RxTAPE

KINESIOLOGY TAPING

EN
- INCREASED COORDINATION
- REDUCES FATIGUE
- ENHANCES PERFORMANCE

ES
- INCREASED COORDINATION
- REDUCES FATIGUE
- ENHANCES PERFORMANCE

RU
- УЛУЧШАЕТ КООРДИНАЦИЮ
- СНИЖАЕТ УСТАЛОСТЬ
- ПОВЫШАЕТ ЭФФЕКТИВНОСТЬ

DA
- ØGER KOORDINATIONSEVNEN
- MINDSKER TRÆTHED
- FORBEDRER YDEEVNEN

FI
- PARANTAA KOORDINAATIOTA
- VÄHENTÄÄ VÄSYMYSTÄ
- LISÄÄ SUORITUSKYKYÄ

FR
- COORDINATION ACCRUE
- RÉDUIT LA FATIGUE
- AMÉLIORE LA PERFORMANCE

PL
- ZWIĘKSZA KOORDYNACJĘ
- ZMNIEJSZA ZMĘCZENIE
- PODNOSI SKUTECZNOŚĆ

EL
- ΑΥΞΑΝΕΙ ΤΟΝ ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟ
- ΜΕΙΩΝΕΙ ΤΗΝ ΜΥΙΚΗ ΚΟΥΡΑΣΗ
- ΒΕΛΤΙΩΝΕΙ ΤΗΝ ΑΠΟΔΟΣΗ

BG
- ПОВИШАВА КООРДИНАЦИЯТА
- НАМАЛЯВА УМОРАТА
- УВЕЛИЧАВА ОБЩОТО ПРЕДСТАВЯНЕ

NO
- ØKT KOORDINASJON
- REDUSERER TRETTHET
- FORBEDRER YTELSE

DE
- VERBESSERTE KOORDINATION
- VERRINGERT ERMÜDUNG
- VERSTÄRKT DIE LEISTUNG

HU
- A KOORDINÁCIÓS KÉSZSÉG ERŐSÍTÉSE
- A FÁRADTSÁGÉRZET CSÖKKENTÉSE
- A TELJESÍTMÉNY FOKOZÁSA

ET
- PAREM KOORDINATSIOON
- VÄHENDAB VÄSIMUST
- SUURENDAB JÕUDLUST

IT
- MAGGIORE COORDINAZIONE
- RIDUCE L'AFFATICAMENTO
- MIGLIORA LE PRESTAZIONI

PT
- MAIOR COORDENAÇÃO
- REDUZ A FADIGA
- MELHORA O DESEMPENHO

CS
- LEPŠÍ KOORDINACE
- SNÍŽENÍ ÚNAVY
- ZLEPŠENÍ VÝKONNOSTI

AR
- زيادة التناسق.
- تقليل التعب.
- زيادة الكفاءة.

ZH
- 提高协调性
- 减少疲劳
- 增强性能

EN INSTRUCTION FOR USE

The tape is intended for normalizing or treating musculoskeletal disorders, or for improving certain musculoskeletal conditions.
When using RX Tape - Kinesiology Taping, please make sure that the skin is clean and dry, and free from lotions and oils, such as suntan oils, conditioners, etc.
When applying RX Tape on a joint, please make sure that the joint is in a fully bent position. If the tape is applied when the joint is extended, it will come off when fully bent. See the instruction pictures 1, 2, 3, and 4 on the other side of the page.
1) Round the ends of the tape with scissors 2) The first three cm of both ends of the tape should remain unstretched. 3) When applying the tape, first place the end of the tape and rub it well, then stretch the middle part of the tape at its desired stretch ratio (not more than +50%) while rubbing it firmly. 4) And lastly, place the end part of the tape without stretching it and rub it well.

PRECAUTIONS
- Do not use on open wounds
- In case of receptive to allergies, do not use it without consulting with a specialist
- Do not use on hair or recently shaved skin
- Do not use in case allergic to acryl or cotton or other causes of skin hypersensitivity
- May cause local pressure symptoms if applied too tightly
- Avoid storing the product in direct sunlight and/or high temperature.

