

Hommie User Manual



Muscle Massage Gun

English [01/04]

Français[09/12]

Español[17/20]

Deutsch[05/08]

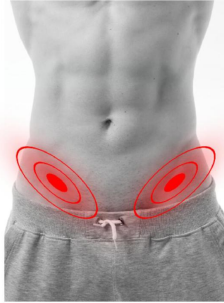
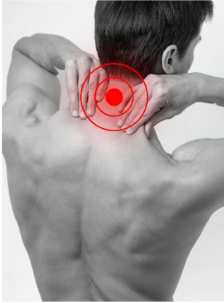
Italiano [13/16]

日本語 [21/24]

Thank you for purchasing the Hommie product. Please read this [User Manual] carefully before using the product, and retain it in for future use.

■ Safety instructions and Disclaimers

1. To reduce the risk of malfunction, electric shock, injury, fire, death, and equipment damage, please read all instructions and warnings on this product in this manual before using this product.
2. For adult use only. If you are injured, it is forbidden to use this device. It can be used for recovery the muscle damage, but it needs to consult your doctor before using this device.
3. It is forbidden to use on non-dry, clean skin surface. It can be used across the clothes and gently pressed and moved on the skin for about 60 seconds.
4. Use the product only on the soft tissues of the body without causing pain or discomfort. Do not use it above the neck, any parts with rich vascular (such as neck, groin, or armpit), or any hard or boned part of the body (such as the tibia on the anterior side of the calf and the spinous process of a vertebra).



5. Do not use the device in the massaging area with muscle strain or ligament injury.
6. Only use the provided best-of-breed applicator.
7. Bruises can occur regardless of restrainedly compressing or pressing. Please check the massaging area regularly and stop immediately if there is a first sign of pain or discomfort.
8. Keep your fingers, hair, or other parts of your body away from the the shaft and back of applicator as they may get caught.
9. Only use the supplied adapter to charge the device.

■ Product Overview

☑ What is Muscle Massage guns?

Muscle Massage Gun or Handheld Percussion Massager, is designed to aid in the increase of blood flow and the myofascial release process. These handheld device, use vibration and pulsation to apply concentrated pressure deep into your muscle tissue and promote recovery. This form of deep-tissue massage can work out knots and tension out of the muscles, while also enhancing your range of motion and increasing blood flow. Percussion massager, when used correctly, can help reduce your recovery time and help relieve pain, tension, and soreness.

☑ Buttons and Controls



1. Changeable applicator
2. Battery detach button
3. Speed display
4. Power display
5. Speed-
6. Speed button
7. Speed+
8. Battery LED indicator
9. Charging slot
10. Power switch

■ Operating Instructions

☑ Charging.

1. Connect the DC end of the supplied 24V adapter to the charging port of the device and plug the AC side cable into the wall outlet. **Note: Charge the device for six hours before first use.**

2. When the device is charging, the battery LED Indicator flashes red and then flashes green. After a full charge and during using, the indicator is solid green. When the battery power is low, the indicator is solid red to remind you to recharge the device.

Tips: The battery can be charged anytime. It is recommended not to completely drain the battery before recharging.

☑ Power On/Off.

Move the power switch to On position to turn on the device; Move the button to Off position to turn off.

☑ Operation.

1. Connect the the massage applicator to the device according to your needs.
2. Turn on the power switch which is at the bottom of the massager handle, and then the battery LED indicator will be solid green.
3. Press the the speed button to activate this device. You can adjust the speed level by pressing the speed +/-.

Tips: Speed 1-4: Mild Massage; Speed 5-8: Professional Massage; Speed 9-12: Relaxing Your Muscle; Speed 13-16: Decomposing Lactic Acid; Speed 17-20: Professional Mode.

■ 6 Interchangeable Applicators

		
<p>Suitable for massaging Arms, Waist, Back, Hip, Thigh, Shank and Large muscle groups.</p>	<p>Suitable for massaging Neck, Spine, Achilles.</p>	<p>Suitable for massaging the most Muscle groups, Arms, Back, Waist, Legs.</p>
		
<p>Suitable for relaxing and moulding the muscle of each part.</p>	<p>Suitable for impacting Deep-tissue, Meridians, Joints, Palm, Pelma.</p>	<p>Suitable for massaging the acupoint of inner deep-tissue, etc.</p>

☑ **Assemble and Disassemble:** When the device is off, straightly insert the desired applicator into the hole of black connector entirely. If you want to disassemble the applicator, please straightly pull the applicator out entirely.

Note: Don't rotate the applicator when assembling or disassembling the device.

■ Specifications

Speed	20 speeds; 1800-3200 percussion/minute
Input Voltage	110-240V; 30-50Hz
Power	20-30W
Amplitude	10mm
Battery	rechargeable lithium ion battery(24V/2500mAh)
Charging time	2 hours
Working time	4 hours

■ Maintenance

1. Use a slightly damp towel to clean the device and a dry with a soft cloth.
2. For storage or travel, store the device in supplied portable bag.

■ Caution and Warnings

1. Do not immerse it in water or allow water to enter the vents of the product.
2. Do not disassemble the screws or attempt to disassemble the device and modify the fascia gun in any way.
3. Do not use it continuously for over 1 hours. Using for some time, the device should be used again after 30 minutes.
4. Unplug the adapter from the device after charging or before using.
5. It is forbidden to use or charge the device with no one watching.

