

# beurer

## MG 280



**NL** Yoga- en stretchmat  
Gebruiksaanwijzing

CE



Lees deze gebruiksaanwijzing aandachtig door, bewaar deze voor later gebruik, laat deze ook door andere gebruikers lezen en neem alle aanwijzingen in acht.

## WAARSCHUWING

- Het apparaat is alleen bestemd voor thuis-/privégebruik, niet voor commercieel gebruik.
- Dit apparaat kan worden gebruikt door kinderen van 8 jaar en ouder en door personen met een beperkt fysiek, zintuiglijk of mentaal vermogen of gebrek aan ervaring of kennis, maar alleen als zij het apparaat onder toezicht gebruiken of zijn geïnstrueerd over het veilige gebruik van het apparaat en zij de daaruit voortkomende gevaren begrijpen.
- Kinderen mogen niet met het apparaat spelen.
- Het apparaat mag niet door kinderen worden gereinigd of onderhouden, tenzij dit onder toezicht gebeurt.
- Als het netsnoer van dit apparaat beschadigd raakt, moet het worden verwijderd. Als het netsnoer niet van het apparaat kan worden losgekoppeld, moet het volledige apparaat worden verwijderd.
- Het apparaat heeft een heet oppervlak. Personen die ongevoelig zijn voor hitte moeten voorzichtig zijn bij het gebruik van het apparaat.
- U mag het apparaat in geen geval openen of zelf repareren. Wanneer u dit toch doet, kan een storingsvrije werking niet langer worden gegarandeerd. Wanneer u deze instructie niet in acht neemt, vervalt de garantie.

## Inhoudsopgave

1. Omvang van de levering.....	3	8. Tips voor optimale ontspanning.....	8
2. Verklaring van de symbolen .....	3	9. Reiniging en onderhoud .....	8
3. Waarschuwingen en veiligheidsrichtlijnen .....	4	10. Wat te doen bij problemen .....	8
4. Voorgeschreven gebruik.....	5	11. Verwijdering.....	8
5. Beschrijving van het apparaat .....	6	12. Technische gegevens .....	9
6. Ingebruikname.....	7	13. Garantie/service .....	9
7. Gebruik.....	7		






















## 1. Omvang van de levering

Controleer of de buitenkant van de verpakking intact is en of alle onderdelen aanwezig zijn. Alvorens het apparaat te gebruiken, moet worden gecontroleerd of het apparaat en de toebehoren zichtbaar beschadigd zijn en moet al het verpakkingsmateriaal worden verwijderd. Wij adviseren u het apparaat bij twijfel niet te gebruiken en contact op te nemen met de verkoper of met de betreffende klantenservice.

- 1 Yoga- en stretchmat
- 1 Netvoeding
- 1 Deze gebruiksaanwijzing

## 2. Verklaring van de symbolen

In deze gebruiksaanwijzing en op het apparaat worden de volgende symbolen gebruikt:

	<b>Waarschuwing</b> Waarschuwing voor situaties met verwondingsrisico's of gevaar voor uw gezondheid.		Energie-efficiëntieniveau 6
	<b>Let op</b> Waarschuwing voor mogelijke schade aan het apparaat of de toebehoren.		Polariteit van gelijkspanningsstekker
	<b>Productinformatie</b> Verwijzing naar belangrijke informatie.	<b>IP20</b>	Beschermd tegen vaste voorwerpen met een diameter van 12,5 mm en groter
	Uitsluitend voor gebruik binnenshuis		<b>Gelijkstroom</b> Het apparaat is alleen geschikt voor gelijkstroom.
	Scheid de verpakkingscomponenten en voer het afval volgens de lokale voorschriften af.		Veiligheidstransformator, kortsluitvast
	Aanduiding voor de identificatie van het verpakkingsmateriaal. A = materiaalafkorting, B = materiaalnummer: 1-7 = kunststoffen, 20-22 = papier en karton		Voedingseenheid, schakelmodus; voedingseenheid met schakelmodus; SMPS
	Verwijder het apparaat conform de EU-richtlijn voor afgedankte elektrische en elektronische apparatuur – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment).		Geen naalden in het apparaat steken!
	<b>Apparaat uit veiligheidsklasse II</b> Het apparaat is dubbel geïsoleerd en voldoet derhalve aan veiligheidsklasse 2.		Mag niet worden gebruikt door zeer jonge kinderen (0-3 jaar).
	Klasse III-apparaat		Niet wassen
	Scheid het product en de verpakkingscomponenten en voer het afval volgens de lokale voorschriften af.		Niet bleken
	Fabrikant		Niet drogen in een wasdroger

