

# LELO

## **LUNA BEADS™**

USER MANUAL & WARRANTY INFORMATION

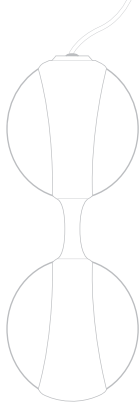
BEDIENUNGSANLEITUNG & GARANTIEHINWEISE

MANUEL D'UTILISATION & INFORMATION SUR LA GARANTIE

MANUAL DE USUARIO E INFORMACIÓN SOBRE LA GARANTÍA

MANUALE UTENTE E INFORMAZIONI SULLA GARANZIA

使用说明书与质保信息



Congratulations on acquiring LUNA Beads™. Before getting more closely acquainted with them, please take a moment to look through this user manual.

## REGISTER WARRANTY

To register your warranty, find your warranty number on the LELO Authenticity card provided. Then visit **LELO.com** and click on **REGISTER** in the top right side of the page. This allows you to confirm the authenticity of your purchase and protect your investment.

## CONTENTS

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| OVERVIEW.....                                   | 4  |
| WARRANTY TERMS & CONDITIONS.....                | 5  |
| COMPOSITION.....                                | 6  |
| INSERTING LUNA BEADS™.....                      | 8  |
| POSITIONING.....                                | 9  |
| USING LUNA BEADS™ AS PART OF KEGEL ROUTINE..... | 10 |
| CLEANING, STORAGE AND SAFETY.....               | 11 |
| SPECIFICATIONS.....                             | 12 |

## OVERVIEW

Every woman is different. That's why LUNA Beads are available in two size variations: **Classic** and **Mini**. LUNA Beads Mini have been specially designed to offer a perfect fit for women under 30 who have never experienced childbirth, while LUNA Beads are recommended for over-30's and those who have experienced childbirth.

Each set of LUNA Beads consists of a silicone harness and four weighted beads: two petal pink 28-gram beads (one foundation bead with retraction leash and one crown bead) and two powder blue 37-gram beads (one foundation bead with retraction leash and one crown bead). When worn individually or combined using the silicone harness, LUNA Beads offer an easy, effective and effortless way to optimize your pelvic floor workout.

LUNA Beads Noir are the sensual take on this bestselling product, designed to be used during foreplay or as your own little secret on a night out with your partner. They consist of 2 weighted beads (37 grams) in Mini Size that can be combined with a black silicone harness. The details in this manual primarily concern the use of LUNA Beads as a Kegel Exercising Aid, yet if bought for pleasure there are more detailed tips and tricks available on [LELO.com](https://lelo.com) on how to get the most from your purchase.

Please note these are guidelines only. For example, LUNA Beads Mini are often preferred by many women starting to go through menopause, while the original LUNA Beads may be preferred by younger women just starting their Kegel routine.

**Always consult your doctor before using LUNA Beads during pregnancy.**

## WARRANTY TERMS & CONDITIONS

### 1-YEAR WARRANTY

LELO warrants this product for a period of ONE (1) YEAR, after the date of original purchase, against defects due to faulty workmanship or materials. If you discover a defect and notify LELO during the warranty period, LELO will, at its discretion, replace the product free of charge.

The warranty covers working parts that affect the function of the product. It does NOT cover cosmetic deterioration caused by fair wear and tear or damage caused by accident, misuse or neglect. Any attempt to open or take apart the product (or its accessories) will void the warranty.

Claims under warranty must be supported by reasonable evidence that the date of the claim is within the warranty period. To validate your warranty, please keep your original purchase receipt together with these warranty conditions for the duration of the warranty period.

To claim your warranty, fill in your details under CUSTOMER CARE on [LELO.com](https://lelo.com). You will be sent a Return Merchandise Authorization (RMA) number which should be returned with the LELO product to your nearest LELO office carriage paid. Shipping costs are non-refundable. This undertaking is in addition to consumer's statutory rights and does not affect those rights in any way.

### 10-YEAR QUALITY GUARANTEE

As a continuation of the terms of LELO's full one (1) year warranty, LELO's ten (10) year quality guarantee makes owners eligible to purchase a new product from [LELO.com](https://lelo.com) for 50% off the listed price.

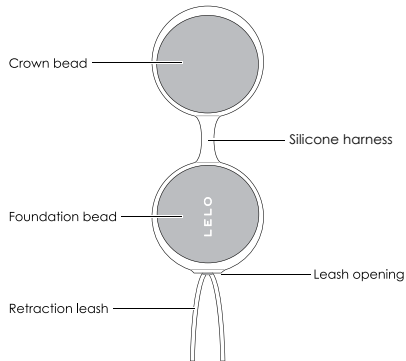
See the CUSTOMER CARE section of [LELO.com](https://lelo.com) for Terms & Conditions.

## COMPOSITION

The foundation beads can be used individually or combined with a crown bead using the silicone harness.

- 1. Thread the retraction leash, on the foundation bead of your choice, through the leash opening in the foundation bead nook on the silicone harness.**
- 2. Push the foundation bead into place, making sure the edges of the nook slot firmly into place and trace the contours of the harness guide imprint on the foundation bead.**
- 3. Push the crown bead into place, making sure the edges of the crown nook slot firmly into place and trace the contours of the harness guide imprint on the bead.**

Depending on your level of vaginal and pelvic floor fitness, you may wish to start out with a single foundation bead and gradually progress to compositions involving two beads and more weight. The most important thing is that the composition you opt for feels comfortable.



## INSERTING LUNA BEADS™

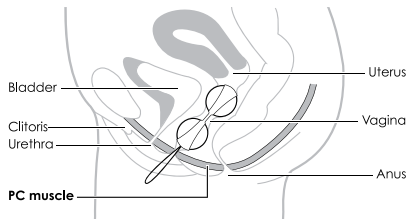
Inserting LUNA Beads is not dissimilar to inserting a tampon. As LUNA Beads have a wider girth, however, some additional tricks apply.

1. **To facilitate easy insertion, apply a small amount of water-based lubricant on the leading edge of the bead(s) you intend to use. Avoid using too much, as this will make the bead(s) slippery and difficult to hold in place.**
2. Lie on your back and introduce the leading end of the bead(s) into your vagina with a firm but gentle push. If you experience difficulties, raise your pelvis so that gravity can assist you. Some women find that a standing position, with one leg raised, works better for them.
3. If you are using two beads and the silicone harness, insert the crown bead first. Due to the gap between the two beads, once the crown bead is inserted the vaginal muscles may try to push it out before you can insert the foundation bead. Take a deep breath and relax.

## POSITIONING

The bead(s) should be positioned so that the lower edge of the foundation bead is at least 2 cm inside you. The most important thing is that the foundation bead rests above your pelvic floor muscle. The exact distance from the vaginal opening to the pelvic floor muscle differs from woman to woman, but the bead(s) should be positioned comparably to where a tampon would normally be positioned.

**Always allow the retraction leash to protrude slightly from the vagina so as to facilitate easy removal of the bead(s).**



## USING LUNA BEADS™ AS PART OF KEGEL ROUTINE

If you intend to use LUNA Beads primarily for exercise purposes, it is important that you incorporate it into your daily routine and adhere to a fixed program.

Depending on your level of vaginal and pelvic floor fitness, it may take up to 12 weeks of daily 30-minute Kegel exercising using LUNA Beads to achieve noticeable results.

At the outset of using LUNA Beads as part of your Kegel routine, you may feel slightly uncomfortable, as your body will be very aware of the beads. You may also find that beads tend to slip out after only a few minutes. If this happens, do not worry, and persist with the program. As your muscles become stronger, they will automatically hold the beads in place.

When you walk, run, swim or otherwise move about, the motion causes the inner balls to move, creating a subtle kinetic vibe stimulating the vaginal muscles.

Even when you are standing still, gravity will instigate spontaneous pelvic floor muscle contractions as your muscles work to prevent the beads from slipping out.

## CLEANING, STORAGE AND SAFETY

The lifespan of your LUNA Beads will be greatly increased with proper maintenance and care.

**LELO recommends that you NOT use a silicone-based lubricant with your LUNA Beads, as this could make the silicone harness permanently tacky. A water-based lubricant is the safest option. If you wish to use a silicone-based lubricant, perform a patch-test first. Never use massage oil or hand cream as lubricants.**

Always disassemble and clean each part of your LUNA Beads thoroughly before and after each use. Clean using warm water and antibacterial soap, rinse with clean hot water and pat dry with a lint-free cloth or towel. Never use cleansers containing alcohol, petrol or acetone.

Avoid leaving your LUNA Beads in direct sunlight and NEVER expose it to extreme heat.

Store your LUNA Beads in a dust-free place and keep it away from toys of other materials.

**IMPORTANT: For Adult Use Only.** Those who may be pregnant, have a pacemaker, diabetes, phlebitis or thrombosis should consult with a medical professional regarding the risk of blood clots before using any personal massage product.

