



Notice d'utilisation Appareils de massage

- Le pistolet de massage ne doit être utilisé que par des adultes qui ne présentent pas de contre indications.
- Ne pas utiliser sur la tête ou sur les os.
- Ne pas utiliser sur des zones sensibles comme les yeux, les dents, implants mammaires, organes génitaux...
- Si vous ressentez une douleur persistante, cessez l'utilisation du pistolet de massage et consultez un médecin.
- Cet appareil de massage n'est pas adapté pour un traitement médical.

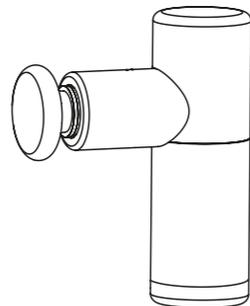


YY VERTICAL
312, rue des Meuniers
38660 St Vincent de Mercuze, France
info@yyvertical.com
+33 4 58 00 54 59

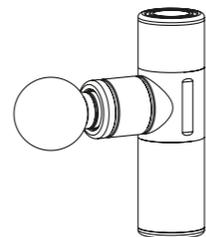


YY VERTICAL

Appareils de massage
SHOCK One et SHOCK Mini



SHOCK One



SHOCK Mini



x1
tête
sphère



x1
tête
plate



x1
tête
cône



x1
tête
en forme
de U



x1
tête
en
silicone

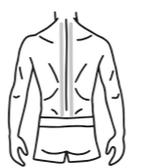
Shock
mini

CONSEILS D'UTILISATION

Un pistolet de massage est un appareil de massage thérapeutique qui fonctionne par percussion. Grâce à ce mouvement, un flux sanguin est dirigé vers la zone massée, ce qui peut libérer les tensions musculaires.

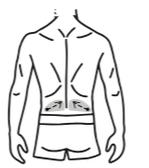
Adaptez la vitesse selon la zone et la sensibilité.
Ne pas masser une zone plus de 10 minutes.

Autour de la colonne vertébrale



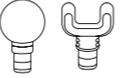
L'embout «U» est recommandé pour la colonne vertébrale. Massez de part et d'autre de la colonne à vitesse faible.

Bas du dos



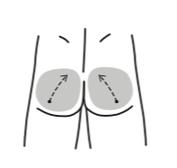
La «sphère» et la «tête plate» sont recommandées pour le bas du dos. Procédez par mouvements circulaires.

Trapèzes



Le «U» est recommandé pour les trapèzes. Ne pas utiliser le pistolet de massage sur le crâne. Massez en suivant le muscle.

Fessiers



La «sphère» est recommandée pour les fessiers. Ne pas utiliser sur la colonne vertébrale et le coccyx.

Quadriceps



La «sphère» et le «cône» sont recommandées pour les quadriceps. Massez le long du muscle.

Ischios & mollets



La «sphère» et la «tête plate» sont recommandées pour les ischios et les mollets. Massez le long du muscle.

Talons d'Achille



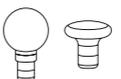
La tête en «U» est recommandée pour les talons d'Achille. Massez de bas en haut.

Avant-bras & biceps



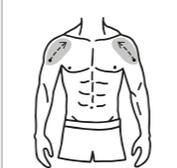
La «sphère» et la «tête plate» sont recommandées pour les avant-bras et les biceps. Massez le long du muscle.

Triceps



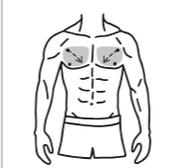
La «sphère» et la «tête plate» sont recommandées pour les triceps. Massez le long du muscle.

Epaules



La «sphère» est recommandée pour les épaules. Massez par mouvements circulaires.

Pectoraux



La «sphère» et la «tête plate» sont recommandées pour les pectoraux. Massez par mouvements linéaires.



Utilisation de la tête «sphère»

Conçue pour parfaitement s'adapter aux tensions de votre colonne vertébrale, idéale pour les talons d'Achille.



Utilisation de la tête «sphère»

Conçue pour les grands groupes musculaires plats du dos



Utilisation de la tête «sphère»

Conçue pour les grands groupes musculaires tels que les cuisses, mollets, taille, bras, fessiers.



Utilisation de la tête «cône»

Conçue pour impacter les tissus profonds, méridiens, articulations, points d'acupuncture. Utilisez la tête «cône» pour impacter les muscles profonds de manière très localisée. Il peut être utilisé sur les articulations et les points d'acupuncture. En cas de douleur persistante, arrêtez le massage sur la zone.



Utilisation de la tête en silicone (disponible sur le Shock mini)

Utilisez la tête en silicone pour effectuer des massages aux huiles essentielles sur vos muscles. Appliquez l'huile directement sur la peau et masser avec le pistolet de massage la zone. Nettoyez l'embout après usage.



