

Manual: Gel Heating and Cooling Pad

Instructions: For a cooling effect, place the pad in the refrigerator for several hours, then apply it to the desired area.

For a heating effect, place it in the microwave for a few seconds (start with about 20 seconds—never heat it for longer initially, as every microwave behaves differently. With further use, you will learn how your appliance reacts).

Návod: Gelový hřející a chladící polštářek

Návod: Pro chladivý účinek vložte polštářek na několik hodin do lednice a následně přiložte na požadované místo. Pro hřejivý účinek vložte na několik vteřin do mikrovlnné trouby (nejdříve zkuste na dobu cca 20 vteřin, nikdy ne na dobu delší – každá mikrovlnná trouba reaguje trochu jinak – při dalším používání budete vědět, jak reaguje Váš spotřebič).

Instrukcja: Żelowa poduszka grzejąco-chłodząca

Instrukcje: Aby uzyskać efekt chłodzący, włóż poduszkę na kilka godzin do lodówki, a następnie przyłóż do wybranego miejsca.

Aby uzyskać efekt grzewczy, umieść poduszkę w kuchence mikrofalowej na kilka sekund (najpierw spróbuj na około 20 sekund – nigdy nie podgrzewaj dłużej za pierwszym razem, ponieważ każda kuchenka mikrofalowa działa inaczej. Przy kolejnych użyciach poznasz reakcję swojego urządzenia).

Használati útmutató: Gél Melegítő és Hűsítő Párna

Használati utasítás: Hűsítő hatás érdekében helyezze a párnát néhány órára a hűtőszekrénybe, majd tegye a kívánt területre.

Melegítő hatás érdekében tegye a mikrohullámú sütőbe néhány másodpercre (először próbálja meg kb. 20 másodpercre – soha ne melegítse tovább kezdetben, mert minden mikrohullámú sütő másként működik. Többszöri használat után megismeri saját készülékét).

Instrucțiuni: Perna cu gel pentru încălzire și răcire

Instrucțiuni: Pentru un efect răcoritor, pune perna în frigider timp de câteva ore, apoi aplic-o pe zona dorită.

Pentru un efect de încălzire, pune-o în cuptorul cu microunde pentru câteva secunde (începe cu aproximativ 20 de secunde – nu încălzi niciodată mai mult la început, deoarece fiecare cuptor cu microunde funcționează diferit. Cu utilizările ulterioare, vei învăța cum reacționează aparatul tău).