



The natural way

SISSEL® FITBAND PLUS & ESSENTIAL



- | Gebrauchsanweisung
- | Instructions for use
- | Mode d'emploi
- | Gebruiksaanwijzing
- | Instrucciones de uso
- | Istruzioni per l'uso

-  leicht · light · souple
licht · suave · debole
-  mittel · medium · moyen
medium · medios · media
-  stark · strong · résistant
sterk · fuerte · forte
-  extra-stark · x-strong
extra résistant · extra sterk
extra fuerte · extra forte



Allgemeine Hinweise

Lesen Sie nachstehende Gebrauchsanweisung aufmerksam durch und beachten Sie die Sicherheits- und Warnhinweise. Das SISSEL® Fitband Plus / Essential ist ein hochwertiges, elastisches Band für eine abwechslungsreiche und effektive Unterstützung beim Fitnesstraining, bei der Gymnastik und der Physiotherapie. Als Medizinprodukt wird es zu therapeutischen Zwecken auch an medizinische Fachkreise bzw. an professionelle Anwender abgegeben. Professionelle Anwender sind Personen, die aufgrund ihrer medizinischen oder vergleichbaren Ausbildung über ausreichendes Wissen bezüglich der mit dem System zu behandelnden Erkrankungen oder deren Vermeidung verfügen. Die therapeutische Anwendung der Fitbänder, z. B. in der Physiotherapie oder Rehabilitationsbehandlung, sollte möglichst durch bzw. unter Anleitung von professionellen Anwendern erfolgen. Das autonome Trainieren durch nicht-professionelle Anwender und medizinische Laien ist unter Berücksichtigung der Gebrauchsanweisung möglich. Eine Ersteinweisung von entsprechend ausgebildeten Fachkräften wird jedoch empfohlen. Das Produkt und das Zubehör sind entsprechend der vorliegenden Gebrauchsanweisung bzw. nach Anweisung entsprechend ausgebildeter Fachkräfte zu verwenden. Die SISSEL® GmbH übernimmt keine Haftung für den Gebrauch des Systems außerhalb der in dieser Gebrauchsanweisung beschriebenen Anwendungen. Die Gebrauchsanweisung ist sorgfältig und griffbereit aufzubewahren sowie bei Weitergabe des Produkts beizulegen. Schließlich sind die im jeweiligen Anwendungsland gültigen regulatorischen Anforderungen an dieses Produkt zu berücksichtigen.

Sicherheitshinweise

- ! Prüfen Sie vor jeder Anwendung die Unversehrtheit des Produkts. Bei Beschädigungen sind die Funktion des Produkts und die Sicherheit nicht mehr gewährleistet.
- ! Verwenden Sie das Produkt nicht in unmittelbarer Nähe von Wärmequellen (z. B. Heizkörper, Herdplatte, offene Flamme, Funkenflug) und vermeiden Sie direkte Sonneneinstrahlung.
- ! Halten Sie den Übungsbereich frei von scharfen Gegenständen oder Kanten.
- ! Trainieren Sie nur auf trockenen, rutschfesten, geraden Flächen und nicht in der Nähe von Treppenabgängen, Balustraden, Kanten oder Ähnlichem.
- ! Verwenden Sie das Produkt nur, wenn Sie eine korrekte Durchführung der Übungsempfehlungen sicherstellen können. Ziehen Sie bei Unsicherheiten oder Fragen speziell geschultes Personal, Physiotherapeuten, Trainer oder einen Facharzt zurate.
- ! Wählen Sie ein Trainingsprogramm, das zu Ihrem körperlichen Kraft- und Fitnessniveau passt und vermeiden Sie allzu schwierige Übungen oder Experimente mit erhöhtem Risiko.
- ! Verzichten Sie zum Schutz vor Verletzungen und Beschädigungen beim Training auf Schmuck und lange Fingernägel.
- ! Kinder benutzen das Produkt nur unter Aufsicht Erwachsener und nach einer therapiebegleitenden Einweisung. Nicht für Kleinkinder geeignet.
- ! Bei Bändern mit Clip: Stellen Sie sicher, dass die Schließe fest eingerastet ist, nicht aufspringen und das Band sich nicht lösen kann! Stellen Sie sicher, dass die Tür während den Übungen geschlossen bleibt.
- ! Überdehnen Sie das Band nicht und stellen Sie stets sicher, dass ein unbeabsichtigtes Entgleiten des Bandes aus der Hand oder anderen Objekten (z. B. Türe) nicht zum Sturz oder Verletzungen führen kann. Halten Sie das Band stets von den Augen fern.

! Verwenden Sie nur vom Hersteller vorgesehenes Zubehör.

! Anwendung bei Kindern, Jugendlichen und während der Schwangerschaft sowie bei vorhandenen gesundheitlichen Beschwerden wie Schwindel, Herz/Kreislaufproblemen, Gelenkschwächen etc. nur unter professioneller Aufsicht und nach ärztlicher Rücksprache.

! Das Produkt und sein Zubehör sind kein Spielzeug und außerhalb der Reichweite von Kindern aufzubewahren. Gestatten Sie Kindern nicht, damit zu spielen. Erdrosselungs- und Erstickengefahr!

Produktinformation

Lieferumfang: Eines der folgenden Produkte.

- 1 x SISSEL® Fitband Plus, 1 x Gebrauchsanweisung (inkl. Clip-System bei ca. 7,5 cm x 2 m Band)
- 1 x SISSEL® Fitband Essential, 1 x Gebrauchsanweisung

Für Einsteiger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet, bietet das SISSEL® Fitband Plus / Essential in seiner hochwertigen Latex-Ausführung ein umfangreiches Anwendungsspektrum in der Therapie, der Rehabilitation, beim Fitnesstraining, beim Kraftaufbau, beim Muskeltraining, bei der Körperwahrnehmung sowie bei der Verbesserung der Balance und der Beweglichkeit. Das SISSEL® Fitband Plus / Essential ist in 4 farblich markierten Stärken (gelb: leicht, rot: mittel, grün: stark, blau: extra stark) erhältlich. Zusätzlich ist das SISSEL® Fitband Plus in verschiedenen Längen und Breiten erhältlich.

Technische Daten

Material: allergenreduziertes Naturlatex

Maße (B x L): SISSEL® Fitband Plus: ca. 15 cm x 5 m/25 m/46 m (Rollenware)

SISSEL® Fitband Plus: ca. 7,5 cm x 2 m

SISSEL® Fitband Essential: ca. 15 cm x 2,5 m

Hinweis: Latexprodukte können allergische Reaktionen auslösen. Obwohl beim SISSEL® Fitband Plus / Essential allergie-auslösende Allergene durch ein spezielles Herstellungsverfahren reduziert wurden, besteht für den Nutzer immer die Gefahr einer allergischen Reaktion.

Bestimmungsgemäße Anwendung

- Das SISSEL® Fitband Plus / Essential ist ein elastisches Band, das für therapeutische und sportbezogene Zwecke in der Physiotherapie, Rehabilitation, Gymnastik und im (Leistungs-)Sport zur abwechslungsreichen und effektiven Unterstützung eingesetzt werden kann.
- Das SISSEL® Fitband Plus / Essential sollte vorrangig von ausgebildeten Fachkräften eingesetzt werden. Nach einer Einweisung und mit etwas Übung kann das Band aber auch eigenständig angewendet werden.
- Suchen Sie zu Ihrer Sicherheit bei bekannten gesundheitlichen Einschränkungen wie bspw. Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Wirbelsäulenbeschwerden oder Gelenkschmerzen sowie als Sporteinsteiger oder nach längerer Trainingspause Ihren Arzt für eine Untersuchung auf.
- Wärmen Sie sich vor den Übungen auf, um Ihren Körper auf das Training vorzubereiten und sich vor Verletzungen von Muskeln und Sehnen zu schützen.
- Führen Sie die Übungen mit dem SISSEL® Fitband Plus / Essential gemäß der Anleitung durch.

- Beginnen Sie mit geringerem Widerstand, bis Sie die Bewegungsabläufe gut beherrschen. Steigern Sie langsam die Wiederholungszahlen und den Widerstand.
- Passen Sie Ihr Training Ihrem persönlichen Leistungsvermögen und Ihrem Trainingsziel an. Lassen Sie sich zu Ihrem Trainingsplan ggf. durch Fachpersonal beraten.
- Führen Sie die Übungen kontrolliert und langsam durch. Atmen Sie während der Anstrengung aus und nach der Anstrengung wieder ein. Atmen Sie während der Übung gleichmäßig, vermeiden Sie Pressatmung und halten Sie nie die Luft an.
- Achten Sie bei den Übungsausführungen darauf, dass das SISSEL® Fitband Plus / Essential immer leicht unter Spannung steht.
- Die Anzahl der Durchgänge (Sätze) und der Wiederholungen soll Ihrem Leistungsvermögen und Ihrem Trainingsziel entsprechen. Wichtig ist die korrekte Ausführung der Übungen.
- Machen Sie zwischen den Durchgängen (Sätzen) genügend lange Pausen zur Regeneration.
- Beenden Sie bei auftretenden Schmerzen sofort das Training.



