

SE

THERABAND DYNAMIC RESISTANCE HÅRDA TRÄNINGSBAND

INLEDNING

Avised Anledning:
Theraband hård träningssband är utformad för att förstärka din kroppsstyrka, förhöja din kondition och öka din styrka. Theraband hård träningssband är slitstarkt och slitstarkt och är praktiskt och bärbart sått att bygga styrka både över- och under kroppen. Den är lätt att transportera och förvara. Theraband hård träningssband är idealiska lösningar för att förbättra löpning, skidskidsteckning och träningspass för hela kroppen.

Theraband Hård Träningssband (Motståndsbånd)

Uppskattade motståndnivåer baseras på maximal dragkraft på sträckbandet mellan 100 % och 200 % utsträckning:

ARTIKEL	FÄRG	Uppskattat motstånd/kg (vid 100 % utsträckning)	Uppskattat motstånd/kg (vid 200 % utsträckning)
THERABAND HÅRD TRÄNINGSBAND - Lätt / 7 kg	15 LB / 7 KG	20 LB / 9 KG	
THERABAND HÅRD TRÄNINGSBAND - Medium / 11 kg	25 LB / 11 KG	35 LB / 16 KG	
THERABAND HÅRD TRÄNINGSBAND - Tung / 16 kg	35 LB / 16 KG	50 LB / 23 KG	
THERABAND HÅRD TRÄNINGSBAND - Extra tung / 23 kg	50 LB / 23 KG	80 LB / 36 KG	

Observera: Therabands® ovals indikator illustrerar bandets vikt. När bandet är utströckt till sin dubbla viktning (100 % utsträckning) blir indikationen en cirkel (se illustration nedan).



BAND VID VILA
100 % UTSTRÄCKNING

VIKTIG SÄKERHETSINFORMATION

Den här symbolen är en säkerhetsvarning. Den används för att uppmärksamma dig om viktig säkerhetsinformation. Läs och följ alla säkerhetsmeddelanden som följer denna symbol för att undvika olyckor och personskador.

Följ dessa instruktioner varje gång du ska använda träningsbandet:

- Produkten Theraband® ska endast användas för avsett syfte. De kan orsaka allvarig personskada när de inte används på den avsett sätt. Följ instruktionerna som du fått an hålls- och sjukvårdspersonal samt den bruksanvisningen som finns på www.theraband.com/care-and-safety. Produkter med elastiskt motstånd kan slängas tillbaka mot kroppen, bli sig att falla eller orsaka allvariga personskador om instruktionerna inte följs.
- Kontrollera din hålls- och sjukvårdspersonal innan du påbörjar något träningsprogram. Om du har ett medicinskt tillstånd, ska dessa godkännas innan du börjar använda produkten.
- Konsultera hålls- och sjukvårdspersonal om du använder denna produkt som en del av sjukvårksmetoder i rehabiliteringsprogram.
- Ha tillräfförståelse för träningsplanen är ändrad välgående. De ska inte användas i instruktionerna från din hälsovetenskapliga hälsovetenskapliga professioner varje gång för skador innan och efter den senaste. Leta efter skador där bandet kan ha knäckts, knärens eller blivit slit i ett handtag. Använd inte en bandet har revor, hack eller är punkter. Kassera omedelbart skadade produkter.
- Undvik värdmattor som kan punktera eller orsaka revor i bandet, som smycken, naglar, föremål på golvet eller under din sko. Kassera omedelbart produktion om du hittar revor, hack eller slit.
- Använd endast Theraband®-produkter i lugna områden där du inte ska springa, springa eller gå fort. Undvik områden där det finns snubblingsskador. Använd inte på våta eller hala golv.
- Använd dem motståndsbånd som du korrekt och säkert kan fullfölja varje övning med.
- Om din hålls- och sjukvårdspersonal rekommenderar att du använder detta band, rådfråga dem innan du går upp till nästa produktnivå.
- Produkter är inte en lek. Fårnars utrustning är till för hälsud. Bandet ska endast användas av barn när en vuxen person har utöppat och fått anvisning av träningspersonal.

Vår försiktig: Dessa produkt innehåller tork gummitvål, vilket kan orsaka allergiska reaktioner.

