

### Fastsättning av Norco® axelrem med remskiva, ekonomimodell, i dörren

- Välj en dörr i ditt hem som öppnas och stängs sällan eller inte alls.
- Säkerställ att dörren är stängd och säkrad innan du börjar med övningen.
- För ett alternativt sätt att fästa en dragrem med remskiva i en dörr, använd Norco® universaldörrfäste, som säljs separat (NC52081).

#### Placering av fastsättningsrem

Ha dörren öppen och placera fastsättningsremmen mellan dörren och dörrkarmen – antingen över dörrens ovasida eller utmed dörrens gångjärnsida. För dörrrankaret igenom mellanrummet mellan dörren och dörrkarmen så att den stoppande delen befinner sig på den andra sidan av dörren. Stäng dörren med fastsättningsremmen i önskat läge. Det rekommenderas att man låser dörren. Dra till sist i fastsättningsremmen för att kontrollera att den sitter säkert på plats.



#### Hur man förkortar dragremmen

Dra helt enkelt ut dragremmen ur handtagen och knyt en ny stadig knut vid rätt remlängd. Kapa inte dragremmen, så att du undviker att den fransar upp sig.

#### FÖRSIKTIGHET!

1. Rådfråga din läkare innan du påbörjar något motionsprogram.
2. Norco® axelrem med remskiva, ekonomimodell, ska endast användas för sitt avsedda syfte.
3. För att kunna hålla fast handtagen krävs att man har god greppstyrka i båda händerna.
4. Inspektera remskivemekanismen före varje övningsomgång och se efter om den har några hack eller sprickor. Se efter om handtagen har några sprickor eller andra defekter.
5. Säkerställ före varje användning att dragremmen är stadigt fastknuten i handtagen och se efter att öglan och dragremmen inte har några lösa sömmar, hack, nötta delar eller andra defekter.
6. Fastsättningsremmen ska endast placeras över dörrens ovasida eller utmed dörrens gångjärnsida.
7. Säkerställ att fastsättningsremmen inte kan glida ut ur mellanrummet mellan dörren och dörrkarmen.
8. Ta bort dragremmen med remskivan när den inte används och förvara den på en säker plats så att den inte oavsiktligt skadas.
9. Produkten är inte avsedd att bära upp en persons hela vikt.
10. Rådfråga din läkare/sjukgymnast/sjuksköterska om du får ont när du utför övningarna eller om ditt tillstånd förvärras.
11. Denna produkt är inte en leksak och ska förvaras oåtkomligt för barn. Rådfråga din läkare eller sjukgymnast innan du låter barn använda produkten och låt dem bara använda den under uppsikt av en vuxen.

### Fijar la Polea para hombro Norco® modelo económico a una puerta

- Busque una puerta de su casa donde haya poco tránsito o ninguno.
- Antes de empezar el ejercicio, asegúrese de que la puerta esté cerrada y no se mueva.
- Una forma alternativa de fijar la polea a una puerta es con la abrazadera universal para puerta Norco®, que se vende por separado (ref. NC52081).

#### Colocación de la correa de entramado

Con la puerta abierta, coloque la correa de entramado entre la puerta y el marco, bien en la parte superior o en el lado de las bisagras. Pase todo el anclaje por el hueco de la puerta, de manera que la hebilla quede al otro lado de la puerta. Una vez que la correa esté en la posición deseada, cierre la puerta. Se recomienda cerrar la puerta con llave. Por último, tire de la correa para dejarla bien fija.



#### Acortar la longitud de la cuerda

Basta con pasar la cuerda hacia fuera respecto de las asas y hacer otro nudo a la distancia adecuada. No corte la cuerda, ya que podría deshilacharse.

#### PRECAUCIÓN:

1. Consulte con su profesional sanitario antes de comenzar cualquier programa de ejercicios.
2. La polea para hombro Norco® modelo económico solo debe emplearse para su uso previsto.
3. Para sujetar las asas hace falta una buena fuerza de agarre en ambas manos.
4. Antes de cada sesión de ejercicio, repase el mecanismo de la polea para ver si presenta grietas o mellas. Repase también las asas por si presentaran grietas u otros defectos.
5. Antes de cada uso, compruebe que la cuerda esté bien atada a las asas y repase la lazada y la cuerda por si presentaran respuntes sueltos, cortes, abrasiones u otros defectos.
6. La correa de entramado deberá colocarse siempre o bien sobre la parte superior de la puerta o bien en el lado de las bisagras.
7. Compruebe que la correa de entramado no se deslice ni se salga del hueco de la puerta.
8. Cuando no esté usando la polea, retírela de la puerta y guárdela en un lugar seguro para evitar daños accidentales.
9. Este producto no está pensado para soportar todo el peso de una persona.
10. Si nota dolor al hacer ejercicios o la dolencia se agrava, consulte con su profesional sanitario.
11. Este producto no es un juguete y no debe dejarse al alcance de los niños. Si quiere que los niños usen el producto, consulte antes con su médico o fisioterapeuta, y asegúrese de que un adulto supervise dicho uso.



### Fixation de la poulie d'épaule Norco®, modèle économique, à la porte

- Choisissez une porte dans votre maison située à un endroit non utilisé ou peu fréquenté.
- Assurez-vous que la porte est bien fermée et verrouillée avant de commencer l'exercice.
- Une autre façon de fixer de la poulie à la porte est d'utiliser l'accroche-porte universel Norco®, vendu séparément (NC52081).

