# Joyballs

JOYDIVISION ...my Lovestyle!

## GEBRAUCHSANLEITUNG
## *USER MANUAL*

*secret*

*Trend*

Made with Love
in Germany

# GUT ZU WISSEN

## *NICE TO KNOW*

**Joyballs – zur Vorbeugung, zur Therapie oder einfach nur zum Vergnügen.**

Joyballs helfen, den Beckenboden wahrzunehmen und aktiv zu trainieren. Besonders während gymnastischer Beckenbodenübungen können Joyballs die Wahrnehmung für den Beckenboden verbessern und dabei unterstützen, die Übungen effektiver durchzuführen, so dass sich schneller der gewünschte Erfolg einstellt.

*Joyballs – for prevention, therapy or simply pleasure.*

*Joyballs are designed to actively assist in training the pelvic floor, to help increase sensation and strength. Joyballs can increase perception of the pelvic floor muscles and make the exercises more effective, hence achieving the desired results faster.*

**Warum soll ich die Beckenbodenmuskulatur trainieren?**

Für Frauen ist es wichtig, eine starke und gesunde Beckenbodenmuskulatur zu haben. Die Beckenbodenmuskulatur hält Blase, Gebärmutter und Darm in der richtigen Position. Nur eine intakte und starke Muskulatur kann diese Aufgabe gut erfüllen. Eine Beckenbodenschwäche kann verschiedene Ursachen haben: Schwangerschaft, Geburt, Wechseljahre, Übergewicht oder die Ausübung spezieller Sportarten.
Der Beckenbodenmuskel kann durch Training gestärkt und einer Schwächung vorgebeugt werden. Ein starker Beckenboden kann bei einer Schwangerschaft zum einen die Geburt, aber auch die Regeneration danach verkürzen und erleichtern. Regelmäßiges Training mit Joyballs kann auch das durch eine geschwächte Muskulatur verringerte sexuelle Empfinden wieder verbessern.
Durch das gezielte Beckenbodentraining mit Hilfe der Joyballs, kann man bereits bestehende Beschwerden oder Schmerzen lindern, Folgen wie Blasenschwäche (Inkontinenz) oder Organabsenkungen vorbeugen und durch eine starke Beckenbodenmuskulatur mehr Lebensqualität erreichen.

*Why should I train my pelvic floor muscles?*

*It is important for women to have strong and healthy pelvic floor muscles, as these keep the bladder, uterus, and bowels in their proper position. Only an intact and strong musculature can perform this task well. A pelvic floor weakness can have different causes: pregnancy, birth, menopause, overweight or the exercise of special sports.*

*Training strengthens the pelvic floor muscle and prevents weakening. During pregnancy, a strong pelvic floor can shorten and facilitate not only childbirth but also regeneration afterwards. Regular training with Joyballs can also improve the sexual sensation, which is reduced by weakened muscles. Targeted pelvic floor training with the help of Joyballs can alleviate existing discomfort or pain, prevent bladder weakness (incontinence) or organ lowering and achieve a better quality of life through strong pelvic floor muscles.*

# VERWENDUNG

## *HOW TO USE*

### Wie trainiere ich mit den Joyballs?

Führe die Joyballs sanft in die Scheide ein (wie einen Tampon) und halte sie dort mit den Beckenbodenmuskeln. Insbesondere bei trockener Scheide ist die Anwendung von Gleitgel (z. B. AQUAglide) für das leichtere Einführen hilfreich. Die Joyballs sollten tief und fast vertikal sitzen mit der Schlaufe nach unten (bei den Joyballs secret handelt es sich dabei um die innovativ integrierte Rückholschlaufe).
Eine Trainingseinheit sollte ca. 10 Minuten dauern und kann im Stehen oder Gehen absolviert werden. Zwei Trainingseinheiten bis zu 10 Minuten täglich sind anfangs ausreichend. Wenn die Joyballs über 10 Minuten problemlos gehalten werden können, kann die Trainingsdauer gesteigert und mit gymnastischen Beckenbodenübungen kombiniert werden.

### *How do I train with Joyballs?*

*Gently insert the Joyballs into the vagina (like a tampon). Especially in case of a dry vagina, the application of a lubricant (e.g. AQUAglide) can make insertion more comfortable. The Joyballs should be positioned deeply and almost vertically, with the cord facing downwards (the Joyballs secret feature the innovative integrated removal tab). A training session should last about 10 minutes and can be completed while standing or walking. At the beginning two training sessions per day should be sufficient. When you can hold the Joyballs for over 10 minutes easily, you should increase the duration of training and combine it with gymnastic pelvic floor exercises.*

