

BOLT +

DISPOSITIF DE MASSAGE PAR PERCUSSIONS
VIBRATION MASSAGE DEVICE



www.getjolt.fr

JOLT

NOTICE

FRANÇAIS *p.3*

ENGLISH *p.17*

01	Présentation	p.5
02	Contenu	p.6
03	Guide de démarrage	p.7
04	Précautions	p.12
05	Spécificités techniques	p.15
06	FAQ et Garantie	p.16



PRÉSENTATION

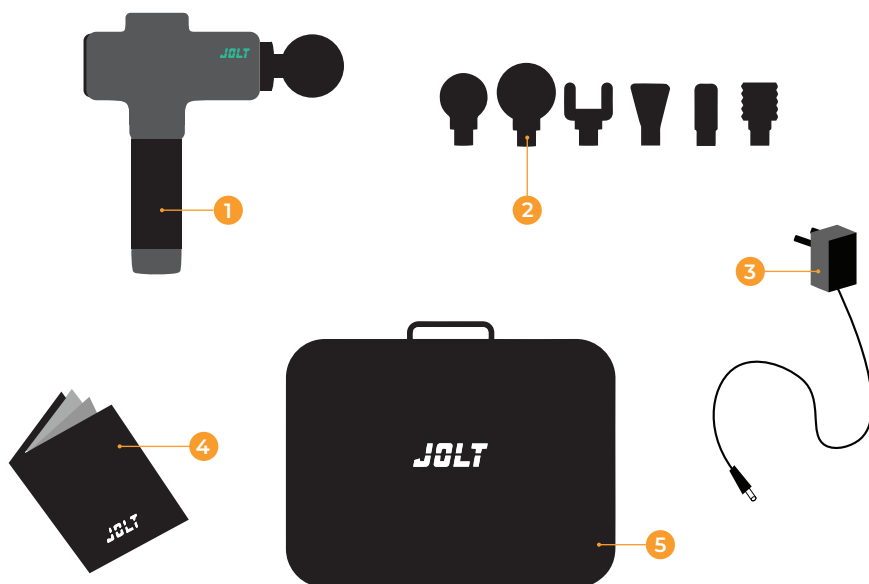
LA RÉCUPÉRATION MUSCULAIRE AVEC JOLT™ BOLT+

Le pistolet de massage musculaire JOLT™ Bolt+ est un appareil de massage par vibrations portatif et rechargeable. Il permet d'augmenter le flux sanguin et permet d'atténuer efficacement l'inconfort causé par l'accumulation d'acide lactique après le sport et ainsi réduire l'inconfort pour les gens victimes de raideurs/courbatures musculaires.

Vous pouvez utiliser JOLT™ dans les cas suivants :

- Pour l'échauffement avant un effort physique
- Pour la récupération après un effort sportif
- Soulage les courbatures et raideurs articulaires
- Stimule la circulation sanguine
- Soulage du stress et des tensions
- Massage des noeuds et points de déclenchement
- Adapté aux débutants, amateurs et professionnels
- Relaxe et relâche les tissus
- Réduit l'accumulation d'acide lactique dans les muscles
- Accroît la mobilité articulaire
- Fluidifie l'œdème dans la zone enflée
- Soulage les courbatures
- Soulage les tendinites

