

NL Neem nu de andere smalle band en trek deze over de wreef naar de buitenkant van de enkel.

Trek de band onder de voet door, net als de andere, en maak hem vast aan de strip met klittenband aan de binnenkant van de enkel.

Sluit nu de brede band om de enkel en zorg daarbij dat de veters naar beneden liggen.

De klittenbandstrips links en rechts bevatten aan de buitenkant een versteviging. Deze kunt u eventueel via de bovenzijde verwijderen.

EN Now take the other narrow strap and pull it across the instep to the outside of the ankle.

In the same way, pull the strap under the foot and fasten the Velcro strip to the inside of the ankle.

Tie the wide strap around the ankle, making sure the laces are underneath it.

The Velcro strips on the left and right include reinforcements on the outside. You can remove these from the top, if required.

DE Nehmen Sie jetzt das andere schmale Band und ziehen Sie es über den Rist zur Außenseite des Knöchels.

Ziehen Sie das Band, genauso wie das andere, unter dem Fuß durch und machen Sie es am Klettverschlussstreifen an der Innenseite des Knöchels fest.

Schließen Sie jetzt das breite Band um den Knöchel und achten Sie darauf, dass die Schnürsenkel dabei nach unten liegen.

Die Klettverschlussstreifen links und rechts sind an der Außenseite verstärkt. Diese Verstärkung können Sie bei Bedarf über die Oberseite entfernen.

FR Prenez maintenant l'autre petite bande et tirez-la au-dessus du cou de pied vers l'extérieur de la cheville.

Faites maintenant passer la bande sous le pied, tout comme l'autre, et fixez-la à la bande avec la bande auto-agrippante à l'intérieur de la cheville.

Fermez maintenant la large bande autour de la cheville et veillez à ce que les lacets soient vers le bas.

Les bandes auto-agrippantes gauches et droite ont un renfort sur l'extérieur. Vous pouvez éventuellement les retirer par le haut.

IT Afferrare l'altra fascia stretta e farla passare sul collo del piede fino all'esterno della caviglia.

Fare passare la fascia sotto il piede come l'altra e fissarla alla striscia con il velcro all'interno della caviglia.

Serrare la fascia larga intorno alla caviglia assicurandosi che i lacci siano in basso.

Le strisce con il velcro a sinistra e a destra hanno un rinforzo all'esterno. Esso può eventualmente essere rimosso dall'alto.

ESP Ahora coja la otra cinta delgada y pásela por encima del empeine hacia el exterior del tobillo.

Haga pasar la cinta por debajo del tobillo, como la otra, y fijela en la tira de velcro que hay en el interior del tobillo.

Ahora cierre la cinta gruesa alrededor del tobillo, asegurándose de que los cordones apunten hacia abajo.

Las tiras de velcro de izquierda y derecha llevan un refuerzo en el exterior. Si lo desea, puede retirarlo desde arriba.



Size	Circumference
XXS	t/m 25 cm
XS	25.5 - 28.0 cm
S	28.0 - 30.5 cm
M	30.5 - 33.0 cm
L	33.0 - 35.5 cm
XL	35.5 - 38.0 cm
XXL	38.0 - 40.5 cm

ANKLE BRACE



OSSATEC 

Ossatec Benelux B.V.

