

FR MASQUE RESPIRATOUR YJETABLE
EN149:2001 + A1:2009
A copy of this manual and the Declaration of Conformity for the product can be found on the product page: [documents.jspsafETY.com](#)

WARNING: The user should be trained in the fitting and should be aware of the instructions for use and disposal. Do not use inadequately ventilated areas, which are not deficient of oxygen and do not contain explosive atmospheres. The mask must be fitted correctly to ensure the level of protection expected is achieved. It is unlikely that the requirements for leakage will be achieved if facial hair passes under the face seal. **FAILURE TO FOLLOW THE INSTRUCTIONS AND WARNINGS ON THE USE OF THIS MASK DURING ALL TIMES OF EXPOSURE CAN REDUCE THE EFFECTIVENESS OF THE MASK AND COULD RESULT IN ILLNESS OR DISABILITY.**

INSTRUCTIONS FOR USE: This mask is suitable for use against solid, water and liquid based aerosols. Prior to use check the integrity of the mask, the use by date and ensure that the mask classification is suitable for the application.

Nominal Protection Factor	FFP1	FFP2	FFP3
	4	12	50

USE: The mask for single use only. It should not be used for more than 8 hours continuously and should be discarded after use. It should not be removed from its packaging until it is required for use. Use only when the concentration of contaminants are not immediately dangerous to life or health, and only in accordance with the applicable health and safety standards. Transport and storage of unused masks should be such that the product is stored in direct sunlight and in free flow conditions, not in contact with aerosols, and not damaged by physical contact with hard surfaces/vents.

FITTING (SEE IMAGES)

Remove the mask from the packaging. Check the condition of the mask for any holes and damage to the filter material.

1. **FF00 SERIES / S600 SERIES / 0300 SERIES:** Open the mask up by pulling at the centre of the two bags of filter material. (If fitted) The grey foam at the top of the mask should be placed on the nose.

2. Cup the mask in one hand.

3. Raise the mask to the face, ensuring that foam piece sits on the nose (if fitted). Use the other hand to ensure that the lower part is pulled down under the chin.

4. Hold mask firmly and place the lower strap over the head to the nape of the neck.

5. Place the upper strap on the crown of the head. Adjust straps to achieve a comfortable fit, straps should not pass over the ears.

6. (if fitted) Form the nose dips around the nose. Hold the finger and thumb as shown, push the strap up so the bridge of the nose goes under the thumb and the thumb the other. Mainly pressure against the nose, ensure that a seal is formed.

7. To check the fit of the mask, place both hands completely over the mask and exhale vigorously. If air leaks at the edges, readjust the mask, manipulating the nose bridge and straps to effect an acceptable seal. If proper seal cannot be achieved DO NOT enter the contaminated area.

DISCARD AND REPLACE THE MASK IF:

1. The mask is removed whilst in the contaminated area.

2. Clogging of the respirator causes breathing difficulties.

3. The mask becomes damaged.

MARKING	MEANING	MARKING	MEANING
	Manufacturer's Trademark		Conformity to European legislation 2016/425
FFP1	Class 1, low filtering efficiency	EN149:2001 + A1:2009	European Respiratory standard number - EU
FFP2	Class 2, medium filtering efficiency		
FFP3	Class 3, high filtering efficiency		
NR	Single stage particulate filter	TOCT P 12.4.191-99	Russian Respiratory standard number - RU
D	Meets optional goggles requirements		
	Date of manufacture		Use by date
	Storage temperature and humidity ranges		Dispose of in accordance with local legislation
	See instructions for use. If the instructions for use recommendations are not adhered to, the protection afforded by the device may be severely impaired.		

As required by European Health and Safety requirements, the user is advised that when the mask is in contact with the wearer's skin, it may cause allergic reaction in susceptible individuals. If this is the case, leave the hazard area, remove the mask and seek doctor's advice.

