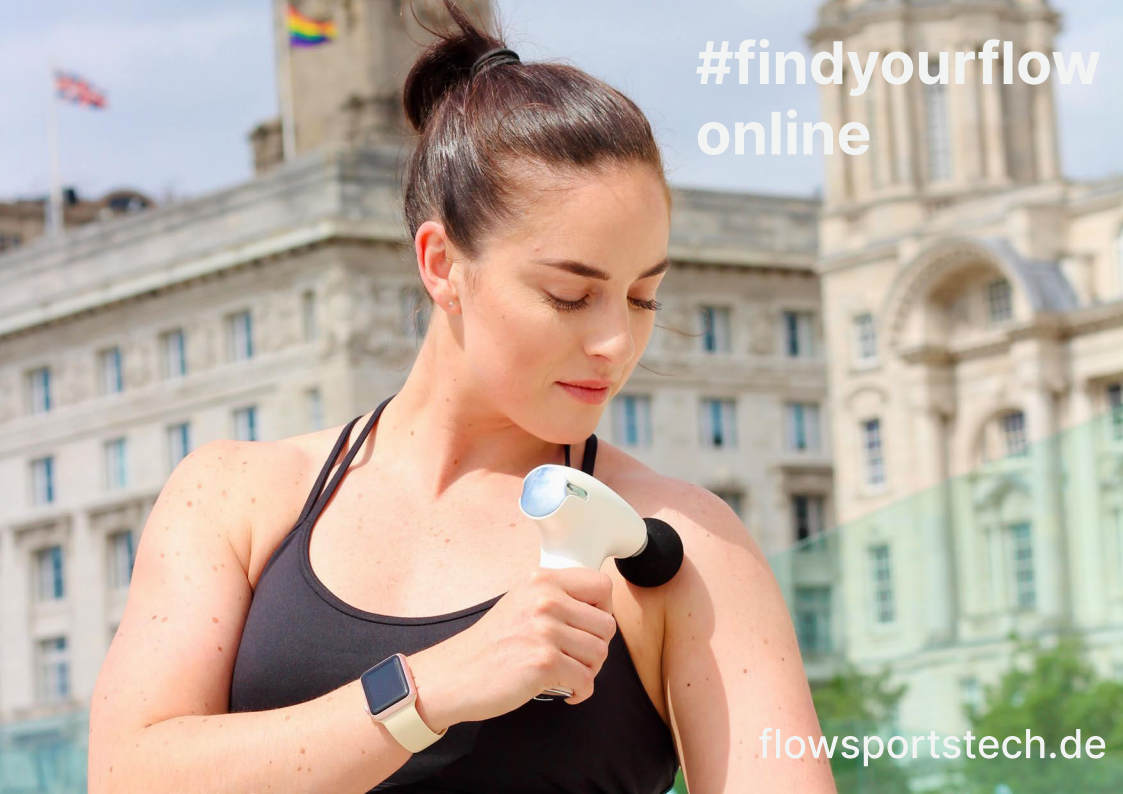




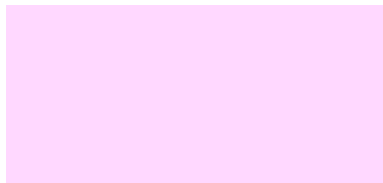
NANO

A woman with dark hair in a ponytail, wearing a black sports top and a smartwatch, is using a white handheld device on her shoulder. The background features a historic building with many windows and a rainbow flag flying on a pole.

#findyourflow
online

flowsportstech.de

Vielen Dank für den Kauf der Flow NANO Massagepistole mit Wärmefunktion



Besuche flowsportstech.de/anwendungsanleitungen für
Online-Hilfe, Anleitungsvideos und Tipps & Tricks für Deinen Flow.

Wir bei Flow gehen wir immer wieder an die Grenzen, um innovative Produkte zu entwickeln, die das Leben leichter machen. Vielen Dank für Dein Vertrauen in uns.

