



Draaginstructies voor geweven draagdoeken

ONZE
DRAAGDOEKEN
WERDEN GETEST
(DUITS MAGAZINE VOOR
VERLOSKUNDIGEN):

EINDOORDEEL
"ZEER GOED"
HEBAMMEN
ZEITSCHRIFT
UITGAVE 02/2009



Inhoud

- 2 Inhoudsopgave
- 2 Waarschuwingen
- 3 Beknopt Draag-lexicon
- 4 Knooptechnieken – Platte knoop
- 6 Knooptechnieken – Schuifknoop
- 9 Verkeerd dragen!



Draagmethodes vanaf de eerste levensdag van je baby

BUIKDRAAGMETHODES

- 10 Wickelgekreuste draagwijze

HEUPDRAAGMETHODES

- 18 Heupdragen met een lange doek

RUGDRAAGMETHODES

- 24 Rugzak

ABC van veiligheidsvoorschriften:

Dragen is weliswaar heel natuurlijk, maar het vergt wel enige oefening. En om ervoor te zorgen dat zowel jij alsook je baby veilig zijn, dien je de volgende draagvoorschriften in acht te nemen:

- A** Zorg ervoor dat de luchtwegen van je baby altijd vrij zijn. Let erop dat het hoofdje niet op zijn / haar borst steunt en dat de draagdoek het gezichtje en de neus niet bedekt.
- B** Zorg voor een goede ondersteuning van het hoofdje en de rug van je baby. Controleer af en toe of je baby nog goed in de drager zit en dat de draagdoek en de knoop nog goed strak zitten. Het is uiteindelijk de bedoeling dat jullie alletwee van het dragen genieten!
- C** Bedenk dat de bewegingen van je kindje invloed hebben op jouw evenwicht. Wees dus extra voorzichtig bij het vooroverhellen of -buigen. Deze drager is niet geschikt voor gebruik tijdens sportieve activiteiten.

LET OP! BEWAAR DEZE HANDLEIDING, ZODAT JE DEZE OP EEN LATER TIJDSTIP NOG EENS KUNT RAADPLEGEN!

De Hoppediz® Baby-draagdoek is niet geschikt voor:



De Hoppediz® Baby-draagdoek is geschikt voor:



Beknopt Draag-lexicon

“VEILIGHEIDSGREEP”

Als je je baby in de “veiligheidsgreep” vasthoudt, ligt hij/zij aan alle kanten goed ondersteund op je schouder. Vanuit die positie kun je je kleintje in de eventueel al half of helemaal omgeknoopte draagdoek zetten. Het ene armpje van de baby ligt achter je nek, het andere op je schouder (vergelijkbaar met de houding om een ‘boertje’ te laten). De vier vingers van je hand, waarmee je het kind vasthoudt, liggen breed gespreid op het rugje. Je duim bevindt zich ter hoogte van de borst van je baby. Als je kleintje zich nu ineens uitstrekt, zoals sommige baby's graag doen, dan heb je in deze houding alles onder controle.



“BIDDENDE HANDEN”

Als je kiest voor de dubbelgekruiste draagwijze, is het noodzakelijk om de ‘X’ onder de knoop van de draagdoek te positioneren. Zo creëer je voldoende plek voor je baby en zit hij/zij meteen op de juiste hoogte, te weten boven jouw navel. Bij de “biddende handen” breng je beide handen van buitenaf tussen de doekbanen en plaats je je polsen net boven het kruis, ofwel de “X”. Druk dit kruis nu stevig naar beneden en tegelijkertijd ook naar voren, net zolang tot het op de knoop rust.



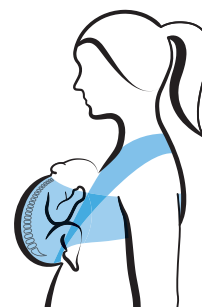
“TWIST”

De “Twist” is de knooppmethode waarbij de beide doekbanen aan het einde in tegengestelde richting om elkaar heen worden gedraaid. Je doet dit bijvoorbeeld net vóór je de laatste knoop knoopt. Zo wordt bij de Wikkelgekreuste draagwijze (de “X”) bijvoorbeeld een ‘twist’ onder de billetjes van je baby gedraaid, om daarna de draagdoek op je rug af te knopen.



