

# beurer

## FM 90



**DE** Fußmassagegerät  
Gebrauchsanweisung.....2

CE



**Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch, bewahren Sie sie für den späteren Gebrauch auf, machen Sie sie anderen Benutzern zugänglich und beachten Sie die Hinweise.**

**Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,**

wir freuen uns, dass Sie sich für ein Produkt unseres Sortimentes entschieden haben. Unser Name steht für hochwertige und eingehend geprüfte Qualitätsprodukte aus den Bereichen Wärme, Gewicht, Blutdruck, Körpertemperatur, Puls, Sanfte Therapie, Massage, Beauty, Baby und Luft.

Mit freundlicher Empfehlung  
Ihr Beurer-Team

---

## Inhaltsverzeichnis

|                                      |   |                                     |    |
|--------------------------------------|---|-------------------------------------|----|
| 1. Über die Shiatsu-Massage .....    | 4 | 6. Inbetriebnahme .....             | 8  |
| 2. Zum Kennenlernen .....            | 4 | 7. Anwendung .....                  | 8  |
| 3. Bestimmungsgemäßer Gebrauch ..... | 4 | 8. Reinigung und Aufbewahrung ..... | 10 |
| 4. Sicherheitshinweise .....         | 5 | 9. Was tun bei Problemen? .....     | 11 |
| 5. Gerätebeschreibung .....          | 7 | 10. Garantie / Service .....        | 11 |

---

## Lieferumfang

Überprüfen Sie den Lieferumfang auf äußere Unversehrtheit der Kartonverpackung und auf die Vollständigkeit des Inhalts. Stellen Sie vor dem Gebrauch sicher, dass das Gerät und Zubehör keine sichtbaren Schäden aufweisen und jegliches Verpackungsmaterial entfernt wird. Benutzen Sie es im Zweifelsfall nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.

- 1x Fußmassagegerät
- 1x Netzadapter
- Diese Gebrauchsanweisung

## **WARNUNG**

- Das Gerät ist nur für den Einsatz im häuslichen/privaten Umfeld bestimmt, nicht im gewerblichen Bereich.
- Dieses Gerät kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Reinigungs und Benutzer-Wartung dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.
- Wenn die Netzanschlussleitung dieses Geräts beschädigt wird, muss sie entsorgt werden. Ist sie nicht abnehmbar, muss das Gerät entsorgt werden.
- Das Gerät hat eine heiße Oberfläche. Personen, die gegen Hitze unempfindlich sind, müssen beim Gebrauch des Gerätes vorsichtig sein.
- Keine Gegenstände in Geräteöffnungen stecken und nichts in die rotierenden Teile stecken. Achten Sie darauf, dass die beweglichen Teile sich immer frei bewegen können.

## **Zeichenerklärung**

Folgende Symbole werden in der Gebrauchsanweisung und auf dem Typenschild verwendet

|   |                |  |
|---|----------------|--|
|    | <b>WARNUNG</b> | Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für Ihre Gesundheit. |
|   | <b>ACHTUNG</b> | Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden an Gerät/Zubehör.              |
|  | <b>Hinweis</b> | Hinweis auf wichtige Informationen.                                    |
|  |                | Nur in geschlossenen Räumen verwenden.                                 |
|  |                | Gebrauchsanweisung beachten  |
|  |                | Grüner Punkt: Duales Entsorgungssystem Deutschland                     |
|  |                | Verpackung umweltgerecht entsorgen                                     |
|  |                | Gerät der Schutzklasse 2   |

|   |   |
|---|---|
|   | Entsorgung gemäß Elektro- und Elektronik-Altgeräte EG-Richtlinie – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) |
|  | Hersteller  |

## 1. Über die Shiatsu-Massage

Shiatsu ist eine vor etwa 100 Jahren in Japan entwickelte Form der Körpermassage und basiert auf den Vorstellungen der traditionellen Chinesischen Medizin. Grundlage ist das System der Energieleitbahnen (Meridiansystem) im menschlichen Körper. Ziel einer Shiatsu-Massage ist, das physische, emotionale und geistige Wohlbefinden der behandelten Person zu fördern. Dazu müssen energetische Blockaden und Stauungen in den Energieleitbahnen gelöst und die Selbstregulierungskräfte des Körpers stimuliert werden.

