



MASSAGEBALL-SET MASSAGEBALL SET ENSEMBLE DE BALLES DE MASSAGE

DE AT CH
MASSAGEBALL-SET
ÜBUNGSANLEITUNG

GB IE
MASSAGE BALL SET
EXERCISE INSTRUCTIONS

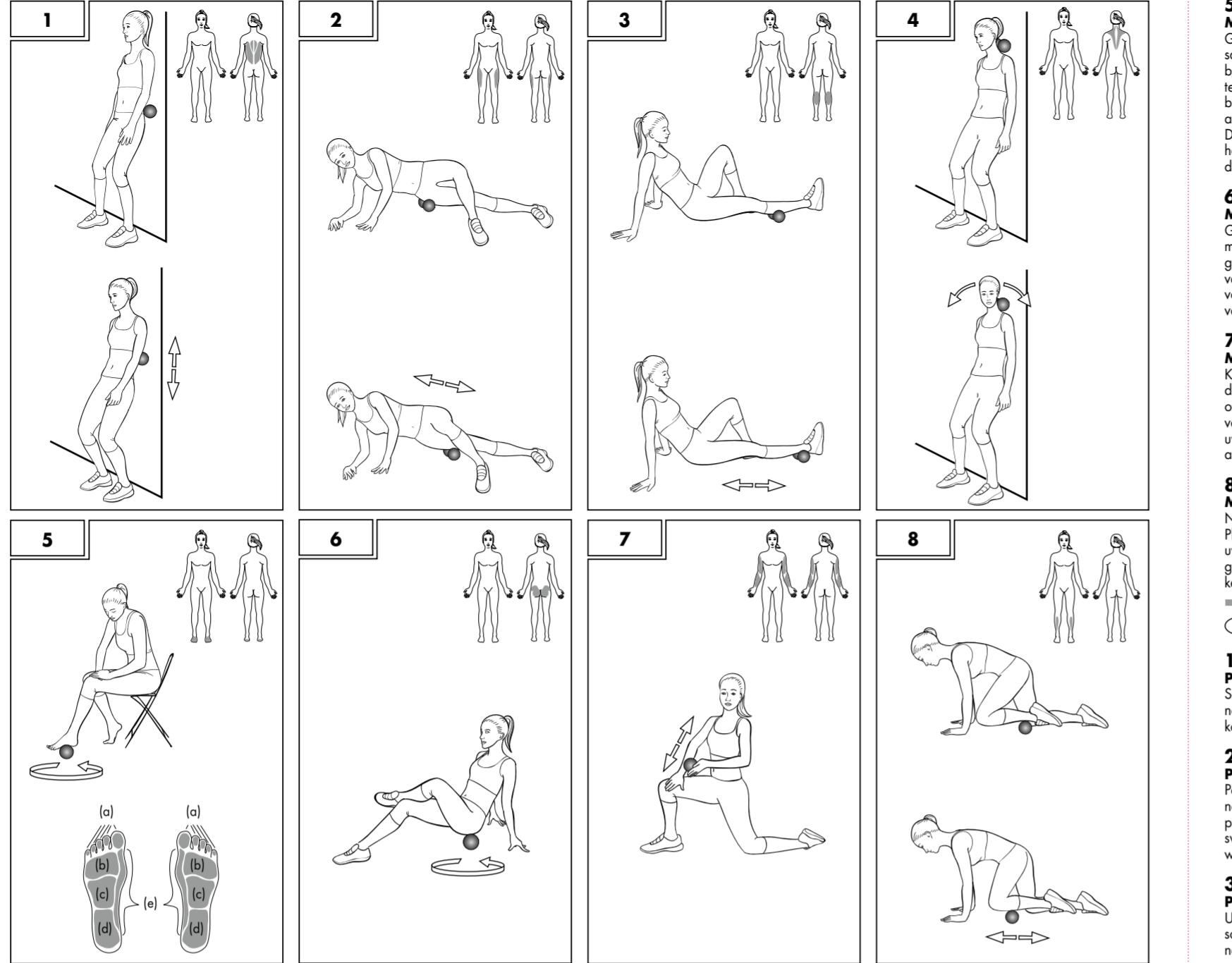
FR BE
ENSEMBLE DE BALLES DE MASSAGE
NOTICE D'EXERCICES

