

하이텐 테잎 사용 방법

목 주변



테잎 2칸 커팅
목 중간부분과 어깨 등근육의 넓은 부위에 티탄테잎을 붙여주세요.



파워테잎 이용
중추신경이 흐르는 목 중간 부분을 중심으로 좌우로 테잎을 붙이고, 통증 주변에 파워테잎을 넓게 붙여주세요.

허리



테잎 2칸 커팅
척추를 중심으로 양옆으로 2개(세로 방향), 그 아래에 2개(가로방향)로 붙여주세요.

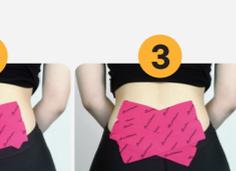


파워테잎 이용
척추를 중심으로 좌우로 허리 근육에 붙여주세요.

허리 디스크 전문 테이핑 Tip



1 테잎을 X자로 교차하여 붙여주세요.



2 X자로 붙인 테잎과 겹쳐지도록 테잎을 아랫부분에 사선으로 길게 붙여주세요.



3 2번의 상황에서 X자가 되도록 테잎을 교차하여 붙여주세요.

오십견 / 어깨



테잎 3칸 커팅
오십견 어깨부분을 감싸듯이 붙여주세요.



어깨 목에서 어깨로 이어지는 근육 전체에 파워테잎을 붙여주세요.

무릎



테잎 3칸 커팅
무릎을 중심으로 주위를 감싸듯이 테잎을 붙여주세요.



테잎 4칸 커팅
손목 손목통증 부분에 테잎을 감싸듯이 붙여주세요.

종아리



테잎 2칸 커팅
종아리 통증부위와 그 주위로 테잎을 세로로 길게 붙여주세요.



테잎 2칸 커팅
무릎 뒤쪽에서 위로 올라가는 허벅지 부분에 테잎을 세로로 길게 붙여주세요.

팔 / 팔꿈치 / 엘보(골프/테니스)



테잎 3칸 커팅
팔꿈치 팔꿈치 주위를 감싸듯이 테잎을 붙여주세요.



엘보(골프/테니스)
팔꿈치 위쪽부터 손목 근처까지 길게 나선형으로 붙여 근육을 잡는 느낌으로 테잎을 붙여주세요. (아래 설명)

엘보 테이핑 Tip



1 팔꿈치 위쪽부터 손목 근처까지 테잎을 나선형으로 길게 붙여주세요.



2 1번과 같은 방법으로 팔꿈치 안쪽을 향하여 테잎을 나선형으로 길게 붙여주세요.



3 손목을 감싸듯이 테잎을 붙여주세요.



완성된 모습
엘보에서 손목까지 근육을 잡아주는 느낌으로 테잎을 붙인 모습입니다.

발목



발목 전체
발목에서 발바닥을 거쳐 다시 발목으로 오도록 8자 모양으로 테잎을 붙인 모습입니다. (아래 설명)



발바닥
발바닥의 부담을 줄이고 싶을 때 발바닥에서 발목 방향으로 테잎을 붙여주세요.

발목 테이핑 Tip



1 바깥쪽 복숭아뼈부터 발바닥의 움푹 편 곳 쪽으로 향하여 테잎을 붙여주세요.



2 발바닥을 통과시켜 주세요. 발목 중심 -> 안쪽 복숭아뼈를 통과하여 붙여주세요.



3 발목 뒤로 감싸서 붙여주세요.



완성된 모습
발목 중앙에서 2개의 테잎을 교차하여 붙인 모습입니다.

하이텐 SHOP

강남점

02-588-5566

서울특별시 강남구 도곡로 124 토이론빌딩 1층

스타필드 고양점

031-5173-3067

3층 영풍문고 옆

부산점

051-514-9922

부산광역시 해운대구 좌동순환로8번길 78

메트로하이츠 상가9호

하이텐 MALL

쇼핑몰

02-517-3388

www.phitenmall.co.kr

카카오톡에서 하이텐을 만나보세요!



QR코드를 스캔하시면 카카오톡채널로 접속됩니다



2025 도쿄세계육상선수권대회
출전한 임예진 · 최병광 선수

하이텐 파워테잎을
붙이고 경기 출전!



BODY CARE SERIES
매일하는 셀프 바디 케어~

파워테잎 메타스 시리즈 출시!

파워테잎

- 70마크 가격: 12,000원
- 1000마크 가격: 110,000원

X30 파워테잎

- 50마크 가격: 16,000원
- 500마크 가격: 110,000원

메탁스테잎

- 50마크 가격: 27,000원
- 300마크 가격: 115,000원

티탄테잎

- 3.8cmX4.5m 가격: 17,000원
- 5cmX4.5m 가격: 22,000원

X30 티탄테잎

- 5cmX4.5m 가격: 35,000원

커팅 티탄테잎

- 커팅 티탄테잎 5.0cmX15.0cm 가격: 24,000원
- 커팅 X30티탄테잎 5.0cmX15.0cm 가격: 37,000원

티탄반

- 티탄볼 포함 10마크 교체용 테이프 20마크
- 가격: 22,000원

메탈릭 테잎

- 5cmX4.5m 가격: 49,000원

X30 스포츠테잎 ·5cmX4.5m 가격: 35,000원

높은 발수성으로 쉽게 건조!

베이지 핑크 옐로우 블루

NEW 파워테잎 메탁스

- 70마크 가격: 14,000원

NEW 파워테잎 메탁스 + Ti

- 50마크 가격: 18,000원

NEW 파워테잎 메탁스 + MCC

- 50마크 가격: 29,000원

NEW 메탁스로션

- 120ml 가격: 23,000원
- 480ml 가격: 49,000원
- 1000ml(리필) 가격: 63,000원

NEW 메탁스크림

- 65g 가격: 30,000원
- 250g 가격: 60,000원

NEW 메탁스크림 WET

- 65g 가격: 42,000원
- 250g 가격: 92,000원

EX 스포츠젤

- 110g 가격: 22,000원

테잎 사용 Tip

하이텐 테잎 관련 Q&A

Q. 테잎의 기능은 얼마나 가나요?
하이텐의 테잎은 테잎 표면에 화일드 가공 처리를 했기 때문에 테잎을 붙인 상태에서는 지속적인 효과를 보실 수 있습니다.

Q. 테잎은 언제 바꿔 붙여야 할까요?
일반적으로 2~3일에 한 번씩 바꿔 붙이는 것이 좋습니다. 너무 오래 붙이면 피부 트러블 및 통증에 문제가 생길 수 있으니 본인의 피부 민감도에 따라 바꿔 붙이는 것을 추천드립니다.

