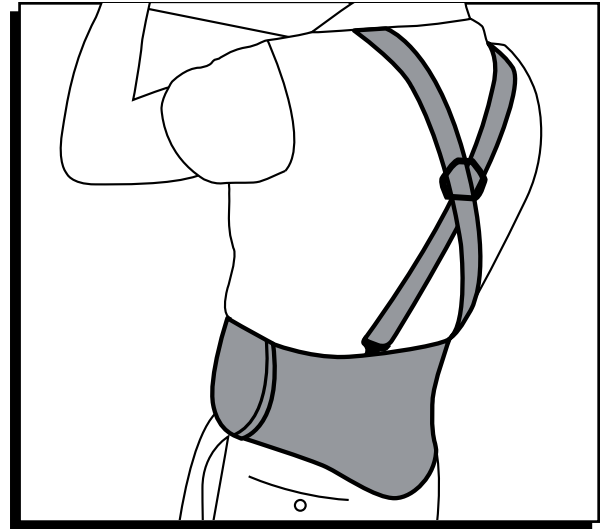


ULINE H-441, H-494
H-855, H-1168
BACK SUPPORT BELT

1-800-295-5510
uline.com



INSTRUCTIONS

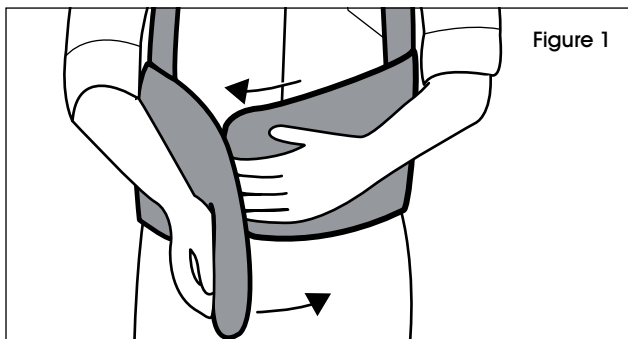


Figure 1

PROPER FIT

1. Center the belt in the small of back and pull the inside belt layer over the abdomen, overlapping from left to right. (See Figure 1)
2. Grip both ends of the outer belt layer. (See Figure 2)
3. Pull outer belt over the abdomen, overlapping from left to right. The belt should feel snug and comfortable around waist. (See Figure 3)



NOTE: The belt should not restrict normal breathing, yet must be tight enough to provide adequate pressure. The suspenders are attached to the belt with break-away clips and can be detached in an emergency.

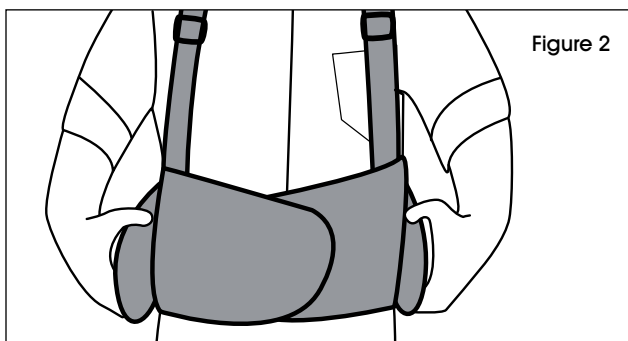


Figure 2

SAFE LIFTING

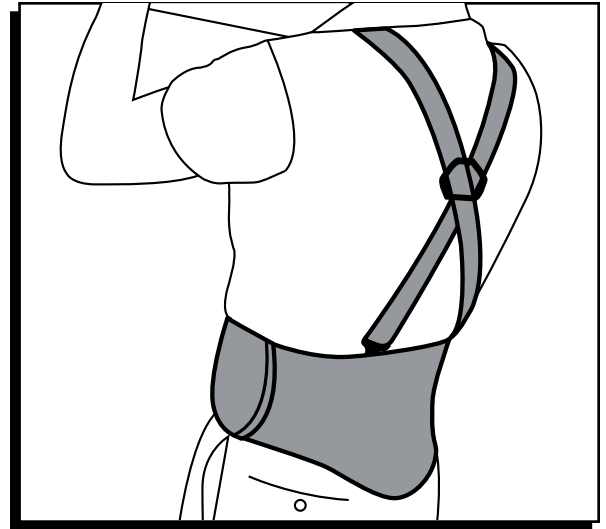


CAUTION! Do not lift more weight than can be handled without the use of a back support belt. The use of a back support belt does not ensure more weight can be lifted.