FR MASQUE RESPIRATOUR YJETABLE
EN149:2001 + A1:2009
Une copie de ce manuel et de la déclaration de conformité du produit est disponible sur la page produit : [documents.jspsafETY.com](#)

AVERTISSEMENT: L'utilisateur doit être formé pour la pose et doit connaître le mode d'emploi avant d'utiliser le masque respiratoire. Utiliser dans des zones où l'air n'est pas pauvre en oxygène et où ne se trouvent pas d'atmosphères explosives ne peut être présenté. Le masque doit être correctement ajusté afin de garantir le niveau de protection attendu. Il est improbable que les exigences de étanchéité de la face soient respectées si des poils passent sous le joint de la face. **LE NON-RESPECT DES INSTRUCTIONS ET DES AVERTISSEMENTS A PROPOS DE L'UTILISATION DE CE MASQUE PENDANT TOUTE LA PERIODE D'EXPOSITION PEUT REDUIRE L'EFFICACITE DU MASQUE ET POUVE PROVOQUER UNE MALADIE VOIR EN HANDCAP.**

MODE D'EMPLOI : Ce masque convient à une utilisation contre les aérosols solides, liquides ou de phase d'air. Avant d'utiliser le masque, vérifier l'intégrité du masque, la date de péremption et que la classification du masque est adaptée à l'application souhaitée.

Facteur de protection nominal	FFP1	FFP2	FFP3
	4	12	50

UTILISATION : Le masque est à usage unique. Il ne doit pas être utilisé pendant plus de 8 heures d'utilisation et doit être jeté après utilisation. Le masque doit être conservé dans son emballage jusqu'à son utilisation. Utiliser uniquement lorsque la concentration de contaminants n'est pas immédiatement dangereuse pour la vie ou la santé, et uniquement dans le respect des normes en vigueur en matière de santé et de sécurité.

RECOMMANDATIONS D'UTILISATION : Le masque doit être stocké dans des conditions de libre accès à l'air, à l'abri des rayons du soleil, du gel, sans contact avec des solvants et de la façon à ce que le produit ne puisse pas être endommagé par un contact physique avec des surfaces ou objets durs.

ADJUSTEMENT (VOIR ILLUSTRATIONS) : Sortir le masque de son emballage. Contrôler l'état du masque et rechercher d'éventuels trous ou déformations du matériel de filtration.

1. **FF00 SERIES / S600 SERIES / 0300 SERIES:** Ouvrir le masque en tirant au centre des deux sacs du filtre. (si équipé) La mousse grise est à porter supérieure du masque et doit être placée sur le nez.

2. Poser le masque dans le creux de la main.

3. Lever le masque jusqu'au visage, en vérifiant bien que la mousse soit placée sur le nez (si équipé). Utiliser l'autre main pour vous assurer que la partie inférieure est abaissée sous le menton.

4. Tenir fermement le masque et le placer à l'angle inférieure sur la tête jusqu'à la nuque.

5. Placer la sangle supérieure sur le haut du front et de la tête. Ajuster les sangles afin de trouver un ajustement confortable, sans que les sangles passent sur les oreilles.

6. (si équipé) Former les pince-nez autour du nez. Placer le doigt et le pouce comme indiqué, appuyer la main afin que le doigt descende sur un côté du nez et le pouce sur l'autre. Maintenir la pression sur le nez afin qu'un sceau hermétique se forme.

7. Pour vérifier l'ajustement du masque, plier les mains sur la totalité du masque et expirer profondément. Si de l'air sort des bords, réajuster le masque en manipulant l'arrière du nez et des sangles pour obtenir un ajustement acceptable. Si l'utilisateur n'arrive pas à obtenir un ajustement acceptable, il ne doit PAS entrer dans la zone contaminée.

ÉTANCHÉ ET REMPLACER LE MASQUE SI :

1. Le masque est retiré en dehors de la zone contaminée.

2. L'obstruction du masque respiratoire entraîne des difficultés à respirer.

3. Le masque a abîmé.

4. Le masque est devenu humide.

5. Le masque est devenu sale.

6. (si équipé) Vérifier la pression autour du nez. Placer le doigt et le pouce comme indiqué, appuyer la main afin que le doigt descende sur un côté du nez et le pouce sur l'autre. Maintenir la pression sur le nez afin qu'un sceau hermétique se forme.

7. Pour vérifier l'ajustement du masque, plier les mains sur la totalité du masque et expirer profondément. Si de l'air sort des bords, réajuster le masque en manipulant l'arrière du nez et des sangles pour obtenir un ajustement acceptable. Si l'utilisateur n'arrive pas à obtenir un ajustement acceptable, il ne doit PAS entrer dans la zone contaminée.

