

ReFa

ReFa CARAT

GUIDE BOOK

この度は、ReFa CARATを
お求めいただきありがとうございます。

外見はもちろん、内側からあふれだす美しさを
多くの女性に纏ってもらいたい——。
ReFaは、そんな想いを大切にしています。

ほんの少し手をかけるだけで輝いていく自分に、
ドキドキワクワクしてもらえたら。
見ているだけで自然と笑みがこぼれ、
使うだけで満ち足りた気持ちになってもらえたら。

そんな毎日を楽しんでいただくために、
ReFaをお使いいただけたら幸いです。

深く、つまみ流す。

顔立ちから全身まで、艶やかに輝く。



■ エステティックメソッド

プロの手技である「ニーディング」を再現するため、ローラーの形状、入射角度などを多角的に組み上げた 360° マルチアングル構造。

アングルによる影響を受けにくく、複雑な身体のラインを深くつまみ流してくれます。



■ マイクロカレント

エステティックサロンでも人気の「マイクロカレント」による施術。ソーラーパネルから光を取り込み、微弱電流「マイクロカレント」を発生させます。



■ プラチナムコート

素肌に触れるものだから、ローラーの表面にプラチナムコートを採用。美しい輝きが長く続きます。

■ 防水構造

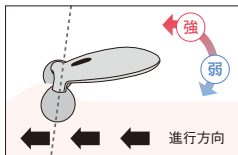
JIS基準 (IPX7 相当) をクリアした防水仕様。バスタブ内でもお使いいただけます。

基本の使い方

■ローリング方法

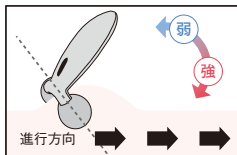
ローラーが肌を吸い上げる強さは、ハンドルを持つ角度で調整できます。

〈ローラーを前に進める場合〉



ハンドルを徐々に起こして、吸い上げるの強さを確認してください。
※肌に痛みを感じたら、ハンドルを寝かせてください。

〈ローラーを後ろに引く場合〉






ハンドルを徐々に寝かせて、吸い上げるの強さを確認してください。
※肌に痛みを感じたら、ハンドルを起こしてください。

■ローリングのポイント

矢印の方向・太さを参考にローリングを行ってください。

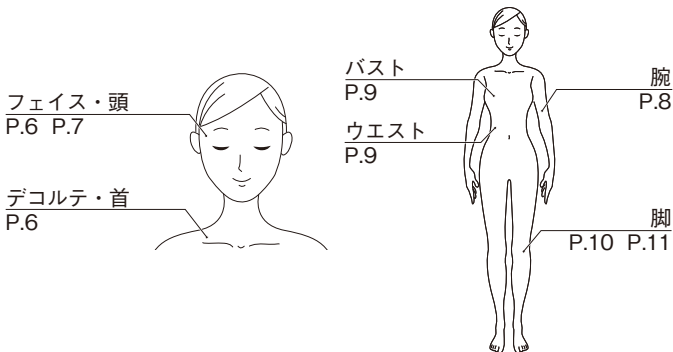


使用方法について、各部位の写真に、それぞれローリングする方向を示してあります。

-  : 一方向へのローリング
-  : 往復(両方向)のローリング
-  : 細い部分から太い部分へ、力を入れるようにローリング

HOW TO USE

- 次頁からの使い方を参考に、お客様のお好みに合わせてご使用ください。
- 回数の目安は、パーツごとに左右各5～10回です。



ご使用いただく前に、付属の取扱説明書を必ずお読みください

- 初めてご使用になる場合は、二の腕の裏など目立たない部位でやさしく数回程度お試しください。時間を置いてお肌に異常が出ないことをご確認ください。
- 金属アレルギー体質の方、皮膚病およびアトピー性皮膚炎の方、敏感肌の方は使用しないでください。
- 妊娠初期の不安定期の方、出産直後の方、妊娠中で体調がすぐれない方は使用しないでください。
- アクセサリ類(ネックレス・ピアス等)は巻き込みの危険がありますので、ご使用時は外してください。
- 髪を巻き込まないよう、束ねるかヘアバンドなどで固定してからご使用ください。
- 背骨など、骨が出っばっている部位には使用しないでください。
- 本書で指定している部位以外には使用しないでください。

