



Therabody

Theragun Prime Plus

Руководство

Испытайте новый уровень восстановления с Theragun Prime Plus

Насадки в комплекте



Согревающая перкуSSIONная – тепловое воздействие + массаж для всего тела для расслабления затекших мышц и ускорения восстановления



Демпферная насадка – для нежных или чувствительных участков для снятия напряжения и боли



Стандартная шаровая – используется для массажа всего тела и снятия мышечного напряжения



Клиновaя – для скребковых движений в области лопаток и боковой поверхности бедра



Дополнительные насадки позволят расширить ассортимент процедур и создать программу восстановления, соответствующую вашим персональным потребностям.

Попробуйте охлаждающую насадку, предназначенную для работы с травмами и уменьшения воспаления, и вибрационную насадку, предназначенную для обработки суставов и чувствительных зон (обе продаются отдельно).



Еще больше увеличьте эффективность процедур с помощью приложения Therabody.

Используйте подключение через Bluetooth® для управления частотой перкуссий и контроля силы давления, а также познакомьтесь с нашей библиотекой пошаговых инструкций, которые покажут вам, какую именно мышцу нужно обрабатывать, какую насадку использовать и как держать устройство для получения наилучших результатов от каждой процедуры.

Theragun Prime Plus

RU

1. Обзор устройства

Совершенно новый уровень восстановления с Theragun Prime Plus — мощным и прочным массажёром с 16-миллиметровой амплитудой и термотерапией. Благодаря специально подобранным и научно обоснованным уровням теплового воздействия, согревающая перкуссионная насадка глубоко воздействует на мышцы, оптимизируя разогрев перед активностью, уменьшая болезненность мышц, ускоряя восстановление и облегчая боль быстрее, чем только перкуссионный массаж. Удобное и эффективное воздействие на любой участок тела благодаря патентованной треугольной рукоятки и трех специализированных перкуссионных насадок, которые позволяют обрабатывать как крупные мышцы, так и чувствительные области. В отличие от других массажных устройств, Theragun Prime Plus оснащен тихим двигателем с защитой от остановки, поэтому вы можете массировать даже самые плотные ткани, используя дополнительное давление до 18 кг без ущерба для глубины и частоты перкуссий. Использовать его очень просто благодаря простым элементам управления прямо на устройстве и пошаговым процедурам в приложении Therabody.

Расширьте диапазон доступных восстановительных процедур еще больше — добавьте охлаждающую или вибрационную насадку, чтобы создать программу восстановления, соответствующую вашим персональным потребностям (холодная насадка и вибрационная насадка продаются отдельно).

Предполагаемое использование

Сочетание в Theragun Prime Plus мощной перкуссии с термотерапией оптимизирует разогрев перед активностью, уменьшает болезненность мышц, ускоряет восстановление и облегчает боль быстрее, чем только перкуссионный массаж.

2. Комплектация

- A** Устройство Theragun Prime Plus
- B** Согревающая перкуссионная насадка
- C** Три перкуссионные насадки (Демпферная, Стандартная шаровая, Клиновья)
- D** Зарядный кабель USB-C
- E** Мягкая сумка для хранения
- F** Руководство пользователя

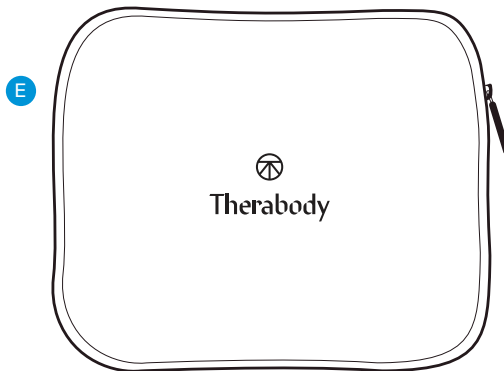
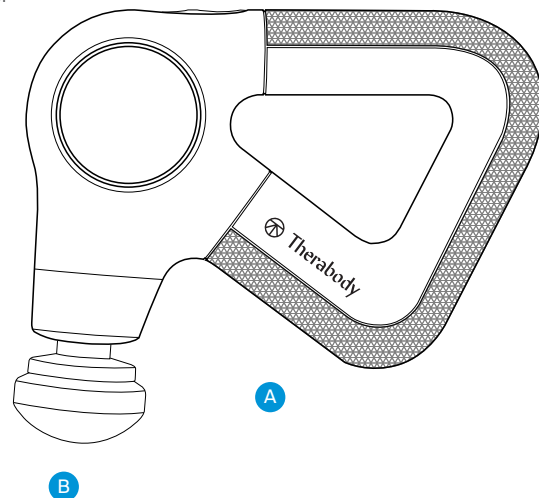
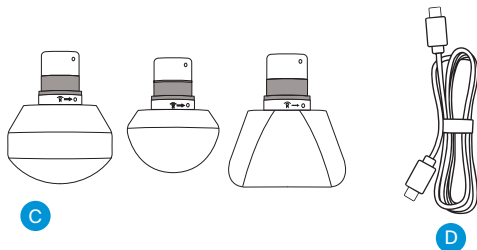
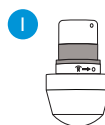
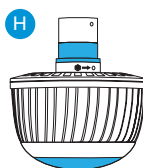


Рисунок 1. Комплектация

Дополнительные насадки приобретаются отдельно

- G** Вибрационная насадка
- H** Охлаждающая насадка
- I** Насадка "Большой палец"
- J** Зубчатая насадка



3. Знакомство с устройством

- 1** Простая в использовании двухкнопочная панель управления
 - a** Кнопка включения/выключения и частоты (5 светодиодных индикаторов частоты)
 - b** Кнопка изменения интенсивности (3 светодиодных индикатора интенсивности)
- 2** Запатентованная треугольная рукоятка с разными вариантами хвата
- 3** Разъем USB-C
- 4** Сменные нагревающая и перкуссионные насадки

