

# TAURUS®

## Bedienungsanleitung



Art.-Nr. TF-MASSAGER-2

TFMASSAGER.02.01

## Bedienungsanleitung

### ⚠ VORSICHT

Sollten Teile des Lieferumfangs fehlen oder beschädigt sein, darf das Gerät nicht verwendet werden.

### Aufladen

#### ▶ ACHTUNG

Laden Sie das Gerät vor der ersten Verwendung mit dem mitgelieferten 16,8 V-Adapter bis zu zwei Stunden auf.

Schließen Sie den DC-Anschluss des mitgelieferten Adapters an den dafür vorgesehenen Anschluss am Gerät an und den AC-Anschluss in eine Steckdose.

- + Der Akku kann jederzeit bei jedem Akkustand wieder aufgeladen werden.
- + Abhängig von den gewählten Einstellungen, beträgt die Akkulaufzeit 3–5 Stunden.

#### ▶ ACHTUNG

Es wird nicht empfohlen den Akku vollständig bis zur roten Anzeige zu entladen.

### Gerät ein-/ausschalten

1. Um das Gerät einzuschalten, halten Sie die An/Aus-Taste für ca. 3 Sekunden gerückt.

*Die Anzeigen leuchten auf.*

2. Um das Gerät zu starten, drücken Sie nach dem Einschalten kurz die An/Aus-Taste.
3. Wählen Sie durch drücken der jeweiligen Taste eine der 3 Stufen aus.
4. Um das Gerät zu stoppen, drücken Sie kurz die An/Aus-Taste.
5. Um das Gerät auszuschalten, halten Sie die An/Aus-Taste für ca. 3 Sekunden gedrückt.

### Stufen

Stufe	Schläge/Minute	Frequenz
1	1200	20Hz
2	2000	33,33Hz
3	2800	46,67Hz

### Aufsatz wechseln

1. Um einen Aufsatz einzusetzen, schalten Sie das Gerät aus und stecken Sie den Aufsatz durch Drücken vollständig hinein.
2. Um einen Aufsatz zu entfernen, schalten Sie das Gerät aus und ziehen Sie den Aufsatz heraus.

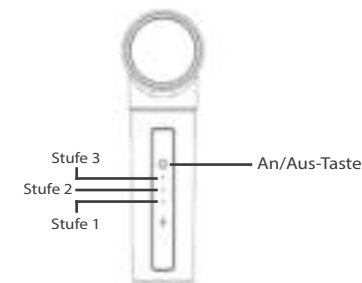
## Beschreibung

Der Massager ist ein tragbares, wiederaufladbares Massagegerät mit Vibration für die Anwendung auf tiefliegenden Muskelfasziën. Durch die verschiedenen Kopfaufsätze und die Einstellmöglichkeiten, kann das Gerät Schmerzen durch die Ansammlung von Milchsäure nach dem Training effektiv reduzieren.

## Technische Daten

Nennspannung:	DC 16,8 V
Nennfrequenz:	20–46,67Hz
Akkulaufzeit:	3–5h
Ladegerät:	16,8V/0,4 A
Aufsätze:	5 Stk.
Amplitude:	8 mm
Motorleistung:	20 W

## Geräteübersicht



- rot Akkuladung beträgt weniger als 10%.  
Laden Sie den Akku auf.
- grün Akkuladung beträgt mehr als 10%.

## Kopfaufsätze



### Ball-Form

Der Ball-Aufsatz wurde speziell für den allgemeinen Gebrauch und die Massage von Triggerpunkten entwickelt und ist besonders gut für die Behandlung von großen Muskelgruppen geeignet.

### Flache Form

Der Aufsatz mit der flachen Form kann für große Körperregionen eingesetzt werden und ist aufgrund seiner großen Oberfläche besonders für Anfänger gut geeignet. Mit dem flachen Aufsatz wird auf der behandelten Fläche ein gleichmäßiger Druck erzeugt.



### U-Form

Der Aufsatz mit der U-Form eignet sich besonders zur Behandlung von Körperregionen wo um Sehnen oder Knochen herum massiert werden soll. Die Nackenmuskulatur, die Muskulatur links und rechts der Wirbelsäule und um die Achillessehne herum sind mögliche Einsatzbereiche für den U-Aufsatz. Bitte beachten Sie, dass Sie nicht direkt auf den Knochen massieren sollten.

