

RECOVER COOLING SLEEVE

Cold therapy compression for arm and leg



EN A compression sleeve for cold therapy on sore muscles and joints. Wear ReCove on forearm, elbow, leg, knee, ankle or wrist for muscle recovery. Using ReCove gives a nice sensation when having inflammation, arthritis, swelling or tension. It's also nice to wear after a tough workout. The sleeve can be used self-cooled or frozen for a colder experience.

Cold therapy makes the blood vessels contract and blood flow decrease, which reduces swelling and counteracts inflammation.

- Use when experiencing inflammation, swelling, tension or pain in muscles and joints.
- When wearing ReCove, the cooling effect lasts for about 15 minutes.
- Keep the sleeve on for compression or remove it to self-cool for 30 minutes.
- For a colder effect place ReCove in the freezer (about 2 hours). Use the frozen sleeve maximum 15 minutes on bare skin.
- Always keep ReCove in the enclosed plastic bag. If not, the sleeve loses its function and softness.
- Use damp cloth to wipe it clean. Lay flat and air dry.



Support



Recovery



Cooling treatment  
15 minutes

Material: Fabric: Lycra 100%, Gel: Glycerol 60%, Water 26%, Sodium Acrylate 14%

Unisex      Colour  
S, M, L      Black

Made in China

Inspirera & Co AB/  
Swedish Posture  
Katarinavägen 15  
116 45 Stockholm  
Sweden

Simply good posture.

Swedish Posture

swedishposture.com

Swedish Posture®

**SE** En kompressionsleeve för kylbehandling av ömma muskler och leder. Bär ReCove på underarm, armbåge, ben, knä, fotled eller handled för effektiv återhämtning. ReCove ger en behaglig känsla vid besvär såsom muskelinflammation, artros, svullnad eller överansträngning. Den är också skön att ha på sig efter ett hårt träningspass. ReCove kan användas självkyld eller fryst för en kallare upplevelse.

Kylterapi gör att blodkärlen drar ihop sig och genombloodningen minskar, vilket minskar svullnader och motverkar inflammationer.

- Använd vid inflammation, svullnad, överansträngning, obehag eller smärta i muskler och leder.
- Kyleffekten varar ca 15 minuter. Frys igen eller behåll ReCove på som kompression.
- Lägg i frysen (ca 2 timmar) för en kallare effekt. Använd ReCove fryst i max 15 minuter på bar hud.
- Förvara alltid ReCove i den medföljande påsen mellan användning för att behålla funktionen.
- Använd en fuktig trasa för att torka rent. Låt lufttorka.



Material: Tyg: Lycra 100%, Gel: Glycerol 60%, Vatten 26%, Natriumakrylat 14%

Kylbehandling  
15 minuter

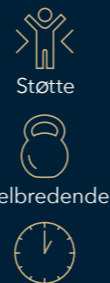
Unisex Färg  
S, M, L Svart

Tillverkad i Kina

**DK/NO** Et kompressionsærme til kuldeterapi til ømme muskler og led. Brug ReCove på underarm, albue, ben, knæ, ankel eller håndled for muskelgendannelse. Anvendelse af ReCove giver en dejlig fornemmelse, når du har betændelse, leddegigt, hævelse eller muskelspænding. Den er også rart at anvende efter træning. Ærmet kan bruges selvkølet eller frosset for at opnå en koldere oplevelse.

Kuldeterapi får blodkarrene til at trække sig sammen, og derved falder blodgennemstrømningen, hvilket reducerer hævelse og modvirker betændelse.

- Anvendes, når du oplever betændelse, hævelse, spændinger eller smerter i muskler og led.
- Køleeffekten forsvinder efter 15 minutter. Behold ærmet på for kompression, eller lad det selvkøle i 30 minutter eller afkøl det atter i fryseren.
- Anbringes i fryseren (ca. 2 timer) for at opnå en koldere effekt. Brug det frosne ærme maksimalt 15 minutter på bar hud.
- Opbevar ærmet i plastikposen for at opretholde dens kølefunktion.
- Brug en fugtig klud til rengøring. Læg den fladt ned og lad den lufttørre.



