

Ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa dla rowerów stacjonarnych

(Zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2023/988 w sprawie ogólnego bezpieczeństwa produktów – GPSR)

Ważne! Rower stacjonarny to sprzęt sportowy, który zawiera ruchome i regulowane elementy. Uważnie przeczytaj poniższe ostrzeżenia. Niewłaściwy montaż, użytkowanie lub brak konserwacji może prowadzić do poważnych kontuzji, upadków lub uszkodzenia sprzętu.

1. Ogólne bezpieczeństwo i przeznaczenie

- **Ryzyko upadku/niestabilności (Krytyczne):** Rower jest przeznaczony wyłącznie do treningu kardio w pozycji siedzącej. **Nigdy nie stawaj na rowerze ani nie używaj go do akrobacji.**
- **Maksymalne obciążenie:** Nie przekraczaj maksymalnej wagi użytkownika określonej przez producenta.
- **Dzieci i zwierzęta (Krytyczne):**
 - **Trzymaj dzieci i zwierzęta domowe z dala od roweru stacjonarnego**, zwłaszcza podczas użytkowania.
 - Ruchome części (pedały, koło zamachowe) mogą łatwo **przyciąć, zmiażdżyć lub pochwycić kończyny**.
 - Dzieci mogą łatwo uruchomić rower lub wejść na niego, co grozi upadkiem.
- **Odzież:** Zawsze noś **odpowiednią odzież sportową**, która jest dobrze dopasowana i nie zawiera luźnych sznurków lub elementów, które mogłyby zostać wciągnięte przez koło zamachowe lub pedały.

2. Bezpieczeństwo użytkowania i montażu

- **Prawidłowy montaż (Krytyczne):** Montaż musi być wykonany **dokładnie** zgodnie z instrukcją. Używaj narzędzi dostarczonych z zestawem i upewnij się, że **wszystkie śruby, nakrętki i mechanizmy regulacyjne (siedzenie, kierownica) są solidnie dokręcone**. Luźny rower jest niestabilny i może się rozpaść podczas ćwiczeń.

- **Stabilna powierzchnia (Krytyczne):** Używaj roweru **wyłącznie na płaskiej, równej i stabilnej powierzchni**. Użycie na nierównym podłożu może spowodować przewrócenie się roweru.
- **Regulacja:** Przed rozpoczęciem treningu upewnij się, że wysokość siodełka i kierownicy jest **dostosowana do Twojego wzrostu** i jest bezpiecznie zablokowana.
- **Hamowanie awaryjne:** Upewnij się, że mechanizm hamowania awaryjnego (jeśli występuje) działa sprawnie.
- **Elementy ruchome: Nie zdejmuj osłon ochronnych** z koła zamachowego i mechanizmów napędowych.
- **Urazy ergonomiczne:** Rozpocznij i zakończ trening rozgrzewką i rozciąganiem. Zawsze monitoruj tętno i intensywność ćwiczeń.

3. Konserwacja i czyszczenie

- **Regularna kontrola (Krytyczne):** Regularnie sprawdzaj, czy wszystkie śruby, pedały i mechanizmy regulacji są dokręcone i sprawne.
- **Czyszczenie:** Czyść rower wilgotną szmatką. Chroń elementy elektryczne (komputer, sensory) przed wilgocią.

4. Utylizacja

- **Recykling:** Zutilizuj zużyty rower zgodnie z lokalnymi przepisami dotyczącymi odpadów wielkogabarytowych, oddzielając elementy metalowe i plastikowe.
- **Odpady elektroniczne (WEEE):** Komputer pokładowy, wyświetlacz i sensory zutilizuj jako **odpady elektroniczne**.