

## ZRANĚNÍ: RAMENE OBECNĚ

TVAR: 



### SPRÁVNÉ NAČASOVÁNÍ

Výrobek Physio Hybrid Shapes™ můžete použít kdykoliv. Provozujete-li atletické či fitness aktivity, aplikujte výrobek 1 až 2 hodiny před zahájením cvičení.



### NASTAVITELNÉ NAPNUTÍ

Optimálního výsledku lze při provozování vysoce náročných atletických disciplín dosáhnout bez natahování, při denním nošení či lehké atletice pak mírným natažením (ne však více než cca 1,25 cm).



### DOKONALÁ PŘÍPRAVA POKOŽKY

Pokožku v příslušné oblasti důkladně omyjte a osušte, abyste ji zbavili mastnoty, vlhkosti či nečistot. Případné chloupky přistříhnete nebo oholíte. Při aplikaci by pokožka i výrobek RAPIDFORCE shape měly mít pokojovou teplotu.



### SPOLEHLIVÉ PŘILNUTÍ

Po aplikaci výrobku silným třením aktivujete a maximalizujete jeho vlastnosti, které zajistí přilnutí k pokožce.



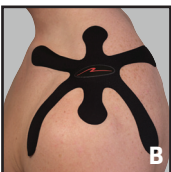
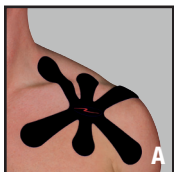
1. **Prohmatáním oblasti ramenního kloubu zjistíte, kde se nachází hlavní bolestivá oblast.** Při bolestech v přední či zadní části ramene výrobek ve tvaru hvězdy umístíte tak, aby jeho kratší úchyty kloub zpevňovaly ve směru zepředu dozadu (viz obrázky A a C). Při bolestech v horní části ramene výrobek ve tvaru hvězdy umístíte tak, aby jeho kratší úchyty byly podélně s linií paže (viz obrázek B).



2. **Aplikace středu výrobku ve tvaru hvězdy.** Sloupněte ochrannou vrstvu ve středu výrobku a umístěte jej přímo na nejbolestivější místo. Spolehlivého přilnutí dosáhnete přitlačením výrobku.



3. **Aplikace ramen výrobku ve tvaru hvězdy.** Sloupněte ochrannou vrstvu ve střední části jednoho ze spodních úchytů výrobku a konec zatím ponechte na místě. Jednou rukou přidržíte střed výrobku a druhou přizpůsobte míru napnutí pro příslušnou úroveň aktivity a úchyt umístíte v přímé linii směrem od středu. Pohybem od středu výrobku směrem ven látku na pokožce vyhladíte. Odstraňte ochrannou vrstvu z konce úchytu a přiložte jej k pokožce (tuto kratší část nenapínejte). Po dobu asi 10 sekund tlačte na celý úchyt výrobku, čímž zajistíte jeho spolehlivé přilnutí. Postup opakujte u všech úchytů výrobku.



A. Poloha po dokončení aplikace při bolesti v přední části ramene.

B. Poloha po dokončení aplikace při bolesti v horní části ramene.

C. Poloha po dokončení aplikace při bolesti v zadní části ramene.



### VÝROBEK ODSTRAŇUJTE POMALU

Výrobek odstraníte tahem od konce pásků směrem ke středu. V případě chloupků můžete potlačit nepříjemné pocity, budete-li tahat ve směru růstu.

Tip: Odstranění lze usnadnit ve sprše pomocí jemného mýdla a teplé vody.

*Tento výrobek je určen na jedno použití. Dojde-li k zintenzivnění bolesti či kožní reakci, ihned výrobek přestaňte využívat.*

*Nevyužívejte tento výrobek v kombinaci s vyhřívacími polštářky. Neaplikujte výrobek na otevřené zranění.*