NL BE
MASSAGEBALLEN-SET
OEFENINSTRUCTIES

PL
ZESTAW PIŁEK DO MASAŻU
INSTRUKCJE DO ĆWICZEŃ

CZ
SADA MASÁŽNÍCH MÍČKŮ
CVIČENÍ NÁVOD

SK
SUPRAVA MASÁŽNÝCH LOPTIČIEK
CVIČENIE NÁVOD



MONZ HANDELSGESELLSCHAFT
INTERNATIONAL MBH & CO. KG

Schöndörfer Str. 60-62
DE-54292 Trier
GERMANY

Serviceadresse:
MONZ SERVICE-CENTER
Hotline: 00800 / 68546854

Stand der Informationen · Last update · Version des informations · Stand van de informatie · Stan informaci · Stav informaci · Stav informaci:
07/2019 · Ident-Nr.: PO30000498-60039/60042

8 IAN 327375_1904



DE AT CH

1 RÜCKEN

Twinball

Stellen Sie sich aufrecht vor eine Wand. Platzieren Sie den Twinball zwischen Wand und Rücken oberhalb der Hüfte. Bewegen Sie sich nun auf und ab, indem Sie mit geradem Rücken die Knie beugen und wieder strecken.

2 OBERSCHENKEL AUSSENSEITE

Twinball

Legen Sie sich seitlich mit dem Oberschenkel auf den Twinball. Stellen Sie das Bein auf dem Twinball aus. Das andere Bein stellen Sie vor dem Körper ab, um sich abzustützen. Stabilisieren Sie Ihre Hüften zusätzlich mit den Händen. Massieren Sie langsam den Bereich von der Hüfte bis zum Kniegelenk. Wechseln Sie anschließend auf die andere Körperseite.

3 WAHEN

Twinball

Setzen Sie sich aufrecht auf den Boden und legen Sie das zu massierende Bein ausgestreckt auf den Twinball. Platzieren Sie den Twinball unter Ihrer Wade. Die Arme stützen den Körper nach hinten ab, das andere Bein stellen Sie angewinkelt auf den Boden. Heben Sie das Gesäß und rollen Sie langsam und kontrolliert von der Kniekehle bis zum Fußgelenk hin und wieder zurück. Halten Sie den Körper dabei stabil, das Bein bleibt angespannt. Um eine vollflächige Massage der Wade zu garantieren, rotieren Sie den Bein langsam nach links und rechts. Wechseln Sie anschließend auf die andere Körperseite.

4 NACKEN

Twinball

Stellen Sie sich aufrecht vor einer Wand. Platzieren Sie den Twinball zwischen Ihrem Nacken und der Wand. Drehen Sie Ihren Kopf langsam von links nach rechts und mobilisieren Sie Ihre Halswirbelsäule.

5 FUSSSOHLE

Massageball

Setzen Sie sich und platzieren Sie den zu massierenden Fuß mit dem Fußgewicht auf den Twinball. Massieren Sie die Fußsohle, indem Sie durch kreisende Bewegungen den Fuß auf dem Massageball hin und her bewegen. Durch Gewichtsverlagerung können Sie unterschiedlich Druck auf die verschiedenen Bereiche (Ballen, Ferse, Außensohle) ausüben. Wechseln Sie anschließend den Fuß.

6 GEASS

Massageball

Setzen Sie sich auf den Boden und stützen Sie sich mit den Händen ab. Platzieren Sie den Massageball unter Ihrem Gesäß. Verlagern Sie Ihr Gewicht auf den Massageball. Wohlweise können Sie das Bein der Leiste nicht zu massierenden Körperteile anwinkeln. Massieren Sie nun Ihre Gesäßmuskulatur, indem Sie sich mit kreisenden Bewegungen auf dem Ball rollen und her bewegen. Wechseln Sie anschließend die Seite.