デコルテ・首

艶めくデコルテ、しなやかなネックラインに。



鎖骨下のくぼみにローラーを当てるようにローリング。



肩と首の付け根から頭に向かい、首筋に沿って上下にローリング。

フェイス・頭

ハリのあるフェイスと、やわらかな頭皮を目指して。



下あごのラインを意識して、しっかりフィットさせながらローリング。



口角から頬骨の下を通して耳横までローリング。



口角から鼻横までを上下にローリング。片方のローラーで頬を持ち上げるように行いましょう。



目尻の上あたりに片方のローラーを当て、側頭部に向かってローリング。



目を閉じておでこから、頭頂部に向かってゆっくりローリング。
※髪を巻き込まないようにご注意ください。



片方のローラーが耳の上にくる位置で、上下にローリング。
※髪を巻き込まないようにご注意ください。

腕

肌をつまみ流して、自信の持てる二の腕に。



親指と人差し指の間を挟み込み、手の甲側のボールで半円を描くようにローリング。

※指一本ずつの挟み込みはおやめください。
指関節をケガをする恐れがあります。



小指側のふっくらした部分の中央を押しながら、小指方向に向かってローリング。

※指一本ずつの挟み込みはおやめください。
指関節をケガをする恐れがあります。



内側のひじ下を挟むように、手首からひじに向かってローリング。



二の腕を、脇下に向かってローリング。

※肌がローラーに挟まれやすい部位です。
ローラーを肌に当てる角度と強さを調整してローリングしてください。

バスト

胸の中央に向かってケアし、理想のバストへ。



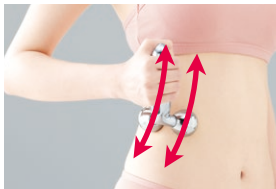
脇の下を押しながら胸の中央に向かってローリング。



胸の下から押し上げるように上下にローリング。

ウエスト

肌を引き締め、女性らしい美しさへ。



バストの下からウエストラインまで体側に沿ってローリング。

※肌がローラーに挟まれやすい部位です。
ローラーを肌に当てる角度と強さを調整してローリングしてください。



下腹部は、斜め方向に引き上げるようにローリング。

※肌がローラーに挟まれやすい部位です。
ローラーを肌に当てる角度と強さを調整してローリングしてください。

脚

気になる膝まわりや太ももにしっかりアプローチ。



足の裏を全体的にローリング。仕上げに写真の○部分を片方のローラーでプッシュしましょう。



足の甲と側面をローリング。お風呂上がりなどにおすすめです。

※指関節を無理にローリングしないでください。ケガをする恐れがあります。



足首まわりを上下にローリング。心地よく感じる強さで行いましょう。

※アキレス腱を挟み込まないように注意してください。



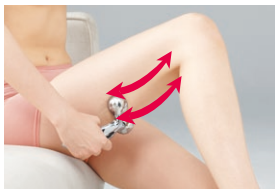
足首から膝の裏にかけて、ふくらはぎをローリング。

※アキレス腱を挟み込まないように注意してください。



太ももの内側をローリング。

※肌がローラーに挟まれやすい部位です。
ローラーを肌に当てる角度と強さを調整してローリングしてください。



膝の裏からおしりの下にかけて、太ももの後ろをローリング。

※肌がローラーに挟まれやすい部位です。
ローラーを肌に当てる角度と強さを調整してローリングしてください。

バスルームでゆっくりと

防水仕様ですので、お風呂の中でもご使用いただけます。

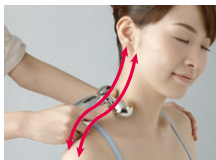
※ご使用後は、水分を切ってから柔らかい布などでしっかり拭いた後、保管してください。



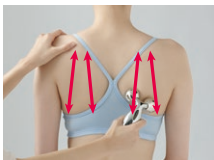
※使い方は一例です。

お2人でケアするときは

1人では難しい部分も2人で行えば、しっかりとローリングできて効率的。肩や背中などのケアにおすすめです。



流れるようなネックラインに
首から肩にかけてローリング。



凛とした後姿に

自分ではケアしにくい背中を
ローリング。肩甲骨に沿って
上下に行いましょう。

※背骨など、骨が出っばっている
部位には使用しないでく
ださい。



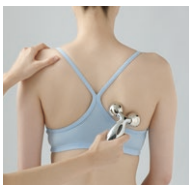
しなやかな美脚に

足首からおしりまでをローリン
グ。脚全体をケアしましょう。

お2人でご使用になる際の留意点

本品をお持ちでない方の手を、必ず相手の肌に触れ続けた
状態で使用してください。

※素手で触れていないとマイクロカレントが流れません。



ReFa

ReFa CARAT

GUIDE BOOK

English

日本語

ENGLISH

简体字

繁體字

한국어

Thank you for purchasing ReFa CARAT.

ReFa represents a sincere desire to see women harness the beauty that flows from within and without them——.

It is a brand that expresses a wish to see you delight in discovering your true radiance with just a minimum of effort.

It also symbolizes an intention to produce a spontaneous smile on your face as you enjoy a sense of fulfillment from simply using our product.

ReFa is here for your everyday pleasure.

Deep kneading motion.

Rediscover your radiance from head to toe.



■ **Esthetic Method**

This device features a 360° multi-angle structure that takes into account factors such as roller shape and angle of incidence to replicate the kneading techniques of a professional.

This design easily adapts to complex body contours, virtually ensuring smooth and uninterrupted kneading regardless of the device's tilt angle.



■ **Microcurrent**

Microcurrent treatment is a popular skin care method offered by esthetic salons. ReFa rollers emit a microcurrent by taking in light through a built in solar-panel.



■ **Platinum Coating**

To protect your skin during contact, the surface of the rollers are coated with platinum. This has the added benefit of providing the device with a lasting shine that is pleasing to the eye.

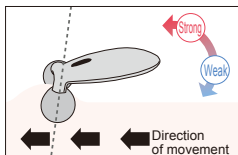
■ **Waterproof Construction**

Conforms with JIS standards (equivalent to IPX7). This product can be used in the bathtub.

Rolling Method

The strength in which the roller pulls up your skin can be adjusted by changing the angle at which you hold the handle.

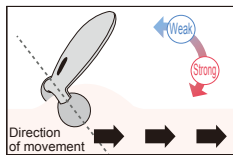
<When Pushing the Rollers Forward>



Gradually raise the end of the handle to check the pull of the rollers.

*Lower the handle if you begin to feel pain.

<When Drawing the Rollers Back>



Gradually lower the end of the handle to check the pull of the rollers.




*Raise the handle if you begin to feel pain.

Tips on Rolling

Roll in the direction indicated by the arrows and increase or decrease pressure in accordance with the thickness of the lines.

