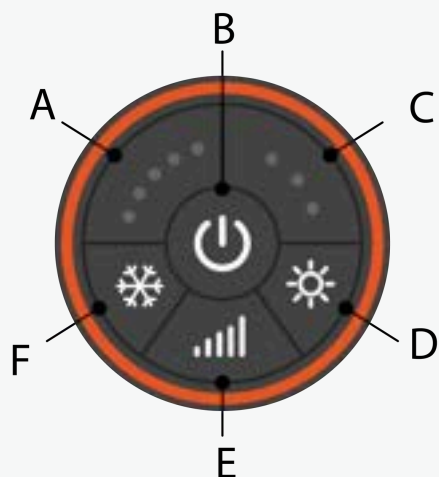


9.








CONTROLLI







- A. Indicatore del livello di percussione
- B. Pulsante ON/OFF e pausa
- C. Indicatore di calore/freddo
- D. Pulsante di riscaldamento
- E. Pulsante di percussione
- F. Pulsante del freddo

1. Quando la pistola per massaggi è spenta, premere una volta il pulsante  per accendere la pistola per massaggi; a questo punto le luci sul pannello di controllo si accendono per 1 secondo e la luce sul lato inferiore dell'impugnatura si accende, indicando che l'apparecchio è in modalità standby. In questa modalità, non c'è percussione e la funzione caldo/freddo è disattivata.

2. In modalità standby, premendo il pulsante  si attiva la percussione. La spia del livello di percussione si accende e consente di impostare fino a 5 livelli di intensità in totale. Premendo nuovamente il pulsante , l'indicatore luminoso seguirà le modifiche.

3. In modalità standby con la testina "Thermo" installata:

→ Premere una volta il pulsante  per avviare il raffreddamento, visibile da una luce blu. Sono disponibili 3 livelli di temperatura (20°C, 15°C, 10°C), regolabili con incrementi di 5°C premendo nuovamente il tasto ; la spia luminosa cambia a seconda del livello selezionato.



→ Premere una volta il tasto  per attivare il calore. La spia diventa rossa. Sono disponibili tre livelli di temperatura (42°C, 46°C, 50°C), regolabili con incrementi di 4°C premendo nuovamente ; la spia cambia in base alla temperatura selezionata.



CONTROLLI

4. Le funzioni di percussione e di calore/raffreddamento possono essere utilizzate separatamente.

5. Qualunque sia la funzione in uso, la pistola massaggiante si spegne automaticamente dopo 15 minuti per garantire la sicurezza e il risparmio energetico.

6. In modalità standby o attiva, una rapida pressione sul pulsante  arresta temporaneamente la percussione. Premere nuovamente per riavviare il fuoco. Per spegnere completamente la pistola, tenere premuto il pulsante  per 3 secondi.

SPEEDS

	TESTA "THERMO	ALTRE TESTE
VELOCITÀ 1	1600 RPM*	1800 RPM
VELOCITÀ 2	1800 RPM	2100 RPM
VELOCITÀ 3	2000 RPM	2400 RPM
VELOCITÀ 4	2200 RPM	2700 RPM
VELOCITÀ 5	2400 RPM	3000 RPM



*Rotation Per Minute



INDICATORE LUMINOSO

- Luce bianca: batteria al 100%.
- Luce verde: batteria al 50%.
- Luce rossa: batteria al 20%, caricare.
- Luce rossa lampeggiante: batteria molto scarica, la pistola per massaggio si spegne dopo 5 lampeggi.



Luce bianca:
100% batteria



Luce verde:
50% della batteria



Luce rossa: batteria al 20%,
caricare



AVVERTENZE

Informazioni importanti

Per ridurre il rischio di malfunzionamenti, scosse elettriche, lesioni, incendi, morte o danni all'apparecchiatura, leggere attentamente questo documento e tutte le istruzioni del prodotto contenute nel presente manuale.

In caso di lesioni, consultare il medico prima di utilizzare l'apparecchio.

1. Non utilizzare il dispositivo sulla pelle bagnata o sporca. Tuttavia, può essere utilizzato sugli indumenti.
2. Non immergere l'apparecchio in acqua e non lasciare che l'acqua penetri nelle aperture di ventilazione del prodotto.
3. Non collocare oggetti nelle aperture di ventilazione dell'apparecchio.
4. Non esporre il prodotto direttamente al fuoco o a fonti di calore.
5. Non far cadere deliberatamente l'apparecchio.
6. Non cambiare o modificare il prodotto in alcun modo.
7. Non utilizzare o caricare l'apparecchio senza supervisione.
8. Assicurarsi che le dita, i capelli o qualsiasi altra parte del corpo non siano vicini all'asta o alla parte posteriore della testina di massaggio per evitare di pizzicarli.
9. La pistola per massaggi non è adatta ai bambini di età inferiore agli 8 anni e deve essere utilizzata solo sotto la supervisione di un adulto.