

# OPTIMALE POSITIONIERUNG

Ideal Positioning

Ganzkörperanwendung / Full Body Treatment



> Anwendung mit dem Power Herz-Waage-Kissen.  
Application with the Power heart balance pillow.

# Fußreflexzonenstimulation / Reflexology Stimulation



> Bitte schieben Sie das Power Herz-Waage-Kissen so weit unter das ANDUMEDIC, dass sich die Schräge des Kissens exakt unter den Fußpolstern befindet.  
Put the Power heart balance pillow under your ANDUMEDIC as shown in the picture. The slanting part should be exactly underneath the foot rest.

# ANWENDUNG IN 3 SCHRITTEN

Application in 3 steps

ANDUMEDIC

## Schritt 1 / Step 1

**Uhr** - Taste drücken und die Anwendungsdauer (15/30 min) durch Betätigen dieser Taste vorwählen. Press **TIMER** and select duration (15/30 minutes) by using this key.

## Schritt 2 / Step 2

**P/ON** - Taste drücken und das gewünschte Programm mit den Tasten +/- auswählen (P01 - P20). Press **P/ON** and select desired programme (P01 - P20) by using the +/- keys.

## Schritt 3 / Step 3

Die medizinische Infrarot-Tiefenwärme (NIR) ist in der Voreinstellung ausgeschaltet. **H1**-Taste drücken und das NIR im Bereich des Nacken- und LWS-Polsters einschalten. Die **H2**-Taste dient zur Steuerung des NIR im Bereich der Waden. Zum Erhöhen bzw. Reduzieren der Intensität die jeweiligen Tasten erneut drücken. (1x drücken = niedrig, 2x drücken = mittel, 3x drücken = hoch, 4x drücken = pulsierendes NIR, 5x drücken = NIR aus.) The Medical Near-Infrared (NIR) is switched off in the default settings. The **H1**-Key activates NIR in the areas of neck and lumbar spine. The **H2**-Key activates the NIR in the area of the calves. To increase or decrease the NIR intensity, press respective key again. (Press 1x = low, press 2x = medium, press 3x = high, press 4x = pulsating NIR, press 5x = NIR switched off.)

Im pulsierenden Infrarotprogramm (durch 4-maliges Drücken der jeweiligen Tasten) durchläuft das Infrarot eine immer wiederkehrende Welle von Stufe 1 zu Stufe 3. Dadurch wird eine optimale Infrarotanwendung in den unterschiedlichen Intensitäten erreicht. The pulsating Infrared (activated by pressing the respective keys 4 times) runs through recurring waves of the 3 intensity levels from level 1 to level 3. This ensures an ideal infrared application of the different intensities.

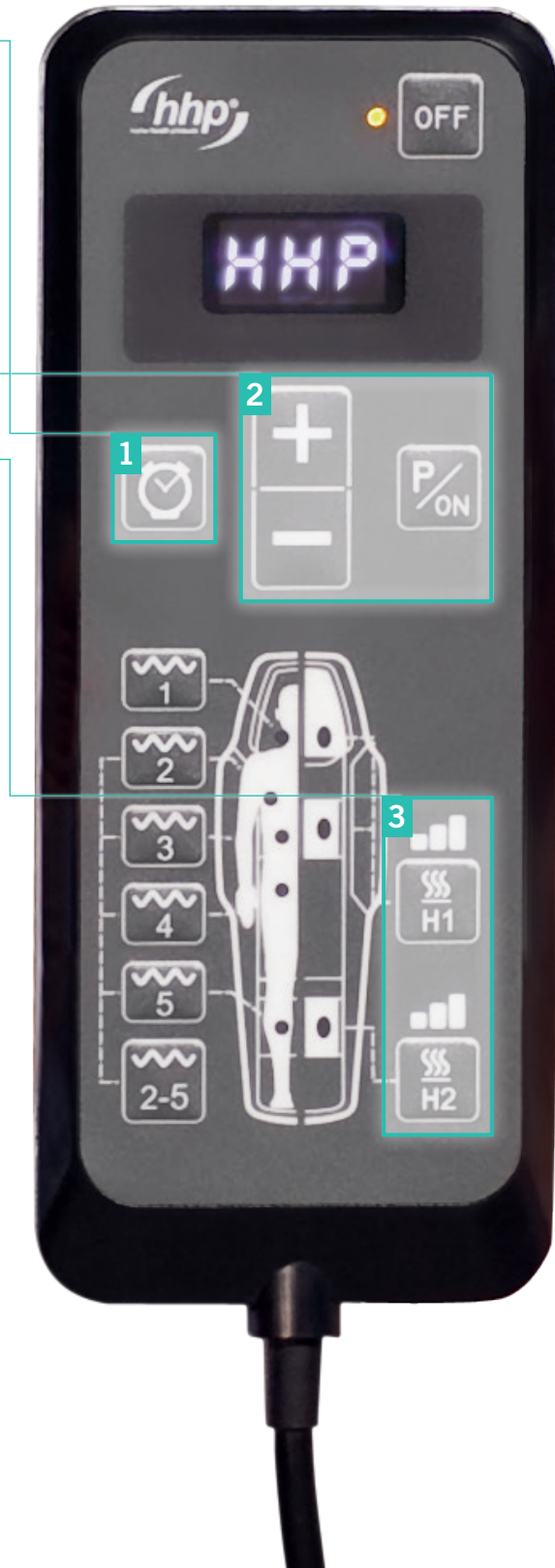
## Ausschalten / switching off

**OFF** - Zum Ausschalten des Systems **OFF** - Taste drücken. To switch off the system press **OFF**.

## Intensitätseinstellungen / intensity adjustment

Die Zonen 1 - 5 können separat über die jeweiligen Tasten eingestellt werden. Hierzu die entsprechende Taste drücken und mit den Tasten +/- die Intensität einstellen - gegebenenfalls ganz ausschalten. Areas 1 - 5 can be adjusted separately by using the respective keys and the +/- keys to increase or decrease intensity and can possibly be switched off completely.

