



Therabody

# **Theragun** Prime Plus

User Manual

## TABLE OF CONTENTS

1. Product Overview
2. What's in the Box
3. Getting to Know the Device
4. Using the Device
5. How the Device Works
6. Care, Cleaning, and Charging

EN	3-15
ES	16-29
FR	30-43
IT	44-57
DE	58-71
RU	72-85
FRCA	86-99
ESMX	100-113
SC	114-127
TC	128-142
KR	143-156

# Theragun Prime Plus

## 1. Product Overview

Experience next-level recovery with the Theragun Prime Plus — a powerful 16mm percussive massage gun enhanced with heat in a durable design. The heated percussive attachment treats deep into muscles with science-backed doses of heat to help optimize warm-up, reduce soreness, speed up recovery and relieve pain faster than percussive massage alone. Get effective treatment anywhere on the body with the easy-reach patented triangle grip and 3 targeted percussive attachments that treat both large muscles and sensitive areas. Unlike other massage guns, Theragun Prime Plus is made with a quiet, anti-stall motor so you can massage even the toughest knots using up to 40lbs of pressure without compromising on depth and speed. Treatment is easy with simple on-device controls and guided routines in the Therabody app.

Upgrade your recovery with even more treatments — add the Cold attachment or the Vibration attachment to create a recovery routine specific to your personal needs (Cold attachment and Vibration attachment both sold separately).

## Intended Use

The Theragun Prime Plus' heated percussive massage therapy is intended to help optimize warm-up, reduce soreness, speed up recovery, and relieve pain.

## 2. What's in the box

- A** Theragun Prime Plus device
- B** Heated percussive attachment
- C** Three percussive attachments (Dampener, Standard Ball, Wedge)
- D** USB-C charging cable
- E** Travel Pouch
- F** Instruction Manual

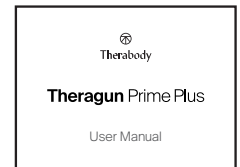
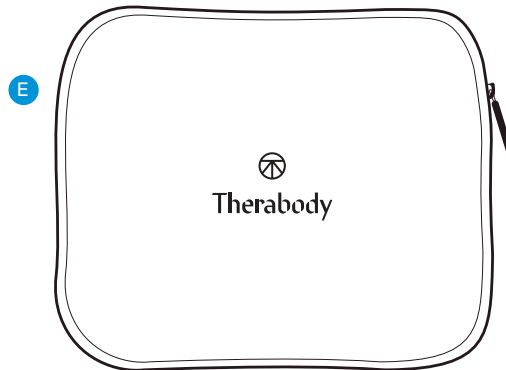
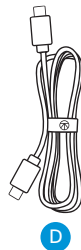
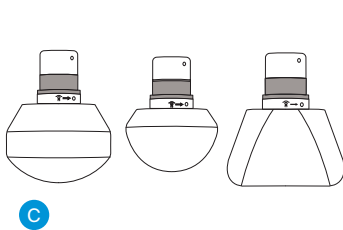
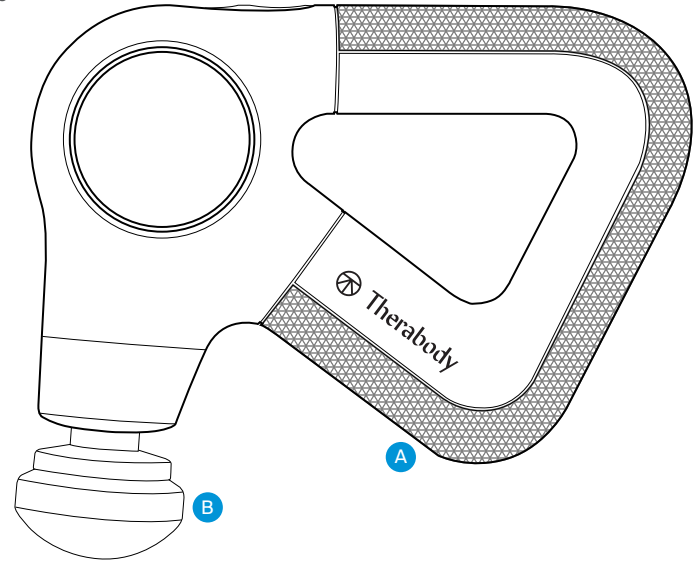
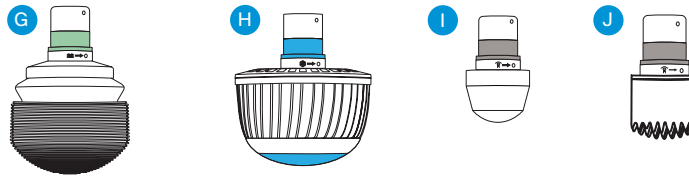


Figure 1. What's in the box

- G Vibration attachment
- H Cold attachment
- I Thumb attachment
- J Micro-Point attachment



### 3. Getting To Know the Device

- 1 Easy-to-use two-button control panel
  - a Power and speed button (5 LED speed indicators)
  - b Intensity button (3 LED intensity indicators)
- 2 Patented triangle multi-grip handle
- 3 USB-C port
- 4 Interchangeable heat and percussive attachments

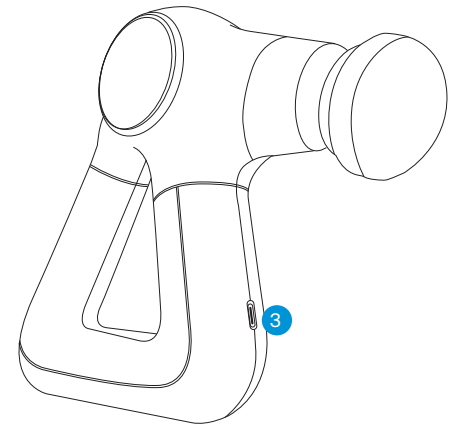
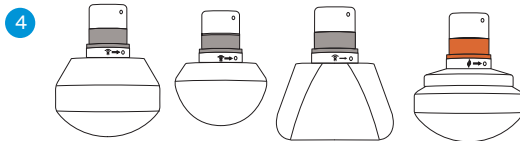
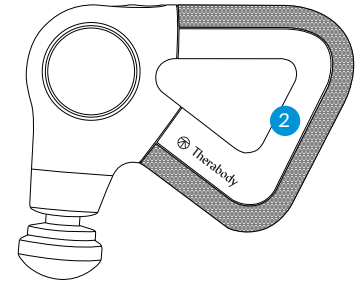
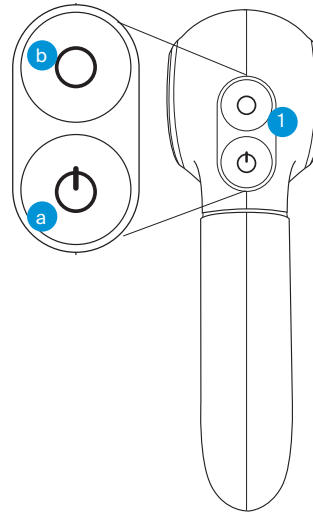


Figure 2. Corresponding diagram of the device

## Download the Therabody App

1. Download the Therabody app from the App Store or Play Store.
2. Follow the in-app instructions to create a new app account and verify your email.
3. Once logged in, follow the onboarding steps to connect your Theragun Prime Plus to the app. Be sure that the Bluetooth settings are enabled for your phone.
4. Select "Theragun Prime Plus" as your Therabody device when prompted.
5. Press and hold the power button on your Theragun Prime Plus to turn it on. Theragun Prime Plus must be powered on to locate and pair to the app.
6. Tap "Pair Device" and select Theragun Prime Plus to confirm the device and app connection.
7. The Therabody app allows you to control device speed, monitor massage force, learn the best way to use each therapy, and get routine suggestions that show you exactly which muscle to treat, which attachment to use and how to grip your device.

## 4. Use the Device

1. **Turn on the device.** Slide your hand into the ergonomically designed Theragun triangle handle. Press and hold the power button to turn on the Theragun Prime Plus. The device's LEDs will illuminate when the device is on.
2. **Select a percussive treatment speed.** Press the power button to toggle through the five treatment speed options. Each LED light will illuminate to indicate treatment speed intensity, with one white LED illuminated at the lowest speed and 5 LEDs illuminated at the fastest speed.
3. **Use the device.** Move the device across the areas in need of treatment, gradually applying light to moderate pressure as needed.
4. **Use the heated percussive attachment.** Attach the heat attachment, turn on the device, and select your desired speed as noted above. Press the intensity button to adjust the heat temperature. Each of the three LED lights will illuminate to indicate treatment temperature intensity, with one orange LED illuminated at low heat, two at medium heat, and three at high heat. To use heat without percussive therapy, continue to press the power button to toggle through the speed options. After the highest speed, percussive therapy will turn off.
5. **Use the cold attachment (sold separately).** Attach the cold attachment, and turn on the device as noted above. Please note, percussion is disabled during cold treatment. Press the intensity button to adjust the cold temperature. Each of the three LED lights will illuminate to indicate treatment temperature intensity, with one blue LED illuminated at low intensity, two at medium intensity, and three at high intensity.
6. **Use the vibration attachment (sold separately).** Attach the vibration attachment, and turn on the device as noted above. Please note, percussion is disabled during vibration treatment. Press the intensity button to adjust the vibration intensity. Each of the three LED lights will illuminate to indicate treatment vibration intensity, with one green LED illuminated at low intensity, two at medium intensity, and three at high intensity.
7. **Lock the device.** When not in use or during transport, lock the device to prevent battery drainage or turning it on accidentally. Quickly press the power button three times to initiate the lock function. Quickly press the power button three times again to unlock.
8. **Turn off the device.** Press and hold the power button to turn off the device.

## EN Automatic Shut Off

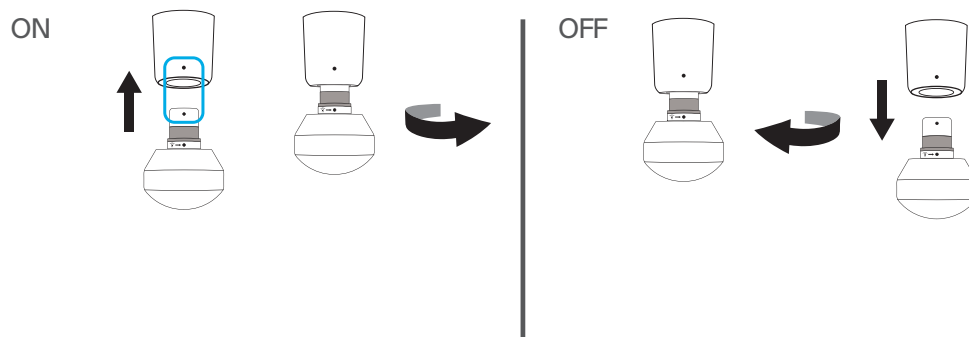
The device will automatically shut off in the following scenarios:

1. If the device is not used after pressing the power button to check the battery level, it will shut off in 5 minutes.
2. If the app is connected but the device isn't turned on, it will shut off after 10 minutes.
3. When the device is out of battery, the device's LED indicator will flash orange and then shut off.
4. If the device is on with only heat for more than 1 hour, it will shut off.

## Connecting the Attachments

1. Ensure that the device is powered off before connecting or removing any attachments.
2. Insert the attachment into the device arm, twist clockwise and lock into place.
3. To unlock and remove the attachment, twist counterclockwise and pull it off.
4. Warning: Do not place your finger between the attachment and the end of the arm, as this may cause pinching or injury.

\*Attachments can be used across other Theragun Plus models.



## Using the Attachments

The device comes with four high-quality attachments designed for a more personalized treatment. The Heated Percussive, Dampener, Standard Ball, and Wedge attachments are comfortable and hygienic and do not absorb sweat, lotion, or oils.

ATTACHMENT	MUSCLE GROUP	INTENDED USE
Dampener	For tender or sensitive areas and overall use	Use the Dampener attachment for a firm yet softer, soothing full-body massage. The Dampener attachment is specifically designed for general use and is a low-impact treatment around tender or bony areas. Its wide base maximizes surface area for greater, more efficient contact with the body.
Standard Ball	For large and small muscle groups	Use the Standard Ball attachment for a full-body massage. The Standard Ball attachment is specifically designed for overall use on both large and small muscle groups. With a smaller shape and higher impact level than the dampener, it is a firmer option for overall use and is your go-to attachment for tension.
Wedge	For shoulder blades and IT bands	Warm up muscles and improve flexibility with the Wedge attachment. Uniquely designed for use on shoulder blades and IT bands, the Wedge attachment is used for “scraping” and “flushing” motions, mirroring techniques commonly used in sports massages.
Heated Percussive	For muscles	Loosen up stiff muscles and accelerate recovery. Use the heat attachment to loosen up stiff muscles before a workout, or after a workout to accelerate muscle recovery.
Cold (Sold separately)	For joints and muscles	Reduce inflammation, pain, and swelling. Use the cold attachment to relieve swelling and reduce inflammation.
Vibration (Sold separately)	For joints and boney areas	Relieve joint pain and treat sensitive areas. Use the vibration attachment to target joint pain and treat boney areas. The vibration attachment increases circulation to treat sensitive areas.
Thumb (Sold separately)	For trigger points and the lower back	Relieve pain with the high pressure point Thumb attachment. Specifically designed to mimic a human thumb, use this attachment for point therapy on the lower back. Use the Thumb anywhere you may have otherwise used your thumb for pain relief.
Micro-Point (Sold separately)	For a more increased stimulation	Increase circulation with the Micro-Point attachment. The Micro-Point attachment delivers a highly targeted treatment and increases stimulation and circulation to each treatment area.

## Device Maintenance

The following maintenance instructions are important to ensure that your device continues to work as it was designed. Failure to follow these instructions may cause your device to stop working.

### Cleaning the Device

Read the following instructions carefully before cleaning the device to ensure longevity of the device and its components.

1. Visually inspect the device for any obvious signs of debris build-up.
2. Wipe the device with a non-abrasive, lint-free damp cloth or alcohol-free cleansing wipe.
3. Dry the device with a non-abrasive, lint-free cloth.
4. After cleaning, allow the device to dry thoroughly before storing or beginning another treatment. The device is NOT waterproof or machine washable. Do not allow excess liquids or water to enter the product.
5. A properly cleaned device should have no visible signs of debris or moisture.

**Note:** This product is not waterproof. Only clean with a damp cloth or alcohol-free cleansing wipe by wiping the device. Do not submerge the device in water or clean it under running water. Do not allow the device to come into contact with corrosive solutions, which can damage the device's appearance and function.

### QuietForce Solution

Keep your device running optimally with QuietForce Solution. If you are using your device daily, consider applying this solution every four months.

Replacements available at [therabody.com](http://therabody.com)

1. Remove the attachment from your Theragun
2. Cut off the tip of the QuietForce Solution bottle
3. Gently pull the device arm piston
4. Apply 3-4 drops of solution, making sure to cover the entire circumference
5. Turn on your Theragun and let it run for 10 seconds

### Charging the Device

1. The device is USB-C enabled and comes with a charging cable. Before charging, ensure that the device is powered off.
2. Connect one end of the charging cable to the USB-C charging port on the device. It is located on the handle of the device. Connect the other end of the charging cable to a power adapter.
3. The power button has an LED light that will indicate the battery status when the device is on or charging. Turn on the device or press the power button to check the battery status.
  - Orange (blinking, and then turns off): No battery
  - Orange (blinking): Very low battery
  - Orange: Low battery
  - Blue: Half battery
  - Green: High battery
4. The battery life of the device is up to 120 minutes, depending on the attachment and treatment intensity used.

**\*\*Note:** If using a charger from a third party, ensure that it is from a certified manufacturer and has not suffered any structural damage.

### Store and Transport the Device

To store and transport, keep the device in its travel pouch. Store the device in a cool and dry place (Temperature: 0°C/32°F - 40°C/104°F Relative humidity: 10~95% RH). Do not store the device where temperatures may exceed 40°C/104°F, such as in direct sunlight or in a vehicle.

SCENARIO	ERROR CODE DISPLAYED	POTENTIAL CAUSES	POTENTIAL SOLUTIONS
No power	Power button LED blinks orange, blue, and green.	The battery pack has overheated during charging or use.	Ensure the power of the product is off, remove the product from the charger, and let it rest for 60 minutes. If this doesn't work, contact Therabody.
No power	The 5 white LED lights blink 5 times then turn off.	The motor has overheated.	Ensure the power of the product is off and let it rest for 60 minutes. If this doesn't work, contact Therabody.
Percussion works but heated attachment doesn't produce heat.	The 3 orange LED lights blink 5 times then turn off.	Heat attachment has overheated or other error.	Ensure the power of the product is off and let it rest for 60 minutes. If this doesn't work, contact Therabody.
Power is on, but cold attachment has no function.	The 3 blue LED lights blink 5 times then turn off.	Cold attachment has overheated or other error.	Ensure the power of the product is off and let it rest for 60 minutes. If this doesn't work, contact Therabody.
Power is on, but vibration attachment has no function.	The 3 green LED lights blink 5 times then turn off.	Vibration attachment has overheated or other error.	Ensure the power of the product is off and let it rest for 60 minutes. If this doesn't work, contact Therabody.
Device turns off automatically	None	1. Battery level is low 2. It still cannot turn on	1. Charge the battery 2. Contact Therabody
Device cannot turn on	None	1. Battery level is low 2. It still cannot turn on	1. Charge the battery 2. Contact Therabody
Device shuts off in mid-treatment or Vibration motor does not turn on	None	1. Check and recharge batteries 2. Motor or connection may have been damaged	Try charging the device fully, removing the charging cable and then pressing the power button for 3 seconds. If problem persists, contact Therabody
Cannot charge battery	None	1. The ambient temperature is too high or too low 2. Possible defective battery 3. Defective charging cable	1. Charge the device when the ambient temperature is between 5° C and 35° C 2. Try using a different USB-C cable and adapter 3. Contact Therabody

## Background

Therabody products are designed to unlock the body's natural ability to achieve health and well-being. Through science and technology, the Therabody portfolio of products allows people to access the therapeutic benefits of different natural phenomena to meet both their needs and preferences. There will be times when it is advisable to modify how devices are used (precautions) or times when it is not appropriate to use certain devices (contraindications). Read the following safety information for the device in its entirety prior to use.

## Important Safety Information

### General Device Use

This device is intended for use by people in good health. This device is contraindicated against and should not be used by or on anyone with a history of epilepsy, seizures or cardiopathy.

The device is not recommended for anyone with an electronic implanted device (such as a pacemaker), cardiac arrhythmia, tumors, or acute episodes of inflammatory diseases. The device is not recommended for those who have arteriosclerosis, thromboses, or implants in the body region being treated. The device should not be used if you have dark brown or black spots, such as large freckles, birthmarks, moles, or warts, on the area being treated. The device is not recommended if you have eczema, psoriasis, lesions, open wounds, or active infections other than mild to moderate acne, such as cold sores, in the area being treated. Wait for the infected area to heal before using the device. The device should not be used if you have abnormal skin conditions caused by diabetes or other systemic or metabolic diseases. If you have a history of herpes outbreaks in the area of treatment, use of the device is not recommended unless you have consulted with your physician and have received preventive treatment.

Please consult your physician prior to using the device if you are pregnant and/or nursing. **Immediately stop using the device at the first sign of discomfort. If you have any medical considerations please consult your doctor before using the device.**

## Safety, Precautions, and Contraindications

### Specific Therapies

These recommendations are derived from consultation with medical experts and published research regarding precautions and contraindications as of the printing date. For up-to-date information, please visit us online at <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>.

### Precautions:

Due care is required in these circumstances and device use may need to be modified. Consult with a medical professional if you currently have or suspect you may have any of the following conditions or if you have any questions.

- Hypertension (controlled)
- Osteopenia
- Osteoporosis
- Pregnancy
- Diabetes
- Varicose veins
- Bony prominences or regions
- Abnormal sensations (e.g., numbness)
- Sensitivity to pressure
- Recent injury or surgery
- Scoliosis or spinal deformity
- Medications that may alter client sensations

### Contraindications:

The following are circumstances where the potential risks may outweigh the benefits. Consult a medical professional before use.

- Skin rash, open wounds, blisters, local tissue inflammation, bruises, or tumors
- Deep vein thrombosis, osteomyelitis
- Bone fracture or myositis ossificans
- Hypertension (uncontrolled)
- Acute or severe cardiac, liver, or kidney disease
- Neurologic conditions resulting in loss or altered sensation
- Direct application to the face, throat, or genitalia
- Bleeding disorders
- Recent surgery or injury
- Connective tissue disorders
- Peripheral vascular insufficiency or disease
- Medications that thin the blood or alter sensations
- Direct pressure over surgical site or hardware
- Direct pressure over eyes or throat
- Extreme discomfort or pain felt by client
- Severe scoliosis or spinal deformity
- Pacemaker, ICD, or history of embolism
- Allergy to device material: plastic, silicone, aluminum, stainless steel, copper alloy, paint

### Limited Warranty and Customer Service

For full warranty information, please visit [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty).

Customers who are in need of product support should visit

<https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> for the available contact methods.

### FDA-Registered

Limited Warranty Only With Authorized Retailer Purchase

© 2024 Therabody, Inc. All Rights Reserved.

Patents at [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

### Manufactured and Distributed by:

Therabody, Inc.

1640 S Sepulveda, Suite 300

Los Angeles, CA 90025

In the Australian market, the Theragun Prime Plus warranty is 1 year.

For Australian Market Only: The purchase of this device is accompanied by a limited warranty. For complete details about the rights afforded to you under this warranty, visit <https://therabody.com/anz/en-au/warranty-support/>.

### Imported and Distributed By:

Therabody Australia Pty Ltd

Waterman Business Centre

175 Maroondah Highway

Suite 16, C307, Level 3

Ringwood Vic 3134 Australia

### Importers:

Therabody International Limited

5th Floor, 40 Mespil Road,

DO4C2N4 Dublin, Ireland

Therabody UK Limited

Portsoken House 155-157

The Minorities, London,

United Kingdom, EC3N1LJ

# UNIT WARNINGS

READ ALL INSTRUCTIONS AND CAUTIONARY MARKINGS IN THIS MANUAL, ON THE CHARGER, AND ON THE DEVICE BEFORE USING OR CHARGING THE DEVICE AND ITS ACCESSORIES.









When using the device, the following basic precautions should always be adhered to:

- USE ONLY AS INSTRUCTED.** Use the device as described in the device's User Manual only. The device is intended for over-the-counter use. The device is not intended to diagnose, cure, or prevent diseases. Use only Therabody recommended accessories and replacement parts. The device is an advanced mechanical tool with electric components. If the device and its accessories are not used or maintained properly, there is a risk of fire, electric shock, or injury. Failure to use and maintain the device and corresponding attachments in accordance with the instructions outlined in this manual will void the warranty and may result in product damage or physical injury. The device is intended for commercial and home use.
- NOT FOR CHILDREN.** The device is not intended for use by young children or persons with reduced physical, sensory, or reasoning capabilities or lack of experience and knowledge, unless given supervision or instruction concerning use of the device by a person responsible for their safety. The device is not a toy. Do not play with, bend, or pull the electrical components. Advise children not to play with the device or accessories. Adult supervision should be provided for those under 18 using the device.
- CHARGING.** If your device doesn't turn on or the battery indicator displays a low battery level, please charge before first use. Charge the battery using the USB-C cable (included). When you use the charging cable (included), make sure its USB-C connector is fully inserted into a compatible power adapter before you plug the adapter into a power outlet. You can also charge the battery with third party cables that are compliant with USB-C and with applicable country regulations and international and regional safety standards. Other adapters may not meet applicable safety standards, and charging with such adapters could pose a risk of death or injury. Do not force the cable into place. Fully charge the device at least once every six months to prevent device and battery damage. Unplug the power adapter and charging cable when not in use.
- DO NOT OVERCHARGE.** Do not leave the device connected to the power adapter for more than one hour after the battery has been fully charged. The battery includes a protection system to avoid the risk of overcharging. However, overcharging may reduce its life over time.
- CHARGING LOCATIONS.** Charge the device with a power adapter and charging cable. Avoid skin contact when the USB-C is plugged into a power source as it may cause discomfort or injury. Do not sleep or sit on the USB-C connector. The device should be charged indoors in a well-ventilated, dry location. Do not charge the device outdoors, in a bathroom, or within 10 feet (3.1 meters) of a bathtub or pool. Do not use the device or charger on wet surfaces, and do not expose the charger to moisture, rain, or snow. Do not use the device or its compatible charger in the presence of explosive atmospheres (gaseous fumes, dust, grain, metal powders, or flammable materials). Sparks may be generated, possibly causing a fire.
- UNPLUGGING THE CHARGER AND CARE.** Pull the plug, not the cord, to reduce the risk of damage to the electrical plug and cord. Never carry the charger by its cord. Keep the cord away from heat, oil, and sharp edges. Do not stretch the charger cord or place the cord under strain. Do not handle the charger, terminals, or the device with wet hands. Always unplug this appliance from the electrical outlet immediately after using and before cleaning. Store cable to ensure it is not stepped on, tripped over, or otherwise subjected to damage or stress. Do not use a power adapter or charging cable that has received a sharp blow, been dropped, run over, or damaged in any way. For long-term storage, store with a fully charged battery.
- USAGE.** Discontinue use of the device if you are feeling pain or discomfort. If at any point during the treatment you feel pain or discomfort, stop the treatment immediately. Discontinue use of the device if it overheats or becomes uncomfortably hot. Do not place your finger between the attachment and the end of the arm, as this may cause pinching and injury.
- DO NOT OPERATE UNDER BLANKET AND PILLOW.** Excessive heating can occur and cause fire, electric shock, or injury.
- DEVICE CARE AND SERVICE.** Handle the device with care. The device contains electronic components that can be damaged if dropped, burned, punctured, or crushed. Do not disassemble the device or attempt to repair the device yourself. Disassembling the device may damage it and may cause injury. If the device is damaged or if malfunctions occur, contact Therabody Customer service. The warranty will be void if the device, batteries, or charger are disassembled or if any parts have been removed. Do not use if damaged as these may cause injury. Do not puncture or damage the device. The device is NOT waterproof. The device is not machine washable. Do not place or store the device where it can fall or be pulled into a tub or sink. Do not place in or drop into water or other liquid. Do not reach for an appliance that has fallen into or come into contact with water. Unplug immediately. Clean the device according to the instructions found in the "Cleaning" section in the User Manual.

- BATTERY CHEMICALS CAUSE SERIOUS BURNS.** Never allow the internal battery to come into contact with the skin, eyes, or mouth. If a damaged battery leaks chemicals, use rubber or neoprene gloves to dispose of it. If skin is exposed to battery fluids, wash with soap and water and rinse with vinegar. If eyes are exposed to battery chemicals, immediately flush with water for 20 minutes and seek medical attention. Remove and dispose of contaminated clothing.
- DO NOT SHORT CIRCUIT.** A battery will short circuit if a metal object makes a connection between the positive and negative contacts on the battery or the 16V connector. Do not place a battery near anything that may cause a short circuit, such as coins, keys, or nails in your pocket. A short-circuited battery may cause fire and personal injury.
- STORING THE DEVICE AND ACCESSORIES.** Store in a cool, dry place. Only charge the device when the ambient temperature is between -4-113°F (-20-45°C). Do not store the device, or charging cable where temperatures may exceed 113°F (45°C), such as in direct sunlight, in a vehicle, or in a metal building during the summer.
- DEVICE DISPOSAL.** This device contains a lithium-ion battery, and care must be taken upon disposal of the device. Before disposal of this device, please review your local laws and requirements surrounding Lithium-Ion Battery disposal. The preferred method is recycling the whole device.

## Label & Symbols

The following labels and symbols appear on Theragun Prime Plus: labeling

No.	Icon	Description
1		CE Mark
2		Please read the user manual before use.
3		Separate collection for waste electrical and electronic equipment. Note: For more information about disposal of equipment, its parts and accessories, please contact your local distributor.
4	IP22	IP Classification: The first number 2: Protected against access to hazardous parts with a finger, and the jointed test finger of 12 mm $\Phi$ , 80 mm length, shall have adequate clearance from hazardous parts, and protected against solid foreign objects of 12.5 mm $\Phi$ and greater.
5		RCM Mark
6		Type BF apply part
7		Manufacturer information
8		UKCA Mark for UK
9		Bluetooth

### Theragun Prime Plus

IEC 60601-1 and IEC60601-11 requirement( Warning)---For Medical device apply for US, CA  
This device is Class III equipment with type BF applied. It complies with Medical Electrical Safety Standards (IEC 60601-1).

This device also complies with Medical EMC Standard (IEC 60601-1-2).

The device has been tested and found to comply with the electromagnetic compatibility (EMC) limits for medical devices to IEC 60601-1-2: 2014. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a typical medical installation.

1\* WARNING: Use of this equipment adjacent to or stacked with other equipment should be avoided because it could result in improper operation. If such use is necessary, this equipment and the other equipment should be observed to verify that they are operating normally.

2\* WARNING: Use of accessories, transducers and cables other than those specified or provided by the manufacturer of this equipment could result in increased electromagnetic emissions or decreased electromagnetic immunity of this equipment and result in improper operation.

3\* WARNING: Portable RF communications equipment (including peripherals such as antenna cables and external antennas) should be used no closer than 30 cm (12 inches) to any part of the ME EQUIPMENT, including cables specified by the manufacturer. Otherwise, degradation of the performance of this equipment could result.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation. changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

ISED compliance statement

This device contains licence-exempt transmitter(s)/receiver(s) that comply with Innovation, Science and Economic Development Canada's licence-exempt RSS(s). Operation is subject to the following two conditions:

- (1) This device may not cause interference.
- (2) This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

## Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic emission

The Theragun Prime Plus is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of Theragun Prime Plus should assure that it is used in such an environment.

Emissions test	Compliance	Electromagnetic environment - guidance
RF emissions CISPR 11	Group 1	The Theragun Prime Plus uses RF energy only for its internal function. Therefore, its RF emissions are very low and are not likely to cause any interference in nearby electronic equipment.
RF emissions CISPR 11	Class B	The Theragun Prime Plus is suitable for use in all establishments, including domestic establishments and those directly connected to the public low-voltage power supply network that supplies buildings used for domestic purposes.
Harmonic emissions IEC 61000-3-2	Not applicable	
Voltage fluctuations flicker emissions IEC 61000-3-3	Not applicable	

## Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic immunity – for all EQUIPMENT and SYSTEMS

### Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic immunity

The Theragun Prime Plus is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the Theragun Prime Plus should assure that it is used in such an environment.


Immunity test	IEC 60601 test level	Compliance level	Electromagnetic environment –guidance
Electrostatic discharge (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 kV contact ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV air	± 8 kV contact ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV air	Floors should be wood, concrete or ceramic tile. If floors are covered with synthetic material, the relative humidity should be at least 30 %.
Electrostatic transient / burst IEC 61000-4-4	± 2 kV for power supply lines ± 1 kV for input/output lines	N/A	Mains power quality should be that of a typical commercial or home environment.
Surge IEC 61000-4-5	± 1 kV differential mode ± 2 kV common mode	N/A	Mains power quality should be that of a typical commercial or home environment.
Voltage dips, short interruptions and voltage variations on power supply input lines IEC 61000-4-11	0 % UT; 0,5 cycle g) At 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° and 315° 0 % UT; 1 cycle and 70 % UT; 25/30 cycles Single phase: at 0° 0 % UT; 250/300 cycle	N/A	Mains power quality should be that of a typical commercial or home environment. If the user of the Theragun Prime Plus requires continued operation during power mains interruptions, it is recommended that the Theragun Prime Plus be powered from an uninterruptible power supply or a battery.
Power frequency (50/60 Hz) magnetic field IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Power frequency magnetic fields should be at levels characteristic of a typical location in a typical commercial or home environment.

**NOTE** UT is the a. c. mains voltage prior to application of the test level.

## Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic immunity – for EQUIPMENT and SYSTEM

### Guidance and manufacturer's declaration – electromagnetic immunity

The Theragun Prime Plus is intended for use in the electromagnetic environment specified below. The customer or the user of the Theragun Prime Plus should assure that it is used in such an environment.

Immunity test	IEC 60601 test level	Compliance level	Electromagnetic environment -guidance
Conducted RF IEC 61000-4-6	3 Vrms  150 kHz to 80 MHz  6 V in ISM and amateur radio bands between 0,15 MHz and 80 MHz	N/A	Portable and mobile RF communications equipment should be used no closer to any part of the Theragun Prime Plus, including cables, than the recommended separation distance calculated from the equation applicable to the frequency of the transmitter.  Recommended separation distance $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
Radiated RF IEC 61000-4-3	10 V/m  80 MHz to 2.7 GHz  385MHz-5785MHz Test specifica- tions for ENCLOSURE PORT IMMUN- ITY to RF wireless communication equipment (Refer to table 9 of IEC 60601-1-2:2014)	10 V/m  80 MHz to 2.7 GHz  385MHz-5785MHz Test specifications for ENCLOSURE PORT IMMUNITY to RF wireless communication equipment (Refer to table 9 of 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>where p is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer and d is the recommended separation distance in metres (m).b</p> <p>Field strengths from fixed RF transmitters, as determined by an electromagnetic site survey,a should be less than the compliance level in each frequency range.b</p> <p>Interference may occur in the vicinity of equipment marked with the following symbol:</p> 

NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the higher frequency range applies.

NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.

a The ISM (industrial, scientific and medical) bands between 150 kHz and 80 MHz are 6,765 MHz to 6,795 MHz; 13,553 MHz to 13,567 MHz; 26,957 MHz to 27,283 MHz; and 40,66 MHz to 40,70 MHz. The amateur radio bands between 0,15 MHz and 80 MHz are 1,8 MHz to 2,0 MHz, 3,5 MHz to 4,0 MHz, 5,3 MHz to 5,4 MHz, 7 MHz to 7,3 MHz, 10,1 MHz to 10,15 MHz, 14 MHz to 14,2 MHz, 18,07 MHz to 18,17 MHz, 21,0 MHz to 21,4 MHz, 24,89 MHz to 24,99 MHz, 28,0 MHz to 29,7 MHz and 50,0 MHz to 54,0 MHz.

b Field strengths from fixed transmitters, such as base stations for radio (cellular/cordless) telephones and land mobile radios, amateur radio, AM and FM radio broadcast and TV broadcast cannot be predicted theoretically with accuracy. To assess the electromagnetic environment due to fixed RF transmitters, an electromagnetic site survey should be considered. If the measured field strength in the location in which the Theragun Prime Plus is used exceeds the applicable RF compliance level above, the Theragun Prime Plus should be observed to verify normal operation. If abnormal performance is observed, additional measures may be necessary, such as re-orienting or relocating the Theragun Prime Plus.

c Over the frequency range 150 kHz to 80 MHz, field strengths should be less than 3V/m.

## Recommended separation distances between portable and mobile RF communications equipment and the EQUIPMENT or SYSTEM - for EQUIPMENT and SYSTEMS

### Recommended separation distances between portable and mobile RF communications equipment and the Theragun Prime Plus

The Theragun Prime Plus is intended for use in an electromagnetic environment in which radiated RF disturbances are controlled. The customer or the user of the Theragun Prime Plus can help prevent electromagnetic interference by maintaining a minimum distance between portable and mobile RF communications equipment (transmitters) and the Theragun Prime Plus as recommended below, according to the maximum output power of the communications equipment

Rated maximum output of transmitter W	Separation distance according to frequency of transmitter m			
	150 kHz to 80 MHz outside ISM and amateur radio bands $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	150 kHz to 80 MHz in ISM and amateur radio bands $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	80 MHz to 800 MHz $d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	800 MHz to 2.7 GHz $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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

For transmitters rated at a maximum output power not listed above the recommended separation distance  $d$  in metres (m) can be estimated using the equation applicable to the frequency of the transmitter, where  $P$  is the maximum output power rating of the transmitter in watts (W) according to the transmitter manufacturer.

NOTE 1 At 80 MHz and 800 MHz, the separation distance for the higher frequency range applies.

NOTE 2 These guidelines may not apply in all situations. Electromagnetic propagation is affected by absorption and reflection from structures, objects and people.

# Genießen Sie Erholung auf höchstem Niveau mit Theragun Prime Plus

## Die Aufsätze im Überblick



### Wärme-Perkussiv:

Ganzkörpermassage mit Wärme zur Lockerung verspannter Muskeln und zur Beschleunigung der Recovery



### Dampener:

Linderung von Schmerzen an empfindlichen Körperstellen



### Standard-Ball:

Ganzkörpermassage zum Abbau von Verspannungen



### Wedge:

Für Schulterblätter, IT-Bänder, Scraping und Ausschwemmen



**Erweiterung Ihres Geräts mit zusätzlichen Behandlungen, um eine auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnittene Recovery-Routine zu erstellen.**

Testen Sie den Kälteaufsatz zur Behandlung von Verletzungen und zur Linderung von Entzündungen und den Vibrationsaufsatz zur Behandlung von schmerzenden Gelenken und empfindlichen Bereichen (beide separat erhältlich).



**Mit der Therabody-App das Beste aus Ihren Behandlungen herausholen.**

Über Bluetooth können Sie die Geschwindigkeit des Geräts steuern, die Massagekraft überwachen und unsere Bibliothek mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen erkunden, die Ihnen genau zeigen, welchen Muskel Sie behandeln, welchen Aufsatz Sie verwenden sollten und wie Sie das Gerät halten müssen, damit jede Behandlung die bestmöglichen Ergebnisse bringt.

# Theragun Prime Plus

## 1. Produktübersicht

Erleben Sie Recovery auf höchstem Niveau mit dem Theragun Prime Plus – einem leistungsstarken Gerät für eine intensive 16 mm perkussive Massage mit Wärme in einem robusten Design. Der wärmende Massageaufsatz wirkt mit wissenschaftlich fundierten Wärmewerten bis tief in die Muskeln hinein, um das Warm-up zu optimieren, Muskelkater zu reduzieren, die Regeneration zu beschleunigen und Schmerzen schneller zu lindern als bei einer reinen perkussiven Massage. Mit dem leicht zu handhabenden, patentierten Dreiecksgriff und den drei zielgerichteten Aufsätzen, die sowohl große Muskeln als auch empfindliche Bereiche behandeln, ist eine effektive Anwendung an allen Körperregionen möglich. Im Gegensatz zu anderen Massagegeräten ist das Theragun Prime Plus mit einem geräuscharmen Motor mit Blockierschutz ausgestattet, sodass Sie selbst die hartnäckigsten Knoten mit bis zu 18 kg Druck massieren können, ohne Kompromisse bei Tiefe und Geschwindigkeit einzugehen. Die Behandlung ist dank der einfachen Bedienelemente auf dem Gerät und der geführten Routinen in der Therabody-App ganz einfach.

Verbessern Sie Ihre Recovery mit noch mehr Behandlungen – fügen Sie den Kälteaufsatz oder den Vibrationsaufsatz hinzu, um ein auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnittenes Erholungsprogramm zu erstellen (Kälteaufsatz und Vibrationsaufsatz sind separat erhältlich).

## Vorgesehene Verwendung

Die wärmende perkussive Massage des Theragun Prime Plus soll das Warm-up optimieren, Muskelkater reduzieren, die Recovery beschleunigen und Schmerzen lindern.

## 2. Lieferumfang

- A** Theragun Prime Plus-Gerät
- b** Wärmender Massageaufsatz
- C** Drei Aufsätze für die perkussive Therapie (Dampener, Standard-Ball, Wedge)
- D** USB-C-Ladekabel
- E** Transportetui
- F** Gebrauchsanweisung:

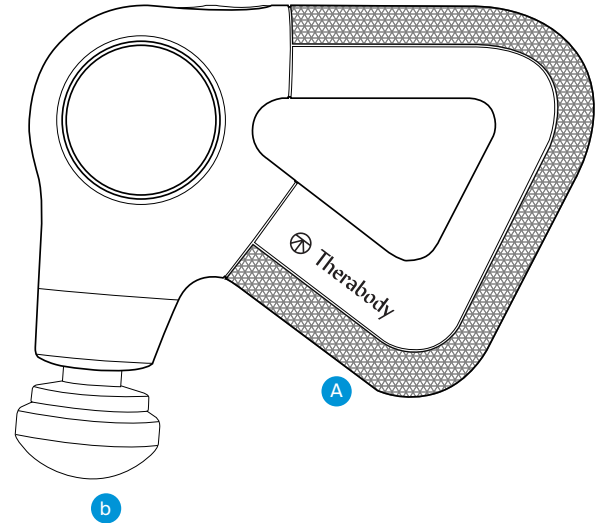
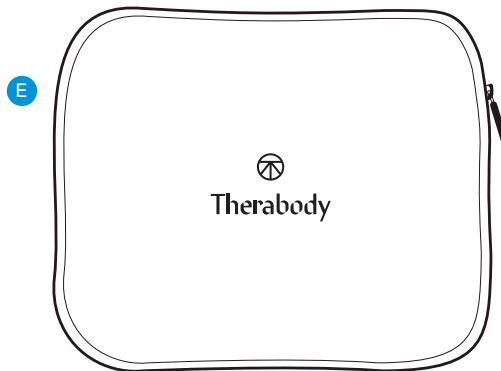
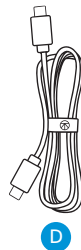
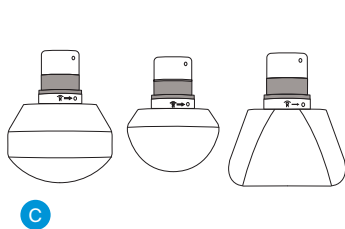
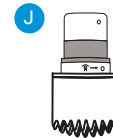
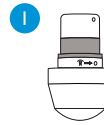
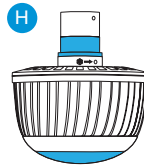


Abbildung 1.Lieferumfang

## Aufsätze separat erhältlich

- G Vibrationsaufsatz
- H Kälteaufsatz
- I Thumb-Aufsatz
- J Micro-Point-Aufsatz



### 3. Lernen Sie Ihr Gerät kennen

- 1 Einfache Bedienung mit nur einer Taste
  - a Einschalt- und Geschwindigkeitstaste (5 LED-Geschwindigkeitsanzeigen)
  - b Intensitätstaste (3 LED-Intensitätsanzeigen)
- 2 Patentierter dreieckiger Multigriff
- 3 USB-C-Anschluss
- 4 Austauschbare Aufsätze für perkussive Therapie und Wärme

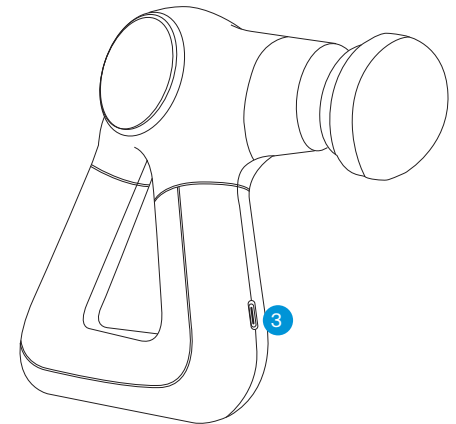
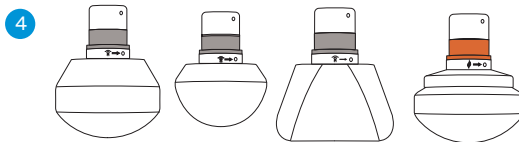
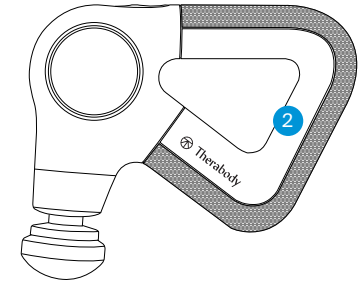
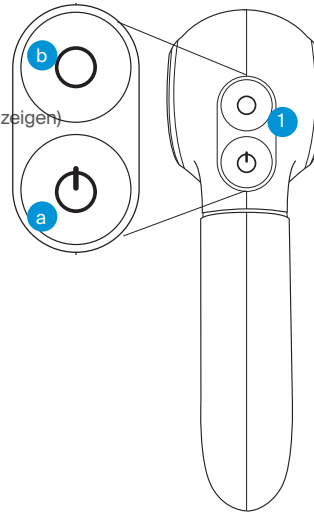


Abbildung 2. Entsprechendes Diagramm des Geräts

## Lade Dir die Therabody-App herunter

1. Laden Sie die Therabody-App aus dem App Store oder Play Store herunter.
  2. Folgen Sie den Anleitungen in der App, um ein neues App-Konto zu erstellen und Ihre E-Mail-Adresse zu verifizieren.
- Sobald Sie eingeloggt sind, folgen Sie den Einrichtungsschritten zum Verbinden Ihres Theragun Prime Plus mit der App. Stellen Sie sicher, dass die Bluetooth-Funktion auf Ihrem Handy aktiviert ist.
4. Wählen Sie bei Aufforderung „Theragun Prime Plus“ als Ihr Therabody-Gerät aus.
  5. Halten Sie die Einschalttaste an Ihrem Theragun Prime Plus gedrückt, um es einzuschalten. Das Theragun Prime Plus muss eingeschaltet sein, damit es gefunden und mit der App verbunden werden kann.
  6. Tippen Sie auf „Gerät verbinden“ und wählen Sie Theragun Prime Plus, um die Verbindung von Gerät und App zu bestätigen.
  7. Mithilfe der Therabody-App können Sie die Geschwindigkeit des Geräts steuern, die Massagekraft überwachen und lernen, wie Sie die einzelnen Therapien am besten anwenden. Außerdem erhalten Sie Routinevorschläge, die Ihnen genau zeigen, welchen Muskel Sie behandeln, welchen Aufsatz Sie verwenden und wie Sie Ihr Gerät halten müssen.

## 4. Verwendung des Geräts

1. **Gerät einschalten.** Nimm den ergonomisch geformten Theragun-Dreiecksgriff in die Hand. Halte die Einschalttaste gedrückt, um Theragun Prime Plus einzuschalten. Wenn das Gerät eingeschaltet ist, leuchten die LEDs des Geräts auf.
2. **Geschwindigkeit für die perkussive Massage wählen.** Mit der Einschalttaste kannst du zwischen den fünf möglichen Behandlungsgeschwindigkeiten wechseln. Die aufleuchtenden LEDs zeigen die Intensität der Behandlungsgeschwindigkeit an, wobei bei der niedrigsten Geschwindigkeit eine weiße LED aufleuchtet bzw. 5 LEDs bei der schnellsten Geschwindigkeit.
3. **Gerät verwenden.** Bewege es über den betroffenen Bereich und wende je nach Bedarf leichten bis moderaten Druck an.
4. **Wärmeaufsatz für die perkussive Therapie verwenden.** Befestige den Wärmeaufsatz, schalte das Gerät ein und wähl wie oben beschrieben die gewünschte Geschwindigkeit. Drück die Intensitätstaste, um die gewünschte Temperatur einzustellen. Die drei aufleuchtenden LEDs zeigen die Intensität der Behandlungstemperatur an, wobei eine orangefarbene LED bei niedriger, zwei bei mittlerer und drei bei hoher Wärmeleistung aufleuchten. Wenn du nur die Wärmetherapie wünschst, drück die Einschalttaste weiter. Nach Erreichen der höchsten Geschwindigkeit schaltet sich die perkussive Therapie ab.
5. **Kälteaufsatz (separat erhältlich) verwenden.** Befestige den Kälteaufsatz und schalt das Gerät wie oben beschrieben ein. Bitte beachte, dass die Perkussion während der Kältebehandlung deaktiviert ist. Drück die Intensitätstaste, um die Kältemperatur einzustellen. Die drei aufleuchtenden LEDs zeigen die Intensität der Behandlungstemperatur an, wobei eine blaue LED bei niedriger Intensität, zwei bei mittlerer Intensität und drei bei hoher Intensität aufleuchten.
6. **Vibrationsaufsatz (separat erhältlich) verwenden.** Befestige den Vibrationsaufsatz und schalt das Gerät wie oben beschrieben ein. Bitte beachte, dass die Perkussion während der Vibrationsbehandlung deaktiviert ist. Drück die Intensitätstaste, um die Intensität der Vibration einzustellen. Die drei aufleuchtenden LEDs zeigen die Vibrationsintensität an, wobei eine blaue LED bei niedriger Intensität, zwei bei mittlerer Intensität und drei bei hoher Intensität aufleuchten.
7. **Gerät sperren.** Wenn das Gerät nicht benutzt oder transportiert wird, sollte es verriegelt werden, um ein Entladen des Akkus oder ein versehentliches Einschalten zu verhindern. Drück dreimal schnell auf die Einschalttaste, um das Gerät zu verriegeln. Entsperren lässt es sich durch erneutes dreimaliges Drücken.
8. **Gerät ausschalten.** Halt die Einschalttaste gedrückt, um dein Gerät auszuschalten.

## DE Automatisches Ausschalten

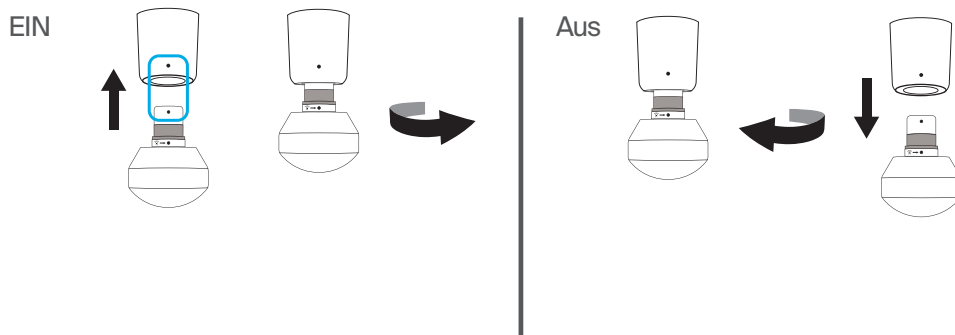
Das Gerät schaltet sich in folgenden Szenarien automatisch ab:

1. Wenn das Gerät nach dem Drücken der Einschalttaste zur Überprüfung des Akkustands nicht verwendet wird, schaltet es sich nach fünf Minuten ab.
2. Wenn die App verbunden ist, das Gerät aber nicht eingeschaltet ist, schaltet es sich nach zehn Minuten ab.
3. Wenn der Akku des Geräts leer ist, blinkt die LED-Anzeige des Geräts orange und schaltet sich dann aus.
4. Wenn das Gerät mehr als eine Stunde lang nur mit Wärme betrieben wird, schaltet es sich ab.

## Einen Aufsatz anbringen

1. Vergewissern Sie sich, dass das Gerät vor dem Anbringen oder Entfernen der Aufsätze ausgeschaltet ist.
2. Setzen Sie den Aufsatz in den Gerätearm ein, drehen Sie ihn im Uhrzeigersinn und rasten Sie ihn ein.
3. Um den Aufsatz zu entriegeln und abzunehmen, drehen Sie ihn gegen den Uhrzeigersinn und ziehen ihn ab.
4. Warnung: Legen Sie Ihren Finger nicht zwischen den Aufsatz und das Ende des Arms, da dies zu Quetschungen oder Verletzungen führen kann.

\*Aufsätze können auch für andere Theragun Plus Modelle verwendet werden.



## Verwendung der Aufsätze

Das Gerät wird mit vier hochwertigen Aufsätzen geliefert, die für eine individuellere Behandlung entwickelt wurden. Die Aufsätze Wärme-Perkussiv, Dampener, Standard-Ball und Wedge sind angenehm und hygienisch und absorbieren keinen Schweiß, keine Lotion und kein Öl.

AUFSATZ	MUSKELGRUPPE	VORGESEHENE VERWENDUNG
Dampener-Aufsatz	Für die allgemeine Verwendung und empfindliche Bereiche	Verwenden Sie den Dampener-Aufsatz für eine feste, aber dennoch sanfte, beruhigende Massage für den ganzen Körper. Der Dampener-Aufsatz wurde speziell für den allgemeinen Gebrauch und eine sanfte Behandlung von empfindlichen oder knöchernen Bereichen entwickelt. Die breite Basis maximiert die Oberfläche für einen größeren, effizienteren Kontakt mit dem Körper.
Standard-Ball-Aufsatz	Für große und kleine Muskelgruppen	Verwenden Sie den Standard-Ball-Aufsatz für eine Ganzkörpermassage. Er wurde speziell für die allgemeine Anwendung bei großen und kleinen Muskelgruppen entwickelt. Mit einer kleineren Form und einer höheren Aufprallstärke als der Dampener ist er eine festere Option für die allgemeine Anwendung und Ihr bevorzugter Aufsatz für Verspannungen.
Wedge-Aufsatz	Für Schulterblätter und IT-Bänder	Wärmen Sie Ihre Muskeln auf und verbessern Sie die Flexibilität mit dem Wedge-Aufsatz. Der Wedge-Aufsatz wurde speziell für die Verwendung an Schulterblättern und IT-Bändern entwickelt und wird für „Schab“- und „Ausschwemm“-Bewegungen verwendet, was Techniken entspricht, die üblicherweise bei Sportmassagen verwendet werden.
Wärme-Perkussiv	Für Muskeln	Lockern Sie steife Muskeln und beschleunigen Sie die Erholung. Verwenden Sie den Wärmeaufsatz, um steife Muskeln vor einem Workout zu lockern, oder nach dem Training, um die Muskelerholung zu beschleunigen.
Cold-Ring (separat erhältlich)	Für Gelenke und Muskeln	Entzündungen, Schmerzen und Schwellungen reduzieren. Verwenden Sie den Kälteaufsatz, um Schwellungen zu lindern und Entzündungen zu reduzieren.
Vibration (separat erhältlich)	Für Gelenke und knochige Bereiche	Lindern Sie Gelenkschmerzen und behandeln Sie empfindliche Stellen. Verwenden Sie den Vibrationsaufsatz, um Gelenkschmerzen zu lindern und knochige Bereiche zu behandeln. Der Vibrationsaufsatz regt die Durchblutung an, um empfindliche Stellen zu behandeln.
Thumb-Aufsatz (separat erhältlich)	Zur Behandlung des unteren Rückens und für Trigger-Punkt-Therapie	Lindern Sie Ihre Schmerzen mit dem Thumb-Aufsatz, der sich durch seinen höheren Druckpunkt auszeichnet. Dieser Aufsatz wurde speziell zur Nachahmung des menschlichen Daumens entwickelt und eignet sich für die punktuelle Therapie im unteren Rückenbereich. Verwenden Sie den Thumb-Aufsatz überall dort, wo Sie sonst Ihren Daumen zur Schmerzlinderung eingesetzt haben.
Micro-Point-Aufsatz (separat erhältlich)	Für eine noch stärkere Stimulation	Verbessern Sie die Durchblutung mit dem Micro-Point-Aufsatz. Der Micro-Point-Aufsatz ermöglicht eine sehr gezielte Behandlung und erhöht die Stimulation und Durchblutung in jedem Behandlungsbereich.

## 6. Pflege, Reinigung und Aufladen

DE

### Pflege des Geräts

Die folgenden Wartungsanweisungen sind wichtig, um sicherzustellen, dass Ihr Gerät weiterhin so funktioniert, wie es entwickelt wurde. Die Nichtbeachtung dieser Anweisungen kann dazu führen, dass Ihr Gerät nicht mehr funktioniert.

### Reinigung des Geräts

Lesen Sie vor der Reinigung des Geräts die folgenden Anweisungen sorgfältig durch, um die Langlebigkeit des Geräts und seiner Komponenten zu gewährleisten.

1. Überprüfen Sie das Gerät visuell auf offensichtliche Anzeichen von Schmutzablagerungen.
2. Wischen Sie das Gerät mit einem nicht scheuernden, fusselfreien feuchten Tuch oder einem alkoholfreien Reinigungstuch ab.
3. Trocknen Sie das Gerät mit einem nicht scheuernden, fusselfreien Tuch ab.
4. Lassen Sie das Gerät nach der Reinigung gründlich trocknen, bevor Sie es verstauen oder mit einer weiteren Behandlung beginnen. Dieses Gerät ist NICHT wasserdicht oder maschinenwaschbar. Achten Sie darauf, dass keine überschüssigen Flüssigkeiten oder Wasser in das Produkt eindringen.
5. Ein ordnungsgemäß gereinigtes Gerät sollte keine sichtbaren Anzeichen von Verschmutzungen oder Feuchtigkeit aufweisen.

Hinweis: Dieses Produkt ist nicht wasserdicht. Reinigen Sie das Gerät nur mit einem feuchten Tuch oder einem alkoholfreien Reinigungstuch, indem Sie es abwischen. Tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser ein und reinigen Sie es nicht unter fließendem Wasser. Lassen Sie das Gerät nicht mit ätzenden Lösungen in Berührung kommen, die das Erscheinungsbild und die Funktion des Geräts beeinträchtigen können.

### QuietForce Solution

Sorgen Sie mit der QuietForce Solution dafür, dass Ihr Gerät optimal funktioniert. Wenn Sie Ihr Gerät täglich benutzen, sollten Sie diese Lösung alle vier Monate anwenden. Ersatzartikel erhältlich unter [therabody.com](http://therabody.com)

1. Entfernen Sie den Aufsatz von der Theragun.
2. Schneiden Sie die Spitze der QuietForce-Flasche ab.
3. Ziehen Sie den Kolben des Gerätearms vorsichtig heraus.
4. Tragen Sie 3-4 Tropfen der Lösung auf und achten Sie darauf, dass der gesamte Rand bedeckt ist.
5. Schalten Sie die Theragun ein und lassen Sie sie 10 Sekunden lang laufen.

### Aufladen des Geräts

1. Das Gerät ist USB-C-fähig und wird mit einem Ladekabel geliefert. Stellen Sie vor dem Aufladen sicher, dass das Gerät ausgeschaltet ist.
2. Schließen Sie ein Ende des Ladekabels an den USB-C-Ladeanschluss des Geräts an. Dieser befindet sich am Griff des Geräts. Schließen Sie das andere Ende des Ladekabels an einen Netzadapter an.
3. Die Einschalttaste verfügt über eine LED-Leuchte, die den Akkustatus anzeigt, wenn das Gerät eingeschaltet ist oder geladen wird. Schalten Sie das Gerät ein oder drücken Sie den Netzschalter, um den Akkustatus zu überprüfen.
  - Orange (blinkt und erlischt daraufhin): Akku leer
  - Orange (blinkt): Sehr niedriger Akkustand
  - Orange: Niedriger Akkustand
  - Blau: Halber Akkustand
  - Grün: Hoher Akkustand
4. Die Akkulaufzeit des Geräts beträgt bis zu 120 Minuten, je nach Aufsatz und Behandlungsintensität.

\*\*Hinweis: Wenn Sie ein Ladegerät von einem Drittanbieter verwenden, stellen Sie sicher, dass es von einem zertifizierten Hersteller stammt und keine strukturellen Schäden aufweist.

### Lagerung und Transport des Geräts

Bewahren Sie das Gerät zur Aufbewahrung und zum Transport in der Reisetasche auf. Lagern Sie das Gerät an einem kühlen und trockenen Ort (Temperatur: 0 °C - 40 °C Relative Luftfeuchtigkeit: 10~95 % RH). Bewahren Sie das Gerät nicht an Orten auf, an denen die Temperatur 40° C übersteigen kann, wie z. B. in direktem Sonnenlicht oder in einem Fahrzeug.

SZENARIO	ANGEZEIGTER FEHLERCODE	MÖGLICHE URSACHEN	MÖGLICHE LÖSUNGEN
Kein Strom	Die LED der Einschalttaste blinkt orange, blau und grün.	Der Akku hat sich während des Ladens oder der Verwendung überhitzt.	Vergewissern Sie sich, dass das Produkt ausgeschaltet ist, nehmen Sie es vom Ladegerät und lassen Sie es 60 Minuten lang ruhen. Wenn dies nicht funktioniert, kontaktieren Sie bitte Therabody.
Kein Strom	Die 5 weißen LEDs blinken 5 Mal und erlöschen dann.	Der Motor ist überhitzt.	Vergewissern Sie sich, dass das Produkt ausgeschaltet ist und lassen Sie es 60 Minuten lang ruhen. Wenn dies nicht funktioniert, kontaktieren Sie bitte Therabody.
Die Perkussion funktioniert, aber der Wärmeaufsatz erzeugt keine Wärme.	Die 3 orangefarbenen LED-Leuchten blinken 5 Mal und erlöschen dann.	Der Wärmeaufsatz hat sich überhitzt oder ein anderer Fehler.	Vergewissern Sie sich, dass das Produkt ausgeschaltet ist und lassen Sie es 60 Minuten lang ruhen. Wenn dies nicht funktioniert, kontaktieren Sie bitte Therabody.
Das Gerät ist eingeschaltet, aber der Kälteaufsatz funktioniert nicht.	Die 3 blauen LEDs blinken 5 Mal und erlöschen dann.	Der Kälteaufsatz hat sich überhitzt oder ein anderer Fehler.	Vergewissern Sie sich, dass das Produkt ausgeschaltet ist und lassen Sie es 60 Minuten lang ruhen. Wenn dies nicht funktioniert, kontaktieren Sie bitte Therabody.
Das Gerät ist eingeschaltet, aber der Vibrationsaufsatz funktioniert nicht.	Die 3 grünen LEDs blinken 5 Mal und erlöschen dann.	Der Vibrationsaufsatz hat sich überhitzt oder ein anderer Fehler.	Vergewissern Sie sich, dass das Produkt ausgeschaltet ist und lassen Sie es 60 Minuten lang ruhen. Wenn dies nicht funktioniert, kontaktieren Sie bitte Therabody.
Das Gerät schaltet sich automatisch aus	Nichts	1. Der Akkuladestand ist niedrig 2. Das Gerät lässt sich immer noch nicht einschalten	1. Laden Sie den Akku auf 2. Kontaktieren Sie Therabody
Das Gerät lässt sich nicht einschalten	Nichts	1. Der Akkuladestand ist niedrig 2. Das Gerät lässt sich immer noch nicht einschalten	1. Laden Sie den Akku auf 2. Kontaktieren Sie Therabody
Das Gerät schaltet sich während der Behandlung ab oder der Vibrationsmotor schaltet sich nicht ein.	Nichts	1. Überprüfen Sie die Akkus und laden Sie sie auf 2. Der Motor oder der Anschluss ist beschädigt	Versuchen Sie, das Gerät vollständig aufzuladen. Entfernen Sie das Ladekabel und halten Sie dann die Einschalttaste drei Sekunden lang gedrückt. Wenn das Problem weiterhin besteht, kontaktieren Sie bitte Therabody.
Akku kann nicht aufgeladen werden	Nichts	1. Die Umgebungstemperatur ist zu hoch oder zu niedrig 2. Der Akku ist möglicherweise defekt 3. Das Ladekabel defekt	1. Laden Sie das Gerät auf, wenn die Umgebungstemperatur zwischen 5° C und 35° C liegt 2. Versuchen Sie es mit einem anderen USB-C-Kabel und Adapter 3. Kontaktieren Sie Therabody

## Hintergrund

Die Produkte von Therabody sind darauf ausgerichtet, die natürliche Fähigkeit des Körpers zum Erreichen von Gesundheit und Wohlbefinden zu aktivieren. Mit Hilfe von Wissenschaft und Technologie ermöglicht das Therabody-Produktportfolio den Menschen den Zugang zu den therapeutischen Vorteilen verschiedener natürlicher Phänomene, um sowohl ihre Bedürfnisse als auch ihre Vorlieben zu erfüllen. Manchmal kann es ratsam sein, die Art und Weise der Verwendung von Produkten zu ändern (Vorsichtsmaßnahmen), oder manchmal ist die Verwendung bestimmter Produkte nicht angebracht (Kontraindikationen). Bitte lesen Sie die folgenden Sicherheitsinformationen zum Gerät vor der Anwendung sorgfältig durch.

## Wichtige Sicherheitshinweise

### Allgemeine Verwendung des Geräts

Dieses Gerät ist für die Nutzung durch Personen mit einem guten Gesundheitszustand vorgesehen. Dieses Gerät ist kontraindiziert und sollte nicht von oder bei Personen mit Epilepsie, Krampfanfällen oder Kardiomyopathie in der Vorgeschichte verwendet werden.

Das Gerät wird nicht für Personen mit implantiertem elektronischem Gerät (z. B. Herzschrittmacher), Herzrhythmusstörungen, Tumoren oder akuten Episoden von Entzündungskrankungen empfohlen. Das Gerät wird nicht für Personen empfohlen, die Arteriosklerose, Thrombosen oder Implantate in der zu behandelnden Körperregion haben. Das Gerät sollte nicht verwendet werden, wenn Sie dunkelbraune oder schwarze Flecken, wie z. B. große Sommersprossen, Muttermale, Leberflecken oder Warzen, an der zu behandelnden Stelle haben. Das Gerät wird nicht empfohlen, wenn Sie an der zu behandelnden Stelle Ekzeme, Psoriasis, Läsionen, offene Wunden oder andere aktive Infektionen als leichte bis mittelschwere Akne, wie z. B. Kaltsortierungen, haben. Warten Sie, bis die infizierte Stelle abgeheilt ist, bevor Sie das Gerät verwenden. Das Gerät sollte nicht verwendet werden, wenn Sie unter anormalen Hautbedingungen leiden, die durch Diabetes oder andere systemische oder metabolische Krankheiten verursacht werden. Wenn Sie in der Vergangenheit Herpesausbrüche im Behandlungsbereich hatten, wird die Verwendung des Geräts nicht empfohlen, es sei denn, Sie haben Ihren Arzt oder Ihre Ärztin konsultiert und eine präventive Behandlung erhalten.

Bitte konsultieren Sie vor der Anwendung des Geräts Ihren Arzt oder Ihre Ärztin, wenn Sie schwanger sind und/oder stillen. **Brechen Sie die Anwendung des Geräts beim ersten Anzeichen von Unwohlsein sofort ab. Wenn Sie medizinische Bedenken haben, fragen Sie bitte vor der Anwendung Ihren Arzt oder Ihre Ärztin.**

## Sicherheits- und Vorsichtsmaßnahmen sowie Kontraindikationen

### Spezifische Therapien

Diese Empfehlungen beruhen auf der Beratung mit medizinischen ExpertInnen und der veröffentlichten Forschung in Bezug auf Vorsichtsmaßnahmen und Kontraindikationen und entsprechen dem Stand zum Zeitpunkt der Veröffentlichung. Aktuelle Informationen erhalten Sie online unter <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>.

### Vorsichtsmaßnahmen:

Unter diesen Umständen ist besondere Vorsicht geboten, und die Verwendung des Geräts muss möglicherweise angepasst werden. Sollten Sie an einer der folgenden Erkrankungen leiden oder vermuten, dass Sie an einer solchen leiden, oder weitere Fragen haben, wenden Sie sich bitte an eine medizinische Fachkraft.

- Hypertonie (in Behandlung)
- Osteopenie
- Osteoporose

- Schwangerschaft
- Diabetes
- Krampfadern
- Knöchelne Vorsprünge oder Bereiche
- Abnormale Empfindungen (z.B. Taubheit)
- Druckempfindlichkeit
- Kürzlich erfolgte Verletzung oder Operation
- Skoliose oder Wirbelsäulendeformation
- Medikamente, die die Empfindungen des Anwenders verändern können

### Kontraindikationen:

In den folgenden Fällen können die potenziellen Risiken den Nutzen überwiegen. Fragen Sie vor der Anwendung einen Arzt oder eine Ärztin.

- Hautausschlag, offene Wunden, Blasen, lokale Gewebeentzündungen, Blutergüsse oder Tumore
- Tiefe Venenthrombose, Osteomyelitis
- Knochenbrüche oder Myositis ossificans
- Hypertonie (nicht in Behandlung)
- Akute oder schwere Herz-, Leber- oder Nierenerkrankung
- Neurologische Erkrankungen, die zum Verlust oder zur Veränderung von Empfindungen führen
- Direkte Anwendung im Gesicht, am Hals oder an den Genitalien
- Blutungsstörungen
- Kürzlich erfolgte Operation oder Verletzung
- Erkrankungen des Bindegewebes
- Periphere Gefäßinsuffizienz oder -erkrankung
- Medikamente, die das Blut verdünnen oder das Empfinden verändern
- Direkter Druck auf die Operationsstelle oder das Implantat
- Direkter Druck auf Augen oder Rachen
- Extremes Unbehagen oder Schmerzen beim Anwender
- Ausgeprägte Skoliose oder Wirbelsäulendeformation
- Herzschrittmacher, ICD oder eine bereits erlittene Embolie
- Allergie gegen Gerätematerial: Kunststoff, Silikon, Aluminium, Edelstahl, Kupferlegierung, Farbe

Eingeschränkte Garantie und Kundenservice

Vollständige Informationen zur Garantie finden Sie auf [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty).

Falls Sie Produktsupport benötigen, finden Sie unter

<https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> die verfügbaren Kontaktmöglichkeiten.

FDA-registriert

Eingeschränkte Garantie nur bei Kauf über einen autorisierten Händler

© 2024 Therabody, Inc. Alle Rechte vorbehalten.

Patentanmeldungen unter [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

Hersteller/Händler:

Therabody, Inc.

1640 S Sepulveda, Suite 300

Los Angeles, CA 90025

Importeure:

Therabody International Limited

5th Floor, 40 Mespil Road,

DO4C2N4 Dublin, Ireland

Therabody UK Limited

Portsoken House 155-157

The Minorities, London,

United Kingdom, EC3N1LJ

# WARNHINWEISE

LESEN SIE ALLE ANWEISUNGEN UND VORSICHTSHINWEISE IN DIESER GEBRAUCHSANWEISUNG, AUF DEM LADEGERÄT UND AUF DEM GERÄT, BEVOR SIE DAS GERÄT UND SEIN ZUBEHÖR BENUTZEN ODER AUFLADEN.

Diese grundlegenden Vorkehrungen sollten bei der Verwendung des Geräts stets getroffen werden:








- NUR NACH ANWEISUNG VERWENDEN.** Das Gerät nur wie in den Gebrauchsanweisungen des Geräts beschrieben verwenden. Das Gerät ist für den rezeptfreien Gebrauch bestimmt. Das Gerät ist nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu diagnostizieren, zu heilen oder zu verhindern. Ausschließlich die von Therabody empfohlenen Zubehör- und Ersatzteile verwenden. Bei diesem Gerät handelt es sich um ein fortschrittliches, mechanisches Gerät mit elektronischen Bauteilen. Bei nicht ordnungsgemäßer Verwendung des Geräts und der Zubehöreile besteht Brand-, Stromschlag- bzw. Verletzungsgefahr. Wenn das Gerät und die dazugehörigen Aufsätze nicht gemäß den Anweisungen in dieser Gebrauchsanweisung verwendet und gewartet werden, erlischt die Garantie und es kann zu Produktschäden oder Verletzungen kommen. Das Gerät ist sowohl für den professionellen als auch für den Heimgebrauch geeignet.
- NICHT FÜR KINDER GEEIGNET.** Das Gerät ist nicht für die Verwendung durch kleine Kinder oder Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder logischen Fähigkeiten oder mangelnder Erfahrung und Kenntnissen bestimmt, es sei denn, sie werden von einer für ihre Sicherheit verantwortlichen Person beaufsichtigt oder in der Verwendung des Geräts unterwiesen. Das Gerät ist kein Spielzeug. Spielen Sie nicht mit den elektrischen Bauteilen, verbiegen Sie sie nicht und ziehen Sie nicht an ihnen. Weisen Sie Kinder darauf hin, nicht mit dem Gerät oder dem Zubehör zu spielen. Personen unter 18 Jahren, die das Gerät benutzen, sollten von einem Erwachsenen beaufsichtigt werden.
- AUFLADEN.** Wenn sich Ihr Gerät nicht einschaltet oder die Akkuanzeige einen niedrigen Akkuladestand anzeigt, laden Sie es bitte vor der ersten Verwendung auf. Laden Sie den Akku mit dem USB-C-Kabel (im Lieferumfang enthalten) auf. Wenn Sie das Ladekabel (im Lieferumfang enthalten) verwenden, vergewissern Sie sich, dass der USB-C-Stecker vollständig in einen kompatiblen Netzadapter eingesteckt ist, bevor Sie den Adapter an eine Steckdose anschließen. Sie können den Akku auch mit Kabeln von Drittanbietern aufladen, die mit USB-C und den geltenden Ländervorschriften sowie internationalen und regionalen Sicherheitsstandards konform sind. Andere Adapter entsprechen möglicherweise nicht den geltenden Sicherheitsstandards und das Aufladen mit solchen Adaptern könnte ein Todes- oder Verletzungsrisiko bergen. Das Kabel darf nicht mit Gewalt eingesteckt werden. Laden Sie das Gerät mindestens einmal alle sechs Monate vollständig auf, um Schäden am Gerät und am Akku zu vermeiden. Bei Nichtbenutzung das Netzteil und Ladekabel vom Strom nehmen.
- NICHT ÜBERLADEN.** Lassen Sie das Gerät länger als eine Stunde am Netzadapter angeschlossen, nachdem der Akku vollständig aufgeladen wurde. Der Akku verfügt über ein System, welches das Risiko einer Überladung verhindert. Eine Überladung kann jedoch die Lebensdauer des Akkus mit der Zeit verkürzen.
- GEEIGNETE STANDORTE ZUM LADEN.** Das Gerät mit einem Netzadapter und einem Ladekabel aufladen. Hautkontakt vermeiden, wenn der USB-C an eine Stromquelle angeschlossen ist, da dies zu Beschwerden oder Verletzungen führen kann. Nicht auf dem USB-C-Stecker schlafen und nicht darauf sitzen. Das Gerät sollte in Innenräumen an einem gut belüfteten, trockenen Ort aufgeladen werden. Das Gerät darf nicht im Freien, im Badezimmer oder innerhalb von 3 Metern Entfernung zu einer Badewanne oder einem Schwimmbecken geladen werden. Das Gerät oder das Ladegerät nicht auf nassen Oberflächen verwenden, und das Ladegerät nicht explosiven Umfelds verwenden (gashaltige Dämpfe, Staub, Getreide, metallische Pulver oder leicht entflammbare Materialien). Es können Funken entstehen, die einen Brand verursachen können.
- DAS LADEGERÄT VOM STROM NEHMEN UND PFLEGE.** Ziehen Sie am Stecker, nicht am Kabel, um mögliche Schäden an beiden Teilen zu vermeiden. Tragen Sie das Ladegerät niemals am Kabel. Schützen Sie das Kabel vor Hitze, Öl und scharfen Kanten. Das Ladekabel nicht dehnen oder unter Zug setzen. Handhaben Sie das Ladegerät, die Anschlüsse oder das Gerät nicht mit nassen Händen. Nehmen Sie das Gerät grundsätzlich und umgehend nach der Nutzung sowie vor der Reinigung vom Strom. Bewahren Sie das Kabel so auf, dass niemand darauf treten oder darüber stolpern kann bzw. dass es keinerlei Beschädigung erfährt oder unnötiger Beanspruchung ausgesetzt ist. Verwenden Sie kein Netzteil oder Ladekabel, das einen heftigen Schlag erhalten hat, fallen gelassen, überfahren oder in irgendeiner Weise beschädigt wurde. Vor einer längerfristigen Lagerung sollte das Gerät vollständig aufgeladen werden.
- VERWENDUNG.** Verwendung des Geräts einstellen, wenn Schmerzen oder Unwohlsein auftreten. Treten zu irgendeinem Zeitpunkt während der Behandlung Schmerzen oder Unwohlsein auf, Behandlung sofort beenden. Verwendung des Geräts abbrechen, wenn es überhitzt oder unangenehm heiß wird. Die Finger nicht zwischen Aufsatz und das Ende des Arms legen, da dies zu Quetschungen und Verletzungen führen kann.
- NICHT UNTER DECKEN UND KISSEN VERWENDEN.** Es kann zu einer übermäßigen Erwärmung kommen, die einen Brand, einen elektrischen Schlag oder Verletzungen verursachen kann.
- GERÄTPEFLEGE UND -WARTUNG.** Das Gerät ist sorgfältig zu behandeln. Das Gerät enthält elektronische Komponenten, die durch Herunterfallen, Verbrennen, Durchstechen oder Zerdrücken beschädigt werden können. Das Gerät nicht zerlegen und nicht versuchen, es selbst zu reparieren. Das Gerät kann durch die Demontage beschädigt werden und es kann zu Verletzungen kommen. Ist das Gerät beschädigt oder treten Fehlfunktionen auf, kontaktieren Sie den Kundenservice von Therabody. Die Garantie erlischt, wenn das Gerät, die Akkus oder das Ladegerät zerlegt oder Teile entfernt wurden. Bei Beschädigungen nicht verwenden, da es zu Verletzungen kommen kann. Das Gerät nicht durchstechen oder beschädigen. Das Gerät ist NICHT wasserdicht. Das Gerät nicht maschinenwaschbar. Das Gerät darf nicht an Orten aufbewahrt werden, an denen es in eine Badewanne oder ein Waschbecken fallen bzw. hineingezogen werden kann. Nicht in Wasser oder andere Flüssigkeiten stellen oder fallen lassen. Nicht nach einem Gerät greifen, das ins Wasser gefallen oder mit Wasser in Berührung gekommen ist. Sofort

den Netzstecker stecken. Das Gerät gemäß den Anweisungen im Abschnitt „Reinigung“ in der Gebrauchsanweisung reinigen.

