



**Breg, Inc.**  
2885 Loker Ave. East  
Carlsbad, CA 92010 U.S.A.  
P: 800-321-0607  
F: 800-329-2734  
www.breg.com

AW-193010 REV B 0812

©2012 Breg, Inc. All rights reserved.



EU authorized representative  
MDS GmbH  
Schiffgraben 41  
D-30175 Hannover  
Germany

## Ultra High-5®

*Refuerce y recupere*

### Período de amoldamiento

Igual que con un nuevo par de zapatos, las tobilleras requieren un período de amoldamiento para acostumbrarse a ellas. Cuando se combinan zapatos nuevos con una tobillera nueva, el período de amoldamiento es todavía mayor (por lo general de 6 a 8 horas). Afloje los cordones del zapato para reducir la fricción hasta que se amolden la tobillera y el zapato al pie. Use un calcetín adicional largo para reducir aún más la fricción.

### Dispositivo ortopédico o soporte del puente a medida

Coloque la pieza inferior de la tobillera debajo del dispositivo ortopédico o soporte del puente.

### Amoldamiento a calor para acelerar el periodo de amoldamiento.

**ADVERTENCIA:** No toque ni coloque una tobillera caliente contra la piel inmediatamente después de calentarla.

**ADVERTENCIA:** No permita que la temperatura y el tiempo de calentamiento superen los parámetros recomendados para calentar la tobillera.

**ADVERTENCIA:** Use solo un horno infrarrojo o secador de cabello convencional para calentar la tobillera. No use nunca un horno de convección, un horno convencional, un baño de agua ni un microondas como fuente de calor.

Cuando use un horno infrarrojo, el intervalo de temperatura recomendado para calentar la tobillera es de 54 a 65 °C (130 a 149 °F) durante 3 minutos. No permita que la temperatura y el tiempo de calentamiento superen los parámetros recomendados para calentar la tobillera en un horno infrarrojo. Si usa un secador de cabello convencional, coloque la tobillera sobre una superficie plana y caliéntela durante 3 minutos o hasta que todos los lados se sientan tibios. Tenga cuidado después de usar ambos métodos de calentamiento y permita que la tobillera se enfríe durante por lo menos 20 segundos antes de tocarla. Recuerde usar siempre un calcetín largo absorbente.

[www.UltraAnkle.com](http://www.UltraAnkle.com)

**ADVERTENCIA:** Si bien la tobillera Ultra High-5® puede usarse para evitar lesiones, ninguna tobillera en particular puede evitar todas las lesiones del tobillo y no se garantiza, ya sea de manera expresa o implícita, que esta rodillera evitará que ocurran lesiones.

Ultra High-5® es una marca registrada de Ultra Athlete LLC.

Patentes de EE. UU. 6,053,884 - 6,524,266 - 6,749,578 - 6,858,017;  
Patente europea 1,152,720; Patente canadiense 2,362,779

## Ultra High-5®

*Renforcer et guérir*

### Période de rodage

Tout comme une paire de chaussures neuves, les orthèses de cheville demandent une période de rodage. De nouvelles chaussures avec une nouvelle orthèse de cheville demandent une période de rodage encore plus longue (généralement de 6 à 8 heures). Jusqu'à ce que l'orthèse et la chaussure soient rodées, desserrer les lacets pour réduire la friction. Porter une chaussette haute supplémentaire pour réduire la friction.

### Semelle orthopédique ou soutien de voûte plantaire sur mesure

Placer le bas de l'orthèse sous la semelle orthopédique ou le soutien de voûte plantaire.

### Moulage à la chaleur pour accélérer la période de rodage

**AVERTISSEMENT :** ne pas toucher ou placer l'orthèse au contact de la peau immédiatement après l'avoir chauffée.

**AVERTISSEMENT :** ne pas dépasser la température et la durée recommandées pour chauffer l'orthèse.

**AVERTISSEMENT :** seulement utiliser un four à infrarouge ou un sèche-cheveux ordinaire pour chauffer l'orthèse. Ne jamais utiliser un four à convection, un four ordinaire, un bain-marie ou un micro-ondes comme source de chaleur.