Do Not Reuse/ Single Use Only

FI KÄYTTÖOHJE

Teippi on tarkoitettu tuki- ja liikuntaelinten vaivojen normalisointiin ja hoitoon tai tiettyjen tuki- ja liikuntaelinsairauksien parantamiseen.
Kun käytät RX-teippiä eli kinesioteippiä, varmista, että iho on puhdas ja kuiva eikä sille ole levitetty voiteita tai öljyjä, kuten aurinko- tai hoitovoidetta jne.
Kun kiinnität RX-teippiä niveleen, varmista, että nivel on taivutettu ääriasentoon. Jos teippi kiinnitetään nivelen ollessa ojentuneena, se irtoaa, kun nivel taivutetaan ääriasentoon. Katso ohjekuvat 1, 2, 3 ja 4 paperin toisella puolen.
1) Pyöristä teipin päät 2) Jätä teipin molempien päiden ensimmäiset kolme senttimetriä venyttämättä. 3) Kiinnittäessäsi teippiä, aseta ensin teipin alkupää ja hiero se hyvin ihoon, venytä sitten teipin keskiosa haluttuun venytystasoon (enintään +50 %) ja hiero sitä hyvin. 4) Kiinnitä viimeiseksi teipin toinen pää sitä venyttämättä ja hiero hyvin ihoon.

VAROITUKSET
- Älä käytä avohaavoihin
- Jos olet altis allergioille, älä käytä teippiä ennen kuin olet keskustellut ammattilaisen kanssa
- Älä käytä hiuksiin tai hiljattain ajellulle iholle
- Älä käytä jos olet allerginen akryylille tai puuvillalle tai sinulla on muita ihon yliherkkyyttä aiheuttavia sairauksia
- Saattaa aiheuttaa paikallista painetta liian tiukasti kiinnitettynä
- Vältä tuotteen säilyttämistä suorassa auringonvalossa ja/tai korkeassa lämpötilassa.

Älä käytä uudelleen / Kertakäyttöinen

ET KASUTUSJUHEND

Teip on mõeldud skeletilihaste vaevuste normaliseerimiseks või raviks; samuti teatud skeletilihaste seisundite parandamiseks.
Enne RX kinesioteibi kasutamist veenduge, et nahk on puhas ja kuiv ning sellele ei ole kantud emulsiooni või õli, nt päevitusõli, niisutav kreem vms.
Enne RX kinesioteibi paigaldamist veenduge, et liiges on täielikult kõverdatud asendis. Kui teibi paigaldamisel on liiges välja sirutatud, tuleb teip liigese kõverdamisel maha. Vaadake lehe vastasküljel olevaid jooniseid 1, 2, 3 ja 4.
1) Lõigake otsad kääridega ümaraks. 2) Kolme sentimeetri pikkust osa teibi otstes ei tohi venitada. 3) Teibi paigaldamisel asetage nahale kõigepealt teibi ots ja hõõruge seda kõvasti, seejärel venitage teibi keskmine osa soovitud pikkuseni (mitte rohkem kui +50%) seda samal ajal tugevalt hõõrudes. 4) Lõpuks asetage teibi ots seda venitamata nahale ning hõõruge tugevalt.

ETTEVAATUST
- Ärge kasutage lahtisel haaval
- Kui olete vastuvõtlik allergiatele, konsulteerige enne kasutamist asjatundjaga
- Ärge paigaldage karvadele või hiljuti raseeritud nahale
- Ärge kasutage, kui olete allergiline akrüüli, puuvilla või mõne muu naha ülitundlikkust põhjustava materjali suhtes
- Võib tekitada lokaalset survet, kui paigaldada liiga tugevasti
- Mitte hoida toodet otsese päikese käes ja/või kõrgel temperatuuril.

Ei ole taaskasutatav / Ühekordseks kasutamiseks

NO BRUKSANVISNING

Tapen er tiltenkt til normalisering eller behandling av muskel- og skjelettlidelser eller til forbedring av enkelte muskel- og skjelettilstander.
Ved bruk av RX Tape – Kinesiologitape vennligst sørg for at huden er ren tørr, og uten krem og olje, f. eks. solkrem, balsam osv.
Når du påfører RX Tape på et ledd, vennligst sørg for at leddet er i fullt bøyd stilling. Dersom tapen påføres når leddet er utstrakt vil den komme av i fullt bøyd stilling. Se instruksjonsbilder 1, 2, 3 og 4 på baksiden.
1) Tapeendene skal kuttes i rund form 2) De første tre cm i begge tapeendene skal ikke strekkes ut. 3) Ved påføring av tape sett den ene tapeenden på plass og gni den godt, deretter strekk den midterste delen av tape i ønsket strekk (ikke mer enn +50%) samtidig som du gnir den fast. 4) Til slutt sett på plass den andre tapeenden uten å strekke den og gni den godt.

