

CHIROGUN

BEDIENUNGSANLEITUNG

REGENERATIONS KISSEN

Ergonomisches Nackenstützkissen aus Memory Foam



Bedienungsanleitung · User manual · Mode d'emploi · Istruzioni per l'uso · Manual de instrucciones ·
Gebruiksaanwijzing · Instrukcja obsługi · Návod k použití · Návod na použitie

DE · EN · FR · IT · ES · NL · PL · CS · SK

Vor dem ersten Gebrauch lesen und aufbewahren.

INHALT / CONTENTS

DE	Deutsch	Bedienungsanleitung	3
EN	English	User manual	7
FR	Français	Mode d'emploi	11
IT	Italiano	Istruzioni per l'uso	15
ES	Español	Manual de instrucciones	19
NL	Nederlands	Gebruiksaanwijzing	23
PL	Polski	Instrukcja obsługi	27
CS	Čeština	Návod k použití	31
SK	Slovenčina	Návod na použitie	35

DE Vor dem ersten Gebrauch lesen und aufbewahren.

EN Read before first use and keep for reference.

FR À lire avant la première utilisation et à conserver.

IT Da leggere prima del primo utilizzo e da conservare.

ES Léelo antes del primer uso y guárdalo.

NL Vóór het eerste gebruik lezen en bewaren.

PL Przeczytaj przed pierwszym użyciem i zachowaj.

CS Před prvním použitím si přečtěte a uschovejte.

SK Pred prvým použitím si prečítajte a uschovajte.

DEIN PRODUKT

Das ChiroGun Regenerations Kissen ist ein ergonomisches Nackenstützkissen aus Memory Foam mit Lüftungskanälen. Es stützt Kopf und Nacken, damit die Wirbelsäule im Schlaf in einer natürlichen Linie bleibt. Durch Drehen und Wenden passt du die Höhe an Rücken-, Seiten- oder Bauchlage an.

WOFÜR?

- Für Rücken-, Seiten- und Bauchschläfer
- Zu Hause und unterwegs – aufrollbar mit Reisetasche

TECHNISCHE DATEN

Maße	ca. 54 × 34 × 13 cm
Gewicht	ca. 805 g (Kissen), ca. 95 g (Bezug)
Kern	Memory Foam mit Lüftungskanälen
Bezug	60 % Polyester (PET), 40 % Viskose, abnehmbar, waschbar bis 40 °C
Reisetasche	ca. 78 × 36 cm, gerollt ca. 36 × 12 cm

LIEFERUMFANG

- 1 × ChiroGun Regenerations Kissen
- 1 × Kissenbezug Original
- 1 × Reisetasche

1

Auspacken

Nimm das Kissen aus der Verpackung und lass es einige Stunden ausgebreitet liegen, damit es seine volle Form annimmt.

2

Position finden

Leg das Kissen so ins Bett, dass dein Nacken gestützt wird und Kopf und Wirbelsäule eine gerade Linie bilden. Durch Drehen und Wenden findest du die passende Höhe für Rücken-, Seiten- oder Bauchlage.

3

Eingewöhnen

Gib dir ein paar Nächte Zeit, um dich an die neue Liegeposition zu gewöhnen.

KURZ GEMERKT

- Probiere beide Seiten und beide Richtungen aus und wähle die Höhe, bei der dein Nacken entspannt liegt.
- Für unterwegs lässt sich das Kissen aufrollen und in der Tasche transportieren.
- Nur den Bezug waschen, nicht den Schaumkern.

WICHTIG

Bei anhaltenden Nacken- oder Rückenbeschwerden lass dich ärztlich beraten. Das Kissen ersetzt keine Behandlung.



1 RICHTIG LIEGEN

In Rückenlage wird der Nacken gestützt, der Kopf liegt entspannt. Kopf und Wirbelsäule bilden eine gerade Linie – in der Seitenlage genauso.

PFLEGE & AUFBEWAHRUNG

- Bezug abnehmen und bei bis zu 40 °C waschen.
- Den Bezug an der Luft trocknen lassen – kein Trockner.
- Den Schaumkern nicht waschen und nicht in den Trockner geben. Bei Bedarf feucht abtupfen und an der Luft trocknen lassen.
- Regelmäßig lüften, aber nicht in praller Sonne trocknen.