Si un four à infrarouge est utilisé, il est recommandé de chauffer l'orthèse pendant 3 minutes à une plage de température comprise entre 54 et 65 °C (130 à 149 °F). Lorsque l'orthèse est chauffée dans un four à infrarouge, ne pas dépasser la température et la durée recommandées. Si un sèche-cheveux ordinaire est utilisé, placer l'orthèse sur une surface plate et chauffer l'orthèse pendant 3 minutes ou jusqu'à ce que tous les côtés soient chauds. Procéder avec soin après les deux méthodes de chauffage et laisser l'orthèse refroidir pendant 20 secondes au moins avant de la manipuler. Ne pas oublier de toujours porter une chaussette haute absorbante.

[www.UltraAnkle.com](http://www.UltraAnkle.com)

**AVERTISSEMENT :** bien que l'orthèse Ultra High-5® puisse être utilisée pour la prévention de blessures, aucune orthèse de cheville ne peut prévenir toutes les blessures à la cheville, et il n'existe aucune garantie, expresse ou implicite, selon laquelle on pourra éviter une blessure en portant cette orthèse.

Ultra High-5® est une marque de commerce de Ultra Athlete LLC.

Brevets américains numéros 6,053,884 - 6,524,266 - 6,749,578 - 6,858,017; Brevet européen numéro 1,152,720; Brevet canadien numéro 2,362,779

## Ultra High-5®

*Verstärkung und Genesung*

### Einlaufzeit

Wie ein Paar neue Schuhe erfordern Fußgelenkstützen eine Einlaufzeit. Neue Schuhe in Verbindung mit einer neuen Fußgelenkstütze erfordern eine noch längere Einlaufzeit (in der Regel 6-8 Stunden). Lockern Sie die Schnürsenkel, um die Reibung zu reduzieren, bis die Fußgelenkstütze und der Schuh eingelaufen sind. Eine zusätzliche lange Socke hilft, die Reibung zu verringern.

### Kundenspezifische Orthese oder Fußgewölbeunterstützung

Das Unterteil der Fußgelenkstütze unter der Orthese oder Fußgewölbeunterstützung positionieren.

### Wärmeformung zur Beschleunigung der Einlaufzeit

**WARNUNG:** Eine heiße Orthese nicht unmittelbar nach dem Erwärmen mit der Haut in Berührung bringen.

**WARNUNG:** Die zur Erwärmung der Orthese empfohlene Temperatur und Zeitdauer nicht überschreiten.

**WARNUNG:** Zum Erwärmen der Orthese nur einen Infrarotofen oder Fön verwenden. Niemals einen Konvektionsofen, normalen Ofen, ein Wasserbad oder einen Mikrowellenofen als Wärmequelle verwenden.

Bei Benutzung eines Infrarotofens beträgt der zum Erwärmen der Orthese empfohlene Temperaturbereich 54–65 °C (130-149 °F) für 3 Minuten. Die zur Erwärmung der Orthese im Infrarotofen empfohlene Temperatur und Zeitdauer dürfen nicht überschritten werden. Bei Benutzung eines Föns die Orthese auf eine flache Oberfläche legen und 3 Minuten, oder bis sich alle Seiten warm anfühlen, erwärmen. Bei beiden Methoden ist nach dem Erwärmen Vorsicht geboten. Die Orthese vor der Handhabung mindestens 20 Sekunden abkühlen lassen. Stets eine saugfähige lange Socke tragen.

[www.UltraAnkle.com](http://www.UltraAnkle.com)

**WARNUNG:** Die Ultra High-5® Fußgelenkstütze kann verwendet werden, um Verletzungen vorzubeugen, doch kann keine Fußgelenkstütze alle Fußgelenkverletzungen verhindern. Es wird keine Garantie (weder ausdrücklich noch stillschweigend) übernommen, dass Verletzungen durch diese Fußgelenkstütze verhindert werden.