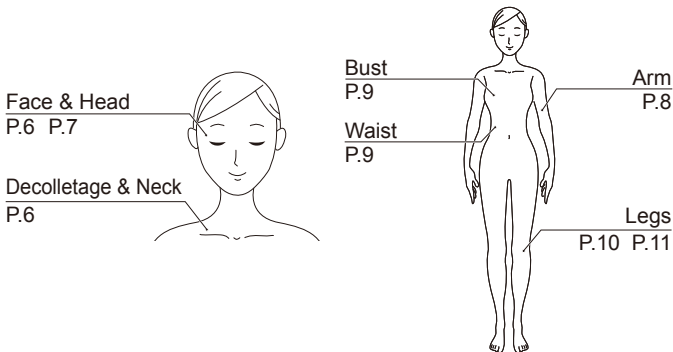


The photos provided in this manual are overlaid with the following arrows to show how and which direction to roll over specific parts of the body for optimum results.

-  : Roll only in one direction
-  : Roll in both directions
-  : Use more force as you roll from the narrow to the wider end.

How To Use

- Refer to the instructions in the following pages and use according to your preference.
- As a general rule, use it about 5 to 10 times per area.



Please be sure to read the instruction manual before use

- When using this device for the first time, roll it gently a few times over an area of the body that is not very noticeable such as your upper arm, and make sure that there are no abnormal skin reactions after some time has elapsed.
- Persons with metal allergies, or who have conditions such as skin infections or dermatitis, should not use the product.
- Women in the early unstable stages of pregnancy or immediately after childbirth, or women who are pregnant and not in good health should not use this product.
- Remove any accessories (necklaces, piercings, etc.) during use, as they may get caught in the rollers.
- Tie your hair up or wear a hair band when using the device so your hair does not get caught.
- Do not use along the spine or in other locations where bones protrude.
- Please do not use anywhere other than as specified in this manual.

Decolletage & Neck

For a beautiful décolletage and a supple neckline.



Roll along the indentation beneath the collar bone.



Roll up and down along the line of the neck between the head and the base of the shoulder and neck.

Face & Head

For a supple, youthful face and a softer scalp.



Consciously and steadily roll along the line of the lower jaw.



Roll along your cheekbones from the corners of your mouth to below your ears.



Roll up and down between the corner of your mouth and the side of your nose. While doing this, lift the cheek upward with one roller.



Position one roller above the outer corner of the eye and roll it along the side of the head.



With your eyes closed, slowly roll from the forehead up to the top of the head.

*Make sure your hair does not get caught in the product.



Roll up and down with one roller positioned above the ear.

*Make sure your hair does not get caught in the product.

Arm

Knead the skin for a beautiful upper arm contour.



Sandwich the flesh between thumb and forefinger with the rollers, and move the roller pressed against the back of the hand in a semicircular motion.

*Do not place fingers individually between the rollers. Doing so may result in injury to the joints of a finger.



Roll from the wrist to the elbow with the inside of the lower arm held between the rollers.



Pressing against the center of the fleshy portion of the palm between the wrist and the little finger, roll towards the little finger.

*Do not place fingers individually between the rollers. Doing so may result in injury to the joints of a finger.



Roll your upper arms toward your armpit.

*This is an area where the skin can be easily pinched by the rollers. Always be careful when adjusting the angle and pressure of the rollers against the skin.

Bust

To achieve the ideal bust line, always move the roller towards the center of the chest.



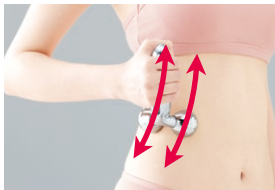
Pressing down below the armpit, roll towards the center of the chest.



Roll up and down, applying pressure upwards towards the breast.

Waist

Tighten your skin for a feminine beauty.



Roll along the body between the lower bust line and the waistline.

*This is an area where the skin can be easily pinched by the rollers.

Always be careful when adjusting the angle and pressure of the rollers against the skin.



In the abdomen area, roll diagonally upwards as if applying pull up.

*This is an area where the skin can be easily pinched by the rollers.

Always be careful when adjusting the angle and pressure of the rollers against the skin.

Legs

Firmly approach those troublesome areas around the knees and thighs.



Roll over the entire sole of the foot. Finish up by pressing one roller against the area indicated by the "o".



Roll over the sides and instep of the foot. This can be especially comforting after a bath.

*Do not apply excessive force when rolling along the joints of a finger. Doing so can result in injury.



Roll up and down around the ankle. Apply an amount of pressure that is most comfortable to you.

*Be careful your Achilles tendon does not get pinched in the product.

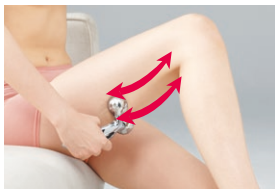


Roll along the calf from the ankle to behind the knee.

*Be careful your Achilles tendon does not get pinched in the product.



Roll on the inner side of your thigh.
*This is an area where the skin can be easily pinched by the rollers.
Always be careful when adjusting the angle and pressure of the rollers against the skin.



Roll the area along the back of the thighs between the buttocks and the back of the knees.
*This is an area where the skin can be easily pinched by the rollers.
Always be careful when adjusting the angle and pressure of the rollers against the skin.

For bath-time relaxation

Can be used in the bath as it is waterproof.

*After use, shake it off and wipe with a soft cloth before storing it.



*Images of how to use.

Assisted Rolling

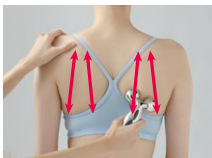
Two people are better than one when it comes to effectively rolling those areas that are hard to reach.

We recommend using on your shoulders and back.



For a smooth and firm neck line

Roll gently along the neck and shoulder.



