

# emporia

## MINI PISTOLET DE MASSAGE

avec 6 embouts de massage



GUIDE DE  
DÉMARRAGE RAPIDE

## 02 BIENVENUE

---

Nous vous remercions d'avoir choisi le Mini Pistolet de Massage Emporia.

L'appareil est maniable et se glisse dans n'importe quelle poche. Il produit une impulsion de massage efficace, offre une longue durée de vie de la batterie et 4 niveaux d'intensité. Le pistolet de massage peut soulager efficacement les courbatures causées par l'accumulation d'acide lactique après un entraînement intensif.

Pour une utilisation correcte de ce produit, veuillez lire attentivement les instructions et les consignes de sécurité avant de l'utiliser.

### Contenu de la livraison

- Pistolet de massage
- Tête de massage sphérique
- Tête de massage conique
- Tête de massage en forme de U
- Tête de massage en forme de pelle
- Tête de massage plate
- Tête de massage en forme de pouce
- Câble de recharge USB-C
- Étui de transport
- Guide de démarrage rapide

Conservez les matériaux d'emballage dans un endroit sûr au cas où vous devriez transporter l'appareil ultérieurement. Conservez le ticket de caisse, il constitue votre garantie.

<b>Utilisation</b> .....	04
<b>Domaine d'application</b> .....	05
· Contre-indications .....	05
<b>Description de l'appareil</b> .....	06
· Les têtes de massage.....	06
<b>Mise en service</b> .....	07
· Charger la batterie .....	07
· Témoin de fonctionnement .....	07
· Changer d'accessoire .....	07
<b>Mode d'emploi</b> .....	08
· Sélectionner le niveau d'intensité .....	08
· Changer d'embout .....	08
· Embouts et leurs domaines d'application .....	09
<b>Muscles</b> .....	10
· Épaule .....	10
· Abdomen .....	10
· Dos.....	11
· Bras .....	12
· Cuisse .....	13
· Jambe inférieure.....	13
<b>Dépannage</b> .....	14
<b>Appendix</b> .....	15
· Nettoyage et entretien.....	15
· Précautions .....	15
· Garantie .....	17
· Caractéristiques techniques.....	18
· Déclaration de conformité (DoC).....	18

## 04 UTILISATION

---

L'action en profondeur de l'appareil réduit en peu de temps les douleurs, les bursites, les crampes musculaires, les névralgies et autres troubles de l'appareil locomoteur causés par des entorses articulaires. Presque tous les troubles tissulaires sont liés à un traumatisme, à une utilisation excessive des muscles ou à une posture anormale, et la plupart des durcissements observés dans ces pathologies peuvent être traités avec cet appareil.

N'utilisez pas l'appareil si vous suivez déjà une physiothérapie de longue durée, sauf si votre thérapeute vous le conseille expressément.

N'utilisez pas l'appareil si vous vous trouvez dans une situation de stress excessif, détendez-vous avant l'utilisation. Les zones sensibles telles que la tête, le visage et les vertèbres cervicales doivent être évitées. En cas d'inflammation, d'enflure ou de douleur, arrêtez immédiatement l'utilisation.

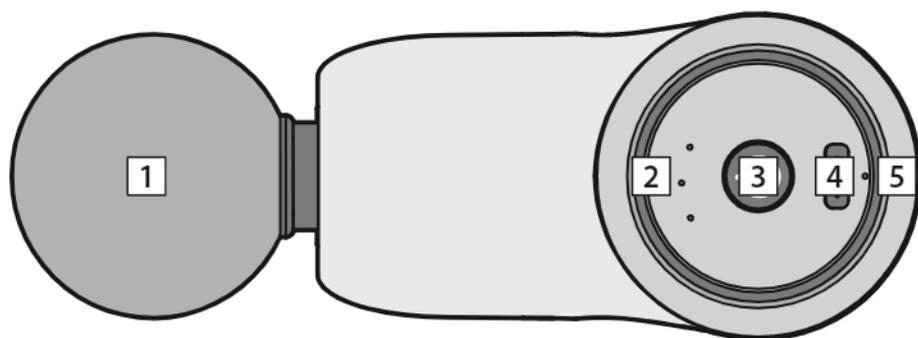
Les recherches actuelles portent sur les effets de l'entraînement par vibrations sur certaines pathologies. On peut s'attendre à ce que cela réduise les troubles susmentionnés et l'expérience pratique a montré que dans de nombreux cas, l'intégration de l'entraînement par vibrations dans une physiothérapie est également une recommandation. Cela doit se faire en concertation avec un médecin ou un physiothérapeute.