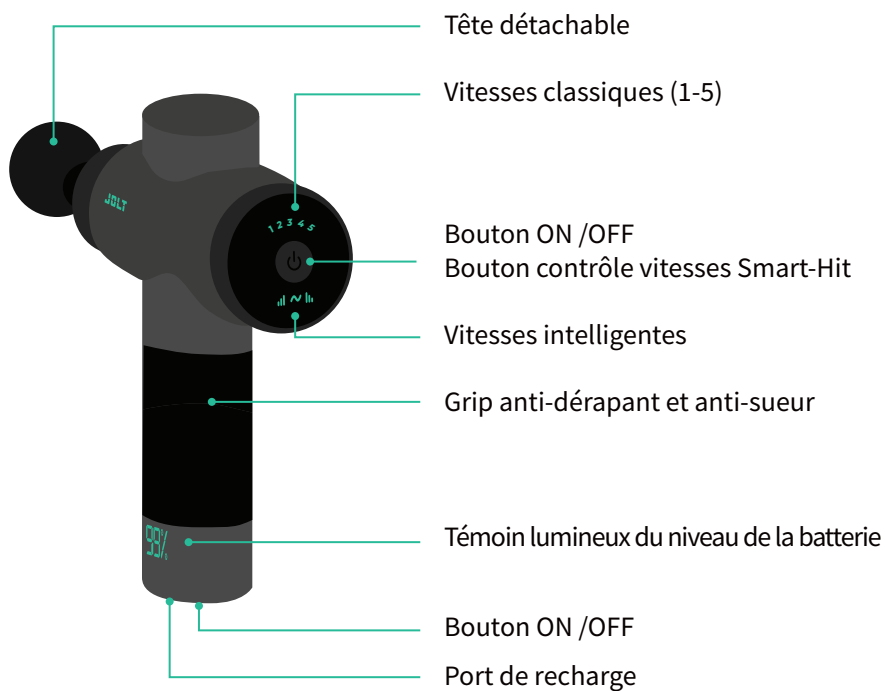
CONTENU



- 1** 1 pistolet de massage
- 2** 6 têtes de massage
- 3** 1 câble de chargement DC
- 4** 2 manuels (Notice technique et programme de massages)
- 5** 1 mallette de transport

GUIDE DE DÉMARRAGE

1 Description du JOLT™ BOLT+



Notre pistolet de massage est doté de **5 vitesses classiques** et **3 vitesses intelligentes** :

5 vitesses classiques

(éclairées en **bleu** au dessus du bouton de contrôle) :

1500rpm / 1900rpm / 2300rpm / 2700rpm / 3200rpm

(rpm = répétitions par minute)

3 vitesses intelligentes Smart-Hit

(éclairées en **orange** en dessous du bouton de contrôle) :



Vitesse croissante (activation des muscles avant l'exercice)

Vitesse alternative (scénarios de relaxation)

Vitesse décroissante (relaxation musculaire après l'exercice)

1. Allumez l'appareil à l'aide du bouton ON/OFF situé sous le manche.

2. Appuyez sur le bouton central sur l'interface de contrôle pour démarrer le pistolet en vitesse classique 1 (**couleur bleue**).

Appuyez une 2ème fois pour passer à la vitesse 2 et ainsi de suite jusqu'à la vitesse 5.

3. Pour basculer sur les vitesses intelligentes, appuyez 1-2 secondes sur le bouton central. Il y a 3 vitesses intelligentes différentes et elles sont éclairées en **orange**.

4. Pour stopper et éteindre le pistolet :

- Si vous êtes en mode vitesses « classiques » :

appuyez successivement sur le bouton central sur l'interface

de contrôle jusqu'à atteindre la vitesse 5 et appuyez une dernière fois.

Mettez ensuite le bouton sous le manche en position OFF.



- Si vous êtes en mode vitesses « intelligentes » : appuyez successivement sur le bouton central sur l'interface de contrôle jusqu'à atteindre la vitesse intelligente 3 et appuyez une dernière fois. Mettez ensuite le bouton sous le manche en position OFF.
- Ou mettez directement le bouton sous le manche en position OFF sans suivre les étapes précédentes.

5. L'état de charge de la batterie s'affiche en bas du manche. Lorsque vous souhaitez mettre le pistolet de massage en charge, éteignez-le et branchez-le, vous verrez le % s'afficher et monter progressivement jusqu'à atteindre 100% (charge complète et terminée).

6. L'appareil dispose d'une fonction de chronométrage et s'arrêtera automatiquement après 15 minutes de fonctionnement continu (par sécurité pour éviter toute surchauffe et pour préserver l'intégrité de vos muscles). Vous pouvez le rallumer après 1 minute de pause.

7. Quand la tête de massage est trop fortement pressée, l'appareil démarre sa fonction de protection automatique et il s'arrêtera. Il pourra être utilisé normalement après le rallumage de l'appareil.

3 Description des têtes de massage JOLT™ BOLT+

Lorsque le pistolet de massage est éteint, insérez lentement la tête de massage dans le canon jusqu'à la butée. Comme le montre la figure, la position de la ligne rouge de la tête de massage doit être alignée avec la position de la ligne rouge du pistolet. Pour retirer la tête de massage, il vous suffit simplement de tirer sur la tête pour la retirer.



JOLT™ Bolt+ peut s'utiliser avec 6 têtes de massage selon les parties du corps que vous souhaitez masser.



Tête ronde

Sa conception sphérique au revêtement semi-ferme permet de travailler les groupes musculaires de taille moyenne tel que les biceps, les triceps, les mollets ... Elle convient aussi aux utilisateurs sensibles aux vibrations.



