

Niniejsze wskazówki bezpieczeństwa zostały przygotowane na podstawie wymogów Rozporządzenia (UE) 2023/988 w sprawie ogólnego bezpieczeństwa produktów (GPSR). Mają one na celu ochronę użytkowników przed zagrożeniami wynikającymi z niewłaściwego stosowania. Ostrzeżenia zostały sformułowane w sposób prosty i zrozumiały, z myślą o osobach starszych oraz z ograniczeniami ruchowymi.

Analiza ryzyka

- Ryzyko pęknięcia gumy i uderzenia w ciało.
- Ryzyko poślizgnięcia się przy niewłaściwym ustawieniu.
- Możliwość podrażnień skóry przy długotrwałym kontakcie.
- Zagrożenie zadławienia – nieodpowiednie dla dzieci poniżej 14 lat.

Bezpieczne używanie

- Stosować tylko do ćwiczeń fizycznych zgodnie z przeznaczeniem.
- Przed użyciem sprawdzić stan taśm – nie używać uszkodzonych.
- Ćwiczyć w stabilnym i bezpiecznym otoczeniu, na antypoślizgowej powierzchni.
- Nie owijać wokół szyi ani głowy.
- Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu, z dala od ostrych przedmiotów.

Utylizacja

- Wyrzucić do odpadów zmieszanych.
- Elementy gumowe oddać do recyklingu zgodnie z lokalnymi przepisami.

English

These safety instructions have been prepared in accordance with Regulation (EU) 2023/988 on general product safety (GPSR). They aim to protect users from hazards arising from improper use. The warnings are written simply and clearly, with consideration for elderly people and those with mobility limitations.

Risk Analysis

- Risk of snapping and hitting the body.
- Risk of slipping if used on unstable surfaces.
- Possible skin irritation from prolonged contact.
- Choking hazard – not suitable for children under 14.

Safe Use

- Use only for fitness exercises as intended.
- Check the bands before use – do not use damaged ones.
- Exercise on a stable, non-slip surface.
- Do not wrap around the neck or head.
- Store in a dry, cool place away from sharp objects.

Disposal

- Dispose of with household waste.
- Rubber parts should be recycled according to local regulations.

Čeština

Tyto bezpečnostní pokyny byly připraveny v souladu s nařízením (EU) 2023/988 o obecné bezpečnosti výrobků (GPSR). Jejich cílem je chránit uživatele před riziky vyplývajícími z nesprávného používání. Upozornění jsou formulována jednoduše a srozumitelně, s ohledem na starší osoby a osoby s omezenou pohyblivostí.

Analýza rizik

- Riziko prasknutí gumy a úderu do těla.
- Riziko uklouznutí při špatném použití.
- Možné podráždění kůže při dlouhodobém kontaktu.
- Nebezpečí udušení – nevhodné pro děti do 14 let.

Bezpečné používání

- Používejte pouze k cvičení dle určení.
- Před použitím zkontrolujte stav pásků – nepoužívejte poškozené.
- Cvičte na stabilním, protiskluzovém povrchu.
- Neomotávejte kolem krku nebo hlavy.
- Skladujte na suchém, chladném místě, mimo ostré předměty.

Likvidace

- Vyhodte do směsného odpadu.
- Gumové části recyklujte podle místních předpisů.

Slovenčina

Tieto bezpečnostné pokyny boli pripravené v súlade s nariadením (EÚ) 2023/988 o všeobecnej bezpečnosti výrobkov (GPSR). Ich cieľom je chrániť používateľov pred rizikami vyplývajúcimi z nesprávneho používania. Upozornenia sú formulované jednoducho a zrozumiteľne, s ohľadom na starších ľudí a osoby s obmedzenou pohyblivosťou.

Analýza rizík

- Riziko prasknutia gumy a zásahu tela.
- Riziko pošmyknutia na nestabilnom povrchu.
- Možné podráždenie pokožky pri dlhšom kontakte.
- Riziko udusenía – nevhodné pre deti do 14 rokov.

Bezpečné používanie

- Používajte iba na cvičenie podľa určenia.
- Pred použitím skontrolujte stav pásovk – nepoužívajte poškodené.
- Cvičte na stabilnom protišmykovom povrchu.
- Neomotávajte okolo krku alebo hlavy.
- Skladujte na suchom a chladnom mieste, mimo ostrých predmetov.

Likvidácia

- Vyhodte do zmesového odpadu.
 - Gumové časti recyklujte podľa miestnych predpisov.
-

Deutsch

Diese Sicherheitshinweise wurden gemäß der Verordnung (EU) 2023/988 über die allgemeine Produktsicherheit (GPSR) erstellt. Sie sollen die Nutzer vor Gefahren schützen, die durch unsachgemäße Verwendung entstehen. Die Warnungen sind einfach und klar formuliert, insbesondere für ältere Menschen und Personen mit eingeschränkter Mobilität.

Risikobewertung

- Risiko des Reißens des Bandes und Verletzungen durch Zurückschnellen.
- Rutschgefahr bei instabilem Stand.
- Hautreizungen bei längerem Kontakt möglich.
- Erstickungsgefahr – nicht für Kinder unter 14 Jahren geeignet.

Sichere Verwendung

- Nur für Fitnessübungen gemäß Zweck verwenden.
- Vor Gebrauch die Bänder kontrollieren – beschädigte nicht verwenden.
- Auf stabilem, rutschfestem Untergrund trainieren.
- Nicht um Hals oder Kopf wickeln.
- An einem trockenen, kühlen Ort fern von scharfen Gegenständen aufbewahren.

Entsorgung

- Mit dem Hausmüll entsorgen.
- Gummiteile nach den örtlichen Vorschriften recyceln.

Українська

Ці інструкції з безпеки підготовлені відповідно до Регламенту (ЄС) 2023/988 щодо загальної безпеки продукції (GPSR). Вони покликані захистити користувачів від небезпек, що виникають при неправильному використанні. Попередження написані просто і зрозуміло, з урахуванням літніх людей та осіб з обмеженою рухливістю.

Аналіз ризиків

- Ризик розриву стрічки та удару по тілу.
- Ризик послизнутися на нестійкій поверхні.
- Можливе подразнення шкіри при тривалому контакті.
- Небезпека задусення – не підходить для дітей до 14 років.

Безпечне використання

- Використовувати лише для фізичних вправ за призначенням.
- Перед використанням перевіряти стан гум – не використовувати пошкоджені.
- Тренуватися на стійкій протиковзній поверхні.
- Не обмотувати навколо шиї чи голови.
- Зберігати у сухому прохолодному місці, подалі від гострих предметів.

Утилізація

- Викидати з побутовим сміттям.
- Гумові частини здавати на переробку відповідно до місцевих правил.

Română

Aceste instrucțiuni de siguranță au fost elaborate în conformitate cu Regulamentul (UE) 2023/988 privind siguranța generală a produselor (GPSR). Ele au ca scop protejarea utilizatorilor împotriva pericolelor rezultate din utilizarea necorespunzătoare. Avertismentele sunt formulate simplu și clar, având în vedere persoanele în vârstă și cele cu mobilitate redusă.

Analiza riscurilor

- Risc de rupere a benzii și lovire a corpului.
- Risc de alunecare pe suprafețe instabile.
- Posibile iritații ale pielii în cazul contactului prelungit.
- Pericol de sufocare – nu este potrivit pentru copii sub 14 ani.

Utilizare sigură

- Folosiți doar pentru exerciții fizice conform destinației.
- Verificați benzile înainte de utilizare – nu folosiți produse deteriorate.
- Exersați pe o suprafață stabilă și antiderapantă.
- Nu înfășurați în jurul gâtului sau capului.
- Păstrați într-un loc uscat și răcoros, departe de obiecte ascuțite.

Eliminare

- Aruncați împreună cu deșeurile menajere.
- Părțile din cauciuc se reciclează conform reglementărilor locale.

Magyar

Ezeket a biztonsági utasításokat az (EU) 2023/988 rendelet, az általános termékbiztonságról szóló szabályozás (GPSR) alapján készítettük el. Céljuk a felhasználók védelme a nem megfelelő használatból eredő veszélyektől. Az utasítások egyszerűen és érthetően vannak megfogalmazva, különös tekintettel az idősekre és a mozgásukban korlátozott személyekre.