Verwenden Sie das Produkt nur gemäß der Anleitung. Eine Unterweisung und Beaufsichtigung durch Fachpersonal wird empfohlen.

Indikation

Allgemeines Kräftigungstraining, Kräftigung der Tiefenmuskulatur, inter- und intramuskuläres Koordinations-training, Verbesserung von Gleichgewicht, Koordination und Gelenkstabilität, Verringerung von Haltungsdefiziten, Erweiterung und Optimierung des gewöhnlichen Fitness-Programms, Vorbereitung und Rehabilitation größerer Operationen nach ärztlicher und/oder therapeutischer Anleitung, unter Aufsicht oder nach Unterweisung, Unterstützung vieler Rehabilitationsmaßnahmen.

Kontraindikation

Akute Schmerzen, starke Verspannungen, instabile Frakturen im Bereich der Wirbelsäule, des Beckens, der oberen und unteren Extremitäten, bei ausgeprägten Gelenkbeschwerden und -schmerzen, akute Herz-Kreislaufprobleme.

Regulatorische Anforderungen

Das vorliegende Produkt der SISSEL® GmbH erfüllt folgende regulatorische Anforderungen:

- Verordnung (EU) 2017/745 über Medizinprodukte

Alle im Zusammenhang mit dem Produkt aufgetretenen schwerwiegenden Vorfälle sind unverzüglich dem Hersteller und der zuständigen Behörde zu melden.

Zubehör

Das Produkt darf ausschließlich mit dem dafür vorgesehenen Zubehör verwendet werden.

Anwendung

1. Prüfen Sie die Verpackung und das Produkt bei Anlieferung auf eventuelle Beschädigungen.

 Verwenden Sie niemals ein beschädigtes Produkt.

2. Prüfen Sie das Produkt vor jeder Verwendung auf Unversehrtheit und Verunreinigungen.

3. Wenden Sie das Produkt bestimmungsgemäß an.

Übungen
auf Seite
26-31

Hinweis: Nach der Anwendung sind ggf. Reinigungsmaßnahmen notwendig (siehe Pflege & Hygiene).

Pflege & Hygiene

- Das vorliegende Produkt ist für den wiederholten Einsatz konzipiert. Im Allgemeinen sind die jeweils gültigen nationalen regulatorischen Anforderungen zur hygienischen Aufbereitung von Medizinprodukten zu beachten und eine fehlerfreie Funktion sicher zu stellen.
- Das SISSEL® Fitband Plus / Essential kann bei Verschmutzung vorsichtig mit klarem Wasser und einem sauberen Tuch gereinigt werden. Anschließend hängend an der Luft trocknen.
- Das SISSEL® Fitband Plus / Essential bedarf durch sein spezielles Herstellungsverfahren zur Pflege nur minimaler Puderung. Eine zusätzliche selbstdurchgeführte Puderung wird nicht empfohlen!
- Benutzen Sie zur Reinigung des SISSEL® Fitband Plus / Essential keine Desinfektionsmittel!
- Verwahren Sie das SISSEL® Fitband Plus / Essential am besten aufgerollt in einem Beutel oder einer Schachtel, um es vor Verschmutzung, Sonnenlicht und Hitze zu schützen.

Entsorgung & Umwelt

Das Produkt und das mitgelieferte Zubehör können dem Hausmüll zugeführt werden. Es werden keine besonderen Verpackungsarten verwendet. Die jeweils gültigen Entsorgungsrichtlinien sind zu beachten.

Gewährleistung

Die Gewährleistung richtet sich nach den gesetzlichen Vorschriften. Jede Gewährleistung ist ausgeschlossen, wenn von der SISSEL® GmbH gelieferte Ware ohne Zustimmung von anderer Seite bearbeitet, behandelt oder verändert wurde oder wenn die Gebrauchsanweisung nicht befolgt wurde.

Hinweis: Betreiber des vorliegenden Produkts, müssen die am Anwendungsort jeweils gültigen regulatorischen Anforderungen für Medizinprodukte beachten.

General information

Read the following user manual carefully and observe the safety instructions and warnings. The SISSEL® Fitband Plus / Essential is a high-quality elastic band for varying and effective support during fitness training, gymnastics and physiotherapy. As a medical device, it is also supplied for therapeutic purposes to medical circles or professional users. Professional users are persons who, due to their medical or comparable training, have sufficient knowledge regarding the diseases to be treated with the system or how to avoid them. The therapeutic use of the Fit Bands, e.g. in physiotherapy or rehabilitation treatment, should preferably be carried out by or under the guidance of professional users. Autonomous training by non-professional users and medical laypersons is possible under consideration of the instructions for use. However, initial instruction by appropriately trained professionals is recommended. The product and accessories may be used in accordance with this operating manual or as instructed by appropriately trained specialists. SISSEL® GmbH accepts no liability for the use of the system outside the applications described in these instructions for use. The instructions for use must be kept carefully and within easy reach and must be included if the product is passed on. Ultimately, the regulatory requirements applying to this product in the respective country of use must be taken into account.

Safety instructions

- ! Check the integrity of the product before each use. If damaged, the function of the product and safety are no longer guaranteed.
- ! Do not use the product in the immediate area of heat sources (e.g. radiator, hotplate, open flame, flying sparks) and avoid direct sunlight.
- ! Keep the area of use free of sharp or pointed objects.
- ! Practice only on dry, non-slip, straight surfaces and not near stairways, balustrades, edges or anything similar.
- ! Use the product only if you can ensure correct performance of the exercise recommendations. Consult specially trained personnel, physiotherapists, trainers or a medical specialist if you are unsure or have any questions.
- ! Choose an exercise program that fits your physical strength and fitness level and avoid overly difficult exercises or experiments with increased risk.
- ! To prevent injuries and risks of damage during training, do not wear jewelry or long fingernails.
- ! Use by children only under adult supervision and after instruction accompanying therapy. Not suitable for young children.
- ! For bands with clip: Make sure that the clasp is firmly engaged, does not pop open and the band cannot come loose! Make sure that the door remains closed during the exercises.
- ! Do not overstretch the strap and always ensure that accidental slipping of the strap from your hand or other objects (e.g. door) cannot cause a fall or injuries. Always keep the tape away from your eyes.
- ! Only use accessories intended by the manufacturer.
- ! Use by children, adolescents and during pregnancy as well as in case of existing health conditions such as dizziness, cardiovascular problems, joint weaknesses, etc., only under professional supervision and after consulting a doctor.

! The product and its accessories are no toys and should be kept out of the reach of children. Do not allow children to play with it. Risk of strangulation and suffocation!

Product information

Scope of delivery: One of the following products.

- 1 x SISSEL® Fitband Plus, 1 x instruction manual (incl. clip system for approx. 7,5 cm x 2 m tape)
- 1 x SISSEL® Fitband Essential, 1 x instruction manual

Suitable for beginners and advanced users alike, the SISSEL® Fitband Plus / Essential in its high-quality latex version offers a wide range of applications in therapy, rehabilitation, fitness training, strength building, muscle training, body awareness, and improving balance and mobility. The SISSEL® Fitband Plus / Essential is available in 4 color coded intensities (yellow: light, red: medium, green: strong, blue: extra strong). In addition, the SISSEL® Fitband Plus is available in different lengths and widths.

Technical data

Material:	allergen reduced natural latex
Size (W x L):	SISSEL® Fitband Plus: ca. 15 cm x 5 m/25 m/46 m (roll goods)
	SISSEL® Fitband Plus: ca. 7,5 cm x 2 m
	SISSEL® Fitband Essential: ca. 15 cm x 2,5 m

Note: Latex products can trigger allergic reactions. Although allergy-causing allergens have been reduced in the SISSEL® Fitband Plus / Essential through a special manufacturing process, there is always a risk of an allergic reaction for the user.