Tête plate

Elle vous permet de relaxer n'importe quel muscle du corps pour vous procurer un massage classique.



Tête cylindrique

La forme conique de cette tête permet un massage impactant et tonifiant avec une profondeur de pression importante. Elle convient aux méridiens, plante des pieds, paumes des mains, talon d'Achille, muscles rhomboïdes du dos, ...



Tête en forme de « U »

Sa forme épouse parfaitement la colonne vertébrale et les cervicales/cou. Elle peut aussi s'adapter à l'épaule et autres muscles bilatéraux (ne touchez pas directement la colonne vertébrale et cervicale pour éviter blessures).



Tête ronde XL

Grande soeur de la tête ronde "classique", elle reprend les mêmes caractéristiques mais sa grande taille permet de travailler des muscles plus volumineux : ischio-jambiers, quadriceps, fessiers.



Tête amorti

Cette tête est une déclinaison de la tête plate, nous y avons ajouté sur son dessus un revêtement souple en étages pour s'adapter aux aspérités de votre corps. Elle convient aux tissus mous (tissus qui supportent les structures et les organes du corps comme les muscles), aux muscles internes et externes de l'abdomen, de la poitrine et des jambes. L'air qu'elle renferme vient amortir les percussions pour un confort absolu.



PRÉCAUTIONS

7 *Avertissements*

- Ne pas mettre l'appareil dans l'eau, l'éloigner des liquides ou des sources de chaleur et empêcher l'eau de pénétrer dans les fentes du produit. Elles doivent être exemptes de poussière et de débris. Conservez-le dans un endroit sec.
- Ne pas laisser tomber ou utiliser incorrectement le produit.
- Ne pas enlever les vis ou tenter de le démonter.
- Ne pas changer ou modifier le produit de quelque manière que ce soit.
- Ne pas utiliser l'appareil sans interruption pendant plus d'1 heure et laisser reposer l'appareil pendant 30 minutes avant de le réutiliser.
- Ne chargez l'appareil qu'avec le câble de chargement. Chargez l'appareil tous les 6 mois si vous ne l'utilisez pas pendant une longue période.
- Débranchez le chargeur de l'appareil après la charge ou avant l'utilisation.
- Ne pas utiliser ou charger l'appareil sans surveillance.
- Utilisez un chiffon doux pour l'entretien quotidien. N'utilisez pas d'huile moteur, de solvants organiques ou d'autres



Avertissements Santé

- Ne pas utiliser JOLT™ ou tout autre appareil de massage sans l'approbation de votre Docteur ou kinésithérapeute ou ostéopathe.
- L'utilisation de JOLT™ est fortement déconseillée dans les cas suivants :
 - Grossesse
 - Diabète avec des complications telles que la neuropathie
 - Dommages rétinien
 - Maladie cardiaque, avec pacemaker ou défibrillateur
 - Chirurgie récente (moins de 90 jours)
 - Épilepsie
 - Migraines
 - Prothèses articulaires
 - Micro lésions musculaires
 - Sténose sanguine
 - Zone tumorale
 - Zones sensibles : tête, visage, vertèbres cervicales, colonne vertébrale
 - Positions proches de l'os avec moins de couverture musculaire : l'humérus, l'arrière du pied, le dos de la main.
- Autre souci de santé vous concernant : Dans le doute, n'utilisez pas JOLT™ Bolt+ sans avoir consulté votre professionnel de santé.
Pour atténuer les risques de blessures corporelles, ce produit doit être utilisé comme suit :
 1. L'utilisation est exclusivement faite pour les adultes, n'utilisez que sur les parties sèches du corps sur une peau propre.
 2. N'utilisez le produit que sur les tissus souples du corps (sans douleur ni inconfort), ne pas utiliser sur des parties dure comme les os du crâne ou du corps.
 3. N'utilisez que des têtes de massage recommandées pour les groupes musculaires concernés.
 4. Qu'elle soit contrôlée par une pression profonde ou par une pression en surface, un massage trop intense peut causer des hématomes ; vérifiez régulièrement la zone de massage et cessez de l'utiliser dès l'apparition de ce type ou une douleur/inconfort.



3 ***Protection environnementale***

Ne jetez pas ce produit dans une poubelle classique à la fin de sa durée de vie. Jetez-le dans une poubelle de tri ou renvoyez-le au centre de service après-vente de JOLT™. Nous le recyclerons de manière écologique.