## SPECIFICATIONS

|              |                                                                                          |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| MATERIALS    | Body safe PC ABS / silicone                                                              |
| FINISH       | Glossy                                                                                   |
| HARNESS SIZE | Classic: 89 x 35 x 16 mm<br>Mini: 73 x 31 x 15 mm<br>Noir: 73 x 31 x 15 mm               |
| BEAD SIZE    | Classic: Diameter 35 mm<br>Mini: Diameter 29 mm<br>Noir: Diameter 29 mm                  |
| WEIGHTS      | 2 x 28 grams (petal pink)<br>2 x 37 grams (powder blue) <hr/> Noir: 2 x 37 grams (black) |



**Disclaimer:** Users of this product do so at their own risk. Neither LELO nor its retailers assume any responsibility or liability for the use of this pleasure object. Further, LELO reserves the right to revise this publication and to make changes from time to time in the contents hereof without obligation to notify any person of such revision or changes.

**Model may be changed for improvements without notice.**

© 2013 LELOi AB. ALL RIGHTS RESERVED.

DESIGNED AND DEVELOPED BY LELO SWEDEN.

MANUFACTURED BY LELO IN CHINA.

**WEBSITE** [WWW.LELO.COM](http://WWW.LELO.COM)

**SUPPORT** [CUSTOMERCARE@LELO.COM](mailto:CUSTOMERCARE@LELO.COM)

LUNA BEADS™

USER MANUAL & WARRANTY INFORMATION

**BEDIENUNGSANLEITUNG & GARANTIEHINWEISE**

MANUEL D'UTILISATION & INFORMATION SUR LA GARANTIE

MANUAL DE USUARIO E INFORMACIÓN SOBRE LA GARANTÍA

MANUALE UTENTE E INFORMAZIONI SULLA GARANZIA

使用说明书与质保信息

Herzlichen Glückwunsch zum Erwerb Ihrer LUNA BEADS™. Nehmen Sie sich die notwendige Zeit die Bedienungsanleitung zu lesen.

## GARANTIEREGISTRIERUNG

Um Ihre Um sich für die Garantie zu registrieren, suchen Sie bitte die Garantienummer auf dem LELO Echtheitszertifikat heraus. Besuchen Sie **LELO.com** und klicken oben rechts auf der Seite auf **REGISTRIEREN/EINLOGGEN**. Somit stellen Sie die Authentizität Ihres Kaufes sicher und schützen Ihr Investment.

## INHALT

|                                                    |    |
|----------------------------------------------------|----|
| ÜBERSICHT.....                                     | 18 |
| GARANTIEHINWEISE.....                              | 19 |
| KOMBINATIONSMÖGLICHKEITEN.....                     | 20 |
| EINFÜHREN DER LUNA BEADS™.....                     | 22 |
| POSITIONIERUNG.....                                | 23 |
| DIE BENUTZUNG VON LUNA BEADS™ ALS KEGEL ÜBUNG..... | 24 |
| REINIGUNG, AUFBEWAHRUNG UND SICHERHEIT.....        | 25 |
| SPEZIFIKATIONEN.....                               | 26 |

## ÜBERSICHT

Jede Frau ist anders, deshalb sind die LUNA beads in 2 verschiedenen Größen erhältlich: **Classic** und **Mini**. LUNA Beads Mini sind speziell auf die Bedürfnisse von Frauen unter 30 Jahren zugeschnitten, die noch nie zuvor eine Schwangerschaft durchlebt haben, während LUNA Beads für Frauen über 30 Jahren und für Frauen die bereits schwanger waren, geeignet sind.

Jede LUNA beads Verpackung enthält eine Silikon Halterung und vier gewichtete Kugeln: zwei pinke 28g Kugeln (eine davon mit Rückholschleife) und 2 blaue 37g Kugeln (ebenfalls eine davon mit Rückholschleife). Individuell getragen oder in Kombination mit Hilfe der Silikon Halterung sind LUNA beads eine einfache, effektive und mühelose Trainingsmöglichkeit um Ihren Beckenboden zu stärken.

Luna Beads Noir sind die noch sinnlichere Variante dieses Bestsellers, entwickelt um sie während des Vorspiels, oder, als Ihr kleines Geheimnis, beim Ausgehen mit Ihrem Partner zu tragen. Sie bestehen aus zwei gleichschweren Kugeln (37 Gramm) in Mini-Größe, die mit einem schwarzen Silikon-Harness kombiniert werden können. Die Einzelheiten dieser Anleitung betreffen hauptsächlich den Gebrauch von Luna Beads als Kegel-Übungshilfe, auch wenn Sie die Luna Beads zu Ihrem Vergnügen gekauft haben - auf [LELO.com](http://LELO.com) erhalten Sie detailliertere Tips und Tricks, wie Sie Ihre Anschaffung am besten genießen.

Bitte beachten Sie, dass dies nur Orientierungshilfen sind. Beispielsweise werden die LUNA BEADS Mini des Öfteren von Frauen während der Menopause verwendet, während hingegen die original LUNA BEADS von jüngeren Frauen für Kegel-Übungen bevorzugt werden.

**Konsultieren Sie einen Arzt, wenn Sie LUNA beads während der Schwangerschaft anwenden möchten.**

## GARANTIEHINWEISE

### EINJÄHRIGE HERSTELLERGARANTIE

LELO übernimmt auf dieses Pleasure Object eine Gewährleistung von EINEM (1) JAHR ab dem Datum des Ersterwerbs für alle Mängel, die auf Fehler bei der Verarbeitung oder des Materials zurückzuführen sind. Wenn Sie einen Mangel feststellen und diesen LELO innerhalb der Gewährleistungsfrist mitteilen, wird LELO nach eigenem Ermessen das Pleasure Object kostenlos ersetzen.

Die Herstellergarantie umfasst alle Bauteile, die die Funktion des Pleasure Objects betreffen. NICHT abgedeckt ist die äußerliche Abnutzung durch normalen Verschleiß oder Beschädigung infolge von Versehen, unsachgemäßem Gebrauch oder Nachlässigkeit. Jeder Versuch, das Pleasure Object (oder dessen Zubehör) zu öffnen oder auseinanderzunehmen führt zum Erlöschen des Garantieanspruches.

Bei Garantieansprüchen, geben Sie Ihre Daten auf der KUNDENSERVICE Seite auf **LELO.com** ein. Sie erhalten daraufhin eine Warenrücksendenummer (Return Merchandise Authorization number - RMA) mit der Sie das Produkt an LELO zurückzusenden können. Versandkosten werden nicht übernommen. Diese Vereinbarung gilt zusätzlich zu den gesetzlichen Verbraucherrechten und beeinträchtigt diese Rechte in keiner Weise.

### 10-JÄHRIGE QUALITÄTSGARANTIE

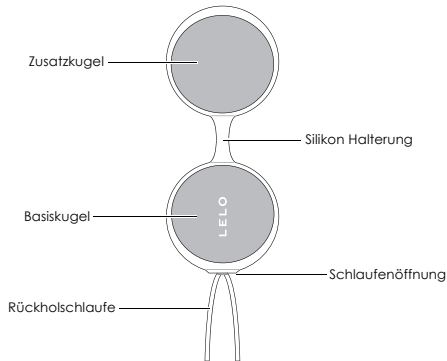
Als Verlängerung der Bedingungen der vollen einjährigen (1) Herstellergarantie von LELO berechtigt die zehnjährige (10) Qualitätsgarantie von LELO den Besitzer zum Kauf eines neuen Pleasure Objects auf **LELO.com** zu 50 % des Listenpreises. Die AGBs können Sie auf der KUNDENSERVICE Seite auf **LELO.com** einsehen.

## KOMBINATIONSMÖGLICHKEITEN

Die Basiskugeln können Sie allein oder zusammen mit einer Zusatzkugel in der Silikon Halterung verwenden.

- 1. Ziehen Sie die Rückholschleife der Basiskugel Ihrer Wahl, durch die Öffnung der Silikon Halterung.**
- 2. Drücken Sie die Basiskugel an ihren Platz in der Halterung. Vergewissern Sie sich, dass sie sicher in der Halterung sitzt und fahren Sie die Konturen der Halterung auf der Basiskugel nach.**
- 2. Wählen Sie eine Zusatzkugel aus. Drücken Sie die Zusatzkugel an ihren Platz und vergewissern Sie sich auch hier, dass sie sicher in der Halterung sitzt und fahren Sie die Konturen der Halterung nach.**

Je nachdem, wie gut Ihre Beckenbodenmuskeln trainiert sind, können Sie zuerst mit der Basiskugel beginnen und später mit einer zweiten Kugel trainieren. Am wichtigsten ist, dass Sie sich mit der gewählten Kombination wohl fühlen.