Intended use

- The SISSEL® Fitband Plus / Essential is an elastic band that can be used for therapeutic and sports-related purposes in physiotherapy, rehabilitation, gymnastics and (competitive) sports for varied and effective support.
- The SISSEL® Fitband Plus / Essential should be primarily used by trained professionals. However, after instruction and with some practice, the band can also be used independently.
- For your safety, consult your doctor for an examination if you have any known health restrictions such as cardiovascular diseases, spinal problems or joint pain, or if you are a sports beginner or have not exercised for a long time.
- Warm up before exercising to prepare your body for the workout and to protect yourself from muscle and tendon injuries.
- Perform the training exercises with the SISSEL® Fitband Plus / Essential according to the given instructions.
- Start with lower intensity resistance until you have a good command of the movements. Slowly increase the number of repetitions and the resistance.
- Adapt your training to your personal performance and your training goal. Seek advice for your training plan from qualified personnel if necessary.

- Perform the exercises in a controlled and slow manner. Breathe out during the effort and in again after the effort. Breathe evenly during the exercise, avoid press breathing and never hold your breath.
- When performing the exercises, make sure that the SISSEL® Fitband Plus / Essential is always slightly under tension.
- The number of rounds (sets) and repetitions should correspond to your ability and training goal. It is important to perform the exercises correctly.
- Take sufficiently long breaks between the runs (sets) for regeneration.
- Stop the training immediately if pain occurs.



Use the product only in accordance with the instructions. Instruction and supervision by qualified personnel is recommended.

Indication

General strength training, strengthening of deep muscles, inter- and intramuscular coordination training, improvement of balance, coordination and joint stability, reduction of postural deficits, extension and optimization of the usual fitness program, preparation and rehabilitation of major operations under medical and/or therapeutic guidance, supervision or instruction, support of many rehabilitation measures.

Contra Indication

Acute pain, severe tension, unstable fractures in the spine, pelvis, upper and lower extremities, with pronounced joint discomfort and pain, acute cardiovascular problems.

Regulatory requirements

The present product of SISSEL® GmbH complies with the following regulatory requirements:

- Regulation (EU) 2017/745 on medical devices

All serious adverse events that occur in relation to the product must be reported immediately to the manufacturer and the competent authority.

Accessory

The product may only be used with the accessories provided for this purpose.

Usage

1. Check the packaging and the product for any damage upon delivery.

 Never use a damaged product.

2. Check the product for integrity and contamination before each use.

3. Use the product as intended.

Exercises
on pages
26-31

Note: Cleaning measures may be necessary after use (see Care & hygiene).

Care & hygiene

- This product is designed for repeated use. In general, the applicable national regulatory requirements for the hygienic reprocessing of medical devices must be observed and fault-free function must be ensured.
- The SISSEL® Fitband Plus / Essential can be cleaned carefully with pure water and a clean cloth if it becomes dirty. Afterwards, hang to dry in the air.
- Due to its special manufacturing process, the SISSEL® Fitband Plus / Essential requires only minimal powdering for care. An additional self-performed powdering is not recommended!
- Do not use disinfectants to clean the SISSEL® Fitband Plus / Essential!
- It is best to store the SISSEL® Fitband Plus / Essential rolled up in a bag or box to protect it from dirt, sunlight and heat.

Disposal & environment

The product can be disposed of with household waste. No special types of packaging are used.

The respective valid disposal guidelines must be observed.

Warranty

The warranty is governed by the statutory provisions. Any warranty is excluded if goods delivered by SISSEL® GmbH have been processed, treated or modified by others without consent or if the instructions for use have not been followed.

Note: Operators of this product must observe the regulatory requirements for medical products applicable at the place of use.

Informations générales

Lire et respecter attentivement le mode d'emploi suivant et les consignes de sécurité / avertissements. Le SISSEL® Fitband Plus / Essential est une bande élastique de haute qualité pour varier les entraînements de fitness, la gymnastique et la physiothérapie. En tant que dispositif médical, il est également fourni à des fins thérapeutiques aux milieux médicaux ou aux utilisateurs professionnels. Les utilisateurs professionnels sont des personnes qui, en raison de leur formation médicale ou comparable, disposent de connaissances suffisantes concernant les maladies à traiter avec le système ou la manière de les éviter. L'utilisation thérapeutique des Fit Bands, par exemple dans le cadre d'un traitement de physiothérapie ou de rééducation, doit de préférence être effectuée par ou sous la direction d'utilisateurs professionnels. Une formation autonome par des utilisateurs non professionnels et des profanes en médecine est possible en tenant compte des instructions d'utilisation. Toutefois, il est recommandé de confier la formation initiale à des professionnels dûment formés. Le produit et les accessoires ne doivent être utilisés que conformément à ce mode d'emploi ou aux instructions de professionnels dûment formés. SISSEL® GmbH décline toute responsabilité en cas d'utilisation du système en dehors des applications décrites dans ce mode d'emploi. Le manuel d'utilisation doit être conservé soigneusement à portée de main et doit être transmis avec le produit. Les exigences réglementaires applicables à ce produit dans le pays d'utilisation respectif doivent être prises en compte.

Consignes de sécurité

- ! Vérifier l'état du produit avant chaque utilisation. S'il est endommagé, le fonctionnement du produit et la sécurité ne sont plus garantis.
- ! Ne pas utiliser le produit à proximité immédiate de sources de chaleur (radiateur, plaque chauffante, flammes, étincelles) et éviter la lumière directe du soleil.
- ! Maintenir une zone d'utilisation exempte d'objets tranchants ou pointus.
- ! Ne s'exercer que sur des surfaces sèches, antidérapantes et planes, et non à proximité d'escaliers, de balustrades, de bords ou de tout autre élément similaire.
- ! N'utiliser le produit que si vous pouvez garantir l'exécution correcte des recommandations d'exercices. En cas de doute ou de question, consulter un conseiller spécialement formé, un physiothérapeute, un entraîneur ou un médecin spécialiste.
- ! Choisir un programme d'exercices adapté à votre force et forme physique et éviter les exercices trop difficiles ou à risque.
- ! Pour éviter les blessures et les risques de dommages pendant l'entraînement, ne pas porter de bijoux ni d'ongles longs.
- ! Utilisation par les enfants uniquement sous la surveillance d'un adulte et après instruction accompagnant la thérapie. Ne convient pas aux jeunes enfants.
- ! Pour les bagues avec clip : s'assurer que le fermoir est fermement engagé, qu'il ne s'ouvre pas et que la bande ne peut pas se détacher ! Veiller à ce que la porte reste fermée pendant les exercices.
- ! Ne pas trop tendre la sangle et veiller à ce qu'un glissement accidentel de la sangle de votre main ou d'autres objets (par exemple une porte) ne puisse pas provoquer une chute ou des blessures. Garder la bande loin des yeux.
- ! N'utiliser que les accessoires prévus par le fabricant.

! L'utilisation par les enfants, les adolescents et pendant la grossesse ainsi qu'en cas de problèmes de santé existants tels que vertiges, problèmes cardiovasculaires, faiblesses articulaires, etc., ne doit se faire que sous surveillance professionnelle et après consultation d'un médecin.

! Le produit et ses accessoires ne sont pas des jouets et doivent être tenus hors de portée des enfants.

Ne pas laisser les enfants jouer avec. Risque de strangulation et de suffocation.

Informations sur le produit

Contenu de la livraison : Un des produits suivants.

- 1 x SISSEL® Fitband Plus, 1 x manuel d'instruction (système de clips inclus pour une bande d'environ 7,5 cm x 2 m)
- 1 x SISSEL® Fitband Essential, 1 x manuel d'instruction

Adapté aux débutants comme aux utilisateurs avancés, le SISSEL® Fitband Plus / Essential dans sa version latex de haute qualité offre un large éventail d'applications dans la thérapie, la rééducation, l'entraînement physique, la musculation, la prise de conscience du corps et l'amélioration de l'équilibre et de la mobilité.

Le SISSEL® Fitband Plus / Essential est disponible en 4 intensités codées par couleur (jaune : léger, rouge : moyen, vert : fort, bleu : extra fort). De plus, la bande SISSEL® Fitband Plus est disponible en différentes longueurs et largeurs.

Caractéristiques techniques

Composition : latex naturel à teneur réduite en allergènes

Dimensions (L x l) : SISSEL® Fitband Plus : env. 15 cm x 5 m/25 m/46 m (en rouleau)

SISSEL® Fitband Plus : env. 7,5 cm x 2 m

SISSEL® Fitband Essential : env. 15 cm x 2,5 m

Note: Les produits en latex peuvent déclencher des réactions allergiques. Bien que les allergènes aient été réduits dans le SISSEL® Fitband Plus / Essential grâce à un processus de fabrication spécial, il existe toujours un risque de réaction allergique pour l'utilisateur.

