

NÁVOD NA POUŽITÍ GYMNASTICKÝCH MÍČŮ (skákacích míčů, skákacích zvířátek....)

Vážený zákazníku,

Stal jste se majitelem sportovního míče, který lze úspěšně využít k rehabilitaci i ke kondičnímu cvičení. Pro rekonvalescenční cvičení prosíme o konzultaci s Vaším odborným lékařem. Jednotlivé cviky naleznete v publikaci „Cvičení pro zdraví I“.

Gymball ABS je vyroben ze speciální směsi materiálů Crylon. Pokud dojde k poškození míče propíchnutím nebo prořiznutím míč nepraskne, ale postupně z něho uchází vzduch.

U klasických gymnastických míčů, skákacích míčů, skákacích zvířátek může při mechanickém poškození dojít i k následnému prasknutí míče.

V prostoru, kde budete cvičit, dejte pozor na všechny ostré předměty a hrany. Vyvarujete se tím mechanickému poškození míče, míč může prasknout. Na takto poškozený míč se nevztahuje záruka. Míč nevystavujte vysokým teplotám a přímému slunečnímu svitu. Může dojít ke zvětšení objemu vzduchu a tím i k prasknutí či deformaci míče. Na takto poškozené míče se nevztahuje záruka.

Míč používejte na cvičební podložce, pevné žíněnce. Nepoužívejte na umělohmotných kobercích!!! Ničí se povrchová úprava. Na takto poškozený míč se rovněž nevztahuje záruka! Dbejte, abyste měli při cvičení dostatek místa a v případě pádu si neublížili. Pokud cvičí na míči děti, doporučujeme dohled dospělé osoby. Míč není určen ke kopání ani k házení. Skákací míče lze používat pouze v interiéru. Klasický míč má nosnost do 300kg. Míč ABS má nosnost do 500kg. Skákací míč klasik má nosnost do 45kg. Skákací míč ABS má nosnost do 90kg. U klasických míčů nedoporučujeme opravy z hlediska bezpečnosti. Opravy jsou možné u míčů se zvýšenou odolností MAXAFE, ULTRASAFE, míče GYMNIC. Po opravě míče se nosnost snižuje. Míče nejsou vhodné pro děti mladší než 3 roky, obsahují malé části.

Míč OPTI ball se nedoporučuje používat ke kondičnímu cvičení, ale pouze jako hrací míč.

Postup při huštění míčů

- Míč musí být uskladněn při teplotě min. 20 stupňů, 2 až 3 hodiny před nahušťováním.
- Nafukujte míč pomalu, postupně do 80% velikosti míče při pokojové teplotě (venkovní max. 25 stupňů). Míč bude v této počáteční fázi tvrdý.
- Po uplynutí pěti až šesti hodin dofouknete míč do optimální velikosti, nepřefukujte daný průměr. Zpočátku bude míč na omak tvrdý, ale do 2 dnů postupně získá vyšší elasticitu a povrch bude hebký a příjemný.
- Míče, po prvním nafouknutí, používejte až za 24 hodin po nahuštění.

Nafukování míče

Sportovní gymnastický míč obsahuje dvě ucpávky - zátky a přetlakový ventil s kuličkou, který slouží pro snadnější nahuštění míče. Delší částí se opatrně zasune do míče, ale pouze po zarážku (na druhé straně se přiloží hustilka). **V žádném případě nepoužívejte přetlakový ventil jako ucpávku, může dojít k jeho „zarážení“.** Z otvoru nejde vytáhnout. Na takto poškozený míč se nevztahuje záruka. Skákací míče obsahují pouze jednu zátku. Rovněž i sportovní míče John. Míče Gymball obsahují dvě zátky. Míč nafukujte pomocí kompresoru s nástavcem na nafukování lehátek, hustilky nebo tzv. žabky.

Údržba míče

Míč lze ošetřit vlažnou vodou, při silném znečištění můžeme použít mýdlo i saponát. Následně vytřeme do sucha. Na čištění nepoužívejte rozpouštědla a žádné jiné agresivní prostředky.

Záruční lhůta - dle platných předpisů. Záruka se nevztahuje na mechanické poškození, nesprávné použití, nadměrné opotřebení. V případě nejasnosti se informujte u prodejce. Záruka: 24měsíců.

