



Instrukcja użytkowania maty, platformy do ćwiczeń równoważnych.

Wiemy jak wiele oczekuje się od sprzętu sportowego, dlatego proponujemy Państwu sprzęt marki MOVIT®. Każdy artykuł produkowany jest z precyzją i myślą o bezpieczeństwie. Nie proponujemy najtańszych rozwiązań, ale takie, które spełnią Twoje najwyższe wymagania i zagwarantują przyjemność z ćwiczeń. Decydując się na sprzęt marki MOVIT®, możesz być pewny jego doskonałej jakości.

Platforma do ćwiczeń równoważnych to idealne narzędzie do treningu równowagi ciała. Możemy wykorzystać ją na wiele sposobów: w treningu siłowym, wytrzymałościowym, a także koordynacyjnym. Ma ona szerokie zastosowania -głównie polecana jest dla osób, które borykają się z niestabilnością stawów (po zwichnięciu czy skręceniu) stawu skokowego oraz kolanowego. Maty do ćwiczeń równowagi są uznawane za najlepsze narzędzie na rynku do poprawy siły mięśni i stawów. Przy regularnych ćwiczeniach ze sprzętem osoby narzekające na bóle kręgosłupa oraz zaburzenia równowagi czy zmysłu kinestetycznego zauważają poprawę swojej sprawności i koordynacji.

Zalety produktu:

- poprawia koordynację ruchową, sprawność, wytrzymałość
- polecana do rehabilitacji w celu szybszej odbudowy mięśni po wypadku lub operacji
- eliminuje stres, napięcie mięśni, zaburzenia
- pomaga w usuwaniu bólu pleców i stawów
- regularne ćwiczenia zapobiegają urazom poprzez wzmocnienie stawów
- pomoże w walce z nadprogramowymi kilogramami
- doskonała także dla osób starszych do wzmocnienia mięśni bez nadmiernego obciążania stawów i kręgosłupa
- znajdują zastosowanie zarówno w domu, jak i na siłowni

Wprowadzenie:

1. Przed pierwszym użyciem produktu należy zapoznać się z instrukcją.
2. Dzieci i młodzież mogą korzystać z produktu tylko pod opieką osoby dorosłej.
3. Osoby niepełnosprawne mogą korzystać tylko w obecności wykwalifikowanego opiekuna.
4. Nim zaczniesz ćwiczyć wykonaj rozgrzewkę, unikniesz ryzyka uszkodzenia mięśni.
5. Jeśli nie czujesz się dobrze, odczuwasz bóle w klatce piersiowej, masz nudności i zawroty głowy natychmiast przerwij treningi i skonsultuj się z lekarzem.
6. Z maty do ćwiczeń równoważnych w tym samym czasie może korzystać tylko jedna osoba.
7. Przechowuj produkt i opakowanie foliowe po nim poza zasięgiem dzieci i zwierząt, istnieje ryzyko zadławienia bądź uduszenia.
8. Nasz sprzęt przeznaczony jest do użytku wewnętrznego, nie należy korzystać z niego na zewnątrz.
9. Utrzymuj produkt w czystości, a posłuży Ci przez długi czas.

Czyszczenie:

Nie ma znaczenia jaki sport uprawiasz z użyciem maty do ćwiczeń równoważnych, musisz zwrócić uwagę na jej czystość i higienę. Dla swojego bezpieczeństwa przed pierwszym użyciem należy usunąć z maty wszelkiego rodzaju osady poprodukcyjne.

- do czyszczenia używaj miękkiej i delikatnie nawilżonej ściereczki - nigdy nie szoruj maty ostrymi szczotkami bo może to doprowadzić do uszkodzenia powierzchni materiału z którego jest zrobiona;
- dla lepszego efektu płucz szmatkę w przegotowanej wodzie z płynem do płukania bądź mydłem
- nie używaj silnych detergentów do czyszczenia produktu, silnie żrące środki chemiczne mogą powodować odbarwienie się kolorów i źle wpływać na samą strukturę maty;
- jeśli musisz z nich skorzystać wykonaj na mniejszej powierzchni test i sprawdź jak dany detergent będzie zachowywał się po wejściu w reakcję z materiałem
- nigdy nie zwijaj maty, która jeszcze nie wyschła do końca;
- nie pierz jej w pralce ani nie susz w suszarce, nie kładź jej bezpośrednio na piecyku czy kaloryferze;
- nie wystawiaj na działanie promieni słonecznych;

- aby przyspieszyć proces wysychania możesz w tym celu dociskać matę ręcznikiem chłonącym wilgoć np. frotte
- zawsze postępuj zgodnie z instrukcją