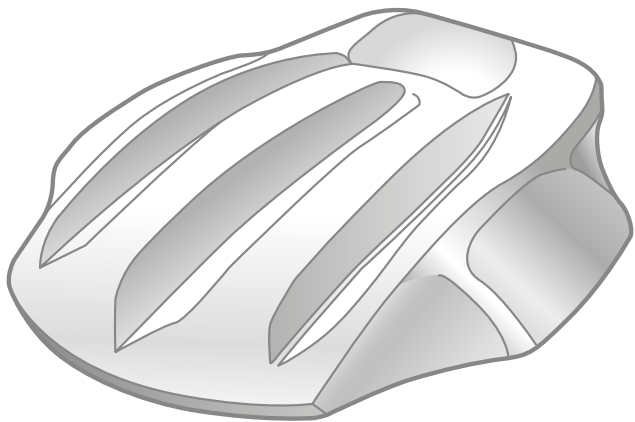


KANUDA®

CZ

SK

# LUMBAR NAP / LUMBAR PILLOW





KANUDA®

Zlepšete kvalitu svého  
spánku pomocí vědy

## ○ KANUDA® LUMBAR NAP / LUMBAR PILLOW

### ○ Obsah – CZ

- 04 Specifikace produktu
- 05 Popis struktury a certifikáty
- 06 Jak LUMBAR NAP / PILLOW používat
- 08 Údržba a péče

### ○ Obsah – SK

- 10 Špecifikácie produktu
- 11 Popis štruktúry a certifikáty
- 12 Ako používať LUMBAR NAP / PILLOW
- 14 Údržba a starostlivosť

## LUMBAR NAP / LUMBAR PILLOW

### Rozměry

- Velikost polštáře (mm): 292 x 368 x 38
- Váha polštáře: 610 g

### Materiály LUMBAR NAP

- Polyuretanová pěna (integrální pěna)

### Materiály LUMBAR PILLOW

- Pěna: speciální Tensegrity pěna s vysokou hustotou
- Potah: 54 % polyester, 43 % hedvábí, 3 % bavlna
- Podšívka: 100% polyester (s voděodolnou vrstvou)

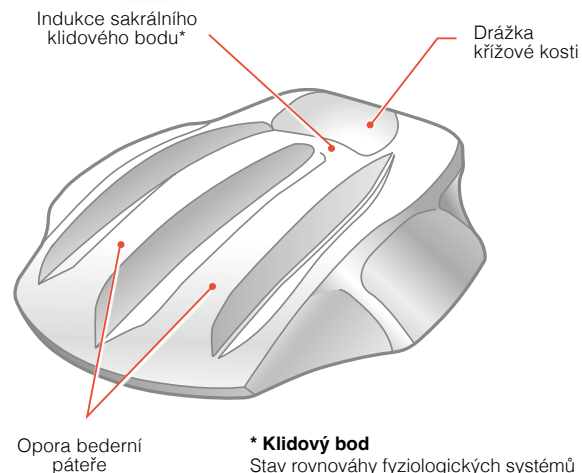
### Co je v balení

- Trakční polštář
- Uživatelská příručka

### Kdy LUMBAR NAP / PILLOW používat

- Při bolestech beder a spodní části zad
- Pro uvolnění napětí ve svalech dolní části zad
- Pro obnovu přirozeného zakřivení bederní páteře do správného držení těla
- Pro každodenní relaxaci
- Pro zlepšení fungování kraniosakrálního systému
- LUMBAR PILLOW je možné používat i během spánku pro snížení bolesti beder

### LUMBAR NAP / PILLOW - struktura



#### \* Klidový bod

Stav rovnováhy fyziologických systémů těla, při kterém dochází k zastavení a restartu kraniosakrálních rytmů.