For an elegant back

Roll on the back, which is hard to reach yourself. Roll up and down along the shoulder blades.

*Do not use along the spine or in other locations where bones protrude.



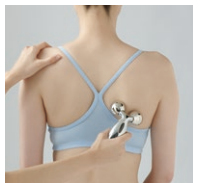
For supple, beautiful legs

Roll from your ankle up to your bottom. Give attention to your entire leg.

A Note on Assisted Rolling

The hand not holding the device must stay in constant contact with the person's skin.

*Microcurrent will not be circulated if there is no physical contact.



ReFa

ReFa CARAT
GUIDE BOOK
Simplified Chinese

日本語

ENGLISH

简体字

繁體字

한국어

感谢您购买ReFa CARAT。

ReFa,

让更多的女性焕发迷人光彩。

一点呵护，让自己更靓丽，惊喜不断。

天天使用，让自己爱不释手，自信满足。

ReFa缔造快乐美丽人生。

日本語

ENGLISH

简体字

繁體字

한국어

深度揉捏。

缔造靓丽容颜，打造光泽美肌。



■全身美容法

滚轮形状及360°全角度结构，再现了专业美容师的“揉捏”手法。全角度滚动，深度揉捏可至身体各部位。



■微电流

“微电流”滚动在美容业界赢得高度好评。ReFa通过太阳能面板吸收光线产生“微电流”。



■铂金镀层

滚轮表面采用铂金镀层，有益于肌肤，美丽光滑持久。

■防水结构

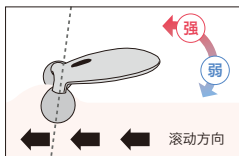
防水规格符合 JIS标准（相当于 IPX7）。洗浴时亦可使用。

基本使用方法

■ 滚动方法

可通过调整握持手柄时的角度来调整滚轮提拉肌肤的强度。

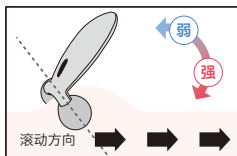
〈将滚轮向前推时〉



将手柄缓缓向上抬起，确认提拉强度。

※肌肤如有痛感，请向下调整手柄角度。

〈将滚轮向后拉时〉

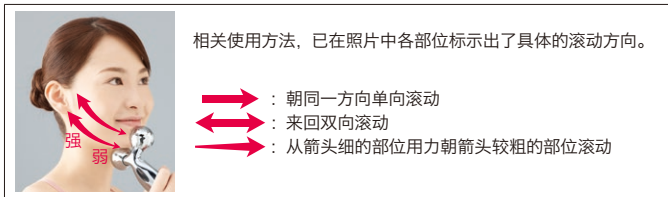


将手柄缓缓向下放平，确认提拉强度。

※肌肤如有痛感，请向上调整手柄角度。

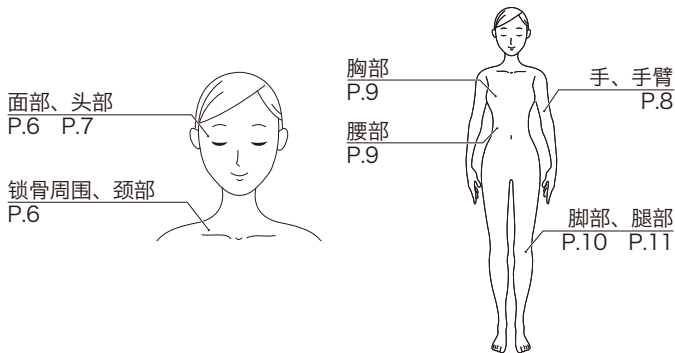
■ 滚动要领

请按照箭头方向与粗细度进行滚动。



HOW TO USE (使用方法)

- 请参考下一页开始的使用方法说明，根据您的个人喜好使用本产品。
- 参考次数为每个部位左右各 5~10 次。



使用前请务必阅读附带的使用说明书

- 首次使用时，请在上臂内侧等不显眼的部位上轻轻试用数次，过一段时间后确认肌肤是否出现异常。
- 属金属过敏体质、患有皮肤感染、皮炎等，请勿使用本产品。
- 处在不稳定的怀孕初期、刚生产后或是怀孕期间身体不适者请勿使用本产品。
- 使用本产品时，请将首饰类（项链、耳环等）摘下，否则可能会被卷入。
- 使用本产品时，请将头发扎起或用发带等固定好，以防止头发被卷入。
- 请勿在脊椎等骨骼突出的部位使用本产品。
- 请切勿用于本说明书指定以外的身体部位。

