

## Description

This brace helps to support mild to moderate ankle sprains and chronic ankle instabilities.

The rigid contoured outer shells control inversion or eversion whilst allowing normal dorsi-flexion. Foam padding evenly distributes pressure along with anatomically shaped plastic shells to provide protection.

This support is manufactured from high quality materials and we recommend that a medical professional fits the support for you. If at any time you experience discomfort or your condition worsens, remove the support immediately and consult your therapist/medical professional.

## Fitting Instructions

- A) Place the heel strap underneath the heel with sides of the brace on each side of the ankle
- B) Adjust the heel strap so the gel covering on each side of the ankle bone is firmly fitted
- C) Pull both of the leg straps and attach so the brace remains firmly in position

## Cleaning and Care

Hand wash in warm water with liquid mild soap and leave to dry naturally.

**DO NOT MACHINE WASH OR TUMBLE DRY  
NEVER OVER TIGHTEN STRAPS.**

This support should feel comfortable at all times.  
**REMOVE BEFORE GOING TO SLEEP.**



**Description**

Ce support est fabriqué à partir de matériaux de grande qualité et nous recommandons qu'il soit posé sur vous par un professionnel de la santé. Si, à un moment ou à un autre, vous ressentez une certaine gêne ou votre état empire, retirez immédiatement le support et consultez votre médecin. Cet appareil orthopédique favorise un meilleur soutien des entorses de cheville légère et modérée ainsi que toute instabilité chronique de la cheville. Le contour rigide des protections externes permet de contrôler les mouvements d'inversion ou éversion tout en permettant une flexion dorsale normale. Rembourrage en mousse répartit la pression ainsi que des supports en plastique de forme anatomique pour une meilleure protection.

**Instructions de mise en place**

- A) Passer la bande sous le talon et les deux côtés de la sangle sur chaque côté de la cheville.
- B) Ajuster la bande de talon pour assurer un bon maintien des poches de gel couvrant chaque côté de l'os de la cheville.
- C) Tirer les deux dragonnes et les attacher pour une meilleure stabilité de l'appareil.

**Nettoyage et entretien**

À laver à la main dans de l'eau tiède et avec un détergent liquide doux, puis laisser sécher naturellement.

NE PAS LAVER À LA MACHINE OU NE PAS PASSER AU SÈCHE-LINGE

NE JAMAIS TROP SERRER LES SANGLES.

Vous devez toujours vous sentir à l'aise avec ce support. LE RETIRER AVANT D'ALLER AU LIT.

**Beschreibung**

Diese Bandage ist aus qualitativ hochwertigen Materialien hergestellt, und wir empfehlen Ihnen, die Bandage von medizinischem Fachpersonal anpassen zu lassen. Sollten Sie zu einem beliebigen Zeitpunkt Beschwerden feststellen oder falls sich Ihr Zustand verschlechtert, nehmen Sie die Bandage sofort ab und wenden Sie an Ihren Therapeuten bzw. Arzt. Diese Bandage hilft bei der Stütze milder bis moderater Verstauchungen und chronischen Instabilitäten des Fußgelenks. Die robusten äußeren Schalen kontrollieren die Inversion oder Eversion während die normale Dorsalflexion ermöglicht bleibt. Schaumstoffpolster verteilt den Druck und anatomisch geformten Plastikschaalen, die einen Schutz liefern, vorhanden.

**Anleitung zum Anlegen**

- A) Den Fersengurt unter der Ferse mit den Seiten der Bandagen an jeder Seite des Fußgelenks anbringen.
- B) Den Fersengurt so einstellen, dass die Gelabdeckungen an jeder Seite des Fußgelenkknöchens fest anliegen.
- C) Beide Beingurte anziehen und so anbringen, dass die Bandage fest an ihrer Position bleibt.

**Reinigung und Pflege**

In warmem Wasser mit der Hand mit milder Seife waschen und an der Luft trocknen lassen.

NICHT IN DER MASCHINE WASCHEN ODER IM TROCKNER TROCKNEN

GURTE NIEMALS ÜBERMÄSSIG FEST ANZIEHEN.

Diese Bandage sollte jederzeit komfortabel anliegen. VOR DEM SCHLAFENGEHEN ABNEHMEN.

---

**Descripción**

Este soporte está fabricado con materiales de alta calidad. Se recomienda que un profesional médico realice el ajuste para usted. Si en algún momento no se siente cómodo o su estado empeora, retire inmediatamente el soporte y consulte a su terapeuta o profesional médico. Esta tobillera ofrece sujeción para torceduras de tobillo leves a moderadas e inestabilidad crónica del tobillo. Los forros exteriores rígidos y moldeados controlan la inversión o eversión y permiten la dorsiflexión normal. El relleno de espuma distribuye uniformemente la presión, junto con forros de plástico anatómicamente moldeados que ofrecen protección.

