

# BellaBambi® original



massage to go

## Vielen Dank für Deinen Kauf

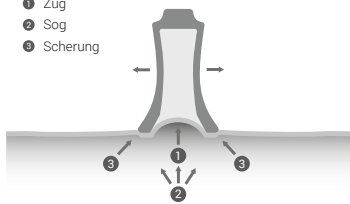
Wir gratulieren Dir zum Kauf von BellaBambi. Damit hast Du ein universell einsetzbares, langlebiges und strapazierfähiges Produkt an der Hand. BellaBambi ist dermatologisch unbedenklich, besteht aus biokompatiblen Silikon und wird ausschließlich in Deutschland hergestellt. Um möglichst viel Erfolg und lange Freude mit Deinem Produkt zu haben, bitten wir Dich um ein genaues Lesen dieser Gebrauchsanweisung.

Vielen Dank!  
Dein Team von BellaBambi

## Funktionsprinzip

BellaBambi steigert die Durchblutung, verbessert den Lymphfluss und fördert die Flexibilität. Beim Ziehen über die Haut erzielt BellaBambi außerdem einen Peeling-Effekt.

- 1 Zug
- 2 Sog
- 3 Scherung



## Vorsicht

Wird BellaBambi fix am Ort belassen, beachte bitte unsere Erfahrungswerte, wie die Haut darauf reagieren kann:

	Druck- stelle	Rötung	Blut- erguss
Empfindliche Haut	nach ≈ 1-2 min	nach ≈ 2-3 min	nach ≈ 5 min
Normale Haut	nach ≈ 2 min	nach ≈ 4 min	nach ≈ 7 min
Robuste Haut	nach ≈ 3 min	nach ≈ 6 min	nach ≈ 9 min



## Benutzung // Use

BellaBambi einfach zusammendrücken, aufsetzen und loslassen. Du kannst den angesaugten BellaBambi über Deine Haut ziehen, oder am Ort belassen. Um BellaBambi sanfter anzuwenden, drücke ihn weniger fest zusammen. Achte immer auf Dein eigenes Wohlbefinden und tue nichts, was Dir unangenehm ist. //

Squeeze BellaBambi, put it on your skin and release your grip. Now BellaBambi is attached to your skin. You can move BellaBambi gently across your skin or leave it in place. For a more gentle application, squeeze BB less. Always listen to your body's signals and do not do anything that makes you feel uncomfortable.

## Reinigung und Desinfektion

BellaBambi lässt sich sehr einfach in der Spülmaschine oder mit milder Seifenlauge reinigen. Nach dem Trocknen bitte mit einem für Silikon geeigneten Desinfektionsmittel behandeln (ohne Phenol-derivate oder Alkylamine (Glucoprotamin), wie z.B. Desomed® Rapid AF).

**Bitte beachte:** Sollte BellaBambi stark verschmutzt sein, kannst Du ihn auch - wie einen Baby-Schnuller auskochen. Dazu gibst Du BellaBambi in einen sauberen Topf, bedeckst ihn vollständig mit Wasser und lässt es für mindestens fünf Minuten kochen.

Geeignete Reinigungs- und Desinfektionsmittel findest Du auf [www.bellabambi.de](http://www.bellabambi.de)

## Cleaning and Disinfection

BellaBambi can be cleaned very easily in the dishwasher or with mild soap suds. After drying, please treat BellaBambi with a suitable disinfectant for silicones (without phenol derivatives or alkyl amines (Glucoprotamin)). We recommend: Desomed® Rapid AF.

**Please note:** If BellaBambi is very dirty, please boil it like a pacifier. Use a clean pot, cover your BellaBambi completely with water and boil it for at least five minutes.

Suitable cleaning agents and disinfectants can be found on [www.bellabambi.com](http://www.bellabambi.com)



## Thank you for buying BellaBambi

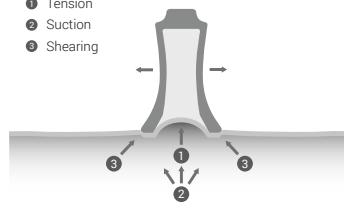
Congratulations on buying BellaBambi. This is a multi-purpose and durable product for beauty, relaxation and sports. BellaBambi is dermatologically uncritical, consists of biocompatible silicone and is produced exclusively in Germany. To have as much success and lasting pleasure with your product, we kindly ask you to read this instructions carefully.

Thank you!  
Your team from BellaBambi

## Functional Principle

BellaBambi increases blood circulation, improves lymphatic circulation and promotes flexibility. As you drag BellaBambi over your skin you can also achieve an exfoliating effect.