FORHOLDSREGLER
- Bruk ikke på åpne sår
- Bruk ikke i tilfelle av eventuelle allergier uten å rådføre seg med en spesialist
- Bruk ikke på hår eller nylig barbert hud
- Bruk ikke i tilfelle av akryl- elle bomullallergi eller andre årsaker til hudoverfølsomhet
- Kan forårsake lokale symptomer av trykk ved for stram påføring
- Produktet bør ikke lagres i direkte sollys og/eller høy temperatur.

Må ikke gjenbrukes/ Kun engangsbruk

IT ISTRUZIONI PER L'USO

Il nastro è destinato per la normalizzazione o per il trattamento terapeutico ai disturbi dei muscoli scheletrici e per la correzione della funzione della di alcuni muscoli scheletrici.
Quando utilizzate il nastro RX- Taping Kinesiologico, assicuratevi che la pelle sia pulita, asciutta e priva di lozioni e oli, quali oli abbronzanti, condizionatori per la pelle e simili.
Quando applicate il nastro RX su una articolazione, assicuratevi che l'articolazione sia in posizione completamente piegata. se il nastro viene applicato quando l'arto è esteso, si staccherà quando questo viene piegato. Osservate le immagini 1, 2, 3 e 4 sul lato opposto della pagina.
1)Con le forbici date una forma arrotondata alle due estremità del nastro. 2)I primi tre sentimetri di entrambe le estremità del nastro non devono essere allungati. 3) Applicate il nastro, posizionate inizialmente una delle estremità e premete con cura, quindi allungate la parte centrale del nastro al grado di estensione desiderato (non oltre + 50 %), premendo con decisione. 4) Infine applicate la parte terminale, senza tirarlo eccessivamente e premendo con cura.

ATTENZIONE
- Non applicate su una ferita aperta
- Consultate uno specialista prima di usare il prodotto, se siete inclini alle allergie
- Non applicate il nastro sulla pelle rasata di recente o sui peli coproprei
- Non usate il nastro, se siete allergici all'acrilico, al cotone o agli altri materiali che causano l'irritazione cutanea
- Il nastro può creare pressione locale, se viene applicata con troppa tensione
- Non esporre il prodotto alla luce solare diretta e/o ad alte temperature

Non è riutilizzabile / Utilizzabile solo una volta

DA BRUGSANVISNING

Tapen er beregnet til normalisering eller behandling af sygdomme i muskler og skelet eller til at forbedre musklernes og skelettets tilstand i visse henseender.
Sørg for inden påsætning af RX Tape – Kinesiology taping, at huden er ren, tør og uden rester fra cremer og olier såsom solcreme, balsam m.m.
Når RX Tape skal påsættes et led, skal leddet være i fuldt bøjet stilling. Hvis tapen påsættes, når leddet er strakt, vil tapen falde af, når leddet bliver fuldt bøjet. Se brugsanvisningens billeder 1, 2, 3, og 4 på den anden side af bladet.
1) Afrund tapens ender. 2) De første tre centimeter i begge ender af tapen må ikke strækkes. 3) Tapen sættes fast ved først at påsætte den ene ende af tapen og gnide den godt fast, dernæst strækkes den midterste del så meget, som det ønskes (ikke mere end 50%) samtidigt med, at tapen gnides fast. 4) Til sidst sættes den anden ende af tapen på huden uden at blive strakt, den gnides også godt fast.

ADVARSLER
- Må ikke anvendes på åbne sår
- Hvis du er følsom for allergi, brug ikke tapen, inden du har rådført dig med en specialist
- Brug ikke tapen på håret eller på nybarberet hud
- Brug ikke tapen, hvis du er allergisk overfor akryl eller bomuld eller andre årsager til hyperfølsom hud
- Kan forårsage lokale trykpåvirkninger, hvis den påsættes for stramt
- Undgå at opbevare produktet i direkte sollys og/eller ved høj temperatur.

Må ikke genanvendes/ Kun til éngangsbrug

SV BRUKSANVISNING

Denna tejp är avsedd för normalisering eller behandling av muskuloskeletala besvär eller för förbättring av vissa muskuloskeletala tillstånd.
Vid användning av kinesiotejp RX Tape ska huden vara ren och torr, fri från lotioner och oljor såsom sololja, hudvårdskräm osv.
När RX Tape appliceras över en led, se till att leden är helt böjd. Om tejpen appliceras på en utsträckt led kommer den att lossna vid böjning av leden. Se bilder 1, 2, 3, och 4 med instruktioner på nästa sida.
1) Runda av tejpändarna 2) De första tre cm på de båda tejpändarna får inte sträckas.
3) Sätt fast tejpen: börja med att sätta ena tejpänden på plats och gnid den noggrant, sträck sedan ut tejpens mittdel till önskad töjningsgrad (aldrig över +50%) under kraftig gnidning.
4) Sätt fast den andra tejpänden utan att sträcka på den och gnid den noggrant.