■ Important Reminders

1. **Don't strike your joint.** Generally, the device is suitable the soft tissues of the body. If you use it in your joint, it may damage joints.
2. **Not all parts are suitable for use.** Some parts with thin muscle and near the major artery and organs, such as neck, armpit, thorax and abdomen, etc. are not recommended to use this device.
3. **Long-time using and strong pain don't ensure the effectivity of the device.** When using, the pain should keep appropriate and the using time on the same position should be 5-10 minutes.

■ Contact Us

If any questions, please feel free to contact us: hommiehk@hotmail.com

Manufacturer: Yongkang Jiaqing Fitness Equipment Co., Ltd

Address: 2nd Floor, Chenxu Lock Industry, Kangzhuang Road, 330 National Road, Lieqiao Industrial Zone, Yongkang, Zhejiang, China

Vielen Dank für Ihren Einkauf von Produkt Hommie. Bitte lesen Sie dieses [Benutzerhandbuch] sorgfältig durch, bevor Sie das Produkt verwenden, und bewahren Sie es für eine spätere Verwendung auf.

■ Sicherheitshinweise und Haftungsausschlüsse

1. Um das Risiko von Fehlfunktionen, Stromschlägen, Verletzungen, Bränden, Todesfällen und Geräteschäden zu verringern, lesen Sie bitte alle Anweisungen und Warnungen zu diesem Produkt in diesem Handbuch, bevor Sie dieses Produkt verwenden.
2. Nur für Erwachsene. Wenn Sie verletzt sind, ist es verboten, dieses Gerät zu benutzen. Es kann zur Wiederherstellung des Muskelschadens verwendet werden, muss jedoch vor der Verwendung dieses Geräts Ihren Arzt konsultieren.
3. Die Verwendung auf nicht trockenen, sauberen Hautoberflächen ist verboten. Es kann über die Kleidung getragen und für ca. 60 Sekunden sanft auf die Haut gedrückt und bewegt werden.
4. Verwenden Sie das Produkt nur auf den Weichteilen des Körpers, ohne Schmerzen oder Beschwerden zu verursachen. Verwenden Sie es nicht über dem Nacken, an Teilen mit reichhaltigen Gefäßen (wie Nacken, Leistengegend oder Achselhöhle) oder an harten oder entbeinten Körperteilen (wie der Tibia an der Vorderseite der Wade und dem Dornfortsatz der Wade) ein Wirbel).



5. Verwenden Sie das Gerät nicht im Massagebereich mit Muskelverspannungen oder Bandverletzungen.
6. Nur den mitgelieferten Best-of-Breed-Applikator verwenden.
7. Blutergüsse können auftreten, unabhängig davon, ob Sie sie vorsichtig zusammendrücken oder drücken. Bitte überprüfen Sie den Massagebereich regelmäßig und brechen Sie sofort ab, wenn erste Anzeichen von Schmerzen oder Beschwerden auftreten.
8. Halten Sie Ihre Finger, Haare oder andere Körperteile vom Schaft und der Rückseite des Applikators fern, da sie sich verfangen können.
9. Laden Sie das Gerät nur mit dem mitgelieferten Adapter auf.

■ Produktübersicht

☑ Was sind Muskelmassagepistolen?

Muskelmassagepistole oder handgehaltenes Percussion-Massagegerät zur Unterstützung der Durchblutungssteigerung und des myofaszialen Freisetzungprozesses. Diese Handheld-Geräte üben mithilfe von Vibration und

Pulsation konzentrierten Druck tief in Ihr Muskelgewebe aus und fördern die Regeneration. Diese Form der Tiefengewebemassage kann Knoten und Verspannungen der Muskeln lösen und gleichzeitig die Bewegungsfreiheit und die Durchblutung verbessern. Bei richtiger Anwendung kann das Percussion-Massagegerät die Erholungszeit verkürzen und Schmerzen, Verspannungen und Schmerzen lindern.

☑ Tasten und Bedienelemente



1. Wechselbarer Applikator
2. Batterietrennungsknopf
3. Geschwindigkeitsanzeige
4. Leistungsanzeige
5. Geschwindigkeit-



6. Geschwindigkeitstaste
7. Geschwindigkeit+
8. Batterie-LED-Anzeige
9. Ladeschacht
10. Stromschalter

■ Bedienungsanleitung

☑ Aufladen.

1. Schließen Sie das Gleichstromende des mitgelieferten 24-V-Adapters an den Ladeanschluss des Geräts an und stecken Sie das Netzkabel in die Steckdose.

Hinweis: Laden Sie das Gerät vor dem ersten Gebrauch sechs Stunden lang auf.

2. Während des Ladevorgangs blinkt die LED-Anzeige für den Akku rot und anschließend grün. Nach dem vollständigen Aufladen und während des Betriebs leuchtet die Anzeige durchgehend grün. Wenn der Akku fast leer ist, leuchtet die Anzeige durchgehend rot, um Sie daran zu erinnern, das Gerät aufzuladen.

Tipps: Der Akku kann jederzeit aufgeladen werden. Es wird empfohlen, den Akku vor dem Aufladen nicht vollständig zu entladen.

☑ Einschalten/Ausschalten.

Stellen Sie den Hauptschalter auf Ein, um das Gerät einzuschalten. Bewegen Sie den Knopf zum Ausschalten in die Position Aus.

☑ Bedienungen.

1. Schließen Sie den Massageapplikator Ihren Bedürfnissen entsprechend an das Gerät an.

2. Schalten Sie den Netzschalter an der Unterseite des Massagegriffs ein. Die LED-Anzeige für den Akku leuchtet dann durchgehend grün.

3. Drücken Sie die Geschwindigkeitstaste, um dieses Gerät zu aktivieren. Sie können die Geschwindigkeitsstufe einstellen, indem Sie die Geschwindigkeit +/- drücken.