ENTSORGUNG

Schaumkern und Bezug bitte über den Restmüll entsorgen, sofern deine Gemeinde nichts anderes vorsieht. Die Verpackung bitte nach Material getrennt entsorgen.

GEWÄHRLEISTUNG

Es gilt die gesetzliche Gewährleistung. Bitte bewahre deinen Kaufbeleg auf. Bei Fragen zum Produkt erreichst du uns unter info@mineshop.de.

HERSTELLER & KONTAKT

Hersteller

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Schweiz
info@mineshop.ch

Verantwortliche Person in der EU

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Deutschland
info@mineshop.de

Stand: 10/2026

YOUR PRODUCT

The ChiroGun Recovery Pillow is an ergonomic neck support pillow made of memory foam with ventilation channels. It supports your head and neck so that your spine stays in a natural line while you sleep. By turning and flipping it, you can adjust the height for sleeping on your back, side or front.

USES

- For back, side and front sleepers
- At home and on the go – can be rolled up, with travel bag

TECHNICAL DATA

Size	approx. 54 × 34 × 13 cm
Weight	approx. 805 g (pillow), approx. 95 g (cover)
Core	memory foam with ventilation channels
Cover	60% polyester (PET), 40% viscose, removable, washable up to 40 °C
Travel bag	approx. 78 × 36 cm, rolled up approx. 36 × 12 cm

IN THE BOX

- 1 × ChiroGun Recovery Pillow
- 1 × Pillow Cover Original
- 1 × Travel bag

HOW TO USE

1 Unpack

Take the pillow out of the packaging and leave it spread out for a few hours so that it takes on its full shape.

2 Find your position

Place the pillow in bed so that your neck is supported and your head and spine form a straight line. By turning and flipping it, you can find the right height for sleeping on your back, side or front.

3 Get used to it

Give yourself a few nights to get used to the new sleeping position.

KEY POINTS

- Try both sides and both directions and choose the height at which your neck rests relaxed.
- For travel, the pillow can be rolled up and carried in the bag.
- Only wash the cover, not the foam core.

IMPORTANT

If you have persistent neck or back problems, seek medical advice. The pillow does not replace treatment.



1 CORRECT POSITION

On your back, your neck is supported and your head rests relaxed. Head and spine form a straight line – the same applies when lying on your side.

CARE & STORAGE

- Remove the cover and wash at up to 40 °C.
- Leave the cover to air-dry – no tumble dryer.
- Do not wash the foam core or put it in a tumble dryer. If needed, dab with a damp cloth and leave to air-dry.
- Air regularly, but do not dry in direct sunlight.

DISPOSAL

Please dispose of the foam core and cover in general waste unless your local authority specifies otherwise. Please separate the packaging by material for disposal.

WARRANTY

The statutory warranty applies. Please keep your proof of purchase. If you have any questions about the product, contact us at info@mineshop.de.

MANUFACTURER & CONTACT

Manufacturer

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Switzerland
info@mineshop.ch

Responsible person in the EU

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Germany
info@mineshop.de

Version: 10/2026

VOTRE PRODUIT

L'oreiller de récupération ChiroGun est un oreiller cervical ergonomique en mousse à mémoire de forme avec canaux d'aération. Il soutient la tête et la nuque pour que la colonne vertébrale reste naturellement alignée pendant le sommeil. En le tournant et le retournant, vous adaptez la hauteur pour dormir sur le dos, le côté ou le ventre.

POUR QUEL USAGE ?

- Pour dormir sur le dos, le côté ou le ventre
- À la maison et en déplacement – enrollable, avec sac de voyage

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

Dimensions	env. 54 × 34 × 13 cm
Poids	env. 805 g (oreiller), env. 95 g (housse)
Cœur	Mousse à mémoire de forme avec canaux d'aération
Housse	60 % polyester (PET), 40 % viscose, amovible, lavable jusqu'à 40 °C
Sac de voyage	env. 78 × 36 cm, roulé env. 36 × 12 cm

CONTENU DE LA LIVRAISON

- 1 × ChiroGun Oreiller de récupération
- 1 × housse d'oreiller Original
- 1 × sac de voyage

COMMENT FAIRE

1

Déballer

Sortez l'oreiller de son emballage et laissez-le à plat quelques heures pour qu'il retrouve pleinement sa forme.