## EINFÜHREN DER LUNA BEADS™

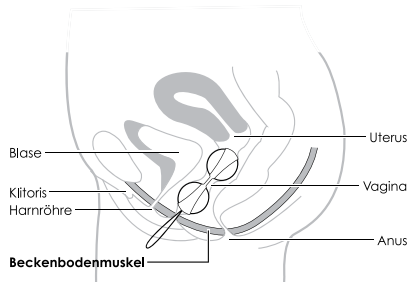
Das Einführen der LUNA beads ist ähnlich dem Einführen eines Tampons, da die Kugeln aber einen größeren Umfang haben, gibt es einige Tricks, die Einführung zu vereinfachen:

1. **Geben Sie eine kleine Menge Gleitmittel auf die Oberfläche der Kugel(n), die Sie verwenden wollen. Nicht zu viel Gleitmittel auftragen, da die Kugeloberfläche sonst rutschig wird und dies erschwert es, die Kugeln an ihrem Platz zu halten.**
2. **Auf dem Rücken liegend drücken Sie das vordere Ende der Kugel(n) fest aber vorsichtig in Ihre Vagina. Falls Sie Schwierigkeiten beim Einführen haben, heben Sie das Becken an, damit die Schwerkraft wirken kann. Einige Frauen finden das Einführen angenehmer, wenn sie stehen und ein Bein hochgestellt haben.**
3. **Wenn Sie zwei Kugeln in der Halterung verwenden, führen Sie zuerst die Zusatzkugel ein. Wegen des Abstands zwischen den beiden Kugeln kann es vorkommen, dass die Beckenbodenmuskeln versuchen sie wieder herauszudrücken bevor die Basiskugel eingeführt werden kann. Sollte dieser Fall eintreten, versuchen Sie sich zu entspannen und wiederholen Sie die Einführung erneut.**

## POSITIONIERUNG

Die Kugel(n) sollten so positioniert werden, dass der untere Rand der Basiskugel mindestens 2 cm tief eingeführt ist. Wichtig ist dabei, dass die Basiskugel auf dem Beckenbodenmuskel aufliegt. Der Abstand von Vaginalöffnung zu Beckenbodenmuskel ist von Frau zu Frau unterschiedlich. Die Kugel(n) sollte(n) ähnlich wie ein Tampon sitzen.

**Die Rückholschleife muss immer ein wenig herausschauen, damit das Entfernen der Kugel(n) vereinfacht wird.**



## **DIE BENUTZUNG VON LUNA BEADS™ ALS KEGEL ÜBUNG**

Wenn Sie die LUNA beads hauptsächlich für Übungszwecke einsetzen wollen, ist es wichtig, sie in Ihre tägliche Routine einzubinden und ein festes Programm einzuhalten.

**Abhängig davon, wie trainiert Ihre Beckenbodenmuskeln sind, kann es bei 30 Minuten Kegelübungen mit LUNA beads bis zu 12 Wochen dauern, bevor erkennbare Ergebnisse erzielt werden.**

Wenn Sie die Kugeln anfangs für das Kegel-Training verwenden, fühlen Sie sich eventuell etwas unwohl, weil Ihr Körper das Vorhandensein der Kugeln wahrnimmt. Vielleicht stellen Sie auch fest, dass sie nach nur wenigen Minuten herausrutschen. Das ist nicht schlimm. Setzen Sie einfach Ihr Programm fort. Wenn Ihre Muskeln stärker werden, halten sie die Kugeln automatisch fest.

Auch beim Gehen, Laufen, Schwimmen oder anderen Bewegungen bewegen sich die Kugeln und erzeugen Schwingungen, die Ihre Beckenbodenmuskeln stimulieren. Sogar im Stehen führt die Schwerkraft zu spontanen Kontraktionen der Beckenbodenmuskeln, die verhindert, dass die Kugeln herausfallen.

## **REINIGUNG, AUFBEWAHRUNG UND SICHERHEIT**

Durch entsprechend sorgfältige Behandlung lässt sich die Lebensdauer der LUNA beads entscheidend verlängern.

**LELO empfiehlt, KEINE Gleitmittel auf Silikonbasis zusammen mit LUNA Kugeln zu verwenden, weil sonst die Silikon Halterung beschädigt werden kann. Ein Gleitmittel auf Wasserbasis ist am sichersten. Wenn Sie unbedingt ein Gleitmittel auf Silikonbasis verwenden wollen, sollten Sie dies zuerst an einer kleinen Stelle ausprobieren. Verwenden Sie niemals Massageöl oder Handcreme als Gleitmittel.**

Die einzelnen Teile des LUNA beads Sets müssen vor und nach jeder Verwendung auseinandergenommen und gründlich gereinigt werden. Reinigen Sie sie mit warmem Wasser und einer antibakteriellen Seife, spülen Sie sie mit sauberem heißen Wasser ab und trocknen Sie sie anschließend mit einem flusenfreien Handtuch.

Alkohol-, oder Acetonhaltige Reinigungsmittel dürfen nicht verwendet werden. Setzen Sie die LUNA beads niemals direkter Sonneneinstrahlung oder extremer Hitze aus.

**ACHTUNG:** Nur für Erwachsene. Im Falle einer Schwangerschaft, beim Tragen eines Herzschrittmachers, bei Diabetes, Venenentzündungen und Thrombosen kontaktieren Sie Ihren Arzt und lassen Sie sich über mögliche Blutgerinnsel bei der Anwendung aufklären und informieren.

## SPEZIFIKATIONEN:

|             |                                                                                  |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| MATERIAL    | ABS / Körperfreundliches Silikon                                                 |
| OBERFLÄCHE  | Glänzend                                                                         |
| RIEMEN      | Classic: 89 x 35 x 16 mm<br>Mini: 73 x 31 x 15 mm<br>Noir: 73 x 31 x 15 mm       |
| KUGELGRÖSSE | Classic: Durchmesser 35 mm<br>Mini: Durchmesser 29 mm<br>Noir: Durchmesser 29 mm |
| GEWICHT     | 2 x 28 g (rosa)<br>2 x 37 g (hellblau)<br><hr/> Noir: 2 x 37 g (black)           |



**Haftungsausschluss:** Die Verwendung dieses LELO Produktes geschieht auf eigene Gefahr. Weder LELO noch seine Einzelhändler übernehmen eine Haftung für dieses Produkt. Desweiteren behält sich LELO das Recht vor, diese Publikation von Zeit zu Zeit anzupassen und inhaltlich zu verändern, ohne ausserordentlich auf solch eine Änderung hinzuweisen.

**Verbesserungen des Modells können ohne Vorankündigung erfolgen.**

© 2013 LELOi AB. ALLE RECHTE VORBEHALTEN.

KONZIPIERT UND ENTWICKELT VON LELO SCHWEDEN.

HERGESTELLT VON LELO IN CHINA

**WEBSITE** [WWW.LELO.COM](http://WWW.LELO.COM)

**SUPPORT** [CUSTOMERCARE@LELO.COM](mailto:CUSTOMERCARE@LELO.COM)

LUNA BEADS™

USER MANUAL & WARRANTY INFORMATION

BEDIENUNGSANLEITUNG & GARANTIEHINWEISE

**MANUEL D'UTILISATION & INFORMATION SUR LA GARANTIE**

MANUAL DE USUARIO E INFORMACIÓN SOBRE LA GARANTÍA

MANUALE UTENTE E INFORMAZIONI SULLA GARANZIA

使用说明书与质保信息

Félicitations pour l'acquisition de vos LUNA BEADS™. Avant de connaître plus intimement vos LUNA BEADS™, prenez le temps de parcourir ce manuel d'utilisation.

## ACTIVER LA GARANTIE

Pour activer votre garantie, veuillez récupérer le numéro de garantie qui se trouve sur la carte d'Authenticité fournie par LELO. Puis visitez **LELO.com** et cliquez sur **S'ENREGISTRER** dans le coin supérieur droit de la page. Cela vous permet de confirmer l'authenticité de votre achat et de protéger votre investissement.

## CONTIENT

|                                                              |    |
|--------------------------------------------------------------|----|
| PRÉSENTATION.....                                            | 32 |
| TERMES & CONDITIONS DE GARANTIE.....                         | 33 |
| COMPOSITION.....                                             | 34 |
| INSERTION DES LUNA BEADS™.....                               | 36 |
| POSITIONNEMENT.....                                          | 37 |
| UTILISATION DES LUNA BEADS™ POUR VOS EXERCICES DE KEGEL..... | 38 |
| NETTOYAGE, STOCKAGE ET SÉCURITÉ.....                         | 39 |
| FICHE TECHNIQUE.....                                         | 40 |

## PRÉSENTATION

Chaque femme est différente, c'est pourquoi les LUNA beads sont disponibles en deux tailles: **Classic** et **Mini**. Les LUNA Beads Mini ont été spécialement conçues pour offrir une solution idéale aux femmes de moins de 30 ans qui n'ont jamais accouchées, tandis que les LUNA Beads sont recommandées pour les plus de 30 ans et celles qui ont déjà accouchées.

Chaque set de LUNA beads contient une gaine en silicone et quatre poids : deux sphères rose pétale de 28 grammes (une sphère pour la base avec cordelette de rétractation et une sphère secondaire) et 2 sphères bleu pastel (une sphère pour la base avec cordelette de rétractation et une sphère secondaire). Qu'elles soient utilisées individuellement ou combinées grâce à la gaine en silicone, les LUNA beads vous offrent un moyen facile et efficace d'optimiser le renforcement de votre plancher pelvien.

Les LUNA Beads Noir sont le pari sensuel de ce produit best-seller, conçues pour être utilisé pendant les préliminaires ou pour être portées secrètement lors d'une soirée avec votre partenaire. Chaque set se compose de 2 poids (37 grammes) en Taille Mini qui peuvent être combinés avec une gaine en silicone noir. Les informations figurant dans ce manuel concernent principalement l'utilisation de LUNA Beads comme une aide aux exercices de Kegel, mais si vous les avez achetées pour le plaisir vous trouverez des conseils et astuces plus détaillés disponibles sur [LELO.com](https://lelo.com) sur la manière d'en profiter au maximum.

