HELIO /

Brugsskema

Navn _____ Dato _____

Dato	Kropsområde	Strålingsstyrke *(%, eller mW/cm²)*	Varighed	Oplevede Fordele *(beskriv eller 0-10)*	Bivirkninger / Noter / Kommentarer *(fornemmelser, humør osv.)*	Varme *(0-3)*	~ Fremskridt *(0-10)*