2

Trouver la position

Placez l'oreiller dans le lit de sorte que votre nuque soit soutenue et que la tête et la colonne vertébrale forment une ligne droite. En le tournant et le retournant, vous trouvez la hauteur adaptée pour dormir sur le dos, le côté ou le ventre.

3

S'habituer

Accordez-vous quelques nuits pour vous habituer à la nouvelle position.

À RETENIR

- Essayez les deux faces et les deux sens, puis choisissez la hauteur qui détend votre nuque.
- En déplacement, l'oreiller peut être enroulé et transporté dans le sac.
- Laver uniquement la housse, pas le cœur en mousse.

IMPORTANT

En cas de douleurs persistantes à la nuque ou au dos, consultez un médecin. L'oreiller ne remplace pas un traitement.



1 BONNE POSITION

Sur le dos, la nuque est soutenue et la tête repose détendue. La tête et la colonne vertébrale forment une ligne droite – de même sur le côté.

ENTRETIEN ET RANGEMENT

- Retirer la housse et la laver jusqu'à 40 °C.
- Laisser sécher la housse à l'air – pas de sèche-linge.
- Ne pas laver le cœur en mousse ni le mettre au sèche-linge. Si besoin, le tamponner avec un chiffon humide et laisser sécher à l'air.
- Aérer régulièrement, mais ne pas faire sécher en plein soleil.

MISE AU REBUT

Jetez le cœur en mousse et la housse avec les ordures ménagères, sauf règle contraire de votre commune. Veuillez trier l'emballage par matériau.

GARANTIE

La garantie légale s'applique. Veuillez conserver votre preuve d'achat. Pour toute question sur le produit, contactez-nous à info@mineshop.de.

FABRICANT ET CONTACT

Fabricant

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Suisse
info@mineshop.ch

Personne responsable dans l'UE

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Allemagne
info@mineshop.de

Version : 10/2026

IL TUO PRODOTTO

Il cuscino rigenerante ChiroGun è un cuscino cervicale ergonomico in memory foam con canali di aerazione. Sostiene testa e collo, così nel sonno la colonna vertebrale resta in una linea naturale. Ruotandolo e girandolo adatti l'altezza alla posizione sulla schiena, sul fianco o a pancia in giù.

A COSA SERVE?

- Per chi dorme supino, sul fianco o prono
- A casa e in viaggio – arrotolabile, con borsa da viaggio

DATI TECNICI

Dimensioni	ca. 54 × 34 × 13 cm
Peso	ca. 805 g (cuscino), ca. 95 g (federa)
Imbottitura	memory foam con canali di aerazione
Federa	60 % poliestere (PET), 40 % viscosa, sfoderabile, lavabile fino a 40 °C
Borsa da viaggio	ca. 78 × 36 cm, arrotolata ca. 36 × 12 cm

CONTENUTO DELLA CONFEZIONE

- 1 × ChiroGun Cuscino rigenerante
- 1 × Federa originale
- 1 × Borsa da viaggio

1 Disimballaggio

Togli il cuscino dalla confezione e lascialo disteso per alcune ore, così riprende completamente la sua forma.

2 Posizione

Sistema il cuscino nel letto in modo che sostenga il collo e che testa e colonna vertebrale formino una linea retta. Ruotandolo e girandolo trovi l'altezza giusta per dormire sulla schiena, sul fianco o a pancia in giù.

3 Adattamento

Concediti qualche notte per abituarti alla nuova posizione.

DA RICORDARE

- Prova entrambi i lati ed entrambi i versi e scegli l'altezza con cui il collo è rilassato.
- In viaggio puoi arrotolare il cuscino e trasportarlo nella borsa.
- Lava solo la federa, non l'imbottitura in schiuma.

IMPORTANTE

In caso di disturbi persistenti al collo o alla schiena, consulta un medico. Il cuscino non sostituisce alcun trattamento.



1 POSIZIONE CORRETTA

Sulla schiena il collo è sostenuto e la testa è rilassata. Testa e colonna vertebrale formano una linea retta – lo stesso vale sul fianco.