- Soulagement des douleurs et des crampes en cas de contusions musculaires, d'entorses, de claquages
- Favorise l'évacuation de l'œdème dans la zone enflée
- Détend les tissus conjonctifs épaissis et les fascias
- Réduit l'accumulation d'acide lactique dans les muscles
- Augmentation de la mobilité articulaire
- Récupération musculaire plus rapide après le sport

## **Contre-indications**

- Anévrismes, hémorragies, maladies cardiaques
- Utilisation d'anticoagulants, stimulateur cardiaque, défibrillateur
- Grossesse, cancer
- Dans les 90 jours suivant une fixation intra-articulaire, le dispositif ne doit pas être utilisé à moins de 8 cm pour une fixation interne.
- Exclure les zones sensibles du corps : Tête, visage, vertèbres cervicales, colonne vertébrale, corps vertébraux.
- Position recouverte de muscles à proximité des os : humérus, dos du pied, dos de la main, etc.

## 06 DESCRIPTION DE L'APPAREIL



### 01 Embout de massage

Choix entre 6 embouts différents

### 02 Indicateur d'intensité ☼ (3 LED)

### 03 Interrupteur principal de l'appareil ⏻

### 04 Prise de charge USB-C

### 05 Témoin de fonctionnement

## Les têtes de massage

### 06 Tête de massage sphérique

### 07 Tête de massage conique

### 08 Tête de massage en forme de U

### 09 Tête de massage en forme de pouce

### 10 Tête de massage en forme de pelle

### 11 Tête de massage plate



6



7



8



9



10



11

## Charger la batterie

Avant de mettre l'appareil de massage en service pour la première fois, vous devez d'abord le charger pendant au moins 3 ½ heures.

- Connectez le câble de chargement USB-C fourni à l'appareil de massage. La prise pour le câble de charge se trouve sur la partie inférieure de la poignée.
- Branchez le câble de recharge dans un adaptateur électrique approprié.

Une charge complète de la batterie permet jusqu'à 4 heures d'utilisation, selon l'intensité.

## Témoin de fonctionnement

### > Témoin en cours de chargement

- Chargement                      Rouge, clignote lentement
- Chargement terminé        Vert, allumé en permanence

### > Indicateur en fonctionnement

- État de la charge ≤ 20%    Rouge, clignote
- État de la charge 30-50%   Vert, allumé
- État de charge 60-75%    Vert, clignotant
- État de charge 80-100%   Vert, clignote rapidement

## Changer d'accessoire

Avant de commencer le massage, vous devez d'abord choisir l'accessoire approprié. Dans le chapitre »Mode d'emploi« à la page 08, vous trouverez une liste de tous les embouts et de leurs domaines d'application.

### Sélectionner le niveau d'intensité

- Maintenez l'interrupteur principal de l'appareil enfoncé pendant 1 ½ seconde pour mettre l'appareil en marche et démarrer le premier niveau d'intensité.
  - Chaque pression supplémentaire sur l'interrupteur principal de l'appareil augmente l'intensité jusqu'à ce que vous atteigniez le quatrième niveau, le plus élevé.
- > **Indicateur d'intensité** 
- Intensité niveau 1:   
- Intensité niveau 2:   
- Intensité niveau 3:   
- > Intensité niveau 4:    (clignotement continu)

### Changer d'embout

Avant de commencer le massage, vous devez d'abord choisir l'embout approprié.

#### **Pour changer d'accessoire, procédez comme suit :**

- Retirez l'embout actuel de l'appareil à l'horizontale.
- Insérez fermement l'accessoire souhaité dans l'appareil de massage jusqu'à ce que vous sentiez qu'il est bien enclenché.

