

STRÆK STYRKE STABILITET

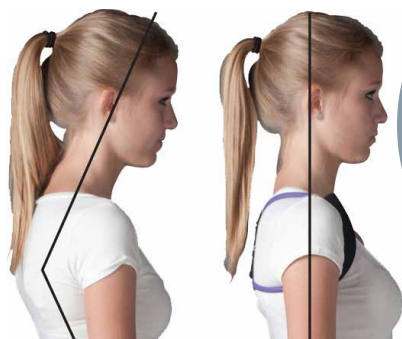
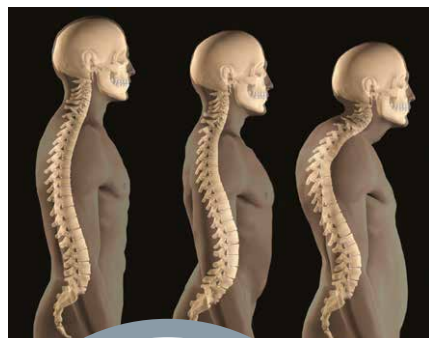
FÅ DEN GODE
HOLDNING
TILBAGE!



Hjælp til dårlig kropsholdning

Vores kroppe er ikke egnet til at sidde stille og være inaktive i længere tid. Rigtig mange mennesker har svært ved at opretholde den korrekte kropsholdning under helt almindelige daglige aktiviteter, såsom at sidde ved computeren, køre bil, se fjernsyn, gå mv.

En dårlig kropsholdning kan give mange problemer.



**FÅ DEN GODE
HOLDNING
TILBAGE!**



MED EN FORBEDRET HOLDNING KAN DU:

- Reducere smerter i ryg og nakke
- Øge blodcirkulationen
- Reducere blodtrykket
- Lette vejrtrækningen
- Reducere svimmelhed og hovedpine
- Øge bevægelsesapparatet
- Få forbedret søvnkvalitet

Hvordan bruges holdningselastikken

Elastikken er både nem at bruge og have med overalt. Brug den på job, i bilen, til træning og hvor du har brug for den.

Vi anbefaler, at elastikken bruges 2 - 3 gange om dagen, og start med små intervaller á 15 min. Gradvist kan tiden øges, når styrken i muskulaturen forbedres.



- Giver hurtige resultater
- Kan bruges af alle
- Brug den overalt
- Fås i 5 størrelser &
- 2 styrker

Elastikken fungerer både som holdningselastik, men kan også bruges til at træne med. Der findes et væld af både stræk- og styrkeøvelser.

For at opnå den gode holdning, har muskulaturen brug for både stræk, styrke og stabilitet. Med Posture Medic holdningselastik får du det hele:

STRÆK - STYRKE - STABILITET

Find den rigtige størrelse der passer lige netop til dig, ved at bruge størrelsestabellen på bagsiden.

Størrelsestabel



Original styrke

- LYSEBLÅ X-Small
- RØD Small
- GRØN Medium
- GUL Large
- SORT X-Large

PLUS styrke

- LILLA Small
- BLÅ Medium
- SØLVGRÅ Large
- ORANGE X-Large

Height (cm)	Weight (kg)																	
	32	36	41	45	50	55	60	64	68	73	77	82	86	91	95	100	105	109
142	XS	XS	XS	XS	XS	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
145	XS	XS	XS	XS	XS	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
147	XS	XS	XS	XS	XS	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
150	XS	XS	XS	XS	XS	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
152	XS	XS	XS	XS	XS	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
155	XS	XS	XS	S	S	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
157	XS	XS	XS	S	S	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
160	XS	XS	XS	S	S	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
163	S	S	S	S	S	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
165	S	S	S	S	S	S	S	S	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
168	-	-	-	M	M	M	M	M	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
170	-	-	-	M	M	M	M	M	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
173	-	-	-	M	M	M	M	M	M	M	M	L	L	L	L	XL	XL	XL
175	-	-	-	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	XL	XL	XL
178	-	-	-	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	XL	XL	XL
180	-	-	-	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	XL	XL	XL
183	-	-	-	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	L	XL	XL	XL
185	-	-	-	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL
188	-	-	-	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL
190	-	-	-	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL
193	-	-	-	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL	XL

Størrelsesskemaet indregner ikke brystvidde i overstørrelse

Original styrke af Posture Medic anbefales til de fleste.
 PLUS-styrke anbefales til atleter eller personer, som styrketræner regelmæssigt.



sports pharma as
 Niels Bohrs Vej 7
 DK-7100 Vejle

tlf +45 7584 0533
 sp@sportspharma.dk

For mere information omkring Posture Medic holdningselastik
 -venligst kontakt os eller besøg vores hjemmeside:

sportspharma.dk