Kockázatelemzés

- A szalag elszakadásának és a testet érő ütés veszélye.
- Csúszásveszély instabil felületen.
- Bőr irritációja tartós érintkezés esetén.
- Fulladásveszély – 14 év alatti gyermekeknek nem alkalmas.

Biztonságos használat

- Csak rendeltetésszerűen, fitnessgyakorlatokra használja.
- Használat előtt ellenőrizze az állapotát – sérült szalagot ne használjon.

- Stabil, csúszásmentes felületen eddzen.
- Ne tekerje a nyak vagy a fej köré.
- Száraz, hűvös helyen, éles tárgytól távol tárolja.

Ártalmatlanítás

- Háztartási hulladékkal együtt dobja ki.
- A gumialkatrészeket a helyi előírásoknak megfelelően újra kell hasznosítani.

Български

Тези указания за безопасност са изготвени в съответствие с Регламент (ЕС) 2023/988 относно общата безопасност на продуктите (GPSR). Те имат за цел да защитят потребителите от рискове, произтичащи от неправилна употреба. Предупрежденията са написани просто и ясно, с оглед на възрастните хора и хората с ограничена подвижност.

Анализ на риска

- Риск от скъсване на ластика и удар по тялото.
- Опасност от подхлъзване при нестабилна повърхност.
- Възможно раздразнение на кожата при продължителен контакт.
- Опасност от задушаване – неподходящо за деца под 14 години.

Безопасна употреба

- Използвайте само за физически упражнения според предназначението.
- Проверявайте лентите преди употреба – не използвайте повредени.
- Тренирайте на стабилна, нехлъзгаща се повърхност.
- Не увивайте около врата или главата.
- Съхранявайте на сухо и хладно място, далеч от остри предмети.

Изхвърляне

- Изхвърлете с битовите отпадъци.
- Гумените части се рециклират според местните разпоредби.

Ελληνικά

Οι παρούσες οδηγίες ασφαλείας έχουν συνταχθεί σύμφωνα με τον Κανονισμό (ΕΕ) 2023/988 σχετικά με τη γενική ασφάλεια των προϊόντων (GPSR). Σκοπός τους είναι να проοστατεύσουν τους χρήστες από кινδύνους που προκύπτουν από λανθασμένη χρήση. Οι προειδοποιήσεις είναι διατυπωμένες με απλό και κατανοητό τρόπο, λαμβάνοντας υπόψη τους ηλικιωμένους και τα άτομα με κινητικούς περιορισμούς.

Ανάλυση κινδύνων

- Κίνδυνος θραύσης του λάστιχου και χτυπήματος στο σώμα.

- Κίνδυνος ολίσθησης σε ασταθείς επιφάνειες.
- Ερεθισμός δέρματος από παρατεταμένη επαφή.
- Κίνδυνος πνιγμού – ακατάλληλο για παιδιά κάτω των 14 ετών.

Ασφαλής χρήση

- Χρησιμοποιείτε μόνο για γυμναστικές ασκήσεις σύμφωνα με τον σκοπό τους.
- Ελέγχετε τις ταινίες πριν από τη χρήση – μην χρησιμοποιείτε φθαρμένες.
- Γυμναστείτε σε σταθερή και αντιολισθητική επιφάνεια.
- Μην τυλίγете γύρω από τον λαιμό ή το κεφάλι.
- Φυλάσσετε σε ξηρό και δροσερό μέρος, μακριά από αιχμηρά αντικείμενα.

Απόρριψη

- Απορρίψτε με τα οικιακά απορρίμματα.
- Τα λαστιχένια μέρη ανακυκλώνονται σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς.

Lietuvių

Šios saugos instrukcijos parengtos pagal Reglamentą (ES) 2023/988 dėl bendrojo produkto saugumo (GPSR). Jos skirtos apsaugoti vartotojus nuo pavojų, kylančių dėl netinkamo naudojimo. Įspėjimai parašyti paprastai ir aiškiai, atsižvelgiant į vyresnio amžiaus žmones ir asmenis su judėjimo apribojimais.

Rizikos analizė

- Rizika, kad guma nutrūks ir atsitrenks į kūną.
- Paslydimo pavojus ant nestabilaus paviršiaus.
- Galimas odos sudirginimas ilgai kontaktuojant.
- Dusimo pavojus – netinka vaikams iki 14 metų.

Saugus naudojimas

- Naudoti tik mankštos pratimams pagal paskirtį.
- Prieš naudojimą patikrinti juostų būklę – ne naudoti pažeistų.
- Sportuoti ant stabilaus, neslystančio paviršiaus.
- Nevynioti aplink kaklą ar galvą.
- Laikyti sausoje, vėsioje vietoje, atokiau nuo aštrių daiktų.

Šalinimas

- Išmesti į buitines atliekas.
- Guminės dalys perdirbamos pagal vietos taisykles.

Latviešu

Šie drošības norādījumi ir sagatavoti saskaņā ar Regulu (ES) 2023/988 par vispārējo produktu drošību (GPSR). Tie ir paredzēti, lai aizsargātu lietotājus no riskiem, kas rodas nepareizas lietošanas rezultātā. Brīdinājumi ir formulēti vienkārši un saprotami, ņemot vērā vecāka gadagājuma cilvēkus un personas ar kustību ierobežojumiem.

Riska analize

- Gumijas pārrāvuma un trieciena risks.
- Paslīdēšanas risks uz nestabila pamata.
- Ādas kairinājums ilgstoša kontakta gadījumā.
- Aizrīšanās risks – nav piemērots bērniem līdz 14 gadu vecumam.

Droša lietošana

- Lietot tikai fiziskiem vingrinājumiem paredzētajā veidā.
- Pirms lietošanas pārbaudīt lentu stāvokli – bojātas nelietot.
- Vingrot uz stabilas, neslīdošas virsmas.
- Neaptīt ar kaklu vai galvu.
- Uzglabāt sausā, vēsā vietā, prom no asiem priekšmetiem.

Utilizācija

- Izvest sadzīves atkritumos.
- Gumijas daļas šķirot pārstrādei saskaņā ar vietējiem noteikumiem.

Suomi

Nämä turvallisuusohjeet on laadittu asetuksen (EU) 2023/988 mukaisesti yleisessä tuoteturvallisuudesta (GPSR). Ne on tarkoitettu suojaamaan käyttäjiä vaaroilta, joita voi syntyä väärän käytön seurauksena. Varotoimet on kirjoitettu yksinkertaisesti ja selkeästi, huomioiden iäkkäät ja liikkumisrajoitteiset henkilöt.

Riskianalyysi

- Nauhan katkeamisen ja vartaloon osumisen riski.
- Liukastumisvaara epävakaalla alustalla.
- Mahdollinen ihoärsytys pitkäaikaisessa kosketuksessa.
- Tukehtumisvaara – ei sovellu alle 14-vuotiaille lapsille.

Turvallinen käyttö

- Käytä vain kuntoiluharjoituksiin käyttötarkoituksen mukaisesti.
- Tarkista nauhat ennen käyttöä – älä käytä vaurioituneita.
- Harjoittele vakaalla, liukumattomalla alustalla.
- Älä kierrä kaulan tai pään ympärille.
- Säilytä kuivassa, viileässä paikassa, erillään terävistä esineistä.

Hävittäminen

- Hävitä kotitalousjätteen mukana.
- Kumiosat kierrätetään paikallisten määräysten mukaisesti.

Hrvatski

Ove sigurnosne upute izrađene su u skladu s Uredbom (EU) 2023/988 o općoj sigurnosti proizvoda (GPSR). Njihova je svrha zaštititi korisnike od opasnosti koje proizlaze iz nepravilne uporabe. Upozorenja su napisana

jednostavno i jasno, uzimajući u obzir starije osobe i osobe s ograničenom pokretljivošću.

Analiza rizika

- Rizik od pucanja trake i udarca u tijelo.
- Rizik od klizanja na nestabilnoj podlozi.
- Moguća iritacija kože pri dugotrajnom kontaktu.
- Opasnost od gušenja – nije prikladno za djecu mlađu od 14 godina.