VARNINGAR
- Använd inte på öppna sår
- Vid benägenhet för allergi får tejpen inte användas utan att först rådfråga en specialist
- Använd inte på hår eller nyrakad hud
- Använd inte vid allergi mot akryl eller bomull eller vid annan hudöverkänslighet
- Kan orsaka lokala trycksymtom om tejpen fästs för hårt
- Undvik förvaring i direkt solstrålning och/eller vid hög temperatur.

Får inte återanvändas/ endast för engångsbruk

Otto Bock Estonia AS | 13619 Tallinn/Estonia
Punane 72/Kuuli 8 | info@rehband.com
CE | IFU version: 04-1702

REHBAND

ES INSTRUCCIONES PARA EL USO

La cinta adhesiva está prevista para normalizar o curar dolencias musculares; igualmente, para mejorar el estado de ciertos músculos.
Antes de usar la cinta de kinesiología RX Tape asegúrese que la piel esté limpia y seca, y que se halla libre de emulsiones o aceites así como por ejemplo bronceadores, cremas humectantes u otros parecidos.
Antes de usar la cinta de kinesiología RX Tape asegúrese que la articulación se encuentra completamente doblada. En el caso que la cinta sea colocada en una articulación extendida, el Tape se despegará al doblarla. Mire los dibujos 1, 2, 3 y 4 en el lado opuesto de la página.
1) Corte redondeados los extremos con tijeras. 2) Los primeros tres centímetros de ambos extremos de la cinta deben permanecer sin tensar. 3) Al poner la cinta, coloque en primer lugar un extremo y adhiérala bien, luego estire la parte central de la cinta hasta lograr la tensión deseada (la tensión no debe superar el 50%) mientras la pega frotándola firmemente. 4) Finalmente coloque el otro extremo de la cinta sin tensarla y adhiérala bien a la piel.

PRECAUCIONES

- No la use en herida abierta
- Antes de usar consulte con un especialista si usted es susceptible de alguna alergia
- No la coloque encima de vellos o sobre piel recién rasurada
- No la use en el caso que usted sea alérgico a materiales acrílicos, algodón o a algún otro que causa hipersensibilidad a la piel
- En el caso de aplicarla demasiado fuerte puede causar presión local
- No guardar el producto directamente al Sol y/o en lugar de alta temperatura.

No es reutilizable /
Para ser usada una sola vez

DE ANLEITUNG

Das Tape ist gedacht zur Normalisierung oder Behandlung von Muskel-Skelett-Erkrankungen oder zur Verbesserung bestimmter muskuloskelettaler Behinderungen.
Bei der Verwendung von RX-Tape – Kinesiology Taping achten Sie bitte darauf, dass die Haut sauber und trocken ist, frei von Lotionen und Ölen wie Sonnencreme, Spülungen usw.
Wird das RX-Tape an einem Gelenk angebracht, so achten Sie bitte darauf, dass das Gelenk sich in vollständig gebeugter Position befindet. Wird das Tape bei gestrecktem Gelenk angebracht, so wird es bei voller Beugung des Gelenkes abfallen. Sehen Sie hierzu die Darstellungen 1, 2, 3 und 4 auf der anderen Seite.
1) Runden Sie die Enden des Tapes mit einer Schere ab. 2) Die ersten drei Zentimeter beider Enden sollten nicht gedehnt werden. 3) Bei Anbringung des Tapes legen Sie zunächst das Ende des Tapes an und reiben Sie es fest, dann dehnen Sie den mittleren Teil auf die gewünschte Länge (nicht mehr als +50%), während Sie es festreiben. 4) Zum Schluss legen Sie das andere Ende an, ohne es zu dehnen, und reiben auch dieses gut fest.

VORSICHT

- Nicht an offenen Wunden verwenden.
- Bei Allergieempfindlichkeit nicht ohne vorherige Beratung durch einen Spezialisten verwenden.
- Nicht auf Haar oder kurz zuvor rasierter Haut verwenden.
- Nicht bei Bauwoll- oder Acrylallergien oder anderen Ursachen von Hautempfindlichkeit verwenden.
- Kann bei zu fester Anbringung Drucksymptome verursachen.
- Nicht unter direktem Sonnenlicht und/oder hohen Temperaturen lagern.

