

Инструкция для эрго-рюкзака

Позиция спереди | от 5 месяцев



Шаг 1

Проденьте фастекс набедренного пояса под защитной резинкой и застегните его, позволив самому рюкзаку свободно свисать вниз. Затяните стропу так, чтобы пояс плотно прилегал к телу.



Шаг 2

Оденьте левую плечевую лямку себе на плечо.



Шаг 3

Поднесите ребенка к своей груди. Убедитесь, что его ноги расположены по обе стороны рюкзака.



Шаг 4

Придерживая ребенка левой рукой, возьмите правую плечевую лямку и оденьте себе на плечо.



Шаг 5

Закиньте обе руки себе за голову и дотянитесь до грудной перемычки. Застегните фастек до щелчка и затяните стропу. Если вам сложно сделать это самостоятельно, попросите кого-нибудь о помощи.

Позиция на бедре | от 6 месяцев



Шаг 1

Проденьте фастек набедренного пояса под защитной резинкой и застегните его, позволив самому рюкзаку свободно свисать вниз. Затяните стропу так, чтобы пояс плотно прилегал к телу.



Шаг 2

Расставьте стропы плечевых лямок рюкзака и расстегните их фастексы. Решите, с какой стороны бедра вы будете нести ребенка.



Шаг 3

Если вы решили расположить ребенка справа, то возьмите левую плечевую лямку и соедините с застежкой правой лямки, продев фастекс под защитной резинкой. Наденьте застегнутую лямку на левое плечо. Поверните рюкзак так, чтобы спинка была у вас на боку.



Шаг 4

Посадите ребенка в рюкзак. Придерживая ему спинку, проведите свободную плечевую лямку за своей спиной и соедините фастексом со свободной стропой, продев застежку под защитной резинкой.



Шаг 5

Отрегулируйте плечевые лямки по длине. Убедитесь, что ребенок сидит ровно.

Позиция на спине | от 8 месяцев



Шаг 1

Застегните фастекс пояса и затяните стропу так, чтобы пояс плотно сидел на бедрах. Застегните грудную пряжку.



Шаг 2

Расслабьте плечевые лямки.



Шаг 3

Попросите кого-нибудь помочь вам усадить ребенка в рюкзак или сделайте это самостоятельно. Убедитесь, что ноги ребенка расположены по обе стороны рюкзака.



Шаг 4 Отрегулируйте плечевые лямки по длине. Разместите грудную перемычку на удобном для вас расстоянии от шеи.

(Источник: http://www.loveandcarry.ru/it_s_interesting/instructions/ergo-bags.php)