7 UNTERARM

Massageball

Kneien Sie sich und stützen Sie zunächst den zu massierenden Arm gegen die Innenseite Ihres Oberschenkels. Rollen Sie den Massageball mit etwas Druck mit der Handfläche über Ihren Unterarm von der Handwurzel bis zum Ellbogen. Um eine vollflächige

chige Massage des Unterarms zu garantieren, rotieren Sie den Arm langsam nach links und rechts. Wechseln Sie anschließend den Arm.

8 SCHIENBEIN

Massageball

Gehen Sie in den Vierfüßlerstand. Positionieren Sie den Massageball unterhalb des Knie. Stützen Sie sich mit der Fußspitze ab und Heben Sie das Bein leicht vom Boden. Die Arme sind leicht gebeugt. Rollen Sie mit dem Massageball von unterhalb des Knie bis zum Sprunggelenk hin und zurück. Wechseln Sie anschließend das Bein.

GB IE

1 BACK

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Position the twinball at a point above your hip between wall and back. Keep your back upright and move up and down by bending and then straightening your knees.

2 EXTERNAL THIGHS

Twinball

Lay down on your side with a high on top of the twinball. Stretch out the leg on the twinball and position the other leg in front of your body to support you. Use your hands to make sure you do not tip over. Use the twinball to slowly massage the area between hip and knee. Now change sides and massage the other thigh using the same procedure.

FR BE

1 DOS

Twinball

Mettetzvous debout devant un mur. Placez le twinball entre le mur et votre dos (au-dessus de la hanche). Montez et descendez en pliant et en étendant les genoux, tout en ayant le dos droit. Changez ensuite de jambe.

NL BE

1 RUG

Twinball

Mettez-vous à quatre pattes. Positionnez la balle de massage sous votre genou. Reposez sur la pointe du pied et levez légèrement la jambe. Les bras doivent être légèrement pliés. Roulez avec un mouvement de va-et-vient avec la paume de la main sur votre avant-bras et en allant du poignet au coude. Pour masser tout votre avant-bras, tournez le bras lentement vers la gauche et la droite. Changez ensuite de bras.

8 SHINS

Massageball

Positionez-vous sur vos mains et genoux sur le sol. Placez le massage ball beneath a knee. Supporting your leg on the tips of your toes, lift it up carefully. Keep your arms slightly bent. Roll the massage ball below your knee to the ankle and back. Now repeat with the other leg.

2 PARTIE EXTÉRIEURE DE LA CUISE

Twinball

Mettez-vous sur le côté en mettant la cuisse sur le twinball. Étendez votre jambe sur le twinball et posez l'autre jambe à l'avant de votre corps pour vous appuyer. Stabilisez ensuite votre assise avec les mains. Massez lentement la zone allant de la hanche à l'articulation du genou. Passez ensuite à l'autre côté.

3 CALVES

Twinball

Mettez-vous sur le sol et étirez la jambe à masser sur le twinball. Assurez-vous que le twinball est positionné sous votre cuisse. Les bras servent à appuyer le corps vers l'arrière. Pliez et posez l'autre jambe au sol. Soulevez votre fessier et roulez lentement et avec prudence du pli à l'articulation du genou, et ainsi de suite. Gardez une assise stable : la jambe doit aussi rester tendue. Pour que le mollet soit entièrement massé, tournez lentement la jambe vers la gauche et la droite. Passez ensuite à l'autre mollet.

4 NECK

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Position the twinball between your neck and the wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

5 SOLES OF THE FEET

Massage ball

Sit on a chair and position the foot to be massaged on the centre of the massage ball. Massage the sole of the foot by making circular movement of the foot on the massage ball. By means of adjusting the weight exerted, you can apply varying pressure to the different areas (ball, heel, external section). Now repeat with the other foot.