Ultra High-5® ist eine Marke von Ultra Athlete LLC.

US-Patente 6,053,884 - 6,524,266 - 6,749,578 - 6,858,017;  
Europäisches Patent 1,152,720; Kanadisches Patent 2,362,779

## Ultra High-5®

*Rinforzo e recupero*

### Periodo di assestamento

Come succede per un nuovo paio di scarpe, le cavigliere richiedono un periodo di assestamento. Se assieme a una nuova cavigliera si usano anche scarpe nuove, il periodo di assestamento sarà ancora più lungo (di solito 6-8 ore). Allentare le stringhe delle scarpe per ridurre l'attrito finché la cavigliera e la scarpa non si assestano. Indossare una seconda calza intera per ridurre l'attrito.

### Ortesi o supporto per arco del piede personalizzati

Disporre il fondo del tutore sotto l'ortesi o sotto il supporto per arco del piede.

### Modellamento a calore per accelerare il periodo di assestamento

**AVVERTENZA -** Non toccare un tutore caldo né metterlo a contatto della pelle subito dopo averlo riscaldato.

**AVVERTENZA -** Non superare la temperatura e il periodo di tempo consigliati per il riscaldamento del tutore.

**AVVERTENZA -** Usare solo un forno a infrarossi o un normale asciugacapelli per riscaldare il tutore. Non usare mai come fonti di calore un forno a convezione, un forno normale, un bagno d'acqua o un forno a microonde.

Quando si usa un forno a infrarossi, l'intervallo di temperatura consigliato per riscaldare il tutore è di 54-65 °C (130-149 °F) per 3 minuti. Non superare la temperatura e il periodo di tempo consigliati per il riscaldamento del tutore in un forno a infrarossi. Se si usa un normale asciugacapelli, disporre il tutore su una superficie piana e riscaldarlo per 3 minuti o finché tutti i suoi lati non risultano caldi al tatto. Dopo aver usato l'uno o l'altro metodo di riscaldamento, prendere le adeguate precauzioni e lasciare raffreddare il tutore per almeno 20 secondi prima di maneggiarlo. Ricordare di indossare sempre una calza intera assorbente.

[www.UltraAnkle.com](http://www.UltraAnkle.com)

**AVVERTENZA -** Sebbene il tutore Ultra High-5® possa essere usato per prevenire lesioni, nessuna cavigliera è in grado di evitare tutte le lesioni della caviglia e non viene data alcuna garanzia, né espressa né implicita, che questa cavigliera preverrà qualsiasi lesione.

Ultra High-5® è un marchio di fabbrica di Ultra Athlete LLC.

Brevetti statunitensi 6,053,884 - 6,524,266 - 6,749,578 - 6,858,017; Brevetto europeo 1,152,720; Brevetto canadese 2,362,779

## Ultra High-5®

Rinforzo e recupero

### ISTRUZIONI PER L'ADATTAMENTO

#### Trattamento di tutte le lesioni della caviglia

Presentiamo il primo tutore in grado di trattare tutte le lesioni della caviglia, incluse quelle della parte superiore della caviglia. Il tutore Ultra High-5®, grazie a una tecnologia esclusiva con manicotto a cerniera, è concepito per l'atleta che apprezza una protezione eccezionale della caviglia quando pratica lo sport.

#### Tecnologia con manicotto a cerniera

Aiuta a limitare le forze rotazionali (torsione) e di inversione (rotazione interna) eccessive che causano le lesioni della caviglia.

#### PASSAGGIO 1

Se la scarpa ha una soletta rimovibile, mettere sotto di essa il tutore Ultra High-5®.

#### PASSAGGIO 2

Mettere il piede nella scarpa. Poi far scivolare la parte inferiore del tutore verso il retro della scarpa, fino in fondo.

#### PASSAGGIO 3

Fissare bene il cinturino e allacciare le stringhe della scarpa.

