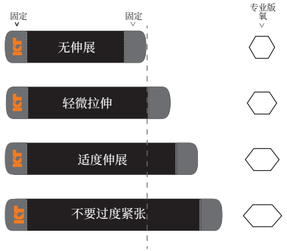
拉伸指南和指示器



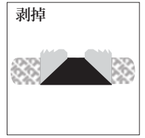
1 如何去除背纸——尾部

扭拉以撕开
距末端 2 英寸
(5 厘米）的纸。

从头到尾剥掉
2 英寸（5 厘米）的纸。

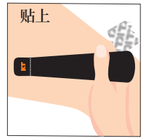
如何去除背纸——中间

扭拉以撕开
在中间的纸。



剥掉纸，
在两侧留下 2 英寸
的距离以供把持。

2 如何贴胶带——尾部



按如图所示的方法贴上

A. 固定前面的
2 英寸（5 厘米），
不要拉伸。

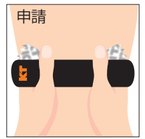
B. 在贴上胶布时
按需要进行
拉伸

C. 固定末尾的
2 英寸（5 厘米），
不要拉伸。

D. 贴好后，揉搓胶带
以获得最佳附着力。

根據需要申請。 最多可佩戴 8 天。

如何貼膠帶 - 中



如圖所示應用。

A. 應用拉伸
根據
應用

B. 主播第一
2英寸無
拉緊。

C. 錨最後
2英寸無
拉緊。

D. 塗抹後，
用膠帶擦
最好的附著力。

閱讀包裝盒上的所有註意事項。

3 如何去除胶带

首先在一个角上剥开胶带。用一只手按住要移除胶带的皮肤，同时用另一只手轻轻拉胶带。慢慢剥出。

请参阅我们网站上关于去除强力胶带的说明

观看我们的分步视频

KT TAPE.COM/INSTRUCTIONS

KT TAPE.COM

獲得最佳結果的提示

活动前贴好胶带
在开始活动前，提前一小时贴胶带
以获得最佳附着力

修剪毛发
修剪多余的毛发以获得更好的附着力

清洁皮肤
用外用酒精清洁该区域的污垢、油脂和润肤霜。

不要用力扯掉！
轻轻地从皮肤上取下胶带，
如有必要，涂抹婴儿油并慢慢移除。

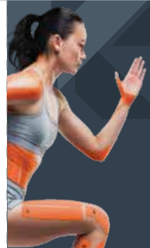
不要过度紧张
过度拉伸胶带可能会导致
皮肤刺激和（或）擦伤。

末端在皮肤上，而不是在胶带上
尽可能直接涂抹在皮肤上，
特别是两端。

如何为每个场景选择 KT 胶带

主要优势	产品名称	轻度活动 ››› 适度活动 ››› 激烈的活动
轻松拆卸	温和	
全天然棉	棉布	
透气性	PRO®	

产品名称		轻度活动 ››› 适度活动 ››› 激烈的活动
大面积适用	PRO® WIDE	
潮湿条件适用	PRO EXTREME®	
增加细胞氧合	PRO® OXYGEN	



热身

在为您的长期目标进行训练、锻炼热身以及日常支持时使用 KT 产品，让您的肌肉、肌腱和韧带随时待命。

运动

KT 的优质产品可为您的身体提供需的灵活、轻便的支撑，而不会阻碍您的运动。

恢复

恢复是任何健身程序中的优先事项。KT 产品可增强您身体的恢复过程，因此您可以专注于下一个流程。

注意：粘涂不当。过度拉伸或粘涂在敏感皮肤区域，以及以不当或快速方式移除可能会导致皮肤刺激、水泡或皮肤撕裂。不要将 KT TAPE® 直接粘涂在伤口或开放性伤口上。本产品的一种或多种成分是染色材料，在使用过程中可能会发生一些颜色迁移。规定的说明仅为教育目的。KT TAPE® 不能替代专业医疗护理。保障和补救措施仅限于产品更换成本。

在 KTTAPE.COM 查看我们的其他产品

热身	运动	恢复	PRODUCT NAME
✓	✓	✓	PRO®
	✓	✓	防起泡胶带
		✓	止痛凝胶

KT™ TAPE

新用户指南

扫描以查看其他语言版本