Through targeted massage of the various reflex zones of the foot (a), the chest (b), the stomach (c), the pelvis (d) and the spine (e) you can directly influence these body regions.

6 BUTTOCKS

Massage ball

Sit on the floor and support yourself with your hands. Position the massage ball under your buttocks. Adjust your bodyweight so that is supported by the ball. If you wish, you can

draw up the leg on the side you are not massaging. Make circular movements on the ball to massage your buttock muscles on that side. Now repeat with the other side.

7 FOREARMS

Massage ball

Kneel down and initially support the arm you wish to massage against the inside of your thigh. Roll the massage ball, applying a little pressure, with the hand of the other arm over your forearm from wrist to elbow and back. To ensure that the whole area of the forearm benefits from the massage, rotate your arm slowly right and left. Now repeat with the other arm.

GB IE

8 SHINS

Massage ball

Mettez-vous à genou et appuyez d'abord le bras à masser contre l'intérieur de votre cuisse. Faites rouler la balle de massage en pressant légèrement avec la paume de la main sur votre avant-bras et en allant du poignet au coude. Pour masser tout votre avant-bras, tournez le bras lentement vers la gauche et la droite. Changez ensuite de bras.

FR BE

1 DOS

Twinball

Mettetzvous debout devant un mur. Placez le twinball entre le mur et votre dos (au-dessus de la hanche). Montez et descendez en pliant et en étendant les genoux, tout en ayant le dos droit. Changez ensuite de jambe.

NL BE

1 RUG

Twinball

Mettez-vous à quatre pattes. Positionnez la balle de massage sous votre genou. Reposez sur la pointe du pied et levez légèrement la jambe. Les bras doivent être légèrement pliés. Roulez avec un mouvement de va-et-vient avec la paume de la main sur votre avant-bras et en allant du poignet au coude. Pour masser tout votre avant-bras, tournez le bras lentement vers la gauche et la droite. Changez ensuite de bras.

2 AVANT-BRAS

Massage ball

Mettez-vous à genou et appuyez d'abord le bras à masser contre l'intérieur de votre cuisse. Faites rouler la balle de massage en pressant légèrement avec la paume de la main sur votre avant-bras et en allant du poignet au coude. Pour masser tout votre avant-bras, tournez le bras lentement vers la gauche et la droite. Changez ensuite de bras.

FR BE

1 RUG

Twinball

Mettez-vous à quatre pattes. Positionnez la balle de massage sous votre genou. Reposez sur la pointe du pied et levez légèrement la jambe. Les bras doivent être légèrement pliés. Roulez avec un mouvement de va-et-vient avec la paume de la main sur votre avant-bras et en allant du poignet au coude. Pour masser tout votre avant-bras, tournez le bras lentement vers la gauche et la droite. Changez ensuite de bras.

2 AVANT-BRAS

Massage ball

Mettez-vous à genou et appuyez d'abord le bras à masser contre l'intérieur de votre cuisse. Faites rouler la balle de massage en pressant légèrement avec la paume de la main sur votre avant-bras et en allant du poignet au coude. Pour masser tout votre avant-bras, tournez le bras lentement vers la gauche et la droite. Changez ensuite de bras.

3 CALVES

Massage ball

Mettez-vous à genou et appuyez d'abord le bras à masser contre l'intérieur de votre cuisse. Faites rouler la balle de massage en pressant légèrement avec la paume de la main sur votre avant-bras et en allant du poignet au coude. Pour masser tout votre avant-bras, tournez le bras lentement vers la gauche et la droite. Changez ensuite de bras.

4 NECK

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Position the twinball between your neck and the wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

5 KUITEN

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

6 MOLLETS

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

7 KUITEN

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

8 KUITEN

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

9 KUITEN

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

10 KUITEN

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

11 KUITEN

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

12 KUITEN

Twinball

Stand upright with your back to a wall. Turn your head slowly right and left to massage the muscles in your neck.

system by means of myofascial self-massage.