锁骨周围、颈部

打造玲珑锁骨与光滑美颈线条。



将滚轮贴在锁骨下方的凹陷处滚动。



从肩部与脖子根沿着后颈部朝向头部上下滚动。

面部、头部

放松改善面部与头皮，让肌肤变得紧致有弹性。



下颌轮廓需有意识地完全贴合来进行滚动。



从嘴角沿着颧骨下方滚动至耳侧。



从嘴角到鼻侧上下滚动。使用单侧滚轮向上滚动提拉脸颊。



将单侧滚轮紧贴外眼角上方，沿着头部侧面滚动。



闭上眼睛，沿额头向头顶缓慢滚动。
※请注意避免头发被卷入。



用单侧滚轮上下滚动耳朵上方处。
※请注意避免头发被卷入。

手、手臂

滚动揉捏肌肤，拥有自信上臂。



将其夹于拇指与食指中间处，以手背上的滚轮画半圆方式滚压。

※请勿用于单根手指的滚压，否则可能损伤手指关节。



像是要夹住肘部下侧一样，从手腕朝向手肘滚动。



朝向小指方向滚动按压手掌小指侧的中央饱满位置。

※请勿用于单根手指的滚压，否则可能损伤手指关节。



朝向腋下滚压上臂。

※该部位皮肤易被滚轮夹住。
请适当调整滚轮的角度和强度后，再滚压皮肤。

胸部

向胸部中央滚动护理，塑造理想胸部。



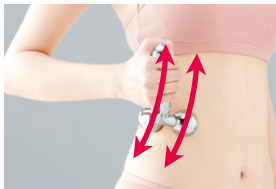
按压腋下的同时，朝胸部中央滚动。



从胸部下方方向上提拉滚压。

腰部

紧致肌肤，塑造女性之美。



从胸部下方沿着腰部曲线滚动腰部。

※该部位皮肤易被滚轮夹住。

请适当调整滚轮的角度和强度后，再滚压皮肤。



斜向上提拉滚动下腹部。

※该部位皮肤易被滚轮夹住。

请适当调整滚轮的角度和强度后，再滚压皮肤。

脚部、腿部

可充分滚动女性特别在意的膝盖周围与大腿。



滚压整个脚底。最后用单侧滚轮按压照片中的○部位。



滚压脚面及其侧面。建议在洗完澡后滚压该部位。

※请勿过度用力滚压脚趾关节，否则可能受伤。



上下滚动脚踝周围。以个人感觉舒适的力度来滚压。

※请注意不要夹到跟腱位置。



沿着脚踝至膝盖后侧滚动小腿肚。

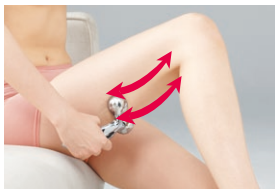
※请注意不要夹到跟腱位置。



滚动大腿内侧。

※该部位皮肤易被滚轮夹住。

请适当调整滚轮的角度和强度后，再
滚压皮肤。



沿着膝盖后侧至臀部滚动大腿外侧。

※该部位皮肤易被滚轮夹住。

请适当调整滚轮的角度和强度后，再
滚压皮肤。

在浴室内享受放松乐趣

本产品为防水规格，可以在浴室内使用。

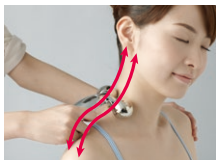
※使用后请沥干水分，用软布等充分擦拭后
妥善保管。



※以上是其中一种使用方法。

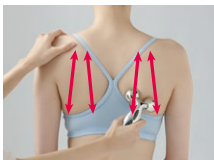
双人护理

如果有他人帮助滚动自身难以滚压的部位，那么滚动会更充分，效果也会更明显。
建议在护理肩部与背部等时采用该方法。



打造流畅的颈部线条

沿着颈部滚动至肩部。



打造纤纤玉背

滚动自己难以护理的背部。
沿着肩胛骨上下滚动。

※请勿在脊椎等骨骼突出的部位使用本产品。



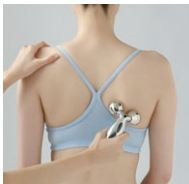
塑造极致美腿

沿着脚踝滚动至臀部。整体
护理腿部。

双人使用时的注意事项

手持产品的一方，在使用过程中另一只手必须接触被滚动者的肌肤。

※手持产品的一方如果手未直接接触被滚动者，微电流将无法流通。



日本語

ENGLISH

简体字

繁体字

한국어

ReFa

ReFa CARAT
GUIDE BOOK
Traditional Chinese

日本語

ENGLISH

简体字

繁體字

한국어

感謝您購買ReFa CARAT。

內外兼修的美麗是所有女性夢寐以求的理想。
ReFa重視這種想法。

無需大費周章的保養，
便可遇見閃耀光芒的自己。
一見到就會笑容滿面，
一使用就會光采迷人。

為了讓您每一天都這樣愉快，
ReFa 一直在努力。

日本語

ENGLISH

简体字

繁體字

한국어

深度的揉捏。

從臉部到身體，綻放耀眼光芒。



■專業美容技法

滾輪形狀，360°多角度結構，重現「揉捏」專業技法，不受角度影響，可深度揉捏複雜的身體曲線。



■微電流

採用美容中心流行的「微電流」。透過太陽能板吸收光線，產生微弱電流，此即為「微電流」。



■白金鍍層

因為直接與肌膚接觸，滾輪表面採用白金鍍層，確保滾輪持久亮麗持久。

■防水構造

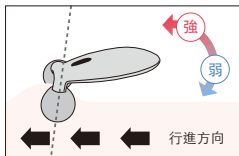
符合 JIS 標準（相當於 IPX7）的防水規格，沐浴時亦可使用。

基本使用方法

■ 滾動方法

滾輪吸附肌膚的強度，可利用手柄的角度進行調整。