## Embouts et leurs domaines d'application



La **tête de massage sphérique** est utilisée pour le massage des bras, des hanches et du dos, ainsi que des grands groupes musculaires.



La **tête de massage conique** convient au massage des tissus profonds tels que les articulations, les paumes des mains et la plante des pieds.



La **tête de massage en forme de U** est utilisée pour le massage de la colonne vertébrale et de la nuque.



La **tête de massage en forme de pelle** convient pour un massage relaxant de toutes les parties du corps.



La **tête de massage plate** est utilisée pour les muscles abdominaux et les zones sensibles.



La **tête de massage en forme de pouce** est également utilisée pour le massage des tissus profonds comme les articulations, les paumes des mains et la plante des pieds.

Utilisez le pistolet de massage à des intervalles de 20 à 30 secondes, jusqu'à trois fois par traitement, en faisant des pauses entre les intervalles pour obtenir des résultats optimaux. La direction du massage doit être orientée vers le bas.

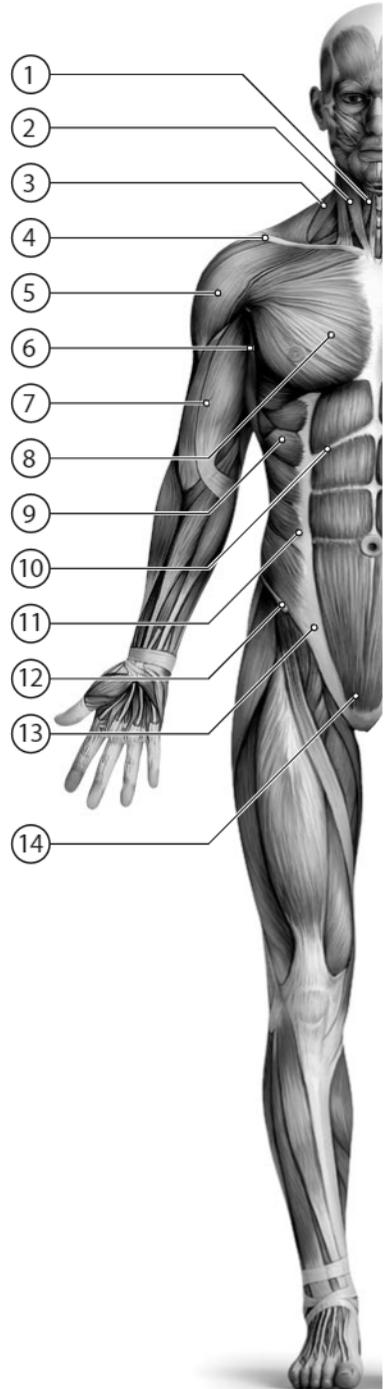
# 10 MUSCLES

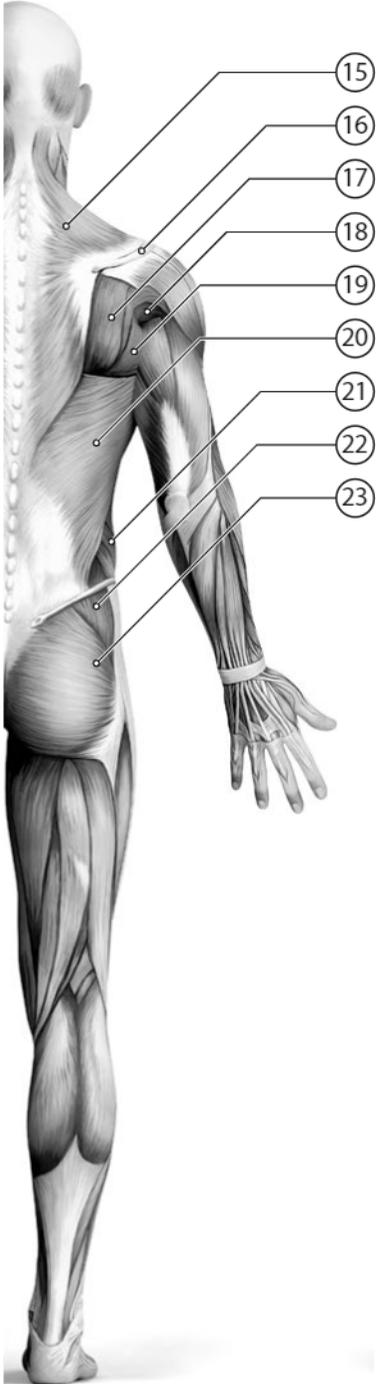
## Épaule

1. Muscle de l'omoplate et de l'os hyoïde  
(*muscle omohyoïdien*)
2. Muscle de l'escalier antérieur  
(*muscle scanelus anterior*)
3. Muscle de retournement de la tête  
(*muscle sterno-cléido-mastoïdien*)
4. Clavicule (*clavicule*)
5. Muscle deltoïde (*muscle deltoïde*)
6. Muscle du bec de corbeau –  
bras supérieur (*muscle coracobrachialis*)
7. Muscle bicéphale du bras – biceps  
(*muscle biceps brachial*)
8. Muscle grand pectoral  
(*muscle grand pectoral*)

## Abdomen

9. Muscle oblique externe de l'abdomen  
(*muscle oblique externe de l'abdomen*)
10. Muscle droit de l'abdomen  
(*muscle droit de l'abdomen*)
11. Muscle oblique interne de l'abdomen  
(*muscle oblique interne de l'abdomen*)
12. Crête iliaque (*Crista iliaca*)
13. Muscle transverse de l'abdomen  
(*muscle transverse de l'abdomen*)
14. Muscle pyramidal (*muscle pyramidal*)