Nicht wiederverwenden /
Zur einmaligen Verwendung

BG ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА

Лентата е предназначена за нормализиране или третиране на скелетно-мускулни проблеми или за подобряване на определени скелетно-мускулни състояния.
При използването на RX-лентата – кинезиологична лента, се уверете, че кожата е чиста и суха, как и че не е третирана с лосион или крем, като например слънцезащитен крем и др.
Когато поставяте RX-лентата върху става, се уверете че ставата е в напълно изправена позиция. Ако поставите лентата, когато ставата е свита, тя може да падне при обратно връщане на ставата в нормалната позиция. Вижте картинките с инструкции 1,2,3 и 4 на следващата страница.
1) Заоблете краищата на лентата с ножица. 2) Първите три сантиметра от двата края на лентата трябва да останат неразтънати. 3) При поставяне на лентата, първо поставете края и го разтъркайте добре, след което разпънете средната част на лентата до желаната дължина (не повече от 50%) и я разтъркайте добре. 4) И накрая, нанесете крайната част на лентата без да я разпъвате, и я разтрийте добре.

ПРЕДПАЗНИ МЕРКИ

- Не използвайте върху рани
- В случай на алергични реакции, не я използвайте без да се консултирате със специалист
- Не използвайте върху покрити с косми участъци или наскоро обръснати такива
- Не използвайте в случай на алергии към акрил, памук или други видове кожна хиперчувствителност
- Може да предизвика симптоми на стегнатост, ако е нанесена твърде опънато
- Избягвайте съхранение на пряка слънчева светлина и/или висока температура

Не използвайте повторно /
Само за еднократна употреба

CS POKYNY PRO POUŽÍVÁNÍ

Páska je určena pro normalizaci a ošetření muskuloskeletálních poruch nebo pro zlepšení některých muskuloskeletálních stavů.
Při používání RX pásky pro kineziologické tejpování se prosím ujistěte, že pásku aplikujete na čistou a suchou pokožku, bez tělového mléka nebo oleje, jako jsou oleje na opalování, kondicionéry, atd.
Při použití pásky RX na kloub se prosím ujistěte, že je kloub v plně ohnuté poloze. Pokud pásku aplikujete, když je kloub uvolněný, páska se při plném ohnutí kloubu odtrhne. Viz obrázky s pokyny č. 1, 2, 3 a 4 na druhé straně.
1) Konce pásky nůžkami zaoblete 2) První tři centimetry na obou koncích pásky musí zůstat nenatažené. 3) Při aplikaci pásky nejprve přiložte jeden konec pásky a důkladně jej přitiskněte. Pak natáhněte střední část pásky podle požadovaného poměru natažení (ne více než 50 %) a důkladně pásku přitiskněte. 4) Nakonec přiložte druhý konec pásky, aniž byste jej natáhli, a důkladně jej přitiskněte.

UPOZORNĚNÍ

- Nepoužívejte na otevřené rány
- Pokud hrozí nebezpečí alergické reakce, pásku nepoužívejte bez konzultace s odborníkem
- Nepoužívejte na vlasy nebo ochlupení a čerstvě oholenou kůži
- Nepoužívejte při alergii na akryl nebo bavlnu nebo jiné zdroje kožní přecitlivělosti
- Při příliš těsném nasazení může dojít ke vzniku lokálních otlaků
- Vyvarujte se skladování výrobku na přímém slunečním světle a/nebo při vysoké teplotě.

Nepoužívat opakovaně /
Pouze pro jednorázové použití

PL INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA

Taśma przeznaczona jest do stosowania w celu normalizowania lub leczenia dolegliwości mięśniowo-szkieletowych lub w celu poprawy pewnych stanów układu mięśniowo-szkieletowego.
Podczas korzystania z taśmy "RX Tape - Kinesiology Taping", należy upewnić się, że skóra jest czysta i sucha oraz nie jest pokryta płynami ani olejkami, takimi jak olejki do opalania, odżywki itp.
Podczas nakładania taśmy RX Tape na staw, należy upewnić się, że staw znajduje się w pozycji pełnego zgięcia. Nałożenie taśmy na staw znajdujący się w pozycji wyprostowanej może spowodować jej zsunięcie, podczas całkowitego zgięcia stawu.
Patrz obrazki instruktażowe 1, 2, 3, i 4 na drugiej stronie.
1) Należy delikatnie zaokrąglić końce taśmy przycinając je za pomocą nożyczek 2) Trzy pierwsze centymetry na obu końcach taśmy powinny pozostać nierozciągnięte. 3) Podczas przyklejania taśmy, należy najpierw przykleić koniec taśmy, mocno go pocierając, a następnie rozciągnąć środkową część taśmy do pożądanego stopnia rozciągnięcia (nieprzekraczającego +50%) i przykleić ją, mocno pocierając. 4) Na koniec należy przykleić drugi koniec taśmy bez rozciągania i mocno go potrzeć.