Unsere Geräte helfen Dir Deine Verspannungen und Müdigkeit zu lindern und schneller zu einem aktiven Lebensstil zurückzukehren. Mit dem NANO wollten wir ein Produkt schaffen, das man überallhin mitnehmen und jederzeit benutzen kann. Die Größe und das Gewicht machen den NANO zu einem idealen Reisebegleiter. Die Kombination von Massage und Wärmetherapie in einem Gerät ist revolutionär.

Wir sind uns sicher, er wird Dir helfen Deinen Flow wieder zu finden.

WICHTIGE SICHERHEITSHINWEISE

**VERGEWISSERE DICH VOR DER VERWENDUNG DES PRODUKTS, DASS DU DIE
BEDIENUNGSANLEITUNG UND ALLE WARNHINWEISE AUF DEM GERÄT GELESEN HAST**

Warnhinweise



Bevor Du eine Flow-Massage durchführst, hol Dir bitte zuerst die Zustimmung Deines Arztes ein, wenn eine der folgenden Umstände auf Dich zutrifft: Schwangerschaft, Diabetes mit Komplikationen wie Neuropathie oder Netzhautentzündung, periphere Neuropathie, Tragen von Herzschrittmachern, kürzliche Operationen, Epilepsie oder Migräne, Bandscheibenvorfälle, Spondylolisthese, Spondylolyse oder Spondylose, kürzlicher Gelenkersatz oder IUDs, Metallstifte oder -platten oder andere Bedenken bezüglich Deiner körperlichen Gesundheit. Nicht zur Verwendung durch Personen unter 13 Jahren geeignet.



Verwende dieses Gerät nicht am Kopf oder in der Nähe Deiner Genitalien. Verwende das Gerät nicht oberhalb des Halswirbels (etwa in der Mitte des Halses).



Lass das Gerät nicht nass werden. Reinige es ausschließlich mit einem leicht feuchten Tuch.



Lege Deine Finger oder andere Gegenstände nicht in die Nähe des Schafts oder Fassung, während das Gerät in Gebrauch ist. Lass keine Haare im Massagekopf oder dem Schaft des Massagekopfes oder einem anderen beweglichen Teil des Gerätes einklemmen.



Dieses Gerät enthält einen extrem starken Magneten! Benutzer von Herzschrittmachern müssen vor der Verwendung dieses Gerätes ihren Arzt konsultieren.

Sicherheitshinweise

- Personen ab 14 Jahren oder Personen mit eingeschränkten körperlichen, sensorischen oder logischen Fähigkeiten sollten dieses Gerät erst verwenden, wenn sie von einer verantwortlichen Person, die den sicheren Gebrauch des Geräts nachgewiesen und die damit verbundenen Gefahren offengelegt hat, beaufsichtigt oder unterwiesen wurden.
- Verwende das Gerät nicht als Spielzeug. Bei Verwendung in der Nähe von Kindern ist besondere Aufmerksamkeit erforderlich.
- Bewahre das Gerät außerhalb der Reichweite von Kindern auf.
- Tauche das Gerät niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten ein. Gieße niemals Wasser über das Gerät.
- Von Wärmequellen und direkter Sonneneinstrahlung fernhalten.
- Halte die Lüftungöffnungen frei von Schmutz, Staub und Ablagerungen.
- Verwende das Gerät nicht für andere Zwecke als die persönliche Sportmassage.
- Fass kein Teil des A/C Ladeegeräts oder des Geräts mit nassen Händen an.
- Ziehe den Stecker des A/C-Ladeegeräts niemals durch Ziehen am Kabel. Greife den Stecker, um den Stecker zu ziehen, nicht das Kabel.
- Verwende keine Schmiermittel, Reinigungsmittel, Polituren oder Lufterfrischer an irgendeinem Teil des Gerätes.
- Wende Dich an das Flow-Support-Team, wenn eine Reparatur erforderlich ist. Demontiere das Gerät nicht, da eine unsachgemäße Montage zu einem elektrischen Schlag oder Brand führen kann.
- Wenn das Gerät defekt ist, heruntergefallen ist, beschädigt wurde, im Freien gelassen wurde, einen heftigen Schlag erhielt oder ins Wasser gefallen ist, verwende es nicht und wende Dich an das Flow-Support-Team.