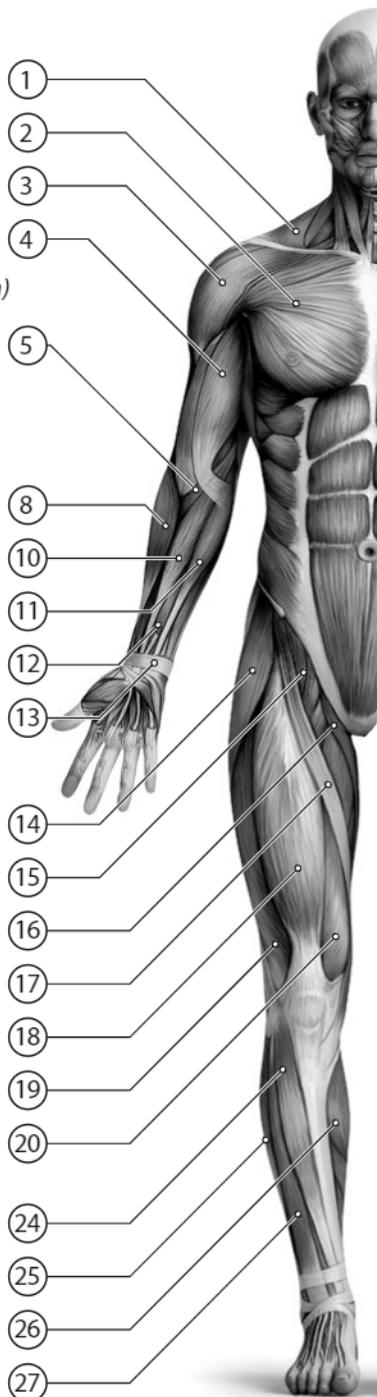


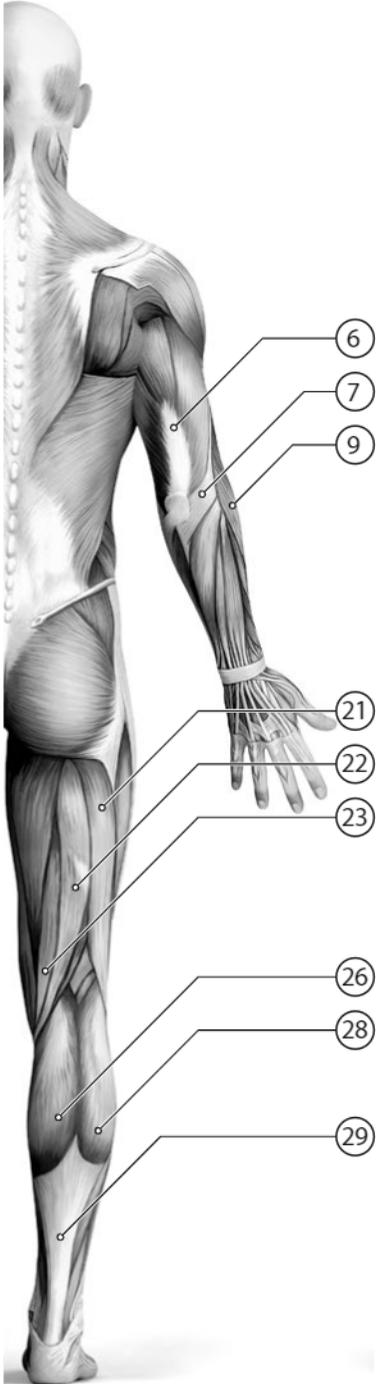
## Dos

- 15. Muscle trapèze  
*(muscle trapèze)*
- 16. Arête de l'omoplate  
*(épine de l'omoplate)*
- 17. Muscle sous-scapulaire  
*(muscle infra-épineux)*
- 18. Petit muscle rond  
*(muscle petit rond)*
- 19. Muscle grand rond  
*(muscle grand teres)*
- 20. Muscle large du dos  
*(muscle latissimus dorsi)*
- 21. Muscle oblique externe de l'abdomen  
*(muscle oblique externe de l'abdomen)*
- 22. Muscle moyen des fesses  
*(muscle gluteus medius)*
- 23. Muscle grand fessier  
*(Muscle gluteus maximus)*

## Bras

1. Muscle trapèze (*musculus trapezius*)
2. Muscle grand pectoral  
(*muscle grand pectoral*)
3. Muscle deltoïde (*muscle deltoïde*)
4. Muscle bicéphale du bras - biceps  
(*muscle biceps brachial, caput breve, Caput longum*)
5. Muscle du bras - fléchisseur du bras  
(*muscle brachial*)
6. Muscle triceps brachial - triceps  
(*muscle triceps brachial, caput laterale, caput longum, caput mediale*)
7. Muscle du cartilage (*muscle anconeus*)
8. Muscle brachial du bras  
(*muscle brachioradial*)
9. Muscle long extenseur du radius de la main  
(*musculus extensor carpi radialis longus*)
10. Fléchisseur de la main du côté du radius  
(*muscle fléchisseur du carpe radial*)
