



Дополнение к руководству пользователя



Маска для глубокой медитации

Добро пожаловать в мир медитации Fujimo ZEN  Dreamlight



Посетите наш сайт fujimo.ru и скачайте инструкцию в PDF формате.

Версия 1.2021



Компания FUJIMO благодарит Вас за выбор маски для медитации, которая используется совместно с массажным креслом FUJIMO TON ZEN F888 и призвана принести Вам только положительные эмоции. Вся продукция FUJIMO уже прошла проверку и отвечает требованиям безопасности и качества использования в домашних условиях.

Пожалуйста перед началом эксплуатации маски с массажным креслом внимательно прочитайте инструкцию.



СОДЕРЖАНИЕ

Вступление	1
Составные части	2
Панель управления	3
Порядок использования	5
Режимы работы	7
Bluetooth синхронизация	11
Зарядка	12
Спецификация	12
Важная информация	13
Меры безопасности.....	13

ВСТУПЛЕНИЕ

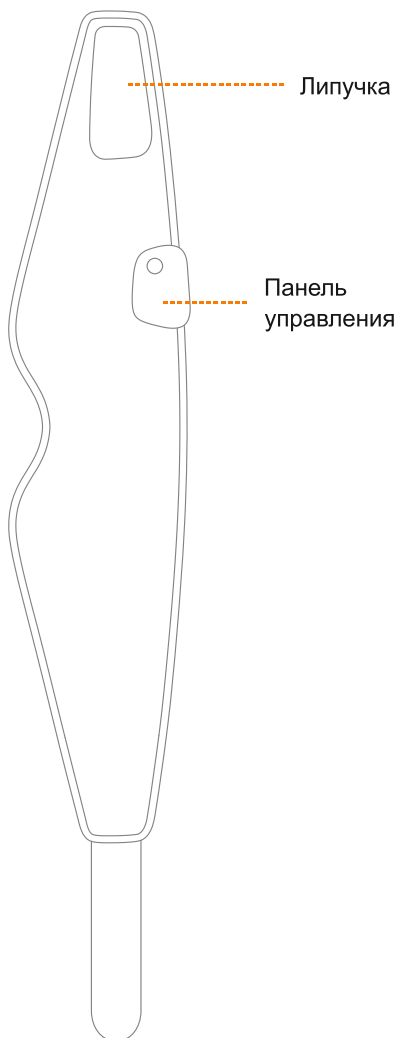
Маска ZEN снабжена световой терапией области глаз и пятью специальными звуковыми режимами, способными улучшить качество массажа в кресле FUJIMO TON. Погружая Вас в состояние медитации и короткого сна, маска ZEN использует известные методики Белого шума, дыхательной Йога практики и медитации, которые на 30 минут погружают Вас в состояние релаксации и отдыха. Такое воздействие призвано восстановить силы, снять нервное напряжение и чувство тревоги.

Кресло FUJIMO TON ZEN оснащено маской ZEN медитации и имеет четыре специальные автоматические программы для совместного использования. Для начала сеанса наденьте маску и включите 1 из 4 специальных программ массажного кресла FUJIMO TON ZEN. Программы рассчитаны на время использования до 30 минут и имеют следующее рекомендованное назначение:

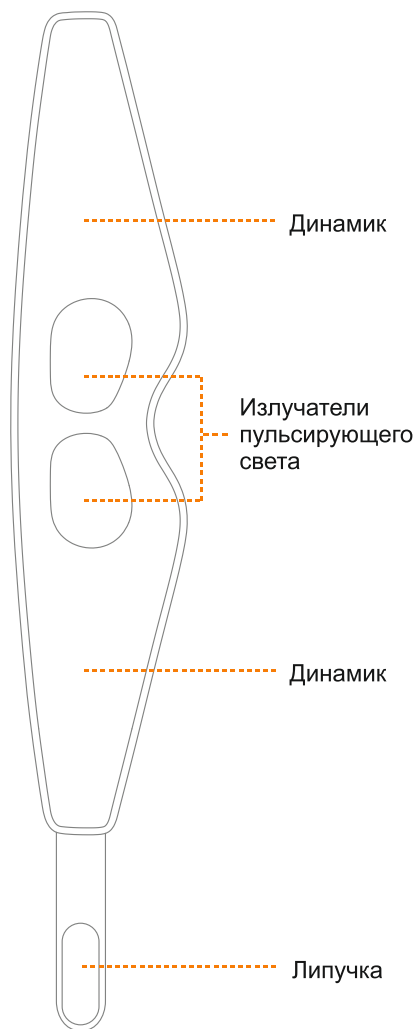
Режим маски ZEN	Автопрограмма кресла
Дыхательная практика (Sleep-aid guide)	 Обновление
Белый шум (Sleep-aid audio)	 Релакс
Медитация (Meditation Audio)	 Облегчение
Короткий сон (Nap Mode)	 Раскачивание

ВАЖНО! Добиться максимального состояния спокойствия возможно, если вы будете дышать согласно ритму оранжевого света, который ритмично передается на зону глаз. В это время массажное кресло выполняет массажное воздействие, согласно заранее установленной программы. Одновременно с этим выполняется звуковое сопровождение сеанса через встроенные в маску динамики.

СОСТАВНЫЕ ЧАСТИ



Вид спереди



Вид сзади

ПАНЕЛЬ УПРАВЛЕНИЯ

Перед использованием маски FUJIMO ZEN внимательно прочитайте инструкцию. Маска предназначена для совместного использования с массажным креслом FUJIMO TON ZEN.



Панель управления



--- 3 сек.

Нажмите и удерживайте кнопку в течение 3 секунд, чтобы включить / выключить маску ZEN.



--- 1 раз

Нажимайте однократно на эту кнопку, чтобы переключаться между режимами



--- 2 раза

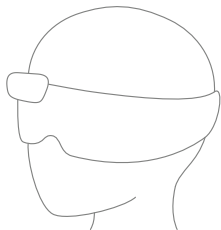
Двойное нажатие, чтобы включить / выключить пульсирующий свет.



--- 3 раза

Тройное нажатие, чтобы включить / выключить звук.

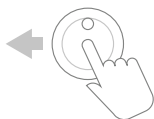
ПАНЕЛЬ УПРАВЛЕНИЯ



Во время использования маски FUJIMO ZEN Вы можете управлять ее режимами, нажимая кнопку панели управления в заданном направлении.



Нажмите кнопку влево, чтобы выбрать следующий музыкальный трек. Нажмите и удерживайте кнопку влево, чтобы приостановить / активировать воспроизведение музыки. В режиме Bluetooth нажмите и удерживайте кнопку влево в течение 5 секунд, чтобы войти в режим сопряжения.



Нажмите кнопку вправо, чтобы выбрать предыдущий музыкальный трек. Нажмите и удерживайте кнопку влево, чтобы приостановить / активировать воспроизведение музыки.



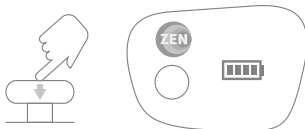
Нажмите кнопку вверх, чтобы увеличить громкость звука. Нажмите и удерживайте кнопку вверх чтобы ускорить процесс увеличения громкости звука.



Нажмите кнопку вниз, чтобы уменьшить громкость звука. Нажмите и удерживайте кнопку вниз чтобы ускорить процесс уменьшения громкости звука.

ПОРЯДОК ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

1. Нажмите и удерживайте кнопку в течение 3 секунд, чтобы включить маску ZEN. На экране панели управления отобразится уровень заряда внутреннего аккумулятора. Внутреннее оповещение известит об уровне заряда и активизируется



2. Нажмите кнопку, чтобы переключить режим.



3. Нажмите кнопку влево или вправо, чтобы выбрать различные аудио-режимы. Когда маска находится в режиме МЕДИТАЦИЯ «Nap mode», нажмите кнопку влево или вправо, чтобы выбрать продолжительность режима.



4. Нажмите кнопку вверх или вниз, чтобы отрегулировать уровень громкости.



5. Расположитесь в массажном кресле и включите рекомендуемую программу массажа. Наденьте маску FUJIMO ZEN и закрепите липучку в удобном положении.



ПОРЯДОК ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

Дыхание - неотъемлемая часть медитации. Дышите под руководством маски FUJIMO ZEN и исследуйте свой внутренний мир через каждый глубокий вдох.

Медленно делайте глубокий вдох через нос, когда интенсивность света увеличивается.



Медленно делайте глубокий выдох через рот, когда интенсивность света увеличивается.



* Если вы слышите свое дыхание, расслабляющий эффект усилится.

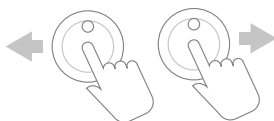
НЕСКОЛЬКО ПОЛЕЗНЫХ СОВЕТОВ

Что если маска пропускает свет?



Снимите маску и согните ее в противоположном направлении, затем повторно наденьте и попробуйте найти удобное положение.

Я хочу прослушивать музыку от динамиков кресла FUJIMO TON ZEN и одновременно использовать маску?



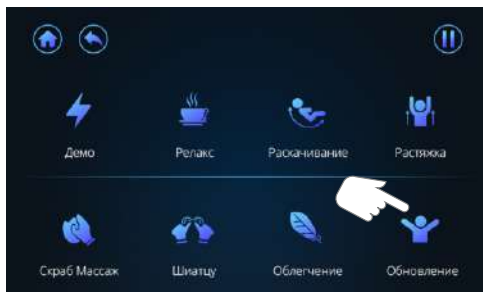
В режиме работы маски нажмите и удерживайте кнопку влево или вправо, чтобы приостановить воспроизведение музыки. Подключите смартфон к массажному креслу и наслаждайтесь.

РЕЖИМЫ РАБОТЫ

Маска ZEN имеет пять функциональных режимов, ознакомьтесь с приведенной ниже инструкцией, чтобы лучше понять, как они работают.

Дыхательная практика ('Sleep-aid guide')

1. Когда маска Zen включена, выберете режим Дыхательная практика ('Sleep-aid guide'). На массажном кресле выберете автопрограмму ОБНОВЛЕНИЕ



2. Нажмите на маске ZEN кнопку влево / вправо, чтобы выбрать разные аудио треки со звуками дождя, прибоя, летней ночи или костра, которые будут звучать во время работы режима Дыхательная практика ('Sleep-aid guide').

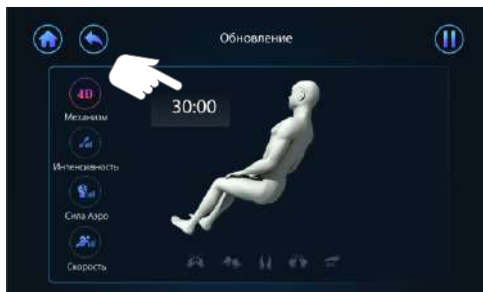


3. Звук выключится автоматически через 30 минут.

30 минут



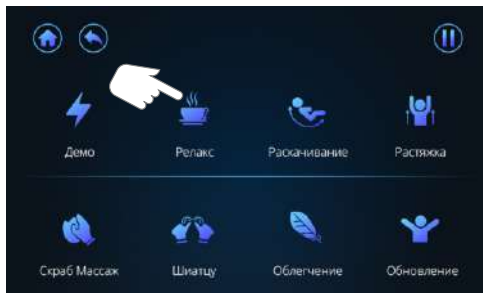
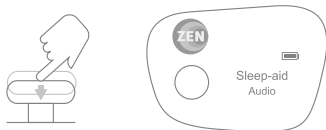
На массажном кресле выберите время работы 30 минут. Дышите под руководством маски FUJIMO ZEN. Медленно делайте глубокий вдох через нос, когда интенсивность света увеличивается. Медленно делайте глубокий выдох через рот, когда интенсивность света увеличивается.



РЕЖИМЫ РАБОТЫ

Белый шум ('Sleep-aid Audio')

1. Когда маска ZEN включена, выберите режим Белый шум ('Sleep-aid Audio'). На массажном кресле выберите рекомендованную автоматическую программу РЕЛАКС



2. Нажмите на маске ZEN кнопку влево / вправо, чтобы выбрать разные аудио треки со звуками дождя, приюта, летней ночи или костра, которые будут звучать во время работы режима Белый шум ('Sleep-aid Audio').



3. Звук выключится автоматически через 30 минут.

30 минут

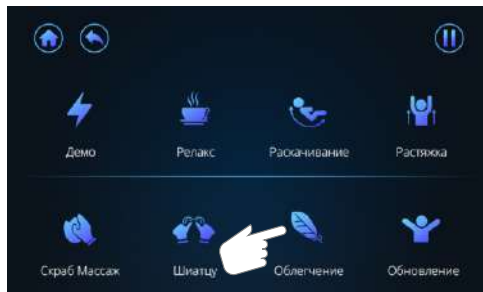


На массажном кресле выберите время работы 30 минут. Дышите под руководством маски FUJIMO ZEN. Медленно делайте глубокий вдох через нос, когда интенсивность света увеличивается. Медленно делайте глубокий выдох через рот, когда интенсивность света уменьшается.



Медитация ('Meditation Audios')

1. Когда маска ZEN включена, выберете режим Медитация ('Meditation Audios'). На кресле выберете рекомендованную автоматическую программу ОБЛЕГЧЕНИЕ



2. Нажмите на маске ZEN кнопку влево / вправо, чтобы выбрать разные аудио треки для медитации, которые будут звучать во время работы режима Медитация ('Meditation Audios').

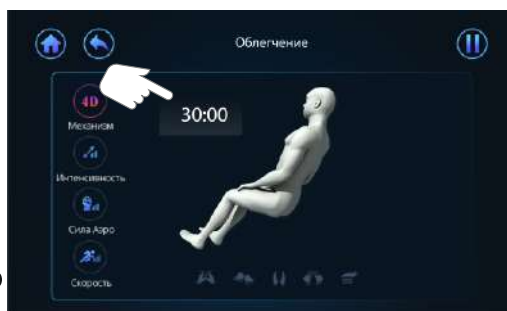


3. Звук выключится автоматически через 60 минут.

60 минут



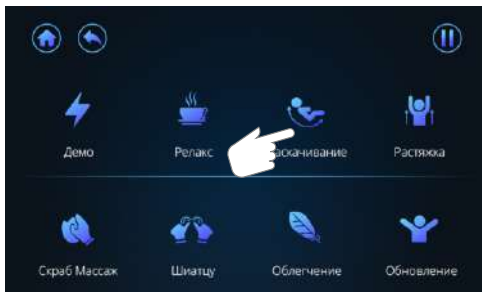
На массажном кресле выберите время работы 30 минут. Дышите под руководством маски FUJIMO ZEN. Медленно делайте глубокий вдох через нос, когда интенсивность света увеличивается. Медленно делайте глубокий выдох через рот, когда интенсивность света увеличивается.



РЕЖИМЫ РАБОТЫ

Короткий сон ('Nap mode')

1. Когда маска ZEN включена, выберите режим Короткий сон ('Nap mode'). На кресле выберите рекомендованную автоматическую программу РАСКАЧИВАНИЕ



2. Нажмите на маске ZEN кнопку влево / вправо, чтобы выбрать продолжительность режима 10 минут, 30 минут или 60 минут.

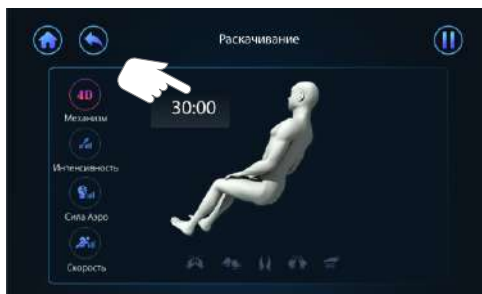


* Когда время режима заканчивается, маска начнет проигрывать приятную музыку чтобы разбудить пользователя.



На массажном кресле выберите время работы, согласно выбранного интервала режима Короткий сон 10 / 30 / 60 минут.

Дышите под руководством маски FUJIMO ZEN. Медленно делайте глубокий вдох через нос, когда интенсивность света увеличивается. Медленно делайте глубокий выдох через рот, когда интенсивность света уменьшается.



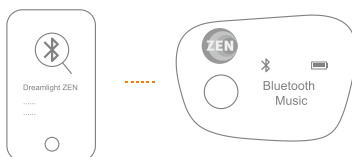
Подключение через Bluetooth

1. Когда маска ZEN включена, выберите режим подключения 'Bluetooth music'. На массажном кресле выберите любую автоматическую программу по своему усмотрению.



Bluetooth синхронизация

1. Режим Bluetooth включается через 3 секунды после активации 'Bluetooth music' кнопкой управления.
2. Включите на своем смартфоне поиск новых устройств и найдите "Dreamlight ZEN". После этого активируйте соединение с этим устройством.



3. Проверьте статус соединения.

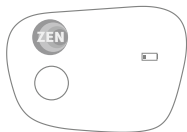
Подключено ----- Bluetooth иконка не мигает

Не подключено ----- Bluetooth иконка мигает

* Отсутствие подключения может быть вызвано тем, что маска подключена к другому устройству. Нажмите кнопку влево на 5 секунд, чтобы снова активировать Bluetooth.

ЗАРЯДКА

1. Заряжайте маску FUJIMO ZEN, когда уровень заряда аккумулятора достиг уровня ниже 25%.



2. Используйте для зарядки прилагаемый USB кабель.



3. Перед первым использованием зарядите маску FUJIMO ZEN в течение 3 часов непрерывно.

4. Во время зарядки значок батареи будет мигать.



5. Не используйте FUJIMO ZEN во время зарядки.

6. Обычно время зарядки занимает 3 часа.

7. Полностью заряженная маска FUJIMO ZEN может работать до 10 часов при воспроизведении музыки или в течение одного года в режиме ожидания.

СПЕЦИФИКАЦИЯ

Входной ток: 5В \approx 500mA

Емкость батареи: 1000mAh

Время зарядки: 3 часа

Время работы от батареи: 10 часов

Рекомендуемая рабочая температура: 0°C - 40°C

Состав материала маски:

Внутренняя ткань: 59% нейлон и 36% полиэстер, спандекс 5%

Верхняя ткань: 100% полиэфирное волокно

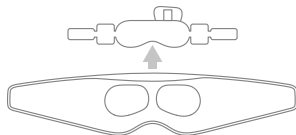
Материал набивки: 100% полиуретан

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

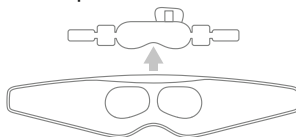
1. Перед использованием маски FUJIMO ZEN внимательно прочитайте прилагаемую инструкцию.

2. Чистка маски FUJIMO ZEN:

Шаг 1: Осторожно откройте карман маски и выньте из него электронные компоненты.



Шаг 2: Для чистки допустима ручная стирка маски без электронных компонентов при температуре 35-40°C. Сушите маску разложенной на горизонтальной поверхности. Дождитесь пока маска полностью высохнет и затем вставьте в нее электронные компоненты.



МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ

1. Маску можно стирать. Рекомендуется ручная стирка и сушка на открытом воздухе. Внимание, перед стиркой обязательно снимите все электронные компоненты.
2. Если маска не используется, выключите ее, чтобы продлить срок службы аккумуляторной батареи.
3. Избегайте попадания на маску ZEN прямых солнечных лучей. Храните ее в сухом и темном месте при комнатной температуре.
4. Не используйте маску во время работы или выполнении задач, требующих от вас концентрации.
5. Во избежание повреждения, пожалуйста, берегите электронные компоненты маски от внешнего воздействия. Не роняйте ее.
6. Не используйте маску ZEN в помещении с высокой температурой или высокой влажностью.
7. Не разбирайте электронные компоненты маски и не пытайтесь их отремонтировать самостоятельно.
8. Оберегайте электронные компоненты маски от попадания на поверхность воды.



Посетите наш сайт www.fujimo.ru и скачайте инструкции в PDF формате.

Версия 1.2021