Utilisation conforme

- Le SISSEL® Fitband Plus / Essential est une bande élastique qui peut être utilisée à des fins thérapeutiques et sportives en accompagnement de séances de physiothérapie, rééducation, gymnastique et sports (de compétition).
- Le SISSEL® Fitband Plus / Essential doit être utilisé principalement par des professionnels formés. Cependant, après une formation et avec un peu de pratique, le bandeau peut également être utilisé de manière autonome.
- Par sécurité, consulter un médecin en cas de problème de santé connu tel que maladie cardiovasculaire, problème de colonne vertébrale ou douleurs articulaires, ou si vous êtes un sportif débutant ou n'avez pas fait d'exercice depuis longtemps.
- S'échauffer avant de faire de l'exercice pour préparer son corps à l'entraînement et se protéger des blessures musculaires et tendineuses.

- Effectuer les exercices d'entraînement avec le SISSEL® Fitband Plus / Essential en suivant les instructions données.
- Commencer par une résistance de faible intensité jusqu'à maîtriser les mouvements. Augmenter lentement le nombre de répétitions et la résistance.
- Adapter l'entraînement à ses performances personnelles et à l'objectif d'entraînement. Si nécessaire, demander conseil à un personnel qualifié pour un plan d'entraînement.
- Effectuer les exercices de manière contrôlée et lente. Expirer pendant l'effort et inspirer à nouveau après l'effort. Respirer de façon régulière pendant l'exercice, éviter la respiration comprimée et ne jamais retenir son souffle.
- Lors de l'exécution des exercices, veiller à ce que le SISSEL® Fitband Plus / Essential soit toujours légèrement sous tension.
- Le nombre de tours (séries) et de répétitions doit correspondre à la capacité et à l'objectif d'entraînement. Il est important d'exécuter les exercices correctement.
- Faire des pauses suffisamment longues entre les courses (séries) pour se régénérer.
- Arrêter immédiatement l'entraînement en cas de douleur.



N'utiliser le produit que conformément aux instructions. L'instruction et la supervision par un personnel qualifié sont recommandées.

Indication

Entraînement de la force générale, renforcement des muscles profonds, entraînement de la coordination inter- et intramusculaire, amélioration de l'équilibre, de la coordination et de la stabilité des articulations, réduction des déficits posturaux, extension et optimisation du programme habituel de remise en forme, préparation et réadaptation d'opérations majeures sous guidance, supervision ou instruction médicale et/ou thérapeutique, soutien de nombreuses mesures de réhabilitation.

Contre Indication

Douleur aiguë, tension sévère, fractures instables de la colonne vertébrale, du bassin, des extrémités supérieures et inférieures, avec gêne et douleur articulaires prononcées, problèmes cardiovasculaires aigus.

Exigences réglementaires

Le présent produit de SISSEL® GmbH est conforme aux exigences réglementaires suivantes :

- Règlement (UE) 2017/745 relatif aux dispositifs médicaux

Tous les événements indésirables graves qui se produisent en relation avec le produit doivent être signalés immédiatement au fabricant et à l'autorité compétente.

Accessoires

Le produit ne peut être utilisé qu'avec les accessoires prévus à cet effet.

Utilisation

1. Vérifier l'état du produit avant chaque utilisation. S'il est endommagé, le fonctionnement du produit et la sécurité ne sont plus garantis.

 Ne jamais utiliser un produit endommagé.

2. Vérifier l'intégrité et l'hygiène du produit avant chaque utilisation.

3. Utiliser le produit comme prévu.

Exercices
aux pages
26-31

Note : Des mesures de nettoyage peuvent être nécessaires après l'utilisation (voir Entretien & hygiène).

Entretien & hygiène

- Ce produit est conçu pour une utilisation répétée. En général, les exigences réglementaires nationales applicables au retraitement hygiénique des dispositifs médicaux doivent être respectées et un fonctionnement sans défaut doit être assuré.
- Le SISSEL® Fitband Plus / Essentiel peut être nettoyé soigneusement à l'eau pure et avec un chiffon propre s'il est sale. Ensuite, le suspendre pour le faire sécher à l'air libre.
- En raison de son processus de fabrication spécial, le SISSEL® Fitband Plus / Essentiel ne nécessite qu'un poudrage minimal pour son entretien. Un poudrage supplémentaire effectué par le patient lui-même n'est pas recommandé !
- Ne pas utiliser de désinfectants pour nettoyer le SISSEL® Fitband Plus / Essentiel !
- Ranger le SISSEL® Fitband Plus / Essentiel enroulé dans un sac ou une boîte pour le protéger de la saleté, de la lumière du soleil et de la chaleur.

Elimination & environnement

Le produit peut être éliminé avec les déchets ménagers. Aucun type d'emballage spécial n'est utilisé.

Les directives d'élimination en vigueur doivent être respectées.

Garantie

La garantie est régie par les dispositions légales. Toute garantie est exclue si les marchandises livrées par SISSEL® GmbH ont été transformées, traitées ou modifiées par des tiers sans l'accord de SISSEL®, ou si les instructions d'utilisation n'ont pas été respectées.

Note : L'utilisateur de ce produit doit se conformer aux exigences réglementaires relatives aux dispositifs médicaux applicables sur le lieu d'utilisation.

Algemene informatie

Lees de volgende gebruiksaanwijzing zorgvuldig door en neem de veiligheidsvoorschriften en waarschuwingen in acht. De SISSEL® Fitband Plus / Essential is een elastische band van hoge kwaliteit voor een variabele en doeltreffende ondersteuning tijdens fitnessstraining, gymnastiek en fysiotherapie. Als medisch hulpmiddel wordt het ook voor therapeutische doeleinden geleverd aan medische kringen of professionele gebruikers. Professionele gebruikers zijn personen die door hun medische of vergelijkbare opleiding voldoende kennis hebben van de ziekten die met het systeem moeten worden behandeld of hoe deze kunnen worden voorkomen. Het therapeutisch gebruik van de Fit Bands, bijvoorbeeld bij fysiotherapie of revalidatiebehandeling, dient bij voorkeur te geschieden door of onder begeleiding van professionele gebruikers. Autonome training door niet-professionele gebruikers en medische leken is mogelijk met inachtneming van de gebruiksaanwijzing. Het verdient echter aanbeveling de eerste opleiding te laten verzorgen door naar behoren opgeleide vakmensen. Het product en de accessoires mogen uitsluitend worden gebruikt in overeenstemming met deze gebruiksaanwijzing of volgens de instructies van geschoolde vakmensen. SISSEL® GmbH aanvaardt geen aansprakelijkheid voor het gebruik van het systeem buiten de in deze gebruiksaanwijzing beschreven toepassingen. De gebruiksaanwijzing moet zorgvuldig en binnen handbereik worden bewaard en moet worden meegenomen in geval van overdracht van het product. Uiteindelijk moet rekening worden gehouden met de wettelijke voorschriften die van toepassing zijn op dit product in het betreffende land van gebruik.

Veiligheidsvoorschriften

- ! Controleer de integriteit van het product voor elk gebruik. Als het beschadigd is, zijn de werking van het product en de veiligheid niet meer gegarandeerd.
- ! Gebruik het product niet in de onmiddellijke nabijheid van warmtebronnen (radiator, kookplaat, open vuur, vonken) en vermijd direct zonlicht.
- ! Houd het gebruiksgedebiet vrij van scherpe of puntige voorwerpen.
- ! Oefen alleen op droge, slipvrije, rechte oppervlakken en niet in de buurt van trappen, leuningen, randen en dergelijke.
- ! Gebruik het product alleen als u kunt garanderen dat de aanbevelingen voor de oefeningen correct worden opgevolgd. Raadpleeg in geval van twijfel of bij vragen speciaal opgeleid personeel, fysiotherapeuten, trainers of een medisch specialist.
- ! Kies een oefenprogramma dat geschikt is voor uw fysieke kracht en fitnessniveau en vermijd oefeningen die te moeilijk zijn of een verhoogd risico inhouden.
- ! Draag geen juwelen of lange vingernagels om verwondingen en schade tijdens de training te voorkomen.
- ! Gebruik door kinderen alleen onder toezicht van een volwassene en na begeleidende instructie. Niet geschikt voor jonge kinderen.
- ! Voor ringen met clips: zorg ervoor dat de sluiting goed vastzit, dat deze niet opengaat en dat het bandje niet los kan raken! Zorg ervoor dat de deur gesloten blijft tijdens de oefeningen.
- ! Trek de riem niet te strak aan en zorg er altijd voor dat het per ongeluk losraken van de riem van uw hand of andere voorwerpen (bv. een deur) geen val of verwonding kan veroorzaken. Houd de riem altijd uit de buurt van uw ogen.
- ! Gebruik alleen de door de fabrikant bedoelde accessoires.