Akku Sicherheit

Der Akku ist eine versiegelte Einheit und stellt unter normalen Umständen kein Sicherheitsrisiko dar.

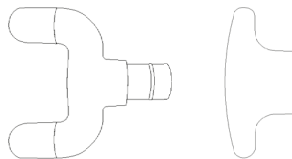
- Verbinde die Batteriepole nicht mit Leitern wie Schlüsseln, Münzen, Schmuck oder anderen metallischen Materialien. Andernfalls kann der Akku kurzgeschlossen werden und Verletzungen verursachen.
- Halte den Akku von übermäßiger Hitze und direkter Sonneneinstrahlung fern. Lege den Akku nicht auf oder in Heizgeräte wie Mikrowellenherde, Öfen oder Heizkörper.
- Lege den Akku nicht in ein Feuer, da er explodieren kann. Beschädigte Akkus können ebenfalls explodieren. Entsorge gebrauchte Akkus gemäß den örtlichen Vorschriften.
- Unsachgemäße Verwendung des Akkus kann zu einem Brand, einer Explosion oder anderen Gefahren führen.
- Lass Kinder oder Haustiere nicht in den Akku beißen oder daran saugen.
- Zerlege oder durchbohre den Akku nicht und setze ihn keinem hohen Außendruck aus.
- Das Ersetzen des Akkus durch ein falsches Modell oder eine Kopie des Originals kann zu einer Explosion führen.



