



faceliftgym

Training statt lifting!

Das Konzept für ein **spürbar** besseres Aussehen.

Gebrauchsanweisung

Übungsanleitung



Sehr geehrte Damen und Herren, sehr verehrte Kunden.

Vielen Dank für das Vertrauen in Facelift Gym.

Mit dem Kauf dieses Produkts haben Sie ein äußerst effektives Mittel im Kampf gegen Tränensäcke und Augenringe erworben.

Für eine erfolgreiche Behandlung setzen Sie Facelift Gym bitte so ein, wie wir es auf den nachfolgenden Seiten beschreiben.

Bevor Sie Facelift Gym das erste Mal anwenden, lesen Sie bitte aufmerksam die Gebrauchsanweisung und Hinweise durch.

Ihr Facelift Gym-Team



Salesmasters GmbH
Im Pflingsterfeld 10
D-40789 Monheim
Telefon 07000 3223496 (14ct./Minute)

Wichtige Hinweise

Achtung: Vor Gebrauch, die unteren Hinweise sorgfältig durchlesen!

1. Benutzen Sie dieses Gerät nur für den Zweck, für den es entwickelt wurde, und auf die in der Gebrauchsanweisung angegebene Art und Weise. Jeder unsachgemäße Gebrauch kann Gefährlich sein.
2. Verwenden Sie das Produkt nicht, wenn Sie sich bei dem Gebrauch unbehaglich fühlen.
3. Verwenden Sie das Produkt nicht auf dem Kopf (Schädeldecke), auf dem Mund, in der Nähe des Herzens oder auf verletzten Bereichen.
4. Schalten Sie das Gerät aus, wenn Sie die Position des Gerätes im Gesicht ändern wollen.
5. Benutzen Sie das Gerät nicht beim Autofahren!
6. Halten Sie das Gerät von Kindern fern, um eventuellen Gefahren vorzubeugen.
7. Halten Sie das Gerät von Wärmequellen fern.
8. Verwenden Sie das Gerät nicht in der Nähe von Kurzwellen- oder Mikrowellengeräten (z.B.: Handys), da diese die Wirkung beeinflussen können.
9. Das Gerät niemals in Wasser oder andere Flüssigkeit tauchen.
10. Die haftende Rückseite der Pads nicht mit verschmutzten, feuchten oder insbesondere fettigen Händen berühren.

Vorsicht – Zu Ihrer Sicherheit!

Das Gerät ist nur für die Anwendung bei gesunden Erwachsenen gedacht. In nachfolgenden Fällen, sollten Sie das Gerät auf keinen Fall verwenden

- Implantierte elektrische Geräte (z.B.: Herzschrittmacher)
- Herzrhythmusstörungen
- Akute Krankheit
- Epilepsie

- Bei Krebserkrankung
- Im Bereich von Hautverletzungen und Schnitten
- Nach Operationen, bei dem verstärkte Muskelkontraktionen den Heilungsprozess stören können.
- Hohem Fieber
- Psychosen
- Bei angeschwollenen oder entzündeten Bereichen

Gerätebeschreibung

Der Face Gym ist ein kompaktes und drahtloses Trainingsgerät, der mit niederfrequenter Technologie ausgestattet ist. Es wurde entwickelt, um die Haut vor dem Altern zu schützen und um Augenringen/Tränensäcke zu beseitigen. Der Face Gym erzeugt eine Art Welle, genannt niedrig Frequenzpuls, die tiefe in die Haut reichen und dabei helfen, Muskel zu trainieren und die Haut zu festigen.

Nach längerem Gebrauch wird die Haut im Gesicht wieder viel jünger aussehen.

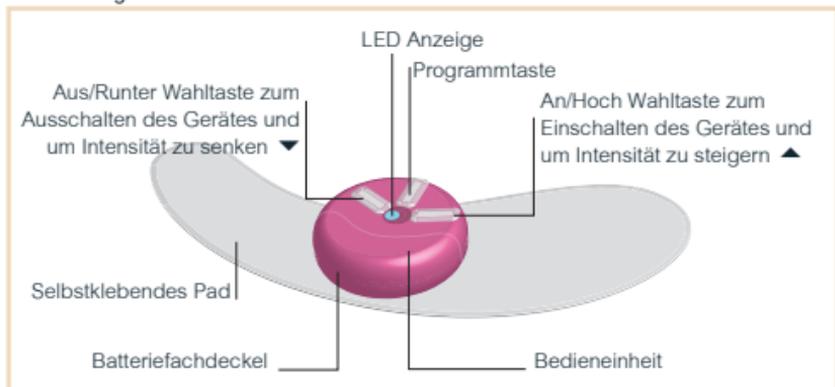
Das Training mit dem Face Gym hat folgende Effekte:

1. Hilft gegen Tränensäcke und dunklen Augenringen
2. Verhindert Falten und Flecken im Gesicht
3. Verbessert den Blutkreislauf im Gesicht
4. Glättet und festigt die Haut
5. Die Elastizität und der Glanz des Gesichtes werden zurück gewonnen

Produkt Spezifikationen

| | |
|---------------|--|
| Name | Facelift Gym |
| Modell Nummer | YK-801 |
| Stromspannung | DC3V (Lithium Batterie CR2032) |
| Modus | 3 Programme (Klopfen, Kneten, Pressen) |
| Intensität | 5 Stufen/Level |
| Größe | 30 * 18 mm |
| Gewicht | Gesamt 14 g |

Bennennung der Teile



Inhalt



Inbetriebnahme des Gerätes

Vor dem Gebrauch des Gerätes, sollte Ihr Gesicht unbedingt sauber und **fettfrei** sein!

1. Batteriedeckel öffnen (Deckel nach links ziehen), Batterie hineinstecken und den Deckel wieder schließen (Deckel zudrücken).



2. Bedieneinheit mit den selbstklebenden Pads verbinden
3. Schutzhülle des Pads entfernen
4. Das Gerät auf die vorgesehene Stelle im Gesicht setzen
5. An/Hoch ▲ drücken um das Gerät einzuschalten (Es leuchtet die rote LED Anzeige und das Programm „Klopfen“ mit Intensitätslevel 1 ist ausgewählt)
6. An/Hoch ▲ erneut drücken, nun startet das Programm „Klopfen“ mit Intensitätslevel 1 (Jedes erneute drücken auf den Knopf ▲ erhöht die Intensität auf das nächste Level bis zum letzten Level, der Intensität 5)
7. Aus/Runter ▼ drücken um die Intensität zu senken und schließlich auch um das Gerät auszuschalten. (Wenn das LED Anzeige nicht mehr flimmert, sondern dauerhaft leuchtet, noch mal den Knopf drücken und das Gerät ist ausgeschaltet)
8. Wenn das Gerät in einem bestimmten Programm (z.B.: Klopfen) ausgeschaltet wird, ist dieses Programm bis zum nächsten Einschalten gespeichert.

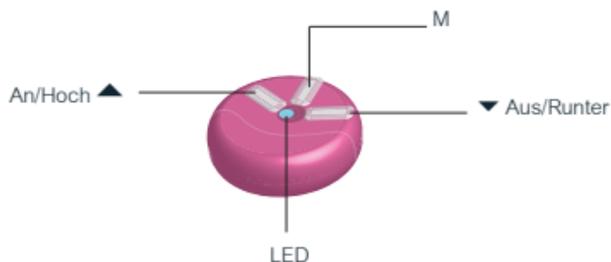
! Nehmen Sie die Batterie aus dem Gerät, wenn Sie es für längere Zeit nicht gebrauchen.

Trainingsprogramm wählen

Der Face Gym hat 3 einstellbare Trainingsstufen: Klopfen / Kneten / Pressen.

Bei einmaligen drücken der Programmtaste **M**, wird zum nächsten Trainingsprogramm gewechselt.

- Wenn der „Klopfmodus“ ausgewählt ist, leuchtet die rote LED Anzeige auf und Sie werden ein leichtes Streicheln spüren.
- Wenn der „Knetmodus“ ausgewählt ist, leuchtet die blaue LED Anzeige auf und Sie werden ein starkes Reiben und Ziehen spüren.
- Wenn der „Pressmodus“ ausgewählt ist, leuchten die rote und die blaue LED Anzeige auf und Sie werden eine starke kontinuierliche Vibration spüren.



Ein Programmwechsel wird nicht die Intensität verändern.

