



## MANUAL DE USO

[AtlasBIOvib®](#) no sustituye el consejo y la terapia profesional de su médico  
No uses [AtlasBIOvib®](#) si tienes lesiones agudas e inflamaciones  
No uses [AtlasBIOvib®](#) si tienes un marcapasos u otros implantes electrónicos,  
Usa [AtlasBIOvib®](#) bajo tu propio riesgo!

[AtlasBIOvib®](#) velocidades y niveles de intensidad:

1. PRIMERA VELOCIDAD - constitución corporal ligera y menores de 18 años
2. SEGUNDA VELOCIDAD - uso general
3. TERCERA VELOCIDAD - masaje de espalda en posición supina o sentada

UTILIZAMOS SEGUNDA VELOCIDAD, o PRIMERA si es más cómodo ...

Úsalo en el área entre la cabeza y el atlas - primera vértebra. ¡No lo uses en los huesos de la cabeza o el atlas!  
Comienza aplicando presión y luego alivia, ya que la presión ligera produce la vibración más fuerte.

**INICIO** - masaje preparatorio. Repite 3 veces.

Sostén el [AtlasBIOvib®](#) suavemente en tu mano izquierda, en posición horizontal, apuntando hacia la derecha, el dedo meñique de la mano izquierda desliza sobre la cabeza.

**Punto O: curvatura central del cuello.** Aplica una ligera presión hacia adelante, cuenta hasta 9 y luego muévete al:

**Punto A - curvatura izquierda del cuello.** Desliza desde la curvatura izquierda del cuello hasta la curvatura central del cuello, cuenta hasta 9, repite 3 veces y luego muévete al:

**Punto O: curvatura central del cuello.** Sostén el [AtlasBIOvib®](#) suavemente en tu mano derecha, en posición horizontal, apuntando hacia la izquierda, el dedo meñique de la mano derecha desliza sobre la cabeza. Desliza el [AtlasBIOvib®](#) desde la curvatura central del cuello hasta la curvatura derecha. Aplica una ligera presión hacia adelante, cuenta hasta 9, repite 3 veces.

Si ya tienes el atlas alineado, el masaje preparatorio es suficiente para ti.

El masaje preparatorio con [AtlasBIOvib®](#) se utiliza como preparación para las actividades diarias y también como recuperación después de cierto estrés psicológico y emocional o fatiga física y cansancio.

Es suficiente masajear 2 o 3 veces a la semana o según sea necesario para mantener un buen estado.

**AJUSTE DE ATLAS PERSONAL:** Aplica en tres ciclos. Cuenta hasta 9 en todos los puntos. Repite por tres días consecutivos.

*INICIO* - masaje preparatorio. Repite 3 veces y después alinea tu atlas.

### **Primer ciclo**

**1. Punto A - curvatura izquierda del cuello.** Sostén el AtlasBIOvib® en la mano izquierda, con el dedo meñique en el cráneo y la punta del masajeador apuntando hacia la derecha, cuenta hasta 9 y luego muévete a los subpunto 1 hacia la curvatura central del cuello. Usando la palma de tu mano derecha, empuja la cabeza hacia la izquierda, en la dirección opuesta al movimiento de masajeador. ¡Sigue tu instinto!

**2. Punto O - curvatura central del cuello.** Desliza el AtlasBIOvib® desde la curvatura central del cuello hacia la derecha y luego muévete a los subpunto 2 hacia el punto B curvatura derecha del cuello. Sostén el AtlasBIOvib® en la mano derecha. La punta del masajeador está en la curvatura central, apuntando hacia derecha y adelante. Cuenta hasta 9 en todos los puntos. ¡Sigue tu instinto!

**Segundo y tercero ciclo** son iguales que el primero.

Centra tu atención en el cuerpo. La atención es una parte esencial de la sanación. Una presión ligera produce vibraciones más fuertes.

**Punto primero** - espalda baja, sostén el AtlasBIOvib® en posición horizontal. En el **segundo punto** - el centro de la espalda y en el **tercer punto** - entre los omóplatos, coloca el AtlasBIOvib® apuntando hacia la cabeza. ¡Sigue tu instinto!

### **Masaje de cuello**

El cuello torcido hace que se incline la cabeza al lado derecho o izquierda y causa los dolores del cuello, de los hombros y de las manos. Usa la velocidad agradable.

**1. Lado derecho o izquierda** – usa la primera velocidad, inclina la cabeza hacia el lado correspondiente y sostén el Atlasbiovib® con ambas manos. Mantén el punto de AtlasBIOvib® sobre el cuello y mueva suavemente tu cabeza hacia adelante y hacia atrás 9 veces. ¡Siempre sigue tu instinto!

**2. La cabeza inclina hacia adelante,** la curva del cuello se endereza, lo que causa muchas molestias y problemas. **Para repositonar la curvatura del cuello** - inclina la cabeza hacia atrás, coloca el AtlasBIOvib® sobre el cuello, sostén el Atlasbiovib® con ambas manos y muévelo hacia adelante abajo. Mueva tu cabeza suavemente de la izquierda hacia la derecha, 9 veces. ¡Siempre sigue tu instinto!

AtlasBIOvib® se puede usar para masaje facial y de encías. Sostenlo verticalmente y suavemente.

Masaje de zonas reflejas - masaje de los órganos internos tras masaje de las encías. También usa la primera velocidad. ¡Siempre sigue tu instinto!

1. mandíbula superior - desde la articulación de la mandíbula superior derecha hasta la articulación de la mandíbula superior izquierda - masaje de dientes 1 a 16.

2. mandíbula inferior - desde la articulación de la mandíbula inferior izquierda hasta la articulación de la mandíbula inferior derecha - masaje de dientes 17 a 32.

**Masaje del lóbulo de la oreja** - trago (picazón en las orejas). Usa la primera velocidad con presión ligera, cuenta hasta tres. ¡Siempre sigue tu instinto!

Puede ver el uso práctico de AtlasBIOvib® en nuestro sitio web: [www.atlasbiovib.com](http://www.atlasbiovib.com).

**El paquete AtlasBIOvib® contiene:**

- cargador :110-240V: 5V 1A con Micro USB y cable de 1,2 m

- AtlasBIOvib® masajeador equipado con 3,6 V LI-ION batería 18650 de 2200 mAh
  - manual de usuario
  - goma de silicona extraíble adjunta
- Antes del primer uso, deja el AtlasBIOvib® enchufado durante la noche para cargar la batería.