- BATTERIECHEMIKALIEN VERURSACHEN SCHWERE VERBRENNUNGEN.** Der interne Akku darf nicht mit der Haut, den Augen oder dem Mund in Berührung kommen. Treten aus einer beschädigten Batterie Chemikalien aus, die Batterie mit Gummi- oder Neoprenhandschuhen entsorgen. Ist die Haut mit Batterieflüssigkeiten in Berührung gekommen, mit Wasser und Seife waschen und mit Essig abspülen. Sind die Augen mit Batteriechemikalien in Berührung gekommen sind, sofort 20 Minuten lang mit Wasser ausspülen und einen Arzt oder eine Ärztin aufsuchen. Kontaminierte Kleidung ausziehen und entsorgen.
- KEINEN KURZSCHLUSS VERURSACHEN.** Es kommt zum Kurzschluss eines Akkus, wenn ein Metallgegenstand eine Verbindung zwischen den positiven und negativen Kontakten der Batterie oder dem 16-V-Anschluss herstellt. Daher darf ein Akku nicht in die Nähe eines Gegenstands platziert werden, der einen Kurzschluss erzeugen könnte (dazu zählen unter anderem Münzen, Schlüssel oder Nägel in Ihrer Tasche). Ein kurzgeschlossener Akku kann zu Feuer und Verletzungen führen.
- LAGERUNG DES GERÄTS UND DES ZUBEHÖRS.** Gerät an einem kühlen, trockenen Ort lagern. Gerät nur aufladen, wenn die Umgebungstemperatur zwischen -20 °C und 45 °C liegt. Das Gerät oder das Ladekabel nicht in einer Umgebung lagern, in der die Temperaturen 45 °C übersteigen können, wie z. B. in direktem Sonnenlicht, in einem Fahrzeug oder in einem Metallgebäude im Sommer.
- GERÄTEENTSORGUNG.** Dieses Gerät enthält einen Lithium-Ionen-Akku und muss daher mit großer Sorgfalt entsorgt werden. Vor der Entsorgung dieses Gerät bitte über die geltenden Gesetze und Vorschriften zur Entsorgung von Lithium-Ionen-Akkus informieren. Die bevorzugte Methode ist das Recycling des gesamten Geräts.

## Etiketten und Symbole

Die folgenden Etiketten und Symbole erscheinen auf Theragun Prime Plus:

Nr.	Symbol	Beschreibung
1		CE-Zeichen
2		Bitte lesen Sie vor Gebrauch die Bedienungsanleitung.
3		Getrennte Sammlung von Elektro- und Elektronikartikeln Hinweis: Für weitere Informationen über die Entsorgung von Geräten, deren Teilen und Zubehör wenden Sie sich bitte an Ihren Händler vor Ort.
4	IP 22	IP-Klassifizierung: Die erste Nummer 2: Geschützt gegen den Zugang zu gefährlichen Teilen mit einem Finger, und der gegliederte Prüfling von 12 mm $\Phi$ , 80 mm Länge, muss einen ausreichenden Abstand zu gefährlichen Teilen haben und gegen feste Fremdkörper von 12,5 mm $\Phi$ und mehr geschützt sein.
5		RCM-Zeichen
6		Anwendungsteil vom Typ BF
7		Herstellerinformationen
8	UK CA	UKCA-Zeichen für Großbritannien
9		Bluetooth

IEC 60601-1 und IEC60601-11 (Warnhinweis) – für medizinische Geräte in den USA, CA  
 Dieses Gerät ist ein Gerät der Klasse III mit einem mit angewandtem Typ BF. Es entspricht den Sicherheitsstandards für medizinische elektrische Geräte (IEC 60601-1).  
 Dieses Gerät entspricht auch dem medizinischen EMV-Standard (IEC 60601-1-2).  
 TheraFace PRO wurde getestet und entspricht den Grenzwerten für elektromagnetische Verträglichkeit (EMV) für Medizinprodukte gemäß IEC 60601-1-2:2014. Diese Grenzwerte sollen einen angemessenen Schutz gegen schädliche Interferenzen bei einer typischen medizinischen Installation bieten.

1\* WARNUNG: Die Verwendung dieses Geräts neben oder mit anderen Geräten sollte vermieden werden, da dies zu einem unsachgemäßen Betrieb führen kann. Wenn eine solche Verwendung erforderlich ist, sollten dieses und die anderen Geräte beobachtet werden, um sicherzustellen, dass sie normal funktionieren.

2\* WARNUNG: Die Verwendung von Zubehör, Messwandlern und Kabeln, die nicht vom Hersteller dieses Geräts spezifiziert oder geliefert wurden, kann zu erhöhten elektromagnetischen Emissionen oder einer verringerten elektromagnetischen Störfestigkeit dieses Geräts führen und einen fehlerhaften Betrieb zur Folge haben.

3\* WARNUNG: Tragbare RF-Kommunikationsgeräte (einschließlich Peripheriegeräte wie Antennenkabel und externe Antennen) sollten nicht näher als 30 cm (12 Zoll) an einem Teil des ME EQUIPMENT verwendet werden, einschließlich der vom Hersteller angegebenen Kabel. Andernfalls kann es zu einer Beeinträchtigung der Leistung dieses Geräts kommen.

Dieses Gerät erfüllt die Anforderungen von Teil 15 der FCC-Bestimmungen. Der Betrieb unterliegt den folgenden zwei Bedingungen: (1) Dieses Gerät darf keine Störungen verursachen und (2) dieses Gerät muss jegliche Störungen dulden, einschließlich Störungen, die zu einer unerwünschten Auswirkung auf

den Betrieb führen.

Änderungen oder Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung verantwortlichen Partei genehmigt wurden, können die Berechtigung des Benutzers zum Betrieb des Geräts erlöschen lassen. Dieses Gerät wurde getestet und entspricht den Grenzwerten für ein digitales Gerät der Klasse B gemäß Teil 15 der FCC-Bestimmungen. Diese Grenzwerte sind so ausgelegt, dass sie einen angemessenen Schutz gegen schädliche Störungen in Wohngebieten bieten. Dieses Gerät erzeugt, verwendet und kann Hochfrequenzenergie ausstrahlen und kann, wenn es nicht gemäß den Anweisungen installiert und verwendet wird, schädliche Interferenzen der Funkkommunikation verursachen. Es kann jedoch nicht garantiert werden, dass bei einer bestimmten Installation keine Interferenzen auftreten.

Wenn dieses Gerät beim Radio- oder Fernsehempfang schädliche Interferenzen verursacht, die durch Aus- und Einschalten des Geräts festgestellt werden können, wird dem Benutzer oder der Benutzerin empfohlen, zu versuchen, die Interferenzen durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen zu beheben:

- Richten Sie die Empfangsantenne neu aus oder verschieben Sie sie.
- Vergrößern Sie den Abstand zwischen Gerät und Empfänger.
- Schließen Sie das Gerät an eine Steckdose eines anderen Stromkreises als der des Empfängers an.
- Wenden Sie sich an den Händler oder einen erfahrenen Radio-/TV-Techniker.

ISED-Konformitätserklärung

Dieses Gerät enthält von einer Lizenzierung befreite Sender/Empfänger, die den von einer Lizenzierung ausgenommenen RSS gemäß Innovation, Science and Economic Development Canada entsprechen. Sein Betrieb unterliegt den folgenden zwei Bedingungen:

- (1) Dieses Gerät darf keine Störungen verursachen.
- (2) Dieses Gerät muss jegliche Störungen dulden, einschließlich Störungen, die zu einer unerwünschten Auswirkung auf den Betrieb führen.

### Anleitung und Erklärung des Herstellers – Elektromagnetische Emissionen

Das Theragun Prime Plus ist für den Gebrauch in den unten angegebenen elektromagnetischen Umgebungen bestimmt. Kunden oder Anwender des Theragun Prime Plus sollten sicherstellen, dass es in einer solchen Umgebung verwendet wird.

Prüfung der Emissionen	Compliance	Elektromagnetische Umgebung - Anleitung
HF-Emissionen CISPR 11	Gruppe 1	Das Theragun Prime Plus verwendet HF-Energie nur für seine interne Funktion. Daher sind seine HF-Emissionen sehr niedrig und verursachen wahrscheinlich keine Störungen bei in der Nähe befindlichen elektronischen Geräten.
HF-Emissionen CISPR 11	Klasse B	
Oberwellenemissionen IEC 61000-3-2	Nicht anwendbar	Das Theragun Prime Plus ist für den Einsatz in allen Einrichtungen geeignet, auch in privaten Einrichtungen und solchen, die direkt an das öffentliche Niederspannungsnetz angeschlossen sind, das Gebäude versorgt, die für Haushaltszwecke genutzt werden.
Spannungsschwankungen Flackeremissionen IEC 61000-3-3	Nicht anwendbar	

# Anleitung und Erklärung des Herstellers – Elektromagnetische Immunität für alle GERÄTE und SYSTEME

## Anleitung und Erklärung des Herstellers – Elektromagnetische Immunität

Die Theragun Prime Plus ist für den Gebrauch in den unten angegebenen elektromagnetischen Umgebungen bestimmt. Kunden oder Anwender der Theragun Prime Plus sollte sicherstellen, dass es in einer solchen Umgebung verwendet wird.


Prüfung der Immunität	IEC 60601 Test-Level	Compliance-Level	Elektromagnetische Umgebung - Anleitung
<p>Elektrostatisch Elektrostatische Entladung (ESD)</p> <p>IEC 61000-4-2</p>	<p>± 8 kV Kontakt</p> <p>± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 8 kV Luft</p>	<p>± 8 kV Kontakt</p> <p>± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 8 kV Luft</p>	<p>Die Fußböden sollten aus Holz, Beton oder Keramikfliesen sein. Wenn es Böden mit synthetischem Material sind, sollte die relative Luftfeuchtigkeit mindestens 30 % betragen.</p>
<p>Elektrostatisch elektrische Störgrößen/Burst</p> <p>IEC 61000-4-4</p>	<p>±2 kV für Strom Versorgungsleitungen</p> <p>±1 kV für Eingangs-/Ausgangsleitungen</p>	k. A.	<p>Die Netzstromqualität sollte die einer typischen kommerziellen oder privaten Umgebung sein.</p>
<p>Überspannung</p> <p>IEC 61000-4-5</p>	<p>± 1kV Differenzmodus</p> <p>± 2 kV Gleichtakt</p>	k. A.	<p>Die Netzstromqualität sollte die einer typischen kommerziellen oder privaten Umgebung sein.</p>
<p>Spannungsabfälle, kurze Unterbrechungen und Spannungsschwankungen an den Eingangslei- tungen der Stromversorgung</p> <p>IEC 61000-4-11</p>	<p>0 % UT; 0,5 Zyklus g) Bei 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° und 315°</p> <p>0 % UT; 1 Zyklus und 70 % UT; 25/30 Zyklen Einzelphase: bei 0°</p> <p>0 % UT; 250/300 Zyklus</p>	k. A.	<p>Die Netzstromqualität sollte die einer typischen kommerziellen oder privaten Umgebung sein. Wenn der Benutzer des Theragun Prime Plus während Unterbrechungen der Netzstromversorgung einen fortgesetzten Betrieb benötigt, wird empfohlen, das Theragun Prime Plus von einer unterbrechungsfreien Stromversorgung oder einer Batterie mit Strom zu versorgen.</p>
<p>Netzfrequenz (50/60 Hz) magnetisches Feld</p> <p>IEC 61000-4-8</p>	30 A/m	30 A/m	<p>Magnetfelder mit Leistungsfrequenz sollten auf einem Niveau liegen, das für einen typischen Standort in einer typischen kommerziellen oder privaten Umgebung charakteristisch ist.</p>

HINWEIS: UT ist die Netzspannung vor der Anwendung des Test-Levels.

# DE Anleitung und Erklärung des Herstellers – Elektromagnetische Immunität für GERÄTE und SYSTEM

## Anleitung und Erklärung des Herstellers – Elektromagnetische Immunität

Die Theragun Prime Plus ist für den Gebrauch in den unten angegebenen elektromagnetischen Umgebungen bestimmt. Kunden oder Anwender der Theragun Prime Plus sollte sicherstellen, dass es in einer solchen Umgebung verwendet wird.

Prüfung der Immunität	IEC 60601 Test-Level	Compliance-Level	Elektromagnetische Umgebung - Anleitung
<p>Geleitete HF</p> <p>IEC 61000-4-6</p>	<p>3 Vrms</p> <p>150 kHz bis 80 MHz</p> <p>6 V bei ISM- und Amateurfunkband zwischen 0,15 MHz und 80 MHz</p>	<p>k. A.</p>	<p>Tragbare und mobile HF-Kommunikationsgeräte sollten nicht näher zu irgendeinem Teil des Theragun Prime Plus, einschließlich Kabeln, als im empfohlenen Trennabstand verwendet werden, der sich anhand der für die Frequenz des Senders anwendbaren Gleichung errechnet.</p> <p>Empfohlener Abstand zur Trennung</p> $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
<p>Abgestrahlte HF</p> <p>IEC 61000-4-3</p>	<p>10 V/m</p> <p>80 MHz bis 2,7 GHz</p> <p>385 MHz-5785 MHz Prüfspezifikationen für die IMMUNITÄT DES GEHÄUSEANSCHLUSSES gegenüber drahtlosen HF-Kommunikationsgeräten (siehe Tabelle 9 der IEC 60601-1-2:2014)</p>	<p>10 V/m</p> <p>80 MHz bis 2,7 GHz</p> <p>385 MHz-5785 MHz Prüfspezifikationen für die IMMUNITÄT DES GEHÄUSEANSCHLUSSES gegenüber drahtlosen HF-Kommunikationsgeräten (siehe Tabelle 9 der IEC 60601-1-2:2014)</p>	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz to } 800 \text{ MHz}$ $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 800 \text{ MHz to } 2.7 \text{ GHz}$ <p>Wobei p die maximale Ausgangsleistung des Senders in Watt (W) gemäß dem Hersteller des Senders und d der empfohlene Trennabstand in Metern (m) ist.b</p> <p>Die Feldstärken von festen HF-Transmittern, wie durch eine elektromagnetische Standortuntersuchung bestimmt,a sollten in jedem Frequenzbereich kleiner sein als der Compliance-Wert.b</p> <p>In der Nähe von Geräten, die mit dem folgenden Symbol gekennzeichnet sind, kann es zu Störungen kommen:</p> 

HINWEIS 1: Bei 80 MHz und 800 MHz gilt der höhere Frequenzbereich.

HINWEIS 2: Diese Richtlinien schließen nicht alle Situationen ein. Die elektromagnetische Ausbreitung wird durch Absorption und Reflexion von Gebäuden, Gegenständen und Menschen beeinflusst.

a Die ISM-Bänder (Industrie, Wissenschaft und Medizin) zwischen 150 kHz und 80 MHz sind 6,765 MHz bis 6,795 MHz, 13,553 MHz bis 13,567 MHz, 26,957 MHz bis 27,283 MHz und 40,66 MHz bis 40,70 MHz. Die Amateurfunkbänder zwischen 0,15 MHz und 80 MHz sind 1,8 MHz bis 2,0 MHz, 3,5 MHz bis 4,0 MHz, 5,3 MHz bis 5,4 MHz, 7 MHz bis 7,3 MHz, 10,1 MHz bis 10,15 MHz, 14 MHz bis 14,2 MHz, 18,07 MHz bis 18,17 MHz, 21,0 MHz bis 21,4 MHz, 24,89 MHz bis 24,99 MHz, 28,0 MHz bis 29,7 MHz und 50,0 MHz bis 5,7 MHz 4,0 MHz.

b Feldstärken von festen Sendern wie Basisstationen für Funktelefone (Mobiltelefone/schnurlose Telefone) sowie für Radiofunk, Amateurfunk, AM- und FM-Radiosender und Fernsehsender können theoretisch nicht genau vorhergesagt werden. Um die elektromagnetische Umgebung hinsichtlich der stationären Sender zu ermitteln, sollte eine Studie des Standorts erwogen werden. Wenn die gemessene Feldstärke an dem Standort, an dem das Theragun Prime Plus verwendet wird, das oben genannte zulässige HF Compliance-Niveau übersteigt, sollte das Theragun Prime Plus beobachtet werden, um einen normalen Betrieb zu bestätigen. Wenn ungewöhnliche Leistungsmerkmale beobachtet werden, können zusätzliche Maßnahmen erforderlich sein, wie z. B. die Neuorientierung oder Umsetzung des Theragun Prime Plus.

c Im Frequenzbereich von 150 kHz bis 80 MHz sollte die Feldstärke weniger als 3 V/m sein.

## Empfohlene Abstände zwischen tragbaren und mobilen HF-Kommunikationsgeräten und dem GERÄT oder SYSTEM – für EQUIPMENT und GERÄT

Empfohlener Trennabstand zu tragbaren und mobilen HF-Kommunikationsgeräten und dem Theragun Prime Plus				
Das Theragun Prime Plus ist für den Einsatz in einer elektromagnetischen Umgebung, in der die HF-Störgrößen kontrolliert sind, vorgesehen. Der Kunde oder der Benutzer des Theragun Prime Plus kann helfen, elektromagnetische Störungen zu vermeiden, indem er den Mindestabstand zwischen tragbaren und mobilen HF-Kommunikationsgeräten (Sendern) und des Theragun Prime Plus wie unten angegeben einhält, gemäß der maximalen Ausgangsleistung der Kommunikationsausrüstung.				
Bewertete maximale Ausgangsleistung des Senders (W) W	Trennabstand je nach Frequenz des Senders (m) m			
	150 kHz bis 80 MHz außerhalb der ISM- und Amateurfunkbänder	150 kHz bis 80 MHz in ISM- und Amateurfunkbändern	80 MHz bis 800 MHz	800 MHz bis 2,7 GHz
	$d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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
Bei Sendern mit einer maximalen Ausgangsleistung, die oben nicht aufgeführt ist, kann der empfohlene Trennabstand „d“ in Metern (m) unter Verwendung der für die Frequenz des Senders gültigen Gleichung geschätzt werden, wobei „P“ die maximale Ausgangsleistung des Senders in Watt (W) gemäß Angaben des Senderherstellers ist.				
HINWEIS 1: Bei 80 MHz und 800 MHz gilt der Trennabstand für den höheren Frequenzbereich.				
HINWEIS 2: Diese Richtlinien schließen nicht alle Situationen ein. Die elektromagnetische Ausbreitung wird durch Absorption und Reflexion von Gebäuden, Gegenständen und Menschen beeinflusst.				

# Faites l'expérience d'une récupération digne de ce nom avec le Theragun Prime Plus.

## Familiarisez-vous avec vos embouts de thérapie



### L'embout chauffant à percussion :

pour détendre les muscles raides et accélérer la récupération par des massages sur tout le corps.



### L'amortisseur :

traitement des zones sensibles ou douloureuses pour soulager les douleurs



### La balle standard :

pour réduire les tensions par massages sur tout le corps



### Le triangle :

pour gratter et nettoyer les omoplates et les bandelettes de Maïssiât



**Étendez les capacités de votre appareil pour bénéficier d'une plus grande diversité de traitements, afin de pouvoir mettre en place une routine de récupération spécialement adaptée à vos besoins personnels.**

Essayez l'embout de thérapie par le froid, conçu pour traiter les blessures et réduire l'inflammation, et l'embout de thérapie par vibration, conçu pour traiter les douleurs articulaires et les zones sensibles (tous deux vendus séparément).



**Profitez au maximum de votre traitement avec l'application mobile Therabody.**

Tirez parti de la connectivité Bluetooth pour contrôler la vitesse de votre instrument, pour surveiller la force appliquée lors de vos massages et pour explorer notre bibliothèque de programmes guidés étape par étape. Ces programmes contiennent des indications précises sur les muscles à traiter, les embouts de thérapie à utiliser et le maniement de votre instrument, afin que vous puissiez obtenir les meilleurs résultats possible lors de chaque séance de traitement.

# Theragun Prime Plus

## 1. Aperçu du produit

Faites l'expérience de récupérations d'un calibre supérieur avec le Theragun Prime Plus, pistolet de massage de 16 mm très efficace. Cet instrument à percussion, avec un apport supplémentaire de chaleur, a été conçu pour être durable. Son embout chauffant à percussion agit en profondeur sur les muscles et applique des doses de chaleur réglées sur la base de données scientifiques. L'échauffement de votre corps est ainsi rendu le plus efficace possible, vos courbatures sont atténuées, vos temps de récupération sont accélérés et vos douleurs sont soulagées. Les effets sont plus rapides qu'avec des massages ne recourant qu'à la percussion. Grâce à la pièce triangulaire brevetée facile à manier et aux 3 embouts percussifs spécialisés, toutes les parties de votre corps peuvent être traitées efficacement, y compris les muscles volumineux et les zones sensibles. Contrairement aux autres pistolets de massage, le Theragun Prime Plus est doté d'un moteur peu bruyant avec un dispositif anticallage. Vous pouvez donc masser les endroits les plus difficiles à traiter en appliquant une pression pouvant aller jusqu'à 18 kilos, ceci sans affecter la profondeur et la vitesse atteintes. Les traitements sont faciles à administrer grâce à la simplicité des commandes présentes sur l'instrument, ainsi que grâce aux programmes guidés accessibles dans l'application mobile Therabody.

Récupérez encore mieux en ajoutant des possibilités supplémentaires de traitement. Procurez-vous l'embout de thérapie à froid ou l'embout vibratoire pour mettre en place une routine de récupération spécialement adaptée à vos besoins (l'embout à froid et l'embout vibratoire sont tous deux vendus séparément).

## Utilisation prévue

Le Theragun Prime Plus est un instrument destiné à administrer des massages par percussion avec apport de chaleur. Il a été conçu pour améliorer au maximum l'efficacité des échauffements, atténuer les courbatures, accélérer les temps de récupération et soulager les douleurs.

## 2. Contenu de la boîte

- A** Instrument Theragun Prime Plus
- b** Embout chauffant à percussion
- C** Trois embouts de thérapie par percussion (Amortisseur, balle standard, triangle)
- D** Câble de rechargement USB-C
- E** Pochette de transport
- F** Manuel d'instruction

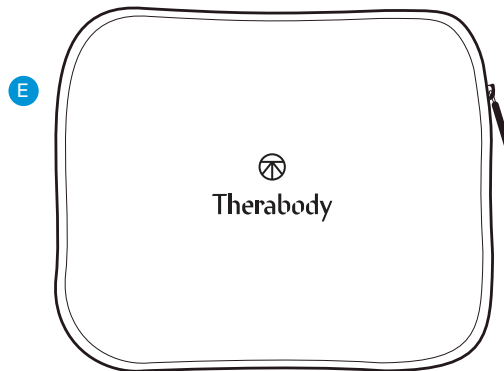
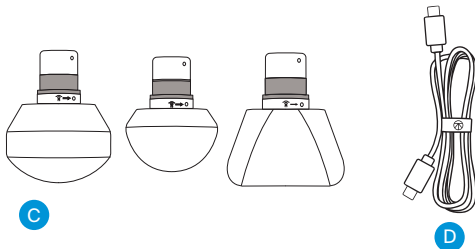
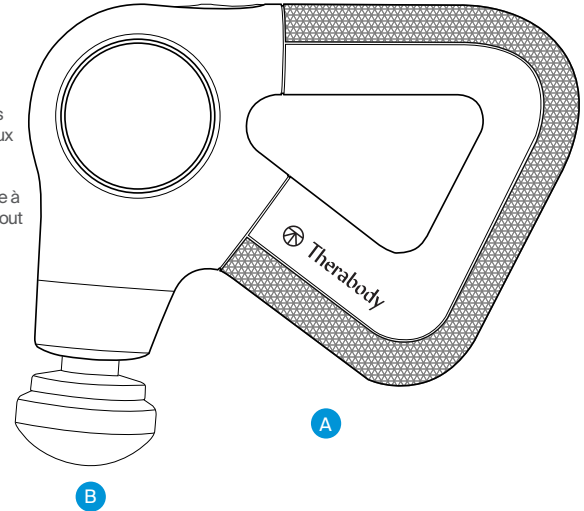
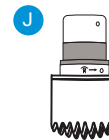
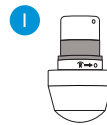
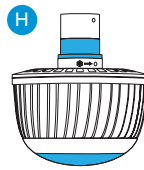


Figure 1. Contenu de la boîte

## Embouts de thérapie vendus séparément

FR

- G** Embout vibratoire
- H** Embout de thérapie par le froid
- I** Embout pouce
- J** Embout de thérapie à micropoint



### 3. Familiarisation avec l'appareil

- 1** Console de commande à deux boutons, facile à utiliser
  - a** Bouton de mise en marche de l'instrument et de réglage de la vitesse (5 indicateurs de vitesse à DEL)
  - b** Bouton de réglage de l'intensité (3 indicateurs d'intensité à DEL)
- 2** Poignée multiprise brevetée en triangle
- 3** Port USB-C
- 4** Embouts interchangeables pour les traitements par chaleur et par percussion

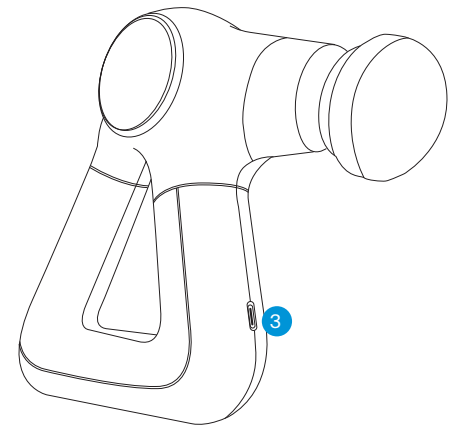
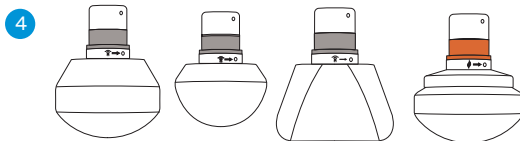
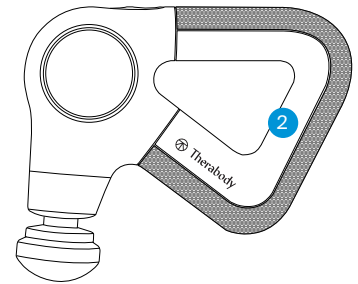
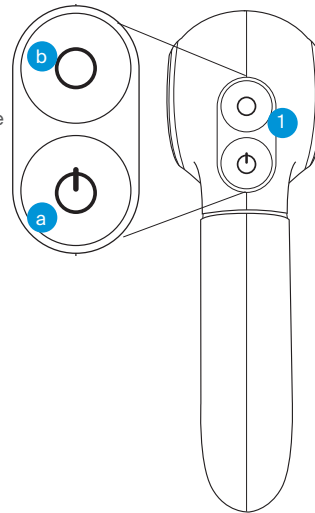


Figure 2. Schéma explicatif de l'instrument

## Téléchargez l'application Therabody

1. Téléchargez l'application mobile Therabody à partir de l'App Store ou du Play Store.
2. Suivez les consignes expliquées dans l'application pour ouvrir un nouveau compte d'utilisateur et valider votre adresse électronique.
3. Quand la connexion à votre compte a été établie, suivez les étapes d'initialisation pour connecter votre Theragun Prime Plus à l'application. Veillez à ce que les paramètres Bluetooth soient activés en ce qui concerne votre téléphone.
4. Lorsque l'on vous demande de sélectionner un instrument Therabody, optez pour « Theragun Prime Plus ».
5. Mettez en marche votre Theragun Prime Plus. Pour ce faire, appuyez sur le bouton d'alimentation et maintenez-le enfoncé. Votre Theragun Prime Plus doit être sous tension pour que l'application puisse le détecter et pour qu'il puisse y être apparié.
6. Appuyez sur « apparier l'instrument », puis sélectionnez « Theragun Prime Plus » pour confirmer la connexion entre votre instrument et l'application.
7. L'application mobile Therabody vous permet de contrôler la vitesse de votre instrument, de surveiller la force appliquée lors des massages, d'apprendre comment suivre au mieux chaque type de thérapie et de recevoir des suggestions de programmes. Les programmes suggérés contiennent des indications précises sur les muscles à traiter, les embouts à utiliser et le maniement de votre instrument.

## 4. Utilisation de l'appareil

1. Mettez votre instrument en marche. Insérez votre main dans la poignée triangulaire ergonomique de votre Theragun. Pour mettre en marche votre Theragun Prime Plus, appuyez sur le bouton d'alimentation et maintenez-le enfoncé. Les voyants à DEL de votre instrument s'allumeront lorsqu'il sera en marche.
2. Sélectionnez une vitesse pour votre traitement par percussion. Appuyez sur le bouton d'alimentation pour passer d'une vitesse à l'autre parmi les cinq options possibles. Les voyants à DEL s'allumeront l'un après l'autre pour indiquer la vitesse sélectionnée pour votre traitement, une DEL blanche étant allumée à la vitesse la plus faible et 5 étant allumées à la vitesse la plus élevée.
3. Utilisez votre instrument. Déplacez-le sur les zones à traiter en exerçant graduellement une pression légère ou modérée, selon vos besoins.
4. Utilisez l'embout chauffant à percussion. Attachez l'embout chauffant à votre instrument, mettez l'instrument sous tension, puis sélectionnez la vitesse que vous souhaitez conformément aux explications ci-dessus. Appuyez sur le bouton de réglage de l'intensité pour sélectionner la température désirée. Pour indiquer l'intensité de la chaleur sélectionnée pour votre traitement, les trois voyants à DEL s'allumeront l'un après l'autre. Une DEL orange est allumée à la température la plus basse, deux le sont à la température intermédiaire et toutes les trois à la température la plus élevée. Pour utiliser la chaleur sans percussion lors d'un traitement, continuez à appuyer sur le bouton d'alimentation pour passer d'une vitesse à l'autre parmi les options offertes. Allez jusqu'à la vitesse maximale, puis appuyez à nouveau sur le bouton. À ce stade, la percussion sera désactivée.
5. Utilisez l'embout de thérapie à froid (vendu séparément). Attachez l'embout de thérapie à froid à votre instrument, puis mettez l'instrument sous tension conformément aux indications ci-dessus. Veuillez noter que la percussion est désactivée lors des traitements à froid. Appuyez sur le bouton de réglage de l'intensité pour ajuster la température froide. Pour indiquer l'intensité de la température sélectionnée pour votre traitement, les trois voyants à DEL s'allumeront l'un après l'autre. Une DEL bleue est allumée lorsque l'intensité est la moins élevée, deux le sont à intensité intermédiaire et toutes les trois à l'intensité la plus élevée.
6. Utilisez l'embout vibratoire (vendu séparément) : Attachez l'embout vibratoire à votre instrument, puis mettez l'instrument sous tension conformément aux indications ci-dessus. Veuillez noter que la percussion est désactivée lors des traitements par vibrations. Appuyez sur le bouton de réglage de l'intensité pour régler l'intensité des vibrations. Pour indiquer l'intensité des vibrations sélectionnés pour votre traitement, les trois voyants à DEL s'allumeront l'un après l'autre. Une DEL verte est allumée lorsque l'intensité est la plus faible, deux le sont à intensité intermédiaire et toutes les trois à l'intensité la plus élevée.
7. Verrouillez votre instrument. Lorsqu'il n'est pas utilisé ou lorsqu'il est transporté, verrouillez votre appareil pour éviter qu'il ne se mette en marche accidentellement ou que sa batterie ne se décharge. Appuyez rapidement trois fois sur le bouton d'alimentation pour activer la fonctionnalité de verrouillage. Pour déverrouiller votre instrument, appuyez également trois fois rapidement sur le bouton d'alimentation.
8. Éteignez votre instrument. Pour éteindre votre instrument, appuyez sur le bouton d'alimentation et maintenez-le enfoncé.

## Arrêt automatique

FR

L'instrument s'éteint automatiquement dans les cas suivants :

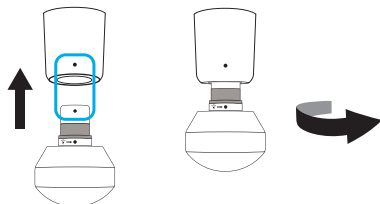
1. Si vous appuyez sur le bouton d'alimentation pour vérifier le niveau de charge de la batterie, l'instrument s'éteint après 5 minutes si vous ne l'utilisez pas par la suite.
2. Si l'application est connectée à l'instrument alors qu'il n'est pas allumé, il s'éteint au bout de 10 minutes.
3. Lorsque la batterie est déchargée, le voyant à DEL de l'instrument clignote en orange puis l'instrument s'éteint.
4. Si l'instrument est en marche pendant plus d'une heure mais ne fait que produire de la chaleur, il s'éteint.

## Raccorder les têtes de massage

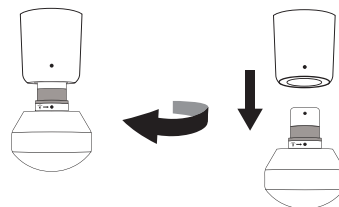
1. Assurez-vous que l'appareil est hors tension avant de retirer tout embout.
2. Insérez l'embout de thérapie dans le bras de l'instrument, serrez l'embout en le tournant dans le sens des aiguilles d'une montre et fixez-le en place.
3. Pour desserrer l'embout de thérapie et le retirer de l'instrument, tournez-le dans le sens contraire des aiguilles d'une montre jusqu'à ce que vous puissiez le détacher.
4. Attention : Ne mettez pas votre doigt entre l'embout de thérapie et l'extrémité du bras, car vous pourriez vous pincer ou vous blesser.

\*Les embouts de thérapie peuvent être utilisés avec d'autres modèles de la gamme Theragun Plus.

ALLUMÉ



Arrêt



## Utilisation des embouts de thérapie

Pour vous permettre d'adapter votre traitement à vos besoins, l'instrument est fourni avec quatre embouts de thérapie de qualité supérieure. Ces embouts comprennent la pièce chauffante à percussion, l'amortisseur, la balle standard et le triangle. Ils produisent une sensation de confort et ils sont hygiéniques. Ils n'absorbent pas la transpiration, les lotions ou les huiles.

FIXATION	GROUPE MUSCULAIRE	UTILISATION PRÉVUE
Amortisseur	Pour les zones molles ou sensibles et pour un usage général.	L'amortisseur est à utiliser pour administrer un massage corporel intégral qui soit ferme tout en produisant un effet doux et apaisant. Cet embout a été conçu pour pouvoir servir sans problème à un usage général. Il permet des traitements sans à-coups sur les zones sensibles ou osseuses. Il dispose d'une large base pour maximiser sa surface de contact avec votre corps, ce qui rend son action plus efficace.
Balle standard	Pour les grands et petits groupes musculaires	La balle standard est destinée aux massages corporels intégraux. Cet embout a été spécialement conçu pour pouvoir être utilisé sur tous les muscles, ceux des grands groupes aussi bien que ceux des petits. Ses dimensions sont plus petites que celles de l'amortisseur, et son impact est plus notable. Optez pour cette pièce pour produire un effet plus ferme dans le cadre d'un usage général. C'est également l'embout à sélectionner pour soulager les tensions.
Triangle	Pour les omoplates et les bandelettes de Maissiat	Utilisez l'embout triangulaire pour échauffer vos muscles et améliorer votre souplesse. L'embout triangulaire est une pièce de conception unique, adaptée à un usage sur les omoplates et les bandelettes de Maissiat. Il sert à produire des « grattages » et des « vidanges », techniques apparentées à celles couramment pratiquées lors des massages sportifs.
Embout chauffant à percussion	Pour les muscles	Détendez vos muscles raides et accélérez vos récupérations. L'embout chauffant est à utiliser pour détendre vos muscles raides avant une séance d'entraînement et pour accélérer la remise en état de vos muscles après une telle séance.
Froid (vendu séparément)	Pour les articulations et les muscles	Atténuez vos réactions d'inflammation, vos douleurs et vos enflures. L'embout de thérapie à froid est à utiliser pour traiter les enflures et les zones d'inflammation.
Vibrations (vendu séparément)	Pour les articulations et les zones osseuses	Soulagez vos douleurs articulaires et traitez vos zones sensibles. L'embout vibratoire est à utiliser pour cibler les douleurs articulaires et traiter les zones osseuses. Cet embout stimule la circulation sanguine pour traiter les zones sensibles.
Pouce (vendu séparément)	Pour les points gâchettes et le bas du dos.	L'embout pouce est destiné au soulagement de vos douleurs aux points de compression. Spécialement conçu pour pouvoir se substituer à un pouce humain, il est à utiliser pour traiter des endroits ponctuels sur le bas du dos. Vous pouvez vous servir de l'embout pouce à tout endroit où vous auriez éventuellement utilisé votre pouce pour soulager une douleur.
Micropoint (vendu séparément)	Pour une stimulation amplifiée	L'embout à micropoints est destiné à améliorer votre circulation. Cet embout vous permet de cibler précisément votre traitement ainsi que d'amplifier la stimulation de votre circulation à tous les endroits traités.

## 6. Entretien, nettoyage et recharge

FR

### Entretien de l'appareil

Les instructions d'entretien suivantes sont importantes pour que votre appareil continue de fonctionner comme prévu. Si vous ne suivez pas ces instructions, votre appareil risque de cesser de fonctionner.

### Nettoyage de l'appareil

Lisez attentivement les consignes qui suivent avant de nettoyer votre instrument, afin que cet objet et ses composants puissent durer aussi longtemps que possible.

1. Inspectez visuellement l'appareil pour détecter tout signe évident d'accumulation de saleté.
2. Nettoyez votre instrument avec un chiffon humide non abrasif et non pelucheux ou avec une lingette nettoyante sans alcool.
3. Essuyez votre instrument avec un chiffon non abrasif et non pelucheux.
4. Quand vous avez nettoyé votre instrument, laissez-le sécher complètement avant de le ranger ou de l'utiliser pour une nouvelle séance de traitement. Cet instrument n'est PAS étanche ni lavable à la machine. Ne laissez pas d'eau ou d'autres substances liquides pénétrer dans ce produit.
5. Un appareil correctement nettoyé ne doit présenter aucun signe visible de débris ou d'humidité.

Remarque : Ce produit n'est pas étanche. Il ne doit être nettoyé qu'avec un chiffon humide ou avec une lingette nettoyante sans alcool, et il convient de l'essuyer. Ne le plongez pas dans l'eau et ne le nettoyez pas sous l'eau courante. Ne laissez pas cet instrument entrer en contact avec des substances corrosives, car elles pourraient avoir des effets néfastes sur son fonctionnement et son aspect.

### QuietForce Solution

Assurez le fonctionnement optimal de votre appareil grâce à QuietForce Solution. Si vous utilisez votre appareil quotidiennement, pensez à appliquer cette solution tous les quatre mois. Remplacements disponibles sur [therabody.com](http://therabody.com)

1. Retirez l'embout de thérapie de votre Theragun
2. Coupez l'embout de la bouteille de solution QuietForce.
3. Tirez délicatement le piston du bras de l'appareil
4. Appliquez 3 à 4 gouttes de solution, en veillant à couvrir toute la circonférence
5. Allumez votre Theragun et laissez-le fonctionner pendant 10 secondes.

### Recharge de l'instrument

1. L'instrument est adapté à la norme USB-C et est fourni avec un câble de recharge. Assurez-vous que votre instrument est éteint avant de le recharger.
2. Raccordez l'une des extrémités du câble de recharge au port de recharge USB-C présent sur l'instrument. Vous le trouverez sur la poignée de cet instrument. Raccordez l'autre extrémité du câble de recharge à un adaptateur secteur.
3. Le bouton d'alimentation est doté d'un voyant à DEL qui indique le niveau de charge de la batterie quand l'instrument est en marche ou en cours de recharge. Pour vérifier le niveau de charge de la batterie, allumez votre instrument ou appuyez sur le bouton d'alimentation.
  - Orange (clignote avant de s'éteindre) : batterie totalement déchargée
  - Orange (clignotant) : batterie très peu chargée
  - Orange : batterie faible
  - Bleu : batterie à moitié chargée
  - Vert : batterie bien chargée
4. La batterie de votre instrument permet jusqu'à 120 minutes d'utilisation. Cette durée dépend des embouts utilisés et de l'intensité des traitements.

\*\*Note : Si vous utilisez un chargeur qui ne provient pas de nous, assurez-vous qu'il n'a pas subi de dommages structurels et que son fabricant est agréé.

### Rangement et transport de l'instrument

Lorsque l'instrument est rangé ou transporté, laissez-le dans sa pochette de transport. Conservez votre instrument dans un endroit frais et sec (température comprise entre 0 °C et 40 °C ; humidité relative comprise entre 10 et 95 %). Ne laissez pas votre instrument à un endroit où les températures pourraient dépasser 40 °C, comme l'intérieur d'un véhicule ou un emplacement exposé directement à la lumière du soleil.

SITUATION	CODE D'ERREUR AFFICHÉ	ORIGINES POTENTIELLES	SOLUTIONS POTENTIELLES
Pas de courant	La DEL du bouton d'alimentation clignote en orange, bleu et vert.	La batterie a surchauffé pendant une recharge ou lorsque l'instrument était en usage.	Assurez-vous que le produit est hors tension, retirez-le du chargeur et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si le problème persiste, contactez Therabody.
Pas de courant	Les 5 voyants blancs à DEL clignotent 5 fois, puis ils s'éteignent.	Le moteur a surchauffé.	Assurez-vous que le produit est hors tension et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si le problème persiste, contactez Therabody.
La percussion fonctionne mais l'embout chauffant ne produit pas de chaleur.	Les 3 voyants orange à DEL clignotent 5 fois, puis ils s'éteignent.	L'embout chauffant a surchauffé, ou un autre problème s'est produit.	Assurez-vous que le produit est hors tension et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si le problème persiste, contactez Therabody.
L'instrument est allumé mais l'embout de thérapie à froid ne fonctionne pas.	Les 3 voyants bleus à DEL clignotent 5 fois, puis ils s'éteignent.	L'embout de thérapie à froid a surchauffé, ou un autre problème s'est produit.	Assurez-vous que le produit est hors tension et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si le problème persiste, contactez Therabody.
L'instrument est allumé mais l'embout vibratoire ne fonctionne pas.	Les 3 voyants verts à DEL clignotent 5 fois, puis ils s'éteignent.	L'embout vibratoire a surchauffé, ou un autre problème s'est produit.	Assurez-vous que le produit est hors tension et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si le problème persiste, contactez Therabody.
L'instrument s'éteint automatiquement.	Aucun	1. Le niveau de charge de la batterie est faible. 2. Il est toujours impossible de l'allumer.	1. Rechargez la batterie. 2. Contactez Therabody.
L'appareil ne s'allume pas.	Aucun	1. Le niveau de charge de la batterie est faible. 2. Il est toujours impossible de l'allumer.	1. Rechargez la batterie. 2. Contactez Therabody.
L'appareil s'éteint en cours de traitement, ou le moteur du dispositif vibratoire ne se met pas en marche.	Aucun	1. Vérifiez les batteries et rechargez-les. 2. Il se peut qu'un moteur ou un raccord ait été endommagé.	Essayez de charger complètement l'instrument, de le débrancher de son câble de recharge puis d'appuyer sur le bouton d'alimentation pendant 3 secondes. Si le problème persiste, contactez Therabody.
Impossible de charger la batterie	Aucun	1. La température ambiante est trop élevée ou trop basse. 2. Batterie possiblement défectueuse 3. Câble de rechargement défectueux	1. Chargez votre instrument lorsque la température ambiante est comprise entre 5 °C et 35 °C. 2. Essayez d'utiliser un autre câble USB-C et un autre adaptateur. 3. Contactez Therabody.

# Mises en garde et conseils en rapport au Theragun Prime Plus (précautions et contre-indications)

FR

## Informations générales

Les produits Therabody sont conçus pour stimuler la santé et le bien-être en tirant parti des capacités naturelles du corps. Therabody offre un éventail de produits qui, en s'appuyant sur la science et la technologie, permettent à leurs utilisateurs de profiter des bienfaits thérapeutiques de divers phénomènes naturels. Ces produits sont destinés à répondre aussi bien aux besoins qu'aux préférences de chacun. Dans certains cas, il est conseillé de modifier la façon dont un instrument est utilisé (précautions). Dans d'autres, il est préférable de ne pas utiliser certains instruments (contre-indications). Avant de vous servir de l'un de nos instruments, veuillez consulter l'intégralité des informations de sécurité pertinentes qui suivent.

## Informations importantes en matière de sécurité

### Utilisation générale de l'appareil

Cet appareil a été conçu pour être utilisé par des personnes en bonne santé. Cet appareil est contre-indiqué et ne doit pas être utilisé par ou sur toute personne ayant des antécédents d'épilepsie, de crises d'épilepsie ou de cardiopathie.

L'usage de ce produit est déconseillé à toute personne porteuse d'un implant électronique (comme un stimulateur cardiaque) ou souffrant d'une arythmie cardiaque, de tumeurs ou d'épisodes aigus d'une maladie inflammatoire. L'usage de ce produit est également déconseillé aux personnes souffrant d'artériosclérose ou de thromboses ainsi qu'aux personnes porteuses d'implants dans la région du corps visée par le traitement. N'utilisez pas ce produit pour traiter une zone sur laquelle vous avez des taches brunes ou noires – par exemple de grosses taches de rousseur, des taches de vin, des grains de beauté ou des verrues. L'usage de ce produit est déconseillé aux personnes qui, dans la zone à traiter, souffrent d'eczéma, de psoriasis, de lésions, de plaies ouvertes ou d'une infection non guérie autre qu'une acné légère ou modérée – par exemple un herpès labial. Attendez que la zone infectée soit guérie avant d'utiliser le produit. N'utilisez pas ce produit si votre peau présente des conditions anormales dues à un diabète ou à une autre maladie systémique ou métabolique. Si vous avez des antécédents de poussées d'herpès dans la zone à traiter, nous vous déconseillons d'utiliser ce produit à moins que vous n'ayez consulté votre médecin traitant et suivi un traitement préventif.

Si vous êtes enceinte ou si vous allaitez, veuillez consulter votre médecin avant d'utiliser ce produit.

**Arrêtez immédiatement d'utiliser ce produit au premier signe d'inconfort. Si vous avez des problèmes d'ordre médical, veuillez consulter votre médecin avant d'utiliser ce produit.**

## Sécurité, précautions et contre-indications

### Thérapies particulières

Ces recommandations s'appuient sur la consultation d'experts médicaux et de recherches publiées en matière de précautions et de contre-indications à la date d'impression. Pour toute information supplémentaire, veuillez consulter notre site Internet à l'adresse suivante : <https://www.thertherdyy.com/us/en-us/contractions-and-contraindications.html>.

### Précautions :

Une attention particulière est requise dans ces circonstances et vous devrez peut-être modifier votre utilisation de l'appareil. Consultez un professionnel de la santé si vous avez ou soupçonnez l'une des conditions suivantes ou si vous avez des questions.

- Hypertension (contrôlée)
- Ostéopénie
- Ostéoporose
- Grossesse
- Diabète
- Veines variqueuses
- Proéminences ou régions osseuses

- Sensations anormales (par exemple, engourdissement)
- Sensibilité à la pression
- Chirurgie ou blessure récentes
- Scoliose ou déformation de la colonne
- Médicaments susceptibles d'altérer les sensations

### Contre-indications :

Voici les circonstances dans lesquelles les risques peuvent l'emporter sur les bienfaits. Consultez un professionnel de santé avant toute utilisation.

- Éruptions cutanées, plaies ouvertes, ampoules, inflammation locale des tissus, contusions ou tumeurs.
- Thrombose veineuse profonde, ostéomyélite
- Fracture osseuse ou myosite ossifiante
- Hypertension (non contrôlée)
- Maladie cardiaque, hépatique ou rénale aiguë ou grave
- Affections neurologiques entraînant une perte ou une altération des sensations
- Application directe sur le visage, la gorge ou les organes génitaux
- Troubles de la coagulation
- Chirurgie ou blessure récente
- Troubles du tissu conjonctif
- Insuffisance ou maladie vasculaire périphérique
- Médicaments qui fluidifient le sang ou altèrent les sensations
- Pression directe sur le site chirurgical ou le matériel
- Pression directe sur les yeux ou la gorge
- Sensation de gêne ou douleur extrême
- Scoliose ou déformation de la colonne sévères
- Pacemaker, ICD, ou antécédents d'embolie
- Allergie à l'un des matériaux présents dans l'instrument : plastique, silicone, aluminium, acier inoxydable, alliage à base de cuivre, peinture

Garantie limitée et service à la clientèle

Pour connaître toutes les informations relatives à la garantie, veuillez consulter la page [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty).

Une assistance sur nos produits est offerte à notre clientèle par le biais de la page

<https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html>, où les moyens de nous joindre sont précisés.

Enregistré auprès de la FDA

Garantie limitée uniquement en cas d'achat auprès d'un détaillant autorisé

© 2024 Therabody, Inc. Tous droits réservés.

Brevets sur [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

Fabriqué et distribué par :

Therabody, Inc  
1640 S Sepulveda, Suite 300  
Los Angeles, CA 90025

Importateurs :

Therabody International Limited  
5th floor, 40 Mespil Road,  
D04C2N4 Dublin, Irlande

Therabody UK Limited  
Portsoken House 155-157  
The Minorities, London,  
Royaume-Uni, EC3N 1LJ

# MISES EN GARDE SUR L'UNITÉ

LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS ET MISES EN GARDE FIGURANT DANS CE MANUEL, SUR LE CHARGEUR ET SUR L'APPAREIL AVANT D'UTILISER OU DE RECHARGER L'APPAREIL ET SES ACCESSOIRES.

Respectez toujours les précautions élémentaires suivantes lorsque vous utilisez ce produit :








- UTILISER UNIQUEMENT CONFORMÉMENT AUX INSTRUCTIONS.** Utilisez l'appareil uniquement comme décrit dans le manuel d'utilisation de l'appareil. Ce produit a été conçu pour pouvoir être utilisé sans ordonnance. Ce produit n'est pas destiné à servir pour diagnostiquer, guérir ou prévenir des maladies. N'utilisez que des accessoires et des pièces de rechange recommandés par Therabody. Il s'agit d'un appareil mécanique à la conception avancée qui contient des composants électriques. Tout usage ou entretien inadéquat de ce produit ou de ses accessoires entraîne des risques d'incendie, d'électrocution et de blessures. Le fait de ne pas utiliser et entretenir l'appareil et les accessoires correspondants conformément aux instructions de ce manuel annulera la garantie et pourrait endommager le produit ou provoquer des blessures physiques. Le dispositif est destiné à une utilisation commerciale ou domestique.
- NE CONVIENT PAS AUX ENFANTS.** L'appareil n'est pas destiné à être utilisé par de jeunes enfants ou des personnes dont les capacités physiques, sensorielles ou intellectuelles sont réduites, ou qui manquent d'expérience ou de connaissances, à moins qu'elles n'aient reçu des instructions ou une supervision de la part d'une personne responsable de leur sécurité. L'appareil n'est pas un jouet. Ne jouez pas avec ses composants électriques, ne les tordez pas et ne tirez pas dessus. Expliquez aux enfants de ne pas jouer avec l'appareil ou ses accessoires. L'utilisation de cet appareil par des personnes de moins de 18 ans doit se faire sous la surveillance d'un adulte.
- RECHARGEMENT.** Si l'appareil ne s'allume pas, ou si l'indicateur de batterie affiche un niveau de batterie faible, veuillez le recharger avant la première utilisation. Chargez la batterie à l'aide du câble USB-C (inclus). Lorsque vous utilisez le câble de chargement (inclus), assurez-vous que son connecteur USB-C est complètement inséré dans un adaptateur secteur compatible avant de brancher l'adaptateur sur une prise de courant. Vous pouvez également charger la batterie à l'aide de câbles tiers conformes à l'USB-C, aux réglementations nationales applicables et aux normes de sécurité internationales et régionales. D'autres adaptateurs peuvent ne pas répondre aux normes de sécurité applicables, et le chargement avec de tels adaptateurs pourrait présenter un risque de mort ou de blessure. Ne forcez pas l'insertion du câble. Rechargez complètement l'appareil au moins une fois tous les six mois pour éviter d'endommager l'appareil et la batterie. Débranchez l'adaptateur secteur et le câble de chargement lorsqu'ils ne sont pas utilisés.
- NE PAS SURCHARGER.** Ne laissez pas l'appareil connecté à l'adaptateur secteur pendant plus d'une heure après le chargement complet de la batterie. La batterie intègre un système de protection permettant d'éviter les risques de surcharge. Cependant, la surcharge de la batterie réduit son autonomie au fil du temps.
- LIEUX DE CHARGE APPROPRIÉS.** Chargez l'appareil avec un adaptateur secteur et un câble de charge. Évitez tout contact continu avec le connecteur USB-C lorsqu'il est branché à une source d'alimentation, car cela pourrait causer de l'inconfort ou des blessures. Ne dormez pas et ne vous asseyez pas sur le connecteur USB-C. Ce produit doit être rechargé dans un endroit sec et bien aéré situé à l'intérieur d'un bâtiment. Ne pas charger l'appareil à l'extérieur, dans une salle de bains ou à moins de 3,1 mètres d'une baignoire ou d'une piscine. N'utilisez pas ce produit ni son chargeur sur une surface mouillée et n'exposez pas le chargeur à l'humidité, à la pluie ou à la neige. N'utilisez pas l'appareil ou son chargeur compatible dans une atmosphère explosive (émanations gazeuses, poussières, grains, poudres métalliques ou matériaux inflammables). Une telle utilisation pourrait causer des étincelles et éventuellement un incendie.
- DÉBRANCHEMENT DU CHARGEUR ET ENTRETIEN.** Tirez sur la prise, et non sur le cordon, pour éviter d'endommager la prise ou le cordon. Ne soulevez jamais le chargeur par le cordon. Tenez le cordon à l'écart de la chaleur, d'huiles ou de rebords tranchants. Ne tirez pas sur le cordon du chargeur et ne le soumettez pas à une tension excessive. Ne manipulez pas le chargeur, les stations de charge ou l'appareil avec les mains mouillées. Débranchez toujours l'appareil de la prise d'alimentation électrique immédiatement après l'utilisation et avant le nettoyage. Rangez le câble pour vous assurer qu'il n'est pas piétiné, qu'on ne trébuche pas dessus, ou qu'il n'est pas soumis à d'autres formes de dommages. N'utilisez pas un adaptateur d'alimentation ou un câble de chargement qui a reçu un coup violent, qui est tombé, qui a été écrasé ou qui a été endommagé de quelque manière que ce soit. Pour un stockage de longue durée, assurez-vous que la batterie soit complètement rechargée.
- UTILISATION** Cessez d'utiliser ce produit si vous ressentez une douleur ou un malaise. Si, pendant un traitement, vous ressentez une douleur ou un malaise à un moment quelconque, mettez immédiatement fin au traitement. Cessez toute utilisation du produit s'il surchauffe ou s'il produit une chaleur trop intense. Ne mettez pas un doigt entre un embout de thérapie et l'extrémité du bras, car vous pourriez vous pincer ou vous blesser.
- NE PAS UTILISER SOUS UNE COUVERTURE OU UN OREILLER.** Une surchauffe peut se produire et provoquer un incendie, une décharge électrique ou une blessure.
- ENTRETIEN ET RÉPARATION DE L'APPAREIL.** Manipulez l'appareil avec précaution. L'appareil contient des composants électroniques qui peuvent être endommagés en cas de chute, de brûlure, de perforation ou d'écrasement. Ne démontez pas l'appareil et n'essayez pas de le réparer vous-même. Le démontage de l'appareil peut l'endommager et provoquer des blessures. Si l'appareil est endommagé ou en cas de dysfonctionnement, contactez le service à la clientèle de Therabody. La garantie est nulle si les batteries, le chargeur ou l'appareil sont démontés ou si l'un des composants est retiré. Ne les utilisez pas s'ils sont endommagés car ils peuvent provoquer des blessures. Ne percez pas et n'endommagez pas l'appareil. Ce produit n'est PAS étanche. Ce produit n'est pas lavable à la machine. Ne posez et ne rangez jamais ce produit à un endroit d'où il pourrait tomber ou être entraîné

dans une cuve ou un bac. Ne le mettez jamais et ne le laissez jamais tomber dans de l'eau ni dans aucun autre liquide. Si ce produit se retrouve submergé dans l'eau ou entre en contact avec de l'eau, n'essayez en aucun cas de vous en saisir. Débranchez-le immédiatement. Nettoyez l'appareil en suivant les instructions de la section « Nettoyage » du manuel d'utilisation.

- LES PRODUITS CHIMIQUES CONTENUS DANS LA BATTERIE PEUVENT CAUSER DE GRAVES BRÛLURES.** Évitez tout contact entre les produits contenus dans la batterie et la peau, les yeux ou la bouche. En cas de fuite de produits chimiques, utilisez des gants en caoutchouc ou néoprène pour jeter la batterie endommagée. En cas de contact avec les fluides de la batterie, lavez-vous la peau avec de l'eau et du savon, puis rincez avec du vinaigre. En cas de contact avec les produits chimiques contenus dans la batterie, rincez immédiatement les yeux avec de l'eau pendant 20 minutes et consultez un médecin. Retirez et jetez tout vêtement contaminé.
- NE PAS COURT-CIRCUITER.** Un court-circuit de la batterie se produit en cas de contact entre un objet métallique et les bornes positives et négatives de la batterie ou du connecteur 16 V. Ne placez pas la batterie à proximité d'un quelconque objet qui pourrait causer un court-circuit comme des pièces, des clés ou des clous dans votre poche. Une batterie court-circuitée peut causer un incendie ou des blessures.
- RANGEMENT DE L'APPAREIL ET DE SES ACCESSOIRES.** Rangez le tout dans un endroit frais et sec. Ne chargez l'appareil que lorsque la température ambiante est comprise entre -20 °C et 45 °C. Ne stockez pas l'appareil ni le câble de charge lorsque les températures peuvent dépasser 45 °C, comme à la lumière directe du soleil, dans un véhicule ou dans un bâtiment métallique pendant l'été.
- MISE AU REBUT DE L'APPAREIL.** Cet appareil contient une batterie lithium-ion et il faut faire preuve de précaution lors de la mise au rebut de l'appareil. Avant la mise au rebut de cet appareil, veuillez consulter les lois et exigences locales concernant la mise au rebut des batteries au lithium-ion. La méthode préférée consiste à recycler l'ensemble de l'appareil.

## Étiquetage et symboles

Les étiquettes et symboles suivants sont apposés sur le Theragun Prime Plus : étiquetage

No.	Image	Explications
1		Label CE
2		Veuillez lire le manuel d'utilisation avant tout usage.
3		Collecte séparée des équipements électriques et électroniques usagés. Remarque : pour plus d'informations sur la mise au rebut de l'équipement, de ses pièces et accessoires, veuillez contacter votre distributeur local.
4	IP22	Classification IP : Premier chiffre 2 : Présence d'un dispositif de protection contre l'accès aux parties dangereuses avec un doigt et avec le doigt d'épave articulé de 12 mm de diamètre et de 80 mm de longueur ; présence d'un dégagement adéquat devant les parties dangereuses ; présence d'un dispositif de protection contre les corps étrangers solides de 12,5 mm de diamètre et plus.
5		Marque de conformité réglementaire
6		Pièce catégorisée comme étant de type BF
7		Information en rapport au fabricant
8	UKCA	Marque UKCA pour le Royaume-Uni
9		Bluetooth

Cet instrument est un appareil de classe III catégorisé comme étant de type BF. Il est conforme aux exigences de sécurité électrique applicables aux équipements médicaux (norme CEI 60601-1). Il est également conforme aux exigences de compatibilité électromagnétique applicables aux équipements médicaux (norme CEI 60601-1-2).

Lors de tests qu'il a subis, il a été jugé conforme aux exigences de compatibilité électromagnétique (CEM) en ce qui concerne les limites fixées par la norme CEI 60601-1-2:2014 pour les appareils médicaux. Ces limites ont été fixées pour apporter un niveau raisonnable de protection contre les interférences nuisibles sur les sites médicaux typiques.

1\* MISE EN GARDE : Évitez d'utiliser ce produit lorsque d'autres appareils sont empilés avec lui ou à proximité, car cela pourrait occasionner un mauvais fonctionnement. S'il est nécessaire d'utiliser cet équipement dans de telles conditions, il convient de le surveiller ainsi que les appareils adjacents, afin de vérifier qu'ils fonctionnent normalement.

2\* MISE EN GARDE : L'usage d'accessoires, de transducteurs ou de câbles autres que ceux spécifiés ou fournis par le fabricant de cet équipement pourrait entraîner une augmentation du niveau des émissions électromagnétiques ou une diminution de l'immunité électromagnétique de cet équipement. De mauvais fonctionnements pourraient se produire en conséquence. »

3\* MISE EN GARDE : Les dispositifs portables destinés aux communications radio (y compris les périphériques, comme les câbles des antennes et les antennes externes) ne doivent pas être utilisés à moins de 30 cm d'une quelconque partie de cet équipement, y compris les câbles spécifiés par son fabricant. Sinon, les performances de cet équipement pourraient se dégrader.

L'appareil est conforme à l'article 15 de la réglementation de la FCC. Son utilisation est soumise deux conditions suivantes : (1) cet appareil ne doit causer aucune interférence nuisible, et (2) il doit accepter la réception de toute interférence, y compris celles pouvant causer un fonctionnement indésirable. Les changements ou modifications non expressément approuvés par la partie responsable de la conformité pourraient annuler le droit d'utilisation de l'équipement par l'utilisateur.

Cet équipement a été testé et jugé conforme aux limites pour un appareil numérique de classe B, conformément à l'article 15 de la réglementation de la FCC. Ces limites sont établies pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet équipement génère, utilise et peut émettre une énergie de radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux instructions, peut causer des interférences nuisibles aux communications radio. Cependant, il n'y a aucune garantie que des interférences ne se produiront pas dans une installation particulière.

Si cet équipement provoque des interférences nuisibles à la réception de la radio ou de la télévision, ce qui peut être déterminé en éteignant et en allumant l'équipement, l'utilisateur est encouragé à essayer de corriger les interférences en prenant une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne de réception.
- Augmenter la distance entre l'équipement et le récepteur.
- Brancher l'équipement dans une prise sur un circuit différent de celui auquel le récepteur est connecté.
- Consultez le revendeur ou un technicien radio/TV expérimenté pour obtenir de l'aide.

Déclaration de conformité ISDE

Cet appareil contient un ou des émetteurs/récepteurs exempts de licence qui sont conformes aux RSS exemptés de licence d'Innovation, Sciences et Développement économique Canada. Son exploitation est soumise aux deux conditions suivantes :

(1) cet appareil ne doit pas provoquer d'interférences.

(2) cet appareil doit accepter toute interférence, y compris les interférences susceptibles de provoquer un fonctionnement indésirable de l'appareil.

### Directive et déclaration du fabricant : émissions électromagnétiques

**Le Theragun Prime Plus est destiné à être utilisé dans un environnement électromagnétique correspondant à la description ci-dessous. Il appartient au client ou à l'utilisateur du Theragun Prime Plus de s'assurer que cet instrument est bien utilisé dans un tel environnement.**

Test d'émission	Conformité	Environnement électromagnétique : directives
Émissions RF CISPR 11	Groupe 1	Le Theragun Prime Plus peut être utilisé sur tout type de site, y compris les habitations résidentielles et les sites directement raccordés au réseau électrique public à basse tension qui alimente les bâtiments à usage domestique.
Émissions RF CISPR 11	Classe B	
Émissions harmoniques CEI 61000-3-2	Non applicable	
Fluctuations de tension Papillotement CEI 61000-3-3	Non applicable	

# Conseils et déclaration du fabricant au sujet de l'immunité électromagnétique en rapport à tous les ÉQUIPEMENTS et SYSTÈMES

## Directives et déclaration du fabricant : immunité électromagnétique

Le Theragun Prime Plus est destiné à être utilisé dans un environnement électromagnétique correspondant à la description ci-dessous. Il appartient au client ou à l'utilisateur du Theragun Prime Plus de s'assurer que cet instrument est bien utilisé dans un tel environnement.


Test d'immunité	Niveau d'essai CEI 60601	Niveau de conformité	Environnement électromagnétique : directives
Électricité statique décharge (DES)  CEI 61000-4-2	Contact $\pm 8$ kV  $\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV, $\pm 15$ kV air	Contact $\pm 8$ kV  $\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV, $\pm 15$ kV air	Les sols doivent être en bois, en béton ou en carreaux de céramique. Si les sols sont recouverts d'un matériau synthétique, l'humidité relative doit être d'au moins 30 %.
Électricité statique Transitoire/surcharge  CEI 61000-4-4	$\pm 2$ kV pour l'alimentation lignes d'approvisionnement  $\pm 1$ kV pour les lignes d'entrée/sortie	N/A	La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement commercial ou domestique type.
Surcharge  CEI 61000-4-5	$\pm 1$ kV mode différentiel  $\pm 2$ kV mode commun	N/A	La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement commercial ou domestique type.
Baisses de tension, brèves interruptions et variations de tension sur les lignes d'entrée d'alimentation  CEI 61000-4-11	0 % UT ; 0,5 cycle g) A 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° et 315°.  0 % UT ; 1 cycle et 70 % UT ; 25/30 cycles Monophasé : à 0°  0 % UT ; cycle 250/300	N/A	La qualité de l'alimentation secteur doit être celle d'un environnement commercial ou domestique typique. Pour les utilisateurs du Theragun Prime Plus qui ont besoin de maintenir leur instrument en fonctionnement pendant les coupures de courant affectant leur réseau, il est conseillé de recourir à un onduleur ou à un générateur comme source d'alimentation.
Fréquence d'alimentation (50/60 Hz) champ magnétique  CEI 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Les champs magnétiques de fréquence industrielle doivent être à des niveaux caractéristiques d'un emplacement typique dans un environnement commercial ou domestique type.

REMARQUE UT est la tension secteur CA avant l'application du niveau de test.

# Conseils et déclaration du fabricant au sujet de l'immunité électromagnétique de l'ÉQUIPEMENT et du SYSTÈME

## Directives et déclaration du fabricant : immunité électromagnétique

Le Theragun Prime Plus est destiné à être utilisé dans un environnement électromagnétique correspondant à la description ci-dessous. Il appartient au client ou à l'utilisateur du Theragun Prime Plus de s'assurer que cet instrument est bien utilisé dans un tel environnement.

Test d'immunité	Niveau d'essai CEI 60601	Niveau de conformité	Environnement électromagnétique : directives
RF par conduction CEI 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz à 80 MHz	N/A	N'utilisez pas d'équipements de communication radio mobiles trop près d'une partie quelconque du Theragun Prime Plus, câbles compris. La distance minimale de séparation recommandée est calculable à partir de l'équation pertinente pour la fréquence de l'émetteur concerné.  Distance d'éloignement recommandée $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
RF rayonnée CEI 61000-4-3	10 V/m 80 MHz à 2,7 GHz  385 MHz-5785 MHz Spécifications de test concernant l'immunité des ports du boîtier aux équipements de communication sans fil RF (Reportez-vous au tableau 9 de la norme IEC 60601-1-2:2014)	10 V/m 80 MHz à 2,7 GHz  385 MHz-5785 MHz Spécifications de test concernant l'immunité des ports du boîtier aux équipements de communication sans fil RF (Reportez-vous au tableau 9 de la norme IEC 60601-1-2:2014)	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$ 80 MHz to 800 MHz $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$ 800 MHz to 2.7 GHz  p représente la puissance nominale maximale de sortie de l'émetteur, en watts (W), spécifiée par le fabricant de l'émetteur ; d représente la distance de séparation recommandée, en mètres (m).b  Les émetteurs radio fixes doivent produire une intensité de champ inférieure au seuil de compatibilité pour chaque plage de fréquences. Ces intensités sont à déterminer par une étude électromagnétique sur le site concerné.a  Des interférences peuvent se produire à proximité de l'équipement marqué du symbole suivant :  

REMARQUE 1 À 80 MHz et 800 MHz, la plage de fréquences la plus élevée s'applique.

REMARQUE 2 Ces directives peuvent ne pas s'appliquer à toutes les situations. L'électromagnétisme est affecté par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.

a Les bandes ISM (industrielles, scientifiques et médicales) comprises entre 150 kHz et 80 MHz sont de 6,765 MHz à 6,795 MHz ; 13,553 MHz à 13,567 MHz ; 26,957 MHz à 27,283 MHz et 40,66 MHz à 40,70 MHz. Les bandes radio amateur entre 0,15 MHz et 80 MHz sont de 1,8 MHz à 2,0 MHz, 3,5 MHz à 4,0 MHz, 5,3 MHz à 5,4 MHz, 7 MHz à 7,3 MHz, 10,1 MHz à 10,15 MHz, 14 MHz à 14,2 MHz, 18,07 MHz à 18,17 MHz, 21,0 MHz à 21,4 MHz, 24,89 MHz à 24,99 MHz, 28,0 MHz à 29,7 MHz et 50,0 MHz à 54,0 MHz.

Théoriquement, il n'est pas possible de prédire avec précision l'intensité du champ d'un émetteur fixe, comme une station radio de base (pour la téléphonie sans fil, les radios mobiles terrestres et les radioamateurs), une station de radiodiffusion AM ou FM ou une station de télédiffusion. Pour analyser les effets des émetteurs radio fixes sur l'environnement électromagnétique d'un site, une étude électromagnétique du site est à envisager. Si le Theragun Prime Plus est utilisé à un endroit où l'intensité mesurée du champ dépasse le seuil de compatibilité radio pertinent ci-dessus, il convient de surveiller le Theragun Prime Plus pour vérifier qu'il fonctionne normalement. Si un fonctionnement anormal est constaté, il peut être nécessaire de prendre certaines mesures, comme orienter le Theragun Prime Plus dans une autre direction ou l'utiliser à un autre endroit.

c Sur la plage de fréquences 150 kHz à 80 MHz, les valeurs de champ doivent être inférieures à 3V/m.

## Distances de séparation recommandées entre l'équipement de communication RF portable et mobile et l'EQUIPEMENT ou SYSTÈME

### Distance d'éloignement recommandée entre les équipements de communication radio mobiles et le Theragun Prime Plus

Le Theragun Prime Plus est destiné à être utilisé dans un environnement électromagnétique où les perturbations dues aux émetteurs radio sont maîtrisées. Nos clients et les utilisateurs du Theragun Prime Plus peuvent contribuer à prévenir les interférences électromagnétiques. Pour ce faire, il convient de maintenir une distance minimale entre les équipements de communication radio portables et mobiles (les émetteurs) et le Theragun Prime Plus. Suivez les recommandations ci-dessous, en fonction de la puissance maximale de sortie de l'équipement de communication concerné.