P.O. Box 572 - 5400 AN UDEN
Neutronenlaan 54 - 5405 NH UDEN
The Netherlands

T. +31 (0) 413 - 26 52 81
F. +31 (0) 413 - 25 58 40
E. info@ossatec.eu
I. www.ossatec.eu

Instructies enkelbrace

Instructions for applying ankle brace

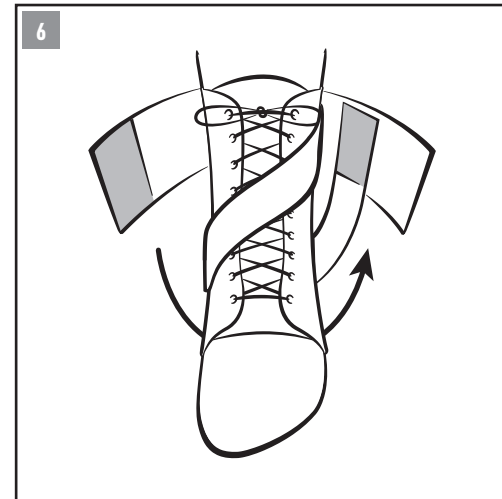
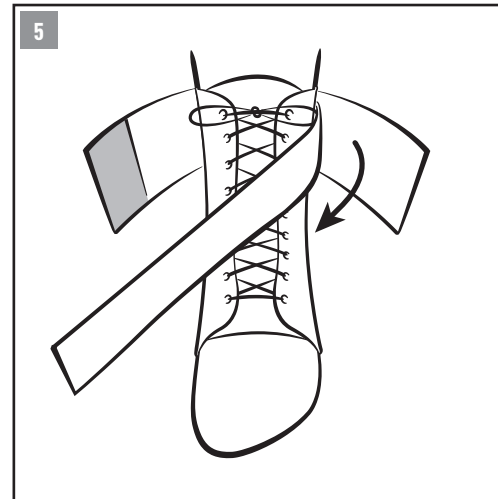
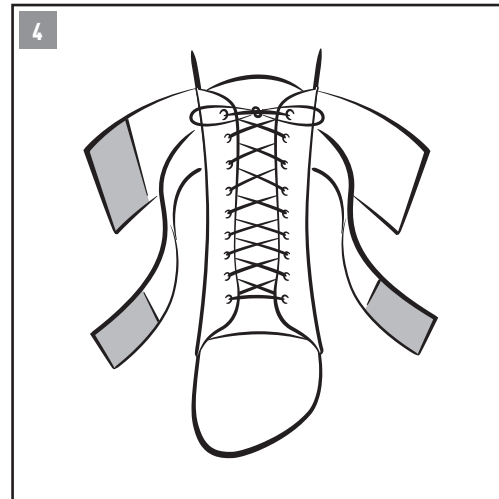
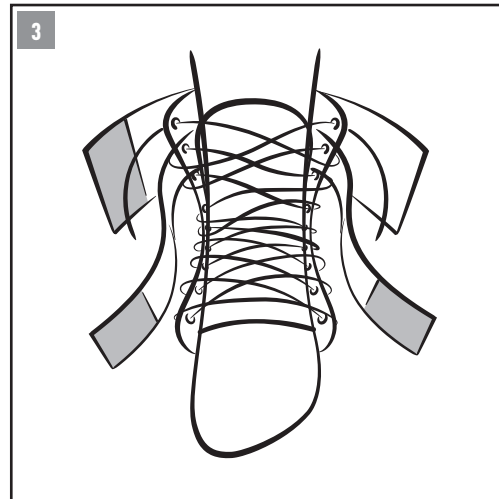
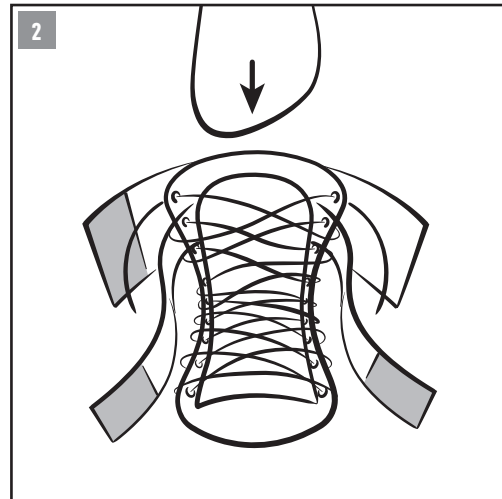
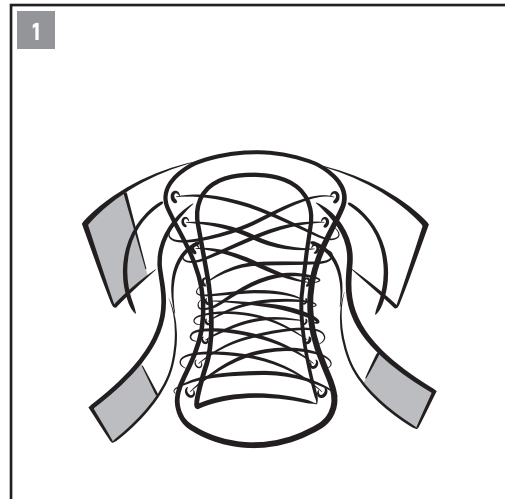
Anleitung Knöchelstütze

Instructions chevillière

Istruzioni per l'uso del tutore per caviglie

Instrucciones de la tobillera

OSSATEC 



NL Maak het klittenband en de veters los. Open de brace.