User manual
Massage devices

- The massage gun should only be used by adults who have no contraindications.
- Do not use on head or bones.
- Do not use on sensitive areas such as eyes, teeth, breast implants, genitals...
- If you feel persistent pain, stop using the massage device and consult a doctor.
- This massage device is not suitable for medical treatment.

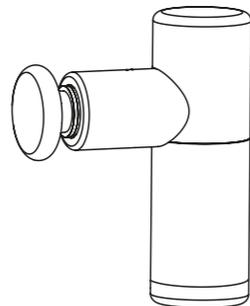


YY VERTICAL
312, rue des Meunières
38660 St Vincent de Mercuze, France
info@yyvertical.com
+33 4 58 00 54 59

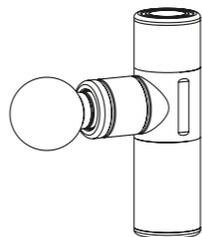


YY VERTICAL

Massage devices
SHOCK One and SHOCK Mini



SHOCK One



SHOCK Mini



x1
sphere
head



x1
flat
head



x1
cone
head



x1
u-shaped
head



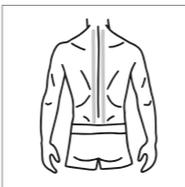
x1
oil
head

Shock
mini

HOW TO USE

A massage gun is a therapeutic massage device which works by percussion. With this movement, blood flow is directed to the massaged area, which can release muscle tension.

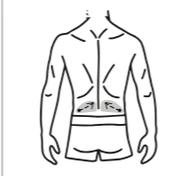
Adapt the speed according to the zone and your sensitivity. Do not massage an area for more than 10 minutes.



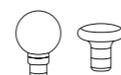
Around the spine



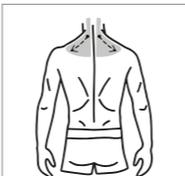
The «U-shaped head» is recommended for spine. Massage on the part sides of the spine at low speed.



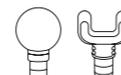
Lower back



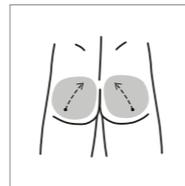
The «sphere» and «flat head» are recommended for the lower back. Proceed with circular movements.



Trapezius



The «U» is recommended for trapezes. Do not use the massage gun on skull. Massage following the direction of the muscle.



Gluteal muscles



The «sphere» is recommended for the buttocks. Do not use on spine and coccyx.



Quadriceps



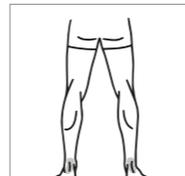
The «sphere» and «cone» are recommended for the quadriceps. Massage along the muscle.



Hamstrings & calves



The «sphere» and the «flat head» are recommended for hamstrings and the calves. Massage along the muscle.



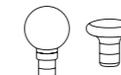
Achilles heels



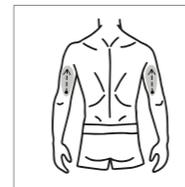
The «U» head is recommended for Achilles heels. Massage from bottom to top.



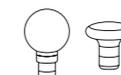
Forearms & biceps



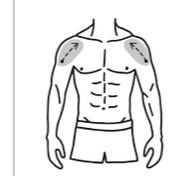
The «sphere» and «flat head» are recommended for the forearms and biceps. Massage along the muscle.



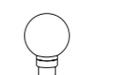
Triceps



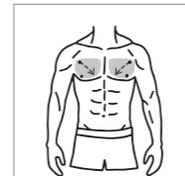
The «sphere» and «flat head» are recommended for triceps. Massage along the muscle.



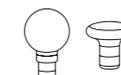
Shoulders



The «sphere» is recommended for the shoulders. Massage in circular motions.



Pecs



The «sphere» and «flat head» are recommended for pecs. Massage in linear movements.



Use of the «sphere» head

Designed to fit perfectly the tensions in your spine, ideal for Achilles heels.



Use of the «sphere» head

Designed for large flat back muscle groups.



Use of the «sphere» head

Designed for large muscle groups such as thighs, calves, waist, arms, buttocks.



Using the «cone» head

Designed to impact deep tissues, meridians, joints, acupuncture points. Use the «cone» head to impact deep muscles in a very localized way. It can be used on joints and acupuncture points. If pain persists, stop massaging the area.



Using the silicone head
(available on the Shock mini)

Use the silicone head to perform essential oil massages on your muscles. Apply the oil directly to the skin and massage the area with the massage gun. Clean the massage head after use.