### Distance d'éloignement en fonction de la fréquence de l'émetteur (m)

Sortie maximale nominale de l'émetteur mec.	150 kHz à 80 MHz en dehors des bandes ISM et $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	150 kHz à 80 MHz dans les bandes ISM et $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	80 MHz à 800 MHz $d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	800 MHz à 2,7 GHz $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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

Pour les émetteurs dont la puissance de sortie nominale maximale n'est pas indiquée ci-dessus, la distance d'éloignement recommandée en mètres (m) peut être estimée à l'aide de l'équation applicable à la fréquence de l'émetteur, où P est la puissance de sortie nominale maximale de l'émetteur en watts (W) selon le fabricant de l'émetteur.

REMARQUE 1 : À 80 MHz et 800 MHz, la distance d'éloignement pour la plage de fréquence la plus élevée s'applique.

REMARQUE 2 : Ces directives peuvent ne pas s'appliquer à toutes les situations. La propagation électromagnétique est affectée par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.

# Sperimenta un recupero perfezionato con Theragun Prime Plus

## Scopri le testine



### Massaggio riscaldante a percussione:

massaggio completo del corpo con il calore per sciogliere i muscoli rigidi e accelerare il recupero



### Dampener:

usala su aree delicate o sensibili, per alleviare fastidi e dolori



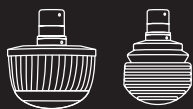
### Standard Ball:

massaggia tutto il corpo e riduci la tensione



### Wedge:

per scraping e flushing di scapole o bandellette ileo-tibiali



**Effettua un upgrade del tuo dispositivo con ancora più trattamenti, per creare una routine di recupero specifica per le tue esigenze personali.**

Prova la testina per la terapia del freddo, progettata per trattare le lesioni e ridurre l'infiammazione e la testina per la terapia a vibrazione progettata per trattare le articolazioni doloranti e le aree sensibili (entrambe vendute separatamente).



**Ottieni il massimo dai tuoi trattamenti con l'app Therabody.**

Utilizza la connettività Bluetooth per controllare la velocità del dispositivo, monitorare la forza del massaggio ed esplorare la nostra libreria di routine guidate dettagliate, che ti mostrano esattamente quale muscolo trattare, quale testina utilizzare e come afferrare il dispositivo, assicurandoti che ogni trattamento offra i migliori risultati per te.

# Theragun Prime Plus

## 1. Descrizione del prodotto

Prova un recupero di alto livello con Theragun Prime Plus, una potente pistola per massaggio a percussione da 16 mm, potenziata con il calore in un design durevole. La testina riscaldata a percussione tratta in profondità i muscoli con dosi di calore supportate dalla scienza per aiutare a ottimizzare il riscaldamento, ridurre il dolore muscolare, accelerare il recupero e alleviare il dolore più velocemente del solo massaggio a percussione. Ottieni un trattamento efficace in qualsiasi punto del corpo grazie all'impugnatura a triangolo brevettata di facile accesso e alle 3 testine a percussione mirate, che trattano sia i muscoli più grandi che le aree più sensibili. A differenza di altre pistole per massaggi, Theragun Prime Plus è dotato di un motore silenzioso che non si blocca e ti permette di massaggiare anche i nodi più difficili con fino a 18 kg di pressione, senza compromettere la profondità e la velocità. Il trattamento è agevole, con semplici controlli abilitati sul dispositivo e routine guidate nell'app Therabody.

Migliora il recupero con ancora più trattamenti: aggiungi la testina per la terapia a freddo o per quella a vibrazione per creare una routine di recupero specifica per le tue esigenze personali (testina per la terapia a freddo o per la terapia a vibrazione vendute separatamente).

## Usò previsto

La massoterapia a percussione riscaldante di Theragun Prime Plus ha lo scopo di aiutare a ottimizzare il riscaldamento, ridurre il dolore muscolare, accelerare il recupero e alleviare il dolore.

## 1. Contenuto della confezione

- A** Dispositivo Theragun Prime Plus
- B** Testina riscaldata a percussione
- C** Tre testine a percussione (Dampener, Standard Ball, Wedge)
- D** Cavo di ricarica USB-C
- E** Custodia da viaggio
- V** Manuale di istruzioni

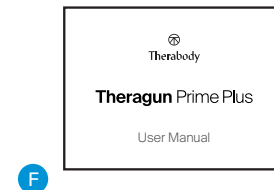
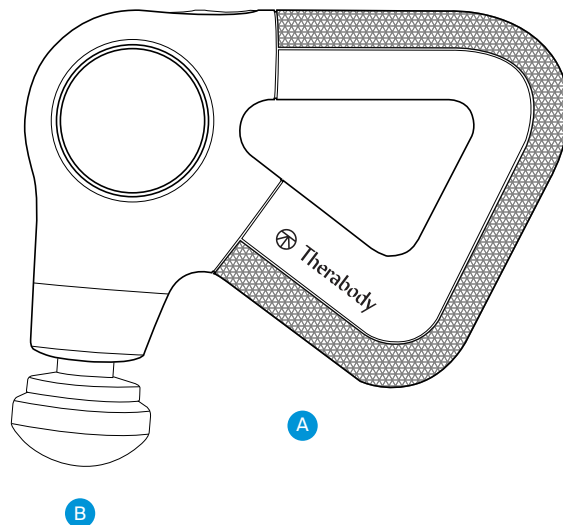
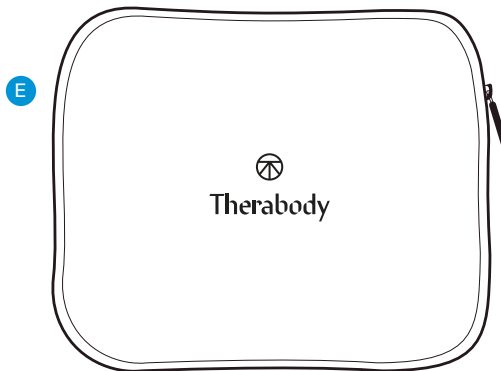
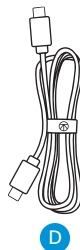
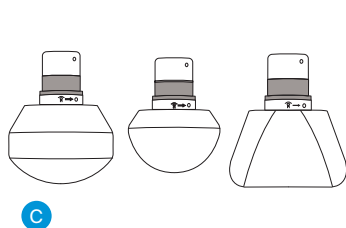
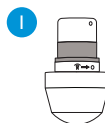
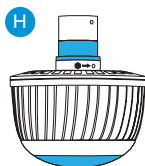


Figura 1. Contenuto della confezione:

## Testine vendute separatamente

IT

- G** Testina per vibrazione
- H** Testina Cold
- I** Testina Thumb
- J** Testina Micro-point



## 3. Introduzione al dispositivo

- 1** Pannello di controllo a due pulsanti facile da usare
  - a** Pulsante di alimentazione e velocità (5 indicatori di velocità LED)
  - b** Pulsante di intensità (3 indicatori di intensità LED)
- 2** Impugnatura triangolare multi-grip brevettata
- 3** Porta USB-C
- 4** Testine riscaldanti e a percussione intercambiabili

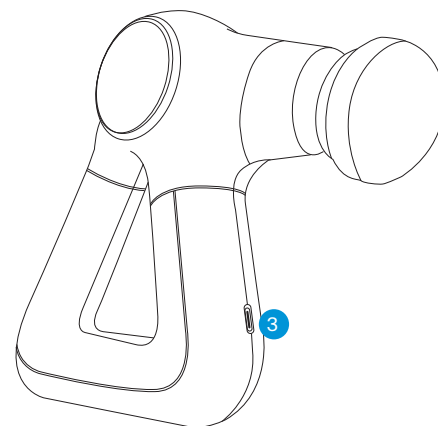
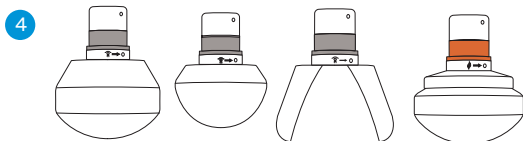
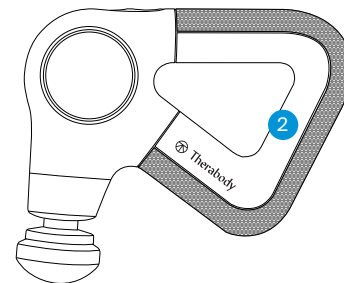
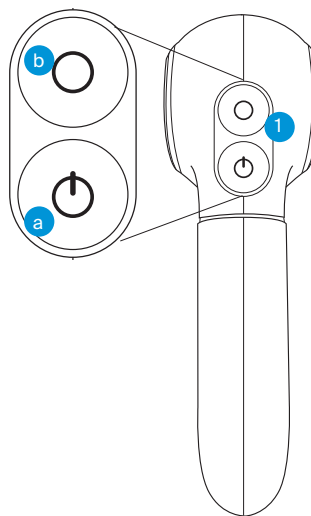


Figura 2. Schema corrispondente del dispositivo

1. Scarica l'app Therabody dall'App Store o dal Play Store.
2. Segui le istruzioni nell'app per creare un nuovo account e verificare la tua e-mail.
3. Dopo aver effettuato l'accesso, segui i passaggi di onboarding per connettere Theragun Prime Plus all'app. Assicurati che le impostazioni Bluetooth siano abilitate per il tuo telefono.
4. Seleziona "Theragun Prime Plus" come dispositivo Therabody quando richiesto.
5. Premi e tieni premuto il pulsante di alimentazione sul Theragun Prime Plus per accenderlo. Theragun Prime Plus deve essere acceso per essere individuato e associato all'app.
6. Tocca "Associa dispositivo" e seleziona Theragun Prime Plus per confermare il dispositivo e la connessione dell'app.
7. L'app Therabody consente di controllare la velocità del dispositivo, monitorare la forza del massaggio, imparare il modo migliore di usare ogni terapia e ricevere suggerimenti di routine che mostrano esattamente quale muscolo trattare, quale testina usare e come impugnare il dispositivo.

## 4. Uso del dispositivo

1. Accendi il dispositivo. Infilare la mano nell'impugnatura a triangolo Theragun dal design ergonomico. Premi e tieni premuto il pulsante di alimentazione per accendere il Theragun Prime Plus. I LED del dispositivo si accendono quando il dispositivo è acceso.
2. Seleziona una velocità di trattamento a percussione. Premi il pulsante di alimentazione per scorrere tra le cinque opzioni di velocità del trattamento. Ogni luce LED si illumina per indicare l'intensità della velocità di trattamento, con un LED bianco illuminato alla velocità più bassa e 5 LED illuminati alla velocità massima.
3. Uso del dispositivo. Sposta il dispositivo sulle aree da trattare, applicando gradualmente una pressione da lieve a moderata, se necessario.
4. Usa la testina a percussione riscaldata. Collega la testina riscaldante, accendi il dispositivo e seleziona la velocità desiderata come indicato sopra. Premi il pulsante dell'intensità per regolare la temperatura del calore. Ognuna delle tre luci LED si illumina per indicare l'intensità della temperatura di trattamento, con un LED arancione illuminato a bassa temperatura, due a calore medio e tre a calore elevato. Per utilizzare il calore senza la terapia a percussione, continua a premere il pulsante di alimentazione per scorrere tra le opzioni di velocità. Dopo aver raggiunto la velocità massima, la terapia a percussione si disattiva.
5. Testina per la terapia del freddo (venduta separatamente). Collega la testina del freddo e accendi il dispositivo come indicato sopra. Tieni presente che la percussione è disattivata durante il trattamento a freddo. Premi il pulsante dell'intensità per regolare la temperatura del freddo. Ognuna delle tre luci LED si illumina per indicare l'intensità della temperatura di trattamento, con un LED blu illuminato a bassa intensità, due a media intensità e tre ad alta intensità.
6. Usa la testina per la terapia a vibrazione (venduta separatamente). Collega la testina per la terapia a vibrazione e accendi il dispositivo come indicato sopra. Si ricorda che la percussione è disabilitata durante il trattamento a vibrazione. Premi il pulsante dell'intensità per regolare l'intensità della vibrazione. Ognuna delle tre luci LED si illumina per indicare l'intensità delle vibrazioni del trattamento, con un LED verde illuminato a bassa intensità, due a media intensità e tre ad alta intensità.
7. Blocco del dispositivo. Quando non viene utilizzato o durante il trasporto, blocca il dispositivo per evitare che la batteria si scarichi o che si accenda accidentalmente. Premi rapidamente il pulsante di alimentazione tre volte per avviare la funzione di blocco. Premi rapidamente di nuovo il pulsante di alimentazione tre volte per sbloccare.
8. Spegni il dispositivo. Premi e tieni premuto il pulsante di alimentazione per accendere il dispositivo.

## Spegnimento automatico

IT

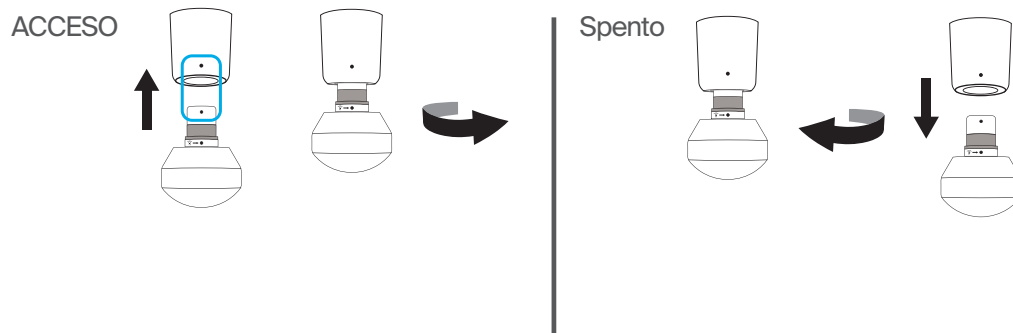
Il dispositivo si spegne automaticamente nei seguenti casi:

1. Se il dispositivo non viene utilizzato dopo aver premuto il pulsante di alimentazione per controllare il livello della batteria, si spegne in 5 minuti.
2. Se l'app è connessa ma il dispositivo non è acceso, si spegne dopo 10 minuti.
3. Quando la batteria del dispositivo è scarica, l'indicatore LED del dispositivo lampeggia in arancione e poi si spegne.
4. Se il dispositivo rimane acceso con il solo calore per più di 1 ora, si spegne.

## Per collegare le testine

1. Assicurati che il dispositivo sia spento prima di collegare o rimuovere le testine.
2. Inserisci la testina nel braccio del dispositivo, ruotala e bloccala in posizione.
3. Per sbloccare e rimuovere la testina, ruotala nella direzione opposta ed estraila.
4. Avvertenza: non mettere le dita tra la testina e l'estremità del braccio, in quanto ciò potrebbe causare pizzicamento o lesioni.

\*Le testine possono essere utilizzate su altri modelli Theragun Plus.



## Utilizzo delle testine

Il dispositivo è dotato di quattro testine di alta qualità progettate per un trattamento più personalizzato. Le testine per la terapia a percussione e le testine Dampener, Standard Ball e Wedge sono comode e igieniche e non assorbono sudore, lozione o oli.

ATTACCO	GRUPPO MUSCOLARE	USO PREVISTO
Dampener	Per le aree delicate o sensibili e per uso complessivo	Utilizza la testina Dampener per un massaggio completo del corpo rilassante deciso, ma più morbido. La testina Dampener è stata progettata specificamente per un uso generale e rappresenta un trattamento a basso impatto intorno a zone tenere o ossee. La sua ampia base massimizza l'area di superficie per un contatto maggiore e più efficiente con il corpo.
Standard Ball	Per gruppi muscolari grandi e piccoli	Utilizza la testina Standard Ball per un massaggio su tutto il corpo. La testina Standard Ball è progettata specificamente per l'uso complessivo su gruppi muscolari grandi e piccoli. Con una forma più piccola e un livello di impatto maggiore rispetto a Dampener, è un'opzione più decisa per un uso complessivo ed è la testina preferita per la tensione.
Wedge	Per scapole e bandellette ileotibiali	Riscalda i muscoli e migliora la flessibilità con la testina Wedge. Progettata in modo esclusivo per l'uso sulle scapole e sulle bandellette ileotibiali, la testina Wedge viene utilizzata per eseguire movimenti di "scraping" e "flushing", rispecchiando le tecniche comunemente utilizzate nei massaggi sportivi.
Riscaldante a percussione	Per i muscoli	Allenta la rigidità muscolare e accelera il recupero. Usa la testina per la terapia del calore per sciogliere i muscoli rigidi prima di un allenamento o dopo un allenamento per accelerare il recupero muscolare.
Cold (venduta separatamente)	Per articolazioni e muscoli	Riduci l'infiammazione, il dolore e il gonfiore. Usa la testina per la terapia del freddo per alleviare il gonfiore e ridurre l'infiammazione.
Vibrazione (venduta separatamente)	Per le articolazioni e le aree ossee	Rilassa il dolore articolare e tratta le aree sensibili. Usa la testina per la terapia a vibrazione per alleviare il dolore alle articolazioni e trattare le zone ossee. La testina per la terapia a vibrazione aumenta la circolazione per trattare le zone sensibili.
Thumb (venduta separatamente)	Terapia per i trigger point e la zona lombare	Allevia il dolore con la testina Thumb con punti ad alta pressione. Progettata specificamente per imitare un pollice umano, usa questa testina per la terapia dei punti sulla zona lombare. Usa Thumb nelle zone in cui potresti usare il pollice per alleviare il dolore.
Micro-point (venduta separatamente)	Per una stimolazione più intensa	Aumenta la circolazione con la testina Micro-Point. La testina Micro-Point offre un trattamento altamente mirato e aumenta la stimolazione e la circolazione per ogni area di trattamento.

## 6. Cura, pulizia e ricarica

IT

### Manutenzione del dispositivo

Le seguenti istruzioni di manutenzione sono importanti per garantire che il dispositivo continui a funzionare come è stato progettato. La mancata osservanza di queste istruzioni può provocare il mancato funzionamento del dispositivo.

### Pulizia del Dispositivo

Leggi attentamente le seguenti istruzioni prima di pulire il dispositivo per garantire la longevità del dispositivo e dei suoi componenti.

1. Ispezionare visivamente il dispositivo per individuare eventuali segni evidenti di accumulo di detriti.
2. Pulisci il dispositivo con un panno umido non abrasivo e privo di lanugine o una salvietta detergente senza alcool.
3. Asciuga il dispositivo con un panno non abrasivo e privo di pelucchi.
4. Dopo la pulizia, lascia asciugare accuratamente il dispositivo prima di riporlo o di iniziare un altro trattamento. Il dispositivo NON è impermeabile o lavabile in lavatrice. Non lasciare penetrare nel prodotto liquidi o acqua in eccesso.
5. Un dispositivo pulito correttamente non deve avere segni visibili di detriti o umidità.

Nota: questo prodotto non è impermeabile. Pulisci il dispositivo solo con un panno umido o una salvietta detergente senza alcool. Non immergere il dispositivo in acqua e non pulirlo sotto l'acqua corrente. Evita che il dispositivo entri in contatto con soluzioni corrosive, che possono danneggiarne l'aspetto e il funzionamento.

### QuietForce Solution

Assicurati che il tuo dispositivo funzioni sempre in modo ottimale con la soluzione QuietForce. Se utilizzi il dispositivo quotidianamente, la soluzione dovrebbe essere applicata ogni quattro mesi. Ricambi disponibili su [therabody.com](http://therabody.com)

1. Rimuovi la testina da Theragun
2. Taglia la punta del flacone della soluzione QuietForce
3. Estendi delicatamente il pistone del braccio del dispositivo
4. Applica 3-4 gocce di soluzione, assicurandoti di coprire l'intera circonferenza
5. Accendi Theragun e lascialo in funzione per 10 secondi

### Ricarica del dispositivo

1. Il dispositivo è abilitato USB-C ed è dotato di un cavo di ricarica. Prima della ricarica, assicurati che il dispositivo sia spento.
2. Collega un'estremità del cavo di ricarica alla porta di ricarica USB-C del dispositivo. La porta si trova sull'impugnatura del dispositivo. Collega l'altra estremità del cavo di ricarica a un alimentatore.
3. Il pulsante di alimentazione ha una luce LED che indica lo stato della batteria quando il dispositivo è acceso o in carica. Accendi il dispositivo o premi il pulsante di alimentazione per controllare lo stato della batteria.
  - Arancione (lampeggia e poi si spegne): batteria assente
  - Arancione (lampeggiante): batteria molto scarica
  - Arancione: batteria scarica
  - Blu: batteria carica al 50%
  - Verde: batteria quasi carica
4. L'autonomia della batteria del dispositivo è fino a 120 minuti, a seconda della testina e dell'intensità del trattamento utilizzati.

\*\*Nota: se utilizzi un caricabatteria di terzi, accertati che provenga da un produttore certificato e che non abbia subito danni strutturali.

### Conservazione e trasporto del dispositivo

Per conservare e trasportare il dispositivo, tieni il dispositivo nella sua custodia da viaggio. Conserva il dispositivo in un luogo fresco e asciutto (temperatura: 0° C/32 °F - 40 °C/104 °F, umidità relativa: 10~95% RH). Non conservare il dispositivo in luoghi dove le temperature possono superare 40 °C/104 °F, come, ad esempio, alla luce diretta del sole o in un veicolo.

SITUAZIONE	CODICE DI ERRORE VISUALIZZATO	POTENZIALI CAUSE	POSSIBILI SOLUZIONI
Senza energia	Il LED del pulsante di alimentazione lampeggia in arancione, blu e verde.	La batteria si è surriscaldata durante la ricarica o l'uso.	Assicurati che il prodotto sia spento, rimuovi il prodotto dal caricabatteria e lascialo riposare per 60 minuti. Se questo non funziona, contatta Therabody.
Senza energia	Le 5 luci LED bianche lampeggiano 5 volte, quindi si spengono.	Il motore si è surriscaldato.	Assicurati che il prodotto sia spento e lascialo riposare per 60 minuti. Se questo non funziona, contatta Therabody.
La percussione funziona, ma la testina riscaldata non produce calore.	Le 3 luci LED arancioni lampeggiano 5 volte, quindi si spengono.	La testina riscaldata si è surriscaldata o si è verificato un altro errore.	Assicurati che il prodotto sia spento e lascialo riposare per 60 minuti. Se questo non funziona, contatta Therabody.
L'alimentazione è accesa, ma la testina per la terapia del freddo non ha alcuna funzione.	Le 3 luci LED blu lampeggiano 5 volte, quindi si spengono.	La testina per la terapia del freddo si è surriscaldata o si è verificato un altro errore.	Assicurati che il prodotto sia spento e lascialo riposare per 60 minuti. Se questo non funziona, contatta Therabody.
L'alimentazione è accesa, ma la testina a vibrazione non ha alcuna funzione.	Le 3 luci LED verdi lampeggiano 5 volte, quindi si spengono.	La testina a vibrazione si è surriscaldata o si è verificato un altro errore.	Assicurati che il prodotto sia spento e lascialo riposare per 60 minuti. Se questo non funziona, contatta Therabody.
Il dispositivo si spegne automaticamente	Nessuno	1. Il livello della batteria è basso 2. Non si accende comunque	1. Carica la batteria 2. Contatta Therabody
Il dispositivo non si accende	Nessuno	1. Il livello della batteria è basso 2. Non si accende comunque	1. Carica la batteria 2. Contatta Therabody
Il dispositivo si spegne a metà trattamento o il motore a vibrazione non si accende	Nessuno	1. Controlla e ricarica le batterie 2. Il motore o il collegamento è stato danneggiato	Prova a caricare completamente il dispositivo, a rimuovere il cavo di ricarica e a premere il pulsante di alimentazione per 3 secondi. Se il problema persiste, contatta Therabody
Impossibile caricare la batteria	Nessuno	1. La temperatura ambiente è troppo alta o troppo bassa 2. Possibile batteria difettosa 3. Cavo di ricarica difettoso	1. Carica il dispositivo quando la temperatura ambiente è compresa tra 5 °C e 35 °C 2. Prova a utilizzare un cavo USB-C e un adattatore diversi 3. Contatta Therabody

# Avvertenze e linee guida Theragun Prime Plus (Precauzioni e Controindicazioni)

IT

## Informazioni generali

I prodotti Therabody sono concepiti per favorire la naturale capacità del corpo di raggiungere la salute e il benessere. Grazie alla scienza e alla tecnologia, la gamma di prodotti Therabody consente alle persone di accedere ai benefici terapeutici di svariati fenomeni naturali per soddisfare le loro esigenze e le loro preferenze. In alcuni casi si consiglia di modificare il modo in cui vengono utilizzati i dispositivi (precauzioni) o non è appropriato utilizzare determinati dispositivi (controindicazioni). Prima dell'uso, leggere attentamente le seguenti informazioni sulla sicurezza del dispositivo.

## Informazioni importanti sulla sicurezza

### Uso generale del dispositivo

Il presente dispositivo è destinato all'uso da parte di soggetti che godono di buona salute. Questo dispositivo è controindicato e non deve essere utilizzato da o su persone con una storia di epilessia, convulsioni o cardiopatia.

Il dispositivo non è consigliato a persone che abbiano un dispositivo elettronico impiantato (come un pacemaker), aritmie cardiache, tumori o episodi acuti di malattie infiammatorie. Il dispositivo non è consigliato a chi soffre di arteriosclerosi, trombosi o ha impianti nella regione corporea oggetto di trattamento. Il dispositivo non deve essere utilizzato se sull'area da trattare sono presenti macchie scure o nere, come grandi lentiggini, voglie, nei o verruche. Il dispositivo non è consigliato in caso di eczema, psoriasi, lesioni, ferite aperte o infezioni attive diverse dall'acne lieve o moderata, come l'herpes labiale, nell'area da trattare. Attendere che l'area infetta guarisca prima di utilizzare il dispositivo. Il dispositivo non deve essere utilizzato in caso di condizioni cutanee anomale causate da diabete o altre malattie sistemiche o metaboliche. Se, in passato, si sono manifestati focolai di herpes nell'area del trattamento, l'uso del dispositivo è sconsigliato a meno che non sia stato consultato un medico e non si sia ricevuto un trattamento preventivo.

In caso di gravidanza e/o allattamento, consultare il medico prima di utilizzare il dispositivo. **Interrompere immediatamente l'uso del dispositivo al primo segnale di disagio. In caso di perplessità di ordine medico, consultare il medico prima di utilizzare il dispositivo.**

## Sicurezza, precauzioni e controindicazioni

### Terapie specifiche

Queste raccomandazioni derivano dalla consultazione di esperti medici e da ricerche pubblicate sulle precauzioni e controindicazioni alla data di stampa. Per informazioni aggiornate, visitare il sito <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>.

### Precauzioni:

In queste circostanze si deve prestare la dovuta attenzione e potrebbe essere necessario modificare l'uso del dispositivo. Consultare un medico nel caso in cui si abbia o si sospetti di avere, al momento attuale, una delle seguenti condizioni o in caso di dubbi.

- Ipertensione (controllata)
- Osteopenia
- Osteoporosi
- Gravidanza
- Diabete
- Vene varicose
- Protuberanze o zone ossee
- Sensazioni anomale (ad es. intorpidimento)
- Sensibilità alla pressione
- Lesione o intervento chirurgico recenti
- Scoliosi o deformità spinale
- Farmaci che possono alterare le sensazioni del paziente

### Controindicazioni:

Di seguito sono elencate le circostanze in cui i potenziali rischi possono superare i benefici. Consultare un medico prima dell'uso.

- Eruzione cutanea, ferite aperte, vesciche, infiammazione dei tessuti locali, lividi o tumori
- Trombosi venosa profonda, osteomielite
- Frattura ossea o miosite ossificante
- Ipertensione (non controllata)
- Malattia cardiaca, epatica o renale acuta o grave
- Condizioni neurologiche con conseguente perdita o alterazione della sensibilità
- Applicazione diretta su viso, gola o genitali
- Disturbi emorragici
- Recente intervento chirurgico o lesione
- Disturbi del tessuto connettivo
- Insufficienza vascolare periferica o malattia
- Farmaci che fluidificano il sangue o alterano le sensazioni
- Pressione diretta sul sito chirurgico o su altro dispositivo
- Pressione diretta sugli occhi o sulla gola
- Estrema sensazione di fastidio o dolore avvertita dall'utente
- Grave scoliosi o deformità spinale
- Pacemaker, ICD o anamnesi di embolia
- Allergia al materiale del dispositivo: plastica, silicone, alluminio, acciaio inossidabile, lega di rame, vernice

### Garanzia limitata e servizio clienti

Per informazioni dettagliate sulla garanzia, si prega di visitare il sito [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty). Ai clienti che necessitano di assistenza per il prodotto si consiglia di visitare <https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> per i metodi di contatto disponibili.

### Registrato FDA

Garanzia limitata solo a fronte di acquisto presso un rivenditore autorizzato

© 2024 Therabody, Inc. Tutti i diritti riservati.

Brevetti su [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

### Produttore/Distributore:

Therabody, Inc.  
1640 S Sepulveda, Suite 300  
Los Angeles, CA 90025

### Importatori:

Therabody International Limited  
5° piano, 40 Mespil Road,  
D04C2N4 Dublino, Irlanda

### Therabody UK Limited

Portsoken House 155-157  
The Minorities, Londra,  
Regno Unito, EC3N1LJ

# AVVERTENZE SUL DISPOSITIVO

PRIMA DI UTILIZZARE O CARICARE IL DISPOSITIVO E I SUOI ACCESSORI, LEGGERE TUTTE LE ISTRUZIONI E LE AVVERTENZE CONTENUTE IN QUESTO MANUALE, SUL CARICABATTERIA E SUL DISPOSITIVO.

Durante l'uso del dispositivo, è necessario osservare le seguenti precauzioni fondamentali:








1. **USARE SOLO COME INDICATO.** Utilizzare il dispositivo solo come descritto nel Manuale dell'utente del dispositivo. Il dispositivo è destinato all'uso da banco. Questo dispositivo non ha lo scopo di diagnosticare, curare o prevenire malattie. Usare solo gli accessori e le parti di ricambio consigliati da Therabody. Si tratta di uno strumento meccanico avanzato dotato di componenti elettrici. Se il dispositivo e gli accessori non vengono usati o conservati correttamente, sussiste il rischio di incendio, scosse elettriche o lesioni. Se non si utilizzano il dispositivo e gli accessori corrispondenti e non se ne effettua la manutenzione secondo le istruzioni riportate in questo manuale, la garanzia risulterà invalidata e potrebbero verificarsi danni al prodotto o lesioni fisiche. Il dispositivo è destinato a uso commerciale e domestico.
2. **NON ADATTO AI BAMBINI.** Il dispositivo non è destinato all'uso da parte di bambini o persone con capacità fisiche, sensoriali o intellettive ridotte, ovvero prive di esperienza e conoscenze, a meno che non si trovino sotto la supervisione o il controllo di una persona responsabile. Il dispositivo non è un giocattolo. Non giocare con il dispositivo, non piegare né tirare i componenti elettrici. Avvisare i bambini di non giocare con il dispositivo o gli accessori. L'uso del dispositivo da parte di minori di 18 anni deve avvenire sotto la supervisione di un adulto.
3. **RICARICA.** Se il dispositivo non si accende o se l'indicatore della batteria segnala un livello di carica basso, ricaricare il dispositivo prima di utilizzarlo per la prima volta. Caricare la batteria con il cavo USB-C (incluso). Quando si usa il cavo di ricarica (incluso), assicurarsi che il connettore USB-C sia completamente inserito in un alimentatore compatibile prima di collegare l'adattatore a una presa di corrente. È inoltre possibile caricare la batteria con cavi di terze parti conformi a USB-C, alle normative nazionali vigenti e agli standard di sicurezza internazionali e regionali. Altri adattatori potrebbero non soddisfare gli standard di sicurezza applicabili e la ricarica con tali adattatori potrebbe comportare il rischio di morte o lesioni. Non forzare il cavo in posizione. Caricare completamente il dispositivo almeno una volta ogni sei mesi per evitare danni al dispositivo e alla batteria. Scollegare l'alimentatore e il cavo di ricarica quando non sono in uso.
4. **NON SOVRACCARICARE.** Non lasciare il dispositivo collegato all'alimentatore per più di un'ora dopo il completamento della ricarica. La batteria è dotata di un sistema di protezione che evita il rischio di sovraccarico. Tuttavia, il sovraccarico può ridurre la durata nel tempo.
5. **AMBIENTI DI RICARICA.** Caricare il dispositivo con un alimentatore e un cavo di ricarica. Evitare il contatto con la pelle quando l'USB-C è collegata a una fonte di alimentazione in quanto potrebbe causare disagio o lesioni. Non dormire o sedersi sul connettore USB-C. Il dispositivo deve essere caricato all'interno, in luoghi ben ventilati e asciutti. Non caricare il dispositivo all'esterno, in bagno o entro 3,1 metri (10 piedi) da vasche o piscine. Non usare il dispositivo o il caricabatteria su superfici bagnate e non esporre il caricabatteria a umidità, pioggia o neve. Non usare il dispositivo o il caricabatteria compatibile in presenza di atmosfere esplosive (fumi gassosi, polvere, grano, polveri metalliche o materiali infiammabili). Potrebbero generarsi scintille e, di conseguenza, incendi.
6. **SCOLLEGAMENTO E CURA DEL CARICABATTERIA.** Tirare la spina, non il cavo, al fine di ridurre il rischio di danni a spina e cavo. Non trasportare mai il caricabatteria prendendolo per il cavo. Tenere lontano il cavo da calore, olio e spigoli. Non tirare il cavo del caricabatteria, né sottoporlo a sforzi. Non toccare il caricabatteria, i terminali o il dispositivo con le mani bagnate. Scollegare sempre il dispositivo dalla presa elettrica subito dopo l'uso e prima della pulizia. Conservare il cavo per assicurarsi di non calpestarlo, inciampare o provocare danni o sollecitazioni. Non utilizzare un alimentatore o un cavo di ricarica che abbia subito un urto violento, sia caduto, sia stato calpestato o danneggiato in qualsiasi modo. Se il dispositivo viene riposto per un lungo periodo, la batteria deve essere interamente carica.
7. **UTILIZZO.** Interrompere l'uso del dispositivo se si avverte dolore o disagio. Se in qualsiasi momento durante il trattamento si avverte dolore o disagio, interrompere immediatamente il trattamento. Interrompere l'uso del dispositivo se si surriscalda o se diventa insopportabilmente caldo. Non mettere le dita tra la testina e l'estremità del braccio, in quanto ciò potrebbe causare pizzicamento e lesioni.
8. **NON UTILIZZARE SOTTO COPERTE E CUSCINI.** Può verificarsi un surriscaldamento, che può provocare incendi, scosse elettriche o lesioni.
9. **CURA E ASSISTENZA PER IL DISPOSITIVO.** Maneggiare il dispositivo con cura. Il dispositivo contiene componenti elettronici che possono danneggiarsi in caso di caduta, bruciatura, perforazione o schiacciamento. Non smontare il dispositivo o tentare di riparare il dispositivo autonomamente. Lo smontaggio del dispositivo può danneggiarlo e causare lesioni. Se il dispositivo è danneggiato o se si verificano malfunzionamenti, contattare il Servizio clienti Therabody. Se il dispositivo, le batterie o il caricabatteria vengono smontati o se alcune parti vengono rimosse, la garanzia sarà invalidata. Non utilizzare se danneggiati poiché potrebbero causare lesioni. Non forare o danneggiare il dispositivo. Il dispositivo NON è impermeabile. Il dispositivo non è lavabile in lavatrice. Non collocare o riporre il dispositivo dove potrebbe accidentalmente cadere in vasche da bagno o lavandini. Non immergere né far cadere in acqua o altri liquidi. Non tentare di recuperare il dispositivo se cade in acqua o se entra in contatto con essa. Scollegarlo

immediatamente dalla corrente. Pulire il dispositivo secondo le istruzioni riportate nella sezione "Pulizia" nel Manuale utente.

10. **LE SOSTANZE CHIMICHE CONTENUTE NELLE BATTERIE POSSONO PROVOCARE GRAVI USTIONI.** Evitare il contatto tra batteria interna e pelle, occhi e bocca. Se da una batteria danneggiata fuoriescono sostanze chimiche, usare guanti di gomma o di neoprene per lo smaltimento. Se la pelle entra in contatto con liquidi fuoriusciti dalla batteria, lavarsi con acqua e sapone e sciacquare con aceto. Se gli occhi dovessero entrare in contatto con le sostanze chimiche della batteria, sciacquare immediatamente con acqua per 20 minuti e rivolgersi al medico. Rimuovere e smaltire eventuali indumenti contaminati.
11. **NON CAUSARE CORTOCIRCUITI.** La batteria va in cortocircuito se un oggetto metallico crea un collegamento fra i contatti positivi e negativi nella batteria o nel connettore 16 V. Non posizionare la batteria vicino a oggetti che possano provocare cortocircuiti, come monete, chiavi o viti conservate in tasca. Una batteria in cortocircuito può provocare incendi e lesioni personali.
12. **CONSERVAZIONE DEL DISPOSITIVO E DEGLI ACCESSORI.** Conservare in un luogo fresco e asciutto. Caricare il dispositivo solo quando la temperatura ambiente è compresa tra -20-45 °C (-4-113 °F). Non conservare il dispositivo o il cavo di ricarica in luoghi in cui le temperature possono superare i 45 °C (113 °F), ad esempio sotto la luce solare diretta, in un veicolo o in una struttura metallica durante l'estate.
13. **SMALTIMENTO DEL DISPOSITIVO.** Questo dispositivo contiene una batteria agli ioni di litio ed è necessario prestare attenzione durante lo smaltimento del dispositivo. Prima di smaltire il dispositivo, consultare le leggi e i requisiti locali relativi allo smaltimento della batteria agli ioni di litio. Il metodo preferito è riciclare l'intero dispositivo.

## Etichetta e simboli

Le seguenti etichette e simboli compaiono su Theragun Prime Plus: etichettatura

N.	Icona	Descrizione
1		Marchio CE
2		Prima dell'uso, leggere il manuale utente.
3		Raccolta differenziata di rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche. Nota: per ulteriori informazioni sullo smaltimento delle apparecchiature, delle relative parti e accessori, contattare il distributore locale.
4	IP22	Classificazione IP: Il primo numero 2: protetto contro l'accesso a parti pericolose con un dito e il dito di prova snodato di 12 mm Φ, lunghezza 80 mm, deve avere una distanza adeguata dalle parti pericolose, e protetto contro corpi estranei solidi di 12,5 mm Φ e superiore.
5		Marchio RCM
6		Componente di tipo BF
7		Informazioni sul produttore
8	UK CA	Marchio UKCA per il Regno Unito
9		Bluetooth

Questo dispositivo appartiene alle apparecchiature Classe II con componente di tipo BF. È conforme agli standard di sicurezza degli apparecchi elettromedicali (IEC 60601-1).

Questo dispositivo è inoltre conforme allo standard medico EMC (IEC 60601-1-2).

Il dispositivo è stato testato ed è risultato conforme ai limiti di compatibilità elettromagnetica (EMC) per i dispositivi medici secondo IEC 60601-1-2:2014. Questi limiti sono studiati per fornire una protezione ragionevole contro le interferenze dannose in un tipico impianto medicale.

1\* **ATTENZIONE:** evitare l'uso di questa apparecchiatura adiacente o impilata con altre apparecchiature perché potrebbe causare un funzionamento improprio. Se tale uso è necessario, questa e le altre apparecchiature devono essere sottoposte a osservazione per verificare che funzionino normalmente.

2\* **AVVERTENZA:** l'uso di accessori, trasduttori e cavi diversi da quelli specificati o forniti dal produttore di questa apparecchiatura potrebbe comportare un aumento delle emissioni elettromagnetiche o una riduzione dell'immunità elettromagnetica di questa apparecchiatura e comportare un funzionamento improprio.

3\* **AVVERTENZA:** le apparecchiature di comunicazione RF portatili (comprese le periferiche come cavi dell'antenna e antenne esterne) devono essere utilizzate a una distanza non inferiore a 30 cm (12 pollici) da qualsiasi parte dell'APPARECCHIATURA ELETTROMEDICALE, compresi i cavi specificati dal produttore. In caso contrario, potrebbe verificarsi un degrado delle prestazioni dell'apparecchiatura.

Questo dispositivo è conforme alla Parte 15 delle normative FCC. Il funzionamento è soggetto alle seguenti due condizioni: (1) questo dispositivo non può causare interferenze dannose e (2) questo dispositivo deve accettare tutte le interferenze che riceve, comprese quelle che possono provocarne il malfunzionamento.

Eventuali modifiche non espressamente approvate dalla parte responsabile della conformità potrebbero invalidare l'autorizzazione dell'utente a utilizzare l'apparecchiatura.

Questa apparecchiatura è stata collaudata ed è risultata conforme ai limiti per un dispositivo digitale di Classe B, ai sensi della parte 15 delle normative FCC. Questi limiti sono progettati per fornire una protezione ragionevole contro le interferenze dannose in un impianto residenziale. Questa apparecchiatura genera, utilizza e può irradiare energia in radiofrequenza e, se non installata e utilizzata in conformità alle istruzioni, può causare interferenze dannose alle comunicazioni radio. Tuttavia, non vi è alcuna garanzia che non si verifichino interferenze in una particolare installazione.

Se questa apparecchiatura causa interferenze dannose alla ricezione radio o televisiva, che possono essere determinate spegnendo e riaccendendo l'apparecchiatura, si consiglia all'utente di tentare di correggere l'interferenza adottando una o più delle seguenti misure:

-- Riorientare o riposizionare l'antenna ricevente.

-- Aumentare la distanza tra l'apparecchiatura e il ricevitore.

-- Collegare l'apparecchiatura a una presa su un circuito diverso da quello a cui è collegato il ricevitore.

-- Rivolgersi al rivenditore o a un tecnico radio/TV esperto per assistenza.

Dichiarazione di conformità ISED

Questo dispositivo contiene trasmettitore(i)/ricevitore(i) esenti da licenza e conformi allo/agli standard RSS esenti da licenza per lo Sviluppo innovativo, scientifico ed economico. Il funzionamento è soggetto alle due seguenti condizioni:

(1) Questo dispositivo potrebbe non causare interferenze.

(2) Questo dispositivo deve accettare qualsiasi interferenza, incluse le interferenze che possono essere causa di malfunzionamenti del dispositivo stesso.

### Indicazioni e dichiarazione del produttore – Emissioni elettromagnetiche

Theragun Prime Plus è destinato all'uso nell'ambiente elettromagnetico specificato di seguito. Il cliente o l'utente di Theragun Prime Plus deve assicurarsi che venga utilizzato in tale ambiente.

Test delle emissioni	Conformità	Ambiente elettromagnetico: guida
Emissioni RF CISPR 11	Gruppo 1	Theragun Prime Plus utilizza l'energia RF solo per le sue funzioni interne. Le sue emissioni RF sono pertanto molto basse ed è improbabile che causino interferenze con apparecchi elettronici vicini.
Emissioni RF CISPR 11	Classe B	Theragun Prime Plus è adatto all'uso in tutte le strutture, incluse le strutture domestiche e quelle direttamente collegate alla rete pubblica di alimentazione a bassa tensione che rifornisce gli edifici utilizzati per scopi domestici.
Emissioni di correnti armoniche IEC 61000-3-2	Non applicabile	
Fluttuazioni di tensione emissioni di sfarfallio IEC 61000-3-3	Non applicabile	

# Indicazioni e dichiarazione del produttore – Immunità elettromagnetica – per tutte le APPARECCHIATURE e i SISTEMI

## Indicazioni e dichiarazione del produttore – Immunità elettromagnetica

Theragun Prime Plus è destinato all'uso nell'ambiente elettromagnetico specificato di seguito. Il cliente o l'utente di Theragun Prime Plus deve assicurarsi che venga utilizzato in tale ambiente.


Prova di immunità	Livello di prova IEC 60601	Livello di conformità	Ambiente elettromagnetico: guida
Scarica elettrostatica (ESD) IEC 61000-4-2	A contatto $\pm 8$ kV $\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV, $\pm 15$ kV aria	A contatto $\pm 8$ kV $\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV, $\pm 15$ kV aria	I pavimenti devono essere rivestiti in legno, cemento o piastrelle di ceramica. Se i pavimenti sono rivestiti in materiale sintetico, l'umidità relativa deve essere pari almeno al 30%.
Scarica veloci/burst IEC 61000-4-4	$\pm 2$ kV per linee di alimentazione $\pm 1$ kV per linee in ingresso/uscita	N/D	La qualità dell'alimentazione di rete deve essere quella di un tipico ambiente commerciale o domestico.
Sovratensione transitoria IEC 61000-4-5	$\pm 1$ kV modo differenziale $\pm 2$ kV modo comune	N/D	La qualità dell'alimentazione di rete deve essere quella di un tipico ambiente commerciale o domestico.
Cali di tensione, brevi interruzioni e variazioni di tensione sulle linee di alimentazione in ingresso IEC 61000-4-11	0% UT; 0,5 cicli g) A 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° e 315° 0% UT; 1 ciclo e 70% UT; 25/30 cicli Monofase: a 0° 0% UT; 250/300 cicli	N/D	La qualità dell'alimentazione di rete deve essere quella di un tipico ambiente commerciale o domestico. Se l'utente del Theragun Prime Plus necessita di un funzionamento continuo durante le interruzioni della rete elettrica, si consiglia di alimentare il Theragun Prime Plus con un gruppo di continuità o una batteria.
Frequenza di alimentazione (50/60 Hz) campo magnetico IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	I campi magnetici alla frequenza di rete devono essere ai livelli caratteristici di un tipico ambiente commerciale o domestico.

NOTA: UT è la tensione di rete CA prima dell'applicazione del livello di test.

Indicazioni e dichiarazione del produttore: immunità elettromagnetica  
per APPARECCHIATURE e SISTEMA

Indicazioni e dichiarazione del produttore – Immunità elettromagnetica

Theragun Prime Plus è destinato all'uso nell'ambiente elettromagnetico specificato di seguito. Il cliente o l'utente di Theragun Prime Plus deve assicurarsi che venga utilizzato in tale ambiente.

Prova di immunità	Livello di prova IEC 60601	Livello di conformità	Ambiente elettromagnetico: guida
<p>RF condotta IEC 61000-4-6</p>	<p>3 Vrms da 150 kHz a 80 MHz  6 V in bande ISM e radioamatoriali tra 0,15 MHz e 80 MHz</p>	<p>N/D</p>	<p>Gli apparecchi di comunicazione RF portatili e mobili devono essere usati a una distanza da qualsiasi componente del Theragun Prime Plus, inclusi i cavi, non inferiore alla distanza di separazione consigliata, calcolata mediante l'equazione applicabile alla frequenza del trasmettitore.</p> <p>Distanza di separazione consigliata</p> $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
<p>RF irradiata IEC 61000-4-3</p>	<p>10 V/m da 80 MHz a 2,7 GHz  Specifiche del test da 385 MHz a 5.785 MHz per apparecchiature di comunicazione wireless per l'IMMUNITÀ DELL'APERTURA DELL'INVOLUCRO a RF (vedere la tabella 9 di IEC 60601-1-2:2014)</p>	<p>10 V/m da 80 MHz a 2,7 GHz  Specifiche del test da 385 MHz a 5.785 MHz per apparecchiature di comunicazione wireless per l'IMMUNITÀ DELL'APERTURA DELL'INVOLUCRO a RF (vedere la tabella 9 di IEC 60601-1-2:2014)</p>	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz to } 800 \text{ MHz}$ $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 800 \text{ MHz to } 2.7 \text{ GHz}$ <p>dove p è la potenza di uscita massima del trasmettitore in watt (W) secondo il produttore del trasmettitore e d è la distanza di separazione consigliata in metri (m).b</p> <p>Le intensità di campo dei trasmettitori RF fissi, determinate da un'indagine elettromagnetica del sito, a devono essere inferiori al livello di conformità in ciascuna gamma di frequenze.b</p> <p>Possono verificarsi interferenze nelle vicinanze dell'apparecchiatura contrassegnata dal seguente simbolo:</p> 

NOTA 1 A 80 MHz e 800 MHz, si applica la gamma di frequenze più elevata.

NOTA 2 Le presenti linee guida potrebbero non applicarsi in tutte le situazioni. Il campo elettromagnetico è influenzato dall'assorbimento e dalla riflessione di strutture, oggetti e persone.

a Le bande ISM (industriale, scientifica e medicala) tra 150 kHz e 80 MHz vanno da 6,765 MHz a 6,795 MHz; da 13,553 MHz a 13,567 MHz; da 26,957 MHz a 27,283 MHz e da 40,66 MHz a 40,70 MHz. Le bande radioamatoriali tra 0,15 MHz e 80 MHz vanno da 1,8 MHz a 2,0 MHz, da 3,5 MHz a 4,0 MHz, da 5,3 MHz a 5,4 MHz, da 7 MHz a 7,3 MHz, da 10,1 MHz a 10,15 MHz, da 14 MHz a 14,2 MHz, da 18,07 MHz a 18,17 MHz, da 21,0 MHz a 21,4 MHz, da 24,89 MHz a 24,99 MHz, da 28,0 MHz a 29,7 MHz e da 50,0 MHz a 54,0 MHz.

b I punti di forza del campo da trasmettitori fissi, come le stazioni base per radiotelefoni (cellulari/cordless) e radiomobili terrestri, radio amatoriali, trasmissioni radio AM e FM e trasmissioni televisive non possono essere previsti teoricamente con precisione. Per valutare l'ambiente elettromagnetico dovuto a trasmettitori RF fissi, si deve prendere in considerazione un rilevamento elettromagnetico in loco. Se l'intensità del campo misurata nel luogo in cui viene utilizzato Theragun Prime Plus supera il livello di conformità RF applicabile di cui sopra, è necessario osservare Theragun Prime Plus per verificare il normale funzionamento. Qualora si osservino prestazioni anomale, potrebbero essere necessarie ulteriori misure, come il riorientamento o la ricollocazione del Theragun Prime Plus.

c Nella gamma di frequenze da 150 kHz a 80 MHz, le intensità di campo devono essere inferiori a 3 V/m.

## Distanze di separazione raccomandate tra apparecchiature di comunicazione RF portatili e mobili e l'APPARECCHIATURA o il SISTEMA - per APPARECCHIATURA e SISTEMI

Distanze di separazione consigliate apparecchi di comunicazione RF portatili e mobili e il Theragun Prime Plus				
Theragun Prime Plus è destinato all'uso in un ambiente elettromagnetico in cui i disturbi da RF irradiata siano tenuti sotto controllo. Il cliente o l'utente di Theragun Prime Plus può contribuire a prevenire le interferenze elettromagnetiche mantenendo una distanza minima tra le apparecchiature di comunicazione RF portatili e mobili (trasmettitori) e Theragun Prime Plus come raccomandato di seguito, in base alla potenza massima in uscita dell'apparecchiatura di comunicazione				
Distanza di separazione in base alla frequenza del trasmettitore m				
Potenza nominale massima in uscita del trasmettitore W	da 150 kHz a 80 MHz al di fuori delle bande ISM e radio- amatoriali	da 150 kHz a 80 MHz all'interno delle bande ISM e radioamatoriali	da 80 MHz a 800 MHz	da 800 MHz a 2,7 GHz
	$d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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
Per i trasmettitori con potenza massima in uscita non elencata qui sopra, la distanza di separazione d in metri (m) raccomandata può essere stimata utilizzando l'equazione applicabile alla frequenza del trasmettitore, dove P è la potenza nominale massima in uscita del trasmettitore in watt (W) secondo quanto indicato dal produttore del trasmettitore.				
NOTA 1 A 80 MHz e 800 MHz, si applica la distanza di separazione relativa alla gamma di frequenze più elevata.				
NOTA 2 Le presenti linee guida potrebbero non applicarsi in tutte le situazioni. La propagazione elettromagnetica è influenzata dall'assorbimento e dalla riflessione di strutture, oggetti e persone.				

# Disfruta de una recuperación de nivel superior con el Theragun Prime Plus

## Conoce los cabezales



### **Percusivo con calor:**

masaje corporal completo con calor para relajar los músculos agarrotados y acelerar la recuperación



### **Amortiguador:**

para aliviar dolores y molestias en zonas sensibles o delicadas



### **Bola estándar:**

masaje de cuerpo completo para reducir la tensión



### **Cuña:**

para movimientos de raspado, omóplatos o banda iliotibial



## **Mejora tu dispositivo con aún más tratamientos para crear una rutina de recuperación específica para tus necesidades personales.**

Prueba el cabezal de frío diseñado para tratar lesiones y reducir la inflamación y el cabezal para vibración diseñado para tratar las articulaciones doloridas y zonas sensibles (ambos se venden por separado).



## **Optimiza tu tratamiento con la aplicación de Therabody.**

Usa la conectividad Bluetooth para controlar la velocidad del dispositivo, supervisar la fuerza del masaje y explorar nuestra biblioteca de rutinas guiadas paso a paso que te muestran exactamente qué músculo tratar, qué cabezal usar y cómo agarrar el dispositivo, garantizando que cada tratamiento te dé los mejores resultados.

# Theragun Prime Plus

## 1. Descripción general del producto

Disfruta de una recuperación de nivel superior con el Theragun Prime Plus, una potente pistola de masaje percusivo de 16 mm mejorada con calor en un diseño duradero. El cabezal percusivo de calor trata profundamente los músculos con dosis de calor avaladas por la ciencia para ayudar a optimizar el calentamiento, reducir los dolores, acelerar la recuperación y aliviar el dolor más rápido que el masaje percusivo solo. Consigue un tratamiento eficaz en cualquier parte del cuerpo con la empuñadura triangular patentada de fácil acceso y 3 cabezales percusivos específicos que tratan tanto músculos grandes como zonas sensibles. A diferencia de otras pistolas de masaje, el Theragun Prime Plus está fabricado con un motor silencioso y antibloqueo para que puedas masajearte incluso las contracturas más rebeldes utilizando hasta 18 kg de presión sin sacrificar la profundidad y la velocidad. Trátarte es muy fácil gracias a los controles sencillos del dispositivo y rutinas guiadas en la aplicación Therabody.

Mejora tu recuperación con aún más tratamientos: añade el cabezal de frío o el de vibración para crear una rutina de recuperación específica para tus necesidades personales (el cabezal de frío y el de vibración se venden por separado).

## Uso previsto

La terapia de masaje percusivo con calor del Theragun Prime Plus tiene como objetivo ayudar a optimizar el calentamiento, reducir los dolores, acelerar la recuperación y aliviar el dolor.

## 2. Contenido de la caja

- A** Dispositivo Theragun Prime Plus
- B** Cabezal percusivo con calor
- C** Tres cabezales percusivos (amortiguador, bola estándar, cuña)
- D** Cable de carga USB-C
- E** Bolsa de viaje
- F** Manual de instrucciones

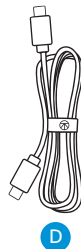
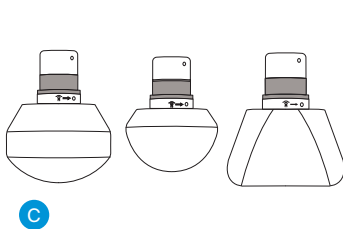
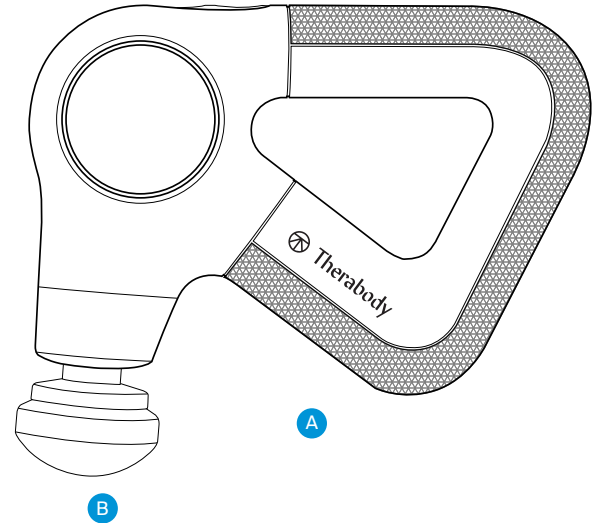
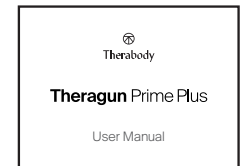
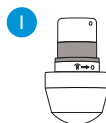
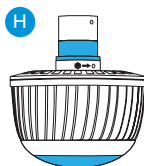
**E****F**

Imagen 1. ¿Qué incluye la caja?

## Los cabezales se venden por separado

ES

- G** Cabezal de vibración
- H** Cabezal de frío
- I** Cabezal pulgar
- J** Cabezal micropuntas



### 3. Introducción al dispositivo

- 1** Panel de control de dos botones fácil de usar
  - a** Botón de encendido y velocidad (5 indicadores LED de velocidad)
  - b** Botón de intensidad (3 indicadores LED de intensidad)
- 2** Mango multiagarre triangular patentado
- 3** Puerto USB C
- 4** Cabezales de calor y percusivos intercambiables

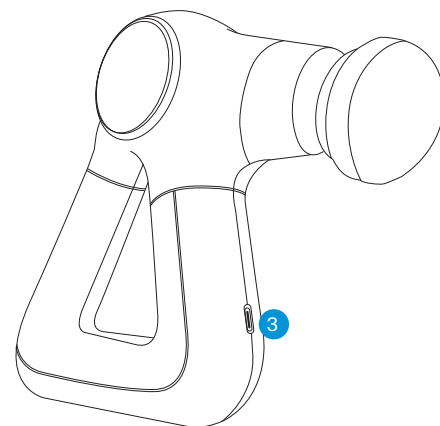
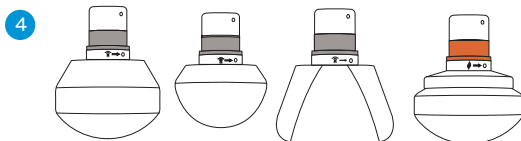
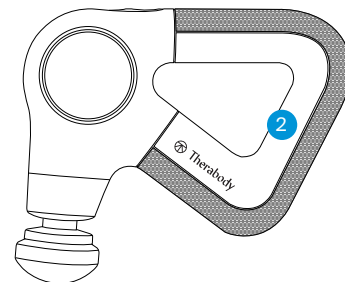
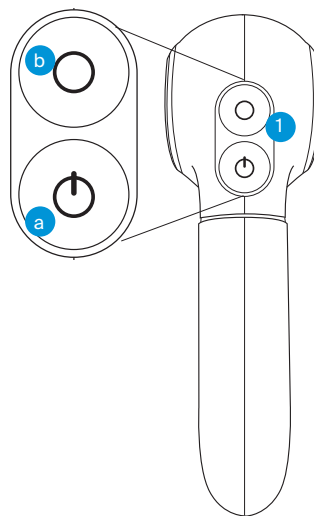


Figura 2. Diagrama correspondiente del dispositivo

## Descarga la aplicación de Therabody

1. Descarga la aplicación de Therabody desde App Store o Play Store.
2. Sigue las instrucciones de la aplicación para crear una nueva cuenta y verifica tu correo electrónico.
3. Una vez iniciada la sesión, sigue los pasos para conectar tu Theragun Prime Plus a la aplicación. Asegúrate de tener el Bluetooth activado en tu teléfono.
4. Selecciona "Theragun Prime Plus" como tu dispositivo Therabody cuando se te pida.
5. Mantén pulsado el botón de encendido de tu Theragun Prime Plus para encenderlo. El Theragun Prime Plus debe estar encendido para que la aplicación pueda localizarlo y emparejarse con él.
6. Toca "Vincular dispositivo" y elige el Theragun Prime Plus para confirmar la conexión entre el dispositivo y la aplicación.
7. La aplicación de Therabody te permite controlar la velocidad del dispositivo, supervisar la fuerza del masaje, averiguar cuál es la mejor manera de usar cada terapia y obtener sugerencias de rutinas que te muestran exactamente qué músculo tratar, qué cabezal usar y cómo agarrar tu dispositivo.

## 4. Uso del dispositivo

1. **Encender el dispositivo.** Mete la mano en la empuñadura triangular del Theragun de diseño ergonómico. Mantén pulsado el botón de encendido para encender el Theragun Prime Plus. Las luces LED del dispositivo se iluminarán cuando el dispositivo esté encendido.
2. **Seleccionar una velocidad de tratamiento percusivo.** Pulsa el botón de encendido para alternar entre las cinco opciones de velocidad de tratamiento. Cada luz LED se iluminará para indicar la intensidad de la velocidad del tratamiento, con una luz LED blanca que se ilumina con la velocidad más baja y 5 luces LED iluminadas con la velocidad más rápida.
3. **Utilizar el dispositivo.** Pasa el dispositivo por las zonas que necesiten tratamiento aplicando gradualmente una presión de ligera a moderada, según tus necesidades.
4. **Utilizar el cabezal percusivo de calor.** Coloca el cabezal de calor, enciende el dispositivo y selecciona la velocidad que desees, como se indica anteriormente. Pulsa el botón de intensidad para ajustar la temperatura del calor. Cada una de las tres luces LED se iluminará para indicar la intensidad de la temperatura de tratamiento, con una luz LED naranja que se ilumina con calor bajo, dos con calor medio y tres con calor alto. Para usar calor sin terapia percusiva, mantén pulsado el botón de encendido para alternar entre las opciones de velocidad. Después de la velocidad más alta, la terapia percusiva se apagará.
5. **Utilizar el cabezal de frío (se vende por separado).** Conecta el cabezal de frío y enciende el dispositivo como te hemos indicado anteriormente. Ten en cuenta que la percusión se desactiva durante el tratamiento de frío. Pulsa el botón de intensidad para regular la temperatura fría. Cada una de las tres luces LED se iluminará para indicar la intensidad de la temperatura del tratamiento, con una luz LED azul que se ilumina con la baja intensidad, dos con la intensidad media y tres con la intensidad alta.
6. **Utilizar el cabezal de vibración (se vende por separado).** Coloca el cabezal de vibración y enciende el dispositivo como te hemos indicado anteriormente. Ten en cuenta que la terapia percusiva no se activa durante el tratamiento de vibración. Pulsa el botón de intensidad para ajustar la intensidad de la vibración. Cada una de las tres luces LED se iluminará para indicar la intensidad de la vibración del tratamiento, con una luz LED verde que se ilumina con baja intensidad, dos con intensidad media y tres con intensidad alta.
7. **Bloquear el dispositivo.** Cuando no esté en uso o durante el transporte, bloquea el dispositivo para evitar que se agote la batería o se encienda accidentalmente. Pulsa el botón de encendido tres veces para iniciar la función de bloqueo. Pulsa el botón de encendido tres veces más para desbloquear.
8. **Apagar el dispositivo.** Mantén pulsado el botón de encendido para apagar el dispositivo.

## Apagado automático

ES El dispositivo se apagará automáticamente en los siguientes casos:

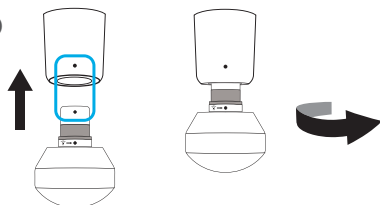
1. Si el dispositivo no se usa después de pulsar el botón de encendido para verificar el nivel de la batería, se apagará en 5 minutos.
2. Si la aplicación está conectada pero el dispositivo no está encendido, se apagará después de 10 minutos.
3. Cuando el dispositivo se quede sin batería, el indicador LED del dispositivo parpadeará en naranja y, a continuación, se apagará.
4. Si el dispositivo está encendido solo con calor durante más de 1 hora, se apagará.

## Cambio de cabezales

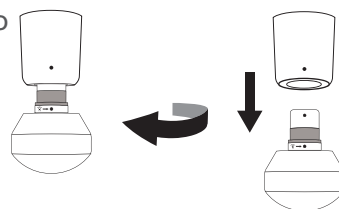
1. Asegúrate de que el dispositivo esté apagado antes de conectar o quitar cualquier cabezal.
2. Inserta el cabezal en el eje del dispositivo, gíralo y asegúralo.
3. Para desbloquear y quitar el cabezal, gíralo en la dirección contraria y sácalo.
4. Aviso: no metas el dedo entre el cabezal y el extremo del brazo, ya que esto puede causar pellizcos y lesiones.

\*Los cabezales se pueden utilizar en otros modelos de Theragun Plus.

ENCENDIDO



Apagado



## Uso de los cabezales

El dispositivo tiene cuatro cabezales de alta calidad diseñados para un tratamiento más personalizado. Los cabezales amortiguador, bola estándar y cuña son cómodos e higiénicos, no absorben el sudor, ni lociones ni aceites.

CABEZAL	GRUPOS MUSCULARES	USO PREVISTO
Amortiguador	Para zonas sensibles u óseas y uso general	Usa el cabezal amortiguador para un masaje corporal firme a la par que suave y relajante. El cabezal amortiguador está diseñado específicamente para uso general y es un tratamiento de bajo impacto alrededor de zonas sensibles u óseas. Su amplia base optimiza su alcance para un mayor y más eficiente contacto con el cuerpo.
Bola estándar	Para grupos musculares grandes y pequeños	Usa el cabezal bola estándar para un masaje corporal completo. El cabezal bola estándar está diseñado para uso general en grupos musculares grandes y pequeños. Con una forma más pequeña y un mayor nivel de impacto que el amortiguador, es una opción más específica para el uso general y es tu cabezal para relajar la tensión.
Cuña	Para omóplatos y banda iliotibial	Calienta los músculos y mejora la flexibilidad con el accesorio cuña. Diseñado exclusivamente para su uso en los omóplatos y las bandas iliotibiales, el cabezal cuña se utiliza para hacer movimientos de "raspado", para imitar técnicas que se utilizan normalmente en los masajes deportivos.
Cabezal percusivo de calor	Para los músculos	Relaja los músculos rígidos y acelera la recuperación. Utiliza el cabezal de calor para aflojar los músculos rígidos antes de un entrenamiento o después de un entrenamiento para acelerar la recuperación muscular.
Frío (Se venden por separado)	Para articulaciones y músculos	Reduce la inflamación, el dolor y la hinchazón. Usa el cabezal de frío para aliviar la hinchazón y reducir la inflamación.
Vibración (Se venden por separado)	Para articulaciones y zonas óseas	Alivia el dolor articular y trata las zonas sensibles. Utiliza el cabezal de vibración para tratar el dolor articular y las zonas óseas. El cabezal de vibración aumenta la circulación para tratar las zonas sensibles.
Pulgar (Se venden por separado)	Para puntos gatillo y la zona lumbar	Alivia el dolor con la alta presión del cabezal pulgar. Este cabezal ha sido pensado para imitar un pulgar humano. Utilízalo para la terapia de puntos gatillo y su uso en la zona lumbar. Usa el pulgar en cualquier lugar donde, de lo contrario, habrías utilizado el pulgar para aliviar el dolor.
Micropuntas (Se venden por separado)	Para una mayor estimulación	Aumenta la circulación con el cabezal de micropuntas. El cabezal de micropuntas ofrece un tratamiento muy específico y aumenta la estimulación y la circulación en cada zona de tratamiento.

## 6. Cuidado, limpieza y carga

ES

### Mantenimiento del dispositivo

Las siguientes instrucciones de mantenimiento son importantes para garantizar que el dispositivo funcione correctamente. Su incumplimiento puede ocasionar que el dispositivo deje de funcionar.

### Limpieza del dispositivo

Lee atentamente las siguientes instrucciones antes de limpiar el dispositivo para garantizar su duración y la de sus componentes.

1. Inspecciona visualmente el dispositivo en busca de signos evidente de acumulación de residuos.
2. Limpia el dispositivo con un paño húmedo antipelusa no abrasivo o con una toallita higiénica sin alcohol.
3. Seca el dispositivo con un paño antipelusa no abrasivo.
4. Después de la limpieza, deja que el dispositivo se seque completamente antes de guardarlo o comenzar otro tratamiento. El dispositivo NO es resistente al agua ni se puede lavar a máquina. No permitas que entre en contacto con abundante agua ni con ningún otro tipo de líquido.
5. Un dispositivo que se ha limpiado correctamente no debe presentar signos visibles de suciedad o humedad.

Aviso: este producto no es resistente al agua. Limpia el dispositivo frotándolo con un paño húmedo o una toallita higiénica sin alcohol. No sumerjas el dispositivo en agua ni lo limpies con agua corriente. No permitas que el dispositivo entre en contacto con soluciones corrosivas, ya que pueden dañar el aspecto y el funcionamiento del dispositivo.

### QuietForce Solution

Mantén tu dispositivo en perfectas condiciones con nuestra solución QuietForce. Si utilizas el dispositivo a diario, te recomendamos que apliques esta solución cada cuatro meses. Recambios disponibles en [therabody.com](http://therabody.com)

1. Retira el cabezal de tu Theragun
2. Corta la punta del envase de la solución QuietForce
3. Tira suavemente del pistón metálico del dispositivo
4. Aplica 3-4 gotas de solución, asegurándote de cubrir toda la circunferencia
5. Enciende tu Theragun y hazlo funcionar durante 10 segundos

### Carga del dispositivo

1. El dispositivo viene con puerto USB-C y con un cable de carga. Antes de cargarlo, asegúrate de que el dispositivo está apagado.
2. Conecta un extremo del cable de carga al puerto de carga USB-C del dispositivo. Se encuentra en el mango del dispositivo. Conecta el otro extremo del cable de carga a un enchufe de alimentación.
3. El botón de encendido tiene una luz LED que indica el estado de la batería cuando el dispositivo esté encendido o cargando. Enciende el dispositivo o pulsa el botón de encendido para verificar el estado de la batería.
  - Naranja (parpadea y luego se apaga): sin batería
  - Naranja (parpadeando): batería muy baja
  - Naranja: carga baja
  - Azul: batería media
  - Verde: batería completa
4. La autonomía de la batería del dispositivo es de hasta 120 minutos, dependiendo del cabezal y la intensidad del tratamiento utilizado.

\*\*Aviso: si utilizas un cargador de otro fabricante, asegúrate de que sea de un fabricante certificado y que no haya sufrido ningún daño estructural.

### Guardar y transportar el dispositivo

Para guardar y transportar el dispositivo, guárdalo en su bolsa de transporte. Guarda el dispositivo en un lugar fresco y seco (temperatura: 0 °C - 40 °C, humedad relativa: 10~95 % Hr). No guardes el dispositivo en un lugar donde la temperatura pueda superar los 40 °C como, por ejemplo, bajo la luz directa del sol o en un vehículo.

<b>SITUACIÓN</b>	<b>SE MUESTRA EL CÓDIGO DE ERROR</b>	<b>POSIBLES CAUSAS</b>	<b>POSIBLES SOLUCIONES</b>
No se enciende	El LED del botón de encendido parpadea en naranja, azul y verde.	La batería se ha sobrecalentado durante la carga o el uso.	Asegúrate de que el producto esté apagado, desenchufa el producto del cargador y déjalo reposar 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
No se enciende	Las 5 luces LED blancas parpadean 5 veces y luego se apagan.	El motor se ha sobrecalentado.	Asegúrate de que el producto esté apagado y déjalo reposar durante 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
La percusión funciona, pero el cabezal de calor no produce calor.	Las 3 luces LED naranjas parpadean 5 veces y luego se apagan.	El cabezal de calor se ha sobrecalentado o se ha producido otro error.	Asegúrate de que el producto esté apagado y déjalo reposar durante 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
Esta encendido, pero el cabezal de frío no funciona.	Las 3 luces LED azules parpadean 5 veces y luego se apagan.	El cabezal de frío se ha sobrecalentado o se ha producido otro error.	Asegúrate de que el producto esté apagado y déjalo reposar durante 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
Está encendido, pero el cabezal de vibración no funciona.	Las 3 luces LED verdes parpadean 5 veces y luego se apagan.	El cabezal de vibración se ha sobrecalentado o se ha producido otro error.	Asegúrate de que el producto esté apagado y déjalo reposar durante 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
El dispositivo se apaga automáticamente	Ninguno	1. El nivel de la batería es bajo 2. Sigue sin encenderse	1. Carga la batería 2. Ponte en contacto con Therabody
El dispositivo no se enciende	Ninguno	1. El nivel de la batería es bajo 2. Sigue sin encenderse	1. Carga la batería 2. Ponte en contacto con Therabody
El dispositivo se apaga a mitad del tratamiento o el motor de vibración no se enciende	Ninguno	1. Comprueba y recarga las baterías 2. Es posible que el motor o la conexión se hayan dañado	Intenta cargar el dispositivo por completo, desenchufa el cable de carga y luego pulsa el botón izquierdo durante 3 segundos. Si el problema persiste, ponte en contacto con Therabody
La batería no se carga	Ninguno	1. La temperatura ambiente es demasiado alta o demasiado baja 2. Posible batería defectuosa 3. Cable de carga defectuoso	1. Carga el dispositivo cuando la temperatura ambiente esté entre 5 °C y 35 °C 2. Intenta utilizar otro cable USB-C y otro enchufe de alimentación 3. Ponte en contacto con Therabody

# Advertencias y orientaciones (precauciones y contraindicaciones) del Theragun Prime Plus

ES

## Información general

Los productos Therabody están diseñados para liberar la capacidad natural del cuerpo de alcanzar un estado saludable y de bienestar. A través de la ciencia y la tecnología, el catálogo de productos de Therabody permite a las personas acceder a los beneficios terapéuticos de diferentes fenómenos naturales para satisfacer sus necesidades y preferencias. Habrá ocasiones en las que sea recomendable modificar la forma de usar los dispositivos (precauciones) o en las que no sea adecuado utilizar determinados dispositivos (contraindicaciones). Lee la siguiente información de seguridad del dispositivo en su totalidad antes de su uso.