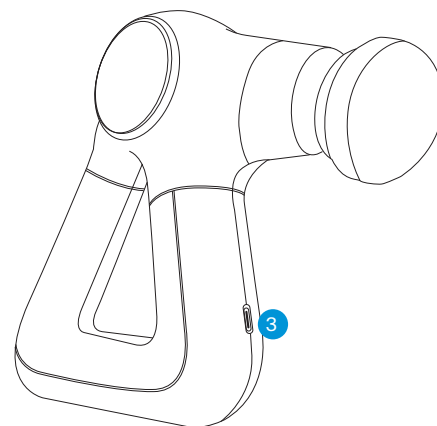
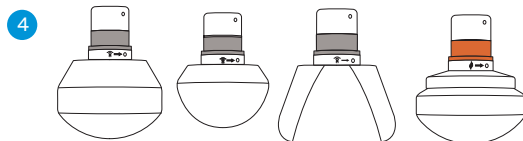
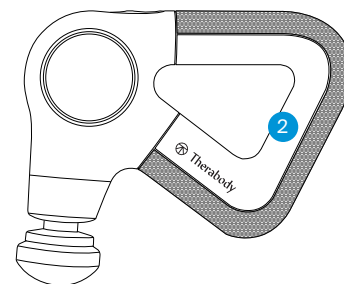
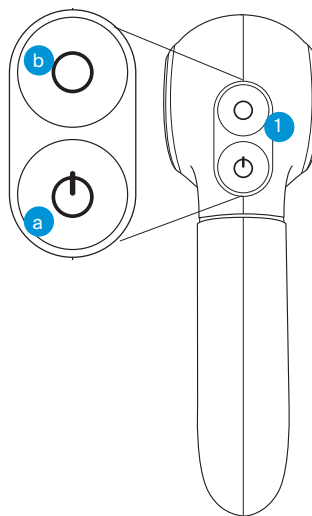


Рисунок 2. Устройство

Загрузите приложение Therabody

1. Загрузите приложение Therabody из App Store или Play Store.
2. Следуйте инструкциям в приложении, чтобы создать новую учетную запись для приложения и подтвердить свой адрес электронной почты.
3. После входа в систему следуйте инструкциям по подключению Theragun Prime Plus к приложению. Убедитесь, что на телефоне включены настройки Bluetooth.
4. При появлении запроса выберите в устройствах Therabody «Theragun Prime Plus».
5. Нажмите и удерживайте кнопку включения/выключения на Theragun Prime Plus, чтобы включить его. Theragun Prime Plus должен быть включен, чтобы найти приложение и выполнить сопряжение с ним.
6. Нажмите «Подключить устройство» и выберите Theragun Prime Plus, чтобы подтвердить соединение устройства и приложения.
7. Приложение Therabody позволяет контролировать частоту перкуссий и частоту воздействия, узнавать о наиболее эффективных способах использования и получать рекомендации по процедурам, которые точно показывают, на какую мышцу нужно воздействовать, какую насадку использовать и как держать устройство.

4. Использование устройства

1. **Включение устройства.** Возьмитесь за эргономичную треугольную ручку Theragun. Нажмите и удерживайте кнопку включения/выключения, чтобы включить Theragun Prime Plus. При включении устройства на нем загораются светодиоды.
2. **Выберите частоту перкуSSIONного воздействия.** Переключение между пятью вариантами частоты перкуссии осуществляется нажатием кнопки включения/выключения. Частоту перкуссий отображают горящие светодиодные индикаторы, при этом один белый светодиод означает самую низкую частоту, а 5 белых светодиодов — самую высокую.
3. **Использование устройства.** Перемещайте устройство по зонам, нуждающимся в терапии, при необходимости применяя легкое или умеренное давление.
4. **Использование согревающей перкуSSIONной насадки.** Установите согревающую перкуSSIONную насадку, включите устройство и выберите желаемую частоту перкуссий, как указано выше. Нажмите кнопку интенсивности, чтобы выбрать степень нагрева. Интенсивность нагрева отображается с помощью трех светодиодных индикаторов, при этом один оранжевый светодиод показывает легкий нагрев, два — средний и три — интенсивный. Чтобы использовать термотерапию без перкуSSIONной терапии, продолжайте нажимать кнопку включения/выключения, чтобы переключаться между вариантами скорости. Следующий после выбора максимальной скорости вариант настройки — выключение перкуSSIONной терапии.
5. **Использование охлаждающей насадки (продается отдельно).** Установите охлаждающую насадку и включите устройство, как указано выше. Обратите внимание, что во время использования охлаждающей насадки перкуссия будет отключена. Для изменения степени охлаждения используйте кнопку изменения интенсивности. Степень охлаждения отображается с помощью светодиодных индикаторов, при этом один синий светодиод показывает легкое охлаждение, два — среднее охлаждение и три — интенсивное охлаждение.
6. **Использование вибрационной насадки (продается отдельно).** Установите вибрационную насадку и включите устройство, как указано выше. Обратите внимание, что во время использования вибрационной насадки перкуссия будет отключена. Нажмите кнопку выбора интенсивности, чтобы выбрать интенсивность вибрации. Интенсивность вибрации отображается с помощью светодиодных индикаторов: один зеленый светодиод загорается при низкой интенсивности вибрации, два — при средней и три — при высокой.
7. **Блокировка устройства.** Если устройство не используется или транспортируется, заблокируйте его, чтобы предотвратить разрядку аккумулятора или случайное включение. Быстро нажмите кнопку питания три раза, чтобы активировать функцию блокировки. Повторите, чтобы разблокировать устройство.
8. **Выключение устройства.** Для выключения устройства нажмите и удерживайте кнопку включения/выключения.

Автоматическое выключение

Устройство отключается автоматически в следующих случаях:

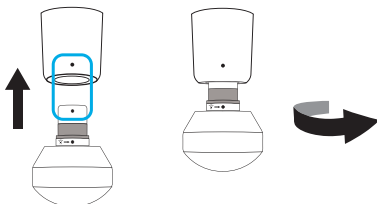
1. Если устройство не используется после нажатия кнопки включения/выключения для проверки уровня заряда батареи, оно отключится через 5 минут.
2. Если подключено мобильное приложение, но устройство не используется, оно выключится через 10 минут.
3. Когда устройство разрядится, светодиодный индикатор начнет мигать оранжевым цветом, а затем погаснет.
4. Если устройство используется в режиме только нагрева более 1 часа, оно отключится.