Der Shiatsu-Therapeut erreicht dies, indem er in fließenden Bewegungen Druck entlang der Energieleitbahnen (Meridiane) ausübt. Obwohl Shiatsu wörtlich übersetzt „Finger-Druck“ bedeutet, wird außer mit den Fingern auch mit den Handballen, Ellbogen und Knie behandelt. Der Therapeut setzt dabei sein ganzes Körpergewicht ein, um den erforderlichen Druck zu erzeugen.

## 2. Zum Kennenlernen

In Ihrem Fußmassagegerät befinden sich mehrere rotierende Massageköpfe, die die Druck- und Rollbewegungen einer Shiatsu-Massage nachahmen. Entspannen Sie sich und Ihre Füße bei der Benutzung dieses Fußmassagegeräts.

Es kann folgende wohltuende Wirkungen entfalten:

- Anregung der Durchblutung,
- Förderung der Zellregeneration,
- Revitalisierung und Belebung der Füße,
- Lockerung verspannter Muskeln.

## 3. Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Dieses Gerät ist ausschließlich für die Fußmassage am Menschen bestimmt. Das Gerät ist nur zur **Eigenanwendung**, nicht für den medizinischen oder kommerziellen Gebrauch bestimmt. Verwenden Sie das Gerät ausschließlich für den Zweck, für den es entwickelt wurde und auf die in dieser Gebrauchsanweisung angegebene Art und Weise. Jeder unsachgemäße Gebrauch kann gefährlich sein! Der Hersteller haftet nicht für Schäden, die durch unsachgemäßen oder falschen Gebrauch verursacht wurden. Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn einer oder mehrere der folgenden Hinweise auf Sie zutreffen. Falls Sie unsicher sind, ob das Gerät für Sie geeignet ist, befragen Sie Ihren Arzt.

- Verwenden Sie das Fußmassagegerät nicht bei einer krankhaften Veränderung oder Verletzung im Bereich der Füße (z.B. offene Wunden, Warzen, Fußpilz).
- Verwenden Sie das Fußmassagegerät nicht auf akut oder chronisch erkrankter, verletzter oder entzündeter Haut (wie z.B. schmerzhaften und schmerzlosen Entzündungen, Rötungen, Hautausschlägen, Venenentzündungen, arteriellen Thrombosen, venösen Thrombosen, Thrombophlebitis, Krampfadern, Allergien, Verbrennungen, Prellungen, Schwellungen, sich im Heilungsprozess befindliche Wunden und Operationsnarben).
- Verwenden Sie das Fußmassagegerät nur auf gesunder und gereinigter Haut.
- Verwenden Sie das Fußmassagegerät nicht an Tieren.
- Verwenden Sie das Fußmassagegerät nicht länger als 15 Minuten.

- Verwenden Sie das Fußmassagegerät nicht im Schlaf, beim Führen eines Kraftfahrzeugs oder gleichzeitigem Bedienen von Maschinen.
- Verwenden Sie das Fußmassagegerät nicht auf zu Blutungen neigendem Gewebe.
- Betreiben Sie das Fußmassagegerät nie unbeaufsichtigt. Kinder sollten beaufsichtigt werden, damit sie nicht mit dem Gerät spielen.
- Wenn Sie unsicher sind ob das Fußmassagegerät für Sie geeignet ist, befragen Sie vor der Benutzung des Fußmassagegerätes Ihren Arzt.
- Wenn Sie an einer schweren Krankheit leiden oder eine Operation am Fuß hinter sich haben, befragen Sie vor der Benutzung des Fußmassagegerätes Ihren Arzt.
- Wenn Sie an Diabetes erkrankt sind oder unter Thrombosen leiden, befragen Sie vor der Benutzung des Fußmassagegerätes Ihren Arzt.
- Wenn Sie unter Sensibilitätsstörungen mit reduziertem Schmerzempfinden (wie z.B. Stoffwechselstörungen) leiden, befragen Sie vor der Benutzung des Fußmassagegerätes Ihren Arzt.
- Wenn Sie unter Schmerzen ungeklärter Ursache leiden, befragen Sie vor der Benutzung des Fußmassagegerätes Ihren Arzt.