## Información de seguridad importante

### Uso general del dispositivo

Este dispositivo está diseñado para ser utilizado en personas sanas. Este dispositivo está contraindicado y no debe utilizarse por o en personas con un historial de epilepsia, convulsiones o cardiopatía.

El dispositivo no está recomendado para personas que tengan un dispositivo electrónico implantado (como un marcapasos), arritmia cardíaca, tumores o episodios agudos de enfermedades inflamatorias. Se desaconseja el uso de este dispositivo en personas que tengan arteriosclerosis, trombosis o implantes en la zona del cuerpo que se está tratando. No se debe usar el dispositivo en presencia de manchas marrones oscuras o negras, tales como pecas grandes, marcas de nacimiento, lunares o verrugas en zona que se va a tratar. Se desaconseja el uso del dispositivo si la zona a tratar tiene eccema, psoriasis, lesiones, heridas abiertas o infecciones activas que no sean acné leve o moderado como, por ejemplo, un herpes labial. Espera a que la zona infectada se cure antes de usar el dispositivo. No deberías usar el dispositivo si padeces algún trastorno de la piel causado por la diabetes u otra enfermedad sistémica o metabólica. Si tienes antecedentes de brotes de herpes en la zona de tratamiento, no se recomienda el uso del dispositivo a menos que hayas consultado con tu médico y hayas recibido tratamiento preventivo.

Consulta con tu médico antes de utilizar el dispositivo si estás embarazada o en periodo de lactancia. **Deja de utilizar el dispositivo de inmediato ante el más mínimo signo de malestar o molestias. Si tienes alguna duda médica, consúltalo con tu médico antes de usar el dispositivo.**

## Seguridad, precauciones y contraindicaciones

### Terapias específicas

Estas recomendaciones se derivan de la consulta con expertos médicos y de la investigación publicada en relación con las precauciones y contraindicaciones vigentes en la fecha de impresión. Para obtener información actualizada, visita nuestra página web <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>.

### Precauciones:

En estas circunstancias, es necesario prestar especial atención y es posible que sea necesario modificar el uso del dispositivo. Consulta a un profesional médico si actualmente tienes o sospechas de que puedas tener alguna de las siguientes enfermedades o si tienes alguna pregunta.

- Hipertensión (controlada)
- Osteopenia
- Osteoporosis
- Embarazo
- Diabetes
- Venas varicosas
- Prominencias o regiones óseas
- Sensaciones anómalas (p. ej., entumecimiento)
- Sensibilidad a la presión
- Lesión o cirugía reciente

- Escoliosis o deformidad de la columna
- Medicamentos que puedan alterar las sensaciones del usuario

### Contraindicaciones:

Las siguientes son circunstancias en las que los riesgos potenciales pueden ser mayores que los beneficios. Consulte con un profesional médico antes de su uso.

- Erupción cutánea, heridas abiertas, ampollas, inflamación local de tejidos, hematomas o tumores
- Trombosis venosa profunda, osteomielitis
- Fractura ósea o miositis osificante
- Hipertensión (no controlada)
- Enfermedad cardíaca, hepática o renal aguda o grave
- Afecciones neurológicas que provocan pérdida o alteración de la sensibilidad
- Aplicación directa en la cara, la garganta o los genitales
- Trastornos hemorrágicos
- Cirugía o lesión reciente
- Trastornos del tejido conectivo
- Insuficiencia o enfermedad vascular periférica
- Medicamentos que diluyen la sangre o alteran las sensaciones
- Presión directa sobre zonas o materiales quirúrgicos
- Presión directa sobre los ojos o la garganta
- Molestias extremas o dolor
- Escoliosis grave o deformidad espinal
- Marcapasos, DCI o antecedentes de embolia
- Alergia al material del dispositivo: plástico, sílica, aluminio, acero inoxidable, aleación de cobre, pintura

Garantía limitada y servicio de atención al cliente

Para obtener información completa sobre la garantía, visita [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty).

Los clientes que necesiten asistencia técnica de productos deben visitar <https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> para los métodos de contacto disponibles.

Registrado en la FDA

Garantía limitada solo con la compra mediante un distribuidor autorizado

© 2024 Therabody, Inc. Todos los derechos reservados.

Patentes en [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

Fabricado y distribuido por:

Therabody, Inc.

1640 S Sepulveda, Suite 300

Los Angeles (California) 90025 (EE. UU.)

Importadores:

Therabody International Limited

5th Floor, 40 Mespil Road,

DO4C2N4 Dublin, Irlanda

Therabody UK Limited

Portsoken House 155-157

The Minorities, Londres,

Reino Unido, EC3N1LJ

# ADVERTENCIAS DE LA UNIDAD

LEE TODAS LAS INSTRUCCIONES Y ADVERTENCIAS DE ESTE MANUAL, DEL CARGADOR Y DEL DISPOSITIVO ANTES DE USAR O CARGAR EL DISPOSITIVO Y SUS ACCESORIOS.








Al utilizar el dispositivo, se deben seguir siempre las siguientes precauciones básicas:

- UTILIZAR EXCLUSIVAMENTE COMO SE INDICA EN LAS INSTRUCCIONES.** Utiliza el dispositivo tal y como se describe en el manual de instrucciones del dispositivo. El dispositivo está diseñado para uso sin receta. El dispositivo no está diseñado para diagnosticar, curar o prevenir enfermedades. Utiliza únicamente los accesorios y repuestos recomendados por Therabody. Se trata de una herramienta mecánica avanzada con componentes eléctricos. Si el dispositivo y sus accesorios no se utilizan o mantienen correctamente, existe el riesgo de incendio, descarga eléctrica o lesión. No utilizar y mantener el dispositivo y los cabezales correspondientes de acuerdo con las instrucciones de este manual anulará la garantía y podría provocar daños en el producto o lesiones físicas. El dispositivo está destinado al uso comercial y doméstico.
- NO APTO PARA NIÑOS.** El dispositivo no está diseñado para ser utilizado por niños pequeños o personas con capacidades físicas, sensoriales o de razonamiento reducidas o sin experiencia y conocimientos, a menos que una persona responsable de su seguridad los supervise o les dé instrucciones. El dispositivo no es un juguete. No dobles ni tires de los componentes eléctricos ni juegues con ellos. No dejes que los niños jueguen con el dispositivo ni con los accesorios. Los menores de 18 años deben ser supervisados por un adulto cuando utilicen el dispositivo.
- CARGANDO.** Si el dispositivo no se enciende o el indicador de batería muestra un nivel de batería bajo, cárgalo antes del primer uso. Carga la batería con el cable USB-C (incluido). Cuando utilices el cable de carga (incluido), asegúrate de que el conector USB-C está completamente insertado en un enchufe de alimentación compatible antes de enchufarlo a una toma de corriente. También puedes cargar la batería con cables de terceros que cumplan con el estándar USB-C y con la normativa nacional aplicable y las normas de seguridad internacionales y regionales. Es posible que otros enchufes no cumplan con las normas de seguridad aplicables y cargarlos con esos enchufes podría suponer un riesgo de muerte o lesión. No fuerces el cable. Carga completamente el dispositivo al menos una vez cada seis meses para evitar daños en él y en la batería. Desconecta el enchufe de alimentación y el cable de carga cuando no los estés utilizando.
- NO SOBRECARGAR.** No dejes el dispositivo conectado al enchufe de alimentación durante más de una hora después de que la batería se haya cargado por completo. La batería incluye un sistema de protección para evitar el riesgo de sobrecarga. Sin embargo, la sobrecarga puede reducir su vida útil con el paso del tiempo.
- LUGAR DE CARGA.** Carga el dispositivo con un enchufe de alimentación y un cable de carga. Evita el contacto con la piel cuando el USB-C esté conectado a una fuente de alimentación, ya que puede causar molestias o lesiones. No te duermas ni te sientes encima del conector USB-C. El dispositivo debe cargarse en interiores, en un lugar bien ventilado y seco. No cargues el dispositivo al aire libre, en un cuarto de baño o a menos de 3 metros de una bañera o piscina. No utilices el dispositivo ni el cargador sobre superficies mojadas o no expuestas al cargador a la humedad, la lluvia o la nieve. No utilices el dispositivo o su cargador compatible en presencia de atmósferas explosivas (emanación de gases, polvo, granos, polvos metálicos o materiales inflamables). Podrían generarse chispas que ocasionarían un incendio.
- DESENCHUFAR EL CARGADOR Y CUIDADO.** Tira del enchufe, no del cable, para reducir el riesgo de daños en el enchufe y el cable de alimentación. Nunca cojas el cargador por el cable. Mantén el cable alejado del calor, el aceite y los bordes afilados. No estires el cable del cargador ni lo sometas a tensión. No manipules el cargador, los terminales o el dispositivo con las manos mojadas. Desenchufa siempre el dispositivo de la toma de corriente inmediatamente después de usarlo y antes de limpiarlo. Asegúrate de guardar el cable de forma que nadie lo pise o tropiece con él, ni esté sometido a cualquier otro tipo de tensión. No utilices un enchufe de alimentación o un cable de carga que haya recibido un golpe fuerte, se haya caído, se haya aplastado o dañado de cualquier forma. Para el almacenamiento a largo plazo, la batería debe estar totalmente cargada.
- USO.** Deja de utilizar el aparato si sientes dolor o molestias. Si, en algún momento durante el tratamiento, sientes dolor o molestias, suspende el tratamiento inmediatamente. Deja de usar el dispositivo si se sobrecalienta o se calienta de tal manera que llega a ser incómodo. No metas el dedo entre el cabezal y el extremo del brazo, ya que esto puede causar pellizcos y lesiones.
- NO UTILIZAR DEBAJO DE UNA MANTA O ALMOHADA.** Se puede producir un calor excesivo que puede provocar un incendio, una descarga eléctrica o lesiones personales.
- CUIDADO Y REPARACIÓN DEL DISPOSITIVO.** Manipula el dispositivo con cuidado. El dispositivo contiene componentes electrónicos que pueden dañarse si se caen, se queman, se perforan o se aplastan. No desmontes el dispositivo ni intentes repararlo por tu cuenta. Desmontar el dispositivo podría causar daños y lesiones. Si el dispositivo está dañado o no funciona correctamente, ponte en contacto con el servicio de atención al cliente de Therabody. La garantía quedará anulada si el dispositivo, las baterías o el cargador se desmontan o si se extrae alguna pieza. No lo utilices si está dañado, ya que puede causar lesiones. No perfores ni dañes el dispositivo. El dispositivo NO es resistente al agua. El dispositivo no se puede lavar a máquina. No coloques ni almacenes el dispositivo donde se pueda caer o halar hacia una bañera o lavabo.

- No lo sumerjas ni permitas que caiga en agua u otro líquido. No intentes coger un aparato eléctrico que se haya caído o haya entrado en contacto con el agua. Desenchúfalo inmediatamente. Limpia el dispositivo de acuerdo con las instrucciones que se encuentran en la sección "Limpieza" del manual de instrucciones.
- LAS SUSTANCIAS QUÍMICAS DE LA BATERÍA PUEDEN PROVOCAR QUEMADURAS GRAVES.** Nunca permitas que la batería interna entre en contacto con la piel, los ojos o la boca. Si una batería dañada derrama sustancias químicas, utiliza guantes de goma o de neopreno para desecharla. Si la piel se ve expuesta a líquidos de la batería, lava bien la zona con agua y jabón y enjuágala con vinagre. Si los ojos se ven expuestos a sustancias químicas de la batería, enjuágalos inmediatamente con agua durante 20 minutos y busca atención médica. Quitate la ropa contaminada y deséchala.
  - NO PROVOCAR CORTOCIRCUITOS.** Una batería cortocircuitará si un objeto metálico establece una conexión entre los contactos positivo y negativo de la batería o el conector de 16 V. No coloques una batería cerca de nada que pueda causar un cortocircuito, como monedas, llaves o clavos. Una batería cortocircuitada puede provocar un incendio y lesiones personales.
  - ALMACENAMIENTO DEL DISPOSITIVO Y LOS ACCESORIOS.** Guárdalos siempre en un lugar fresco y seco. Carga el dispositivo solo cuando la temperatura ambiente esté entre -20-45 °C (-4-113 °F). No guardes el dispositivo ni el cable de carga donde las temperaturas puedan superar los 45 °C/113 °F, como a la luz directa del sol, en un vehículo o en un edificio metálico durante el verano.
  - DESECHAR EL DISPOSITIVO.** Este dispositivo contiene una batería de iones de litio y debe tenerse cuidado al desecharlo. Antes de deshacerte de este aparato, revisa las leyes y requisitos locales relativos a la eliminación de baterías de iones de litio. El método preferido es reciclar todo el dispositivo.

## Etiqueta y símbolos

Las siguientes etiquetas y símbolos aparecen en Theragun Prime Plus: etiquetado

N.º	Icon	Descripción
1		Marca CE
2		Lee el manual de instrucciones antes de usar.
3		Recogida selectiva de residuos de aparatos eléctricos y electrónicos. Nota: para obtener más información sobre la retirada de equipos, piezas y accesorios, comuníquese con tu distribuidor local.
4	IP22	Clasificación IP: El primer número 2: Protegido contra el acceso a partes peligrosas con un dedo, y el dedo de prueba articulado de 12 mm Φ, 80 mm de longitud, deberá tener una separación adecuada de partes peligrosas y estar protegido contra objetos sólidos extraños de 12,5 mm Φ y mayor.
5		Marca RCM
6		Pieza de aplicación tipo BF
7		Información del fabricante
8	UK CA	Marca UKCA para el Reino Unido
9		Bluetooth

Theragun Prime Plus  
 Requisito IEC 60601-1 y IEC60601-11 (Advertencia)—Para aplicación de dispositivo médico de EE. UU. y Canadá

ES Este dispositivo es un equipo de Clase III con una pieza aplicada tipo BF. Cumple con las normas de seguridad eléctrica médicas (IEC 60601-1). Este dispositivo también cumple con la norma EMC médica (IEC 60601-1-2). El dispositivo ha sido probado y se ha demostrado que cumple con los límites de compatibilidad electromagnética (EMC) para dispositivos médicos según IEC 60601-1-2: 2014. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias dañinas en una instalación médica típica.

1\* ADVERTENCIA: se debe evitar el uso de este equipo junto a otros equipos o apilados con ellos, ya que podría provocar un funcionamiento incorrecto. Si dicho uso es necesario, se debe supervisar este equipo y los demás para verificar que estén funcionando normalmente.

2\* ADVERTENCIA: el uso de accesorios, transductores y cables distintos de los especificados o suministrados por el fabricante de este equipo podría provocar un aumento de las emisiones electromagnéticas o una disminución de la inmunidad electromagnética de este equipo y dar lugar a un funcionamiento incorrecto.

3\* ADVERTENCIA: los equipos portátiles de comunicaciones RF (incluidos los periféricos, como los cables de antena y las antenas externas) no deben utilizarse a menos de 30 cm de ninguna pieza del EQUIPO MÉDICO ELÉCTRICO, incluidos los cables especificados por el fabricante. De lo contrario, podría producirse una degradación del rendimiento de este equipo.

Este dispositivo cumple con la parte 15 de las normas FCC. El funcionamiento está sujeto a las siguientes dos condiciones: (1) este dispositivo no debe producir interferencias dañinas y (2) este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia recibida, incluida la interferencia que pueda producir un funcionamiento no deseado.

Los cambios o modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable del cumplimiento podrían anular la autoridad del usuario para utilizar el equipo.

Este equipo ha sido probado y se ha comprobado que cumple con los límites para un dispositivo digital de Clase B, de conformidad con la Parte 15 de las normas FCC. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias dañinas en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede causar interferencias perjudiciales en las comunicaciones de radio. Sin embargo, no hay ninguna garantía de que no se produzcan interferencias en una instalación en concreto. Si este equipo causa interferencias perjudiciales en la recepción de radio o televisión, lo que puede determinarse apagando y encendiendo el equipo, se recomienda al usuario que intente corregir la interferencia mediante una o más de las siguientes medidas:

- Reorientar o reubicar la antena receptora.
  - Aumentar la separación entre el equipo y el receptor.
  - Conectar el equipo a una toma de corriente de un circuito diferente al que está conectado el receptor.
- Consulte con un distribuidor o un técnico de radio/TV experimentado para obtener ayuda.

Declaración de cumplimiento de ISED

Este dispositivo contiene transmisores/receptores exentos de licencia que cumplen con los RSS exentos de licencia de Innovación, Ciencia y Desarrollo Económico de Canadá. Su funcionamiento está sujeto a las dos condiciones siguientes:

- (1) Este dispositivo no puede causar interferencias.
- (2) Este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluida la interferencia que pueda causar un funcionamiento no deseado del dispositivo.

### Directrices y declaración del fabricante - Emisión electromagnética

El Theragun Prime Plus está destinado para su uso en el entorno electromagnético que se especifica a continuación. El cliente o el usuario del Theragun Prime Plus debe asegurarse de que se utiliza en dicho entorno.

Prueba de emisiones	Cumplimiento	Entorno electromagnético - Directrices
Emisiones de RF CISPR 11	Grupo 1	El Theragun Prime Plus utiliza la energía de RF solo para su funcionamiento interno. Por lo tanto, sus emisiones de RF son muy bajas y no es probable que causen ninguna interferencia en los equipos electrónicos cercanos.
Emisiones de RF CISPR 11	Clase B	El Theragun Prime Plus es apto para su uso en todos los establecimientos, incluidos los domésticos y los conectados directamente a la red pública de suministro de energía de baja tensión que abastece a los edificios utilizados con fines domésticos.
Emisiones de armónicos IEC 61000-3-2	No aplicable	
Fluctuaciones de voltaje Emisiones de parpadeo IEC 61000-3-3	No aplicable	

## Directrices y declaración del fabricante – Inmunidad electromagnética – para todos los EQUIPOS y SISTEMAS

ES

### Directrices y declaración del fabricante – Inmunidad electromagnética

El Theragun Prime Plus está destinado para su uso en el entorno electromagnético que se especifica a continuación. El cliente o el usuario de Theragun Prime Plus deberá asegurarse de que se utilice en un entorno de este tipo.

Prueba de inmunidad	Nivel de prueba IEC 60601	Nivel de conformidad	Entorno electromagnético - Directrices
Electrostático Descarga electrostática (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 kV de contacto ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV aire	± 8 kV de contacto ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV aire	Los suelos deben ser de madera, hormigón o de baldosas de cerámica. Si los suelos están cubiertos de material sintético, la humedad relativa debe ser del 30 % como mínimo.
Electrostático rápidos/en ráfagas IEC 61000-4-4	±2 kV de potencia líneas de suministro ±1 kV para líneas de salida/entrada	N/A	La calidad de la red eléctrica debe ser la de un entorno comercial o doméstico típico.
Sobretensión IEC 61000-4-5	±1 kV modo diferencial ±2 kV modo común	N/A	La calidad de la red eléctrica debe ser la de un entorno comercial o doméstico típico.
Caídas de tensión, interrupciones breves y variaciones de tensión en las líneas de entrada de la alimentación eléctrica IEC 61000-4-11	0 % UT; 0,5 ciclo g) A 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° y 315° 0 % UT; 1 ciclo y 70 % UT; 25/30 ciclos monofásico: a 0° 0 % UT; 250/300 ciclos	N/A	La calidad de la red eléctrica debe ser la de un entorno comercial o doméstico típico. Si el usuario del Theragun Prime Plus necesita un funcionamiento continuo durante las interrupciones de la red eléctrica, se recomienda que el Theragun Prime Plus se alimente con una fuente de alimentación ininterrumpida o con una batería.
Frecuencia de potencia (50/60Hz) campo magnético IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Los campos magnéticos de frecuencia eléctrica deben estar a niveles característicos de una ubicación típica en un entorno comercial o doméstico típico.


NOTA UT es la tensión de la red de CA antes de la aplicación del nivel de prueba.

# Directrices y declaración del fabricante – Inmunidad electromagnética – para EQUIPOS y SISTEMAS

ES

## Directrices y declaración del fabricante – Inmunidad electromagnética

El Theragun Prime Plus está destinado para su uso en el entorno electromagnético que se especifica a continuación. El cliente o el usuario del Theragun Prime Plus deberá asegurarse de que se utilice en un entorno de este tipo.

Prueba de inmunidad	Nivel de prueba IEC 60601	Nivel de conformidad	Entorno electromagnético - Directrices
RF conducidas IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz a 80 MHz 6 V en bandas ISM y radioaficionados entre 0,15 MHz y 80 MHz	N/A	Los equipos de comunicación por RF portátiles y móviles no deben utilizarse más cerca de cualquier parte del Theragun Prime Plus, incluyendo los cables, que la distancia de separación recomendada calculada a partir de la ecuación aplicable a la frecuencia del transmisor.  Distancia de separación recomendada $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
RF radiada IEC 61000-4-3	10 V/m 80 MHz a 2.7 GHz  Especificaciones de prueba de 385 MHz-5785 MHz para la INMUNIDAD DEL PUERTO DE LA CARCASA a los equipos de comunicación inalámbrica RF (consulta la tabla 9 de la IEC 60601-1-2:2014)	10 V/m 80 MHz a 2.7 GHz  Especificaciones de prueba de 385 MHz-5785 MHz para la INMUNIDAD DEL PUERTO DE LA CARCASA a los equipos de comunicación inalámbrica RF (consulta la tabla 9 de la 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>Donde p es la potencia máxima de salida del transmisor en vatios (W) según el fabricante del transmisor y d es la distancia de separación recomendada en metros (m).b</p> <p>Las intensidades de campo de los transmisores de RF fijos, determinadas por un estudio electromagnético del local,a deben ser inferiores al nivel de conformidad en cada gama de frecuencias.b</p> <p>Pueden producirse interferencias cerca del equipo marcado con el siguiente símbolo:</p> 

NOTA 1 A 80 MHz y 800 MHz, se aplica la gama de frecuencias más alta.

NOTA 2 Estas directrices pueden no ser aplicables en todas las situaciones. La propagación electromagnética queda afectada por la absorción y la reflexión de estructuras, objetos y personas.

a Las bandas ISM (industriales, científicas y médicas) entre 150 kHz y 80 MHz son de 6,765 MHz a 6,795 MHz; 13,553 MHz a 13,567 MHz; 26,957 MHz a 27,283 MHz; y 40,66 MHz a 40,70 MHz. Las bandas de radioaficionados entre 0,15 MHz y 80 MHz son 1,8 MHz a 2,0 MHz, 3,5 MHz a 4,0 MHz, 5,3 MHz a 5,4 MHz, 7 MHz a 7,3 MHz, 10,1 MHz a 10,15 MHz, 14 MHz a 14,2 MHz, 18,07 MHz a 18,17 MHz, 21,0 MHz a 21,4 MHz, 24,89 MHz a 24,99 MHz, 28,0 MHz a 29,7 MHz y 50,0 MHz a 54,0 MHz.

b Las intensidades de campos de los transmisores fijos, como las estaciones base para teléfonos de radio (celulares/inalámbricos) y radios móviles terrestres, radioaficionados, emisiones de radio en AM y FM y emisiones de TV no se pueden predecir de forma de forma teórica con precisión. Para evaluar el entorno electromagnético debido a los transmisores de radiofrecuencia fijos, debe considerarse la posibilidad de realizar un estudio electromagnético del emplazamiento. Si la intensidad de campo medida en el lugar en el que se utiliza el Theragun Prime Plus supera el nivel de conformidad de RF arriba indicado, se debe supervisar el Theragun Prime Plus para comprobar su funcionamiento normal. Si se observa un rendimiento anormal, es posible que sea necesario tomar medidas adicionales, como reorientar o reubicar el Theragun Prime Plus.

c En la gama de frecuencias de 150 kHz a 80 MHz, las intensidades de campo deben ser inferiores a 3 V/m.

## Distancias de separación recomendadas entre el equipo de comunicaciones de RF portátil y móvil y el EQUIPO o SISTEMA – para EQUIPOS y SISTEMAS

Distancias de separación recomendadas entre equipo de comunicaciones RF portátil y móvil y el Theragun Prime Plus				
El dispositivo Theragun Prime Plus está destinado para su uso en un entorno electromagnético en el que se controlen las perturbaciones de RF radiadas. El cliente o el usuario del Theragun Prime Plus puede ayudar a prevenir interferencias electromagnéticas manteniendo una distancia mínima entre los equipos de comunicaciones de RF portátiles y móviles (transmisores) y el Theragun Prime Plus como se recomienda a continuación, de acuerdo con la potencia de salida máxima del equipo de comunicaciones				
	Distancia de separación según la frecuencia del transmisor m			
Potencia máxima nominal de salida del transmisor W	150 kHz a 80 MHz fuera de las bandas ISM y de radioaficionados	150 kHz a 80 MHz en ISM y bandas de radioaficionados	80 MHz a 800 MHz	800 MHz a 2.7 GHz
	$d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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
Para los transmisores con una potencia de salida máxima no indicada anteriormente, la distancia de separación recomendada en metros (m) puede estimarse utilizando la ecuación aplicable a la frecuencia del transmisor, donde P es la potencia de salida máxima del transmisor en vatios (W), según el fabricante del transmisor.				
NOTA 1 A 80 MHz y 800 MHz, se aplica la distancia de separación para la gama de frecuencias más alta.				
NOTA 2 Estas directrices pueden no ser aplicables en todas las situaciones. La propagación electromagnética queda afectada por la absorción y la reflexión de estructuras, objetos y personas.				

# 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

## 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 теплого 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 рукояти 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 фунтов 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

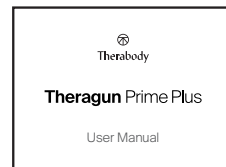
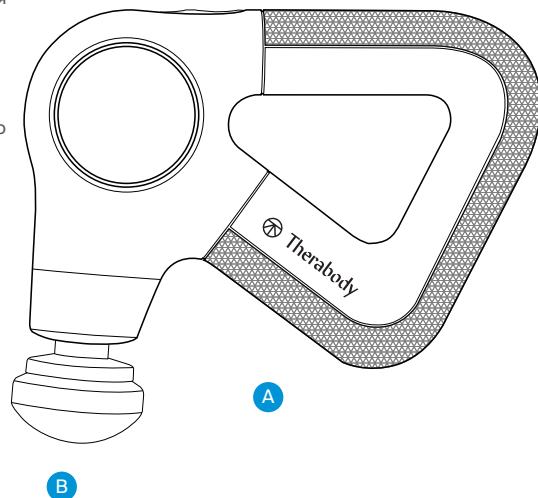
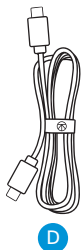
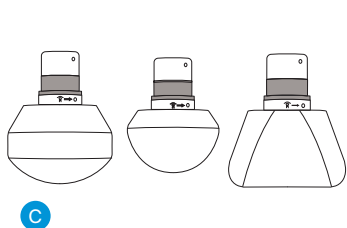
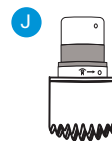
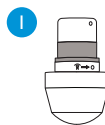
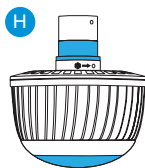


Рисунок 1. Комплектация

## 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

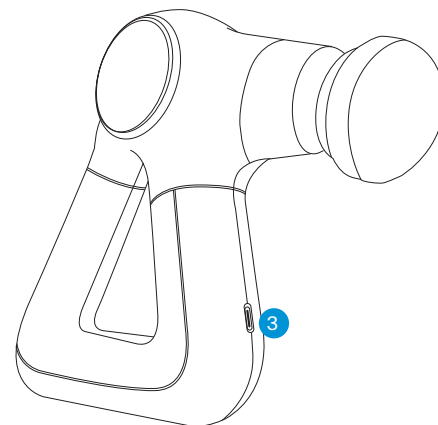
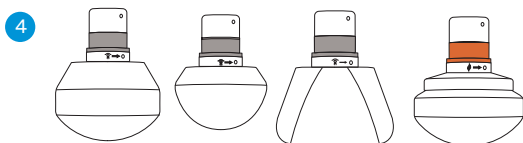
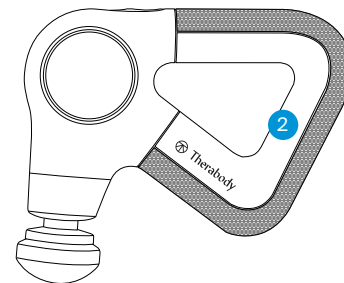
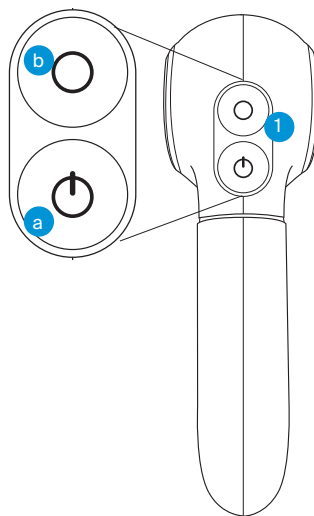


Рисунок 2. Устройство

## 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 переключиться 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:

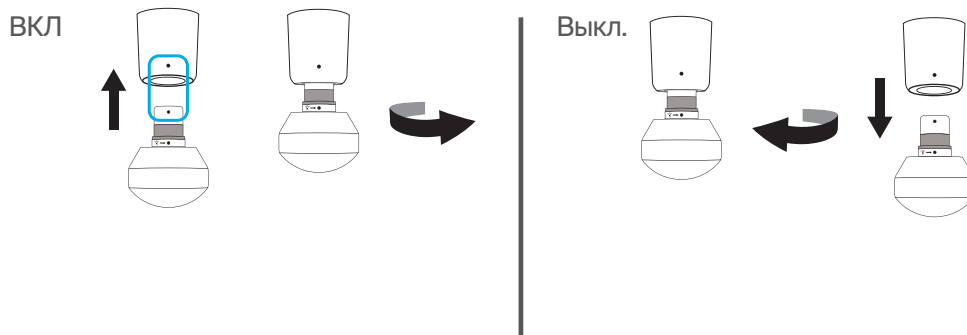
1. Если устройство не используется после нажатия кнопки включения/выключения для проверки уровня заряда батареи, оно отключится через 5 минут.
2. Если подключено мобильное приложение, но устройство не используется, оно выключится через 10 минут.
3. Когда устройство разрядится, светодиодный индикатор 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.



## 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.
Клиновья	Для лопаток и боковой части бедра	Клиновья насадка отлично подходит для разогрева мышц и улучшения гибкости перед активностью. Уникальная Клиновья насадка, специально разработанная для использования на лопатках и боковой части бедра, используется для «скребущих» и «вжимающих» 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.
Холодная (Продается отдельно)	Для суставов и мышц	Уменьшение воспаления, боли и отеков. Используйте охлаждающую насадку, чтобы снять отек и уменьшить воспаление.
Вибрация (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.
Микроточечная насадка (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

### RU 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. Заменители можно приобрести на сайте [therabody.com](http://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.

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, опухолью 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, повреждение 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 анамнезе 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 опухоль
- Тромбоз глубоких вен, остеомиелит
- Перелом костей или оксифицирующий 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](http://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](http://www.therabody.com/patents)

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

Импортеры:  
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:

- 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.
- 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 18 лет должны использовать это устройство под надзором взрослых.
- 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 заряжайте аккумулятор не реже одного раза в шесть месяцев, чтобы предотвратить повреждение устройства и аккумулятора. Отключайте адаптер питания и зарядный кабель, когда они не используются.
- 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.
- 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 дискомфорт или травму. Не спите на разъеме 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.
- 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.
- 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.
- НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПОД ОДЕЯЛОМ И ПОДУШКОЙ.** Чрезмерный нагрев может привести к возгоранию, поражению электрическим током или травмам.
- УХОД И ОБСЛУЖИВАНИЕ УСТРОЙСТВА.** Обращайтесь с устройством осторожно. Устройство содержит электронные компоненты, которые могут быть повреждены при падении, ожоге, проколе или раздвливании. 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.
- 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.
  - НЕ ДОПУСКАЙТЕ КОРОТКОГО ЗАМЫКАНИЯ.** Если металлический предмет соединит положительный и отрицательный 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.
  - 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.
  - 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 Φ 12 мм и длиной 80 мм должен иметь достаточный обзор от опасных частей и защищен от твердых посторонних предметов размером Φ 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

RU 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 цепи, 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.
Радиочастотные излучения CISPR 11	Класс B	
Гармонические излучения IEC 61000-3-2	Неприменимо	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.
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 % УТ; 0,5 цикл g) При 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° и 315° 0 % УТ; 1 цикл и 70 % УТ; 25/30 циклов Однофазное: при 0° 0 % УТ; 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 УТ – 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  6 В в ISM и любительских радиодиапазонах от 0,15 МГц 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> 

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.

Номинальная максимальная мощность передатчика Вт	Расстояние в зависимости от частоты передатчика м			
	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
	$d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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.

# Profitez d'une récupération de niveau supérieur avec le Theragun Prime Plus

## Apprenez à connaître vos accessoires



### **Thermothérapie par percussion -**

Massage du corps entier avec chaleur pour détendre les muscles raides et accélérer la récupération.



### **Amortisseur -**

Zones sensibles pour soulager les douleurs



### **Tête de massage standard**

- Massage de tout le corps pour réduire les tensions



### **Triangle -**

Pour gratter et drainer les omoplates et les bandelettes de Maïssiat



**Rehaussez votre appareil avec encore plus de traitements pour créer une routine de récupération adaptée à vos besoins personnels.**

Essayez l'accessoire de thérapie par le froid conçu pour traiter les blessures et réduire l'inflammation, et l'accessoire de vibration conçu pour traiter les articulations douloureuses et les zones sensibles (tous deux vendus séparément).



**Tirez le meilleur parti de vos traitements grâce à l'application Therabody.**

Utilisez la connectivité Bluetooth pour contrôler la vitesse de l'appareil, contrôler la force de massage et explorer notre bibliothèque de routines guidées étape par étape qui vous indiquent exactement quel muscle traiter, quel accessoire utiliser et comment tenir votre appareil, assurant ainsi que chaque traitement produise les meilleurs résultats pour vous.

# Theragun Prime Plus

## 1. Aperçu du produit

Profitez d'une récupération de niveau supérieur avec le Theragun Prime Plus – un puissant pistolet de massage à percussion de 16 mm amélioré avec de la chaleur dans une conception durable. L'accessoire de percussion chauffant traite les muscles en profondeur avec des doses de chaleur validées par la science pour optimiser l'échauffement, soulager les courbatures, accélérer la récupération et soulager la douleur plus rapidement que le massage par percussion seul. Obtenez un traitement efficace partout sur le corps grâce à la poignée triangulaire brevetée facile d'accès et aux 3 accessoires de percussion ciblés qui traitent à la fois les gros muscles et les zones sensibles. Contrairement aux autres pistolets de massage, Theragun Prime Plus est conçu avec un moteur silencieux et anti-calage qui vous permet de masser les nœuds les plus tenaces en utilisant jusqu'à 40 livres de pression sans compromettre la profondeur et la vitesse. Un traitement facile grâce à des commandes simples sur l'appareil et des routines guidées dans l'application Therabody.

Améliorez votre récupération avec encore plus de traitements; ajoutez l'accessoire de thérapie par le froid ou l'accessoire de vibration pour créer une routine de récupération adaptée à vos besoins personnels (l'accessoire de thérapie par le froid et l'accessoire de vibration sont vendus séparément).

## Utilisation prévue

Le massage à percussion par chaleur du Theragun Prime Plus est destinée à optimiser l'échauffement, à soulager les courbatures, à accélérer la récupération et à soulager la douleur.

## 2. Contenu de la boîte

- A** Appareil Theragun Prime Plus
- B** Accessoire de percussion chauffant
- C** Trois accessoires de percussion  
(Amortisseur, tête de massage standard, triangle)
- D** Câble de charge USB-C
- E** Pochette de transport
- F** Mode d'emploi

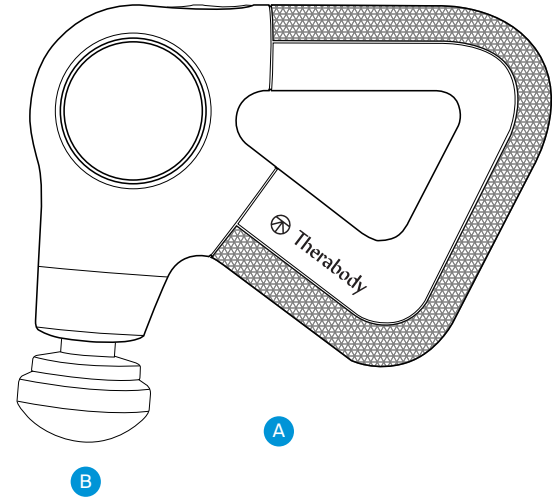
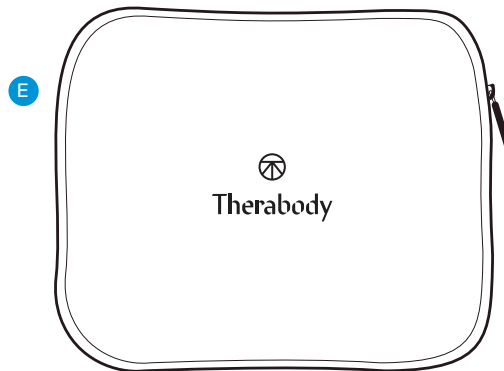
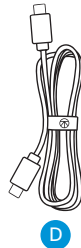
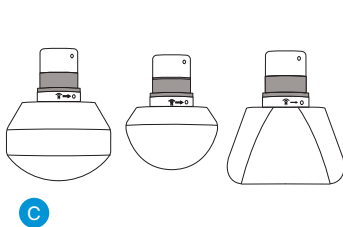
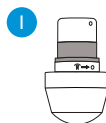
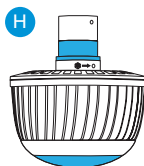


Figure 1. Contenu de la boîte

## Accessoires vendus séparément

- G** Accessoire de vibration
- H** Accessoire froid
- I** Accessoire de pouce
- J** Accessoire micro-point



## 3. Apprendre à connaître l'appareil

- 1** Panneau de commande à deux boutons facile à utiliser
  - a** Bouton d'alimentation et de vitesse (5 indicateurs de vitesse DEL)
  - b** Bouton d'intensité (3 indicateurs d'intensité DEL)
- 2** Poignée triangulaire multiprise brevetée
- 3** Port USB-C
- 4** Accessoires de percussion et de chaleur interchangeables

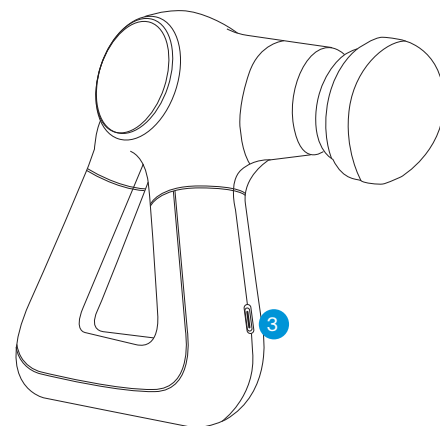
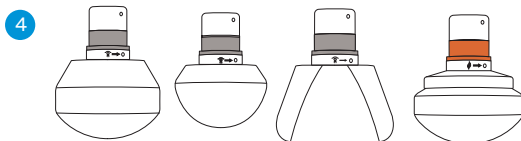
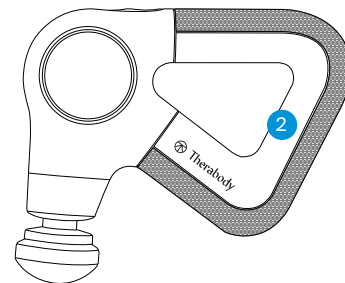
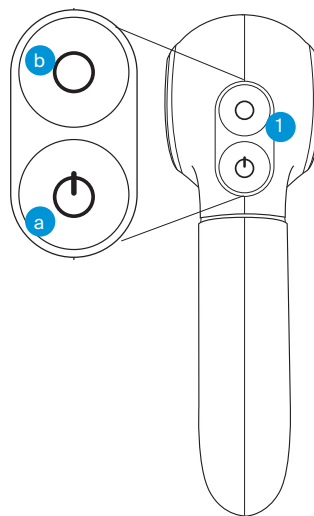


Figure 2. Schéma correspondant de l'appareil

## Téléchargez l'application Therabody

1. Téléchargez l'application Therabody depuis l'App Store ou le Play Store.
2. Suivez les instructions de l'application pour créer un nouveau compte et confirmer votre courriel.
3. Une fois connecté, suivez les étapes d'accueil pour connecter votre Theragun Prime Plus à l'application. Assurez-vous que les paramètres Bluetooth sont activés sur votre téléphone.
4. Sélectionnez « Theragun Prime Plus » comme appareil Therabody lorsque vous y êtes invité.
5. Appuyez sur le bouton d'alimentation de votre Theragun Prime Plus et maintenez-le enfoncé pour l'allumer. Le Theragun Prime Plus doit être allumé pour être détecté et jumelé à l'application.
6. Appuyez sur « Jumeler l'appareil » et sélectionnez Theragun Prime Plus pour confirmer la connexion de l'appareil et de l'application.
7. L'application Therabody vous permet de contrôler la vitesse de l'appareil, de contrôler la force de massage, d'apprendre la meilleure façon d'utiliser chaque thérapie et d'obtenir des suggestions de routine qui vous montrent exactement quel muscle traiter, quel accessoire utiliser et comment saisir votre appareil.

## 4. Utiliser l'appareil

1. **Allumez l'appareil.** Glissez votre main dans la poignée triangulaire Theragun ergonomique. Appuyez et maintenez le bouton d'alimentation enfoncé pour allumer le Theragun Prime Plus. L'écran ACL de l'appareil s'allumera lorsque l'appareil est allumé.
2. **Sélectionnez une vitesse de traitement par percussion.** Appuyez brièvement sur le bouton d'alimentation pour passer entre les cinq options de vitesse. Chaque lumière DEL s'allume pour indiquer l'intensité de la vitesse de traitement, avec une lumière DEL blanche allumée à la vitesse la plus faible et 5 lumières DEL allumées à la vitesse la plus rapide.
3. **Utiliser l'appareil.** Faites glisser l'appareil sur les zones à traiter, en appliquant progressivement une pression légère à modérée selon les besoins.
4. **Utiliser l'accessoire de thérapie par percussion.** Fixez l'accessoire de thérapie, allumez l'appareil et sélectionnez la vitesse souhaitée comme indiqué ci-dessus. Appuyez sur le bouton d'intensité pour régler la température de la chaleur. Chacune des trois lumières DEL s'allume pour indiquer l'intensité de la température de traitement : une lumière DEL orange s'allume pour faible chaleur, deux pour chaleur moyenne et trois pour chaleur élevée. Pour utiliser la chaleur sans thérapie par percussion, continuez à appuyer sur le bouton d'alimentation pour passer entre les différentes options de vitesse. Après la vitesse la plus élevée, la thérapie par percussion s'éteint.
5. **Utiliser l'accessoire de thérapie par le froid (vendu séparément).** Fixez l'accessoire de thérapie par le froid et allumez l'appareil comme indiqué ci-dessus. Veuillez noter que la percussion est désactivée pendant le traitement par le froid. Appuyez sur le bouton d'intensité pour régler la température froide. Chacune des trois lumières DEL s'allume pour indiquer l'intensité de la température de traitement : une lumière DEL bleue s'allume pour faible intensité, deux pour intensité moyenne et trois pour haute intensité.
6. **Utiliser l'accessoire de vibration (vendu séparément).** Fixez l'accessoire de vibration et allumez l'appareil comme indiqué ci-dessus. Attention, la percussion est désactivée lors du traitement par vibration. Appuyez sur le bouton d'intensité pour régler l'intensité de vibration. Chacune des trois lumières DEL s'allume pour indiquer l'intensité de la vibration de traitement : une lumière DEL verte s'allume pour faible intensité, deux pour intensité moyenne et trois pour haute intensité.
7. **Verrouiller l'appareil.** Si vous n'utilisez pas l'appareil ou si vous le transportez, verrouillez-le pour éviter de décharger la batterie ou de l'allumer accidentellement. Appuyez rapidement trois fois sur le bouton d'alimentation pour lancer la fonction de verrouillage. Appuyez sur le bouton d'alimentation et maintenez-le enfoncé pour allumer et éteindre l'appareil.
8. **Éteindre l'appareil.** Appuyez et maintenez le bouton d'alimentation enfoncé pour éteindre l'appareil.

## Éteindre automatiquement

L'appareil s'éteindra automatiquement dans les scénarios suivants :

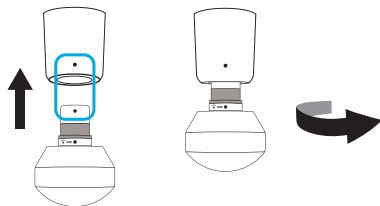
1. Si l'appareil n'est pas utilisé après avoir appuyé sur le bouton d'alimentation pour vérifier le niveau de la batterie, il s'éteindra en 5 minutes.
2. Si l'application est connectée mais que l'appareil n'est pas allumé, il s'éteindra après 10 minutes.
3. Lorsque la batterie de l'appareil est épuisée, la lumière DEL de l'appareil clignote orange, puis s'éteint.
4. Si l'appareil reste allumé avec seulement de la chaleur pendant plus d'une heure, il s'éteint.

## Connecter les accessoires

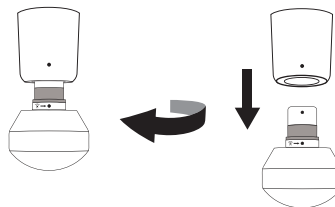
1. Assurez-vous que l'appareil est éteint avant de connecter ou de retirer les accessoires.
2. Insérez l'accessoire dans le bras de l'appareil, tournez-le dans le sens horaire et fixez-le en place.
3. Pour déverrouiller et retirer l'accessoire, tournez-le dans le sens antihoraire et retirez-le.
4. Avertissement : Ne placez pas votre doigt entre l'accessoire et l'extrémité du bras, car cela pourrait provoquer un pincement et une blessure.

\*Les accessoires peuvent être utilisés avec d'autres modèles Theragun Plus.

ALLUMÉ



ÉTEINDRE



## Utilisation des accessoires

L'appareil est livré avec quatre accessoires de haute qualité conçus pour un traitement plus personnalisé. Les accessoires de thérapie par percussion, l'amortisseur, la tête de massage standard et le triangle sont confortables et hygiéniques et n'absorbent pas la transpiration, la lotion ou les huiles.

ACCESSOIRES	GROUPE MUSCULAIRE	UTILISATION PRÉVUE
Amortisseur	Pour les zones sensibles et pour un usage général	Utilisez l'accessoire amortisseur pour un massage complet ferme mais plus doux et apaisant. L'accessoire amortisseur est spécialement conçu pour un usage général et constitue un traitement à faible impact autour des zones importantes ou osseuses. Sa large base maximise la surface de contact avec le corps.
Tête de massage standard	Pour les grands et les petits groupes musculaires	Utilisez l'accessoire de tête de massage standard pour un massage complet du corps. L'accessoire de tête de massage standard est spécialement conçu pour une utilisation générale sur les grands et petits groupes musculaires. Avec une forme plus petite et un niveau d'impact plus élevé que l'amortisseur, il est idéal pour une utilisation plus ferme.
Triangle	Pour les omoplates et les bandes IT	Échauffez les muscles et améliorez la flexibilité avec l'accessoire de triangle. Conçu de manière unique pour l'utiliser sur les omoplates et les bandes IT, l'accessoire de triangle est utilisé pour des mouvements de « grattage » et de « rinçage », imitant les techniques couramment utilisées dans les massages sportifs.
Thermothérapie par percussion	Pour les muscles	Détendez les muscles raides et accélérez la récupération. Utilisez l'accessoire de chaleur pour assouplir les muscles raides avant une séance d'entraînement, ou après une séance d'entraînement pour accélérer la récupération musculaire.
Froid (Vendu séparément)	Pour les articulations et les muscles	Soulagez l'inflammation, la douleur et le gonflement. Utilisez l'accessoire de thérapie par le froid pour soulager les gonflements et réduire l'inflammation.
Vibrations (Vendu séparément)	Pour les articulations et les zones osseuse	Soulagez les douleurs articulaires et soignez les zones sensibles. Utilisez l'accessoire de vibration pour cibler les douleurs articulaires et traiter les zones osseuses. L'accessoire de vibration stimule la circulation pour traiter les zones sensibles.
Pouce (Vendu séparément)	Pour les zones gâchettes et le bas du dos	Soulagez la douleur avec l'accessoire de pouce à point de haute pression. Spécialement conçu pour imiter un pouce humain, utilisez cet accessoire pour le traitement des points sur le bas du dos. Utilisez le pouce partout où vous avez autrement utilisé votre pouce pour soulager la douleur.
Micropoint (Vendu séparément)	Pour une stimulation accrue	Augmentez la circulation grâce à l'accessoire micropoint. L'accessoire micropoint offre un traitement hautement ciblé et augmente la stimulation et la circulation dans chaque zone de traitement.

## 6. Entretien, nettoyage et chargement

### Entretien de l'appareil

Les directives d'entretien suivantes sont importantes pour vous assurer que votre appareil continue de fonctionner comme il a été conçu. Le non-respect de ces directives peut entraîner l'arrêt du fonctionnement de votre appareil.

### Nettoyer l'appareil

Lisez attentivement les instructions suivantes avant de nettoyer l'appareil pour assurer la longévité de l'appareil et de ses composants.

1. Inspectez visuellement l'appareil pour vérifier qu'il n'y a pas de débris qui se sont accumulés.
2. Essuyez l'appareil avec un chiffon humide non abrasif et non pelucheux ou une lingette nettoyante sans alcool.
3. Séchez l'appareil avec un chiffon non abrasif et non pelucheux.
4. Après le nettoyage, laissez l'appareil sécher complètement avant de le ranger ou de commencer un autre traitement. L'appareil n'est PAS hydrofuge ou lavable à la machine. Ne laissez pas d'excès de liquide ou d'eau pénétrer dans le produit.
5. Un appareil bien nettoyé ne devrait pas présenter de signes visibles de débris ou d'humidité.

Remarque : L'appareil n'est pas hydrofuge. Nettoyez l'appareil uniquement à l'aide d'un chiffon humide ou d'une lingette nettoyante sans alcool. N'immergez pas l'appareil dans l'eau et ne le nettoyez pas sous l'eau courante. Ne laissez pas l'appareil entrer en contact avec des solutions corrosives; celles-ci peuvent endommager l'apparence et le fonctionnement de l'appareil.

### Solution QuietForce

Optimisez le fonctionnement de votre appareil grâce à la solution QuietForce. Si vous utilisez votre appareil quotidiennement, envisagez d'appliquer cette solution tous les quatre mois. Remplacements disponibles chez [therabody.com](http://therabody.com)

1. Retirez l'accessoire de votre Theragun.
2. Coupez la pointe de la bouteille contenant la solution QuietForce.
3. Tirez doucement sur le piston du bras de l'appareil.
4. Appliquez 3 à 4 gouttes de la solution, en vous assurant de couvrir toute la circonférence.
5. Allumez votre Theragun et laissez-le fonctionner pendant 10 secondes.

### Charger l'appareil

1. L'appareil est compatible USB-C et est livré avec un câble de charge. Avant de charger l'appareil, assurez-vous qu'il est éteint.
2. Connectez une extrémité du câble de charge au port de charge USB-C de l'appareil. Il est situé sur la poignée de l'appareil. Connectez l'autre extrémité du câble de charge à un adaptateur d'alimentation.
3. Le bouton d'alimentation est doté d'une lumière DEL qui indique l'état de la batterie lorsque l'appareil est allumé ou en cours de chargement. Allumez l'appareil ou appuyez sur le bouton d'alimentation pour vérifier l'état de la batterie.
  - Orange (clignote, puis s'éteint) : charge épuisée
  - Orange (clignotant) : charge très faible
  - Orange : charge faible
  - Bleu : charge moyenne
  - Vert : charge élevée
4. L'autonomie de la batterie de l'appareil peut atteindre 120 minutes, selon l'accessoire et l'intensité du traitement utilisés.

\*\*Remarque : Si vous utilisez un chargeur provenant d'un tiers, assurez-vous qu'il provient d'un fabricant certifié et qu'il n'est pas endommagé.

### Conserver et transporter l'appareil

Pour entreposer et transporter l'appareil, gardez-le dans sa pochette de transport. Rangez l'appareil dans un endroit frais et sec (Température : 0°C/32°F - 40 °C/104 °F Humidité relative : 10~95 % HR). N'entreposez pas l'appareil lorsque les températures peuvent dépasser 40 °C/104 °F, comme à la lumière directe du soleil ou dans un véhicule.

SCÉNARIO	CODE D'ERREUR AFFICHÉ	CAUSES POSSIBLES	SOLUTIONS POSSIBLES
Aucune alimentation	La lumière DEL du bouton d'alimentation clignote orange, bleu et vert.	La batterie a surchauffé pendant la charge ou l'utilisation.	Assurez-vous que le produit est éteint, retirez le produit du chargeur et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si cela ne fonctionne pas, contactez Therabody.
Aucune alimentation	Les 5 lumières DEL blanches clignent 5 fois puis s'éteignent.	Le moteur a surchauffé.	Assurez-vous que le produit est éteint et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si cela ne fonctionne pas, contactez Therabody.
La percussion fonctionne mais l'accessoire chauffant ne produit pas de chaleur.	Les 3 lumières DEL oranges clignent 5 fois puis s'éteignent.	L'accessoire chauffant a surchauffé ou autre erreur.	Assurez-vous que le produit est éteint et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si cela ne fonctionne pas, contactez Therabody.
Le produit est allumé, mais l'accessoire de thérapie par le froid ne fonctionne pas.	Les 3 lumières DEL bleues clignent 5 fois puis s'éteignent.	L'accessoire de thérapie par le froid a surchauffé ou autre erreur.	Assurez-vous que le produit est éteint et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si cela ne fonctionne pas, contactez Therabody.
Le produit est allumé, mais l'accessoire de vibration ne fonctionne pas.	Les 3 lumières DEL vertes clignent 5 fois puis s'éteignent.	L'accessoire de vibration a surchauffé ou autre erreur.	Assurez-vous que le produit est éteint et laissez-le reposer pendant 60 minutes. Si cela ne fonctionne pas, contactez Therabody.
L'appareil s'éteint automatiquement	Aucun	1. Le niveau de la batterie est faible 2. Il ne s'allume toujours pas	1. Chargez la batterie 2. Contactez Therabody
L'appareil ne s'allume pas	Aucun	1. Le niveau de la batterie est faible 2. Il ne s'allume toujours pas	1. Chargez la batterie 2. Contactez Therabody
L'appareil s'éteint au milieu du traitement ou le moteur de vibration ne se met pas en marche	Aucun	1. Vérifiez et rechargez les batteries 2. Le moteur ou la connexion ont peut-être été endommagés	Essayez de charger complètement l'appareil, retirez le câble de charge, puis appuyez sur le bouton d'alimentation pendant 3 secondes. Si le problème persiste, contactez Therabody
La batterie ne charge pas	Aucun	1. La température ambiante est trop élevée ou trop basse 2. Batterie possiblement défectueuse 3. Câble de charge possiblement défectueux	1. Chargez l'appareil lorsque la température ambiante est comprise entre 5° C et 35° C 2. Essayez d'utiliser un autre câble USB-C et un autre adaptateur 3. Contactez Therabody

# Avertissements et conseils (Précautions et contre-indications) concernant le Theragun Prime Plus

## Contexte

Les produits Therabody sont conçus pour libérer la capacité naturelle du corps à atteindre sa santé et son bien-être. Grâce à la science et à la technologie, le portefeuille de produits Therabody permet aux gens de profiter des bienfaits thérapeutiques de différents phénomènes naturels pour répondre à leurs besoins et à leurs préférences. Dans certains cas, il est conseillé de modifier la façon dont les appareils sont utilisés (précautions) ou de ne pas utiliser certains appareils (contre-indications). Lisez les informations de sécurité suivantes pour l'appareil dans son intégralité avant usage.

## Renseignements importants sur l'innocuité

### Utilisation générale de l'appareil

Cet appareil est destiné à être utilisé par des personnes en bonne santé. Cet appareil est contre-indiqué et ne doit pas être utilisé par ou sur toute personne ayant des antécédents d'épilepsie, de convulsions ou de cardiopathie.

L'appareil n'est pas recommandé pour toute personne ayant un dispositif électronique implanté (comme un stimulateur cardiaque), une arythmie cardiaque, des tumeurs ou des épisodes aigus de maladies inflammatoires. L'appareil n'est pas recommandé pour ceux qui ont une artériosclérose, des thromboses ou des implants dans la région du corps traitée. L'appareil ne devrait pas être utilisé si vous avez des taches brun foncé ou noires, telles que de grosses taches de rousseur, des taches de naissance, des grains de beauté ou des verrues, sur la zone traitée. L'appareil n'est pas recommandé si vous souffrez d'eczéma, de psoriasis, de lésions, de plaies ouvertes ou d'infections actives autres que l'acné inflammatoire légère à modérée, comme des boutons de fièvre, sur la zone traitée. Attendez que la zone infectée guérisse avant d'utiliser l'appareil. L'appareil ne doit pas être utilisé si vous avez des affections cutanées anormales causées par le diabète ou d'autres maladies systémiques ou métaboliques. Si vous avez des antécédents de poussées d'herpès sur la zone traitée, l'utilisation de l'appareil n'est pas recommandée à moins d'avoir consulté votre médecin et d'avoir reçu un traitement préventif.

Veillez consulter votre médecin avant d'utiliser l'appareil si vous êtes enceinte ou si vous allaitez. **Cessez immédiatement l'utilisation de l'appareil dès les premiers signes d'inconfort. Si vous avez des considérations médicales, veuillez consulter votre médecin avant d'utiliser l'appareil.**

## Sécurité, précautions et contre-indications

### Thérapies ciblées

Ces recommandations découlent d'une consultation avec des experts en médecine et de recherches publiées concernant les précautions et les contre-indications à compter de la date d'impression. Pour obtenir des renseignements à jour, veuillez nous rendre visite en ligne à l'adresse <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>.

### Précautions :

Une attention particulière est requise dans ces circonstances et l'utilisation de l'appareil peut devoir être modifiée. Consultez un professionnel de la santé si vous avez ou soupçonnez l'une des conditions suivantes ou si vous avez des questions.

- Hypertension (contrôlée)
- Ostéopénie
- Ostéoporose
- Grossesse
- Diabète
- Varice
- Protubérances ou régions osseuses
- Sensations anormales (p. ex., engourdissement)
- Sensibilité à la pression
- Blessure ou chirurgie récente

- Scoliose ou déformation de la colonne vertébrale
- Médicaments susceptibles de modifier les sensations

### Contre-indications :

Les circonstances suivantes sont des circonstances où les risques peuvent l'emporter sur les avantages. Consultez un professionnel de la santé avant toute utilisation.

- Éruption cutanée, plaies ouvertes, ampoules, inflammation locale des tissus, ecchymoses ou tumeurs
- Thrombose veineuse profonde, ostéomyélite
- Fracture osseuse ou myosite ossifiante
- Hypertension (contrôlée)
- Maladie cardiaque, hépatique ou rénale aiguë ou grave
- Affections neurologiques entraînant une perte ou une modification des sensations
- Application directe sur le visage, la gorge ou les organes génitaux
- Troubles de la coagulation
- Intervention chirurgicale ou blessure récente
- Maladies systémiques
- Insuffisance ou maladie vasculaire périphérique
- Anticoagulants ou médicaments qui modifient les sensations
- Pression directe sur le site chirurgical ou le matériel
- Pression directe sur les yeux ou la gorge
- Inconfort ou douleur extrême ressenti par le client
- Scoliose sévère ou déformation de la colonne vertébrale
- Stimulateur cardiaque, DCI ou antécédents d'embolie
- Allergie aux matériaux de l'appareil : plastique, silicone, aluminium, acier inoxydable, alliage de cuivre, peinture

Garantie limitée et service à la clientèle

Pour obtenir des renseignements complets sur la garantie, consultez le site [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty).

Les clients qui ont besoin d'un soutien pour un produit devraient consulter <https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> pour connaître les modes de communication disponibles.

Enregistrée par la FDA

Garantie limitée uniquement avec achat chez un détaillant autorisé

© 2024 Therabody, Inc. Tous droits réservés.

Brevets sur [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

Fabriqué et distribué par :

Therabody, Inc.  
1640 S Sepulveda, Suite 300  
Los Angeles, CA 90025

Importateurs :

Therabody International Limited  
5th Floor, 40 Mespil Road,  
DO4C2N4 Dublin, Ireland

Therabody UK Limited

Portsoken House 155-157  
The Minorities, London,  
United Kingdom, EC3N1LJ

# MISES EN GARDE DE L'UNITÉ

LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS ET LES MISES EN GARDE DE CE MANUEL, DU CHARGEUR ET DE L'APPAREIL AVANT D'UTILISER OU DE CHARGER L'APPAREIL ET SES ACCESSOIRES.









Lorsque vous utilisez l'appareil, les précautions de base suivantes doivent toujours être respectées :

- UTILISER UNIQUEMENT SELON LES DIRECTIONS.** Utilisez l'appareil comme décrit dans le manuel d'utilisation de l'appareil uniquement. L'appareil est destiné à la vente libre. L'appareil n'est pas destiné à diagnostiquer, guérir ou prévenir des maladies. Utilisez uniquement les accessoires et les pièces de rechange recommandés par Therabody. Cet appareil est un outil mécanique avancé avec des composants électriques. Si l'appareil et ses accessoires ne sont pas utilisés ou entretenus correctement, il y a un risque d'incendie, d'électrocution ou de blessure. Le fait de ne pas utiliser et entretenir l'appareil et les accessoires correspondants conformément aux instructions énoncées dans le présent manuel rendra la garantie nulle et peut endommager le produit ou entraîner des blessures physiques. L'appareil est destiné à un usage commercial ou domestique.
- NE CONVIENT PAS AUX ENFANTS.** L'appareil n'est pas destiné à être utilisé par les jeunes enfants ou les personnes souffrant de capacités physiques, sensorielles ou de raisonnement réduites ou de manque d'expérience et de connaissances, à moins qu'une personne responsable de leur sécurité ne les surveille ou ne leur donne des instructions sur l'utilisation de l'appareil. L'appareil n'est pas un jouet. Ne pas jouer avec les composants électriques, ne pas les plier ni les tirer. Conseil aux enfants de ne pas jouer avec l'appareil ou les accessoires. Les personnes de moins de 18 ans utilisant l'appareil doivent être surveillées par un adulte.
- CHARGEMENT.** Si votre appareil ne s'allume pas ou si l'indicateur de batterie affiche un niveau de batterie faible, veuillez le recharger avant la première utilisation. Chargez la batterie à l'aide du câble USB-C (inclus). Lorsque vous utilisez le câble de charge (inclus), assurez-vous que son connecteur USB-C est entièrement inséré dans un adaptateur d'alimentation compatible avant de brancher l'adaptateur sur une prise. Vous pouvez également charger la batterie avec des câbles tiers compatibles avec USB-C et conformes aux réglementations nationales applicables ainsi qu'aux normes de sécurité internationales et régionales. D'autres adaptateurs peuvent ne pas répondre aux normes de sécurité applicables, et le chargement avec de tels adaptateurs peut présenter un risque de mort ou de blessure. Ne forcez pas pour insérer le câble. Chargez complètement l'appareil au moins une fois tous les six mois pour éviter d'endommager l'appareil et la batterie. Débranchez l'adaptateur d'alimentation et le câble de chargement lorsqu'ils ne sont pas utilisés.
- NE PAS SURCHARGER.** Ne laissez pas l'appareil connecté à l'adaptateur d'alimentation pendant plus d'une heure après que la batterie soit complètement chargée. La batterie comprend un système de protection pour éviter le risque de surcharge. Cependant, la surcharge peut réduire sa durée de vie au fil du temps.
- LIEUX DE CHARGEMENT.** Chargez l'appareil à l'aide d'un adaptateur d'alimentation et d'un câble de charge. Évitez tout contact cutané lorsque le câble USB-C est branché sur une source d'alimentation, car cela peut causer de l'inconfort ou des blessures. Ne dormez pas et ne vous asseyez pas sur le connecteur USB-C. L'appareil doit être chargé à l'intérieur dans un endroit bien ventilé et sec. Ne chargez pas l'appareil à l'extérieur, dans une salle de bain ou à moins de 3,1 mètres d'une baignoire ou d'une piscine. N'utilisez pas l'appareil ou le chargeur sur des surfaces humides et n'exposez pas le chargeur à l'humidité, à la pluie ou à la neige. N'utilisez pas l'appareil ou son chargeur compatible en présence d'atmosphères explosives (fumées gazeuses, poussières, grains, poudres métalliques ou matériaux inflammables). Des étincelles peuvent se produire et provoquer un incendie.
- DÉBRANCHER LE CHARGEUR ET ENTRETIEN.** Tirez la fiche, pas le cordon, pour réduire le risque d'endommager la prise électrique et le cordon. Ne transportez jamais le chargeur par son cordon. Gardez le cordon à l'écart de la chaleur, de l'huile et des bords tranchants. N'étirez pas le câble du chargeur et ne tendez pas. Ne manipulez pas le chargeur, les terminaux ou l'appareil avec des mains mouillées. Débranchez toujours cet appareil de la prise électrique immédiatement après utilisation et avant le nettoyage. Rangez les câbles afin d'éviter que quelqu'un ne marche dessus, ne trébuche, ne les tende ou ne les endommage de quelque manière que ce soit. N'utilisez pas un adaptateur d'alimentation ou un câble de recharge qui a reçu un coup violent, qui est tombé, qui a été écrasé ou endommagé de quelque manière que ce soit. Pour l'entreposage à long terme, entreposez-le avec une batterie complètement chargée.
- UTILISATION.** Cessez d'utiliser l'appareil si vous ressentez de la douleur ou de l'inconfort. Si à n'importe quel moment du traitement vous ressentez de la douleur ou de l'inconfort, cessez immédiatement le traitement. Cessez l'utilisation de l'appareil s'il surchauffe ou devient inconfortable. Ne placez pas votre doigt entre l'accessoire et l'extrémité du bras, car cela pourrait provoquer un pincement et une blessure.
- NE PAS UTILISER SOUS UNE COUVERTURE ET UN OREILLER.** Un chauffage excessif peut se produire et causer un incendie, un choc électrique ou des blessures.
- ENTRETIEN ET RÉPARATION DE L'APPAREIL.** Manipulez l'appareil avec soin. L'appareil contient des composants électroniques qui peuvent être endommagés en cas de chute, de brûlure, de perforation ou de concassage. Ne démontez pas l'appareil et ne tentez pas de le réparer vous-même. Le démontage de l'appareil peut l'endommager et provoquer des blessures. Si l'appareil est endommagé ou en cas de dysfonctionnement, contactez le service à la clientèle de Therabody. La garantie sera annulée si l'appareil, les batteries ou le chargeur est démonté ou si des pièces ont été retirées. Ne l'utilisez pas s'il est endommagé, car il peut entraîner des blessures. Ne percez pas et n'endommagez pas l'appareil. L'appareil n'est PAS hydrofuge. L'appareil n'est pas lavable à la machine. Ne placez pas ou ne rangez pas l'appareil où il peut tomber ou être tiré dans une baignoire ou un évier. Ne placez pas ou n'échappez pas le socle dans l'eau ou d'autres liquides. Ne tentez pas de ramasser un appareil qui est tombé dans l'eau ou qui a été en contact avec de l'eau. Débranchez immédiatement. Nettoyez l'appareil en suivant les directives figurant dans la section « Nettoyage » ci-dessus.

- LES PRODUITS CHIMIQUES DE LA BATTERIE PROVOQUENT DE GRAVES BRÛLURES.** Ne laissez jamais la batterie interne entrer en contact avec la peau, les yeux ou la bouche. Si une batterie endommagée laisse échapper des produits chimiques, utilisez des gants en caoutchouc ou en néoprène pour vous en débarrasser. Si la peau est exposée aux liquides de la batterie, lavez avec du savon et de l'eau et rincez avec du vinaigre. Si les yeux sont exposés aux produits chimiques de la batterie, rincez immédiatement à l'eau pendant 20 minutes et consultez un médecin. Enlevez et jetez les vêtements contaminés.
- NE PAS FAIRE DE COURT-CIRCUIT.** Une batterie court-circuite si un objet métallique relie les contacts positif et négatif de la batterie ou du connecteur 16 V. Ne placez pas la batterie à proximité d'objets susceptibles de provoquer un court-circuit, tels que des pièces de monnaie, des clés ou des clous dans votre poche. Une batterie court-circuitée peut causer un incendie et des blessures.
- ENTREPOSAGE DE L'APPAREIL ET DES ACCESSOIRES.** Entreposez dans un endroit frais et sec. Chargez uniquement l'appareil lorsque la température ambiante est comprise entre -4 à 113 °F (-20 à 45 °C). N'entreposez pas l'appareil ni le câble de charge lorsque les températures peuvent dépasser 45 °C (113 °F), comme à la lumière directe du soleil, dans un véhicule ou dans un bâtiment métallique pendant l'été.
- MISE AU REBUT DES APPAREILS.** Cet appareil contient une batterie au lithium-ion, et des précautions doivent être prises lors de la mise au rebut de l'appareil. Avant de vous débarrasser de cet appareil, veuillez consulter les lois et exigences locales relatives à la mise au rebut des batteries au lithium-ion. La méthode préférée est le recyclage de l'ensemble de l'appareil.

## Étiquette et symboles

Les étiquettes et symboles suivants apparaissent sur Theragun Prime Plus : étiquetage

Non.	Icône	Description
1		Marque CE
2		Lisez le manuel d'utilisation avant de vous en servir.
3		Collecte sélective des déchets d'équipements électriques et électroniques. Remarque : Pour de plus amples renseignements sur la disposition de l'équipement, de ses pièces et de ses accessoires, veuillez communiquer avec votre distributeur local.
4	IP 22	Classification IP : Le premier numéro 2 : Protégé contre l'accès aux parties dangereuses avec un doigt, et le doigt d'épreuve articulé de 12 mm Φ, 80 mm de longueur, doit avoir un espace suffisant par rapport aux parties dangereuses, et protégé contre les corps étrangers solides de 12,5 mm Φ et plus.
5		Marque RCM
6		Pièce d'application de type BF
7		Informations sur le fabricant
8		Marque UKCA pour le Royaume-Uni
9		Bluetooth

Theragun Prime Plus

Exigence de CEI 60601-1 et CEI60601-11 (Avertissement)—Pour les dispositifs médicaux, s'appliquer aux É.-U., CA

Cet appareil est un équipement de classe III et de type BF. Il est conforme aux normes de sécurité électrique médicale (CEI 60601-1).

Cet appareil est également conforme à la norme CEM médicale (CEI 60601-1-2).

L'appareil a été testé et déclaré conforme aux limites de compatibilité électromagnétique (CEM) pour les dispositifs médicaux selon la norme CEI 60601-1-2 :2014. Les limites sont conçues pour assurer une protection suffisante contre les interférences nuisibles dans les installations médicales atypiques.

**1\* MISE EN GARDE :** L'utilisation de cet appareil à côté ou emplié avec d'autres appareils doit être évitée car elle pourrait entraîner un mauvais fonctionnement. Si une telle utilisation est nécessaire, cet équipement et les autres équipements doivent être observés pour vérifier qu'ils fonctionnent normalement.

**2\* MISE EN GARDE :** Utilisation des accessoires. Les transducteurs et les câbles autres que ceux spécifiés ou fournis par le fabricant peuvent entraîner une augmentation des émissions électromagnétiques ou une diminution de l'immunité électromagnétique de cet équipement et entraîner un bon fonctionnement.

**3\* MISE EN GARDE :** L'équipement de communication RF portable (y compris les périphériques tels que les câbles et les antennes externes) ne doit pas être utilisé plus de 30 cm (12 pouces) dans n'importe quelle partie de l'ÉQUIPEMENT EM, y compris les câbles spécifiés par le fabricant. Dans le cas contraire, une dégradation des performances de cet équipement pourrait en résulter.

deux conditions suivantes : (1) Cet appareil ne doit pas provoquer d'interférences préjudiciables, et (2) il doit accepter toute interférence reçue, y compris les interférences pouvant entraîner un mauvais fonctionnement.

Les changements et modifications apportés à cet appareil qui ne sont pas autorisés par la partie responsable de la conformité peuvent résilier le droit à l'utilisateur d'utiliser l'équipement.

Cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limites imposées aux appareils numériques de la classe B, en vertu de la partie 15 des règles de la FCC. Les limites sont conçues pour assurer une protection suffisante contre les interférences nuisibles dans les installations résidentielles. Cet équipement génère, utilise et peut dégager de l'énergie de radiofréquence et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément aux directives du fabricant, provoquer des interférences préjudiciables aux communications radio. Il n'existe toutefois aucune garantie qu'un équipement particulier ne souffrira pas d'interférences.

Si cet équipement entraîne des interférences préjudiciables à la réception des émissions radio ou de télévision, identifiables en éteignant et en allumant l'appareil, il est recommandé que l'utilisateur tente de résoudre ce problème au moyen d'une ou plusieurs des mesures suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne réceptrice.
- Augmenter la distance entre l'équipement et le récepteur.
- Connecter l'équipement à une prise sur un circuit différent de celui sur lequel est branché le récepteur.
- Obtenir de l'aide auprès du revendeur ou d'un technicien radio/TV expérimenté.

