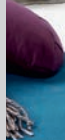


# EASY POSE

## KURZANLEITUNG





## **EASY POSE SITZGURT**

Herzlichen Glückwunsch zum Erwerb des  
**EASY POSE Sitzgurtes.**

Ein in Handarbeit gefertigtes Produkt aus Hanf und Baumwolle, das für eine lange Lebensdauer ausgelegt ist.

Der **EASY POSE SITZGURT** eignet sich zur Unterstützung und Verlängerung Ihrer Meditationspraktiken.

### **Er bietet folgende Vorteile:**

- keine Rückenschmerzen bei längerem Sitzen
- einfach in der Anwendung
- aufrechte Haltung ohne Anstrengung
- komfortable Sitzhaltung
- balancierte Körperhaltung
- unterstützt die natürliche Ausrichtung der Wirbelsäule

### **Pflegehinweis:**

Handwäsche bei 20 °



1. Justiere die Knieschlaufen - gekennzeichnet mit „L“ für links und „R“ für rechts - auf deine Größe.



2. Fixiere die für dich passende Knieschlaufe mit der Zurückführung des Bandes durch die Schnalle.



3. Richte deine Wirbelsäule auf und achte darauf, dass das Rückenteil richtig an deiner Lendenwirbelsäule positioniert ist. Ziehe nun beide Bänder nach hinten weg.



4. Entspanne dich in deiner bevorzugten Meditationsposition!

WWW.EASY-POSE.DE