	<b>CE-markering</b> Dit product voldoet aan de eisen van de geldende Europese en nationale richtlijnen.		Niet chemisch reinigen
	<b>UKCA-markering (UK Conformity Assessed)</b>		De producten voldoen aantoonbaar aan de eisen van de technische voorschriften van de Euraziatische Economische Unie (EEU).

### 3. Waarschuwingen en veiligheidsrichtlijnen

Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door! Als u de volgende aanwijzingen niet in acht neemt, kan dit leiden tot letsel of materiële schade. Bewaar de gebruiksaanwijzing en zorg ervoor dat deze ook toegankelijk is voor andere gebruikers. Draag deze gebruiksaanwijzing samen met het apparaat over.



#### WAARSCHUWING

Gebruik het apparaat

- niet bij dieren
- niet bij door ziekte veroorzaakte veranderingen of wonden in het te masseren lichaamsgebied (bijvoorbeeld een hernia of open wonden)
- in geen geval voor massages om en nabij het hart als u een pacemaker hebt. Raadpleeg in dat geval ook voor het masseren van andere lichaamsdelen eerst uw arts
- nooit op opgezwollen, verbrande, ontstoken of verwonde huid- en lichaamsdelen
- niet bij snijwonden, acne of andere huidaanandoeningen
- niet tijdens de zwangerschap
- niet in het gezicht (ogen), op het strottenhoofd of op andere zeer gevoelige lichaamsdelen
- niet voor een voetmassage
- nooit terwijl u slaapt
- niet na de inname van medicijnen of alcohol (beperkt waarnemingsvermogen!)
- niet in motorvoertuigen

Raadpleeg uw arts voordat u het apparaat gebruikt, vooral

- als u aan een ernstige ziekte lijdt of een operatie aan uw bovenlichaam hebt ondergaan
- als u een pacemaker, implantaten of andere hulpmiddelen hebt
- als u trombose hebt
- als u diabetes hebt
- bij pijnklachten zonder duidelijke oorzaak



#### WAARSCHUWING

Houd verpakkingsmateriaal buiten bereik van kinderen. Gevaar voor verstikking.

### Elektrische schokken



#### WAARSCHUWING

Net als elk elektrisch apparaat moet ook dit apparaat voorzichtig en bedachtzaam worden gebruikt om elektrische schokken te voorkomen.

Gebruik het apparaat daarom

- alleen met de meegeleverde netvoeding en met de op de netvoeding aangegeven netspanning
- nooit als het apparaat of de toebehoren zichtbaar beschadigd zijn
- niet tijdens onweer

Schakel het apparaat in geval van een defect of storing onmiddellijk uit en trek de stekker van het apparaat uit het stopcontact. Trek niet aan het netsnoer of aan het apparaat om de netvoeding uit het stopcontact te trekken. Gebruik het netsnoer nooit om het apparaat op te tillen of te dragen. Houd de snoeren uit de buurt van warme oppervlakken. Snoeren mogen niet bekneld raken, knikken of verdraaid worden. Prik niet met naalden of scherpe voorwerpen in het apparaat.

Zorg ervoor dat het apparaat, de afstandsbediening, de netvoeding en het snoer niet in aanraking komen met water, damp of andere vloeistoffen. Gebruik het apparaat daarom alleen in droge binnenruimten (bijv. nooit in een badkuip of sauna).

Raak nooit een apparaat aan dat in het water is gevallen. Trek meteen de stekker uit het stopcontact. Gebruik het apparaat niet als het apparaat of de toebehoren zichtbaar beschadigd zijn.

Stel het apparaat niet bloot aan schokken en laat het apparaat niet vallen.

