



Gebrauchs- und Pflegeanleitung OS Roller / Pilates Foamroller Premium

Herzlichen Glückwunsch zum Kauf eines OS Roller / Pilates Foamroller Premium.

Die OS Roller / Pilates Foamroller Premium ist das ideale Regenerationstool zur Selbstmassage und zur Lösung der Myofascia (bindegewebige Umhüllung von Muskeln und Muskelgruppen). Außerdem lassen sich weitere Vorteile und Einsatzbereiche aufzählen:
Aktive Regeneration mit verbesserter Durchblutung – Triggerzonen-Behandlung bei Verspannungen durch Sport- und Alltagsbelastungen - Einfache Selbstmassage - Ideales Aufwärmen vor und Regeneration nach dem Sport.

Die OS Roller / Pilates Foamroller Premium ist erhältlich in zwei Längen und dient als Regenerationstool zur Selbstmassage – dabei sollen vor allem Verklebungen und Verspannungen gelöst werden. Auf lange Sicht können fasziale Adhäsionen und Verwachsungen aufgelöst und auch Narbengewebe reduziert werden.

Der OS Roller / Pilates Foamroller Premium wiegt nur ca. 250 / 700 Gramm und dient als Regenerationstool zur Selbstmassage – dabei sollen vor allem Verklebungen und Verspannungen gelöst werden. Auf lange Sicht können fasziale Adhäsionen und Verwachsungen aufgelöst und auch Narbengewebe reduziert werden.

Pflege:

Zum Reinigen können Sie alle milden, handelsüblichen Reinigungs- sowie Desinfektionsmittel verwenden. Lösungsmittelhaltige, säurehaltige oder ätzende Reiniger greifen das Material an.





OS Roller / Pilates Foamroller Premium usage and care instructions

Congratulations on your purchase of OS Roller / Pilates Foamroller Premium.

The OS Roller / Pilates Foamroller Premium is the ideal regeneration tool for self-massages and for solving Myofascia (tissue cover of muscles and muscles groups).

The OS Roller / Pilates Foamroller Premium is available in two sizes and a regeneration tool for self-massage. Knots and adhesions can be detached. Also scar tissue can be reduced.

There are further advantages and fields of application:

- Active regeneration with improved blood circulation.
- Trigger-zone treatment in case of tension caused by daily stress or excessive sport.
- Simply self-massages – ideal warm up before and regeneration after sport.

Care:

Any mild standard cleaning agents and disinfectants can be used to clean OS Roller / Pilates Foamroller Premium. Solvent-based, acidic or caustic cleaners will damage the material.