## 4. Sicherheitshinweise

Lesen Sie diese Gebrauchsanweisung sorgfältig durch! Ein Nichtbeachten der nachfolgenden Hinweise kann Personen- oder Sachschäden verursachen. Bewahren Sie die Gebrauchsanleitung auf und machen Sie diese auch anderen Anwendern zugänglich. Übergeben Sie diese Anleitung bei Weitergabe des Geräts.

### **WARNUNG**

Halten Sie Kinder von dem Gerät und Verpackungsmaterial fern. Es besteht Strangulationsgefahr durch das Netzadapterkabel und Erstickungsgefahr durch Kleinteile, die verschluckt werden können.

### **Stromschlag**

### **WARNUNG**

Wie jedes elektrische Gerät ist auch dieses Gerät vorsichtig und umsichtig zu gebrauchen, um Gefahren durch elektrische Schläge zu vermeiden.

Betreiben Sie das Gerät deshalb

- nur mit der auf dem Gerät notierten Netzspannung,
- nie, wenn das Gerät oder Zubehör sichtbare Schäden aufweist,
- nicht während eines Gewitters.

Schalten Sie das Gerät im Falle von Defekten oder Betriebsstörungen sofort aus und trennen Sie das Gerät vom Stromanschluss. Ziehen Sie nicht am Stromkabel oder am Gerät um den Stecker aus der Steckdose zu ziehen. Halten oder tragen Sie das Gerät niemals am Netz- kabel. Halten Sie Abstand zwischen den Kabeln und warmen Oberflächen. Öffnen Sie unter keinen Umständen das Gerät. Stellen Sie sicher, dass das Gerät und die Netzeitung nicht mit Wasser, Dampf oder anderen Flüssigkeiten in Berührung kommen.

Benutzen Sie das Gerät deshalb

- nur in trockenen Innenräumen (z.B. nie in der Badewanne, Sauna),
- nur mit trockenen Händen.

Ziehen, verdrehen und knicken Sie das Netzkabel nicht. Keine Nadeln oder spitzen Gegenstände hineinstechen. Achten Sie darauf, dass das Netzkabel nicht über scharfe oder spitze Gegenstände gelegt oder gezogen wird.

Greifen Sie keinesfalls nach einem Gerät, das ins Wasser gefallen ist. Ziehen Sie sofort den Netzstecker. Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn Gerät oder Zubehör sichtbare Schäden aufweisen. Setzen Sie das Gerät keinen Stößen aus und lassen Sie es nicht fallen.

## Reparatur

### **WARNUNG**

Reparaturen an Elektrogeräten dürfen nur von Fachkräften durchgeführt werden. Durch unsachgemäße Reparaturen können erhebliche Gefahren für den Benutzer entstehen. Wenden Sie sich bei Reparaturen an den Kundenservice oder an einen autorisierten Händler.

## Brandgefahr

### **WARNUNG**

Bei nicht bestimmungsgemäßem Gebrauch bzw. Missachtung der vorliegenden Gebrauchs- anweisung besteht unter Umständen Brandgefahr!

Betreiben Sie das Fußmassagegerät deshalb

- nie unbeaufsichtigt, insbesondere wenn Kinder in der Nähe sind,
- nie unter einer Abdeckung, wie z. B. Decke, Kissen, ...
- nie in der Nähe von Benzin oder anderen leicht entflammbaren Stoffen.

## Handhabung

### **ACHTUNG**

Nach jedem Gebrauch und vor jeder Reinigung ist das Gerät auszuschalten und auszustecken.

- Nicht mit vollem Gewicht auf die beweglichen Teile des Gerätes sitzen, legen oder stehen und keine Gegenstände auf dem Gerät abstellen.
- Setzen Sie das Gerät nicht direkter Sonne oder hohen Temperaturen aus.
- Schützen Sie das Gerät vor Staub, Schmutz und Feuchtigkeit.
- Tauchen Sie das Gerät und den Netzadapter niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten.