## Reparatie



### WAARSCHUWING

- Reparaties aan elektrische apparatuur mogen alleen worden verricht door speciaal daarvoor opgeleide personen. Ondeskundige reparaties kunnen leiden tot aanzienlijke gevaren voor de gebruiker. Neem voor reparaties contact op met de klantenservice of een erkend verkooppunt.
- De ritssluiting van de yoga- en stretchmat mag niet worden geopend. Deze is alleen om producttechnische redenen aanwezig.

## Brandgevaar



### WAARSCHUWING

Door oneigenlijk gebruik of het negeren van de aanwijzingen in deze gebruiksaanwijzing ontstaat er onder bepaalde omstandigheden brandgevaar!

Gebruik het apparaat daarom

- nooit onder een afdekking, zoals een deken of kussen
- nooit in de buurt van benzine of andere licht ontvlambare stoffen

## Gebruik



### LET OP

Schakel het apparaat na elk gebruik en voor elke reiniging uit en trek de stekker uit het stopcontact.

- Bescherm het apparaat tegen hoge temperaturen.

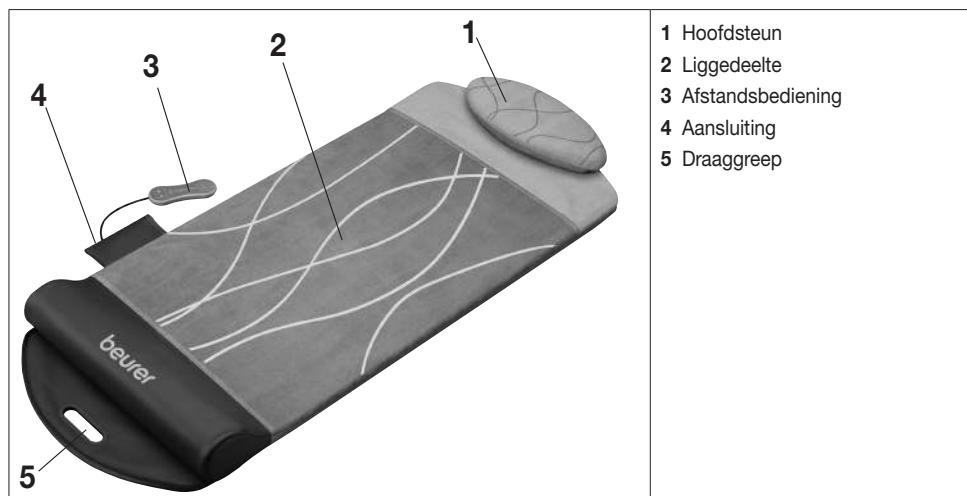
## 4. Voorgeschreven gebruik

Dit apparaat is bedoeld voor het stretchen van het menselijk lichaam.

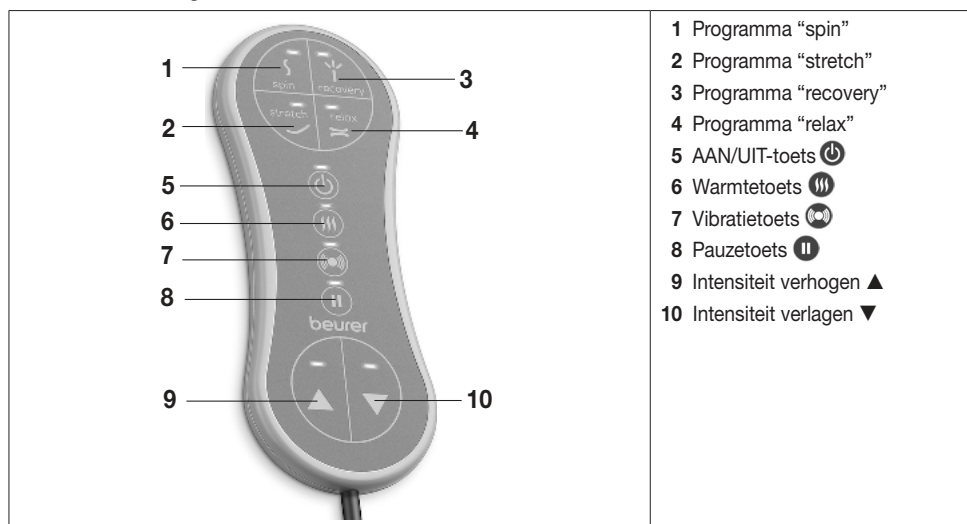
Het apparaat is alleen bedoeld voor **privégebruik** en niet voor medisch of commercieel gebruik. Gebruik van het apparaat is geen vervanging voor een medische behandeling. Gebruik het apparaat niet als een of meer van de volgende kenmerken op u van toepassing zijn. Raadpleeg uw arts wanneer u twijfelt of het apparaat voor u geschikt is. Het apparaat is alleen bedoeld voor het in deze gebruiksaanwijzing beschreven gebruik. De fabrikant is niet aansprakelijk voor schade die voortkomt uit oneigenlijk of onzorgvuldig gebruik.