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

- Nie stosować na otwarte rany
- W przypadku podatności na alergie nie stosować taśm bez uprzedniej konsultacji ze specjalistą
- Nie stosować na włosy lub niedawno ogoloną skórę
- Nie należy stosować w przypadku alergii na akryl lub bawełnę lub innych przyczyn nadwrażliwości skóry
- Taśma może powodować miejscowe objawy ucisku jeśli zostanie nadmiernie naciągnięta
- Należy unikać przechowywania produktu w miejscu narażonym na bezpośrednie działanie promieni słonecznych i/lub wysokiej temperatury.

Nie używać powtórnie /
Wyłącznie do jednorazowego użytku

HU A HASZNÁLATRA VONATKOZÓ UTASÍTÁSOK

A szalag célja, hogy segítsen normalizálni és/vagy kezelni a csont- és izomrendszeri rendellenességeket, illetve hogy hozzájáruljon bizonyos csont- és izomrendszer kórképek gyógyításához.
Az RX (kineziológiai) szalag felhelyezése előtt győződjön meg róla, hogy a bőrfelület tiszta és száraz, és nincs bekenve semmilyen krémmel vagy olajjal (például napolajjal, bőrkondicionáló szerrel stb.).
Ha az RX szalagot ízületre szeretné felhelyezni, akkor kérjük, hogy a felhelyezés előtt az ízületet szíveskedjen teljesen behajlítani. Ha a szalagot az ízület kinyújtott állapotában helyezi fel, akkor a szalag az ízület teljes behajlításakor le fog válni a testrészről. Kérjük, hogy segítségként tekintse meg a lap másik felén látható 1., 2., 3. és 4. számú szemléltető képet.
1) Kérjük, hogy a szalag végeit kerekítse le egy olló segítségével. 2) A szalag két végén egy-egy 3 cm-es szakaszt megfeszítetlen állapotban kell hagyni. 3) A szalag felhelyezésekor először helyezze fel és alaposan dörzsölje rá a szalag végét a kívánt testfelületre, majd feszítse meg a szalag középső részét a kívánt feszességgel (de legfeljebb 50%-osra) úgy, hogy közben határozottan rádörzsöli a szalagot a kívánt testfelületre. 4) Végül helyezze fel a szalag végét is (megfeszítés nélkül), és alaposan dörzsölje azt rá a kívánt testfelületre.

ÓVINTÉZKEDÉSEK

- Ne használja nyílt seben
- Ha Ön allergiás reakciókra hajlamos, akkor a termék használata előtt kérje ki egy szakorvos véleményét
- Ne használja hajon vagy frissen borotvált bőrfelületen
- Ne használja a terméket, ha Ön allergiás az akrilra és/vagy a pamutra, vagy ha korábban bármilyen bőrérzékenységi tüntetet tapasztalt
- Túlfeszítés esetén elszorításhatja az érintett testfelületet
- A terméket nem szabad olyan helyen tárolni, ahol magas a hőmérséklet, és/vagy ahol a terméket közvetlen napfény érheti.

A termék egyszer használható.
Kérjük, hogy a terméket ne használja fel többször.

PT INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO

Esta fita destina-se à normalização e tratamento de distúrbios musculoesqueléticos, ou para melhoria de certas condições musculoesqueléticas.
Ao usar uma Fita RX - Kinesiology Taping, certifique-se de que a sua pele está limpa e seca, e sem quaisquer óleos e loções, tais como óleos de bronzear, amaciadores, etc.
Ao aplicar a Fita RX numa articulação, certifique-se de que a mesma se encontra numa posição totalmente fletida. Se a fita for colocada quando a articulação se encontra esticada, vai sair quando a fletir. Veja as imagens instrutivas 1, 2, 3, e 4 no outro lado da página.
1) Arredonde as extremidades da fita com uma tesoura 2) Os primeiros três cm de ambas as extremidades da fita não devem ser esticados. 3) Ao colocar a fita, primeiro pouse a extremidade da fita e friccione bem, depois estique a parte do meio até ao nível de tensão desejado (não mais do que +50%) enquanto a fricciona firmemente. 4) Finalmente, coloque a última parte da fita sem a esticar e friccione-a bem.