### Mise en place de la sangle

La porte étant ouverte, placez la sangle entre la porte et l'encadrement, soit par-dessus la porte, soit le long du côté charnière. Faites passer la pièce d'ancrage complètement au travers de l'espace disponible, la boucle se trouvant de l'autre côté de la porte. Une fois la sangle à la position désirée, fermez la porte. Il est recommandé de la verrouiller. Enfin, tirez sur la sangle pour la maintenir fermement en place

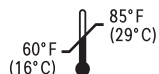


### Raccourcissement de la longueur de la corde

Tirez simplement la corde hors des poignées et faites un autre nœud pour obtenir la longueur désirée. Pour éviter l'effilochage, ne coupez pas la corde.

### ATTENTION :

1. Consultez votre prestataire de soins avant de commencer tout programme d'exercice.
2. La poulie d'épaule Norco®, modèle économique, n'est destinée qu'aux usages prévus.
3. Une force de préhension suffisante dans les deux mains est nécessaire pour tenir les poignées.
4. Avant chaque séance d'exercice, vérifiez que le mécanisme de poulie n'est ni entaillé ni fissuré. Inspectez les poignées pour vous assurer qu'elles ne sont pas fissurées ou ne présentent aucun autre défaut.
5. Assurez-vous que le cordon est bien fixé aux poignées et vérifiez que la boucle et la corde ne présentent aucune couture lâche, coupure, entaille, ni aucun autre défaut.
6. Ne placez la sangle que par-dessus la porte ou le long du côté charnière.
7. Assurez-vous que la sangle ne glissera pas à travers l'espace de la porte.
8. Retirez la poulie lorsqu'elle n'est pas utilisée et placez-la en lieu sûr pour éviter les dommages accidentels.
9. Ce produit n'est pas destiné à soutenir tout le poids du corps.
10. Consultez votre professionnel de la santé si vous ressentez des douleurs pendant les exercices ou si votre état s'empire.
11. Ce produit n'est pas un jouet et doit être conservé hors de la portée des enfants. Consultez votre médecin ou votre physiothérapeute avant de laisser des enfants utiliser la poulie et dans ce cas uniquement sous la surveillance d'un adulte.



North Coast Medical, Inc.  
135 E Main Ave, Suite 110  
Morgan Hill, CA 95037 - U.S.A.



### Befestigen des Norco® Seilzug-Schultertrainers (Economy-Modell) an der Tür

- Eine Tür im Wohnbereich mit wenig oder keinem Durchgangsverkehr wählen.
- Vor Beginn der Übung muss die Tür geschlossen und gesichert werden.
- Zur Befestigung eines Seilzugs an einer Tür kann wahlweise die separat erhältliche Norco® Universal-Türhalterung (NC52081) verwendet werden.

### Anbringen des Webriemens

Den Webriemen bei offener Tür zwischen Tür und Türrahmen schieben – entweder über die Oberkante oder entlang der Scharnierseite der Tür. Den Türanker vollständig durch den Türspalt führen, sodass sich der Schnallenteil auf der anderen Türseite befindet. Befindet sich der Riemen in der gewünschten Position, die Tür schließen. Es empfiehlt sich, die Tür abzuschließen. Dann am Riemen ziehen, damit er sicher an Ort und Stelle sitzt.



### Kürzen des Seils

Einfach das Seil aus den Griffen schieben und bei der gewünschten Länge einen weiteren festen Knoten machen. Das Seil nicht durchschneiden, um ein Ausfransen zu vermeiden.

### VORSICHT:

1. Vor Beginn eines jeden körperlichen Übungsprogramms ist ärztlicher Rat einzuholen.
2. Das Economy-Modell des Norco® Seilzug-Schultertrainers darf nur für seinen vorgesehenen Verwendungszweck verwendet werden.
3. Das sichere Halten der Griffe erfordert gute Greifkraft in beiden Händen.
4. Vor jeder Übungseinheit den Seilzugmechanismus auf Kerben oder Risse untersuchen. Die Griffe auf Risse oder andere Defekte untersuchen.
5. Vor jedem Gebrauch sicherstellen, dass das Seil fest mit den Griffen verknotet ist, und Schlaufe und Seil auf lose Nähte, Defekte, Einschnitte oder Abnutzung untersuchen.
6. Den Webriemen nur über die Oberkante oder entlang der Scharnierseite der Tür legen.
7. Sicherstellen, dass der Webriemen nicht aus der Türspalte rutschen kann.
8. Den Seilzug bei Nichtgebrauch abbauen und an einem sicheren Ort aufbewahren, um eine versehentliche Beschädigung zu vermeiden.
9. Dieses Produkt ist nicht dazu ausgelegt, das gesamte Körpergewicht einer Person zu tragen.
10. Ärztlichen Rat einholen, wenn beim Ausführen von Übungen Schmerzen auftreten oder sich der Gesundheitszustand verschlechtert.
11. Dieses Produkt ist kein Spielzeug und ist von Kindern fern zu halten. Kindern darf der Gebrauch nur gestattet werden, wenn dies zuvor mit der/dem behandelnden Ärztin/Arzt oder der Therapeutin/dem Therapeuten besprochen wurde und auch dann nur unter Aufsicht von Erwachsenen.

**EC REP** ICON (LR) Limited  
South County Business Park  
Leopardstown, Dublin 18  
D18 X5R3, Ireland

**CH REP** Allenspach Medical AG  
Dornacherstrasse 5  
4710 Balsthal, Switzerland

**UK REP** ICON (LR) Limited  
500 South Oak Way  
Green Park, Reading  
RG2 6AD, United Kingdom