# **🛡️ Bezpečnostní pokyny – Sharp Shape závaží na zápěstí 1,5 kg**

**1. Použití dle určení**

* Závaží jsou určena pro posílení svalů horních končetin, zvýšení energetického výdeje během pohybových aktivit (běh, chůze, HIIT, rehabilitace), zlepšení stability.
* Není určen jako dětská hračka.

**2. Věk a dozor**

* Výrobek není vhodný pro děti do 3 let.
* Děti mohou používat pouze pod dohledem dospělé osoby.

**3. Stav a kontrola výrobku**

* Před každým použitím zkontrolujte: stav pásku, švů a suchého zipu; při poškození nepoužívejte.
* Umístěte nad zápěstí, rovnoměrně utáhněte, překontrolujte fixaci.

4**. Předcházení úrazům**

* Upevněte tak, aby závaží neklouzalo a neškrtilo; mezi páskem a kůží ponechte kousek místa.

**5. Stabilní povrch**

* Nepoužívejte při rychlých změnách směru, skocích, sprintu nebo na kluzkém/nerovném povrchu – riziko poranění kloubů.

**6. Speciální upozornění**

* Přehnané zatížení (např. začátečníci, zdravotní problémy) může vést k bolestem nebo přetížení—v takových případech doporučujeme konzultaci s odborníkem (lékař/fyzioterapeut).

**7. Údržba a skladování**

* Čistěte hadříkem navlhčeným ve vodě. Neponořujte.
* Po čištění nechte zcela uschnout.
* Ukládejte na suchém místě, mimo přímé sluneční záření, aby nedošlo k poškození materiálu.

**⚠️ Varování (dle GPSR)**

Nesprávné použití nebo zanedbání těchto pokynů může vést ke zranění. Výrobek nepodléhá certifikaci jako zdravotnický prostředek. Výrobce ani distributor nenese odpovědnost za škody vzniklé v důsledku nesprávného použití.