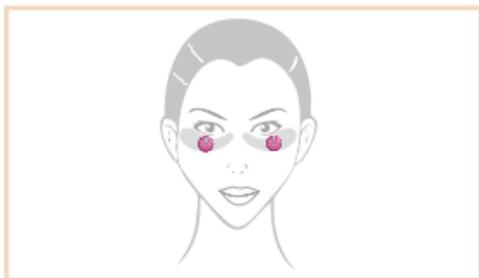
! Das Gerät schaltet sich nach 10 Minuten automatisch aus. Wenn Sie das Gerät weiter benutzen möchten schalten Sie es bitte wieder an!

Die Position der Pads

Die Hauptposition des Face Gym wird in den unteren Grafiken veranschaulicht.

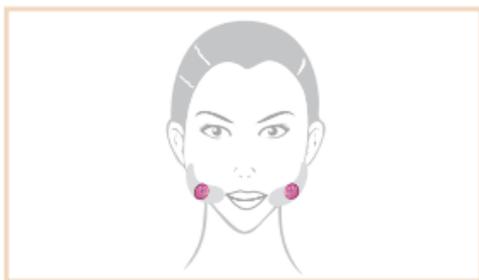
Position A:

Die selbstklebenden Pads auf die Tränensäcke bzw. unteren Augenring aufbringen. Wählen Sie ihre persönliche Intensität für das Trainingsprogramm auf beiden Seiten, man soll die Intensität spüren, es darf aber nicht unangenehm werden.



Position B:

Die selbstklebenden Pads vom Mundwinkel bis zur Schläfe aufbringen. Wählen Sie ihre persönliche Intensität für das Trainingsprogramm auf beiden Seiten, man soll die Intensität spüren, es darf aber nicht unangenehm werden.



Nach dem Gebrauch der Pads/Training, bitte die Schutzhülle wieder auf die Rückseite der selbstklebenden Pads legen!

Eckdaten

Das Gerät hat 3 vorprogrammierte Trainingsprogramme: Programm A (klopfen), Programm B (Kneten), Programm C (Pressen).

Beim Programm A leuchtet die rote, beim Programm B leuchtet die blaue und beim Programm C die blaue und rote LED Anzeige zusammen.

Die verschiedenen Programme haben auch verschiedene Ausgangsleistungen. Bitte beachten Sie dazu die folgenden Angaben.

Die folgenden Daten wurden unter Testbedingungen ermittelt.

1. Stromverbrauch

Programm A: 3.5 - 4.7 mA

Programm B: 3.5 – 4.7 mA

Programm C: 3.5 – 4.8 mA

2. Stromabgabe

Programm A: 1 - 2 μ A

Programm B: 18 – 40 μ A

Programm C: 1 – 21 μ A

3. Ausgangsspannung

Programm A: 18 – 22 V

Programm B: 20 – 22 V

Programm C: 20 – 35 V

4. Ausgangsfrequenz

Programm A: 0.3 – 33 Hz

Programm B: 90 Hz

Programm C: 28 Hz

5. Ausgangsfrequenz für die LED Anzeige

Das Gerät hat 5 Intensitätsstufen. Im selben Intensitätslevel haben die 3 Programme die selbe Ausgangsfrequenz für die LED Anzeige.

Level 1: 0.488 Hz

Level 2: 0.606 Hz

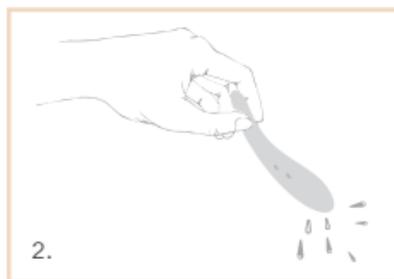
Level 3: 0.800 Hz

Level 4: 1.176 Hz

Level 5: 2.220 Hz

Pflegehinweis

1. Reinigen Sie das Gerät mit einem weichen und etwas feuchten Tuch, wenn es schmutzig ist.
2. Reinigen Sie die selbstklebenden Pads mit ein paar Wassertropfen und wischen Sie anschließend ein paar Sekunden mit den (fettfreien) Fingern darüber. Danach die Pads durch leichtes schütteln trocknen oder durch Lufttrocknung.



Lagerung

1. Bei der Lufttrocknung, bitte die Schutzhülle wieder auf die Rückseite der selbstklebenden Pads legen!
2. Lagern Sie das Gerät sowie die Pads im mitgelieferten Beutel.



