

SPOKEY

EN ROLLER SKATES

PL ŁYŻWOROLKI

CZ KOLEKŠOVÉ BRUSLE

SK KOLIESKOVÉ KORČULE

DE ROLLSCUHE

RU РОЛКИ

LT RIEDUČIAI

LV SKRITUĻSLIDAS

HU GÖRKORCSOLYA

BG РОЛКОВИ КЪНКИ

NL SKEELERS

HR ROLE

ES PATINES DE RUEDAS

EE RULLUISUD

FI RULLUUSTIMET

GR ΡΟΛΛΑΕΡΣ

PT PATINS EM LINHA

RO ROLE

UA РОЛКОВИ КОВЗАНИ

4one

944620, 944646, 944648, 944622, 944650, 944652

Comply with / Zgodność z normą / Vyrobek shodný s normou / Výrobok zhodný s normou / Entspricht der Norm / В соответствии со стандартом / Pagal standarta / Saderiba ar normu / Megfelel az szabványuk / В соответствии със стандарта / Conform de norm / U skladu sa standardom / В acuerdo con la norma / Vastavali standardile / Standartind mukaisesti / Σύμφωνα με το πρότυπο / De acordo com a norma / In conformitate cu standardul / Відповідно до стандарту:
EN 13843 | EN 15638

Klasa / Class / Trída / Trieda / Klasse / Knacc / klase / Klase / Oszály / Knaca / Clase / Klass / Luokka / Táǵn / Classe / Classa / Knac ·B

- Skates intended only for person between 20 kg and 60 kg and size of foot should be smaller than 27,5 cm.
- Łyżworolki przeznaczone dla osób o masie ciała od 20 kg do 60 kg i długości stopy do 27,5 cm.
- Kolečkové brusle jsou určeny pro osoby s hmotností od 20 kg do 60 kg a délkou chodidla menší než 27,5 cm.
- Količeskové korčule sú určené pre osoby s hmotnosťou od 20 kg do 60 kg a dĺžkou chodidla menšou ako 27,5 cm.
- Rollscuhe für Personen mit einem Körpergewicht von 20 kg bis 60 kg und einer Fußlänge bis 27,5 cm.
- Ролковие коньки предназначени для лиц весом от 20 до 60 кг и с размером ноги менее 27,5 см.
- Skrituļslidu skirti asmenī sveriantiems nuo 20 kg iki 60 kg ir ilgis pėdas mažesnis kaip 27,5 cm.
- Skrituļslidas paredzētas personām ar ķermeņa masu no 20 kg līdz 60 kg un pēdas garumu līdz 27,5 cm.
- A görkorcsolya 20 és 60 kg közötti testsúlyú, kisebb mint 27,5-cm lábméretű személyek számára készült.
- Ролкови коньки са предназначени за лица с телно от 20 кг до 60 кг и с дължина на стъпало по-малко от 27,5 см.
- De skeelers bestemd voor personen met lichaamsgewicht van 20 kg tot 60 kg en de voetenlengte minder dan 27,5 cm.
- Role su namijenjene osobama težine od 20 kg do 60 kg i duljine stopala manje od 27,5 cm.
- Los patines están destinados a personas con un peso de 20 kg a 60 kg y una longitud de pie inferior a 27,5 cm.
- Rulluisud on mõeldud inimestele kehakaaluga 20 kuni 60 kg ja jalapikkusega alla 27,5 cm.
- Rulluustimet on tarkoitettu ihmisille, joiden paino on 20-60 kg ja jalan pituus alle 27,5 cm.
- Τα πατινα προοριζονται για άτομα με βάρος από 20 kg έως 60 kg και μήκος ποδιού μικρότερο από 27,5 cm.
- Os patins destinam-se a pessoas com um peso entre os 20 kg e os 60 kg e em comprimento do pé inferior a 27,5 cm.
- Patinele cu role sunt destinate persoanelor cu o greutate de la 20 kg la 60 kg și o lungime a piciorului mai mică de 27,5 cm.
- Ролкови ковзани призначени для людей з вагою від 20 кг до 60 кг і довжиною стопи менше 27,5 см.