## 5. Beschrijving van het apparaat

### Yoga- en stretchmat

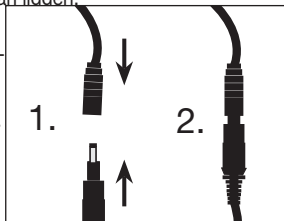


### Afstandsbediening



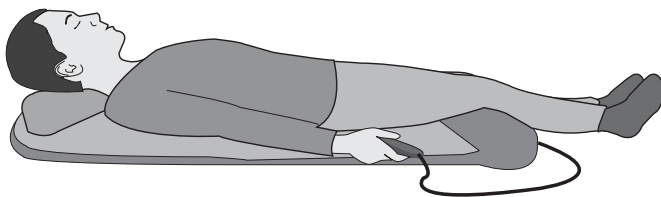
## 6. Ingebruikname


1. Verwijder de verpakking.
2. Open de klittenbandsluiting van de yoga- en stretchmat.
3. Leg de yoga- en stretchmat vlak uitgespreid op een vlakke vloer. Zorg ervoor dat er voldoende ruimte rondom de yoga- en stretchmat aanwezig is, zodat u comfortabel op de mat kunt gaan liggen.
4. Controleer het apparaat, de netvoeding en het netsnoer op beschadigingen.
5. Sluit de meegeleverde netvoeding op de aansluiting van de yoga- en stretchmat aan.
6. Steek de netvoeding in een geschikt stopcontact. Voorkom dat mensen over het netsnoer kunnen struikelen! De yoga- en stretchmat is nu klaar voor gebruik.









## 7. Gebruik

1. Trek uw schoenen uit. Doe al uw sieraden af. Draag comfortabele kleding.
2. Ga met uw rug op de yoga- en stretchmat liggen. Zorg ervoor dat uw hoofd comfortabel op de hoofdsteun ligt en dat uw zitvlak zo dicht mogelijk bij de onderste grijze verhoging ligt. Als de huidige ligpositie niet comfortabel is, ga dan anders liggen tot u comfortabel ligt.





3. Druk op de AAN/UIT-toets  op de afstandsbediening om de yoga- en stretchmat in te schakelen.
4. Selecteer het gewenste programma op de afstandsbediening. De yoga- en stretchmat heeft vier verschillende programma's waaruit u kunt kiezen. Alle vier de programma's duren 15 minuten. Na afloop van deze 15 minuten wordt de yoga- en stretchmat automatisch uitgeschakeld.

 spin	Dit programma is met name geschikt voor de heupen, de lendenen en de schouders. Door lichte draaibewegingen kunnen mogelijke spanningen bij de heupen, lendenen of schouders worden losgemaakt.
 recovery	Dit programma helpt u te ontspannen en zorgt ervoor dat u nieuwe energie kunt opdoen.
 stretch	Dit programma is zodanig samengesteld dat uw ruggengraat over de gehele lengte subtiel wordt gestretcht. Daardoor voelt u zich flexibeler en meer in balans, net als na een yogasessie.
 relax	Dit programma brengt uw volledige lichaam in een diep ontspannen houding en helpt u bij het afsluiten van stressvolle dagen.

