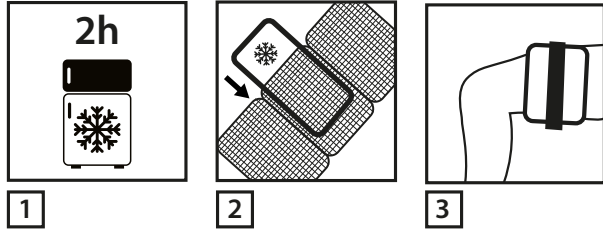


RAPPEL :

- **Uniquement pour une utilisation à froid. Ne pas le chauffer.**
- **Ne pas mettre au congélateur.**

1. Placez les poches de glace à plat au réfrigérateur (dans une température au-dessus de 0°C) pendant 2 heures minimum. **1**
 2. Puis mettez-les dans les filets à l'intérieur de la ceinture. **2**
- NOTE : Vérifiez que les poches ne soient pas trop froides pour éviter une blessure dû au froid.
3. Fixez cette dernière sur votre cuisse à l'aide de la fermeture auto agrippante. **3**
- Assurez-vous de bien poser le côté avec les filets contre votre cuisse.
4. La durée d'utilisation maximale est de 20 minutes pour éviter les blessures dû au froid.
 5. Remettez le pack de gel au réfrigérateur pour une prochaine utilisation.

**PRÉCAUTIONS :**

- **L'utilisation ne doit pas dépasser les 20 minutes et attendez minimum 20 minutes pour renouveler l'application.**
- **Si les poches de glace sont gelées, laissez-les à température ambiante quelques minutes, jusqu'à ce qu'elles le soient moins.**
- **Il est recommandé d'utiliser la ceinture froide dans un environnement à température ambiante pour ne pas réagir au froid.**

ROUTINE BEAUTÉ : faites une séance d'environ 15 minutes, 1 jour sur 2.**ES : RECORDATORIO :**

- **Sólo para uso en frío. No calentar.**
- **No congelar.**

1. Coloque las bolsas de hielo en posición horizontal en el frigorífico (a una temperatura superior a 0°C) durante al menos 2 horas. **1**
 2. A continuación, colóquelos en las redes del interior del cinturón. **2**
- NOTA: Compruebe que los bolsillos no están demasiado fríos para evitar lesiones por frío.
3. Fije la bolsa a su muslo con el cierre de gancho y bucle. **3**
- Asegúrate de que el lado con las redes esté contra tu muslo.
- NOTA: Adecuado para tamaños de cintura de hasta 85 cm.
4. El tiempo máximo de uso es de 20 minutos para evitar lesiones por frío.
 5. Guarde la bolsa de gel en el frigorífico para utilizarla en el futuro.

PRECAUCIONES :

- **No utilizar durante más de 20 minutos y esperar al menos 20 minutos antes de volver a aplicar.**
 - **Si las bolsas de hielo están congeladas, déjelas a temperatura ambiente durante unos minutos, hasta que estén menos congeladas.**
 - **Se recomienda utilizar el cinturón de frío en un entorno a temperatura ambiente para evitar reacciones al frío.**
- RUTINA DE BELLEZA : hacer una sesión de unos 15 minutos, cada dos días.**

EN : REMINDER :

- **Only for cold use. Do not heat.**
- **Do not freeze.**

1. Place the ice packs flat in the refrigerator (in a temperature above 0°C) for at least 2 hours. **1**
 2. Then put them in the nets inside the belt. **2**
- NOTE: Check that the pockets are not too cold to avoid injury from cold.
3. Fasten it to your thigh with the hook and loop fastener. **3**
- Make sure that the side with the nets is against your thigh.
- NOTE: Suitable for waist sizes up to 85cm.
4. The maximum duration of use is 20 minutes to avoid injuries due to the cold.
 5. Put the gel pack back in the fridge for future use.

PRECAUTIONS :

- **Do not use for more than 20 minutes and wait at least 20 minutes before reapplying.**
 - **If the ice packs are frozen, leave them at room temperature for a few minutes, until they are less frozen.**
 - **It is recommended to use the cold belt in a room temperature environment to avoid cold reactions.**
- BEAUTY ROUTINE : do a session of about 15 minutes, every other day.**

NL : HERINNERING :

- **Alleen voor koud gebruik. Niet verwarmen.**
- **Niet invriezen.**

1. Leg de ice packs plat in de koelkast (in een temperatuur boven 0°C) gedurende minstens 2 uur. **1**
2. Leg ze daarna in de netten in de gordel. **2**

OPMERKING: Controleer of de zakken niet te koud zijn om verwondingen door koude te voorkomen.

3. Bevestig het aan uw dij met de klittenbandsluiting. **3**
- Zorg ervoor dat de kant met de netten tegen uw dij aan zit.

OPMERKING: Geschikt voor taille maten tot 85cm.

4. De maximale gebruiksduur is 20 minuten om blessures als gevolg van de kou te voorkomen.
5. Leg het gepack terug in de koelkast voor toekomstig gebruik.

VOORZORGSMAATREGELEN :

- **Niet langer dan 20 minuten gebruiken en minstens 20 minuten wachten alvorens opnieuw aan te brengen.**
 - **Als de ijspakken bevroren zijn, laat ze dan een paar minuten op kamertemperatuur liggen, tot ze minder bevroren zijn.**
 - **Het wordt aanbevolen om de koude riem in een omgeving met kamertemperatuur te gebruiken om koude reacties te voorkomen.**
- SCHOONHEIDSRoutine :** doe een sessie van ongeveer 15 minuten, om de andere dag.