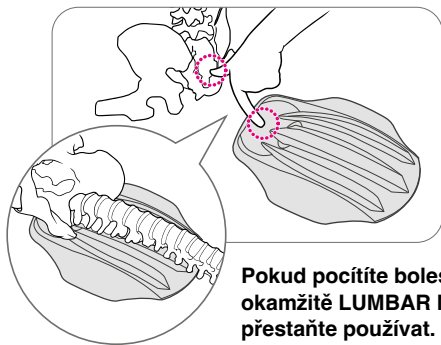
### Certifikáty

- USA FDA - schváleno Úřadem pro kontrolu potravin a léčiv v USA
- Doporučeno Korejskou asociací fyzioterapie
- Chráněno patentem
- Ochrana designu průmyslovým vzorem

## Jak LUMBAR NAP / PILLOW používat

**1. Příprava**

- Položte LUMBAR NAP / PILLOW na pevnou podložku.  
**Lehněte si na záda tak, aby drážka pro křížovou kost na podložce byla umístěna přímo pod křížovou kostí.** Křížová kost je místo, kde spodní část zad přechází v boky. Podívejte se na obrázek níže.

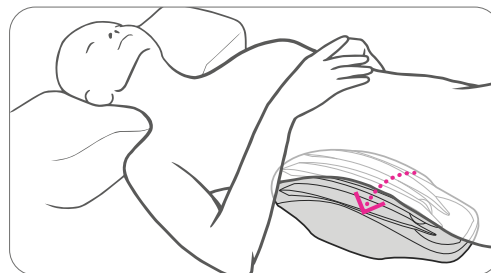


**Pokud pocítíte bolest při používání, okamžitě LUMBAR NAP / PILLOW přestaňte používat.** Před opětovným použitím si na několik minut odpočiňte.

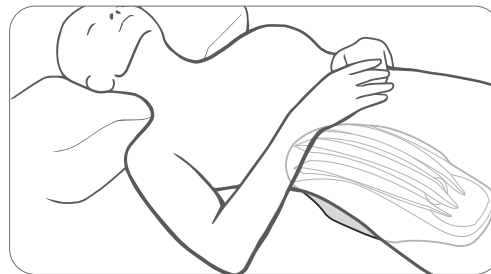
## Jak LUMBAR NAP / PILLOW používat

**2. Nastavení polohy**

- Posuňte a upravte polohu LUMBAR NAP / PILLOW tak, aby byl vhodně přizpůsobený křivce vašich zad až ke křížové kosti.


**3. Používání**


- V této poloze setrvejte v závislosti na svém pohodlí 10 až 40 min. **Nepoužívejte LUMBAR NAP / PILLOW déle než 1 h.**




## Údržba a péče


### LUMBAR NAP


- 
 K čištění povrchu trakčního polštáře LUMBAR NAP použijte vlhký hadřík. Třete jemně.


- 
**Důležité:** Vyvarujte se velkého zatížení nebo tlaku, aby nedošlo k případné deformaci polštáře.


### LUMBAR PILLOW

- 
 Rozepněte zip vnějšího potahu a vyjměte vnitřní polštář. Uzavřete zip vnějšího potahu. Vložte vnější (odnímatelný) potah do prací síťky. Perte v chladné nebo vlažné vodě s jemným pracím prostředkem.

- 
 Při ručním praní vnějšího potahu perte jemně s neutrálním pracím prostředkem.

- 
**Pěnu polštáře a vnitřní (nepromokavý) povlak nikdy neperte ve vodě ani jinak nenamácejte!** Polštář se může trvale poškodit. Jednou za 3-4 měsíce je provětrejte na stinném místě přibližně 6 hodin. V případě potřeby jemně otřete povrch tohoto vnitřního potahu mírně navlhčenou utěrkou. Před opětovným nasazením vnějšího potahu vysušte vnitřní potah na stinném místě.

- 
 Neohýbejte, nekrut'te a nepůsobte na polštář velkou silou, protože by mohlo dojít k poškození strukturální vložky OCBR uvnitř polštáře.

- 
 Nepokládejte polštář na horkou podložku, mohlo by to vést k trvalému poškození polštáře.

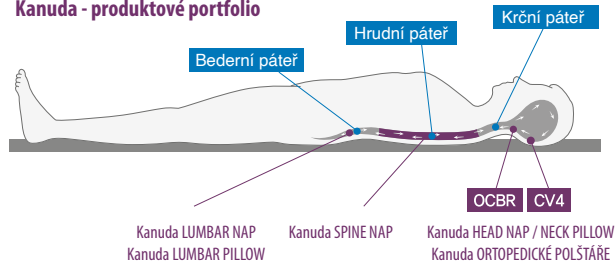
## Zlepšete kvalitu svého spánku pomocí vědy

1/3 života strávíte spánkem, během kterého můžete zlepšit držení těla a ráno se probouzet svěží.