- ! Gebruik door kinderen, tieners en tijdens de zwangerschap, alsmede in geval van bestaande gezondheidsproblemen zoals duizeligheid, hart- en vaatproblemen, gewrichtszwakte, enz. mag alleen onder deskundig toezicht en na raadpleging van een arts.
- ! Het product en de accessoires zijn geen speelgoed en dienen buiten het bereik van kinderen te worden gehouden. Laat kinderen er niet mee spelen. Gevaar voor wurging en verstikking!

Productinformatie

Omvang van de levering: Een van de volgende producten.

- 1 x SISSEL® Fitband Plus, 1 x gebruiksaanwijzing (incl. clipsysteem voor ca. 7,5 cm x 2 m band)
- 1 x SISSEL® Fitband Essential, 1 x gebruiksaanwijzing

De SISSEL® Fitband Plus / Essential in zijn latexuitvoering van hoge kwaliteit is geschikt voor zowel beginners als gevorderden en biedt een brede waaier aan toepassingen in therapie, revalidatie, fysieke training, krachttraining, lichaamsbewustzijn en verbetering van evenwicht en mobiliteit. De SISSEL® Fitband Plus / Essential is verkrijgbaar in 4 kleurgecodeerde intensiteiten (geel: licht, rood: medium, groen: sterk, blauw: extra sterk). Bovendien is de SISSEL® Fitband Plus verkrijgbaar in verschillende lengtes en breedtes.

Technische gegevens

Materiaal: natuurlatex met verlaagd allergeengehalte

Afmetingen (B x L): SISSEL® Fitband Plus: ca. 15 cm x 5 m/25 m/46 m (rolgoederen)

SISSEL® Fitband Plus: ca. 7,5 cm x 2 m

SISSEL® Fitband Essential: ca. 15 cm x 2,5 m

Nota: Latexproducten kunnen allergische reacties veroorzaken. Hoewel de allergenen die allergieën veroorzaken in de SISSEL® Fitband Plus / Essential zijn verminderd door een speciaal productieproces, bestaat er nog steeds een risico op een allergische reactie voor de gebruiker.

Beoogd gebruik

- De SISSEL® Fitband Plus / Essential is een elastische band die kan worden gebruikt voor therapeutische en sportieve doeleinden bij fysiotherapie, revalidatie, gymnastiek en (wedstrijd)sport voor een gevarieerde en effectieve ondersteuning.
- De SISSEL® Fitband Plus / Essential moet vooral worden gebruikt door getrainde professionals. Na training en met enige oefening kan de band echter ook zelfstandig worden gebruikt.
- Raadpleeg voor uw eigen veiligheid uw arts voor een onderzoek als u bekende gezondheidsbeperkingen hebt, zoals hart- en vaatziekten, problemen met de ruggengraat of gewrichtspijn, of als u een beginner bent of lange tijd niet hebt gesport.
- Doe een warming-up voordat u gaat trainen om uw lichaam voor te bereiden op de training en om uzelf te beschermen tegen spier- en peesblessures.
- Voer de trainingsoefeningen met de SISSEL® Fitband Plus / Essential uit volgens de gegeven instructies.
- Begin met een lage intensiteit weerstand totdat u comfortabel bent met de bewegingen. Verhoog langzaam het aantal herhalingen en de weerstand.

- Pas uw training aan uw persoonlijke prestatie en trainingsdoel aan. Vraag zo nodig advies over uw opleidingsplan aan gekwalificeerd personeel.
- Voer de oefeningen gecontroleerd en langzaam uit. Adem uit tijdens de oefening en weer in na de oefening. Adem gelijkmatig tijdens de oefening, vermijd samengedrukte ademhaling en houd nooit uw adem in.
- Zorg er bij het uitvoeren van de oefeningen voor dat de SISSEL® Fitband Plus / Essential altijd licht onder spanning staat.
- Het aantal rondes (sets) en herhalingen moet overeenkomen met uw capaciteit en trainingsdoel. Het is belangrijk om de oefeningen correct uit te voeren.
- Neem voldoende lange pauzes tussen de runs (sets) om te regenereren.
- Stop onmiddellijk met trainen als u pijn voelt.



Gebruik het product alleen volgens de aanwijzingen. Instructie en toezicht door gekwalificeerd personeel wordt aanbevolen.

Indicatie

Algemene krachttraining, diepe spierversterking, inter- en intramusculaire coördinatie training, verbetering van het evenwicht, de coördinatie en de stabiliteit van de gewrichten, vermindering van posturale tekortkomingen, uitbreiding en optimalisering van het gebruikelijke fitnessprogramma, voorbereiding en revalidatie van grote operaties onder medische en/of therapeutische leiding, toezicht of instructie, ondersteuning van talrijke revalidatiemaatregelen.

Contra-indicatie

Acute pijn, ernstige spanning, instabiele breuken van de wervelkolom, het bekken, de bovenste en onderste ledematen, met uitgesproken gewrichtsongemakken en pijn, acute cardiovasculaire problemen.

Regelgevende vereisten

Dit product van SISSEL® GmbH voldoet aan de volgende wettelijke eisen:

- Verordening (EU) 2017/745 betreffende medische hulpmiddelen

Alle ernstige ongewenste voorvallen die zich in verband met het product voordoen, moeten onmiddellijk aan de fabrikant en de bevoegde autoriteit worden gemeld.

Accessoires

Het product mag alleen worden gebruikt met de daarvoor bestemde accessoires.

Gebruik

1. Controleer of de verpakking en het product bij aflevering niet beschadigd zijn.

 Gebruik nooit een beschadigd product.

2. Controleer het product voor elk gebruik op integriteit en verontreiniging.

3. Gebruik het product zoals het bedoeld is.

Oefeningen
op pagina
26-31

Nota: Na gebruik kunnen reinigingsmaatregelen nodig zijn (zie Verzorging & hygiëne).

Verzorging & hygiëne

- Dit product is ontworpen voor herhaaldelijk gebruik. In het algemeen moet aan de nationale wettelijke voorschriften voor het hygiënisch opwerken van medische hulpmiddelen worden voldaan en moet een storingsvrije werking worden gewaarborgd.
- De SISSEL® Fitband Plus / Essential kan grondig worden gereinigd met schoon water en een schone doek als hij vuil is. Hang het dan op om in de open lucht te drogen.
- Dankzij het speciale fabricageproces moet de SISSEL® Fitband Plus / Essential minimaal gepoederd worden voor onderhoud. Extra poederen door de patiënt wordt niet aanbevolen!
- Gebruik geen ontsmettingsmiddelen om de SISSEL® Fitband Plus / Essential te reinigen!
- U kunt de SISSEL® Fitband Plus / Essential het beste opgerold bewaren in een zak of doos om hem te beschermen tegen vuil, zonlicht en hitte.

Verwijdering & milieu

Het product kan met het huisvuil worden weggegooid. Er wordt geen speciale verpakking gebruikt.

De geldende richtlijnen voor afvalverwijdering moeten in acht worden genomen.

Garantie

De garantie wordt geregeld door de wettelijke bepalingen. Iedere garantie is uitgesloten, wanneer de door SISSEL® GmbH geleverde goederen door derden zonder hun toestemming werden bewerkt, verwerkt of veranderd of wanneer de gebruiksaanwijzing niet in acht werd genomen.

Nota: Bedieners van dit product moeten voldoen aan de wettelijke eisen voor medische producten die gelden op de plaats van gebruik.

Información general

Lea atentamente el siguiente manual de instrucciones y siga las instrucciones y advertencias de seguridad. La SISSEL® Fitband Plus / Essential es una banda elástica de alta calidad para una sujeción variable y eficaz durante el entrenamiento físico, la gimnasia y la fisioterapia. Como producto sanitario, también se suministra con fines terapéuticos a círculos médicos o usuarios profesionales. Los usuarios profesionales son personas que, debido a su formación médica o comparable, tienen conocimientos suficientes sobre las enfermedades que deben tratarse con el sistema o sobre cómo evitarlas. El uso terapéutico de las Fit Bands, por ejemplo en tratamientos de fisioterapia o rehabilitación, debe ser realizado preferentemente por usuarios profesionales o bajo su supervisión. Es posible la formación autónoma de usuarios no profesionales y legos en medicina si se tienen en cuenta las instrucciones de uso. No obstante, se recomienda que la instrucción inicial corra a cargo de profesionales debidamente formados. El producto y los accesorios sólo pueden utilizarse de acuerdo con este manual de instrucciones o según las indicaciones de especialistas debidamente formados. SISSEL® GmbH no asume ninguna responsabilidad por el uso del sistema fuera de las aplicaciones descritas en estas instrucciones de uso. Las instrucciones de uso deben guardarse cuidadosamente y estar al alcance de la mano, y deben incluirse en caso de transmisión del producto. En última instancia, deben tenerse en cuenta los requisitos reglamentarios que se aplican a este producto en el respectivo país de uso.