- 1 Tension
- 2 Suction
- 3 Shearing



## Caution

Please note our experiences with possible skin reactions when BellaBambi is permanently left in place:

	pressure mark	redness	effusion
sensitive skin	approx. 1-2 min	approx. 2-3 min	approx. 5 min
normal skin	approx. 2 min	approx. 4 min	approx. 7 min
robust skin	approx. 3 min	approx. 6 min	approx. 9 min

Art.Nr. 2829308

Bamberger Wellness GmbH  
Industriestr. 25  
D-89423 Gundelfingen  
Germany  
+49 9073 9210461  
info@bellabambi.de  
[www.bellabambi.de](http://www.bellabambi.de)

## Precautions / Contraindications

**Do not apply BellaBambi** on nipples, sexual organs, anus, eyes, eyelids, lips, mouth, in the axilla and in the inguinal region.

**Please consult with your physician before using BellaBambi if one or more of the following conditions apply:** Pregnancy, acute injuries, open wounds, inflammations, varicose veins, disposition to hematomas and ulcers caused by diabetes or vascular diseases, irritable skin disorders such as psoriasis or urticaria (hives), with blood-thinning medication therapies, tumors, Complex regional pain syndrome (CRPS), as well as any unclear or acute medical conditions.

## Intensities

Different intensities fulfill the needs of different skintypes or grades of sensitivity. Furthermore, you can slowly increase the stimulus by using different intensities.

**SENSITIVE** for soft application  
white, lemon yellow

**VITALITY** for vital application  
orange, boysenberry

**INTENSE** for strong application  
ruby, midnight blue

## Recommendations

For most applications, an oil to assist lubricity is helpful. BellaBambi can also be used with hyaluronfluid, cellulite creams or body lotions. Many suitable products can be found on [www.bellabambi.com](http://www.bellabambi.com)

Please listen to your body's signals. If you feel uncomfortable, try some lower pressure by squeezing BellaBambi more gently. Alternatively, you can try eg. BellaBambi SENSITIVE.

## Unser Tipp // Our Tip: DoloTherm

Muskelöl mit hautpflegenden Eigenschaften. Lockert verspannte Muskulatur und unterstützt die Anwendung mit BellaBambi. //

Muscle oil with skin caring properties. Relaxes cramped muscles and supports the BellaBambi treatment.

Ingredients: Hypericum perforatum oil, Glycine soja oil, Arnica montana flower, Rosmarinus officinalis oil, Juniperus communis oil, Eucalyptus globulus oil, Pinus pumilio oil, Lavendula angustifolia oil, Citral\*, Citronello\*, Coumarin\*, Farnesol\*, Limonene\*, Linalool\*, Cinnamal\*, Isoeugenol\* \*) from natural essential oils



100 ml 10 ml

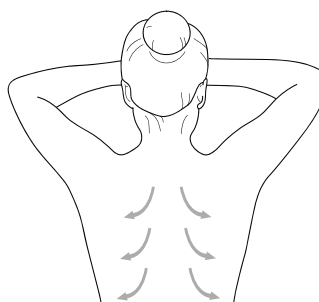
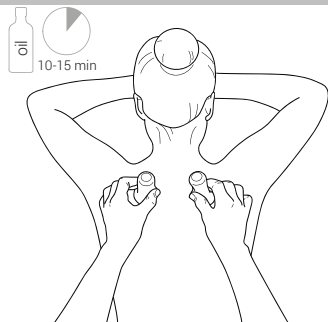
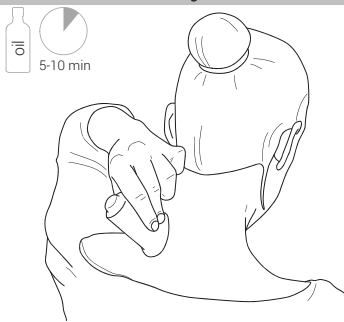
## Internet / Social Media

[www.bellabambi.de](http://www.bellabambi.de)  
[facebook.com/bellabambi.de](https://facebook.com/bellabambi.de)



Desomed Rapid AF, 100 ml

## Massage



BellaBambi unter dem Haaransatz ansetzen und so weit wie möglich nach unten ziehen. Anschließend seitlich versetzen. Zu zweit, BellaBambi über die eingeölte Haut sichelförmig nach außen ziehen. Die Geschwindigkeit den individuellen Vorlieben anpassen.