CURA E CONSERVAZIONE

- Togli la federa e lavala fino a 40 °C.
- Lascia asciugare la federa all'aria – niente asciugatrice.
- Non lavare l'imbottitura e non metterla in asciugatrice. Se necessario, tamponala con un panno umido e lasciala asciugare all'aria.
- Arieggia regolarmente, ma non asciugare al sole diretto.

SMALTIMENTO

Smaltisci imbottitura e federa nei rifiuti indifferenziati, salvo diverse indicazioni del tuo comune. Smaltisci l'imballaggio separandolo per materiale.

GARANZIA

Si applica la garanzia legale. Conserva la prova d'acquisto. Per domande sul prodotto puoi contattarci a info@mineshop.de.

FABBRICANTE E CONTATTI

Fabbricante

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Svizzera
info@mineshop.ch

Persona responsabile nell'UE

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Germania
info@mineshop.de

Versione: 10/2026

TU PRODUCTO

La almohada ChiroGun Regeneración es una almohada cervical ergonómica de espuma viscoelástica con canales de ventilación. Sujeta la cabeza y el cuello para que la columna mantenga una línea natural mientras duermes. Girándola o dándole la vuelta, adaptas la altura para dormir boca arriba, de lado o boca abajo.

USOS

- Para dormir boca arriba, de lado o boca abajo
- En casa y de viaje: se enrolla y se guarda en su bolsa de viaje

DATOS TÉCNICOS

Medidas	aprox. 54 × 34 × 13 cm
Peso	aprox. 805 g (almohada), aprox. 95 g (funda)
Núcleo	espuma viscoelástica con canales de ventilación
Funda	60 % poliéster (PET), 40 % viscosa, extraíble, lavable hasta 40 °C
Bolsa de viaje	aprox. 78 × 36 cm, enrollada aprox. 36 × 12 cm

CONTENIDO DEL PAQUETE

- 1 × ChiroGun Almohada Regeneración
- 1 × funda Original
- 1 × bolsa de viaje

CÓMO SE USA

ES

1 Desembalar

Saca la almohada del embalaje y déjala extendida unas horas para que recupere toda su forma.

2 Encontrar la posición

Coloca la almohada en la cama de modo que el cuello quede apoyado y la cabeza y la columna formen una línea recta. Girándola o dándole la vuelta, encontrarás la altura adecuada para dormir boca arriba, de lado o boca abajo.

3 Adaptación

Date unas cuantas noches para acostumbrarte a la nueva postura.

PARA RECORDAR

- Prueba ambas caras y ambas orientaciones, y elige la altura con la que tu cuello quede relajado.
- Para viajar, puedes enrollar la almohada y llevarla en la bolsa.
- Lava solo la funda, no el núcleo de espuma.

IMPORTANTE

Si tienes molestias persistentes de cuello o espalda, consulta a un médico. La almohada no sustituye a ningún tratamiento.



1 POSTURA CORRECTA

Boca arriba, el cuello queda apoyado y la cabeza descansa relajada. La cabeza y la columna forman una línea recta, y lo mismo al dormir de lado.

CUIDADO Y ALMACENAMIENTO

- Quita la funda y lávala a 40 °C como máximo.
- Deja secar la funda al aire; no uses la secadora.
- No laves el núcleo de espuma ni lo metas en la secadora. Si hace falta, límpialo a toques con un paño húmedo y deja que se seque al aire.
- Airea la almohada con regularidad, pero no la seques a pleno sol.

ELIMINACIÓN

Desecha el núcleo de espuma y la funda en el contenedor de resto, salvo que tu municipio indique otra cosa. Separa el embalaje por materiales al desecharlo.

GARANTÍA

Se aplica la garantía legal. Guarda tu justificante de compra. Si tienes preguntas sobre el producto, escríbenos a info@mineshop.de.

FABRICANTE Y CONTACTO

Fabricante

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Suiza
info@mineshop.ch

Persona responsable en la UE

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Alemania
info@mineshop.de

Versión: 10/2026

JOUW PRODUCT

Het ChiroGun Regeneratiekussen is een ergonomisch neksteunkussen van traagschuim met ventilatiekanalen. Het ondersteunt hoofd en nek, zodat je wervelkolom tijdens het slapen in een natuurlijke lijn blijft. Door het kussen te draaien en om te keren pas je de hoogte aan voor rug-, zij- of buikligging.

WAARVOOR?

