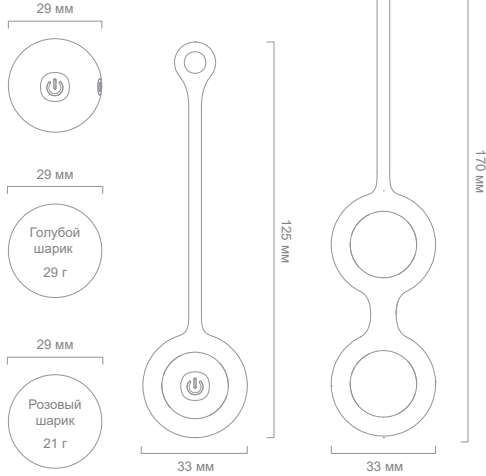


Инструкция

Размер



155 мм

ВКЛ/ВЫКЛ



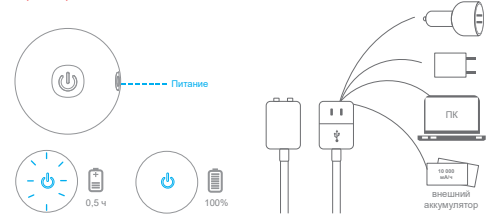
Изменение режимов



75 мм

Магнитная USB-зарядка

***ВНИМАНИЕ:** не используйте сетевой адаптер с выходным напряжением >5В
***Пожалуйста, удостоверьтесь, что Ваше устройство полностью заряжено перед первым использованием**



Использование

1. Начните с одного шарика Кегеля. Перед использованием помойте его теплой водой и мылом. Расположитесь так, чтобы одна нога была выше, при этом, чтобы Вам было комфортно в таком положении. Аккуратно и бережно введите шарик, держа его за шнурок. Используйте смазку на водной основе, если это необходимо. Шнурок должен остаться вне Вашего тела. Как только мышцы таза станут вокруг шарика, Вы сможете заметить, что шарик естественным образом оттягивается от ваших пальцев по мере того как он втягивается в вагину. Удерживайте шарик в течение двух минут, используя только мышцы тазового дна.
2. Если вы успешно смогли удерживать первый шарик в течение двух минут, извлеките его и повторите этот процесс со следующим шариком темнее по цвету. Продолжайте выполнять это упражнение, пока не найдёте сложный, но всё ещё комфортный шарик. Когда Вы найдёте тот, который не сможете удержать, используйте предыдущий более лёгкий шарик в качестве стартового. Если Вы также не можете удерживать этот шар в течение двух минут, то продолжайте использовать его дважды в день по мере своих сил.
3. Носите нижнее бельё во время использования шарика для тех случаев, когда Вы не сможете удержать его. Если Вы используете шарик в душе, то рассмотрите возможность использования также толстого душевого коврика, в целях предотвращения жесткого падения и дальнейшего повреждения шарика.

Гарантия

Наша компания дает нашим покупателям гарантию 12 месяцев от производителя. Срок гарантии начинается со дня покупки. Гарантия не будет действовать, если продукт был механически или иным образом поврежден после покупки.

