



## Инструкция по эксплуатации тренажера VAGITON "BALL"

Настоящая инструкция содержит общие правила работы с изделием производства ИП Корнев Юрий Олегович Тренажером VAGITON «Balls» (ТУ 9398–002–0115936351–2013).

### Название

- Тренажер Вагинальный шарик

### Торговое название

- Тренажер VAGITON® «Ball»

### Назначение

- Является одним из базовых тренажеров в методике тренировки женских интимных мышц по Системе Вагитон.
- Предназначен для длительного создания нагрузки на мышцы тазового дна (МТД) женщины при отработке навыка глубокого втягивания МТД, полученного с тренажером VAGITON «Laser», а так же для повышения вагинальной чувствительности.

### Материал

- Внешняя оболочка шариков: полимер, допущенный к контакту со слизистой – ABS
- Внутренний утяжелитель: сталь
- Чехол: силикон

### Описание

- Тренажер представляет собой вагинальный шарик без нити
  - 35мм
  - 30мм
- Шарик цельнолитой:
  - Без швов
  - Без клея
  - Без отверстий
- Возможные диаметры и веса:
  - 35 мм
  - 100 г
  - 120г
  - 30 мм
  - 65г
  - 77 г



### Принцип работы

- Принцип работы тренажера VAGITON "Ball" основан на удержании и перемещении шарика в вагине втягиванием и расслаблением МТД
- Исходя из целей и состояния мышц упражнение выполняется в разных условиях: от неподвижного положения стоя до ношения шарика при ходьбе, беге и пр.

### Показания к применению

- Слабость мышц тазового дна
- Послеродовой период
- Опущение органов малого таза
- Недержание мочи, связанное со слабостью мышц малого таза
- Нарушение менструального цикла
- Низкая эрогенная вагинальная чувствительность

### Противопоказания

- Беременность
- ЗППП
- Воспалительные процессы и гинекологические заболевания, требующие медицинского контроля или хирургического вмешательства
- Запрет генитального секса по медицинским показаниям

### Предупреждения

- При дискомфорте и болевых ощущениях необходимо немедленно прекратить занятия и проконсультироваться с лечащим врачом на предмет выявления противопоказаний.
- Тренажер предназначен только для индивидуального использования.
- Не допускайте никаких изменений или модернизаций. Это может вызвать нарушения нормальной работы тренажера.
- Не допускайте падений и ударов, это может вызвать повреждения и деформацию тренажера.

#### Тренировочная задача

- Статическая работа мышц. Исходя из состояния своих мышц, выберите такой шарик, чтобы приходилось держать МТД втянутыми для предотвращения выпадения шарика из вагины. Упражнение выполняйте стоя или при ходьбе.
- Динамическая работа мышц. Для этого упражнения применяют шарик больший, либо меньшего веса, чем при статической работе мышц. Втягивая и расслабляя мышцы, двигайте шарик вверх-вниз.
- Перемещение шарика вверх-вниз мышцами в неподвижном положении стоя, либо при выполнении любых спортивных упражнений и танцевальных движений для повышения вагинальной чувствительности, усиления lubricации и улучшения управляемости мышцами.

#### Способ применения

- Смазанный специальной вагинальной смазкой\* вагинальный шарик вставить в вагину так, чтобы он оказался выше сжатия мышц (преодолея сужение входа в вагину).
- По окончании работы с шариком извлеките его пальцем, расслабив мышцы.

#### Примечание

- Перед первым применением рекомендуем вложить шарик в презерватив и научиться доставать шарик из вагины, имея презерватив в качестве страховки.

\* **Применяемые смазки:** вагинальные смазки на водной или силиконовой основе, допускается применение масел.

Более подробные описания упражнений и нюансов работы с тренажером VAGITON «Ball» читайте в книге Ю. Корнева «Система Вагитон».

---

#### Хранение тренажеров и уход за ними

- Храните тренажер при комнатной температуре и оберегайте от загрязнений, резкого перепада температур, повышенной влажности, попадания прямых солнечных лучей и пыли.
- Не допускайте падений, ударов и вибрации, это может вызвать повреждения и деформацию тренажера.
- Храните тренажер в недоступном для детей месте.
- Мойте тренажер с мылом до и после применения, допускается обработка антисептиками.

#### Силиконовый чехол

- Для удобства хранения и ношения шарика применяйте силиконовый чехол.
  - Мойте силиконовый чехол с мылом, допускается обработка антисептиками.
- 

#### Гарантийный срок

- 1 год

#### Срок годности

- 5 лет

#### Комплектация

- Вагинальный шарик – 1 шт.
  - Чехол для хранения – 1 шт.
  - Инструкция – 1шт
- 

#### Производитель

ИП Корнев Юрий Олегович  
107553, Москва, Б. Черкизовская 20-1  
+7(495)255-0059  
info@vagiton.ru

За более подробной информацией обращайтесь на сайт [VAGITON.ru](http://VAGITON.ru)