# **🛡️ Bezpečnostní pokyny – Sharp Shape aerobik step SH300**

**1. Použití dle určení**

* Step slouží ke kardio tréninku, posilování dolních končetin (stehna, hýždě), zdokonalení koordinace a rovnováhy. Nastavitelná výška umožňuje variabilitu obtížnosti cviků.
* 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 použitím zkontrolujte stav stepu – praskliny, uvolněné bloky či opotřebení znamenají okamžité ukončení použití.

4**. Předcházení úrazům**

* Pohyb provádějte kontrolovaně – vyhněte se trhavým pohybům/skokům, které mohou ohrozit stabilitu.
* Dodržujte bezpečnou techniku cvičení; vyhněte se trhavým či prudkým pohybům.

**5. Stabilní podklad**

* Používat výhradně na rovném, stabilním a suchém podkladu – před použitím ověřte, že podložka není kluzká.

**6. Speciální upozornění**

* Zdravotní omezení (např. potíže s klouby, rovnováhou) – před použitím se poraďte s odborníkem.

**7. Údržba a skladování**

* Po použití otřete suchým nebo mírně vlhkým hadříkem.
* Neponořujte do vody.
* Před dalším použitím nechte stepper zcela vyschnout.
* Skladujte v suchu, mimo přímé slunce, aby se zabránilo degradaci 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.