



„ROLL-SHAPER“ LIETOŠANAS NOTEIKUMI

- ✓ „Roll-Shaper“ ir papildpakalpojums, ko vari pievienot spēkā esošam LEMON GYM abonementam.
- ✓ Iegādājoties „Roll-Shaper“ papildpakalpojumu, saņemsi e-pastā „Roll-Shaper“ izmantošanas kodu. Vienu kodu vari izmantot 12 reizes un tas ir spēkā 30 dienas no pirmās koda izmantošanas reizes.
- ✓ Maksimālais vienas masāžas sesijas ilgums ir 20 minūtes. Pēc sesijas beigām „Roll-Shaper“ aparāts automātiski apstāsies.
- ✓ Lai sāktu masāžas sesiju:
 1. ievadi kodu un nospied restītes simbolu (#),
 2. izmantojot pogas ar bultiņām (< >), izvēlies vēlamu masāžas programmu (6, 7 vai 8),
 3. spied „START“ (Sākt).Nem vērā, ka sesijas ilgums katrai programmai var atšķirties.
- ✓ Iepazīsties ar masāžas iespējām un rekomendētajām pozām instrukcijā, kas atrodama blakus „Roll-Shaper“ aparātam. Pozu ieteikumi izstrādāti atbilstoši limfātiskās masāžas principiem, tāpēc aicinām ievērot ieteikto pozu secību.
- ✓ Lai efektīvāk izvadīt toksīnus no ķermeņa, pirms un pēc masāžas aicinām lietot pietiekamu daudzumu šķidruma.

SVARĪGI!

"Roll-Shaper" izmantošana ir aizliegta, ja Tev ir akūta iekaisuma slimība (gripa, drudzis), infekcijas slimība (dzelte, tuberkuloze u.c.), ādas un/vai veneriskā slimība, akūts nervu bojājums (pēc traumas vai operācijas), svaigas brūces, nesena asiņošana, asiņošanas risks, audzēji/aizdomas par audzēju, vairogdziedzera slimība, afektīvi garīgie stāvokļi (dusmas, stress, neirastēnija, mutisms), akūta nieru mazspēja, akūta aknu mazspēja, spontānā aborta risks, akūtas traumas (lūzums, smadzeņu satricinājums, plīsums), smagu dzemdību risks, lielas dzimumzīmes vai zilumi masāžas zonā, akūta sirds mazspēja (aritmija, sirdslēkme, sirds vārstuļu slimība, miokardīts), augsts, nestabils asinsspiediens, varikozas vēnas vai vēnu iekaisums masējamajā zonā.