Tipps: Geschwindigkeit 1-4: Milde Massage; Geschwindigkeit 5-8: Professionelle Massage; Geschwindigkeit 9-12: Muskelentspannung; Geschwindigkeit 13-16: Zersetzung von Milchsäure; Geschwindigkeit 17-20: Professioneller Modus.

■ 6 Austauschbare Applikatoren

		
<p>Geeignet für die Massage von Armen, Taille, Rücken, Hüfte, Oberschenkel, Oberschenkel und großen Muskelgruppen.</p>	<p>Geeignet zum Massieren von Hals, Wirbelsäule, Achilles.</p>	<p>Geeignet für die Massage der meisten Muskelgruppen, Arme, Rücken, Taille, Beine.</p>
		
<p>Geeignet zum Entspannen und Formen der Muskeln jedes Teils.</p>	<p>Geeignet zum Einschlagen von Tiefengewebe, Meridianen, Gelenken, Handflächen und Palmen.</p>	<p>Geeignet zum Massieren des Akupunktes von innerem Tiefengewebe usw.</p>

☑ Zusammenbauen und Zerlegen: Führen Sie den gewünschten Applikator bei ausgeschaltetem Gerät gerade und vollständig in das Loch des schwarzen Anschlusses ein. Wenn Sie den Applikator zerlegen möchten, ziehen Sie ihn bitte gerade heraus.

Hinweis: Drehen Sie den Applikator nicht, wenn Sie das Gerät montieren oder demontieren.

■ Spezifikationen

Geschwindigkeit	20 speeds; 1800-3200 Schlagzeug/Minute
Eingangsspannung	110-240V; 30-50Hz
Leistung	20-30W
Amplitude	10mm
Batterie	Wiederaufladbarer Lithium-Ionen-Akku(24V/2500mAh)
Ladezeit	2 Stunden
Arbeitszeit	4 Stunden

■ Instandhaltung

1. Reinigen Sie das Gerät mit einem leicht feuchten Tuch und trocknen Sie es mit einem weichen Tuch.
2. Bewahren Sie das Gerät zur Aufbewahrung oder für Reisen in der mitgelieferten tragbaren Tasche auf.

■ Vorsicht und Warnungen

1. Tauchen Sie es nicht in Wasser und lassen Sie kein Wasser in die Lüftungsöffnungen des Produkts eindringen.
2. Bauen Sie die Schrauben nicht auseinander und versuchen Sie nicht, das Gerät auseinanderzubauen und die Spritzpistole auf irgendeine Weise zu modifizieren.
3. Verwenden Sie es nicht länger als 1 Stunde ohne Unterbrechung. Nach einiger Zeit sollte das Gerät nach 30 Minuten wieder benutzt werden.
4. Ziehen Sie den Adapter nach dem Aufladen oder vor dem Gebrauch vom Gerät ab.
5. Es ist verboten, das Gerät zu benutzen oder aufzuladen, ohne dass jemand zuschaut.

■ Wichtige Erinnerungen

1. **Schlagen Sie nicht auf Ihr Gelenk.** Im Allgemeinen ist das Gerät für die Weichteile des Körpers geeignet. Wenn Sie es in Ihrem Gelenk verwenden, kann es die Gelenke beschädigen.
2. **Nicht alle Teile sind für den Gebrauch geeignet.** Einige Teile mit dünnen Muskeln und in der Nähe der Hauptarterie und der Hauptorgane, wie Nacken, Achsel, Brustkorb und Bauch usw., sollten nicht mit diesem Gerät verwendet werden.
3. **Langer Gebrauch und starke Schmerzen stellen die Wirksamkeit des Geräts nicht sicher.** Bei der Anwendung sollten die Schmerzen angemessen bleiben und die Einnahmezeit an derselben Position sollte 5-10 Minuten betragen.

■ Kontaktieren uns

Bei Fragen können Sie sich gerne an uns wenden: hommiehk@hotmail.com.

Hersteller: Yongkang Jiaqing Fitness Equipment Co., Ltd

Adresse: 2nd Floor, Chenxu Lock Industry, Kangzhuang Road, 330 National Road, Lieqiao Industrial Zone, Yongkang, Zhejiang, China

Merci d'avoir acheté le produit Hottie. Veuillez lire attentivement ce Manuel de l'utilisateur avant d'utiliser le produit et le conserver pour une utilisation ultérieure.

■ Consignes de sécurité et avertissements

1. Pour réduire les risques de dysfonctionnement, de choc électrique, de blessure, d'incendie, de mort et de dégât matériel, veuillez lire toutes les instructions et les avertissements concernant ce produit dans ce manuel avant d'utiliser ce produit.
2. Réservé justement à l'usage adulte. Si vous êtes blessé, il est interdit d'utiliser cet appareil. Il peut être utilisé pour récupérer les dommages musculaires, mais il est nécessaire de consulter votre médecin avant d'utiliser cet appareil.
3. Il doit être utilisé sur une surface de peau propre et sèche. Il peut être utilisé en travers des vêtements et doucement pressé et déplacé sur la peau pendant environ 60 secondes.
4. Utilisez le produit uniquement sur les tissus mous du corps sans causer de douleur ou d'inconfort. Ne l'utilisez pas au-dessus du cou, de parties riches en fibres vasculaires (telles que le cou, les aines ou les aisselles), ni de parties dures ou désossées du corps (telles que le tibia à la face antérieure du mollet et le processus épineux de une vertèbre).