Instrucciones de seguridad

- ! Compruebe la integridad del producto antes de cada uso. Si está dañado, el funcionamiento del producto y la seguridad ya no están garantizados.
- ! No utilice el producto cerca de fuentes de calor (por ejemplo, radiadores, placas de cocción, llamas, chispas) y evite la luz solar directa.
- ! Mantenga la zona de uso libre de objetos afilados o puntiagudos.
- ! Practique sólo en superficies secas, antideslizantes y rectas, y no cerca de escaleras, balaustradas, bordes o algo similar.
- ! Utilice el producto sólo si puede garantizar la correcta realización de las recomendaciones de ejercicio. Consulte a personal especialmente formado, fisioterapeutas, entrenadores o un especialista médico si no está seguro o tiene alguna duda.
- ! Elija un programa de ejercicios que se adapte a su fuerza física y a su nivel de condición física y evite los ejercicios demasiado difíciles o los experimentos con mayor riesgo.
- ! Para evitar lesiones y riesgos de daños durante el entrenamiento, no lleve joyas ni uñas largas.
- ! Utilizar por los niños sólo bajo la supervisión de un adulto y después de la instrucción que acompaña a la terapia. No apto para niños pequeños.
- ! Para las bandas con clip: Asegúrese de que el broche esté bien encajado, que no se abra y que la banda no pueda soltarse. Asegúrese de que la puerta permanece cerrada durante los ejercicios.
- ! No estire demasiado la cinta y asegúrese siempre de que el deslizamiento accidental de la cinta de su mano o de otros objetos (por ejemplo, la puerta) no pueda provocar una caída o lesiones. Mantenga siempre la cinta alejada de los ojos.
- ! Utilice únicamente los accesorios previstos por el fabricante.

! El uso por parte de niños, adolescentes y durante el embarazo, así como en caso de condiciones de salud existentes como mareos, problemas cardiovasculares, debilidad de las articulaciones, etc., sólo bajo supervisión profesional y después de consultar a un médico.

! El producto y sus accesorios no son juguetes y deben mantenerse fuera del alcance de los niños.

No permita que los niños jueguen con él. Riesgo de estrangulamiento y asfixia.

Información sobre el producto

Alcance de la entrega: Uno de los siguientes productos.

- 1 x SISSEL® Fitband Plus, 1 x manual de instrucciones
(incluye sistema de clip para cinta de 7,5 cm x 2 m aproximadamente)
- 1 x SISSEL® Fitband Essential, 1 x manual de instrucciones

Adecuado tanto para principiantes como para usuarios avanzados, el SISSEL® Fitband Plus / Essential en su versión de látex de alta calidad ofrece una amplia gama de aplicaciones en la terapia, la rehabilitación, el entrenamiento físico, el desarrollo de la fuerza, el entrenamiento muscular, la conciencia corporal y la mejora del equilibrio y la movilidad. SISSEL® Fitband Plus / Essential está disponible en 4 intensidades codificadas por colores (amarillo: ligero, rojo: medio, verde: fuerte, azul: extra fuerte). Además, SISSEL® Fitband Plus está disponible en diferentes longitudes y anchuras.

Datos técnicos

Material:	látex natural reducido en alérgenos
Dimensiones (ancho x largo):	SISSEL® Fitband Plus: aprox. 15 cm x 5 m/25 m/46 m (productos en rollo)
	SISSEL® Fitband Plus: aprox. 7,5 cm x 2 m
	SISSEL® Fitband Essential: aprox. 15 cm x 2,5 m

Nota: Los productos de látex pueden provocar reacciones alérgicas. Aunque los alérgenos que provocan alergias se han reducido en SISSEL® Fitband Plus / Essential mediante un proceso de fabricación especial, siempre existe el riesgo de una reacción alérgica para el usuario.

Uso previsto

- La SISSEL® Fitband Plus / Essential es una banda elástica que puede utilizarse con fines terapéuticos y deportivos en fisioterapia, rehabilitación, gimnasia y deportes (de competición) para una sujeción variada y eficaz.
- La banda SISSEL® Fitband Plus / Essential debe ser utilizada principalmente por profesionales capacitados. Sin embargo, después de la instrucción y con un poco de práctica, la banda también se puede utilizar de forma independiente.
- Por su seguridad, consulte a su médico para que le examine si tiene alguna restricción de salud conocida, como enfermedades cardiovasculares, problemas de columna o dolores articulares, o si es principiante en el deporte o lleva mucho tiempo sin hacer ejercicio.

- Caliente antes de hacer ejercicio para preparar su cuerpo para el entrenamiento y para protegerse de las lesiones musculares y de los tendones.
- Realice los ejercicios de entrenamiento con el SISSEL® Fitband Plus / Essential según las instrucciones dadas.
- Comience con una resistencia de menor intensidad hasta que domine los movimientos. Aumenta poco a poco el número de repeticiones y la resistencia.
- Adapta tu entrenamiento a tu rendimiento personal y a tu objetivo de entrenamiento. Busque asesoramiento para su plan de entrenamiento con personal cualificado si es necesario.
- Realiza los ejercicios de forma controlada y lenta. Exhala durante el esfuerzo y vuelve a inspirar después del mismo. Respira de manera uniforme durante el ejercicio, evita la respiración de presión y nunca retengas la respiración.
- Al realizar los ejercicios, asegúrese de que SISSEL® Fitband Plus / Essential esté siempre ligeramente bajo tensión.
- El número de rondas (series) y repeticiones debe corresponder a su capacidad y objetivo de entrenamiento. Es importante realizar los ejercicios correctamente.
- Realiza pausas suficientemente largas entre los recorridos (series) para la regeneración.
- Detenga el entrenamiento inmediatamente si se produce dolor.



Utilice el producto sólo de acuerdo con las instrucciones. Se recomienda la instrucción y supervisión por parte de personal cualificado.

Indicación

Entrenamiento de fuerza general, fortalecimiento de la musculatura profunda, entrenamiento de la coordinación inter e intramuscular, mejora del equilibrio, la coordinación y la estabilidad articular, reducción de los déficits posturales, ampliación y optimización del programa de fitness habitual, preparación y rehabilitación de operaciones importantes bajo orientación, supervisión o instrucción médica y/o terapéutica, apoyo a numerosas medidas de rehabilitación.

Contraindicación

Dolor agudo, tensión severa, fracturas inestables en la columna vertebral, pelvis, extremidades superiores e inferiores, con molestias y dolores articulares pronunciados, problemas cardiovasculares agudos.

Requisitos reglamentarios

El presente producto de SISSEL® GmbH cumple con los siguientes requisitos normativos:

- Reglamento (UE) 2017/745 sobre productos sanitarios.

Todos los acontecimientos adversos graves que se produzcan en relación con el producto deben notificarse inmediatamente al fabricante y a la autoridad competente.

Accesorios

El producto sólo puede utilizarse con los accesorios previstos para ello.

Uso

1. Compruebe que el embalaje y el producto no presenten daños en el momento de la entrega.

 No utilice nunca un producto dañado.

2. Compruebe la integridad y la contaminación del producto antes de cada uso.

3. Utilice el producto tal y como está previsto.

Ejercicios de
las páginas
26-31

Nota: Puede ser necesario tomar medidas de limpieza después de su uso (ver Cuidado & higiene).

Cuidado & higiene

- Este producto está diseñado para un uso repetido. En general, deben cumplirse los requisitos normativos nacionales aplicables para el reprocesamiento higiénico de los productos sanitarios y debe garantizarse un funcionamiento sin fallos.
- El SISSEL® Fitband Plus / Essential puede limpiarse cuidadosamente con agua pura y un paño limpio si se ensucia. Después, cuélguelo para que se seque al aire.
- Debido a su especial proceso de fabricación, SISSEL® Fitband Plus / Essential sólo requiere un mínimo de polvo para su cuidado. No se recomienda un empolvado adicional realizado por uno mismo.
- No utilice desinfectantes para limpiar SISSEL® Fitband Plus / Essential.
- Es mejor guardar el SISSEL® Fitband Plus / Essential enrollado en una bolsa o caja para protegerlo de la suciedad, la luz solar y el calor.

Eliminación & medio ambiente

El producto puede eliminarse con la basura doméstica. No se utiliza ningún tipo de embalaje especial. Deben observarse las respectivas directrices válidas de eliminación.

Garantía

La garantía se rige por las disposiciones legales. Queda excluida cualquier garantía si la mercancía suministrada por SISSEL® GmbH ha sido procesada, tratada o modificada por terceros sin consentimiento o si no se han seguido las instrucciones de uso.

Nota: Los operadores de este producto deben observar los requisitos reglamentarios para productos médicos aplicables en el lugar de uso.