PRECAUÇÕES

- Não use sobre feridas abertas
- Caso seja suscetível a alergias, não utilize sem consultar um especialista
- Não use em cabelo nem sobre áreas recentemente barbeadas/depiladas
- Não utilize em caso de alergia ao acrílico e ao algodão ou outras origens de hipersensibilidade da pele
- Se for demasiado apertado, pode causar sintomas de pressão locais
- Evite armazenar o produto sob a luz direta do sol e/ou em temperaturas elevadas.

Não Reutilizar /
Apenas para uma utilização

EL INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO

Esta fita destina-se à normalização e tratamento de distúrbios musculoesqueléticos, ou para melhoria de certas condições musculoesqueléticas.
Ao usar uma Fita RX - Kinesiology Taping, certifique-se de que a sua pele está limpa e seca, e sem quaisquer óleos e loções, tais como óleos de bronzear, amaciadores, etc.
Ao aplicar a Fita RX numa articulação, certifique-se de que a mesma se encontra numa posição totalmente fletida. Se a fita for colocada quando a articulação se encontra esticada, vai sair quando a fletir. Veja as imagens instrutivas 1, 2, 3, e 4 no outro lado da página.
1) Arredonde as extremidades da fita com uma tesoura 2) Os primeiros três cm de ambas as extremidades da fita não devem ser esticados. 3) Ao colocar a fita, primeiro pouse a extremidade da fita e friccione bem, depois estique a parte do meio até ao nível de tensão desejado (não mais do que +50%) enquanto a fricciona firmemente. 4) Finalmente, coloque a última parte da fita sem a esticar e friccione-a bem.

PRECAUÇÕES

- Não use sobre feridas abertas
- Caso seja suscetível a alergias, não utilize sem consultar um especialista
- Não use em cabelo nem sobre áreas recentemente barbeadas/depiladas
- Não utilize em caso de alergia ao acrílico e ao algodão ou outras origens de hipersensibilidade da pele
- Se for demasiado apertado, pode causar sintomas de pressão locais
- Evite armazenar o produto sob a luz direta do sol e/ou em temperaturas elevadas.

Não Reutilizar /
Apenas para uma utilização

RU ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

Лента предназначена для нормализации и лечения нарушений мышечно-скелетных систем или для улучшения определенных мышечно-скелетных состояний.
При кинезиотейпировании с использованием RX Tape убедитесь, что Ваша кожа сухая и чистая, на нее не нанесены лосьоны или масла, например, масло для загара, средства ухода и пр.
При наложении ленты RX Tape на сустав убедитесь, что сустав находится в полностью согнутом положении. Если наклеить ленту на распрямленный сустав, она отклеится, как только Вы согнете сустав. См. иллюстрации 1, 2, 3 и 4 на обратной стороне.
1) Скруглите края ленты при помощи ножниц 2) Первые три см с обоих концов должны накладываться без растяжения. 3) При наложении ленты сначала закрепите край ленты и как следует его активируйте, проведя по нему несколько раз с небольшим усилием, затем растяните среднюю часть тейпа с требуемым натяжением (не более +50%), тщательно его проглаживая. 4) И наконец, наложите другой конец ленты без растяжения, также тщательно его прогладьте.

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЯ

- Не использовать на открытых ранах
- При наличии аллергии не использовать без консультации со специалистом
- Не использовать на волосах или недавно побритой коже
- Не использовать в случае аллергии на акрил или хлопок или в других случаях гиперчувствительной кожи
- При слишком плотном наложении может вызвать местные симптомы сдавливания
- Оберегать изделие от воздействия прямых солнечных лучей и/или высокой температуры

Не использовать повторно/
Для одноразового использования

FR MODE D'EMPLOI

La bande est destinée à être utilisée pour normaliser ou traiter les troubles musculo-squelettiques, ainsi que pour l'amélioration de certaines conditions musculo-squelettiques.
Lors de l'utilisation de la bande RX Tape - Kinesiology Taping, veuillez assurer que la peau soit propre et sèche, ainsi que sans traces de lotion et huile comme par exemple huiles solaires, revitalisants, etc.
Lors de l'application de la bande RX Tape sur les articulations, la mise en place de la bande doit être effectuée avec l'articulation dans sa position entièrement pliée. En cas d'une mise en place de la bande sur une articulation étendue, la bande se détache en occasion d'une flexion de l'articulation. Veuillez consulter les dessins explicatifs 1, 2, 3, et 4 au verso de la page.
1) Arrondir les extrémités de la bande avec des ciseaux 2) Ne pas étirer les trois premiers centimètres des deux extrémités de la bande. 3) Pour la mise en place de la bande, positionner d'abord en place la fin de la bande. Frotter bien la bande, et étirer ensuite la partie médiane de la bande jusqu'à l'obtention du rapport d'étirage souhaité (ne dépassant pas les + 50 %), tout en frottant fermement. 4) Enfin, positionner en place la partie terminale de la bande, sans l'étirer. Frotter bien la bande.

