

Poniższa lista ostrzeżeń dotyczących bezpieczeństwa została opracowana zgodnie z wymaganiami Rozporządzenia (UE) 2023/988 dotyczącego ogólnego bezpieczeństwa produktów (GPSR). Celem jej utworzenia jest ochrona użytkownika przed możliwymi zagrożeniami, które mogą wynikać z niewłaściwego użytkowania produktu. Ostrzeżenia zostały napisane w sposób prosty i klarowny, aby były łatwe do zrozumienia przez wszystkich użytkowników.

Ogólne zasady użytkowania

Gumy i taśmy do ćwiczeń są przeznaczone do użytku w celach treningowych, rehabilitacyjnych oraz w programach rozwoju fizycznego. Produkty te mogą być wykorzystywane do ćwiczeń rozciągających, wzmacniających, rehabilitacyjnych, a także poprawy elastyczności i mobilności ciała.

Gumy i taśmy do ćwiczeń należy używać zgodnie z instrukcjami producenta, aby zapewnić skuteczność i bezpieczeństwo treningu. Należy je stosować na czystej, suchej powierzchni i unikać nadmiernego rozciągania, które może doprowadzić do uszkodzenia produktu.

Produkty należy przechowywać w suchym, chłodnym miejscu, z dala od źródeł ciepła i światła słonecznego. Po każdym użyciu należy je wytrzeć wilgotną ściereczką, unikając stosowania silnych środków chemicznych, które mogą uszkodzić materiał.

Przestrogi

- Gumy i taśmy do ćwiczeń mogą powodować kontuzje lub urazy, jeśli są używane niewłaściwie. Należy unikać nagłych, gwałtownych ruchów, które mogą prowadzić do skręceń lub nadwyrężenia ciała.
- Ćwiczenia przy użyciu gum i taśm do ćwiczeń należy wykonywać zgodnie z poziomem zaawansowania oraz kondycji fizycznej użytkownika. Przesadne obciążenie może prowadzić do urazów mięśniowych i stawowych.
- Przed każdym użyciem należy sprawdzić stan techniczny produktu. W przypadku zauważenia jakichkolwiek uszkodzeń, w tym pęknięć, przecięć lub innych deformacji, produkt należy natychmiast wycofać z użytkowania.

Przeciwwskazania

- Gumy i taśmy do ćwiczeń nie należy stosować w przypadku poważnych urazów stawów, mięśni, więzadeł lub w czasie rekonwalescencji po operacjach ortopedycznych, bez wcześniejszej konsultacji z lekarzem lub terapeutą.
- Osoby cierpiące na choroby serca, wysokie ciśnienie krwi lub inne zaburzenia układu krążenia powinny skonsultować się z lekarzem przed rozpoczęciem ćwiczeń z użyciem gum i taśm, aby uniknąć nadmiernego wysiłku.
- Osoby z problemami równowagi lub koordynacji ruchowej, a także osoby starsze, które mogą mieć ograniczoną zdolność do wykonywania dynamicznych ćwiczeń, powinny zasięgnąć porady trenera lub specjalisty przed użyciem gum i taśm do ćwiczeń.

- Gum i taśm do ćwiczeń nie należy używać u dzieci poniżej 14. roku życia, chyba że produkt został specjalnie zaprojektowany dla tej grupy wiekowej. W przypadku dzieci i młodzieży przed rozpoczęciem ćwiczeń z gumą lub taśmą należy skonsultować się z lekarzem.