- Voor rug-, zij- en buikslapers
- Thuis en onderweg – oprolbaar met reistas

TECHNISCHE GEGEVENS

Afmetingen	ca. 54 × 34 × 13 cm
Gewicht	ca. 805 g (kussen), ca. 95 g (hoes)
Kern	traagschuim met ventilatiekanalen
Hoes	60 % polyester (PET), 40 % viscose, afneembaar, wasbaar tot 40 °C
Reistas	ca. 78 × 36 cm, opgerold ca. 36 × 12 cm

INHOUD VAN DE VERPAKKING

- 1 × ChiroGun Regeneratiekussen
- 1 × Kussenhoes Origineel
- 1 × reistas

ZO WERKT HET

NL

1 Uitpakken

Haal het kussen uit de verpakking en laat het een paar uur uitgespreid liggen, zodat het zijn volledige vorm aanneemt.

2 Houding vinden

Leg het kussen zo in bed dat je nek wordt ondersteund en je hoofd en wervelkolom een rechte lijn vormen. Door het te draaien en om te keren vind je de juiste hoogte voor rug-, zij- of buikligging.

3 Wennen

Geef jezelf een paar nachten om aan de nieuwe ligpositie te wennen.

OM TE ONTHOUDEN

- Probeer beide kanten en beide richtingen uit en kies de hoogte waarbij je nek ontspannen ligt.
- Voor onderweg kun je het kussen oprollen en in de tas meenemen.
- Alleen de hoes wassen, niet de schuimkern.

BELANGRIJK

Laat je bij aanhoudende nek- of rugklachten door een arts adviseren. Het kussen vervangt geen behandeling.



1 GOED LIGGEN

In rugligging wordt je nek ondersteund en ligt je hoofd ontspannen. Hoofd en wervelkolom vormen een rechte lijn – in zijligging net zo.

ONDERHOUD & OPSLAG

- Hoes eraf halen en wassen op maximaal 40 °C.
- De hoes aan de lucht laten drogen – niet in de wasdroger.
- De schuimkern niet wassen en niet in de wasdroger doen. Zo nodig vochtig deppen en aan de lucht laten drogen.
- Regelmatig luchten, maar niet in de volle zon laten drogen.

AFVALVERWERKING

Gooi de schuimkern en de hoes bij het restafval, tenzij je gemeente iets anders voorschrijft. Scheid de verpakking per materiaal bij het weggooien.

GARANTIE

De wettelijke garantie is van toepassing. Bewaar je aankoopbewijs goed. Heb je vragen over het product? Je bereikt ons via info@mineshop.de.

FABRIKANT & CONTACT

Fabrikant

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Zwitserland
info@mineshop.ch

Verantwoordelijke persoon in de EU

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Duitsland
info@mineshop.de

Versie: 10/2026

TWÓJ PRODUKT

ChiroGun Poduszka regeneracyjna to ergonomiczna poduszka podpierająca kark, z pianki memory z kanałami wentylacyjnymi. Podtrzymuje głowę i kark, aby kręgosłup podczas snu pozostawał w naturalnej linii. Obracając i odwracając poduszkę, dopasujesz wysokość do spania na plecach, na boku lub na brzuchu.

ZASTOSOWANIE

- Do spania na plecach, na boku i na brzuchu
- W domu i w podróży – zwijana, z torbą podróżną

DANE TECHNICZNE

Wymiary	ok. 54 × 34 × 13 cm
Waga	ok. 805 g (poduszka), ok. 95 g (poszewka)
Rdzeń	pianka memory z kanałami wentylacyjnymi
Poszewka	60 % poliester (PET), 40 % wiskoza, zdejmowana, można prać do 40 °C
Torba podróżna	ok. 78 × 36 cm, po zwinięciu ok. 36 × 12 cm

ZAWARTOŚĆ ZESTAWU

- 1 × ChiroGun Poduszka regeneracyjna
- 1 × oryginalna poszewka
- 1 × torba podróżna

1 Rozpakowanie

Wymij poduszkę z opakowania i pozostaw ją rozłożoną na kilka godzin, aby odzyskała pełny kształt.

2 Dobór pozycji

Połóż poduszkę w łóżku tak, aby podpierała kark, a głowa i kręgosłup tworzyły prostą linię. Obracając i odwracając poduszkę, znajdziesz odpowiednią wysokość do spania na plecach, na boku lub na brzuchu.