PRÉCAUTIONS À PRENDRE

- Ne pas utiliser sur les plaies ouvertes.
- En cas de personnes réceptives aux allergies, ne pas utiliser la bande sans consulter un spécialiste.
- Ne pas utiliser sur les poils ni sur la peau récemment rasée.
- Ne pas utiliser ce produit en cas des allergies à l'acrylique ou des allergies au coton, ni en cas d'autres causes de l'hypersensibilité de la peau.
- Peut provoquer des symptômes locaux de pression en cas d'une application trop serrée .
- Évitez de stocker le produit en plein soleil et/ou à haute température.

Ne pas réutiliser le produit /
Ce produit est destiné à un usage unique

AR طريقة الاستخدام

يُستخدم الشريط لمعالجة أو مداوة الاضطرابات العضلية الهيكلية أو لتحسين بعض الحالات العضلية الهيكلية.
من نظافة بشرتك وجفافها وخلوها من أية (RX Tape - Kinesiology Taping)من فضلك تأكد عند استخدامك شريط مستحضرات أو زيوت كزيوت الاسمرار ومُنعمات الشعر وما إلى ذلك.
RX Tape من فضلك تأكد عند تثبيت شريط من الثني التام للمفصل الذي سيُثبت عليه. وفي حالة تثبيت الشريط على مفصل مُمتد فسينخلع عند ثني ذلك المفصل. انظر إلى صور الإرشادات 1 و2 و3 و4 الموجودة على الناحية الأخرى من الصفحة.
1) أدر طرفي الشريط مُستخدمًا المقص. 2) دع أول ثلاثة سنتيميترات من طرفي الشريط غير ممتدة. 3) عند تثبيت الشريط، ضع طرف الشريط أولًا وامسحه جيدًا ثم مدد الجزء الأوسط من الشريط لدرجة امتداده المنشودة (ليس أكثر من50%+) مع مسحه بإحكام. 4) وأخيرًا، ضع الطرف الثاني من الشريط، بدون أن تمدده، وامسحه جيدًا.

الاحتياطات

- لا تضعه علي جرح مفتوح.
- إن كنت عرضة لحساسية فلا تستخدمه بدون استشارة أخصائي.
- لا تضعه على شعرك أو بشرتك الملحوقة حديثًا.
- لا تستخدمه إن كنت تعاني من حساسية من الأكريل أو القطن أو أية مُسببات أخرى للحساسية المفرطة.
- قد يسبب أعراض ضغط موضعي إن أُحكم بطريقة مفرطة.
- تجنب حفظ المنتج في ضوء الشمس المباشر أو/وفي درجة حرارة مرتفعة.

لا تعيد استخدامه/
للاستخدام مرة واحدة فقط

ZH 使用说明：

该胶带用于恢复或治疗肌肉骨骼疾病，或改善某些肌肉骨骼病症。
采用RX胶带，即人体工程学胶带时，请确保皮肤洁净干燥，无涂剂和油渍，如防晒油、护发素等。
关节处采用RX胶带固定时，请确保关节处于完全弯曲的位置。如关节伸展时采用该胶带，则关节弯曲时胶带会脱落。见该页反面的说明图1、2、3、4。
1) 用剪刀将胶带两端剪圆 2) 请勿拉伸胶带两端的前3厘米。3) 使用胶带时，先将胶带一端贴好，再将胶带中间部分以适当拉伸比（不超过+ 50%）捋直贴好。4) 最后，将胶带末端部分贴好，但不要拉紧。

注意事项

- 开放性伤口请勿使用该胶带
- 如接触过敏，在向专家咨询前请勿使用该胶带
- 请勿在头发或刚剃除毛发的皮肤上使用
- 如对丙烯酸或棉类过敏，或存在其他引起皮肤过敏的原因，请勿使用该胶带
- 胶带贴合过紧可能会导致局部压力症状
- 避免将本产品存放于直射阳光和/或高温下。

请勿重复使用 /
一次性使用