SPÉCIFICITÉS TECHNIQUES

- Modèle : JOLT BOLT+
- 5 vitesses classiques de 1500 à 3200rpm (répétitions par minute)
- 3 vitesses intelligentes : vitesse croissante / vitesse décroissante / vitesse alternative
- Moteur brushless (sans balayage) de 55mm et 125W
- 6 embouts interchangeables (inclus)
- Pression de 20Kg
- Autonomie moyenne de 5h-7h par charge selon la puissance d'utilisation choisie
- Temps de chargement : 3h
- Batterie Lithium rechargeable de 2500mAh
- Chargement par câble DC (inclus)
- Technologie silencieuse inférieure à <50 décibels
- Amplitude : 14mm
- Grip confortable anti-dérapant
- Indicateur de marche/arrêt
- Indicateur de vitesse
- Indicateur de chargement
- Poids net de 990g
- Taille du pistolet de massage : 25.5cm x 18cm x 6cm
- Mallette de transport incluse



FAQ ET GARANTIE

Vous rencontrez un problème ou vous avez une interrogation ? Consultez notre foire aux questions sur getjolt.fr pour obtenir de l'aide.

Si vous ne trouvez pas de solution, veuillez contacter notre service clientèle à l'adresse suivante : hello@getjolt.fr

VOIR PLUS DE QUESTIONS / RÉPONSES



La période de garantie de ce produit est de 24 mois à partir de la date d'achat. L'usure due à l'apparence et au fonctionnement mécanique n'est pas couverte par la garantie.

La garantie ne couvre pas :

1. Dommages accidentels, mauvaise utilisation ou transport.
2. Maintenance incorrecte.
3. Fonctionnement sans suivre les instructions du manuel.
4. Incapable de fournir un certificat d'achat formel.

TABLE OF CONTENTS



Introduction	p.19
Contents	p.20
Getting Started Guide	p.21
Precautions	p.26
Technical Specifications	p.28
FAQ & Warranty	p.29





01

INTRODUCTION

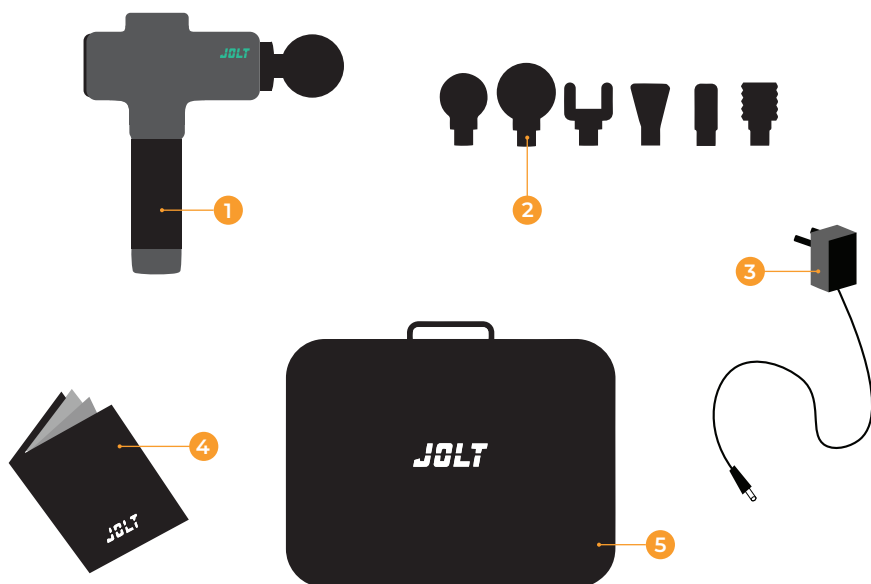
MUSCLE RECOVERY WITH JOLT™ BOLT+

The JOLT™ Bolt+ Muscle Massage Gun is a portable, rechargeable vibration massage device. JOLT™ Bolt+ helps to increase blood flow and effectively alleviates the discomfort caused by the accumulation of lactic acid after sports and thus reduce discomfort for people suffering from muscle stiffness / aches.

