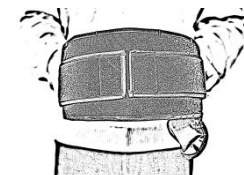




NOTICE



Tour de taille	Repères AIR LOMBAIRE
de 60 à 85 cm	I
de 85 à 110 cm	II
de 110 à 135 cm	III

Mesurer son tour de taille en cm.

Déplacer les bandes de serrage sur la surface dorsale, en face du **repère correspondant** au tour de taille mesuré précédemment, avant de **passer la ceinture en position dégonflée**.

Exemple : Pour un tour de taille de 70cm, les bandes de serrage sont positionnées au niveau du REPERE I, de part et d'autre de la colonne vertébrale.

Remarque : la ceinture se porte aussi sous les vêtements. Dans ce cas, retourner la partie gonflable sur elle-même de façon à positionner la poire de gonflage en partie supérieure, hors des vêtements.

Passer la ceinture puis **inspirer avant de refermer les velcros** sur la surface auto-agrippante en partie ventrale. Ajuster la ceinture; elle se positionne au-dessus des ailes iliaques, dans la région lombaire haute (vertèbres D12 à L4).

Gonfler alors la ceinture grâce à la poire de gonflage intégrée : appuyer avec la paume de la main sur la poire de façon à chasser l'air contenu dans celle-ci vers la ceinture. Relâcher la paume de la main pour laisser l'orifice de la poire se remplir à nouveau d'air puis répéter l'opération jusqu'à obtenir la pression désirée. Pour finir, utilisez le petit bouchon-clapet (livré avec votre ceinture) et placez le sur la valve de gonflage afin d'obstruer la sortie d'air.

L'efficacité apparaît même avec un gonflage léger ; **il n'est pas nécessaire de gonfler la ceinture au maximum**. Pour éviter tout relâchement de la ceinture dans le temps, **il est impératif de rabattre la poire de gonflage sur elle-même**, en la faisant rentrer dans l'orifice prévu à cet effet. Ainsi, la poire devient en outre complètement invisible.

La valve de dégonflage est située à l'opposé de la poire de gonflage, protégée par la bande de serrage. Pour **DÉGONFLER**, soulever la bande de serrage et appuyer sur la valve avec l'ongle d'un doigt. Il est recommandé de **dégonfler la ceinture avant de l'ôter**, afin de bénéficier de la pression du corps.

IMPORTANT : Il est possible, dans le cadre d'une utilisation prolongée, que la ceinture se dégonfle légèrement. Ceci se produira davantage si la poire n'est pas rabattue sur elle-même ; il convient alors de regonfler légèrement la structure gonflable conformément aux instructions ci-dessus.

ENTRETIEN : Laver à la main avec un savon doux, puis rincer abondamment et laisser sécher à l'air libre.

sav@maldedossolutions - www.maldedossolutions
MAL DE DOS SOLUTIONS - 7 rue de Cluj 21000 - Dijon



Informations

08 05 38 48 58

N° Gratuit - 7 j/7 - 24h/24

Dernière mise à jour de la notice : mai 2019