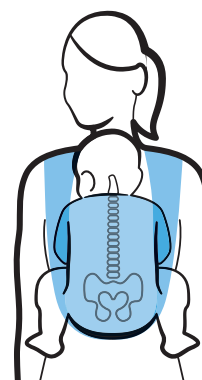
“BOLLE RUG”

De dubbele S-vorm van de wervelkolom wordt pas in de loop van de ontwikkeling tot volwassene gevormd door middel van spiertrekking en lichaamshouding. De babyrug heeft in het begin een ronde vorm en het ruggetje moet dan ook in deze positie ondersteund worden.



“SPREID-HURK-HOUDING”

Zodra je je baby optilt, neemt hij/zij een “spreid-hurk-houding”, ook wel kikkerhouding genoemd, aan. Soms doet je baby dit ook al als je tegen hem/haar praat. Je baby helpt actief mee bij het gedragen worden; de beentjes worden opgetrokken en licht gespreid. Dit is een fylogenetische aanpassing van kinderen aan het ‘gedragen worden’ en wordt ook wel “spreid-hurk-reactie” genoemd. Het gaat hier niet om een reflex. Bij de “Spreid-hurk-houding” moeten de knietjes van je baby zich altijd boven de billetjes bevinden. Een goede “Spreid-hurk-houding” ondersteunt de heupgroei van kinderen. De kop van het heupgewricht bevindt zich in deze houding in een optimale positie in de kom van het heupgewricht. En door de beweging tijdens het dragen, wordt dit gebied goed doorbloed. En ook dat helpt bij de ontwikkeling van de heupen.



De platte knoop



i

Druk de twee op elkaar liggende doekbanen even stevig aan, zo drukt de platte knoop niet in de huid, wordt de knoop bij belasting strakker aangetrokken en laat hij zich gemakkelijker weer losknopen.

De platte knoop is bij iedere draagmethode geschikt voor gebruik als afsluitende knoop. Het voordeel van deze knoop, ten opzichte van de gewone dubbele knoop, en de naam zegt het eigenlijk al, is dat deze knoop bijzonder plat is. Dat is vooral bij dikkere stoffen van voordeel omdat een platte knoop het draagcomfort aanzienlijk verhoogt. Bovendien blijft deze knoop stevig zitten, maar kan ook gemakkelijk weer worden losgeknoopt.



1

Sla de doek over je schouders en pak de beide doekbanen vast.



2

Knoop een enkele knoop voor je buik. In ons voorbeeld zie je dat de rode doekbaan aan de onderkant, en de groene baan aan de bovenkant van de knoop zit. Dit is een goede vuistregel om te onthouden: wat boven zit, blijft boven en wat onder zit, blijft onder.



3

Pak de onderste doekbaan vast en leg deze achter de bovenste baan.



4

Hierdoor ontstaat een lus. Plaats je vrije hand in deze lus en trek de bovenste door de lus naar boven.



5

Trek de knoop aan



6

tot die er zo uitziet.



7

Om de platte knoop los te knopen, schuif je de doekbanen in tegenovergestelde richting naar elkaar toe.



8

De knoop wordt losser en



9

laat zich nu gemakkelijk weer openen. •

De schuifknoop

De schuifknoop laat zich heel gemakkelijk knopen. In ons voorbeeld doet de rode doekbaan dienst als 'passieve' baan en de groene als 'actieve' doekbaan.



Het fijne aan de schuifknoop is dat deze knoop zich, zonder belasting, heel gemakkelijk laat verschuiven en, met belasting (met baby) juist straktrekt en niet meer verschuift.



1

Om het knopen gemakkelijker te maken, zet je, om te beginnen, één voet op de rode doekbaan.

2

Leg nu de groene doekbaan op de rode



3

en haal deze baan achter de rode doekbaan langs en breng deze naar voren.



Trek de groene doekbaan nu helemaal naar voren aan



en leg de groene doekbaan opnieuw op de rode doekbaan.



Haal de groene doekbaan ook nu weer achterlangs, in een opwaartse beweging naar voren terug,



haal de groene doekbaan door de lus en trek deze doekbaan naar voren strak aan.



Pak nu de rode doekbaan boven de knoop vast,



trek de groene doekbaan net zolang aan totdat de rode en groene doekbanen samen een stevige knoop vormen. ►



De schuifknoop laat zich nu heel eenvoudig langs de passieve doekbaan verschuiven.



Trek de rode doekbaan strak en verschuif de



schuifknoop met de groene doekbaan tot op de gewenste hoogte.



Om de schuifknoop los te maken, trek je de



rode doekbaan gewoon



van bovenaf uit de knoop.