1. Die Lebensdauer der Pads hängt davon ab, wie oft sie benutzt und wie sorgfältig sie gepflegt werden .
2. Wenn die selbstklebenden Pads ihre Haftung bzw. das Haftvermögen und ihre Leitfähigkeit verlieren, tauschen Sie diese durch neue aus.



Ich konnte das Fortschreiten meiner Augenringe stoppen und reduzieren. Für mich gehört die Anwendung zum normalen Tagesprogramm



Ich möchte nicht kaschieren, sondern aktiv etwas zur Reduzierung meiner Augenringe unternehmen. Und das fällt mir mit Facelift-gym wirklich leicht.



Vorher

Nach 2 Wochen

Nach 4 Wochen



Übungsanleitung

Übungen für eine schöne Augenpartie und ein schönes Gesicht:
Training der Augenmuskeln und der benachbarten Muskeln

30 Sekunden Belastung pro Übung in Verbindung mit dem Facelift Gym. Nach jeder Übung gibt es eine kurze Entspannungsphase.

1. Übung

Legen Sie die Zeige- oder Mittelfinger an die Außenseite der Augenhöhle. Nun schließen sie die Augen und sie werden spüren, wie die Finger in Richtung Nase bewegt werden. Noch besser spüren Sie den Muskel, wenn Sie die Lider zusammenkneifen! Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

2. Übung

Reißen Sie die Augen weit auf, sodass das der Oberlidhebemuskel sich kräftig zusammenzieht. Zur Unterstützung fixiert der Zeigefinger die Muskelspannung über der Augenbraue. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

3. Übung

Formen Sie mit Daumen und Zeigefinger eine „Brille“ um die Augen. Dabei die Haut um das Auge leicht nach oben und unten ziehen. Gegen den Widerstand nun blinzeln. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

4. Übung

Die Zeigefinger locker untere die Augen legen. Nun gegen den Widerstand der Finger die Unterlider nach oben ziehen. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

5. Übung

Legen Sie vier Finger beidseitig auf die Jochbeine und ziehen Sie gegen den Widerstand des Augenringmuskels die unteren Augenlider nach oben. Alle anderen Gesichtsmuskeln bleiben entspannt. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

6. Übung -

Schläfe kräftigen

Mit den Daumen die Augenbrauen nach oben schieben. Nun die Augenlider gegen den Widerstand schließen und leicht zusammenpressen („blinzeln“). Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

7. Übung -

Übung für eine schöne Stirn

Die Hände auf den Kopf oberhalb des Harransatzes legen. Schieben Sie die Kopfhaut nach hinten und ziehen Sie gegen diesen Widerstand die Augenbrauen nach unten. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

8. Übung

Legen Sie Ihre Hände auf die Wangen auf (nur Zeigefinger bis kleiner Finger) und formen Ihren Mund zu einem übertriebenen Kussmund. Diesen „Kussmund“ gegen den Widerstand der zurückziehenden Hände halten. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

9. Übung

Legen Sie bei leicht geöffnetem Mund die Zeigefinger von innen an den Mundwinkel, die Sie kräftig gegen den Widerstand der Finger nach innen ziehen → Wangenmuskulatur. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

10. Übung

Lächeln Sie und ziehen Sie dabei die Mundwinkel, mit Unterstützung der Zeigefinger noch höher. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

11. Übung

Lächeln Sie und ziehen Sie dabei die Mundwinkel, mit Unterstützung der Zeigefinger, nun aber gegen den Widerstand nach unten. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

12. Übung

Pressen Sie Ihre Lippen so fest wie möglich zusammen. Die Mittel- oder Zeigefinger können Sie dabei an die Mundwinkel legen. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

13. Übung

Legen Sie die Zeigefinger an die Mundwinkel, pressen dann die Lippen fest aufeinander und ziehen nun die Mundwinkel weit auseinander. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

14. Übung

Den Mund zu einem Kussmund schließen und zusammenpressen. Dazu auch noch die Nasenflügel anspannen und zusammenpressen. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).

15. Übung

Beißen Sie sich auf die Zähne, öffnen sie leicht den Mund und ertasten Sie mit dem Daumen die Kaumuskelatur und mit den übrigen Fingern die Schläfenmuskulatur. Diese Spannung halten. Nach der Übung die Augen schließen und die Entspannung spüren (ca. 6-10s).



CE