ÉTANCHÉ ET REMPLACER LE MASQUE SI :

1. Le masque est retiré en dehors de la zone contaminée.

2. L'obstruction du masque respiratoire entraîne des difficultés à respirer.

3. Le masque a abîmé.

4. Le masque est devenu humide.

5. Le masque est devenu sale.

6. (si équipé) Vérifier la pression autour du nez. Placer le doigt et le pouce comme indiqué, appuyer la main afin que le doigt descende sur un côté du nez et le pouce sur l'autre. Maintenir la pression sur le nez afin qu'un sceau hermétique se forme.

7. Pour vérifier l'ajustement du masque, plier les mains sur la totalité du masque et expirer profondément. Si de l'air sort des bords, réajuster le masque en manipulant l'arrière du nez et des sangles pour obtenir un ajustement acceptable. Si l'utilisateur n'arrive pas à obtenir un ajustement acceptable, il ne doit PAS entrer dans la zone contaminée.

8. Le masque est devenu sale.

9. Le masque est devenu humide.

10. Le masque est devenu sale.

11. Le masque est devenu humide.

12. Le masque est devenu sale.

13. Le masque est devenu humide.

14. Le masque est devenu sale.

15. Le masque est devenu humide.

16. Le masque est devenu sale.

17. Le masque est devenu humide.

18. Le masque est devenu sale.

19. Le masque est devenu humide.

20. Le masque est devenu sale.

21. Le masque est devenu humide.

22. Le masque est devenu sale.

23. Le masque est devenu humide.

24. Le masque est devenu sale.

25. Le masque est devenu humide.

26. Le masque est devenu sale.

27. Le masque est devenu humide.

28. Le masque est devenu sale.

29. Le masque est devenu humide.

30. Le masque est devenu sale.

31. Le masque est devenu humide.

32. Le masque est devenu sale.

33. Le masque est devenu humide.

34. Le masque est devenu sale.

35. Le masque est devenu humide.

36. Le masque est devenu sale.

37. Le masque est devenu humide.

38. Le masque est devenu sale.

39. Le masque est devenu humide.

40. Le masque est devenu sale.

41. Le masque est devenu humide.

42. Le masque est devenu sale.

43. Le masque est devenu humide.

44. Le masque est devenu sale.

45. Le masque est devenu humide.

46. Le masque est devenu sale.

47. Le masque est devenu humide.

48. Le masque est devenu sale.

49. Le masque est devenu humide.

50. Le masque est devenu sale.

51. Le masque est devenu humide.

52. Le masque est devenu sale.

53. Le masque est devenu humide.

54. Le masque est devenu sale.

55. Le masque est devenu humide.

56. Le masque est devenu sale.

57. Le masque est devenu humide.

58. Le masque est devenu sale.

DE EN149:2001 + A1:2009
Eine Kopie dieser Gebrauchsanweisung und die Konformitätserklärung für das Produkt finden Sie im Eintrag „Produkte“: [documents.jspsafETY.com](#)

WARNUNG: Der Benutzer sollte in der korrekten Anwendung der Maske geschult sein. Das gehört zur Verantwortung des Herstellers. Verwenden Sie das Produkt nur in Bereichen, die nicht unmittelbar gefährlich sind. Die Maske darf nur in ausreichend belüfteten Bereichen verwendet werden, die keinen Sauerstoffmangel und keine explosive Atmosphäre aufweisen. Die Maske muss korrekt angelegt werden, um sicherzustellen, dass der Benutzer Schutz vor Schadstoffen erhält. Es ist unerlässlich, dass der Benutzer die Anweisungen und die Sicherheitsanweisungen liest. Die Maske muss korrekt getragen werden, um die Gesichtslinien und Augen zu umhüllen und das Atemschlauch führen. SOLLTE DEN ANWEISUNGEN UND SICHERHEITSHINWEISEN NICHT FOLGEN GEBIETET WERDEN, KANN DIES ZU FOLGENDEN SITUATIONEN FÜHREN: VERLETZUNGEN, VERBRÜHNEN UND/ODER ARBEITSUNFÄHIGKEIT FÜHREN.

GERBRAUCHSANWEISUNG: Dieses Maske bietet Schutz vor wässrigen und öligen Aerosolen und Partikeln. Überprüfen Sie vor dem Gebrauch Ihre Unversehrtheit und das Verfallsdatum der Maske und stellen Sie sicher, dass die Maske für die zu intendierte Verwendung geeignet ist.

