



Maak met het elastiek van de slide een oog om de slide. (Het elastiek moet over de enkel kunnen).

1



Leg de slide op de mat.

2



Steek uw voet in de slide. Gebruik de stroefheid van de mat.

3



Help indien nodig met de hand het elastiek om de slide over de enkel. Trek de slide recht.

4



Sla de slide over het elastiek.

5



Sla de kous ca 10 cm om.

6



Hou het blauwe balletje van de Dressbuddy® bij de kous.

7



Zorg dat de bovenrand over het balletje worden geslagen .

8



Herhaal stap 7 en 8 met het andere balletje.

9



Duw de Dressbuddy® naar **beneden** in de richting van het been naar de voet.

10



Duw de balletjes van de Dressbuddy® over de hiel. Hou de voet zo veel mogelijk in het verlengde van het been (lukt dit niet probeer dan de **TIP**).

11



TIP

Draai de Dressbuddy® een kwartslag en duw een balletje over de hiel en draai weer terug.

12



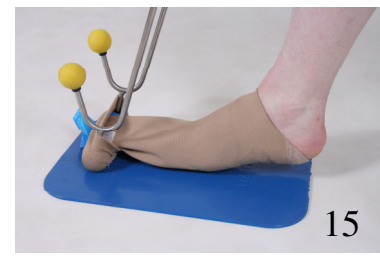
Zet de balletjes van de Dressbuddy® vooruit op de mat.

13



Trek de voet net boven de grond naar u toe.

14



Zet de Dressbuddy® verder weg. Trek de voet verder terug .

15