Déclaration de conformité de l'ISDE

Cet appareil contient des émetteurs et des récepteurs exempts de licence qui sont conformes aux CNR exempts de licence d'Innovation, Sciences et Développement économique Canada. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes :

- (1) Cet appareil ne doit pas provoquer d'interférences.
- (2) Cet appareil doit accepter toute interférence reçue, y compris les interférences pouvant entraîner un mauvais fonctionnement.

Cet appareil est conforme à la partie 15 des règles de la FCC. Son fonctionnement est soumis aux

### Conseils et déclaration du fabricant – Conseils pour l'émission électromagnétique

Le Theragun Prime Plus est destiné à être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur du Theragun Prime Plus doit s'assurer d'utiliser l'appareil dans un tel environnement.

Test d'émission	Conformité	Environnement électromagnétique - Conseils
Émissions RF CISPR 11	Groupe 1	Le Theragun Prime Plus utilise l'énergie RF exclusivement pour sa fonction interne. Par conséquent, ses émissions RF sont très faibles et ne devraient pas causer d'interférences dans les appareils électroniques situés à proximité.
Émissions RF CISPR 11	Classe B	Le Theragun Prime Plus convient à tous les établissements, y compris les établissements domestiques et ceux qui sont directement raccordés au réseau public d'alimentation électrique à basse tension qui alimente les bâtiments à usage domestique.
Émissions harmoniques CEI 61000-3-2	Sans objet	
Fluctuations de tension émissions de papillotement IEC 61000-3-3	Sans objet	

# Conseils et déclaration du fabricant – Immunité électromagnétique pour ÉQUIPEMENT et SYSTÈMES

FR  
CA

## Conseils et déclaration du fabricant – Immunité électromagnétique

Le Theragun Prime Plus est destiné à être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur du Theragun Prime Plus doit s'assurer d'utiliser l'appareil dans un tel environnement.


Test d'immunité	Niveau composite CEI 60601	Niveau de conformité	Environnement électromagnétique - Conseils
Électrostatique Décharge électrostatique (DES)  IEC 61000-4-2	± 8 kV contact  ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV air	± 8 kV contact  ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV air	Les sols devraient être en bois, en béton ou en carreaux de céramique. Si les sols sont recouverts d'un matériau synthétique, l'humidité relative doit être d'au moins 30 %.
Électrostatique transitoire / décharge  IEC 61000-4-4	± 2 kV pour les lignes lignes d'alimentation  ±1 kV pour les lignes d'entrée/de sortie	S.O.	La qualité de l'alimentation secteur doit être similaire à celle d'un environnement commercial ou foyer typique.
Surtension  IEC 61000-4-5	± 1 kV mode différentiel  ± 2 kV mode commun	S.O.	La qualité de l'alimentation secteur doit être similaire à celle d'un environnement commercial ou foyer typique.
Creux de tension, courtes interruptions et variations de tension sur les lignes d'entrée d'alimentation électrique  IEC 61000-4-11	0 % UT; 0,5 cycle g) À 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° et 315°  0 % UT; 1 cycle et 70 % UT; 25/30 cycles monophasé : à 0°  0 % UT; cycle 250/300	S.O.	La qualité de l'alimentation secteur doit être similaire à celle d'un environnement commercial ou foyer typique. Si l'utilisateur du Theragun Prime Plus doit continuer à le faire fonctionner pendant les interruptions du réseau électrique, il est recommandé d'alimenter le Theragun Prime Plus à partir d'une alimentation sans interruption ou d'une batterie.
Fréquence d'alimentation (50/60 Hz) champ magnétique  IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Les champs magnétiques à haute fréquence doivent être à des niveaux typiques d'un emplacement dans un environnement commercial ou foyer typique.

REMARQUE UT est la tension du secteur CA avant l'application du niveau composite.

# Conseils et déclaration du fabricant – Immunité électromagnétique pour ÉQUIPEMENT et SYSTÈME

## Conseils et déclaration du fabricant – Immunité électromagnétique

Le Theragun Prime Plus est destiné à être utilisé dans l'environnement électromagnétique spécifié ci-dessous. Le client ou l'utilisateur du Theragun Prime Plus doit s'assurer d'utiliser l'appareil dans un tel environnement.

Test d'immunité	Niveau composite CEI 60601	Niveau de conformité	Environnement électromagnétique - Conseils
RF conduite IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz à 80 MHz 6 V en bande radio ISM et amateur entre 0,15 MHz et 80 MHz	S.O.	<p>Les équipements de communication RF portables et mobiles ne doivent pas être utilisés à une distance plus proche de toute partie du Theragun Prime Plus, y compris les câbles, que la distance de sécurité recommandée calculée à partir de l'équation applicable à la fréquence de l'émetteur.</p> <p>Distance de sécurité recommandée</p> $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
RF rayonnée CEI 61000-3-3	10 V/m 80 MHz à 2,7 GHz Spécifications de test pour l'IMMUNITÉ DES PORTS D'ENCEINTE à l'égard des équipements de communication sans fil RF (voir tableau 9 de la IEC 60601-1-2:2014).	10 V/m 80 MHz à 2,7 GHz Spécifications de test pour l'IMMUNITÉ DES PORTS D'ENCEINTE à l'égard des équipements de communication sans fil RF (voir tableau 9 de la 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>où P est la cote de puissance de sortie maximale de l'émetteur en watt (W) selon le fabricant de l'émetteur et d est la distance de sécurité recommandée en mètres (m).b</p> <p>Les intensités de champ des émetteurs RF fixes, déterminées par une étude électromagnétique du site, a doivent être inférieures au niveau de conformité dans chaque plage de fréquences.b</p> <p>Des interférences peuvent se produire à proximité d'équipements marqués par le symbole suivant :</p> 

REMARQUE 1 Pour 80 MHz et 800 MHz, la plage de fréquence la plus élevée s'applique.

REMARQUE 2 Ces directives ne s'appliquent peut-être pas à toutes les situations. L'électromagnétique est influencée par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.

a Les bandes ISM (industrielles, scientifiques et médicales) comprises entre 150 kHz et 80 MHz sont les suivantes : 6,765 MHz à 6,795 MHz; 13,553 MHz à 13,567 MHz; 26,957 MHz à 27,283 MHz; et 40,66 MHz à 40,70 MHz. Les bandes radio comprises entre 0,15 MHz et 80 MHz sont les suivantes : 1,8 MHz à 2,0 MHz, 3,5 MHz à 4,0 MHz, 5,3 MHz à 5,4 MHz, 7 MHz à 7,3 MHz, 10,1 MHz à 10,15 MHz, 14 MHz à 14,2 MHz, 18,07 MHz à 18,17 MHz, 21,0 MHz à 21,4 MHz, 24,89 MHz à 24,99 MHz, 28,0 MHz à 29,7 MHz et 50,0 MHz à 54,0 MHz.

b Les intensités de champ des émetteurs fixes, comme les stations de base des radiotéléphones (cellulaires/sans fil) et les installations radios mobiles, les radioamateurs, les émissions de radio AM et FM et les émissions de télévision ne peuvent pas être prédites théoriquement avec précision. Pour évaluer l'environnement électromagnétique lié aux émetteurs RF fixes, une étude électromagnétique du site doit être réalisée. Si l'intensité de champ mesurée dans le lieu

dans lequel le Theragun Prime Plus sera utilisé dépasse le niveau de conformité RF applicable indiqué ci-dessus, le Theragun Prime Plus doit être surveillé pour vérifier son fonctionnement normal. Si des performances anormales sont constatées, il sera peut-être nécessaire de prendre des mesures supplémentaires, comme réorienter ou déplacer le Theragun Prime Plus.

c Dans la gamme de fréquences de 150 kHz à 80 MHz, les intensités de champ devraient être inférieures à 3 V/m.

## Distances de sécurité recommandées entre les appareils de communication RF portables et mobiles et l'ÉQUIPEMENT ou le SYSTÈME - pour ÉQUIPEMENT et SYSTÈMES

### Distances de sécurité recommandées des équipements de communication RF portables et mobiles et le Theragun Prime Plus.

Le Theragun Prime Plus est destiné à être utilisé dans un environnement électromagnétique dans lequel les perturbations RF rayonnées sont contrôlées. Le client ou l'utilisateur du Theragun Prime Plus peut prévenir les interférences électromagnétiques en maintenant une distance minimale entre les équipements de communication RF portables et mobiles (émetteurs) et le Theragun Prime Plus, comme recommandé ci-dessous, en fonction de la puissance de sortie maximale de l'équipement de communication

#### Distance de sécurité en fonction de la fréquence de l'émetteur M

Sortie maximale nominale de l'émetteur W	150 kHz à 80 MHz en dehors d'ISM et de bandes de radio $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	150 kHz à 80 MHz dans les ISM et les bandes de radio $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	80 MHz à 800 MHz $d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	800 MHz à 2,7 GHz $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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

Pour les émetteurs dont la puissance de sortie maximale n'est pas indiquée ci-dessus, la distance de sécurité recommandée en mètres (m) peut être estimée à l'aide de l'équation applicable à la fréquence de l'émetteur, où P est la cote de puissance de sortie maximale de l'émetteur en watt (W) selon le fabricant de l'émetteur.

REMARQUE 1: Pour 80 MHz et 800 MHz, la distance de sécurité correspondant à la plage de fréquence la plus élevée s'applique.

REMARQUE 2 Ces directives ne s'appliquent peut-être pas à toutes les situations. La propagation électromagnétique est influencée par l'absorption et la réflexion des structures, des objets et des personnes.

# Experimenta una recuperación de nivel superior con Theragun Prime Plus

## Conoce tus accesorios



### **Percusión con calor:**

masaje corporal completo con calor para aflojar los músculos rígidos y acelerar la recuperación



### **Amortiguador:**

zonas delicadas o sensibles para aliviar dolores y molestias



### **Bola estándar:**

masaje de cuerpo completo para reducir la tensión



### **Cuña:**

para frotar y enjuagar los omóplatos y las bandas IT



**Actualiza tu dispositivo con aún más tratamientos para crear una rutina de recuperación específica para tus necesidades personales.**

Prueba el accesorio de frío diseñado para tratar lesiones y reducir la inflamación, y el accesorio de vibración diseñado para tratar las articulaciones doloridas y las áreas sensibles (ambos se venden por separado).



**Saca el máximo partido a tus tratamientos con la aplicación Therabody.**

Utiliza la conectividad Bluetooth para controlar la velocidad del dispositivo, monitorear la fuerza del masaje y explorar nuestra biblioteca paso a paso, con rutinas guiadas que te muestran exactamente qué músculo tratar, qué accesorio utilizar y cómo sujetar el dispositivo, garantizando que cada tratamiento te proporcione los mejores resultados.

# Theragun Prime Plus

## 1. Descripción general del producto

Experimenta una recuperación de nivel superior con Theragun Prime Plus: una potente pistola de masaje de percusión de 16 mm mejorada con calor en un diseño duradero. El accesorio de percusión caliente trata en profundidad los músculos con dosis de calor respaldadas por la ciencia para ayudar a optimizar el calentamiento, reducir y aliviar el dolor, y acelerar la recuperación más rápido que el masaje de percusión solo. Consigue un tratamiento eficaz en cualquier parte del cuerpo con la empuñadura triangular patentada de fácil alcance y 3 accesorios de percusión específicos que tratan tanto los músculos grandes como las zonas sensibles. A diferencia de otras pistolas de masaje, Theragun Prime Plus está fabricada con un motor silencioso y antipérdida para que puedas hacer masajes hasta en los nudos más difíciles utilizando hasta 40 libras de presión sin comprometer la profundidad ni la velocidad. El tratamiento es fácil con sencillos controles en el dispositivo y rutinas guiadas en la aplicación Therabody.

Mejora tu recuperación con aún más tratamientos: agrega el accesorio de frío o el accesorio de vibración para crear una rutina de recuperación específica para tus necesidades personales (el accesorio de frío y el accesorio de vibración se venden por separado).

## Uso previsto

La terapia de masaje de percusión caliente Theragun Prime Plus está diseñada para ayudar a optimizar el calentamiento, reducir y aliviar el dolor, y acelerar la recuperación.

## 1. Qué hay en la caja

- A** Dispositivo Theragun Prime Plus
- B** Accesorio de percusión de calor
- C** Tres accesorios de percusión (Amortiguador, bola estándar, cuña)
- D** Cable de carga USB-C
- E** Bolsa de viaje
- F** Manual de instrucciones

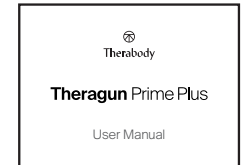
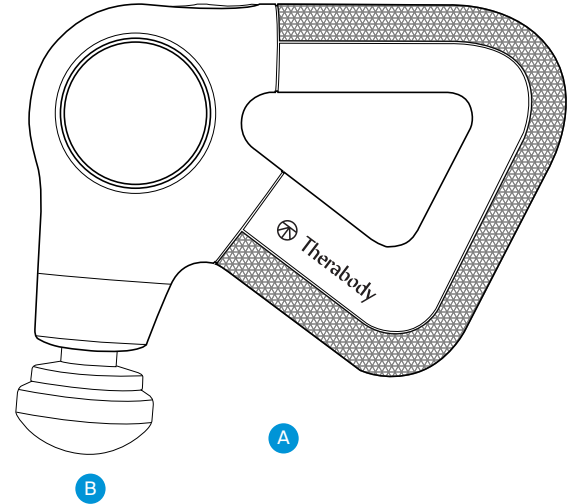
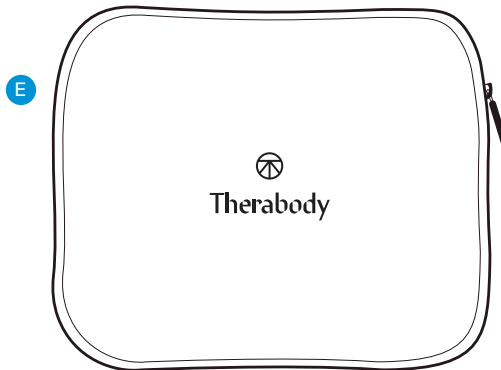
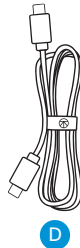
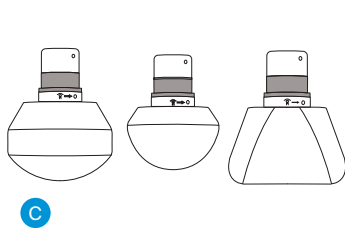
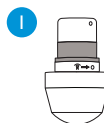
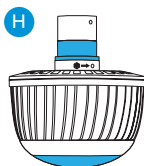


Figura 1. Qué hay en la caja

## Los accesorios se venden por separado

- G** Accesorio de vibración
- H** Accesorio de frío
- I** Accesorio de pulgar
- J** Accesorio de micropunto



## 3. Conoce el dispositivo

- 1** Panel de control de dos botones fácil de usar
  - a** Botón de encendido y velocidad (5 indicadores LED de velocidad)
  - b** Botón de intensidad (3 indicadores LED de intensidad)
- 2** Mango multiagarre triangular patentado
- 3** Puerto USB-C
- 4** Accesorios intercambiables de calor y percusión

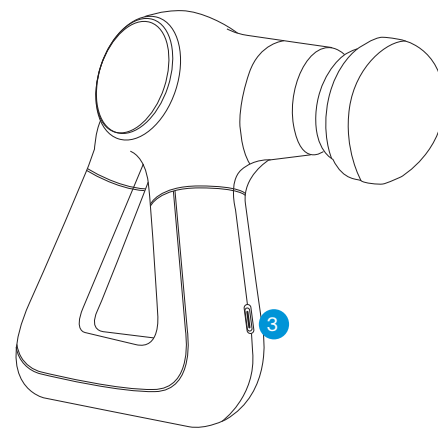
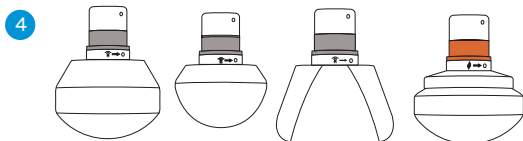
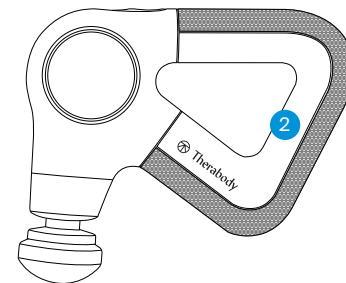
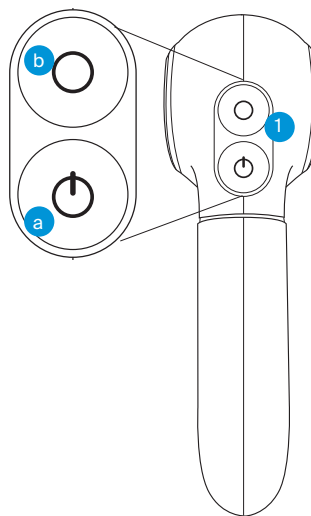


Figura 2. Diagrama correspondiente del dispositivo

## Descargue la aplicación Therabody

1. Descarga la aplicación Therabody desde la App Store o Play Store.
2. Sigue las instrucciones de la aplicación para crear una nueva cuenta de aplicación y verificar tu correo electrónico.
3. Después de iniciar sesión, sigue los pasos de incorporación para conectar Theragun Prime Plus a la aplicación. Asegúrate de que la configuración de Bluetooth esté habilitada para tu teléfono.
4. Selecciona "Theragun Prime Plus" como su dispositivo Therabody cuando se te indique.
5. Mantén presionado el botón de encendido de Theragun Prime Plus para activarlo. Theragun Prime Plus debe estar encendido para localizarlo y emparejarlo con la aplicación.
6. Presiona "Emparejar dispositivo" y selecciona Theragun Prime Plus para confirmar la conexión del dispositivo y de la aplicación.
7. La aplicación Therabody te permite controlar la velocidad del dispositivo, monitorear la fuerza del masaje, aprender la mejor manera de usar cada terapia y obtener sugerencias de rutina que te muestran exactamente qué músculo tratar, qué accesorio usar y cómo sujetar el dispositivo.

## 4. Usar el dispositivo

1. **Enciende el dispositivo.** Desliza la mano en el mango triangular Theragun con diseño ergonómico. Mantén presionado el botón de encendido para activar Theragun Prime Plus. Los LED del dispositivo se iluminarán cuando el dispositivo esté encendido.
2. **Selecciona una velocidad de tratamiento de percusión.** Presiona el botón de encendido para alternar entre las cinco opciones de velocidad de tratamiento. Cada luz LED se iluminará para indicar la intensidad de la velocidad del tratamiento, con un LED blanco iluminado a la velocidad más baja y 5 LED iluminados a la velocidad más rápida.
3. **Usa el dispositivo.** Mueve el dispositivo por las áreas que necesitan tratamiento y aplica presión de ligera a moderada gradualmente según sea necesario.
4. **Utiliza el accesorio de percusión de calor.** Conecta el accesorio de calor, enciende el dispositivo y selecciona la velocidad deseada como se indicó anteriormente. Presiona el botón de intensidad para ajustar la temperatura del calor. Cada una de las tres luces LED se iluminarán para indicar la intensidad de la temperatura de tratamiento, con un LED naranja iluminado con calor bajo, dos a calor medio y tres a calor alto. Para usar calor sin terapia de percusión, continúa presionando el botón de encendido para alternar entre las opciones de velocidad. Después de la velocidad más alta, la terapia de percusión se desactivará.
5. **Uso del accesorio frío (se vende por separado).** Conecta el accesorio frío y enciende el dispositivo como se indicó anteriormente. Ten en cuenta que la percusión se desactiva durante el tratamiento en frío. Presiona el botón de intensidad para ajustar la temperatura fría. Cada una de las tres luces LED se iluminará para indicar la intensidad de la temperatura de tratamiento, con un LED azul iluminado a baja intensidad, dos a intensidad media y tres a alta intensidad.
6. **Uso del accesorio de vibración (se vende por separado).** Coloca el accesorio de vibración y activa el dispositivo como se ha indicado anteriormente. Ten en cuenta que la percusión se desactiva durante el tratamiento de vibración. Presiona el botón de intensidad para ajustar la intensidad de la vibración. Cada una de las tres luces LED se iluminará para indicar la intensidad de la vibración del tratamiento, con un LED verde iluminado a baja intensidad, dos a intensidad media y tres a alta intensidad.
7. **Bloquea el dispositivo.** Cuando no esté en uso o durante el transporte, bloquea el dispositivo para evitar que se agote la batería o que se active accidentalmente. Presiona rápidamente el botón de encendido tres veces para iniciar la función de bloqueo. Nuevamente, presiona rápidamente el botón de encendido tres veces más para desbloquear.
8. **Apaga el dispositivo.** Mantén presionado el botón de encendido para apagar el dispositivo.

## Apagado automático

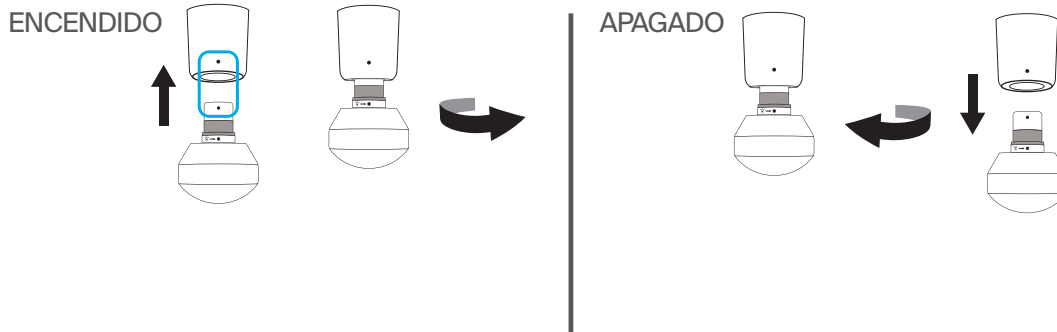
El dispositivo se apagará automáticamente en los siguientes escenarios:

1. Si el dispositivo no se usa después de presionar el botón de encendido para verificar el nivel de la batería, se apagará en 5 minutos.
2. Si la aplicación está conectada, pero el dispositivo no está encendido, se apagará después de 10 minutos.
3. Cuando el dispositivo está sin batería, el indicador LED del dispositivo parpadeará en naranja y luego se apagará.
4. Si el dispositivo está encendido solo con calor durante más de 1 hora, se apagará.

## Conexión de los accesorios

1. Asegúrese de que el dispositivo está apagado antes de conectar o retirar cualquier accesorio.
2. Inserta el accesorio en el brazo del dispositivo, gira en sentido horario y bloquéalo en su lugar.
3. Para desbloquear y quitar el accesorio, gira en sentido antihorario y tira de él.
4. Advertencia: no coloques el dedo entre el accesorio y el extremo del brazo, ya que esto puede causar pellizcos o lesiones.

\*Los accesorios se pueden utilizar en otros modelos de Theragun Plus.



## Uso de los accesorios

El dispositivo viene con cuatro accesorios de alta calidad diseñados para un tratamiento más personalizado. Los accesorios de percusión térmica, amortiguador, bola estándar y cuña son cómodos e higiénicos y no absorben sudor, loción ni grasas.

ACCESORIO	GRUPO MUSCULAR	USO PREVISTO
Amortiguador	Para zonas sensibles o delicadas y para uso general	Usa el accesorio Amortiguador para un masaje corporal firme, pero más suave y relajante. El accesorio Amortiguador está diseñado específicamente para uso general y es un tratamiento de bajo impacto alrededor de áreas sensibles u óseas. Su amplia base maximiza la superficie para un contacto mayor y más eficiente con el cuerpo.
Bola estándar	Para grupos musculares grandes y pequeños	Usa el accesorio Bola estándar para un masaje de cuerpo entero. El accesorio Bola estándar está diseñado específicamente para uso general en grupos musculares grandes y pequeños. Con una forma más pequeña y un nivel de impacto más alto que el amortiguador, es una opción más firme para el uso general y es tu accesorio de referencia para la tensión.
Cuña	Para omóplatos y banda IT	Calienta los músculos y mejora la flexibilidad con el accesorio Cuña. Diseñado exclusivamente para su uso en omóplatos y bandas IT, el accesorio Cuña se usa para movimientos de “frotamiento” y “descarga”, técnicas de espejo que se usan comúnmente en masajes deportivos.
Percusión con calor	Para los músculos	Afloja los músculos rígidos y acelera la recuperación. Usa el accesorio de calor para aflojar los músculos rígidos antes o después de un entrenamiento para acelerar la recuperación muscular.
Frío (Se vende por separado)	Para articulaciones y músculos	Reduce la inflamación, el dolor y la hinchazón. Usa el accesorio de frío para aliviar la hinchazón y reducir la inflamación.
Vibración (Se vende por separado)	Para articulaciones y zonas óseas	Alivia el dolor articular y trata las zonas sensibles. Utiliza el accesorio de vibración para tratar el dolor articular y las zonas óseas. El accesorio de vibración aumenta la circulación para tratar áreas sensibles.
Pulgar (Se vende por separado)	Para los puntos desencadenantes y la espalda baja	Alivia el dolor con el accesorio Pulgar de punto de alta presión. Diseñado específicamente para imitar un pulgar humano, utiliza este accesorio para la terapia puntual en la zona lumbar. Usa el pulgar en cualquier lugar donde de otra manera hayas usado tu pulgar para aliviar el dolor.
Micropunto (Se vende por separado)	Para una mayor estimulación	Aumenta la circulación con el accesorio Micropunto. Este accesorio proporciona un tratamiento altamente específico, y aumenta la estimulación y la circulación en cada zona de tratamiento.

## 6. Cuidado, limpieza y carga

### Mantenimiento del dispositivo

Las siguientes instrucciones de mantenimiento son importantes para garantizar que su dispositivo siga funcionando como para lo que se diseñó. No seguir estas instrucciones puede hacer que su dispositivo deje de funcionar.

### Limpieza del dispositivo

Lee atentamente las siguientes instrucciones antes de limpiar el dispositivo para garantizar la longevidad del dispositivo y sus componentes.

1. Inspeccione visualmente el dispositivo para detectar cualquier signo obvio de acumulación de partículas.
2. Limpia el dispositivo con un paño húmedo no abrasivo, sin pelusa o una toalla limpiadora sin alcohol.
3. Seca el dispositivo con un paño suave y sin pelusas.
4. Después de limpiar, deja que el dispositivo se seque completamente antes de guardarlo o comenzar otro tratamiento. El dispositivo NO es resistente al agua ni se puede lavar a máquina. No permitas que ingrese agua ni líquidos en exceso en el producto.
5. Un dispositivo correctamente limpio no debe tener signos visibles de suciedad o humedad.

Nota: Este producto no es resistente al agua. Limpia el aparato solo con un paño húmedo o una toalla limpiadora sin alcohol. No debes sumergir el dispositivo en agua ni limpiarlo con agua corriente. No permitas que el dispositivo entre en contacto con soluciones corrosivas, que pueden dañar la apariencia y el funcionamiento del dispositivo.

### Solución QuietForce

Mantén tu dispositivo funcionando de manera óptima con la solución QuietForce. Si usas tu dispositivo a diario, considera aplicar esta solución cada cuatro meses. Reemplazos disponibles en [therabody.com](http://therabody.com)

1. Retira el accesorio de tu Theragun.
2. Corta la punta del frasco de QuietForce Solution.
3. Jala suavemente el pistón del brazo del dispositivo.
4. Aplica 3 o 4 gotas de solución, asegurándote de cubrir toda la circunferencia.
5. Enciende tu Theragun y déjalo funcionar durante 10 segundos.

### Carga del dispositivo

1. El dispositivo está habilitado para USB-C y viene con un cable de carga. Antes de cargar, asegúrate de que el dispositivo esté apagado.
2. Conecta un extremo del cable de carga al puerto de carga USB-C del dispositivo. Se encuentra en el mango del dispositivo. Conecta el otro extremo del cable de carga a un adaptador de corriente.
3. El botón de encendido tiene una luz LED que indicará el estado de la batería cuando el dispositivo esté encendido o cargándose. Enciende el dispositivo o presiona el botón de encendido para verificar el estado de la batería.
  - Naranja (parpadea y luego se apaga): sin batería
  - Naranja (parpadeando): batería muy baja
  - Naranja: batería baja
  - Azul: batería media
  - Verde: batería alta
4. La duración de la batería del dispositivo es de hasta 120 minutos, dependiendo del accesorio y la intensidad del tratamiento utilizado.

Nota: Si utilizas un cargador de un tercero, asegúrate de que proceda de un fabricante certificado y que no haya sufrido ningún daño estructural.

### Guardar y transportar el dispositivo

Para guardarlo y transportarlo, mantén el dispositivo en su bolsa de viaje. Guarda el dispositivo en un lugar fresco y seco (temperatura: 0 °C/32 °F - 40 °C/104 °F Humedad relativa: 10– 95% RH). No guardes el dispositivo donde las temperaturas puedan superar los 40 °C/104 °F, como a la luz directa del sol o en un vehículo.

ESCENARIO	SE MUESTRA UN CÓDIGO DE ERROR	CAUSAS POTENCIALES	POSIBLES SOLUCIONES
Sin energía	El LED del botón de encendido parpadea en naranja, azul y verde.	La batería se ha sobrecalentado durante la carga o el uso.	Asegúrate de que el producto esté apagado, retíralo del cargador y déjalo reposar durante 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
Sin energía	Las 5 luces LED blancas parpadean 5 veces y luego se apagan.	El motor se ha sobrecalentado.	Asegúrate de que el producto esté apagado y déjalo reposar durante 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
La percusión funciona, pero el accesorio calentado no produce calor.	Las 3 luces LED naranjas parpadean 5 veces y luego se apagan.	El accesorio de calor se ha sobrecalentado o se ha producido otro error.	Asegúrate de que el producto esté apagado y déjalo reposar durante 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
La alimentación está encendida, pero el accesorio de frío no tiene ninguna función.	Las 3 luces LED azules parpadean 5 veces y luego se apagan.	El accesorio de frío se ha sobrecalentado o se ha producido otro error.	Asegúrate de que el producto esté apagado y déjalo reposar durante 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
La alimentación está encendida, pero el accesorio de vibración no tiene ninguna función.	Las 3 luces LED verdes parpadean 5 veces y luego se apagan.	El accesorio de vibración se ha sobrecalentado o se ha producido otro error.	Asegúrate de que el producto esté apagado y déjalo reposar durante 60 minutos. Si esto no funciona, ponte en contacto con Therabody.
El dispositivo se apaga automáticamente	Ninguno	1. El nivel de la batería es bajo. 2. Todavía no se puede activar.	1. Carga la batería. 2. Ponte en contacto con Therabody.
El dispositivo no se puede encender	Ninguno	1. El nivel de la batería es bajo. 2. Todavía no se puede activar.	1. Carga la batería. 2. Ponte en contacto con Therabody.
El dispositivo se apaga a mitad del tratamiento o el motor de vibración no se activa	Ninguno	1. Revisa y recarga las baterías. 2. Es posible que el motor o la conexión se hayan dañado.	Intenta cargar el dispositivo por completo, retira el cable de carga y luego presiona el botón de encendido durante 3 segundos. Si el problema persiste, ponte en contacto con Therabody.
No se puede cargar la batería	Ninguno	1. La temperatura ambiente es demasiado alta o demasiado baja. 2. Posible batería defectuosa. 3. Cable de carga defectuoso.	1. Carga el dispositivo cuando la temperatura ambiente esté entre 5 °C y 35 °C. 2. Intenta usar otro cable USB-C y adaptador. 3. Ponte en contacto con Therabody.

# Advertencias y guía de Theragun Prime Plus (precauciones y contraindicaciones)

## Información general

Los productos Therabody están diseñados para liberar la capacidad natural del cuerpo para alcanzar la salud y el bienestar. A través de la ciencia y la tecnología, el portafolio de productos Therabody permite a las personas acceder a los beneficios terapéuticos de diferentes fenómenos naturales para satisfacer sus necesidades y preferencias. Habrá ocasiones en las que sea aconsejable modificar el modo en que se utilizan los dispositivos (precauciones) o en las que no sea adecuado utilizar ciertos dispositivos (contraindicaciones). Lee la siguiente información de seguridad del dispositivo en su totalidad antes de usarlo.

## Información de seguridad importante

### Uso general del dispositivo

Este dispositivo está diseñado para que lo utilicen personas con buena salud. Este dispositivo está contraindicado y no debe utilizarlo personas con antecedentes de epilepsia, convulsiones o cardiopatía.

El dispositivo no se recomienda para personas con un dispositivo electrónico implantado (como un marcapasos), arritmia cardíaca, tumores o episodios agudos de enfermedades inflamatorias. El dispositivo no se recomienda para aquellos que tienen arteriosclerosis, trombosis o implantes en la región del cuerpo que se está tratando. El dispositivo no debe usarse si tienes manchas de color marrón oscuro o negro, como pecas grandes, marcas de nacimiento, lunares o verrugas, en la zona a tratar. El dispositivo no se recomienda si tienes eccema, psoriasis, lesiones, heridas abiertas o infecciones activas que no sean acné leve a moderado, como herpes labial, en la zona que se está tratando. Espera a que el área infectada sane antes de usar el dispositivo. El dispositivo no debe usarse si tienes afecciones cutáneas anormales causadas por diabetes u otras enfermedades sistémicas o metabólicas. Si tienes antecedentes de brotes de herpes en el área de tratamiento, no se recomienda el uso del dispositivo a menos que hayas consultado con tu médico y recibido tratamiento preventivo.

Consulta a tu médico antes de utilizar el dispositivo si estás embarazada o en periodo de lactancia.

**Deja de utilizar inmediatamente el dispositivo al primer signo de malestar. Si tienes alguna consideración médica, consulta a tu médico antes de utilizar el dispositivo.**

## Seguridad, precauciones y contraindicaciones

### Terapias específicas

Estas recomendaciones se derivan de consultas con expertos médicos e investigaciones publicadas sobre precauciones y contraindicaciones a partir de la fecha de impresión. Para obtener información actualizada, visítanos en línea en <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>.

### Precauciones:

En estas circunstancias, se requiere el debido cuidado y es posible que deba modificarse el uso de los dispositivos. Consulte con un profesional médico si actualmente tiene o sospecha que puede tener alguna de las siguientes afecciones o si tiene alguna pregunta.

- Hipertensión (controlada)
- Osteopenia
- Osteoporosis
- Embarazo
- Diabetes
- Venas varicosas
- Prominencias o regiones óseas
- Sensaciones anormales (p.ej., entumecimiento)
- Sensibilidad a la presión
- Lesión o cirugía reciente
- Escoliosis o deformidad de la columna

- Medicamentos que puedan alterar las sensaciones del cliente

### Contraindicaciones:

Las siguientes son circunstancias en las que los riesgos potenciales pueden superar a los beneficios. Consulte a un profesional médico antes de su uso.

- Erupción cutánea, heridas abiertas, ampollas, inflamación local de tejidos, hematomas o tumores
- Trombosis venosa profunda, osteomielitis
- Fractura ósea o miositis osificante
- Hipertensión (no controlada)
- Enfermedad cardíaca, hepática o renal aguda o grave
- Afecciones neurológicas que provocan pérdida o alteración de la sensibilidad
- Aplicación directa en la cara, la garganta o los genitales
- Trastornos hemorrágicos
- Cirugía o lesión reciente
- Trastornos del tejido conectivo
- Insuficiencia o enfermedad vascular periférica
- Medicamentos que diluyen la sangre o alteran las sensaciones
- Presión directa sobre un sitio quirúrgico o implante
- Presión directa sobre los ojos o la garganta
- Molestias extremas o dolor que sienta el cliente
- Escoliosis o deformidad espinal grave
- Marcapasos, DCI o antecedentes de embolia
- Alergia al material del dispositivo: plástico, silicón, aluminio, acero inoxidable, aleación de cobre, pintura

Garantía limitada y servicio al cliente

Para obtener información completa sobre la garantía, visita [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty).

Los clientes que necesiten soporte de productos deben visitar

<https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> los métodos de contacto disponibles.

Registrado ante la FDA

Garantía limitada solo con la compra a un minorista autorizado

© 2024 Therabody, Inc. Todos los derechos reservados.

Patentes en [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

Fabricado y distribuido por:

Therabody, Inc.

1640 S Sepulveda, Suite 300

Los Angeles, CA 90048

# ADVERTENCIAS SOBRE LA UNIDAD

LEE TODAS LAS INSTRUCCIONES Y MARCAS DE PRECAUCIÓN EN ESTE MANUAL, EN EL CARGADOR Y EN EL DISPOSITIVO ANTES DE USAR O CARGAR EL DISPOSITIVO Y SUS ACCESORIOS.

Al usar el dispositivo, siempre se deben respetar las siguientes precauciones básicas:








1. USAR SOLO COMO SE INDICA EN LAS INSTRUCCIONES. Utiliza el dispositivo únicamente como se describe en el Manual del usuario del dispositivo. El dispositivo está diseñado para uso de venta libre. El dispositivo no está diseñado para diagnosticar, curar o prevenir enfermedades. Utiliza solo los accesorios y las piezas de repuesto que recomienda Therabody. El dispositivo es una herramienta mecánica avanzada con componentes eléctricos. Si el dispositivo y sus accesorios no se utilizan o no se mantienen correctamente, existe riesgo de incendio, descarga eléctrica o lesiones. La falta de uso y mantenimiento del dispositivo y los accesorios correspondientes de acuerdo con las instrucciones descritas en este manual anulará la garantía y puede provocar daños o lesiones físicas en el producto. El dispositivo está diseñado para uso comercial y doméstico.
2. NO APTO PARA NIÑOS. El dispositivo no está diseñado para que lo utilicen niños pequeños o personas con capacidades físicas, sensoriales o de razonamiento reducidas o con falta de experiencia y conocimiento, a menos que reciban supervisión o instrucciones sobre el uso del dispositivo por parte de una persona responsable de su seguridad. El dispositivo no es un juguete. No juegues, ni dobles ni jales los componentes eléctricos. Los niños no deben jugar con el dispositivo o los accesorios. Un adulto debe supervisar a los menores de 18 años que utilicen el dispositivo.
3. CARGA. Si el dispositivo no se enciende o el indicador de batería muestra un nivel bajo de batería, cárgalo antes del primer uso. Carga la batería con el cable USB-C (incluido). Cuando utilices el cable de carga (incluido), asegúrate de que el conector USB-C esté completamente insertado en un adaptador de corriente compatible antes de enchufar el adaptador a una toma de corriente. También puedes cargar la batería con cables de terceros que cumplan con USB-C y con las regulaciones nacionales aplicables y los estándares de seguridad internacionales y regionales. Es posible que otros adaptadores no cumplan con los estándares de seguridad aplicables, y la carga con dichos adaptadores podría representar un riesgo de muerte o lesiones. No fuerces el cable para ponerlo en su lugar. Carga completamente el dispositivo al menos una vez cada seis meses para evitar que el dispositivo y la batería se dañen. Desconecta el adaptador de corriente y el cable de carga cuando no estén en uso.
4. NO SOBRECARGUES. No dejes el dispositivo conectado al adaptador de corriente durante más de una hora después de que la batería se haya cargado por completo. La batería incluye un sistema de protección para evitar el riesgo de sobrecarga. Sin embargo, la sobrecarga puede reducir su vida útil con el tiempo.
5. UBICACIONES DE CARGA. Carga el dispositivo con un adaptador de corriente y un cable de carga. Evita el contacto con la piel cuando el USB-C esté conectado a una fuente de alimentación, ya que puede causar molestias o lesiones. No duermas ni te sientes sobre el conector USB-C. El dispositivo debe cargarse en interiores, en un lugar bien ventilado y seco. No cargues el dispositivo en exteriores, en un baño o a menos de 10 pies (3,1 metros) de una bañera o piscina. No utilices el dispositivo ni el cargador en superficies húmedas y no expongas el cargador a la humedad, la lluvia o la nieve. No utilices el dispositivo o su cargador compatible en presencia de atmósferas explosivas (humos gaseosos, polvo, granos, polvos metálicos o materiales inflamables). Pueden generarse chispas que podrían provocar un incendio.
6. DESENCHUFAR EL CARGADOR Y CUIDARLO. Jálalo del enchufe, no del cable, para reducir el riesgo de dañar el enchufe eléctrico y el cable. Nunca lleses el cargador por su cable. Mantén el cable alejado del calor, el aceite y los bordes afilados. No estires el cable del cargador ni lo sometas a tensión. No manipules el cargador, los terminales o el dispositivo con las manos mojadas. Siempre desenchufa este aparato de la toma de corriente inmediatamente después de usarlo y antes de limpiarlo. Almacena el cable para asegurarte de que no te tropieces con él ni se someta a tensión de otra manera. No uses un adaptador de corriente o cable de carga que haya recibido un golpe fuerte, se haya caído, atropellado o dañado de alguna manera. Para almacenamiento a largo plazo, guárdalo con una batería completamente cargada.
7. USO. Suspende el uso del dispositivo si sientes dolor o molestias. Si en algún momento durante el tratamiento sientes dolor o molestias, suspende el tratamiento de inmediato. Deja de usar el dispositivo si se sobrecalienta o se vuelve incómodo por calentarse tanto. No coloques el dedo entre el accesorio y el extremo del brazo, ya que esto puede causar pellizcos y lesiones.
8. NO DEBE USARSE DEBAJO DE UNA MANTA O UNA ALMOHADA. Se puede producir calor excesivo y causar un incendio, una descarga eléctrica o lesiones.
9. CUIDADO Y SERVICIO DEL DISPOSITIVO. Maneja el dispositivo con cuidado. El dispositivo contiene componentes electrónicos que pueden dañarse si se caen, se queman, se perforan o se aplastan. No desmontes el dispositivo ni intentes repararlo. Desmontar el dispositivo puede dañarlo y causar lesiones. Si el dispositivo está dañado o si se produce un mal funcionamiento, comunícale con el servicio de atención al cliente de Therabody. La garantía no será válida si el dispositivo, las baterías o el cargador se desmontan o si se retiró alguna pieza. No lo utilices si está dañado, ya que puede causar lesiones. No perfores ni dañes el dispositivo. El dispositivo NO es resistente al agua. El dispositivo no puede lavarse a máquina. No dejes ni almacenes el dispositivo en un lugar donde pueda caerse a una bañera o un lavabo. No lo sumerjas ni

lo dejes caer en el agua u otro líquido. No intentes alcanzar el dispositivo si se cayó en el agua o entró en contacto con ella. Desenchúfalo de inmediato. Limpia el dispositivo según se indica en las instrucciones que se encuentran en la sección "Limpieza y cuidado".

10. LOS QUÍMICOS DE LA BATERÍA PRODUCEN QUEMADURAS GRAVES. Nunca permita que la batería interna entre en contacto con la piel, los ojos o la boca. Si una batería dañada derrama sustancias químicas, use guantes de goma o de neopreno para deshacerse de ella. Si la piel estuvo expuesta a los fluidos de la batería, lave con agua y jabón, y luego enjuague con vinagre. Si los ojos resultan expuestos a las sustancias químicas de la batería, enjuague inmediatamente con agua durante 20 minutos y busque atención médica. Quitese y deshágase de la ropa contaminada.
11. NO PROVOCAR UN CORTOCIRCUITO. Una batería provocará un cortocircuito si un objeto metálico realiza una conexión entre los contactos positivo y negativo de la batería o el conector de 16 V. No coloque una batería cerca de nada que pueda causar un cortocircuito, como monedas, llaves o clavos en su bolsillo. Una batería en cortocircuito puede provocar incendios y lesiones personales.
12. ALMACENAMIENTO DEL DISPOSITIVO Y LOS ACCESORIOS. Almacénalos en un lugar fresco y seco. Solo carga el dispositivo cuando la temperatura ambiente esté entre -4 °F y -113 °F (-20 °C y -45 °C). No guardes el dispositivo ni el cable de carga donde las temperaturas puedan superar los 113 °F (45 °C), como a la luz directa del sol, en un vehículo o en un edificio de metal durante el verano.
13. ELIMINACIÓN DE EQUIPOS. Este dispositivo contiene una batería de iones de litio y se debe tener cuidado al desecharlo. Antes de desechar este dispositivo, conoce las leyes y requisitos locales sobre la eliminación de baterías de iones de litio. El método preferido de eliminación es reciclar todo el dispositivo.

## Etiqueta y símbolos

Las siguientes etiquetas y símbolos aparecen en Theragun Prime Plus: etiquetado

No.	Ícono	Descripción
1		Marca CE
2		Lee el manual de usuario antes de usarlo.
3		Recolección por separado para residuos de equipos eléctricos y electrónicos. Nota: Para más información sobre la eliminación del equipo, sus piezas y accesorios, póngase en contacto con tu distribuidor local.
4	IP 22	Clasificación IP: El primer número 2: Protegido contra el acceso a partes peligrosas con un dedo, y el dedo de prueba articulado de 12 mm Φ, 80 mm de longitud, deberá tener una separación adecuada de partes peligrosas y estar protegido contra objetos sólidos extraños de 12,5 mm Φ y mayor.
5		Marca RCM
6		Pieza de aplicación tipo BF
7		Información del fabricante
8	UK CA	Marca UKCA para el Reino Unido
9		Bluetooth

Theragun Prime Plus

Requisito IEC 60601-1 y IEC60601-11 (advertencia) --- Para dispositivos médicos se aplica a EE. UU., CA Este dispositivo es un equipo de Clase III con el tipo BF aplicado. Cumple con las normas de seguridad eléctrica médica (IEC 60601-1).

Este dispositivo también cumple con el estándar médico EMC (IEC 60601-1-2).

El dispositivo ha sido probado y se ha determinado que cumple con los límites de compatibilidad electromagnética (EMC) para dispositivos médicos según IEC 60601-1-2: 2014. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias dañinas en una instalación médica típica.

1\* ADVERTENCIA: Se debe evitar el uso de este equipo adyacente o apilado con otro equipo porque podría resultar en un funcionamiento incorrecto. Si dicho uso es necesario, se deben observar este equipo y los demás equipos para verificar que estén funcionando normalmente.

2\* ADVERTENCIA: El uso de accesorios, transductores y cables que no sean los especificados o proporcionados por el fabricante de este equipo podría tener como resultado un aumento de las emisiones electromagnéticas o una disminución de la inmunidad electromagnética de este equipo y provocar un funcionamiento incorrecto.

3\* ADVERTENCIA: Los equipos portátiles de comunicaciones de RF (incluidos los periféricos tales como cables de antena y antenas externas) no deben usarse a menos de 30 cm (12 pulgadas) de cualquier parte del EQUIPO ME, incluidos los cables especificados por el fabricante. De lo contrario, podría producirse una degradación del rendimiento de este equipo.

El dispositivo cumple con la Parte 15 de las Normas de la FCC. El funcionamiento está sujeto a las siguientes dos condiciones: (1)este dispositivo no puede causar interferencias dañinas y (2)este dispositivo debe aceptar las interferencias recibidas, incluidas las que puedan causar un funcionamiento no deseado.

los cambios o modificaciones no aprobados expresamente por la parte responsable de cumplimiento, podrían anular la autoridad del usuario para utilizar el equipo.

Este equipo ha sido probado y cumple con los límites para dispositivos digitales de Clase B, de conformidad con la Parte 15 de las Normas de la FCC. Estos límites están diseñados para proporcionar una protección razonable contra interferencias dañinas en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede irradiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede causar interferencias perjudiciales en las comunicaciones por radio. Sin embargo, no hay garantía de que no se produzcan interferencias en una instalación en particular.

Si este equipo causa interferencias perjudiciales en la recepción de radio o televisión, lo que puede determinarse apagando y encendiendo el equipo, se recomienda al usuario que intente corregir la interferencia mediante una o más de las siguientes medidas:

-- Reorientar o reubicar la antena receptora.

-- Aumenta la separación entre el equipo y el receptor.

-- Conecta el equipo a una toma de corriente en un circuito diferente al que está conectado el receptor.

-- Consulta al distribuidor o a un técnico de radio/TV experimentado para obtener ayuda.

Declaración de cumplimiento de la ISED

Este dispositivo contiene transmisores/receptores exentos de licencia que cumplen con los RSS exentos de licencia del Ministerio de Innovación, Ciencia y Desarrollo Económico de Canadá. El funcionamiento está sujeto a las dos condiciones siguientes:

(1) Este dispositivo no puede causar interferencias.

(2) Este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluida la interferencia que pueda causar un funcionamiento no deseado del dispositivo.

## Guía y declaración del fabricante: emisión electromagnética

El dispositivo Theragun Prime Plus está diseñado para su uso en el entorno electromagnético especificado a continuación. El cliente o el usuario de Theragun Prime Plus debe asegurarse de que se usa en ese entorno.

Prueba de emisiones	Cumplimiento normativo	Entorno electromagnético: guía
Emisiones de RF CISPR 11	Grupo 1	Theragun Prime Plus utiliza energía de RF solo para su función interna. Por ello, sus emisiones de RF son muy bajas y no es probable que causen interferencias en equipos electrónicos cercanos.  Theragun Prime Plus es adecuado para su uso en todos los establecimientos, incluidos los establecimientos nacionales y aquellos conectados directamente a la red pública de suministro de energía de bajo voltaje que brinda suministro a edificios para propósitos nacionales.
Emisiones de RF CISPR 11	Clase B	
Emisiones armónicas IEC 61000-3-2	No aplicable	
Fluctuaciones de voltaje emisiones intermitentes IEC 61000-3-3	No aplicable	

## Guía y declaración del fabricante: inmunidad electromagnética – para todos los EQUIPOS y SISTEMAS

ES  
MX

### Orientación y declaración del fabricante: inmunidad electromagnética

El dispositivo Theragun Prime Plus está diseñado para su uso en el entorno electromagnético especificado a continuación. El cliente o el usuario de Theragun Prime Plus debe asegurarse de que se utiliza en dicho entorno.


Prueba de inmunidad	Nivel de prueba IEC 60601	Nivel de cumplimiento	Entorno electromagnético: guía
Electrostático descarga (ESD) IEC 61000-4-2	Contacto de $\pm 8$ kV $\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV, $\pm 15$ kV aire	Contacto de $\pm 8$ kV $\pm 2$ kV, $\pm 4$ kV, $\pm 8$ kV, $\pm 15$ kV aire	Los pisos deben ser de madera, concreto o baldosas de cerámica. Si los pisos están cubiertos de material sintético, la humedad relativa debe ser de al menos el 30 %
Electrostático transitorio/ráfaga IEC 61000-4-4	$\pm 2$ kV para potencia líneas de suministro $\pm 1$ kV para líneas de entrada	N/A	La calidad de la red eléctrica debe ser la de un entorno comercial o residencial habitual.
Pico de corriente IEC 61000-4-5	Modo diferencial $\pm 1$ kV $\pm 2$ kV modo común	N/A	La calidad de la red eléctrica debe ser la de un entorno comercial o residencial habitual.
Caídas de tensión, interrupciones breves y variaciones de tensión en las líneas de entrada de alimentación IEC 61000-4-11	0 % UT; 0.5 ciclo g) A 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° y 315° 0 % UT; 1 ciclo y 70 % UT; 25/30 ciclos monofásico: a 0° 0% UT; ciclo 250/300	N/A	La calidad de la red eléctrica debe ser la de un entorno comercial o residencial habitual. Si el usuario de Theragun Prime Plus requiere un funcionamiento continuo durante las interrupciones de la red eléctrica, se recomienda que Theragun Prime Plus se energice de una fuente de alimentación ininterrumpida o de una batería.
Frecuencia de la energía (50/60 Hz) campo magnético IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Los campos magnéticos de energía deben estar en niveles característicos de una ubicación típica en un entorno comercial u residencial habitual.

Nota: UT es la tensión de alimentación de CA antes de la aplicación del nivel de prueba.

# Guía y declaración del fabricante: inmunidad electromagnética – para el EQUIPO y el SISTEMA

## Orientación y declaración del fabricante: inmunidad electromagnética

El dispositivo Theragun Prime Plus está diseñado para su uso en el entorno electromagnético especificado a continuación. El cliente o el usuario de Theragun Prime Plus debe asegurarse de que se utiliza en dicho entorno.

Prueba de inmunidad	Nivel de prueba IEC 60601	Nivel de cumplimiento	Entorno electromagnético: guía
RF conducida IEC 61000-4-6	3 Vrms Entre 150 kHz y 80 MHz 6 V en ISM y bandas de radio amateur entre 0.15 MHz y 80 MHz	N/A	Los equipos de comunicaciones de RF portátiles y móviles no deben utilizarse más cerca de ninguna parte de Theragun Prime Plus, incluidos los cables, que la distancia de separación recomendada calculada a partir de la ecuación aplicable a la frecuencia del transmisor. Distancia de separación recomendada $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
RF radiada IEC 61000-4-3	10 V/m 80 MHz a 2.7 GHz Especificaciones de la prueba de 385 MHz-5785 MHz para ENCLOSURE PORT IMMUNITY a RF Wireless Communications Equipment (consulte la tabla 9 de IEC 60601-1-2:2014)	10 V/m 80 MHz a 2.7 GHz Especificaciones de la prueba de 385 MHz-5785 MHz para ENCLOSURE PORT IMMUNITY a RF Wireless Communications Equipment (consulte la tabla 9 de 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>donde p es la potencia de salida máxima del transmisor en vatios (W) según el fabricante del transmisor y d es la distancia de separación recomendada en metros (m).b</p> <p>Las intensidades de campo de los transmisores de RF fijos, según lo determinado por un estudio de ubicación electromagnética, a deben ser inferiores al nivel de cumplimiento en cada rango de frecuencia.b</p> <p>Pueden producirse interferencias en las proximidades de los equipos marcados con el siguiente símbolo:</p> 

NOTA 1 a 80 MHz y 800 MHz, aplica el rango de frecuencia más alto.  
 NOTA 2 Estas directrices pueden no corresponder a todas las situaciones. La electromagnética se ve afectada por la absorción y reflexión de estructuras, objetos y personas.

a Las bandas ISM (industrial, científica y médica) entre 150 kHz y 80 MHz son 6765 MHz a 6795 MHz; 13 553 MHz a 13 567 MHz; 26 957 MHz a 27 283 MHz; y 40.66 MHz a 40.70 MHz. Las bandas de radioaficionados entre 0,15 MHz y 80 MHz son 1,8 MHz a 2,0 MHz, 3,5 MHz a 4,0 MHz, 5,3 MHz a 5,4 MHz, 7 MHz a 7,3 MHz, 10,1 MHz a 10,15 MHz, 14 MHz a 14,2 MHz, 18,07 MHz a 18,17 MHz, 21,0 MHz a 21,4 MHz, 24,89 MHz a 24,99 MHz, 28,0 MHz a 29,7 MHz y 50,0 MHz a 54,0 MHz.

b Las intensidades de campo de los transmisores fijos, como las estaciones base de radios (celulares o inalámbricas), teléfonos y radios móviles terrestres, radios AM y FM, y emisiones de televisión no pueden predecirse teóricamente con exactitud. Para evaluar el entorno electromagnético debido a los transmisores de RF fijos, debe considerarse la posibilidad de realizar un estudio electromagnético del lugar. Si la intensidad de campo medida en el lugar en el que se utiliza Theragun Prime Plus supera el nivel de conformidad de RF aplicable anterior, se debe observar Theragun Prime Plus para verificar el funcionamiento normal. Si se observa un rendimiento anormal, pueden ser necesarias medidas adicionales, como reorientar o reubicar Theragun Prime Plus.

c En el rango de frecuencia de 150 kHz a 80 MHz, las fortalezas de campo deben ser inferiores a 3 V/m.

## Distancias de separación recomendadas entre el equipo de comunicación RF portátil y móvil, y el EQUIPO o SISTEMA: para EQUIPOS o SISTEMAS

Distancia de separación recomendada entre los equipos portátiles y móviles de comunicaciones RF y Theragun Prime Plus				
Theragun Prime Plus está diseñado para su uso en un entorno electromagnético en el que se controlan las alteraciones de RF radiadas. El cliente o el usuario de Theragun Prime Plus puede ayudar a prevenir interferencias electromagnéticas manteniendo una distancia mínima entre los equipos de comunicaciones de RF portátiles y móviles (transmisores) y Theragun Prime Plus como se recomienda a continuación, de acuerdo con la potencia de salida máxima del equipo de comunicaciones				
Distancia de separación según la frecuencia del transmisor m				
Potencia máxima nominal de salida del transmisor W	Entre 150 kHz y 80 MHz fuera de ISM y bandas de radio amateur	Entre 150 kHz y 80 MHz en bandas de radio ISM y amateur	80 MHz a 800 MHz	80 MHz a 2.7 GHz
	$d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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
Para los transmisores clasificados con una potencia de salida máxima no mencionada anteriormente, la distancia de separación d recomendada en metros (m) se puede estimar utilizando la ecuación aplicable a la frecuencia del transmisor, donde P es la potencia de salida máxima (W), de conformidad con el fabricante del transmisor.				
NOTA 1 A 80 MHz y 800 MHz, aplica la distancia de separación para el rango de frecuencia más alto.				
NOTA 2 Estas directrices pueden no corresponder a todas las situaciones. La propagación electromagnética se ve afectada por la absorción y reflexión de estructuras, objetos y personas.				

# 使用 Theragun Prime Plus 体验更高级别的恢复

## 了解按摩头



热敷按摩头 — 全身按摩, 热敷  
放松僵硬肌肉, 加速恢复



缓冲按摩头 — 适用于易痛或敏  
感区域, 可缓解不适



标准球形头 — 全身按摩, 以舒  
缓紧张



楔形按摩头 — 适用于肩胛骨和  
髂胫束刮痧和舒缓肌肉



使用更多升级按摩设备, 创建适合您个人需求的恢复计划。

尝试用于缓解疲劳和减轻不适的冷敷按摩头, 以及用于减轻关节不适和敏感部位的振动按摩头 (均单独出售)。



使用 Therabody 应用充分发挥按摩的作用。

使用蓝牙连接来控制设备速度、监测按摩力度, 并探索我们的分步引导式计划库, 详细演示要按摩的肌肉、要使用的按摩头以及如何握住设备, 确保每次按摩都能为您带来最佳效果。

# Theragun Prime Plus

## 1. 产品概述

使用 Theragun Prime Plus 体验更高级别的恢复 — 这是一款强大的 16 毫米冲击式按摩枪, 采用耐用设计, 通过热敷得到增强。与单独的冲击式按摩相比, 热敷按摩头使用有科学依据的热量对肌肉进行深层按摩, 有助于更快地充分热身、减轻不适、加速恢复并缓解不适。使用易于触及的、专利三角形握把和 3 个能对大肌肉和敏感部位进行按摩的有针对性的冲击式按摩头, 对身体的任何部位进行有效按摩。与其他按摩枪不同, Theragun Prime Plus 采用安静的防失速电机制成, 因此您可以使用高达 40 磅的压力按摩最棘手的结节, 而不会影响深度和速度。使用 Therabody 应用中的简单设备控制和引导式设计, 按摩变得轻松。

通过更多按摩升级您的恢复能力 — 添加冷敷按摩头或振动按摩头以创建适合您个人需求的恢复计划 (冷敷按摩头和振动按摩头均单独出售)。

## 预期用途

Theragun Prime Plus 的热敷冲击式按摩旨在帮助充分热身、减轻不适、加速恢复和缓解不适。

## 2. 包装内容物

- A Theragun Prime Plus 设备
- B 热敷按摩头
- C 三个冲击式按摩头  
(缓冲按摩头、标准球形头、楔形按摩头)
- D Type-C 充电线
- E 旅行收纳包
- F 使用手册

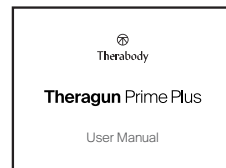
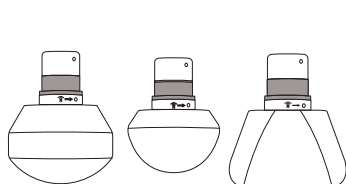
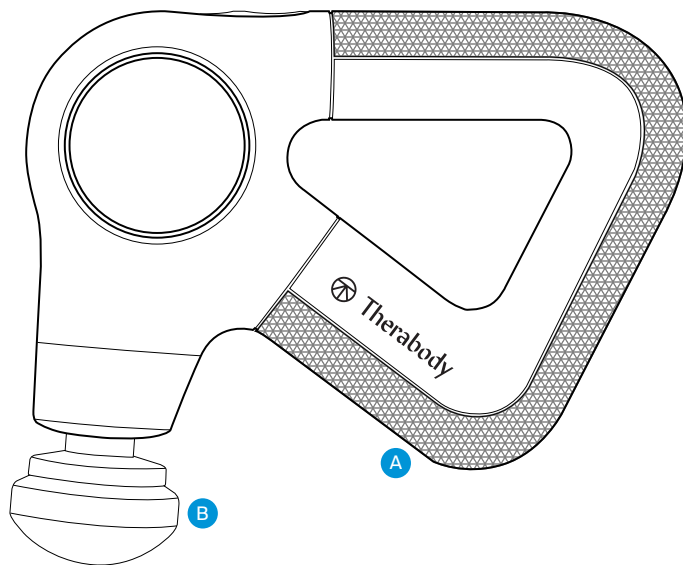
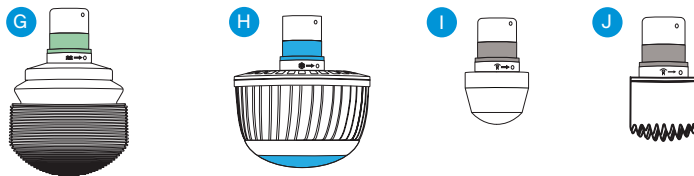


图 1. 包装内容物

## 按摩头单独出售

- G 振动按摩头
- H 冷敷模式按摩头
- I 拇指按摩头
- J 微点按摩头



## 3. 设备介绍

- 1 易于使用的双按钮控制面板
  - A 电源和速度按钮 (5 个 LED 速度指示灯)
  - b 强度按钮 (3 个 LED 强度指示灯)
- 2 获得专利的三角形多握把设计
- 3 USB-C 端口
- 4 可互换的热敷和冲击式按摩头

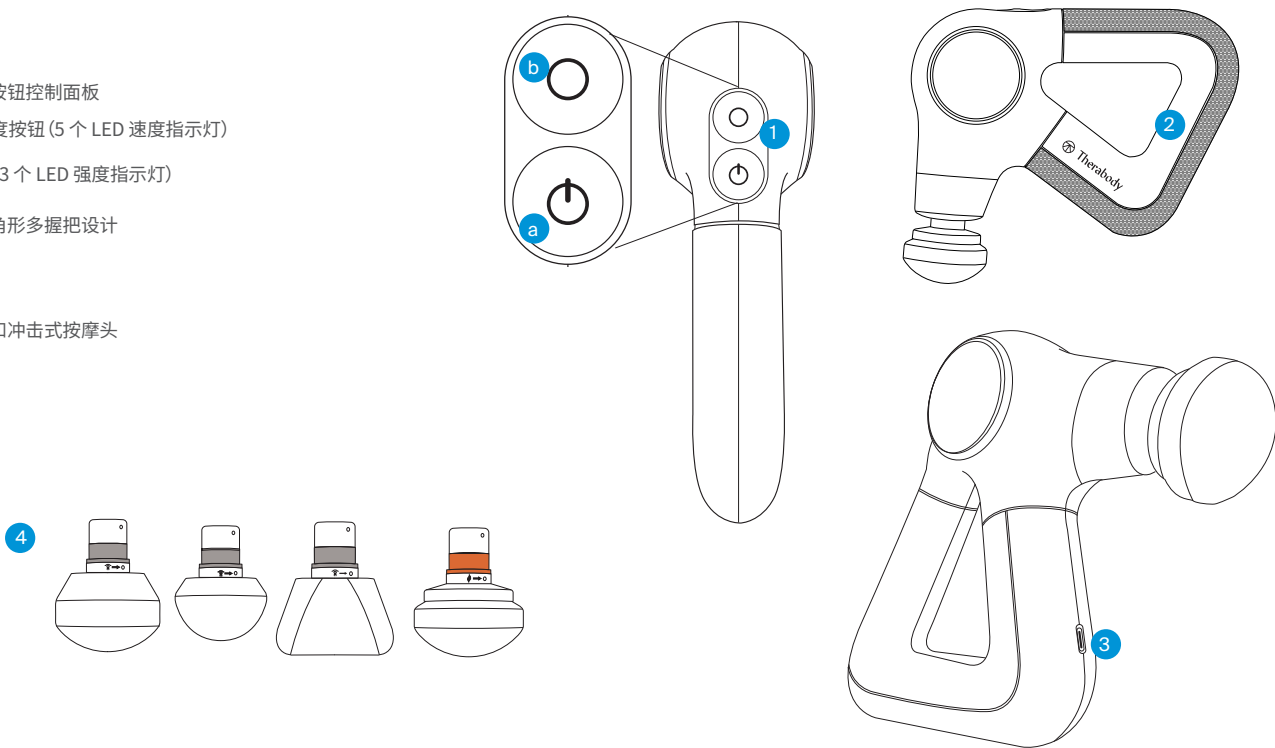


图 2. 设备的相应示意图

## 下载 Therabody 应用

1. 从 App Store 或 Play Store 下载 Therabody 应用。
2. 按照应用内的说明来创建新的应用帐户并验证您的电子邮箱。
3. 登录后,按照新用户引导步骤将 Theragun Prime Plus 连接到应用。确保手机的蓝牙功能已开启。
4. 出现提示时,选择“Theragun Prime Plus”作为您的 Therabody 设备。
5. 长按 Theragun Prime Plus 上的电源按钮打开设备。Theragun Prime Plus 必须开启,应用才能将其找到并与之配对。
6. 点击“配对设备”,然后选择 Theragun Prime Plus,确认设备与应用连接。
7. Therabody 应用允许您控制设备速度、监控按摩力度、学习使用每种按摩的最佳方式,并获得常规建议,详细演示要按摩的肌肉、要使用的按摩头以及如何握住设备。

SC

## 4. 使用设备

1. **打开设备。**用手握住符合人体工程学设计的 Theragun 三角握柄。长按电源按钮以打开 Theragun Prime Plus。设备打开后,设备的 LED 灯会亮起。
2. **选择冲击式按摩速度。**按下电源按钮可切换五种按摩速度选项。每个 LED 灯都会亮起,显示按摩速度强度,最低速度时亮起一个白色 LED 灯,最高速度时亮起 5 个 LED 灯。
3. **使用设备。**在需要放松的部位移动产品进行按摩,根据需要逐渐施加轻微到中档压力。
4. **使用热敷按摩头。**如上所述,连接热敷按摩头,打开设备,然后选择所需的速度。按下强度按钮调节热敷温度。三个 LED 灯都会亮起,显示按摩温度强度,低温时亮起一个橙色 LED 灯,中温时亮起两个 LED 灯,高温时亮起三个 LED 灯。要在不使用冲击式按摩的情况下使用热敷,请继续按电源按钮切换速度选项。达到最高速度后,冲击式按摩将关闭。
5. **使用冷敷按摩头(单独出售)。**如上所述,连接冷敷按摩头,然后打开设备。请注意,冷敷过程中禁用冲击式按摩头功能。按下强度按钮调节冷敷温度。三个 LED 灯都会亮起,显示按摩温度强度,低强度时亮起一个蓝色 LED 灯,中等强度时亮起两个 LED 灯,高强度时亮起三个 LED 灯。
6. **使用振动按摩头(单独出售)。**如上所述,连接振动按摩头,然后打开设备。请注意,振动按摩过程中禁用冲击式按摩头功能。按下强度按钮调节振动强度。三个 LED 灯都会亮起,显示按摩振动强度,低强度时亮起一个绿色 LED 灯,中等强度时亮起两个 LED 灯,高强度时亮起三个 LED 灯。
7. **锁定设备。**不使用时或运输过程中,请锁定设备以防止电池耗尽或意外打开。快速按下电源按钮三次以启动锁定功能。再次快速按下电源按钮三次以解锁。
8. **关闭设备。**长按电源按钮关闭设备。

## 自动关机

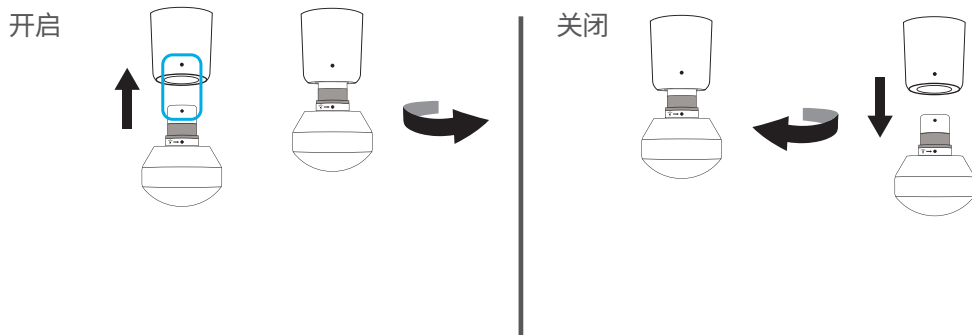
在以下情况下,设备将自动关机:

1. 按下电源按钮检查电池电量后,如果不使用设备,它将在 5 分钟后关闭。
2. 如果应用已连接,但设备未打开,则会在 10 分钟后关闭。
3. 当设备电池电量耗尽时,设备的 LED 指示灯将闪烁橙色,然后关闭。
4. 如果设备仅加热超过 1 小时,它将关闭。

## 连接按摩头

1. 在连接或移除任何按摩头之前,请确保将设备关机。
2. 将按摩头插入设备臂,顺时针旋转并锁定到位。
3. 要解锁和取下按摩头,请逆时针旋转并将其拔下。
4. 警告:请勿将手指放在按摩头和枪臂末端之间,因为这可能会导致夹伤。

\*按摩头可用于其他 Theragun Plus 型号。



## 使用按摩头

该设备配有四个高质量的按摩头,专为提供更个性化按摩而设计。热敷冲击式按摩头、缓冲按摩头、标准球形头和楔形按摩头舒适且卫生,不会吸收汗水、乳液或油脂。

按摩头	肌肉群	预期用途
缓冲按摩头	适用于易痛或敏感区域及全身使用	使用缓冲按摩头进行有力而柔和、舒缓的全身按摩。缓冲按摩头专为一般用途和易痛或有骨部位的低冲击按摩而设计。按摩头底座宽大，增大了表面积，从而可以更好且更有效地接触身体。
中号球	适用于大肌肉群和小肌肉群	使用标准球形头进行全身按摩。标准球形头专为全身的大肌肉群和小肌肉群而设计。与缓冲按摩头相比，它的形状更小，冲击力更大，更适合全身使用，也是缓解紧张的首选按摩头。
楔形按摩头	用于肩胛骨和髂胫束	使用楔形按摩头热身并提高灵活性。其独特的设计适用于肩胛骨和髂胫束，楔形按摩头适用于“刮痧”和“舒缓肌肉”动作，这是运动按摩中常用的映射技术。
热敷冲击式按摩头	用于肌肉	放松僵硬的肌肉，加速恢复。在锻炼前或锻炼后使用热敷按摩头放松僵硬的肌肉以加速肌肉恢复。
冷疗法 (单独出售)	用于关节和肌肉	减轻炎症、不适和肿胀。使用冷敷按摩头来缓解肿胀和减轻炎症。
振动疗法 (单独出售)	用于关节和多骨部位	缓解关节不适及敏感部位的不适感。使用振动按摩头来按摩关节不适和按摩多骨部位。振动按摩头可促进循环以按摩敏感部位。
拇指按摩头 (单独出售)	用于触痛点和下背部	使用高压点拇指按摩头缓解不适。专门模仿人类拇指而设计，使用此按摩头对下背部进行点疗不适缓解。在您可能用拇指缓解不适的地方使用拇指按摩头。
微点头 (单独出售)	用于更多刺激	使用微点按摩头促进循环。微点按摩头提供高度针对性的按摩，增加对每个按摩区域的刺激并促进循环。

## 6. 保养、清洁和充电

### 仪器保养

以下保养说明有助于您的美容仪以良好状态持续工作。未按以下说明操作可能导致美容仪停止工作。

SC

### 清洁设备

在清洁设备之前,请仔细阅读以下说明,以确保设备及其组件的长期使用。

1. 目视检查设备是否有任何明显的残留污垢。
2. 用柔软的无绒湿布或无酒精湿巾擦拭设备。
3. 使用柔软的无绒布擦干设备。
4. 清洁后需要将设备彻底晾干,即可妥善存放或再次进行按摩。本设备不防水,不可机洗。请勿让多余的液体或水进入产品。
5. 清洁干净的美容仪不应留有明显的污渍或水渍。

注意:本产品不防水。只能用湿布或无酒精湿巾擦拭设备。请勿将设备浸入水中或在流水中清洗。请勿让设备接触腐蚀性溶液,否则会损坏设备的外观和功能。

### QuietForce Solution

使用 QuietForce Solution 让设备保持最佳运行状态。如果每天使用设备,请考虑每四个月使用此溶剂一次。替代品在 [therabody.com](http://therabody.com) 上有售

1. 从 Theragun 上取下按摩头
2. 剪掉 QuietForce Solution 瓶子的尖端
3. 轻轻拉动设备臂活塞
4. 滴 3-4 滴溶剂,确保整圈覆盖
5. 打开 Theragun,运行 10 秒钟

### 为设备充电

1. 该设备支持 USB-C,并随附一条充电线。充电前,请确保设备关机。
2. 将充电线的一端连接到设备上的 USB-C 充电端口。它位于设备的手柄上。将充电线的另一端连接到电源适配器。
3. 电源按钮上的 LED 灯将在设备打开或充电时指示电池状态。打开设备或按电源按钮以检查电池状态。
  - 橙色(闪烁,然后熄灭):无电池
  - 橙色(闪烁):电量非常低
  - 橙色:电量低
  - 蓝色:半电量
  - 绿色:高电量
4. 设备的电池续航长达 120 分钟,具体取决于使用的按摩头和按摩强度。

\*\*注意:如果使用第三方充电器,请确保其来自经过认证的制造商,并且没有任何结构性损坏。

### 存放和运输设备

存放和运输时,请将设备放在旅行收纳包中。将设备存放在阴凉干燥处(温度:0°C/32°F - 40°C/104°F,相对湿度:10%-95% RH)。请勿将设备存放在温度可能超过 40°C/104°F 的地方,例如阳光直射处或车内。

场景	显示错误代码	可能原因	可能的解决方案
无电源	电源按钮 LED 闪烁橙色、蓝色和绿色。	电池组在充电或使用过程中过热。	确保产品电源关闭, 将产品从充电器中取出, 让其静置 60 分钟。如果这样做不起作用, 请联系 Therabody。
无电源	5 个白色 LED 灯闪烁 5 次后熄灭。	电机过热。	确保产品电源关闭, 让其静置 60 分钟。如果这样做不起作用, 请联系 Therabody。
冲击式按摩可以起作用, 但热敷按摩头不产生热量。	3 个橙色 LED 灯闪烁 5 次后熄灭。	热敷按摩头过热或其他错误。	确保产品电源关闭, 让其静置 60 分钟。如果这样做不起作用, 请联系 Therabody。
电源已开启, 但冷敷按摩头不起作用。	3 个蓝色 LED 灯闪烁 5 次后熄灭。	冷敷按摩头过热或出现其他错误。	确保产品电源关闭, 让其静置 60 分钟。如果这样做不起作用, 请联系 Therabody。
电源已开启, 但振动按摩头不起作用。	3 个绿色 LED 灯闪烁 5 次后熄灭。	振动按摩头过热或出现其他错误。	确保产品电源关闭, 让其静置 60 分钟。如果这样做不起作用, 请联系 Therabody。
设备自动关闭	无	1. 电池电量低 2. 仍然无法打开	1. 充电 2. 联系 Therabody
设备无法打开	无	1. 电池电量低 2. 仍然无法打开	1. 充电 2. 联系 Therabody
设备在按摩过程中关闭或振动电机未打开	无	1. 检查电池并充电 2. 电机或连接件可能已损坏	尝试为设备完全充电, 拔下充电线, 然后按住电源按钮 3 秒钟。如果问题仍然存在, 请联系 Therabody
无法充电	无	1. 环境温度过高或过低 2. 电池可能存在缺陷 3. 充电线损坏	1. 环境温度在 5°C 到 35°C 之间时为设备充电 2. 尝试使用其他 USB-C 充电线和适配器 3. 联系 Therabody

# Theragun Prime Plus 警告和指南 (注意事项和禁忌症)

## 背景

Therabody 产品旨在激发身体潜能,以实现健康幸福的生活。利用科学和技术,Therabody 系列产品使人们能够获得不同自然方法的按摩功效,从而满足人们的需求和偏好。有些情况下应调整设备的使用方式(注意事项),有些情况下不可使用某些设备(禁忌症)。在使用设备之前,请完整阅读以下安全信息。

## 重要安全信息

### 设备的一般使用

本设备仅供健康人士使用。有癫痫史或心脏病史的人士请勿使用。

体内植入电子器械(如起搏器)、心律不齐、患有肿瘤或急性炎症性疾病的人士,不建议使用本设备。需护理的身体部位有动脉硬化、血栓或植入物的人士,不建议使用本设备。若护理部位有深棕色或黑色斑点,如较大的雀斑、胎记、痣或疣,请勿使用本设备。若护理部位患有湿疹、牛皮癣、病变、开放伤口或活动性感染(除轻度至中度粉刺外),如唇疱疹,不建议使用本设备。待感染部位愈合后方可使用。若存在由糖尿病或其他全身性疾病或代谢性疾病导致的异常皮肤状况,不应使用本设备。若需护理部位曾患疱疹,不建议使用本设备,除非已咨询医生,并在使用前接受了预防性减轻。

怀孕和/或哺乳期女性请在使用设备前咨询医生。若使用设备时出现不适,请立即停用。如有任何医疗方面的考虑,请在使用本设备前咨询医生。

## 安全、注意事项与禁忌

### 具体方法

至印刷之日,注意事项和禁忌症建议源自相关医疗专家的建议和已出版的研究。有关最新信息,请访问我们的网站 <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>。

### 注意事项:

在下列状况下需保持谨慎,可能需要调整设备用法。如果您目前患有或怀疑您可能患有以下任何一种疾病,或者如果您有任何疑问,请咨询医疗专业人员。

- 高血压(已控制)
- 骨量减少
- 骨质疏松
- 怀孕
- 糖尿病
- 静脉曲张
- 骨头突起
- 异常感觉(如发麻)
- 对压力敏感
- 近期受伤或手术
- 脊柱侧凸或脊柱畸形
- 可能改变感觉的药物

### 禁忌:

下面是潜在风险可能超过益处的情况。请在使用前咨询医学专业人士。

- 皮疹、开放性伤口、水泡、局部组织炎症、瘀伤或肿瘤
- 深静脉血栓、骨髓炎
- 骨折或骨化肌炎
- 高血压(未控制)
- 急性或重度心脏、肝脏或肾脏疾病
- 神经疾病导致感觉丧失或改变
- 直接接触面部、喉咙或外生殖器

- 出血性疾病
- 近期手术或受伤
- 结缔组织疾病
- 外周血管功能不全或疾病
- 稀释血液或改变感觉的药物
- 直接对手术部位或硬件施加压力
- 直接对眼睛或喉咙上施加压力
- 极度不适或疼痛
- 严重的脊柱侧凸或脊柱畸形
- 起搏器、ICD 或栓塞病史
- 对设备材料过敏:塑料、硅胶、铝、不锈钢、铜合金、油漆

### 有限保修和客户服务

有关完整的保修信息,请访问 [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty)。

需要产品支持的客户请访问

<https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> 以获取可用的联系方式。

### FDA (美国食品药品监督管理局) 注册

仅在授权零售商处购买可享受有限保修

© 2024 Therabody, Inc. 保留所有权利。

专利详见 [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

### 制造及经销商:

Therabody, Inc.

