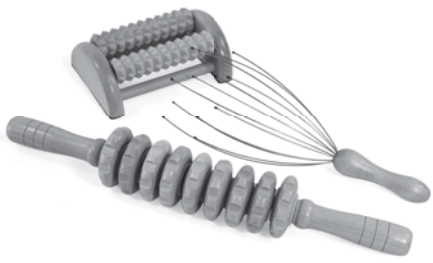
HOW TO USE YOUR 3 PC RELAX AND RESTORE MASSAGE KIT

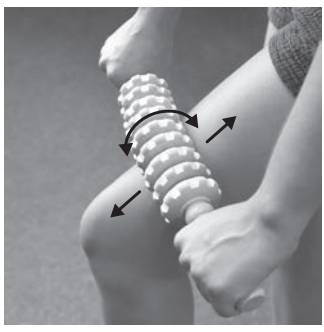
MODE D'EMPLOI DE VOTRE ENSEMBLE DE MASSAGE RELAXATION ET RÉCUPÉRATION 3 PIÈCES

PürEarth®



Helpful Tips
Begin with light pressure and increase gradually.
Use slow, controlled movements.
Massage each area only for a comfortable amount of time.
Avoid direct pressure on bones, joints, the spine or sensitive areas.
Stop use if you experience pain, numbness or unusual discomfort.
Care Instructions
Wipe clean with a soft, slightly damp cloth. Dry thoroughly.
Do not soak or immerse in water. Store in a cool, dry place.
For massage and relaxation only. Not intended to diagnose, treat, cure or prevent any medical condition.

Conseils
Commencez avec une légère pression et augmentez graduellement.
Effectuez des mouvements lents et contrôlés.
Évitez les os, les articulations, la colonne et les zones sensibles.
Cessez l'utilisation en cas de douleur ou d'inconfort.
Entretien
Nettoyez avec un chiffon légèrement humide. Séchez bien.
Ne pas immerger. Rangez au frais et au sec.
Pour le massage et la relaxation seulement. Non destiné à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir un problème de santé.

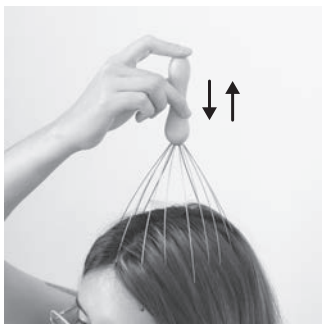


Handheld Wooden Roller Massager

Use on: Legs, arms, back, neck and shoulders
- Hold one handle in each hand.
- Place the rollers against the desired area.
- Roll slowly back and forth using light, even pressure.
- Adjust the pressure for a comfortable massage.
- For hard-to-reach areas, ask another person for assistance.

Rouleau de massage manuel en bois

Utiliser sur : les jambes, les bras, le dos, le cou et les épaules
- Tenez une poignée dans chaque main.
- Placez les rouleaux contre la zone désirée.
- Faites-les rouler lentement d'avant en arrière en exerçant une pression légère et uniforme.
- Ajustez la pression pour un massage confortable.
- Pour les zones difficiles à atteindre, demandez l'aide d'une autre personne.

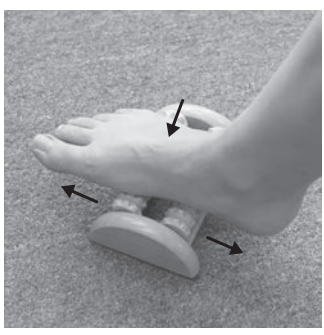


Wooden Head & Scalp Massager

Use on: Scalp
- Hold the wooden handle and position the flexible fingers above your head.
- Slowly lower the massager onto the scalp.
- Gently move it up and down using smooth, controlled motions.
- Repeat over different areas of the scalp as desired.
- Avoid twisting the massager, as the wires may become tangled in the hair.

Appareil de massage en bois pour la tête et le cuir chevelu

Utiliser sur : le cuir chevelu
- Tenez la poignée en bois et placez les tiges flexibles au-dessus de votre tête.
- Abaissez lentement l'appareil sur le cuir chevelu.
- Faites-le doucement monter et descendre avec des mouvements fluides et contrôlés.
- Répétez sur différentes zones du cuir chevelu, au besoin.
- Évitez de faire tourner l'appareil, car les tiges pourraient s'emmêler dans les cheveux.



Wooden Foot Roller

Use on: Soles, arches and heels
- Place the roller on a flat, non-slip surface.
- Sit comfortably and place one or both feet on the rollers.
- Slowly roll your feet forward and backward.
- Adjust the pressure by gently pressing down with your feet.
- Use while seated. Do not stand on the roller.

Rouleau de massage des pieds en bois

Utiliser sur : la plante des pieds, la voûte plantaire et les talons
- Placez le rouleau sur une surface plane et antidérapante.
- Asseyez-vous confortablement et placez un pied ou les deux pieds sur les rouleaux.
- Faites lentement rouler vos pieds vers l'avant et vers l'arrière.
- Ajustez la pression en appuyant doucement avec vos pieds.
- Utilisez le rouleau en position assise. Ne vous tenez pas debout dessus.