Veuillez noter que ces instructions sont uniquement fournies à titre de recommandations générales. Par exemple, les femmes en début de ménopause préfèrent généralement utiliser les LUNA Beads Mini alors que les femmes plus jeunes peuvent préférer commencer leur entraînement de Kegel avec les LUNA Beads originales.

**Consultez votre médecin avant d'utiliser les LUNA beads pendant votre grossesse.**

## TERMES & CONDITIONS DE GARANTIE GARANTIE D'1 AN

LELO garantit cet objet pendant UN (1) AN, après la date d'achat, pour tout défaut de fabrication ou de matériel. Si vous découvrez un défaut, prévenez LELO pendant la période de garantie et LELO, à sa discrétion, remplacera l'objet gratuitement. La garantie couvre les parties qui actionnent le fonctionnement de l'objet. Elle ne couvre PAS les dégradations cosmétiques dues à une mauvaise utilisation, un accident ou un manque d'entretien. La garantie s'annule dès lors que l'objet (et ses accessoires) a été ouvert ou tenté de l'être. Toute réclamation pendant la période de garantie doit comporter la preuve que l'objet est toujours couvert par la garantie. Pour valider la garantie, veuillez conserver le reçu original de l'achat avec les conditions de garantie durant la période de garantie.

Pour faire une réclamation sous garantie, veuillez renseigner vos coordonnées dans la section SERVICE CLIENT sur [LELO.com](https://lelo.com). Vous recevrez un numéro d'Autorisation de Retour de Marchandise (ARM) qui doit être retourné avec le produit LELO à votre bureau LELO le plus proche, frais de port à votre charge. Cette condition s'ajoute au statut du droit du consommateur et n'affecte en aucun cas ce dernier.

## GARANTIE QUALITÉ 10 ANS

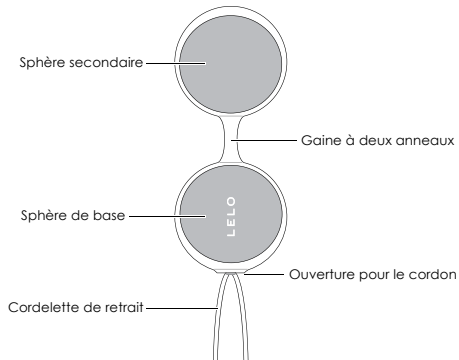
Pour compléter la garantie LELO d'un (1) an, la garantie qualité dix (10) ans de LELO permet à nos clients d'acheter un Objet de Plaisir sur le site [LELO.com](https://lelo.com) à 50% du prix indiqué. Consultez la section SERVICE CLIENT de [LELO.com](https://lelo.com) pour les Termes & Conditions.

## COMPOSITION

Les sphères inférieures peuvent être utilisées individuellement ou avec une sphère supérieure en utilisant la gaine.

- 1. Enfilez la cordelette de retrait sur la sphère inférieure de votre choix, par l'ouverture de la cordelette dans le renforcement de la sphère inférieure sur la gaine.**
- 2. Insérez la sphère inférieure dans la gaine, en vous assurant que les bords sont bien en place et qu'ils suivent les contours de la gaine sur la sphère inférieure.**
- 3. Choisissez une sphère supérieure. Insérez-la dans la gaine, en vous assurant que les bords sont bien en place et qu'ils suivent les contours de la gaine sur la sphère supérieure.**

Selon la force de vos muscles vaginaux et de votre périnée, vous pouvez commencer avec une seule sphère inférieure puis passer progressivement à deux sphères et plus de poids. Le plus important est de vous sentir à l'aise avec la combinaison que vous choisissez.



## INSERTION DES LUNA BEADS™

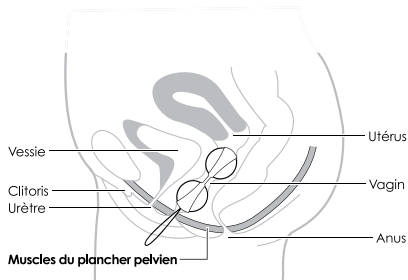
Les LUNA beads s'enfilent comme un tampon. Cependant, les LUNA beads ont une circonférence plus importante, des précautions supplémentaires s'imposent.

1. **Pour faciliter l'insertion, appliquez une petite dose de lubrifiant sur le revêtement de la ou des sphères que vous souhaitez utiliser. N'en mettez pas trop ou les sphères seraient trop glissantes et resteraient difficilement en place.**
2. **Allongez-vous sur le dos et introduisez l'extrémité avant de la ou des sphères dans votre vagin en poussant fermement mais délicatement. Si vous rencontrez des difficultés, levez votre bassin de manière à ce que la gravité vous aide. Certaines femmes préfèrent une insertion en position debout, avec une jambe levée.**
3. **Si vous utilisez deux sphères et la gaine, insérez d'abord la sphère supérieure. Compte tenu de l'espace entre les deux sphères, une fois que vous aurez introduit la sphère supérieure, les muscles vaginaux tenteront de la repousser avant que vous ne puissiez insérer la sphère inférieure. Respirez profondément et détendez-vous.**

## POSITIONNEMENT

Les LUNA beads doivent être positionnées de manière à ce que le bord de la sphère inférieure soit au moins à 2 cm dans votre vagin. Le plus important est que la sphère inférieure reste au-dessus de vos muscles du périnée. La distance exacte entre l'ouverture du vagin et les muscles du périnée diffère d'une femme à l'autre, mais les sphères doivent être positionnées comme un tampon devrait l'être.

**Laissez toujours la cordelette d'extraction ressortir légèrement du vagin afin de pouvoir retirer facilement la ou les sphères.**



## UTILISATION DES LUNA BEADS™ POUR VOS EXERCICES DE KEGEL

Si vous souhaitez utiliser principalement les LUNA beads pour des exercices, il est important de les pratiquer quotidiennement et de respecter un programme fixe.

Pour obtenir des résultats visibles, selon la force de vos muscles vaginaux et du périnée, il peut vous falloir jusqu'à 12 semaines d'exercices de Kegel à raison de 30 minutes par jour en utilisant les LUNA beads.

Il est possible que vous ressentiez une légère gêne en début d'utilisation des LUNA beads pour les exercices de Kegel, votre corps ressentira pleinement les sphères. Peut-être que vous trouverez également que les sphères ont tendance à glisser après quelques minutes. Si c'est le cas, ne vous inquiétez pas et poursuivez le programme. Au fur et à mesure que vos muscles se renforceront, ils maintiendront automatiquement les sphères en place.

Lorsque vous marchez, courez, nagez ou bougez d'une manière générale, le mouvement fait bouger les billes situées à l'intérieur de votre vagin, créant des vibrations subtiles qui stimulent les muscles vaginaux.

Même lorsque vous vous tenez debout sans bouger, la gravité vous incite à contracter spontanément les muscles de votre périnée afin d'empêcher les sphères de glisser.

## NETTOYAGE, STOCKAGE ET SÉCURITÉ

La durée de vie de vos LUNA beads sera considérablement accrue si vous en prenez bien soin.

**LELO vous recommande de ne PAS utiliser de lubrifiant à base de silicone sur vos LUNA beads, car la gaine en silicone pourrait rester définitivement collante. Un lubrifiant aqueux constitue un choix plus sûr. Si vous souhaitez utiliser un lubrifiant à base de silicone, faites d'abord un essai sur une zone limitée. N'utilisez jamais d'huile de massage ou de crème hydratante pour les mains pour lubrifier.**

Défaites et nettoyez toujours soigneusement chaque partie du système LUNA beads avant et après chaque utilisation. Utilisez de l'eau tiède et un savon antibactérien. Rincez à l'eau claire très chaude et séchez en tamponnant avec un chiffon ou une serviette qui ne peluche pas. N'utilisez jamais de produits nettoyants contenant de l'alcool, du pétrole ou de l'acétone.

Évitez de laisser votre système de LUNA beads à la lumière directe du soleil et ne l'exposez JAMAIS à une chaleur extrême.

Rangez vos LUNA beads à l'abri de la poussière et ne les laissez pas en contact avec des produits d'une autre matière.

**IMPORTANT: Uniquement Pour Adultes.** Les personnes qui sont enceintes, portent un stimulateur cardiaque, sont diabétiques, ont une phlébite ou ont une thrombose devraient consulter un professionnel de santé concernant le risque de formation de caillots sanguins avant d'utiliser un produit de massage intime.