1640 S Sepulveda, Suite 300

Los Angeles, CA 90025

# 装置警告

在使用或给设备及其配件充电之前,请阅读本手册、充电器和设备上的所有说明和警告事项。

使用设备时,应始终遵守以下基本注意事项:

1. 仅按照说明使用。仅按照设备的《用户手册》使用设备。该设备适用于非处方使用。该设备不用于诊断、减轻或预防疾病。仅使用 Therabody 推荐的配件和替换部件。这是一款带有电子元件的机械工具。如果未能适当地使用或维护本设备及配件,可能存在起火、触电或受伤的风险。如果未按照本手册中的说明使用和维护设备及相应按摩头,则保修失效,并可能导致产品损坏或人身伤害。该设备适用于商业和家庭用途。
2. 请勿让儿童使用。本设备不适合儿童或体力、感官或推理能力较弱或缺乏经验和知识的人使用,除非有负责其安全的人对设备的使用进行监督或指导。本设备不是玩具。请勿玩弄、弯曲或拉扯电子元件。建议儿童不要玩弄设备或配件。18 岁以下未成年人使用本设备时,应有成人监督。
3. 充电。如果设备无法开启或电量指示灯显示电量低,请在首次使用前充电。使用 TYPE-C 线缆(随附)为电池充电。使用充电线(随附)时,请确保其 TYPE-C 接头已完全插入兼容的电源适配器,然后再将适配器插入电源插座。您还可以使用符合 TYPE-C、适用的国家/地区法规以及国际和地区安全标准的第三方线缆为电池充电。其他适配器可能不符合适用的安全标准,使用此类适配器充电可能会造成人员伤亡。请勿强行插入线缆。至少每六个月为设备充满电一次,以防止设备和电池损坏。不使用时,请拔出电源适配器和充电线。
4. 请勿过度充电。电池充满电后,请勿将设备与电源适配器继续使用超过一小时。电池包含保护系统,以避免过度充电造成的风险。然而,长期过度充电可能会缩短电池的使用寿命。
5. 充电地点。使用电源适配器和充电线为设备充电。将 USB-C 接入电源时应避免皮肤接触,以免导致不适或受伤。请勿睡在或坐在 USB-C 接头上。设备应当在室内通风良好、干燥的地点充电。不要在室外、浴室内、距离浴缸或泳池 10 英尺(3.1 米)内为设备充电。请勿在潮湿的表面上使用设备或充电器,且不能将充电器暴露在潮湿的环境和雨雪中。请勿在爆炸性空气中(气态烟雾、粉尘、颗粒、金属粉末或可燃物质)使用设备或其适配器充电器。否则可能会产生火花,并造成起火。
6. 拔掉充电器和保养。请拉拔插头,不要拉拽线缆,以减少损害插头和线缆的风险。手持充电器时,切勿只提着充电器的线缆。保持线缆远离热源、油和锋利的边缘。请勿拉伸充电器线缆或使线缆承受张力。请勿用湿手拿放充电器、插头或设备。使用完成后和进行清洁前,请立即将本设备与电源断开,将充电线妥善存放,确保充电线不会被踩踏、将人绊倒、受到损害或张力。请勿使用受到过强烈撞击、掉落、被碾压或受到任何损害的电源适配器或充电线。如需长期存放,请将电池充满电后存放。
7. 使用。如果感到不适或不适,请停止使用该设备。如果在按摩过程中感到不适或不适,请立即停止按摩。如果设备过热或热度让人感觉不舒服,请停止使用设备。请勿将手指放在按摩头和枪臂末端之间,因为这可能会导致夹伤。
8. 请勿在被子和枕头下使用。否则可能会出现过热情况,并导致起火、触电或受伤。
9. 设备维护和保养。轻柔轻放设备。如果设备掉落、起火、被刺穿或压碎,可能会损坏其中的电子元件。请勿拆解设备或试图自行维修设备。拆解可能会损坏设备,并可能造成人身伤害。如果设备损坏或发生故障,请联系 Therabody 客户服务部。如果设备、电池或充电器被拆解,或任何部件被移除,则会失去保修资格。如有损坏,请勿使用,否则可能造成伤害。请勿刺穿或损坏设备。本设备不防水。本设备不可机洗。请勿将设备放置或存放在可能会跌落或被拉进浴缸或水槽的地方。请勿将设备放入或使其落入水中或其他液体中。请勿伸手去拿掉入水中或接触到水的设备。立即拔掉插头。按照用户手册中“清洁”部分中的说明清洁设备。
10. 电池的化学物质会造成严重烧伤。请勿让内部电池接触皮肤、眼睛或嘴部。如果损坏的电池泄露了化学物质,请戴上橡胶或氯丁橡胶手套进行处理。如果皮肤接触到电池中的液体,请用肥皂和水清洗,并用醋进行冲洗。如果眼睛接触到电池中的化学物质,请立即用水冲洗 20 分钟并就医。脱下并处理被污染的衣服。
11. 避免短路。如果金属物体连接电池或 16V 接头上的正负两极,电池便会出现短路。请勿将电池放在任何可能导致短路的物体附近,例如口袋中的硬币、钥匙或钉子。电池短路可能会造成起火或受伤。
12. 存放设备和配件。应存放在凉爽干燥的地方。仅在环境温度介于 -4-113°F (-20-45°C) 之间时为设备充电。请勿将设备或充电线存放在温度可能超过 113°F (45°C) 的地方,例如阳光直射处、车辆中或夏季的金属建筑物中。
13. 设备处置。本设备包含锂离子电池,在处置时必须小心。在处置本设备之前,请查看当地有关锂离子电池处置的法律和要求。首选方法是回收整个设备。

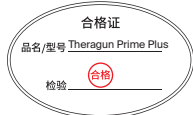
产品名称:筋膜枪

产品型号:Theragun Prime PLUS

执行标准:GB4706.1-2005;GB4706.10-2008

制造商:上海强锐康国际贸易有限公司

保修期:一年



## 标签和符号

Theragun Prime Plus 上显示以下标签和符号:标签

编号	图标	描述
1		CE 标志
2		请在使用前阅读用户手册。
3		分类回收废弃的电气和电子设备。 注意:如需详细了解如何处理本设备及其部件和配件,请联系您当地的分销商。
4	IP 22	IP 分类:第一个数字 2:防止用手指接触危险部件,Φ 12 mm、长度 80 mm 的接头测试手指应与危险部件有足够的间隙,并防止 Φ 12.5mm 及以上的固体异物。
5		RCM 标志
6		BF 型应用部件
7		制造商信息
8		英国 UKCA 标志
9		蓝牙

SC

Theragun Prime Plus

IEC 60601-1 和 IEC60601-11 要求 (警告) — 适用于美国加利福尼亚州的医疗设备

该设备为三级设备,配 BF 型应用部件。符合医用电气安全标准 (IEC 60601-1)。

该设备还遵循医疗电磁兼容性标准 (IEC 60601-1-2)。

该设备已经过测试并符合 IEC 60601-1-2: 2014 对医疗设备电磁兼容性 (EMC) 的限制。这些限制旨在为典型医疗安装情况提供合理保护,防止出现有害干扰。

此设备符合 FCC 规则的第 15 部分。操作必须符合以下两个条件:(1) 本设备不会造成有害干扰,并且 (2) 本设备必须接受收到的任何干扰,包括可能导致意外操作的干扰。

如对设备进行合规责任方未明确允许的更改或改造,可能导致用户失去操作设备的权限。

根据 FCC 规则的第 15 部分,本设备已经过测试,且符合 B 类数字设备的限制。这些限制旨在为住宅安装情况提供合理保护,防止出现有害干扰。本设备会产生、使用并辐射射频能量,如果未按照说明书安装和使用,可能会对无线电通信造成有害干扰。但是,不能保证在特定安装中不会出现干扰。

如果本设备确实对无线电或电视接收造成了有害干扰(可通过关闭和打开设备来确定),建议用户尝试通过以下一种或多种措施来消除干扰:

- 调整接收天线的方向或位置。
- 加大本设备和接收装置之间的距离。
- 将本设备连接到不同于接收装置所连接电路的其他电路插座上。
- 咨询经销商或有经验的无线电/电视技术人员寻求帮助。

ISED 合规性声明

本设备包含符合加拿大创新、科学及经济发展部 (ISED) 免许可无线电标准法规 (RSS) 的免许可发射器/接收器。操作必须符合以下两个条件:

- (1) 本设备不会造成干扰。
- (2) 本设备必须接受任何干扰,包括可能导致设备意外运行的干扰。

SC 1\* 警告:应避免将本设备与其他设备相邻或堆放在一起使用,因为这可能导致操作不当。如果需要这样使用,则应观察该设备和其他设备,以验证它们是否正常运行。

2\* 警告:使用本设备制造商指定或提供以外的配件、传感器和电缆可能会导致本设备的电磁辐射增加或电磁抗扰度降低,并导致操作不当。

3\* 警告:便携式射频通信设备(包括天线电缆和外部天线等外围设备)应在距 ME 设备任何部分(包括制造商指定的电缆)至少 30 厘米(12 英寸)的范围内使用。否则,可能会导致本设备性能下降。

指引及制造商声明——电磁辐射

Theragun Prime Plus 适用于以下指定的电磁环境。Theragun Prime Plus 的客户或用户应确保在这样的环境中使用设备。

辐射测试	合规	电磁环境 - 指引
射频辐射 CISPR 11	Group 1	Theragun Prime Plus 只将射频能量用于其内部功能。因此,其射频辐射极低,通常不会对附近的电子设备造成任何干扰。
射频辐射 CISPR 11	B 类	Theragun Prime Plus 适用于在各种设施中使用,包括家庭设施以及直接连接到公共低压供电网络(为居民建筑物供电)的设施。
谐波辐射 IEC 61000-3-2	不适用	
电压波动 闪变辐射 IEC 61000-3-3	不适用	

指引及制造商声明 — 电磁抗干扰 —  
适用于所有设备和系统

SC

指引及制造商声明——电磁抗干扰


Theragun Prime Plus 适用于以下指定的电磁环境。Theragun Prime Plus 的客户或用户应确保在这样的环境中使用设备。

抗干扰测试	IEC 60601 测试等级	合规等级	电磁环境 - 指引
<p>静电释放 (ESD)</p> <p>IEC 61000-4-2</p>	<p>± 8 kV 接触放电</p> <p>± 2 kV、± 4 kV、± 8 kV、 ± 15 kV 空气</p>	<p>± 8 kV 接触放电</p> <p>± 2 kV、± 4 kV、± 8 kV、 ± 15 kV 空气</p>	<p>地面应采用木地板、水泥或瓷砖。如果地面铺有合成材料，则相对湿度至少应为 30%。</p>
<p>静电快速瞬变脉冲群</p> <p>IEC 61000-4-4</p>	<p>±2kV 供电线路</p> <p>±1kV - 输入/输出线路</p>	不适用	电网电源质量应为典型的商用或家用环境质量。
<p>电涌</p> <p>IEC 61000-4-5</p>	<p>±1kV 差模</p> <p>±2kV 共模</p>	不适用	电网电源质量应为典型的商用或家用环境质量。
<p>供电输入线路的电压骤降、短时间中断和电压变化</p> <p>IEC 61000-4-11</p>	<p>0% UT; 在 0°、45°、90°、135°、180°、225°、 270° 和 315° 时 0.5 个周期 g)</p> <p>0% UT; 1 个周期和 70% UT; 25/30 个周期 0° 时单相</p> <p>0% UT; 250/300 个周期</p>	不适用	电网电源质量应为典型的商用或家用环境质量。如果 Theragun Prime Plus 用户需要在电网电源中断时继续运行，建议使用不间断电源或电池为 Theragun Prime Plus 供电。
<p>电源频率 (50/60 Hz) 磁场</p> <p>IEC 61000-4-8</p>	30 A/m	30 A/m	电源频率磁场等级应为典型商用或家用环境下典型位置的等级。

注意 UT 是应用检测等级前的交流主电源电压。

指引及制造商声明——电磁抗干扰

Theragun Prime Plus 适用于以下指定的电磁环境。Theragun Prime Plus 的客户或用户应确保在这样的环境中使用设备。

抗干扰测试	IEC 60601 测试等级	合规等级	电磁环境 - 指引
<p>传导射频 IEC 61000-4-6</p>	<p>3 Vrms 150 kHz - 80 MHz ISM 和业余无线电频段 0.15 MHz 至 80 MHz 之间为 6 V</p>	<p>不适用</p>	<p>使用便携式和移动视频通信设备时, 到 Theragun Prime Plus 的任何部分 (包括线缆) 的距离不应超过根据适用于发射器频率的公式计算出的间距。</p> <p>建议的间距</p> $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
<p>辐射射频 IEC 61000-4-3</p>	<p>10 V/m 80 MHz 至 2.7 GHz 385MHz-5785MHz 射频无线通信设备外壳端口抗扰度测试规范 (参考 IEC 60601-1-2:2014 的表 9)</p>	<p>10 V/m 80 MHz 至 2.7 GHz 385MHz-5785MHz 射频无线通信设备外壳端口抗扰度测试规范 (参考 IEC 60601-1-2:2014 的表 9)</p>	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz to } 800 \text{ MHz}$ $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 800 \text{ MHz to } 2.7 \text{ GHz}$ <p>依据发射器制造商, 其中 p 是发射器的最大输出额定功率瓦特数 (W), d 是建议的间距米数 (m)。b</p> <p>通过电磁现场勘查确定的固定射频发射器的场强, a 应小于每个频率范围内的合规等级。b</p> <p>标记以下符号的设备附近可能出现干扰:</p> 

注意 1:80 MHz 和 800 MHz 时,适用于更高频率范围。

注意 2:这些指引可能并不适用于所有情况。建筑物、物体和人的吸收和反射会影响电磁。

a 介于 150 kHz 和 80 MHz 之间的 ISM (工业、科学和医疗) 频段为 6,765 MHz 至 6,795 MHz; 13,553 MHz 至 13,567 MHz; 26,957 MHz 至 27,283 MHz; 以及 40,66 MHz 至 40,70 MHz。介于 0,15 MHz 和 80 MHz 之间的业余无线电频段为 1,8 MHz 至 2,0 MHz、3,5 MHz 至 4,0 MHz、5,3 MHz 至 5,4 MHz、7 MHz 至 7,3 MHz、10,1 MHz 至 10,15 MHz、14 MHz 至 14,2 MHz、18,07 MHz 至 18,17 MHz、21,0 MHz 至 21,4 MHz、24,89 MHz 至 24,99 MHz、28,0 MHz 至 29,7 MHz 以及 50,0 MHz 至 54,0 MHz。

b 理论上,无法准确预测无线(蜂窝式/无绳)电话和陆地移动无线电、业余无线电、AM 和 FM 无线电广播和电视广播的基站等固定发射器的场强。要评估固定射频发射器造成的电磁环境,应考虑使用电磁现场勘查。如果在 Theragun Prime Plus 的使用位置测得的场强超过上述适用的射频合规等级,应观察 Theragun Prime Plus 是否运行正常。如果发现性能异常,则可能需要采取其他措施,例如,调整 Theragun Prime Plus 的方向或位置。

c 对于 150 kHz 至 80 MHz 的频率范围,场强应小于 3 V/m。

SC

## 便携式和移动射频通信设备与设备或系统之间的建议间距——用于设备和系统

### 便携式和移动射频通信设备与 high Station 之间的 便携式和移动射频通信设备以及 Theragun Prime Plus

Theragun Prime Plus 适用于辐射射频干扰受控的电磁环境。Theragun Prime Plus 的客户或用户可以通过在便携式和移动射频通信设备(发射器)与 Theragun Prime Plus 之间保持以下建议的最小距离(依据通讯设备的最大输出功率)来帮助防止电磁干扰

发射器的额定最大输出 W	依据发射器频率的间距 m			
	150 kHz - 80 MHz 在 ISM 和业余无线电频段之外	150 kHz - 80 MHz 在 ISM 和业余无线电频段之内	80 MHz - 800 MHz	800 MHz 至 2.7 GHz
	$d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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

对于上面没有列出额定最大输出功率的发射器,建议的间距 d 米数 (m) 可以使用适用于发射器频率的公式进行估计,依据发射器制造商,其中 P 是发射器额定最大输出功率瓦特数 (W)。

注意 1:80 MHz 和 800 MHz 时,适用于更高频率范围的间距。

注意 2:这些指引可能并不适用于所有情况。建筑物、物体和人的吸收和反射会影响电磁传播。

# 使用 Theragun Prime Plus 體驗更高級別的恢復

## 瞭解您的按摩頭



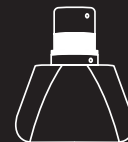
**加熱衝擊型** - 全身熱按摩，放鬆僵硬的肌肉，加速恢復速度



**減震型** - 適用於痠痛或敏感區域可緩解酸痛感和疼痛感



**標準球型** - 適用於全身按摩，可以減輕緊張感



**楔型** - 適用於刮擦和揉動肩胛骨和大腿外側肌。



透過更多舒緩升級您的裝置，以建立特定於您個人需求的恢復排程。

嘗試用於舒緩酸痛部位的冷敷按摩頭，以及用於舒緩關節酸痛感和敏感區域的衝擊式按摩頭（皆單獨銷售）。



使用 Therabody 應用程式充分利用您的按摩。

使用 Bluetooth 連接來控制裝置速度、監控按摩力並探索我們程式庫的逐步引導型排程，向您準確顯示要舒緩的肌肉、使用哪種按摩頭以及如何握持裝置，確保每次按摩都能為您提供最佳效果。

# Theragun Prime Plus

## 1. 產品概覽

使用 Theragun Prime Plus 體驗更高級別的按摩 — 這是一款強大的 16 毫米衝擊按摩槍，採用耐用設計增強了熱度。加熱衝擊型按摩頭使用有科學為依據的熱敷按摩肌肉深層，有助於優化熱身、放鬆和緩解痠痛感，比單獨衝擊按摩更快。使用易於觸及的專利三角形握把和 3 個針對目標的衝擊型按摩頭，可按摩大肌肉和敏感部位，使身體任何地方獲得有效的舒緩。與其他按摩槍不同的是，Theragun Prime Plus 採用安靜的防失速馬達製成，因此您可以使用高達 40 磅的壓力按摩最棘手的手的結節，而不會影響深度和速度。透過 Therabody 應用程式中的簡單裝置控制按鈕和引導型行程，讓舒緩變得輕鬆。

透過更多按摩升級您的舒緩流程 — 增加冷敷按摩頭或震動式按摩頭，以建立特定於您個人需求的舒緩流程（冷敷按摩頭和震動式按摩頭皆單獨銷售）。

## 使用目的

Theragun Prime Plus 的加熱衝擊型按摩舒緩旨在幫助優化熱身、減輕酸痛、放鬆和緩解痠痛感。

## 4. 盒子內容物

- A Theragun Prime Plus 裝置
- B 加熱衝擊型按摩頭
- C 三個衝擊型按摩頭（減震型、標準球型、楔型）
- D USB-C 充電線
- E 收納袋
- F 說明書

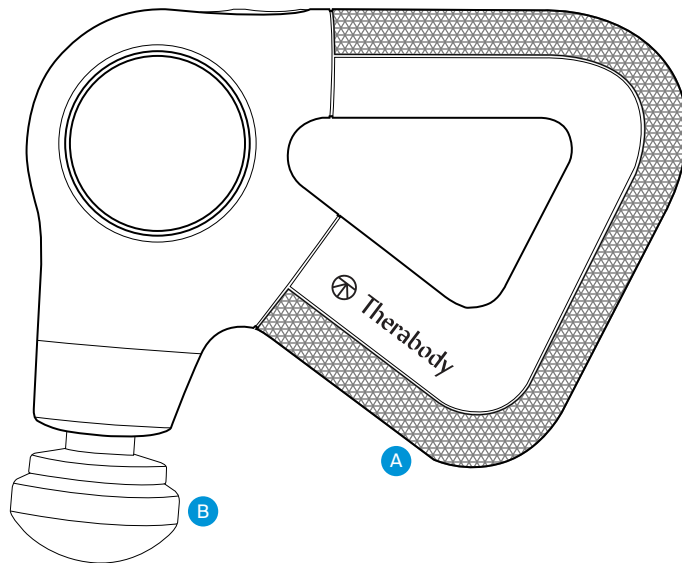
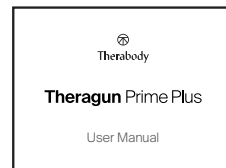
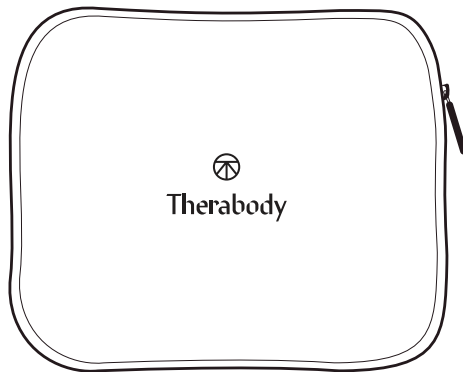
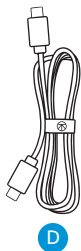
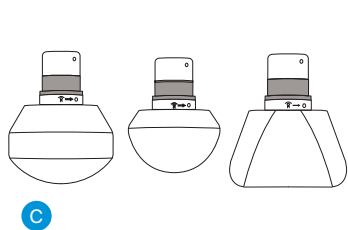
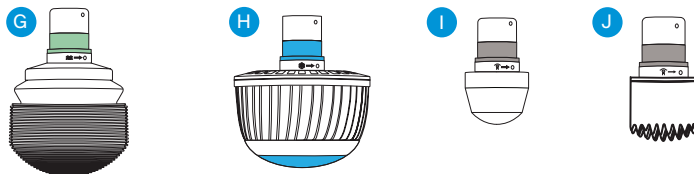


圖 1. 提供的配件

## 按摩頭單獨銷售

- G 震動式按摩頭
- H 冷敷按摩頭
- I 指型按摩頭
- J 多點按摩頭



### 3. 認識裝置

- 1 易於使用的兩鍵式控制面板
  - a 電源和速度按鈕 (5 個 LED 速度指示燈)
  - b 強度按鈕 (3 個 LED 強度指示燈)
- 2 獲得專利的三角形多握點手柄
- 3 USB-C 連接埠
- 4 可互換的加熱和衝擊式按摩頭

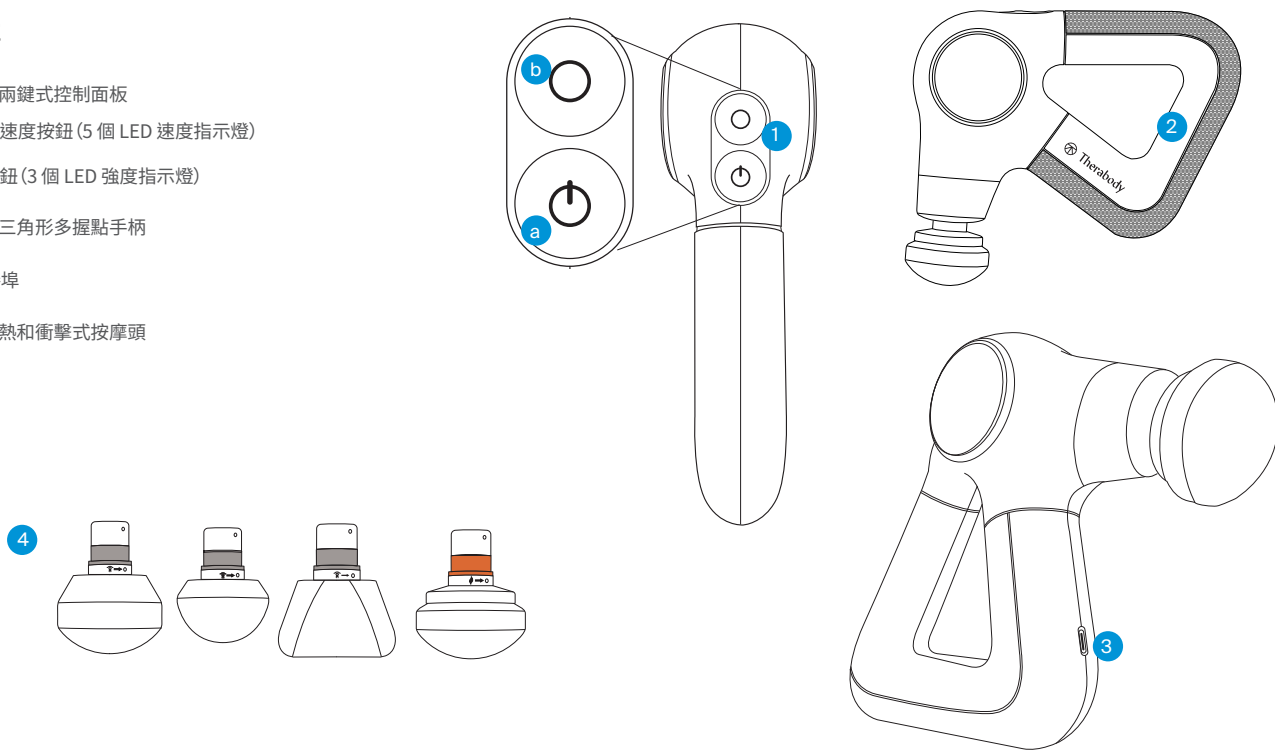


圖 2. 裝置對應圖

## 請下載 Therabody 應用程式

1. 從 App Store 或 Play Store 下載 Therabody 應用程式。
2. 按照應用程式內說明建立新的應用程式帳戶並驗證您的電子郵件。
3. 登入後，請按照入門步驟將您的 Theragun Prime Plus 連接到應用程式。確保已啟用手機的 Bluetooth 設定。
4. 出現提示時，選擇「Theragun PRO Plus」作為您的 Therabody 裝置。
5. 按住 Theragun Prime Plus 上的電源按鈕以將其開啟。Theragun Prime Plus 必須打開電源才能找到應用程式並與之配對。
6. 點擊「配對裝置」，然後選擇 Theragun Prime Plus，確認裝置與應用程式連線。
7. Therabody 應用程式允許您控制裝置速度、監控按摩力、學習使用每種舒緩的最佳方式，並獲得排程建議，準確顯示要舒緩的肌肉、使用哪種按摩頭以及如何握持您的裝置。

TC

## 4. 使用裝置

1. **開啟裝置。**將您的手滑入符合人體工學設計的 Theragun 三角把手中。按住電源按鈕可開啟/關閉 Theragun Prime Plus。裝置開啟時，裝置的 LCD 將亮起。
2. **選擇衝擊舒緩速度。**按電源按鈕可切換五種舒緩速度選項。每個 LED 燈將亮起以表示舒緩速度強度，最低速度時會亮起 1 個白色 LED 燈，最快速度時會亮起 5 個 LED 燈。
3. **使用裝置。**將裝置在需要舒緩的部位移動，根據需要逐漸施加輕度到中度的壓力。
4. **使用加熱衝擊式按摩頭。**如上所述，安裝加熱敷按摩頭，打開裝置，然後選擇所需的溫度。按下強度按鈕以調整熱敷溫度。三個 LED 燈中的每一個都會亮起以表示溫度強度，在低熱度時會亮起一個橙色 LED 燈，中等熱度時會亮起兩個 LED 燈，高熱度時會亮起三個 LED 燈。若要在沒有衝擊式按摩的情況下使用熱敷，請繼續按下電源按鈕以切換速度選項。最高速度後，衝擊式按摩將關閉。
5. **使用冷敷按摩頭(單獨銷售)。**安裝冷敷按摩頭，然後如上所述開啟裝置。請注意，冷敷期間會停用衝擊。按強度按鈕調整冷敷溫度。三個 LED 燈中的每一個都會亮起以表示舒緩溫度強度，在低強度時會亮起一個藍色 LED 燈，中等強度時會亮起兩個 LED 燈，高強度時會亮起三個 LED 燈。
6. **使用衝擊式按摩頭(單獨銷售)。**如上所述安裝衝擊式按摩頭，然後開啟裝置。請注意，衝擊在震動舒緩期間停用。按下強度按鈕即可調整震動強度。三個 LED 燈中的每一個都會亮起以表示按摩震動強度，在低強度時會亮起一個綠色 LED 燈，中等強度時會亮起兩個 LED 燈，高強度時會亮起三個 LED 燈。
7. **鎖定裝置。**不使用或運輸時，請鎖定裝置以防止電池耗盡或意外開啟。快按電源按鈕三次以啟動鎖定功能。再次快按電源按鈕三次以解除鎖定。
8. **關閉裝置。**按住電源按鈕以關閉裝置。

## 自動關閉

在下列場景中，裝置將自動關閉：

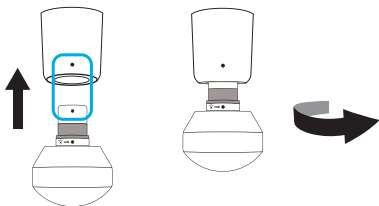
1. 如果按下電源鍵檢查電池電量後未使用裝置，裝置將在 5 分鐘後關閉。
2. 如果應用程式已連接但裝置未開啟，它將在 10 分鐘後關閉。
3. 當裝置電池電量耗盡時，裝置的 LED 指示燈會閃爍橙色然後關閉。
4. 如果裝置在僅加熱狀態下開啟超過 1 小時，裝置將關閉。

## 連接按摩頭

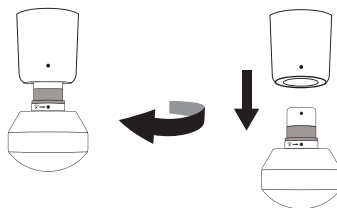
1. 在連接或移除任何按摩頭之前，請確保設備已關閉。
2. 將按摩頭插入裝置肘臂，順時針旋轉並鎖定就位。
3. 若要解除鎖定並移除按摩頭，請逆時針旋轉並將其拉出。
4. 警告：不要將手指放在按摩頭和肘臂末端之間，因為這可能會導致夾傷和受傷。

\*按摩頭可用於其他 Theragun Plus 型號。

開啟



關閉



## 使用按摩頭

裝置附有四個高品質的按摩頭，專為更個人化的舒緩而設計。減震型、標準球型和楔型按摩頭舒適衛生，不會吸收汗水、乳液或油脂。

按摩頭	肌肉群	使用目的
減震型	適用於痠痛或敏感區域和整體使用。	使用減震型按摩頭進行緊致而柔軟、舒緩的全身按摩。減震型按摩頭專為一般用途而設計，是對痠痛感或骨質區域的低衝擊舒緩。其寬闊的底座可最大限度地擴大表面積，進而實現更大、更有效率地與身體接觸。
標準球型	適用於大肌肉群和小肌肉群	使用標準球型按摩頭進行全身按摩。標準球型按摩頭專為大肌肉群和小肌肉群的整體使用而設計。與減震型相比，它具有更小的形狀和更高的衝擊力量，是整體使用時更堅固的選擇，也是您消除緊張的首選按摩頭。
楔型	適用於肩胛骨和大腿外側肌	使用楔型按摩頭加熱肌肉並提高彈性。獨特設計用於肩胛骨和大腿外側肌，楔型按摩頭用於「刮擦」和「揉動」手法，這就是運動按摩中常用的技巧。
加熱衝擊型	適用於肌肉	放鬆僵硬的肌肉，加速恢復。在運動前或運動後使用熱敷按摩頭放鬆僵硬的肌肉以加速肌肉恢復。
冷敷 (單獨銷售)	適用於關節和肌肉	減輕痠痛感和腫脹感。使用冷敷按摩頭可舒緩腫脹感並減輕痠痛感。
震動 (單獨銷售)	適用於關節和骨骼部位	舒緩關節痠痛感，舒緩敏感部位。使用衝擊式按摩頭來針對關節痠痛感並舒緩骨骼部位。衝擊式按摩頭可以放鬆肌肉以舒緩敏感區域。
指型 (單獨銷售)	適用於痛點與下背部。	透過高壓點指型按摩頭緩解痠痛感。專為模仿人類大拇指而設計，使用此按摩頭進行下背部的穴位舒緩。在您可能使用大拇指緩解痠痛感的任何地方使用指型按摩頭。
多點 (單獨銷售)	適用於增加更多刺激	使用多點按摩頭幫助熱身。多點按摩頭提供高度針對目標的舒緩，並增加對每個舒緩部位的刺激。

## 6. 保養、清潔和充電

### 裝置維護

下方為您提供重要的維護說明，確保您的裝置持續依照其設計的方式運作。未遵循這些說明，則可能會導致裝置停止運作。

### 清潔裝置

在清潔裝置之前，請仔細閱讀以下說明，以確保裝置及其元件的使用壽命。

1. 目測檢查裝置是否有任何明顯的碎屑堆積跡象。
2. 使用不會造成磨損、不掉絮的濕布或不含酒精的清潔濕巾擦拭裝置。
3. 以不會造成磨損、不掉絮的布擦乾裝置。
4. 清潔後，讓裝置徹底乾燥，然後再進行存放或開始另一次舒緩。本裝置不防水，亦不可機洗。請勿讓多餘液體或水份進入產品內部。
5. 正確清潔的裝置不應有明顯的碎屑或濕氣跡象。

注意：本產品不防水。僅用濕布或不含酒精的清潔濕巾擦拭裝置。請勿將裝置浸入水中或在流水下清潔。請勿讓裝置接觸腐蝕性溶液，否則可能損壞裝置的外觀和功能。

### QuietForce 潤滑劑

使用 QuietForce 潤滑劑讓您的裝置保持最佳運作狀態。如果您每天都使用裝置，建議每四個月使用一次。therabody.com 提供替換產品

1. 從 Theragun 移除按摩頭
2. 剪掉 QuietForce 潤滑劑瓶子的尖頭
3. 輕拉出裝置軸心
4. 滴 3-4 滴溶液，確保覆蓋整個圓周
5. 開啟 Theragun，讓它運行 10 秒

### 為裝置充電

1. 該裝置支援 USB-C 接口，並附帶充電線。充電前，請確保裝置已關閉電源。
2. 將充電線的一端連接到裝置上的 USB-C 充電埠。它位於裝置的把手上。將充電線的另一端連接至電源轉接器。
3. 電源按鈕有一個 LED 燈，當裝置開啟或充電時，該燈會指示電池狀態。開啟裝置或按電源按鈕檢查電池狀態。
  - 橙色 (閃爍，然後關閉)：沒有電池
  - 橙色 (閃爍)：電量非常低
  - 橙色：電量低
  - 藍色：剩一半電量
  - 綠色：電量飽滿
4. 裝置的電池壽命最長 120 分鐘，具體取決於使用的按摩頭和按摩強度。

\*\*備註：如果您使用第三方充電器，請確保其來自認證製造商，且其構造無任何損壞。

### 存放和運輸裝置

要存放和運輸，請將裝置放在攜行袋中。將裝置存放在陰涼乾燥處（溫度：0°C/32°F - 40°C/104°F；相對濕度：10~95% RH）。請勿將裝置存放在溫度可能超過 40°C/104°F 的地方，例如陽光直射處或車輛內。

場景	顯示的錯誤代碼	潛在原因	潛在的解決方案
沒有電源	電源按鈕 LED 閃爍橙色、藍色和綠色。	電池組在充電或使用過程中過熱。	確保產品電源已關閉，將產品從充電器中取出，並讓其靜置 60 分鐘。如果沒有作用，請聯絡 Therabody。
沒有電源	5 個白色 LED 燈閃爍 5 次，然後關閉。	馬達過熱。	確保產品的電源已關閉，並讓其靜置 60 分鐘。如果沒有作用，請聯絡 Therabody。
衝擊有效，但熱敷按摩頭不會產生熱。	3 個橙色 LED 燈閃爍 5 次，然後關閉。	熱敷按摩頭過熱或其他錯誤。	確保產品的電源已關閉，並讓其靜置 60 分鐘。如果沒有作用，請聯絡 Therabody。
電源處於開啟狀態，但冷敷按摩頭無功能。	3 個藍色 LED 燈閃爍 5 次，然後關閉。	冷敷按摩頭過熱或其他錯誤。	確保產品的電源已關閉，並讓其靜置 60 分鐘。如果沒有作用，請聯絡 Therabody。
電源處於開啟狀態，但震動式按摩頭沒有功能。	3 個綠色 LED 燈閃爍 5 次，然後關閉。	衝擊式按摩頭過熱或其他錯誤。	確保產品的電源已關閉，並讓其靜置 60 分鐘。如果沒有作用，請聯絡 Therabody。
裝置自動關閉	無	<ol style="list-style-type: none"> <li>電池電量低</li> <li>仍然無法開機</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>為電池充電</li> <li>聯絡 Therabody</li> </ol>
裝置無法開機	無	<ol style="list-style-type: none"> <li>電池電量低</li> <li>仍然無法開機</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>為電池充電</li> <li>聯絡 Therabody</li> </ol>
裝置在處理過程中關閉或震動馬達未開啟	無	<ol style="list-style-type: none"> <li>檢查電池並充電</li> <li>馬達或連接可能已損壞</li> </ol>	嘗試為裝置充滿電，拔下充電線，然後按住電源按鈕 3 秒鐘。如果問題仍然存在，請聯絡 Therabody
無法為電池充電	無	<ol style="list-style-type: none"> <li>環境溫度過高或過低</li> <li>電池可能有瑕疵</li> <li>損壞的充電線</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>僅當環境溫度介於 5°C 和 35°C 之間時才對該裝置進行充電。</li> <li>嘗試使用其他 USB-C 線纜和轉接器</li> <li>聯絡 Therabody</li> </ol>

# Theragun Prime Plus 警告與指引(預防措施與使用禁忌)

## 背景介紹

Therabody 的產品設計可激發您身體中的自然能力,以期能夠幫助您實現理想的健康狀態。透過科學技術, Therabody 的產品組合讓大家都能夠獲得各種自然的舒緩效益,以滿足各位的健康需求和偏好。有時候建議修改裝置的使用方式(預防措施),或者有時候不適合使用特定裝置(使用禁忌)。使用前請完整閱讀以下有關裝置的安全資訊。

## 重要的安全性說明

### 一般裝置用途

本裝置供身體狀態良好人士使用。具有癱瘓、痙攣或心臟病病史的任何人員禁用此裝置,並且不應由具有上述病史的任何人員使用此裝置,或將此裝置用於具有上述病史的任何人員身上。

該裝置不建議用於植入電子裝置(例如心律調整器)、心律不整、腫瘤或發炎型疾病急性發作的任何人。不建議在接受治療的身體部位患有動脈硬化、血栓或植入物的人士使用該裝置。如果在接受治療的部位有棕色或黑色斑點;例如大雀斑、胎記、痣或疣,則您不應使用該裝置。如果在接受舒緩的區域,患有濕疹、乾癬、病變、開放性傷口或除了如唇疱疹等輕度至中度粉刺之外的活動性感染,則不建議使用該裝置。請等候感染部位痊癒後再使用該裝置。如果您的皮膚因糖尿病或其他全身性或代謝性疾病導致的異常狀況,則不應使用該裝置。如果您在舒緩區域有疱疹爆發史,不建議使用該裝置,除非您諮詢過您的醫生並接受了預防性治療。

如果您正在懷孕和/或哺乳,請在使用此裝置之前諮詢您的醫師。一旦出現不適的跡象,請立即停止使用此裝置。如果您有任何醫療考量,請在使用裝置前諮詢您的醫師。

## 安全性、預防措施和使用禁忌

### 特定療法

這些建議源自於向醫療專家的諮詢,以及截至印刷日期為止關於預防措施和使用禁忌的已發佈研究。如需取得最新資訊,請瀏覽網站 <https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>

### 預防措施:

在此等情況下應有適當的注意,因此設備的使用方式可能需要修正。如果您目前患有或疑似患有以下任何一種疾病,或者您有任何疑問,請諮詢醫療專業人員。

- 高血壓(可控制)
- 骨質缺乏症
- 骨質疏鬆症
- 懷孕
- 糖尿病
- 靜脈曲張
- 骨頭突起處或區域
- 感覺異常(例如:麻痺)
- 對壓力的敏感度
- 最近的受傷或手術
- 脊柱側彎或脊椎畸形
- 可能會改變顧客感覺的藥物

### 禁忌症:

以下是潛在風險可能超過益處的情況。請在使用之前諮詢醫療專業人員。

- 皮疹、開放性傷口、水泡、局部組織發炎、瘀血或腫痛
- 深層血管栓塞、骨髓炎
- 骨折或骨化性肌炎
- 高血壓(不受控制)
- 急性或嚴重的心臟、肝臟或腎臟疾病

- 導致喪失或改變感覺的神經疾病
- 直接使用於臉部、喉嚨或生殖器
- 出血性疾病
- 最近的手術或受傷
- 結締組織疾病
- 周邊血管功能不全或疾病
- 稀釋血液或改變感覺的藥物
- 直接壓迫手術部位或硬體
- 眼睛或喉嚨直接受壓
- 當事人感到極度不適或疼痛
- 嚴重脊柱側彎或脊椎畸形
- 起搏器、ICD 或栓塞病史
- 對裝置材料(塑膠、矽膠、鉛、不鏽鋼、銅合金、油漆)過敏

### 有限保固服務和客戶服務

如需完整的保固服務資訊,請造訪: [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty) 需要產品支援的客戶請瀏覽

<https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> 以取得可用的聯絡方式。

### FDA 註冊

僅向授權零售商購買提供有限保固

© 2024 Therabody, Inc. 保留一切權利。

若想瞭解有關專利的資訊,請瀏覽: [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

### 製造和經銷商:

Therabody, Inc.  
1640 S Sepulveda, Suite 300  
Los Angeles, CA 90048

# 裝置警告

在使用裝置及其配件或為其充電之前，請閱讀本手冊、充電器和裝置上的所有說明和警告標記。

使用裝置時，應始終遵守以下基本預防措施：

1. 僅遵照指示使用。僅按照 Theragun 使用者手冊中的說明使用裝置。裝置適用於非處方使用。該裝置不用於診斷、治療或預防疾病。敬請使用 Therabody 所建議的配件和替換部件。此裝置是帶有電子元件的先進機械工具。如果裝置及其按摩頭使用或維護不當，則存在火災、觸電或受傷的風險。未能按照本手冊中概述的說明使用和維護裝置和相應的附件將使保固失效，並可能導致產品損壞或人身傷害。該裝置適用於商業和家庭用途。
2. 孩童不宜。本裝置不適合身體、感官或推理能力下降或缺乏經驗和知識的個人使用，除非負責其安全的人員對裝置的使用進行監督或指導。該裝置不是玩具。請勿把玩、彎曲或拉動電子元件。告誡孩童不要把玩裝置或配件。未滿 18 歲者在使用本裝置時應有成年人陪同監護。
3. 充電。如果您的裝置無法開機或電池指示燈顯示電池電量過低，請在第一次使用前先充電。使用 USB-C 充電線（隨附）為電池充電。使用充電線（隨附）時，請確保其 USB-C 連接器已完全插入相容的電源轉接器，然後再將轉接器插入電源插座。您還可以使用符合 USB-C 以及適用的國家/地區法規以及國際和區域安全標準的第三方線纜為電池充電。其他轉接器可能不符合適用的安全標準，使用此類轉接器充電可能會造成受傷的風險。請勿強行將充電線插入機體中。至少每六個月讓裝置充電一次，以防止裝置和電池損壞。不使用時，請拔下電源轉接器和充電線。
4. 請勿過度充電。電池充電後，請勿將裝置連接至電源轉接器超過一小時。電池含有避免過度充電風險的保護系統。然而，隨著時間過度充電可能會縮短其使用壽命。
5. 充電地點。使用電源轉接器和充電線為裝置充電。將 USB-C 插入電源時避免皮膚接觸，因為這可能會導致不適或受傷。請勿睡在或坐在 USB-C 連接器上。應該在通風良好、乾燥的室內地點為該裝置充電。請勿在戶外、浴室或距離浴缸或泳池 10 英尺 (3.1 公尺) 的範圍內為此裝置充電。請勿在潮濕的表面上使用該裝置或充電器，以及請勿將充電器暴露在潮濕、下雨或下雪的地方。請勿在存在爆炸性環境（有害氣體、灰塵、穀物、金屬粉末或易燃材料）的情況下使用該裝置或其相容的充電器。這麼做可能會產生火花，進而引起火災的發生。
6. 拔下充電器並妥善保管。建議可以拔下電源插頭（不是電源線），以減少損壞電源插頭和電源線的風險。切勿拉扯電源線來移動充電器。確保充電線遠離熱源、油以及鋒利物品。請勿拉扯充電器的電源線，或是大力拉扯電源線。請勿用濕手觸摸充電器、端子或裝置。使用後和清潔前，請務必立即將本電器從電源插座上拔下。請確實收好充電線，以避免電源線被踐踏、絆倒或遭受到其他類型的損壞或壓力。請勿使用已受到重擊、摔落、輾過或以任何方式損壞的電源轉接器或充電線。若打算將本電器長期收納的話，請確保有將電池充電。
7. 使用。如果您感到疼痛或不適，請停止使用該裝置。如果在舒緩過程中的任何時候感到疼痛或不適，請立即停止。如果裝置過熱或變得燙人，請停止使用該裝置。不要將手指放在按摩頭和肘臂末端之間，因為這可能會導致夾傷和受傷。
8. 請勿在毛毯和枕頭底下操作。這麼做可能會導致過熱的情況發生，並造成火災、電擊或受傷。
9. 裝置保養和服務。小心處理裝置。該裝置包含電子元件，如果跌落、燃燒、刺穿或壓碎，可能會損壞。請勿拆卸裝置或嘗試自行修理裝置。拆卸裝置可能會損壞裝置並可能造成人身受傷。如果裝置損壞或發生故障，請聯絡 Therabody 客戶服務。如果拆卸裝置、電池或充電器或移除任何零件，則保固將會失效。如有損壞請勿使用，否則可能會造成受傷。請勿刺穿或損壞裝置。該裝置不防水。該裝置不得機洗。請勿將裝置放置或收納於可能掉落或被扯入浴缸或水槽的地方。請勿將無線充電座放入或丟入水中或其他液體中。請勿接觸已掉入水中或接觸到水的電器。請立即拔下電源插頭。請依照使用手冊中的「清潔」一節中的說明清潔裝置。
10. 電池之化學物質會引起嚴重灼傷。切勿讓內置電池接觸皮膚、眼睛或嘴巴。如果損壞的電池漏出化學物質，請使用橡膠或氯丁橡膠手套進行處理。如果皮膚接觸到電池液，請用肥皂和水清洗並用醋沖洗。如果眼睛接觸到電池化學物質，請立即用水沖洗 20 分鐘並就醫。脫掉並處置受到污染的衣物。
11. 避免電路短路。如果金屬物體在電池或 16V 連接器的正負極之間建立起連接，則電池將會短路。請勿將電池放在任何可能引起短路的物體附近，例如，硬幣、鑰匙或口袋裡的釘子。電池短路可能會引起火災和人體傷害。
12. 存放裝置和配件。存放於陰涼、乾燥的地方。僅當環境溫度介於 -4-113°F (-20-45°C) 時才對該裝置進行充電。請勿將裝置或充電線收納於溫度可能超過 113°F (45°C) 的地方，例如在夏季期間，存放在陽光直射、車輛或金屬建築中。
12. 裝置處置。此裝置包含鋰離子電池，處置裝置時必須小心。在處置本裝置之前，請先檢閱當地有關鋰離子電池處置的法律和要求。首選的處置方法是回收整個裝置。

## 標籤和符號

以下標籤和符號出現在 Theragun Prime Plus 上：標籤

否。	圖示	描述
1		CE 標誌
2		使用前請閱讀使用手冊。
3		廢棄電氣和電子設備的單獨收集。 備註：有關設備及其零件和按摩頭處置的更多資訊，請聯絡您當地的經銷商。
4	IP22	IP 分類：第一個號碼 2：防止用手指接觸危險部件；12mmΦ；80mm 長度的接頭測試手指應與危險部件有足夠的間隙，並防止 12.5mm Φ 及以下的固體異物。
5		RCM 標記
6		BF 型機身部件
7		製造商資訊
8		英國 UKCA 標誌
9		藍牙

TC

Theragun Prime Plus

IEC 60601-1 和 IEC60601-11 要求 (警告) --- 針對適用於美國、加拿大的醫療器械

本裝置是應用 BF 型的 III 類設備。它符合醫療電氣安全標準 (IEC 60601-1)。

本裝置也符合醫療 EMC 標準 (IEC 60601-1-2)。

本裝置經測試證明符合 IEC 60601-1-2:2014 醫療裝置電磁相容性 (electromagnetic compatibility, EMC) 限制。這些限制旨在為典型的醫療環境提供合理的保護，以防止有害干擾。

1\* 警告：應避免將此設備與其他設備相鄰或堆疊使用，因為這可能會導致操作不當。如果有必要使用此類設備，則應觀察此設備和其他設備，以驗證它們是否正常运行。

2\* 警告：使用非本設備製造商指定或提供的按摩頭、感測器和線纜可能會導致電磁排放增加或設備電磁抗擾度降低，並導致操作不當。

3\* 警告：可攜式射頻通訊設備 (包括天線線纜和外部天線等週邊設備) 的使用距離 ME 設備的任何部分不得超過 30 公分 (12 英寸)，包括製造商指定的線纜。否則，可能會導致此設備的性能降低。

本裝置符合 FCC 規則的第 15 部分。請在符合以下兩個條件的情況下進行操作：(1) 此裝置不會造成有害干擾，以及 (2) 此裝置必須能接受任何接收到的干擾，包括可能會造成非期望操作的干擾。

未經合規負責方明確批准的變更或修改可能會導致使用者操作設備的權限失效。

本設備已經過測試，證明其符合 FCC 規則第 15 部分對 B 類數位裝置的限制。這些限制旨在為住宅環境提供合理的保護，以防止有害干擾。本設備會產生、使用和輻射射頻能量，如果不按照說明安裝和使用，可能會對無線電通訊造成有害干擾。但是，不能保證在特定環境中不會發生干擾。

如果此設備確實對無線電或電視接收造成有害干擾 (可以透過關閉和開啟來確定)，鼓勵使用者嘗試透過以下一種或多種措施來更正干擾：

- 重新調整或擺放接收天線。
- 增加設備與接收器之間的間距。
- 將設備連接到與接收器所連接的不同電路上的插座。
- 請諮詢轉銷商或有經驗的無線電/電視技術人員尋求協助。

ISED 合規聲明

本裝置包含符合加拿大創新、科學暨經濟發展部 (Innovation, Science and Economic Development Canada) ' 免執照 RSS 的免執照發射器/接收器。操作需滿足以下兩個條件：

- (1) 本裝置不得造成干擾。
- (2) 本裝置必須接受任何干擾，包括可能導致裝置意外運行的干擾。

指引及製造商聲明 — 電磁排放

Theragun Prime Plus 旨在用於以下指定的電磁環境。Theragun Prime Plus 的客戶或使用者應確保在這樣的環境中使用它。

排放測試	合規	電磁環境 - 指引
射頻排放 CISPR 11	第 1 組	Theragun Prime Plus 僅將射頻能量用於其內部功能。因此，它的射頻輻射非常低，不太可能對附近的電子設備造成任何干擾。
射頻排放 CISPR 11	B 類	Theragun Prime Plus 適用於所有場所，包括家庭場所和直接連接到為家庭用途的建築物供電的公共低壓供電網路的場所。
諧波排放 IEC 61000-3-2	不適用	
電壓波動 閃爍排放 IEC 61000-3-3	不適用	

指引和製造商聲明 – 電磁抗擾度 –  
針對所有設備和系統

TC

指引和製造商聲明 – 電磁抗擾度


Theragun Prime Plus 旨在用於以下指定的電磁環境。Theragun Prime Plus 的客戶或使用者應確保在這樣的環境中使用它。

抗擾度測試	IEC 60601 測試級別	合規級別	電磁環境 - 指引
靜電 放電 (ESD) IEC 61000-4-2	±8kV 觸點 ±2kV、±4kV、±8kV、 ± 15 kV 空氣	±8kV 觸點 2kV、±4kV、±8kV、 ± 15 kV 空氣	地板應為木質、混凝土或瓷磚。如果地板覆蓋有合成材料，則相對濕度應至少為 30%。
靜電 瞬態/突發 IEC 61000-4-4	± 2 kV 供電 供應線 輸入/輸出線 ± 1 kV	不適用	市電電源品質應為典型商業或家庭環境的電源品質。
電湧 IEC 61000-4-5	± 1 kV 差模 ± 2 kV 共模	不適用	市電電源品質應為典型商業或家庭環境的電源品質。
電源輸入線路上的電壓驟降、短時中斷和電壓 變化 IEC 61000-4-11	0% UT; 0.5 週期 g) 0°、45°、90°、135° 、180°、225°、270° 和 315° 0% UT; 1 個週期和 70% UT; 25/30 次 循環 單相: 0° 0% UT; 250/300 循環	不適用	市電電源品質應為典型商業或家庭環境的電源品質。如果 Theragun Prime Plus 的使用者需要在電源中斷期間繼續運行，建議 Theragun Prime Plus 由不間斷電源或電池供電。
功率頻率 (50/60 Hz) 磁場 IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	功率頻率磁場應處於典型商業或家庭環境中典型位置的特徵等級。

備註 UT 為應用測試等級之前的交流市電電壓。

指引和製造商聲明 – 電磁抗擾度

Theragun Prime Plus 旨在用於以下指定的電磁環境。Theragun Prime Plus 的客戶或使用者應確保在這樣的環境中使用它。

抗擾度測試	IEC 60601 測試級別	合規級別	電磁環境 - 指引
<p>傳導射頻 IEC 61000-4-6</p>	<p>3 Vrms 150 kHz 至 80 MHz ISM 與業餘無線電頻段 0.15 MHz 至 80 MHz 之間為 6 V</p>	<p>不適用</p>	<p>使用可攜式和移動射頻通訊設備時，其與 Theragun Prime Plus 任何部分（包括線纜）之間的距離不應超過根據適用於發射器頻率的方程式計算得出的建議間隔距離。</p> <p>建議的間隔距離</p> $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
<p>輻射射頻 IEC 61000-4-3</p>	<p>10 V/m 80 MHz 至 2.7 GHz 385 MHz-5785 MHz 射頻無線通訊設備外殼連接埠抗擾度測試規範（參見 IEC 60601-1-2:2014 的表 9）</p>	<p>10 V/m 80 MHz 至 2.7 GHz 385 MHz-5785 MHz 射頻無線通訊設備外殼連接埠抗擾度測試規範（參見 IEC 60601-1-2:2014 的表 9）</p>	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz to } 800 \text{ MHz}$ $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 800 \text{ MHz to } 2.7 \text{ GHz}$ <p>其中 p 是發射器的最大額定輸出功率，單位為瓦特 (W)，根據發射器製造商的說法，d 是建議的間隔距離，單位為公尺 (m)。</p> <p>透過電磁現場調查確定的固定射頻發射器的場強 a 應小於每個頻率範圍內的合規級別。</p> <p>標有以下符號的設備附近可能會發生干擾：</p> 

備註 1 在 80 MHz 和 800 MHz 時，適用較高的頻率範圍。  
 備註 2 這些準則可能並非適用於所有情況。電磁受到結構、物體和人的吸收和反射的影響。

a 150 kHz 至 80 MHz 之間的 ISM (工業、科學和醫療) 頻段為 6.765 MHz 至 6,795 MHz; 13,553 MHz 至 13,567 MHz; 26,957 MHz 至 27,283 MHz; 和 40.66 MHz 至 40.70 MHz。0.15 MHz 和 80 MHz 之間的業餘無線電頻段是 1.8 MHz 至 2.0 MHz、3.5 MHz 至 4.0 MHz、5.3 MHz 至 5.4 MHz、7 MHz 至 7.3 MHz、10.1 MHz 至 10.15 MHz、14 MHz 至 14.2 MHz、18.07 MHz 至 18.17 MHz、21.0 MHz 至 21.4 MHz、24.89 MHz 至 24.99 MHz、28.0 MHz 至 29.7 MHz 和 50.0 MHz 至 54.0 MHz。  
 b 固定發射器的場強，如無線電 (蜂窩/無繩) 電話和陸地移動無線電的基站、業餘無線電、AM 和 FM 無線電廣播以及電視廣播，在理論上無法準確預測。為了評估固定式射頻發射器造成的電磁環境，應考慮進行電磁現場調查。如果在使用 Theragun Prime Plus 的位置測得的場強超過上述適用的射頻合規級別，則應觀察 Theragun Prime Plus 以驗證正常運行。如果發現異常性能，可能需要進行其他措施，例如重新定向或重新定位 Theragun Prime Plus。  
 c 在 150 kHz 至 80 MHz 的頻率範圍內，場強應小於 3 V/m。

## 可攜式和行動射頻通訊設備與設備或系統之間的建議間隔距離 - 針對設備和系統

建議的間隔距離 可攜式和行動射頻通訊設備和 Theragun Prime Plus				
Theragun Prime Plus 旨在用於控制輻射射頻干擾的電磁環境。Theragun Prime Plus 的客戶或使用者可以根據通訊設備的最大輸出功率，透過保持可攜式和移動射頻通訊設備 (發射器) 與 Theragun Prime Plus 之間的最小距離來幫助防止電磁干擾，如下所建議				
根據發射器頻率的間隔距離 m				
發射器的額定最大輸出 W	150 kHz 至 80 MHz ISM 和業餘無線電頻段之外	150 kHz 至 80 MHz ISM 和業餘無線電頻段內	80 MHz 至 800 MHz	800 MHz 至 2.7 GHz
	$d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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
對於額定為上面未列出的最大輸出功率的發射器，建議的間隔距離 d (m) 可以使用適用於發射器頻率的方程式來估計，其中 P 是根據發射器製造商的發射器的最大輸出功率額定值，以瓦特 (W) 為單位。				
備註 1 在 80 MHz 和 800 MHz 時，適用較高頻率範圍的間隔距離。				
備註 2 這些準則可能並非適用於所有情況。電磁傳播受到結構、物體和人的吸收和反射的影響。				

設備名稱：手持式按摩器

型號（型式）： Theragun Prime Plus

單元Unit	Restricted substances and its chemical symbols 限用物質及其化學符號					
	鉛Lead (Pb)	汞 Mercury (Hg)	鎘Cadmium (Cd)	六價鉻 Hexavalent chromium (Cr <sup>+6</sup> )	多溴聯苯 Polybrominated biphenyls (PBB)	多溴二苯醚 Polybrominated diphenyl ethers (PBDE)
外殼	-	○	○	○	○	○
印刷電路板	○	○	○	○	○	○
馬達	○	○	○	○	○	○
按摩頭	○	○	○	○	○	○

備考1. “超出0.1 wt %” 及 “超出0.01 wt %” 係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值。

備考2. “○” 係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。

備考3. “-” 係指該項限用物質為排除項目。

# 테라건 프라임 플러스로 새로운 차원의 회복 효과를 경험해 보세요.

KR

## 마사지 팁 알아보기



**온열 퍼커시브** - 온열 테라피를 더한 전신 마사지로 긴장된 근육을 풀어주고 회복을 촉진합니다.



**댐프너** - 연약하거나 민감한 부위에 사용하여 통증을 완화합니다.



**스탠다드볼** - 몸 전체에 사용하여 긴장을 완화합니다.



**웻지** - 근육을 쓸어내리듯 마사지하여 순환을 개선합니다.



디바이스를 업그레이드하고 보다 다양한 트리트먼트로 나에게 최적화된 회복 루틴을 만들어 보세요.

회복 및 염증 완화를 돕는 골드 테라피 팁과 관절 통증을 완화하고 민감한 부위를 케어하는 진동 마사지 팁을 사용해 보세요(팁 별도 판매).



테라바디 앱으로 트리트먼트 효과를 극대화하세요.

블루투스 연결을 통해 마사지 속도와 강도를 조절하고 다양한 목적에 맞춰 정확히 어떤 부위에 어떤 마사지 팁과 그림으로 마사지하면 좋은지 알려주는 루틴 가이드를 활용해 보다 향상된 트리트먼트 효과를 경험하세요.

# Theragun Prime Plus

## 1. 제품 소개

**KR** 테라건 프라임 플러스의 내구성 뛰어난 설계와 온열 테라피로 강화된 16mm 진폭의 강력한 퍼커시브 테라피를 통해 새로운 차원의 회복 효과를 경험해 보세요. 온열 퍼커시브 마사지 팁은 과학적으로 입증된 온열 테라피를 근육 깊숙이 전달하여 퍼커시브 테라피를 단독으로 사용하는 것보다 더 빠르고 효과적으로 워밍업, 통증 완화, 회복 촉진 등에 도움을 줍니다. 특허받은 삼각형 그립과 세 가지 진동 테라피 팁으로 큰 근육과 손이 닿기 어려운 신체 부위부터 민감한 부위까지 편안하고 효과적으로 마사지할 수 있습니다. 타사 마사지 건보다 더 조용하고 강력한 모터가 장착되어 있어 진폭과 속도를 그대로 유지하면서 최대 18kg 압력으로 단단하게 뭉친 근육까지 효과적으로 풀어줍니다. 간단하고 편리하게 디바이스를 제어하고 테라바디 앱과 연결해 다양한 사용자 루틴도 이용해 보세요.

보다 다양한 트리트먼트로 회복 효과를 업그레이드하세요. 사용 목적에 따라 쿨드 테라피 팁 또는 진동 테라피 팁을 추가해 나에게 최적화된 회복 루틴을 만들어 보세요(쿨드 테라피 팁 및 진동 테라피 팁 별도 판매).

## 사용 목적

테라건 프라임 플러스가 제공하는 온열 퍼커시브 마사지 테라피는 보다 빠르고 효과적으로 몸의 긴장을 풀고 통증을 완화하고 회복을 촉진하는 목적으로 설계되었습니다.

## 2. 구성품

- A** 테라건 프라임 플러스 본체
- B** 온열 퍼커시브 마사지 팁
- C** 마사지 팁 3종  
(덤프너, 스탠다드볼, 웬지)
- D** USB-C 충전 케이블
- E** 휴대용 파우치
- F** 사용설명서

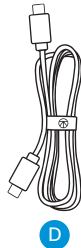
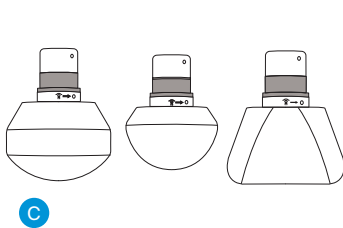
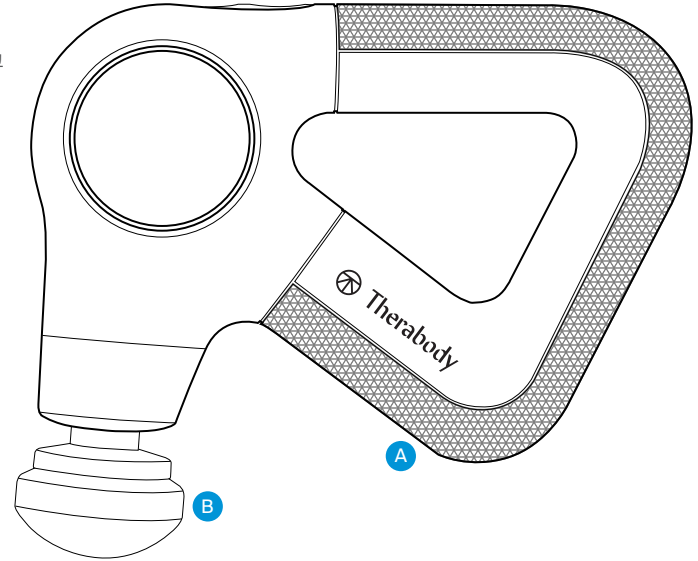
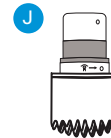
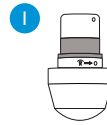
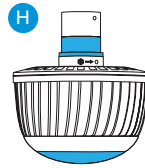


그림 1. 구성품

## 별도 판매 마사지 팁

- G 진동 테라피 팁
- H 콜드 테라피 팁
- I 슝 마사지 팁
- J 마이크로포인트 마사지 팁



## 3. 제품에 대해 알아보기

- 1 사용하기 쉬운 투버튼 컨트롤 패널
  - a 전원 및 속도 버튼(5단계 속도 표시 LED)
  - b 강도 버튼(3단계 강도 표시 LED)
- 2 특허받은 삼각형 멀티 그립 핸들
- 3 USB-C 포트
- 4 교체 가능한 온열 및 진동 테라피 팁

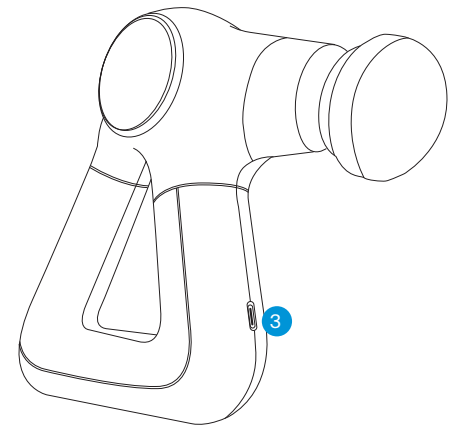
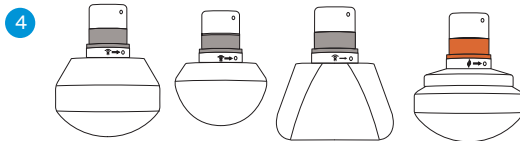
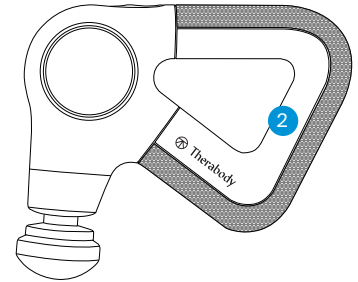
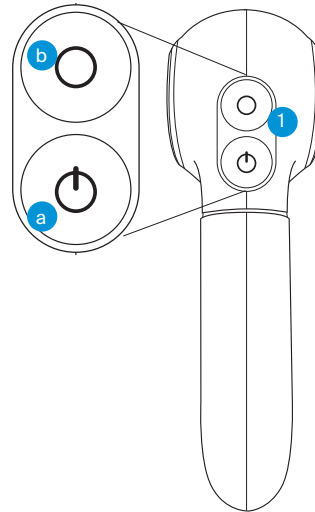


그림 2. 부품 이미지

## 테라바디 앱 다운로드

1. 애플 앱 스토어나 구글 플레이 스토어에서 테라바디 앱을 다운로드합니다.
2. 앱의 안내에 따라 새로운 앱 계정을 만들고 이메일을 인증합니다.
3. 로그인한 다음 온보딩 절차에 따라 디바이스를 앱에 연결합니다. 휴대폰의 블루투스 세팅이 켜져있는지 확인하세요.
4. 메시지가 표시되면 'Theragun Prime Plus'를 테라바디 디바이스로 선택합니다.
5. 전원 버튼을 길게 눌러 전원을 켭니다. 디바이스를 검색하고 앱과 연동하려면 전원이 켜져 있어야 합니다.
6. '디바이스 페어링'을 누르고 테라건 프라임 플러스를 선택하여 디바이스와 앱을 연결합니다.
7. 테라바디 앱을 사용하면 마사지 속도와 강도를 조절하여 각 테라피를 보다 효과적으로 진행할 수 있습니다. 또한, 다양한 목적에 맞춰 정확히 어떤 부위에 어떤 마사지 팁과 그림으로 마사지하면 좋은지 알려주는 루틴 가이드를 활용해 보다 향상된 트리트먼트 효과를 경험할 수 있습니다.