## Beschädigung

### **WARNUNG**

- Reparaturen an Elektrogeräten dürfen nur von Fachkräften durchgeführt werden. Durch unsachgemäße Reparaturen können erhebliche Gefahren für den Benutzer entstehen. Wenden Sie sich bei Reparaturen an den Kundenservice oder an einen autorisierten Händler.
- Benutzen Sie das Gerät bei Beschädigungen nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.
- Zur Gewährleistung der wirkungsvollen Funktion des Gerätes sollte es nicht fallengelassen oder zerlegt werden.
- Überprüfen Sie das Gerät auf Anzeichen von Abnutzung oder Beschädigung. Falls Sie solche Anzeichen finden oder falls das Gerät unsachgemäß benutzt wurde, müssen Sie es vor erneuter Benutzung zum Hersteller oder Händler bringen.
- Schalten Sie das Gerät sofort aus, wenn es defekt ist oder Betriebsstörungen vorliegen.
- Versuchen Sie in keinem Fall, das Gerät selbstständig zu öffnen und/oder zu reparieren. Lassen Sie Reparaturen nur vom Kundendienst oder autorisierten Händlern durchführen. Bei Nichtbeachten erlischt die Garantie.
- Der Hersteller haftet nicht für Schäden, die durch unsachgemäßen oder falschen Gebrauch verursacht wurden.

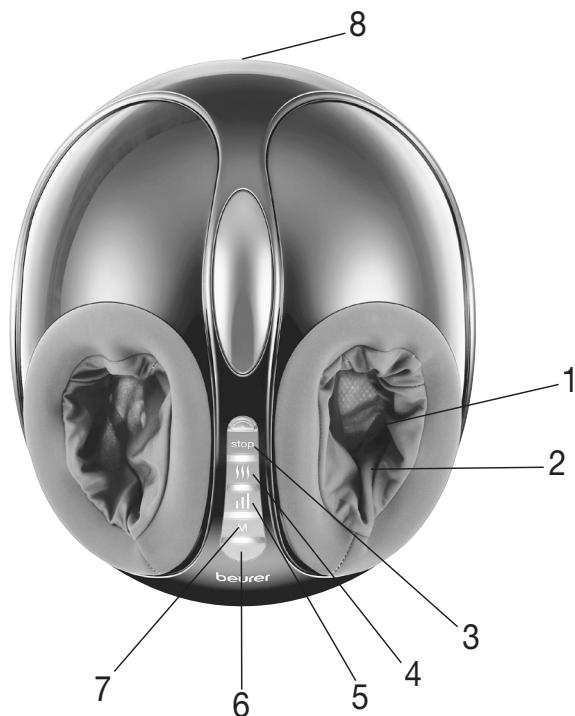
## Entsorgung

### ⚠️ ACHTUNG

Im Interesse des Umweltschutzes darf das Gerät am Ende seiner Lebensdauer nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Die Entsorgung kann über entsprechende Sammelstellen in Ihrem Land erfolgen. Entsorgen Sie das Gerät gemäß der Elektro- und Elektronik Altgeräte EG-Richtlinie – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Bei Rückfragen wenden Sie sich an die für die Entsorgung zuständige kommunale Behörde.



## 5. Gerätebeschreibung



1. Massagefläche mit Massageköpfen
2. Abnehmbarer Bezug (waschbar)
3. Stop-Taste **Stop**
4. Wärme-Taste
5. Intensität-Taste
6. EIN/AUS-Taste
7. Modus-Taste **M**
8. Anschlussbuchse für Netzadapter

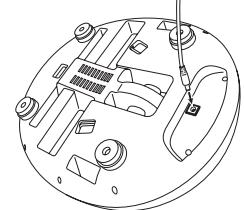
## 6. Inbetriebnahme

### **Netzadapter anschließen**

Um das Fußmassagegerät mit dem mitgelieferten Netzadapter betreiben zu können, müssen Sie zuerst den Netzadapter mit dem Fußmassagegerät verbinden. Gehen Sie dazu wie folgt vor:

1. Entfernen Sie sämtliches Verpackungsmaterial.
2. Überprüfen Sie das Fußmassagegerät, den Netzadapter und das Netzkabel auf Beschädigungen.
3. Verbinden Sie das Kabel des Netzadapters mit der Anschlussbuchse auf der Unterseite des Fußmassagegeräts.
4. Stecken Sie den Netzadapter in eine geeignete Steckdose.

**⚠️ WARUNG** Stolpergefahr! Verlegen Sie das Netzkabel stolpersicher.



## 7. Anwendung

### **⚠️ WARUNG**

- Verwenden Sie das Fußmassagegerät nur im Sitzen. Verwenden Sie das Fußmassagegerät niemals im Stehen!
- Benutzen Sie das Massagegerät max. 15 Minuten. Bei längerer Massagedauer kann die Überstimulation der Muskeln zu Verspannungen statt Entspannung führen.