## FICHE TECHNIQUE

### MATÉRIAUX

ABS / silicone toléré par le corps

### FINI

Mat / nacré

### DIMENSIONS DE LA GAINÉ

Classic: 89 x 35 x 16 mm

Mini: 73 x 31 x 15 mm

Noir: 73 x 31 x 15 mm

### DIMENSIONS DE LA SPHERE

Classic: Diamètre 35 mm

Mini: Diamètre 29 mm

Noir: Diamètre 29 mm

### POIDS

2 x 28 grammes (rose pétale)

2 x 37 grammes (bleu poudre)



---

Noir: 2 x 37 grammes

**Clause de non-responsabilité :** Les utilisateurs de ce produit le font à leur propre risque. LELO et ses détaillants déclinent toute responsabilité ou obligation quant à l'utilisation de ce produit. En outre, LELO se réserve le droit de réviser ce document et d'apporter des modifications de temps à autre au contenu présent, sans obligation de le notifier à quiconque.

**Le modèle peut être modifié sans préavis pour permettre des améliorations.**

© 2013 LELO AB. TOUS DROITS RÉSERVÉS.  
CONÇU ET MIS AU POINT PAR LELO SWEDEN.  
FABRIQUÉ PAR LELO EN CHINE.

**SITE WEB** [WWW.LELO.COM](http://WWW.LELO.COM)

**ASSISTANCE** [CUSTOMERCARE@LELO.COM](mailto:CUSTOMERCARE@LELO.COM)

LUNA BEADS™

USER MANUAL & WARRANTY INFORMATION

BEDIENUNGSANLEITUNG & GARANTIEHINWEISE

MANUEL D'UTILISATION & INFORMATION SUR LA GARANTIE

**MANUAL DE USUARIO E INFORMACIÓN SOBRE LA GARANTÍA**

MANUALE UTENTE E INFORMAZIONI SULLA GARANZIA

使用说明书与质保信息

Enhorabuena por haber adquirido el sistema de bolas de placer LUNA BEADS™. Antes de desarrollar una relación más íntima con tus nuevas LUNA BEADS™, por favor dedica un momento a revisar la información que se proporciona en este manual de usuario.

## REGISTRO DE LA GARANTÍA

Para registrar tu garantía, localiza tu número de garantía en el Certificado de Autenticidad LELO que acompaña a cada producto. A continuación, visita **LELO.com** y pulsa en **REGISTRARSE** en la parte superior derecha de la página. De este modo podrás confirmar la autenticidad de tu compra y proteger tu inversión.

## CONTENIDO

|                                                  |    |
|--------------------------------------------------|----|
| PRESENTACIÓN.....                                | 46 |
| TÉRMINOS Y CONDICIONES DE LA GARANTÍA.....       | 47 |
| COMPOSICIÓN.....                                 | 48 |
| INSERCIÓN DE LUNA BEADS™.....                    | 50 |
| COLOCACIÓN.....                                  | 51 |
| USO DE LUNA BEADS™ PARA EJERCICIOS DE KEGEL..... | 52 |
| LIMPIEZA, ALMACENAMIENTO Y SEGURIDAD.....        | 53 |
| ESPECIFICACIONES.....                            | 54 |

## PRESENTACIÓN

Cada mujer es única, y por ello LUNA beads está disponible en dos tamaños: **Classic** y **Mini**. Las LUNA Beads Mini han sido especialmente diseñadas para adaptarse a las mujeres menores de 30 años que nunca han dado a luz, mientras que las LUNA Beads están recomendadas para las mayores de 30 y para aquellas que han dado a luz.

Cada set de LUNA beads se compone de un conector de silicona y cuatro bolas con peso: dos bolas de 28 gramos en color rosa pétalo (una bola base con cordón de extracción y una bola corona) y dos bolas azul pastel de 37 gramos (una bola base con cordón de extracción y una bola corona). Cuando se usen individualmente o combinadas a través del conector de silicona, LUNA beads ofrece una manera sencilla, efectiva y sin esfuerzo de optimizar el entrenamiento de tu suelo pélvico.

LUNA Beads Noir es la versión más sensual de este producto número uno en ventas, diseñado para que lo utilices durante los juegos preliminares o para convertirse en tu aliado secreto durante una velada con tu pareja. Se trata de 2 bolas con peso (37 gramos) de tamaño 'mini', que pueden combinarse entre sí con una faja de sujeción en silicona negra. La información de este manual se refiere principalmente al uso de LUNA Beads como dispositivo para realizar ejercicios Kegel, aunque si se han adquirido por placer, en LELO.com encontrarás más consejos y trucos detallados sobre cómo sacar el máximo provecho a tu compra.

Toma en cuenta que esto es sólo orientativo. Por ejemplo, las mujeres que empiezan a atravesar la menopausia suelen preferir utilizar LUNA Beads Mini, en cambio las mujeres más jóvenes, principiantes en la rutina de Kegel, prefieren utilizar LUNA Beads originales.

**Consulta siempre a tu médico antes de usar LUNA beads durante el embarazo.**

## TÉRMINOS Y CONDICIONES DE LA GARANTÍA GARANTÍA DE 1 AÑO

LELO garantiza este objeto de placer durante un periodo de UN (1) AÑO desde la fecha de compra, garantía que cubre los posibles defectos en los materiales o debidos a error humano. De encontrarse un defecto y ser notificado a LELO durante el periodo de garantía, LELO reemplazará, si procede, el objeto de placer sin coste alguno. La garantía cubre las partes implicadas en el funcionamiento del objeto de placer. NO cubre los deterioros estéticos causados por el paso del tiempo y los daños producidos por accidentes, mal uso o negligencia. Cualquier intento de abrir o desmontar el objeto de placer (o sus accesorios) anulará la garantía. Las reclamaciones dentro de la garantía han de estar respaldadas por evidencias razonables de que la fecha en la que se realiza la reclamación está dentro del periodo de garantía. Para validar tu garantía, por favor guarda el recibo original de compra junto con estas condiciones de garantía durante el periodo completo de cobertura.

Para realizar una reclamación cubierta por tu garantía, rellena tus datos en la sección de ATENCIÓN AL CLIENTE de **LELO.com**. A continuación se te enviará un número de Autorización de Devolución de la Mercancía (RMA), que deberás enviar junto con tu producto LELO a tu oficina LELO más cercana, a portes pagados. Los gastos de transporte no serán reembolsados. Este compromiso se suma a los derechos legales del consumidor y no afecta de modo alguno a tales derechos.

## GARANTÍA DE CALIDAD DE 10 AÑOS

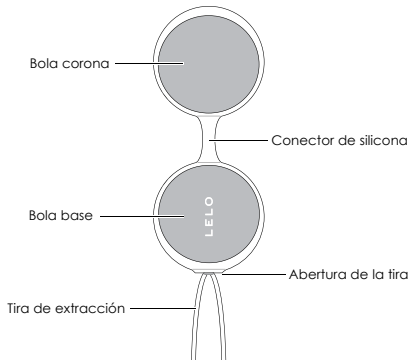
A los términos y condiciones de la garantía completa de un (1) año de LELO, se añade una garantía de calidad de diez (10) años de LELO que da derecho a los propietarios adquirir un nuevo Objeto de Placer a través de **LELO.com** con un 50% de descuento sobre el precio marcado. En la sección de ATENCIÓN AL CLIENTE de **LELO.com** podrás acceder al apartado "Términos y Condiciones".

## COMPOSICIÓN

Cada bola base puede utilizarse de manera individual o combinada con una bola corona por medio del conector de silicona.

1. **Ensarta el cordón de extracción de la bola base de tu preferencia, pasándolo a través del orificio del conector de silicona situado en el hueco destinado a la bola base.**
2. **Introduce la bola base en su correspondiente hueco del conector, asegurándote de que los bordes del hueco de la bola base encajan firmemente en torno a las marcas guía de la bola base.**
3. **Introduce la bola corona en su correspondiente hueco del conector, asegurándote de que los bordes del hueco de la bola corona encajan firmemente en torno a las marcas guía de la bola.**

Dependiendo del nivel de tono muscular de tu vagina y tu suelo pélvico, puede que prefieras empezar con una sola bola base e ir avanzando gradualmente hacia composiciones con dos bolas y mayor peso. Lo más importante es que la composición elegida te resulte cómoda y agradable.



## INSERCIÓN DE LUNA BEADS™

La inserción de las bolas LUNA beads puede compararse a la de un tampón. Sin embargo, dado que LUNA beads poseen un diámetro mayor, conviene seguir algunas útiles indicaciones.

**1. Para facilitar la inserción, aplica una pequeña cantidad de lubricante a base de agua en la parte delantera de la bola o bolas que vayas a utilizar. No uses demasiado lubricante, ya que en tal caso las bolas quedarán demasiado resbaladizas y se hará difícil mantenerlas en su sitio.**

**2. Túmbate de espaldas e introduce en tu vagina la parte delantera de la(s) bola(s) mediante una presión firme, pero con suavidad. Si te resulta difícil, levanta la pelvis para que la propia gravedad te sirva de ayuda. Algunas mujeres prefieren hacerlo de pie, con una pierna levantada.**

**3. Si utilizas dos bolas y el conector de silicona, inserta primero la bola corona. Debido a la separación existente entre ambas bolas, es posible que una vez introducida la bola corona, los músculos vaginales traten de expulsarla antes de que puedas insertar la bola base. Respira hondo y relájate.**

## COLOCACIÓN

La(s) bola(s) deberá(n) colocarse de manera que el extremo posterior de la bola base quede al menos 2 cm dentro de tu vagina. Lo más importante es que la bola base repose sobre el músculo del suelo pélvico. Si bien la distancia exacta entre la abertura de la vagina y el músculo del suelo pélvico varía en cada mujer, las bolas han de quedar colocadas aproximadamente en el sitio donde se pondría un tampón.