Подключение насадок

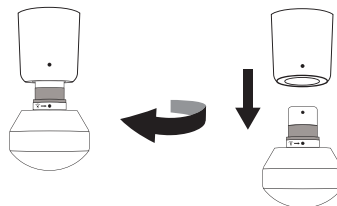
1. Прежде чем присоединить или снять насадку убедитесь, что устройство выключено.
 2. Установите насадку в разъем устройства, поверните по часовой стрелке и зафиксируйте.
 3. Чтобы разблокировать и снять насадку, поверните против часовой стрелки и снимите ее.
- Предупреждение: избегайте попадания пальцев между насадкой и перкуSSIONНЫМ механизмом, так как это может привести к защемлению или травме.

*Насадки могут использоваться и с другими моделями Theragun Plus.

Вкл



Выкл.



Использование насадок

Устройство поставляется с четырьмя высококачественными насадками, предназначенными для более персонализированных процедур. Согревающая перкуSSIONНАЯ, Демпферная, Стандартная шаровая и Клиновья насадки удобны и гигиеничны: они не впитывают пот, лосьон или масла.

НАСАДКА	ОБЛАСТЬ/МЫШЦЫ	ПРЕДПОЛАГАЕМОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ
Демпферная	Для нежных или чувствительных зон и повседневного использования	Используйте Демпферную насадку для интенсивного, но мягкого, успокаивающего массажа всего тела. Демпферная насадка специально разработана для универсального использования и может использоваться для обработки чувствительных или костных участков. Большой диаметр насадки увеличивает площадь контакта с тканями для более комфортного и эффективного воздействия на мышцы.
Стандартная шаровая	Для больших и малых мышечных групп	Используйте Стандартную шаровую насадку как универсальную, для массажа всего тела. Стандартная шаровая насадка специально разработана для использования как на больших, так и на небольших группах мышц. Благодаря меньшей площади контакта и более высокому уровню ударной нагрузки, чем у Демпферной, она является более жестким вариантом для общего использования и лучшим выбором при работе с перегруженными и напряженными мышцами.
Клиновая	Для лопаток и боковой части бедра	Клиновая насадка отлично подходит для разогрева мышц и улучшения гибкости перед активностью. Уникальная Клиновая насадка, специально разработанная для использования на лопатках и боковой части бедра, используется для «скребущих» и «выжимающих» движений, воспроизводя техники, обычно используемые в спортивном массаже.
Согревающая перкуссионная	Для мышц	Снятие напряжения с уставших мышц и ускорение восстановления. Используйте согревающую насадку, чтобы улучшить подвижность мышц перед тренировкой и ускорить восстановление после тренировки.
Охлаждающая (Продается отдельно)	Для суставов и мышц	Уменьшение воспаления, боли и отеков. Используйте охлаждающую насадку, чтобы снять отек и уменьшить воспаление.
Вибрационная (Продается отдельно)	Для суставов и костной ткани	Снижение боли в суставах и работа с чувствительными зонами. Используйте вибрационную насадку для устранения боли в суставах и обработки костных участков. Вибрационная насадка улучшает кровообращение и подходит для обработки чувствительных зон.
Большой палец (Продается отдельно)	Для триггерных точек и нижней части спины	Точечное интенсивное воздействие для локального снижения боли. Специально разработанная для имитации давления большим пальцем насадка чаще всего используется для точечной терапии на нижней части спины. Используйте насадку "Большой палец" везде, где вы обычно использовали бы для облегчения боли надавливание вашим большим пальцем.
Зубчатая (Продается отдельно)	Для усиленной стимуляции кожи	Зубчатая насадка помогает усиливать подкожное кровообращение. Насадка оказывает интенсивное локальное воздействие, эффективно увеличивая стимуляцию и кровообращение в обрабатываемой зоне.

6. Уход, чистка и зарядка устройства

Обслуживание устройства

Чтобы устройство продолжало работать надлежащим образом, важно выполнять следующие инструкции по техническому уходу. Невыполнение этих инструкций может привести к поломке устройства.

Очистка устройства

Чтобы гарантировать долгий срок службы устройства и комплектующих, перед очисткой внимательно прочтите следующие инструкции.

1. Визуально осмотрите устройство на наличие явных признаков загрязнений.
2. Протрите устройство неабразивной безворсовой влажной тканью или очищающей салфеткой без спирта.
3. Вытрите устройство насухо неабразивной безворсовой тканью.
4. После очистки дайте устройству полностью высохнуть, прежде чем класть на хранение или продолжить использование. Устройство НЕ является водонепроницаемым или НЕ подходит для машинной стирки. Не допускайте попадания любой жидкости внутрь устройства.
5. Хорошо очищенное устройство не должно иметь видимых следов загрязнений или влаги.

Примечание: устройство не является водонепроницаемым. Протирайте устройство только влажной тканью или очищающей салфеткой, не содержащей спирта. Не погружайте устройство в воду и не мойте его под проточной водой. Не допускайте контакта устройства с агрессивными растворами, которые могут повредить внешний вид и функциональность устройства.

Жидкость для ухода за устройством QuietForce

Поддерживайте эффективную работу вашего устройства с помощью средства QuietForce. При ежедневном использовании устройства рекомендуется применять средство раз в четыре месяца. Жидкость можно приобрести на сайте therabody.com

1. Снимите насадку с Theragun.
2. Отрежьте кончик флакона со средством QuietForce
3. Осторожно потяните поршень перкуSSIONного механизма устройства
4. Нанесите 3-4 капли средства, тщательно покрывая всю окружность
5. Включите Theragun и дайте ему поработать в течение 10 секунд

Зарядка устройства

1. Устройство поддерживает USB-C и поставляется с зарядным кабелем USB-C. Перед зарядкой убедитесь, что устройство выключено.
2. Подключите один конец зарядного кабеля к зарядному порту USB-C на устройстве. Он расположен на рукояти устройства. Подключите другой конец зарядного кабеля к адаптеру питания.
3. Кнопка питания имеет светодиодный индикатор, который будет указывать на состояние батареи, когда устройство включено или заряжается. Включите устройство или нажмите кнопку включения/выключения, чтобы проверить состояние аккумулятора.
 - Оранжевый (мигает, а затем гаснет): нет заряда/аккумулятора
 - Оранжевый (мигает): очень низкий заряд аккумулятора
 - Оранжевый: низкий заряд аккумулятора
 - Синий: половина аккумулятора
 - Зеленый: высокий заряд аккумулятора

4. Время автономной работы устройства составляет до 120 минут, в зависимости от используемой насадки и интенсивности обработки.