**Achtung:** Nicht auf der Wirbelsäule anwenden. //

Place BellaBambi below your hairline and drag it downwards as far as possible. Afterwards relocate BellaBambi to the side and repeat. If used on another person's back, drag BellaBambi crescent-shaped outwards. Speed up or slow down according to your individual preferences.

**Important:** Do not use on the spine.

## Cellulite



Setze BellaBambi oberhalb des Knies an und ziehe bis zur Hüfte. Seitlich versetzen bis der gesamte Oberschenkel bearbeitet wurde. Insgesamt 3x wiederholen.

**Tipp:** Kombiniere Deine Cellulite-Anwendung mit sportlicher Aktivität! Insbesondere Schwimmen und Radfahren, aber auch kräftigende Übungen für Beine und Po eignen sich hervorragend. //

Place BellaBambi above your knee and drag it to your hip. Relocate BellaBambi until your entire thigh is covered. Repeat 3 times altogether.

**Tip:** Do sports before or after using BellaBambi, especially swimming or cycling. Workouts for legs and buttocks suit perfectly too.



BellaBambi ca. 5 cm oberhalb des Knies platzieren und quer um den Oberschenkel herumführen. Bis zur Hüfte wiederholen bis der gesamte Oberschenkel bearbeitet wurde. Insgesamt 3x wiederholen. **Tipp:** Achte darauf, genügend zu trinken und viel frisches Gemüse zu essen. Auf Zucker und Alkohol solltest Du möglichst verzichten. //

Place BellaBambi approx. 5 cm above your knee and drag it around your thigh without stopping. Relocate BellaBambi above and repeat the treatment until your entire thigh is covered. Repeat 3 times altogether.

**Tip:** Make sure to drink enough water or tea and eat fresh vegetables. Avoid sugar and alcohol where possible.

## Faszientraining // Fascial fitness



BellaBambi vom Knie zum Fußgelenk und zurück führen. Seitlich versetzen und die gesamte Wade auf diese Weise behandeln. 3x wiederholen.

**Varianten:** Fuß strecken bzw. Fuß beugen, wenn BellaBambi über die vordere Wade geführt wird. **Tipp:** Links und rechts des Knies kann auch in einem Strich von der Wade übers Knie zum Oberschenkel gezogen werden. //

Place BellaBambi below your knee, drag it to your wrist and back again. Relocate BellaBambi until your entire calf is covered. Repeat 3 times. **Variation:** Try to stretch and bend your foot while dragging BellaBambi.

**Tip:** On the sides of your knee, you can also drag BellaBambi until your thigh.



1 **Statisch:** Einen BellaBambi auf den Ballen aufsetzen, den Zweiten ins Fußgewölbe und den Dritten auf der Ferse platzieren. 2-3 Minuten belassen. **Wichtig:** Kontrolliere immer Dein eigenes Wohlbefinden!

2 **Dynamisch:** BellaBambi unterhalb der Zehen ansetzen und von vorne nach hinten bis zur Ferse ziehen. Anschließend in derselben Linie wieder nach vorne zum Ballen. //

1 **Static:** Place one BellaBambi on your forefoot, one on your arch of foot and one on your heel. Leave it there for 2-3 minutes. **Important:** Always listen to your body's signals!

2 **Dynamic:** Place BellaBambi below your toes and drag it to your heel. Continue from heel to toes in the same line.

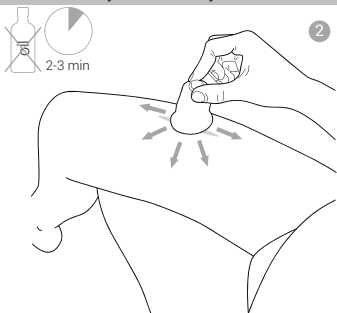
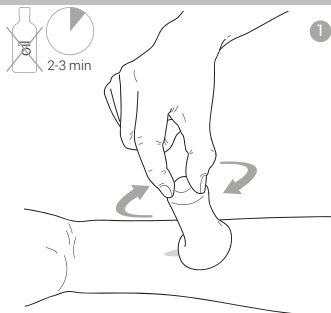
## Narbenpflege // Scar Treatment

### Stationär // Static

### Dynamisch // Dynamic

**Warnung:** Bitte sprich mit Deinem Arzt, bevor Du BellaBambi auf Narben verwendest! Sei immer vorsichtig!  
**Wichtig:** Die Narbe muss sauber, trocken und geschlossen sein. //

**Caution:** Please consult your doctor before using BellaBambi on scars! Be careful!  
**Important:** The scar has to be clean, dry and closed.



1 Auf die Narbe aufsetzen, an der Spitze fassen und kreisen. Alternativ kannst Du BellaBambi für je 20 Sekunden in unterschiedliche Richtungen drücken.