5. Il est formellement interdit d'utiliser le traitement des tensions musculaires et des lésions ligamentaires.
6. Utiliser uniquement le meilleur applicateur fourni
7. Des ecchymoses peuvent survenir quels que soient les paramètres de contrôle et la pression appliquée. Toujours vérifier la zone de traitement et arrêter immédiatement dès l'apparition des premiers signes de douleur ou d'inconfort.
8. Gardez vos doigts, vos cheveux ou d'autres parties de votre corps à l'écart de la tige et du dos de l'applicateur, car ils pourraient être happés.
9. Utilisez uniquement l'adaptateur fourni pour charger l'appareil.

■ Présentation du produit

Qu'est-ce que les pistolets de massage musculaire ?

Le pistolet de massage musculaire ou Masseur à percussion à main, est conçu pour aider à augmenter le flux sanguin et le processus de libération myofascial.

Ces appareils portatifs utilisent les vibrations et les pulsations pour appliquer une pression concentrée profondément dans le tissu musculaire et favoriser la récupération. Le masseur à percussion, lorsqu'il est utilisé correctement, peut aider à gagner votre temps de récupération et à soulager la douleur, les tensions et les douleurs.

☑ Boutons et Pièces



- | | |
|--------------------------------|---------------------------------|
| 1. Applicateur interchangeable | 6. Bouton de vitesse |
| 2. Verrou de la batterie | 7. Position de vitesse + |
| 3. Affichage de vitesse | 8. Indicateur LED de batterie |
| 4. Affichage de puissance | 9. Emplacement de charge |
| 5. Position de vitesse - | 10. Interrupteur d'alimentation |

■ Mode d'emploi

☑ Charge.

1. Branchez l'extrémité DC de l'adaptateur 24 V fourni sur le port de charge de l'appareil et branchez le câble côté AC sur la prise murale. **Attention: Chargez l'appareil pendant six heures avant la première utilisation.**

2. Lorsque l'appareil est en cours de chargement, le voyant LED de la batterie clignote en rouge, puis en vert. Après une charge complète et pendant l'utilisation, l'indicateur est vert fixe. Lorsque la batterie est faible, le voyant est rouge fixe pour vous rappeler de recharger l'appareil.

Conseils: La batterie peut être chargée à tout moment. Il est recommandé de ne pas vider complètement la batterie avant la charge.

☑ ON/OFF

Mettez le bloc d'alimentation en marche en plaçant l'interrupteur situé sous la batterie en position ON. Eteignez l'appareil en plaçant l'interrupteur sur la position OFF.

☑ Opération

1. Connectez l'applicateur de massage à l'appareil en fonction de vos besoins.

2. Allumez l'interrupteur d'alimentation situé au bas de la poignée du masseur, puis le voyant LED de la batterie restera vert.

3. Appuyez sur le bouton de vitesse pour activer ce dispositif. Vous pouvez ajuster le niveau de vitesse en appuyant sur la vitesse +/-.

Conseils: Vitesse au niveau de 1-4: Massage doux; Vitesse au niveau de 5-8: Massage professionnel; Vitesse au niveau de 9-12: Détendre votre muscle; Vitesse au niveau de 13-16: Décomposer l'acide lactique; Vitesse au niveau de 17-20: Mode professionnel.

■ 6 Applicateurs interchangeables

		
Convient au massage des groupes musculaires des bras, de la taille, du dos, de la hanche, de la cuisse, du jarret et des gros muscles.	Convient pour masser le cou, la colonne vertébrale, Achilles.	Convient pour masser la plupart des groupes musculaires, bras, dos, taille, jambes.
		
Convient pour détendre et modeler le muscle de chaque partie.	Convient pour l'impact sur les tissus profonds, les méridiens, les articulations, la paume et la plante des pieds.	Convient au massage du point d'acupuncture des tissus profonds, etc.

☑ **Assembler et démonter:** Lorsque l'appareil est éteint, insérez directement l'applicateur souhaité dans le trou du connecteur noir. Si vous souhaitez démonter l'applicateur, retirez-le directement.

Attention: Ne faites pas pivoter l'applicateur lors du montage ou du démontage du dispositif.

■ Spécifications :

Vitesse	20 Vitesses ; 1800-3200 Vibration/minute
Voltage	110-240V ; 30 - 50HZ
Puissance	20-30W
Amplitude	10mm
Batterie	batterie lithium-ion rechargeable (24V/2500mAh)
Temps de charge	2 heures
Temps de travail	4 heures

■ Maintenance

1. Utilisez un chiffon légèrement humide pour nettoyer l'appareil et séchez-le avec un chiffon doux
2. Pour stocker ou voyager, rangez l'appareil dans le sac portable fourni.

■ Attention et avertissements

1. Ne le plongez pas dans l'eau et ne laissez pas l'eau pénétrer dans les orifices de ventilation du produit.
2. Ne démontez pas les vis et n'essayez pas de désassembler l'appareil ni de modifier le canon à tableau de bord de quelque manière que ce soit.
3. Ne l'utilisez pas en continu pendant plus d'une heure. Utilisé pendant un certain temps, l'appareil doit être réutilisé après 30 minutes.
4. Débranchez l'adaptateur de l'appareil après le chargement ou avant de l'utiliser.
5. Il est interdit d'utiliser ou de charger l'appareil sans la regarder.