The massage ball set will help you achieve your exercise targets with minimal daily effort. Regular and targeted training will regenerate your muscles, provide sustained relief from muscle tension and prolonged relaxation; it will additionally enhance the efficiency of your muscles. In addition, the massage ball set is ideal for use in warm up exercises before participating in sports activities and can be used for relaxation and recuperation thereafter. Using your own bodyweight, you can vary the intensity of pressure exerted and the degree of self-massage, simply support your body with the non-weight-bearing arm or leg to increase or decrease the intensity of the massage effect. It is advisable in all cases not to exceed 1–5 minutes for each training period or 8–12 training rounds each session.

TWINBALL CHARACTERISTICS:
The balls are positioned at a distance that make them ideal for the targeted massage of the parallel muscle sections present, for example, in the neck or spine, as the gap between the twin balls accommodates itself to the bone elevations in these areas.

MASSAGE BALL CHARACTERISTICS:
The massage ball can be used for the selective massage of all muscle sections. Potential sources of pain in deep-seated muscle groups can thus be eliminated by means of targeted massage.

CLEANING & CARE INSTRUCTIONS:

- Clean using a damp cloth
- Do not immerse in water
- The massage ball set requires no maintenance
- Store the massage ball set in a cool and dry place; avoid exposure to UV light

DISPOSAL:

Packaging is made of 100% environmentally-friendly materials that can be disposed of at your local recycling point.

Please enquire with your community or municipal administration regarding possibilities for the disposal of the product.

WARRANTY:

Guarantee by MONZ Handelsgesellschaft International mbH & Co. KG
Dear Customer, we grant you 3 years warranty from the purchase date of this equipment. In the event that this product is faulty you have the same rights against the product seller. These statutory rights are not limited by the warranty described below.

WARRANTY CONDITIONS:

The warranty period begins on the purchase date. Please keep the original receipt in a safe place. This document is required as proof of purchase.
In the event that a material or manufacturing fault occurs within three years of the purchase date, we will either repair or replace the product free of charge, as we choose. This guarantee requires that the defective product is presented within the three-year period with proof of purchase (receipt) and a brief description of the defect and when it occurred.
If the defect is covered by our warranty then you will receive either the repaired product or a new product. The repair or replacement of the product does not mark the beginning of a new guarantee period.

ENSEMBLE DE BALLES DE MASSAGE

MODE D'EMPLOI

Félicitations !
Par votre achat, vous avez opté pour un matériel d'entraînement de grande qualité. Familiarisez-vous avec votre équipement d'entraînement avant la première mise en service. Lisez attentivement la notice d'emploi ci-dessous à cet effet. Utilisez l'équipement d'entraînement exclusivement selon la description et pour les domaines d'utilisation indiqués. Conservez soigneusement la présente notice d'emploi. Si vous remettez l'équipement d'entraînement à une autre personne, prenez soin d'en remettre également la documentation complète.

SYMBOLS DANS CETTE NOTICE D'UTILISATION ET DE MONTAGE :

Ce symbole vous signale les risques de blessures.

Les informations complémentaires sont caractérisées ainsi.

Ces symboles vous informent à propos de l'élimination de l'emballage et du produit.

UTILISATION CONFORME :

Cet ensemble de balles de massage sera à éliminer de façon ciblée les tensions ponctuelles et profondes et à masser des parties de muscle plus petites.
Ces balles ont été conçues pour un usage privé.

L'utilisation conforme de l'équipement d'entraînement prévoit uniquement son utilisation par des adultes ou des adolescents présentant un développement physique et psychique adéquat.
Assurez-vous que chaque utilisateur se soit familiarisé avec l'utilisation et la manipulation de l'équipement d'entraînement ou ne s'en serve que sous surveillance. Cet équipement d'entraînement n'est pas adapté à une utilisation professionnelle en salle de musculation ou dans les institutions thérapeutiques.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES :

Type: Ensemble de balles de massage
Dimensions: env. 80 / 120 mm Ø
Poids max. de l'utilisateur: 100 kg
IAN 327375_1904
ART.Nr.: 80 mm: 60039 / 120 mm: 60042
Date de fabrication: 2019
Garantie: 3 ans

CONSIGNES DE SÉCURITÉ ! ATTENTION : DANGER DE MORT ET RISQUE DE BLESSURES.

