

POSTURA  
ERRADA



COLUNA  
APOIADA COM O  
ROLO LOMBAR  
BAKSUPPORT

UTILIZE A TIRA  
ELÁSTICA PARA  
FIXAR EM SUA  
CADEIRA



MEIA LUA  
LOMBAR

# BAKSUPPORT

MELHORE SUA POSTURA

O **ROLO LOMBAR BAKSUPPORT** é recomendado para pessoas com dor lombar e cervical, dores recorrentes ou com dificuldade em corrigir a postura na cadeira. Com o uso diário do **ROLO LOMBAR BAKSUPPORT** você evita a má postura ao sentar por meio de um suporte adequado mantendo a curvatura correta de sua coluna, ajudando a aliviar as dores nas costas.

PASSO 1: Sente-se na cadeira posicionando-se o mais para trás possível.

PASSO 2: Curve-se levemente para frente e encaixe o rolo lombar na região baixa das costas, acima da linha cintura (cinto).

PASSO 3: Retorne a posição inicial, pequenas variações no posicionamento do rolo podem ser necessárias pois as pessoas possuem formas diferentes. Inicialmente esta nova posição pode lhe gerar um leve desconforto local ou em outra região, devido a adaptação a uma nova postura.

INDICAÇÕES DE USO: 

[www.baksupport.com](http://www.baksupport.com) | [contato@baksupport.com](mailto:contato@baksupport.com)