2 BellaBambi in angesaugtem Zustand in sternförmigen Strichen über die Narbe ziehen. Der Ausgangspunkt des Zuges sollte mit der anderen Hand fixiert werden. //

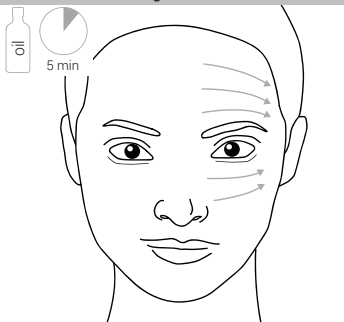
1 Place BellaBambi on the scar, grab it on the top and circuit. Alternatively, push BellaBambi in different directions for 20 seconds each.

2 Place BellaBambi and drag it in a star pattern over your scar. Please fix the initial point with your other hand, when dragging BellaBambi.

## Pflege // Care

### Stirn und Wange // Forehead and Cheek

### Kinn und Hals // Chin and Neck

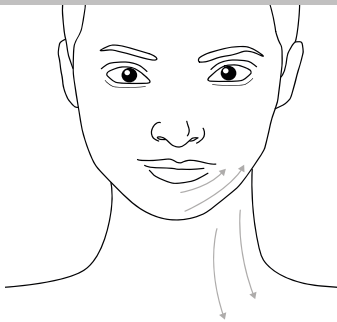


Setze BellaBambi am Haaransatz in der Stirnmitte an und ziehe ihn langsam nach außen. Zentimeterweise nach unten versetzen bis zur Augenbraue. An der Wange setzt Du BellaBambi neben der Nase an und ziehst in bis zum Ohr.

**Wichtig:** Halte BellaBambi stets in Bewegung, um das Risiko blauer Flecken zu minimieren. //

Place BellaBambi below your hairline in the middle of your forehead and drag it outward. Relocate BellaBambi 1 cm below and repeat until you reach your eyebrow. Move to your cheek and drag BellaBambi from the side of your nose to your ear.

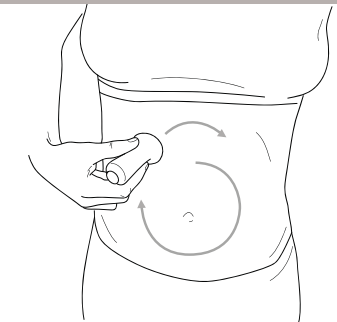
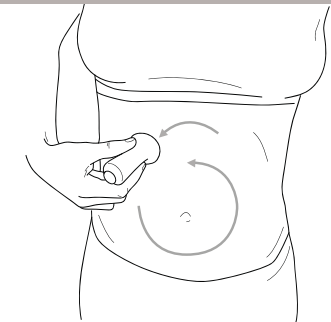
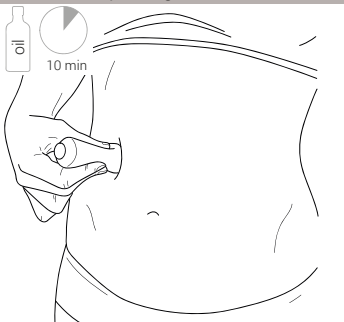
**Important:** Keep sweeping BellaBambi to minimize the risk of bruises.



Setze BellaBambi in der Kinnmitte unterhalb der Unterlippe an und ziehe ihn über den Kiefer bis zum Ohrfläppchen. Am ganzen Kinn wiederholen. Setze BellaBambi schließlich unterhalb des Kieferknochen am oberen Hals an und ziehe ihn senkrecht bis zum Schlüsselbein. Den Kehlkopf bitte aussparen. //

Place BellaBambi in the middle of your chin under your bottom lip and drag it over your jaw to your earlobe. Repeat until you've finished your chin. Finally place BellaBambi below your jawbone and drag it from your upper neck to your collarbone. Please do not treat your larynx.

## Entspannung // Relaxation



BellaBambi unterhalb des Rippenbogens ansetzen und in langsamen, enger werdenden Kreisbewegungen um den Bauchnabel ziehen. Anschließend das Schneckenmuster wieder vergrößern und langsam zum Ausgangspunkt zurückkehren. Diese Übung gelingt am besten im Liegen.

**Wichtig:** Ruhig atmen und nicht verkrampfen. //

Place BellaBambi below your costal arch and drag it slowly in narrowing circles around your belly button.

Afterwards do it the reverse way until you have reached the initial point. This exercise is best done lying down.

**Important:** Wind down and breathe easy.