■ Rappels importants

1. **Ne frappez pas votre articulation.** Généralement, le dispositif convient aux tissus mous du corps. Si vous l'utilisez dans vos articulations, cela pourrait les endommager.
2. **Toutes les pièces ne conviennent pas à l'utilisation.** Certaines parties avec un muscle mince et près de l'artère principale et des organes, tels que le cou, les aisselles, le thorax et l'abdomen, elles ne sont pas recommandés pour cet appareil.
3. **L'utilisation de long temps et une douleur intense n'assurent pas l'efficacité du dispositif.** Une douleur adéquate doit être maintenue lors de l'utilisation, et le temps d'utilisation sur la même position devrait être de 5 à 10 minutes.

■ Contactez nous

Si vous avez des questions, n'hésitez pas de nous contacter via email: hommiehk@hotmail.com.

Fabricant: Yongkang Jiaqing Fitness Equipment Co., Ltd

Adresse: La première étage, Industrie Chenxu Lock, Rue de Kangzhuang, Routes Nationales 330, Zone Industrielle de Lieqiao, Yongkang, Chine.

Grazie per aver acquistato il prodotto Hommie. Leggere attentamente questo [Manuale d'uso] prima di utilizzare il prodotto e conservarlo per un uso futuro

■ Istruzioni di sicurezza e dichiarazioni di non responsabilità

1. Per ridurre il rischio di malfunzionamento, scosse elettriche, lesioni, incendi, e danni alle apparecchiature, leggere tutte le istruzioni e le avvertenze su questo prodotto in questo manuale prima di utilizzare questo prodotto.
2. Solo per uso adulto. In caso di lesioni, è vietato utilizzare questo dispositivo. Può essere utilizzato per il recupero del danno muscolare, ma deve consultare il medico prima di utilizzare questo dispositivo.
3. È vietato l'uso su una superficie della pelle pulita e non asciutta. Può essere utilizzato su tutti i vestiti e delicatamente premuto e spostato sulla pelle per circa 60 secondi.
4. Utilizzare il prodotto solo sui tessuti molli del corpo senza causare dolore o fastidio. Non utilizzarlo al di sopra del collo, con parti ricche di vasi vascolari (come collo, inguine o ascella) o parti del corpo rigide o disossate (come la tibia sul lato anteriore del polpaccio e il processo spinoso di una vertebra).



5. Non utilizzare il dispositivo nell'area di massaggio con affaticamento muscolare o lesioni ai legamenti.
6. Utilizzare solo la testina che offre l'effetto migliore.
7. I brufoli possono verificarsi indipendentemente dalla compressione o dalla pressione restrittiva. Si prega di controllare regolarmente l'area di massaggio e fermarsi immediatamente se c'è un primo segno di dolore o disagio.
8. Tenere le dita, i capelli o altre parti del corpo lontano dall'albero e dal retro della testina poiché potrebbero rimanere impigliati.
9. Utilizzare solo l'adattatore in dotazione per caricare il dispositivo.

■ Panoramica del prodotto

☑ Che cosa sono le pistole per massaggio muscolare?

Muscle Massage Gun è progettato per favorire l'aumento del flusso sanguigno e il processo di rilascio miofasciale. Questi dispositivi portatili utilizzano vibrazioni e pulsazioni per applicare una pressione concentrata in profondità nel tessuto muscolare e favorire il recupero. Questa forma di massaggio profondo dei tessuti

può allenare i nodi e la tensione dei muscoli, migliorando al contempo la gamma di movimento e aumentando il flusso sanguigno. Il massaggiatore a percussione, se usato correttamente, può aiutare a ridurre i tempi di recupero e ad alleviare dolore, tensione e indolenzimento.

Pulsanti e controlli



1. Testina rimuovibile
2. Scollegamento della batteria
3. Display di velocità
4. Display di potenza
5. Velocità +

6. Accensione/Spenimento
7. Velocità +
8. Batteria
9. Charging slot
10. Power switch

■ Istruzioni operative

ricarica.

1. Collegare l'estremità CC dell'adattatore da 24 V in dotazione alla porta di ricarica del dispositivo e collegare il cavo laterale CA alla presa a muro. **Nota:** **caricare il dispositivo per sei ore prima del primo utilizzo.**

2. Quando il dispositivo si sta caricando, l'indicatore LED della batteria lampeggia in rosso e quindi lampeggia in verde. Dopo una carica completa e durante l'utilizzo, l'indicatore diventa verde fisso. Quando la batteria è scarica, l'indicatore è rosso fisso per ricordare di ricaricare il dispositivo.

Suggerimenti: la batteria può essere caricata in qualsiasi momento. Si consiglia di non scaricare completamente la batteria prima di ricaricarla.

Power On/Off.

Spostare l'interruttore di alimentazione in posizione On per accendere il dispositivo; Spostare il pulsante in posizione Off per spegnere.

Operazione.

1. Collegare la testina per massaggi al dispositivo in base alle proprie esigenze.
2. Accendere l'interruttore di alimentazione che si trova nella parte inferiore della maniglia del massaggiatore, quindi l'indicatore LED della batteria diventerà verde

fisso.

3. Premere il pulsante di velocità per attivare questo dispositivo. È possibile regolare il livello di velocità premendo la velocità +/-.

Scale: Velocità 1-4: massaggio delicato; Velocità 5-8: massaggio professionale; Velocità 9-12: Rilassa i tuoi muscoli; Velocità 13-16: decomposizione dell'acido lattico; Velocità 17-20: Modalità professionale.

■ 6 testine intercambiabili

		
Adatto per massaggiare braccia, vita, schiena, anca, coscia, gambo e gruppi muscolari di grandi dimensioni.	Adatto per massaggiare collo, colonna vertebrale, Achille.	Adatto per massaggiare la maggior parte dei gruppi muscolari, braccia, schiena, vita, gambe.
		