JOLT™ can be used in the following cases:

- For warming up before a physical effort
- For the recovery after a sporting effort
- To relieve aches and joint stiffness
- To stimulate blood circulation
- To relieve stress and tension
- Massage of knots and trigger points
- Suitable for beginners, amateurs and professionals
- To relax and to loosen the tissues
- To reduce lactic acid build up in the muscles
- To increase joint mobility
- To fluidize edema in the swollen area
- To relieve aches and pains
- To relieve tendinitis

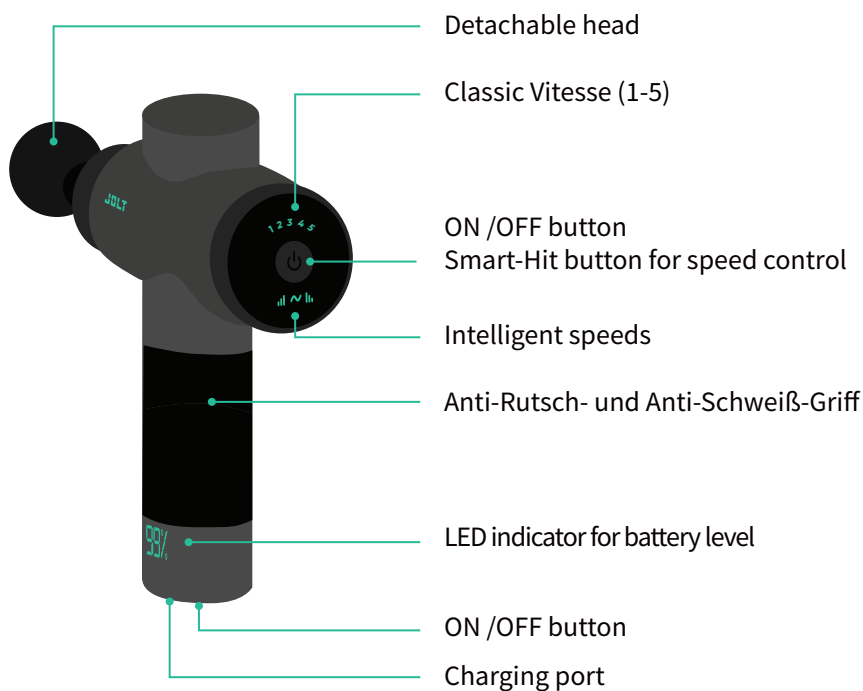
CONTENTS



- 1 1 JOLT Bolt+ massage gun
- 2 6 massage heads
- 3 1 DC charger cable
- 4 2 manuals (Massage program and technical instructions)
- 5 1 carry case

GETTING STARTED GUIDE

1 Description of the JOLT™ BOLT+



2 ***JOLT™ BOLT+ steps for use***

Our massage gun has **5 classic speeds** and **3 intelligent speeds**:

5 classic speeds

(lit in **blue** above the control button): 1500rpm / 1900rpm / 2300rpm / 2700rpm / 3200rpm (rpm = repetitions per minute)

3 Smart-Hit speeds

(illuminated in **orange** below the control button):



Increasing speed (muscle activation before exercise)

Alternating speed (relaxation scenarios)

Decreasing speed (muscle relaxation after exercise)

1. Turn on the unit using the ON/OFF button located under the handle.

2. Press the center button on the control interface to start the gun in conventional speed 1 (**blue color**).

Press a second time to switch to speed 2 and so on up to speed 5.

3. To switch to the smart speeds, press the center button for 1-2 seconds. There are 3 different smart speeds and they are illuminated in **orange**.

4. To stop and turn off the gun:

- If you are using the «classic» speed mode: press the central button on the control interface repeatedly until you reach speed 5, then press it one last time. Next, switch the button under the handle to the OFF position.
- If you are in «smart» speed mode, press the center button on the control interface until you reach smart speed 3, then press it one last time. Then turn the button under the handle to the OFF position.
- Or turn the button under the handle directly to the OFF position without following the previous steps.



5. The battery charge status is displayed at the bottom of the handle. When you want to put the massage gun on charge, turn it off and plug it in, you will see the % displayed and gradually increase until you reach 100% (full and finished charge).
6. The unit has a timing feature and will automatically shut off after 15 minutes of continuous operation (for safety to avoid overheating and to preserve the integrity of your muscles). You can turn it back on after 1 minute of pause.
7. When the massage head is pressed too hard, the unit will start its automatic protection function and stop. It can be used normally after the unit is turned on again.

3 *Description of the JOLT™ BOLT+ Massage Heads*

With the massage gun turned off, slowly insert the massage head into the barrel until it stops. As shown in the illustration, the position of the red line on the massage head should be aligned with the position of the red line on the gun. To remove the massage head, you just need to pull on the head to remove it.



JOLT™ Bolt+ can be used with 4 massage heads depending on the parts of your body you want to massage.



Round head

Its spherical design with soft coating allows to work large muscle groups such as the back of the thigh and the calf, the triceps, ... It is mainly suitable for new users who are sensitive to vibrations.