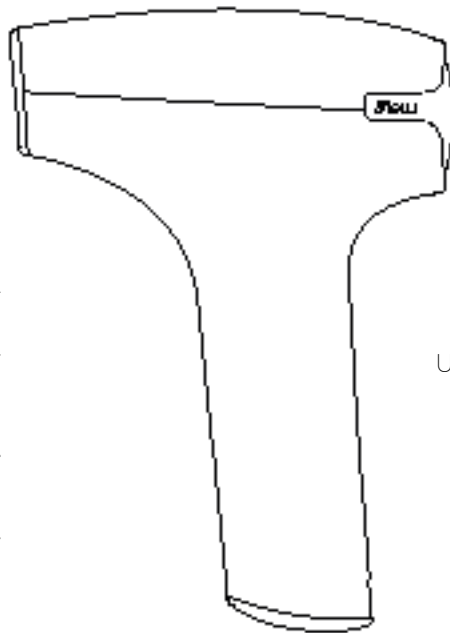
Inhalt

Flow NANO

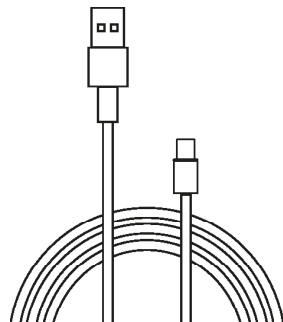
Massagepistole mit
Wärmefunktion



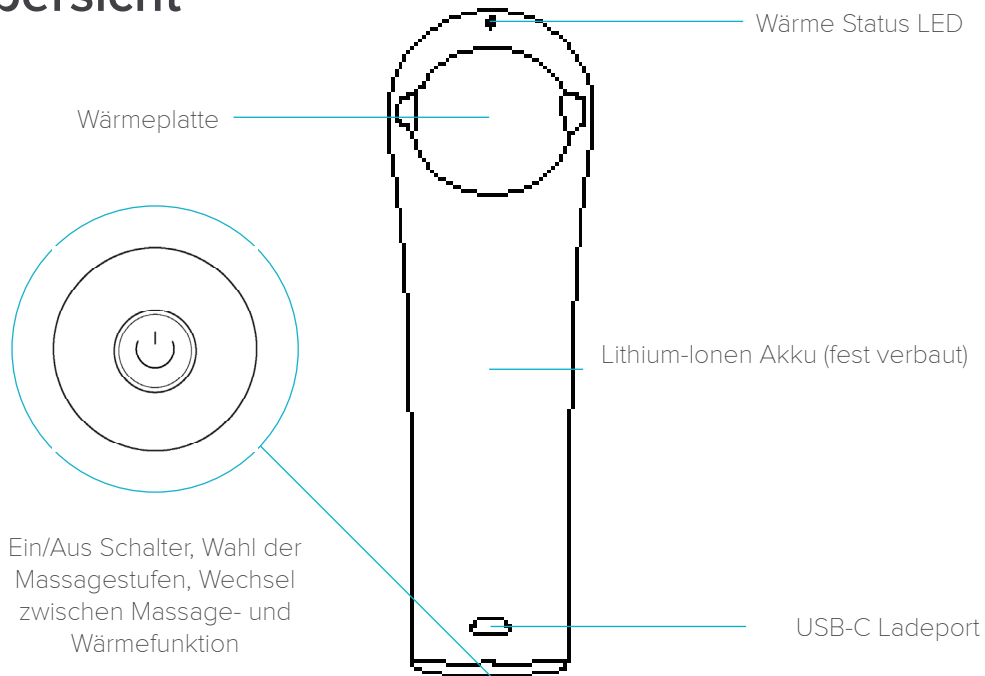
Flow Heads™



USB zu USB-C Ladekabel

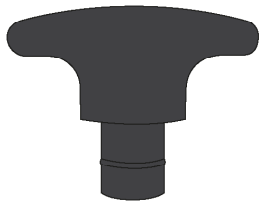


Übersicht



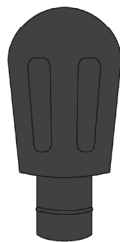
Flow Heads™

Dein Gerät wird mit vier austauschbaren Flow Heads™ geliefert, die schnell und einfach gewechselt werden können. Zum Wechseln ziehe den Kopf vom Gerät ab. Wenn Du gleichzeitig ziehst und den Kopf leicht drehst geht es leichter. Ist der Kopf entfernt kann der andere Kopf eingesetzt werden. Drücke den Kopf gut fest.



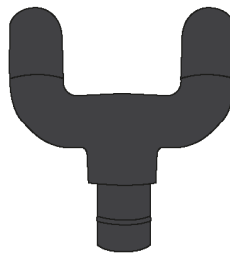
Hammer

Der Alleskönner. Dieser Kopf ist für die allgemeine Körperbehandlung und größere Muskelgruppen konzipiert.



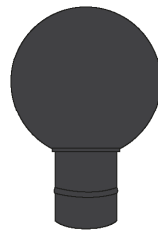
Bullet

Der kleine Durchmesser des Bullets macht ihn perfekt für eine gezielte Muskelbehandlung. Ideal um Triggerpunkte zu lokalisieren und zu beseitigen.



Fork

Sowohl für die Behandlung von Muskulatur um Sehnen und Bänder herum, als auch für die Therapie rund um die Wirbelsäule, der Schulter und der Wade optimal geeignet.



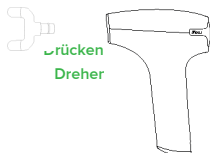
Ball

Aus geschlossenzelligem PU Schaum mit hoher Dichte ist dieser Kopf für den Einsatz um Knochen und andere empfindliche Bereiche herum konzipiert.

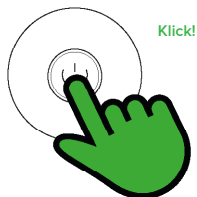
Quick Start - Massage



Nimm das Gerät vorsichtig aus der Box. Dein Flow **NANO** wird immer mit dem Ball Head ausgerüstet geliefert. Du kannst den Kopf einfach tauschen.

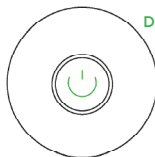


Setze den Kopf Deiner Wahl ein und drücke ihn gut fest. Lass Deinen Flow **NANO** nie ohne eingesetzten Kopf laufen.



