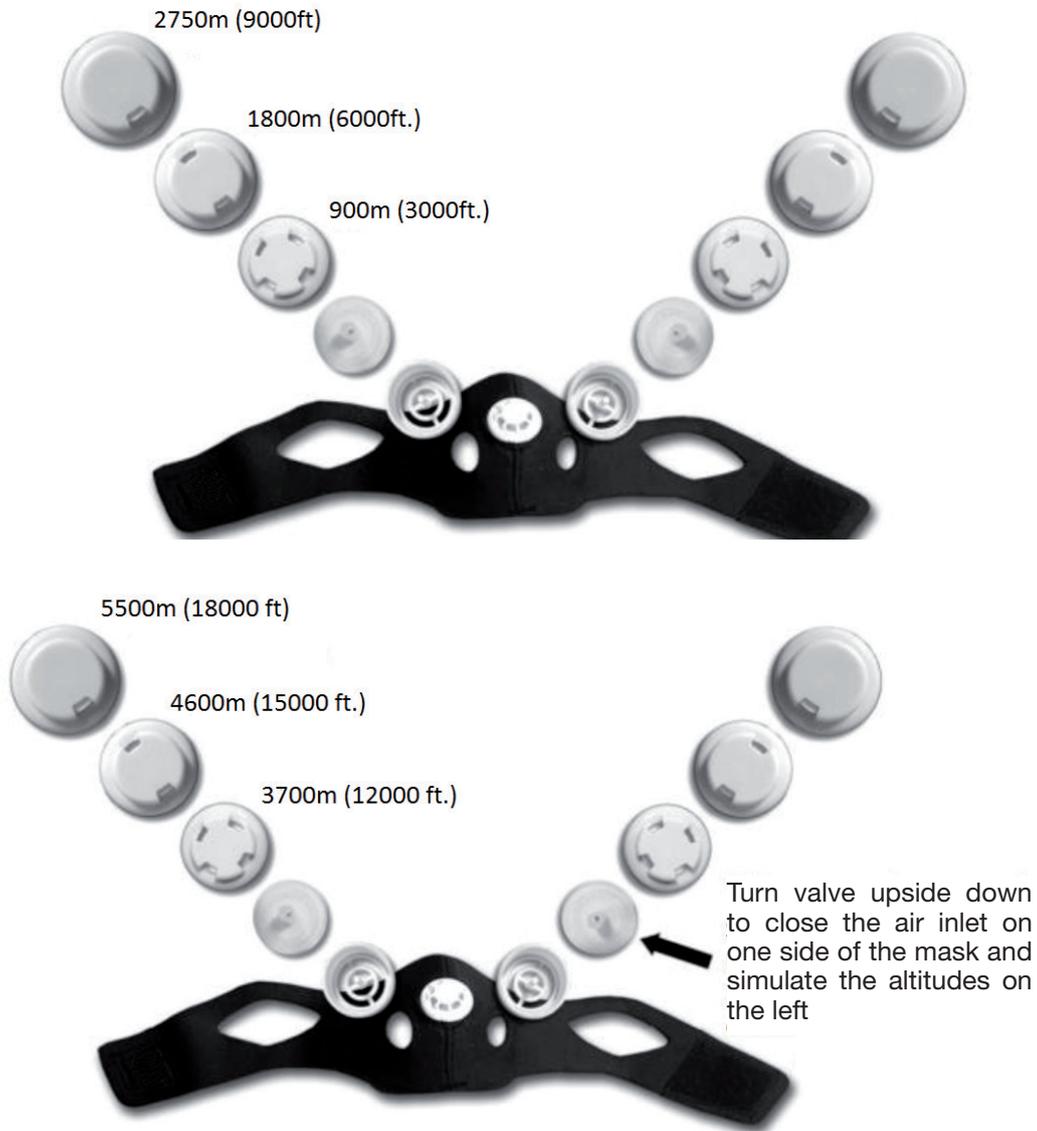


Legen Sie die Maske um Ihre Ohren und sichern Sie sie mit dem Klettverschluss am Hinterkopf (siehe Foto)

**ACHTUNG:**

Bitte beachten Sie unbedingt, dass Ihre Atmung und damit Ihr Herz-Kreislaufsystem durch die Nutzung dieser Maske deutlich stärker beansprucht wird, als bei gewöhnlichem Training. Es ist unbedingt vom Training mit diesem Gerät abzuraten, wenn Sie unter Kreislaufbeschwerden leiden oder gesundheitliche Probleme bezüglich Lunge oder Herz haben. Konsultieren Sie im Zweifel Ihren Hausarzt.



Place the mask around your ears and secure at the back of your head with the velcro strap. Adjust to fit. The head support piece also goes over the top of the head and secures on to the sides as shown on the photograph.

**CAUTION:**

Please note, that your respiration and with that your cardiovascular system will be subjected to significantly higher burdening due to the higher breathing effort compared to ordinary workout. Do not use this mask in case of any health indications of heart, pulmonal complaints and/or circulation troubles. Please consult your doctor when in doubt.