### Přístup Kanudy

Kanuda kombinuje ergonomický design s principem kraniokranální techniky (CST) s cílem zvýšit samoléčbu centrálního nervového systému a optimálně udržovat tělesnou rovnováhu.

### Kanuda - produktové portfolio



Doporučeno Korejskou asociací fyzioterapie



USA FDA



Nejdůvěryhodnější značka



Mezinárodní patentová registrace



Korejská 1. příčka spotřebitelských preferencí v oblasti produktů pro spánek

## LUMBAR NAP / LUMBAR PILLOW

### Rozmery

- Veľkosť vankúša (mm): 292 x 368 x 38
- Hmotnosť vankúša: 610 g

### Materiály LUMBAR NAP

Polyuretánová pena (integrálna pena)

### Materiály LUMBAR PILLOW

- Pena: špeciálna pena Tensegrity s vysokou hustotou
- Povlak: 54% polyester, 43% hodváb, 3% bavlna
- Podšívka: 100% polyester (s nepremokavou vrstvou)

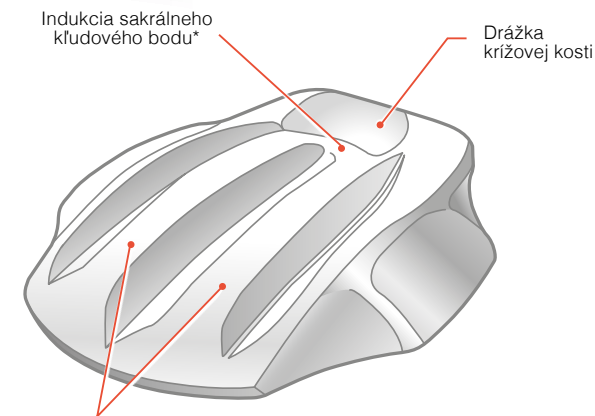
### Čo je v balení

- Trakčný vankúš
- Uživatelská príručka

### Kedy LUMBAR NAP / PILLOW používať

- Pri bolestiach bedier a spodnej časti chrbta
- Na uvoľnenie napätia vo svaloch dolnej časti chrbta
- Pre obnovenie prirodzeného zakrivenia bedrovej chrbtice do správneho držania tela
- Na každodennú relaxáciu
- Zlepšenie fungovania kraniosakrálneho systému
- LUMBAR PILLOW je možné používať aj počas spánku na zníženie bolesti bedrovej oblasti

### LUMBAR NAP / PILLOW - štruktúra



Indukcia sakrálneho  
kľudového bodu\*

Drážka  
krížovej kosti

Podpora bedrovej  
chrbtice

#### \* Kľudový bod

Stav rovnováhy fyziologických systémov tela, v ktorých dochádza k zastaveniu a opätovnému spusteniu kraniosakrálnych rytmov.

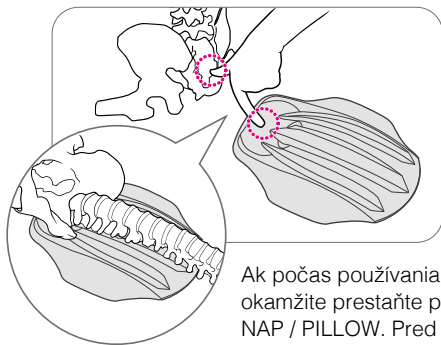
### Certifikáty

- USA FDA - schválené Správou potravín a liečiv v USA
- Odporúčané Kórejskou asociáciou fyzioterapie
- Chránené patentom
- Ochrana dizajnu priemyselným vzorom

### Ako používať LUMBAR NAP / PILLOW

#### 1. Príprava

- Položte LUMBAR NAP / PILLOW na pevnú podložku. Ľahnite si na chrbát tak, aby sa drážka pre krížovú kosť na podložke nachádzala priamo pod krížovou kosťou. Krížová kosť je miesto, kde spodná časť chrbta prechádza do bokov. Pozrite sa na obrázok nižšie.