De knoop komt daardoor



helemaal los. •



Alle draagmethodes kunnen met een normale dubbele knoop worden vastgebonden, maar met deze twee knopen, afhankelijk van de draagmethode, maak je het dragen/omknopen net iets eenvoudiger.

Verkeerd dragen!

Veel ouders denken dat ze hun baby een plezier doen als ze hem/haar met het gezichtje in looprichting in de drager knopen. En je hebt het waarschijnlijk ook wel al eens gezien bij andere draagdoeken of draagsystemen, maar het is niet goed. Dit zijn de redenen waarom dit verkeerd is:



1 Het deel tussen de beentjes kan niet correct worden gespreid (de 'spreid-hurk-houding' is niet mogelijk en dus ook geen ronde rug). De beentjes bungelen op een onnatuurlijke manier naar onderen/achteren.

2 En omdat de rug tegen de buik/borst van de drager/draagster wordt gedrukt, wordt deze niet correct ondersteund en neemt je baby een houding met holle rug aan.

3 Het hoofdje van de allerkleinsten wiebelt heen-en-weer, omdat het niet goed wordt ondersteund.

4 De baby heeft weliswaar een blik naar voren, maar baby's zien in het begin alleen hun directe omgeving scherp. En een teveel aan indrukken kan ervoor zorgen dat de baby een overvloed aan prikkels krijgt. En als de baby een beetje onzeker is en oogcontact met de drager zoekt en niet vindt, kan het zijn dat hij/zij gaat huilen.



5 Omdat het gewicht van de baby niet op alle plaatsen strak door de drager wordt ondersteund, zit de baby op het diepste punt van het bovenlichaam. Dat leidt tot het uitoefenen van druk op de teelballen bij jongetjes en bij meisjes op het schaambeen.

Als je, nu je dit gelezen hebt, nog steeds vasthoudt aan het dragen van je baby met het gezichtje van je af, knoop de drager en je baby dan maar eens zo om, ga voor de spiegel staan en kijk hoe je baby in de drager hangt!

ALTERNATIEVEN:

Mocht je een buitengewoon nieuwsgierig kindje hebben, dat bij de buikdraagvarianten niet genoeg ziet, probeer dan eens een draagvariant op de heup of rug. Bij die varianten kan je baby namelijk wel in 'de rijrichting' meekijken.



Wikkelgekreuste draagwijze

Vanaf de eerste dag



Omdat je je baby op je lichaam draagt, is dit een prima methode voor het dragen van pasgeborenen. En omdat je de baby in slechts één doekbaan draagt, is dit de ideale methode in de zomermaanden. Maar als de kleine groter wordt, moet je toch een andere methode gaan gebruiken, omdat bij deze variant het meeste gewicht wordt gedragen door het bovenste deel van je schouder en nek, en dat kan bij een zwaarder kind al gauw onaangenaam worden.



1

Pak de draagdoek in het midden, langs de zijkant beet (etiket met oövevaar als uitgangspunt) en spreid de doek ter hoogte van je bovenlichaam uit.



2

Trek de doek over je borst strak naar achteren,



3

waarbij je alleen de zijanten van de doek door je handen laat glijden.



4

Pak de beide doekdelen nu met



5

één hand langs de bovenkant vast.



6

Grijp nu met je andere hand 'onder je rok'



7

en pak met deze hand de



8

tegenoverliggende zijkant van de doek beet.



9

Kruis nu beide doekbanen achter je rug



10

en houd daarbij de beide kanten vast. ►



11

Spreid je armen nu als een vleermuis



12

en breng de beide doekbanen over je schouders naar voren.



13

Vouw de doekbanen nu in plooiën op je schouders samen.



14

Let er daarbij op dat de beide doekbanen volledig op je schouders liggen.



15

Het is namelijk belangrijk dat de binnenkanten van de doek die langs de hals liggen, dezelfde kleur hebben als de kant op je borst met daarop het Ooievaars-etiket.



16

Vouw de bovenkant van de doek voor je borst ongeveer twee à drie keer naar buiten om, waarbij iedere vouw ongeveer 4 centimeter breed is.



17

Vergeet niet om de doek onder je oksels ook om te vouwen.



18

Je kunt eventueel ook nog een zachte hoofdsteen of een moltondekentje in deze omslag meevouwen.



19

Let er dan wel op dat je de moltondoek tot onder je oksels meevouwt.