Informazioni generali

Leggere attentamente il presente manuale d'uso e osservare le istruzioni e le avvertenze di sicurezza. La SISSEL® Fitband Plus / Essential è una fascia elastica di alta qualità per un sostegno variabile ed efficace durante l'allenamento fitness, la ginnastica e la fisioterapia. In quanto dispositivo medico, viene fornito anche a scopo terapeutico ad ambienti medici o ad utenti professionali. Gli utilizzatori professionali sono persone che, in virtù della loro formazione medica o analoga, hanno conoscenze sufficienti sulle malattie da trattare con il sistema o su come evitarle. L'uso terapeutico delle Fit Bands, ad esempio in trattamenti di fisioterapia o riabilitazione, deve essere preferibilmente effettuato da o sotto la guida di utenti professionisti.

L'addestramento autonomo da parte di utenti non professionisti e di medici profani è possibile tenendo conto delle istruzioni per l'uso. Tuttavia, si raccomanda di affidare l'istruzione iniziale a professionisti adeguatamente formati. Il prodotto e gli accessori possono essere utilizzati solo in conformità alle presenti istruzioni per l'uso o secondo le istruzioni di specialisti adeguatamente formati. SISSEL® GmbH non si assume alcuna responsabilità per l'utilizzo del sistema al di fuori delle applicazioni descritte nelle presenti istruzioni per l'uso. Le istruzioni per l'uso devono essere conservate con cura e a portata di mano e devono essere incluse in caso di cessione del prodotto. In definitiva, è necessario tenere conto dei requisiti normativi applicabili a questo prodotto nel rispettivo Paese di utilizzo.

Istruzioni di sicurezza

- ! Controllare l'integrità del prodotto prima di ogni utilizzo. Se danneggiato, il funzionamento del prodotto e la sicurezza non sono più garantiti.
- ! Non utilizzare il prodotto nelle immediate vicinanze di fonti di calore (ad es. termosifoni, piastre, fiamme libere, scintille) ed evitare la luce solare diretta.
- ! Mantenere l'area di utilizzo libera da oggetti appuntiti o taglienti.
- ! Esercitarsi solo su superfici asciutte, antiscivolo e dritte e non in prossimità di scale, balaustre, spigoli o altro.
- ! Utilizzare il prodotto solo se si è in grado di garantire la corretta esecuzione degli esercizi consigliati. In caso di dubbi o domande, consultare personale specializzato, fisioterapisti, allenatori o un medico specialista.
- ! Scegliete un programma di esercizi adatto alla vostra forza fisica e al vostro livello di fitness ed evitate esercizi troppo difficili o che comportano un rischio maggiore.
- ! Per evitare lesioni e rischi di danni durante l'allenamento, non indossare gioielli o unghie lunghe.
- ! L'uso da parte dei bambini è consentito solo sotto la supervisione di un adulto e dopo le istruzioni che accompagnano la terapia. Non adatto ai bambini piccoli.
- ! Per i cinturini con clip: Assicurarsi che la chiusura sia ben salda, che non si apra e che la fascia non possa allentarsi! Assicurarsi che la porta rimanga chiusa durante gli esercizi.
- ! Non tendere eccessivamente il nastro e assicurarsi sempre che lo scivolamento accidentale del nastro dalla mano o da altri oggetti (ad es. una porta) non possa causare cadute o lesioni. Tenere sempre il nastro lontano dagli occhi.
- ! Utilizzare solo gli accessori previsti dal produttore.
- ! L'uso da parte di bambini, adolescenti e durante la gravidanza, nonché in caso di condizioni di salute esistenti come vertigini, problemi cardiovascolari, debolezze articolari, ecc. deve avvenire solo sotto controllo professionale e dopo aver consultato un medico.

! Il prodotto e i suoi accessori non sono giocattoli e devono essere tenuti fuori dalla portata dei bambini. Non permettere ai bambini di giocarci. Rischio di strangolamento e soffocamento!

Informazioni sul prodotto

Ambito di consegna: Uno dei seguenti prodotti.

- 1 x SISSEL® Fitband Plus, 1 x manuale di istruzioni (incl. sistema a clip per circa 7,5 cm x 2 m di nastro)
- 1 x SISSEL® Fitband Essential, 1 x manuale di istruzioni

Adatta sia ai principianti che agli utenti più esperti, la fascia SISSEL® Fitband Plus / Essential nella versione in lattice di alta qualità offre un'ampia gamma di applicazioni per la terapia, la riabilitazione, l'allenamento del fitness, lo sviluppo della forza, l'allenamento muscolare, la consapevolezza del corpo e il miglioramento dell'equilibrio e della mobilità. La fascia SISSEL® Fitband Plus / Essential è disponibile in 4 intensità codificate a colori (giallo: leggero, rosso: medio, verde: forte, blu: extra forte). Inoltre, la fascia SISSEL® Fitband Plus è disponibile in diverse lunghezze e larghezze.

Dati tecnici

Materiale: lattice naturale a ridotto contenuto di allergeni

Dimensioni (L x L): SISSEL® Fitband Plus: circa 15 cm x 5 m/25 m/46 m (merce in rotolo)

SISSEL® Fitband Plus: circa 7,5 cm x 2 m

SISSEL® Fitband Essential: circa 15 cm x 2,5 m

Nota: I prodotti in lattice possono scatenare reazioni allergiche. Sebbene gli allergeni che causano allergie siano stati ridotti nella SISSEL® Fitband Plus / Essential grazie a uno speciale processo di produzione, esiste sempre il rischio di una reazione allergica per l'utente.

Uso previsto

- La SISSEL® Fitband Plus / Essential è una fascia elastica che può essere utilizzata per scopi terapeutici e sportivi in fisioterapia, riabilitazione, ginnastica e sport (agonistici) per un sostegno vario ed efficace.
- La fascia SISSEL® Fitband Plus / Essential deve essere utilizzata principalmente da professionisti qualificati. Tuttavia, dopo l'istruzione e con un po' di pratica, la fascia può essere utilizzata anche in modo indipendente.
- Per sicurezza, consultate il vostro medico per una visita se avete limitazioni di salute note, come malattie cardiovascolari, problemi alla colonna vertebrale o dolori articolari, oppure se siete principianti o non praticate attività fisica da molto tempo.
- Riscaldatevi prima di allenarvi per preparare il corpo all'allenamento e per proteggervi da lesioni muscolari e tendinee.
- Eseguire gli esercizi di allenamento con la SISSEL® Fitband Plus / Essential seguendo le istruzioni fornite.
- Iniziare con una resistenza a bassa intensità fino a raggiungere una buona padronanza dei movimenti. Aumentate lentamente il numero di ripetizioni e la resistenza.
- Adattare l'allenamento alle proprie prestazioni personali e al proprio obiettivo di allenamento. Se necessario, chiedete consiglio a personale qualificato per il vostro piano di allenamento.

- Eseguire gli esercizi in modo controllato e lento. Espirare durante lo sforzo e inspirare di nuovo dopo lo sforzo. Respirare in modo uniforme durante l'esercizio, evitate la respirazione accelerata e non trattenete mai il respiro.
- Quando si eseguono gli esercizi, assicurarsi che la SISSEL® Fitband Plus / Essential sia sempre leggermente in tensione.
- Il numero di serie e di ripetizioni deve corrispondere alle capacità e all'obiettivo dell'allenamento. È importante eseguire gli esercizi in modo corretto.
- Fate pause sufficientemente lunghe tra le ripetizioni (set) per rigenerarvi.
- Interrompere immediatamente l'allenamento in caso di dolore.



Utilizzare il prodotto solo in conformità alle istruzioni. Si raccomanda l'istruzione e la supervisione da parte di personale qualificato.

Indicazione

Allenamento generale della forza, rafforzamento della muscolatura profonda, allenamento della coordinazione inter e intramuscolare, miglioramento dell'equilibrio, della coordinazione e della stabilità articolare, riduzione dei deficit posturali, estensione e ottimizzazione del programma di fitness abituale, preparazione e riabilitazione di interventi importanti sotto la guida, la supervisione o l'istruzione di un medico e/o di un terapeuta, supporto di molte misure di riabilitazione.

Controindicazioni

Dolore acuto, forte tensione, fratture instabili della colonna vertebrale, del bacino, degli arti superiori e inferiori, con disturbi e dolori articolari pronunciati, problemi cardiovascolari acuti.

Requisiti regolatori

Il presente prodotto di SISSEL® GmbH è conforme ai seguenti requisiti normativi:

- Regolamento (UE) 2017/745 sui dispositivi medici

Tutti gli eventi avversi gravi che si verificano in relazione al prodotto devono essere segnalati immediatamente al produttore e all'autorità competente.

