

Zo gebruik je de Relief Pod

Alles op één pagina: eerste gebruik, plaatsing, standen, pads en veiligheid. Kom je er niet uit? Bel ons, dan lopen we het samen door.

Eerste gebruik



1. Opladen

Klik de controllers in de Pod en laad de Pod op via USB-C tot het display vol aangeeft.



2. Controllers vastklikken

Haal het folie van een paar pads en klik op elke pad een controller.



3. Plaatsen

Plak de pads op schone, droge huid, op de spier en niet op een gewricht.



4. Stand kiezen

Zet hem aan en begin op stand 1. Verhoog tot het prettig tintelt. Na 15 minuten stopt hij vanzelf.

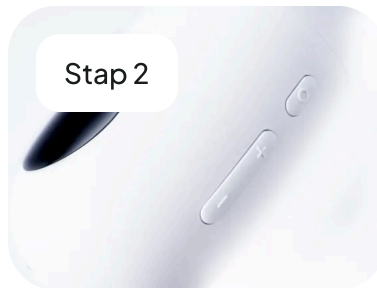
Zo werkt het, in drie stappen

Geen app, geen instellingen.



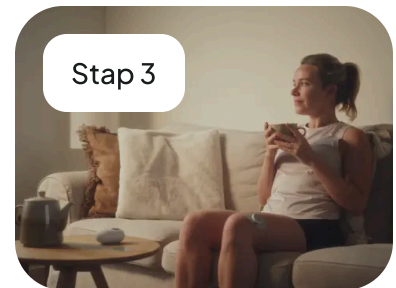
Pads plaatsen

Op rug, nek, schouders, benen of armen.



Kies een stand

Begin laag, verhoog tot het prettig tintelt.



15 minuten

Jij ontspant, je spieren werken. Elke dag.

Zes plekken voor de pads

Op de spier, niet op het gewricht. De handleiding laat per plek zien hoe.



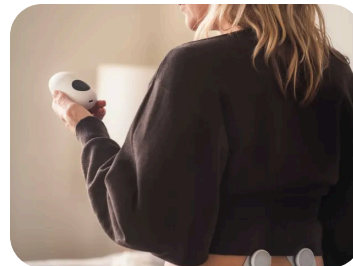
Nek

Aan weerszijden van de nekspieren.



Schouders

Op de bovenkant van de schouder.



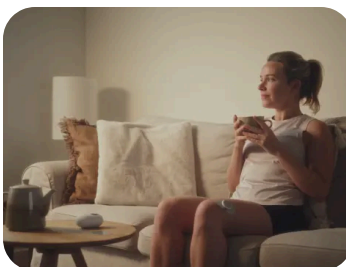
Onderrug

Links en rechts naast de wervelkolom.



Bovenbeen

Op de voor- of achterkant van het dijbeen.



Kuit

Midden op de kuitspier.



Arm

Op de boven- of onderarm.

De pads

Wanneer vervang je de pads

Als de gel niet meer goed plakt, of als het gevoel minder gelijkmatig wordt. Meestal na ongeveer 20 sessies. Een pad die loslaat tijdens een sessie is ook een teken.

Zo plak en bewaar je pads

Plak ze op schone, droge huid zonder crème of olie. Na gebruik terug op het folie en in de Pod, dan blijven ze langer plakken. Niet knippen en niet delen met anderen.

