

## Gebruikershandleiding

### **Hoe doe je de zweetband om?**

Onze zweetbanden zijn gemaakt van een speciaal materiaal dat is ontworpen om lichaamswarmte te isoleren. Doe de band om voordat je de rest van uw kleding draagt. Het moet precies om je middel en onderrug passen. Als het eenmaal is gelukt, kleed je je aan. Zorg ervoor dat uw kleding de band volledig bedekt en er niet in zit. Als je kleding in de band zit, zal het niet zo effectief werken.

### **Hoe gebruik je de zweetband?**

Voer je normale trainingsroutine uit. Hoe warmer je lichaam wordt, des te efficiënter de zweetband gaat werken. Als er meer warmte wordt vastgehouden, zal je lichaam meer zweten en extra watergewicht afgeven. Draag de riem elke keer dat je traint om de hoeveelheid watergewicht die je verliest te verhogen. Als je de zweetband tijdens je dagelijkse activiteiten draagt, moet je mogelijk een extra onderhemd dragen.

### **Hoe was je de zweetband?**

Was je zweetband na elke paar keer gebruik (zo niet na elk gebruik). Met al het zweet dat het opneemt, kan het gaan stinken. Was de zweetband echter niet in uw wasmachine, want hierdoor kan de band uitrekken of de stof beschadigen. Was de zweetband in plaats daarvan met de hand en leg hem plat neer om te drogen. Gebruik geen bleekmiddel, dit zal vlekken op de zweetband veroorzaken. De band niet strijken, omdat dit de stof doet smelten en de zweetband verzwakt.

Bedankt en we wensen u nog veel plezier tijdens het gebruiken van onze zweetband!