

## ÖVRIGA TEJPNINGAR

### PUNKTSMÄRTA – SMÄRTROSETT



Diffus smärta ländrygg, ryggskott, lårkaka och andra blödningar. Vid mindre struktur, "typ" armen, använd/klipp smalare tejp.

**Applicera** precis på smärtpunkten i ett 4-kors med 2,5-5 cm bred I-tejp. Använd ligamentteknik.