### **ⓘ Hinweis**

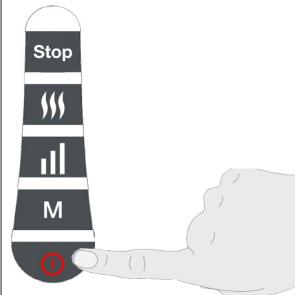
Das Gerät verfügt über eine Abschaltautomatik, die auf eine maximale Betriebsdauer von 15 Minuten eingestellt ist.

Um mit der Fußstimulation zu beginnen, gehen Sie wie folgt vor:

|  |  |
|--|--|
| <b>Schritt 1: Fußmassagegerät auf dem Boden platzieren</b><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Stellen Sie das Fußmassagegerät auf einen ebenen und festen Boden. Stellen Sie einen Stuhl so weit vor das Fußmassagegerät, dass Sie es im Sitzen bequem mit Ihren Füßen erreichen.</li></ul>  |  |
| <b>Schritt 2: Füße im Fußmassagegerät platzieren</b><br><b> ⓘ Hinweis</b><br>Sie können das Fußmassagegerät entweder barfuß oder mit Socken verwenden.<br><ul style="list-style-type: none"><li>• Schließen Sie mit Ihren Füßen in das Fußmassagegerät. Achten Sie darauf, dass Ihre Fußflächen auf den Massageteilen aufliegen.</li></ul> |  |

### Schritt 3: Fußmassagegerät einschalten ①

Um das Fußmassagegerät einzuschalten, drücken Sie die EIN/AUS-Taste ①. Die LED an der EIN/AUS-Taste beginnt grün zu leuchten. Das Fußmassagegerät startet in Modus 1 und der niedrigsten Intensität.



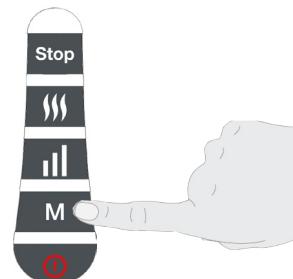
### Schritt 4: Modus einstellen M

Das Fußmassagegerät besitzt drei verschiedene Massage-Modi. Wählen Sie mit der Modus-Taste M Ihren gewünschten Modus.

Modus 1: LED grün = Nur Luftdruck

Modus 2: LED blau = Massage ohne Luftdruck

Modus 3: LED rot = Massage mit Luftdruck



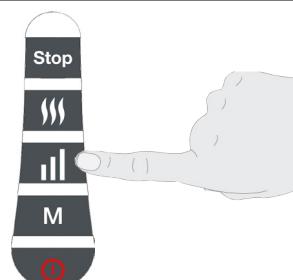
### Schritt 5: Intensität einstellen III

Das Fußmassagegerät besitzt für die Luftdruckmassage drei Intensitätsstufen (niedrig, mittel, hoch). Wählen Sie mit der Intensität-Taste III Ihre gewünschte Intensitätsstufe.

LED grün = niedrige Intensität

LED blau = mittlere Intensität

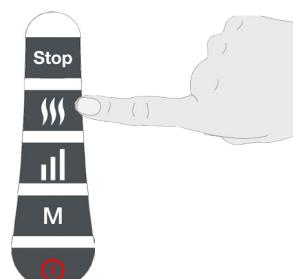
LED rot = hohe Intensität



### Schritt 6: Wärme ein-/ausschalten W

Das Fußmassagegerät besitzt eine zuschaltbare Wärmefunktion. Mit der Wärmefunktion können Sie während der Massageanwendung Ihre Füße wärmen.

- Um die Wärmefunktion hinzuzuschalten, drücken Sie während der Massageanwendung die Wärme-Taste W. Die LED an der Wärme-Taste beginnt rot aufzuleuchten. Um die Wärmefunktion wieder auszuschalten, drücken Sie erneut die Wärme-Taste. Die LED an der Wärme-Taste erlischt.



