

Ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa dla desek do pływania i akcesoriów (SUP, Surfing, Bodyboard)

(Zgodnie z Rozporządzeniem (UE) 2023/988 oraz normami EN ISO 25649 / EN 16051)

Ważne! Deski do pływania (zarówno twarde, jak i pompowane SUP) oraz sprzęt do surfingu i bodyboardu są przeznaczone do sportów wodnych, które niosą ze sobą ryzyko utonięcia. **Używanie deski bez smyczy bezpieczeństwa (leash), brak kamizelki asekuracyjnej, pływanie podczas silnego wiatru od brzegu (offshore) oraz brak nadzoru nad dziećmi** może prowadzić do nagłego zniesienia na pełne morze, wycieńczenia, urazów mechanicznych i utonięcia.

1. Krytyczne zasady bezpieczeństwa na wodzie

- **Smycz bezpieczeństwa (Leash): Zawsze używaj smyczy mocującej deskę do nogi.** W razie upadku do wody deska działa jak koło ratunkowe. Przy silnym wietrze lub prądzie nieprzyięta deska może odplynąć w ułamku sekundy szybciej, niż jesteś w stanie płynąć.
 - *Wyjątek:* Na rzekach o szybkim nurcie górskim stosuj wyłącznie smycze z systemem szybkiego wypięcia na pasie (Quick Release), aby uniknąć uwięzienia pod wodą w razie zahaczenia o korzeń.
- **Kamizelka asekuracyjna / ratunkowa:** Każdy użytkownik deski SUP lub surfingowej powinien mieć na sobie dopasowaną kamizelkę (środek pomocniczy wypornościowy), zwłaszcza podczas pływania na otwartych akwenach i z dala od brzegu.
- **Warunki atmosferyczne: Nigdy nie schodź na wodę przy wietrze wiejącym od brzegu (offshore).** Taki wiatr potrafi błyskawicznie znieść deskę SUP z wioślującym użytkownikiem na pełną wodę, uniemożliwiając powrót. Zawsze sprawdzaj prognozę pogody pod kątem burz i nagłych zmian prądów.

2. Bezpieczeństwo techniczne: SUP (pompowane i twarde) oraz Deski Surfingowe

- **Ciśnienie w deskach pompowanych (iSUP):** Pompuj deskę ściśle do wartości wskazanej przez producenta (zazwyczaj **12–15 PSI**).
 - **Ostrzeżenie termiczne:** Nigdy nie zostawiaj maksymalnie napompowanej deski na pełnym słońcu na plaży. Powietrze wewnątrz rozszerza się pod wpływem ciepła, co może doprowadzić do rozerwania szwów deski (eksplozji) i zranienia osób postronnych. Podczas postoju na brzegu spuść nieco powietrza lub schowaj deskę w cieniu.
- **Stateczniki (Finny):** Finny pod deską mają ostre krawędzie. Zachowaj ostrożność podczas upadków oraz podczas pływania na płycznach – uderzenie finnem w dno może uszkodzić skrzynkę statecznikową, a uderzenie nim innego pływaką może spowodować głębokie rany cięte.

3. Wiosła do SUP i technika wiosłowania

- **Regulacja wysokości:** Dopasuj długość wiosła do swojego wzrostu (zazwyczaj wzrost + 15–20 cm). Niewłaściwa wysokość i zła technika mogą prowadzić do przeciążenia stawów barkowych oraz urazów kręgosłupa lędźwiowego.
- **Pływalność wiosła:** Większość wiosel (szczególnie aluminiowych i trzyczęściowych) unosi się na wodzie tylko przez ograniczony czas. Jeśli upuścisz wiosło, zabezpiecz je natychmiast – bez wiosła powrót pod wiatr na desce SUP jest skrajnie trudny.

4. Bodyboard i deski surfingowe (Strefa przyboju)

- **Ochrona głowy i kręgosłupa:** Podczas pływania na falach (surfing, bodyboard) największym zagrożeniem jest uderzenie własną lub cudzą deską w głowę oraz uderzenie o dno (szczególnie na mieliznach lub rafach). Podczas upadku w strefie przyboju zawsze osłaniaj głowę rękami.

- **Lokalne prądy (Rip currents):** Zanim wejdiesz do morza z deską, upewnij się, że w danym miejscu nie występują prądy wsteczne, które wciągają pływaków w głąb morza. W przypadku wciągnięcia przez prąd, nie walcz z nim płynąc do brzegu – płyn równolegle do plaży, aż opuścisz strefę działania prądu.

5. Konserwacja, przechowywanie i utylizacja

- **Płukanie po soli:** Po każdym pływaniu w morzu dokładnie opłucz deskę, piankowe wykończenie pokładu (EVA pad), wiosło oraz smycz w czystej, słodkiej wodzie. Sól niszczy uszczelki zaworów i przyspiesza korozję metalowych elementów smyczy.
- **Przechowywanie:** Deski pompowane najlepiej przechowywać lekko napompowane lub luźno zwinięte w suchym, ciemnym miejscu. Unikaj ciasnego składania w tym samym miejscu przez wiele miesięcy, co może osłabić strukturę PVC.
- **Utylizacja:** Deski i wiosła wykonane są z kompozytów (włókno szklane, karbon, polietylen, PVC). Uszkodzony i nienadający się do naprawy sprzęt należy oddać do Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych (**PSZOK**).