

Niniejsza lista ostrzeżeń dotyczących bezpieczeństwa powstała w oparciu o wymagania Rozporządzenia (UE) 2023/988 w sprawie ogólnego bezpieczeństwa produktów (GPSR). Celem jest ochrona użytkowników przed potencjalnymi zagrożeniami wynikającymi z nieodpowiedniego użytkowania. Ostrzeżenia są sformułowane w prosty i zrozumiały sposób, aby były dostępne dla szerokiego grona odbiorców, w tym osób starszych oraz osób z ograniczeniami ruchowymi.

## **Ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa użytkowania UCHWYTY DO POMPEK**

### **Ogólne zagrożenia i środki ostrożności**

#### **1. Ostrzeżenie przed niewłaściwym użytkowaniem**

- Używaj uchwytów do pompek wyłącznie zgodnie z instrukcją producenta. Niewłaściwe użytkowanie, takie jak niestabilne ustawienie uchwytów lub wykonywanie ćwiczeń w sposób niezaplanowany, może prowadzić do utraty równowagi i wypadków.
- Zawsze upewnij się, że uchwyty są umieszczone na równej i stabilnej powierzchni, zanim rozpoczniesz ćwiczenia.

#### **2. Zagrożenie upadkiem i kontuzjami**

- Używaj uchwytów do pompek na stabilnej powierzchni. Unikaj ćwiczeń na śliskich nawierzchniach, które mogą spowodować przesunięcie uchwytów i utratę równowagi.
- Podczas wykonywania pompek, upewnij się, że uchwyty są dobrze zamocowane, aby zapobiec ich przewróceniu lub przesunięciu.

#### **3. Zagrożenie skaleczeniem i uszkodzeniem ciała**

- Zawsze sprawdzaj stan uchwytów przed użyciem. Upewnij się, że nie mają one ostrych krawędzi, pęknięć ani innych uszkodzeń, które mogą powodować skaleczenia lub otarcia skóry.
- Regularnie kontroluj uchwyty pod kątem zużycia materiału, zwłaszcza jeśli są one wykonane z plastiku lub metalu, który może się zarysować lub złamać.

#### **4. Zagrożenie przeciążeniem**

- Upewnij się, że uchwyt jest odpowiedni do Twojej wagi i zdolności fizycznych. Używanie uchwytów do pompek w sposób nadmiernie intensywny lub wykonywanie ćwiczeń, które przekraczają Twoje możliwości, może prowadzić do kontuzji mięśni i stawów, zwłaszcza w obrębie nadgarstków i ramion.
- Nie wykonuj ćwiczeń, które przekraczają Twoje aktualne umiejętności lub kondycję fizyczną.

## **5. Specjalne środki ostrożności dla osób z ograniczeniami ruchowymi**

- Osoby starsze lub z ograniczeniami ruchowymi powinny skonsultować się z lekarzem lub terapeutą przed rozpoczęciem korzystania z uchwytów do pompek, aby upewnić się, że ćwiczenia są bezpieczne i dostosowane do ich możliwości.
- Zawsze ćwicz pod nadzorem lub z pomocą, jeśli nie masz pewności co do swojej stabilności i umiejętności w wykonywaniu ćwiczeń.

## **6. Zagrożenie związane z wilgotnym środowiskiem**

- Unikaj używania uchwytów do pompek w wilgotnym środowisku, takim jak łazienki czy baseny. Wilgoć może spowodować poślizgnięcie się, zarówno użytkownika, jak i uchwytów, co prowadzi do ryzyka wypadków.
- Po każdym użyciu w warunkach wilgotnych, szczególnie w deszczu, upewnij się, że uchwyty są dokładnie wysuszone, aby zapobiec rdzewieniu lub uszkodzeniu materiału.

## **7. Zagrożenie przegrzaniem (dotyczy uchwytów z elementami elektrycznymi)**

- Jeśli uchwyty do pompek posiadają elementy elektryczne (np. wbudowane funkcje masażu, podgrzewanie), upewnij się, że używasz ich zgodnie z instrukcją. Zbyt długie użytkowanie lub nieprawidłowe przechowywanie może prowadzić do przegrzania, uszkodzenia sprzętu lub ryzyka pożaru.
- Zawsze sprawdzaj, czy uchwyty elektryczne są dobrze podłączone i czy kable są w dobrym stanie, aby uniknąć ryzyka porażenia prądem.

## **8. Ostrzeżenie przed zanieczyszczeniem i uszkodzeniem materiału**

- Używaj uchwytów do pompek tylko na czystych powierzchniach. Zanieczyszczenia, takie jak piasek, kurz, lub brud, mogą prowadzić do uszkodzeń materiału uchwytów, co zmniejsza ich funkcjonalność i stabilność.
- Regularnie sprawdzaj i czyść uchwyty, szczególnie po użyciu w zanieczyszczonych warunkach, aby uniknąć gromadzenia się brudu lub materiałów ściernych, które mogą je uszkodzić.

## **9. Specjalne środki ostrożności w wysokiej temperaturze**

- Unikaj używania uchwytów w bardzo wysokiej temperaturze, np. w bezpośrednim nasłonecznieniu lub w pomieszczeniach o wysokiej temperaturze. Ekstremalne ciepło może wpłynąć na materiały, z których wykonane są uchwyty, prowadząc do ich deformacji lub osłabienia strukturalnego.
- Przechowuj uchwyty w chłodnym, suchym miejscu, aby uniknąć ich uszkodzenia.

## **10. Konserwacja i regularne przeglądy**

- Regularnie sprawdzaj stan techniczny uchwytów, zwłaszcza ich elementy uchwytowe, powierzchnię kontaktu z dłonią oraz podstawę, na której stoją. Upewnij się, że wszystkie elementy są dobrze zamocowane i nie wykazują oznak zużycia.
- W razie zauważenia jakichkolwiek uszkodzeń (np. luźnych części, pęknięć materiału, zużycia powierzchni kontaktowej) natychmiast zaprzestań używania uchwytów i wymień je na nowe.

### **Znaczenie stosowania się do ostrzeżeń**

Zastosowanie się do powyższych ostrzeżeń minimalizuje ryzyko uszkodzeń ciała, awarii urządzenia oraz strat materialnych. Ignorowanie zaleceń może prowadzić do poważnych zagrożeń zdrowotnych i materialnych. Dbaj o bezpieczeństwo swoje i swoich bliskich, przestrzegając wskazanych środków ostrożności.