## Ultra High-5®

Verstärkung und Genesung

### ANLEGEANLEITUNG

#### Für alle fussgelenkverletzungen

Die erste Fußgelenkstütze zur Behandlung aller Fußgelenkverletzungen, einschließlich Verletzungen im höheren Fußgelenkbereich. Die Ultra High-5® Fußgelenkstütze mit hervorragender Scharniermanschetten-technologie ist für Sportler vorgesehen, die während des Sports einen besonderen Fußgelenkschutz schätzen.

#### Scharniermanschetten-technologie

Hilft, übermäßige Rotations- und Inversionskräfte zu reduzieren, die Fußgelenkverletzungen verursachen.

#### SCHRITT 1

Wenn Ihr Schuh eine herausnehmbare Innensohle hat, die Ultra High-5® Fußgelenkstütze darunter positionieren.

#### SCHRITT 2

Den Schuh anziehen. Dann die Unterseite der Fußgelenkstütze so weit wie möglich nach hinten im Schuh schieben.

#### SCHRITT 3

Den Gurt straff befestigen und die Schnürsenkel zubinden.

## Ultra High-5®

Renforcer et guérir

### MISE EN PLACE

#### Pour traiter toutes les lésions de la cheville

Voici la première orthèse qui peut traiter toutes les lésions de la cheville, y compris les lésions survenant sur le haut de la cheville. L'orthèse Ultra High-5® munie d'une technologie supérieure sous la forme d'une bande articulée est conçue pour l'athlète qui apprécie une protection de la cheville exceptionnelle lorsqu'il fait du sport.

#### Technologie de la bande articulée

La technologie de la bande articulée restreint les forces excessives d'inversion (torsion vers l'intérieur) et d'éversion (torsion vers l'extérieur) qui sont la cause des lésions de la cheville.

#### ETAPE 1

Si vous utilisez une semelle amovible, glissez l'Ultra High-5® dessous.

#### ETAPE 2

Mettez le pied dans la chaussure, puis faites glisser le bas de l'orthèse tout contre le derrière de la chaussure.

#### ETAPE 3

Fermez bien la sangle, puis lacez la chaussure.

## Ultra High-5®

Refuerce y recupere

### INSTRUCCIONES DE AJUSTE

#### Trate todas las lesiones de tobillo

Le presentamos la primera tobillera para tratar todas las lesiones del tobillo, incluidas las lesiones en la parte superior del mismo. La tobillera Ultra High-5®, que ofrece Tecnología con Cierre de Bisagra, se ha diseñado para el atleta que valora la importancia de una protección excepcional en el tobillo cuando practica deportes.

#### Tecnología con cierre de bisagra

Ayuda a restringir fuerzas excesivas rotacionales (de torsión) y de inversión (giratorias) que causan lesiones del tobillo.

#### PASO 1

Si la plantilla del zapato es removible, coloque la tobillera Ultra High-5® debajo de dicha plantilla.

#### PASO 2

Coloque el pie en el zapato. A continuación, deslice todo lo que pueda la pieza inferior de la tobillera en la parte posterior del zapato.

#### PASO 3

Ajuste firmemente la tira y ate los cordones del zapato.

Ultra High-5®	Shoe Size (US)	
	Men	Women
Small	5-9	6-10
Medium	9 1/2-12	10 1/2-13
Large	12 1/2 & Up	13 1/2 & Up

Ultra High-5®	Shoe Size (Europe)	
	Men	Women
Small	37 1/2-42 1/2	37-42
Medium	43-46	42 1/2-44 1/2
Large	46 1/2 & Up	45 & Up

Ultra High-5®	Shoe Size (UK)	
	Men	Women
Small	4 1/2-8 1/2	4-8 1/2
Medium	9-11 1/2	9-11
Large	12 & Up	11 1/2 & Up

\*The following table represents an approximate conversion of the different sizes. Use this chart as a general indication for shoe sizes.

For precise sizing, measure ankle circumference.

#### SIZE FITS

SM	12" & below 30.5 cm & below
MED	12" - 14" 30.5 cm - 35.5 cm
LRG	14" & above 35.5 cm & above