20

En zo ziet de Wikkelgekreuste draagwijze er van achteren uit. Dit is het moment waarop de kleding vaak omhoogschuift. Mocht dat zo zijn, trek alles dan nu weer op z'n plek.



21

En zo ziet het er van voren uit.



22

Maak nu een buidel



23

voor je borst.



24

Leg je baby op je schouder en houd hem/haar in de 'Veiligheidsgreep'.



25

Trek de buidel nu met één hand open en laat je baby



26

er rustig inzakken.



27

Pak de beentjes van je baby aan de onderkant van de buidel vast en let erop dat je je kleintje met de andere hand stevig vasthoudt en ondersteunt. ►



28

Trek de hoofdsteun, tot aan de oren van je baby, naar boven.



29

Trek de doek van de onderste rand tussen de beentjes van je baby richting je buik en let er daarbij op dat er geen vouwen in de stof op de rug van je baby komen.



30

Pak nu de boven-zijkant van de doek vast, vouw deze ongeveer tot op de helft samen en trek de geplooidde stofband strak naar boven aan.



31

Wissel van hand om je baby te ondersteunen



32

en trek nu ook de tweede doekbaan net zo strak aan als de eerste.



33

Pak nu de onder-zijkant van de doek vast, vouw deze ook nu ongeveer tot op de helft samen en trek de geplooidde stofband schuin naar boven aan.



34

Trek nu ook de tweede doekbaan net zo strak aan als de eerste.



35

Pak vervolgens de beide doekbanen, ter hoogte van de hoofdsteun vast



36

en strek je armen zijwaarts naar boven.

37



i

Het kan helpen als je even met je billen 'wiebelt'. Je zult zien hoeveel doek nog volgt voordat de hele zaak goed strak zit.

38



Heel belangrijk hierbij: de doekbanen niet naar voren trekken, alleen naar boven!

Blijf spanning op de doekbanen uitoefenen en trek ze aan weerszijden langs het lichaam van je baby,

39



tot aan de billetjes, aan.

40



Dit is het punt waar je de beide doekbanen kruist.

41



Breng de doekbanen, onder de beentjes van je baby langs,

42



naar achteren

43



en knoop ze daar

44



met een platte knoop vast (zie ook: Knooptechnieken). ►



45

Je baby zit nu nog niet in de correcte “Spreid-hurk-houding”.



46

Om je baby in de juiste houding te krijgen, pak je hem / haar vast in de knieholtes en kiep je de billetjes een beetje naar achteren.



47

Hierdoor glijden de doekbanen in de knieholtes van je baby en zitten de billetjes nu lager dan de knieën = de correcte “Spreid-hurk-houding”.



48

En als je de Wickelgekruipte draagwijze correct hebt geknoopt, ziet dat er van voren zo uit.



49

Als de doekbanen achter te lang zijn en bijna tot aan je knieholtes vallen,



50

sla je ze naar voren en knoop je ze op je buik, onder de beentjes van de baby vast. •



Alternatieve knooppmethode

Volg de knoopinstructies tot aan foto nr. **38** van de “Wikkkelgekruste draagwijze” en doorloop dan de volgende stappen:

i

Dragende ouders ervaren deze variant veelal als aangenamer en kiezen daarom voor de “Twist”.

1



Draai de doekbanen onder de billetjes van je baby

2



twee à drie keer om elkaar (twisten)

3



en sla ze dan, onder de beentjes van je baby langs, naar achteren



4

en knoop ze vast. •





Heupdragen met een lange doek

Vanaf de eerste dag



Heupdragen met een lange doek is een knoopvariant die je met lange geweven doeken kunt knopen en die een groot draagcomfort biedt. Voordat je deze methode gaat gebruiken, moet je bedenken aan welke kant je je baby wilt dragen.



1

Bedenk dus eerst op welke heup je je baby gaat dragen. Spreid de doek uit op de tegenovergestelde arm. De referentiepunten voor het midden (ooievaars-etiketten) bevinden zich op je schouder en op je pols.



2

Plooi de doek helemaal



3

tot aan je schouder samen.



4

Breng je hand naar achteren en pak de buitenkant van de doek, de kant die naar buiten wijst vanaf je schouder,



5

vast en draai de doek een halve slag.



6

Breng de doekbaan naar voren, ter hoogte van je borst



7

en vouw de streng



8

opnieuw samen.



9

Leg nu de gevouwen streng



10

op de streng die van achter op je schouder rust.