**Deja siempre que el cordón sobresalga ligeramente de la vagina para facilitar la extracción de la(s) bola(s).**



## USO DE LUNA BEADS™ PARA EJERCICIOS DE KEGEL

Si deseas utilizar el sistema de bolas LUNA beads principalmente para ejercitar la musculatura, es importante que las incorpores en tu rutina diaria y sigas un programa fijo de ejercicios.

Dependiendo del nivel de tono muscular de tu vagina y tu suelo pélvico, puede que se requieran hasta 12 semanas de sesiones diarias de 30 minutos de ejercicios Kegel antes de obtener resultados apreciables.

Cuando empieces a usar LUNA beads de forma rutinaria para realizar tus ejercicios Kegel, puede que sientas al principio una cierta incomodidad, ya que tu cuerpo notará mucho las bolas. Es posible que también sientas que las bolas tienden a salirse de tu vagina al cabo de pocos minutos. Si esto sucede, no te preocupes y sigue con el programa. A medida que tus músculos se fortalezcan, irán reteniendo cada vez mejor las bolas en su sitio de modo natural.

## LIMPIEZA, ALMACENAMIENTO Y SEGURIDAD

La vida útil de tus bolas LUNA beads aumentará considerablemente con un mantenimiento y cuidado adecuados.

LELO recomienda NO usar nunca lubricantes fabricados a base de silicona con tus bolas LUNA beads, ya que éstos pueden dejar pegajoso para siempre el conector de silicona. La opción más segura es usar lubricantes fabricados a base de agua. Si a pesar de ello prefieres utilizar lubricantes fabricados a base de silicona, efectúa antes una prueba aplicando una pequeña cantidad con un bastoncillo de algodón o un trocito de tela.

Desmonta siempre tu sistema de bolas LUNA beads y limpia minuciosamente cada una de sus partes antes y después de cada uso. Utiliza para ello agua templada y jabón bactericida, enjuaga después todas las partes con agua caliente limpia y sécalas con un paño o toalla que no esté deshilachado ni deje pelusas u otros restos textiles. No emplees nunca productos limpiadores que contengan alcohol, gasolina o acetona.

No dejes que tu sistema de bolas de placer LUNA beads quede expuesto a la luz solar directa y NUNCA lo expongas a altas temperaturas.

Guarda tus bolas LUNA beads en un lugar libre de polvo y mantenlas alejadas de juguetes fabricados con otros materiales.

**IMPORTANTE:** Uso sólo para adultos. Antes de usar cualquier masajeador personal, aquellas personas que pudieran estar embarazadas, lleven marcapasos o padezcan diabetes, flebitis o trombosis deben consultar a un médico sobre el riesgo de provocar coágulos de sangre.

## ESPECIFICACIONES

|                          |                                                                                                             |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MATERIALES               | ABS / silicona testada dermatológicamente                                                                   |
| ACABADOS                 | Satinado                                                                                                    |
| DIMENSIONES DEL CONECTOR | Classic: 89 x 35 x 16 mm<br>Mini: 73 x 31 x 15 mm<br>Noir: 73 x 31 x 15 mm                                  |
| DIMENSIONES DE LAS BOLAS | Classic: Diámetro 35 mm<br>Mini: Diámetro 29 mm<br>Noir: Diámetro 29 mm                                     |
| PESO DE LAS BOLAS        | 2 x 28 gramos (bolas rosa pétalo)<br>2 x 37 gramos (bolas azul pastel)<br><hr/> Noir: 2 x 37 gramos (negro) |



**Exención de responsabilidades:** Los usuarios de este producto LELO lo utilizan bajo su propio riesgo y responsabilidad. Tanto LELO como sus distribuidores eluden todo tipo de responsabilidad ante los daños o perjuicios que pudieran resultar del uso de este producto. LELO se reserva el derecho de revisar esta publicación y realizar los cambios oportunos sin que exista la obligación de notificar a nadie dichas revisiones o modificaciones.

**El modelo puede ser modificado para su mejora sin previo aviso.**

© 2013 LELOi AB. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS.  
DISEÑADO Y PRODUCIDO POR LELO SWEDEN.  
FABRICADO POR LELO EN CHINA.

**PÁGINA WEB** [WWW.LELO.COM](http://WWW.LELO.COM)  
**SOPORTE TÉCNICO** [CUSTOMERCARE@LELO.COM](mailto:CUSTOMERCARE@LELO.COM)

**LUNA BEADS™**

USER MANUAL & WARRANTY INFORMATION

BEDIENUNGSANLEITUNG & GARANTIEHINWEISE

MANUEL D'UTILISATION & INFORMATION SUR LA GARANTIE

MANUAL DE USUARIO E INFORMACIÓN SOBRE LA GARANTÍA

**MANUALE UTENTE E INFORMAZIONI SULLA GARANZIA**

使用说明书与质保信息

Congratulazioni per l'acquisto delle LUNA BEADS™. Prima di procedere ad un incontro ravvicinato con loro, ti consigliamo di leggere brevemente il presente manuale.

## REGISTRA LA GARANZIA

Per registrare la tua garanzia troverai il tuo codice di garanzia sulla carta di Autenticità LELO. Visita poi **LELO.com** e clicca **REGISTRATI** in alto a destra. Questo ti permetterà di confermare l'autenticità del tuo acquisto e proteggere il tuo investimento.

## INDICE

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| INTRODUZIONE.....                                                   | 60 |
| TERMINI E CONDIZIONI DELLA GARANZIA.....                            | 61 |
| COMPOSIZIONE.....                                                   | 62 |
| COME INSERIRE LUNA BEADS™.....                                      | 64 |
| POSIZIONAMENTO.....                                                 | 65 |
| UTILIZZARE LUNA BEADS™ COME SUPPORTO PER GLI ESERCIZI DI KEGEL..... | 66 |
| PULIZIA, CONSERVAZIONE E SICUREZZA.....                             | 67 |
| SPECIFICHE.....                                                     | 68 |

## INTRODUZIONE

Ogni donna è diversa. È per questo che le LUNA beads sono disponibili in due dimensioni: **Classic** e **Mini**. LUNA Beads Mini sono state progettate per offrire il massimo comfort alle donne sotto i 30 anni che non hanno mai intrapreso una gravidanza, mentre LUNA Beads sono pensate per quelle sopra i 30 e che hanno già intrapreso una gravidanza.

Ogni confezione di LUNA beads contiene una fascetta di silicone e quattro sfere: due sfere rosa da 28 grammi (una sfera di base con cordoncino e una sfera di testa) e due sfere azzurre da 37 grammi (una sfera di base con cordoncino e una sfera di testa). Le LUNA beads possono essere indossate singolarmente o combinate con la fascetta in silicone e offrono un metodo semplice ed efficiente per ottimizzare l'allenamento del tuo pavimento pelvico.

Le sfere LUNA Beads Noir sono la versione sensuale di questo fantastico prodotto, creato per essere usato nei preliminari, o per essere il tuo piccolo segreto durante una serata fuori con il tuo partner. Ogni set è composto da 2 sfere pesate (37 grammi) di dimensione "Mini" che possono essere unite da una fascetta di silicone nera. Questo manuale descrive prevalentemente sull'uso di LUNA Beads come un supporto agli esercizi di Kegel. Tuttavia su [LELO.com](http://LELO.com) si possono trovare maggiori consigli e suggerimenti per un uso sensuale.

Ti preghiamo di notare che queste sono solo linee guida. Per esempio, LUNA Beads Mini sono spesso state scelte da donne agli inizi della menopausa, mentre le LUNA Beads possono essere utilizzate da donne più giovani che iniziano la loro routine di esercizi di Kegel.

**Consulta sempre il tuo medico prima di utilizzare LUNA beads durante la gravidanza.**

## TERMINI E CONDIZIONI DELLA GARANZIA GARANZIA DI 1 ANNO

LELO garantisce questo oggetto di piacere per UN (1) ANNO dalla data dell'acquisto originario contro difetti dei materiali e di produzione. Qualora si manifesti un problema e LELO riceva una contestazione entro il periodo di garanzia, LELO, a propria discrezione, si impegna a sostituire l'oggetto di piacere gratuitamente. La presente garanzia si applica a tutte le parti che permettono il funzionamento dell'oggetto di piacere. NON è applicabile in caso di deterioramento estetico causato da usura e danni dovuti a incidenti, abuso o uso improprio. Ogni tentativo di aprire o smontare l'oggetto di piacere (o le sue parti) invaliderà la garanzia. La richiesta di servizio di garanzia dev'essere supportata da prove sufficienti a dimostrare che la richiesta avviene durante il periodo di garanzia. Per convalidare la garanzia si prega di conservare lo scontrino insieme a queste condizioni di garanzia per tutta la durata del periodo.

