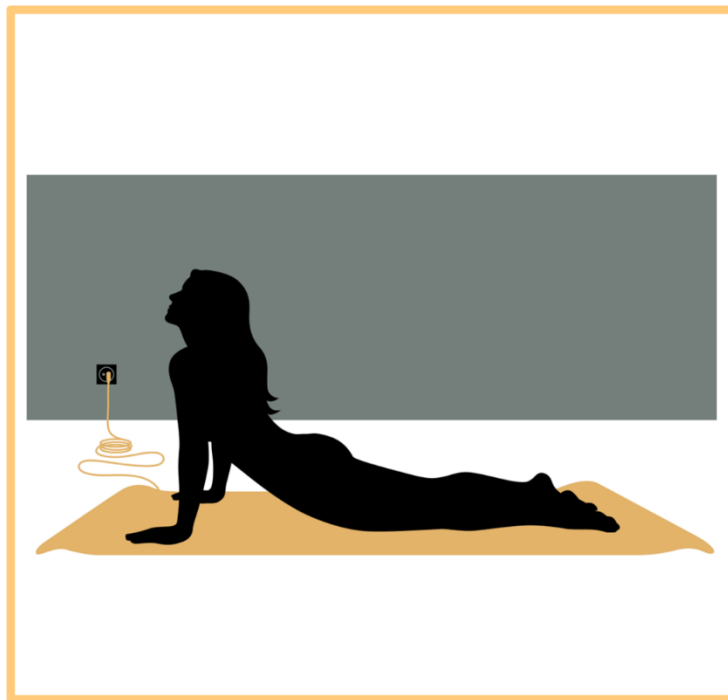




Handleiding

Earthing Yoga Mat

183x63cm



Gebruik van de aardingsbureaummat:

1. Haal de mat uit de verpakking:



2. Verbind het uiteinde van de aardingskabel met de aardingsknop op de mat:



3. Steek de stekker van de aardingskabel in een geaard stopcontact:



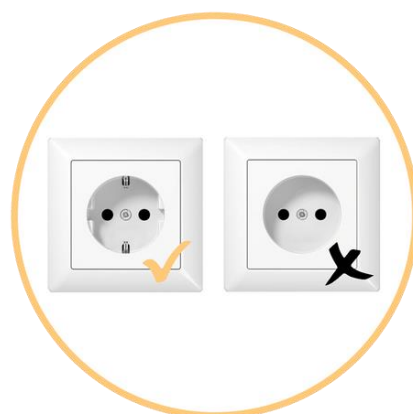
4. Rol de mat uit en maak bij voorkeur direct huidcontact met de mat (bijv. via handen of voeten) het 'aarden' te ervaren:



5. Maak bij voorkeur direct huidcontact met de mat (bijv. via handen of voeten) voor het beste effect:



6. 30 à 40 minuten per dag contact met de mat is genoeg om het genezingsproces van het 'aarden' te ervaren. Te veel aarding bestaat niet.



Hoe maak je de mat schoon?

De mat is gemaakt vegan kunstleer en rubber. Schoonmaken van de mat kan het beste met een zachte, natuurlijke zeep, verdund met veel water. Wrijf de mat in met een vochtige (niet schurende) doek of zachte spons.

Hoe weet je of een stopcontact geaard is?

Een geaard stopcontact bevat naast de twee gaatjes ook twee ijzeren penntjes, één aan de bovenkant en één aan de onderkant van het stopcontact. Bij een niet-geaard stopcontact zie je alleen de twee gaatjes waar je de stekker insteekt. Hierboven een afbeelding van een geaard en niet-geaard stopcontact.