**Instrucciones de colocación**

- A) Coloque la correa de talón debajo del talón con los lados de la tobillera a cada lado del tobillo
- B) Coloque la correa del talón de tal forma que la cobertura gel a cada lado del tobillo esté firmemente apretada
- C) Tire de las correas y fíjelas a la tobillera hasta que quede bien sujeta

**Limpieza y cuidados**

Lavar a mano en agua tibia con jabón líquido suave y dejar secar al aire libre.

NO LAVAR A MAQUINA NI SECAR EN SECADORA

NO APRETAR LAS CORREAS EN EXCESO.

Este soporte debe sentirse cómodo en todo momento. QUÍTESELO ANTES DE IR A DORMIR.

**Descrizione**

Il supporto è realizzato in materiali di alta qualità; si consiglia di rivolgersi a un operatore sanitario per sistemarlo in modo adeguato. Se in qualsiasi momento si prova fastidio o le condizioni peggiorano, rimuovere immediatamente il supporto e consultare il proprio terapeuta/operatore sanitario. Cavigliera ideata per alleviare le distorsioni della caviglia da lievi a moderate e le instabilità croniche della caviglia. I gusci rigidi esterni sagomati controllano l'inversione o l'eversione consentendo al contempo la normale dorsiflessione. Imbottitura in schiuma distribuisce uniformemente la pressione e le anatomiche di plastica conchiglie fornire protezione.

**Istruzioni di posizionamento**

- A) Infilare l'apposita cinghia sotto il tallone, appoggiando i lati della cavigliera su ogni lato della caviglia.
- B) Regolare la cinghia del tallone in modo che il gel copra i lati dell'astragalo e sia ben saldo.
- C) Tirare entrambi i lati delle cinghie delle gambe e fissarli in modo che la cavigliera rimanga ben salda in posizione.

**Pulizia e cura**

Lavare a mano in acqua calda con detergente liquido delicato e lasciare asciugare naturalmente.

NON LAVARE IN LAVATRICE O ASCIUGARE A SECCO

NON SERRARE ECCESSIVAMENTE LE CINGHIE.

Il supporto non deve mai essere scomodo. RIMUOVERE PRIMA DI ANDARE A LETTO.

---

## Omschrijving

Dit hulpmiddel is gemaakt van hoogwaardige materialen. We adviseren u dit hulpmiddel te laten aanmeten door een zorgprofessional. Mocht u op enig moment pijn ondervinden of mocht uw situatie verslechteren, verwijder het hulpmiddel dan direct en raadpleeg uw therapeut/zorgprofessional. Deze brace biedt ondersteuning bij lichte tot matige verstuikingen van de enkel en bij chronische instabiliteit van de enkel. De stugge, omlinjende buitenplaten beperken inversie of eversie terwijl normale dorsaalflexie wel mogelijk is. Schuimvulling gelijkmatig verdeelt drukverdeling, met anatomisch gevormde plastic platen om bescherming te bieden.

## Pasinstructies

- A) Plaats de hielband zo onder de hiel dat de zijplaten van de brace aan weerszijden van de enkel zitten.
- B) Stel de hielband bij zodat de gelzakjes aan weerszijden van het enkelbot stevig vastzitten.
- C) Trek aan beide beenbanden en zet ze vast zodat de brace goed op zijn plaats blijft zitten.

## Schoonmaken en onderhoud


Was het hulpmiddel met de hand in warm water met vloeibare milde zeep en laat het aan de lucht drogen.  
NIET IN DE WASMACHINE OF WASDROGER STOPPEN.

TREK BANDEN NOOIT TE STRAK AAN.

Dit hulpmiddel dient altijd prettig aan te voelen. VERWIJDER HET VOORDAT U GAAT SLAPEN

These user instructions are available in large print, please contact Performance Health Customer Services for a copy.  
Please retain these instructions for future reference.

### Manufactured for:

 **Performance Health International Ltd.**  
Nunn Brook Road, Huthwaite,  
Sutton-in-Ashfield, Nottinghamshire,  
NG17 2HU, UK.

### UK:

Tel: 03448 730 035

Fax: 03448 730 100

[www.performancehealth.co.uk](http://www.performancehealth.co.uk)

### International:

Tel: +44 1623 448 706

Fax: +44 1623 448 784

### Performance Health Supply, Inc.

W68 N158 Evergreen Blvd.  
Cedarburg, WI 53012  
USA  
[www.performancehealth.com](http://www.performancehealth.com)

### Performance Health ANZ

Unit 3, 3 Basalt Road,  
Pemulwuy NSW, Australia 2145.  
Tel: 1300 473 422  
Fax: 1300 766 473

### Performance Health France

13 rue André Pingat  
CS 10045  
51724 Reims Cedex  
France  
Tel: 00(33) 03 10 00 79 30  
Fax: 00(33) 03 54 70 04 34  
[www.performancehealth.fr](http://www.performancehealth.fr)

**PERFORMANCE  
HEALTH** 