Tenez le matériel d'emballage hors de la portée des enfants. Il y a un effet risque d'étouffement, etc. !

N'est pas adapté aux enfants ou aux personnes souffrant de restrictions mentales ou physiques. Risques de blessures.

Tenez le matériel d'emballage hors de la portée des enfants. Il y a un effet risque d'étouffement, etc. !

N'est pas adapté aux enfants ou aux personnes souffrant de restrictions mentales ou physiques. Risques de blessures.

Tenez le matériel d'emballage hors de la portée des enfants. Il y a un effet risque d'étouffement, etc. !

L'équipement d'entraînement n'est pas un jouet et doit être rangé à un endroit inaccessible aux enfants lorsqu'il n'est pas utilisé. Risques de blessures. Les enfants en bas âge doivent être écartés de la proximité de l'équipement d'entraînement pendant l'entraînement, afin d'exclure tout risque de blessures.

Les parents et autres personnes chargées de leur surveillance doivent être conscientes de leur responsabilité, puisque l'envie de jouer et d'expérimenter des enfants peut provoquer des situations et comportements, auxquels l'équipement d'entraînement n'est pas adapté.

Risques de blessures.

Les enfants doivent être notamment sensibilisés au fait que ces balles d'entraînement ne sont pas des jouets. Ne laissez pas les enfants utiliser. Risques de blessures.

Ne les utilisez pas comme levier, support ou équivalent afin de frapper ou heurter des personnes, des animaux, des objets, etc. Risque de blessure.

Ne modifiez pas la conception des balles. Risque de blessure.

Examinez régulièrement que les balles n'ont pas de signes d'usure. Risque de blessure.

N'utilisez pas les balles si vous constatez qu'elles sont abimées. Risque de blessure.

Ces balles ne sont pas réparables.

Un produit defectueux doit être mis au rebut. Des réparations inadéquates peuvent s'avérer en effet très dangereuses pour l'utilisateur.

Les réparations arbitraires peuvent générer des risques considérables pour l'utilisateur.

Afin d'obtenir des résultats d'entraînement optimaux et prévenir les blessures, prévoyez impérativement une phase d'échauffement avant le début de l'entraînement, et une phase de détente suivant celui-ci.

Veuillez à ce que le local d'entraînement soit bien ventilé. Évitez cependant les courants d'air.

Portez des vêtements confortables mais pas trop amples pendant l'entraînement, afin de ne pas les « accrocher ». Veuillez à suffisamment d'espace lors de l'entraînement avec votre équipement d'entraînement. Gardez une distance suffisante par rapport aux autres personnes lorsque vous entraînez. Rangez l'équipement d'entraînement de sorte que personne ne puisse s'y blesser. L'équipement d'entraînement ne doit pas être utilisé par plusieurs personnes simultanément. Non adapté à l'entraînement thérapeutique !

Niet geschikt voor therapeutische training!

Il répond également des défauts de conformité résultant de l'emballage, des instructions de montage ou de l'installlation lorsque celle-ci a été mise à sa charge par le contrat ou a été réalisée sous sa responsabilité.

Article L217-4 du Code de la consommation

Le vendeur livre un bien conforme au contrat et répond des défauts de conformité existants lors de la livraison.

Il répond également des défauts de conformité résultant de l'emballage, des instructions de montage ou de l'installlation lorsque celle-ci a été mise à sa charge par le contrat ou a été réalisée sous sa responsabilité.