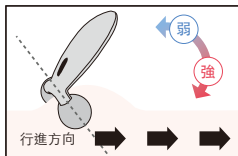
〈滾輪往前推時〉



請慢慢提起手柄，確認吸附的強度。

※如果肌膚感到疼痛，請將手柄平放。

〈滾輪往後拉時〉



請慢慢放下手柄，確認吸附的強度。




※如果肌膚感到疼痛，請將手柄拉起。

■ 滾動要領

請按照箭頭方向與粗細度進行滾動。

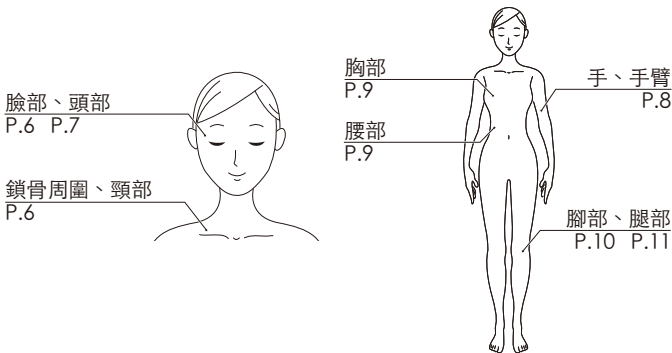


相關使用方法，已在照片中各部位標示出了具體的滾動方向。

- ：向同一方向單向滾動
- ：來回雙向滾動
- ：從箭頭細的部位稍微用力朝箭頭較粗的部位滾動

使用方法

- 請參考後面的使用方法說明，結合您的個人喜好使用本產品。
- 參考次數為每個部位左右各 5~10 次。



請務必在使用前閱讀隨附的使用說明書

- 首次使用時，請在上臂內側等不顯眼的部位滾動數次，確認肌膚在一段時間後沒有出現異常。
- 金屬過敏體質、患有皮膚感染、皮膚炎等，請勿使用。
- 處在不穩定懷孕初期、剛分娩後，或是懷孕期間身體不適者，請勿使用。
- 首飾（項鍊、耳環等）有可能被捲入，使用前請取下。
- 為了避免頭髮被捲入，請紮起來或用髮帶等固定後使用。
- 請勿用於脊骨等骨頭凸出的部位。
- 切勿使用於本書指定部位以外的身體部位。

鎖骨周圍、頸部

打造玲瓏鎖骨與光滑頸部線條。



用滾輪滾動按壓鎖骨下方的凹陷處。



從肩部與頸部的底部位置沿著後頸上下滾動。

臉部、頭部

放鬆改善面部與頭皮，讓肌膚變得緊緻有彈性。



完全貼合下顎輪廓進行滾動。



從嘴角經過顴骨下方向上滾動至耳旁。



從嘴角至鼻側上下滾動。使用單側滾輪向上滾動提拉臉頰。



將單側滾輪緊貼外眼角上方，沿著頭部側面滾動。



閉上眼睛，沿額頭向頭頂輕柔滾動。
※請注意避免頭髮被捲入。



用單側滾輪上下滾動耳朵上方處。
※請注意避免頭髮被捲入。

手、手臂

滾動揉捏肌膚，擁有自信上臂。



將其夾於拇指與食指之間，以手背上的滾輪畫半圓方式滾壓。

※請勿用於單根手指的滾壓，否則可能會造成指關節受傷。



朝向小指方向滾動按壓手掌小指側的中央飽滿位置。

※請勿用於單根手指的滾壓，否則可能會造成指關節受傷。



像是夾住肘部下側一樣，從手腕朝向手肘滾動。



朝向腋下滾壓上臂。

※滾輪易夾住該部位皮膚，滾動護理時，請採用適合的滾動角度及力度。

胸部

向胸部中央滾動護理，塑造理想胸部線條。



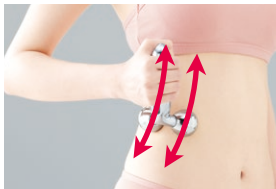
按壓腋下的同時，朝胸部中央滾動。



從胸部下方向上提拉滾壓。

腰部

緊緻肌膚，塑造女性特有的美。



從胸部下方沿著腰部曲線滾動腰部。

※滾輪易夾住該部位皮膚，滾動護理時，請採用適合的滾動角度及力度。



斜向上提拉滾動下腹部。

※滾輪易夾住該部位皮膚，滾動護理時，請採用適合的滾動角度及力度。

腳部、腿部

可充分滾動女性特別在意的膝蓋周圍和大腿。



滾壓整個腳掌。最後用單側滾輪推壓照片上的○部位。



滾壓腳背及其側面。建議在洗完澡後滾壓該部位。

※請勿過度用力滾壓趾關節，否則可能受傷。



上下滾動腳踝周圍。以感覺舒適的力度進行滾壓。

※請注意不要夾到跟腱位置。



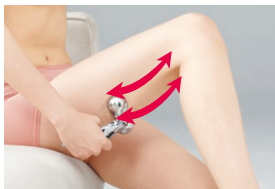
順著腳踝至膝蓋後側滾動小腿背。

※請注意不要夾到跟腱位置。



滾動大腿內側。

※滾輪易夾住該部位皮膚，滾動護理時，
請採用適合的滾動角度及力度。



順著膝蓋後側至臀部滾動大腿後側。

※滾輪易夾住該部位皮膚，滾動護理時，
請採用適合的滾動角度及力度。

在浴室悠閒地使用

本產品為防水規格，在浴室也可使用。

※使用後請瀟乾水分，用軟布等充分擦拭後
妥善保管。



※使用方法一例。

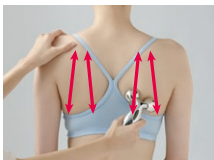
2 個人進行護理時

2 個人能更充分地護理一些 1 個人難以滾壓的部位，如：肩部及背部，滾動效果會更明顯。
建議在護理肩部與背部等時採用此方法。



勾勒流暢的頸線

沿著頸部滾動至肩部。



打造纖纖玉背

沿著肩胛骨上下滾動自己難以護理的背部。

※請勿用於脊骨等骨頭凸出的部位。



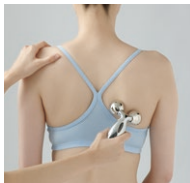
塑造極緻美腿

沿著腳踝滾動至臀部，整體護理腿部。

2 個人使用時的注意事項

手持產品的一方，在使用過程中另一隻手必須接觸對方的皮膚。

※手持產品的一方如果手未直接接觸對方，微電流將無法流通。



ReFa

ReFa CARAT
GUIDE BOOK
Korean

日本語

ENGLISH

简体字

繁體字

한국어

ReFa CARAT을
구입해 주셔서 대단히 감사합니다.

