

Polski (PL) Instrukcja: Wsuń opaskę na nogę i ustaw ją na wysokości łydki, tak aby zapewniała równomierny ucisk i wsparcie mięśni podczas aktywności. **Ostrzeżenie:** Nie używaj produktu na otwarte rany ani w przypadku zaburzeń krążenia, a jeśli wystąpi silny ból lub drętwienie nogi, natychmiast zdejmij opaskę.

Lietuvių (LT) Instrukcija: Užmaukite įtvary ant kojos ir nustatykite jį blauzdos aukštyje, kad jis užtikrintų tolygų suspaudimą ir raumenų atramą veiklos metu. Įspėjimas: Nenaudokite gaminio ant atvirų žaizdų arba esant kraujotakos sutrikimams, o pajutę stiprų skausmą ar kojos tirpimą, nedelsdami nuimkite įtvary.

Deutsch (DE) Anleitung: Ziehen Sie die Bandage über das Bein und positionieren Sie diese auf Wadenhöhe, sodass sie während der Aktivität gleichmäßigen Druck und Muskelunterstützung bietet. **Warnung:** Verwenden Sie das Produkt nicht auf offenen Wunden oder bei Durchblutungsstörungen; nehmen Sie die Bandage sofort ab, wenn starke Schmerzen oder Taubheitsgefühle im Bein auftreten.

Nederlands (NL) Instructie: Schuif de band over het been en plaats deze op kuithoogte, zodat deze gelijkmatige druk en spierondersteuning biedt tijdens activiteit. **Waarschuwing:** Gebruik het product niet op open wonden of bij circulatiestoornissen; verwijder de band onmiddellijk als er hevige pijn of gevoelloosheid in het been optreedt.

English (ENG) Instruction: Slide the sleeve onto your leg and position it at calf height so that it provides even pressure and muscle support during activity. **Warning:** Do not use the product on open wounds or in case of circulatory disorders, and if severe pain or leg numbness occurs, remove the sleeve immediately.

Suomi (FIN) Ohje: Vedä tuki jalan päälle ja aseta se pohkeen korkeudelle siten, että se antaa tasaisen paineen ja lihastuen suorituksen aikana. **Varoitus:** Älä käytä tuotetta avohaavoihin tai jos sinulla on verenkiertohäiriöitä, ja

jos ilmenee kovaa kipua tai jalan puutumista, poista tuki välittömästi.

Română (RO) Instrucțiuni: Glisați bandajul pe picior și poziționați-l la nivelul gambei, astfel încât să ofere o presiune uniformă și susținere musculară în timpul activității. **Avertisment:** Nu utilizați produsul pe răni deschise sau în caz de tulburări circulatorii, iar dacă apare o durere severă sau amorțeală la nivelul piciorului, scoateți imediat bandajul.

Čeština (CZ) Návod: Nasuňte bandáž na nohu a umístěte ji do výše lýtky tak, aby zajišťovala rovnoměrný tlak a podporu svalů během aktivity. **Varování:** Výrobek nepoužívejte na otevřené rany ani v případě poruch krevního oběhu a pokud se objeví silná bolest nebo znecitlivění nohy, bandáž okamžitě sejměte.

Eesti (EST) Juhis: Libistage tugi jalale ja asetage see sääre kõrgusele nii, et see tagaks tegevuse ajal ühtlase surve ja lihastoe. **Hoiatus:** Ärge kasutage toodet lahtistel haavadel ega vereringehäirete korral ning eemaldage tugi koheselt, kui tekib tugev valu või jala suremine.

Slovenščina (SI) Navodila: Opornico potegnite na nogo in jo namestite na višino meč, da zagotovite enakomeren pritisk in oporo mišicam med aktivnostjo. **Opozorilo:** Izdelka ne uporabljajte na odprtih ranah ali v primeru motenj krvnega obtoka, če pa se pojavi močna bolečina ali odrevenelost noge, opornico takoj odstranite.

Slovenčina (SK) Návod: Nasuňte bandáž na nohu a umiestnite ju do výšky lýtky tak, aby zaisťovala rovnomerný tlak a podporu svalov počas aktivity. **Varovanie:** Výrobok nepoužívajte na otvorené rany ani v prípade porúch krvného obehu a ak sa objaví silná bolesť alebo znecitlivenie nohy, bandáž okamžite zložte.

Български (BG) Инструкция: Плъзнете превръзката върху крака и я позиционирайте на нивото на прасеца, така че да осигурява равномерен натиск и опора на мускулите по време на активност. **Предупреждение:** Не

използвайте продукта върху открити рани или при нарушения на кръвообращението, а ако се появи силна болка или изтръпване на крака, незабавно свалете превръзката.

Hrvatski (HR) Upute: Navucite steznic na nogu i postavite ga na visinu lista tako da pruža ujednačen pritisak i potporu mišićima tijekom aktivnosti. **Upozorenje:** Nemojte koristiti produkt na otvorenim ranama ili u slučaju poremećaja cirkulacije, a ako se pojavi jaka bol ili utrnulost noge, odmah skinite steznic.

Magyar (HU) Használati útmutató: Húzza fel a bandázst a lábára, és helyezze el vádlimagasságban úgy, hogy egyenletes nyomást és izomtámogatást biztosítson a tevékenység során. **Figyelmeztetés:** Ne használja a terméket nyílt sebeket vagy keringési zavarok esetén, és ha erős fájdalom vagy lábzsibbadást tapasztal, azonnal vegye le a bandázst.

Latviešu (LV) Instrukcija: Uzvelciet saiti uz kājas un novietojiet to apakšstilba augstumā tā, lai tā nodrošinātu vienmērīgu spiedienu un muskuļu atbalstu aktivitātes laikā. **Brīdinājums:** Nelietojiet izstrādājumu uz vaļējām brūcēm vai asinsrites traucējumu gadījumā, un, ja rodas stipras sāpes vai kājas tirpšana, nekavējoties noņemiet saiti.

Italiano (IT) Istruzioni: Infilare la fascia sulla gamba e posizionarla all'altezza del polpaccio in modo che garantisca una pressione uniforme e il supporto muscolare durante l'attività. **Avvertenza:** Non utilizzare il prodotto su ferite aperte o in caso di disturbi circolatori e, se si avverte un forte dolore o intorpidimento alla gamba, rimuovere immediatamente la fascia.