### Wie funktionieren die Joyballs und wie wende ich sie an?

Wenn die Beckenbodenmuskulatur noch untrainiert ist, beruht das Wirkprinzip der Joyballs auf einem „Biofeedback-Prinzip"– einer Art reflektorischen Reaktion der Muskulatur. Die Beckenbodenmuskeln werden trainiert, indem sie die Joyballs im Inneren der Scheide festhalten. Der Trainingseffekt wird durch das Eigengewicht und bei den Joyballs secret durch die anatomisch angepasste Form unterstützt. Die Kontraktionen während einer Trainingseinheit entsprechen dem Krafttraining mit Gewichten. Im Inneren der Joyballs schwingen Kugeln als Gewichte bei jeder Bewegung gegen die Außenwand und reagieren auf die Bewegungen Ihres Körpers. Bei den Joyballs werden durch einen integrierten innovativen „Trampolin-Effekt" sanfte „kinetische Vibrationen" ausgelöst, die die Beckenbodenmuskulatur zusätzlich zum An- und Entspannen anregen und stimulieren.

Auch bei diesem Training kann es zu Muskelkater kommen, deshalb sollte man langsam mit dem Training starten und es dann kontinuierlich steigern.

### *How do the Joyballs work and how do I use them?*

*When your pelvic floor muscles are untrained, the Joyballs work on a „bio-feedback" principle – a type of reflexive reaction of the muscles. The pelvic floor muscles grasp the Joyballs within the vagina, thus generating a training effect. This training effect is supported by the weight and anatomically adapted design of the Joyballs. The contractions executed du-*

*ring a training session follow the same principle as general weight trainings. The interior of the Joyballs contain balls that serve as weights; these oscillate against the outer wall with each movement. Thanks to the innovative, integrated „trampoline effect", gentle „kinetic vibrations" are set in motion, that additionally encourage your pelvic floor muscles to contract and relax as well as to provide you with stimulation.*

*Just as with other forms of training, pelvic floor training can leave your muscles feeling sore – so you should start slowly with the workout and then increase it continuously.*

## MATERIAL

## *MATERIAL*

**Woraus bestehen die Joyballs?**

Alle Joyballs sind aus dermatologisch und klinisch getestetem, sehr gut hautverträglichem Silikomed® hergestellt.

*What are the Joyballs made of?*

*All of our Joyballs are manufactured using Silikomed®, a material that has excellent skin-friendly properties and which has been clinically and dermatologically tested.*

## HANDHABUNG & PFLEGE

## *HANDLE & CARE*

Alle Joyballs können mit wasser- und silikonbasierten Gleitmitteln verwendet werden. Ölhaltige Gleitmittel und Kosmetika können die Oberfläche angreifen und sind daher nicht geeignet.

*All of the Joyballs can be used with water-based and silicone-based lubricants. Oil-based lubricants and cosmetics can degrade the Joyballs surface and are therefore unsuitable.*

AQUAglide®
medizinisches Gleitgel · medical lubricant

Das Original.

Europas Nr.1
Gleitgel-Marke
im Erotikmarkt.

Europe's No.1
lubricant brand
in the erotic market.

Für die Reinigung der Kugeln (vor und nach Gebrauch) reichen warmes Wasser und milde Seife aus. Joyballs sind aber auch spülmaschinengeeignet.

*Before and after each use, clean the Joyballs with mild soap and water. Joyballs are also suitable for dishwashers.*

# HANDHABUNG & PFLEGE

## *HANDLE & CARE*

Wir empfehlen clean´n´safe für die Desinfektion und Pflege.

*We recommend using clean´n´safe for disinfection and care.*

WIRKT IN 60 SEKUNDEN
*REACTS IN 60 SECONDS*
**Wirksamer Schutz vor:**
***effectively protects against:***
HIV • Herpes • Chlamydia
Bacteria • Virus • Hepatitis

Perfekt für die schnelle, einfache und effektive Reinigung.

*Perfect for fast, simple and effective cleaning.*

# GARANTIE

## *GUARANTEE*

**DE** Garantie
Die Garantie auf das Material beträgt 5 Jahre auf Materialfehler, bei bestimmungsmäßigem Gebrauch. Die Reklamationsabwicklung (Einsendung des Artikels mit Kaufbeleg) erfolgt über den Einzelhändler, bei dem der Artikel erworben wurde. Die Aufbewahrung des Original-Kaufbelegs ist Voraussetzung für die Gewährung der Garantie.

**EN** Guarantee
The guarantee on the material is 5 years for material defects, when the product is used for its intended purpose. The complaint process (sending in the item with sales slip) will be arranged by the retailer from which the article was purchased. The original sales slip must be retained in order for the guarantee to be given.

**ES** Garantiá
La garantía del material es de 5 años por defectos de material, siempre que haya estado en las especificaciones de uso apropiado. El trámite de reclamación (envío del artículo con justificante de compra) se realiza a través del detallista al que se compró el artículo. La conservación del justificante original de compra es condición indispensable para la concesión de la garantía.

**IT** Garanzia
La garanzia sul materiale si estende a 5 anni in caso di difetti del materiale, purché il prodotto sia stato usato in modo appropriato. La procedura di reclamo (rinvio dell'articolo insieme alla documentazione di acquisto) è a cura del dettagliante presso cui l'articolo è stato acquistato. La conservazione del documento di acquisto originale è un prerequisito per la validità della garanzia.