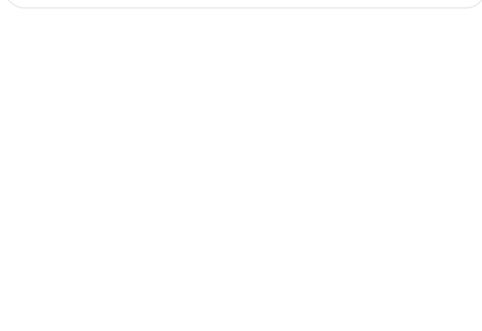
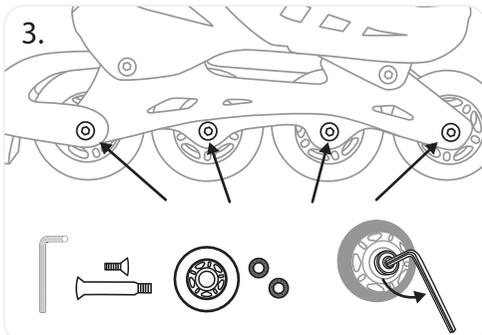
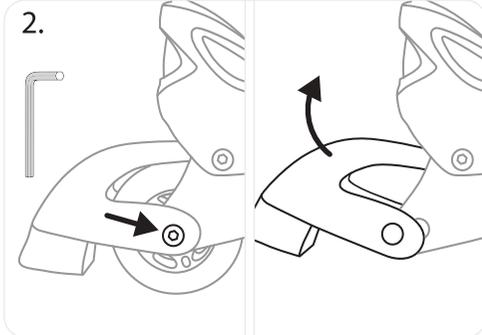
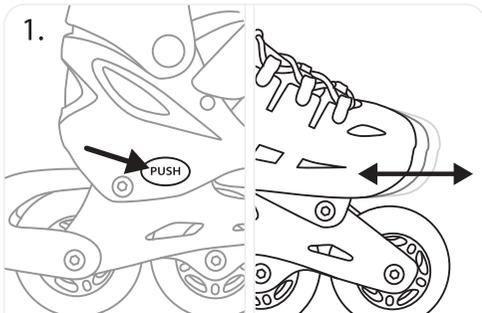
Poland

Spokey Sp. z o.o., ul. Różdzieńskiego 188C, 40-203 Katowice, Polska, tel.: +48 32 317 20 00, www.spokey.pl / www.spokey.com, biuro@spokey.pl / office@spokey.eu

DISTRIBUTOR: Czech Republic

Spokey s.r.o., Sadová 618, 738 01 Frýdek-Místek, Česká republika,

tel.: +420 731 157 912, www.spokey.cz, spokey@spokey.cz



INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA PRZECZYTAJ UWAGNIENIA INSTRUKCJE PRZED ROZPOCZĘCIEM KORZYSTANIA Z ŁYŻWOROLEK I ZACHOWAJ JĄ DO PÓŹNIEJSZEGO WYKORZYSTANIA!