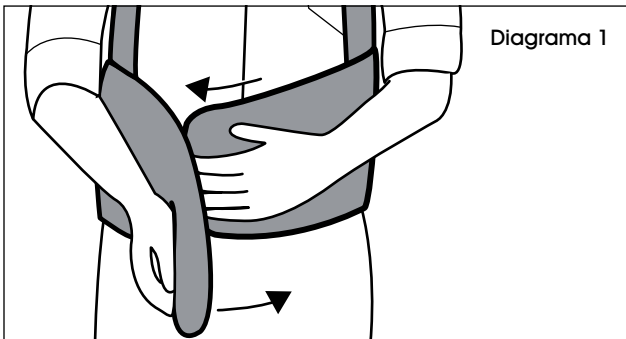
1. Size up the load weight before attempting to lift.
2. Establish a firm footing to ensure proper balance and a stable lifting base.
3. Stand with feet shoulder-width apart with one foot slightly forward. Keep back straight, upright and perpendicular to the ground.
4. Always bend at the knees. Slowly lower, always keeping back straight.
5. Tighten abdominal muscles and lift, letting legs do the work.
6. Keep load close to body. If necessary, turn with feet first and let body follow. Never turn at torso.



Figure 3



INSTRUCCIONES

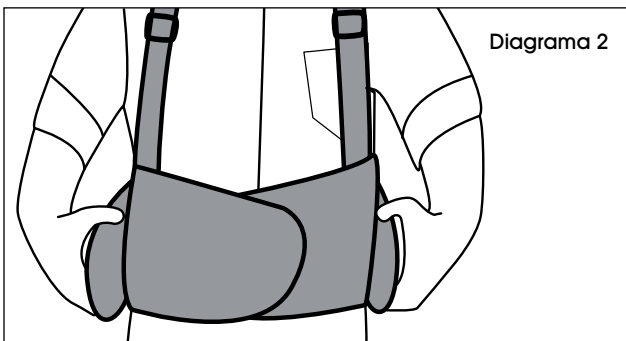


AJUSTE ADECUADO

1. Centre la faja en la parte baja de la espalda y jale la capa interior de la faja sobre el abdomen, superponiendo de izquierda a derecha. (Vea Diagrama 1)
2. Apriete ambos extremos de la capa exterior de la faja. (Vea Diagrama 2)
3. Jale la faja exterior sobre el abdomen, superponiendo de izquierda a derecha. La faja debe sentirse ajustada y cómoda alrededor de la cintura. (Vea Diagrama 3)



NOTA: La faja no debe restringir su respiración normal, pero debe estar suficientemente ajustada para proveer la presión adecuada. Los tirantes están sujetos a la faja con clips desprendibles y pueden ser removidos en caso de emergencia.

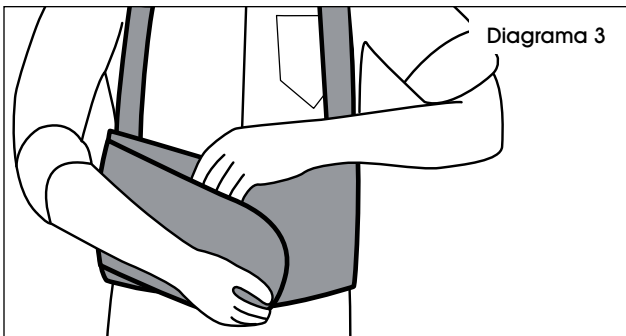


LEVANTAMIENTO SEGURO

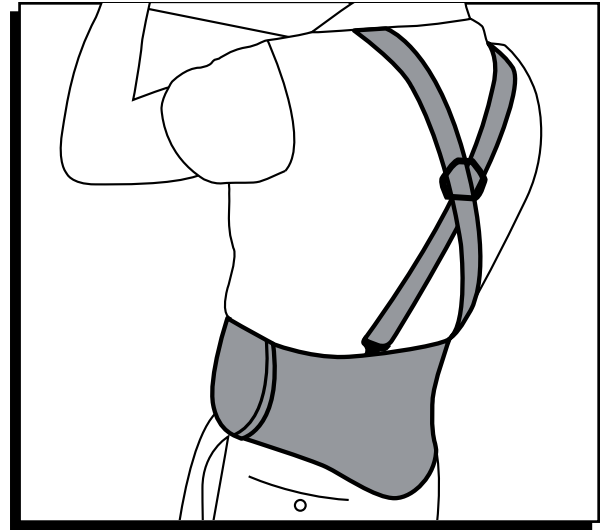


¡PRECAUCIÓN! No levante más peso del que pueda levantar sin usar la faja. El uso de una faja no asegura que se pueda levantar más peso.

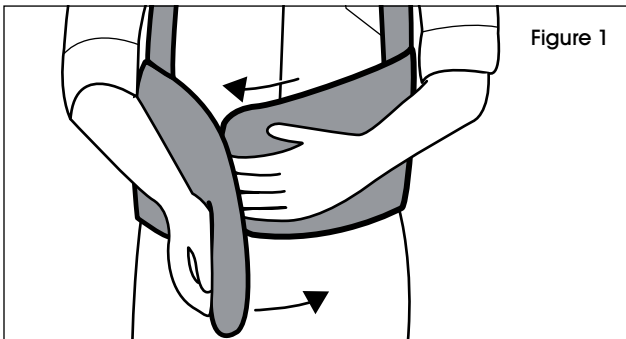
1. Dimensione el peso de la carga antes de intentar levantarla.
2. Para lograr el balance adecuado, párese de manera firme y estabilícese para el levantamiento.
3. Párese con los pies abiertos al ancho de los hombros con un pie un poco más al frente. Mantenga la espalda derecha, recta y perpendicular al piso.
4. Siempre doble las rodillas. Baje despacio, manteniendo siempre la espalda derecha.
5. Apriete los músculos abdominales y levante, dejando que sus piernas hagan el trabajo.
6. Mantenga la carga cerca al cuerpo. Si es necesario, gire con los pies primero y luego el cuerpo. Nunca se voltee con el torso.