Um das Gerät im Massagemodus einzuschalten, drücke den Power Button an der Unterseite des Griffes für etwa 3 Sekunden. Durch erneutes Drücken werden die verschiedenen Modi aktiviert (siehe nebenstehend). Massiere das gewünschte Körperteil mit der gewünschten Geschwindigkeit und übe bei Bedarf Druck aus. Um das Gerät nach der Massage auszuschalten halte den Power Button wieder für etwa 2 Sekunden gedrückt.

Modi



Drücken & Halten

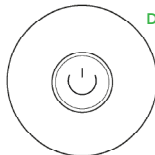
Der Flow **NANO** wurde konzipiert, so einfach wie möglich bedienbar zu sein. Drücke den Power Button für etwa 3 Sekunden und das Gerät beginnt im **Relax Modus**, unserer ersten Stufe zu arbeiten



Drücke einmal kurz für Stufe zwei, **Refresh Modus**.



Drücke noch einmal kurz für maximale Leistung auf Stufe 3, **Recharge Modus**.



Drücken & Halten

Um das Gerät auszuschalten, drücke den Power Button für ca. 2 Sekunden. Mehr musst Du nicht tun. Der **NANO** geht nach 5 Minuten Nichtgebrauch in den Sleep Modus. Zum Aufwecken drücke einfach die Power-Taste.

Quick Start - Wärmefunktion

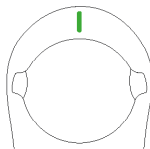
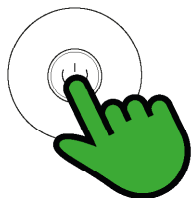


Nimm das Gerät vorsichtig aus der Box. Dein Flow **NANO** wird immer mit dem Ball Head ausgerüstet geliefert. Für die Wärmefunktion kannst Du den Flow Head einfach aufgesteckt lassen

Um die Wärmefunktion zu aktivieren, doppelklicke auf die Einschalttaste an der Unterseite des Geräts. Wenn die Wärmefunktion aktiviert ist, leuchtet die LED auf der Oberseite des Flow **NANO**.
Durch erneutes Klicken werden die verschiedenen Stufen aktiviert (siehe nebenstehende Abbildung). Lege die Wärmeplatte mit der gewünschten Temperatur auf die gewünschte Körperstelle und übe bei Bedarf Druck aus. Um die Wärmefunktion auszuschalten, drücke den Power Button für ca. 2 Sekunden.

Sicherheitstipp: Die Wärmeplatte braucht etwa 30-60 Sekunden, um abzukühlen.

ick!



Drücke den Power Button zweimal kurz hintereinander und das Gerät wird auf der ersten Wärmestufe beginnen, **Niedrig**.



Drücke noch einmal für Wärmestufe 2 **Medium**.



Drücke noch einmal für die maximale Wärmestufe 3, **Hoch**.

Klick! Halten!



Um die Wärmefunktion abzuschalten, halte den Power Button für ca. 2 Sekunden gedrückt und Dein Gerät beginnt abzukühlen. Nach 5 Minuten Nichtbenutzung geht der **NANO** außerdem automatisch in den Ruhezustand. Um ihn aus dem Ruhemodus aufzuwecken drücke einfach den Power Button.

Tipp: Um von der Wärmefunktion direkt in die Massagefunktion zu wechseln, kannst Du einfach einen Doppelklick machen, anstatt das Gerät auszuschalten und wieder einzuschalten.

Modi

Laden

Geringe oder keine Aufladung
Wenn Dein Gerät eine sehr geringe oder keine Ladung mehr in seinem Akku hat, zeigt das Bedienfeld eine **rote** LED an und kann träge arbeiten.

Wir empfehlen, den Akku nicht bis zu diesem Punkt zu entladen.

Charging your Device

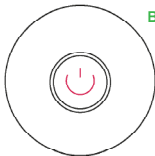
Stecke das USB Ladegerät an einen USB Hub oder über ein Netzteil an einer Steckdose an und verbinde das andere Ende mit dem USB-C Schnellladeport am Flow **NANO**.

