

Manuel d'utilisation CybGENE Kinesiology Tape

Nous vous remercions d'avoir acheté CybGENE KINESIOLOGY TAPE. Il s'agit d'une nouvelle façon révolutionnaire de traiter les blessures sportives communes. Lisez attentivement ces instructions avant utilisation, nous vous donnerons certaines applications, mais pas limité à cela.

Avertissements

1. Consultez toujours un professionnel de la santé pour obtenir des conseils.
2. C'est toujours une bonne idée de tester une petite surface avant de l'utiliser, surtout si vous souffrez des réactions allergiques.
3. Arrêtez immédiatement d'utiliser CybGENE kinésiologie ruban si cela vous irrite.
4. CybGENE Kinesiology Tape est un produit à base de coton sans latex, avec un adhésif. Ce produit n'est pas destiné à remplacer les conseils ou le traitement médical.

Conseils avant de démarrer :

- ① **APPLIQUER AVANT ACTIVITEE**
Appliquer du ruban adhésif 60 minutes avant l'activité.
- ② **PEAU PROPRE**
Nettoyer votre peau avant d'utiliser le ruban.
- ③ **ACTIVER L'ADHÉSIF**
Suivez les indicateurs pour étirer la bande et ne jamais étirer la fin de la bande.
- ④ **ENLEVER UN PEU**
Ne pas l'arracher, utilisez de l'huile pour bébé si nécessaire.
- ⑤ **ADHÈRE FERMEMENT**
Fin sur la peau non sur bande. Frottez la bande après étirement sur la peau.
- ⑥ **UTILISATION DE L'ÉTAT**
* Il est recommandé de couper le bout de la sangle à appliquer en rond (comme l'image ci-dessous montre). Cette initiative permettra d'améliorer l'adhérence.
- ⑦ **UTILISATION DES FORMES**



I - Type Y - Type X - Type Motif de résine Motif de lanterne



Aide

Si vous avez besoin de plus de renseignements ou de soutien, s'il vous plaît visitez www.cybgene.net ou envoyez-nous un email à support@cybgene.net.

APPLICATIONS

COU ET ÉPAULE

Y - Type * 1 & I - Type * 1 / I - Type * 3



1. Tête inférieure. Appliquer Y - Type avec 25 % d'étirement.



2. Appliquer I - Type avec 75 % d'étirement.

OU



1. Bande pleine sur le côté de la colonne vertébrale. Coller le cou avec un étirement de 25%.



2. Bande pleine sur l'autre côté de la colonne vertébrale. Coller le cou avec un étirement de 25%.



3. Au milieu de la bande pleine de ruban sur le point de la douleur avec un étirement de 75%.

ÉPAULE EN GÉNÉRAL

I - Type * 2 / Y - Type * 1



1. Appliquer Y - Type avec 20% d'étirement.

OU



1. Bande complète sur le deltoïde inférieure sans étirement.



2. Ruban adhésif à l'arrière de l'épaule par tronçon de 20%.



3. Bande pleine d'un demi-pouce au-dessous de la première partie de la bande sans étirement.



4. Ruban vers le haut de l'épaule par tronçon de 20%.

DOULEUR GÉNÉRALE AU COUDE

I - Type * 2



1. Bande pleine sur le bras extérieur quatre pouces au-dessus du coude sans étirement.



2. Ruban adhésif autour du coude avec 50 % d'étirement.



3. Tapez autour du coude intérieur avec 50% d'étirement.



4. Appliquer les deux derniers pouces partis sans étirement.

BAS DU DOS I - Type * 2



1. Appliquer une première bande pleine de bande avec un étirement de 75%.
2. De même que la première bande. Appliquer sur la peau non sur la première bande.

SUPPORT DE GENOU COMPLET Modèle de lanterne * 1 / I - Type * 3



1. Pliez le genou complètement. Appliquer lanterne modèle extensible de 25 % sur la rotule.
1. Au milieu de la moitié de la bande de ruban sous la rotule avec un étirement de 80%.
2. Appliquer une bande autour du bord extérieur de la rotule avec un étirement de 25%.
3. Ruban sur le genou inférieur avec étirement de 50%.
4. Appliquer une autre bande autour du bord de la rotule avec un étirement de 25%. Ruban adhésif à l'opposé du genou inférieur avec 50% d'étirement.

TENDON D'ACHILLE I - Type * 2 or 3



1. Bande pleine sous le bas de l'arc sans étirement. Ruban vers le haut du talon d'Achille avec un étirement de 50%.
2. Au milieu d'une demi-bande sur le point de la douleur avec 50% d'étirement.
3. Si la douleur est plus élevée sur le tendon, ancrer le milieu d'une moitié de bande à un autre point de douleur.
4. Frottez pour activer l'adhésif.

DOULEUR DU POIGNET I - Type * 2



1. Au milieu d'une demi-bande de ruban au-dessus du poignet avec un étirement de 80%.
2. Moyen de la deuxième moitié de bande de ruban adhésif au bas du poignet avec un étirement de 80%. Appliquer les extrémités de la bande sans étirement autour du poignet.
3. Bande pleine au dos de la main sans étirement.
4. Ruban vers le haut du bras avec un étirement de 25%.

DOULEUR AU MOLLET I - Type * 2



1. Bande pleine trois pouces au-dessus de la base du talon sans étirement.



2. Tapez autour du côté intérieur du mollet avec un étirement de 25%.



3. Appliquer les deux derniers pouces de la bande sans étirement.



4. Appliquer une autre bande suivant les étapes ci-dessus, pour former un V.

AUTRES APPLICATIONS

