



**Infrarot Therapielampe**  
**Infrared therapy lamp**  
**Lampe de thérapie infrarouge**  
**Infrarood therapielamp**  
**Lampa do terapii na podczerwień**  
**Lámpara de terapia de infrarrojos**

**IL-100**





DE

## Bedienungsanleitung Infrarot Therapielampe



Netzspannung: 230V~ 50Hz  
Leistung: 100W



## **VORTEILE DER INFRAROT-WÄRME**

Die wohltuende Wirkung von Infrarotwärme ist bekannt. Sie dringt unter die Haut ein, um die Durchblutung zu stimulieren, was die Erwärmung beschleunigt, leichte Muskelschmerzen lindert, die Muskeln entspannt und die Gelenksteifheit reduziert. Empfohlen bei Rückenschmerzen, Tennisarm, Muskelzerrungen und Muskelkater. Unentbehrlich für Sportler, Gärtner, vielbeschäftigte Eltern und aktive Menschen jeden Alters.

## **VERWENDUNG**

1. Die Infrarotlampe sollte immer auf einer stabilen Oberfläche stehen, wie zum Beispiel ein Tisch. Der Infrarotstrahler sollte nicht auf Textilien gerichtet werden. Die zu bestrahlenden Körperstellen sollten frei von Metallgegenständen sein. Gürtelschnallen, BH-Schnallen und Piercings sollten vorher entfernt werden.
2. Verbinden Sie die Infrarotlampe mit dem Strom, schalten Sie die Lampe ein und setzen Sie sich entspannt vor das Gerät.
3. Die maximale Behandlungsdauer sollte 15 Minuten je Sitzung nicht überschreiten. Beachten Sie den empfohlenen Abstand von 30-40 cm.
4. Für die Erstanwendung ist es ratsam, die Behandlungsdauer auf acht bis zehn Minuten zu reduzieren. Dies erleichtert es der Haut, sich auf die Infrarotstrahlung einzustellen.
5. Richten Sie die Infrarotlampe auf die schmerzende Körperstelle (z. B. Rücken, Schulter, Gesicht).
6. Schließen Sie während der Behandlung die Augen oder verdecken Sie diese.

7. Entspannen Sie während der Anwendung, zum Beispiel mit einer ruhigen CD.

## **WICHTIGE SICHERHEITSMABNAHMEN**

1. Zum Schutz vor einem elektrischen Schlag nicht beim Baden verwenden.
2. Tauchen Sie das Gerät nicht in Wasser.
3. Dieses Gerät muss trocken gehalten werden und darf nicht in nassem oder feuchtem Zustand betrieben werden.
4. Nicht betreiben, wenn das Gerät oder das Netzkabel beschädigt sind.
5. Ziehen Sie niemals am Kabel, verwenden Sie das Kabel niemals als Griff und vermeiden Sie es, das Kabel zu knicken oder zu verdrehen. Stellen Sie die Verwendung sofort ein, wenn Schäden sichtbar sind.
6. Um Überhitzung und die Möglichkeit von Verbrennungen oder Feuer zu vermeiden, verwenden Sie das Gerät nur wie in diesen Anweisungen und Vorsichtsmaßnahmen angegeben und schlafen Sie niemals ein, während Sie das Gerät verwenden. Wickeln Sie niemals Bettdecken oder andere Materialien um das Gerät.

## **VORSICHT**

1. Temperatur ausreichend hoch, dass Verbrennungen auftreten können.

2. Verhindern Sie, dass die Augen bestrahlt werden.
3. Nicht bei Schwangeren oder Kindern anwenden.
4. Nicht länger als 15 Minuten am Stück verwenden.
5. Empfohlener Abstand von 30-40cm beachten.
6. Das Gerät darf nur von qualifizierten Fachleuten demontiert und repariert werden.

## **REINIGUNG**

Entfernen Sie Staub regelmäßig mit einem trockenen Tuch.