Die LED am Flow NANO blinkt **rot**, das ist das Zeichen, dass die Verbindung besteht und das Gerät lädt.

Charging Complete

Wenn das Gerät vollständig aufgeladen ist, leuchtet die LED durchgehend **grün**.

Das Gerät schaltet sich während des Ladevorgangs nicht ein.



Blinken



Reinigung

- Reinige das Gerät nicht während des Ladevorgangs.
- Verwende zum Reinigen des Geräts kein Wasser.
- Verwende keine scharfen Reinigungsmittel oder Lösungsmittel.
- Verwende zur Reinigung des Geräts ein leicht feuchtes Tuch.



Wartung

- Der Ball Head sollte alle drei Monate ausgetauscht werden oder wenn er offensichtliche Anzeichen von Abnutzung oder Verschmutzung aufweist.
- Lade den Akku vor dem ersten Gebrauch vollständig auf.
- Lade das Gerät monatlich auf, um die Akkulaufzeit zu verlängern.
- Das Gerät kann zu jeder Zeit und bei jedem Batteriestand wieder aufgeladen werden
- Lade das Gerät nur mit dem mitgelieferten USB-C Ladekabel auf.
- Setze den Akku nicht direkter Sonneneinstrahlung oder Temperaturen über 40°C auf.
- Der Akku und das Ladegerät funktionieren am besten bei normaler Raumtemperatur. Lade nicht bei direkter Sonneneinstrahlung oder kalten Temperaturen. Der Temperaturbereich für das Laden beträgt 0°C bis 40°C.

Reisen/Lagerung

- Der Flow **NANO** ist von der TSA als Handgepäck zugelassen. Er darf nur im Handgepäck mitgeführt werden. Wenn ein Handgepäckstück am Gate aufgegeben wird, muss das Gerät aus dem Gepäckstück entfernt und mit dem Passagier in der Flugzeugkabine aufbewahrt werden
- Lade den Akku vor einer Langzeitlagerung vollständig auf

TSA
ACCEPTED

Garantie

ALLGEMEINE BEDINGUNGEN DER FLOW SPORTS TECHNOLOGY., CO LTD 2 JAHRESGARANTIE

WAS IST ABGEDECKT

- Die Reparatur oder der Austausch Deines Flow **NANO**, wenn er aufgrund von Material-, Verarbeitungs- oder Funktionsfehlern innerhalb von 12 Monaten nach Kauf oder Lieferung defekt ist (wenn ein Teil nicht mehr verfügbar ist, ersetzt Flow es durch ein ähnliches Teil).
- Wird dieses Gerät außerhalb der EU verkauft, gilt diese Garantie nur, wenn das Gerät in dem Land verwendet wird, in dem es verkauft wurde.
- Wenn dieses Gerät innerhalb der EU verkauft wird, gilt diese Garantie nur (i) wenn das Gerät in dem Land verwendet wird, in dem es verkauft wurde oder (ii) wenn das Gerät in Österreich, Belgien, Frankreich, Deutschland, Irland, Italien, den Niederlanden, Spanien oder dem Vereinigten Königreich verwendet wird.

WAS IST NICHT ABGEDECKT

Flow garantiert nicht die Reparatur oder den Austausch eines Produkts, bei dem ein Defekt die Folge ist aus:

- Unfallschäden oder Fehler, die durch fahrlässigen Gebrauch oder Pflege, Missbrauch, Falschanwendung, Vernachlässigung, Leichtsinns, oder einer Benutzung, die nicht mit der Betriebsanleitung des Flow **NANO** übereinstimmt entstehen.
- Schäden, die dadurch verursacht werden, dass die empfohlene Geräewartung nicht durchgeführt wird.
- Schäden, die durch Nichtbeachtung der Reinigungshinweise des Gerätes verursacht werden.
- Schäden, die durch die Nichteinhaltung der Reise- und Lagerungsvorschriften entstehen.
- Verwendung des Geräts für andere Zwecke als ein tragbares Sportmassagegerät.
- Verwendung von Teilen, die nicht gemäß den Anweisungen von Flow montiert oder installiert wurden.
- Verwendung von Teilen und Zubehör, die keine Original Flow-Komponenten sind.
- Reparaturen oder Änderungen, die von anderen Parteien als Flow oder seinen autorisierten Vertretern durchgeführt werden.
- Normaler Verschleiß (z.B. Flow Heads™ etc.).