** Примечание: При использовании зарядного устройства стороннего производителя убедитесь, что оно произведено сертифицированным производителем и не имеет каких-либо структурных повреждений.

Хранение и транспортировка устройства

Во время хранения и транспортировки устройство должно находиться в специальном чехле. Храните устройство в прохладном и сухом месте (температура: 0 °C - 40 °C, относительная влажность: 10 ~ 95%). Не храните устройство там, где температура может превышать 40 °C, например, под прямыми солнечными лучами или в машине.

Руководство по устранению неполадок

ЧТО ПРОИСХОДИТ	КОД ОШИБКИ	ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ	ВОЗМОЖНЫЕ РЕШЕНИЯ
Нет подключения к питанию	Светодиод кнопки включения/выключения мигает оранжевым, синим и зеленым цветом.	Аккумулятор перегрелся во время зарядки или использования.	Убедитесь, что питание устройства выключено, отсоедините от зарядного устройства и дайте ему остыть в течение 60 минут. Если это не помогло, обратитесь в компанию Therabody.
Нет подключения к питанию	5 белых светодиодных индикаторов мигают 5 раз, затем гаснут.	Двигатель перегрелся.	Убедитесь, что устройство выключено, и дайте ему остыть в течение 60 минут. Если это не помогло, обратитесь в компанию Therabody.
Перкуссия работает, но согревающая насадка холодная.	3 оранжевых светодиодных индикатора мигают 5 раз, затем гаснут.	Согревающая насадка перегрелась или произошла другая ошибка.	Убедитесь, что устройство выключено, и дайте ему остыть в течение 60 минут. Если это не помогло, обратитесь в компанию Therabody.
Питание включено, но охлаждающая насадка не работает.	3 синих светодиодных индикатора мигают 5 раз, затем гаснут.	Охлаждающая насадка перегрелась или произошла другая ошибка.	Убедитесь, что устройство выключено, и дайте ему остыть в течение 60 минут. Если это не помогло, обратитесь в компанию Therabody.
Подключено к питанию, но охлаждающая насадка не работает.	3 зеленых светодиодных индикатора мигают 5 раз, затем гаснут.	Вибрационная насадка перегрелась или произошла другая ошибка.	Убедитесь, что устройство выключено, и дайте ему остыть в течение 60 минут. Если это не помогло, обратитесь в компанию Therabody.
Устройство выключается автоматически	Нет	1. Низкий уровень заряда аккумулятора 2. Не включается при заряженном аккумуляторе	1. Зарядите аккумулятор 2. Свяжитесь с Therabody
Аккумулятор заряжен, но устройство не включается	Нет	1. Низкий уровень заряда аккумулятора 2. Не включается при заряженном аккумуляторе	1. Зарядите аккумулятор 2. Свяжитесь с Therabody
Устройство отключается во время работы или двигатель вибрационной насадки не включается	Нет	1. Проверьте и зарядите аккумулятор 2. Возможно, поврежден мотор или соединительный элемент	Попробуйте полностью зарядить устройство, отсоедините зарядный кабель, а затем нажмите кнопку включения/выключения и удерживайте ее в течение 3 секунд. Если проблема не устранена, обратитесь в компанию Therabody
Не удается зарядить аккумулятор	Нет	1. Окружающая температура слишком высокая или слишком низкая 2. Возможна неисправность аккумулятора 3. Неисправный кабель зарядки	1. Заряжайте устройство только при температуре окружающей среды от 5°C до 35°C 2. Попробуйте использовать другой USB-C кабель и адаптер 3. Свяжитесь с Therabody

Theragun Prime Plus: предупреждения и рекомендации (меры предосторожности и противопоказания)

RU

Общая информация

Продукция Therabody предназначена для активации естественных способностей организма к поддержанию здоровья и хорошего самочувствия. Портфолио высокотехнологичной продукции Therabody охватывает самые разнообразные типы терапевтического воздействия – чтобы каждый мог выбрать для себя оптимальный вариант по собственным требованиям и предпочтениям. В некоторых случаях рекомендуется изменить способ работы устройств (см. меры предосторожности), а в некоторых – определенные устройства использовать не рекомендуется (противопоказания). Перед использованием прочтите следующую информацию по технике безопасности для устройства в полном объеме.

Важная информация по безопасности

Общие рекомендации по использованию устройства

Это устройство предназначено для людей с хорошим здоровьем. Прибор противопоказан к использованию и не должен использоваться людьми с эпилепсией, судорогами или кардиопатией в анамнезе.

Устройство не рекомендовано людям с электронными имплантированными устройствами (например, кардиостимулятором), сердечной аритмией, опухолями или острыми воспалительными заболеваниями. Устройство не рекомендуется людям с артериосклерозом, тромбами или имплантатами в обрабатываемой области тела. Устройство нельзя использовать при наличии темно-коричневых или черных пятен, таких как большие веснушки, родимые пятна, бородавки или кожные наросты, на обрабатываемом участке. Устройство не рекомендуется использовать, если у вас есть экзема, псориаз, повреждения кожи, открытые раны или активные инфекции (такие как герпес) за исключением акне легкой или умеренной степени на обрабатываемой области. Дождитесь заживления области до использования устройства. Устройство нельзя использовать, если у вас есть нарушения кожных покровов, вызванные диабетом или другими системными или метаболическими заболеваниями. Не рекомендуется использовать это устройство без консультации с лечащим врачом и прохождения профилактического лечения до применения устройства, если у вас анамнез есть высыпания герпеса на обрабатываемом участке.

Если вы беременны и/или кормите грудью, до применения проконсультируйтесь с врачом. Незамедлительно прекратите использование устройства при первых признаках дискомфорта. Если у вас есть какие-либо медицинские показания, проконсультируйтесь с врачом перед использованием устройства.

Безопасность, меры предосторожности и противопоказания

Особые виды терапии

Эти рекомендации по мерам предосторожности и противопоказаниям основаны на консультациях с медицинскими экспертами и анализе данных исследований и актуальны на дату публикации. Для получения самой актуальной информации посетите наш сайт <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>.