Waarom vervangen belangrijk is

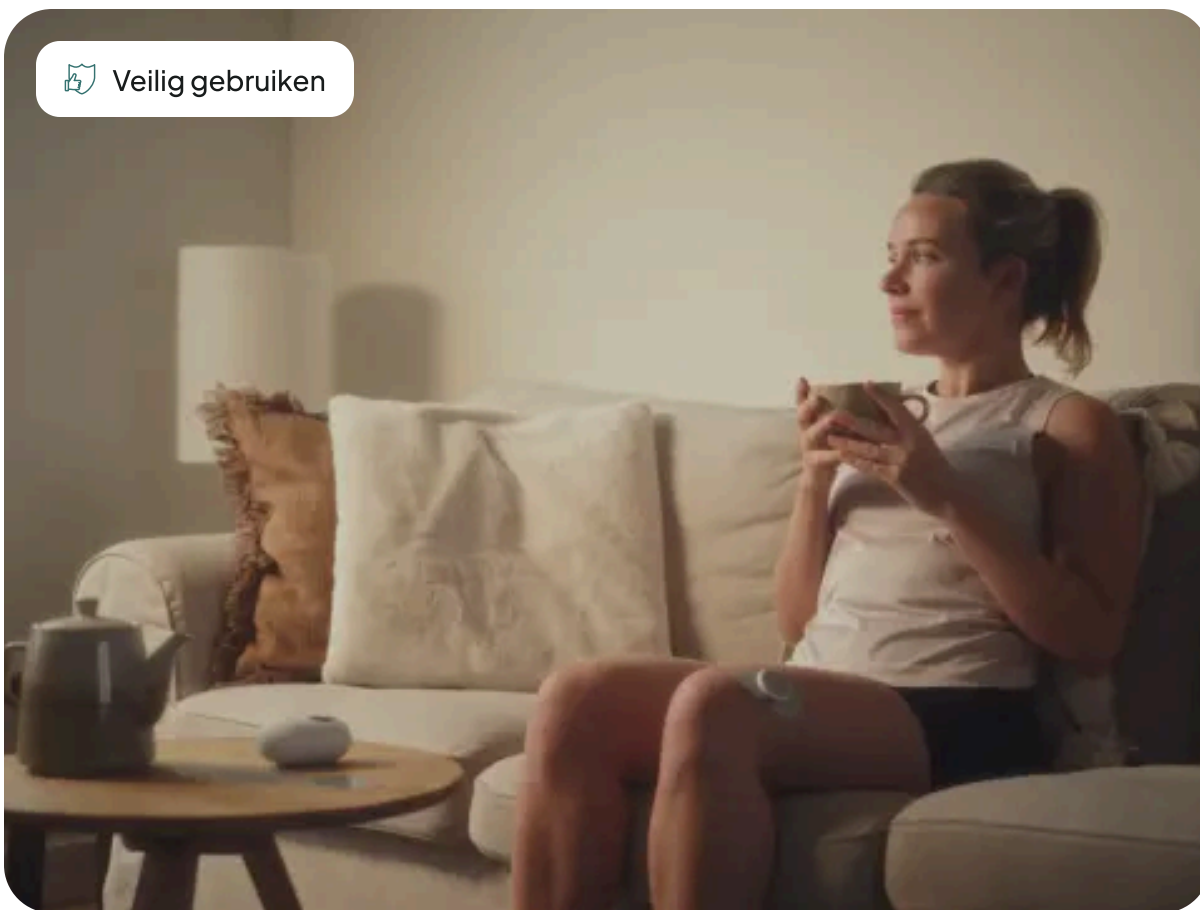
Versleten pads verdelen de stroom minder gelijkmatig. Dan voelt het prikkelend in plaats van kloppend. Nieuwe pads maken het gevoel weer zacht en gelijk.

Verzending en retour

Gratis verzending in Nederland, voor 22:00 besteld is meestal morgen in huis. Ongeopende pads stuur je binnen 30 dagen gratis terug.



Veilig gebruiken



Veilig gebruiken, en wanneer niet

Vier dingen om te weten voor je begint.



Niet bij een pacemaker, zwangerschap of beschadigde huid.



Niet op het gezicht, gewrichten of de hartstreek.



Stijfheid langer dan een uur, met zwelling of warmte? Eerst naar de huisarts.



CE-gemarkeerd welzijnsproduct, geen medisch hulpmiddel.

Problemen oplossen

De Pod gaat niet aan

Zet hem een uur in de opgeladen case. Gaat hij daarna nog niet aan, bel ons dan. Binnen de garantie vervangen we hem.

De pads blijven niet plakken

Maak de huid schoon en droog, zonder crème of olie. Blijven ze dan nog loslaten, dan zijn ze versleten. Een paar gaat ongeveer 20 sessies mee.

Ik voel weinig

Controleer of beide pads goed contact maken en verhoog de stand langzaam. Op plekken met veel spiermassa, zoals de bovenbenen, is een hogere stand normaal.

Het prikt in plaats van klopt

Meestal een teken van versleten pads of een pad die half loszit. Druk de pads aan of vervang ze.

Bel of mail ons

We reageren binnen één werkdag. Bellen kan op werkdagen tussen 09:00 en 17:00.



Bel ons

06 15 33 37 97 · Werkdagen 09:00 tot 17:00



Mail ons

support@zentens.store