Per usufruire della garanzia, compila con i tuoi dati la sezione SERVIZIO CLIENTI su [LELO.com](http://LELO.com). LELO invierà il codice di rientro autorizzato del materiale che dovrà essere spedito all'ufficio LELO più vicino, insieme al prodotto LELO da restituire. La spesa di spedizione non sono rimborsabili. Questo impegno è in aggiunta ai diritti legali dei consumatori e non pregiudica tali diritti in alcun modo.

## GARANZIA DI QUALITÀ DI 10 ANNI

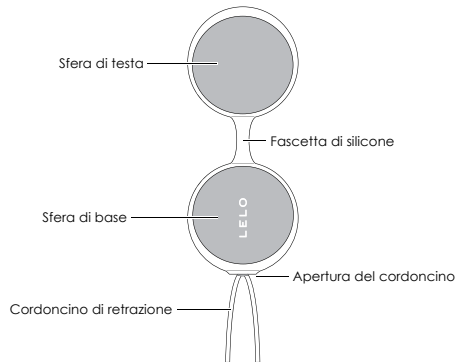
In aggiunta alle condizioni della garanzia LELO completa di un (1) anno, la garanzia di qualità di dieci (10) anni permette al proprietario di acquistare un nuovo Oggetto di Piacere sul sito [LELO.com](http://LELO.com) con il 50% di sconto sul prezzo. Visitare la sezione SERVIZIO CLIENTI su [LELO.com](http://LELO.com) per Termini e Condizioni.

## COMPOSIZIONE

Le sfere di base possono essere utilizzate singolarmente o in combinazione con una sfera di testa usando l'apposita fascetta.

- 1. Infilare il cordoncino della sfera di base prescelta nell'apposita apertura della fascetta in silicone.**
- 2. Spingere la sfera di base in sede, assicurarsi che i bordi dell'apertura siano ben saldi e far aderire il contorno stampato della fascia sulla sfera di base.**
- 3. Scegliere una sfera di testa. Spingere la sfera in sede, assicurarsi che i bordi dell'apertura siano ben saldi e far aderire il contorno stampato della fascia sulla sfera di testa.**

In base al grado di allenamento della parete vaginale e pelvica, si può iniziare con una sola sfera di base e poi passare gradualmente a composizioni di due sfere con peso superiore. È fondamentale che la composizione scelta sia la più idonea e confortevole.



## COME INSERIRE LUNA BEADS™

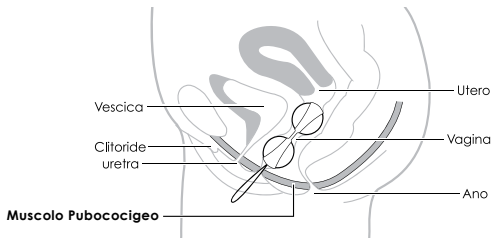
LUNA beads si inseriscono in modo analogo a un tampone. Tuttavia, poiché LUNA beads hanno una circonferenza più ampia, potrebbero essere opportuni ulteriori accorgimenti.

1. **Per facilitare l'inserimento, applicare un po' di lubrificante sul lato principale della sfera (o delle sfere) che si intende utilizzare. Non applicare troppo lubrificante, poiché potrebbe rendere la sfera (o le sfere) scivolosa e difficile da inserire.**
2. **Distenditi a pancia in su e inserisci l'estremità principale della sfera (o delle sfere) nella vagina con una spinta decisa ma delicata. In caso di difficoltà, sollevare il bacino in modo che la gravità possa facilitare l'inserimento. Alcune donne trovano più comodo restare in piedi con una gamba sollevata.**
3. **Se si usano due sfere e la fascetta, inserire la sfera di testa per prima. Per via della distanza tra le due sfere, una volta inserita la sfera di testa, i muscoli della vagina potrebbero tentare di espellerla prima di aver inserito anche la sfera di base. Respira profondamente e rilassati.**

## POSIZIONAMENTO

La sfera di base deve essere posizionata in modo tale che il suo bordo inferiore risulti inserito ad almeno 2 cm di profondità. È molto importante che la sfera di base si appoggi sul muscolo della parete pelvica. La distanza esatta dall'apertura vaginale al muscolo della parete pelvica varia da donna a donna, ma la sfera (o le sfere) deve avere una posizione analoga a quella di un tampone.

**Il cordoncino deve sempre fuoriuscire leggermente dalla vagina in modo da facilitare la rimozione della sfera (o delle sfere).**



## UTILIZZARE LUNA BEADS™ COME SUPPORTO PER GLI ESERCIZI DI KEGEL

Se si desidera utilizzare il sistema a LUNA beads prevalentemente a scopo di esercizio, è importante attenersi a un programma rigoroso con esercizi quotidiani.

In base al grado di allenamento della parete vaginale e pelvica, potrebbero essere necessarie fino a 12 settimane di esercizi Kegel da 30 minuti con LUNA beads per ottenere risultati riscontrabili.

Quando si inizia a usare LUNA beads come parte integrante degli esercizi Kegel, è possibile una sensazione di leggero disagio, poiché il corpo potrebbe percepire notevolmente le sfere. Inoltre, può accadere che le sfere tendano a scivolare fuori dopo pochi minuti. Se ciò accade, non preoccuparti, ma persevera con il programma. Man mano che i muscoli si rafforzano, le sfere rimarranno automaticamente in posizione.

Quando cammini, corri, nuoti o ti muovi in altro modo, il movimento determina il moto delle palline interne alle sfere, creando una leggera vibrazione cinetica che stimola i muscoli vaginali.

Perfino quando sei ferma, la gravità provoca contrazioni spontanee dei muscoli della parete pelvica poiché questi cercano di impedire la fuoriuscita delle sfere.

## PULIZIA, CONSERVAZIONE E SICUREZZA

Un'attenta manutenzione garantisce una maggior durata delle vostre LUNA beads.

LELO raccomanda di **NON** utilizzare lubrificanti a base di silicone con LUNA beads, che potrebbero rendere la fascetta in silicone appiccicosa in modo permanente. Si consiglia di optare per un lubrificante a base d'acqua. Se si desidera utilizzare un lubrificante a base di silicone, eseguire prima un test. Non utilizzare mai olio da massaggio o crema per le mani come lubrificanti.

Smontare e pulire sempre a fondo ciascun componente del sistema LUNA beads prima e dopo l'uso. Lavare con acqua tiepida e sapone antibatterico, sciacquare con acqua calda pulita ed asciugare tamponando con un panno o una salvietta che non lascia peli. Non utilizzare mai detergenti contenenti alcol, benzina o acetone.

Evitare di esporre le LUNA beads alla luce diretta del sole e tenere LONTANO da fonti di calore.

Conservare le LUNA beads in un luogo privo di polvere e mantenerle separate da altri giochi in materiali diversi.

**IMPORTANTE:** Solo per adulti. In caso di gravidanza, presenza di pacemaker, diabete, flebite o trombosi, informarsi sul rischio di coaguli consultando un medico prima di utilizzare qualunque massaggiatore personale.

## SPECIFICHE

|                           |                                                                               |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| MATERIALI                 | ABS / silicone sicuro per il corpo                                            |
| FINITURA                  | Lucida                                                                        |
| DIMENSIONI DELLA FASCETTA | Classic: 89 x 35 x 16 mm<br>Mini: 73 x 31 x 15 mm<br>Noir: 73 x 31 x 15 mm    |
| DIMENSIONI DELLE SFERE    | Classic: Diametro 35 mm<br>Mini: Diametro 29 mm<br>Noir: Diametro 29 mm       |
| PESO                      | 2 x 28 g (sfere rosa)<br>2 x 37 g (sfere azzurre) <hr/> Noir: 2 x 37 g (nero) |



**Declinazione di responsabilità:** Gli utenti di questo prodotto LELO lo utilizzano a loro rischio. LELO e i suoi rivenditori non si assumono alcuna responsabilità od obbligo derivante dall'utilizzo di questo oggetto di piacere. LELO si riserva inoltre il diritto di modificare di tanto in tanto il contenuto di questo manuale senza l'obbligo di notificare questi cambiamenti o revisioni.

**Eventuali modifiche e/o migliorie possono essere apportate al modello senza alcun preavviso.**

© 2013 LELO AB. TUTTI I DIRITTI RISERVATI.  
PROGETTATO E SVILUPPATO DA LELO SWEDEN.  
PRODOTTO DA LELO IN CINA.