11

Deze streng sla je nu ➤



12

over je schouder naar achteren toe.



13

Als je de doekbanen correct hebt teruggeslagen, ziet dat er zo uit.



14

Maar de doekbaan zit nu nog wel een beetje hoog op je borst.



15

Duw de streng voor je borst daarom een stukje naar onderen



16

en breng de beide doekbanen onder de lus door naar voren en naar je heupen.



17

Knoop ze daar met een enkele knoop vast.



18

Pak nu de boven- en onderkant van de doek vast



19

en maak, over de hele stofbreedte, van de sling



20

een buidel.



21

Laat de buidel voorzichtig en netjes terugvallen.



22

Leg je baby op je schouder,



23

laat hem / haar vanaf de schouder in de buidel glijden



24

en pak van onderen af de voetjes vast.



25

Je baby zit nu op de lus boven de knoop. Let erop dat het ene beentje van je baby aan de voorkant en het andere beentje aan de achterkant van je lichaam zit.



26

Pak de bovenkant van de buidel



27

en trek deze bovenkant van de



28

buidel, tot aan de oortjes van je baby omhoog.



29

Omdat de buidel de rug van je baby nu nog niet strak genoeg omsluit, ►



30

moet je de stof stukje bij beetje over zijn ruggetje, naar buiten aanspannen.



31

En zo span je de stof op een correcte manier naar buiten aan.



32

Pak nu beide strengen vast



33

en trek de knoop met beide handen stevig aan.



34

Leg nog een tweede knoop (platte knoop, zie: Knooptechnieken).



35

Spreid de doek goed uit over je schouder.



36

Breng je baby in de spreid-hurk houding (biljetjes lager dan de knietjes).



37

En zo ziet een correct geknoopte draagwijze voor de heup met een lange doek eruit.



38

Mochten de doekbanen nog te lang zijn,



39

leg er op je rug dan nog een dubbele knoop in.



40

Heupdragen met een lange doek, met deze dubbele knoop, ziet er nu zo uit.



41

Als je baby in slaap is gevallen, kun je het hoofdje steunen door de zijkant van de doek over het hoofdje te trekken. •



42





Rugzak

Als je baby zijn/haar hoofdje zelfstandig rechtop kan houden

(ongeveer vanaf 4 maanden)



Het fijne van de rugzak is dat je het gewicht van grotere kinderen op de rug draagt en dat maakt het dragen aangenamer en gemakkelijker. Bovendien krijg je je bewegingsvrijheid grotendeels terug, omdat je niets meer voor je buik hebt zitten. En je baby heeft vanaf je rug een fenomenaal uitzicht op de wereld! In de tijd dat kinderen leren lopen, is de rugzak ideaal, omdat je je veel beter om je kindje kan bekommeren dan wanneer je met een kinderwagen in de ene hand en je kindje in de andere moet manoeuvreren. Een draagdoek laat zich immers veel gemakkelijker in een rugzak of tas meenemen voor gebruik op de terugweg.



Oefen deze variant in het begin samen met iemand anders, totdat je zelf fit bent en je zeker voelt.



1

Spreid de doek op een vlakke ondergrond uit (het Ooievaarsetiket in het midden) en leg je baby op de doek. De bovenkant (hoofdkant) ligt ter hoogte van de oren van je baby.



2

Vouw de doek vanaf de onderkant, richting de knieholtes van je baby, samen. Houd daarbij je handpalmen naar boven gericht.



3

Houd de beide doekbanen midden boven het lichaam van je baby vast



4

en neem de beide doekbanen in de linkerhand. Je duim wijst hierbij naar boven.



5

Zorg ervoor dat de doekbanen zich in ieder geval ter hoogte van het borstbeen van je baby bevinden.



6

Om de beentjes van je kleintje in de hurkhouding te krijgen, trek je de onderkant van de doek in de knieholtes van je baby.



7

Trek nu de onderkant van de doek aan en trek vervolgens



8

de andere kant ook aan. >



9



Houd de doekbanen stevig in je linkerhand vast en trek de bovenkant aan. Als je de kanten correct hebt aangetrokken, raakt je vuist het borstbeen van je baby (ooievaarsgreep).



10



Til je kindje met je linkerhand op, ondersteun met je rechterhand de billetjes en

11



houd hem/haar schuin vast voor je lichaam. Let er daarbij op dat de ene doekbaan aan de voorkant langs je baby, en de andere doekbaan achter je baby hangt.