3 Przyzwyczajanie

Daj sobie kilka nocy na przyzwyczajenie się do nowej pozycji podczas snu.

W SKRÓCIE

- Wypróbuj obie strony i oba kierunki, a potem wybierz wysokość, przy której kark jest rozluźniony.
- W podróży poduszkę można zwinąć i przewozić w torbie.
- Pierz tylko poszewkę, nie rdzeń piankowy.

WAŻNE

Przy utrzymujących się dolegliwościach karku lub pleców zasięgnij porady lekarza. Poduszka nie zastępuje leczenia.



1 PRAWIDŁOWE UŁOŻENIE

W pozycji na plecach kark jest podparty, a głowa leży swobodnie. Głowa i kręgosłup tworzą prostą linię – tak samo w pozycji na boku.

PIELĘGNACJA I PRZECHOWYWANIE

- Zdjąć poszewkę i prać w temperaturze do 40 °C.
- Poszewkę suszyć na powietrzu – nie w suszarce bębnowej.
- Nie prać rdzenia piankowego i nie wkładać go do suszarki bębnowej. W razie potrzeby przetrzeć wilgotną ściereczką i wysuszyć na powietrzu.
- Regularnie wietrzyć, ale nie suszyć na pełnym słońcu.

UTYLIZACJA

Rdzeń piankowy i poszewkę wyrzucić do odpadów zmieszanych, chyba że Twoja gmina przewiduje inaczej. Opakowanie posegreguj według rodzaju materiału.

RĘKOJMIA

Obowiązuje ustawowa rękojmia. Zachowaj dowód zakupu. Pytania dotyczące produktu kieruj na adres info@mineshop.de.

PRODUCENT I KONTAKT

Producent

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Szwajcaria
info@mineshop.ch

Osoba odpowiedzialna w UE

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Niemcy
info@mineshop.de

Wersja: 10/2026

VÁŠ VÝROBEK

Regenerační polštář ChiroGun je ergonomický krční polštář z paměťové pěny s ventilačními kanálky. Podpírá hlavu a šíjí, aby páteř během spánku zůstala v přirozené linii. Otáčením a obracením přizpůsobíte výšku spaní na zádech, na boku nebo na břiše.

K ČEMU?

- Pro spaní na zádech, na boku i na břiše
- Doma i na cestách – lze srolovat, s cestovní taškou

TECHNICKÉ ÚDAJE

Rozměry	cca 54 × 34 × 13 cm
Hmotnost	cca 805 g (polštář), cca 95 g (povlak)
Jádro	paměťová pěna s ventilačními kanálky
Povlak	60 % polyester (PET), 40 % viskóza, snímatelný, lze prát do 40 °C
Cestovní taška	cca 78 × 36 cm, srolovaná cca 36 × 12 cm

OBSAH BALENÍ

- 1 × ChiroGun Regenerační polštář
- 1 × povlak Original
- 1 × cestovní taška

1 Vybalení

Vyjměte polštář z obalu a nechte jej několik hodin rozložený ležet, aby získal svůj plný tvar.

2 Správná poloha

Položte polštář do postele tak, aby podpíral šíji a hlava s páteří tvořily rovnou linii. Otáčením a obracením najdete vhodnou výšku pro spaní na zádech, na boku nebo na břiše.

3 Zvykání

Dopřejte si několik nocí, abyste si zvykli na novou polohu vleže.

V KOSTCE

- Vyzkoušejte obě strany i oba směry a zvolte výšku, při které je vaše šíje uvolněná.
- Na cesty lze polštář srolovat a přenášet v tašce.
- Perte pouze povlak, ne pěnové jádro.

DŮLEŽITÉ

Máte-li přetrvávající potíže se šíjí nebo zády, poraďte se s lékařem. Polštář nenahrazuje léčbu.



1 JAK SPRÁVNĚ LEŽET

Na zádech je šíje podepřená a hlava leží uvolněně. Hlava a páteř tvoří rovnou linii – stejně tak na boku.