PL

ZASADY BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA

1. Jazda na łyżworolkach powinna odbywać się na równej, płaskiej, czystej i suchej powierzchni. Przed rozpoczęciem jazdy należy upewnić się, że na obszarze gdzie będzie odbywała jazda nie występują dziury, doły, glazy, kamienie, muldy, które mogłyby spowodować upadek i uszkodzenia ciała. Unikaj powierzchni nierównych, stromych, śliskich, zapylonych, kamiennych i mokrych.
2. Jazda na łyżworolkach powinna odbywać się z dala od innych użytkowników drogi.
3. Nie wolno korzystać z łyżworolek na ulicy, ani na chodniku.
4. Nie można korzystać z łyżworolek po zmroku.
5. Nie wolno korzystać z łyżworolek trzymając się za pojazdami w ruchu jak np. samochód, rower, autobus, ciężarówka, itp.
6. W celu użytkowania łyżworolek zaleca się zakładanie wyposażenia ochronnego takiego jak: kask, ochraniacze na nadgarstki, kolce i kolana oraz elementów odbiłskowych. Sprzęt ochronny ma na celu zabezpieczenie przed ewentualnymi urazami ciała.
7. Przed każdym użyciem należy sprawdzić mocowanie wszystkich połączeń. Jazdę można rozpocząć tylko wtedy, jeżeli łyżworolki są całkowicie sprawne. Przed jazdą na łyżworolkach należy sprawdzić czy wszystkie śruby są dobrze dokręcone oraz czy kolka prawidłowo się obraca (sprawdzenie działania w ruchu).
8. łyżworolki powinny być regularnie sprawdzane pod względem zużycia i uszkodzeń - tylko wtedy będą one spełniały warunki bezpieczeństwa. Nie wolno używać uszkodzonego sprzętu rolarskiego.
9. Stałe utrzymanie łyżworolek w dobrym stanie zwiększa zwiększa bezpieczeństwo ich użytkowania.
10. Na łyżworolkach nie wolno wykonywać żadnych skomplikowanych figur i akrobacji. Służą tylko i wyłącznie do jazdy rekreacyjnej.
11. Należy unikać jakiegokolwiek ostrej krawędzi powstałej podczas użytkowania.

JAZDA NA ŁYŻWOROLKACH

Użytkowanie łyżworolek, z uwagi na przebywanie w ciągłym ruchu, ze znaczną prędkością, wymaga właściwej techniki użytkowania zapewniającej bezpieczeństwo jeźdźcy oraz osobom znajdującym się w pobliżu. W związku z rekreacyjnym przeznaczeniem łyżworolek zaleca się stosowanie standardowych technik jazdy z wyłączeniem wszelkich ewolucji oraz skoków. Podczas jazdy na łyżworolkach należy zachować ostrożność. Prędkość należy zawsze dostosować do poziomu umiejętności. Zalecamy jazdę na łyżworolkach w wyznaczonych do tego miejscach. Jazda na łyżworolkach powinna odbywać się na równej, płaskiej, czystej i suchej powierzchni. Przed rozpoczęciem jazdy należy upewnić się, że na obszarze gdzie będzie odbywała się jazda nie występują dziury, doły, glazy, kamienie, muldy, które mogłyby spowodować upadek i uszkodzenia ciała. Unikaj powierzchni nierównych, stromych, śliskich, zapylonych, kamiennych i mokrych. Unikaj nadmiernej prędkości.

Nauka bezpiecznego upadania może znacznie zredukować możliwość poważnego uszkodzenia ciała:
a) jeśli tracisz równowagę, skul się, aby zmniejszyć odległość od padku,
b) przy upadku staraj się upaść na miękką część ciała,
c) przy upadku staraj o ile to możliwe być elastycznym.

TECHNIKA HAMOWANIA

Jeżeli łyżworolki są wyposażone w hamulec: należy wolno podnieść przód łyżworolki, na której zamontowany jest hamulec, a następnie należy przysiąknąć hamulec do nawierzchni podłoża. Jeżeli łyżworolki nie są wyposażone w hamulec lub został on ściągnięty, zaleca się stosowanie tzw. techniki "Braking Technique" - jednak wyłącznie dla zaawansowanych użytkowników! Należy przynieść cały ciężar ciała na jedną stopę, następnie drugą stopę przesuwać za pierwszą i ustawić ją prostopadle. Wygląda to jak litera "T".

KONSTRUKCJA ŁYŻWOROLEK

łyżworolki składają się z dwóch elementów: buta i części dolnej. But jest wykonany całkowicie z tworzywa sztucznego lub jego częścią może być wykonana z materiału miękkiego. Część dolna, zwana płozą wykonana jest z aluminium lub PP. Kolka są osadzone na dwóch łozkach i przymocowane są do płozy za pomocą śrub i nakrętek samoblokujących. łyżworolki nie zostały wyposażone w mechanizm kierowania i nie posiadają urządzenia robiegowego. **UWAGA!!!** Nie można dokonywać żadnych modyfikacji w łyżworolkach ponieważ mogą one przyczynić się do pogorszenia bezpieczeństwa.

Materiały eksploatacyjne takie jak kolka, łożyska oraz hamulce podlegające naturalnemu zużyciu nie mogą stanowić podstawy do reklamacji.

