

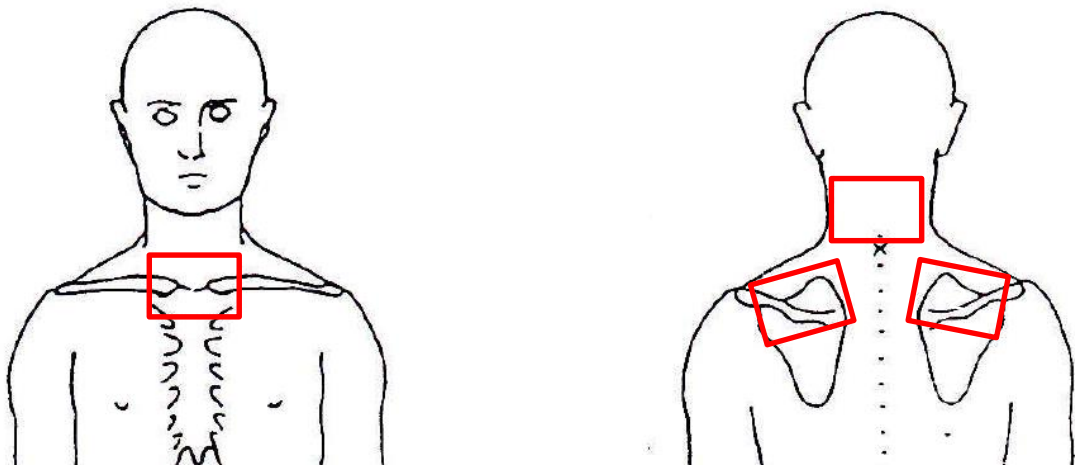
Gebrauchsanweisung Wärmetechnik

Kleben Sie die Wärmepads auf die unten angegebene Körperregion. Lassen Sie die Wärmepads so lange wie möglich wirken. Minimum den ganzen Tag, oder die ganze Nacht. Die Pads bleiben 12 Stunden warm.

An gewissen Körperstellen, wie Bein und Arm, ist es von Vorteil die Wärmepads mit einer dünnen, selbstklebenden Bandage, wie Fixomull, zu fixieren. Sie finden die Bandage in unserem Shop.

Es ist Vorsicht geboten mit ähnlichen Produkten, da diese meist wesentlich wärmer sind und Verbrennungen auf der Haut hervorrufen können, oder durch zuviel Wärmereiz, dass Resultat nicht erreicht werden kann.

HALSKEHRE



Hinten über die Schulterblattgräte und über die innere Ecke des Schulterblattes.

Hinten am Hals so weit oben wie möglich plazieren.

Vorne über die inneren Enden der Schlüsselbeine.