## **Entsorgung**



Dieses Symbol auf dem Produkt zeigt an, dass Ihr Elektro- oder Elektronik-Altgerät von Haushaltsabfällen getrennt entsorgt werden muss.

Die WEEE-Richtlinie (von engl.: Waste of Electrical and Electronic Equipment; deutsch: Elektro- und Elektronikgeräte-Abfall) (2012/19/EU) wurde etabliert, um Produkte unter Verwendung der bestmöglichen Recyclingtechniken wiederzuverwerten, um die Auswirkungen auf die Umwelt zu minimieren, gefährliche Substanzen zu behandeln und weitere Deponien zu vermeiden. Wenden Sie sich für weitere Informationen über die korrekte Entsorgung von Elektro- und Elektronikgeräte-Abfall bitte an Ihre örtlichen Behörden.



EN

## Instruction Manual Infrared therapy lamp



Voltage: 230V~ 50Hz  
Power: 100W



## **BENEFITS OF INFRARED HEAT**

The beneficial effect of infrared heat is well known. It actually penetrates below the skin to stimulate blood flow which helps to speed heating, relieve minor muscular pain, relax muscles, and reduce joint stiffness. Recommended in cases such as backache, tennis elbow, muscle strains and soreness. Indispensable for athletes, gardeners, busy Moms, and active people of all ages.

## **USAGE**

1. The infrared lamp should always be on a stable surface, such as a table. The infrared heater should not be aimed at textiles. The body parts to be irradiated should be free of metal objects. Belt buckles, bra buckles and piercings should be removed beforehand.
2. Connect the infrared lamp to the power supply, switch on the lamp and relax in front of the device.
3. The maximum duration of treatment should not exceed 15 minutes per session. Observe the recommended distance of 30-40 cm.
4. For the first application, it is advisable to reduce the treatment time to eight to ten minutes. This makes it easier for the skin to adjust to the infrared radiation.
5. Point the infrared lamp at the painful part of the body (e.g. back, shoulder, face).
6. Close or cover your eyes during treatment.
7. Relax during the application, for example with a quiet CD.

## **IMPORTANT SAFETY MEASURES**

1. To protect against electric shock, do not use while bathing.
2. Do not immerse the device in water.
3. This device must be kept dry and must not be operated when it is wet or damp.
4. Do not operate if the device or the power cord are damaged.
5. Never pull on the cable, never use the cable as a handle and avoid kinking or twisting the cable. Immediately discontinue use if damage is visible.
6. To avoid overheating and the possibility of burns or fire, use the device only as directed in these instructions and precautions and never fall.

asleep while using the device. Never wrap duvets or other materials around the device.

## **ATTENTION**

1. Temperature sufficiently high that burns can occur.
2. Prevent the eyes from being irradiated.
3. Do not use on pregnant women or children.
4. Do not use for more than 15 minutes at a time.
5. Observe the recommended distance of 30-40cm.
6. The device may only be dismantled and repaired by qualified specialists.

## **CLEANING**

Regularly remove dust with a dry cloth.



## Waste Management



The symbol above and on the product means that the product is classed as Electrical or Electronic equipment and should not be disposed with other household or commercial

waste at the end of its useful life.

The Waste of Electrical and Electronic Equipment (WEEE) Directive (2012/19/EU) has been put in place to recycle products using best available recovery and recycling techniques to minimise the impact on the environment, treat any hazardous substances and avoid the increasing landfill. Contact local authorities for information on the correct disposal of Electrical or Electronic equipment.



FR

## Manuel d'instructions Lampe de thérapie infrarouge



Tension: 230V~ 50Hz

Puissance: 100W



## **AVANTAGES DE LA CHALEUR INFRAROUGE**

L'effet bénéfique de la chaleur infrarouge est bien connu. Il pénètre en fait sous la peau pour stimuler la circulation sanguine, ce qui aide à accélérer le réchauffement, à soulager les douleurs musculaires mineures, à détendre les muscles et à réduire la raideur des articulations. Recommandé dans les cas tels que les maux de dos, le tennis elbow, les tensions musculaires et les courbatures. Indispensable pour les athlètes, les jardiniers, les mamans occupées et les personnes actives de tous âges.

## **UTILISER**

1. La lampe infrarouge doit toujours être sur une surface stable, telle qu'une table. Le radiateur infrarouge ne doit pas viser les textiles. Les parties du corps à irradier doivent être exemptes d'objets métalliques. Les boucles de ceinture, les boucles de soutien-gorge et les piercings doivent être retirés au préalable.
2. Connectez la lampe infrarouge à l'alimentation, allumez la lampe et détendez-vous devant l'appareil.
3. La durée maximale du traitement ne doit pas dépasser 15 minutes par séance. Respectez la distance recommandée de 30 à 40 cm.
4. Pour la première application, il est conseillé de réduire le temps de traitement à huit à dix minutes. Cela permet à la peau de s'adapter plus facilement au rayonnement infrarouge.
5. Dirigez la lampe infrarouge vers la partie douloureuse du corps (par exemple le dos, l'épaule, le visage).

6. Fermez ou couvrez vos yeux pendant le traitement.
7. Détendez-vous pendant l'application, par exemple avec un CD silencieux.

## **MESURES DE SÉCURITÉ IMPORTANTES**

1. Pour protéger contre les chocs électriques, ne pas utiliser pendant le bain.
2. Ne plongez pas l'appareil dans l'eau.
3. Cet appareil doit être conservé au sec et ne doit pas être utilisé lorsqu'il est mouillé ou humide.
4. Ne pas utiliser si l'appareil ou le cordon d'alimentation sont endommagés.
5. Ne tirez jamais sur le câble, n'utilisez jamais le câble comme poignée et évitez de plier ou de tordre le câble. Cesser immédiatement l'utilisation si des dommages sont visibles.
6. Pour éviter la surchauffe et la possibilité de brûlures ou d'incendie, utilisez l'appareil uniquement comme indiqué dans ces instructions et précautions et ne vous endormez jamais pendant l'utilisation de l'appareil. N'enroulez jamais de couettes ou d'autres matériaux autour de l'appareil.

## **ATTENTION**

1. Température suffisamment élevée pour provoquer des brûlures.
2. Empêcher les yeux d'être irradiés.
3. Ne pas utiliser sur les femmes enceintes ou les enfants.

4. Ne pas utiliser plus de 15 minutes d'affilée.
5. Respectez la distance recommandée de 30 à 40 cm.
6. L'appareil ne peut être démonté et réparé que par des spécialistes qualifiés.

## **NETTOYAGE**

Dépoussiérez régulièrement avec un chiffon sec.

## **Gestion des déchets**



Le symbole ci-dessus et apposé sur le produit indique que ce dernier appartient à la catégorie des équipements électriques et électroniques et ne doit donc pas être mis au rebut avec les autres déchets

domestiques ou commerciaux en fin de vie utile.

La directive Waste of Electrical and Electronic Equipment (WEEE) Directive (2012/19/EU) a été mise en place pour encourager la mise en place des meilleures techniques disponibles pour la récupération et le recyclage, minimisant ainsi l'impact négatif des substances nocives et dangereuses sur l'environnement et éviter la prolifération des décharges. Prenez contact avec les autorités locales compétentes pour en savoir plus sur la manière correcte de disposer des équipements électriques et électroniques.



NL

## Handleiding Infrarood therapielamp



Spanning: 230V~ 50Hz

Vermogen: 100W



## **VOORDELEN VAN INFRAROOD WARMTE**

Het gunstige effect van infraroodwarmte is bekend. Het dringt in feite onder de huid door om de bloedstroom te stimuleren, wat helpt om de verwarming te versnellen, lichte spierpijn te verlichten, spieren te ontspannen en gewrichtsstijfheid te verminderen. Aanbevolen in gevallen zoals rugpijn, tenniselboog, spierverrekkingen en pijn. Onmisbaar voor sporters, tuiniers, drukke moeders en actieve mensen van alle leeftijden.

## **GEBRUIK**

1. De infraroodlamp moet altijd op een stabiele ondergrond staan, zoals een tafel. De infraroodstraler mag niet op textiel worden gericht. De te bestralen lichaamsdelen dienen vrij te zijn van metalen voorwerpen. Riemgespen, bh-gespen en piercings moeten vooraf worden verwijderd.
2. Sluit de infraroodlamp aan op de voeding, schakel de lamp in en ontspan voor het apparaat.
3. De maximale behandelingsduur mag niet langer zijn dan 15 minuten per sessie. Respecteer de aanbevolen afstand van 30-40 cm.
4. Voor de eerste toepassing is het raadzaam de behandeltijd te verkorten tot acht tot tien minuten. Hierdoor kan de huid zich gemakkelijker aanpassen aan de infraroodstraling.
5. Richt de infraroodlamp op het pijnlijke deel van het lichaam (bijv. rug, schouder, gezicht).
6. Sluit of bedek uw ogen tijdens de behandeling.

7. Ontspan tijdens het aanbrengen, bijvoorbeeld met een rustige cd.

## **BELANGRIJKE VEILIGHEIDSMATREGELEN**

1. Ter bescherming tegen elektrische schokken, niet gebruiken tijdens het baden.
2. Dompel het apparaat niet onder in water.
3. Dit apparaat moet droog worden bewaard en mag niet worden gebruikt als het nat of vochtig is.
4. Gebruik het apparaat niet als het apparaat of het netsnoer beschadigd is.
5. Trek nooit aan de kabel, gebruik de kabel nooit als handvat en vermijd knikken of draaien van de kabel. Stop onmiddellijk met het gebruik als er schade zichtbaar is.
6. Gebruik het apparaat alleen zoals aangegeven in deze instructies en voorzorgsmaatregelen en val nooit in slaap tijdens het gebruik van het apparaat om oververhitting en de mogelijkheid van brandwonden of brand te voorkomen. Wikkel nooit dekbedden of andere materialen om het apparaat.

## **AANDACHT**

1. Temperatuur voldoende hoog om brandwonden te voorkomen.
2. Voorkom dat de ogen worden bestraald.
3. Niet gebruiken bij zwangere vrouwen of kinderen.
4. Niet langer dan 15 minuten per keer gebruiken.
5. Neem de aanbevolen afstand van 30-40 cm in acht.



6. Het apparaat mag alleen worden gedemonteerd en gerepareerd door gekwalificeerde specialisten.

## **REINIGING**

Verwijder regelmatig stof met een droge doek.

## **MILIEUVRIENDELIJKE AFVALVERWERKING**



Het symbool boven en op het apparaat houdt in dat het product geclassificeerd is als elektrische of elektronische apparatuur en niet met het huishoudelijke of

bedrijfsafval dient te worden afgevoerd wanneer het niet meer bruikbaar is.

De Waste of Electrical and Electronic Equipment (WEEE) richtlijn (2012/19/EU) is opgesteld om producten te recyclen met de beste beschikbare terugwinning en recycling technieken om zo de invloed op het milieu te minimaliseren, gevaarlijke stoffen te behandelen en de groeiende afvalbergen tegen te gaan. Neem contact op met uw lokale overheid voor informatie over de correcte afvoer van elektrische of elektronische apparatuur.



PL

## Instrukcja obsługi Lampa do terapii na podczerwień



Napięcie: 230V~ 50Hz

Moc: 100W



## **ZALETY CIEPŁA PODCZERWIENI**

Dobroczynny wpływ ciepła podczerwonego jest dobrze znany. Wnika pod skórę, aby stymulować przepływ krwi, co pomaga przyspieszyć ogrzewanie, złagodzić niewielki ból mięśni, rozluźnić mięśnie i zmniejszyć sztywność stawów. Polecany w przypadkach takich jak bóle pleców, łokieć tenisisty, nadwyrężenia i bolesność mięśni. Niezastąpiony dla sportowców, ogrodników, zapracowanych mam i aktywnych osób w każdym wieku.

## **POSŁUGIWAĆ SIĘ**

1. Lampa na podczerwień powinna zawsze znajdować się na stabilnej powierzchni, takiej jak stół. Promiennik podczerwieni nie powinien być skierowany na tekstylia. Naświetlane części ciała nie powinny zawierać metalowych przedmiotów. Klamry do pasków, klamry do staników i kolczyki powinny być wcześniej usunięte.
2. Podłącz lampę podczerwieni do zasilacza, włącz lampę i zrelaksuj się przed urządzeniem.
3. Maksymalny czas trwania zabiegu nie powinien przekraczać 15 minut na sesję. Przestrzegaj zalecanej odległości 30-40 cm.
4. Przy pierwszej aplikacji zaleca się skrócenie czasu zabiegu do ośmiu do dziesięciu minut. Ułatwia to skórze przystosowanie się do promieniowania podczerwonego.
5. Skieruj lampę podczerwieni na bolącą część ciała (np. plecy, barki, twarz).
6. Zamknij lub zakryj oczy podczas leczenia.
7. Zrelaksuj się podczas aplikacji, na przykład przy cichej płycie CD.

## **WAŻNE ŚRODKI BEZPIECZEŃSTWA**

1. W celu ochrony przed porażeniem prądem nie należy używać podczas kąpieli.
2. Nie zanurzaj urządzenia w wodzie.
3. To urządzenie musi być suche i nie może być obsługiwane, gdy jest mokre lub wilgotne.
4. Nie używaj, jeśli urządzenie lub przewód zasilający są uszkodzone.
5. Nigdy nie ciągnij za kabel, nigdy nie używaj kabla jako uchwytu i unikaj zginania lub skręcania kabla. Natychmiast przerwij użytkowanie, jeśli widoczne są uszkodzenia.
6. Aby uniknąć przegrzania i możliwości poparzenia lub pożaru, używaj urządzenia tylko zgodnie z niniejszą instrukcją i środkami ostrożności i nigdy nie zasypiaj podczas korzystania z urządzenia. Nigdy nie owijaj wokół urządzenia kołder ani innych materiałów.

## **UWAGA**

1. Temperatura na tyle wysoka, że mogą wystąpić oparzenia.
2. Zapobiegaj naświetlaniu oczu.
3. Nie stosować u kobiet w ciąży lub dzieci.
4. Nie używaj dłużej niż 15 minut na raz.
5. Przestrzegaj zalecanej odległości 30-40 cm.
6. Urządzenie może być demontowane i naprawiane wyłącznie przez wykwalifikowanych specjalistów.

## **CZYSZCZENIE**

Regularnie usuwaj kurz suchą szmatką.

## **Wytyczne dotyczące ochrony środowiska**



Powyższy symbol oraz symbol na produkcji oznaczają, że produkt jest sklasyfikowany jako sprzęt elektryczny lub elektroniczny i nie powinien być wyrzucany

wraz z innymi odpadami domowymi lub przemysłowymi po zakończeniu swojej żywotności.

Dyrektywa dot. sprzętu elektrycznego i elektronicznego (WEEE) (2012/19/EU) została wprowadzona, aby poddawać produkty recyklingowi przy użyciu najlepszych technik odzyskiwania i recyklingu w celu zminimalizowania wpływu na środowisko, gromadzenie niebezpiecznych substancji oraz aby uniknąć powiększania się wysypisk śmieci. Skontaktuj się z lokalnymi władzami, aby uzyskać informacje o prawidłowym wyrzucaniu sprzętu elektrycznego i elektronicznego.



ES

## Manual de instrucciones Lámpara de terapia de infrarrojos



Voltaje: 230V~ 50Hz

Potencia: 100W



## **BENEFICIOS DEL CALOR INFRARROJO**

El efecto beneficioso del calor infrarrojo es bien conocido. De hecho, penetra debajo de la piel para estimular el flujo sanguíneo, lo que ayuda a acelerar el calentamiento, aliviar los dolores musculares menores, relajar los músculos y reducir la rigidez de las articulaciones. Recomendado en casos como dolor de espalda, codo de tenista, distensiones y dolores musculares. Indispensable para atletas, jardineros, mamás ocupadas y personas activas de todas las edades.

## **USAR**

1. La lámpara de infrarrojos debe estar siempre sobre una superficie estable, como una mesa. El calentador de infrarrojos no debe apuntar a textiles. Las partes del cuerpo que se vayan a irradiar deben estar libres de objetos metálicos. Las hebillas de los cinturones, las hebillas del sujetador y las perforaciones deben quitarse de antemano.
2. Conecte la lámpara de infrarrojos a la fuente de alimentación, encienda la lámpara y relájese frente al dispositivo.
3. La duración máxima del tratamiento no debe exceder los 15 minutos por sesión. Observe la distancia recomendada de 30 a 40 cm.
4. Para la primera aplicación, es aconsejable reducir el tiempo de tratamiento de ocho a diez minutos. Esto facilita que la piel se adapte a la radiación infrarroja.
5. Apunte la lámpara infrarroja a la parte dolorosa del cuerpo (por ejemplo, espalda, hombros, cara).

6. Cierre o cubra sus ojos durante el tratamiento.
7. Relájese durante la aplicación, por ejemplo, con un CD silencioso.

## **MEDIDAS DE SEGURIDAD IMPORTANTES**

1. Para protegerse contra descargas eléctricas, no lo use mientras se baña.
2. No sumerja el dispositivo en agua.
3. Este dispositivo debe mantenerse seco y no debe utilizarse cuando esté mojado o húmedo.
4. No lo utilice si el dispositivo o el cable de alimentación están dañados.
5. Nunca tire del cable, nunca use el cable como manija y evite doblar o torcer el cable. Deje de usar inmediatamente si el daño es visible.
6. Para evitar el sobrecalentamiento y la posibilidad de quemaduras o fuego, use el dispositivo solo como se indica en estas instrucciones y precauciones y nunca se duerma mientras usa el dispositivo. Nunca envuelva edredones u otros materiales alrededor del dispositivo.

## **ATENCIÓN**

1. Temperatura lo suficientemente alta como para que se produzcan quemaduras.
2. Evite la irradiación de los ojos.
3. No lo use en mujeres embarazadas o niños.
4. No lo use durante más de 15 minutos seguidos.
5. Respete la distancia recomendada de 30 a 40 cm.



6. El dispositivo solo puede ser desmontado y reparado por especialistas cualificados.

## **LIMPIEZA**

Quite el polvo periódicamente con un paño seco.

## **Respete el medio ambiente**



El símbolo mostrado arriba y en el producto indica que el producto está clasificado como equipo eléctrico y electrónico, y no debe decharse con otros residuos domésticos o comerciales al final de su vida útil.

La Directiva de Residuos de Aparatos Eléctricos y Electrónicos (RAEE) (2012/19/EU) se ha emitido para reciclar productos usando las mejores técnicas disponibles para la recuperación y el reciclaje para minimizar el impacto en el medioambiente, tratar cualquier sustancia peligrosa y evitar el aumento de vertederos. Contacte con sus autoridades locales para obtener más información sobre la eliminación correcta de equipos eléctricos y electrónicos.