

ZISTITE OBVOD SVOJHO ZÁPÄSTIA

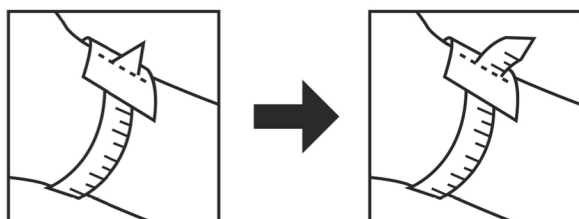
1. Stiahnite si priložený súbor a vytlačte ho v mierke 1:1 na papier formátu A4.



2. Vystrihnite šablónu s centimetrovou stupnicou, alebo použite krajšírsky meter.



3. Obopnite šablónu okolo zápästia a prevlečte užší koniec cez vystrihnutý otvor. Utiahnite tak, aby ste sa cítili pohodlne.



4. Číslo pri otvore vyjadruje obvod vášho zápästia, podľa ktorého prispôbíme dĺžku náramku

