



部活用 ECOテープの使用方法



① ECOテープの使用前の準備



① 手にテープスティックorタックスプレーを吹き付け乾燥させます

② 利き手の指に下地のテーピングを第二関節まで巻きます



下地のテーピングを締めすぎると
血行が悪くなるので注意!

② ECOテープの使用方法



テーピングをした後にGrip Shot finger tapeをつける

- ① 袋からECOテープを出します
 - ② 爪を守るように爪から縦張りに第二関節まで貼ります
- ※ ECOテープ剥がれ防止の為に図の○で囲んだ部分にテーピングを巻く事をおすすめ

ECOテープは、屋内はもちろん屋外でも使用可能！！

③ ECOテープの使用後の管理方法



- ① ECOテープ剥がれ防止の為巻いたテーピングを剥がす
- ② ECOテープをはがす
※下地のテーピングの巻き方で剥がし方が違います
 - ・指の先から巻き始めた場合
→ ECOテープを下から剥がす
 - ・指の根本から巻き始めた場合
→ ECOテープを爪の方から剥がす
- ③ 剥がしたECOテープは、ECOテープが貼られていたシートに貼っておくことで、再度利用可能

④ ECOテープのQ&A

- ① ECOテープ剥がれ防止の為巻いたテーピングを剥がす
- ② ECOテープをはがす
※下地のテーピングの巻き方で剥がし方が違います
 - ・指の先から巻き始めた場合
→ ECOテープを下から剥がす
 - ・指の根本から巻き始めた場合
→ ECOテープを爪の方から剥がす
- ③ 剥がしたECOテープは、ECOテープが貼られていたシートに貼っておくことで、再度利用可能