

CZ ŠVIHADLA

Upozornění: 1. Tento produkt je sportovní pomůcka, nikoliv hračka. Uchovávejte mimo dosah dětí. Děti mohou produkt používat pouze pod dohledem dospělých. 2. Švihadlo je určeno výhradně k cvičení a fyzickému tréninku. Nepoužívejte jej k jiným účelům, abyste předešli poškození nebo zranění. 3. Ujistěte se, že švihadlo má správnou délku přizpůsobenou vaší výšce, aby nedošlo k zakopnutí nebo ztrátě rovnováhy. 4. Před každým použitím zkontrolujte švihadlo, zda není poškozené, například prasklé, roztržené nebo opotřebené na úchytech. Pokud zjistíte poškození, přestaňte produkt používat. 5. Používejte švihadlo na místě bez ostrých předmětů, nábytku a překážek, abyste minimalizovali riziko poškození nebo zranění. 6. Zajistěte, aby kolem vás bylo dostatek prostoru a nebyly v blízkosti žádné osoby, které by mohly být švihadlem náhodně zasázeny. 7. Při používání švihadla se doporučuje nosit sportovní obuv s dobrou amortizací, která chrání klouby před přetížením. 8. Pokud máte problémy s koleny, kotníky, páteří nebo jiná onemocnění, poraďte se před zahájením tréninku se švihadlem s lékařem. 9. Pokud během cvičení pociťte bolest, zvrátte nebo jiné nepříjemné příznaky, okamžitě přestaňte trénink a poraďte se s lékařem. 10. Produkt skladujte na suchém a čistém místě, mimo přímé sluneční světlo, zdroje tepla a vlhkost, aby nedošlo k poškození materiálu. 11. Doporučuje se ponechat tento štítek.

DE SPRINGSEILE

Sicherheitshinweise: 1. Dieses Produkt ist ein Sportgerät, kein Spielzeug. Bewahren Sie es außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Kinder dürfen das Produkt nur unter Aufsicht von Erwachsenen benutzen. 2. Das Springseil ist ausschließlich für Übungen und körperliches Training bestimmt. Verwenden Sie es nicht für andere Zwecke, um Schäden oder Verletzungen zu vermeiden. 3. Stellen Sie sicher, dass das Springseil die richtige Länge hat, die an Ihre Körpergröße angepasst ist, um Stöperen oder Gleichgewichtsverlust zu verhindern. 4. Überprüfen Sie das Springseil vor jedem Gebrauch auf Schäden wie Risse, Brüche oder Abnutzung der Griffe. Verwenden Sie es nicht, wenn es beschädigt ist. 5. Benutzen Sie das Springseil an einem Ort ohne scharfe Gegenstände, Möbel oder Hindernisse, um das Risiko von Schäden oder Verletzungen zu minimieren. 6. Stellen Sie sicher, dass Sie ausreichend Platz um sich herum haben und dass sich keine andere Personen in der Nähe befinden, die versehentlich vom Springseil getroffen werden könnten. 7. Es wird empfohlen, während der Benutzung des Springseils Sportschuhe mit guter Dämpfung zu tragen, um die Gelenke vor Überlastung zu schützen. 8. Wenn Sie Probleme mit Knien, Knöcheln, der Wirbelsäule oder anderen gesundheitlichen Beschwerden haben, konsultieren Sie vor dem Training mit dem Springseil einen Arzt. 9. Sollten Sie während des Trainings Schmerzen, Schwindel oder andere unangenehme Symptome verspüren, brechen Sie das Training sofort ab und konsultieren Sie einen Arzt. 10. Lagern Sie das Produkt an einem trockenen und sauberen Ort, fern von direkter Sonneneinstrahlung, Wärmequellen und Feuchtigkeit, um Materialschäden zu vermeiden. 11. Es wird empfohlen, dieses Etikett aufzubewahren.

FR CORDES À SAUTER

Avvertissements de sécurité: 1. Ce produit est un équipement sportif, pas un jouet. Gardez-le hors de la portée des enfants. Les enfants peuvent l'utiliser uniquement sous la supervision d'un adulte. 2. La corde à sauter est destinée exclusivement à l'exercice et à l'entraînement physique. Ne l'utilisez pas à d'autres fins pour éviter les dommages ou les blessures. 3. Assurez-vous que la corde à sauter a une longueur adaptée à votre taille pour éviter de trébucher ou de perdre l'équilibre. 4. Vérifiez la corde à sauter avant chaque utilisation pour détecter des dommages tels que des fissures, des déchirures ou l'usure des poignées. En cas de dommage, n'utilisez pas le produit. 5. Utilisez la corde à sauter dans un espace libre de tout objet tranchant, meuble ou obstacle afin de minimiser les risques de dommages ou de blessures. 6. Assurez-vous d'avoir suffisamment d'espace autour de vous et qu'aucune autre personne ne se trouve à proximité, pour éviter tout contact accidentel avec la corde. 7. Il est recommandé de porter des chaussures de sport avec un bon amorti lors de l'utilisation de la corde à sauter afin de protéger vos articulations des surcharges. 8. Si vous avez des problèmes de genoux, chevilles, colonne vertébrale ou d'autres conditions médicales, consultez un médecin avant de commencer l'entraînement avec la corde à sauter. 9. Si vous ressentez des douleurs, des étourdissements ou d'autres symptômes désagréables pendant l'exercice, arrêtez immédiatement et consultez un médecin. 10. Rangez le produit dans un endroit sec et propre, à l'abri de la lumière directe du soleil, des sources de chaleur et de l'humidité, pour éviter tout dommage au matériel. 11. Il est recommandé de conserver cette étiquette.

GB JUMP ROPES

Warnings: 1. This product is a piece of sports equipment, not a toy. Keep it out of the reach of children. Children may only use it under adult supervision. 2. The skipping rope is intended exclusively for exercise and physical training. Do not use it for other purposes to avoid damage or injury. 3. Ensure that the skipping rope is the correct length for your height to prevent tripping or losing balance. 4. Check the skipping rope for damage, such as cracks, tears, or wear on the handles, before each use. Do not use it if it is damaged. 5. Use the skipping rope in a space free of sharp objects, furniture, or obstacles to minimise the risk of damage or injury. 6. Make sure there is enough space around you and that there are no other people nearby who could be accidentally hit by the skipping rope. 7. It is recommended to wear sports shoes with good cushioning when using the skipping rope to protect your joints from overloading. 8. If you have knee, ankle, spine, or other medical issues, consult a doctor before starting skipping rope exercises. 9. If you experience pain, dizziness, or other unpleasant symptoms during exercise, stop immediately and consult a doctor. 10. Store the product in a dry and clean place, away from direct sunlight, heat sources, and moisture to prevent material damage. 11. It is recommended to retain this label.

PL SKAKANKI

Ostrzeżenia: 1. Produkt jest artykułem sportowym, nie jest zabawką. Przechowywać w miejscu niedostępnym dla dzieci. Dzieci mogą korzystać z niej wyłącznie pod nadzorem dorosłych. 2. Skakanka jest przeznaczona wyłącznie do ćwiczeń i treningu fizycznego. Nie używaj jej do innych celów, aby uniknąć uszkodzeń lub obrażeń. 3. Upewnij się, że skakanka ma odpowiednią długość dopasowaną do Twojego wzrostu, aby zapobiec potknięciu się lub utracie równowagi. 4. Przed każdym użyciem sprawdź skakankę pod kątem uszkodzeń, takich jak pęknięcia, rozzerwania lub zużycie uchwytów. W przypadku uszkodzeń zaprzestań użytkowania. 5. Używaj skakanek w miejscu wolnym od ostrych przedmiotów, mebli i przeszkód, aby zminimalizować ryzyko uszkodzeń lub kontuzji. 6. Upewnij się, że wokół Ciebie jest wystarczająco dużo miejsca i że nie ma innych osób, które mogłyby przypadkowo zostać uderzone skakanką. 7. Podczas używania skakanek zaleca się noszenie sportowego obuwia z dobrą amortyzacją, aby chronić stawy przed przecieżeniami. 8. Jeśli masz problemy z kolanami, kostkami, kregosłupem lub innymi schorzeniami, skonsultuj się z lekarzem przed rozpoczęciem treningu ze skakanką. 9. Jeśli podczas ćwiczeń odczuwasz ból, zawroty głowy lub inne nieprzyjemne symptomy natychmiast przewij trening i skonsultuj się z lekarzem. 10. Przechowuj produkt w suchym i czystym miejscu, z dala od bezpośredniego światła słonecznego, źródeł ciepła i wilgoci, aby zapobiec uszkodzeniu materiału. 11. Zaleca się zachowanie niniejszej etykiety.

SK ŠVIHADLA

Upozornenie: 1. Tento produkt je športová pomôcka, nie hračka. Uchovávejte ho mimo dosahu detí. Deti ho môžu používať len pod dohľadom dospelých. 2. Švihadlo je určené výhradne na cvičenie a fyzický tréning. Nepoužívajte ho na iné účely, aby ste predišli poškodeniu alebo zraneniu. 3. Uistite sa, že švihadlo má správnu dĺžku prispôbenú vašej výške, aby ste predišli zakopnutiu alebo strate rovnováhy. 4. Pred každým použitím skontrolujte švihadlo, či nie je poškodené, napríklad prasklinami, roztrhnutím alebo opotrebovaním na úchytoch. Ak je poškodené, nepoužívajte ho. 5. Používajte švihadlo na mieste bez ostrých predmetov, nábytku alebo prekážok, aby sa minimalizovali riziko poškodenia alebo zranenia. 6. Zabezpečte, aby okolo vás bol dostatok priestoru a aby sa v blízkosti nenachádzali iné osoby, ktoré by mohli byť švihadlom neúmyselne zasiahnuté. 7. Odporúč sa nosiť športovú obuv s dobrou amortizáciou, ktorá chráni kĺby pred preťažením počas používania švihadla. 8. Ak máte problémy s kolenami, členkami, chrbticou alebo iné zdravotné ťažkosti, poraďte sa pred začiatkom cvičenia so švihadlom s lekárom. 9. Ak počas cvičenia pociťte bolesť, zvrátenie alebo iné nepříjemné príznaky, okamžite prestaňte a poraďte sa s lekárom. 10. Produkt skladujte na suchom a čistom mieste, mimo priameho slnečného svetla, zdrojov tepla a vlhkosti, aby ste zabránili poškodeniu materiálu. 11. Odporúč sa ponechať tento štítok.

UA СКАКАЛКИ

Застереження: 1. Цей продукт є спортивним інвентарем, а не іграшкою. Зберігайте його в недоступному для дітей місці. Діти можуть використовувати його лише під наглядом дорослих. 2. Скакалка призначена виключно для фізичних вправ та тренувань. Не використовуйте її для інших цілей, щоб уникнути пошкоджень або травм. 3. Переконайтеся, що довжина скакалки відповідає вашому зросту, щоб уникнути спотикання або втрати рівноваги. 4. Перед кожним використанням перевіряйте скакалку на наявність пошкоджень, таких як тріщини, розриви або знос ручок. Не використовуйте її, якщо вона пошкоджена. 5. Використовуйте скакалку в місці, де немає гострих предметів, меблів або перешкод, щоб мінімізувати ризик пошкодження чи травм. 6. Переконайтеся, що навколо вас достатньо простору і що поблизу немає інших людей, які можуть випадково отримати удар скакалкою. 7. Рекомендуються носити спортивне взуття з хорошою амортизацією під час використання скакалки, щоб захистити суглоби від перенавантаження. 8. Якщо у вас є проблеми з колінами, щиколотками, хребтом або інші медичні стани, проконсультуйтеся з лікарем перед початком вправ зі скакалкою. 9. Якщо під час вправ ви відчуваєте біль, запаморочення або інші неприємні симптоми, негайно припиніть тренування та зверніться до лікаря. 10. Зберігайте продукт у сухому та чистому місці, подаль від прямих сонячних променів, джерел тепла та вологості, щоб уникнути пошкодження матеріалу. 11. Рекомендуються зберегти цей ярлик.