Adatto per rilassare e modellare il muscolo di ogni parte.	Adatto all'impatto su tessuti profondi, meridiani, articolazioni, palmo, pelma.	Adatto per massaggiare i punti di agopuntura del tessuto profondo interno, ecc.

☑ Montare e disassemblare: quando il dispositivo è spento, inserire direttamente l'applicatore desiderato nel foro del connettore nero. Se si desidera smontare l'applicatore, estrarre completamente l'applicatore..

Nota: non ruotare l'applicatore durante il montaggio o lo smontaggio di Devic.

■ Specificazioni

Velocità	20 velocità; 1800-3200 percussioni/minuto
Tensione di ingresso	110-240V; 30-50Hz
Energia	20-30W
Ampiezza	10 millimetri

Batteria	batteria ricaricabile agli ioni di litio (24 V/2500 mAh)
Tempo di carica	2 ore
Orario di lavoro	4 ore

■ Manutenzione

1. Usare un asciugamano leggermente umido per pulire il dispositivo e asciugare con un panno morbido.
2. Per la conservazione o il viaggio, conservare il dispositivo nella borsa portatile in dotazione.

■ Attenzione e avvertenze

1. Non immergerlo in acqua né consentire all'acqua di entrare nelle prese d'aria del prodotto.
2. Non smontare le viti o tentare di smontare il dispositivo e modificare la pistola del cruscotto in alcun modo.
3. Non utilizzarlo continuamente per oltre 1 ora. Utilizzando per un po' di tempo, il dispositivo deve essere riutilizzato dopo 30 minuti.
4. Scollegare l'adattatore dal dispositivo dopo la ricarica o prima dell'uso.
5. È vietato utilizzare o caricare il dispositivo senza che nessuno guardi.

■ Promemoria importanti

1. **Non colpire l'articolazione.** In generale, il dispositivo è adatto ai tessuti molli del corpo. Se lo usi nell'articolazione, potrebbe danneggiarlo.
2. **Non tutte le parti sono adatte per l'uso.** Alcune parti con muscoli sottili e vicino alle principali arterie e organi, come collo, ascella, torace e addome, ecc. Non sono raccomandate per usare questo dispositivo.
3. **L'uso prolungato e il forte dolore non garantiscono l'efficacia del dispositivo.** Durante l'utilizzo, il dolore deve essere adeguato e il tempo di utilizzo nella stessa posizione dovrebbe essere di 5-10 minuti.

■ Contattaci

In caso di domande, non esitate a contattarci: hommiehk@hotmail.com

Produttore: Yongkang Jiaqing Fitness Equipment Co., Ltd

Indirizzo: 2nd Floor, Chenxu Lock Industry, Via Kangzhuang , Viale 330 National , Lieqiao Zona Industriale , Citta di Yongkang, Provincia di Zhejiang, China

Gracias por comprar el producto Hommie. Lea este [Manual del usuario] detenidamente antes de usar el producto y guárdelo para usarlo en el futuro.

■ Instrucciones de seguridad y exenciones de responsabilidad

1. Para reducir el riesgo de mal funcionamiento, descarga eléctrica, lesiones, incendios, muerte y daños en el equipo, lea todas las instrucciones y advertencias de este producto en este manual antes de usar este producto.
2. Para uso exclusivo de adultos. Si está lesionado, está prohibido usar este dispositivo. Se puede usar para recuperar el daño muscular, pero debe consultar a su médico antes de usar este dispositivo.
3. Está prohibido su uso en superficies de piel limpias y no secas. Puede usarse sobre la ropa y presionarse suavemente y moverse sobre la piel durante aproximadamente 60 segundos.
4. Utilice el producto solo en los tejidos blandos del cuerpo sin causar dolor ni molestias. No lo use por encima del cuello, ninguna parte con una vascularización rica (como el cuello, la ingle o la axila), ni ninguna parte dura o deshuesada del cuerpo (como la tibia en el lado anterior de la pantorrilla y el proceso espinoso de una vértebra).



5. No use el dispositivo en el área de masaje con tensión muscular o lesión de ligamentos.
6. Solo use el aplicador mejor de su clase.
7. Los moretones pueden ocurrir independientemente de la configuración de control o la presión aplicada. Siempre revise el área de tratamiento y pare inmediatamente cuando haya un primer signo de dolor o malestar.
8. Mantenga los dedos, el cabello u otras partes del cuerpo alejados del eje y la parte posterior del aplicador, ya que pueden quedar atrapados.
9. Utilice únicamente el cargador suministrado para cargar el dispositivo.

■ Descripción del producto

¿Qué son las pistolas de masaje muscular?

La pistola de masaje muscular o el masajeador de percusión manual están diseñados para ayudar a aumentar el flujo sanguíneo y el proceso de liberación miofascial. Estos dispositivos de mano utilizan vibraciones y pulsaciones para aplicar presión concentrada profundamente en el tejido muscular y promover la

recuperación. Esta forma de masaje de tejido profundo puede eliminar los nudos y la tensión de los músculos, al tiempo que mejora su rango de movimiento y aumenta el flujo sanguíneo. El masajeador de percusión, cuando se usa correctamente, puede ayudar a reducir el tiempo de recuperación y ayudar a aliviar el dolor, la tensión y el dolor.

☑ Botones y controles



1. aplicador cambiabile
2. botón de desconexión de la batería
3. Pantalla de velocidad
4. pantalla de alimentación
5. velocidad-

6. botón de velocidad
7. velocidad +
8. Indicador LED de batería
9. ranura de carga
10. Botón de encendido

■ Instrucciones de operación

☑ Cargando.

