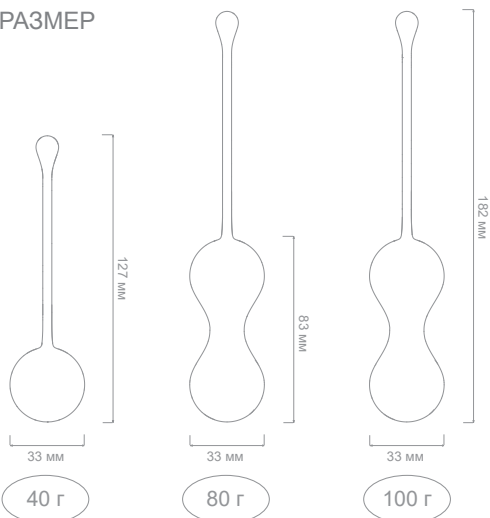


КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ

РАЗМЕР



ПОЛЕЗНЫЕ СВОЙСТВА

- Укрепляет мышцы тазового дна, что способствует лечению недержания мочи
- Предотвращает пролапс матки
- Улучшает эластичность влагалища
- Ускоряет восстановление влагалища после беременности
- Лечит воспалительные процессы в предстательной железе (у мужчин)
- Более сильные и качественные оргазмы
- Повышает либидо

ПРИМЕНЕНИЕ

1) Начните с одного шара кегеля. Вымойте его теплой водой с мылом. Расположитесь так, чтобы вам было удобно, подняв одну ногу на ступеньку или стуле. Аккуратно вставьте шар, взявшись за шнурок. При необходимости используйте смазку на водной основе. Шнурок должен оставаться снаружи вашего тела. Когда вы будете напрягать мышцы таза вокруг шарика, вы можете заметить, что шарик естественно тянется вверх от ваших пальцев, когда он втягивается во влагалище. Удерживайте шарик в течение двух минут, используя только мышцы таза.



2) Если вы успешно продержитесь в течение двух минут, выньте шар и повторите этот процесс со следующим, более темным шаром. Продолжайте этот процесс, пока не найдете достаточно сложный, но удобный шар. Когда вы найдете шар, который не сможете удержать, используйте предыдущий более светлый шар в качестве стартового. Если вы не можете удерживать шар в течение 2 минут, продолжайте использовать этот шар дважды в день, удерживайте пока можете, чтобы набрать силу.

3) Во время использования шара надевайте нижнее белье на случай, если вы не сможете удержать его в руках. Если вы используете шарик в душе, позаботьтесь о том, чтобы в ванной лежал плотный коврик во избежание возможной поломки шара при падении.

МЕТОДЫ ТРЕНИРОВОК



УХОД ЗА ПРОДУКТОМ

- Очистение: используйте теплую воду или антибактериальное мыло.
- Сушка: протрите продукт сухой чистой салфеткой.
- Хранение: держите в прохладном, сухом и чистом месте.
- Внимание: не используйте для очистки средства, содержащие алкоголь, бензин или ацетон.
- Избегайте попадания прямых солнечных лучей.

БЕЗОПАСНОСТЬ

- Не используйте при температуре выше 167°F/75°C.
- Прекратите использование при возникновении дискомфорта.
- Не используйте продукт, если он поврежден или неисправен.
- Хранить в недоступном для детей месте.

Certificates