Accessori

Il prodotto può essere utilizzato solo con gli accessori previsti a tale scopo.

Uso

1. Al momento della consegna, verificare che l'imballaggio e il prodotto non presentino danni.

 Non utilizzare mai un prodotto danneggiato.

2. Controllare l'integrità e la pulizia del prodotto prima di ogni utilizzo.

3. Utilizzare il prodotto come previsto.

Esercizi alle
pagine
26-31

Nota: Dopo l'uso possono essere necessarie misure di pulizia (vedere Cura & igiene).

Cura & igiene

- Questo prodotto è progettato per un uso ripetuto. In generale, è necessario osservare i requisiti normativi nazionali applicabili per il ritrattamento igienico dei dispositivi medici e garantire un funzionamento privo di difetti.
- La fascia SISSEL® Fitband Plus / Essential può essere pulita accuratamente con acqua pura e un panno pulito se si sporca. Successivamente, appendere ad asciugare all'aria.
- Grazie al suo speciale processo di produzione, la fascia SISSEL® Fitband Plus / Essential richiede solo una minima polverizzazione per la cura. Si sconsiglia un'ulteriore polverizzazione eseguita in proprio!
- Non utilizzare disinfettanti per pulire la SISSEL® Fitband Plus / Essential!
- È preferibile conservare la fascia SISSEL® Fitband Plus / Essential arrotolata in un sacchetto o in una scatola per proteggerla da sporco, luce solare e calore.

Smaltimento & ambiente

Il prodotto può essere smaltito con i rifiuti domestici. Non vengono utilizzati imballaggi speciali.

È necessario osservare le direttive di smaltimento in vigore.

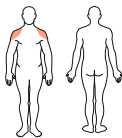
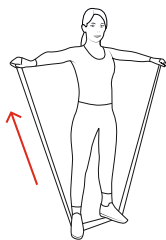
Garanzia

La garanzia è regolata dalle disposizioni di legge. La garanzia è esclusa se le merci fornite da SISSEL® GmbH sono state elaborate, trattate o modificate da altri senza consenso o se non sono state seguite le istruzioni per l'uso.

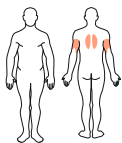
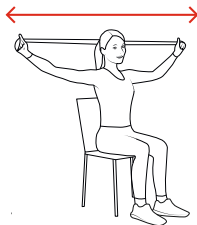
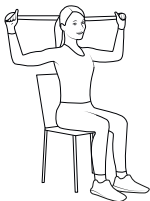
Nota: Gli operatori di questo prodotto devono osservare i requisiti normativi per i prodotti medici applicabili nel luogo di utilizzo.

SISSEL® FITBAND PLUS & ESSENTIAL EXERCISES

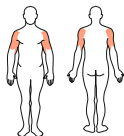
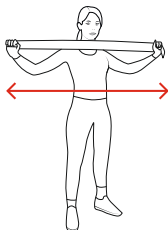
2 6 - 10



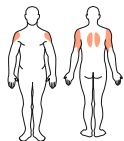
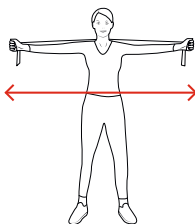
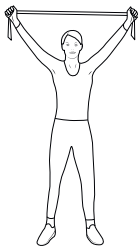
2 6 - 8



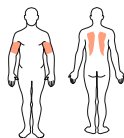
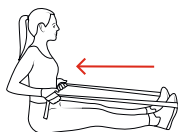
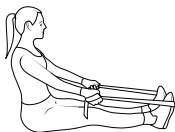
2 6 - 12



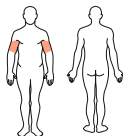
2 6 - 12



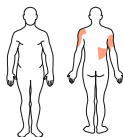
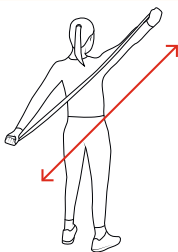
2-3 6 - 12



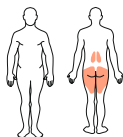
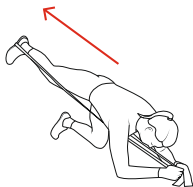
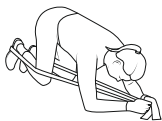
2 6 - 10



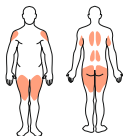
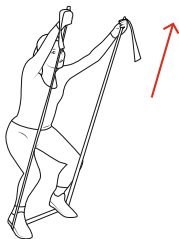
2 6 - 12



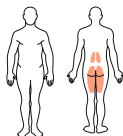
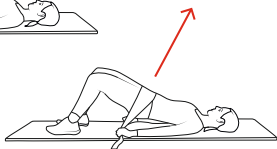
2 6 - 12



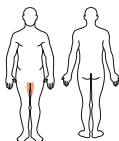
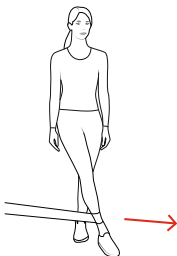
2 6 - 10

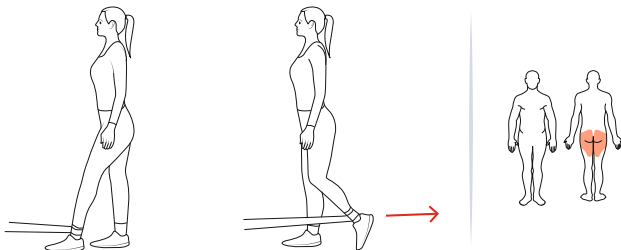


2 6 - 12



1 6 - 12





Symbole | Symbols | Symboles | Symbolen | Simboli | Símbolos



Hersteller | Manufacturer | Fabricant | Fabrikant | Fabbricante | Fabricante



Gebrauchsanweisung beachten | Observe operating instructions | Observer les instructions d'utilisation | Gebruiksaanwijzing in acht nemen | Consultare le istruzioni per l'uso | Consultar las instrucciones de uso



CE-Kennzeichen | CE mark | Marquage CE | CE-markering | Marcatura CE
Marcado CE



UKCA-Kennzeichnung | UKCA marking | Marquage UKCA | UKCA marking
Marcatura UKCA | Marcado UKCA



Zeigt den Bevollmächtigten in der Schweiz an | Indicates the authorised representative in Switzerland | Indique le mandataire établi en Suisse | Geeft de gemachtigde vertegenwoordiger in Zwitserland aan | Indica il mandatario in Svizzera | Indica el representante autorizado en Suiza



Warnhinweis | Warning | Attention | Waarschuwing | Attenzione | Aviso



Triman-Symbol | Triman symbol | Symbole Triman | Triman symbol | Símbolo Triman | Símbolo Triman



Medizinprodukt | Medical device | Dispositif médical | Medisch apparaat | Dispositivo medico | Producto sanitario



Herstellungsdatum | Date of manufacture | Date de fabrication | Fabricagedatum
Data di fabbricazione | Fecha de fabricación



Chargenbezeichnung | Batch code | Code de lot | Batchcode | Codice del lotto
Código de lote



Eindeutiger Identifikator eines Medizinprodukts | Unique Device Identifier | Identifiant unique du dispositif | Unique Device Identifier | Identificazione unica del dispositivo
Identificador único del producto



Enthält Naturkautschuklatex | Contains natural rubber latex | Contient du latex de caoutchouc naturel | Bevat natuurlijk rubberlatex | Contiene lattice di gomma naturale | Contiene látex de caucho natural



Vor Sonnenlicht schützen | Keep away from sunlight | Conserver à l'abri de la lumière du soleil | Niet blootstellen aan zonlicht | Tenere al riparo dalla luce solare
No exponer a la luz solar



Von scharfen und spitzen Gegenständen fernhalten | Keep away from sharp and pointed objects | Tenir à l'écart des objets pointus et tranchants | Blijf uit de buurt van scherpe en puntige voorwerpen | Tenere lontano da oggetti appuntiti e taglienti
Mantener alejado de objetos afilados y puntiagudos



Nicht mit Schuhen benutzen | Do not use with shoes | Ne pas utiliser avec des chaussures
Niet gebruiken met schoenen | Non utilizzare con le scarpe | No utilizar con zapatos



Wiederholungen | Repetitions | Répétitions | Herhalingen | Repeticiones | Ripetizioni



The natural way



SISSEL GmbH
Bruchstrasse 48
67098 Bad Dürkheim
Germany
www.sissel.com



Druckfehler und Irrtümer vorbehalten.
Farb-, Material- und Konstruktionsän-
derungen möglich.

Typesetting and printing errors
excepted. Changes in color, material
and construction possible.



EU/CH/UK/LI/NO/IS:

