

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:

Nieprawidłowe użytkowanie drabinki może prowadzić do potknięcia się, poślizgnięcia lub urazów kończyn. Należy zachować szczególną ostrożność podczas ćwiczeń na nierównej lub śliskiej nawierzchni.

Instrukcja bezpiecznego używania:

Przed użyciem upewnij się, że drabinka została prawidłowo rozłożona na stabilnym i płaskim podłożu. Zaleca się używanie obuwia sportowego z dobrą przyczepnością. Nie stosuj drabinki w pobliżu ostrych przedmiotów ani na nawierzchniach z dużą ilością piachu lub wody. Drabinka nie jest przeznaczona do wspinania się ani zawieszania ciała.

Utylizacja:

Produkt należy wyrzucić do pojemnika na tworzywa sztuczne lub przekazać do punktu selektywnej zbiórki odpadów. Nie wolno go spalać ani wyrzucać do odpadów zmieszanych.

English

These safety guidelines have been prepared in accordance with Regulation (EU) 2023/988 on general product safety (GPSR). They aim to protect users from risks resulting from improper use. Warnings have been written in a simple and clear way, suitable for elderly people and persons with reduced mobility.

Risk analysis:

Incorrect use of the ladder may lead to tripping, slipping, or limb injuries. Special caution is advised when training on uneven or slippery surfaces.

Safe use instructions:

Make sure the ladder is properly laid out on a stable, flat surface before use. It is recommended to wear sport shoes with good grip. Do not use the ladder near sharp objects or on surfaces with sand or water. The ladder is not designed for climbing or hanging the body.

Disposal:

Dispose of the product in a plastic waste container or at a local recycling point. Do not burn or discard it with mixed household waste.

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. Varování byla formulována jednoduše a srozumitelně, s ohledem na starší osoby a osoby se sníženou pohyblivostí.

Analýza rizik:

Nesprávné používání žebříku může vést k zakopnutí, uklouznutí nebo zranění končetin. Zvýšenou opatrnost je nutné věnovat cvičení na nerovném nebo kluzkém povrchu.

Pokyny pro bezpečné použití:

Před použitím se ujistěte, že je žebřík rozložen na stabilním a rovném povrchu. Doporučuje se používat sportovní obuv s dobrou přilnavostí. Nepoužívejte žebřík v blízkosti ostrých předmětů nebo na písčitém či mokrému podkladu. Žebřík není určen k lezení nebo zavěšování těla.

Likvidace:

Použitý výrobek vyhoďte do kontejneru na plastový odpad nebo odnešte do sběrného dvora. Nespalujte ho ani jej nevyhazujte do směsného odpadu.

Slovenčina

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

Analýza rizika:

Nesprávne používanie rebríka môže viesť k zakopnutiu, pošmyknutiu alebo poraneniu končatín. Zvýšenú opatrnosť si vyžaduje cvičenie na nerovnom alebo klzkom povrchu.

Pokyny na bezpečné používanie:

Pred použitím sa uistite, že je rebrík rozložený na stabilnom a rovnom povrchu. Odporúča sa používať športovú obuv s dobrým protišmykovým dezénom. Nepoužívajte rebrík v blízkosti ostrých predmetov alebo na piesočnom či mokrom povrchu. Rebrík nie je určený na lezenie alebo zavesenie tela.

Likvidácia:

Použitý výrobok zlikvidujte v kontajneri na plasty alebo ho odovzdajte na zbernom mieste. Nepáľte ho ani ho nevyhadzujte do zmiešaného odpadu.

Deutsch

Diese Sicherheitshinweise wurden gemäß der Verordnung (EU) 2023/988 über die allgemeine Produktsicherheit (GPSR) erstellt. Sie dienen dem Schutz der Nutzer vor Gefahren durch unsachgemäße Verwendung. Die Warnhinweise sind einfach und

verständlich formuliert, insbesondere für ältere Menschen und Personen mit eingeschränkter Mobilität.

Risikobewertung:

Eine unsachgemäße Nutzung der Koordinationsleiter kann zu Stolpern, Ausrutschen oder Verletzungen der Gliedmaßen führen. Besondere Vorsicht ist auf unebenem oder rutschigem Untergrund geboten.

Anleitung zur sicheren Verwendung:

Stellen Sie sicher, dass die Leiter vor der Verwendung auf einer stabilen und ebenen Fläche ausgelegt ist. Das Tragen von Sportschuhen mit gutem Halt wird empfohlen. Verwenden Sie die Leiter nicht in der Nähe von scharfen Gegenständen oder auf sandigem bzw. nassem Boden. Die Leiter ist nicht zum Klettern oder Hängen geeignet.

Entsorgung:

Entsorgen Sie das Produkt im Kunststoffabfall oder bringen Sie es zu einer geeigneten Sammelstelle. Es darf nicht verbrannt oder über den Restmüll entsorgt werden.

Українська

Ці інструкції з безпеки підготовлені відповідно до Регламенту (ЄС) 2023/988 щодо загальної безпеки продукції (GPSR). Вони мають на меті захистити користувачів від ризиків, пов'язаних з неправильним використанням. Попередження сформульовано простою та зрозумілою мовою з урахуванням людей похилого віку та осіб з обмеженою рухливістю.

Аналіз ризиків:

Неправильне використання координаційної драбини може призвести до спотикання, ковзання або травм кінцівок. Слід бути особливо обережним при тренуваннях на нерівній або слизькій поверхні.

Інструкції з безпечного використання:

Перед використанням переконайтеся, що драбина розміщена на рівній та стабільній поверхні. Рекомендується використовувати спортивне взуття з гарним зчепленням. Не використовуйте драбину поруч із гострими предметами або на піску чи мокрій підлозі. Драбина не призначена для лазіння чи підвішування тіла.

Утилізація:

Утилізуйте виріб у контейнер для пластику або здайте до пункту збору. Не спалюйте його та не викидайте у змішані побутові відходи.

Română

Aceste instrucțiuni de siguranță au fost redactate în conformitate cu Regulamentul (UE) 2023/988 privind siguranța generală a produselor (GPSR). Ele au scopul de a proteja utilizatorii de riscurile generate de utilizarea incorrectă. Avertismentele au fost formulate simplu și

clar, având în vedere persoanele în vârstă și cele cu mobilitate redusă.

Analiza riscurilor:

Utilizarea necorespunzătoare a scării de antrenament poate duce la împiedicare, alunecare sau accidentări ale membrilor. Se recomandă prudență sporită atunci când se folosește pe suprafețe alunecoase sau denivelate.

Instrucțiuni pentru utilizare sigură:

Asigurați-vă că scara este așezată pe o suprafață plană și stabilă înainte de utilizare. Este recomandată purtarea încălțămintei sportive cu aderență bună. Nu folosiți scara lângă obiecte ascuțite sau pe suprafețe cu nisip sau ude. Scara nu este destinată cățărării sau suspendării corpului.

Eliminare:

Aruncați produsul în containerul pentru plastic sau duceți-l la un centru de colectare selectivă. Nu îl ardeți și nu îl aruncați la gunoiul menajer amestecat.

Magyar

Ez a biztonsági útmutató az (EU) 2023/988-as általános termékbiztonsági rendelet alapján készült. Célja a felhasználók védelme a nem rendeltetésszerű használatból fakadó veszélyekkel szemben. A figyelmeztetések egyszerűen és érthetően lettek megfogalmazva, különös tekintettel az idősekre és a mozgáskorlátozott személyekre.

Kockázatelemzés:

A koordinációs létra helytelen használata botláshoz, elcsúszáshoz vagy végtagsérülésekhez vezethet. Fokozott óvatosság szükséges egyenetlen vagy csúszós felületen végzett gyakorlatok esetén.

Biztonságos használati utasítások:

Használat előtt győződjön meg arról, hogy a létra sík, stabil felületre van kiterítve. Javasolt jó tapadással rendelkező sportcipőt viselni. Ne használja a létrát éles tárgyak közelében, vagy homokos, nedves felületen. A létra nem mászásra vagy a test felfüggesztésére szolgál.

Hulladékkezelés:

A terméket műanyaghulladékként kell elhelyezni, vagy egy gyűjtőpontba elvinni. Ne égesse el, és ne dobja vegyes háztartási hulladékba.

Български

Тези указания за безопасност са изготвени съгласно Регламент (ЕС) 2023/988 относно общата безопасност на продуктите (GPSR). Те имат за цел да предпазят потребителите от рискове, произтичащи от неправилна употреба. Предупрежденията са формулирани просто и разбираемо, с мисъл за възрастни хора и хора с ограничена подвижност.

Анализ на риска:

Неправилната употреба на координационната стълба може да доведе до препъване, подхлъзване или травми на крайниците. Особено внимание е необходимо при използване върху неравна или хлъзгава повърхност.

Инструкции за безопасна употреба:

Преди употреба се уверете, че стълбата е поставена на равна и стабилна повърхност. Препоръчва се използване на спортни обувки с добро сцепление. Не използвайте стълбата в близост до остри предмети или върху пясъчна или мокра повърхност. Стълбата не е предназначена за катерене или закачане на тялото.

Изхвърляне:

Изхвърлете продукта в контейнер за пластмаса или го предайте в пункт за разделно събиране. Не го изгаряйте и не го изхвърляйте в смесения отпадък.

Ελληνικά

Αυτές οι οδηγίες ασφαλείας έχουν συνταχθεί σύμφωνα με τον Κανονισμό (ΕΕ) 2023/988 για τη γενική ασφάλεια των προϊόντων (GPSR). Σκοπός τους είναι η προστασία των χρηστών από κινδύνους λόγω λανθασμένης χρήσης. Οι προειδοποιήσεις είναι διατυπωμένες με απλό και κατανοητό τρόπο, κατάλληλο για ηλικιωμένους και άτομα με μειωμένη κινητικότητα.

Ανάλυση κινδύνου:

Η ακατάλληλη χρήση της σκάλας συντονισμού μπορεί να προκαλέσει σκοντάψιμο, ολίσθηση ή τραυματισμό των άκρων. Απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή κατά την άσκηση σε ανώμαλες ή ολισθηρές επιφάνειες.

Οδηγίες ασφαλούς χρήσης:

Πριν από τη χρήση, βεβαιωθείτε ότι η σκάλα έχει τοποθετηθεί σε σταθερή και επίπεδη επιφάνεια. Συνιστάται η χρήση αθλητικών παπουτσιών με καλή πρόσφυση. Μην χρησιμοποιείτε τη σκάλα κοντά σε αιχμηρά αντικείμενα ή σε αμώδη ή βρεγμένη επιφάνεια. Η σκάλα δεν προορίζεται για αναρρίχηση ή ανάρτηση σώματος.

Απόρριψη:

Απορρίψτε το προϊόν σε κάδο για πλαστικά ή παραδώστε το σε σημείο συλλογής. Μην το καίτε και μην το απορρίπτετε με τα κοινά απορρίμματα.

Lietuvių

Šios saugos instrukcijos parengtos pagal Reglamentą (ES) 2023/988 dėl bendrojo gaminių saugumo (GPSR). Jos skirtos apsaugoti vartotojus nuo pavojaų, kylančių dėl netinkamo naudojimo. Įspėjimai pateikti paprasta ir aiškia kalba, atsižvelgiant į vyresnio amžiaus žmones ir riboto judumo asmenis.

Rizikos analizė:

Netinkamai naudojant koordinacinę kopetėlę galima užkliūti, paslysti ar susižaloti galūnes. Reikia būti ypač atsargiems sportuojant ant nelygaus arba slidaus paviršiaus.

Saugus naudojimas:

Prieš naudodami įsitikinkite, kad kopetėlė padėta ant stabilaus ir lygaus paviršiaus. Rekomenduojama avėti sportinę avalynę su gera trauka. Nenaudokite kopetėlės šalia aštrių daiktų ar ant smėlio ir šlapių grindų. Šis gaminys nėra skirtas laipiojimui ar kūno kabinimui.

Šalinimas:

Išmeskite gaminį į plastiko atliekų konteinerį arba pristatykite į atliekų surinkimo punktą. Nedeginkite ir nemeskite į mišrias buitines atliekas.

Latviešu

Šie drošības norādījumi izstrādāti saskaņā ar Regulu (ES) 2023/988 par vispārējo produktu drošību (GPSR). Tie paredzēti lietotāju aizsardzībai pret riskiem, kas rodas produkta nepareizas lietošanas gadījumā. Brīdinājumi ir vienkārši un saprotami, piemēroti vecāka gadagājuma cilvēkiem un personām ar ierobežotām kustībām.

Riska analīze:

Nepareiza koordinācijas kāpņu izmantošana var izraisīt pakļupšanu, paslīdēšanu vai ekstremitāšu traumas. Jāievēro īpaša piesardzība, trenējoties uz nelīdzenām vai slidenām virsmām.

Drošas lietošanas instrukcija:

Pirms lietošanas pārlicinieties, ka kāpnes ir izvietotas uz stabilas un līdzenas virsmas. Ieteicams valkāt sporta apavus ar labu saķeri. Nelietojiet kāpnes pie asiem priekšmetiem vai uz smilšainām vai mitrām virsmām. Tās nav paredzētas kāpšanai vai ķermeņa piekāršanai.

Izmešana:

Izmetiet izstrādājumu plastmasas atkritumu tvertnē vai nogādājiņiet to šķirošanas punktā. Nededziniet un nemetiet sadzīves atkritumos.

Suomi

Nämä turvallisuuohjeet on laadittu asetuksen (EU) 2023/988 mukaisesti, joka koskee yleistä tuoteturvallisuutta (GPSR). Ohjeet suojaavat käyttäjiä virheellisestä käytöstä aiheutuvilta vaaroilta. Varoitukset on muotoiltu selkeästi ja yksinkertaisesti, erityisesti iäkkäitä ja liikuntarajoitteisia varten.

Riskianalyysi:

Koordinaatiotikkaiden väärä käyttö voi johtaa kompastumiseen, liukastumiseen tai raajavammoihin. Harjoittelu epätasaisilla tai liukkailla pinnoilla vaatii erityistä varovaisuutta.

Turvallisen käytön ohjeet:

Varmista ennen käyttöä, että tikkaat on asetettu vakaalle ja tasaiselle pinnalle. Käytä urheilujalkineita, joissa on hyvä pito. Älä käytä tikkaita terävien esineiden läheisyydessä tai hiekkaisilla tai märillä alustoilla. Tikkaat eivät sovellu kiipeilyyn tai kehon ripustamiseen.

Hävittäminen:

Hävitä tuote muovinkeräykseen tai vie se jäteasemalle. Älä polta tai hävitä sekajätteen mukana.

Hrvatski

Ove sigurnosne upute pripremljene su u skladu s Uredbom (EU) 2023/988 o općoj sigurnosti proizvoda (GPSR). Cilj im je zaštititi korisnike od opasnosti koje mogu nastati zbog nepravilne uporabe. Upozorenja su izrađena jednostavnim i razumljivim jezikom, uzimajući u obzir starije osobe i osobe s ograničenom pokretljivošću.

Analiza rizika:

Nepravilna uporaba koordinacijske ljestve može uzrokovati spoticanje, klizanje ili ozljede udova. Potrebno je biti posebno oprezan pri vježbanju na neravnim ili skliskim površinama.

Upute za sigurnu uporabu:

Prije korištenja provjerite je li ljestva postavljena na stabilnu i ravnu površinu. Preporučuje se nošenje sportske obuće s dobrim prijanjanjem. Ne koristite ljestvu u blizini oštih predmeta niti na pjeskovitim ili mokrim podlogama. Ljestva nije namijenjena penjanju ili vješanju tijela.

Zbrinjavanje:

Proizvod odložite u spremnik za plastiku ili ga odnesite u reciklažno dvorište. Nemojte ga spaljivati niti bacati u miješani otpad.

Slovenščina

Ti varnostni napotki so pripravljeni v skladu z Uredbo (EU) 2023/988 o splošni varnosti proizvodov (GPSR). Namenjeni so zaščiti uporabnikov pred nevarnostmi, ki izhajajo iz nepravilne uporabe. Opozorila so napisana preprosto in razumljivo, z mislijo na starejše in gibalno ovirane osebe.

Analiza tveganja:

Nepravilna uporaba koordinacijske lestve lahko povzroči spotikanje, zdrs ali poškodbe okončin. Pri vadbi na neravnih ali spolzkih površinah je potrebna posebna previdnost.

Navodila za varno uporabo:

Pred uporabo preverite, da je lestev postavljena na stabilno in ravno površino. Priporočljiva je uporaba športne obutve z dobrim oprijemom. Lestve ne uporabljajte v bližini ostrih predmetov ali na peščenih

oziroma mokrih površinah. Izdelek ni namenjen plezanju ali obešanju telesa.

Odstranjevanje:

Izdelek odvrzite v zabojnik za plastiko ali ga odpeljite v zbirni center za odpadke. Ne sežigajte ga in ne odlagajte med mešane odpadke.

Français

Ces consignes de sécurité ont été rédigées conformément au Règlement (UE) 2023/988 relatif à la sécurité générale des produits (GPSR). Elles visent à protéger les utilisateurs contre les risques liés à une utilisation inappropriée. Les avertissements sont formulés de manière simple et compréhensible, en tenant compte des personnes âgées et à mobilité réduite.

Analyse des risques :

Une mauvaise utilisation de l'échelle de coordination peut entraîner des trébuchements, des glissades ou des blessures aux membres. Une vigilance particulière est requise lors d'exercices sur des surfaces inégales ou glissantes.

Instructions d'utilisation sécurisée :

Avant l'utilisation, assurez-vous que l'échelle est posée sur une surface plane et stable. Il est recommandé de porter des chaussures de sport avec une bonne adhérence. N'utilisez pas l'échelle à proximité d'objets tranchants ou sur des surfaces sablonneuses ou mouillées. L'échelle n'est pas conçue pour l'escalade ou la suspension du corps.

Élimination :

Jetez le produit dans le conteneur dédié aux plastiques ou apportez-le dans un centre de collecte. Ne le brûlez pas et ne le jetez pas avec les déchets ménagers mixtes.

Español

Estas instrucciones de seguridad han sido redactadas conforme al Reglamento (UE) 2023/988 sobre la seguridad general de los productos (GPSR). Su finalidad es proteger a los usuarios de los riesgos derivados de un uso indebido. Las advertencias se han formulado de manera sencilla y clara, pensando en personas mayores y con movilidad reducida.

Análisis de riesgos:

Un uso incorrecto de la escalera de coordinación puede provocar tropiezos, resbalones o lesiones en las extremidades. Se recomienda extremar la precaución al entrenar sobre superficies irregulares o resbaladizas.

Instrucciones de uso seguro:

Antes de usar, asegúrese de que la escalera esté colocada sobre una superficie plana y estable. Se recomienda usar calzado deportivo con buena tracción.

No utilice la escalera cerca de objetos afilados ni sobre superficies arenosas o mojadas. No está diseñada para escalar ni colgar el cuerpo.

Eliminación:

Deseche el producto en un contenedor para plásticos o llévelo a un punto de recogida selectiva. No lo queme ni lo tire a la basura general.

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 särskild hänsyn till äldre personer och personer med nedsatt rörlighet.

Riskanalys:

Felaktig användning av koordinationsstegen kan orsaka snubblingar, halkolyckor eller skador på armar och ben. Särskild försiktighet krävs vid träning på ojämna eller hala underlag.

Säkerhetsanvisningar:

Innan användning, kontrollera att stegen är placerad på ett plant och stabilt underlag. Använd sportskor med bra grepp rekommenderas. Använd inte stegen nära vassa föremål eller på sandiga eller våta ytor. Stegen är inte avsedd för klättring eller kroppsupphängning.

Avfallshantering:

Kasta produkten i plastavfall eller lämna in den till en återvinningsstation. Bränn den inte och kasta den inte i blandat hushållsavfall.

Português

Estas instruções de segurança foram elaboradas de acordo com o Regulamento (UE) 2023/988 relativo à segurança geral dos produtos (GPSR). Têm como objetivo proteger os utilizadores contra riscos decorrentes da utilização incorreta. Os avisos foram redigidos de forma simples e clara, tendo em consideração pessoas idosas e com mobilidade reduzida.

Análise de risco:

A utilização incorreta da escada de coordenação pode causar tropeções, escorregadelas ou lesões nos membros. Deve ter-se especial cuidado ao treinar em superfícies irregulares ou escorregadias.

Instruções de utilização segura:

Antes de utilizar, certifique-se de que a escada está colocada sobre uma superfície plana e estável. Recomenda-se o uso de calçado desportivo com boa aderência. Não utilize a escada perto de objetos cortantes ou em superfícies com areia ou molhadas. A

escada não foi concebida para escalada ou suspensão corporal.

Eliminação:

Elimine o produto no contentor de plásticos ou leve-o a um centro de recolha seletiva. Não o queime nem o deite fora com resíduos indiferenciados.

Nederlands

Deze veiligheidsinstructies zijn opgesteld in overeenstemming met Verordening (EU) 2023/988 betreffende de algemene productveiligheid (GPSR). Ze zijn bedoeld om gebruikers te beschermen tegen risico's als gevolg van onjuist gebruik. De waarschuwingen zijn eenvoudig en begrijpelijk geformuleerd, met aandacht voor ouderen en mensen met beperkte mobiliteit.

Risicoanalyse:

Onjuist gebruik van de coördinatieladder kan leiden tot struikelen, uitglijden of letsel aan ledematen. Wees extra voorzichtig bij gebruik op oneffen of gladde oppervlakken.

Instructies voor veilig gebruik:

Zorg ervoor dat de ladder vóór gebruik op een stabiele en vlakke ondergrond ligt. Het dragen van sportschoenen met goede grip wordt aanbevolen. Gebruik de ladder niet in de buurt van scherpe voorwerpen of op zanderige of natte oppervlakken. De ladder is niet bedoeld om op te klimmen of om het lichaam aan te hangen.

Verwijdering:

Gooi het product weg in de plastic afvalbak of breng het naar een inzamelpunt. Verbrand het niet en gooi het niet bij het restafval.

Italiano

Le presenti istruzioni di sicurezza sono state redatte in conformità al Regolamento (UE) 2023/988 sulla 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 con mobilità ridotta.

Analisi dei rischi:

Un uso scorretto della scala di coordinazione può causare inciampi, scivolamenti o lesioni agli arti. È necessario prestare particolare attenzione quando si utilizza su superfici irregolari o scivolose.

Istruzioni per un uso sicuro:

Assicurarsi che la scala sia posizionata su una superficie stabile e piana prima dell'uso. Si consiglia di indossare scarpe sportive con buona aderenza. Non utilizzare la scala vicino a oggetti taglienti o su superfici sabbiose o bagnate. La scala non è progettata per arrampicarsi o per appendere il corpo.

Smaltimento:

Smaltire il prodotto nel contenitore per la plastica o portarlo presso un centro di raccolta. Non bruciarlo né gettarlo nei rifiuti indifferenziati.