11. Tenseur long du tendon du creux de la main  
(*muscle long palmaire*)
12. Fléchisseur superficiel des doigts  
(*muscle fléchisseur superficiel du doigt*)
13. Ligament de maintien des tendons extenseurs  
(*Rétinaculum musculorum extensorum*)





## Cuisse

14. Tenseur du ligament de la cuisse  
(*Musculus tensor fasciae latae*)
15. Muscle iliaque (*musculus iliacus*),  
Muscle grand dorsal (*muscle psoas major*),  
muscle pectiné (*muscle pectineus*)
16. Muscle mince (*muscle gracile*)
17. Muscle de la taille (*muscle sartorius*)
18. Muscle droit de la cuisse  
(*muscle rectus femoris*)
19. Muscle externe de la cuisse  
(*muscle vastus lateralis*)
20. Muscle interne de la cuisse  
(*muscle vastus medialis*)
21. Muscle biceps de la cuisse  
(*Muscle biceps fémoral, caput longum*)
22. Muscle semi-tendineux  
(*muscle semitendinosus*)
23. Muscle semi-membraneux  
(*musculus semimembranosus*)

## Jambe inférieure

24. Muscle tibial antérieur  
(*musculus tibialis anterior*)
25. Muscle long du péroné  
(*Musculus fibularis longus*)
26. Muscle interne du mollet  
(*muscle gastrocnémien, caput médial*)
27. Muscle long extenseur des orteils  
(*Musculus extensor digitorum longus*)
28. Muscle externe du mollet (*muscle*  
*gastrocnémien, caput laterale*)
29. Tendon d'Achille (*Tendo calcaneus*)