Flat head

It allows you to relax any muscle of the body for a classic massage.



Cylindrical head

The conical shape of this head allows an impacting and toning massage with a significant pressure depth. It is suitable for the meridians, soles of the feet, palms of the hands, Achilles heel, rhomboid muscles of the back, ...



U-shaped head

Its shape fits perfectly the spine and cervical/neck. It can also fit the shoulder and other bilateral muscles (do not touch directly the spine and cervical to avoid injury).



Round head XL

Big brother of the «classic» round head, it has the same characteristics, but its larger size allows you to train larger muscles: Hamstrings, quadriceps, glutes.



Cushioned head

This head is a variation of the flat head, we have added on its top a soft layer to adapt to the roughness of your body. It is suitable for soft tissues (tissues that support the structures and organs of the body such as muscles), internal and external muscles of the abdomen, chest and legs. The air it contains cushions the percussions for absolute comfort.



PRECAUTIONS

1 *Warning*

- Do not place the device in water, keep it away from liquids or heat sources, and prevent water from entering the product's slots. They must be free of dust and debris . Store it in a dry place.
- Do not drop or use the product incorrectly.
- Do not remove the screws or attempt to disassemble it.
- Do not change or modify the product in any way.
- Do not use the device continuously for more than 1 hour and let it stand for 30 minutes before using it again.
- Only charge the device with the charging cable. Charge the device every 6 months if you are not using it for a long time
- Unplug the charger from the device after charging or before use.
- Do not use or charge the device unattended.
- Use a soft cloth for daily maintenance. Do not use engine oil, organic solvents or others.

2 *Health warning*

- Do not dispose of this product in a conventional trash can at the end of its life. Dispose of it in a recycling garbage can or return it to the JOLT™ Service Center. We will recycle it in an environmentally friendly way.



- The use of JOLT™ is strongly discouraged in the following cases:
 - Pregnancy
 - Diabetes with complications such as neuropathy
 - Retinal damage
 - Heart disease, with pacemaker or defibrillator
 - Recent surgery (less than 90 days)
 - Epilepsy
 - Migraines
 - Joint prostheses
 - Microtrauma
 - Stenosis of the blood
 - Tumor area
 - Sensitive areas: head, face, cervical vertebrae, spine
 - Positions close to the bone with less muscle coverage: humerus, back of the foot, back of the hand
 - Other health concerns you may have.
- To reduce the risk of personal injury, this product should be used as follows:
 1. Use is exclusively for adults, use only on dry parts of the body on clean skin.
 2. Use the product only on soft tissues of the body (without pain or discomfort), do not use on hard parts like skull or body bones.
 3. Only use massage heads which are recommended for the muscle groups involved.
 4. Whether controlled by deep or surface pressure, too much massage can cause hematoma; check the massage area regularly and stop using it as soon.

3 Environmental protection

Do not dispose of this product in a conventional trash can at the end of its life. Dispose of it in a recycling garbage can or return it to the JOLT™ Service Center. We will recycle it in an environmentally friendly way.

TECHNICAL SPECIFICATIONS

- Model : JOLT BOLT+
- 5 classic speeds from 1500 to 3200rpm (repetitions per minute)
- 3 intelligent speeds: increasing speed / decreasing speed / alternative speed
- Digital display
- 6 interchangeable massage tips (included)
- Brushless motor 55m & 125W
- Average battery life of 5-7h depending on the selected power level
- Charging time : 3h
- Rechargeable Lithium battery 2500mAh
- Charging with DC charger (included)
- Pressure from 20Kg
- Quiet Technology lower than <50 decibels
- Amplitude : 14mm
- Comfortable non-slip and anti-sweat grip
- On/Off indicator
- Speed indicator
- Charging indicator
- 990g net weight
- Massage gun size: 25cm x 18cm x 6cm
- Storage box included



FAQ & WARRANTY

Any questions or particular concerns?

Please visit our Frequently Asked Questions (FAQ) page for answers to all your questions:

*If you cannot find a solution, please contact our customer service at the following address: **hello@getjolt.fr***

MORE QUESTIONS / ANSWERS



The warranty period for this product is 24 months from the date of purchase. Wear and tear due to appearance and mechanical operation are not covered by the warranty.

The warranty does not cover:

1. Accidental damage, misuse, or transportation.
2. Improper maintenance.
3. Operation without following the manual instructions.
4. Unable to provide a formal purchase certificate.

JOLT



www.getjolt.fr