Taste Welle 2 - 5 betätigen und durch Drücken der Tasten +/- die gewünschte Intensität der Zonen 2 - 5 ansteuern. Am Display ist die Intensitätsstufe abzulesen (1=niedrig, 7=hoch). Press **WAVE 2 - 5** and select desired intensity by using the +/- keys. The level of intensity is shown on the display (1=low, 7=high).



# BEHANDLUNGSPROGRAMME / Treatment programmes

## Basis Programme / Basic programmes

Basis Programme / Basic Programmes	P01	Aufwärmen / Warm-up	Zum Aufwärmen; zur Lockerung der Muskulatur.	For warming-up; loosening up muscular system.
	P02	Tiefenmuskuläre Vibration Deep Muscle vibration	Linderung von Muskelschmerzen und Verspannungen; vitalisierend; fördert das körperliche Wohlbefinden.	Alleviating muscular pain; revitalising, enhancing general wellbeing.
	P03	Anregung des Lymphsystems Lymphatic System Stimulation	Anregung des Lymphflusses; Unterstützung des venösen Rückflusses.	Stimulating lymphatic flow; purification and deacidification as well as venous reflux.
	P04	Impuls-Vibration Pulse Vibration	Erzeugt einen Reiz, der die Flüssigkeiten im Körper in Bewegung setzt und somit eine bessere Durchblutung des dazugehörigen Gewebes bewirkt.	Generates a stimulus that sets the body's fluids in motion and results in increased blood circulation in the affected tissue.
	P05	Entspannung Relaxation	Tiefenentspannung; Abbau von Stress und Rückgewinnung neuer Energie.	Aimed at deep relaxation, stress reduction and revitalisation.
	P06	Fußreflexzonenstimulation Reflexology Stimulation	Bei Durchblutungsstörungen der Unterschenkel und Füße; Schmerzreduktion; Anregung des Lymphflusses und der Blutzirkulation.	Stimulates blood and lymphatic circulation in case of circulatory disorders of calves and feet; pain reduction.

## Medizinische Programme / Medical programmes

Medizinische Programme / Medical Programmes	P07	Verspannungen lösen Tension Loosening	Bei Rückenschmerzen und Verspannungen im Bereich der gesamten Rückenmuskulatur; Auflösung von Myogelosen.	Treatment of back pain and tension of back muscles; treatment of myogelosis.
	P08	Chronische Rückenbeschwerden Chronic Back Complaints	Bei chronischen Beschwerden im Lendenwirbelbereich; Ischiasbeschwerden.	Aimed at chronic afflictions of lumbar spine as well as sciatic afflictions.
	P09	Nackenentspannung Neck Relaxation	Bei Schmerzen durch Nacken- und Schulterverspannungen. Gegen Schulterschmerzen.	Apply for treatment of pain caused by neck or shoulder tension. Helps with shoulder pain.
	P10	Gelenke mobilisieren Joint Vitalisation	Bei Gelenkschmerzen; Arthrose und Rheuma; bei Osteoporose.	Aimed at joint pain, arthrosis, rheumatism and osteoporosis.
	P11	Power-Napping Power Napping	Wirkt sofort entspannend.	Immediate relaxing effect.
	P12	Aktivierung Activation	Setzt Flüssigkeit im Körper in Bewegung.	Setting the body's fluids in motion.
	P13	Regeneration nach dem Sport Sports Recovery	Nach dem Sport und körperlich anstrengenden Tätigkeiten.	After sports and physically exhausting activities.
	P14	Andullationsgurt für Bauch Specific Treatment of Visceral Fat	Mit fest angezogenem Andullationsgurt – Einkopplung von Frequenzen im Bauchbereich.	Additional use of tightened Andullation Belt – Transferring of Andullation Frequencies into abdominal area.
	P15	Tiefenentspannung Deep Relaxation	Stressabbau und Entspannung; unterstützt die Meditation.	For stress reduction and relaxation; supporting meditation.
	P16	Kreislaufstimulation Cardiovascular Stimulation	Vitalität durch Stimulation.	Stimulating vigour of the body.
	P17	Akute Schmerzen lindern Soothing Acute Pain	Anwendung bei Schmerzen durch Hexenschuss und z.B. Wadenkrämpfen.	Apply for lumbago treatment or calf spasms, e.g.
	P18	Abendprogramm Sleep Disturbance Redressing	Hilft die Anspannungen des Alltags in den Abendstunden vor dem Einschlafen ab zu bauen.	Aims for reduction of sleep disturbances; helps to reduce tension from everyday life.
	P19	Blockaden lösen Body Tissue Relaxation	Spannungen in den unterschiedlichsten Gewebetypen werden reduziert; beseitigt Blockaden.	Removes blocks by reducing the tension in the different layers of body tissue.
	P20	Stresstoleranz Stress Tolerance	Stressreduktion; Cool-Down	Reducing stress, Cool-Down.

Haben Sie Fragen? Rufen Sie uns an: 055 23 23 23

Do you have any questions? Please call: 055 23 23 23