## 4. 제품 사용하기

1. **디바이스를 켭니다.** 인체 공학적으로 디자인된 삼각형 핸들에 손을 넣습니다. 전원 버튼을 길게 눌러 디바이스를 켭니다. 디바이스가 켜지면 LED 화면에 불이 들어옵니다.
2. **마사지 속도를 선택합니다.** 전원 버튼을 눌러 5가지 속도 옵션 중 하나를 선택합니다. 마사지 속도를 표시하는 LED 라이트가 점등합니다. 흰색 LED 라이트 1개가 가장 낮은 속도를, 5개가 가장 높은 속도를 나타냅니다.
3. **디바이스를 사용합니다.** 케어가 필요한 부위에 디바이스를 필요에 따라 점차 약한 강도에서 중간 강도의 적절한 압력을 가하며 마사지합니다.
4. **온열 퍼커시브 마사지 팁을 사용합니다.** 온열 테라피 팁을 부착하고 디바이스를 켜 다음 위의 설명에 따라 원하는 속도를 선택합니다. 강도 버튼을 눌러 온도를 조절합니다. 3단계 온열 수준을 표시하는 LED 라이트가 점등합니다. 오렌지 LED 라이트 1개는 낮은 온도를, 2개는 중간 온도를, 3개는 높은 온도를 나타냅니다. 퍼커시브 테라피 없이 온열 기능만을 사용하려면 전원 버튼을 계속 눌러 속도를 높입니다. 가장 높은 속도에 도달한 후에는 퍼커시브 테라피 기능이 꺼집니다.
5. **콜드 테라피 팁(별도 판매)을 사용합니다.** 콜드 테라피 팁을 부착한 다음 위의 설명에 따라 디바이스를 켭니다. 콜드 테라피 사용 시 퍼커시브 기능은 작동하지 않습니다. 강도 버튼을 눌러 온도를 조절합니다. 3단계 콜드 테라피 강도를 표시하는 LED 라이트가 점등합니다. 블루 LED 라이트 1개는 낮은 수준을, 2개는 중간 수준을, 3개는 높은 수준의 콜드 테라피 강도를 나타냅니다.
6. **진동 테라피 팁(별도 판매)을 사용합니다.** 진동 테라피 팁을 부착한 다음 위의 설명에 따라 디바이스를 켭니다. 진동 테라피 중에는 퍼커시브 기능이 작동하지 않습니다. 강도 버튼을 눌러 진동 수준을 조절합니다. 3단계 진동 수준을 표시하는 LED 라이트가 점등합니다. 그린 LED 라이트 1개는 낮은 강도를, 2개는 중간 강도를, 3개는 높은 강도를 나타냅니다.
7. **디바이스를 잠급니다.** 디바이스를 사용하지 않거나 운반 중에는 배터리가 방전되거나 실수로 전원이 켜지는 일이 없도록 잠가두는 것이 좋습니다. 잠금 기능을 설정하려면 전원 버튼을 빠르게 세 번 누릅니다. 다시 전원 버튼을 빠르게 세 번 누르면 잠금 설정이 해제됩니다.
8. **디바이스를 전원을 끕니다.** 전원 버튼을 길게 눌러 디바이스를 종료합니다.

## 디바이스 자동 종료

아래와 같은 경우 디바이스가 자동으로 종료됩니다.

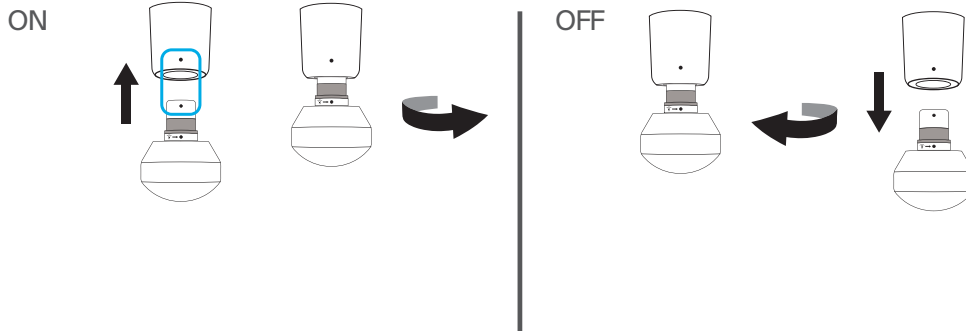
1. 전원 버튼을 눌러 배터리 상태를 확인한 다음 5분 동안 사용하지 않으면 전원이 꺼집니다.
2. 앱이 연결되었지만 디바이스가 켜져 있지 않으면 10분 후에 앱이 꺼집니다.
3. 배터리가 부족하면 LED 표시등이 주황색으로 깜박인 후 전원이 꺼집니다.
4. 1시간 이상 온열 기능만 켜져 있는 상태로 있으면 전원이 꺼집니다.

KR

## 마사지 팁 연결하기

1. 마사지 팁을 연결하거나 제거하기 전에 디바이스의 전원이 꺼져 있는지 확인합니다.
2. 피스톤(둥근 모양의 막대)에 팁을 밀어 넣으면서 동시에 시계 방향으로 돌려 고정시킵니다.
3. 고정된 팁을 풀고 분리하려면 시계 반대 방향으로 돌려 잡아당깁니다.
4. 경고: 사용 시 마사지 팁과 이어진 피스톤(둥근 모양의 막대)에 손가락을 넣지 마십시오. 끼이거나 부상을 입을 수 있습니다.

\*마사지 팁은 모든 테라건 플러스 모델과 호환됩니다.



## 마사지 팁 사용하기

이 제품에는 사용자에게 보다 최적화된 마사지 효과를 제공하기 위한 4가지 고성능 마사지 팁이 포함되어 있습니다. 온열 퍼커시브, 댄프너, 스탠다드볼, 웬지 팁은 사용감이 편안하고 위생적이며 땀, 로션, 오일을 흡수하지 않습니다.

마사지 팁	근육 부위	사용 목적
뎀프너	민감하고 연약한 부위 및 전신	뎀프너를 사용하면 강하지만 부드럽고 진정 효과가 있는 전신 마사지를 진행할 수 있습니다. 뎀프너는 민감하거나 빠가 있는 주변 부위에 저자극의 부드러운 마사지를 제공하도록 특별히 설계되었습니다. 베이스 면적이 넓어 더 효과적으로 신체와 접촉하여 사용할 수 있습니다.
스탠다드볼	크고 작은 근육 부위	전신 마사지에는 스탠다드볼 팁을 사용하세요. 스탠다드볼은 크고 작은 근육 부위 모두에 전반적으로 사용하도록 특별히 설계되었습니다. 뎀프너보다 크기가 작아 압력 수준이 높으며 더 강한 강도로 전신의 긴장을 풀기 위해 사용하기 좋습니다.
웬지	견갑골 및 장경 인대	웬지 팁은 근육을 풀어주고 유연성을 향상시킵니다. 견갑골 및 장경 인대에 사용할 수 있도록 독특하게 설계된 웬지는 스포츠 마사지에 일반적으로 활용되는 쓸고 밀어내는 동작에 사용하기에 적합합니다.
온열 퍼커시브	근육 전체	경직된 근육을 이완하고 빠른 회복을 돕습니다. 온열 팁은 운동 전 근육의 긴장을 풀고 운동 후에는 근육을 빠르게 회복시킵니다.
콜드 테라피 (별도 판매)	관절 및 근육	염증, 통증, 부기를 완화합니다. 콜드 테라피 팁을 사용하면 부기를 완화하고 염증을 완화할 수 있습니다.
진동 (별도 판매)	관절 및 뼈 주변	관절 통증을 완화하고 민감한 부위를 케어합니다. 진동 테라피 팁은 관절 및 뼈 주위에 사용하기 좋으며 신체 순환을 개선하고 민감한 부위도 부드럽게 케어합니다.
썸 (별도 판매)	통증 유발점 및 허리	강하고 높은 압력의 팁으로 통증을 완화하세요. 특별히 사람의 엄지손가락을 모방하여 설계된 이 팁은 등이나 허리의 등의 집중적인 마사지에 적합합니다. 통증 완화를 위해 엄지손가락을 사용했던 곳이라면 어디든 썸을 사용할 수 있습니다.
마이크로포인트 (별도 판매)	더 강한 자극용	마이크로포인트 팁으로 신체 순환을 개선하세요. 마이크로포인트는 집중적인 자극을 제공하며 마사지 부위를 이완하고 효과적인 신체 순환을 돕습니다.

## 6. 관리 및 충전

### 디바이스 관리

다음은 제품의 정상적인 작동을 위한 관리 지침입니다. 이를 준수하지 않을 경우 디바이스에 고장이 생길 수 있습니다.

### 디바이스 청소

제품의 수명을 유지하기 위해 청소를 시작하기 전에 다음 지침을 숙지하세요.

1. 눈에 띄는 이물질 등이 없는지 꼼꼼히 확인하세요.
2. 물기를 짜낸 부드러운 천이나 알코올 성분이 없는 클렌징 티슈로 제품을 닦아주세요.
3. 그런 다음 부드러운 마른 천으로 물기를 닦아주세요.
4. 세척이 끝난 후 완전히 건조한 상태에서 디바이스를 보관하거나 다시 사용하세요. 이 디바이스는 방수 기능이 없으며 세척기로 세척할 수 없습니다. 액체나 물이 들어가지 않도록 주의하세요.
5. 깨끗하게 관리된 디바이스에는 이물질이나 습기가 없어야 합니다.

참고: 이 제품은 방수 기능이 없습니다. 디바이스를 닦을 때는 물기를 짜낸 부드러운 천이나 무알콜 클렌징 티슈만 사용하세요. 절대 물에 담그거나 흐르는 물에 세척하지 마세요. 디바이스의 외관과 기능을 손상시킬 수 있는 부식성 용액에 디바이스가 닿지 않도록 하세요.

### QuietForce 솔루션

QuietForce 솔루션을 사용해 디바이스를 관리하고 항상 최적의 상태로 유지하세요. 디바이스를 매일 사용하고 있다면 4개월에 한 번씩 관리할 것을 권장합니다. 솔루션은 네이버 테라바디 브랜드스토어에서 구매 가능합니다.

1. 테라건에 부착된 마사지 팁을 분리합니다.
2. QuietForce 솔루션이 담긴 용기의 끝부분을 잘라냅니다.
3. 피스톤을 부드럽게 잡아당깁니다.
4. 솔루션을 3~4방울 떨어뜨려 피스톤의 원기둥 전체에 도포합니다.
5. 테라건을 켜고 10초 동안 작동시킵니다.

### 디바이스 충전

1. 본 제품은 USB-C를 지원하며 충전 케이블이 포함되어 있습니다. 충전하기 전에 디바이스의 전원이 꺼져 있는지 확인하세요.
2. 충전 케이블의 한쪽 끝을 디바이스의 USB-C 충전 포트와 연결하세요. 충전 케이블의 다른 한쪽 끝을 전원 어댑터에 연결하세요.
3. 전원 버튼의 LED 라이트는 디바이스가 켜져 있거나 충전 중일 때 배터리 상태를 나타냅니다. 배터리 상태를 확인하려면 디바이스를 켜거나 전원 버튼을 누르세요.
  - 주황색(깜박였다가 꺼짐): 배터리 없음
  - 주황색(깜박임): 배터리 잔량 매우 부족
  - 주황색: 배터리 잔량 부족
  - 파란색: 배터리 잔량 중간
  - 녹색: 배터리 잔량 충분
4. 배터리 사용시간은 최대 120분이며, 사용하는 마사지 팁과 트리트먼트 강도에 따라 상이합니다.

\*\*참고: 타사 충전기를 사용하는 경우, 인증된 제조업체의 제품인지 파손된 부분은 없는지 확인하세요.

### 디바이스 보관 및 이동

디바이스를 보관 및 운반할 때는 휴대용 파우치에 담으세요. 디바이스는 서늘하고 건조한 곳에 보관하세요. 권장 온도는 0°C/32°F에서 40°C/104°F이며, 상대 습도는 10%에서 95% 사이입니다. 직사광선이 비치는 곳이나 차량 내부와 같이 온도가 40°C(104°F)를 초과할 수 있는 장소에 디바이스를 보관하지 마세요.

## 문제 해결

문제점	오류 코드	원인	해결 방법
전원이 들어오지 않습니다.	전원 버튼 LED가 주황색, 파란색, 녹색으로 깜박입니다.	충전 또는 사용 중에 배터리 팩이 과열되었습니다.	전원이 꺼져 있는 상태에서 충전기를 분리한 후 그대로 60분간 기다리세요. 그래도 문제가 해결되지 않으면 테라바디에 문의하세요.
전원이 들어오지 않습니다.	흰색 LED 표시등 5개가 5회 깜박인 후 꺼집니다.	모터가 과열되었습니다.	전원이 꺼져 있는 상태에서 그대로 60분간 기다리세요. 그래도 문제가 해결되지 않으면 테라바디에 문의하세요.
퍼커시브 기능은 작동하지만 온열 테라피 팁이 가열되지 않습니다.	주황색 LED 표시등 3개가 5회 깜박인 후 꺼집니다.	온열 테라피 팁이 과열되었거나 다른 오류가 발생했습니다.	전원이 꺼져 있는 상태에서 그대로 60분간 기다리세요. 그래도 문제가 해결되지 않으면 테라바디에 문의하세요.
전원은 켜져 있지만 콜드 테라피 팁이 작동하지 않습니다.	파란색 LED 표시등 3개가 5회 깜박인 후 꺼집니다.	콜드 테라피 팁이 과열되었거나 다른 오류가 발생했습니다.	전원이 꺼져 있는 상태에서 그대로 60분간 기다리세요. 그래도 문제가 해결되지 않으면 테라바디에 문의하세요.
전원은 켜져 있지만 진동 테라피 팁이 작동하지 않습니다.	녹색 LED 표시등 3개가 5회 깜박인 후 꺼집니다.	진동 테라피 팁이 과열되었거나 다른 오류가 발생했습니다.	전원이 꺼져 있는 상태에서 그대로 60분간 기다리세요. 그래도 문제가 해결되지 않으면 테라바디에 문의하세요.
디바이스가 자동으로 꺼집니다.	없음	1. 배터리 잔량 부족 2. 여전히 켜지지 않음	1. 배터리를 충전하세요. 2. 테라바디에 문의하세요.
디바이스를 켤 수 없습니다.	없음	1. 배터리 잔량 부족 2. 여전히 켜지지 않음	1. 배터리를 충전하세요. 2. 테라바디에 문의하세요.
사용 도중에 전원이 꺼지거나 진동 모터가 켜지지 않습니다.	없음	1. 배터리 확인 후 충전 2. 모터 또는 연결부가 파손됨	디바이스를 완전히 충전한 후 충전 케이블을 제거하고 전원 버튼을 3초간 눌러보세요. 그래도 문제가 지속되면 테라바디에 문의하세요.
배터리를 충전할 수 없습니다.	없음	1. 주변 온도가 너무 높거나 낮음 2. 배터리 결함 가능성 3. 충전 케이블 결함 가능성	1. 주변 온도가 5°C~35°C일 때 충전해 보세요. 2. 다른 USB-C 케이블 및 어댑터를 사용해 보세요. 3. 테라바디에 문의하세요.

# 테라건 프라임 플러스 사용 지침 및 주의사항 (경고 및 금지 사항)

## 제품 개발 배경

테라바디의 제품은 인체가 타고난 기능과 능력을 끌어내어 건강하고 편안한 몸을 유지할 수 있도록 설계되었습니다. 과학 기술을 기반으로 제작된 테라바디 제품을 통해 목적과 취향에 맞는 자연스러운 치료 효과를 경험할 수 있습니다. 상황에 따라 사용 방식을 바꾸거나(경고사항) 사용을 피하도록(금지사항) 권장하는 경우가 있습니다. 다음의 안전 주의사항을 모두 읽은 다음 제품을 사용하시기 바랍니다.

## 안전 주의사항

### 제품 사용법

본 제품은 신체가 건강한 사람이 사용하도록 제작되었습니다. 간질, 발작 또는 심장병 병력이 있는 경우 사용하지 마십시오.

심박 조율기와 같은 전자 이식 디바이스, 심장 부정맥, 종양 또는 급성 염증성 질환을 지닌 사람에게는 사용을 권장하지 않습니다. 마사지 부위에 동맥 경화증, 혈전증 또는 삼입물이 있는 사람에게 사용을 권장하지 않습니다. 마사지 부위에 큰 주근깨, 모반, 점, 사마귀와 같은 짙은 갈색 또는 검은 점이 있는 경우 사용하지 마십시오. 마사지 부위에 습진, 건선, 병변, 개방창 또는 경미한 여드름 이외의 감염(예: 구순포진)이 발생한 경우 사용을 삼가고 해당 부위가 회복된 다음에 사용하십시오. 당뇨병이나 기타 전신 또는 대사 질환으로 인해 피부에 이상이 있을 경우 사용하지 마십시오. 마사지 부위에 헤르페스 포진이 발생한 적이 있는 경우 전문의 상담 및 예방 조치를 받지 않은 이상 사용을 권장하지 않습니다.

임신 또는 수유 중인 경우 사용하기 전에 의사와 상의하십시오. **불편한 증상이 나타나면 즉시 사용을 중단하십시오. 특정 질환이나 의학적 특이사항이 있는 경우, 의사와 상담 후 사용하십시오.**

## 안전수칙, 경고 및 금지사항

### 특정 테라피

이러한 권장 사항은 발행일을 기준으로 경고 및 금지사항에 대한 연구 결과 및 의료 전문가의 자문을 바탕으로 작성되었습니다. 최신 정보는 온라인(<https://www.therabody.com/us/en-us/precautions-and-contraindications.html>)에서 확인하세요.

### 경고사항:

아래와 같은 경우는 각별한 주의가 요구되며 상황에 따라 사용을 조절할 필요가 있습니다. 다음과 같은 증상이 해당되거나 의심이 가는 경우 또는 궁금한 점이 있는 경우 전문의와 상의하세요.

- 고혈압(조절성)
- 골감소증, 골연화증
- 골다공증
- 임신
- 당뇨병
- 정맥류
- 뼈 돌출부 또는 근처 부위
- 감각 이상(예: 저림)
- 압력에 민감한 경우
- 최근 수술하거나 부상을 입은 경우
- 척추측만증 또는 척추 변형
- 감각에 영향을 줄 수 있는 약물 복용 중

### 금지사항:

다음은 잠재적 위험이 이점보다 클 수 있는 상황입니다. 사용 전에 의사와 상의하십시오.

- 피부 발진, 아물지 않은 상처, 물집, 국소 조직 염증, 명, 종양
- 심부정맥 혈전증, 골수염
- 골절 또는 골화성 근염

- 고혈압(비조절성)
- 급성 또는 심각한 심장, 간, 신장 질환
- 감각 상실 또는 변화를 유발하는 신경 질환
- 열골, 목, 생식기에 직접적으로 사용하는 경우
- 출혈성 질환
- 최근 수술하거나 부상을 입은 경우
- 결합 조직 장애
- 말초 혈관 부전 또는 관련 질환
- 혈액을 희석시키거나 감각 변화를 유발하는 약물을 복용 중인 경우
- 수술 부위 또는 체내에 착용한 장치 위에 직접적으로 사용하는 경우
- 눈 또는 목에 직접적으로 사용하는 경우
- 사용자가 극심한 불편함 또는 통증을 느끼는 경우
- 중증의 척추 측만증 또는 척추 변형
- 심박 조율기 또는 삼입형 제세동기를 착용하거나 색전증 병력이 있는 경우
- 제품 소재(플라스틱, 실리콘, 알루미늄, 스테인리스 스틸, 구리 합금, 페인트)에 알레르기가 있는 경우

제한 보증 및 고객 서비스

보증 정보: [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty)

제품 관련 지원:

<https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html>

미국 FDA 등록

공식 판매점을 통해 구매하는 경우에만 제한 보증이 제공됩니다.

© 2024 Therabody, Inc. All Rights Reserved.

특허 정보: [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

제조 및 유통:

Therabody, Inc.

1640 S Sepulveda, Suite 300

Los Angeles, CA 90025

# 제품 주의사항

본 제품 및 액세서리를 사용하거나 충전하기 전에 본 사용설명서, 충전기, 디바이스에 포함된 안내 및 주의사항을 모두 숙지하세요.

제품을 사용할 때는 다음 주의사항을 항상 준수하십시오.





KR

1. 정해진 사용법을 준수하십시오. 제품 사용설명서에 안내된 대로만 제품을 사용하십시오. 본 제품은 의사의 처방 없이 사용할 수 없습니다. 본 제품은 특정 질병을 진단, 치료 또는 예방하는 용도로 사용할 수 없습니다. 테라바디가 권장하는 부속품 및 교체품만을 사용하십시오. 본 제품은 기계적 부품이 장착된 첨단 전자 디바이스입니다. 본체 및 부속품을 올바르게 사용하지 않거나 관리하지 않을 경우 화재, 감전 또는 부상이 발생할 수 있습니다. 본 설명서에 기술된 지점에 따라 제품 및 부속품을 사용 및 유지 관리하지 않을 경우, 보증이 무효화되며 제품이 파손되거나 부상을 초래할 수 있습니다. 본 제품은 상업용 및 가정용으로 사용할 수 있습니다.
2. 어린이는 사용할 수 없습니다. 어린이를 비롯해 신체적, 감각적, 추론 능력이 제한되었거나 경험 및 지식이 부족한 사람은 안전을 책임지는 사람의 감독이나 지도 없이 제품을 사용할 수 없습니다. 본 제품은 장난감이 아닙니다. 전기 부품을 가지고 놀거나 구부리거나 당기지 마십시오. 어린이가 본체 또는 액세서리를 가지고 놀지 않도록 주의하십시오. 만 18세 미만 사용자는 보호자의 지도하에 사용할 수 있습니다.
3. 충전, 전원이 켜지지 않거나 배터리 전량이 부족한 경우, 제품을 최초 사용하기 전에 충전하십시오. USB-C 케이블(포함)을 사용하여 배터리를 충전하십시오. 충전 케이블(포함)을 사용할 때는 USB-C 커넥터가 호환 가능한 전원 어댑터에 완전히 삽입된 상태에서 어댑터를 전원 콘센트에 연결하십시오. USB-C를 지원하며 해당 국가 규정 및 국제적, 지역적 안전 표준을 준수하는 타사 케이블을 사용하여 배터리를 충전할 수 있습니다. 다른 어댑터는 적용 가능한 안전 기준을 충족하지 않을 수 있으며, 이러한 어댑터를 사용하여 충전할 경우 사망 또는 부상의 위험이 있을 수 있습니다. 케이블을 억지로 삽입하지 마십시오. 디바이스와 배터리 고장 예방을 위해 제품을 최소 6개월에 한 번씩 완전히 충전하십시오. 사용하지 않을 때는 전원 어댑터와 충전 케이블을 뽑아 두십시오.
4. 과충전 금지. 배터리가 완전히 충전된 후에는 디바이스를 1시간 이상 전원 어댑터에 연결해 두지 마십시오. 배터리에는 과충전을 방지하기 위한 안전 기능이 탑재되어 있습니다. 그러나 지속적인 과충전은 배터리 수명이 줄어들 수 있으며, 효율이 떨어질 수 있습니다.
5. 충전 장소. 전원 어댑터와 충전 케이블을 사용하여 디바이스를 충전하십시오. USB-C가 전원에 연결되어 있을 때 피부와 접촉이 있으면 배터리가 과열되거나 부상을 유발할 수 있으며 주의하십시오. USB-C 커넥터를 깔고 자거나 위에 앉지 마십시오. 충전하는 장소는 통풍이 잘되고 건조한 실내여야 합니다. 야외나 욕실 또는 욕조, 샤워실, 수영장 등의 3.1m(10ft) 이내의 공간에서는 충전하지 마십시오. 물기가 있는 곳에서 충전하지 마십시오. 사용하지 않는 충전기를 습기, 비, 눈에 노출하지 마십시오. 폭발 우려가 있는 물질(가스, 먼지, 곡물, 금속 가루, 가연성 물질)과 가까운 곳에서 본체 및 충전기를 사용하지 마십시오. 화재의 위험이 있습니다.
6. 충전기 플러그 분리 및 관리. 전기 플러그 및 코드의 손상을 줄이기 위해 코드가 아닌 플러그를 당기십시오. 코드를 잡고 충전기를 들지 마십시오. 코드를 열, 기름, 날카로운 모서리에 가까이 두지 마십시오. 코드를 잡아당기거나 코드에 압력을 가하지 마십시오. 젖은 손으로 충전기, 단자, 본체를 만지지 마십시오. 사용한 후에는 즉시 플러그를 뽑고 청소할 때는 항상 콘센트에서 분리한 다음에 청소하십시오. 케이블을 밟거나, 발이 걸려 넘어지거나, 기타 손상 또는 압력이 가해질 수 있는 장소 가까이에 보관하지 마십시오. 어떤 방식이든 떨어지거나 치이는 등의 강한 충격을 받거나 파손된 전원 어댑터 및 충전 케이블은 사용하지 마십시오. 장기간 보관 시에는 배터리를 완전히 충전하여 보관하십시오.
7. 사용, 심한 통풍이 느껴지면 사용을 중단하십시오. 디바이스를 사용하면 도중 통풍이나 불편함이 느껴지면 즉시 사용을 중단하십시오. 디바이스가 과열되거나 불편할 정도로 뜨거워지면 사용을 중단하십시오. 마사지 팁과 이어진 피스톤(둥근 모양의 막대)에 손가락을 넣지 마십시오. 끼이거나 부상을 입을 수 있습니다.
8. 담요와 베개 밑에서 작동 금지. 과도한 열이 발생하여 화재, 감전 또는 부상이 유발될 수 있습니다.
9. 디바이스 관리 및 서비스. 디바이스를 주의해서 다루십시오. 디바이스에는 떨어뜨리거나, 태우거나, 구멍을 내거나, 피크리드일 경우 파손될 수 있는 전자 부품이 포함되어 있습니다. 디바이스를 분해하거나 직접 고치려고 하지 마십시오. 디바이스를 분해하면 디바이스가 파손되거나 직접적인 부상을 입을 수 있습니다. 디바이스가 파손되거나 고장난 경우 테라바디 고객 서비스에 문의하십시오. 디바이스, 배터리 또는 충전기를 분해하거나 부품을 분리하면 보증이 무효가 됩니다. 디바이스가 파손된 경우 부상을 입을 수 있으므로 사용하지 마십시오. 디바이스에 구멍을 내거나 파손하지 마십시오. 본 제품은 방수 기능이 없으며 세탁기 사용이 불가합니다. 욕조나 싱크대와 같이 물에 빠지기 쉬운 곳에 디바이스를 두거나 보관하지 마십시오. 물 또는 기타 액체에 담그거나 떨어뜨리지 마십시오. 물에 빠졌거나 물에 닿은 제품은 손으로 만지지 말고 즉시 플러그를 뽑으십시오. 사용설명서의 '세척' 섹션에 있는 지점에 따라 디바이스를 청소하십시오.
10. 배터리 화학 물질은 심각한 화상을 유발할 수 있음. 내장 배터리가 피부, 눈 또는 입에 절대로 닿지 않도록 하십시오. 파손된 배터리에서 화학 물질이 누출되는 경우 고무 또는 네오프렌 장갑을 끼고 배터리를 폐기해야 합니다. 배터리액이 피부에 노출된 경우, 비누와 물로 씻은 다음 식초로 헹구십시오. 배터리액이 화학 물질이 눈에 들어간 경우에는 즉시 20분간 물로 씻어 내고 치료를 받으십시오. 오염된 옷은 벗어서 폐기하십시오.
11. 합선 주의. 금속 물체 등이 배터리 또는 16V 커넥터의 양극과 음극을 연결하게 되면 배터리가 합선됩니다. 주머니 속 동전, 열쇠, 못과 같이 합선을 유발할 수 있는 물체 근처에 배터리를 두지 마십시오. 합선된 배터리는 화재 및 부상을 유발할 수 있습니다.
12. 디바이스 및 액세서리 보관. 서늘하고 건조한 곳에 보관하십시오. 주변 온도가 -20~45°C(-4~113°F)인 경우에만 디바이스를 충전하십시오. 직사광선 아래, 차량 내부, 여름철 철재 건물과 같이 온도가 45°C(113°F)를 초과할 수 있는 장소에 본체 및 충전 케이블을 보관하지 마십시오.

13. 디바이스 폐기. 본 제품은 리튬 이온 배터리를 포함하고 있으므로 폐기 시 주의해야 합니다. 폐기하기 전, 리튬 이온 배터리 폐기에 대한 해당 지역의 규정 및 절차를 확인하십시오. 제품 전체를 재활용하는 방법을 권장합니다.

## 라벨 및 기호

테라컨 프라이م 플러스에는 다음과 같은 라벨과 기호가 표시됩니다.

아니오.	아이콘	설명
1		CE 마크
2		사용하기 전에 사용 설명서를 숙지하세요.
3		전기 및 전자 장비 폐기물은 분리수거하세요. 참고: 장비, 부품, 부속품 폐기에 대한 자세한 정보는 해당 지역 판매점에 문의하세요.
4	IP22	IP 분류: 첫 번째 숫자 2: 손가락으로 위험 부품을 접근하지 못하도록 보호되어야 하며, 12mm φ, 80mm 길이의 관형형 핑거 프로브는 위험 부품으로부터 충분한 간격을 확보하고 12.5mm φ 이상의 고체 이물질로부터 보호되어야 합니다.
5		RCM 마크
6		BF형 장착부
7		제조업체 정보
8		영국 UKCA 마크
9		블루투스

**테라컨 프라이م 플러스**

IEC 60601-1 및 IEC60601-11 요구 사항(경고)---의료디바이스의 경우 미국, 캘리포니아에 적용됩니다.

이 디바이스는 BF 유형이 적용된 클래스 III 장비이며 의료전기안전표준(IEC 60601-1)을 준수합니다.

이 디바이스는 또한 의료 EMC 표준(IEC 60601-1-2)을 준수합니다.

이 디바이스는 테스트 결과 IEC 60601-1-2: 2014에 따른 의료 디바이스에 대한 전자파 적합성(EMC) 제한을 준수하는 것으로 확인되었습니다. 이러한 제한은 일반적인 의료 시설에서 발생하는 유해한 간섭으로부터 적절한 보호하기 위해 고안되었습니다.

1\* 주의사항: 이 장비를 다른 장비와 인접하거나 겹쳐서 사용할 경우 작동에 문제가 생길 수 있습니다. 그러한 사용이 필요한 경우 이 장비와 다른 장비가 정상적으로 작동하는지 관찰할 필요가 있습니다.

2\* 주의사항: 본 디바이스 제조업체에서 지정하거나 제공하지 않은 액세서리, 변환기, 케이블을 사용하면 전자기파 방출이 증가하거나 본 장비의 전자기파 내성이 감소하여 작동에 문제가 생길 수 있습니다.

3\* 주의사항: 휴대용 RF 통신 장비(안테나 케이블 및 외부 안테나와 같은 주변 장치 포함)는 제조업체가 지정한 케이블을 포함하여 ME 장비의 모든 부분에서 30cm(12인치) 이상 떨어진 곳에서 사용해야 합니다. 그렇지 않으면 장비의 성능이 저하될 수 있습니다.

있습니다.

이 디바이스는 B급 디지털 기기에 대한 제한 사항을 준수하여 테스트를 거쳤고 FCC 규정의 제 15조항에 적합하다는 것을 검증받았습니다. 이러한 제한은 주거 환경에 설치하는 경우 발생할 수 있는 해로운 전파방해로부터 적절한 수준의 보호를 제공하기 위해 고안되었습니다. 이 기기는 무선 주파수 에너지를 생성, 사용 및 방사하므로 지침에 따라 설치하여 사용하지 않을 경우 무선 통신에서 유해한 전파방해를 일으킬 수 있습니다. 하지만 특정 설치 시 전파방해가 발생하지 않는다는 것은 보장할 수 없습니다.

본 디바이스를 켜거나 끌 때 라디오 또는 TV 수신에 유해한 전파방해를 일으키는 경우, 다음 중 하나 이상의 조치를 수행하여 전파방해를 교정해 볼 수 있습니다.

-- 수신 안테나의 방향을 바꾸거나 위치를 변경합니다.

-- 디바이스와 수신기 사이에 간격을 멀리합니다.

-- 수신기가 연결된 전기 회로가 아닌 다른 전기 회로에 있는 콘센트에 디바이스를 연결합니다.

-- 대리점 또는 라디오/TV 수리 전문가에게 문의합니다.

ISED 규정 준수 설명

이 디바이스에는 캐나다 혁신과학경제개발부(Innovation, Science and Economic Development Canada)의 비면허 RSS를 준수하는 비면허 송신기/수신기가 포함되어 있습니다. 이 디바이스의 사용은 다음 두 가지 조건에 따라 제한됩니다.

(1) 이 디바이스는 전파방해를 발생시키지 않으며

(2) 이 디바이스는 원치 않는 작동을 일으키는 전파방해를 포함한 어떠한 전파방해도 수용합니다.

KR

이 디바이스는 FCC 규정 제 15조를 준수합니다. 디바이스의 작동은 다음 두 조건을 전제로 합니다. (1) 이 디바이스는 유해한 전파방해를 발생시키지 않으며 (2) 이 디바이스는 원치 않는 작동을 일으키는 전파방해를 포함한 어떠한 전파방해도 수용합니다.

규정 준수 책임자가 명시적으로 승인하지 않은 변경 또는 수정은 장비 작동에 대한 사용자의 권리를 무효화할 수

**지침 및 제조업체 신고 - 전자기파 방출**

테라컨 프라이م 플러스는 아래에 명시된 전자기 환경에서 사용하도록 설계되었습니다. 테라컨 프라이م 플러스 고객 및 사용자는 이와 같은 환경에서 디바이스가 사용되는지 확인해야 합니다.

방출 테스트		준수 사항	전자기파 환경 - 지침
RF 방출 CISPR 11	Group 1	테라컨 프라이م 플러스는 내부 기능을 위해서만 RF 에너지를 사용합니다. 따라서 RF 방출량이 매우 적으며 주변 전자 장비에 간섭을 일으킬 가능성이 없습니다.	
RF 방출 CISPR 11	Class B	테라컨 프라이م 플러스는 가정용 시설 및 공공 저전압 전력 공급망과 연결된 시설을 포함한 모든 장소에서 사용할 수 있습니다.	
고조파 방출 IEC 61000-3-2	해당 없음		
전압 변동 플리커 방출 IEC 61000-3-3	해당 없음		

지침 및 제조업체 신고 - 전자파 내성  
모든 장비 및 시스템 대상

지침 및 제조업체 신고 - 전자파 내성

테라건 프라임 플러스는 아래에 명시된 전자기 환경에서 사용하도록 설계되었습니다. 테라건 프라임 플러스 고객 및 사용자는 반드시 이와 같은 환경에서 제품을 사용하도록 하십시오.


내성 테스트	IEC 60601 테스트 레벨	규정 준수 레벨	전자기파 환경 - 지침
정전기 방전 (ESD) IEC 61000-4-2	접촉방전: ± 8kV 공기방전: ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15kV	접촉방전: ± 8kV 공기방전: ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15kV	바닥은 목재, 콘크리트 또는 세라믹 타일이어야 합니다. 바닥이 합성 물질로 덮여있는 경우 상대 습도는 30%이상이어야 합니다.
정전기 방전 과도현상/버스트 IEC 61000-4-4	전원 회선의 경우 ± 2kV 입력/출력 선로의 경우 ±1kV	해당 없음	주 전원의 품질은 일반적인 상업용 또는 주거용 환경의 전력 품질과 동일해야 합니다.
서지 IEC 61000-4-5	± 1kV 차동 모드 ±2kV 공통 모드	해당 없음	주 전원의 품질은 일반적인 상업용 또는 주거용 환경의 전력 품질과 동일해야 합니다.
전원 공급 입력 선로의 전압 강하, 정전 및 전압 변동 IEC 61000-4-11	0% UT; 0,5 사이클 g) / 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270°, 315° 0% UT; 1 사이클, 70% UT; 25/30 사이클, 단상 / 0° 0% UT; 250/300 사이클	해당 없음	주 전원의 품질은 일반적인 상업용 또는 주거용 환경의 전력 품질과 동일해야 합니다. 주 전원이 차단된 동안 테라건 프라임 플러스를 계속 작동해야 하는 경우 무정전 전원 공급장치 또는 배터리의 전원을 사용하는 것이 좋습니다.
전력 주파수 (50/60Hz) 자기장 IEC 61000-4-8	30A/m	30A/m	전원 주파수 자기장은 일반적인 상업용 또는 가정용 환경에서의 일반적인 수준에 해당해야 합니다.

참고 UT는 테스트 수준을 적용하기 전의 교류 주 전원 전압입니다.

지침 및 제조업체 신고 - 전자파 내성

테라컨 프라임 플러스는 아래에 명시된 전자기 환경에서 사용하도록 설계되었습니다. 테라컨 프라임 플러스 고객 및 사용자는 반드시 이와 같은 환경에서 제품을 사용하도록 하십시오.

KR

내성 테스트	IEC 60601 테스트 레벨	규정 준수 레벨	전자기파 환경 - 지침
<p>전도성 RF IEC 61000-4-6</p>	<p>3Vrms 150kHz~80MHz 6V(0.15~80MHz의 ISM 및 아마추어 무선 대역에서)</p>	<p>해당 없음</p>	<p>휴대용 및 모바일 RF 통신 장비는 송신기의 주파수에 적용되는 공식에 따라 계산된 권장 이격 거리보다 케이블을 포함한 제품의 어느 부분에도 가까이 접근하지 않아야 합니다.</p> <p>권장 이격 거리</p> $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
<p>방사성 RF IEC 61000-4-3</p>	<p>10V/m 80MHz~2.7GHz 385~5,785MHz - RF 무선 통신 장비에 대한 인클로저 포트 내성 테스트 사양 (IEC 60601-1-2:2014의 표 9 참조)</p>	<p>10V/m 80MHz~2.7GHz 385~5,785MHz - RF 무선 통신 장비에 대한 인클로저 포트 내성 테스트 사양(IEC 60601-1-2:2014의 표 9 참조)</p>	<p><math>d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}</math> 80 MHz to 800 MHz</p> <p><math>d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}</math> 800 MHz to 2.7 GHz</p> <p>여기서 p는 송신기 제조업체가 제시한 와트(W) 단위의 송신기 최대 출력 정격이며, d는 미터(m) 단위로 표시한 권장 이격 거리입니다.b</p> <p>전자기파 현장 조사에 의해 확인된 대로a 고정 RF 송신기의 전계 강도는 각 주파수 범위의 규정 준수 수준보다 낮아야 합니다.b</p> <p>다음 기호가 표시된 장비와 가까이 있을 때 간섭이 일어날 수 있습니다.</p> 

참고 1 80MHz 및 800MHz에서는 더 높은 범위의 주파수가 적용됩니다.  
 참고 2 이러한 지침은 모든 상황에 적용되지 않을 수 있습니다. 전자기파는 건물, 물체 및 인체로부터 흡수와 반사의 영향을 받을 수 있습니다.

- a 150kHz에서 80MHz 사이의 ISM(산업용, 과학용, 의료용) 대역은 6.765~6.795MHz, 13.553~13.567MHz, 26.957~27.283MHz, 40.66~40.70MHz입니다. 0.15MHz에서 80MHz 사이의 아마추어 무선 대역은 1.8~2.0MHz, 3.5~4.0MHz, 5.3~5.4MHz, 7~7.3MHz, 10.1~10.15MHz, 14~14.2MHz, 18.07~18.17MHz, 21.0~21.4MHz, 24.89~24.99MHz, 28.0~29.7MHz, 50.0~54.0MHz입니다.
- b 휴대 전화 및 무선 전화, 전화 기지국, 지상 모바일 라디오, 아마추어 라디오, AM/FM 라디오 방송, TV 방송과 같은 고정 송신기의 전계 강도는 이론적으로 정확하게 예측할 수 없습니다. 고정 RF 송신기로 인한 전자파 환경을 파악하려면 전자기파 현장 조사를 실시해야 합니다. 테라컨 프라임 플러스가 사용되는 위치에서 측정된 전계 강도가 위의 해당 RF 규정 준수 수준을 초과하는 경우에는 테라컨 프라임 플러스를 관찰하여 정상적으로 작동하는지 확인해야 합니다. 비정상적인 작동이 관찰되면 테라컨 프라임 플러스의 방향이나 위치를 바꾸는 등의 추가 조치가 필요할 수 있습니다.
- c 주파수 범위 150kHz~80MHz에서는 전계 강도가 3V/m 미만이어야 합니다.

## 장비 또는 시스템과 휴대용 및 모바일 RF 통신 장비 사이의 권장 이격 거리 - 장비 및 시스템 대상

### 휴대용 및 이동형 RF 통신 장비와 테라컨 프라임 플러스 사이의 권장 이격 거리

본 제품은 방사 RF 방해가 제어되는 전자기파 환경에서 사용하도록 제작되었습니다. 테라컨 프라임 플러스 고객 및 사용자는 통신 장비의 최대 출력 전력에 따라 아래에 권장된 대로 휴대용 및 모바일 RF 통신 장비(송신기)와 테라컨 프라임 플러스 사이에 최소 거리를 유지하여 전자파 간섭을 방지할 수 있습니다.

정격 최대 출력 W	송신기의 주파수에 따른 이격 거리 m			
	150kHz~80MHz (ISM 및 아마추어 무선 대역 밖)	150kHz~80MHz (ISM 및 아마추어 무선 대역 안)	80MHz~800MHz	800MHz~2.7GHz
	$d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	$d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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

위에 나열되지 않은 최대 전계 출력 송신기의 경우 권장 이격 거리 d(단위: 미터(m))는 송신기 주파수에 적용되는 공식을 사용하여 추정할 수 있습니다. 여기서 P는 송신기 제조업체에 따른 송신기의 최대 전계 출력(단위: 와트(W))입니다.

참고 1 80MHz 및 800MHz에서는 더 높은 주파수 범위에 대한 이격 거리가 적용됩니다.

참고 2 이러한 지침은 모든 상황에 적용되지 않을 수 있습니다. 전자기 전파는 건물, 물체 및 인체로부터 흡수와 반사의 영향을 받을 수 있습니다.

# Příslušenství pro přehled úrovní s Theragun Prime Plus

Užijte si relax v celé jeho kráse



**Urychlení regenerace**  
napjatých svalů a teplo  
k uvolnění: celotělová masáž  
s hřejivým perkusivním  
nástavcem.



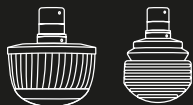
**Tlumící nástavec:**  
zmírnění bolesti na citlivých  
částech těla s tlumícím  
nástavcem.



**Standardní koule:**  
Uvolnění napětí  
celotělovou masáží



**Klin:**  
Na lopatky, IT pásy,  
škrabanie a oplachovanie



**Rozšíření vašeho zařízení o další ošetření, abyste si vytvořili regenerační rutinu přizpůsobenou vašim osobním potřebám.**

Vyzkoušejte chladivý nástavec pro léčbu zranění a zmírnění zánětů a vibrační nástavec pro ošetření bolavých kloubů a citlivých oblastí (oba jsou dostupná samostatně).



**Vytěžte ze svých ošetření maximum s aplikací Therabody.**

Můžete prozkoumat knihovnu s průvodci krok za krokem, která vám přesně ukáže, který sval máte ošetřovat, který nástavec byste měli použít a jak správně držet zařízení, aby každé ošetření přineslo nejlepší možné výsledky. Pomocí Bluetooth můžete řídit rychlost zařízení, sledovat sílu masáže a využívat naši knihovnu.

# Theragun Prime Plus

## 1. Přehled produktu

Zažijte zotavení nové úrovně s Theragun Prime Plus – výkonným 16mm perkusivním nástrojem masáží pistole vylepšená teplem v odolném provedení. Vyhřívavý perkusivní nástavec ošetřuje hluboko do svalů vědecky podloženými dávkami tepla, aby pomohl optimalizovat zahřátí a snížit bolestivost, urychlí rekonvalescenci a zmírní bolest rychleji než samotná perkusivní masáž. Buďte efektivní ošetření kdekoli na těle pomocí snadno dosažitelného patentovaného trojúhelníkového úchopu a 3 cílených perkusivních nástavců, které ošetřují jak velké svaly, tak citlivé oblasti. Na rozdíl od jiných masáží pistole, Theragun Prime Plus je vyroben s tichým motorem proti zablkování, takže můžete masírovat dokonce nejtvrďší uzly využívající tlak až 40 liber bez kompromisů v hloubce a rychlosti. Léčba je snadná díky jednoduchým ovládacím prvkům na zařízení a řízeným rutinám v aplikaci Therabody.

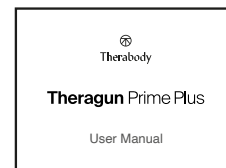
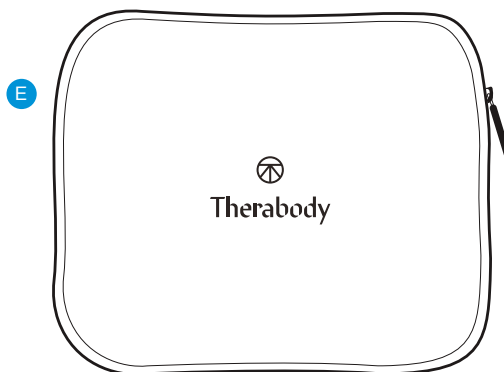
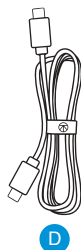
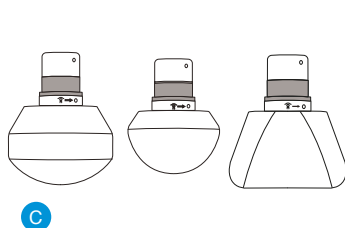
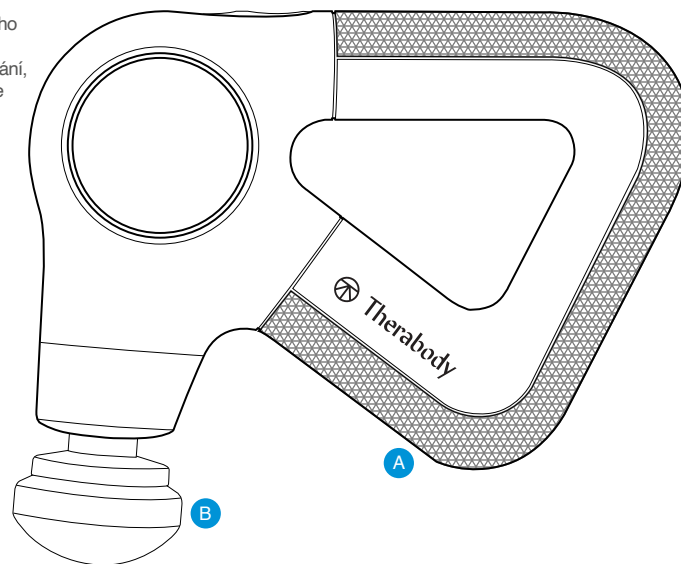
Vylepšete své zotavení ještě více ošetřeními – přidejte nástavec Cold nebo Vibration přílohu k vytvoření rutiny obnovy specifické pro vaše osobní potřeby (studené připojení a Vibrační nástavec se prodává samostatně).

## Zamýšlené použití

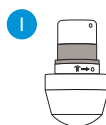
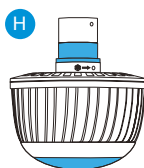
Vyhřívavá perkusivní masážní terapie Theragun Prime Plus má pomoci optimalizovat zahřátí, snížit bolestivost, urychlit zotavení a zmírnit bolest.

## 2. Obsah balení

- A** Zařízení Theragun Prime Plus
- B** Vyhřívavý perkusivní nástavec
- C** Tři perkusivní nástavce (TLumič, standardní koule, klín)
- D** USB-C nabíjecí kabel
- E** Cestovní pouzdro
- F** Návod k použití

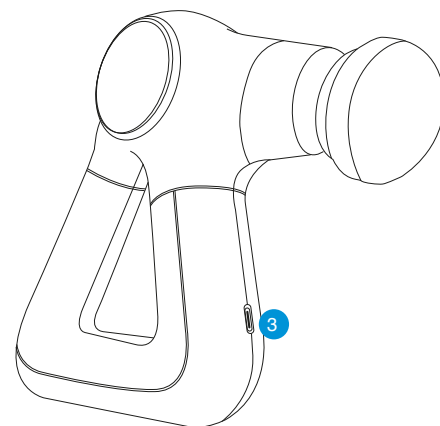
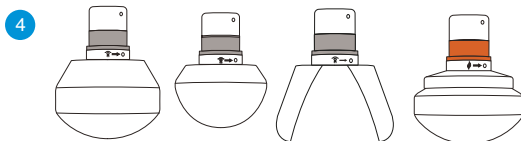
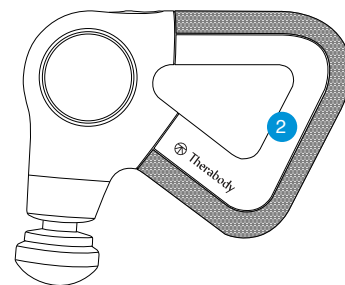
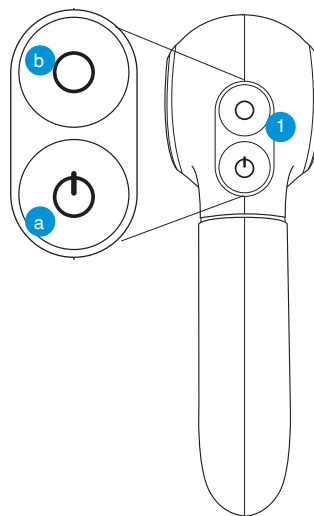


- G Vibrační nástavec
- H Chladicí nástavec
- I Palcový nástavec
- J Mikro-bodový nástavec



### 3. Seznámení se zařízením

- 1 Snadno použitelný dvoutlačítkový ovládací panel
  - a Tlačítko napájení a rychlosti (5 LED indikátorů rychlosti)
  - b Tlačítko intenzity (3 LED indikátory intenzity)
- 2 Patentovaná trojúhelníková víceúchopová rukojeť
- 3 USB-C port
- 4 Vyměnitelné tepelné a perkusní nástavce



## Stáhněte si aplikaci Therabody

1. Stáhněte si aplikaci Therabody z App Store nebo Play Store.
2. Postupujte podle pokynů v aplikaci k vytvoření nového účtu a ověření vaší e-mailové adresy.
3. Po přihlášení následujte úvodní kroky pro připojení vašeho zařízení Theragun Prime Plus k aplikaci. Ujistěte se, že máte povolená nastavení Bluetooth pro váš telefon.
4. Při výzvě vyberte „Theragun Prime Plus“ jako vaše zařízení Therabody.
5. Podržte tlačítko napájení na vašem Theragun Prime Plus, abyste jej zapnuli. Theragun Prime Plus musí být zapnutý, aby ho aplikace mohla vyhledat a spárovat.
6. Klepněte na „Spárovat zařízení“ a vyberte Theragun Prime Plus pro potvrzení spojení zařízení s aplikací.
7. Aplikace Therabody vám umožňuje ovládat rychlost zařízení, sledovat sílu masáže, naučit se nejlepší způsoby použití jednotlivých terapií a získat doporučení rutiny, které vám ukáží přesně, který sval ošetřit, který nástavec použít a jak zařízení držet.

## 4. Používání zařízení

1. **Zapněte zařízení.** Vložte ruku do ergonomicky navrženého trojúhelníkového držadla Theragun. Podržte tlačítko napájení pro zapnutí Theragun Prime Plus. Když je zařízení zapnuté, rozsvítí se LED světla.
2. **Zvolte rychlost perkusní terapie.** Stiskněte tlačítko napájení pro přepínání mezi pěti možnostmi rychlosti terapie. Každé LED světlo se rozsvítí pro indikaci intenzity, přičemž jedno bílé LED světlo značí nejnižší rychlost a pět LED světel značí nejvyšší rychlost.
3. **Použijte zařízení.** Pohybuje zařízením přes oblasti potřebující ošetření, postupně aplikujte lehký až střední tlak podle potřeby.
4. **Použijte vyhřívaný perkusní nástavec.** Připojte vyhřívaný nástavec, zapněte zařízení a zvolte požadovanou rychlost podle výše uvedeného. Stiskněte tlačítko pro nastavení intenzity tepla. Každé ze tří LED světel signalizuje intenzitu teploty, s jedním oranžovým LED světlem pro nízké teplo, dvěma pro střední teplo a třemi pro vysoké teplo. Pro použití tepla bez perkusní terapie stiskněte tlačítko napájení a projděte možnosti rychlosti. Po dosažení nejvyšší rychlosti se perkusní terapie vypne.
5. **Použijte chladicí nástavec (prodává se samostatně).** Připojte chladicí nástavec a zapněte zařízení dle výše uvedeného. Upozorňujeme, že při chladicí terapii je perkusní terapie vypnuta. Stiskněte tlačítko intenzity pro nastavení teploty chlazení. Každé ze tří modrých LED světel signalizuje intenzitu chlazení, s jedním modrým LED světlem pro nízkou intenzitu, dvěma pro střední intenzitu a třemi pro vysokou intenzitu.
6. **Použijte vibrační nástavec (prodává se samostatně).** Připojte vibrační nástavec a zapněte zařízení dle výše uvedeného. Upozorňujeme, že při vibrační terapii je perkusní terapie vypnuta. Stiskněte tlačítko intenzity pro nastavení intenzity vibrace. Každé ze tří zelených LED světel signalizuje intenzitu vibrace, s jedním zeleným LED světlem pro nízkou intenzitu, dvěma pro střední intenzitu a třemi pro vysokou intenzitu.
7. **Zamkněte zařízení.** Když zařízení nepoužíváte nebo při přepravě, zamkněte jej, aby nedocházelo k vybíjení baterie nebo k náhodnému zapnutí. Rychle třikrát stiskněte tlačítko napájení pro aktivaci funkce zámku. Pro odemknutí rychle třikrát stiskněte tlačítko napájení.
8. **Vypněte zařízení.** Podržte tlačítko napájení pro vypnutí zařízení.

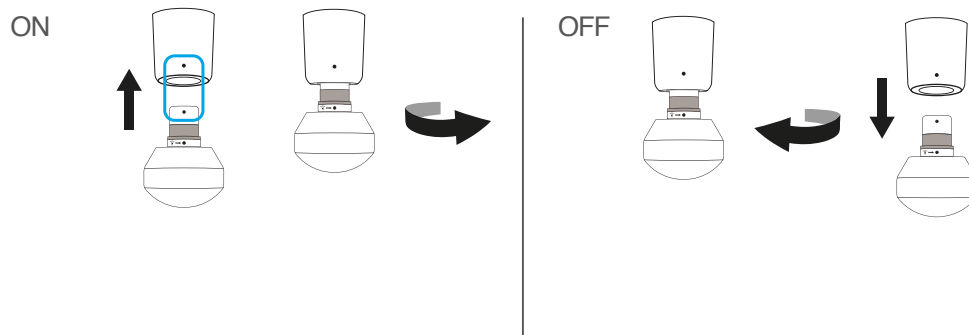
Zařízení se automaticky vypne v následujících situacích:

1. Pokud zařízení není použito po stisknutí tlačítka napájení pro kontrolu stavu baterie, vypne se po 5 minutách.
2. Pokud je aplikace připojena, ale zařízení není zapnuto, vypne se po 10 minutách.
3. Když je zařízení bez energie, LED indikátor bude blikat oranžově a poté se vypne.
4. Pokud je zařízení zapnuto pouze s funkcí tepla déle než 1 hodinu, vypne se.

## Připojení nástavců

1. Ujistěte se, že je zařízení vypnuto před připojením nebo odstraněním jakéhokoli nástavce.
2. Vložte nástavec do ramene zařízení, otočte ve směru hodinových ručiček a zajistěte na místě.
3. Pro odemčení a odstranění nástavce otočte proti směru hodinových ručiček a sundejte jej.
4. Upozornění: Nepokládejte prsty mezi nástavec a konec ramene, může dojít k přiskřípnutí nebo zranění.

\*Nástavce lze použít u jiných modelů Theragun Plus.



## Používání nástavců

Zařízení je dodáváno se čtyřmi vysoce kvalitními nástavci navrženými pro personalizovanější ošetření. Vyhřívaný perkusní nástavec, tlumící nástavec, standardní kuličkový nástavec a klínový nástavec jsou pohodlné, hygienické a neabsorbují pot, krém ani oleje.

NÁSTAVEC	SVALOVÁ SKUPINA	URČENÉ POUŽITÍ
Tlumicí nástavec	Pro jemné nebo citlivé oblasti a celkové použití	Použijte tlumicí nástavec pro pevnou, ale jemnou a uklidňující masáž celého těla. Tlumicí nástavec je speciálně navržen pro běžné použití a je určen pro nízkou zátěž v citlivých nebo kostnatých oblastech. Jeho široká základna maximalizuje plochu pro větší a efektivnější kontakt s tělem.
Standardní kuličkový nástavec	Pro velké a malé svalové skupiny	Použijte standardní kuličkový nástavec pro masáž celého těla. Standardní kuličkový nástavec je speciálně navržen pro celkové použití na velkých i malých svalových skupinách. S menším tvarem a vyšší úrovní dopadu než tlumicí nástavec je pevnější volbou pro celkové použití a je vaším hlavním nástavcem pro uvolnění napětí.
Klínový nástavec	Pro lopatky a IT pásy	Prohřejte svaly a zlepšete flexibilitu s klínovým nástavcem. Klínový nástavec je unikátně navržen pro použití na lopatkách a iliotibiálních pásech a používá se pro „škrabání“ a „proplachování“, což jsou techniky běžně používané při sportovních masáží.
Vyhřívaný perkusní nástavec	Pro svaly	Uvolněte ztuhlé svaly a urychlete regeneraci. Použijte vyhřívaný nástavec k uvolnění ztuhlých svalů před tréninkem nebo po tréninku pro urychlení regenerace svalů.
Chladicí nástavec (prodává se samostatně)	Pro klouby a svaly	Snižte zánět, bolest a otoky. Použijte chladicí nástavec k úlevě od otoků a snížení zánětu.
Vibrační nástavec (prodává se samostatně)	Pro klouby a kostnaté oblasti	Ulevte od bolesti kloubů a ošetřete citlivé oblasti. Použijte vibrační nástavec k cílení na bolest kloubů a ošetření kostnatých oblastí. Vibrační nástavec zvyšuje prokrvení pro ošetření citlivých oblastí.
Palcový nástavec (prodává se samostatně)	Pro spoušťové body a dolní část zad.	Ulevte od bolesti s palcovým nástavcem s vysokým tlakem. Tento nástavec je speciálně navržen tak, aby napodoboval lidský palec, a používá se pro bodovou terapii na dolní části zad. Použijte palcový nástavec všude tam, kde byste jinak použili svůj palec pro úlevu od bolesti.
Mikro-bodový (prodává se samostatně)	Pro větší stimulaci	Zvyšte prokrvení s mikro-bodovým nástavcem. Mikro-bodový nástavec poskytuje vysoce cílenou terapii a zvyšuje stimulaci a prokrvení v každé ošetřované oblasti.

## Údržba zařízení

Následující pokyny k údržbě jsou důležité pro zajištění správné funkce vašeho zařízení. Nedodržení těchto pokynů může způsobit, že vaše zařízení přestane fungovat.

## Čištění zařízení

Před čištěním zařízení si pečlivě přečtěte následující pokyny, abyste zajistili dlouhou životnost zařízení a jeho komponentů.

1. Vizualně zkontrolujte zařízení na zjevné známky nahromadění nečistot.
2. Otřete zařízení neabrazivním, bezprašným vlhkým hadříkem nebo ubrouskem na čištění bez obsahu alkoholu.
3. Osušte zařízení neabrazivním, bezprašným hadříkem.
4. Po vyčištění nechte zařízení důkladně uschnout před uložením nebo zahájením další terapie. Zařízení NENÍ vodotěsné ani neperte v pračce. Nedovolte, aby se do produktu dostalo nadměrné množství tekutin nebo vody.
5. Řádně vyčištěné zařízení by nemělo mít viditelné známky nečistot nebo vlhkosti.

**Poznámka:** Tento produkt není vodotěsný. Čistěte pouze vlhkým hadříkem nebo ubrouskem na čištění bez alkoholu otřením zařízení. Není dovoleno ponořit zařízení do vody nebo ho čistit pod tekoucí vodou. Nedovolte, aby zařízení přišlo do kontaktu s korozivními roztoky, které mohou poškodit vzhled a funkci zařízení.

### Řešení QuietForce

Udržujte své zařízení v optimálním stavu s řešením QuietForce. Pokud zařízení používáte denně, zvažte aplikaci tohoto řešení každé čtyři měsíce.

Náhradní díly jsou k dispozici na [therabody.com](http://therabody.com).

1. Odstraňte nástavec z vašeho Theragunu.
2. Odstrihněte špičku lahvičky s řešením QuietForce.
3. Jemně vytáhněte píst ramene zařízení.
4. Aplikujte 3-4 kapky roztoku, přičemž se ujistěte, že pokrýváte celou obvodovou část.
5. Zapněte svůj Theragun a nechte ho běžet po dobu 10 sekund.

## Nabíjení zařízení

1. Zařízení podporuje USB-C a je dodáváno s nabíjecím kabelem. Před nabíjením se ujistěte, že je zařízení vypnuto.
2. Připojte jeden konec nabíjecího kabelu do USB-C nabíjecího portu na zařízení, který se nachází na rukojeti zařízení. Druhý konec nabíjecího kabelu připojte k napájecímu adaptéru.
3. Tlačítko napájení má LED světlo, které indikuje stav baterie, když je zařízení zapnuto nebo se nabíjí. Zapněte zařízení nebo stiskněte tlačítko napájení, abyste zkontrolovali stav baterie.
  - Oranžová (bliká a pak zhasne): Žádná baterie
  - Oranžová (bliká): Velmi nízká baterie
  - Oranžová: Nízká baterie
  - Modrá: Poloviční baterie
  - Zelená: Vysoká baterie
4. Životnost baterie zařízení je až 120 minut, v závislosti na použitých nastavcích a intenzitě terapie.

**Poznámka:** Pokud používáte nabíječku od třetí strany, ujistěte se, že je od certifikovaného výrobce a že nedošlo k žádnému poškození struktury.

## Skladování a přeprava zařízení

Pro skladování a přepravu uchovávejte zařízení v jeho cestovním pouzdře. Ukládejte zařízení na chladném a suchém místě (teplota: 0 °C/32 °F - 40 °C/104 °F, relativní vlhkost: 10~95 % RH). Nedávejte zařízení na místo, kde teploty mohou překročit 40 °C/104 °F, například na přímé slunce nebo do vozidla.

SCÉNÁŘ	ZOBRAZENÝ ERROR KÓD	POTENCIONÁLNÍ PŘÍČINY	POTENCIONÁLNÍ ŘEŠENÍ
Žádná energie	Tlačítko napájení LED bliká oranžově, modře a zeleně	Akumulátor se během nabíjení nebo používání přehřál.	Ujistěte se, že je zařízení vypnuto, odpojte ho od nabíječky a nechte ho odpočívat po dobu 60 minut. Pokud to nepomůže, kontaktujte společnost Therabody.
Žádná energie	5 bílých LED světel bliká 5krát a poté zhasnou.	Motor se přehřál.	Ujistěte se, že je zařízení vypnuto, odpojte ho od nabíječky a nechte ho odpočívat po dobu 60 minut. Pokud to nepomůže, kontaktujte společnost Therabody.
Perkuse funguje, ale vyhřívaný nástavec nevydává teplo	3 oranžová LED světla blikají 5krát a poté zhasnou	Vyhřívaný nástavec se přehřál nebo došlo k jiné chybě.	Ujistěte se, že je zařízení vypnuto, a nechte ho odpočívat po dobu 60 minut. Pokud to nepomůže, kontaktujte společnost Therabody
Napájení je zapnuto, ale chladicí nástavec nemá žádnou funkci	3 modrá LED světla blikají 5krát a poté zhasnou.	Chladicí nástavec se přehřál nebo došlo k jiné chybě.	Ujistěte se, že je zařízení vypnuto, a nechte ho odpočívat po dobu 60 minut. Pokud to nepomůže, kontaktujte společnost Therabody.
Napájení je zapnuto, ale vibrační nástavec nemá žádnou funkci.	3 zelená LED světla blikají 5krát a poté zhasnou.	Vibrační nástavec se přehřál nebo došlo k jiné chybě.	Ujistěte se, že je zařízení vypnuto, a nechte ho odpočívat po dobu 60 minut. Pokud to nepomůže, kontaktujte společnost Therabody
Zařízení se automaticky vypíná	Žádný	1. Úroveň nabití baterie je nízká 2. Zařízení se stále nedá zapnout	1. Nabijte baterii 2. Kontaktujte společnost Therabody.
Zařízení se nedá zapnout.	Žádný	1. Úroveň nabití baterie je nízká 2. Zařízení se stále nedá zapnout	1. Nabijte baterii 2. Kontaktujte společnost Therabody.
Zařízení se vypíná během ošetření" nebo "Vibrační motor se nezapíná.	Žádný	1. Zkontrolujte a nabijte baterie 2. Motor nebo připojení mohlo být poškozeno	Zkuste plně nabít zařízení, odpojit nabíjecí kabel a poté stisknout tlačítko napájení po dobu 3 sekund. Pokud problém přetrvává, kontaktujte společnost Therabody.
Není možné nabít baterii.	Žádný	1. Okolní teplota je příliš vysoká nebo příliš nízká 2. Možná vadná baterie. 3. Vadný nabíjecí kabel	1. Nabíjete zařízení, když je okolní teplota mezi 5 °C a 35 °C. 2. Zkuste použít jiný USB-C kabel a adaptér. 3. Kontaktujte společnost Therabody.

## Pozadí

Produkty Therabody jsou navrženy tak, aby uvolnily přirozenou schopnost těla dosáhnout zdraví a pohody. Díky vědě a technologii umožňuje portfolio produktů Therabody lidem přístup k terapeutickým výhodám různých přírodních jevů, aby vyhovovalo jejich potřebám a preferencím. Existují situace, kdy je vhodné modifikovat způsob používání zařízení (opatrnosti) nebo kdy není vhodné používat určité zařízení (kontraindikace). Před použitím si prosím přečtěte následující bezpečnostní informace o zařízení v celém rozsahu.

## Důležité bezpečnostní informace

### Obecné používání zařízení

Toto zařízení je určeno pro použití osobami ve dobrém zdraví. Toto zařízení je kontraindikováno a nemělo by být používáno nikým, kdo má v anamnéze epilepsii, záchvaty nebo kardiopatii.

Zařízení se nedoporučuje nikomu s elektronickým implantátem (například kardiostimulátorem), srdeční arytmií, nádory nebo akutními epizodami zánětlivých onemocnění. Zařízení se nedoporučuje těm, kteří mají aterosklerózu, trombozu nebo implantáty v oblasti těla, která se léčí. Zařízení by nemělo být používáno, pokud máte na ošetřované oblasti tmavé hnědé nebo černé skvrny, jako jsou velké piňy, mateřská znaménka, névy nebo bradavice. Zařízení se nedoporučuje, pokud máte ekzém, psoriázu, léze, otevřené rány nebo aktivní infekce kromě mírné až střední akné, jako jsou opary, v ošetřované oblasti. Počkejte, až se infikovaná oblast uzdraví, než zařízení použijete. Zařízení by nemělo být používáno, pokud máte abnormální kožní stavy způsobené diabetem nebo jinými systémovými nebo metabolickými nemocemi. Pokud máte v anamnéze vyrážky herpesu v ošetřované oblasti, použití zařízení se nedoporučuje, pokud jste se předtím nekonzultovali se svým lékařem a neobdrželi preventivní léčbu.

Před použitím zařízení se prosím poraďte se svým lékařem, pokud jste těhotná a/nebo kojíte. **Okamžitě přestaňte zařízení používat při prvních známkách nepohodlí. Pokud máte nějaké zdravotní problémy, poraďte se se svým lékařem před použitím zařízení.**

## Bezpečnost, opatření a kontraindikace

### Specifické terapie

Tato doporučení vycházejí z konzultace s lékařskými odborníky a zveřejněného výzkumu týkajícího se opatření a kontraindikací k datu tisku. Pro aktuální informace navštivte naše stránky na [therabody.com](http://therabody.com).

### Opatření:

Je třeba věnovat pozornost v těchto okolnostech a používání zařízení může vyžadovat modifikaci. Poradte se s lékařským odborníkem, pokud máte aktuálně nebo máte podezření, že byste mohli mít jakékoli z následujících stavů, nebo pokud máte nějaké otázky.

- Hypertenze (kontrolovaná)
- Osteopenie
- Osteoporóza
- Těhotenství
- Diabetes
- Křečové žíly
- Kostnaté výčnělky nebo oblasti
- Abnormální pocity (např. necitlivost)
- Citlivost na tlak
- Nedávné zranění nebo operace
- Skolióza nebo deformita páteře
- Léky, které mohou měnit pocity klienta

### Kontraindikace:

Následující situace představují okolnosti, kdy potenciální rizika mohou převážít nad přínosy. Poradte se s lékařským odborníkem před použitím.

- Kožní vyrážka, otevřené rány, puchýře, místní zánět tkání, modřiny nebo nádory
- Hluboká žilní tromboza, osteomyelitida
- Fraktura kosti nebo myozitida ossifikans
- Hypertenze (neovládaná)
- Akutní nebo těžká onemocnění srdce, jater nebo ledvin
- Neurologické stavy vedoucí k ztrátě nebo změně citlivosti
- Přímá aplikace na obličej, krk nebo genitálie
- Poruchy krvácení
- Nedávná operace nebo zranění
- Poruchy pojivové tkáně
- Periferní cévní nedostatečnost nebo onemocnění
- Léky, které ředí krev nebo mění pocity
- Přímý tlak na chirurgické místo nebo implantáty
- Přímý tlak na oči nebo krk
- Extrémní nepohodlí nebo bolest pociťovaná klientem
- Těžká skolióza nebo deformita páteře
- Kardiostimulátor, ICD nebo historie embolie
- Alergie na materiál zařízení: plast, silikon, hliník, nerezová ocel, měděná slitina, bar

### Omezená záruka a zákaznický servis

Pro úplné informace o záruce navštivte [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty).

Zákazníci, kteří potřebují podporu ohledně produktu, by měli navštívit

<https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> pro dostupné kontaktní metody.

### Registrováno u FDA

Omezená záruka pouze při nákupu u autorizovaného prodejce

© 2024 Therabody, Inc. Všechna práva vyhrazena. Patenty na [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

Vyrobeno a distribuováno společností:

Therabody, Inc.  
1640 S Sepulveda, Suite 300  
Los Angeles, CA 90025

Na australském trhu platí záruka na Theragun Prime Plus po dobu 1 roku.

Pouze pro australský trh: Nákup tohoto zařízení je doprovázen omezenou zárukou.

Pro kompletní informace o právech, která vám tato záruka poskytuje, navštivte

<https://therabody.com/anz/en-au/warranty-support/>.

Importováno a distribuováno společností:

Therabody Australia Pty Ltd  
Waterman Business Centre  
175 Maroondah Highway  
Suite 16, C307, Level 3  
Ringwood Vic 3134  
Austrálie

Importéři:

Therabody International Limited  
5th Floor, 40 Mespil Road,  
DO4C2N4 Dublin, Irsko

Therabody UK Limited

Portsoken House  
155-157 The Minorities,  
Londýn, Spojené království, EC3N1LJ

# UNIT VAROVÁNÍ

PŘEČTĚTE SI VŠECHNY INSTRUKCE A OPATŘENÍ UVEDENÉ V TÉTO PŘÍRUČCE, NA NABÍJEČCE A NA ZAŘÍZENÍ PŘED POUŽITÍM NEBO NABÍJENÍM ZAŘÍZENÍ A JEHO PŘÍSLUŠENSTVÍ.

Při používání zařízení byste vždy měli dodržovat následující základní bezpečnostní opatření:

1. **POUŽÍVEJTE POUZE PODLE POKYŇŮ.** Používejte zařízení pouze tak, jak je popsáno v uživatelské příručce. Zařízení je určeno pro prodej bez lékařského předpisu. Není určeno k diagnostice, léčbě nebo prevenci nemocí. Používejte pouze doporučené příslušenství a náhradní díly společnosti Therabody. Toto zařízení je pokročilý mechanický nástroj s elektrickými komponenty. Pokud zařízení a jeho příslušenství nejsou používány nebo udržovány správně, hrozí riziko požáru, elektrického šoku nebo zranění. Nedodržení pokynů uvedených v této příručce může zrušit záruku a způsobit poškození výrobku nebo fyzické zranění. Zařízení je určeno pro komerční i domácí použití.

2. **NENÍ PRO DĚTI.** Zařízení není určeno pro použití malými dětmi ani osobami s omezenými fyzickými, smyslovými nebo rozumovými schopnostmi nebo bez zkušeností a znalostí, pokud není zajištěn dohled nebo pokyny k použití od osoby odpovědné za jejich bezpečnost. Zařízení není hračka. Nehrajte s ní, neohýbejte ho ani netahejte za elektrické komponenty. Upozorněte děti, aby si s přístrojem nebo příslušenstvím nehrály. Děti do 18 let by měly používat zařízení pouze pod dohledem dospělé osoby.

3. **NABÍJENÍ.** Pokud se vaše zařízení nezapíná nebo indikátor baterie ukazuje nízkou úroveň nabití, prosím, nabíjete jej před prvním použitím. Nabíjete baterii pomocí USB-C kabelu (včetně). Při používání nabíjecího kabelu (včetně) se ujistěte, že je jeho USB-C konektor zcela zasunut do kompatibilního napájecího adaptéru, než zapojíte adaptér do elektrické zásuvky. Baterii můžete také nabíjet pomocí kabelů třetích stran, které jsou v souladu se standardem USB-C a platnými předpisy země a mezinárodními a regionálními bezpečnostními standardy. Jiné adaptéry nemusí splňovat platné bezpečnostní standardy a nabíjení pomocí takovýchto adaptérů může představovat riziko úmrtí nebo zranění. Nepoužívejte sílu při zasouvání kabelu na místo.