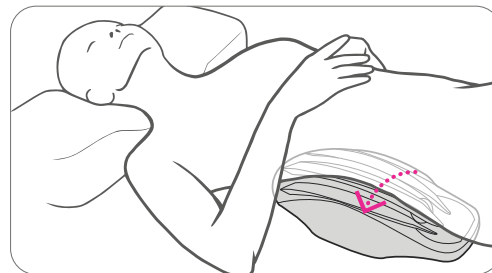


Ak počas používania pocítite bolesť, okamžite prestaňte používať LUMBAR NAP / PILLOW. Pred ďalším použitím si na niekoľko minút oddýchnite.

### Ako používať LUMBAR NAP / PILLOW

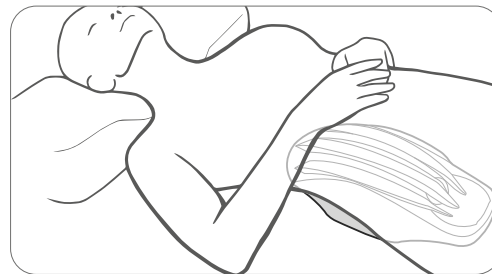
#### 2. Nastavenie polohy

- Posuňte a upravte polohu LUMBAR NAP / PILLOW tak, aby vyhovovala krivke vášho chrbta až po krížovú kosť.



#### 3. Používanie


- V tejto polohe zotrvať 10 až 40 minút v závislosti na vašom pohodlí. **LUMBAR NAP / PILLOW nepoužívajte viac ako 1 h.**




## Údržba a starostlivosť


## LUMBAR NAP


- 1  Na čistenie povrchu trakčného vankúša LUMBAR NAP použite vlhkú handričku. Vankúš zľahka pretrite.


- 2  **Dôležité:** Vyhňte sa silnému zaťaženiu alebo tlaku, aby ste zabránili novej deformácii vankúša.


## LUMBAR PILLOW

- 1  Rozopnite zips vonkajšieho pot'ahu a vyberte vnútorný vankúš. Zapnite zips vonkajšieho pot'ahu. Vložte vonkajší (odnímateľný) pot'ah do praciej siete. Perte v chladnej alebo vlažnej vode s jemným pracím prostriedkom.

- 2  Pri ručnom praní vonkajšieho krytu perte jemne s neutrálnym pracím prostriedkom.

- 3  **Penú vankúša a vnútorný (vodotesný) pot'ah nikdy neperte vo vode ani inak nenamáčajte!** Môže dôjsť k trvalému poškodeniu. Raz za 3-4 mesiace prevetrajte na tienistom mieste približne na 6 hodín. V prípade potreby jemne utrite povrch tohto vnútorného pot'ahu mierne vlhkou utierkou. Pred opätovným nasadením vonkajšieho pot'ahu vysušte vnútorný pot'ah na tienistom mieste.

- 4  Vankúš neohýbajte, nekrúťte ani naň nevyvíjajte veľkú silu, pretože by mohlo dôjsť k poškodeniu štruktúrálnej vložky OCBR vo vnútri vankúša.

- 5  Nedávajte vankúš na horúcu podložku, mohlo by to viesť k trvalému poškodeniu vankúša.

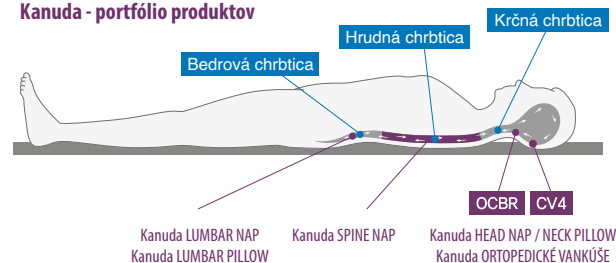
## Zlepšite kvalitu svojho spánku pomocou vedy

1/3 života strávite spánkom, počas ktorého si môžete zlepšiť držanie tela a ráno sa prebúdať svieži.

## Prístup Kanudy

Kanuda kombinuje ergonomický dizajn s princípom kraniokráčnej techniky (CST) s cieľom zvýšiť samoliečbu centrálného nervového systému a optimálne udržiavať telesnú rovnováhu.

## Kanuda - portfólio produktov



Odporúčané Kórejskou asociáciou fyzioterapie



USA FDA



Najdôveryhodnejšia značka



Medzinárodná patentová registrácia



1. miesto v preferenciách spotrebiteľov v oblasti produktov na spanie v Kórei





KANUDA®