**SITO WEB** [WWW.LELO.COM](http://WWW.LELO.COM)  
**ASSISTENZA** [CUSTOMERCARE@LELO.COM](mailto:CUSTOMERCARE@LELO.COM)

**LUNA BEADS™**

USER MANUAL & WARRANTY INFORMATION

BEDIENUNGSANLEITUNG & GARANTIEHINWEISE

MANUEL D'UTILISATION & INFORMATION SUR LA GARANTIE

MANUAL DE USUARIO E INFORMACIÓN SOBRE LA GARANTÍA

MANUALE UTENTE E INFORMAZIONI SULLA GARANZIA

**使用说明书与质保信息**

欢迎使用LUNA BEADS™。在与它展开亲密接触之前，请先花几分钟时间阅读使用指南。

## 注册 售后保障

请使用LELO产品随附的官方授权卡片上的质保号码来注册您的质保。请登录官网**LELO.com**并点击网页右上角的“注册”。这样能帮助您辨别所购产品的真伪，保障您的权益。

## 目录

|                               |    |
|-------------------------------|----|
| 总览.....                       | 74 |
| 质保条件与条款.....                  | 75 |
| LUNA BEADS™ 产品组合.....         | 76 |
| 将LUNA BEADS™放入体内.....         | 78 |
| LUNA BEADS™正确位置.....          | 79 |
| 让LUNA BEADS™成为您凯格尔练习的一部分..... | 80 |
| 清洗、保存与安全事项.....               | 81 |
| 规格参数.....                     | 82 |

## 总览

LUNA Beads有经典款和迷你款两个尺寸，女性可以选择一款适合自己的。露娜球迷你款专为30岁以下未生育女性度身定制，而露娜球经典款更适合30岁以上和生过孩子的女性。

每组露娜球包含一根硅胶带和4个露娜球，其中两个粉色的28克球（其中一个有带子的基本球，另一个是附加球）和两个蓝色的37克球（其中一个有带子的基本球，另一个是附加球）。无论是单独使用1个球或者通过硅胶带连接同时使用两个球，您都能简单而高效地通过露娜球来锻炼您的骨盆肌。

LUNA Beads Noir是一款最能带来感官享受的畅销产品，专门为温柔前戏打造，您也可将其作为与爱人外出共度浪漫欢乐夜晚的助性小玩具。一套LUNA Beads Noir包含两个37克迷你款球体，您可以单个球体使用或者用黑色硅胶环将两个球体组合使用。本使用手册主要讲述将LUNA Beads作为凯格尔练习器材的使用方法。如果您想了解更多关于LUNA Beads的其他愉悦用途，您可以访问官网lelo.com获取更多的使用技巧和窍门。

请注意本说明仅作参考。例如，许多正步入更年期的女性更喜欢LUNA Beads露娜球迷你款；而LUNA Beads露娜球经典款也受到很多刚开始进行凯格尔练习的年轻女性的青睐。

**注意：若在怀孕期间使用露娜球需咨询医生。**

## 质保条件与条款

### 1年质保

本情趣用品的质保时间为购买日期起1年，任何因产品制造或材料缺陷引起的质量问题均属于质保范围。如果您有任何此类质量问题并在质保期内通知LELO，LELO将免费为您更换产品。质保范围包括影响产品功能的零部件质量问题，但不包括由于长期使用造成的外观磨损或由于错误操作、疏忽或意外造成的磨损或损坏。任何尝试打开或分解产品（或其附属配件）造成的损坏也不在质保范围。

质保索赔需要提供产品尚在质保期内的合理证据。为了让您的产品质保有效，请在质保期内妥善保存原始购买发票及本质保证书。

要申请索赔，请在官网LELO.com的“客户服务”部分填写与索赔相关的详细信息。您将收到一个退货授权编号(RMA)，请将此编号与您的LELO产品一起送回至与您所在地最近的LELO办事处，您需要自付运费。运费不退还。本条款是对消费者法律权利的补充，并不影响消费者任何权益。

### 10年质保

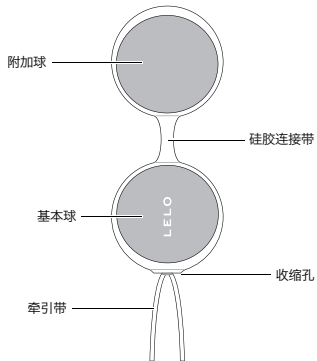
作为LELO一年质保的延续，LELO的10年质保是保证购买过LELO产品的顾客在1年以后10年以内可以在LELO官网LELO.com以所列价格的五折购买任一款新产品。请查看官网LELO.com上“客户服务”部分中的相关条件与条款。

## LUNA BEADS™产品组合

您即可单独使用底部带收缩绳的球体，也可利用双环带结合两个球体一起使用。

1. 首先选取一个底球，将收缩绳从双环带上隐藏的收缩孔里往外穿出。
2. 将这个球体塞进环带内，并且让环带完全覆盖球体结合处的轮廓线，以确保球体能被坚固地绑定其中。
3. 最后选取一个放置在顶部的球体塞进环带的另一个环内，同样地，环带应完全覆盖球体结合处的轮廓线，以确保球体能被坚固地绑定其中。

根据您的阴道和盆底肌与产品的适合度考虑，您也许可以从使用单个球体开始，逐渐增加为两个球体或增加球体的重量。最重要的就是您组合的产品能为您带去最舒适的感受。



## 将LUNA BEADS™放入体内

您可以按照放入卫生棉条的方式将LUNA beads放入您的体内，然而基于LUNA Beads的体积较大较宽，我们在此为您提供几个放入时的小窍门：

1. 为了更容易地将LUNA beads放入体内，在使用前您可以在球体置入端涂上少许水性润滑剂，但应避免涂抹过多以至于太滑而难以放入。
2. 平躺下来以平缓的速度稍微使点劲将LUNA beads放入阴道内，如果您觉得有点困难的话，可尝试将盆骨轻轻抬起后再放入。有些女性认为以站姿配合抬高单腿的方式会更容易置入。
3. 如果您同时使用两个球体与双环腰带，请先将放置在顶部的球体放入体内。但由于两个球体之间存在一定的距离，在放入底部的球体时会受到阴道环肌对顶部球体的排挤而难以进入。在此情况下，请您深呼吸并保持放松状态。

## LUNA BEADS™正确位置

球体必须被放置在体内的正确位置，因此底部的球体应与体外保持至少2公分的距离，最重要是确保底部球体完全被推到盆底肌肉的上方。虽然阴道口与盆底肌之间的距离因人而异，但只要球体被放置在与棉条相同的位置即可。

**收缩绳必需始终外露于阴道外面，以确保球体能从体内顺利抽出。**



## 让LUNA BEADS™成为您凯格尔练习的一部分

如果您是以锻炼为主要目的而使用LUNA beads的，那么每天使用并且持之以恒是十分重要的。

根据您的阴道和盆底肌的健康程度，每天使用LUNA beads进行30分钟的凯格尔运动达12周，即可收到显著效果。

刚开始使用LUNA beads进行凯格尔运动时，您可能会有明显的不适感，那是因为您的身体对球体存有“警惕性”。运动几分钟后，您也许就会觉得球体正在向外滑出。如果遇到此类状况，请不要担心，继续坚持下去。当您的肌肉越练越紧时，就能自然而然地控制住球体了。

当您散步、跑步、游泳或来回走动时，由于此类动作能引起体内的球体发生移动，因而能产生微妙的振动力来刺激阴道环肌的运动。当您站立或来回走动时，由于地心引力的作用能使盆底肌肉自然收缩，因而能防止球体向外滑出。

## 清洗、保存与安全事项

正确地使用和保养LUNA beads，可有效延长其使用期限。

LELO建议您在**使用LUNA beads时不要选择硅胶性润滑剂**，因其制剂可能永久粘附于产品表面。水溶性的润滑剂是最安全的选择。如果您希望使用硅胶性润滑剂，请在使用之前取少量硅胶性润滑剂进行测试。千万不要将按摩油和护手霜当作润滑剂用于LUNA beads。

每次使用LUNA beads前后，请将其拆开进行彻底清洗。用温水和除菌香皂漂洗后，再用干净的热热水进行冲洗，最后用干爽的无麻布或毛巾轻轻\拍打至干。千万不要使用含酒精、汽油或丙酮的清洁剂进行清洗。避免阳光直射，千万不要将LUNA beads暴露在高温下。

LUNA beads应存放在环境干净无尘的储藏空间，并与其他材质的玩具分开放置。

**重要提示：**仅限年满18周岁成年人使用，孕妇或带有心脏起搏器、糖尿病、静脉炎、血栓症等病人在使用私密按摩产品之前应对血液凝块形成的风险咨询专业医师。

## 规格参数

材质

安全硅胶/ABS

表面

亮光处理

双环带尺寸

经典款: 89 X 35 X 16毫米

迷你款: 73 X 31 X 15毫米

Noir: 73 X 31 X 15毫米

球体尺寸

经典款: 直径35毫米

迷你款: 直径29毫米

Noir: 直径29毫米

重量

2 X 28 克 (花瓣粉)

2 X 37克(蓝色)

---

Noir: 2 X 37克(魅惑黑色)



**免责声明:** 使用者请自行承担产品使用风险。**LELO**及其零售商均不承担使用本产品所产生的任何法律责任。**LELO**保留修改本说明书内容的权利, 而没有义务另行通知任何人所做的修改。

**产品也许会根据需要进行改善, 不作另行通知。**

© 由LELO瑞典公司设计并研发

由LELO中国公司生产

**网站** [WWW.LELO.COM](http://WWW.LELO.COM)

**支持** [CUSTOMERCARE@LELO.COM](mailto:CUSTOMERCARE@LELO.COM)

© 2013 LELOi AB. ALL RIGHTS RESERVED.

LELO IS AN INTERNATIONALLY REGISTERED TRADEMARK OF LELOi AB.

REGISTERED THROUGH SUBSIDIARIES IN THE U.S.A AND OTHER COUNTRIES.

PRINTED IN CHINA.



A

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