Sigurna uporaba

- Koristiti samo za tjelesne vježbe prema namjeni.
- Provjeriti stanje traka prije uporabe – ne koristiti oštećene.
- Vježbati na stabilnoj, protukliznoj podlozi.
- Ne omatati oko vrata ili glave.
- Čuvati na suhom i hladnom mjestu, dalje od oštarih predmeta.

Zbrinjavanje

- Odložiti s kućnim otpadom.
- Gumene dijelove reciklirati u skladu s lokalnim propisima.

Slovenščina

Ta varnostna navodila so bila pripravljena v skladu z Uredbo (EU) 2023/988 o splošni varnosti proizvodov (GPSR). Namenjena so zaščiti uporabnikov pred nevarnostmi, ki izhajajo iz nepravilne uporabe. Opozorila so zapisana preprosto in jasno, z mislijo na starejše osebe ter osebe z omejeno gibljivostjo.

Analiza tveganj

- Nevarnost, da trak poči in udari telo.
- Nevarnost zdrsa na nestabilni površini.
- Možno draženje kože ob dolgotrajnem stiku.
- Nevarnost zadušitve – ni primerno za otroke, mlajše od 14 let.

Varna uporaba

- Uporablajte samo za vadbo v skladu z namenom.
- Pred uporabo preverite stanje trakov – poškodovanih ne uporabljajte.
- Vadite na stabilni, nedrseči površini.
- Ne ovijajte okoli vratu ali glave.
- Shranjujte na suhem in hladnem mestu, stran od ostrih predmetov.

Odstranjevanje

- Odvrzite z gospodinjskimi odpadki.
- Gumijaste dele reciklirajte v skladu z lokalnimi predpisi.

Français

Ces consignes de sécurité ont été préparées conformément au Règlement (UE) 2023/988 relatif à la sécurité générale des produits (GPSR). Elles visent à protéger les utilisateurs contre les dangers résultant

d'une utilisation inappropriée. Les avertissements sont rédigés de manière simple et claire, en tenant compte des personnes âgées et des personnes à mobilité réduite.

Analyse des risques

- Risque de rupture de la bande et de coup porté au corps.
- Risque de glissade sur une surface instable.
- Possibilité d'irritation cutanée en cas de contact prolongé.
- Risque d'étouffement – ne convient pas aux enfants de moins de 14 ans.

Utilisation sûre

- Utiliser uniquement pour les exercices physiques prévus.
- Vérifier l'état des bandes avant usage – ne pas utiliser si elles sont endommagées.
- S'exercer sur une surface stable et antidérapante.
- Ne pas enrouler autour du cou ou de la tête.
- Conserver dans un endroit sec et frais, à l'écart des objets tranchants.

Élimination

- Jeter avec les ordures ménagères.
- Les parties en caoutchouc doivent être recyclées conformément à la réglementation locale.

Español

Estas instrucciones de seguridad han sido preparadas de acuerdo con el Reglamento (UE) 2023/988 sobre la seguridad general de los productos (GPSR). Tienen como objetivo proteger a los usuarios de los riesgos derivados de un uso inadecuado. Las advertencias están redactadas de forma sencilla y clara, pensando en las personas mayores y en aquellas con limitaciones de movilidad.

Análisis de riesgos

- Riesgo de rotura de la banda y golpe en el cuerpo.
- Riesgo de resbalón en superficies inestables.
- Posible irritación de la piel por contacto prolongado.
- Peligro de asfixia: no apto para menores de 14 años.

Uso seguro

- Utilizar únicamente para ejercicios físicos según lo previsto.
- Revisar las bandas antes de usarlas; no usar si están dañadas.
- Ejercitarse sobre una superficie estable y antideslizante.
- No enrollar alrededor del cuello o la cabeza.
- Guardar en un lugar seco y fresco, lejos de objetos punzantes.

Eliminación

- Desechar con los residuos domésticos.
- Las partes de goma deben reciclarse según la normativa local.

Svenska

Dessa säkerhetsanvisningar har utarbetats i enlighet med förordning (EU) 2023/988 om allmän produktsäkerhet (GPSR). De syftar till att skydda användare från risker som uppstår vid felaktig användning. Varningarna är formulerade på ett enkelt och tydligt sätt, med hänsyn till äldre personer och personer med nedsatt rörlighet.

