# **🛡️ Bezpečnostní pokyny – Sharp Shape páková tyč RIP CORE**

**1. Použití dle určení**

* Tato pomůcka slouží pro posilování stability core, koordinace, síly, vytrvalosti a rovnováhy. S pomocí karabiny lze expanzní gumu připojit pro trénink ramen, bicepsů či dřepů.
* 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 tyč, gumu, úchyty a karabinu; jakékoli poškození znamená okamžité přerušení použití.

4**. Předcházení úrazům**

* Cvičení provádějte kontrolovaně a plynule; trhavé nebo nerovnoměrné pohyby mohou způsobit zranění.
* Rolujte plynule, s kontrolou a v přirozeném rozsahu pohybu.
* Při cvičení začínejte s nízkou intenzitou, postupně zvyšujte náročnost cviků.

**5. Stabilní podklad**

* Používejte pouze na rovném, suchém a nekluzkém povrchu, aby nedošlo ke sklouznutí nebo pádu.
* U dveřní kotvy: připojte vždy na stranu, kam se otevírají dveře, aby nedošlo k nechtěnému otevření během cvičení.

**6. Speciální upozornění**

* Jednotlivci s kloubními, oběhovými či jinými zdravotními omezeními by měli použití konzultovat s odborníkem.

**7. Údržba a skladování**

* Po použití otřete tyč i gumu vlhkým hadříkem.
* Neponořujte do vody; po čištění nechte úplně vyschnout.
* Skladujte v suchu, mimo přímé sluneční světlo, aby nedošlo k 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.