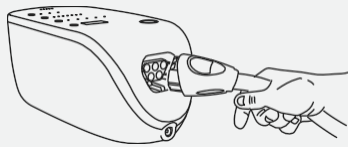
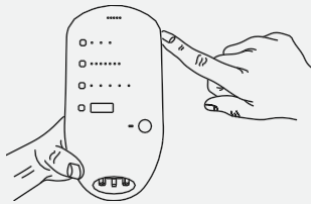


# Normatec 3 Schnellstartanleitung



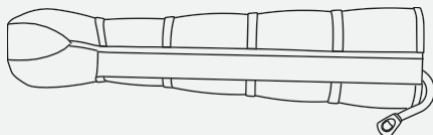
## 1. Befestigen Sie den Schlauch

Schließen Sie den Schlauch an den Luftauslass des Steuergeräts an.  
Der Stecker kann nur in der richtigen Ausrichtung eingesteckt



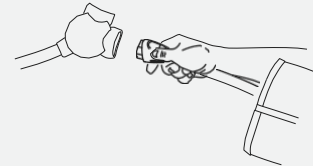
## 2. Einschalten

Schalten Sie das Steuergerät ein, indem Sie den Netzschalter an der Seite des Steuergeräts drücken. Der Bildschirm schaltet sich ein.



## 3. Setzen Sie die Anhänge auf

Die Aufsätze können über jeder bequemen Kleidung getragen werden. Vergewissern Sie sich, dass Ihre Taschen leer sind und keine Stoffbündel vorhanden sind, die während der Sitzung unbequem sein könnten. Legen Sie den Bein-, Arm- oder Hüftaufsatz an, der vollständig entlüftet sein sollte. Suchen Sie sich eine bequeme Position im Sitzen, Liegen oder Anlehnen. Wenn die Aufsätze mit einem Reißverschluss versehen sind, müssen Sie die Reißverschlüsse vollständig schließen. Versuchen Sie niemals, das System zu benutzen, wenn der Reißverschluss teilweise oder ganz geöffnet ist. Wenn Sie mehr als einen Aufsatz verwenden, achten Sie darauf, dass es sich um denselben Typ handelt.



## 4. Verbinden Sie die Anbauteile

Verbinden Sie Ihre Aufsätze mit dem Schlauch, indem Sie die Stecker fest einstecken, bis Sie ein hörbares "Klicken" hören. Wenn Sie nur einen Aufsatz verwenden, lesen Sie bitte in der Bedienungsanleitung nach, wie Sie



## 5. Passen Sie Ihre Sitzung an

Stellen Sie die Intensität und die Trainingszeit ein, und drücken Sie dann die Starttaste, um Ihr Training zu beginnen. Während Ihres Trainings können Sie die Intensität einer einzelnen Zone mit der ZoneBoost™-Funktion erhöhen. ZoneBoost™ ist dafür gedacht, wenn Sie einem bestimmten Bereich zusätzliche Aufmerksamkeit schenken möchten. ZoneBoost™ verlängert die Massagezeit um 60 Sekunden und erhöht den Druck in der ausgewählten Zone um 10 mmHg. Weitere Informationen zum Anpassen Ihrer Einstellungen finden Sie in der Bedienungsanleitung.



herunter

# Wie verwendet man Normatec?

Lassen Sie den Muskelkater hinter sich und verbessern Sie Ihre Wellness-Routine mit Normatec. Wärmen Sie sich schnell auf, erholen Sie sich schneller und fühlen Sie sich mit der erholsamen Massage von Normatec rundum erneuert.



## Aufwärmen vor dem Training

Fühlen Sie sich leicht wie Luft und gehen Sie mit voller Kraft in Ihr nächstes Training. Normatec ist ein bei Sportlern beliebtes Aufwärmprogramm vor dem Training.



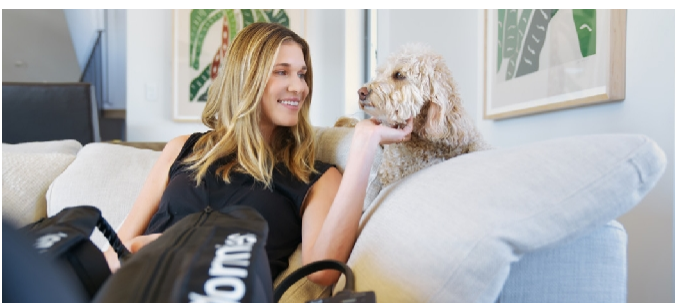
## Erholung nach dem Training

Lassen Sie sich durch Muskelkater nicht ausbremsen. Normatec ist patentiert und lindert nachweislich Schmerzen und Beschwerden nach dem Training, damit Sie mehr leisten können.



## Nach einem langen Tag

Entspannen Sie sich und erholen Sie sich vom Stress des Tages. Normatec ist eine erholsame Massageerfahrung, die Sie für alles, was kommt, fit macht.



## Wenn Sie TLC brauchen

Normatec hilft Menschen in allen Lebensbereichen, sich besser zu fühlen und mehr zu leisten. Neben einer Vielzahl von

gesundheitlichen Vorteilen, die durch wissenschaftliche Untersuchungen belegt sind, fühlt sich diese einzigartige Massage wirklich erstaunlich an.