PÉČE A SKLADOVÁNÍ

- Povlak sejměte a perte při teplotě do 40 °C.
- Povlak nechte uschnout na vzduchu – nesušte v sušičce.
- Pěnové jádro neperte ani nedávejte do sušičky. V případě potřeby jej opatrně otřete vlhkým hadříkem a nechte uschnout na vzduchu.
- Pravidelně větrejte, ale nesušte na přímém slunci.

LIKVIDACE

Pěnové jádro i povlak vyhodte do směsného odpadu, pokud vaše obec nestanoví jinak. Obal prosím zlikvidujte odděleně podle druhu materiálu.

ZÁRUKA

Platí zákonná záruka. Uschovejte si prosím doklad o koupi. S dotazy k výrobku se na nás obraťte na info@mineshop.de.

VÝROBCE A KONTAKT

Výrobce

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Švýcarsko
info@mineshop.ch

Odpovědná osoba v EU

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Německo
info@mineshop.de

Verze: 10/2026

VÁŠ VÝROBOK

Regeneračný vankúš ChiroGun je ergonomický vankúš na podporu krku z pamäťovej peny s ventilačnými kanálkami. Podopiera hlavu a krk, aby chrbtica počas spánku zostala v prirodzenej línii. Otáčaním a prevracaním prispôbíte výšku polohy na chrbte, boku alebo bruchu.

NA ČO SLUŽÍ?

- Na spanie na chrbte, boku aj bruchu
- Doma aj na cestách – dá sa zrolovať, s cestovnou taškou

TECHNICKÉ ÚDAJE

Rozmery	cca 54 × 34 × 13 cm
Hmotnosť	cca 805 g (vankúš), cca 95 g (obliečka)
Jadro	pamäťová pena s ventilačnými kanálkami
Obliečka	60 % polyester (PET), 40 % viskóza, snímateľná, prateľná do 40 °C
Cestovná taška	cca 78 × 36 cm, zrolovaná cca 36 × 12 cm

OBSAH BALENIA

- 1 × ChiroGun Regeneračný vankúš
- 1 × originálna obliečka
- 1 × cestovná taška

1 Vybalenie

Vyberte vankúš z obalu a nechajte ho niekoľko hodín rozložený, aby nadobudol plný tvar.

2 Nájdenie polohy

Položte vankúš do postele tak, aby podopieral krk a hlava s chrbticou tvorili priamku. Otáčaním a prevracaním nájdete vhodnú výšku pre polohu na chrbte, boku alebo bruchu.

3 Zvykanie

Dajte si niekoľko nocí na to, aby ste si zvykli na novú polohu pri spaní.

V SKRATKE

- Vyskúšajte obe strany aj oba smery a zvolte výšku, pri ktorej je váš krk uvoľnený.
- Na cesty môžete vankúš zlozovať a prenášať v taške.
- Perte len obliečku, nie penové jadro.

DÔLEŽITÉ

Pri pretrvávajúcich ťažkostiach s krkom alebo chrbtom sa poraďte s lekárom. Vankúš nenahrádza liečbu.



1 SPRÁVNÁ POLOHA

V polohe na chrbte je krk podopretý a hlava leží uvoľnene. Hlava a chrbtica tvoria priamku – rovnako aj v polohe na boku.

ÚDRŽBA A SKLADOVANIE

- Obliečku zložte a perte pri teplote do 40 °C.
- Obliečku nechajte vyschnúť na vzduchu – nie v sušičke.
- Penové jadro neperte ani nedávajte do sušičky. V prípade potreby ho jemne poťapkajte vlhkou handričkou a nechajte vyschnúť na vzduchu.
- Pravidelne vetrajte, ale nesusťte na priamom slnku.

LIKVIDÁCIA

Penové jadro a obliečku zlikvidujte, prosím, v zmesovom odpade, ak vaša obec neurčuje inak. Obal, prosím, zlikvidujte triedene podľa materiálu.

ZÁRUKA

Platí zákonná záruka. Doklad o kúpe si, prosím, uschovajte. Ak máte otázky k výrobku, kontaktujte nás na info@mineshop.de.

VÝROBCA A KONTAKT

Výrobca

mineshop.ch GmbH
Nebikerstrasse 38
6247 Schötz
Švajčiarsko
info@mineshop.ch

Zodpovedná osoba v EÚ

mineShop GmbH
Schlesierstraße 1
61137 Schöneck
Nemecko
info@mineshop.de

Verzia: 10/2026