5. Selecteer de gewenste intensiteit met de toetsen  en . Het apparaat heeft in totaal drie intensiteitsstanden. We adviseren u om met de laagste intensiteitsstand te beginnen. Het apparaat begint automatisch met de middelste intensiteitsstand. Controleer voorzichtig of de behandeling aangenaam is voor u. Het gebruik hoort te allen tijde aangenaam en ontspannend te zijn. Als u het gevoel hebt dat de behandeling pijnlijk of onaangenaam wordt, stop dan met de behandeling of wijzig uw ligpositie.
6. Om de behandeling nog aangenamer te maken, biedt de yoga- en stretchmat de mogelijkheid om bij de programma's ook nog een warmte- of vibratiefunctie in te schakelen. Druk op de warmtetoets  op de afstandsbediening om de warmtefunctie in te schakelen. Druk op de vibratietoets  op de afstandsbediening om de vibratiefunctie in te schakelen. Druk nogmaals op de betreffende toets om de warmte- of vibratiefunctie weer uit te schakelen.

## Aanwijzing

U kunt de behandeling op elk moment pauzeren met de pauzetoets . Druk nogmaals op de pauzetoets  om de behandeling weer te hervatten.

7. Druk op de AAN/UIT-toets  als u het ingestelde programma wilt beëindigen voordat de programmaduur van 15 minuten is afgelopen. Het apparaat is nu uitgeschakeld.
8. Trek de netvoeding na elk gebruik uit het stopcontact.

## 8. Tips voor optimale ontspanning

- Probeer u tijdens het stretchen volledig te ontspannen, zodat u zo mogelijk zonder inspanning van de behandeling kunt genieten.
- Adem langzaam en diep in en uit door uw neus en probeer een gelijkmatig ademhalingsritme te vinden.
- Bij programma's met draaiende bewegingen kunt u met uw hoofd en lichaam subtiel meegaan in deze beweging.
- Laat uw lichaam in het begin voorzichtig aan de stretchbewegingen wennen. Als u gewend bent geraakt aan de behandeling en u zich er goed bij voelt, kunt u de behandelingen zo vaak herhalen als u wilt.

## 9. Reiniging en onderhoud

### Reiniging





#### WAARSCHUWING

- Trek de netvoeding vóór het reinigen van het apparaat uit het stopcontact en koppel de netvoeding los van het apparaat.
- Reinig het apparaat alleen op de voorgeschreven manier. Er mogen geen vloeistoffen in het apparaat of de toebehoren binnendringen.
- Kleinere vlekken kunnen met een doek of een vochtige spons en eventueel een beetje vloeibaar wasmiddel voor fijne was worden verwijderd. Gebruik geen oplosmiddelhoudende reinigingsmiddelen.
- Gebruik het apparaat pas weer wanneer het helemaal droog is.

### Opbergen

Als u het apparaat langere tijd niet gebruikt, adviseren wij u het in de originele verpakking en op een droge plek op te bergen. Plaats geen andere spullen op het apparaat.

## 10. Wat te doen bij problemen

Probleem	Oorzaak	Oplossing
De 7 luchtkamers van het apparaat worden niet opgepompt.	De netvoeding van het apparaat is niet ingestoken.	Sluit de netvoeding van het apparaat aan en schakel het apparaat in met de AAN/UIT-toets  .
	Het apparaat wordt na een programmaduur van 15 minuten automatisch uitgeschakeld (automatische uitschakelfunctie).	Schakel het apparaat opnieuw in met de AAN/UIT-toets  .

## 11. Verwijdering

Met het oog op het milieu mag het apparaat aan het einde van zijn levensduur niet met het gewone huisvuil worden weggegooid. U kunt het apparaat inleveren bij gespecialiseerde inzamelpunten in uw land. Verwijder het apparaat conform de EU-richtlijn voor afgedankte elektrische en elektronische apparatuur – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de verantwoordelijke instanties voor afvalverwijdering in uw gemeente.



## 12. Technische gegevens

Gebruik op netstroom: Ingang Uitgang	100-240 V~, 50/60 Hz, 0,8 A 12,0 V === 3,0 A, 36,0 W
Gemiddelde efficiëntie bij gebruik:	≥ 87,85 %
Efficiëntie bij lage belasting (10 %):	≥ 83,45 %
Energieverbruik bij nullast:	≤ 0,08 W
Afmetingen	127 x 55 x 10 cm
Gewicht	ca. 5,5 kg

## 13. Garantie/service

Meer informatie over de garantie en de garantievoorzwaarden vindt u in het meegeleverde garantieblad.





