

## Sicherheitshinweise

Um ein Einklemmen der Haut zu vermeiden, Beckenbodentrainer nur auf der Kleidung benutzen.

### **4. Wann soll das Gerät nicht angewendet werden?**



Nach frischen Operationen insbesondere im Beckenbodenbereich, sollte das Training nur nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt begonnen werden. Wie lange nach einer Operation die entsprechenden Muskeln noch geschont werden sollen entscheidet der Arzt.

**Bei gesundheitlichen Bedenken jeglicher Art befragen sie ihren Arzt!**

Achten Sie darauf, dass der Muskel-Trainer bei den Übungen bequem und mit der optimalen Hebelkraftwirkung angelegt wird.

**Achtung:** Das Gerät nur minimal zusammendrücken, was ausreichend ist.