Меры предосторожности:

- В этих обстоятельствах требуется соблюдать осторожность, и может потребоваться внесение изменений в использование устройства. Если у вас в настоящее время есть любое из следующих состояний или есть подозрения, что оно у вас может быть, или если у вас есть какие-либо вопросы относительно вашего состояния – пожалуйста, проконсультируйтесь с медицинским специалистом.
- Гипертензия (контролируемая)

- Остеопения
- Остеопороз
- Беременность
- Диабет
- Варикозное расширение вен
- Костные выступы или участки
- Атипичные ощущения (например, онемение)
- Чувствительность к нажиму
- Недавняя травма или хирургическое вмешательство
- Сколиоз или деформация позвоночника
- Лекарственные препараты, которые могут изменять ощущения пользователя

Противопоказания.

В следующих обстоятельствах потенциальные риски могут перевешивать пользу от применения прибора. До использования проконсультируйтесь с врачом.

- Кожная сыпь, открытые раны, волдыри, воспаление тканей, гематомы или опухоли
- Тромбоз глубоких вен, остеомиелит
- Перелом костей или оссифицирующий миозит
- Гипертензия (неконтролируемая)
- Острое или тяжелое заболевание сердца, печени или почек
- Неврологические заболевания, приводящие к потере или изменению ощущений
- Прямое применение на лице, горле или половых органах
- Нарушения свертываемости крови
- Недавнее хирургическое вмешательство или травма
- Заболевания соединительной ткани
- Периферическая сосудистая недостаточность или заболевание периферических сосудов
- Лекарственные препараты, разжижающие кровь или изменяющие ощущения
- Прямое воздействие на место хирургического вмешательства или установленный имплант
- Прямое давление на глаза или горло
- Сильный дискомфорт или боль
- Сколиоз или деформация позвоночника тяжелой степени
- Наличие кардиостимулятора, ИКД или эмболия в анамнезе
- Аллергия на материал устройства: пластик, силикон, алюминий, нержавеющая сталь, медный сплав, краска

Лимитированная гарантия и обслуживание клиентов
Для получения полной информации о гарантии, пожалуйста, посетите www.therabody.com/warranty.
Дополнительная информация или сервисная поддержка
<https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html>.

Зарегистрировано FDA
Ограниченная гарантия при покупке только у авторизованного розничного продавца
© 2024 Therabody, Inc. Все права защищены.
Информация о патентах на сайте www.therabody.com/patents

Изготовлено и распространено компанией:
Therabody, Inc.
1640 S Sepulveda, Suite 300
Los Angeles, CA 90025

Импортёры:
Therabody International Limited
5th Floor, 40 Mespil Road,
D04C2N4 Дублин, Ирландия

Therabody UK Limited
Portsoken House 155-157
Миньеритиз, Лондон,
Великобритания, EC3N1LJ

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ УСТРОЙСТВА

ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИЛИ ЗАРЯДКОЙ УСТРОЙСТВА И АКСЕССУАРОВ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЯМИ И ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯМИ, ПРИВЕДЕННЫМИ В ДАННОМ РУКОВОДСТВЕ, НА ЗАРЯДНОМ УСТРОЙСТВЕ И НА САМОМ УСТРОЙСТВЕ.







При использовании устройства всегда следует придерживаться следующих основных мер предосторожности:

1. **ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТОЛЬКО В СООТВЕТСТВИИ С ИНСТРУКЦИЕЙ.** Используйте устройство только так, как описано в руководстве пользователя устройства. Устройство доступно без рецепта. Не предназначено для диагностики, лечения или профилактики заболеваний. Используйте только рекомендованные Therabody аксессуары и запасные части. Это специализированный механический инструмент с электрическими компонентами. Если устройство и его аксессуары не используются или не обслуживаются должным образом, существует риск возгорания, поражения электрическим током или травмы. Если устройство или его части и аксессуары не используются или не обслуживаются в соответствии с рекомендациями, изложенными в данном руководстве, это приведет к аннулированию гарантии и может стать причиной повреждения устройства или физической травмы. Для коммерческого и домашнего использования.
2. **НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕНО ДЛЯ ДЕТЕЙ.** Устройство не предназначено для использования маленькими детьми или лицами с ограниченными физическими, сенсорными или умственными способностями или с недостатком опыта и знаний, если они не находятся под присмотром ответственного лица или проинструктированы им. Устройство не является игрушкой. Соблюдайте осторожность при работе с электрическими компонентами, не сгибайте их и не тяните за них. Проследите, чтобы дети не играли с устройством или его аксессуарами. Лица младше 16 лет должны использовать это устройство под надзором взрослых.
3. **ЗАРЯДКА.** Если ваше устройство не включается или индикатор аккумулятора показывает низкий уровень заряда, зарядите его перед первым использованием. Зарядите аккумулятор с помощью кабеля USB-C (входит в комплект). При использовании зарядного кабеля (входит в комплект) убедитесь, что его разъем USB-C полностью вставлен в совместимый адаптер питания, прежде чем подключать адаптер к розетке. Вы также можете заряжать аккумулятор с помощью кабелей USB-C сторонних производителей, соответствующих нормам страны, а также международным и региональным стандартам безопасности. Адаптеры некоторых производителей могут не соответствовать действующим стандартам безопасности, и зарядка с помощью таких адаптеров может привести к смерти или травмам. Не пытайтесь вставить кабель в разъем с усилием. Полностью зарядяйте аккумулятор не реже одного раза в шесть месяцев, чтобы предотвратить повреждение устройства и аккумулятора. Отключайте адаптер питания и зарядный кабель, когда они не используются.
4. **НЕ ПЕРЕЗАРЯЖАЙТЕ.** Не оставляйте устройство подключенным к адаптеру питания более чем на один час после полной зарядки аккумулятора. Аккумулятор имеет систему защиты, чтобы избежать риска перезарядки. С течением времени перезарядка может сократить его срок службы.
5. **МЕСТА ДЛЯ ЗАРЯДКИ.** Заряжайте устройство с помощью адаптера питания и зарядного кабеля. Избегайте контакта с кожей, когда кабель USB-C подключен к источнику питания, так как это может вызвать повреждение или травму. Не спите на разъемы USB-C и не садитесь на него. Устройство следует заряжать в хорошо проветриваемом, сухом помещении. Не заряжайте устройство на открытом воздухе, в ванной комнате или в пределах 31 метра от ванны или бассейна. Не используйте устройство или зарядное устройство на влажных поверхностях, а также не подвержайте зарядное устройство воздействию влаги, дождя или снега. Не используйте устройство или совместимое с ним зарядное устройство в присутствии взрывоопасных сред (газообразные пары, пыль, мука, металлические порошки или легковоспламеняющиеся материалы). Могут образоваться искры, что может привести к пожару.
6. **ОТКЛЮЧЕНИЕ ЗАРЯДНОГО УСТРОЙСТВА ОТ СЕТИ И УХОД ЗА НИМ.** Тяните за вилку, а не за шнур, чтобы снизить риск повреждения электрических контактов и кабеля. Никогда не переносите зарядное устройство за шнур. Держите шнур вдали от источников тепла, масла и острых краев. Не растягивайте кабель зарядного устройства и не размещайте с натяжением. Не прикасайтесь к устройству, зарядному устройству или разъемам мокрыми руками. Всегда отключайте этот прибор от электрической розетки сразу после использования и перед чисткой. Храните кабель так, чтобы на него не наступали, не спотыкались и не подвергали иным повреждениям или нагрузкам. Не используйте адаптер питания или зарядный кабель, которые получили резкий удар, упали, переехали или каким-либо образом повредили. При длительном хранении устройство должно быть с полностью заряженным аккумулятором.
7. **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ.** Не используйте устройство при возникновении боли или дискомфорта. Если в любой момент во время процедуры вы почувствуете боль или дискомфорт, немедленно прекратите процедуру. Прекратите использование устройства, если оно перегревается или становится некомфортно горячим. Не вставляйте пальцы между насадкой и перкуссионным механизмом, так как это может привести к защемлению и травме.
8. **НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПОД ОДЕЯЛОМ И ПОДУШКОЙ.** Чрезмерный нагрев может привести к возгоранию, поражению электрическим током или травмам.
9. **УХОД И ОБСЛУЖИВАНИЕ УСТРОЙСТВА.** Обращайтесь с устройством осторожно. Устройство содержит электронные компоненты, которые могут быть повреждены при падении, ожоге, проколе или раздавливании. Не разбирайте устройство и не пытайтесь отремонтировать его самостоятельно. Разборка устройства может привести к его повреждению и травмам пользователя. Если устройство повреждено или возникли неисправности, обратитесь в службу поддержки клиентов Therabody. Гарантия будет аннулирована в случае разбора устройства, аккумулятора, зарядного устройства или удаления каких-либо частей. Не используйте поврежденное устройство – это может привести к травме. Не прокалывайте и не повреждайте устройство. Устройство НЕ является водонепроницаемым. Устройство не подлежит машинной стирке. Не размещайте и не