1. Conecte el extremo de DC del adaptador de 24 V suministrado al puerto de carga del dispositivo y enchufe el cable del lado de AC a la toma de corriente.

Nota: cargue el dispositivo durante seis horas antes del primer uso.

2. Cuando el dispositivo se está cargando, el indicador LED de la batería parpadea en rojo y luego parpadea en verde. Después de una carga completa y durante el uso, el indicador es de color verde sólido. Cuando la carga de la batería es baja, el indicador es rojo fijo para recordarle que recargue el dispositivo.

Consejos: la batería se puede cargar en cualquier momento. Se recomienda no agotar completamente la batería antes de recargarla.

☑ Encendido/Apagado.

Mueva el interruptor de encendido a la posición de encendido para encender el dispositivo; Mueva el botón a la posición de apagado para apagar.

☑ Operación.

1. Conecte el aplicador de masaje al dispositivo según sus necesidades.
 2. Encienda el interruptor de encendido que se encuentra en la parte inferior del mango del masajeador, y luego el indicador LED de la batería se iluminará en verde.
 3. Presione el botón de velocidad para activar este dispositivo. Puede ajustar el nivel de velocidad presionando la velocidad +/-.
- Consejos:** Velocidad 1-4: Masaje suave; Velocidad 5-8: Masaje profesional; Velocidad 9-12: Relajando tu músculo; Velocidad 13-16: descomposición del ácido láctico; Velocidad 17-20: Modo profesional.

■ 6 Aplicadores intercambiables

		
<p>Adecuado para masajear brazos, cintura, cadera, muslo, vástago y grupos de músculos grandes.</p>	<p>Adecuado para masajear columna Aquiles.</p>	<p>Adecuado para masajear la mayoría de los grupos musculares, brazos, espalda, cintura, piernas.</p>
		
<p>Adecuado para relajar y moldear el músculo de cada parte.</p>	<p>Adecuado para impactar tejidos profundos, meridianos, articulaciones, palma, palma.</p>	<p>Adecuado para masajear el punto de acupuntura de tejido profundo interno, etc.</p>

☑ Montar y desmontar: cuando el dispositivo esté apagado, inserte completamente el aplicador deseado en el orificio del conector negro por completo. Si desea desmontar el aplicador, tire directamente del aplicador por completo.

Nota: No gire el aplicador al montar o desmontar el dispositivo.

■ Especificaciones

Velocidad	20 velocidad;1800-3200percusión/minuto
Voltaje de entrada	110-240V; 30-50Hz
Poder	20-30W
Amplitud	10mm
Batería	batería recargable de iones de litio(24V/2500mAh)
Tiempo de carga	2 horas
Tiempo de trabajo	4 horas

■ Mantenimiento

1. Utilice una toalla ligeramente húmeda para limpiar el dispositivo y seque con un paño suave.
2. Para almacenamiento o viaje, guarde el dispositivo en la bolsa portátil suministrada.

■ Precaución y advertencias

1. No lo sumerja en agua ni permita que entre agua en los respiraderos del producto.
2. No desarme los tornillos ni intente desarmar el dispositivo y modificar la pistola fascia de ninguna manera.
3. No lo use continuamente durante más de 1 hora. Utilizándolo durante algún tiempo, el dispositivo debe usarse nuevamente después de 30 minutos.
4. Desenchufe el adaptador del dispositivo después de cargarlo o antes de usarlo.
5. Está prohibido usar o cargar el dispositivo sin que nadie lo vea.

■ Recordatorios importantes

1. **No golpees tu articulación.** En general, el dispositivo es adecuado para los tejidos blandos del cuerpo. Si lo usa en su articulación, puede dañar las articulaciones.
2. **No todas las partes son adecuadas para su uso.** No se recomiendan algunas partes con músculo delgado y cerca de la arteria y los órganos principales, como el cuello, la axila, el tórax y el abdomen, etc. para usar este dispositivo.
3. **El uso prolongado y el dolor fuerte no aseguran la efectividad del dispositivo.** Cuando se usa, el dolor debe mantenerse apropiado y el tiempo de uso en la misma posición debe ser de 5-10 minutos.

■ Contáctenos

Si tiene alguna pregunta, no dude en contactarnos: hommiehk@hotmail.com

Fabricante: Yongkang Jiaqing Fitness Equipment Co., Ltd

Dirección: segundo piso, industria de cerraduras Chenxu, carretera Kangzhuang, carretera nacional 330, zona industrial de Lieqiao, Yongkang, Zhejiang, China

Hommie の製品を御購入頂きありがとうございます。正しく安全にお使い頂くために、ご使用前には必ず取り扱い説明書を良くお読み下さい。

■ 正しくお使いいただくために

1. 感電、けが、火災、死亡、および機器の損傷の可能性等の原因となりますので、この製品をご使用になる前に、必ずこの「正しくお使いいただくために」をよくお読みになり、ご理解のうえ正しくお使いください。誤ったご使用や通常の範囲を超える取扱いによる危害や損害については、いかなる場合も弊社は責任を負いませんので、あらかじめご了承ください。
2. 本製品の操作に慣れた成人向けに製造されています。けがをした場合、本製品を使用することは禁止されています。筋肉損傷の回復に使用できますが、本製品を使用する前に医師に相談する必要があります。
3. 乾燥した清潔なお肌の表面でのみ使用し、約 60 秒間で人体各領域でゆっくりとマッサージすることができます。
4. 体の軟部組織にのみ製品を使用してください。首の上、血管が豊富な部分（頸部、腋窩など）、または体の硬い部分や骨のある部分（ふくらはぎの前側の脛骨や棘突起など）を使用しないでください（椎骨）。



