

Ryhtivyö LabTex Care Nordic®

Elastinen, yksiosainen ja kahdeksikonmallinen ryhtivyö ilman säätöjä on pelkistetty, helppokäyttöinen ja huomaamaton tapa vahvistaa heikkoa ryhtiä ja hapenottokykyä. Ryhtivyö puetaan yllä kuten selkäreppu mielellään aluspaidan päälle. Huomio pukiessasi ryhtivyötä, että taitellut vahvistetut kangasosat sijoittuvat kainaloiden alle.

Koon valinta

- 55-70 cm = S
- 70-85 cm = M
- 85-100 cm = L
- 100-115 cm = XL



Mittaa rintakehän ympärysmitta leveimmästä kohdasta. Naiset ottavat mitan rintojen alta. Suosittelemme valitsemaan mieluummin isomman koon mikäli mittaustulos on kahden koon välissä. Jos ryhti on erityisen huono tai hartiat leveät, valitse myös silloin isompi koko. Oikean koon valinnassa on hyvä huomioida, että ryhtivyön tulisi istua siten, että selkäpuolella oleva keskineliö asettuu lapaluiden väliin.

Ryhtivyön käyttö aloitetaan asteittain lyhyissä 30 min. jaksoissa, jolloin lihakset tottuvat uuteen asentoon. Jos ryhtivyösi on isohko, voit pitää sitä hieman pidempiä aikoja yhtäjaksoisesti.

Ryhtivyötä ei ole tarpeen käyttää jatkuvasti. Kehon oppiessa vähitellen hyväryhtisen asennon, voidaan ryhtivyö vähitellen jättää pois. Voit myös käyttää ryhtivyötä pelkästään vaikkapa näyttöpäätetyöskentelyn tai neulomisen aikana, jolloin hartiat kääntyvät eteenpäin.

Ryhtivyö LabTex Care Nordic® on CE-merkitty lääkinällinen laite.