**PT** Garantia
A garantia do material relativamente a defeitos de material é de 5 anos, pressupondo uma aplicação correta. Processo de reclamação (envio do artigo com comprovativo de compra) é realizado junto do comerciante a quem foi adquirido o artigo. A conservação do recibo original é condição prévia para beneficiar da concessão da garantia.

(FR) Garantie
La garantie sur le matériau est de 5 ans pour les défauts de matériau sous condition d'un usage conforme. La procédure de réclamation (envoi de l'article accompagné du justificatif d'achat) se fait en passant par le détaillant chez qui l'article a été acheté. Vous devez conserver votre bon d'achat original, condition requise pour pouvoir bénéficier de la garantie.

(NL) Garantie
De garantie op het materiaal geldt 5 jaar voor materiaalfouten, bij doelmatig gebruik en toepassing. De behandeling van de reclamatie (insturen van het artikel met kassabon) gaat via de zaak, waar het artikel werd gekocht. Voor de verlening van garantie geldt het overleggen van de originele kassabon als voorwaarde.

(DA) Garanti
Garantien på materialet er 5 år for materialedefekter med tilsigtet brug samt anvendelse. Reklamationer (indsendelse af varen med belæg for købet) sker gennem forhandleren, hvor artiklen er købt. Opbevaring af den originale kvittering for købet er en forudsætning for eventuel garantiydelse.

(NO) Garanti
Ved korrekt anvendelse og bruk 5 års garanti på materialet for materialfeil. Reklamasjon (send inn produktet samt kvittering) behandles av forhandleren produktet ble kjøpt hos. Ta vare på originalkvitteringen, da denne er forutsetningen for garantiytelsen.

(RU) Garantie
Гарантия на материал действительна в течение 5 лет в случае брака материала при использовании по назначению. Оформление рекламации (пересылка артикула вместе с чеком) производится розничными точками, где был приобретён товар. Сохранение оригинального чека является условием предоставления гарантии.

(PL) Gwarancja
Gwarancja na materiał wynosi 5 lat dla wad materiału, przy uzywaniu zgodnie z przeznaczeniem. Realizacja reklamacji (odesłanie artykułu z dowodem zakupu) nastepuje poprzez punkt handlu deta licznego, w którym artykuł został zakupiony. Przechowywanie oryginału dowodu zakupu jest warunkiem udzielenia gwarancji.

# WARNHINWEISE

## *WARNING NOTICE*

### Wann darf ich Joyballs nicht verwenden?

Sofern der Arzt von der Verwendung abrät. Während der Menstruation, bei vaginalen Infektionen oder Entzündungen und während vaginaler Wundheilung (z. B. nach einem Dammschnitt). Während und nach der Schwangerschaft erst nach Rücksprache mit deinem Gynäkologen oder deiner Hebamme verwenden.

### *When Joyballs should not be used?*

*When you are suffering from a vaginal infection, recovering from a wound (e.g. following an episiotomy) or during your menstruation. Following pregnancy, they should only be used after consulting your gynecologist or midwife.*

### Was muss ich außerdem beachten?

Lagere dein Toy staubfrei, trocken und bei Raumtemperatur. Bitte nicht mit anderen Silikon-Produkten oder vergleichbarem Material aufbewahren. Bitte bewahre deine JOYDIVISION-Produkte sicher außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Verwende die Produkte nicht bei erkrankter oder gereizter Haut und gebe die Produkte nicht an Dritte weiter, um übertragbare Krankheiten und Infektionen zu vermeiden. Für Schäden und Unfälle, die durch eine unsachgemäße Handhabung unserer Produkte entstehen, kann keine Verantwortung übernommen werden.

## *What do I have to consider?*

*Store your toy dust-free, dry and at room temperature. Please don't store with other silicone products or similar material.Please keep your JOYDIVISION products safely out of the reach of children. Do not use the products on diseased or irritated skin and do not pass on the products to third parties to prevent communicable diseases and infections. We assume no liability for damage and accidents caused by improper handling of our products.*

*SOLD AS NOVELTY ONLY*

*This product is intended for use as a novelty product and for adults only. Any product use for medical purpose or for a use that has an adverse effect on any function of the body is prohibited. Due to the nature of the product, we cannot accept returns or exchanges. For vaginal use only.*

**MADE IN GERMANY**

**JOYDIVISION international AG**
Wiesenauer Strasse 11 · 30179 Hannover
GERMANY ©

www.**JOYDIVISION**.de

Distribution North America
**JOYDIVISION (North America) LLC**
12439 Magnolia Blvd. Suite 400
Valley Village, CA 91607 USA

dermatologisch getestet
**klinisch getestet**
*dermatologically tested*
***clinically tested***

③ 160094 – Stand 11/2019