Aby se zabránilo poškození zařízení a baterie, plně nabíjete zařízení alespoň jednou za šest měsíců.

Odpojte napájecí adaptér a nabíjecí kabel, když nejsou používány.

4. **NEDOBUJTE PŘÍLIŠ.** Nechte zařízení připojené k napájecímu adaptéru maximálně jednu hodinu po úplném nabití baterie. Baterie obsahuje ochranný systém, který snižuje riziko přehřátí. Nicméně přehřívání může v průběhu času snížit její životnost.

5. **MÍSTO NABÍJENÍ.** Nabíjete zařízení pomocí napájecího adaptéru a nabíjecího kabelu. Vyhnete se kontaktu s pokožkou, když je USB-C zapojen do napájecího zdroje, protože by to mohlo způsobit nepohodlí nebo zranění. Nespěte nebo neseďteje si na USB-C konektor. Zařízení by mělo být nabíjeno uvnitř v dobře větraném, suchém místě. Nezapojujte zařízení venku, v koupelně nebo do vzdálenosti 3,1 metru od vany nebo bazénu. Nepoužívejte zařízení nebo nabíječku na mokřých površích a nevystavujte nabíječku vlhkosti, dešti nebo sněhu. Nepoužívejte zařízení ani jeho kompatibilní nabíječku v přítomnosti výbušných atmosfér (plynové páry, prach, obilí, kovové prášky nebo hořlavé materiály). Může dojít ke vzniku jisker, což může způsobit požár.

6. **ODPOJOVÁNÍ NABÍJEČKY A ÚDRŽBA.** Chyťte zásuvku, ne kabel, abyste snížili riziko poškození elektrické zástrčky a kabelu. Nikdy nenoste nabíječku za její kabel. Udržujte kabel mimo teplo, olej a ostré hrany. Netahejte za kabel nabíječky ani jej nezatažujte. Nenechte nabíječku, svorky nebo zařízení v mokřých rukou. Vždy odpojte toto zařízení z elektrické zásuvky ihned po použití a před čištěním. Uložte kabel tak, aby nebyl slápnutý, zakopnutý nebo jinak vystavený poškození nebo napětí. Nepoužívejte napájecí adaptér nebo nabíjecí kabel, který utrpěl ostrý úder, byl upuštěn, přejet nebo jinak poškozen. Při dlouhodobém skladování uložte s plně nabitou baterii.

7. **POUŽITÍ.** Přestaňte používat zařízení, pokud cítíte bolest nebo nepohodlí. Pokud během léčby pocítíte bolest nebo nepohodlí, okamžitě přestaňte. Přestaňte používat zařízení, pokud se přehřeje nebo se stane nepohodlně horkým. Nedávejte prsty mezi příslušenství a konec ramena, protože by to mohlo způsobit skřípnutí a zranění.

8. **NEPROVOZUJTE POD DEKOU A POLŠTÁŘEM.** Může dojít k nadměrnému zahřátí, které může způsobit požár, elektrický šok nebo zranění.

9. **ÚDRŽBA A SERVIS ZAŘÍZENÍ.** S zařízením zacházejte opatrně. Zařízení obsahuje elektronické komponenty, které mohou být poškozeny, pokud jsou upuštěny, spáleny, propichnuty nebo rozmačkány. Nepokoušejte se zařízení demontovat nebo opravovat sami. Demontáž zařízení může způsobit jeho poškození a může vést k zranění. Pokud je zařízení poškozené nebo se vyskytují poruchy, kontaktujte zákaznický servis Therabody. Záruka bude zrušena, pokud bylo zařízení, baterie nebo nabíječka demontováno nebo pokud byly odstraněny jakékoli části. Nepoužívejte zařízení, pokud je poškozené, protože to může vést k zranění. Nepokoušejte se propíchnout nebo poškodit zařízení. Zařízení není vodotěsné. Zařízení není vodotěsné. Uložte kabel tak, aby nebyl slápnutý, zakopnutý nebo jinak vystavený poškození nebo napětí. Nepoužívejte napájecí adaptér nebo nabíjecí kabel, který utrpěl ostrý úder, byl upuštěn, přejet nebo jinak poškozen. Při dlouhodobém skladování uložte s plně nabitou baterii.

10. **CHEMIKÁLIE Z BATERIE ZPŮSOBUJÍ ZÁVAŽNÉ POPÁLENINY.** Nikdy nedovolte, aby vnitřní baterie přišla do kontaktu s pokožkou, očima nebo ústy. Pokud popožárá baterie uniká chemikálie, používejte gumové nebo neoprenové rukavice k jejímu zlikvidování. Pokud dojde k kontaktu s pokožkou, umyjte mydlem a vodou a opláchněte octem. Pokud jsou oči vystaveny chemikáliím z baterie, ihned je propláchněte vodou po dobu 20 minut a vyhledejte lékařskou pomoc. Odstraňte a zlikvidujte kontaminované oblečení.








11. **NEKONTROLUJTE ZKRAT.** Baterie dojde ke zkratu, pokud kovový předmět vytvoří spojení mezi pozitivními a negativními kontakty na baterii nebo konektoru 16V. Nedávejte baterii blízko k čemukoli, co by mohlo způsobit zkrat, jako jsou mince, klíče nebo hřebíky v kapse. Zkrátkovaná baterie může způsobit požár a osobní zranění.

12. **SKLADOVÁNÍ ZAŘÍZENÍ A PŘÍSLUŠENSTVÍ.** Uložte na chladném, suchém místě. Zařízení nabíjete pouze při teplotě okolí mezi -20 a 45 °C (-4 až 113 °F). Neukládejte zařízení ani nabíjecí kabel tam, kde teploty mohou překročit 45 °C (113 °F), například na přímém slunci, v automobilu nebo v kovové budově během léta.

13. **LIKVIDACE ZAŘÍZENÍ.** Toto zařízení obsahuje lithium-iontovou baterii, a při likvidaci zařízení je třeba dbát opatrnosti. Před likvidací tohoto zařízení si prosím přečtěte místní zákony a požadavky týkající se likvidace lithium-iontových baterií. Preferovanou metodou je recyklace celého zařízení.

## Štítky a symboly

Následující štítky a symboly se objevují na zařízení Theragun Prime Plus:

Číslo.	Ikona	Popis
1		CE značka
2		Před použitím si prosím přečtěte uživatelskou příručku.
3		Oddělený sběr odpadu z elektrického a elektronického zařízení. Poznámka: Pro více informací o likvidaci zařízení, jeho dílů a příslušenství se prosím obraťte na svého místního distributora.
4	IP22	IP klasifikace: První číslo 2: Chráněno proti přístupu k nebezpečným částem prstem a kloubovým testovacím prstem o průměru 12 mm a délce 80 mm, musí mít dostatečnou vzdálenost od nebezpečných částí, a chráněno proti pevným cizím předmětům o průměru 12,5 mm a větším.
5		RCM Občanské
6		Typ BF aplikační část
7		Informace o výrobci
8	UK CA	UKCA označení pro Spojené království
9		Bluetooth

Theragun Prime Plus  
IEC 60601-1 a IEC 60601-1-2 Požadavky (Varování) — Pro lékařské zařízení platí pro USA a Kanadu

Toto zařízení je třídy III s aplikovaným typem BF. Splňuje normy bezpečnosti lékařských elektrických zařízení (IEC 60601-1).

Toto zařízení také splňuje normy EMC pro lékařské přístroje (IEC 60601-1-2). Zařízení bylo testováno a bylo zjištěno, že splňuje limity elektromagnetické kompatibility (EMC) pro lékařské přístroje podle IEC 60601-1-2: 2014. Tyto limity jsou navrženy tak, aby poskytovaly přiměřenou ochranu proti škodlivému rušení v typické lékařské instalaci.

**VAROVÁNÍ:** Používání tohoto zařízení vedle nebo naskládaného s jiným zařízením by mělo být vyhnuto, protože by to mohlo vést k nesprávnému provozu. Pokud je takové použití nezbytné, mělo by být sledováno, aby se ověřilo, že zařízení fungují normálně.

**VAROVÁNÍ:** Použití příslušenství, převodníků a kabelů jiných než ty, které specifikoval nebo poskytl výrobce tohoto zařízení, by mělo vést ke zvýšení elektromagnetického vyzařování nebo snížení elektromagnetické imunity tohoto zařízení a vést k nesprávnému provozu.

**VAROVÁNÍ:** Přenosné zařízení pro RF komunikaci (včetně periferních zařízení, jako jsou anténní kabely a externí antény) by mělo být používáno alespoň 30 cm (12 palců) od jakékoli části ME zařízení, včetně kabelů specifikovaných výrobcem. Jinak by mohlo dojít ke zhoršení výkonu tohoto zařízení.

Toto zařízení splňuje část 15 pravidel FCC. Provoz podléhá následujícím dvěma podmínkám: (1) toto zařízení nesmí způsobovat škodlivé rušení a (2) toto zařízení musí akceptovat jakékoli rušení, které obdrží, včetně rušení, které může způsobit nežádoucí provoz.

Změny nebo úpravy, které nejsou výslovně schváleny stranou odpovědnou za dodržování předpisů, mohou zrušit oprávnění uživatele k provozu zařízení.

Toto zařízení bylo testováno a bylo zjištěno, že splňuje limity pro zařízení třídy B digitálního typu, v souladu s částí 15 pravidel FCC. Tyto limity jsou navrženy tak, aby poskytovaly přiměřenou ochranu proti škodlivému rušení v obytné instalaci. Toto zařízení generuje, používá a může vyzařovat rádiovou frekvenci a pokud není nainstalováno a používáno podle pokynů, může způsobit škodlivé rušení rádiové komunikace. Nicméně není zaručeno, že k rušení nedojde v určité instalaci.

Pokud toto zařízení způsobuje škodlivé rušení příjmu rádia nebo televize, což lze určit vypnutím a zapnutím zařízení, uživatel je vyzván, aby se pokusil opravit rušení jednou nebo více z následujících opatření:

Přesunout nebo přeorientovat přijímací anténu.

Zvětšit vzdálenost mezi zařízením a přijímačem.

Připojit zařízení do zásuvky na obvodu jiném než je obvod, ke kterému je připojen přijímač.

Kontaktovat prodejce nebo zkušeného technika pro rádio/TV pro pomoc.

Prohlášení o souladu ISED

Toto zařízení obsahuje vysílač(e)/přijímač(e) bez licence, které splňují licence-nezávislé RSS(y) kanadského Ministerstva inovací, vědy a hospodářského rozvoje. Provoz podléhá následujícím dvěma podmínkám:

(1) Toto zařízení nesmí způsobovat rušení.

(2) Toto zařízení musí akceptovat jakékoli rušení, včetně rušení, které může způsobit nežádoucí provoz zařízení.

## Směrnice a prohlášení výrobce – elektromagnetické vyzařování

Theragun Prime Plus je určen pro použití v elektromagnetickém prostředí specifikovaném níže. Zákazník nebo uživatel Theragun Prime Plus by měl zajistit, že se v takovém prostředí používá.

Test emisí	Dodržování	Elektromagnetické prostředí - návod
RF emise CISPR 11	Skupina 1	Theragun Prime Plus využívá RF energii pouze pro svou vnitřní funkci. Jeho RF emise jsou proto velmi nízké a pravděpodobně nebudou způsobit jakékoli rušení blízkých elektronických zařízení.
RF emise CISPR 11	Třída B	Theragun Prime Plus je vhodný pro použití ve všech provozovnách, včetně domácích provozoven a provozoven přímo napojených veřejná nízkonapěťová napájecí síť, která zásobuje budovy sloužící k domácím účelům.
Harmonické emise IEC 61000-3-2	Nelze použít	
Kolísání napětí blikání emisí IEC 61000-3-3	Nelze použít	

# Pokyny a prohlášení výrobce – elektromagnetická odolnost – pro všechna ZAŘÍZENÍ a SYSTÉMY

## Směrnice a prohlášení výrobce – elektromagnetická odolnost

Theragun Prime Plus je určen pro použití v elektromagnetickém prostředí specifikovaném níže. Zákazník nebo uživatel Theragun Prime Plus by měl zajistit, že bude používán v takovém prostředí.


Test imunity	Testovací úroveň IEC 60601	Dodržování úroveň	Elektromagnetické prostředí - vedení
Elektrostatický výboj (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 kV kontakt ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV vzduch	± 8 kV kontakt ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV vzduch	Podlahy by měly být dřevěné, betonové nebo keramické dlaždice. Pokud jsou podlahy pokryté syntetickým materiálem, relativní vlhkost by měla být minimálně 30 %.
Elektrostatický přechodný / výboj IEC 61000-4-4	± 2 kV pro napájení přívodní vedení ± 1 kV pro vstupní/výstupní vedení	N/A	Kvalita síťového napájení by měla odpovídat typickému komerčnímu nebo domácímu prostředí.
Přepětí IEC 61000-4-5	± 1 kV rozdílový režim ± 2 kV společný režim	N/A	Kvalita síťového napájení by měla odpovídat typickému komerčnímu nebo domácímu prostředí.
Poklesy napětí, krátká přerušení a napětí variací na vstupních napájecích linkách IEC 61000-4-11	0 % UT; 0,5 cyklu g) Při 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° a 315° 0 % UT; 1 cyklus a 70 % UT; 25/30 cykly Jedna fáze: při 0° 0 % UT; 250/300 cyklus	N/A	Kvalita síťového napájení by měla odpovídat typickému komerčnímu resp. domácímu prostředí. Pokud uživatel Theragun Prime Plus vyžaduje nepřetržitý provoz během výpadků elektrické sítě doporučuje, aby byl Theragun Prime Plus napájen ze zdroje nepřerušitelný zdroj napájení nebo baterie.
Frekvence napájení (50/60 Hz) magnetické pole IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Magnetická pole silové frekvence by měla být na úrovních charakteristických pro typické umístění v typickém komerčním nebo domácím prostředí.

POZNÁMKA UT je a. C. síťové napětí před aplikací zkušební úrovně.

# Směrnice a prohlášení výrobce – elektromagnetická odolnost – pro ZAŘÍZENÍ a SYSTÉM

## Směrnice a prohlášení výrobce – elektromagnetická odolnost

Theragun Prime Plus je určen pro použití v elektromagnetickém prostředí specifikovaném níže. Zákazník nebo uživatel Theragun Prime Plus by měl zajistit, že bude používán v takovém prostředí.

Test imunity	Testovací úroveň IEC 60601	Úroveň shody	Elektromagnetické prostředí - vedení
Vedené RF IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz až 80 MHz mezi 0,15 MHz a 80 MHz 6 V v ISM a amatérských rádiových pásmech	N/A	Mělo by se používat přenosné a mobilní RF komunikační zařízení ne blíže k jakékoli části Theragun Prime Plus, včetně kabelů, než je doporučená separační vzdálenost vypočtená z příslušné rovnice na frekvenci vysílače. Doporučená oddělovací vzdálenost kde p je maximální jmenovitý výstupní výkon vysílače ve wattch (W) podle výrobce vysílače ad je doporučené vzdálenost v metrech  $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
Vyzařované RF IEC 61000-4-3	10 V/m 80 MHz až 2.7 GHz	10 V/m 80 MHz to 2.7 GHz  - - 60601-1-2:2014)zařízení (viz tabulka 9 v IEC NITY to RF bezdrátových komunikačních prostředků pro ENCLOSURE PORT IMMU385MHz- -5785MHz Test specifíca	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz to } 800 \text{ MHz}$ $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 800 \text{ MHz to } 2.7 \text{ GHz}$  kde p je maximální jmenovitý výstupní výkon vysílače ve wattch (W) podle výrobce vysílače ad je doporučené vzdálenost v metrech (m).b  Sily polí z pevných RF vysílačů, jak je stanoveno v an elektromagnetický průzkum místa,a by měla být nižší než úroveň shody v každý frekvenční rozsah.b  V blízkosti zařízení označeného symbolem následující symbol:  

**POZNÁMKA 1 Při 80 MHz a 800 MHz platí vyšší frekvenční rozsah.****POZNÁMKA 2 Tyto pokyny nemusí platit ve všech situacích. Elektromagnetické je ovlivněno absorpcí a odrazem od struktur, předmětů a lidí.**

a Pásmo ISM (průmyslové, vědecké a lékařské) mezi 150 kHz a 80 MHz jsou 6 765 MHz až 6 795 MHz; 13 553 MHz až 13 567 MHz; 26 957 MHz až 27 283 MHz; a 40,66 MHz na 40,70 MHz. Amatérská rádiová pásma mezi 0,15 MHz a 80 MHz jsou 1,8 MHz až 2,0 MHz, 3,5 MHz až 4,0 MHz, 5,3 MHz až 5,4 MHz, 7 MHz až 7,3 MHz, 10,1 MHz až 10,15 MHz, 14 MHz až 14,2 MHz, 18,07 MHz až 18,17 MHz, 21,0 MHz až 21,4 MHz, 24,89 MHz až 24,99 MHz, 28,0 MHz až 29,7 MHz a 50,0 MHz až 54,0 MHz.

b Síla polí z pevných vysílačů, jako jsou základnové stanice pro rádiové (mobilní/bezdrátové) telefony a pozemní mobilní rádia, amatérská rádia, AM a FM rádiové vysílání a Televizní vysílání nelze teoreticky přesně předvídat. Pro posouzení elektromagnetického prostředí v důsledku pevných RF vysílačů by měl být proveden elektromagnetický průzkum místa zvažil. Pokud naměřená intenzita pole v místě, kde se Theragun Prime Plus používá, překračuje příslušnou úroveň RF shody výše, měl by Theragun Prime Plus sledujte, abyste ověřili normální provoz. Pokud je pozorován abnormální výkon, mohou být nutná další opatření, jako je změna orientace nebo přemístění Theragun Prime Plus.

c Ve frekvenčním rozsahu 150 kHz až 80 MHz by intenzita pole měla být menší než 3 V/m.

## Doporučené vzdálenosti mezi přenosným a mobilním RF komunikačním zařízením a ZAŘÍZENÍM nebo SYSTÉM - pro ZAŘÍZENÍ a SYSTÉMY

Doporučené oddělovací vzdálenosti mezi  
přenosné a mobilní RF komunikační zařízení a Theragun Prime Plus

Theragun Prime Plus je určen pro použití v elektromagnetickém prostředí, kde jsou vyzařované RF rušení kontrolovány. Zákazník nebo uživatel zařízení Theragun Prime Plus může pomoci zabránit elektromagnetickému rušení tím, že udržuje minimální vzdálenost mezi přenosným a mobilním RF komunikačním zařízením (vysílači) a Theragun Prime Plus, jak je doporučeno níže, podle maximálního výkonu komunikačního zařízení.

Doporučená vzdálenost podle frekvence vysílače:  
m

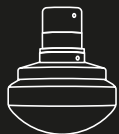
Jmenovitý maximální výkon vysílače W	150 kHz až 80 MHz mimo ISM a radioamatérských pásmech $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	150 kHz až 80 MHz v ISM a radioamatérských pásmech $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	80 MHz až 800 MHz $d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	800 MHz až 2.7 GHz $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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

Theragun Prime Plus je určen pro použití v elektromagnetickém prostředí, ve kterém jsou řízeny vyzařované RF rušení.

Zákazník nebo uživatel Theragun Prime Plus může pomoci zabránit elektromagnetickému rušení udržováním minimální vzdálenosti mezi přenosnými zařízeními a mobilní RF komunikační zařízení (vysílače) a Theragun Prime Plus, jak je doporučeno níže, podle maxima výstupní výkon komunikačního zařízení

# Príslušenstvo na prehľad úrovni s Theragun Prime Plus

Užite si relax v celej jeho kráse



**Urýchlenie regenerácie** napätých svalov a teplo na uvoľnenie: celotelová masáž s hrejivým perkusívnym nastavcom.



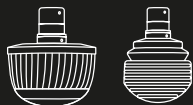
**Tlmiaci nastavec:** zmiernenie bolesti na citlivých častiach tela s tlmiacim nastavcom.



**Štandardná guľa:** Uvoľnenie napätia celotelovou masážou



**Klin:** Na lopatky, IT pásy, škrabanie a oplachovanie



**Rozšírenie vášho zariadenia o ďalšie ošetrenia, aby ste si vytvorili regeneračnú rutinu prispôbenú vašim osobným potrebám.**

Vyskúšajte chladivý nastavec na liečbu zranení a zmiernenie zápalov a vibračný nastavec na ošetrenie boľavých kĺbov a citlivých oblastí (oba sú dostupné samostatne).



**Vyťažte zo svojich ošetrení maximum s aplikáciou Therabody.**

Môžete preskúmať knižnicu so sprievodcami krok za krokom, ktorá vám presne ukáže, ktorý sval máte ošetrovať, ktorý nastavec by ste mali použiť a ako správne držať zariadenie, aby každé ošetrenie prinieslo najlepšie možné výsledky. Pomocou Bluetooth môžete riadiť rýchlosť zariadenia, sledovať silu masáže a využívať našu knižnicu.

# Theragun Prime Plus

## 1. Prehľad produktu

Zažite zotavenie novej úrovne s Theragun Prime Plus - výkonným 16mm perkusívnym nástrojom masážna pištoľ vylepšená teplom v odolnom prevedení. Vyhrievaný perkusívny nástavec ošetruje hlboko do svalov vedecky podloženými dávkami tepla, aby pomohol optimalizovať zahriatie a znížiť bolestivosť, urýchli rekonvalescenciu a zmierni bolesť rýchlejšie ako samotná perkusná masáž. Ošetrujú ako veľké svaly, tak citlivé oblasti. Na rozdiel od iných masáží pištole, Theragun Prime Plus je vyrobený s tichým motorom proti zablokovaniu, takže môžete masírovať dokonca najtvrdšie uzly využívajúce tlak až 40 libier bez kompromisov v hĺbke a rýchlosti. Liečba je jednoduchá vďaka jednoduchým ovládacím prvkom na zariadení a riadeným rutinám v aplikácii Therabody.

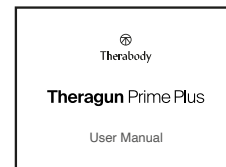
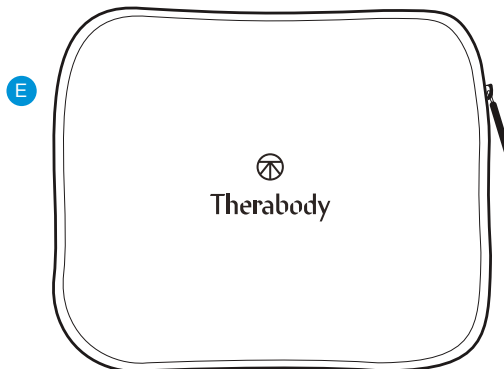
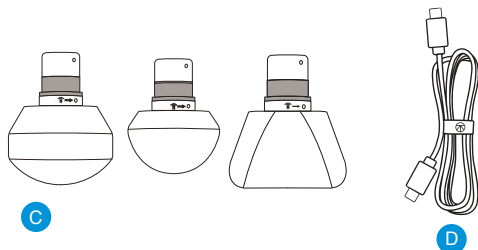
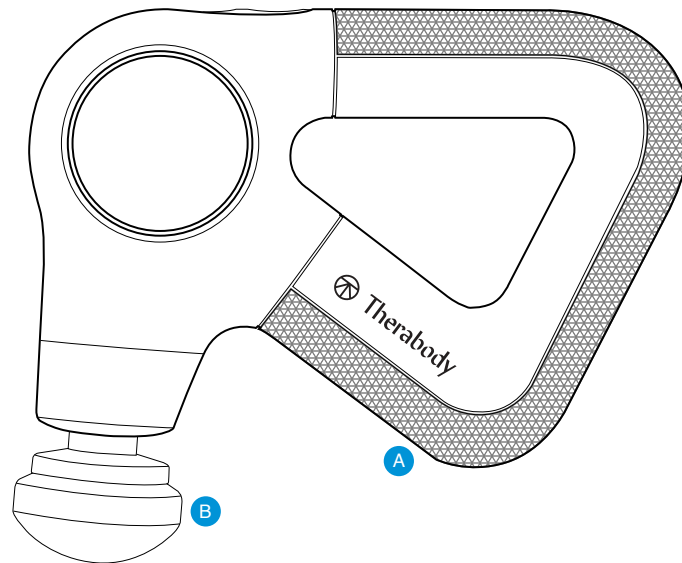
Vylepšite svoje zotavenie ešte viac ošetreniami – pridajte nástavec Cold alebo Vibration prílohu k vytvoreniu rutiny obnovy špecifickej pre vaše osobné potreby (studené pripojenie a Vibračný nástavec sa predáva samostatne).

## Zamýšľané použitie

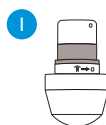
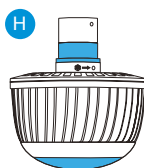
Vyhrievaná perkusná masážna terapia Theragun Prime Plus má pomôcť optimalizovať zahriatie, znížiť bolestivosť, urýchliť zotavenie a zmierniť bolesť.

## 2. Obsah balenia

- A** Zariadenie Theragun Prime Plus
- B** Vyhrievaný perkusívny nástavec
- C** Tri perkusné nástavce (Tlmič, štandardné gule, klin)
- D** USB-C nabíjací kábel
- E** Cestovné púzdro
- F** Návod na použitie

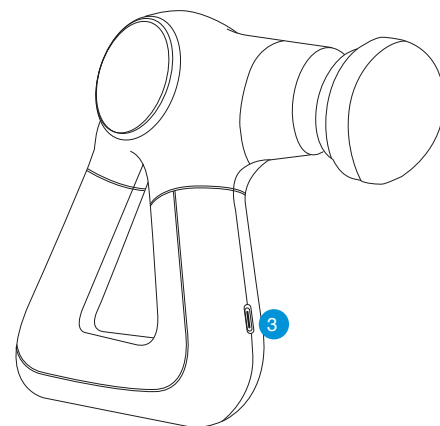
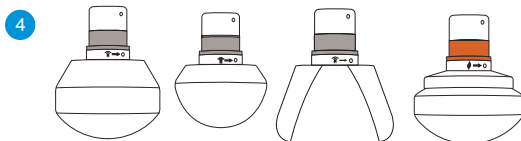
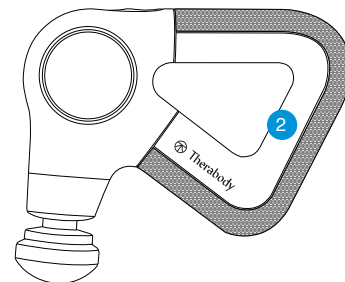
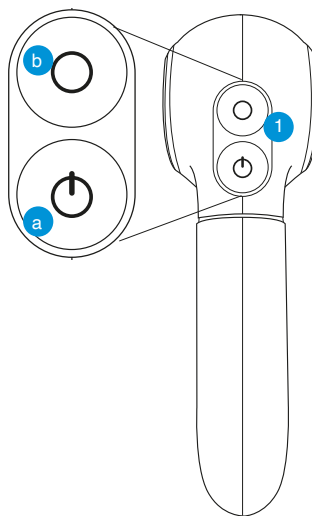


- G Vibračný nástavec
- H Chladiaci nástavec
- I Palcový nástavec
- J Mikro-bodový nástavec



### 3. Zoznámenie so zariadením

- 1 Ľahko použiteľný dvojtlačítkový ovládací panel
  - a Tlačidlo napájania a rýchlosti (5 LED indikátorov rýchlosti)
  - b Tlačidlo intenzity (3 LED indikátory intenzity)
- 2 Patentovaná trojuholníková viacúčopová rukoväť
- 3 USB-C port
- 4 Vymeniteľné tepelné a perkusné nástavce



## Stiahnite si aplikáciu Therabody

1. Stiahnite si aplikáciu Therabody z App Store alebo Play Store.
2. Postupujte podľa pokynov v aplikácii na vytvorenie nového účtu a overenie vašej e-mailovej adresy.
3. Po prihlásení nasledujte úvodné kroky pre pripojenie vášho zariadenia Theragun Prime Plus k aplikácii. Uistite sa, že máte povolené nastavenia Bluetooth pre váš telefón.
4. Pri výzve vyberte „Theragun Prime Plus“ ako vaše zariadenie Therabody.
5. Podržte tlačidlo napájania na vašom Theragun Prime Plus, aby ste ho zapli. Theragun Prime Plus musí byť zapnutý, aby ho aplikácia mohla vyhľadať a spárovať.
6. Kliknite na „Spárovať zariadenie“ a vyberte Theragun Prime Plus pre potvrdenie spojenia zariadenia s aplikáciou.
7. Aplikácia Therabody vám umožňuje ovládať rýchlosť zariadenia, sledovať silu masáže, naučiť sa najlepšie spôsoby použitia jednotlivých terapií a získať odporúčania rutiny, ktoré vám ukážu presne, ktorý sval ošetriť, ktorý nastavtec použiť a ako zariadenie držať.

## 4. Používanie zariadenia

1. **Zapnite zariadenie.** Vložte ruku do ergonomicky navrhnutého trojuholníkového držiadla Theragun. Podržte tlačidlo napájania pre zapnutie Theragun Prime Plus. Keď je zariadenie zapnuté, rozsvietia sa LED svetlá.
2. **Zvoľte rýchlosť perkusnej terapie.** Stlačte tlačidlo napájania pre prepínanie medzi piatimi možnosťami rýchlosti terapie. Každé LED svetlo sa rozsvieti pre indikáciu intenzity, pričom jedno biele LED svetlo značí najnižšiu rýchlosť a päť LED svetiel značí najvyššiu rýchlosť.
3. **Použite zariadenie.** Pohybujte zariadením cez oblasti potrebujúce ošetrovanie, postupne aplikujte ľahký až stredný tlak podľa potreby.
4. **Použite vyhrievaný perkusný nastavtec.** Pripojte vyhrievaný nastavtec, zapnite zariadenie a zvolte požadovanú rýchlosť podľa vyššie uvedeného. Stlačte tlačidlo pre nastavenie intenzity tepla. Každé z troch LED svetiel signalizuje intenzitu teploty, s jedným oranžovým LED svetlom pre nízke teplo, dvoma pre stredné teplo a tromi pre vysoké teplo. Pre použitie tepla bez perkusnej terapie stlačte tlačidlo napájania a prejdite možnosti rýchlosti. Po dosiahnutí najvyššej rýchlosti sa perkusná terapia vypne.
5. **Použite chladiaci nastavtec (predáva sa samostatne).** Pripojte chladiaci nastavtec a zapnite zariadenie podľa vyššie uvedeného. Upozorňujeme, že pri chladiacej terapii je perkusná terapia vypnutá. Každé z troch modrých LED svetiel signalizuje intenzitu chladenia, s jedným modrým LED svetlom pre nízku intenzitu, dvoma pre strednú intenzitu a tromi pre vysokú intenzitu.
6. **Použite vibračný nastavtec (predáva sa samostatne).** Pripojte vibračný nastavtec a zapnite zariadenie podľa vyššie uvedeného. Upozorňujeme, že pri vibračnej terapii je perkusná terapia vypnutá. Každé z troch zelených LED svetiel signalizuje intenzitu vibrácie, s jedným zeleným LED svetlom pre nízku intenzitu, dvoma pre strednú intenzitu a tromi pre vysokú intenzitu.
7. **Zamknite zariadenie.** Keď zariadenie nepoužívate alebo pri preprave, zamknite ho, aby nedochádzalo k vybíjaniu batérie alebo k náhodnému zapnutiu. Rýchlo trikrát stlačte tlačidlo napájania pre aktiváciu funkcie zámku. Pre odomknutie rýchlo trikrát stlačte tlačidlo napájania.
8. **Vypnite zariadenie.** Podržte tlačidlo napájania pre vypnutie zariadenia.

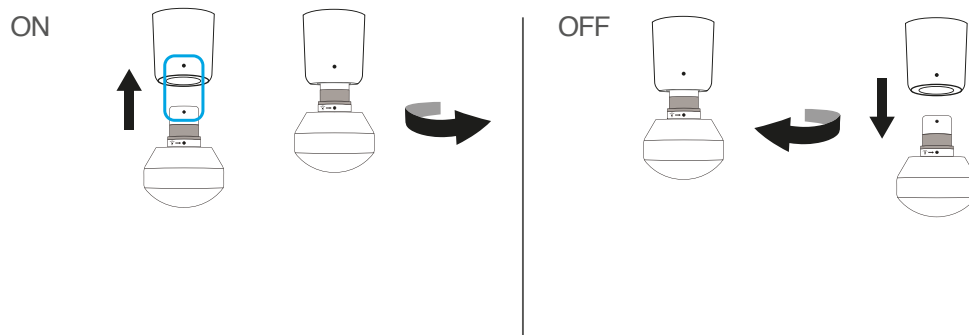
Zariadenie sa automaticky vypne v nasledujúcich situáciách:

1. Ak zariadenie nie je použité po stlačení tlačidla napájania pre kontrolu stavu batérie, vypne sa po 5 minútach.
2. Ak je aplikácia pripojená, ale zariadenie nie je zapnuté, vypne sa po 10 minútach.
3. Keď je zariadenie bez energie, LED indikátor bude blikať oranžovo a potom sa vypne.
4. Ak je zariadenie zapnuté iba s funkciou tepla dlhšie ako 1 hodinu, vypne sa.

## Pripojenie nástavcov

1. Uistite sa, že je zariadenie vypnuté pred pripojením alebo odstránením akéhokolvek nástavca.
2. Vložte nadstavec do ramena zariadenia, otočte v smere hodinových ručičiek a zaistite na mieste.
3. Pre odomknutie a odstránenie nadstavca otočte proti smeru hodinových ručičiek a zložte ho.
4. Upozornenie: Nekladte prsty medzi nástavec a koniec ramena, môže dôjsť k privretiu alebo zraneniu.

\*Nástavce je možné použiť pri iných modeloch Theragun Plus.



## Používanie nástavcov

Zariadenie je dodávané so štyrmi vysoko kvalitnými nástavcami navrhnutými pre personalizovanejšie ošetrovanie. Vyhrievaný perkusný nadstavec, tlmiaci nadstavec, štandardný guľičkový nadstavec a klinový nadstavec sú pohodlné, hygienické a neabsorbujú pot, krém ani oleje.

NADSTAVEC	SVALOVÁ SKUPINA	URČENÉ POUŽITIE
Tlmiaci nástavec	Pre jemné alebo citlivé oblasti a celkové použitie	Použite tlmiaci nástavec pre pevnú, ale jemnú a upokojujúcu masáž celého tela. Tlmiaci nástavec je špeciálne navrhnutý na bežné použitie a je určený pre nízku záťaž v citlivých alebo kostnatých oblastiach. Jeho široká základňa maximalizuje plochu pre väčší a efektívnejší kontakt s telom.
Štandardný guľičkový nadstavec	Pre veľké a malé svalové skupiny	Použite štandardný guľičkový nadstavec pre masáž celého tela. Štandardný guľičkový nadstavec je špeciálne navrhnutý pre celkové použitie na veľkých aj malých svalových skupinách. S menším tvarom a vyššou úrovňou dopadu ako tlmiaci nadstavec je pevnejšou voľbou pre celkové použitie a je vašim hlavným nadstavcom na uvoľnenie napätia.
Klinový nástavec	Pre lopatky a IT pásy	Prehrejte svaly a zlepšite flexibilitu s klinovým nástavcom. Klinový nástavec je unikátne navrhnutý pre použitie na lopatkách a iliotiibiálnych pásoch a používa sa na „škrabanie“ a „preplachovanie“, čo sú techniky bežne používané pri športových masážach.
Vyhrievaný perkusný nástavec	Pre svaly	Uvoľnite stuhnuté svaly a urýchlite regeneráciu. Použite vyhrievaný nadstavec na uvoľnenie stuhnutých svalov pred tréningom alebo po tréningu pre urýchlenie regenerácie svalov.
Chladiaci nadstavec (predáva sa samostatne)	Pre kĺby a svaly	Znížte zápal, bolesť a opuchy. Použite chladiaci nadstavec na úľavu od opuchov a zníženie zápalu.
Vibračný nástavec (predáva sa samostatne)	Pre kĺby a kostnaté oblasti	Uľavte od bolesti kĺbov a ošetrte citlivé oblasti. Použite vibračný nástavec na zacielenie na bolesť kĺbov a ošetrovanie kostnatých oblastí. Vibračný nástavec zvyšuje prekrvenie na ošetrovanie citlivých oblastí.
Palcový nástavec (predáva sa samostatne)	Pre spúšťové body a dolnú časť chrbta.	Uľavte od bolesti s palcovým nástavcom s vysokým tlakom. Tento nástavec je špeciálne navrhnutý tak, aby napodobňoval ľudský palec, a používa sa pre bodovú terapiu na dolnej časti chrbta. Použite palcový nástavec všade tam, kde by ste inak použili svoj palec na úľavu od bolesti.
Mikro-bodový (predáva sa samostatne)	Pre väčšiu stimuláciu	Zvýšte prekrvenie s mikro-bodovým nástavcom. Mikro-bodový nástavec poskytuje vysoko cieleňú terapiu a zvyšuje stimuláciu a prekrvenie v každej ošetrovanej oblasti

## Údržba zariadenia

Nasledujúce pokyny na údržbu sú dôležité pre zaistenie správnej funkcie vášho zariadenia. Nedodržanie týchto pokynov môže spôsobiť, že vaše zariadenie prestane fungovať.

## Čistenie zariadenia

Pred čistením zariadenia si pozorne prečítajte nasledujúce pokyny, aby ste zaistili dlhú životnosť zariadenia a jeho komponentov.

1. Vizualne skontrolujte zariadenie na zjavné známky nahromadenia nečistôt.
2. Utrite zariadenie neabrazívnou, bezprašnou vlhkou handričkou alebo obrúskom na čistenie bez obsahu alkoholu.
3. Osušte zariadenie neabrazívnou, bezprašnou handričkou.
4. Po vyčistení nechajte zariadenie dôkladne uschnúť pred uložením alebo začatím ďalšej terapie. Zariadenie NIE JE vodotesné ani neperte v práčke. Nedovoľte, aby sa do produktu dostalo nadmerné množstvo tekutín alebo vody.
5. Riadne vyčistené zariadenie by nemalo mať viditeľné známky nečistôt alebo vlhkosti.

**Poznámka:** Tento produkt nie je vodotesný. Čistite iba vlhkou handričkou alebo obrúskom na čistenie bez alkoholu otretním zariadenia. Nie je dovolené ponoriť zariadenie do vody alebo ho čistiť pod tečúcou vodou. Nedovoľte, aby zariadenie prišlo do kontaktu s korozívnymi roztokmi, ktoré môžu poškodiť vzhľad a funkciu zariadenia.

### Řešení QuietForce

Udržujte svoje zariadenie v optimálnom stave s riešením QuietForce. Ak zariadenie používate denne, zväzťte aplikáciu tohto riešenia každé štyri mesiace.

Náhradné diely sú k dispozícii na [therabody.com](http://therabody.com).

1. Odstráňte nadstavec z vášho Theragunu.
2. Odstrihnite špičku fľaštičky s riešením QuietForce.
3. Jemne vytiahnite piest ramena zariadenia.
4. Aplikujte 3-4 kvapky roztoku, pričom sa uistíte, že pokrývate celú obvodovú časť.
5. Zapnite svoj Theragun a nechajte ho bežať po dobu 10 sekúnd.

## Nabíjanie zariadenia

1. Zariadenie podporuje USB-C a je dodávané s nabíjajúcim káblom. Pred nabíjaním sa uistite, že je zariadenie vypnuté.
2. Pripojte jeden koniec nabíjacieho kábla do USB-C nabíjacieho portu na zariadení, ktorý sa nachádza na rukoväti zariadenia. Druhý koniec nabíjacieho kábla pripojte k napájaciemu adaptéru.
3. Tlačidlo napájania má LED svetlo, ktoré indikuje stav batérie, keď je zariadenie zapnuté alebo sa nabíja. Zapnite zariadenie alebo stlačte tlačidlo napájania, aby ste skontrolovali stav batérie.
  - Oranžová (bliká a potom zhasne): Žiadna batéria
  - Oranžová (bliká): Veľmi nízka batéria
  - Oranžová: Nízka batéria
  - Modrá: Polovičná batéria
  - Zelená: Vysoká batéria
4. Životnosť batérie zariadenia je až 120 minút, v závislosti na použitých nadstavcoch a intenzite terapie.

**Poznámka:** Ak používate nabíjačku od tretej strany, uistite sa, že je od certifikovaného výrobcu a že nedošlo k žiadnemu poškodeniu štruktúry.

## Skladovanie a preprava zariadenia

Pre skladovanie a prepravu uchovávajte zariadenie v jeho cestovnom púzdre. Ukladajte zariadenie na chladnom a suchom mieste (teplota: 0 °C/32 °F - 40 °C/104 °F, relatívna vlhkosť: 10~95 % RH). Nedávajte zariadenie na miesto, kde teploty môžu prekročiť 40 °C/104 °F, napríklad na priame slnko alebo do vozidla.

SCENÁR	ZOBRAZENÝ ERROR KÓD	POTENCIONÁLNE PRÍČINY	POTENCIONÁLNE RIEŠENIE
Žiadna energia	Tlačidlo napájania LED bliká oranžovo, modro a zeleno	Akumulátor sa počas nabíjania alebo používania prehriat.	Uistite sa, že je zariadenie vypnuté, odpojte ho od nabíjačky a nechajte ho odpočívať po dobu 60 minút. Ak to nepomôže, kontaktujte spoločnosť Therabody.
Žiadna energia	5 bielych LED svetiel bliká 5-krát a potom zhasnú.	Motor sa prehriat.	Uistite sa, že je zariadenie vypnuté, odpojte ho od nabíjačky a nechajte ho odpočívať po dobu 60 minút. Ak to nepomôže, kontaktujte spoločnosť Therabody.
Perkusia funguje, ale vyhrievaný nástavec nevydáva teplo	3 oranžové LED svetlá blikajú 5-krát a potom zhasnú	Vyhrievaný nástavec sa prehriat alebo došlo k inej chybe.	Uistite sa, že je zariadenie vypnuté, a nechajte ho odpočívať po dobu 60 minút. Ak to nepomôže, kontaktujte spoločnosť Therabody
Napájanie je zapnuté, ale chladiaci nadstavec nemá žiadnu funkciu	3 modrá LED svetla blikajú 5krát a poté zhasnou.	Chladiaci nadstavec sa prehriat alebo došlo k inej chybe.	Uistite sa, že je zariadenie vypnuté, a nechajte ho odpočívať po dobu 60 minút. Ak to nepomôže, kontaktujte spoločnosť Therabody.
Napájanie je zapnuté, ale vibračný nástavec nemá žiadnu funkciu.	3 modré LED svetlá blikajú 5-krát a potom zhasnú.	Vibračný nástavec sa prehriat alebo došlo k inej chybe.	Uistite sa, že je zariadenie vypnuté, a nechajte ho odpočívať po dobu 60 minút. Ak to nepomôže, kontaktujte spoločnosť Therabody
Zariadenie sa automaticky vypína	Žiadny	1. Úroveň nabitia batérie je nízka 2. Zariadenie sa stále nedá zapnúť	1. Nabite batériu 2. Kontaktujte spoločnosť Therabody.
Zariadenie sa nedá zapnúť.	Žiadny	1. Úroveň nabitia batérie je nízka 2. Zariadenie sa stále nedá zapnúť	1. Nabite batériu 2. Kontaktujte spoločnosť Therabody.
Zariadenie sa vypína počas ošetrenia" alebo "Vibračný motor sa nezapína.	Žiadny	1. Skontrolujte a nabite batérie 2. Motor alebo pripojenie mohlo byť poškodené	Skúste plne nabiť zariadenie, odpojiť nabíjací kábel a potom stlačiť tlačidlo napájania po dobu 3 sekúnd. Ak problém pretrváva, kontaktujte spoločnosť Therabody.
Nie je možné nabiť batériu.	Žiadny	1. Teplota okolia je príliš vysoká alebo príliš nízka 2. Možno chybná batéria. 3. Chybný nabíjací kábel	1. Nabíjajte zariadenie, keď je okolitá teplota medzi 5 °C a 35 °C. 2. Skúste použiť iný USB-C kábel a adaptér. 3. Kontaktujte spoločnosť Therabody.

## Pozadie

Produkty Therabody jsou navrženy tak, aby uvolnily přirozenou schopnost těla dosáhnout zdraví a pohody.

Díky vědě a technologii umožňuje portfolio produktů Therabody lidem přístup k terapeutickým výhodám různých přírodních jevů, aby vyhovovalo jejich potřebám a preferencím. Existují situace, kdy je vhodné modifikovat způsob používání zařízení (opatrnosti) nebo kdy není vhodné používat určité zařízení (kontraindikace). Před použitím si prosím přečtete následující bezpečnostní informace o zařízení v celém rozsahu.

## Dôležité bezpečnostné informácie

### Všeobecné používanie zariadenia

Toto zariadenie je určené na použitie osobami v dobrom zdraví. Toto zariadenie je kontraindikované a nemalo by byť používané nikým, kto má v anamnéze epilepsiu, záchvaty alebo kardiopatiu.

Zariadenie sa neodporúča nikomu s elektronickými implantátom (napríklad kardiostimulátorom), srdcovou arytmiou, nádomi alebo akútnymi epizódami zápalových ochorení. Zariadenie sa neodporúča tým, ktorí majú aterosklerózu, trombózu alebo implantáty v oblasti tela, ktorá sa lieči. Zariadenie by sa nemalo používať, ak máte na ošetrovanej oblasti tmavo hnedé alebo čierne škvrny, ako sú veľké pehy, materské znamienka, névy alebo bradavice. Zariadenie sa neodporúča, ak máte ekzém, psoriázu, lézie, otvorené rany alebo aktívne infekcie okrem miernej až strednej akné, ako sú opary, v ošetrovanej oblasti. Počkajte, kým sa infikovaná oblasť uzdraví, kým zariadenie použijete. Zariadenie by sa nemalo používať, ak máte abnormálne kožné stavy spôsobené diabetom alebo inými systémovými alebo metabolickými chorobami. Pokiaľ máte v anamnéze vyrážky herpesu v ošetrovanej oblasti, použitie zariadenia sa neodporúča, pokiaľ ste sa predtým nekonzultovali so svojím lekárom a nedostali preventívnu liečbu.

Pred použitím zariadenia sa prosím poraďte so svojím lekárom, ak ste tehotná a/alebo dočíte.

**Okamžite prestaňte zariadenie používať pri prvých známkach nepohodlia. Ak máte nejaké zdravotné problémy, poraďte sa so svojím lekárom pred použitím zariadenia.**

## Bezpečnosť, opatrenia a kontraindikácie

### Špecifické terapie

Tieto odporúčania vychádzajú z konzultácie s lekáskymi odborníkmi a zverejneného výskumu týkajúceho sa opatrení a kontraindikácií k dátumu tlače. Pre aktuálne informácie navštívte naše stránky na [therabody.com](https://www.therabody.com).

### Opatrenia:

Je potrebné venovať pozornosť v týchto okolnostiach a používanie zariadenia môže vyžadovať modifikáciu. Poradte sa s lekáskym odborníkom, ak máte aktuálne alebo máte podozrenie, že by ste mohli mať akékoľvek z nasledujúcich stavov, alebo ak máte nejaké otázky.

- Hypertenzia (kontrolovaná)
- Osteopénia
- Osteoporóza
- Tehotenstvo
- Diabetes
- Kŕčové žily
- Kostné výčnelky alebo oblasti
- Abnormálne pocity (napr. necitlivosť)
- Citlivosť na tlak
- Nedávne zranenie alebo operácie
- Skolióza alebo deformita chrbtice
- Lieky, ktoré môžu ovplyvniť pocity klienta

### Kontraindikácie:

Následujúce situácie predstavujú okolnosti, kedy potenciálne riziká môžu prevážiť nad prínosy. Poradte sa s lekáskym odborníkom pred použitím.

- Kožná vyrážka, otvorené rany, pluzgierne, miestny zápal tkanív, modriny alebo nádory
- Hlboká žilová trombóza, osteomyelitída
- Zlomenina kosti alebo myozitída ossifikans
- Hypertenzia (nekontrolovaná)
- Akútne alebo závažné ochorenie srdca, pečene alebo obličiek
- Neurologické stavy vedúce k strate alebo zmene citlivosti
- Priama aplikácia na tvár, krk alebo genitálie
- Poruchy krvácania
- Nedávna operácia alebo zranenie
- Poruchy spojivového tkaniva
- Periférna cievná nedostatočnosť alebo ochorenie
- Lieky, ktoré riedia krv alebo menia pocity
- Priamy tlak na chirurgické miesto alebo implantáty
- Priamy tlak na oči alebo krk
- Extrémne nepohodlie alebo bolesť pociťovaná klientom
- Ťažká skolióza alebo deformita chrbtice
- Kardiostimulátor, ICD alebo história embólie
- Alergia na materiál zariadenia: plast, silikón, hliník, nehrdzavejúca oceľ, medená zliatina, bar

### Obmedzená záruka a zákaznický servis

Pre úplné informácie o záruke navštívte [www.therabody.com/warranty](http://www.therabody.com/warranty). Zákazníci, ktorí potrebujú podporu ohľadom produktu, by mali navštíviť <https://www.therabody.com/us/en-us/support/support.html> pre dostupné kontaktné metódy.

### Registrované u FDA

Obmedzená záruka platí iba pri nákupe u autorizovaného predajcu © 2024 Therabody, Inc. Všetky práva vyhradené. Patenty na [www.therabody.com/patents](http://www.therabody.com/patents)

Vyrobené a distribuované spoločnosťou:

Therabody, Inc.  
1640 S Sepulveda, Suite 300  
Los Angeles, CA 90025

Na austrálskom trhu platí záruka na Theragun Prime Plus po dobu 1 roka. Iba pre austrálsky trh: Nákup tohto zariadenia je sprevádzaný obmedzenou zárukou. Pre úplné informácie o právach, ktoré vám táto záruka poskytuje, navštívte <https://therabody.com/anz/en-au/warranty-support/>.

### Importované a distribuované spoločnosťou:

Therabody Australia Pty Ltd  
Waterman Business Centre  
175 Maroondah Highway  
Suite 16, C307, Level 3  
Ringwood Vic 3134  
Austrália

### Importéri:

Therabody International Limited  
5th Floor, 40 Mespil Road,  
D04C2N4 Dublin, Írsko

Therabody UK Limited  
Portsoken House  
155-157 The Minories,  
Londýn, Spojené kráľovstvo, EC3N1LJ

# UNIT VAROVANIE

PREČÍTAJTE SI VŠETKY INŠTRUKCIE A OPATRENIA UVEDENÉ V TEJTO PRÍRUČKE, NA NABIJAČKE A NA ZARIADENÍ PRED POUŽITÍM ALEBO NABIJANÍM ZARIADENIA A JEHO PRÍSLUŠENSTVO.

Pri používaní zariadenia by ste vždy mali dodržiavať nasledujúce základné bezpečnostné opatrenia:

1. **POUŽÍVAJTE LEN PODĽA POKYNOV.** Používajte zariadenie iba tak, ako je popísané v užívateľskej príručke. Zariadenie je určené na predaj bez lekárskeho predpisu. Nie je určené na diagnostiku, liečbu alebo prevenciu chorôb. Toto zariadenie je pokročilý mechanický nástroj s elektrickými komponentmi. Pokiaľ zariadenie a jeho príslušenstvo nie sú používané alebo udržiavané správne, hrozí riziko požiaru, elektrického šoku alebo zranenia. Nedodržanie pokynov uvedených v tejto príručke môže zrušiť záruku a spôsobiť poškodenie výrobku alebo fyzické zranenie. Zariadenie je určené pre komerčné aj domáce použitie.

2. **NIE JE PRE DETI.** Zariadenie nie je určené na použitie malými deťmi ani osobami s obmedzenými fyzickými, zmyslovými alebo rozumovými schopnosťami alebo bez skúseností a znalostí, pokiaľ nie je zaistený dohľad alebo pokyny na použitie od osoby zodpovednej za ich bezpečnosť. Zariadenie nie je hračka. Nehrajte sa s ním, neohýbajte ho ani neťahajte za elektrické komponenty. Upozornite deti, aby sa s prístrojom alebo príslušenstvom nehrali. Deti do 18 rokov by mali používať zariadenie iba pod dohľadom dospelého osoby.

3. **NABIJANIE.** Ak sa vaše zariadenie nezapína alebo indikátor batérie ukazuje nízku úroveň nabitia, prosím, nabite ho pred prvým použitím. Nabíjajte batériu pomocou USB-C kábla (vrátane). Pri používaní nabíjacieho kábla (vrátane) sa usmievte, že je jeho USB-C konektor úplne zasunutý do kompatibilného napájacieho adaptéra, než zapojíte adaptér do elektrickej zásuvky. Batériu môžete tiež nabíjať pomocou káblov tretej strán, ktoré sú

v súlade so štandardom USB-C a platnými predpismi krajiny a medzinárodnými a regionálnymi bezpečnostnými štandardy. Iné adaptéry nemusia spĺňať platné bezpečnostné štandardy a nabíjanie pomocou takýchto adaptérov môže predstavovať riziko úmrtia alebo zranenia. Nepoužívajte silu pri zasunutí kábla na miesto. Aby sa zabránilo poškodeniu zariadenia a batérie, plne nabíjajte zariadenie aspoň raz za šesť mesiacov. Odpojte napájací adaptér a nabíjací kábel, keď nie sú používané.

4. **NEDOBÍJAJTE PRÍLIŠ.** Nechajte zariadenie pripojené k napájaciu adaptéru maximálne jednu hodinu po úplnom nabití batérie. Batéria obsahuje ochranný systém, ktorý znižuje riziko prebitia. Avšak prebíjanie môže v priebehu času znížiť jej životnosť.

5. **MIESTA NABIJANIE.** Nabíjajte zariadenie pomocou napájacieho adaptéra a nabíjacieho kábla. Vyhnete sa kontaktu s pokožkou, keď je USB-C zapojený do napájacieho zdroja, pretože by to mohlo spôsobiť nepohodlie alebo zranenie. Nespíte alebo nesadajte si na USB-C konektor. Zariadenie by malo byť nabíjané vo vnútri v dobre vetranom, suchom mieste. Nezapájajte zariadenie vonku, v kúpeľni alebo do vzdialenosti 3,1 metra od vane alebo bazénu. Nepoužívajte zariadenie alebo nabíjačku na mokrych povrchoch a nevystavujte nabíjačku vlhkosti, dažďu alebo snehu. prach, oblie, kovové prášky alebo horľavé materiály). Môže dôjsť k vzniku iskier, čo môže spôsobiť požiar.

6. **ODPOJOVANIE NABIJAČKY A ÚDRŽBA.** Chyťte zásuvku, nie kábel, aby ste znížili riziko poškodenia elektrickej zástrčky a kábla. Nikdy nenoste nabíjačku za jej kábel. Udržujte kábel mimo teplo, olej a ostré hrany. Neťahajte za kábel nabíjačky ani ho nezaťažujte. Nenechajte nabíjačku, svorky alebo zariadenie v mokrych rukách. Vždy odpojte toto zariadenie z elektrickej zásuvky ihneď po použití a pred čistením. Uložte kábel tak, aby nebol sliapaný, zakopnutý alebo inak vystavený poškodeniu alebo napätiu. Nepoužívajte napájací adaptér alebo nabíjací kábel, ktorý utrpel ostrý úder, bol upustený, prešiel alebo inak poškodený. Pri dlhodobom skladovaní uložte s plne nabitou batériou.

7. **POUŽITIE.** Prestaňte používať zariadenie, ak cítite bolesť alebo nepohodlie. Ak počas liečby pocítite bolesť alebo nepohodlie, okamžite prestaňte. Prestaňte používať zariadenie, ak sa prehrje alebo sa stane nepohodlne horúcim. Nedávajte prsty medzi príslušenstvo a koniec ramena, pretože by to mohlo spôsobiť prískripnutie a zranenie.

8. **NEPREVOZUJTE POD DEKOU A VANKÚŠOM.** Môže dôjsť k nadmernému zahriatiu, ktoré môže spôsobiť požiar, elektrický šok alebo zranenie.

9. **ÚDRŽBA A SERVIS ZARIADENIA.** S zariadením zaobchádzajte opatrne. Zariadenie obsahuje elektrické komponenty, ktoré môžu byť poškodené, ak sú upustené, spálené, prepichnuté alebo roztrhajú. Nepokúšajte sa zariadenie demontovať alebo opravovať sami. Demontáž zariadenia môže spôsobiť jeho poškodenie a môže viesť k zraneniu. Ak je zariadenie poškodené alebo sa vyskytujú poruchy, kontaktujte zákaznický servis Therabody. Záruka bude zrušená, ak bolo zariadenie, batéria alebo nabíjačka demontované alebo ak boli odstránené.

akékoľvek časti. Nepoužívajte zariadenie, ak je poškodené, pretože to môže

10. **CHEMIKÁLIE Z BATÉRIE SPÔSOBUJÚ ZÁVAŽNÉ POPÁLENINY.** Nikdy nedovoľte, aby vnútorná batéria prišla do kontaktu s pokožkou, očami alebo ústami. Pokiaľ poškodená batéria uniká chemikálie, používajte gumové alebo neoprénové rukavice na jej zlikvidovanie. Pokiaľ dôjde k kontaktu s pokožkou, umyte mydlom a vodou a opláchnite octom. Pokiaľ sú oči vystavené chemikáliám z batérie, ihneď ich prepláchnite vodou po dobu 20 minút a vyhľadajte lekársku pomoc. Odstráňte a zlikvidujte kontaminované oblečenie.








11. **NEKONTROLUJTE SKRAT.** Batéria dôjde ku skratu, pokiaľ kovový predmet vytvorí spojenie medzi pozitívnymi a negatívnymi kontaktmi na batérii alebo konektore 16V. Nedávajte batériu blízko k čomukoľvek, čo by mohlo spôsobiť skrat, ako sú mince, kľúče alebo klince vo vrecku. Skrátokovaná batéria môže spôsobiť požiar a osobné zranenie.

12. **SKLADOVANIE ZARIADENIA A PRÍSLUŠENSTVA.** Uložte na chladnom, suchom mieste. Zariadenie nabíjajte iba pri teplote okolia medzi -20 a 45 °C (-4 až 113 °F). Neukladajte zariadenie ani nabíjací kábel tam, kde teploty môžu prekročiť 45 °C (113 °F), napríklad na priamom slnku, v automobile alebo v kovovej budove počas leta.

13. **LIKVIDÁCIA ZARIADENIA.** Toto zariadenie obsahuje lítium-iónovú batériu, a pri likvidácii zariadenia je potrebné dbať na opatrnosť. Pred likvidáciou tohto zariadenia si prosím prečítajte miestne zákony a požiadavky týkajúce sa likvidácie lítium-iónových batérií. Preferovanou metódou je recyklácia celého zariadenia.

## Štítky a symboly

Nasledujúce štítky a symboly sa objavujú na zariadení Theragun Prime Plus:

Číslo.	Ikona	Popis
1		CE značka
2		Pred použitím si prosím prečítajte používateľskú príručku.
3		Oddelený zber odpadu z elektrického a elektronického zariadenia. Poznámka: Pre viac informácií o likvidácii zariadenia, jeho dielov a príslušenstva sa prosím obráťte na svojho miestneho distribútora.
4	IP22	IP klasifikácia: Prvé číslo 2: Chránené proti prístupu k nebezpečným častiam prstom a kľobovým testovacím prstom s priemerom 12 mm a dĺžke 80 mm, musí mať dostatočnú vzdialenosť od nebezpečných častí, a chránené proti pevným cudzím predmetom s priemerom 12,5 mm a väčším.
5		RCM Občianske
6		Typ BF aplikačná časť
7		Informácie o výrobcovi
8	UK CA	UKCA označenie pre Spojené kráľovstvo
9		Bluetooth

Theragun Prime Plus  
IEC 60601-1 a IEC 60601-1-2 Požiadavky (Varovanie) — Pre lekárske zariadenia platia pre USA a Kanadu

Toto zariadenie je triedy III s aplikovaným typom BF. Splňa normy bezpečnosti lekárskeho elektrického zariadení (IEC 60601-1).

Toto zariadenie tiež splňa normy EMC pre lekárske prístroje (IEC 60601-1-2). Zariadenie bolo testované a bolo zistené, že splňa limity elektromagnetickej kompatibility (EMC) pre lekárske prístroje podľa IEC 60601-1-2: 2014. Tieto limity sú navrhnuté tak, aby poskytovali primeranú ochranu proti škodlivému rušeniu v typickej lekárskej inštalácii.

**VAROVANIE:** Používanie tohto zariadenia vedľa alebo naskladaného s iným zariadením by malo byť vyhnuté, pretože by to mohlo viesť k nesprávnej prevádzke. Ak je takéto použitie nevyhnutné, malo by byť sledované, aby sa overilo, že zariadenia fungujú normálne.

**VAROVANIE:** Použitie príslušenstva, vodičov a káblov iných ako tie, ktoré špecifikoval alebo poskytol výrobca tohto zariadenia, by mohlo viesť k zvýšeniu elektromagnetickeho vyžarovania alebo zníženiu elektromagnetickej imunity tohto zariadenia a viesť k nesprávnej prevádzke.

**VAROVANIE:** Prenosné zariadenie pre RF komunikáciu (vrátane periférnych zariadení, ako sú anténne káble a externé antény) by sa malo používať aspoň 30 cm (12 palcov) od akejkoľvek časti ME zariadenia, vrátane káblov špecifikovaných výrobcou. Inak by mohlo dôjsť k zhoršeniu výkonu tohto zariadenia.

Toto zariadenie splňa časť 15 pravidiel FCC. Prevádzka podlieha nasledujúcim dvom podmienkam: (1) toto zariadenie nesmie spôsobovať škodlivé rušenie a (2) toto zariadenie musí akceptovať akékoľvek rušenie, ktoré dostane, vrátane rušení, ktoré môže spôsobiť nežiaducu prevádzku.

Zmeny alebo úpravy, ktoré nie sú výslovné schválené stranou zodpovednou za dodržiavanie predpisov, môžu zrušiť oprávnenie užívateľa na prevádzku zariadenia.

Toto zariadenie bolo testované a zistilo sa, že splňa limity pre zariadenia triedy B digitálneho typu, v súlade s časťou 15 pravidiel FCC. Tieto limity sú navrhnuté tak, aby poskytovali primeranú ochranu proti škodlivému rušeniu v obytnej inštalácii. Toto zariadenie generuje, používa a môže vyžarovať rádiovú frekvenciu a pokiaľ nie je nainštalované a používané podľa pokynov, môže spôsobiť škodlivé rušenie rádiovkej komunikácie. Avšak nie je zaručené, že k rušeniu nedôjde v určitej inštalácii.

Ak toto zariadenie spôsobuje škodlivé rušenie príjmu rádia alebo televízie, čo je možné určiť vypnutím a zapnutím zariadenia, používateľ je vyzvaný, aby sa pokúsil opraviť rušenie jednou alebo viacerými z nasledujúcich opatrení:

Presunúť alebo preorientovať prijímaciu anténu.

Zväčšiť vzdialenosť medzi zariadením a prijímačom.

Pripojiť zariadenie do zásuvky na inom obvode ako je obvod, ku ktorému je pripojený prijímač.

Kontaktovať predajcu alebo skúseného technika pre rádio/TV pre pomoc.

Vyhľadanie o súlade ISSED

Toto zariadenie obsahuje vysielateľ(e)/prijímač(e) bez licencie, ktoré splňajú licencie-nezávislé RSS(y) kanadského Ministerstva inovácií, vedy a hospodárskeho rozvoja. Prevádzka podlieha nasledujúcim dvom podmienkam:

(1) Toto zariadenie nesmie spôsobovať rušenie.

(2) Toto zariadenie musí akceptovať akékoľvek rušenie, vrátane rušení, ktoré môže spôsobiť nežiaducu prevádzku zariadenia.

## Smernice a vyhlásenia výrobcu – elektromagnetické vyžarovanie

Theragun Prime Plus je určený na použitie v elektromagnetickom prostredí špecifikovanom nižšie. Zákazník alebo používateľ Theragun Prime Plus by mal zabezpečiť, že sa v takomto prostredí používa.

Test emisii	Dodržiavanie	Elektromagnetické prostredie - návod
RF emisie CISPR 11	Skupina 1	Theragun Prime Plus využíva RF energiu iba pre svoju vnútornú funkciu. Jeho RF emisie sú preto veľmi nízke a pravdepodobne nebudú spôsobovať akékoľvek rušenie blízkych elektronických zariadení.
RF emisie CISPR 11	Trieda B	Theragun Prime Plus je vhodný na použitie vo všetkých prevádzkach, vrátane domácich prevádzok a prevádzok priamo napojených verejná nízkonapäťová napájacia sieť, ktorá zásobuje budovy slúžiace na domáce účely.
Harmonické emisie IEC 61000-3-2	Nedá sa použiť	
Kolívanie napätia blikanie emisii IEC 61000-3-3	Nedá sa použiť	

**Pokyny a vyhlásenia výrobcu – elektromagnetická odolnosť –  
pre všetky ZARIADENIA a SYSTÉMY**

Smernice a vyhlásenia výrobcu – elektromagnetická odolnosť

Theragun Prime Plus je určený na použitie v elektromagnetickom prostredí špecifikovanom nižšie. Zákazník alebo užívateľ Theragun Prime Plus by mal zabezpečiť, že bude používaný v takomto prostredí.


Test imunity	Testovacia úroveň IEC 60601	Dodržiavanie úroveň	Elektromagnetické prostredie - vedenie
Elektrostatický výboj (ESD) IEC 61000-4-2	± 8 kV kontakt ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV vzduch	± 8 kV kontakt ± 2 kV, ± 4 kV, ± 8 kV, ± 15 kV vzduch	Podlahy by mali byť drevené, betónové alebo keramické dlaždice. Pokiaľ sú podlahy pokryté syntetickým materiálom, relatívna vlhkosť by mala byť minimálne 30 %.
Elektrostatický prechodný / výboj IEC 61000-4-4	± 2 kV pro napájení přívodní vedení ± 1 kV pro vstupní/výstupní vedení	N/A	Kvalita sieťového napájania by mala zodpovedať typickému komerčnému alebo domácomu prostrediu.
Prepätie IEC 61000-4-5	± 1 kV rozdielový režim ± 2 kV spoločný režim	N/A	Kvalita sieťového napájania by mala zodpovedať typickému komerčnému alebo domácomu prostrediu.
Poklesy napätia, krátke prerušenia a napätie variácia na vstupných napájacích linkách IEC 61000-4-11	0 % UT; 0,5 cyklu g) Při 0°, 45°, 90°, 135°, 180°, 225°, 270° a 315° 0 % UT; 1 cyklus a 70 % UT; 25/30 cykly Jedna fáze: při 0° 0 % UT; 250/300 cyklus	N/A	Kvalita sieťového napájania by mala zodpovedať typickému komerčnému resp. domáce prostredie. Pokiaľ užívateľ Theragun Prime Plus vyžaduje nepretržitú prevádzku počas výpadkov elektrickej siete odporúča, aby bol Theragun Prime Plus napájaný zo zdroja neprerušiteľný zdroj napájania alebo batérie.
Frekvencia napájania (50/60 Hz) magnetické pole IEC 61000-4-8	30 A/m	30 A/m	Magnetické polia silovej frekvencie by mali byť na úrovniach charakteristických pre typické umiestnenie v typickom komerčnom alebo domácom prostredí.

POZNÁMKA UT je a. C. sieťové napätie pred aplikáciou skúšobnej úrovne.

Smernice a vyhlásenia výrobcu – elektromagnetická odolnosť –  
pre ZARIADENIE a SYSTÉM

Smernice a vyhlásenia výrobcu – elektromagnetická odolnosť

Theragun Prime Plus je určený na použitie v elektromagnetickom prostredí špecifikovanom nižšie. Zákazník alebo užívateľ Theragun Prime Plus by mal zabezpečiť, že bude používaný v takomto prostredí.

Test imunity	Testovacia úroveň IEC 60601	Úroveň zhody	Elektromagnetické prostredie - vedenie
Vedené RF IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz až 80 MHz medzi 0,15 MHz a 80 MHz 6 V v ISM a amatérskych rádiových pásmach	N/A	<p>Mala by sa používať prenosné a mobilné komunikačné zariadenia, ktoré sú bližšie k akejkoľvek časti Theragun Prime Plus, vrátane káblov, než je odporúčaná separačná vzdialenosť zistená z príslušnej rovnice na frekvencii vysielača.</p> <p>Odporúčaná oddeľovacia vzdialenosť kde je maximálny menovitý výstupný výkon vysielača vo wattoch (W) podľa výrobcu vysielača ad je odporúčaná vzdialenosť v metroch</p> $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$ $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$
Vyžarované RF IEC 61000-4-3	10 V/m 80 MHz až 2.7 GHz	10 V/m 80 MHz to 2.7 GHz  142 / 5 000 60601-1-2:2014) vybavenie (Pozrite si tabuľku 9 IEC NITY to RF bezdrôtových komunikačných prostriedkov pre ENCLOSURE PORT IMMU385MHz-5785MHz Testovacie špecifikácie	$d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz to } 800 \text{ MHz}$ $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P} \quad 800 \text{ MHz to } 2.7 \text{ GHz}$ <p>kde p je maximálny menovitý výstupný výkon vysielača vo wattoch (W) podľa výrobcu vysielača a je odporúčaná vzdialenosť v metroch (m).b</p> <p>Sily polí z pevných RF vysielačov, jak je stanovené v an elektromagnetický průzkum místa, a by mala byť nižšia než úroveň shodyv každem frekvenčnom rozsahu.b</p> <p>V blízkosti zariadenia označeného symbolu nasledujúci symbol:</p> 

**POZNÁMKA 1 Pri 80 MHz a 800 MHz platí vyšší frekvenčný rozsah.**

**POZNÁMKA 2 Tieto pokyny nemusia platiť vo všetkých situáciách. Elektromagnetické je ovplyvnené absorpciou a odrazom od štruktúr, predmetov a ľudí.**

a ISM (priemyselné, vedecké a lekárske) pásma medzi 150 kHz a 80 MHz sú 6 765 MHz až 6 795 MHz; 13 553 MHz až 13 567 MHz; 26 957 MHz až 27 283 MHz; a 40,66 MHz na 40,70 MHz. Amatérske rádiové pásma medzi 0,15 MHz a 80 MHz sú 1,8 MHz až 2,0 MHz, 3,5 MHz až 4,0 MHz, 5,3 MHz až 5,4 MHz, 7 MHz až 7,3 MHz, 10,1 MHz až 10,15 MHz, 14 MHz až 14,2 MHz, 18,07 MHz až 18,17 MHz, 21,0 MHz až 21,4 MHz, 24,89 MHz až 24,99 MHz, 28,0 MHz až 29,7 MHz a 50,0 MHz až 54,0 MHz.

b Intenzita polí z pevných vysielateľov, ako sú základňové stanice pre rádiové (mobilné/bezdrôtové) telefóny a pozemné mobilné rádiá, amatérske rádiá, AM a FM rádiové vysielanie a Televízne vysielanie sa nedá teoreticky presne predpovedať. Na posúdenie elektromagnetického prostredia v dôsledku pevných RF vysielateľov by sa mal vykonať elektromagnetický prieskum miesta zväzť. Ak nameraná sila poľa v mieste, kde sa Theragun Prime Plus používa, prekračuje príslušnú úroveň RF zhody vyššie, Theragun Prime Plus by mal dbať na overenie normálnej prevádzky. Ak spozorujete abnormálny výkon, môžu byť potrebné ďalšie opatrenia, ako je zmena orientácie alebo premiestnenia Theragun Prime Plus. c Vo frekvenčnom rozsahu 150 kHz až 80 MHz by intenzita poľa mala byť menšia ako 3 V/m.

## Odporúčané vzdialenosti medzi prenosným a mobilným RF komunikačným zariadením a ZARIADENÍM alebo SYSTÉM - pre ZARIADENIA a SYSTÉMY

### Odporúčané oddel'ovacie vzdialenosti medzi prenosné a mobilné RF komunikačné zariadenia a Theragun Prime Plus

Theragun Prime Plus je určený na použitie v elektromagnetickom prostredí, kde sú vyžarované RF rušenia kontrolované. Zákazník alebo užívateľ zariadenia Theragun Prime Plus môže pomôcť zabrániť elektromagnetickému rušeniu tým, že udržuje minimálnu vzdialenosť medzi prenosným a mobilným RF komunikačným zariadením (vysielačmi) a Theragun Prime Plus, ako sa odporúča nižšie, podľa maximálneho výkonu komunikačného zariadenia.

### Odporúčaná vzdialenosť podľa frekvencie vysielateľa: m

Menovitý maximálny výkon vysielateľa W	150 kHz až 80 MHz mimo ISM a rádioamatérskych pásiem $d = \left[ \frac{3.5}{V_1} \right] \sqrt{P}$	150 kHz až 80 MHz v ISM a rádioamatérskych pásmach $d = \left[ \frac{12}{V_2} \right] \sqrt{P}$	80 MHz až 800 MHz $d = \left[ \frac{3.5}{E_1} \right] \sqrt{P}$	800 MHz až 2.7 GHz $d = \left[ \frac{7}{E_1} \right] \sqrt{P}$
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

Theragun Prime Plus je určený na použitie v elektromagnetickom prostredí, v ktorom sú riadené vyžarované RF rušenie.

Zákazník alebo užívateľ Theragun Prime Plus môže pomôcť zabrániť elektromagnetickému rušeniu udržiavaním minimálnej vzdialenosti medzi prenosnými zariadeniami a mobilné RF komunikačné zariadenia (vysielače) a Theragun Prime Plus, ako sa odporúča nižšie, podľa maxima výstupný výkon komunikačného zariadenia









# Therabody

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



@Therabody