



**Dank je wel dat je de echte DYNABAND™ hebt aangeschaft!
We waarderen het zeer dat je voor dit kwaliteitsproduct hebt gekozen.**

DYNABAND™ wordt als sinds 1986 geïmporteerd door BodyWorks International BV te Groningen. **Waarschijnlijk is DYNABAND™ het meest nagemaakte product van de wereld. Tal van bedrijven zeggen dat ze een DYNABAND™ verkopen maar sturen je dan een goedkoop namaak product. Wij proberen dat tegen te gaan door veel promotie te doen maar dat lukt niet altijd.**

Daarom zijn we extra blij dat je een ECHTE DYNABAND™ hebt gekocht. Waarschijnlijk heeft je fysiotherapeut het aangeraden om te trainen met een DYNABAND™.

Je wilt wat meer spieren of de fysiotherapeut heeft je oefeningen meegegeven om je spieren sterker te maken of om (een) blessure(s) aan te pakken en die te gaan verhelpen met de DYNABAND™.

In het pakketje met jouw DYNABAND™ zit ook een oefeningen poster. De poster sturen we naar iedereen omdat je de DYNABAND™ ook nog kan gebruiken nadat je blessure(s) zijn verholpen.

Tevens zie je in het pakketje een paar tips voor een goed behoud van je DYNABAND™.

DUBBELE WEERSTAND

Wat super belangrijk is voor het goed gebruik van de weerstandsband DYNABAND™ is dat je **DUBBELE** weerstand gebruikt! Dus **weerstand** op de DYNABAND™ **bij het uitrekken** maar ook **weerstand bij het terug laten komen** van de DYNABAND™. Zorg dus altijd voor spanning op de DYNABAND™. Inademen bij het uitrekken, uitademen bij de spanning op de DYNABAND™ loslaten.

Let op je houding! Trek je schouders niet in je nek. Zet een muziekje op met 8 tellen en doe diverse series van 8 als je dat haalt. Indien je fysiotherapeut andere instructies geeft houd je daar dan aan!

VAKANTIE

Neem de DYNABAND™ mee op vakantie maar houdt de DYNABAND™ **UIT DE ZON!** De DYNABAND™ weegt niets en is gemakkelijk om mee te nemen. Hang je oefenposter op in je (hotel) kamer en ga lekker je oefeningen doen en eh.. **GENIET** van je vakantie!

LET OP VOOR NAMAAK!



© 1986 -2019 ALL RIGHT RESERVED BodyWorks International BV

www.dynaband.com

Meer BodyWorks™ producten: www.blenderbottles.nl en www.painmaster.nl

HEEL VEEL PLEZIER EN SUCCES MET JE DYNABAND TRAINING!