|  |  |
|--|--|
| <p><b>Schritt 7: Fußmassage stoppen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sollte bei der Benutzung ein zu starkes oder unangenehmes Druckempfinden auftreten, drücken Sie die Stop-Taste zur Unterbrechung der Behandlung. Um die Fußmassage wieder zu starten, drücken Sie die EIN/AUS-Taste ①.</li> </ul> |  |
| <p><b>Schritt 8: Fußmassagegerät ausschalten</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Um das Fußmassagegerät auszuschalten, drücken Sie am eingeschalteten Fußmassagegerät die EIN/AUS-Taste ①. Die LED an der EIN/AUS-Taste erlischt.</li> </ul>  |  |

## 8. Reinigung und Aufbewahrung

### Reinigung des Fußmassagegerätes

#### **⚠️ WARNUNG**

- Stecken Sie das Fußmassagegerät vor jeder Reinigung aus.
- Reinigen Sie das Fußmassagegerät nur in der angegebenen Weise. Es darf keinesfalls Flüssigkeit in das Fußmassagegerät oder das Zubehör eindringen.
- Das Fußmassagegerät mit einem leicht angefeuchteten Tuch reinigen. Bei stärkerer Verschmutzung können Sie das Tuch auch mit einer leichten Seifenlauge befeuchten.

### Reinigung der Bezüge

Die Bezüge über den Massagerollen können per Handwäsche gewaschen werden. Gehen dazu wie folgt vor:

- Um die Bezüge vom Fußmassagegerät zu trennen, lösen Sie den Klettverschluss an den Bezügen.
- Waschen Sie die Bezüge per Hand.
- Lassen Sie die Bezüge trocknen. Setzen Sie die Bezüge erst wieder in das Fußmassagegerät ein, wenn sie vollständig getrocknet sind.
- Achten Sie darauf, dass die Klettverschluss der Bezüge fest mit dem Fußmassagegerät verbunden ist.

### Aufbewahrung

Wenn Sie das Fußmassagegerät längere Zeit nicht verwenden, empfehlen wir Ihnen, es in der Originalverpackung in trockener Umgebung und ohne Beschwerung aufzubewahren. Bewahren Sie das Fußmassagegerät fern von Kindern und Haustieren auf. Legen Sie keine Gegenstände auf das Fußmassagegerät.

## 9. Was tun bei Problemen?

| Problem                                      | Ursache                                    | Behebung  |
|--|--|---|
| <b>Die Massageköpfe rotieren verlangsamt</b> | Die Massageköpfe werden zu stark belastet. | Massageköpfe freilegen.   |
| <b>Die Massageköpfe bewegen sich nicht</b>   | Gerät nicht am Netz angeschlossen.         | Netzstecker einstecken und Gerät einschalten.   |
|  | Überhitzungsschutz ausgelöst.              | Gerät vom Stromnetz trennen, mindestens 15 Minuten warten, erneut einstecken und einschalten. |

## 10. Garantie / Service

Wir leisten 3 Jahre Garantie ab Kaufdatum für Material- und Fabrikationsfehler des Produktes. Die Garantie gilt nicht:

- Im Falle von Schäden, die auf unsachgemäßer Bedienung beruhen.
- Für Verschleißteile.
- Bei Eigenverschulden des Kunden.
- Sobald das Gerät durch eine nicht autorisierte Werkstatt geöffnet wurde.

Die gesetzlichen Gewährleistungen des Kunden bleiben durch die Garantie unberührt. Für Geltendmachung eines Garantiefalles innerhalb der Garantiezeit ist durch den Kunden der Nachweis des Kaufes zu führen. Die Garantie ist innerhalb eines Zeitraumes von 3 Jahren ab Kaufdatum gegenüber der Beurer GmbH, Ulm (Germany) geltend zu machen.

**Bitte wenden Sie sich im Falle von Reklamationen an unseren Service unter folgendem Kontakt:**

**Service Hotline:**

Tel.: +49 (0) 731 / 39 89-144

E-Mail: kd@beurer.de

[www.beurer.com](http://www.beurer.com)

**Fordern wir Sie zur Übersendung des defekten Produktes auf, ist das Produkt an folgende Adresse zu senden:**

**Beurer GmbH**

Servicecenter

Lessingstraße 10 b

89231 Neu-Ulm

Germany





Beurer GmbH • Söflinger Str. 218 • 89077 Ulm, Germany • [www.beurer.com](http://www.beurer.com)  
[www.beurer-gesundheitsratgeber.com](http://www.beurer-gesundheitsratgeber.com) • [www.beurer-healthguide.com](http://www.beurer-healthguide.com)