### Finger Form

Nutzen Sie den Finger-Aufsatz für die gezielte Massage von Triggerpunkten und Faszien. Überall dort, wo Sie sonst mit einem Finger massieren würden.



### Daumen Form

Die Daumen Form ist geeignet für die Akkupressurmassage, vor allem für die Muskelregionen an Handfläche und Fußsohle.

## Allgemeine Sicherheitshinweise

- + Das Gerät ist nur von Erwachsenen zu verwenden.
- + Kinder sollten nicht unbeaufsichtigt in die Nähe des Gerätes gelangen.
- + Das Gerät darf nur mittels des mitgelieferten Netzkabels direkt an eine geerdete Steckdose angeschlossen werden. Verlängerungskabel müssen den VDE-Richtlinien entsprechen. Wickeln Sie das Netzkabel immer vollständig ab.
- + Die Steckdose muss mit einer Sicherung mit einem Mindestsicherungswert „16 Ampere“ gesichert sein.
- + Verändern Sie weder etwas am Netzkabel, noch am Netzstecker.
- + Das Netzkabel ist von Wasser, Hitze, Öl und scharfen Kanten fernzuhalten.

## Pflege, Wartung und Lagerung

### ⚠ WARNUNG

Der Lagerort sollte so gewählt werden, dass ein Missbrauch durch Dritte oder Kinder ausgeschlossen werden kann.

1. Reinigen Sie das Gerät mit einem trockenem weichen Tuch.
2. Lagern Sie das Gerät in dem mitgelieferten Karton in einer trockenen Umgebung

## Garantiehinweise

Trainingsgeräte von Taurus® unterliegen einer strengen Qualitätskontrolle. Sollte ein bei uns gekauftes Fitnessgerät dennoch nicht einwandfrei funktionieren, bedauern wir dies sehr und bitten Sie, sich an unseren aufgeführten Kundendienst zu wenden. Gerne stehen wir Ihnen telefonisch über die Technik-Hotline zur Verfügung.

### Garantiezeiten

Ab Übergabe des Trainingsgerätes übernehmen wir die in unserem Webshop hinterlegten Garantiezeiten. Die für Ihr Trainingsgerät entsprechenden Garantiezeiten finden Sie auf jeweiligen Produktseite.

Die genauen Garantiebedingungen entnehmen Sie bitte der Webseite zu Ihrem Taurus®-Gerät.

## Kontakt

### DE

#### Technik

☎ +49 4621 4210-900

✉ [technik@sport-tiedje.de](mailto:technik@sport-tiedje.de)

#### Service

☎ 0800 20 20 277

(kostenlos)

✉ [info@sport-tiedje.de](mailto:info@sport-tiedje.de)

### UK

#### Technik

☎ +44 141 876 3986

✉ [support@powerhousefitness.co.uk](mailto:support@powerhousefitness.co.uk)

#### Service

☎ +44 141 876 3972

### FR

#### Technik & Service

☎ +33 (0) 172 770033

+49 4621 4210-933

✉ [service-france@fitshop.fr](mailto:service-france@fitshop.fr)

### DK

#### Technik & Service

☎ 80 90 16 50

+49 4621 4210-945

✉ [info@fitshop.dk](mailto:info@fitshop.dk)

### INT

#### Technik & Service

☎ +49 4621 4210-944

✉ [service-int@sport-tiedje.de](mailto:service-int@sport-tiedje.de)

### BE

#### Technik & Service

☎ 02 732 46 77

+49 4621 42 10-932

✉ [info@fitshop.be](mailto:info@fitshop.be)

### NL

#### Technik & Service

☎ +31 172 619961

✉ [info@fitshop.nl](mailto:info@fitshop.nl)

### AT

#### Technik & Service

☎ 0800 20 20 277

(kostenlos)

+49 4621 42 10-0

✉ [info@sport-tiedje.at](mailto:info@sport-tiedje.at)

### CH

#### Technik & Service

☎ 0800 202 027

+49 4621 42 10-0

✉ [info@sport-tiedje.ch](mailto:info@sport-tiedje.ch)

### PL

#### Technik & Service

☎ 22 307 43 21

+49 4621 42 10-948

✉ [info@fitshop.pl](mailto:info@fitshop.pl)