

# Kontrolpanel SC-MB-002

Ør rik rigelig med rent  
and efter massagen

assage position display

usik afspiller display

Overkrop auto program display

øjde display

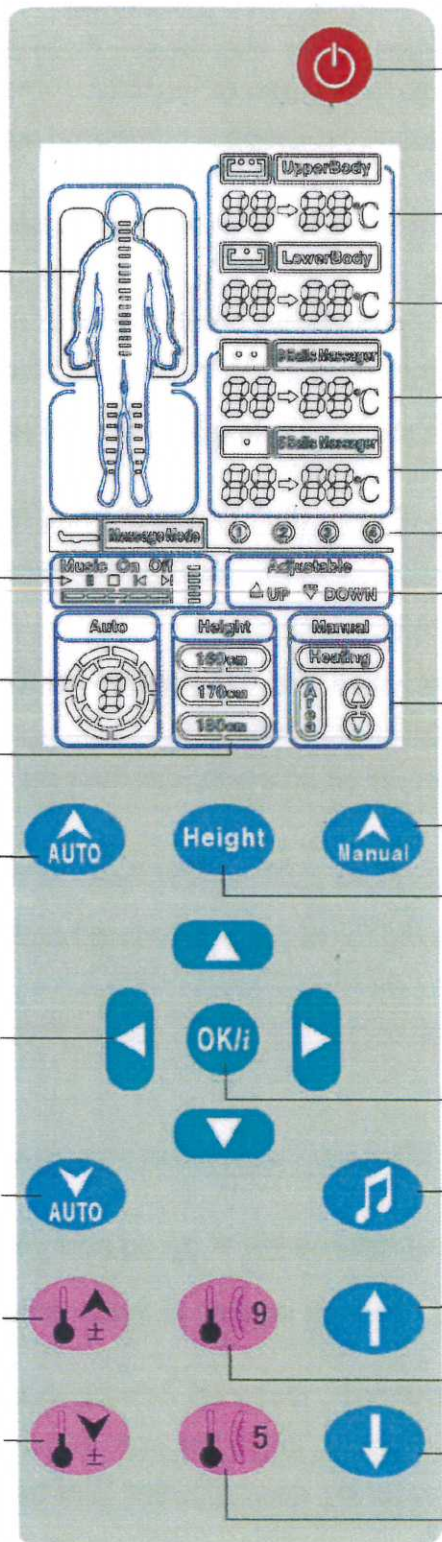
Overkrop  
massage programmer

avigation pile taster

Underkrop auto  
massage programmer

Over krop temperatur.  
Juster med pile tast op og OK.

Under krop temperatur.  
Juster med pile taster ned og OK.



Start/Stop

Over krop temperatur display

Under krop temperatur display

9 kugler projektor temp. display

5 kugler projektor temp. display

Under krop program display

Over krop løft display

Over krop op/ned retning display

Manuel massage

Højde valg 160/170/180 cm

Vælg - OK - knap

Musik afspiller start  
Brug pile taster til < og > og OK

Overkrop løft  
Løft først når du ligger på seng

9 kugler projektor temp. Op just.  
Juster med pile tast op og OK.

Overkrop sænk  
Sænkes **ALTID** inden du rejser dig

5 kugler projektor temp. Ned just.  
Juster med pile taster ned og OK

**SundCentret**  
Leverandør af sundhed og velvære

Strandvangsvej 6  
3060 Espergærde  
Tlf. 7070 1201

info@sundcentret.dk

www.sundcentret.dk

**VIGTIGT:**  
Læg lige - midt på sengen  
og placer sandposen  
over skinnebenene

**HUSK!**

Hvil et par minutter  
inden du rejser dig.

Kør altid ryglænet ned  
inden du rejser dig.

Der tages forbehold for trykfejl og tekniske ændringer  
© Copyright SundCentret 2010

# Betjening SC-MB-002

## Auto-programmer

1. De første gange du bruger massagesengen, kan du evt. have en ekstra lang pude eller tæppe mellem din ryg og ryglænet, hvis du føler at massagen er for hård - også selvom ryggen er løftet helt.  
Når du er vant med massagen, kan puden/tæppet udelades, og massagen bliver derved dybere og mere effektiv.  
Jo længere op ryglænet løftes, jo mindre vil massagetrykket på ryggen blive.
2. Tag skoene, bælte m.m. af og læg dig midt på sengen, så "Fingrene" er midt på ryggen, symmetrisk for rygsøjlen. Lad hovedet hvile mod ryglænet og slap godt af under hele massagen.  
Læg sandpuden over skinnebenene for at holde benene på plads på rullerne under hele massagen.
3. Tænd for massagesengen på den store røde knap på toppen af kontrollen og massagen starter et fuldt automatisk program på ca. 40 minutter.  
Tænd gerne sengen inden du gør dig klar til at lægge dig ned for at den kan "forvarme".  
Løft evt. ryglænet hvis du føler at trykket er for hårdt. - men først når du ligger på sengen.
4. Start evt. musikken og tag hovedtelefonerne på.  
Juster masselængden til din højde - og juster evt. varmen for over og underkrop.  
Flyt på kroppen til det føles behageligt og afslappet.  
Læg de 2 håndholdte varmeapparater på kroppen, der hvor du har behov - f.eks. bryst og mave og juster evt. varmen.
5. Slap af og træk vejret normalt - og gerne dybt - under hele massagen. Find rytmen.
6. Læg gerne et godt uldtæppe over dig for at gøre det mere komfortabelt og holde på de 2 infrarøde varmeapparater.
7. **Når massagen er færdig skal ryggen lægges ned inden du rejser dig.**

## Manuelt styret massage

1. Tryk på "Manual" knappen.  
Juster med op og ned knapperne til rullerne kører op og ned på det ønskede område og tryk OK.
2. Gentag tryk på "Manual" og juster - hvis du ønsker at flytte massen til andet område.

**Max. 2 x om dagen - eller efter behov! Det skal føles behageligt!**

**Til ældre og personer med ryglidelser eller rygoperationer:**

Lad sengen varme op i ca. 10 minutter og læg rygpuder eller tæpper på sengen og hvil blot på sengen og få varmen der hvor den ønskes.

Spørg evt. din læge, hvis du er i tvivl om brug af stolen.

**Til gravide:**

**Undlad massage på korsbenet, hvis der er speciel risiko for utidig fødsel.**

**Maximal personvægt 115 kg.**

**God fornøjelse!**

**HUSK! Det er bedre at forebygge - end at helbrede!**