Följ alltid dessa instruktioner när Theraband hård träningssband används:

- Intag varje övning påbörjas, se till att bandet är ordningigt fast vid dina händer/öron. Kontrollera att det är stramt (kraftigt i mellansta tillbakå). Om bandet löses, se till att det är säkert (kraftigt i ett stabilt föremål).
- Om du eller någon annan använder produkten som kan leda till att det gör skador och träffar huvudet, vilket kan orsaka ögonskador. Bli ögonskyddat.
- Intag oavsett om du använder produkten till de bökad med dem. Följ alla sidans övningarna med produkten.
- Använd aldrig produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
- Håll alltid händerna på fastpunkten under hela övningen. Alla träningsband kan gå sönder eller glida ur sin fästningspunkt när de används. Det kan slängas tillbaka mot din kropp eller bli dig att falla, vilket kan orsaka allvariga personskador.
- Slipp inte Theraband®-motståndsprодукtion om du är sladd. **Låt inte bandet smälla tillbaka.**
- Översträck inte produkten (mer än 3 gånger dess viktning).
- Undvik alla övningar på ett löstgolv, kontrollerad slit. Du ska aldrig klänna att du "saknar kontroll". Ta kontroll över produkten så till inte den kontrolleri över dig.
- Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
- För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
- Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
- Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
- Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
- Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
- Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
- Produkter är inte en lek.
- Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
- Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

Skidålls för Theraband hård träningssband:

- Kassera skidålls produkt:
 - Om bandet används i korsat vett (inklusive beslag, spärr, åk) skidålls bandet ordningigt med knävarn och toka av. Lossa lösa alla tillbehör eller fästningspunkter efter varje användning.
 - Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
 - För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
 - Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
 - Produkter är inte en lek.
 - Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
 - Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

Skidålls för Theraband hård träningssband:

- Kassera skidålls produkt:
 - Om bandet används i korsat vett (inklusive beslag, spärr, åk) skidålls bandet ordningigt med knävarn och toka av. Lossa lösa alla tillbehör eller fästningspunkter efter varje användning.
 - Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
 - För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
 - Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
 - Produkter är inte en lek.
 - Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
 - Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

Skidålls för Theraband hård träningssband:

- Kassera skidålls produkt:
 - Om bandet används i korsat vett (inklusive beslag, spärr, åk) skidålls bandet ordningigt med knävarn och toka av. Lossa lösa alla tillbehör eller fästningspunkter efter varje användning.
 - Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
 - För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
 - Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
 - Produkter är inte en lek.
 - Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
 - Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

Skidålls för Theraband hård träningssband:

- Kassera skidålls produkt:
 - Om bandet används i korsat vett (inklusive beslag, spärr, åk) skidålls bandet ordningigt med knävarn och toka av. Lossa lösa alla tillbehör eller fästningspunkter efter varje användning.
 - Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
 - För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
 - Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
 - Produkter är inte en lek.
 - Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
 - Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

Skidålls för Theraband hård träningssband:

- Kassera skidålls produkt:
 - Om bandet används i korsat vett (inklusive beslag, spärr, åk) skidålls bandet ordningigt med knävarn och toka av. Lossa lösa alla tillbehör eller fästningspunkter efter varje användning.
 - Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
 - För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
 - Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
 - Produkter är inte en lek.
 - Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
 - Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

Skidålls för Theraband hård träningssband:

- Kassera skidålls produkt:
 - Om bandet används i korsat vett (inklusive beslag, spärr, åk) skidålls bandet ordningigt med knävarn och toka av. Lossa lösa alla tillbehör eller fästningspunkter efter varje användning.
 - Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
 - För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
 - Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
 - Produkter är inte en lek.
 - Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
 - Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

Skidålls för Theraband hård träningssband:

- Kassera skidålls produkt:
 - Om bandet används i korsat vett (inklusive beslag, spärr, åk) skidålls bandet ordningigt med knävarn och toka av. Lossa lösa alla tillbehör eller fästningspunkter efter varje användning.
 - Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
 - För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
 - Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
 - Produkter är inte en lek.
 - Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
 - Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

Skidålls för Theraband hård träningssband:

- Kassera skidålls produkt:
 - Om bandet används i korsat vett (inklusive beslag, spärr, åk) skidålls bandet ordningigt med knävarn och toka av. Lossa lösa alla tillbehör eller fästningspunkter efter varje användning.
 - Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
 - För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
 - Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
 - Produkter är inte en lek.
 - Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
 - Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

Skidålls för Theraband hård träningssband:

- Kassera skidålls produkt:
 - Om bandet används i korsat vett (inklusive beslag, spärr, åk) skidålls bandet ordningigt med knävarn och toka av. Lossa lösa alla tillbehör eller fästningspunkter efter varje användning.
 - Om du eller någon annan använder produkten i en avgränsad belysning. Upprätthåll ständig balans. Upprätthåll korrekt kroppshållning under övningar.
 - För exempel av korrekt kroppshållning gå till THERABAND.COM/INFO
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Liksom vid all träning kan du känna av träningsvärk under de första dagarna. Om smärta kvarstår över flera dagar, rådgå på en hälsovetenskaplig professionell.
 - Om du bär ett band, använd det alltid på bandet i samma riktning som du har det alltid under.
 - Afört träningspass om du upplever svår, andningsbesvärigheter, ökad smärta eller om illamående uppstår. Kontakta din hälsovetenskapliga ompländare.
 - Intag oavsett om du använder produkten för att flyta en person eller liknande utöver marken eller för att hålla upp en person i luften.
 - Produkter är inte en lek.
 - Fåll inte Theraband-produkter vid vårdns anslutna eller knapp.
 - Theraband®-produkter ska aldrig löslas eller svällas.

KR

THERABAND DYNAMIC RESISTANCE

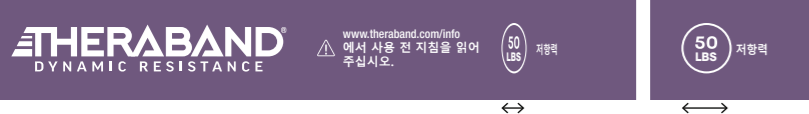
고강도 근력 밴드

소개
Theraband 고강도 근력 밴드는 사용자의 소근육 수명을 향상시키고, 신체를 더욱 단련시키고, 힘을 향상시키기 위해 고안되었습니다. Theraband 고강도 근력 밴드는 배우기 쉽거나 심하게 운동을 할 수 없는 개인이 운동할 수 있고 편리한 수단을 제공합니다. 네 가지 저항력 범위로 수준으로 이동할 수 있는 Theraband 고강도 근력 밴드는 유연성, 부상 후 재, 전신 운동을 향상시키기 위한 이상적인 솔루션입니다.

Theraband® 고강도 근력 밴드(저항력 차트)
무엇 저항력 수준은 100%와 200% 사용자를 기준으로 지정합니다.

항목	색상	추정 저항력 파운드(100% 인장 시)	추정 저항력 파운드(200% 인장 시)
THERABAND 고강도 근력 밴드 - 라이트 / 15파운드	15 파운드 / 7 KG	20 파운드 / 9 KG	
THERABAND 고강도 근력 밴드 - 미디엄 / 25파운드	25 파운드 / 11 KG	35 파운드 / 16 KG	
THERABAND 고강도 근력 밴드 - 헤비 / 35파운드	35 파운드 / 16 KG	50 파운드 / 23 KG	
THERABAND 고강도 근력 밴드 - X-헤비 / 50파운드	50 파운드 / 23 KG	80 파운드 / 36 KG	

참고 사항: Theraband®에 있는 타원형 표시는 자신의 저항력의 밴드를 나타냅니다. 밴드가 자신 상태 길이 (100% 인장)에서 두 배로 늘어나면, 해당 표시가 붉어집니다(아래 그림 참조).



자연 상태
100 % 인장

중요 안전 정보

이 기호는 안전 경고 기호입니다. 이 기호는 잠재적 위해 중요한 안전 정보를 알리기 위해 사용됩니다. 사고와 안전 일생명을 피하려면 이 기호를 나오는 모든 안전 메시지를 읽고 지킵시다.

매번 근력 밴드를 사용하기 전에, 다음 지침을 따르십시오.

- Theraband® 제품용 모든 지침을 사용하여 지킵시다. 지침서를 사용하여 있는 경우 심각한 상황에 따라 지킬 수 있습니다. 제품용이 제공되는 지침서 www.theraband.com/care-and-safety에 나와 있으며, 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 신속히 지원력 제품들은 여러 번의 신체를 당길 때 손가락을 염려하지 할 수 있고 더 지침을 따르십시오. 부상당한 상태를 피할 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전에 열매 스키어와 상담하십시오. 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- 운동 프로그램에 참여할 때 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.

주의: 이 제품을 사용한 경우 근육 마력스가 있어 열매 스키어 반환을 유발할 수 있습니다.

- Theraband® 제품은 사용자에게 반환을 위해 제공되는 지침을 사용하여 지킵시다. 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 제품용이 제공되는 지침서 www.theraband.com/care-and-safety에 나와 있으며, 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 신속히 지원력 제품들은 여러 번의 신체를 당길 때 손가락을 염려하지 할 수 있고 더 지침을 따르십시오. 부상당한 상태를 피할 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전에 열매 스키어와 상담하십시오. 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- 운동 프로그램에 참여할 때 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.

주의: 이 제품을 사용한 경우 근육 마력스가 있어 열매 스키어 반환을 유발할 수 있습니다.