- храните устройство там, где оно может попасть в ванну или раковину. Не погружайте и не роняйте устройство в воду или другую жидкость. Не дотрагивайтесь до устройства, которое упало в воду или соприкоснулось с водой. Немедленно отключите устройство от сети. Очистите устройство в соответствии с инструкциями, приведенными в разделе «Очистка» в руководстве пользователя.
10. **ХИМИЧЕСКИЕ ВЕЩЕСТВА АККУМУЛЯТОРА ВЫЗЫВАЮТ СИЛЬНЫЕ ОЖОГИ.** Не допускайте контакта встроенного аккумулятора с кожей, глазами или ртом. В случае утечки химикатов из поврежденного аккумулятора используйте резиновые или неопреновые перчатки для его утилизации. Если жидкость из аккумулятора попала на кожу, промойте ее водой с мылом и ополосните уксусом. Если химические вещества из аккумулятора попали в глаза, немедленно промойте их водой в течение 20 минут и обратитесь за медицинской помощью. Снимите и утилизируйте загрязненную одежду.
 11. **НЕ ДОПУСКАЙТЕ КОРОТКОГО ЗАМЫКАНИЯ.** Если металлический предмет соединит положительные и отрицательные контакты на аккумуляторе или разъеме 16В, произойдет короткое замыкание. Не кладите батарею рядом с предметами, которые могут вызвать короткое замыкание, например, с монетами, ключами или гвоздями в кармане. Короткое замыкание аккумулятора может привести к пожару и травмам.
 12. **ХРАНЕНИЕ УСТРОЙСТВА И АКСЕССУАРОВ.** Хранить в сухом прохладном месте. Заряжайте устройство только при температуре окружающей среды от –20 до 45°C. Не храните устройство или зарядный кабель там, где температура выше 45°C, например, под прямыми солнечными лучами, в транспорте или в помещении из металла в летнее время.
 13. **УТИЛИЗАЦИЯ УСТРОЙСТВА.** Это устройство содержит литий-ионный аккумулятор, который необходимо правильно утилизировать. Перед утилизацией изучите местные законы и требования, касающиеся утилизации литий-ионных батарей. Предпочтительный метод – утилизация всего устройства.

Обозначения и символы

На устройстве Theragun Prime Plus имеются следующие обозначения и символы: маркировка

№	Обозначение	Описание
1		Маркировка CE
2		Перед использованием прочтите руководство пользователя.
3		Раздельный сбор отходов электрического и электронного оборудования. Примечание: для получения дополнительной информации об утилизации оборудования, его частей и аксессуаров, обращайтесь к местному дистрибьютору.
4	IP22	Классификация IP: Первая цифра 2: Защищен от доступа к опасным частям пальцем, согласно испытаниям шарнирным пальцем Ф 12 мм и длиной 80 мм должен иметь достаточный обзор от опасных частей и защищен от твердых посторонних предметов размером Ф 12,5 мм и более.
5		RCM
6		Применение: тип BF
7		Информация о производителе
8	UK CA	Знак UKCA для Великобритании
9		Bluetooth

Theragun Prime Plus
Требования IEC 60601-1 и IEC60601-11 (предупреждение) --- для медицинского оборудования в США, CA
Это устройство относится к оборудованию класса III, тип BF. Соответствует стандартам медицинской электробезопасности (IEC 60601-1).
Устройство также соответствует стандарту электромагнитной совместимости (IEC 60601-1-2).
Устройство протестировано и признано соответствующим ограничениям по электромагнитной совместимости (ЭМС) для медицинских устройств в соответствии с IEC 60601-1-2: 2014.
Ограничения предназначены для обеспечения надлежащей защиты от вредных помех в обычных медицинских устройствах.

1* ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Не допускайте использования данного оборудования рядом с другим оборудованием, так как это может привести к неправильной работе. В противном случае следите за тем, чтобы это и другое оборудование функционировали в нормальном режиме.

2* ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: использование аксессуаров, датчиков и кабелей, отличных от указанных или поставляемых производителем данного оборудования, может привести к увеличению электромагнитного излучения или снижению электромагнитной устойчивости данного устройства и к его неправильной работе.

3* ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Портативное оборудование радиочастотной связи (в том числе периферийные устройства, например, антенные кабели и внешние антенны) следует использовать на расстоянии не менее 30 см от любого элемента оборудования, включая кабели, указанные производителем. В противном случае это может привести к ухудшению работы оборудования.

Это устройство соответствует части 15 правил FCC. Эксплуатация осуществляется при соблюдении следующих двух условий: (1) это устройство не должно создавать вредных помех

и (2) это устройство должно принимать любые помехи, включая те, которые могут вызвать нежелательную работу.
изменения или модификации, не одобренные стороной, ответственной за соблюдение требований, могут привести к лишению пользователя прав на эксплуатацию оборудования. Это оборудование было протестировано и признано соответствующим ограничениям для цифровых устройств класса B в соответствии с частью 15 правил FCC. Эти ограничения предназначены для обеспечения разумной защиты от вредных помех при установке в жилых помещениях. Это оборудование генерирует, использует и может излучать радиочастотную энергию и, если оно не установлено или не используется в соответствии с инструкциями, может создавать вредные помехи для радиосвязи. Однако нет гарантии, что в некоторых условиях помехи не будут возникать.
Если это оборудование создает помехи приему радио- или телевизионных сигналов, что можно определить путем выключения и включения оборудования, пользователю рекомендуется попытаться устранить помехи одним или несколькими из следующих способов:
-- Переориентируйте или переместите приемную антенну.
-- Увеличьте расстояние между оборудованием и приемником.
-- Подключите оборудование к розетке в кави, отличной от той, к которой подключен ресивер.
Обратитесь за помощью к дилеру или квалифицированному специалисту по обслуживанию радио- и телеаппаратуры.
Заявление о соответствии стандартам ISED
В данном устройстве содержатся передатчик(-и)/ приемник (-и), которые соответствуют стандартам RSS Министерства инноваций, науки и экономического развития Канады, не требующих лицензии. Использование устройства осуществляется при соблюдении следующих двух условий:
(1) Это устройство не должно создавать помех.
(2) Это устройство должно оставаться работоспособным при наличии любых помех, включая помехи, которые могут привести к его неправильной работе.


Руководство и декларация производителя –электромагнитное излучение		
Устройство Theragun Prime Plus предназначено для использования в электромагнитной среде, указанной ниже. Заказчик или пользователь Theragun Prime Plus должен убедиться в том, что устройство используется именно в таких условиях.		
Тест	Соответствие	Электромагнитная среда - указания
Радиочастотные излучения CISPR 11	Группа 1	Theragun Prime Plus использует радиочастотную энергию только для внутреннего функционала. Поэтому его радиочастотные излучения незначительны и вряд ли создадут какие-либо помехи для близлежащего электронного оборудования. Theragun Prime Plus подходит для использования во всех учреждениях, включая жилые помещения и те, которые напрямую подключены к общественной низковольтной сети электроснабжения для жилых помещений.
Радиочастотные излучения CISPR 11	Класс B	
Гармонические излучения IEC 61000-3-2	Неприменимо	
Мерцающие излучения при колебаниях напряжения IEC 61000-3-3	Неприменимо	

Руководство и декларация производителя – электромагнитная устойчивость –
для всего ОБОРУДОВАНИЯ и СИСТЕМ

RU

Руководство и декларация производителя – электромагнитная устойчивость			
Устройство Theragun Prime Plus предназначено для использования в электромагнитной среде, указанной ниже. Заказчик или пользователь Theragun Prime Plus должен убедиться в том, что устройство используется именно в таких условиях.			
Тест на устойчивость	Тестовый уровень IEC 60601	Уровень соответствия	Электромагнитная среда - рекомендации
Электростатический разряд (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 кВ контакт ± 2 кВ, ± 4 кВ, ± 8 кВ, ± 15 кВ напряжение в воздухе	± 8 кВ контакт ± 2 кВ, ± 4 кВ, ± 8 кВ, ± 15 кВ напряжение в воздухе	Полы должны быть деревянными, бетонными или керамическими плитами. Если полы покрыты синтетическим материалом, относительная влажность воздуха должна быть не менее 30 %.
Электростатический скачок IEC 61000-4-4	± 2 кВ для мощности линии снабжения ± 1 кВ для линии входа/выхода	Н/П	Качество электропитания должно соответствовать качеству типичной коммерческой или домашней среды.
Выброс IEC 61000-4-5	± 1 кВ дифференциальный режим ± 2 кВ общий режим	Н/П	Качество электропитания должно соответствовать качеству типичной коммерческой или домашней среды.
Скачки напряжения, короткие прерывания и колебания напряжения на входных линиях электропитания IEC 61000-4-11	0 % UT; 0,5 цикл g) При 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° и 315° 0 % UT; 1 цикл и 70 % UT; 25/30 циклов Однофазное: при 0° 0 % UT; 250/300 цикл	Н/П	Качество электропитания должно соответствовать качеству типичной коммерческой или домашней среды. Если пользователю Theragun Prime Plus требуется непрерывная работа во время перебоев в электросети, рекомендуется подключать Theragun Prime Plus к источнику бесперебойного питания или аккумулятору.
Частота сети (50/60 Гц) магнитное поле IEC 61000-4-8	30 А/м	30 А/м	Магнитные поля промышленной частоты должны соответствовать уровням, характерным для обычной коммерческой или домашней обстановки.
ПРИМЕЧАНИЕ UT – это напряжение в сети до испытательного уровня.			

