

1. Namestite omejevalnik na vrh trdnih vrat.
2. Pripnite trak in oporo za glavo.
3. Sedite na stol pod napravo.
4. Nežno se naslonite in prilagodite višino ter napetost.
5. Ostanite v položaju 5–10 minut in dihanje sproščeno.
6. Po uporabi napravo previdno odstranite in shranite.