- Theraband® 제품은 사용자에게 반환을 위해 제공되는 지침을 사용하여 지킵시다. 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 제품용이 제공되는 지침서 www.theraband.com/care-and-safety에 나와 있으며, 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 신속히 지원력 제품들은 여러 번의 신체를 당길 때 손가락을 염려하지 할 수 있고 더 지침을 따르십시오. 부상당한 상태를 피할 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전에 열매 스키어와 상담하십시오. 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- 운동 프로그램에 참여할 때 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.

주의: 이 제품을 사용한 경우 근육 마력스가 있어 열매 스키어 반환을 유발할 수 있습니다.

- Theraband® 제품은 사용자에게 반환을 위해 제공되는 지침을 사용하여 지킵시다. 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 제품용이 제공되는 지침서 www.theraband.com/care-and-safety에 나와 있으며, 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 신속히 지원력 제품들은 여러 번의 신체를 당길 때 손가락을 염려하지 할 수 있고 더 지침을 따르십시오. 부상당한 상태를 피할 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전에 열매 스키어와 상담하십시오. 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- 운동 프로그램에 참여할 때 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.

주의: 이 제품을 사용한 경우 근육 마력스가 있어 열매 스키어 반환을 유발할 수 있습니다.

- Theraband® 제품은 사용자에게 반환을 위해 제공되는 지침을 사용하여 지킵시다. 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 제품용이 제공되는 지침서 www.theraband.com/care-and-safety에 나와 있으며, 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 신속히 지원력 제품들은 여러 번의 신체를 당길 때 손가락을 염려하지 할 수 있고 더 지침을 따르십시오. 부상당한 상태를 피할 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전에 열매 스키어와 상담하십시오. 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- 운동 프로그램에 참여할 때 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.

주의: 이 제품을 사용한 경우 근육 마력스가 있어 열매 스키어 반환을 유발할 수 있습니다.

- Theraband® 제품은 사용자에게 반환을 위해 제공되는 지침을 사용하여 지킵시다. 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 제품용이 제공되는 지침서 www.theraband.com/care-and-safety에 나와 있으며, 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 신속히 지원력 제품들은 여러 번의 신체를 당길 때 손가락을 염려하지 할 수 있고 더 지침을 따르십시오. 부상당한 상태를 피할 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전에 열매 스키어와 상담하십시오. 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- 운동 프로그램에 참여할 때 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.

주의: 이 제품을 사용한 경우 근육 마력스가 있어 열매 스키어 반환을 유발할 수 있습니다.

- Theraband® 제품은 사용자에게 반환을 위해 제공되는 지침을 사용하여 지킵시다. 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 제품용이 제공되는 지침서 www.theraband.com/care-and-safety에 나와 있으며, 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 신속히 지원력 제품들은 여러 번의 신체를 당길 때 손가락을 염려하지 할 수 있고 더 지침을 따르십시오. 부상당한 상태를 피할 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전에 열매 스키어와 상담하십시오. 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- 운동 프로그램에 참여할 때 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.

주의: 이 제품을 사용한 경우 근육 마력스가 있어 열매 스키어 반환을 유발할 수 있습니다.

- Theraband® 제품은 사용자에게 반환을 위해 제공되는 지침을 사용하여 지킵시다. 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 제품용이 제공되는 지침서 www.theraband.com/care-and-safety에 나와 있으며, 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 신속히 지원력 제품들은 여러 번의 신체를 당길 때 손가락을 염려하지 할 수 있고 더 지침을 따르십시오. 부상당한 상태를 피할 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전에 열매 스키어와 상담하십시오. 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- 운동 프로그램에 참여할 때 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.

주의: 이 제품을 사용한 경우 근육 마력스가 있어 열매 스키어 반환을 유발할 수 있습니다.

- Theraband® 제품은 사용자에게 반환을 위해 제공되는 지침을 사용하여 지킵시다. 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 제품용이 제공되는 지침서 www.theraband.com/care-and-safety에 나와 있으며, 모든 지침을 주의해서 따르십시오. 신속히 지원력 제품들은 여러 번의 신체를 당길 때 손가락을 염려하지 할 수 있고 더 지침을 따르십시오. 부상당한 상태를 피할 수 있습니다.
- 운동 프로그램을 시작하기 전에 열매 스키어와 상담하십시오. 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- 운동 프로그램에 참여할 때 의학적 질문이 있는 경우에는 의사를 사용하여 언제 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Theraband® 제품을 사용하여 어떤 열매 스키어와 상담하십시오.
- Th