



Pocket Pillow® består af to uafhængige kamre, der kan pustes op med luft. Pocket Pillow® er specielt anvendelig som lændestøtte. Pust begge kamre lidt op. (4-5 pust i det ydre kammer og 1 pust i centerkammeret er nok).

Men ellers bør man forsøge sig frem, så Pocket Pillow passer til netop det formål og den person, der skal bruge den. Men pas på, det er let at komme for meget luft i. Garanteret holdbar til 120 kg legemsvægt.

**Sortiment:**

Plasticpude de luxe, mørkeblå.

Frotté betræk i grå og mørkeblå.

[www.uniqform.dk](http://www.uniqform.dk)

Uniq Form · Postboks 273 · 4600 Køge · Tlf.: 5663 3942 · E-mail: [info@uniqform.dk](mailto:info@uniqform.dk)

## Lommepuden



**POCKET PILLOW®**



form  
**Uniq**

Pocket Pillow® er en handy fleksibel pude, der kan transporteres i lommen eller i håndtasken.

Design og luftmængde gør den fleksibel og anvendelig til mange individuelle formål. Den følger sig efter din krop og dens behov.

### Brug den til lands, til vands og i luften:

*Sid på den* På stranden, i skoven, i biografen til fodboldkampen, til koncerten mm.

*Få støtte til ryg, lænd og nakke* I bilen, i flyvemaskinen, i toget, i badet, på terrassen, under solen, på kontoret.

*Lettelse ved smertefulde generende tilstande* Hæmoroider, ømt haleben (coccygodynier), gig- og isciassmerter samt fibromyalgi

*Til ryg- og lændeøvelser* Under længere tids siddestilling, eks. feriekørsel, kursusdeltagelse, kontorarbejde o.l.

### Hvordan pustes puden op og hvor meget?

*Som siddepude/skråpude* Begge kamre pustes op

*Som "støttepude" til ryg, lænd og nakke* Pustes let og fleksibelt op afhængig af formål. Start med 2 pust i centerkammeret og 5-7 pust i yderringen. Tilføj eller fjern luft til det føles behageligt.

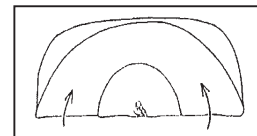
*Som "gymnastikredskab"* Oppustes kun ca. 10-15 %, så bevægelserne er behagelige.

*Som "nakkepude"* Oppustes kun ca. 10-15 % og fold på midten.

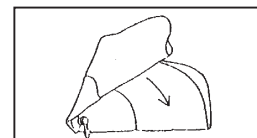
### Efter endt brug

Læg Pocket Pillow® på en flad overflade eller over knæet og luk luften ud af begge kamre, centerkammeret først. Læg derefter Pocket Pillow®, med ventilerne nedad og rundingen mod dig selv.

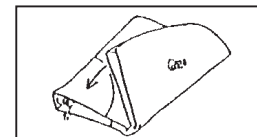
1. Fold derefter puden til halv størrelse (rundingen øverst) så ventilen på centerkammeret bliver synlig og luk den sidste rest af luft ud.



2. Fold igen puden sammen til halv størrelse, denne gang fra venstre mod højre.



3. Fold nu til endnu halv størrelse fra højre mod venstre. Yderkammerets ventil er nu synlig, og resten af luften kan trykkes ud.



4. Fold for sidste gang og Pocket Pillow® kan som navnet siger "gå i lommen".

