

CybGENE Kinesiologie Tape Anwenderhandbuch

VIELEN DANK, DASS SIE DAS CybGENE KINESIOLOGIE TAPE GEKAUFT HABEN. Dies ist ein revolutionärer, neuer Weg, übliche Sportverletzungen zu behandeln. Lesen Sie diese Anleitung sorgfältig, bevor Sie sie benutzen, wir geben Ihnen einige Anwendungen, aber es nicht darauf beschränkt.

Warnungen

1. Konsultieren Sie immer einen Arzt.
2. Es ist immer eine gute Idee, vor Gebrauch einen kleinen Bereich zu testen, besonders wenn Sie unter allergischen Reaktionen leiden.
3. Stoppen Sie die Verwendung von CybGENE Kinesiologie Tape sofort, wenn Sie irgendwelche Reizungen sehen.
4. CybGENE Kinesiologie Tape ist ein Non-Latex, Baumwoll-basiertes Produkt mit einer klebenden Rückseite. Dieses Produkt soll medizinischen Rat oder die Behandlung nicht ersetzen.

8

Tipps bevor Sie beginnen:

- ① **ANWENDEN VOR DER AKTIVITÄT**
Wenden Sie das Tape 60 Minuten vor der Aktivitäten.
- ② **HAUT SÄUBERN**
Reinigen Sie Ihre Haut bevor Sie das Tape verwenden.
- ③ **AKTIVIEREN SIE KLEBSTOFF**
Folgen Sie den Indikatoren, um das Tape zu strecken und strecken Sie nie das Ende des Tapes.
- ④ **ENTFERNEN SIE SANFT**
Reißen Sie es nicht ab, verwenden Sie Babyöl, falls nötig.
- ⑤ **FEST ANWENDEN**
Auf der Haut enden, nicht auf dem Tape. Reiben Sie das Tape nach dem Ausdehnen auf der Haut.
- ⑥ **ZUSTAND ANWENDEN**
* Es wird empfohlen, das Ende des Tapes rund zu schneiden(wie das Bild unten zeigt). Dies wird die Haftfestigkeit erhöhen.

- ⑦ **VERWENDUNG VON FORM**



Kundendienst

Wenn Sie weitere Information oder Unterstützung brauchen, besuchen Sie bitte www.cybgene.net oder per E-Mail an support@cybgene.net.

9

ANWENDUNGEN

HALS & SCHULTER

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



1. Unterer Kopf. Anwendung Y - Typ mit 25% Dehnung.

2. Anwendung I - Typ mit 75% Dehnung.

1. Ganzer Streifen bis zur Seite der Wirbelsäule. Hals abkleben mit 25% Dehnung.

2. Ganzer Streifen bis zur gegenüberliegenden Seite der Wirbelsäule. Hals abkleben mit 25% Dehnung.

3. Mitte des vollen Streifens des Tapes über den Punkt des Schmerzes hinaus mit 75% Ausdehnung.

10

ALLGEMEINE SCHULTER I - Typ * 2 / Y - Typ * 1



1. Y - Typ mit 20% Dehnung anwenden.

1. Ganzer Streifen auf dem unteren Deltamuskel ohne Dehnung.

2. Tape um den Rücken der Schulter mit 20% Dehnung.

3. Ganzer Streifen etwas über 1.5 cm unter dem ersten Stück des Tapes ohne Dehnung.

4. Tape bis zur Oberseite der Schulter mit 20% Dehnung.

ALLGEMEINE ELLBOGEN SCHMERZ I - Typ * 2



1. Ganzer Streifen auf dem äußeren Arm 10 cm über dem Ellenbogen ohne Dehnung.

2. Tape um den Ellenbogen mit 50% Dehnung.

3. Tape um inneren Ellenbogen mit 50% Dehnung.

4. Wenden Sie die letzten 5 cm Tape ohne Dehnung an.

11

UNTERER RÜCKEN I - Typ * 2



1. Wenden Sie den ersten ganzen Streifen Tape mit 75% Dehnung an.
2. Dasselbe wie das erste Tape. Auf der Haut anwenden nicht auf das erste Tape.

VOLLE KNIE UNTERSTÜTZUNG Laternen-Muster * 1 / I - Typ * 3



1. Beugen Sie das Knie vollständig. Laternenmuster mit 25% Dehnung auf Kniescheibe anwenden.

1. Mitte des halben Bandstreifens unter Kniescheibe mit 80% Dehnung.

2. Wenden Sie das Tape um den äußeren Rand der Kniescheibe mit 25% Dehnung an.

3. Tape über das untere Knie mit 50% Dehnung.

4. Wenden Sie ein anderes Tape um den Rand der Kniescheibe mit 25% Dehnung. Tape gegenüber dem unteren Knie mit 50% Dehnung.

12

ACHILLES TENDONITIS I - Typ * 2 oder 3



1. Ganzer Streifen unter dem Boden des Bogens ohne Dehnung. Tape auf die Achilles mit 50% Dehnung.



2. Mitte eines halben Streifens über den Punkt des Schmerzes mit 50% Dehnung.



3. Falls Schmerzen höher auf Sehne, verankern Sie Mitte eines zweiten Halbstreifens zu einem anderen Punkt des Schmerzes.



4. Reiben um Haftung zu aktivieren.

HANDGELENKSCHMERZ I - Typ * 2



1. Mitte eines halben Bandstreifens an der Oberseite des Handgelenks mit 80% Dehnung.



2. Mitte eines zweiten halben Streifens von Tape unten aufs Handgelenk mit 80% Dehnung. Wenden Sie das Ende des Tapes ohne Dehnung um das Handgelenk an.



3. Ganzer Streifen auf der Hand ohne Dehnung.



4. Den Arm mit Tape binden mit 25% Dehnung.

13

WADENSCHMERZEN I - Typ * 2



1. Voller Streifen 7,5 cm über der Basis der Ferse ohne Dehnung.



2. Tape um die Innenseite der Wade herum mit 25% Dehnung.



3. Wenden Sie die letzten 5 cm des Tapes ohne Dehnung an.



4. Wenden Sie ein anderes Tape nach den oben genannten Schritten an, um ein V zu bilden.

WEITERE ANWENDUNGEN