5. 筋肉損傷部と靭帯損傷部での使用を厳禁する。
6. 必要に応じて、最も最適なアタッチメントを選択してください。
7. 製品の設定や使用スピードの選択に関係なく、打撲が発生する場合があります。常に治療部位を確認し、痛みや不快感の兆候がある場合は直ちに使用を中止します。
8. 圧迫が発生する可能性があるため、指、髪、または身体の他の部分をアタッチメントの背面やシャフトから離してください。
9. 付属のアダプターのみを使用して本製品を充電してください。

■ 製品概要

☑ 筋肉マッサージガンとは？

筋肉マッサージガンは血液の循環をよく促進し、筋膜を解放し、疲労回復、筋肉のコリと疲れをほぐす、筋肉痛の緩和が役立ちます。マッサージガンは深部の筋肉組織に積極的に働きかけるので、血流を改善し通常では触れないような箇所にも酸素が届きやすくなります。これにより運動後の筋肉の痛みや痙攣を軽減し、身体本来の回復する力を高めてくれます。圧力の高周波パルスを集散的に体の部位に充てることで、深部の筋肉組織に働きかけ修復を促します。

☑ 各部名前



1. 交換可能なアタッチメント
2. バッテリー取り外しボタン
3. スピード表示
4. バッテリー表示
5. スピード -

6. スピードボタン
7. スピード +
8. バッテリー LED ランプ
9. 充電スロット
10. 電源スイッチ

■ 操作説明

☑ 充電

1. 付属の 24V アダプターの DC 側を製品の充電ポートに接続し、AC 側のケーブルをコンセントに差し込みます。**注意：初めて使用する前に製品を 6 時間に充電してください。**

2. 充電中：バッテリー LED ランプが赤く点滅した後、緑に点滅します。

充電完了/使用中：LED ランプが緑色に点灯します。

電量不足：LED ランプが赤色に点灯しています。

注意：バッテリーはいつでも充電できます。再充電する前に、バッテリーを完全に消耗させないことをお勧めします。

☑ 電源オン/オフ

電源スイッチをオンの位置に動かして、電源を入れます。オフの方法は同じです。

☑ 操作

1. 必要に応じて、アタッチメントのヘッドを選択してください。

2. 電源スイッチをオンにすると、バッテリー LED ランプが緑色に点灯します。

3. スピードボタンを押して、動作を起動します。速度レベルを調整するには、スピード +/- を押します。

注意：スピード 1-4：マイルドマッサージ。スピード 5-8：プロのマッサージ。スピード 9-12：筋肉をリラックス。スピード 13-16：乳酸分解。スピード 17-20：高周波マッサージ。

■ 6つ交換可能なアタッチメント

		
<p>腕、腰、背中、臀部、太もも、すね、および筋肉群のマッサージに適しています。</p>	<p>うなじ、背骨、アキレス腱に適しています。</p>	<p>ほとんどの筋肉群、上腕、背部、腰、足の裏に適しています。</p>
		
<p>各部分の筋肉をリラックスさせて回復するのに適しています。</p>	<p>深部の筋肉組織、経絡、靭帯への衝撃に適しています。</p>	<p>深部の筋肉組織等のつばに適しています。</p>

☑ **取り付けと取り外し**：製品の電源がオフになった場合、目的のアタッチメントを交換部位で交換してください。取り外したい場合は、アタッチメントをまっすぐ完全に引き出してください。

注意：組み立てたり取り外したりする時にアタッチメントを回転させないでください。

■ 仕様

スピード	20 スピード ・ 1800-3200 回/分
入力電圧	110-240V ・ 30-50Hz
電力	20-30W
振幅	10mm
電池	充電可能なリチウムイオン電池(24V/2500mAh)
充電時間	2 時間
動作時間	4 時間

■ お手入れ

1. わずかに湿らせたタオルを使用して製品を清掃し、柔らかい布で乾かします。
2. 保管または旅行に使用したい場合は、付属したバッグに製品を保管してください。

■ 警告

1. 火災や感電の原因となります。液体が製品内部または通気孔に入らないでください。
2. 本機を分解しない、改造しないでください。
3. 1 時間以上連続して使用しないで、30 分停止してから再利用してください。
4. 充電完了した後または使用する前に、アダプターを取り外してください。
5. 無人で本製品を使用したり充電したりしないようにしてください。

■ 使用上のご注意

1. **体の関節に使用しないでください。** 関節損傷の原因となります。本製品は体の軟部組織にのみ使用してください。
2. **体にすべての部位が使用に適しているわけではありません。** 頸部、腋窩、胸部、腹部など、筋肉が薄く主要な動脈や臓器の近くにある部位は、本製品の使用をお勧めしていません。
3. **使用時間が長く、痛みが強ければ、強いほどより良い効果が出るわけでもありません。** 使用する場合、痛みは適切な程度で、同じ位置での使用時間は5～10分でなければなりません。

■ お問い合わせ

本製品について何にかご質問がございましたら、下記のメールボックスまでお気軽にお問い合わせください。

Amazon 購入：hommiehk@hotmail.com

楽天/Yahoo/Qoo10 購入：fnc2017@yahoo.co.jp

メーカー：Yongkang Jiaqing Fitness Equipment Co., Ltd

アドレス：2nd Floor, Chenxu Lock Industry, Kangzhuang Road, 330 National Road, Lieqiao Industrial Zone, Yongkang, Zhejiang, China