ReFa는 많은 여성분이 걸모습은 물론
자신의 내면에서 우러나오는 아름다움을
찾았으면 하는 소망을 담고 있습니다.

아주 작은 노력으로
어느 때보다 반짝거리는 자신을 발견할 수 있기를.
보고만 있어도 미소가 번지고,
사용하는 것만으로도 만족감을 느낄 수 있기를.

그런 빛나는 하루하루를
ReFa와 함께 실현하시기 바랍니다.

깊게 잡아 밀어준다.

얼굴에서부터 몸뚱이로 눈부시고 아름답게 빛난다.



■에스테틱 메소드

전문가의 손기술인 「니딩」을 재현하기 위해 롤러의 형상, 입사각도 등을 다각적으로 연구하여 도입한 360° 멀티 앵글 구조. 앵글의 영향을 쉽게 받지 않고, 복잡한 신체의 각 부분을 깊게 잡아 밀어줍니다.



■미세 전류

에스테틱에서도 인기를 끌고 있는 「미세 전류」를 이용한 것으로 태양전지 패널에서 빛을 흡수하여 「미세 전류」를 발생시킵니다.



■백금 코팅

피부에 직접 닿으므로 롤러 표면에 백금 코팅을 채용하여 아름다운 반짝임이 오래 지속됩니다.

■방수 구조

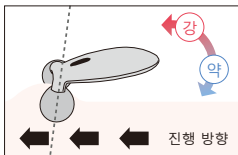
JIS 기준(IPX7 상당)을 통과한 방수 사양이므로 욕조 안에서도 사용하실 수 있습니다.

기본적인 사용 방법

■ 롤링 방법

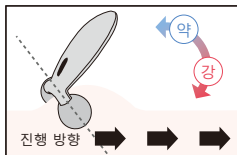
롤러가 피부를 잡아 올리는 강도는 핸들을 잡는 각도로 조절할 수 있습니다.

〈롤러를 앞으로 미는 경우〉



핸들을 서서히 올리면서 끌어올리는 강도를 확인하여 주십시오.
※피부에 통증이 느껴진다면 핸들의 각도를 낮춰 주시기 바랍니다.

〈롤러를 뒤로 당기는 경우〉



핸들을 서서히 낮히면서 끌어올리는 강도를 확인하여 주십시오.
※피부에 통증이 느껴진다면 핸들의 각도를 높여 주시기 바랍니다.

■ 롤링 포인트

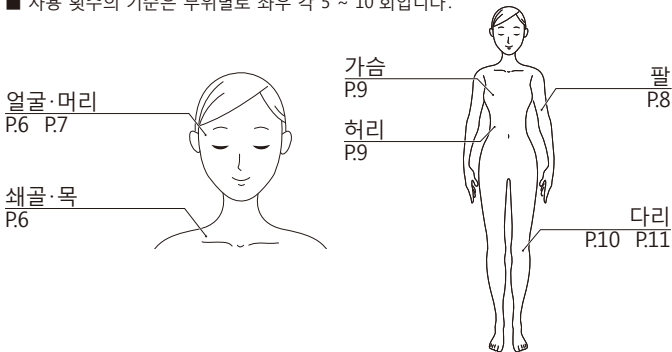
화살표 방향·굵기를 참고하여 롤링하십시오.

사용 방법은 각 부위 사진에 각각 롤링할 방향을 표시해 놓았습니다.

- : 한쪽 방향 롤링
- ⇔ : 왕복(양방향) 롤링
- : 가는 부분에서 굵은 부분으로 힘을 주면서 롤링

HOW TO USE

- 다음 페이지부터 소개하는 사용 방법을 참고하여 본인의 취향에 맞춰 사용하십시오.
- 사용 횟수의 기준은 부위별로 좌우 각 5 ~ 10 회입니다.



사용하기 전에 첨부된 사용설명서를 반드시 읽어 주십시오

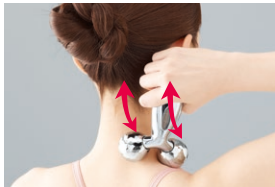
- 처음 사용하시는 경우는 팔뚝 뒤쪽 등 눈에 잘 띄지 않는 부위에 몇 차례 가볍게 시험해 보시고 시간을 두고 피부에 이상이 없는지 확인하십시오.
- 급속 알레르기 체질인 분, 피부 감염증·피부염 등이 있는 분은 사용하지 마십시오.
- 임신 초기로 불안정기에 있는 분, 출산 직후인 분, 또는 임신 중으로 몸 상태가 좋지 않은 분은 사용하지 마십시오.
- 액세서리류(목걸이·귀걸이 등)는 감겨들어 갈 위험이 있으므로 사용 시 풀어두시기 바랍니다.
- 머리카락은 제품에 감겨들어 가지 않도록 묶거나 헤어 밴드 등으로 고정하여 주십시오.
- 척추 등 뼈가 튀어나온 부위에는 사용하지 마십시오.
- 본 설명서에서 지정한 부위 이외에는 사용하지 마십시오.

쇄골 · 목

쇄골, 목 부분을 밀어 보내듯이 롤링.



쇄골 아래의 패인 부분에 롤러를 가져다 대듯이 롤링.