CEINTURE DE PROTECTION LOMBAIRE



INSTRUCTIONS

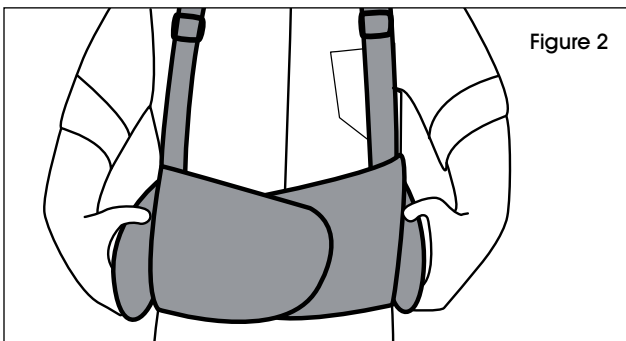


AJUSTER CORRECTEMENT

1. Centrer la ceinture sur le bas du dos et tirer la ceinture intérieure sur l'abdomen en croisant les bouts de gauche à droite. (Voir Figure 1)
2. Ramener la ceinture extérieure sur l'abdomen en croisant de gauche à droite. La ceinture doit être confortablement ajustée autour de la taille. (Voir Figure 3)
3. Agripper les deux bouts de la ceinture extérieure. (Voir Figure 2)



REMARQUE : La ceinture ne doit pas gêner la respiration, mais elle doit être assez serrée pour fournir une pression adéquate. Les bretelles sont fixées à la ceinture à l'aide d'agrafes détachables en cas d'urgence.

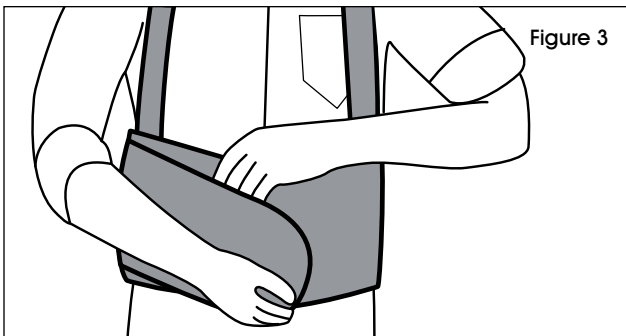


LEVER EN TOUTE SÉCURITÉ



PRUDENCE! Ne pas soulever plus de poids qu'à l'ordinaire sans porter une ceinture de protection lombaire. Le port d'une ceinture de protection lombaire ne permet pas de soulever un poids plus important.

1. Évaluer le poids de la charge avant de tenter de la soulever.
2. Planter les pieds fermement pour conserver l'équilibre et garantir une stabilité adéquate.
3. Se tenir avec les pieds à la largeur des épaules en plaçant un pied légèrement vers l'avant. Garder le dos droit en position verticale, perpendiculaire au sol.
4. Toujours plier les genoux. Se baisser doucement en gardant toujours le dos droit.
5. Contracter les muscles abdominaux et laisser les jambes supporter la charge.
6. Garder la charge près du corps. Si nécessaire, tourner d'abord les pieds et laisser le corps suivre. Ne jamais tourner le torse.





H-441, H-494
H-855, H-1168

BACK SUPPORT BELT

1-800-295-5510
uline.com

SIZE SPECIFICATIONS

H-441 LUMBAR PAD	
Small/Pequeño/Petit	24-33 in. (61-84 cm)
Medium/Mediano/Moyen	34-38 in. (86-97 cm)
Large/Grande/Grand	39-43 in. (99-109 cm)
XL/TG	44-48 in. (112-122 cm)
2XL/TTG	49-53 in. (124-135 cm)
3XL/3T	54-60 in. (137-152 cm)
4XL/4T	61-68 in. (155-173 cm)
5XL/5T	69-73 in. (175-185 cm)

H-494 INDUSTRIAL	
Small/Pequeño/Petit	25-30 in. (64-76 cm)
Medium/Mediano/Moyen	30-34 in. (76-86 cm)
Large/Grande/Grand	34-38 in. (86-97 cm)
XL/TG	38-42 in. (97-107 cm)
2XL/TTG	42-46 in. (107-117 cm)
3XL/3T	46-52 in. (117-132 cm)

H-855 UNIVERSAL WAIST	
Universal/Unitalla/Taille Universelle	26-50 in. (66-127 cm)

H-1168 ECONOMY	
Small/Pequeño/Petit	25-30 in. (64-76 cm)
Medium/Mediano/Moyen	30-34 in. (76-86 cm)
Large/Grande/Grand	34-38 in. (86-97 cm)
XL/TG	38-42 in. (97-107 cm)