ENTRETIEN ET STOCKAGE / MANTENIMIENTO Y ALMACENAMIENTO / MAINTENANCE AND STORAGE / ONDERHOUD EN OPSLAG**Laver le produit avant la première utilisation.**

- **Nettoyage de la housse :** Lavez-la à la main à l'eau froide (moins de 30°C). Le temps de lavage ne doit pas être trop long (3 ~ 5 minutes) pour éviter le rétrécissement, de ne pas endommager la ceinture, ni sa coloration.

- **Nettoyage des poches de liquide :** lavez-les délicatement au savon et rincer à l'eau froide. Essayez avec un chiffon doux. Conserver le produit dans un endroit sec, à l'abri d'une source directe de chaleur et de l'humidité.

Attention ! Ne pas percer les poches de liquides.

- **Instructions pour la mise au rebut :** le moment venu, veuillez jeter le produit d'une manière respectueuse de l'environnement via un centre d'élimination agréé ou votre centre de déchets local. Respectez les réglementations en vigueur indiquée sur le produit et l'emballage.

ES : **Lavar el producto antes del primer uso.**

- **Limpeza de la funda :** Lávela a mano en agua fría (menos de 30°C). El tiempo de lavado no debe ser demasiado largo (3 ~ 5 minutos) para evitar el encogimiento, el daño de la cinta y la coloración.
 - **Limpeza de los bolsillos para líquidos :** lávelos suavemente con jabón y aclárelos con agua fría. Limpiar con un paño suave. Guardar el producto en un lugar seco, lejos del calor y la humedad directos.
- Precaución. No perforar las bolsas de líquido.**
- **Instrucciones de eliminación :** Cuando llegue el momento, elimine el producto de forma respetuosa con el medio ambiente a través de un centro de eliminación autorizado o de su centro de residuos local. Respete la normativa vigente sobre el producto y el embalaje.

EN : **Wash the product before first use.**

- **Cleaning the cover :** Wash it by hand in cold water (less than 30°C). The washing time should not be too long (3 ~ 5 minutes) to avoid shrinkage, damage to the belt and colouring.
 - **Cleaning the liquid pockets :** wash them gently with soap and rinse with cold water. Wipe with a soft cloth. Store the product in a dry place, away from direct heat and humidity.
- Caution! Do not puncture liquid pockets.**
- **Disposal instructions :** When the time comes, please dispose of the product in an environmentally friendly manner via an authorised disposal centre or your local waste centre. Observe the applicable regulations on the product and packaging.

NL : **Was het product voor het eerste gebruik.**

- **Reinigen van de hoes :** Was het met de hand in koud water (minder dan 30°C). De wastijd mag niet te lang zijn (3 ~ 5 minuten) om krimpen, beschadiging van de band en verkleuring te voorkomen.
 - **Reinigen van de vloeistofzakken :** was ze voorzichtig met zeep en spoel af met koud water. Veeg af met een zachte doek. Bewaar het product op een droge plaats, uit de buurt van directe warmte en vochtigheid.
- Opgelet! De vloeistofzakken niet doorprikken.**
- **Instructies voor het weggooien :** Gooi het product te zijner tijd op milieuvriendelijke wijze weg via een erkend afvalverwerkingscentrum of uw plaatselijke afvalcentrum. Neem de geldende voorschriften op het product en de verpakking in acht.



Laver uniquement à la main
Sólo se puede lavar a mano
Hand wash only
Alleen met de hand wassen



Ne pas placer dans un micro-onde
No colocar en el microondas
Do not place in a microwave
Niet in een microgolfoven plaatsen



Ce produit peut être utilisé à partir de 18 ans
Este producto puede utilizarse a partir de los 18 años
This product can be used from the age of 18
Dit product kan gebruikt worden vanaf de leeftijd van 18



Chlore interdit
Prohibido el uso de cloro
Chlorine prohibited
Chloor verboden



Le produit est composé de matière plastique du type Polyéthylène Basse Densité
El producto está hecho de material plástico como el polietileno
The product is made of high density polyethylene plastic
Het product is gemaakt van hoge dichtheid polyethyleen plastic



Date de durabilité minimale. (Voir la date indiquée sur les poches de glace)
Fecha de durabilidad mínima. (Ver fecha de las bolsas de hielo)
Minimum durability date. (See date on ice packs)
Minimale houdbaarheidsdatum. (Zie datum op de ijsverpakkingen)



Séchage en machine interdit
No secar en secadora
Do not tumble dry
Niet in de droogtrommel



Attention ! Ne pas placer au congélateur
Precaución. No colocar en el congelador
Caution! Do not place in a freezer.
Opgelet! Niet in de diepvriezer leggen.



À placer dans le réfrigérateur
para ser colocado en el refrigerador
to be placed in the refrigerator
om in de koelkast te leggen



Repassage interdit
No planchar
Do not iron
Niet strijken



Lire les instructions avant l'utilisation.
Attention : Respectez toujours les consignes d'avertissement indiquées.
Lea las instrucciones antes de usar el producto.
Precaución: Siga siempre las advertencias indicadas.
Read the instructions before use.
Caution: Always follow the warnings given.
Opgelet: Volg altijd de gegeven waarschuwingen op.



Logo Triman
Logotipo de Triman
Triman logo



Nettoyage à sec interdit
No limpiar en seco
Do not dry clean
Niet chemisch reinigen



Logo Point Vert
Logotipo del Punto Verde
Green Dot logo
Groene punt logo