REGULACJA ROZMIARU ŁYŻWOROLEK (rys. 1)

1. Przed przystąpieniem do regulacji rozmiar należy rozluźnić zapieczętowane dwuskrętki (one i dolne).
2. Należy rozluźnić uchwyty zaciskowy (nacisnąć przyciski) znajdujący się po zewnętrznej stronie buta ruchomego.

3. Następnie należy ustawić odpowiedni rozmiar tak, aby blokada weszła w odpowiedni otwór i zwołnić przycisk.

KONSERWACJA

Regularna konserwacja ma zasadnicze znaczenie dla bezpieczeństwa jazdy na łyżworolkach oraz wydłuża ich żywotność. Stałe utrzymanie łyżworolek w dobrym stanie zwiększa ich bezpieczeństwo. Po zakończeniu jazdy na łyżworolkach zalecane jest ich staranne czyszczenie i osuszenie. Należy usunąć drobne kamienie i inne obce elementy, które mogą znajdować się między kółkami. Podczas jazdy na łyżworolkach niektóre elementy, takie jak hamulec, kolka, łożyska mogą ulec zużyciu. Należy regularnie sprawdzać ich stan i w razie potrzeby należy wymienić je na nowe.

Nakrętki samozabezpieczające oraz inne elementy samozabezpieczające mogą tracić swoją skuteczność gdy są zardzewiałe, przetarte bądź uległy poluzowaniu. W takim wypadku należy je niezwłocznie wymienić. Ze względu bezpieczeństwa zalecane jest tylko jednokrotne stosowanie samoblokujących nakrętek.

1) Hamulec

Jeżeli hamulec nie funkcjonują prawidłowo, to może to świadczyć o ich zużyciu. Informuje nas o tym kąt zawarty pomiędzy dolną podstawą hamulca, a nawierzchnią, której dotyka. Jeżeli jest on większy niż 40° to hamulec należy wymienić.

Montaż / wymiana hamulca (rys. 2)

1. Wyjmij hamulec z opakowania i sprawdź, czy wszystkie elementy są w komplecie (hamulec, śruby montażowe).
2. Sprawdź, czy w zestawie znajduje się odpowiedni klucz imbusowy. Jeśli nie, przygotuj własny, który będzie pasował do śrub.
3. Za pomocą klucza imbusowego odkręć ostatnie kolko w tej łyżworolce, do której chcesz zamontować hamulec (w zależności od tego, która noga jest widoczna i która będzie hamowalą).
4. Ostrożnie zdejmij kolko, zachowując wszystkie elementy w bezpiecznym miejscu.
5. Włóż śrubę montażową przez otwory hamulca i łyżworolki.
6. Za pomocą klucza imbusowego przykręć śrubę, mocując hamulec do łyżworolki. Upewnij się, że śruby są dobrze dokręcone, aby hamulec był stabilny.
7. Uwaga!, aby nie przekręcić śrub i nie uszkodzić gwintu.
8. Umieść kolko z powrotem na swojej osi.
9. Włóż śrubę przez otwory kolka i osi, a następnie dokręć ją kluczem imbusowym. Upewnij się, że kolko jest dobrze przytoczone i swobodnie się obraca.
10. Przed użyciem łyżworolek upewnij się, że hamulec działa prawidłowo. Spróbuj delikatnie zahamować, sprawdzając, czy jest odpowiednio przymocowany i skuteczny.
11. Po pierwszych kilku jazdach sprawdź, czy śruby nie poluzowały się i czy hamulec działa prawidłowo. W razie potrzeby dokręć śruby.

Ze względu bezpieczeństwa zalecane jest tylko jednokrotne stosowanie samoblokujących nakrętek.

2) Kolka

Durometr oznacza twardość kólek - im wyższy numer, tym twardsze są kolka. Np. kolka 78A to kolka miękkie, 92A to twarde kolka. Kolka miękkie lepiej adaptują się do drogi i zapewniają lepszą trakcję. Kolka twarde wolniej się zużywają, ale zapewniają większą trakcję i mniejszy komfort jazdy. Rozmiary kółek są mierzone w milimetrach:

60-64 mm - kolka małe z niskim środkiem ciężkości, pomocne początkującym w utrzymaniu stabilności.

65-72 mm - kolka średnie, używane do długich dystansów i jazdy rekreacyjnej.

73-84 mm - kolka duże, używane do szybkiej jazdy, najbardziej trwałe dla średnio-zaawansowanych i zaawansowanych.

Podczas jazdy na łyżworolkach kolka ulegają zużyciu i należy je wymienić po pewien czas. Stopień zużycia kółek zależy od wielu czynników, takich jak styl jazdy, powierzchnia, oraz zdemontowania hamulca.

Zaznaczaj od oderwania dwóch tylnych kółek, oraz zdemontowania hamulca.

- Wsuń śrubę do jednego kolka, a następnie załóż podkładkę. Umieść hamulec w płozie w ostatnim otworze znajdującym się na płozie. Tulejki plastikowa umieść wewnątrz płozy pomiędzy otworami i wsuń w nią śrubę. Załóż podkładkę następnie nałóż kolko i przykręć krótką śrubą, używając dwóch kluczy imbusowych.

- Aby zamontować przednie kolko, powtórz te same czynności, co w poprzednim akapicie.

Ze względu bezpieczeństwa zalecane jest tylko jednokrotne stosowanie samoblokujących nakrętek.

Rotacja kółek

Podczas rotacji kółek należy upewnić się, że najbardziej zużyte kolko zamieni się położeniem z kolkiem o najmniejszym zużyciu. Każde kolko o większym zużyciu po wewnętrznej stronie należy obrócić o 180 stopni, tak by bardziej zużyta strona była zwrócona na zewnątrz. Zapewni to równomierne zużywanie się kółek. Należy postępować według rysunku poniżej.

Kółka nie obracają się płynnie

Aby nowe kolka obracały się płynnie, należy je dotrzeć. Łożyska są ściśle osadzone i dla optymalnej wydajności wymagają obciążenia. Należy również sprawdzić czy śruby nie są za mocno dokręcone.

3. Kolka

Wyróżnia się następujące typy łożysk: 608 z - zwykłe łożysko dla początkujących, ABEC 1, 3, 5, 7, 9- dobre łożysko, duża żywotność. Cyfra przy ABEC im jest większa, tym lepsza jest precyzja łożyska i materiał, z jakiego zostało ono wykonane. Dobra jakość łożysk gwarantuje płynną jazdę na łyżworolkach. Wszystkie łożyska zostają zaopatrzone w smar i nie wymagają ponownego smarowania. Należy unikać zapylonych, tłustych i mokrych powierzchni. Mokre lub wilgotne łożyska należy suszyć czystą szmatką. Zużyte łożyska należy wymienić.

Wymiana łożysk

- ścignij kolka z płozy,
- wyjmij pierwsze łożysko z kolka używając odpowiedniego narzędzia,
- następnie wyciągnij tulejkę i drugie łożysko,
- oczyść łożysko suchą szmatką lub wymień je na nowe,
- włóż pierwsze łożysko do kolka,
- włóż tulejkę i drugie łożysko.

4. Nakrętki i inne elementy samozabezpieczające

Nakrętki samozabezpieczające oraz inne elementy samozabezpieczające mogą tracić swoją skuteczność, gdy są zardzewiałe, przetarte bądź uległy poluzowaniu. W takim wypadku należy je niezwłocznie wymienić. Ze względu bezpieczeństwa zalecane jest tylko jednokrotne stosowanie samoblokujących nakrętek.

ŁYŻWY

Łyżwy nie są przeznaczone do komercyjnego użytkowania. Nakrętki samozabezpieczające i inne mocowania samozabezpieczające mogą tracić swoją skuteczność w przypadku nieprawidłowego użytkowania łyżwy.

Przed zakupem należy wybrać odpowiedni typ oraz rozmiar łyżwy w zależności od rozmiaru stóp, wagi ciała, umiejętności jazdy i przeznaczenia (figurowe, hokejowe). łyżwy przeznaczone są do jazdy po gładkim, poziomym występowi i dziur lodu, w miejscach do tego przeznaczonych tj. lodowiskach.

ZASADY BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA Z ŁYŻWY

1. W przypadku gdy łyżwy nie zostały fabrycznie przeznaczone, należy je naostriż przed pierwszym użyciem.
2. łyżwy należy ostriż w specjalistycznych punktach przeznaczonych do tego celu.
3. Dzieci powinny jeździć pod opieką osób dorosłych.
4. Przed każdym użyciem należy sprawdzić mocowanie wszystkich połączeń. Jazdę można rozpocząć tylko wtedy, jeżeli urządzenie jest całkowicie sprawne. Przed jazdą na łyżwach należy sprawdzić czy wszystkie śruby są dobrze dokręcone oraz elementy łączące łyżwy są dobrze zabezpieczone.
5. Poza tła lodowiska proszę używać nakładek na ostrze płozy.
6. łyżwy powinny być regularnie sprawdzane pod względem zużycia i uszkodzeń, tylko wtedy będą one spełniały warunki bezpieczeństwa. Nie wolno używać uszkodzonych łyżwy.
7. Stałe utrzymanie łyżwy w dobrym stanie zwiększa ich bezpieczeństwo ich użytkowania.
8. Na łyżwach nie wolno wykonywać żadnych skomplikowanych figur i akrobacji. Służą tylko i wyłącznie do jazdy rekreacyjnej. Na łyżwach nie wolno skakać.
9. Nie wolno dokonywać żadnych modyfikacji łyżwy, mogących pogorszyć bezpieczeństwo użytkowania.
10. Należy zachować ostrożność i odpowiedzialność - czynność ta powoduje usztywnienie nogi w butcie, przez co noga w butcie jest bardziej stabilna i nie powoduje wyłamw w okolicy pięty.

Nauka bezpiecznego upadania może znacznie zredukować możliwość poważnego uszkodzenia ciała:
a) jeśli tracisz równowagę, skul się, aby zmniejszyć odległość od padku,
b) przy upadku staraj się upaść na miękką część ciała,
c) przy upadku staraj o ile to możliwe być elastycznym.

Zasady użytkowania

Przed jazdą należy sprawdzić stan techniczny łyżwy oraz czy elementy łączące łyżwy są dobrze zabezpieczone. Wszystkie klamry powinny być zapięte. łyżwy należy systematycznie czyścić, konserwować i ostriż. Nie wolno jeździć po śniegu, piasku i w miejscach do tego nie przeznaczonych. Podczas chodzenia po chodniku, asfalcie, betonie należy używać ochraniacza na płozę. Po każdej zakończonj jeździe należy obłoczyć łyżwy, osuszyć i zapakować. Zmniejszenie tej czynności może spowodować korozję płozy. Zaleca się używanie ochraniacza na kolana i kolce oraz kasku na głowę.

Rodzaje łyżwy

Buty dla samej łyżwy (płozy) zależy od dyscypliny, w której są wykorzystywane. Niektóre rodzaje dyscyplin sportowych wykorzystujących łyżwy to:
- hokej na lodzie (łyżwy hokejowe)
- łyżwiarstwo figurowe (łyżwy figurowe)
- łyżwiarstwo szybkie tzw. panczenowe
łyżwy figurowe posiadają żąbki z przodu ostrza, natomiast hokejowe go nie posiadają.

TECHNIKA HAMOWANIA NA ŁYŻWACH

Umiejętność hamowania jest ważną częścią jazdy na łyżwach. Pozwoli to uniknąć nieprzyjemnych upadków, uderzeń lub kolizji z inną osobą. Istnieje kilka sposobów i technik hamowania: hamowanie techniką T-stop, hamowanie ostrą przodką.

Do początkujących kolczych techniki hamowania plugiem: należy ustawić nogi w rozkroku, a następnie skierować czubki łyżwy do siebie.

