



STRENGTHTAPE®

1

SCHNELLSTART

Tipps & Tricks, mit denen Sie StrengthTape® optimal verwenden. Sehen Sie sich hierzu auch die Video-Tutorials auf strengthtape.com an.



30 Minuten vor der Aktivität aufkleben.



Hautoberfläche von Schmutz, Fett und Creme befreien.



Starke Behaarung entfernen.



Je nach Anwendungsgebiet mit der notwendigen Vorspannung aufkleben.



Enden des Tapes nicht dehnen.



Tape nach Positionierung kräftig anreiben, um den Klebstoff zu aktivieren.



NICHT abreißen!
Tape behutsam von der Haut abziehen.



Sich lösende Ecken und Kanten können abgeschnitten werden.

IONTECH™

Mit der Ion Health Technology™ werden 7 Mineralien in das StrengthTape® eingebracht. Diese Mineralien geben Ionen ab. Studien belegen, dass Ionen die Leistungsfähigkeit verbessern können.



2

RÜCKEN & NACKEN

Weitere Anwendungsmöglichkeiten finden Sie auf strenghtape.com



Enden des Tapes nicht dehnen.



Tape nach Positionierung kräftig anreiben, um den Klebstoff zu aktivieren.

WIRBELSÄULE/RÜCKENSCHMERZEN 2 Streifen; mit Partner; vorgebeugt



1 Ersten Streifen mit 75% Dehnung über den schmerzenden Punkt führen.

2 Einen Streifen in der Mitte durchschneiden, um 2 kurze Streifen zu erhalten. Ecken abrunden.

3 Zweiten kurzen Streifen mit 75% Dehnung im rechten Winkel aufbringen. Kräftig anreiben, um den Klebstoff zu aktivieren.

4 Schritt 1–3 mit einem zweiten Streifen wiederholen. Die Streifen sollten dann sternförmig auf dem schmerzenden Punkt liegen.

UNTERER RÜCKEN 2 Streifen; mit Partner; vorgebeugt



1 Soweit vorbeugen, dass der untere Rücken bequem gestreckt ist.

2 Ersten Streifen mit 75% Dehnung quer über den schmerzenden Bereich des Rückens führen.

3 Zweiten Streifen mit 75% Dehnung direkt unterhalb des ersten Streifens über den schmerzenden Bereich des Rückens führen.

4 Kräftig anreiben, um den Klebstoff zu aktivieren.

VERSPANNUNGEN IM NACKEN 3 Streifen; mit Partner; Kopf nach vorn geneigt



1 Vom Haaransatz ca. 8 cm nach unten gehen. Das untere Ende des Streifens seitlich an der Wirbelsäule ansetzen. Streifen mit 25% Dehnung parallel zur Wirbelsäule nach oben führen.

2 Zweiten Streifen in der gleichen Weise mit 25% Dehnung auf der anderen Seite der Wirbelsäule aufbringen.

3 Dritten Streifen mit 75% Dehnung quer über Nacken und Schultern über den schmerzenden Bereich führen.

4 Kräftig anreiben, um den Klebstoff zu aktivieren.



Einfache Videoanleitungen finden sie auf strenghtape.com

WEITERE ANWENDUNGSBEREICHE:

Rippenschmerzen

Runner's Knee

Hüftbeuger

Unterleib

Fersensporn

Rippen

Lendenwirbelsäule

Patellaspitzensyndrom

Rotatorenmanschette

Iliosacralgelenk

Karpaltunnelsyndrom

und viele mehr...

3

SIE HABEN FRAGEN?

Wir helfen.

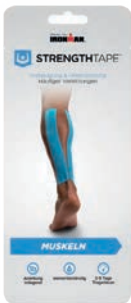
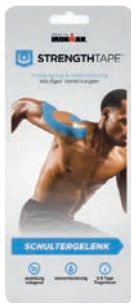
- ✉ medical@bort.com
- 🌐 www.bort.com
- ☎ +49 (0) 7151.99200-0

STRENGTHTAPE® PRE-CUT-ANWENDUNGEN

- Sprunggelenk & Fuß
- Schultergelenk
- Kniegelenk
- Handgelenk & Ellenbogen
- Rücken
- Muskeln

DEIN KÖRPER KANN MEHR

StrengthTape® wurde entwickelt um die gewohnten Belastungsstrukturen zu ergänzen. Es kann die Durchblutung verbessern und sorgt somit für mehr Ausdauer, schnellere Genesung sowie Schmerzlinderung bei kleineren Zerrungen, Prellungen und Stauchungen.



Shanghai International Holding g.Corp.GmbH (Europe)
Elfersstrasse 80, 20537 Hamburg Germany
Tel.: 0049-40-25375 Fax: 0049-40-25726



StrengthTape
1224 S River Rd STE 8100
St. George, UT 84790



D108270/D-07/14