어깨와 목 연결 부위에서 머리쪽으로 목덜미를 따라 위아래로 롤링.

얼굴 · 머리

얼굴의 굴곡이 있는 부분에도 확실히 밀착시켜 구석구석 롤링.



아래턱 부위를 의식하며 확실히 밀착시키면서 롤링.



입꼬리에서 광대뼈 아래를 지나 귀 옆까지 롤링.



입꼬리에서 코 옆까지를 위아래로 롤링.
한쪽 롤러로 뺨을 집어 올리듯 롤링.



눈꼬리 윗부분에 한쪽 롤러를 대고
관자놀이 방향으로 롤링.



눈을 감고 이마에서 정수리를 향해
천천히 롤링.

※머리카락이 제품에 감겨들어 가지
않도록 주의하십시오.



한쪽 롤러가 귀 위에 오는 위치에서
위아래로 롤링.

※머리카락이 제품에 감겨들어 가지
않도록 주의하십시오.

팔

손바닥에서 팔뚝까지 밀어 보내는 방향을 의식하면서 롤링.



엄지와 검지 사이에 끼워 손등 쪽의 롤러로 반원을 그리듯이 롤링.

※손가락 한 개씩을 롤러에 끼워서 사용하지 마십시오.
손가락 관절이 다칠 수 있습니다.



손바닥을 위로 향하게 하여 새끼손가락 쪽의 볼록한 부분의 가운데를 누르면서 새끼손가락 방향을 향해 롤링.

※손가락 한 개씩을 롤러에 끼워서 사용하지 마십시오.
손가락 관절이 다칠 수 있습니다.



안쪽 팔꿈치 아래를 끼우듯이 손목에서 팔꿈치를 향해 롤링.



팔뚝을 겨드랑이 아래를 향해 롤링.

※피부가 롤러에 끼이기 쉬운 부위입니다.
롤러가 피부에 닿는 각도와 강도를 조절하며 롤링해 주십시오.

가슴

가슴 바깥쪽에서 중앙을 향해 모아주듯이 롤링.



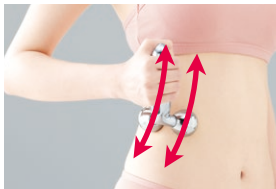
거드랑이 아래를 누르면서 가슴 중앙을 향해 롤링.



가슴 아래에서 밀어 올리듯 위아래로 롤링.

허리

피부에 탄력을 주어 여성스러운 아름다움을.



가슴 아래에서 허리 부분까지 몸의 측면을 따라 롤링.

※피부가 롤러에 끼이기 쉬운 부위입니다.
롤러가 피부에 닿는 각도와 강도를 조절하며 롤링해 주십시오.



하복부는 사선 방향으로 끌어올리면서 롤링.

※피부가 롤러에 끼이기 쉬운 부위입니다.
롤러가 피부에 닿는 각도와 강도를 조절하며 롤링해 주십시오.

다리

발바닥에서 허벅지까지 전체적으로 롤링.



발바닥을 전체적으로 롤링. 마무리로 사진의 ○부분을 한쪽 롤러로 눌러 주십시오.



발등과 측면을 롤링. 목욕 후 사용을 추천합니다.

※발가락 관절을 무리하게 롤링하지 마십시오. 다칠 수 있습니다.



발목 주변을 위아래로 롤링. 기분 좋게 느껴지는 강도로 가볍게 롤링.

※아킬레스건이 롤러에 끼지 않도록 주의하십시오.



발목에서부터 무릎 뒤쪽까지 종아리를 롤링.

※아킬레스건이 롤러에 끼지 않도록 주의하십시오.



허벅지 안쪽을 롤링.

※피부가 롤러에 끼이기 쉬운 부위입니다.

롤러가 피부에 닿는 각도와 강도를
조절하며 롤링해 주십시오.



무릎 뒤쪽에서 엉덩이까지 허벅지 뒤
쪽을 롤링.

※피부가 롤러에 끼이기 쉬운 부위입니다.

롤러가 피부에 닿는 각도와 강도를
조절하며 롤링해 주십시오.

욕실에서 여유롭게

방수 사양이므로 욕실에서도 사용할 수
있습니다.

※사용 후에는 물기를 없앤 후 부드러운 천
등으로 꼼꼼히 닦아 보관하십시오.



※사용 방법은 하나의 예입니다.

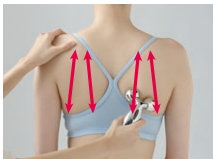
두 사람이 사용할 경우

혼자서는 사용하기 어려운 부분도 두 사람이 하면 확실하게 롤링할 수 있어서 효율적입니다. 어깨나 등을 롤링할 때 추천합니다.



목 부분을 흐르듯이
부드럽게 롤링

목에서부터 어깨까지 롤링.



등을 전체적으로
롤링

혼자서는 롤링하기 어려운
등을 롤링. 견갑골을 따라
위아래로 롤링하십시오.

※척추 등 뼈가 튀어나온 부
위에는 사용하지 마십시오.



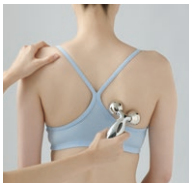
다리부분을 전체적
으로 롤링

발목에서 엉덩이까지를 롤링.
다리 전체를 롤링하십시오.

두 사람이 사용할 때의 유의점

본 제품을 들고 있지 않은 손을 반드시 상대방 피부에
계속 댄 상태로 사용해 주십시오.

※맨손으로 대지 않으면 미세 전류가 흐르지 않습니다.



日本語

ENGLISH

简体字

繁體字

한국어

MTG
We have many dreams