12



Til je baby nu ongeveer tot aan je

13



kin op.

14



Breng de baby over de rechter schouder naar je rug.

15



Belangrijk is daarbij dat je rechterhand je baby voortdurend blijft ondersteunen.

16



De linkerhand rangschikt de doekbanen op de rug



17

en trekt ook de op de rug liggende doekbaan, via de zijkant,



18

naar voren, zodat de doekbanen aan weerszijden van je hals liggen.



19

Grijp nu met je linkerhand op je rug en pak de rug en voetjes van je baby.



20

Buig nu met een rechte rug ver voorover



21

en breng je kindje in een voor jou aangename positie.



22

Pak met de linkerhand de onderkant van de doek vast. Grijp hiervoor tussen de beentjes van je baby.



23

Verdeel de doek over de billetjes van je baby en blijf hem/haar daarbij met de linkerhand ondersteunen.



24

Pak vervolgens de onderkant van de doek met beide handen vast ►



25

en trek de doek tussen jou en je baby.
Er ontstaat nu een buidel.



26

Je linkerhand ondersteunt nog steeds je
baby.



27

Span nu de kant bij het hoofdje aan.



28

Je spant deze kant beetje bij beetje



29

aan, totdat je de hele



30

doekbaan in één vuist



31

vast kunt houden.



32

Nu sla je de net aangetrokken streng



33

drie- tot vier keer naar binnen om.

34



Haal de gedraaide streng onder je oksels door, over het beentje en onder de billetjes van je baby door naar achteren en laat je hand daar rusten.

35



Trek nu de tweede doekbaan aan, zoals hiervoor beschreven,

36



tot je ook deze streng in één vuist kunt vasthouden.

37



En ook deze tweede streng sla je drie à vier keer naar binnen om.

38



Trek deze streng nu ook via je oksels naar achteren op je rug.

39



De streng loopt over het beentje van je baby, maar zit onder de billetjes van je baby.

40



Rangschik de strengen die onder de billetjes van je baby zitten,

41



zodat je ze

42



kunt kruisen. >



43



Breng de doekbanen, onder de beentjes van je baby langs,

44



naar voren naar je buik.

45



Knoop een enkele knoop voor je buik.

46



Pak de onderste doekbaan vast en leg deze achter de bovenste baan.



47



Plaats je vrije hand van bovenaf in de gecreëerde lus

48



en trek de bovenste streng naar boven terug aan.

49



Trek de knoop aan.

50



Als er nog losse doek in de knoop zit, trekt dit dat nu stevig aan.

51



En als de doekbanen na het knopen nog bijna tot aan je knieën reiken, leg ze dan op je rug

52



en knoop ze daar nog een keer.

53



Zo ziet een correct geknoopte Rugzak er van achteren uit,



54

en zo van voren •





Tot slot nog dit

Met deze brochure c.q. handleiding willen we jou, je baby en kleintje op een eenvoudige en praktische manier kennis laten maken met het dragen in een draagdoek.

De in deze handleiding afgebeelde draagvarianten zijn gebaseerd op de door de Duitse *trageschule nrw* ontwikkelde draagmethodes. Het HOPPEDIZ®-team bedankt hierbij dan ook Bettina Attenberger (*trageschule nrw*) voor de constructieve en goede

samenwerking tijdens het samenstellen van deze handleiding voor het gebruik van draagdoeken.

Mocht je iets niet helemaal hebben begrepen of heb je eventueel suggesties, tips en tricks of ken je nog een draagmethode die niet in de handleiding staat, dan horen we dat graag van je.

We wensen jou en je baby een mooie draagtijd en veel plezier met de babydraagdoek van HOPPEDIZ®!

Annette & Ingo Schröder



Kijk voor nog meer draagmethodes, tips en informatie op:
www.hoppediz.com

We nodigen je uit om eens rond te neuzen op onze website. Bekijk de praktische video's van de verschillende draagmethode en knooptechnieken en download ook meteen de uitgebreide handleiding (PDF) van de verschillende draagmethodes – handig voor op je tablet of mobiel. Zo heb je alle informatie die je nodig hebt, altijd bij de hand.



Hoppediz GmbH & Co. KG
Zum Scheider Feld 45 · D-51467 Bergisch Gladbach · Duitsland
Telefoon: +49 (0) 22 02-98 35 0
www.hoppediz.de · www.hoppediz.com · www.hoppediz.fr
info@hoppediz.de