Materiale: Stof: Lycra 100%, Gel: Glycerol 60%, Vand 26%, Natriumacrylat 14%

15 minutters  
kølende behandling

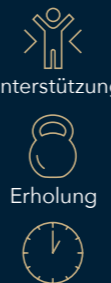
Unisex Farver  
S, M, L Sort

Produceret i Kina

**DE** Eine Kompressionsmanschette für die Kältetherapie bei schmerzenden Muskeln und Gelenken. Tragen Sie ReCove zur Muskelerholung am Unterarm, Ellbogen, Bein, Knie, Knöchel oder Handgelenk. Die Anwendung von ReCove vermittelt ein angenehmes Gefühl bei Entzündungen, Arthritis, Schwellungen oder Verspannungen. Sie ist auch nach einem anstrengenden Training angenehm zu tragen. Die Hülle kann selbstgekühlt oder gefroren für ein kälteres Erlebnis verwendet werden.

Die Kältetherapie bewirkt, dass sich die Blutgefäße zusammenziehen und die Durchblutung abnimmt, was Schwellungen reduziert und Entzündungen entgegenwirkt.

- Verwenden Sie es bei Entzündungen, Schwellungen, Verspannungen oder Schmerzen in Muskeln und Gelenken.
- Die kühlende Wirkung verschwindet nach 15 Minuten. Lassen Sie die Hülle zum Komprimieren an oder lassen Sie sie 30 Minuten lang selbst abkühlen oder kühlen Sie sie im Gefrierschrank wieder ab.
- Legen Sie sie in den Gefrierschrank (ca. 2 Stunden), um sie kälter zu machen. Verwenden Sie den gefrorenen Ärmel maximal 15 Minuten auf nackter Haut.
- Bewahren Sie die Hülle in der Plastiktüte auf, um ihre Kühlfunktion aufrechtzuerhalten.
- Verwenden Sie ein feuchtes Tuch, um es abzuwischen. Flach hinlegen und an der Luft trocknen lassen.



Material: Stoff: Lycra 100%, Gel: Glycerin 60%, Wasser 26%, Natriumacrylat 14%

Kühlbehandlung  
15 Minuten

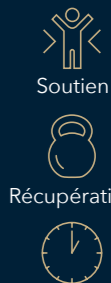
Unisex Farbe  
S, M, L Schwarz

In China hergestellt

**FR** Un manchon de compression pour la thérapie par le froid sur les muscles et articulations endoloris. Portez ReCove sur avant-bras, coude, jambe, genou, cheville ou poignet pour la récupération musculaire. Utilisez ReCove donne une sensation agréable lorsque vous avez inflammation, arthrite, gonflement ou tension. Il est également agréable à porter après un gros entraînement. Le manchon peut être utilisé auto-refroidi ou geler pour une expérience plus fraîche.

La thérapie par le froid provoque une contraction des vaisseaux sanguins et réduit le débit sanguin, ce qui réduit les gonflements et neutralise l'inflammation.

- Utilisez lorsque vous ressentez inflammation, gonflement, tension ou douleur dans les muscles et articulations.
- L'effet refroidissant disparaît après 15 minutes. Gardez le manchon sur vous pour l'effet compressant ou laissez-le refroidir pendant 30 minutes ou refroidissez-le dans le congélateur.
- Placez dans le congélateur (environ 2 heures) pour un effet plus frais. Utilisez le manchon gelé maximum 15 minutes sur la peau nue.
- Stockez le manchon dans un sac plastique pour préserver sa fonction de refroidissement.
- Utilisez un chiffon humide pour le nettoyer. Posez à plat et laissez sécher.



Matière : Tissu : Lycra 100 %, Gel : Glycérol 60 %, Eau 26 %, Acrylate de sodium 14 %

Traitement de  
refroidissement  
15 minutes

Unisex Couleur  
S, M, L Noir

Fabriqué en Chine