Trek de tong naar boven en steek uw voet in de brace.

Trek de brace eenvoudig aan als een sok, via de opening in het lange gedeelte.

Trek de veters nu gelijkmatig aan en strik de veters zó dat het stevig aanvoelt.

Pak de smalle band die aan de buitenkant bij de enkel begint en breng deze over de wreef naar de binnenkant van de enkel.

Trek de band nu onder de voet door, vlak voor de hak, en maak hem vast aan de strip met klittenband aan de buitenkant van de enkel.

EN Unfasten the Velcro strips and laces. Open the brace.

Pull the tongue upwards and insert your foot into the brace.

Put on the brace in the same way as a sock, through the opening in the long section.

Tighten the laces evenly and tie the laces so that the brace feels secure.

Take the narrow strap that begins on the outside of the ankle and pull it across the instep to the inside of the ankle.

Pull the strap under the foot, by the heel, and attach it to the Velcro strip on the outside of the ankle.

DE Öffnen Sie den Klettverschluss und die Schnürsenkel. Öffnen Sie die Knöchelstütze.

Ziehen Sie die Lasche nach oben und stecken Sie Ihren Fuß in die Knöchelstütze.

Ziehen Sie die Knöchelstütze durch die Öffnung im langen Teil wie eine Socke an.

Ziehen Sie die Schnürsenkel nun gleichmäßig fest und binden Sie sie so zu, dass es sich fest anfühlt.

Nehmen Sie das schmale Band an der Außenseite des Knöchels und ziehen Sie es über den Rist zur Innenseite des Knöchels.

Ziehen Sie das Band jetzt nah an der Ferse unter dem Fuß durch und machen Sie es am Klettverschlussstreifen an der Außenseite des Knöchels fest.

FR Détachez la bande auto-agrippante et les lacets. Ouvrez la cheville.

Tirez la languette vers le haut et insérez votre pied dans la cheville.

Enfilez la cheville simplement comme une chaussette, par l'ouverture dans la partie allongée.

Tirez de manière égale sur les lacets et lacez-les jusqu'à ce que vous sentiez bien soutenu(e).

Prenez la petite bande qui commence sur l'extérieur de la cheville et faites la passer au-dessus du cou de pied vers l'intérieur de la cheville.

Faites maintenant passer la bande sous le pied, juste devant le talon et fixez-la à la bande avec la bande auto-agrippante à l'extérieur de la cheville.

IT Aprire il velcro e sciogliere i lacci. Aprire il tutore.

Sollevarre la lingua e infilare il piede nel tutore.

Indossare il tutore semplicemente come una calza attraverso l'apertura dal lato lungo.

Stringere quindi i lacci in modo uniforme fino a percepire che il piede è sostenuto.

Portare la fascia stretta che parte dall'esterno all'altezza della caviglia e farla passare sul collo del piede fino all'interno della caviglia.

Ora fare passare la fascia sotto il piede appena davanti al tacco e fissarla alla striscia con il velcro all'esterno della caviglia.

ESP Abra el velcro y los cordones. Abra la tobillera.

Tire la lengüeta hacia arriba y meta el pie en la tobillera.

Tire de la tobillera como si fuese un calcetín cogiéndola por la abertura que tiene a lo largo.

Ahora iguale los cordones y átelos firmemente.

Coja la cinta pequeña que empieza en la parte exterior del tobillo y pásela por encima del empeine hasta el interior del tobillo.

A continuación pase la cinta por debajo del tobillo, de modo que quede justo delante del talón, y fijela en la tira de velcro que hay en el exterior del tobillo.