Article L217-5 du Code de la consommation

Le bien est conforme au contrat :

1° S'il est propre à l'usage habituellement attendu d'un bien semblable et, le cas échéant :

- s'il correspond à la description donnée par le vendeur et possède les qualités que celui-ci a présentées à l'acheteur sous forme d'échantillon ou de modèle ;

- s'il présente les qualités qu'un acheteur peut légitimement attendre eu égard aux déclarations publiques faites par le vendeur, par le producteur ou par son représentant, notamment dans le publicité ou l'étiquetage ;

2° Où il présente les caractéristiques définies d'un commun accord par les parties ou est propre à tout usage spécial recherché par l'acheteur, porté à la connaissance du vendeur et que ce dernier l'a accepté.

Niet geschikt voor therapeutische training!

TRAININGSINSTRUCTIES:

Materiel opakowaniowy chroni przed dziećmi. Niebezpieczne dla m.in. udrażnienia.

Spregit nadaje się dla dzieci i osób o ograniczonych zdolnościami psychicznymi lub fizycznymi. Niebezpieczne odniesieniu obrazem.

Przechowywać z dala od ognia!

Spregit treningowy nie jest zabawką. Gdy nie jest używany, należy przechowywać go w miejscu niedostępnym dla dzieci. Niebezpieczne odniesieniu obrazem.

Podczas treningu male dzieci nie powinny przebywać w zasięgu sprzętu treningowego, aby wykluczyć ryzyko odniesienia obrażeń. Rodzice oraz opiekunowie muszą być świadomi odpowiedzialności za swoje dzieci i zwracać uwagę na naturalny dźwięk, który może wydawać się podczas treningu. Uchowajcie się dobrze tego návodu k použití.

Dzięki szczegółowemu opisowi i instrukcjom, które znajdują się w poniższej części dokumentu, można łatwo i bezpiecznie skorzystać z funkcji treningowej.

Verdienst die ausführlichen Anleitungen und die entsprechenden Bilder im Dokument, um das Training sicher und leicht zu machen.

Article L217-12 du Code de la consommation

L'action résultant du défaut de conformité se prescrit par deux ans à compter de la livraison du bien.

Article 1641 du Code civil

Le vendeur est tenu de garantir à raison des défauts cachés de la chose vendue qui la rendent impropre à l'usage auquel on la destine, ou qui diminuent tellement cet usage que l'acheteur ne l'aurait pas acquise, ou n'en aurait donné qu'un moindre prix.

Introduction Les exercices suivants pour augmenter la force sont une première étape pour la préservation de votre santé. Si vous avez des problèmes moteurs, veuillez consulter un médecin avant votre premier entraînement.

PREMIERS PAS :

Augmentez la souplesse, l'élasticité et les performances de votre appareil musculaire grâce à l'automassage myofascial.

L'ensemble de balles de massages vous permettra d'atteindre vos objectifs en faisant peu d'efforts au quotidien. Avec un entraînement ciblé et régulier, vous régénerez vos muscles pour élimer durablement les tensions, vous offrir de longues périodes de relaxation et avoir une musculature plus solide.

L'ensemble de balles de massage est aussi idéal pour optimiser votre échauffement avant le sport, mais aussi pour vous régénérer et vous défendre après le sport. Variez le niveau de pression et l'intensité de la chaleur pour vous adapter au sport que vous pratiquez.

Les pièces détachées indispensables à l'utilisation du produit sont disponibles pendant la durée de la garantie du produit.

GEbruIKSAANWIJZING

MASSAGEBALLEN-SET

GEbruIKSAANWIJZING

Hartelijk gefeliciteerd!

Met uw aankoop hebt u gekozen voor een kwaliteitsvol trainingstoestel. Zorg dat u vertrouwd bent met het toestel alvorens het te gebruiken. Lees daarom de volgende gebruikershandleiding. Gebruik het trainingstoel enkel zoals beschreven en enkel voor de aangegeven gebruiksoefeningen. Bewaar deze gebruikershandleiding zorgvuldig.

Overhandig bij overgave van het trainingstoestel aan derden ook alle documenten die bij het toestel horen.