Riskanalys

- Risk för att bandet går av och slår mot kroppen.
- Halkrisk på instabila ytor.
- Möjlig hudirritation vid långvarig kontakt.
- Kvävningsrisk – ej lämplig för barn under 14 år.

Säker användning

- Använd endast för avsedda träningsövningar.
- Kontrollera banden före användning – använd inte om de är skadade.
- Träna på en stabil och halkfri yta.
- Linda inte runt halsen eller huvudet.
- Förvara på en torr och sval plats, borta från vassa föremål.

Avfallshantering

- Kassera med hushållsavfall.
- Gummidelar ska återvinnas enligt lokala bestämmelser.

Português

Estas instruções de segurança foram preparadas de acordo com o Regulamento (UE) 2023/988 sobre a segurança geral dos produtos (GPSR). Têm como objetivo proteger os utilizadores contra riscos decorrentes de utilização inadequada. Os avisos estão redigidos de forma simples e clara, tendo em conta os idosos e as pessoas com limitações de mobilidade.

Análise de riscos

- Risco de rutura da faixa e impacto no corpo.
- Risco de escorregamento em superfícies instáveis.
- Possível irritação da pele devido a contacto prolongado.
- Perigo de asfixia – não adequado para crianças com menos de 14 anos.

Utilização segura

- Utilizar apenas para exercícios físicos conforme a finalidade prevista.
- Verificar as bandas antes de utilizar – não usar se estiverem danificadas.
- Exercitar em superfície estável e antiderrapante.
- Não enrolar à volta do pescoço ou da cabeça.
- Guardar em local seco e fresco, afastado de objetos cortantes.

Eliminação

- Eliminar com o lixo doméstico.

- As partes de borracha devem ser recicladas de acordo com a regulamentação local.

Nederlands

Deze veiligheidsinstructies zijn opgesteld in overeenstemming met Verordening (EU) 2023/988 betreffende algemene productveiligheid (GPSR). Ze zijn bedoeld om gebruikers te beschermen tegen gevaren die voortkomen uit onjuist gebruik. De waarschuwingen zijn eenvoudig en duidelijk geformuleerd, met aandacht voor ouderen en mensen met beperkte mobiliteit.

Risicoanalyse

- Risico dat de band knapt en het lichaam raakt.
- Uitglijsgevaar op onstabiele oppervlakken.
- Mogelijke huidirritatie bij langdurig contact.
- Verstikkingsgevaar – niet geschikt voor kinderen jonger dan 14 jaar.

Veilig gebruik

- Alleen gebruiken voor fitnessoefeningen volgens de bestemming.
- Controleer de banden vóór gebruik – gebruik geen beschadigde.
- Train op een stabiel, antislip oppervlak.
- Niet om de nek of het hoofd wikkelen.
- Bewaar op een droge, koele plaats, uit de buurt van scherpe voorwerpen.

Verwijdering

- Bij het huisvuil weggoaien.
- Rubber onderdelen recyclen volgens de plaatselijke voorschriften.

Italiano

Queste istruzioni di sicurezza sono state redatte in conformità al Regolamento (UE) 2023/988 relativo alla sicurezza generale dei prodotti (GPSR). Hanno lo scopo di proteggere gli utenti dai rischi derivanti da un uso improprio. Gli avvertimenti sono formulati in modo semplice e chiaro, tenendo conto delle persone anziane e di quelle con mobilità ridotta.

Analisi dei rischi

- Rischio di rottura della fascia ed eventuale colpo al corpo.
- Rischio di scivolamento su superfici instabili.
- Possibile irritazione cutanea in caso di contatto prolungato.
- Pericolo di soffocamento – non adatto a bambini sotto i 14 anni.

Uso sicuro

- Utilizzare solo per esercizi fisici secondo la destinazione d'uso.
- Controllare le fasce prima dell'uso – non utilizzare se

danneggiate.

- Allenarsi su una superficie stabile e antiscivolo.
- Non avvolgere intorno al collo o alla testa.
- Conservare in luogo asciutto e fresco, lontano da oggetti taglienti.

Smaltimento

- Smaltire con i rifiuti domestici.
- Le parti in gomma devono essere riciclate secondo le normative locali.