# 14 DÉPANNAGE

---

<b>Problème</b>	<b>Cause possible</b>	<b>Remède</b>
Ne s'allume pas	La batterie est faible	Chargez le produit
S'éteint pendant l'utilisation	La batterie est faible	Chargez le produit
Ne peut pas être chargé	Erreur de tension et/ou d'intensité	Remplacez le câble de charge et/ou l'adaptateur CA.
Temps de charge long	Cordon de charge ou adaptateur CA défectueux	Remplacez le câble de charge et/ou l'adaptateur CA.
Ne se recharge pas	Cordon de charge ou adaptateur CA défectueux	Remplacez le câble de charge et/ou l'adaptateur CA.

## Assistance

- **Belgique · FR**  
support-be@emporiatelecom.com  
Lundi-vendredi: 13<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>  
+32 787 00 499
  - **France · FR**  
support-fr@emporiatelecom.com  
Lundi-vendredi: 13<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>  
+33 185 737 847
  - **Nederland · FR**  
support-nl@emporiatelecom.com  
Lundi-vendredi: 13<sup>00</sup>-17<sup>00</sup>  
+33 185 737 847
  - **Suisse · FR**  
support-fr@emporiatelecom.com  
Lundi-vendredi: 12<sup>00</sup>-16<sup>00</sup>  
+41 (0) 800 70 50 10
- Veuillez avoir votre preuve d'achat à portée de main.

## Nettoyage et entretien

- Essuyez la surface de l'appareil avec un chiffon légèrement humide et séchez-la avec un chiffon doux.
- En cas de stockage prolongé ou de voyage, placez le produit dans le carton d'origine de l'appareil et gardez-le au sec.

## Précautions

- Afin de réduire le risque de dysfonctionnement, de choc électrique, de blessure, d'incendie et de dommage à l'appareil, veuillez lire toutes les instructions et tous les avertissements relatifs à ce produit dans ce manuel avant de l'utiliser.
- Ce produit n'est pas destiné à un usage médical et est utilisé uniquement pour le massage personnel.
- Veuillez garder ce produit hors de portée des enfants. Ne permettez pas aux enfants ou aux personnes non autorisées d'utiliser ce produit.
- Il est recommandé d'utiliser le produit sur une surface de peau sèche et propre.
- N'utilisez pas le produit sur la tête ou sur des parties dures ou osseuses du corps ; utilisez le produit uniquement sur les tissus mous du corps, sans provoquer de douleur ou d'inconfort.
- N'utilisez pas le masseur dans des zones d'hématomes, de douleur ou d'inconfort.
- Une utilisation excessive peut entraîner une surchauffe du produit et réduire sa durée de vie. En cas d'utilisation répétée, laissez le produit refroidir un moment avant de l'utiliser.

- N'utilisez pas le produit dans un environnement humide, par exemple dans une salle de bain. Ne plongez pas le produit dans l'eau ou dans d'autres liquides afin d'éviter un court-circuit ou un choc électrique.
- Ne placez pas le produit à proximité d'un four ou à la lumière directe du soleil.
- N'insérez pas de corps étrangers dans les ouvertures de l'appareil et veillez à ce que les ouvertures restent exemptes de saletés.
- Ne couvrez pas l'appareil de massage pendant son utilisation afin d'éviter tout dysfonctionnement dû à une température élevée du moteur.
- Veillez à ce que vos doigts, cheveux ou autres parties du corps ne se trouvent pas à proximité de la tête oscillante, car ils pourraient être coincés.
- Les personnes suivantes ne doivent pas utiliser l'appareil : Les personnes portant un stimulateur cardiaque implanté, les personnes souffrant d'une maladie cardiaque, les personnes souffrant d'une affection dorsale pénible, les femmes enceintes ou venant d'accoucher, les personnes souffrant de fractures, d'ostéoporose, de maladies articulaires, les personnes atteintes de tumeurs malignes, de lésions cutanées traumatiques ou d'eczéma. Si vous n'êtes pas sûr de pouvoir utiliser l'appareil, demandez d'abord conseil à votre médecin.
- N'exposez pas l'appareil à des températures élevées, comme les rayons du soleil, ou à des appareils produisant de la chaleur, comme des radiateurs, des fours à micro-ondes, des fours ou des chauffe-eau. Une surchauffe de l'appareil peut entraîner une explosion.