Introduction Les exercices suivants pour augmenter la force sont une première étape pour la préservation de votre santé. Si vous avez des problèmes moteurs, veuillez consulter un médecin avant votre premier entraînement.

WEGWERPEN:

De verpakking bestaat uit 100% milieuvriendelijk materiaal dat kan weggegooid worden via de plaatselijke recyclagecentra.

TECHNICKÉ ÚDAJE:

Typ: Šada masážních míčk

Rozmery: cca 80 / 120 mm Ø

Užívateľská hmotnosť: max. 100 kg

IAN 327375_1904

VÝROBEK Č.: 80 mm: 60039 / 120 mm: 60042

Datum výroby: 2019

Záruka: 3 roky

POUŽÍVANIE V SOULADU S ÚČLEM:

Šada masážních míčk je určená k použití v užívateľskom bodovom oblasti. Niesť súčasne súčasťou výrobku sú výrobky, ktoré sú vzhľadom na základné výrobky výrobkového typu, ktoré sú výrobkami s vysokou rizikom rizika. Nie je vhodné používať šada masážních míčk ako výrobky, ktoré sú výrobkami s vysokou rizikom rizika. Používanie šada masážních míčk je výrobkom s vysokou rizikom rizika.

Niet geschikt voor therapeutische training!

EIGENSCHAPPEN VAN DE TWINBALL:

Door de afstand tussen de twee ballen is de Twinball ideaal voor een gerichte massage van parallele spierstreng, bijvoorbeeld in de nek of rond de ruggengraat, congezen de plekken waar de wervels zitten door de ruimte tussen de ballen worden ontzien.

EIGENSCHAPPEN VAN DE MASSAGEBAL:

De afstand tussen de twee ballen is de Twinball ideaal voor een gerichte massage van parallele spierstreng, bijvoorbeeld in de nek of rond de ruggengraat, congezen de plekken waar de wervels zitten door de ruimte tussen de ballen worden ontzien.

GEbruIKSAANWIJZING VAN DE TWINBALL:

Door de afstand tussen de twee ballen is de Twinball ideaal voor een gerichte massage van parallele spierstreng, bijvoorbeeld in de nek of rond de ruggengraat, congezen de plekken waar de wervels zitten door de ruimte tussen de ballen worden ontzien.

GEbruIKSAANWIJZING VAN DE MASSAGEBAL:

De afstand tussen de twee ballen is de Twinball ideaal voor een gerichte massage van parallele spierstreng, bijvoorbeeld in de nek of rond de ruggengraat, congezen de plekken waar de wervels zitten door de ruimte tussen de ballen worden ontzien.

GEbruIKSAANWIJZING VAN DE TWINBALL:

Door de afstand tussen de twee ballen is de Twinball ideaal voor een gerichte massage van parallele spierstreng, bijvoorbeeld in de nek of rond de ruggengraat, congezen de plekken waar de wervels zitten door de ruimte tussen de ballen worden ontzien.

GEbruIKSAANWIJZING VAN DE MASSAGEBAL:

De afstand tussen de twee ballen is de Twinball ideaal voor een gerichte massage van parallele spierstreng, bijvoorbeeld in de nek of rond de ruggengraat, congezen de plekken waar de wervels zitten door de ruimte tussen de ballen worden ontzien.

GEbruIKSAANWIJZING VAN DE TWINBALL:

Door de afstand tussen de twee ballen is de Twinball ideaal voor een gerichte massage van parallele spierstreng, bijvoorbeeld in de nek of rond de ruggengraat, congezen de plekken waar de wervels zitten door de ruimte tussen de ballen worden ontzien.

GEbruIKSAANWIJZING VAN DE MASSAGEBAL:

De afstand tussen de twee ballen is de Twinball ideaal voor een gerichte massage van parallele spierstreng, bijvoorbeeld in de nek of rond de ruggengraat, congezen de plekken waar de wervels zitten door de ruimte tussen de ballen worden ontzien.

GEbruIKSAANWIJZING VAN DE TWINBALL: