

**LANAFORM®**

# Foot Reflex

Reflexology Care



Reflexology  
sandals

Sandale  
de réflexologie

Noppensandaal voor  
voetzoolmassage

	4		24		44		64
	8		28		48		68
	12		32		52		72
	16		36		56		76
	20		40		60		



Reflexology  
sandals

Sandale  
de réflexologie

Nopponsandaal voor  
voetzoolmassage

# Foot Reflex

Reflexology Care



Sandalia  
de reflexología

Reflextherapiesandalen

Sandali  
da riflessologia



---

## FOOT REFLEX USERS' MANUAL

---

*Thank you for purchasing Foot Reflex shoes by Lanaform.*

Reflexology is the study and application of massage to the arch of the foot. It is based on Chinese traditional knowledge and therapy dating back 5,000 years.

Reflexology involves stimulation of acupuncture points in the arch of the foot. These pressure points are connected to various parts of the body. Massage of these points helps to calm and release the tensions that have accumulated in your body.

Foot Reflex incorporates 82 elements acting on a spring and distributed over the various points of acupuncture of the arch of your foot.

---

## FUNCTIONALITY

---

Dynamic and rhythmic pressure applied to the various areas of the arch of the foot exerts a stimulative effect. It encourages deep and revitalising relaxation. Congestion in the reflex zones is released in this manner, leading to relaxation throughout your body. Use your Foot Reflex when you wake up in the morning, after a bath or in the office when you wish to relax.

By spending just 15 minutes a day walking in them, Foot Reflex

# Foot Reflex

Reflexology Care

shoes will fight against the tensions in your body. Although the first times you use Foot Reflex may not be comfortable, that is the proof of their effectiveness. Don't give up. Wearing Foot Reflex shoes is like having a personal masseur at your service.

## CONTRAINDICATIONS:

- Immediately after a meal
- Inflammation of the feet
- Injury, sprain, twist, bruise of the foot
- Recent cardiac illness
- Thrombosis
- Phlebitis
- The first 3 months of pregnancy
- Cerebral vascular incident

## MAINTENANCE OF FOOT REFLEX PRODUCTS

Gently clean your Foot Reflex shoes with a moist cloth. Do not use spray-on solvents or cleansers.



# LANAFORM®

British flag logo	
Eyes	Stomach
Neck	Pancreas
Ear	Colon
Lung	Ureters bladder
Parathyroid	Rectum
Heart	Anus
Thyroid	Genital glands
Kidneys	



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GUARANTY

LANAFORM® hereby guarantees that this product is free of any material or production flaw for a period of two years from the date of purchase, except as specified below.

The guaranty of this LANAFORM® product does not extend to damages caused as a result of any abusive or inappropriate use, any accident, any use of a non-authorised accessory, any modification made to the product or any other circumstance outside the control of LANAFORM®.

LANAFORM® cannot be held responsible for any special or accessory damages. Lanaform is not liable for normal wear and tear of Foot Reflex shoes.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – BELGIUM**

**TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## MANUEL D'UTILISATION FOOT REFLEX

---

*Nous vous remercions d'avoir acheté les chaussures Foot Reflex de Lanaform.*

La réflexologie est l'étude et l'application du massage de la voûte plantaire, elle est basée sur les savoirs des traditions chinoises vieilles de 5000 ans.

La réflexologie est la stimulation des points d'acuponctures plantaires ; Ces points de pression correspondent à différentes parties du corps, le massage appliqué sur ces points aide à soulager et à libérer les tensions de votre corps.

Foot Reflex est composée de 82 embouts massant sur ressort et répartis suivant les différents points d'acupuncture de votre voûte plantaire.

---

## FONCTIONS

---

La pression dynamique et rythmique exercée sur les zones plantaires provoque un effet stimulant. Elle favorise une relaxation profonde et revitalisante. Les zones réflexes ainsi décongestionnées vont favoriser le relâchement de votre corps. Utiliser Foot Reflex au réveil, après un bain ou au bureau quand vous voulez vous relaxer.

# Foot Reflex

Reflexology Care

En 15 minutes par jours et simplement en marchant, les Foot Reflex combattront les tensions de votre corps. Il arrive que lors des premières utilisations les Foot Reflex soient inconfortables, c'est la preuve de son efficacité. Ne renoncez pas. Porter les Foot Reflex c'est avoir un masseur personnel à votre service.

## CONTRE INDICATION:

- Immédiatement après le repas
- Inflammation des pieds
- Un pied blessé, entorse, foulure, ecchymose
- Maladie cardiaque récente
- Thrombose
- Phlébite
- Les 3 premiers mois de grossesse
- Accident vasculaire cérébral

## ENTRETIEN DES FOOT REFLEX

Nettoyer délicatement vos Foot Reflex à l'aide d'un tissu humide. N'utilisez pas de solvants ni de nettoyants en spray.



Eyes	Yeux	Stomach	Estomac
Neck	Cou	Pancreas	Pancréas
Ear	Oreilles	Colon	Colon
Lung	Poumons	Ureters bladder	Vessie
Parathyroid	Parathyroïde	Rectum	Rectum
Heart	cœur	Anus	Anus
Thyroid	Thyroïde	Genital glands	Glandes Génitales
Kidneys	Reins		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANTIE

LANAFORM® garantit par le présent que ce produit sera exempt de tout vice de matériau ou de fabrication pour une période de deux années à compter de sa date d'achat, à l'exclusion des spécifications suivantes.

La garantie pour ce produit LANAFORM® ne couvrira pas les dommages causés à la suite de toute utilisation abusive ou inappropriée, de tout accident, de toute utilisation d'accessoire non autorisé, de toute modification apportée au produit ou de toute autre circonstance échappant au contrôle de LANAFORM®.

LANAFORM® ne peut être tenue pour responsable de tout type de dommages accessoires ou particuliers. Lanaform n'est pas responsable de l'usure normale des Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – BELGIQUE**

**TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## GEBRUIKSAANWIJZING VAN DE FOOT REFLEX-SCHOENEN

---

*Wij danken u voor uw aankoop van Foot Reflex-schoenen van Lanaform.*

De reflexologie is de studie en de toepassing van een massage van de voetzoolwelving op basis van de kennis van 5000 jaar oude Chinese tradities.

De reflexologie is het stimuleren van de acupunctuurpunten van de voetzool. Deze drukpunten komen overeen met de verschillende delen van het lichaam, de massage toegepast op deze punten helpt de spanningen van uw lichaam te verlichten en te bevrijden.

Foot Reflex bevat 82 masserende uiteinden op een veer, die verspreid zijn volgens de verschillende acupunctuurpunten van uw voetzoolwelving.

---

### FUNCTIES

---

De dynamische en ritmische druk uitgeoefend op de voetzoolzones zorgt voor een stimulerend effect. Deze zorgt voor een diepe en revitaliserende relaxatie. De aldus van congestie bevrijde zones zullen de ontspanning van uw lichaam stimuleren.

Gebruik de Foot Reflex-schoenen bij het opstaan, na een bad of

# Foot Reflex

Reflexology Care

op kantoor wanneer u zich wilt ontspannen.

Met 15 minuten per dag en gewoon al wandelend zullen de Foot Reflex-schoenen de spanningen in uw lichaam tegengaan. Het kan gebeuren dat ze in het begin oncomfortabel aanvoelen, maar dat is het bewijs dat ze effectief werken. Geef niet op. Foot Reflex-schoenen dragen is alsof u een persoonlijke masseur ten dienste hebt.

## CONTRA-INDICATIES:

- Onmiddellijk na de maaltijd
- Ontsteking van de voeten
- Een gewonde voet, verstuiting, verzwikking, bloeduitstorting
- Recente hartziekte
- Trombose
- Aderontsteking
- De eerste 3 maanden van een zwangerschap
- Cerebraal vasculair ongeval

## ONDERHOUD VAN DE FOOT REFLEX-SCHOENEN

Maak uw Foot Reflex voorzichtig schoon met behulp van een vochtige doek. Gebruik geen oplosmiddelen noch reinigingsmiddelen in sprayvorm (spuitbussen).



# LANAFORM®

Eyes	Ogen	Stomach	Maag
Neck	Hals	Pancreas	Pancreas
Ear	Oren	Colon	Dikke darm
Lung	Longen	Ureters bladder	Blaas
Parathyroid	Bijschildklier	Rectum	Rectum
Heart	Hart	Anus	Anus
Thyroid	Schildklier	Genital glands	Geslachtsklieren
Kidneys	Nieren		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANTIE

LANAFORM® garandeert dit product tegen materiaal- en fabricagefouten gedurende een periode van twee jaar vanaf de aankoopdatum, met uitsluiting van de volgende beperkingen.

De garantie op dit LANAFORM®-product dekt geen schade veroorzaakt door een slecht of verkeerd gebruik, een ongeluk, het gebruik van niet-toegestane accessoires, elke wijziging aangebracht aan het product of om het even welke andere omstandigheid die ontsnapt aan de controle van LANAFORM®.

LANAFORM kan niet aansprakelijk worden gesteld voor alle bijkomende schade of voor bijzondere schade. Lanaform is niet aansprakelijk voor normale slijtage van de Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – BELGIË**

**TEL.: 32 (0)4 360 92 91 · FAX: 32 (0)4 360 97 23**



---

## MANUAL DE UTILIZACIÓN FOOT REFLEX

---

*Le agradecemos por haber comprado los zapatos Foot Reflex de Lanaform.*

La reflexología es el estudio del masaje en la bóveda plantar y se basa en la sabiduría de la tradición china que data de 5000 años.

La reflexología consiste en el estímulo de los puntos de acupuntura plantar. Dichos puntos de presión corresponden a diferentes partes del cuerpo y el masaje aplicado en estos puntos ayuda a aliviar y a liberar las tensiones de su cuerpo.

Foot Reflex está compuesto de 82 conteras masajeadoras sobre muelle y distribuidas según los diferentes puntos de acupuntura de su bóveda plantar.

---

## FUNCIONES

---

La presión dinámica y rítmica ejercida en las zonas plantares provoca un efecto estimulante. Ella favorece una relajación profunda y revitalizadora. Las zonas reflejas así descongestionadas van a favorecer el relajamiento de su cuerpo. Utilice Foot Reflex al despertarse, tras el baño o en la oficina cuando desee relajarse.

En 15 minutos diarios y simplemente caminando, con Foot Reflex

# Foot Reflex

Reflexology Care

combatirá las tensiones de su cuerpo. Sucede que durante las primeras utilizaciones el calzado Foot Reflex es inconfortable, pero esto es la prueba de su eficacia. No renuncie. Llevar el calzado Foot Reflex es contar con un masajeador personal a su servicio.

## CONTRAINDICACIÓN:

- Inmediatamente tras la comida
- Inflamación de los pies:
- Un pie herido, esguince, luxación, equimosis
- Enfermedad cardiaca reciente
- Trombosis
- Flebitis
- Los 3 primeros meses de embarazo
- Accidente vascular cerebral

## MANTENIMIENTO DEL CALZADO FOOT REFLEX

Limpie cuidadosamente su calzado Foot Reflex con la ayuda de un paño húmedo. No utilice solventes ni detergentes en pulverizador (spray).

Eyes	Ojos	Stomach	Estómago
Neck	Cuello	Pancreas	Páncreas
Ear	Orejas	Colon	Colon
Lung	Pulmones	Ureters bladder	Vejiga
Parathyroid	Paratiroides	Rectum	Recto
Heart	Corazón	Anus	Ano
Thyroid	Tiroides	Genital glands	Glándulas genitales
Kidneys	Riñones		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANTÍA

LANAFORM® garantiza por la presente que este producto no tiene ningún defecto de material ni de fabricación durante un período de dos años, a partir de la fecha de su compra, con excepción de las especificaciones siguientes.

La garantía sobre este producto LANAFORM® no cubre los daños provocados como consecuencia de cualquier utilización abusiva o incorrecta, de un accidente, de la utilización de un accesorio no autorizado, de cualquiera modificación aportada al producto o de cualquier otra circunstancia que escape al control de LANAFORM®.

LANAFORM no puede ser considerado responsable de cualquier tipo de daños accesorios o particulares. Lanaform no es responsable del desgaste normal del calzado Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornément  
Rue de la Légende, 55  
B-4141 LOUVEIGNE -BÉLGICA  
TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## BENUTZERHANDBUCH FOOT REFLEX

---

*Wir danken Ihnen, dass Sie sich für die Schuhe Foot Reflex von Lanaform entschieden haben.*

Reflexologie ist die Erforschung und Anwendung der Massage der Fußsohle ; sie beruht auf den Kenntnissen der 5000 Jahre alten chinesischen Traditionen.

Die Reflexologie ist die Stimulierung der Akupunkturpunkte der Fußsohlen. Diese Druckpunkte entsprechen verschiedenen Körperteilen, so dass die Massage an diesen Punkten hilft, die Spannungen im Körper zu lindern und zu lösen.

Foot Reflex weist 82 Massageaufsätze auf Federn auf, die entsprechend den verschiedenen Akupunkturpunkten Ihrer Fußsohle verteilt sind.

---

## FUNKTIONEN

---

Der dynamische und rhythmische Druck auf die Fußsohlen hat eine stimulierende Wirkung. Er begünstigt eine tiefere und belebende Entspannung. Die so entlasteten Reflexzonen fördern die Lockerung des Körpers.

Benutzen Sie Foot Reflex beim Aufwachen, nach einem Bad oder im Büro, wenn Sie entspannen möchten.

Bei einer Anwendung von 15 Minuten am Tag und durch

# Foot Reflex

Reflexology Care

einfaches Gehen bekämpfen die Schuhe Foot Reflex die Verspannungen Ihres Körpers. Bei den ersten Anwendungen empfinden Sie die Foot Reflex möglicherweise als unbequem, doch dies ist ein Zeichen für ihre Wirksamkeit. Geben Sie nicht auf – mit Foot Reflex besitzen Sie Ihren eigenen persönlichen Masseur.

## GEGENANZEIGEN:

- Unmittelbar nach den Mahlzeiten
- Entzündung der Füße
- Verletzter Fuß, Verstauchung, Zerrung, blauer Fleck
- kürzlich aufgetretene Herzerkrankungen
- Thrombose
- Venenentzündung
- in den 3 ersten Schwangerschaftsmonaten
- Hirngefäßerkrankungen

## WARTUNG DER FOOT REFLEX

Reinigen Sie Ihre Foot Reflex vorsichtig mit einem feuchten Tuch. Benutzen Sie keine Lösungsmittel oder Reinigungsmittel in Sprühform.

Eyes	Augen	Stomach	Magen
Neck	Hals	Pancreas	Bauchspeicheldrüse
Ear	Ohren	Colon	Dickdarm
Lung	Lungen	Ureters bladder	Blase
Parathyroid	Parathyroide	Rectum	Rektum
Heart	Herz	Anus	Anus
Thyroid	Schilddrüse	Genital glands	Geschlechtsdrüsen
Kidneys	Nieren		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANTIE

LANAFORM® gewährleistet hiermit, dass dieses Produkt ohne Material- oder Herstellungsmängel geliefert wird. Es gilt eine zweijährige Garantie ab dem Kaufdatum, mit Ausnahme der nachstehend angeführten Fälle.

Die Garantie für dieses LANAFORM®-Produkt deckt nicht die Schäden aufgrund einer unsachgemäßen oder missbräuchlichen Benutzung, eines Unfalls, der Befestigung von nicht zugelassenen Zubehörteilen, der Änderung des Produktes oder gleich welcher anderer Ursachen, die der Kontrolle von LANAFORM® nicht unterliegen.

LANAFORM® lehnt jede Haftung für zusätzliche oder besondere Schäden ab. Lanafom ist nicht haftbar für den normalen Verschleiß der Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55  
B-4141 LOUVEIGNE – BELGIEN  
TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## MANUALE D'USO FOOT REFLEX

---

*La ringraziamo per aver acquistato le calzature Foot Reflex di Lanaform.*

La riflessologia, lo studio e l'applicazione del massaggio alla volta plantare, si basa sull'esperienza millenaria della tradizione cinese.

La riflessologia riguarda la stimolazione dei punti di agopuntura a livello plantare. Questi punti di pressione corrispondono a diverse parti del corpo; il massaggio ivi applicato non solo procura sollievo ma rilascia anche la tensione del corpo.

Foot Reflex è costituita da 82 punte massaggianti su molla, suddivise secondo i diversi punti di agopuntura della volta plantare del paziente.

---

## FUNZIONAMENTO

---

La pressione dinamica e ritmica esercitata sulle zone plantari provoca un effetto stimolante. Favorisce inoltre un rilassamento profondo e rivitalizzante. Le zone riflesse che vengono decongestionate favoriscono il rilassamento del corpo.

Utilizzare Foot Reflex al risveglio, dopo un bagno o in ufficio quando si desidera rilassarsi.

Con 15 minuti al giorno e semplicemente camminando, Foot

# Foot Reflex

Reflexology Care

Reflex vi permette di combattere la tensione del corpo. Durante i primi utilizzi di Foot Reflex si può avvertire un senso di fastidio; ciò è la dimostrazione della sua efficacia. Bisogna perseverare. Indossare Foot Reflex è come avere un massaggiatore personale al proprio servizio.

## CONTROINDICAZIONI:

- Subito dopo i pasti
- Infiammazioni ai piedi
- Ferite ai piedi, storte, slogature, ecchimosi
- Malattia cardiaca recente
- Trombosi
- Flebite
- I primi 3 mesi di gravidanza
- Danno vascolare cerebrale

## PULIZIA DELLE CALZATURE FOOT REFLEX

Pulire delicatamente le calzature Foot Reflex con un panno umido. Non utilizzare solventi né prodotti di pulizia spray.



# LANAFORM®

Eyes	Occhi	Stomach	Stomaco
Neck	Collo	Pancreas	Pancreas
Ear	Orecchi	Colon	Colon
Lung	Polmoni	Ureters bladder	Vescica
Parathyroid	Paratiroide	Rectum	Retto
Heart	Cuore	Anus	Ano
Thyroid	Tiroide	Genital glands	Ghiandole genitali
Kidneys	Reni		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANZIA

LANAFORM® garantisce che il presente prodotto non avrà difetti dei materiali né di fabbricazione per un periodo di due anni a decorrere dalla data di acquisto, ad eccezione di quanto riportato qui sotto.

La garanzia di questo prodotto LANAFORM® non copre i danni causati da uso errato o abuso, incidente, utilizzo di accessori non autorizzati, modifiche apportate al prodotto, né altre situazioni di qualsiasi genere che sfuggano al controllo di LANAFORM®.

LANAFORM® non sarà ritenuta responsabile di eventuali danni incidentali, consequenziali né speciali.

LANAFORM® non è responsabile dell'usura normale delle calzature Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – BELGIO**

**TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



## راهنمای استفاده Foot Reflex

، محصول شرکت لاناform، متشکریم. رفلکسولوژی  
بابت خرید کفش های **Foot Reflex** علم

مطالعه و ماساژ دادن گودی کف پا است و بر داشتن سنن چینی با قدمت پنج  
هزار ساله استوار می باشد.

رفلکسولوژی، نقاط حساس (در طب سوزنی) کف پا را تحریک می کند. این  
نقاط فشار به قسمت های مختلف بدن مربوط هستند. انجام ماساژ روی این نقاط  
به کاهش و آزاد سازی تنش ها و گرفتگی های بدن شما کمک می کند.

شامل 82 برآمدگی ماساژ دهنده روی فتر هستند که مطابق نقاط حساس  
کفش های **Foot Reflex**  
( در طب سوزنی ) گودی کف پا تقسیم شده اند.

### عملکرد

فشار پر تحرک و موزون در منطقه کف پا اثری برانگیز اند که ایجاد می کند و  
موجب آرامش بخشی عمیق و نشاط آوری می شود. مناطقی از بدن که بدین  
ترتیب خود را سبک کرده اند باعث آزادسازی و شلی جسم می شوند.  
در بیداری، بعد از حمام گرفتن یا در اداره زمانی که می خواهید بدن خود را  
shell کرده و به آن استراحت دهید از **Foot Reflex** استفاده کنید.

# Foot Reflex

Reflexology Care

با پانزده دقیقه استفاده در روز و فقط با Foot Reflex با تنش های بدن شما راه رفتن، مقابله خواهد کرد. ممکن است که در اولین استفاده ها، این کفش ها ناراحت باشند. این نشانه کارآیی آن است. استفاده از آن را قطع نکنید. به معنای داشتن یک ماساژ دهنده اختصاصی در خدمت شماست.

پوشیدن  
Reflex

## موارد احتراز

- \* بلا فاصله بعد از غذا
- \* التهاب پاها
- \* جراحات پا، پیچ خور دگی پا، در رفتگی، خون مردگی.
- \* بیماری قلبی تازه.
- \* داشتن لخته خون در رگ ها.
- \* تورم سیاهرگ.
- \* سه ماه اول بارداری.
- \* وقوع مشکل عروق مغزی (سکته مغزی).

## نگهداری از Foot Reflex

با یک دستمال Foot Reflex خود را تمیز کنید. از مواد حلال و مواد خیس و با ظرافت پاک کننده اسپری استفاده نکنید.



Eyes	چشم ها	Stomach	شکم
Neck	گردن	Pancreas	لوز المعدة
Ear	گوش ها	Colon	قولون
Lung	شش ها	Ureters bladder	مثانه
Parathyroid	پاراتیروئید	Rectum	راست روده
Heart	قلب	Anus	مقعد
Thyroid	تیروئید	Genital glands	غدد
Kidneys	کلیه ها		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## گارانتی

لانافورم تضمین می کند که بجز در موارد مشخصه زیر، این محصول عاری از هر نوع عیب در مواد و در ساخت طی مدت دو سال از تاریخ خرید می باشد.

گارانتی روی این محصول لانافورم شامل خسارات ناشی از استفاده نادرست یا سوء استفاده، هر نوع تصادف، هر نوع استفاده قطعات غیر مجاز، ایراد تغییر در محصول یا هر وضعیت دیگری خارج از اراده لانافورم، نمی شود.  
لانافورم در برابر هر نوع خسارات و زیان های جنبی یا خاص از خود سلب مسئولیت می کند.  
لانافورم مسئول استهلاک عادی Foot Reflex نیست.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornément  
Rue de la Légende, 55  
B-4141 LOUVEIGNE - BELGIQUE  
TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**

---

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ МАССАЖНЫХ САНДАЛИЙ FOOT REFLEX

---

*Благодарим Вас за покупку массажных сандалий Foot Reflex марки Lanaform.*

Рефлексология - это наука и практика массажа подошвы ног, основанные на древних китайских знаниях и традициях 5000-летней давности.

Рефлексология – это стимулирование акупунктурных точек подошвы ног. Эти точки соответствуют различным частям тела. Массаж этих точек помогает облегчить и освободить Ваше тело от напряженности.

Обувь Foot Reflex снабжена 82 массажными пружинистыми головками, расположенными в соответствии с различными акупунктурными точками подошв Ваших ног.

---

### ДЕЙСТВИЕ

---

Динамическое и ритмическое давление, осуществляемое на определенные зоны подошвы ноги, производит стимулирующий эффект и благоприятствует глубокой и восстанавливающей релаксации. При этом раскрепощенные рефлекторные зоны будут способствовать расслаблению тела.

Носите массажные сандалии Foot Reflex проснувшись утром, после принятия ванны или на работе, когда Вы хотите расслабиться.

# Foot Reflex

Reflexology Care

Достаточно ходить в сандалиях Foot Reflex 15 минут в день, для того чтобы эффективно бороться с напряженностью в теле. Может случиться, что сначала массажные сандалии Foot Reflex покажутся Вам неудобными. Но это говорит об их эффективности. Не отчайвайтесь. Носить сандалии Foot Reflex – это все равно, что пользоваться услугами персонального массажера.

## ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ:

- Зразу после еды
- При воспалении ног
- При ранах на ногах, растяжениях, вывихах, синяках
- При недавнем сердечном заболевании
- При тромбозе
- При флебите
- В течение 3 первых месяцев беременности
- При церебральных сосудистых осложнениях

## УХОД ЗА МАССАЖНЫМИ САНДАЛИЯМИ FOOT REFLEX

Массажные сандалии Foot Reflex нужно аккуратно чистить при помощи влажной материи. Не применять ни растворителей, ни моющих средств, наносящихся при помощи флакона с пульверизатором.

Eyes	Глаза	Stomach	Желудок
Neck	Шея	Pancreas	Поджелудочная железа
Ear	Уши	Colon	Ободочная кишка
Lung	Легкие	Ureters bladder	Мочевой пузырь
Parathyroid	Околощитовидная железа	Rectum	Прямая кишка
Heart	Сердце	Anus	Аналитическое отверстие
Thyroid	Щитовидная железа	Genital glands	Половые железы
Kidneys	Почки		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## ГАРАНТИЯ

Настоящим LANAFORM® гарантирует отсутствие в данном изделии производственных и материальных дефектов в течение двух лет со дня его покупки, за исключением следующих случаев:

данная гарантия не распространяется на повреждения, возникшие вследствие неадекватного или неправильного пользования, несчастного случая, недозволенного использования аксессуаров, модификации изделия или любого другого обстоятельства, выходящего из-под контроля компании LANAFORM®;

LANAFORM® не может нести ответственности за любые дополнительные или особенные повреждения, ни за естественный износ массажных сандалий Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA (АО ЛАНАФОРМ)**

**Zoning de Cornémont**

**Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – BELGIQUE (БЕЛЬГИЯ)**

**ТЕЛ.: 32 (0) 4 360 92 91 · ФАКС: 32 (0) 4 360 97 23**

---

## INSTRUKCJA OBSŁUGI FOOT REFLEX

---

*Dziękujemy Państwu za zakup obuwia Foot Reflex firmy Lanaform.*

Refleksologia jest nauką i stosowaniem masażu stóp, opiera się na wykorzystaniu wiedzy starych chińskich tradycji sprzed 5000 lat.

Refleksologia polega na poprawnym przepracowaniu punktów akupunktury stóp. Punkty te odpowiadają poszczególnym organom człowieka. Poprzez masaż na tych punktach można przynieść ulgę i zlikwidować napięcia ciała.

Foot Reflex posiada 82 końcówki masujące na sprężynkach i rozmieszczone według różnych punktów akupunktury stopy.

---

## FUNKCJE

---

Ciśnienie dynamiczne i rytmiczne na strefach stóp powoduje efekt pobudzający. Sprzyja głębskiej i odżywczej relaksacji. Pobudzone punkty zwane refleksami pomogą w rozluźnieniu ciała.

Wskazane jest używanie Foot Reflex po przebudzeniu, po kąpieli lub w biurze, kiedy chcesz się zrelaksować.

W 15 minut dziennie chodząc w obuwiu Foot Reflex, zlikwidujesz napięcia ciała. Przy pierwszym użyciu Foot

# Foot Reflex

Reflexology Care

Reflex może ono wydać się mało wygodne ale to dowód ich skuteczności. Nie należy się poddawać. Noszenie Foot Reflex jest jak posiadanie własnego masażysty.

## CONTRA-INDICAÇÕES:

- Imediatamente a seguir às refeições
- Pés inflamados
- Pé ferido, entorse, distensão ou equimose
- Doença cardíaca recente
- Trombose
- Flebite
- Durante os 3 primeiros meses de gravidez
- Acidente vascular cerebral

## MANUTENÇÃO DOS «FOOT REFLEX»

Limpe com cuidado os «Foot Reflex» com um pano húmido. Não utilize solventes nem sprays de limpeza.

Eyes	Oczy	Kidneys	Nerki
Neck	Szyja	Stomach	Żołądek
Ear	Uszy	Pancreas	Trzustka
Lung	Płuca	Colon	Okręznica
Parathyroid	Gruczoły przytarczyczne	Ureters bladder	Pęcherz moczowy
Heart	Serce	Rectum	Odbytnica
Thyroid	Tarczyca	Anus	Odbyt
		Genital glands	Gruczoły płciowe



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANTIA

A LANAFORM® garante este produto contra todos os vícios de origem e de fabrico. A presente garantia é válida durante o prazo de dois anos contados a partir da data de aquisição, ressalvados os casos seguintes:

A presente garantia aplicável a um produto da LANAFORM® não cobre os danos resultantes de uma utilização imprópria ou abusiva, de um acidente, da instalação de um acessório não autorizado, de uma modificação do produto ou de qualquer outra causa independente da vontade da LANAFORM®.

A LANAFORM® não se responsabiliza por qualquer tipo de danos imprevisíveis, consecutivos ou especiais. A LANAFORM® não se responsabiliza pelo desgaste normal dos «Foot Reflex».

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55  
B-4141 LOUVEIGNE – BÉLGICA  
TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## UPUTE ZA UPORABU OBUĆE »FOOT REFLEX»

---

*Zahvaljujemo vam na kupnji obuće Foot Reflex poduzeća Lanaform.*

Refleksologija je znanost i izvođenje masaže luka stopala, koja se temelji na 5000-godišnjoj kineskoj tradiciji.

Refleksologija je stimuliranje akupunktturnih točki tabana. Pojedine točke na tabanu odgovaraju različitim dijelovima tijela, a masaža tih točaka pomaže u olakšavanju i opuštanju napetosti vašeg tijela.

Foot Reflex sastoji se od 82 masažna čepića na oprugama, raspoređena prema akupunktturnim točkama luka stopala.

---

### DJELOVANJE

---

Izvođenjem dinamičkog i ritmičkog pritiska na točke stopala postižemo učinak stimulacije. Stimulacija omogućuje duboko i revitalizirajuće opuštanje. Takvo rasterećenje refleksnih zona uzrokuje potpuno opuštanje vašeg tijela.

Foot Reflex koristite kad se probudite, nakon kupanja ili na radnom mjestu, kad se zaželite opuštanja.

U 15 minuta hoda na dan Foot Reflex će odagnati napetost

# Foot Reflex

Reflexology Care

vašeg tijela. Može se dogoditi da u početku uporabe Foot Reflexa osjetite nelagodu, što je dokaz njegove učinkovitosti. Ali ne odustajte. Nošenje obuće Foot Reflex je kao da imate osobnog masera.

## KONTRAINDIKACIJE:

- Uporaba odmah nakon uzimanja obroka
- Upala stopala
- Oštećena stopala, uganuće, iščašenje, podljev
- Srčana bolest novijeg postanka
- Tromboza
- Upala žila
- Prva 3 mjeseca trudnoće
- Oštećenje krvnih žila mozga

## ODRŽAVANJE OBUĆE FOOT REFLEX

Foot Reflex pažljivo očistite vlažnom krpom. Ne koristite otapali ili sredstva za čišćenje u obliku spreja.



# LANAFORM®

Eyes	Oči	Stomach	Želudac
Neck	Vrat	Pancreas	Gušteraca
Ear	Uši	Colon	Debelo crijevo
Lung	Pluća	Ureters bladder	Mokraćni mjehur
Parathyroid	Parathroide	Rectum	Rektum
Heart	Rame	Anus	Anus
Thyroid	Štitnjača	Genital glands	Spolne žlijezde
Kidneys	Bubrezi		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANCIJA

LANAFORM® jamči da kod ovog proizvoda ni materijal kao ni sam proizvod nemaju nikakve greške. Ova garancija vrijedi dvije godine od dana kupnje, osim u sljedećim slučajevima:

Garancija za ovaj proizvod tvrtke LANAFORM® ne pokriva oštećenja nastala zbog nepravilnog korištenja ili zlouporabe, nesreća, stavljanja neprimjerenih dodataka, promjena na proizvodima ili nekih drugih oštećenja, koja se ne tiču tvrtke LANAFORM®.

Tvrta LANAFORM® ne odgovara za bilo kakva slučajna ili posebna oštećenja. Lanaform ne odgovara za normalno habanje obuće Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – BELGIJA**

**TEL.: +32 (0) 4 360 92 91 • FAX: +32 (0) 4 360 97 23**



---

## NAVODILA ZA UPORABO OBUVALA » FOOT REFLEX »

---

*Zahvaljujemo se vam za nakup obuvala Foot Reflex podjetja Lanaform.*

Refleksologija je veda in izvajanje masaže stopalnega loka, ki temelji na 5000-letni kitajski tradiciji.

Refleksologija je stimuliranje akupunktturnih točk podplatov. Posamezne točke na podplatu ustrezajo različnim delom telesa, masaža teh točk pa pomaga pri lajšanju in sprostitvi napetosti vašega telesa.

Foot Reflex sestavlja 82 masažnih čepkov na vzeteh, porazdeljenih glede na akupunkturne točke stopalnega loka.

---

### DELOVANJE

---

Z izvajanjem dinamičnega in ritmičnega pritiska na stopalne točke dosežemo učinek stimulacije. Stimulacija omogoča globoko in poživljajočo sprostitev. Takšna razbremenitev refleksnih zon omogoči popolno sprostitev vašega telesa. Uporabljajte Foot Reflex, ko se zbudite, po kopanju ali na delovnem mestu, ko si zaželite sprostitve.

V 15 minutah na dan bo Foot Reflex s hojo pregnal napetost

# Foot Reflex

Reflexology Care

vašega telesa. Lahko se zgodi, da boste v začetku uporabe Foot Reflexa občutili nelagodje, kar je dokaz njegove učinkovitosti. Vendar ne odnehajte. Nošenje obuvala Foot Reflex je tako, kot da bi imeli osebnega maserja.

## DELOVANJE:

- Uporaba takoj po zaužitju obroka
- Vnetje stopal
- Poškodovana stopala, zvin, izpah, podplutba
- Srčna bolezen novejšega nastanka
- Tromboza
- Vnetje žil
- Prvi 3 meseci nosečnosti
- Poškodbe možganskega ožilja

## VZDRŽEVANJE OBUVALA FOOT REFLEX

Foot Reflex previdno očistite z vlažno krpo. Ne uporabljajte topil ali čistil v obliki pršila.



# LANAFORM®

Eyes	Oči	Stomach	Želodec
Neck	Vrat	Pancreas	Trebušna slinavka
Ear	Ušesa	Colon	Debelo črevo
Lung	Pljuča	Ureters bladder	Sečni mehur
Parathyroid	Parathroide (eng)	Rectum	Danka
Heart	Srce	Anus	Zadnjik
Thyroid	Ščitnica	Genital glands	Spolne žleze
Kidneys	Ledvica		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANCIJA

LANAFORM® jamči, da pri tem izdelku tako material kot sam izdelek nima nobene napake. Ta garancija velja dve leti od dneva nakupa, razen v naslednjih primerih.

Garancija za ta izdelek podjetja LANAFORM® ne krije škode, ki nastane zaradi nepravilne uporabe ali zlorabe, nesreč, nameščanja neprimernih dodatkov, sprememb na izdelkih ali kakršnihkoli drugih poškodb, ki niso stvar podjetja LANAFORM®.

Podjetje LANAFORM® ne odgovarja za kakršnekoli naključne ali posebne poškodbe.

Lanaform ne odgovarja za normalno obrabo obuvala Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – BELGIJA**

**TEL.: +32 (0) 4 360 92 91 · FAX: +32 (0) 4 360 97 23**



---

## A FOOT REFLEX HASZNÁLATI UTASÍTÁSA

---

*Köszönjük, hogy megvásárolta a Foot Reflex cipőt, a Lanaform cég termékét.*

A reflexológia a talpmasszázs tana és annak alkalmazása, mely 5000 évre visszanyúló, gyakorlatban igazolt kínai hagyományokon alapszik.

A reflexológia a talp akupunktúrás pontjait stimulálja. Ezek a nyomópontok különböző testrészeknek felelnek meg, masszározásuk testét megkönnyebbíti, feszültségeit feloldja.

A Foot Reflex cipő 82 rugós nyomógombot tartalmaz, melyek a talp különböző akupunktúrás pontjainak megfelelő elosztásban vannak beépítve.

---

## HATÁSA

---

A talp különböző reflexzónáinak dinamikus és ritmikus nyomogatása testrészeinkre ösztönző hatással van. Elősegíti a mély és élénkítő ellazulást. A reflexzónák feloldásával a test fellazulását elősegíti.

A Foot Reflex használható ha ébredéskor, fürdés után vagy az irodában el kíván lazulni.

Csak sétáljon napi 15 percet a Foot Reflexben, és levezeti

# Foot Reflex

Reflexology Care

testének feszültségeit. Először talán szokatlan, kényelmetlen lesz, de éppen ez bizonyítja hatékonyságát. Ne mondjon le róla. Ha Foot Reflexet hord, saját masszőrje van, mely bármikor rendelkezésére áll.

## ELLENJAVALLATOK:

- Közvetlenül étkezés után
- Gyulladt lábfej esetén
- Sebes, rándult, kificamodott, feldagadt vagy zúzódásos lábon
- Új szívbántalom esetén
- Trombózisnál
- Visszérgyulladás esetén
- A terhesség első 3 hónapja alatt
- Agyérbántalom mellett

## A FOOT REFLEX KARBANTARTÁSA

A Foot Reflexet tisztításkor nedves ronggyal gyengéden törölje át. Ne használjon oldószert, tisztító sprayeket.



# LANAFORM®

Eyes	Szemek	Stomach	Gyomor
Neck	Nyak	Pancreas	Hasnyálmirigy
Ear	Fülek	Colon	Vastagbél
Lung	Tüdő	Ureters bladder	Húgyhólyag
Parathyroid	Mellékpajzsmirigy	Rectum	Végbél
Heart	Szív	Anus	Végbélnyílás
Thyroid	Pajzsmirigy	Genital glands	Nemzőszervek mirigyei
Kidneys	Vesék		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANCIA

LANAFORM® a vásárlástól számított kétéves időszakra szavatolja a jelen termék anyaghibától és termelési hibától mentes működését, az alábbi esetek kivételével.

Az ezen LANAFORM® termékre vonatkozó jótállás nem érvényes semmilyen visszaélészerű vagy rossz használatból eredő kár esetén, balesetek esetén, nem engedélyezett tart zékok használata, a termék módosítása vagy bármilyen más jellegű, a LANAFORM® ellenőrzésén kívül eső körülmény esetén.

LANAFORM® nem tehető felelőssé semmilyen járulékos, következményes vagy különleges kárért.

A FOOT REFLEX rendes kopásáért, elhasználódásáért a LANAFORM® nem felelős.

**LANAFORM®**

**N.V. LANAFORM S.A.**

**Zoning de Cornémont**

**Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE - BELGIQUE**

**TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## FOOT REFLEXIN KÄYTTÖOHJE

---

*Kiitämme sinua siitä, että olet ostanut Lanaformin Foot Reflex kengät.*

Refleksologia on jalkaterän hierontaoppia ja sen soveltamista, se perustuu kiinalaisiin perinteisiin 5000 vuotta vanhoihin menetelmiin.

Vyöhykterapia on jalkaterän akupunktiopisteiden stimuloimista ; Nämä painelupisteet vastaavat eri kehon osia, pisteiden hierominen auttaa lievittämään ja laukaisemaan kehosi jännitystiloja.

Foot Reflex kenkä muodostuu 82 hierovasta jousien päällä olevasta nystyrästä, jotka on jaettu jalkaholvisi eri akupunktiopisteiden mukaisesti.

---

## TOIMINNOT

---

Vireällä ja rytmikkääällä jalanan vyöhykkeiden painelulla on virkistävä vaikutus. Se edistää syvää ja elvyttävää jännitysten laukeamista. Siten vapautetut heijastevyöhykkeet edistävät kehosi rentoutumista.

Käytä Foot Reflexejä herättyäsi, kylvyn jälkeen tai toimistossa, aina kun haluat rentoutua.

Foot Reflexejä käyttämällä torjut kehostasi jännitystilat

# Foot Reflex

Reflexology Care

ainoastaan 15 minuutin kävelyllä päivässä.

Voi sattua, että ensi kertaa Foot Reflexejä käyttäässäsi ne tuntuват epämukavilta, se todistaa niiden tehokkuuden. Älä hellitä. Foot Reflexien pitäminen on kuin palveluksessasi olisi oma henkilökohtainen hierojasi.

## VASTASYITÄ KÄYTÖLLE:

- aika heti aterian jälkeen
- jalkojen tulehdus
- loukkaantunut jalka, revähdys, nyrjähdys, mustelma
- hiljattain ollut sydänsairaus
- veritulppa
- laskimotulehdus
- raskauden 3 ensimmäistä kuukautta
- aivohalvaus

## FOOT REFLEXIEN HUOLTO

Puhdista Foot Reflexisi hellävaraisesti kostealla räällä. Älä käytä liuottimia äläkä suihkutettavia pesuaineita.



# LANAFORM®

UK	+	UK	+
Eyes	Silmät	Stomach	Vatsa
Neck	Kaula	Pancreas	Haima
Ear	Korvat	Colon	Paksusuoli
Lung	Keuhkot	Ureters bladder	Virtsarakko
Parathyroid	Lisäkilpirauhanen	Rectum	Peräsuoli
Heart	Sydän	Anus	Perääukko
Thyroid	Kilpirauhanen	Genital glands	Sukupuoilirauhaset
Kidneys	Munuaiset		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## TAKUU

LANAFORM® takaa, tämän tuotteen kaikkilta materiaali- ja valmistusvirheiltä kahden vuoden ajaksi myytipäivästä laskien, allamaimituin poikkeuksin.

Tämän LANAFORM® tuotteen takuu ei kata vaurioita, joihin on syynä mikä tahansa virheellinen tai liiallinen käyttö, onnettomuus, jonka ei hyväksytyn lisälaitteen liittäminen, tuotteeseen tehty muutos tai mikä tahansa muu syy minkä luontainen onkaan, johon LANAFORM® ei voi vaikuttaa.

LANAFORM®in ei voi katsoa olevan vastuussa minkäänlaisista epäsuorista, erityisistä tai väilläisistä vahingoista.

Lanaform ei ole vastuussa Foot Reflexin normaalista kulumisesta.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – BELGIQUE**

**PUH.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



## كتيب تعليمات استعمال حذاء فوت رفلكس

قبل كل شيء نشكرك على شرائك لحذاء فوت رفلكس من لانافورم.

إن علم الانعكاسات (ردور الفعل اللايرادي) هو دراسة تطبيقات تدليك قعر أخمص القدم، وهو يستند إلى المعرف والتقاليد الصينية التي يزيد عمرها على 5000 سنة.

يركز علم الانعكاسات على تنشيط مواضع الوخز بالإبر في أخمص القدم. فمواضع الضغط هذه ترتبط بأجزاء الجسم المختلفة، ويساعد تدليكها على تحرير جسمك وتخفيف توتره.

يحتوي حذاء فوت رفلكس على مسennات صغيرة فوق نابض للتدليك عددها 82 مسena، وهي موزعة حسب مواضع الوخز المختلفة في أخمص قدمك.

### الوظائف

إن الضغط الديناميكي والمنتظم على أجزاء أخمص القدم يعطي آثاراً منشطة، ويؤدي إلى ارتخاء عميق يعيد الحيوية إلى الجسم. وتقود الأجزاء التي زال منها الاحتقان إلى ارتخاء جسمك.

استعمل حذاء فوت رفلكس عند استيقاظك، أو بعد الاستحمام، أو في المكتب عندما تريد الاسترخاء.

يقاوم حذاء فوت رفلكس التوتر في جسمك، ويكفي لذلك استعماله والسير به لمدة 15 دقيقة يومياً.

# Foot Reflex

Reflexology Care

: يكون الحذاء غير مريح أثناء الاستعمالات الأولى وهذا ما يدل على عاليته، فلا تخلي عنه. إن ارتداءك لحذاء فوت رفلكس يعني أن لديك مدلكا خصياً خاصاً بك وحده.

## تجنب الاستعمال في الحالات التالية:

- بعد تناول وجبة الطعام مباشرة
- تورم القدمين
- إصابة القدم بجروح أو بكدمة أو بخلع، أو التواء مفصل القدم
- مرض حديث في القلب
- جلطة
- التهاب الوريد
- الأشهر الثلاث الأولى من الحمل
- جلطة دماغية

## سيانة حذاء فوت رفلكس

نظف بلطف حذاء فوت رفلكس باستعمال قطعة قماش مبللة، ولا تستعمل واد مذيبة ولا مواد منظفة في بخاخ.



Eyes	العينان	Thyroid	الغدة الدرقية
Neck	عنق	Kidneys	الكليلتان
Ear	الأذنان	Stomach	المعدة
Lung	الرئتان	Pancreas	البنكرياس
Parathyroid	الغدة الجنديبرقية (إحدى أربع غدد صم مجاورة للغدة الدرقية أو دفينة فيها)	Colon Ureters bladder Rectum Anus	المثانة المستقيم الشرج
Heart	الفقرات القطنية	Genital glands	الغدد التناسلية



# Foot Reflex

Reflexology Care

## الضمان

تضمن لانافورم® بموجب هذا الكتيب أن هذا الجهاز سيكون خال من العيوب في القطع وفي التصنيع لفترة سنتين بدءاً من تاريخ الشراء، باستثناء الحالات المذكورة فيما يلي:

لا يغطي ضمان هذا الجهاز لانافورم® الأضرار الناجمة عن الاستعمال الخاطئ، أو الإفراط في الاستعمال، أو الأضرار الناجمة عن حادث، أو عن استعمال قطع إضافية غير مسموح بها مع الحذاء، أو عن أية تعديلات تجرى عليه، أو عن أية ظروف لا يمكن لانافورم® أن تكون مسؤولة عنها مهما كانت.

لانافورم® غير مسؤولة عن أي نوع من الأضرار الإضافية أو الخاصة، وهي غير مسؤولة عن التلف الطبيعي الناتج عن استعمال حذاء فوت رفلكس.

لانافورم ش.م.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornemont  
Rue de la Légende, 55  
B-4141 LOUVEIGNE - BELGIQUE  
TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## FOOT REFLEX KULLANMA KİLAVUZU

---

*Lanaform Foot Reflex ayakkabılarını satın aldığınız için size teşekkür ederiz.*

Refleksoloji, ayak altı boşluğu masajının araştırma ve uygulanması bilimidir. Başlangıcı 5000 yıllık Çin geleneklerine dayanır.

Refleksoloji, ayak altı akapunktur noktalarının uyarılmasıdır. Bu noktaların her biri vücutun belirli bölümlerinin karşılığıdır. Bu noktalara yapılacak olan masaj, vücutunuzdaki gerginliğin ortadan kalkmasını sağlar.

Foot Reflex ayakkabıları, herbiri yay üzerine monte edilmiş 82 adet masaj ucundan oluşur. Bunların yerleri ayak altındaki değişik akapunktur noktalarına göre ayarlanmıştır.

---

## FONKSİYONLARI

---

Ayak altı bölgesine uygulanan devamlı ve dinamik basınç uyarıcı bir sonuç ortaya çıkarır. Bu sonuç, derin ve ferahlatıcı bir rahatlama duygusu sağlar. Bu refleks bölgelerinin gerilimlerinden arınması vücutunuzun rahatlamasına yardım eder.

# Foot Reflex

Reflexology Care

Foot Reflex'i rahatlamak istediğinizde, yataktan kalktığınızda, banyo çıkışında veya işyerinizde kullanın.

Günde sadece 15 dakika yürüdüğünüzde, Foot Reflex vücudunuzdaki gerginliği ortadan kaldıracaktır. İlk başlarda Foot Reflex kullanıcıları biraz rahatsızlık verebilir, bu da etkisinin kanıtıdır. Kullanmaktan vazgeçmeyiniz. Foot Reflex'i kullanmak kendinize ait özel bir masöre sahip olmak demektir.

## KULLANILMAMASI GEREKEN DURUMLAR:

- Yemekten hemen sonra
- Ayak iltihaplarında
- Yaralı ayaklarda (burkulma, çatlak, morluklarda)
- Kalp hastalıklarının teşhisi yenyise
- Felç
- Toplardamar yangısı
- Gebeliğin ilk üç ayında
- Beyin damarı hastalıklarında

## FOOT REFLEX'İN BAKIMI

Foot Reflex'i nazikçe nemli bir bezle temizleyiniz. Solventli maddeler veya sprey halindeki temizleyiciler kullanmayın.



# LANAFORM®

Eyes	Gözler	Stomach	Mide
Neck	Boyun	Pancreas	Pankreas
Ear	Kulaklar	Colon	Kalın bağırsak
Lung	Akciğerler	Ureters bladder	Sidik kesesi
Parathyroid	Paratiroid	Rectum	Rektum
Heart	Kalp	Anus	Anüs
Thyroid	Tiroid	Genital glands	Üreme salgı bezisi
Kidneys	Böbrek		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANTİ

LANAFORM® bu üründe gizli, fabrikasyon ve parça hatası olmadığını satın alma tarihinden itibaren 2 yıl süreyle garanti eder. Sadece aşağıdaki durumlar bu garanti haricindedir.

LANAFORM®, kontolünden kaçabilecek yanlış ve kötü kullanım sonucunda, kazayla veya izinsiz eklenmiş aksesuarlar ve müsaadesiz yapılan değişiklikler yüzünden oluşabilecek arızaları garanti etmez.

LANAFORM® ek, aksesuar ve özel zararlardan sorumlu tutulamaz.

Lanaform, Foot Reflex'in normal aşınmasından sorumlu değildir

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – BELGIQUE**

**TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 • FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ FOOT REFLEX

---

*Mи дякуємо вам за те, що купили взуття FOOT REFLEX від Lanaform.*

Рефлексологія - це вивчення та застосування масажу склепіння підошви, вона заснована на знаннях китайських традицій, вік якої близько 5000 років.

Рефлексологія - це стимуляція акупунктурних точок підошви ноги; ці точки відповідають різним частинам тіла, масаж, застосований до цих точок, допомагає полегшити та розслабити ваше тіло.

FOOT REFLEX складене з 82 наконечників, які пружно й ціленаправлено массажують різні акупунктурні точки вашої підошви.

---

### ФУНКЦІЇ

---

Динамічне та ритмічне натискання, здійснюване на зони підошви, викликає стимулюючий результат. Воно гарно сприяє глибокій та оздоровляючій релаксації. Рефлекторні зони, розвантажені таким чином, будуть сприяти розслабленню вашого тіла.

Використовуйте FOOT REFLEX після пробудження, після прийняття ванни або на роботі, коли хочете розслабитися.

# Foot Reflex

Reflexology Care

Використовуйте FOOT REFLEX 15 хвилин на день, просто проходжуючись, і напруженість у вашому тілі буде переможена. Трапляється, що протягом першого часу використання FOOT REFLEX може відчуватися дискомфорт - це доказ її ефективності. Не відступайте. Носити взуття FOOT REFLEX -це користуватися послугами персонального масажиста.

## ПРОТИПОКАЗАННЯ:

- Не застосовувати відразу після прийому їжі
- Запалення ніг
- Поранення ноги, вивих, розтяг зв'язок, синець
- Нещодавнє серцево-судинне захворювання
- Тромбоз
- Флебіт
- Перші 3 місяці вагітності
- Нещасний випадок, що торкнувся судин, мозку

## ДОГЛЯД ЗА FOOT REFLEX

Делікатно очищуйте FOOT REFLEX за допомогою вологої тканини. Не використовуйте ні розчинників, ні спрей-очищувачів.

Eyes	Очі	Stomach	Щитовидна залоза
Neck	Шия	Pancreas	підшлункова залоза
Ear	Вуха	Colon	ободова кишка
Lung	Легені	Ureters bladder	Кишечник
Parathyroid	паращитовидна залоза	Rectum	пряма кишка
Heart	Серце	Anus	анальний отвір
Thyroid	Щитовидна залоза	Genital glands	Полові Залози
Kidneys	Нирки		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## ГАРАНТІЯ

Цим, компанія LANAFORM® гарантує, що в цього продукту не буде ні дефектів матеріалу, ні виробничих дефектів на протязі двох років після виготовлення, починаючи з дати покупки, за винятком наступних уточнень.

Гарантія на цей продукт LANAFORM® не поширюється на:

ушкодження, заподіяні внаслідок будь-якого надмірного або невідповідного використання, будь-який нещасний випадок, будь-яке додаткове використання не за призначенням, будь-яку модифікацію продукції, або будь-яку іншу обставину, яку LANAFORM® не може контролювати.

LANAFORM® не може бути відповідальним за будь-який тип додаткових або специфічних ушкоджень. LANAFORM не є відповідальним за природне зношування FOOT REFLEX.

**LANAFORM®**

**BAT LANAFORM**

**Район Корнемон**

**вул. Легенди, 55**

**В-4141 ЛУВЕНЬ - БЕЛЬГІЯ**

**ТЕЛЕФОН: 32 (0) 4 360 92 91 · ФАКС: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΟΥ FOOT REFLEX

---

**Σας ευχαριστούμε που διαλέξατε τα παπούτσια Foot Reflex της Lanaform.**

Η ρεφλεξολογία είναι η μελέτη και εφαρμογή των μαλάξεων της καμάρας του ποδιού· βασίζεται στις γνώσεις 5000 ετών κινέζικης παράδοσης.

Η ρεφλεξολογία είναι η διέγερση των σημείων βελονισμού του πέλματος· αυτά τα σημεία πίεσης αντιστοιχούν σε διαφορετικά μέρη του σώματος, η μάλαξη που γίνεται σ' αυτά τα σημεία βοηθάει στην ανακούφιση και την απελευθέρωση των εντάσεων του σώματός σας.

Foot Reflex αποτελείται από 82 κεφαλές μασάζ πάνω σε ελατήρια, κατανεμημένες σύμφωνα με τα διαφορετικά σημεία βελονισμού της καμάρας του ποδιού σας.

---

## ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ

---

Η δυναμική και ρυθμική πίεση που ασκείται στις ζώνες του πέλματος έχει διεγερτικά αποτελέσματα. Συμβάλλει στη βαθιά και αναζωογονητική χαλάρωση. Αυτή η αποσυμφόρηση των αντανακλαστικών περιοχών θα διευκολύνει την χαλάρωση του σώματός σας.

Χρησιμοποιείτε τα Foot Reflex με το πρωινό ξύπνημα, μετά από το μπάνιο σας ή στο γραφείο, όταν θέλετε να χαλαρώσετε.

# Foot Reflex

Reflexology Care

Με 15 λεπτά την ημέρα και με απλό βάδισμα, τα παπούτσια Foot Reflex καταπολεμούν τις εντάσεις του σώματός σας. Μερικές φορές, οι πρώτες χρήσεις των παπουτσιών Foot Reflex είναι άβολες, αυτό αποδεικνύει ότι είναι αποτελεσματικά. Μην εγκαταλείπετε. Φορώντας τα Foot Reflex, θα έχετε έναν προσωπικό μασέρ στη διάθεσή σας.

## ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ:

- Αμέσως μετά από γεύμα
- Φλεγμονή των ποδιών
- Τραυματισμός, στραμπούληγμα, διάστρεμμα, εκχύμωση του ποδιού
- Πρόσφατη καρδιακή πάθηση
- Θρόμβωση
- Φλεβίτηδα
- Οι 3 πρώτοι μήνες εγκυμοσύνης
- Εγκεφαλικό επεισόδιο

## ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΤΩΝ FOOT REFLEX

Καθαρίστε απαλά τα Foot Reflex σας χρησιμοποιώντας ένα νωπό πανί. Μη χρησιμοποιείτε διαλυτικά ή καθαριστικά σε σπρέι.



# LANAFORM®

UK	Ε	UK	Ε
Eyes	Μάτια	Stomach	Στομάχι
Neck	Λαιμός	Pancreas	Πάγκρεας
Ear	Αυτιά	Colon	Κόλον
Lung	Πνευμόνια	Ureters bladder	Ουροδόχος κύστη
Parathyroid	Παραθυρεοειδής	Rectum	Ορθός
Heart	Καρδιά	Anus	Πρωκτός
Thyroid	Θυρεοειδής	Genital glands	Γεννητικοί αδένες
Kidneys	Νεφρά		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## ΕΓΓΥΗΣΗ

Η LANAFORM® εγγυάται, για διάστημα δύο ετών από την ημερομηνία αγοράς του, ότι αυτό το προϊόν δεν φέρει κατασκευαστικά ή υλικά ελαττώματα, με εξαίρεση τις παρακάτω διευκρινήσεις.

Η εγγύηση γί'αυτό το προϊόν LANAFORM® δεν καλύπτει οποιαδήποτε ζημιά προκληθεί ως συνέπεια κακής, ατυχούς ή λανθασμένης χρήσης, χρήσης εξαρτημάτων που δεν επιτρέπονται, όποιας μεταβολής επιφερθεί επί του προϊόντος ή οποιασδήποτε άλλης περίστασης υπεράνω ελέγχου της LANAFORM®.

Η LANAFORM δεν μπορεί να θεωρηθεί υπεύθυνη για οποιονδήποτε τύπο δευτερευόντων, προκληθέντων ή ειδικών ζημιών. Η Lanaform δε φέρει ευθύνη για τη φυσιολογική φθορά των Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B-4141 LOUVEIGNE – ΒΕΛΓΙΟ**

**ΤΗΛ: 32 (0) 4 360 92 91 · ΦΑΞ: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## MANUAL DE UTILIZAÇÃO DE «FOOT REFLEX»

---

*Agradecemos-lhe o facto de ter adquirido o produto «Foot Reflex» da Lanaform.*

A reflexologia é o estudo e a aplicação de manobras específicas na arcada plantar e baseia-se em práticas tradicionais chinesas com mais de 5 000 anos.

A reflexologia é a estimulação dos pontos de acupunctura na planta do pé; estes pontos de pressão correspondem a diferentes partes do corpo e as massagens neles aplicadas ajudam a combater as tensões corporais.

“Foot Reflex” compõe-se de 82 bolas de massagem sobre mola repartidas pelos diferentes pontos de acupunctura da arcada plantar.

---

## FUNÇÕES

---

A pressão dinâmica e ritmada exercida na planta do pé produz um efeito estimulante. Favorece um relaxamento profundo e revitalizante. As zonas reflexas assim descongestionadas proporcionam o relaxamento do corpo.

Calce os «Foot Reflex» ao acordar, depois de um banho ou no escritório quando precisar de se relaxar.

# Foot Reflex

Reflexology Care

Andando com os «Foot Reflex» calçados 15 minutos por dia, combaterá todas as tensões corporais. É possível que nas primeiras vezes que calce os «Foot Reflex» sinta algum desconforto, é uma prova da sua eficácia. Não desista! Utilizar os «Foot Reflex» é o mesmo que ter um massagista pessoal ao seu serviço.

## CONTRA-INDICAÇÕES:

- Imediatamente a seguir às refeições
- Pés inflamados
- Pé ferido, entorse, distensão ou equimose
- Doença cardíaca recente
- Trombose
- Flebite
- Durante os 3 primeiros meses de gravidez
- Acidente vascular cerebral

## MANUTENÇÃO DOS «FOOT REFLEX»

Limpe com cuidado os «Foot Reflex» com um pano húmido. Não utilize solventes nem sprays de limpeza.



# LANAFORM®

Eyes	Olhos	Stomach	Estômago
Neck	Pescoço	Pancreas	Pâncreas
Ear	Orelhas	Colon	Côlon
Lung	Pulmões	Ureters bladder	Bexiga
Parathyroid	Paratiroideia	Rectum	Recto
Heart	Coração	Anus	Ânus
Thyroid	Tiróide	Genital glands	Glândulas genitais
Kidneys	Estômago		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## GARANTIA

A LANAFORM® garante este produto contra todos os vícios de origem e de fabrico. A presente garantia é válida durante o prazo de dois anos contados a partir da data de aquisição, ressalvados os casos seguintes:

A presente garantia aplicável a um produto da LANAFORM® não cobre os danos resultantes de uma utilização imprópria ou abusiva, de um acidente, da instalação de um acessório não autorizado, de uma modificação do produto ou de qualquer outra causa independente da vontade da LANAFORM®.

A LANAFORM® não se responsabiliza por qualquer tipo de danos imprevisíveis, consecutivos ou especiais. A LANAFORM® não se responsabiliza pelo desgaste normal dos «Foot Reflex».

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55  
B-4141 LOUVEIGNE – BÉLGICA  
TEL.: 32 (0) 4 360 92 91 · FAX: 32 (0) 4 360 97 23**



---

## NÁVOD K POUŽITÍ

---

*Děkujeme vám, že máte důvěru k naším výrobkům, a že jste si zakoupili masážní sandály Foot Reflex společnosti Lanaform.* Reflexologie neboli reflexní terapie je jemná masáž plosky chodidel, která má hluboké kořeny v tradičních čínských filozofických směrech starých 5 000 let.

Reflexologie je stimulace akupunkturálních bodů plantární klenby chodidla; tyto body odpovídají různým částem těla a jejich masáž pomáhá k celkové úlevě těla a uvolnění vašeho organismu.

Foot Reflex jsou složeny z 82 pružných masážních hlavic rozmístěných podle různých akupunkturálních bodů vaší plantární klenby chodidla.

---

## FUNKCE

---

Dynamický a rytmický tlak vyvíjený na plantární zóny způsobuje stimulační efekt. Napomáhá hlubokému uvolnění a obnovuje vitalitu vašich orgánů. Takto uvolněné reflexní zóny podporují celkovou relaxaci vašeho těla.

Masážní sandály Foot Reflex používejte ráno po probuzení, po koupeli nebo i na pracovišti, chcete-li se na chvíli uvolnit.

Pouhou chůzí po dobu 15 minut denně zbaví masážní sandály

# Foot Reflex

Reflexology Care

Foot Reflex vaše tělo napětí. Někdy se stává, že na počátku jsou sandály Foot Reflex nepohodlné. To je však právě důkaz jejich účinnosti, a proto v masážích nepolevujte a pokračujte. Používejte pravidelně masážní sandály Foot Reflex - je to váš účinný osobní masér.

## MASAŽNÍ SANDÁLY FOOT REFLEX NEPOUŽÍVEJTE

- okamžitě po jídle;
- při zánětlivých onemocněních dolních končetin;
- při vymknutí, podvrnutí, podlitině nebo jiných úrazech dolních končetin;
- po nedávném srdečním onemocnění;
- při trombóze;
- při zánětech cév nebo žil;
- v prvních třech měsících těhotenství;
- po vaskulárně-mozkových úrazech.

## ÚDRŽBA MASAŽNÍCH SANDÁLŮ FOOT REFLEX

Masážní sandály Foot Reflex se čistí opatrně vlhkým kusem čisté látky. Nikdy nepoužívejte rozpouštědla nebo čistící prostředky ve sprejích.



UK		US	
Eyes	Oči	Stomach	Žaludek
Neck	Krk	Pancreas	Slinivka břišní
Ear	Uši	Colon	Tračník
Lung	Plíce	Ureters bladder	Močový měchýř
Parathyroid	Příštítá žláza	Rectum	Konečník
Heart	Srdce	Anus	Řit'
Thyroid	Štítná žláza	Genital glands	Pohlavní žlázy
Kidneys	Ledviny		



# Foot Reflex

Reflexology Care

## ZÁRUKA

Společnost LANAFORM® tímto zaručuje, že tento výrobek nebude postižen žádnou materiálovou či výrobní závadou po dobu dvou let, s platností ode dne zakoupení výrobku, s výhradou níže uvedených případů.

Záruka na tento výrobek společnosti LANAFORM® se nevztahuje na škody způsobené jakýmkoliv nevhodným nebo chybným používáním, nehodou, přidáním neslučitelného příslušenství, modifikací výrobku nebo v důsledku všech jiných okolností vymykajících se kontrole společnosti LANAFORM®.

Společnost LANAFORM® odmítá veškerou odpovědnost za všechny druhy vedlejších nebo mimořádných poškození. Společnost LANAFORM® odmítá rovněž veškerou odpovědnost za běžné opotřebení masážních sandálů Foot Reflex.

**LANAFORM®**

**NV LANAFORM SA  
Zoning de Cornémont  
Rue de la Légende, 55**

**B - 4141 LOUVEIGNE - BELGIE**

**Tel.: 0032/43 60 92 91 - Fax: 0032/43 60 97 23**

**LANAFORM®**

# Foot Reflex

Reflexology Care



**NV LANAFORM® SA**

**Zoning de Cornémont - Rue de la Légende, 55  
B-4141 LOUVEIGNE - BELGIUM**

**TEL. : +32 (0)4 360 92 91 · FAX : +32 (0)4 360 97 23**

**[www.lanaform.com](http://www.lanaform.com) - [info@lanaform.com](mailto:info@lanaform.com)**

**Sandalias  
de reflexología**

**Reflextherapiesandalen**

**Sandali  
da riflessologia**