Nennschutzfaktor	FFP1	FFP2	FFP3
	4	12	50

GERBRAUCH: Die Maske ist nur für den einmaligen Gebrauch geeignet. Sie sollte nicht länger als 8 Stunden am Stück verwendet werden. Die Maske sollte nicht länger als 8 Stunden am Stück verwendet werden. Die Maske sollte wie zum Gebrauch in der Verpackung bleiben. Verwenden Sie die Maske nur, wenn die Schutzanweisung gelesen und die Anweisungen befolgt werden. Die Maske muss korrekt getragen werden, um die Gesichtslinien und Augen zu umhüllen und das Atemschlauch führen. SOLLTE DEN ANWEISUNGEN UND SICHERHEITSHINWEISEN NICHT FOLGEN GEBIETET WERDEN, KANN DIES ZU FOLGENDEN SITUATIONEN FÜHREN: VERLETZUNGEN, VERBRÜHNEN UND/ODER ARBEITSUNFÄHIGKEIT FÜHREN.

ANPASSUNG (SIEHE ABILDUNGEN): Nehmen Sie die Maske aus der Verpackung. Überprüfen Sie die Maske auf eventuelle Schäden und Löcher im Filtermaterial.

1. **FF00 SERIES / S600 SERIES / 0300 SERIES:** Öffnen Sie die Maske, indem Sie die beiden Flügel der Atemschutzkammer nach außen ziehen (siehe Abbildung). Der graue Schaumstoff wird nach außen gezogen und über Ihre Nase gezogen werden.

2. Umschließen Sie die Maske mit Ihrer Hand.

3. Heben Sie die Maske an Ihr Gesicht, und stellen Sie sicher, dass der Schaumstoff fest auf Ihrer Nase sitzt und die Maske richtig anliegt. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

4. Halten Sie die Maske fest und legen Sie den unteren Riemen über den Kopf bis zum Nacken.

5. Positionieren Sie das obere Band an Hinterkopf. Stellen Sie die Bänder so ein, dass die Maske fest sitzt und angenehm zu tragen ist. Die Bänder sollten hinter den Ohren befestigt sein.

6. Neem het masker in één hand.

3. Breng het masker ter hoogte van uw gezicht, in plaats het schuimgedeelte op de neus (Het schuimgedeelte moet stevig aansluiten op de huid).

4. Houd het masker vast terwijl u de andere hand gebruikt om de bovenkant van het masker over de achterkant van uw hoofd te plaatsen.

5. Positioneer de bovenste band rond de achterkant van uw hoofd. Positioneer de banden zo, dat de Maske stevig zit en aangenaam te dragen is.

6. (falls vorhanden) Drücken Sie das Nasenstück mit Ihren Fingern fest über dem Nasenrücken ein. Halten Sie die Maske an Ihrer Gesicht, und stellen Sie sicher, dass der Schaumstoff fest auf der Hand ruht, sodass sich der Finger auf der einen Seite und der Daumen auf der gegenüber Seite der Nase befindet.

7. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

8. (falls vorhanden) Drücken Sie das Nasenstück mit Ihren Fingern fest über dem Nasenrücken ein. Halten Sie die Maske an Ihrer Gesicht, und stellen Sie sicher, dass der Schaumstoff fest auf der Hand ruht, sodass sich der Finger auf der einen Seite und der Daumen auf der gegenüber Seite der Nase befindet.

9. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

10. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

11. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

12. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

13. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

14. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

15. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

16. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

17. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

18. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

19. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

20. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

21. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

22. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

23. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

24. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

25. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

26. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

27. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

28. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

29. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

30. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

31. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

32. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

33. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

34. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

35. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

36. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

37. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

38. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

39. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

40. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

41. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

42. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

43. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

44. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

45. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

46. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

47. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

48. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

49. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

50. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der untere Teil unter das Kinn gezogen wird.

51. Um den Sitz der Maske zu überprüfen, verschließen Sie die Maske mit beiden Händen und atmen Sie tief aus. Sollte Luft ausströmen, stellen Sie die Maske richtig ein. Verwenden Sie die andere Hand, um sicherzustellen, dass der