## **Clause de non-responsabilité**

- Ne manipulez pas le câble de recharge USB-C et l'appareil de massage avec les mains mouillées afin d'éviter tout court-circuit, dysfonctionnement ou choc électrique.
- Remplacez le câble de recharge s'il a été exposé à la pluie, à un liquide ou à une forte humidité.
- Ne démontez pas ou ne modifiez pas l'appareil, n'introduisez pas de corps étrangers et ne l'immergez pas dans l'eau ou dans d'autres liquides afin d'éviter toute fuite de la batterie, toute surchauffe, tout incendie ou toute explosion.

## Mise au rebut

### · Mise au rebut de l'emballage

Les emballages et les accessoires d'emballage sont recyclables et doivent être triés.



### · Mise au rebut des batteries

Les batteries et les accumulateurs ne doivent pas être jetés avec les ordures ménagères ! En



tant que consommateur, vous avez le devoir de rapporter les batteries et les accumulateurs au bon endroit. Ceux-ci peuvent être remis aux organismes de collecte locaux de votre commune ou à un magasin spécialisé.

### · Mise au rebut de l'appareil

Une fois que ce produit est arrivé en fin de vie, ne le jetez pas avec les ordures ménagères.



Pour le bien de l'environnement, rapportez-le dans un point de collecte des appareils usagés pour qu'il soit recyclé.

## Garantie

- Le consommateur (client) bénéficie d'une garantie de durabilité aux conditions suivantes, sans préjudice de ses droits en cas de défaut vis-à-vis du vendeur :
  - Cette garantie s'applique aux appareils neufs achetés dans l'Union européenne. Le garant est **emporia telecom GmbH + CoKG, Industriezeile 36, A-4020 Linz.**
  - Les appareils neufs et leurs composants qui présentent un défaut en raison d'un vice de fabrication et/ou de matériel dans les **12 mois** suivant l'achat seront remplacés ou réparés gratuitement par un appareil correspondant à l'état de la technique.
  - Cette garantie ne s'applique pas dans la mesure où le défaut des appareils est dû à une manipulation inappropriée et/ou au non-respect du mode d'emploi.
  - Le justificatif d'achat, avec la date d'achat, fait office de preuve de garantie.
  - Pour faire valoir cette garantie, veuillez vous adresser à notre hotline.

## Caractéristiques techniques

- Modèle: MASS-MINGUN1-BL (PM18)
- Dimensions du produit: 43 x 146 x 89 mm
- Poids: environ 359 g
- Puissance: niveau 1 ~1800rpm, niveau 2 ~2200rpm, niveau 3 ~2600rpm, niveau 4 ~3000rpm
- Bruit en décibels: 25 Hz - 45 Hz
- Puissance nominale: 60W/max
- Tension nominale: 7.4V
- Recharge du produit: 5V, 2 A
- Autonomie de la batterie: jusqu'à 5 h

## Déclaration de conformité (DoC)

- Fabricant: **emporia telecom GmbH + CoKG**  
Industriezeile 36 · 4020 Linz · Austria
- Importateur: **emporia telecom GmbH + CoKG**
- Site web: **www.emporia.eu**
- Nom de marque: **emporia**
- Modèle: **MASS-MINGUN1-BL (PM-18 Fascia Gun)**
- Description de l'article: **Muscle fascial massager**

L'objet de la déclaration décrit ci-dessus est conforme aux législation d'harmonisation pertinente de l'Union :

**Directive sur la compatibilité électromagnétique 2014/30/UE**

Le texte complet de la déclaration de conformité UE est disponible à l'adresse Internet suivante : <http://www.emporia.eu/doc>

Pour l'exactitude des informations  
Eveline Pupeter,  
CEO, emporia Telecom  
09/05/2022





**EMPORIA** Telecom  
GmbH & Co. KG

[customercare@emporia.at](mailto:customercare@emporia.at)

Industriezeile 36  
4020 Linz · Austria

[www.emporia.eu](http://www.emporia.eu)