

# User Manuals



## Waist Supporter

With a long touch fastener itself, wear it around your waist, and adjust the length to fit at the waist.

In the whole of exercise, the waist supporter can adjust the force balance, making the movement easier and more powerful. To provide a certain support, support the waist, reduce the muscle force, protect the waist sprain. As wear less in the exercise, and sweating more, easy to get cold, it can be to keep you warm. In addition, it also has a good effect in shaping the body.



## **Anleitung zur Verwendung der Tailienstütze**

- 1. Anlegen der Tailienstütze:** Wickeln Sie die Tailienstütze um Ihre Taille. Verwenden Sie den langen Touch-Verschluss, um die Passform

individuell anzupassen. Stellen Sie sicher, dass die Stütze angenehm sitzt, ohne einzuengen.

**2. Vorteile während der Übung:**

- Unterstützt die Balance der Kräfte und erleichtert Bewegungen.
- Reduziert Muskelbelastungen und beugt Verstauchungen vor.
- Bietet eine zusätzliche Stabilisierung der Taille.

**3. Wärmende Eigenschaften:** Die Tailienstütze hält Ihren Körper warm, besonders bei schweißtreibenden Aktivitäten, um Auskühlung und Erkältungen vorzubeugen.

**4. Körperformung:** Zusätzlich zur Unterstützung hat die Tailienstütze einen positiven Effekt auf die Körperkontur und kann zur Formgebung beitragen.