Руководство и декларация производителя – электромагнитная устойчивость – для ОБОРУДОВАНИЯ и СИСТЕМ

Руководство и декларация производителя – электромагнитная устойчивость			
Устройство Theragun Prime Plus предназначено для использования в электромагнитной среде, указанной ниже. Заказчик или пользователь Theragun Prime Plus должен убедиться в том, что устройство используется именно в таких условиях.			
Тест на устойчивость	Тестовый уровень IEC 60601	Уровень соответствия	Электромагнитная среда - рекомендации
Проводимый RF IEC 61000-4-6	3 (среднеквадратическое напряжение) от 150 кГц до 80 МГц	Н/П	Переносное и мобильное оборудование RF связи следует использовать не ближе любой части Theragun Prime Plus (включая кабели), чем рекомендуемое расстояние удаления, рассчитанное по уравнению, применимому к частоте передатчика. Рекомендуемое расстояние между передатчиками, $d = \left[\frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[\frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
Излучаемые RF IEC 61000-4-3	10 В/м От 80 МГц до 2,7 ГГц 385МГц-5785МГц Нормативные испытания на ЗАЩИЩЕННОСТЬ ПОРТА КОРПУСА от радиочастотного оборудования беспроводной связи (см. таблицу 9 стандарта IEC 60601-1-2:2014)	10 В/м От 80 МГц до 2,7 ГГц 385МГц-5785МГц Нормативные испытания на ЗАЩИЩЕННОСТЬ ПОРТА КОРПУСА от радиочастотного оборудования беспроводной связи (см. таблицу 9 стандарта IEC 60601-1-2:2014)	$d = \left[\frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz to } 800 \text{ MHz}$ $d = \left[\frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 800 \text{ MHz to } 2.7 \text{ GHz}$ <p>где р – максимальная выходная мощность передатчика в ваттах (Вт) по данным производителя передатчика, а d – рекомендуемое расстояние между передатчиками в метрах (м).b</p> <p>Напряженность поля от неподвижных RF передатчиков, определяемая с помощью электромагнитного обследования объекта, должна быть меньше уровня податливости в каждом диапазоне частот.b</p> <p>Вблизи оборудования, обозначенного следующим символом, могут возникать помехи:</p> <div></div>

RU

ПРИМЕЧАНИЕ 1. При 80 МГц и 800 МГц применяется более высокий диапазон частот.

ПРИМЕЧАНИЕ 2. Данные рекомендации применимы не во всех ситуациях. На ЭМВ влияют поглощение и отражение от конструкций, предметов и людей.

a ISM (промышленные, научные и медицинские) диапазоны от 150 кГц до 80 МГц: 6,765 МГц – 6,795 МГц; 13,553 МГц – 13,567 МГц; 26,957 МГц – 27,283 МГц; и 40,66 МГц – 40,70 МГц. Радилюбительские диапазоны от 0,15 МГц до 80 МГц: 1,8 МГц – 2,0 МГц, 3,5 МГц – 4,0 МГц, 5,3 МГц – 5,4 МГц, 7 МГц – 7,3 МГц, 10,1 МГц – 10,15 МГц, 14 МГц – 14,2 МГц, 18,07 МГц – 18,17 МГц, 21,0 МГц – 21,4 МГц, 24,89 МГц – 24,99 МГц, 28,0 МГц – 29,7 МГц и 50,0 МГц – 54,0 МГц.

b Напряженность поля стационарных передатчиков, таких как базовые станции для радиотелефонов (сотовых/беспроводных) и сухопутных подвижных радиостанций, любительского радио, AM-и FM-радиовещания и телевизионного вещания, не может быть предсказана теоретически с точностью. Для оценки электромагнитной обстановки из-за стационарных RF передатчиков следует рассмотреть возможность электромагнитного обследования объекта. Если измеренная напряженность поля в месте, в котором используется Theragun Prime Plus, превышает применимый уровень соответствия радиочастот, указанный выше, следует наблюдать за Theragun Prime Plus для контроля нормальной работы. Если наблюдается ненормальная производительность, могут потребоваться дополнительные меры, такие как переориентация или перемещение Theragun Prime Plus.

c В диапазоне частот от 150 кГц до 80 МГц напряженность поля должна быть менее 3 В/м.

Рекомендуемые расстояния между портативным и мобильным оборудованием радиочастотной связи и
ОБОРУДОВАНИЕМ или СИСТЕМОЙ – для ОБОРУДОВАНИЯ и СИСТЕМ

Рекомендуемые расстояния между переносными и мобильными радиочастотными средствами связи и Theragun Prime Plus				
Theragun Prime Plus предназначен для использования в электромагнитной среде, в которой излучаемые RF возмущения находятся под контролем. Заказчик или пользователь Theragun Prime Plus может способствовать предотвращению электромагнитных помех, поддерживая минимальное расстояние между портативным и мобильным оборудованием RF связи (передатчиками) и Theragun Prime Plus, как рекомендовано ниже, в соответствии с максимальной выходной мощностью коммуникационного оборудования.				
	Расстояние в зависимости от частоты передатчика м			
Номинальная максимальная мощность передатчика Вт	от 150 кГц до 80 МГц за пределами ISM и любительских радиодиапазонов	от 150 кГц до 80 МГц в диапазонах ISM и любительских радиодиапазонов	от 80 МГц до 800 МГц	от 800 МГц до 2,7 ГГц
	$d = [\frac{3.5}{V_1}] \sqrt{P}$	$d = [\frac{12}{V_2}] \sqrt{P}$	$d = [\frac{3.5}{E_1}] \sqrt{P}$	$d = [\frac{7}{E_1}] \sqrt{P}$
0,01	0,12	0,20	0,035	0,07
0,1	0,38	0,63	0,11	0,22
1	1,2	2,00	0,35	0,70
10	3,8	6,32	1,10	2,21
100	12	20,00	35	70
Для передатчиков с максимальной выходной мощностью, не указанной выше, рекомендуемое расстояние между передатчиками d в метрах (м) может быть рассчитано с помощью уравнения, применимого к частоте передатчика, где P – максимальная выходная мощность передатчика в ваттах (Вт) по данным производителя передатчика.				
ПРИМЕЧАНИЕ 1. При частотах 80 МГц и 800 МГц применяется разделяющее расстояние для более высокочастотного диапазона.				
ПРИМЕЧАНИЕ 2. Данные рекомендации применимы не во всех ситуациях. На распространение ЭМВ влияют поглощение и отражение от конструкций, предметов и людей.				



Therabody

Born in Los Angeles, CA.
Designed for every**body**.



@Therabody