



## Kirschkernkissen

Der absolut trockene Kirschkernstein speichert die Hitze und gibt sie anschließend ganz langsam wieder ab. Hinzu kommt, dass er nicht so schnell abkühlt wie eine mit Wasser gefüllte Wärmflasche. Er wird überall dort eingesetzt und verwendet, wo Wärme als gut und angenehm empfunden wird z.B. bei Verspannungen, Ohrenschmerzen, Kopfweh, Bauchweh usw.

Auch als Kältepackung kann er gute Dienste leisten: Einfach einige Stunden in den Gefrierschrank und schon ist die Eispackung fertig. Hervorragend geeignet als Finger- und Fußmassage.

### *Anwendung:*

Im Backofen 80-100 °C ca. 10-15 Min.

In der Mikrowelle 360 Watt ca. 1-2 Min.

**ACHTUNG: Nur das Kirschkernkissen erwärmen!**

Zwischen jeder Anwendung Kirschkernkissen jeweils vollständig abkühlen lassen!



## Cherry stone cushion

The completely dry cherry stone trap heat and then slowly release the warmth. The cushion grows colder more slowly than a traditional hot water bottle. You can use the cherry stone cushion where ever warmth is needed or soothes, for example by muscle tension, ear ache, headache, stomach ache etc.

It also works really well as a cool pack: Simply lay the cherry stone cushion in the freezer for a couple of hours and your cool pack is ready. It is also ideal for finger and foot massages.

### *Instructions:*

In the oven 80-100 °C approx. 10-15 min.

In the microwave 360 watt approx. 1-2 min.

**IMPORTANT: Only warm the cushion itself!**

Let the cushion cool down completely before re-using!