Wenn Du Zweifel hast, was unter Deine Garantie fällt, wende Dich bitte an das Flow-Kundendienstteam.

BITTE BEACHTE, DASS DIESE GARANTIE EINEN DATIERTEN KAUFNACHWEIS ERFORDERT.

Wenn Du Wiederverkäufer bist, wende Dich bitte an den zuständigen Flow-Groß- oder -Einzelhändler, bei dem Du das Produkt direkt gekauft hast, um Garantie- und Rückgabeverfahren durchzuführen.

Diese Garantie wird von Flow Interactive Ltd. initiiert und durchgeführt.

Um den Flow NANO oder einen Teil repariert oder im Rahmen der Garantie ersetzt zu bekommen, muss er frankiert und versichert an die Flow Returns, 2nd Floor, Mann Island, Liverpool, L3 1BP, United Kingdom zurückgegeben werden.

Entsorgung

- Flow-Produkte werden aus hochwertigen, wiederverwendbaren Materialien hergestellt. Wenn möglich, recycle die Produkte bitte.
- Die Kennzeichnung zeigt, dass dieses Produkt nicht zusammen mit anderen Haushaltsabfällen in der gesamten EU entsorgt werden darf. Um mögliche Schäden für die Umwelt oder die menschliche Gesundheit zu vermeiden, recycle und unterstütze die nachhaltige Wiederverwendung von Materialien.
- Die Box, die Kartenhülle und dieses Handbuch sind recycelbar. Bitte denke bei der Entsorgung dieser Verpackung an die Umwelt.



Rechtliche Hinweise

- Nur auf trockenen, mit Kleidung bedeckten Oberflächen des Körpers verwenden. Drücke leicht, bewege das Gerät langsam über den Körper und verbringe etwa 60 Sekunden pro Region. Verwende langsamere Bewegungen für einen größeren Effekt.
- Die empfohlene Nutzungsdauer beträgt 15 Minuten pro Sitzung. Für besonders schmerzende Muskeln kannst Du nach Belieben weitere 30-60 Sekunden einplanen.
- Verwende den Flow NANO nur an Weichteilbereichen.
- Die Flow Heads™ Nutzungshinweise sind nur eine Empfehlung. Verwende den Kopf, der den besten Effekt bietet.
- Blaue Flecken können unabhängig von der Einstellung der Steuerung und dem angewandten Druck auftreten. Überprüfe die behandelten Stellen regelmäßig und höre bei den ersten Anzeichen von Schmerzen oder Unannehmlichkeiten sofort auf.

Bitte hebe diese Anleitung auf. Hinweis: Kleine Details können von den gezeigten abweichen. Diese Betriebsanleitung ist durch internationale Urheberrechtsgesetze geschützt. Kein Teil dieses Handbuchs darf ohne vorherige schriftliche Genehmigung von Flow Interactive Ltd. in irgendeiner Form oder mit irgendwelchen elektronischen oder mechanischen Mitteln, einschließlich Fotokopie, Aufzeichnung oder Speicherung in einem Informationsspeicher- und -abrufsystem, reproduziert, verteilt, übersetzt oder übertragen werden. Die CE-Wortmarke und das Logo ist eine eingetragene Marke im Besitz der EEA und wird unter Lizenz verwendet. Die FCC-Wortmarke und das Logo ist eine Marke der Federal Communications Commission und wird unter Lizenz verwendet.

Designed by Flow in the United Kingdom. Printed July 2021.

© & © 2021 Flow Interactive Ltd. All rights reserved.



#findyourflow