JAZDA NA ŁYŻWACH

W celu jazdy na łyżwach należy odpychać się od taffi lodu raz jedną raz drugą nogą wewnętrzną krawędź łyżwy, aby zbliżyć do siebie ugięte kolana. Użytkowanie łyżwy, z uwagi na przebywanie w ciągłym ruchu, ze znaczną prędkością, wymaga właściwej techniki użytkowania zapewniającej bezpieczeństwo jeźdźcy oraz osobom znajdującym się w pobliżu.

W związku z rekreacyjnym przeznaczeniem łyżwy zaleca się stosowanie standardowych technik jazdy z wyłączeniem wszelkich ewolucji oraz skoków. Podczas jazdy na łyżwach należy zachować ostrożność. Prędkość należy zawsze dostosować do poziomu umiejętności. Unikaj nadmiernej prędkości.

Zdejmowanie łyżwy

1. W celu zdjęcia łyżwy należy:
- rozwinąć i poluzować sznurówka (rozpiąć klamry lub/i rzepy),
- odciągnąć język buta,
- zabrać się ściągania łyżwy "but o but".



KONSERWACJA ŁYŻWY

Regularna konserwacja i utrzymanie sprzętu w dobrym stanie ma zasadnicze znaczenie dla bezpieczeństwa jazdy na łyżwach oraz wydłuża ich żywotność. Stałe utrzymanie łyżwy w dobrym stanie zwiększa bezpieczeństwo ich użytkowania. Po zakończeniu jazdy na łyżwach zalecane jest ich staranne czyszczenie i osuszenie. Podczas jazdy na łyżwach niektóre elementy, takie jak płozy, mogą ulec zużyciu. Należy regularnie sprawdzać ich stan i w razie potrzeby należy wymienić je na nowe.

W razie zużycia sznurówek bądź wkładki wewnętrznej sprężyć wymienić je na nowe. Wymiary pozostałych części łyżwy może dokonać tylko wykwalifikowany serwis.

REGULACJA ROZMIARU

1. Przed przystąpieniem do regulacji rozmiar należy rozpiąć paski i zapieczęt.
2. Należy rozluźnić uchwyty zaciskowy (nacisnąć przyciski) znajdujący się po zewnętrznej stronie buta ruchomego.
3. Następnie należy ustawić odpowiedni rozmiar tak, aby blokada weszła w odpowiedni otwór i zwołnić przycisk.

ZMIANA ŁYŻWOROLEK NA WROTKĘ 3-KOŁOWĄ

1. Przed rozpoczęciem wymiany należy przygotować niezbędne do tego narzędzia (2 klucze imbusowe, 2 podkładki, tulejki plastikowe, 3 śruby długie, 1 nakrętkę).
2. Zaznaczaj od oderwania dwóch tylnych kółek, oraz zdemontowania hamulca.
3. Wsuń śrubę do jednego kolka, a następnie załóż podkładkę. Umieść hamulec w płozie w ostatnim otworze znajdującym się na płozie. Tulejki plastikowa umieść wewnątrz płozy pomiędzy otworami i wsuń w nią śrubę. Załóż podkładkę następnie nałóż kolko i przykręć krótką śrubą, używając dwóch kluczy imbusowych.
4. Aby zamontować przednie kolko, powtórz te same czynności, co w poprzednim akapicie.

ZMIANA ŁYŻWOROLEK NA WROTKĘ

1. Przed rozpoczęciem wymiany należy przygotować niezbędne do tego narzędzia (2 klucze imbusowe, 4 podkładki, 2 tulejki plastikowe, 2 śruby długie, 2 śruby krótkie).
2. W pierwszej kolejności odkręć wszystkie kolki przy pomocy kluczy imbusowych oraz zdemontuj hamulec.
3. Wsuń śrubę do jednego kolka, a następnie załóż podkładkę. Umieść hamulec w płozie w ostatnim otworze znajdującym się na płozie. Tulejki plastikowa umieść wewnątrz płozy pomiędzy otworami i wsuń w nią śrubę. Załóż podkładkę następnie nałóż kolko i przykręć krótką śrubą, używając dwóch kluczy imbusowych.
4. Aby zamontować przednie kolko, powtórz te same czynności, co w poprzednim akapicie.

MANUAL

USING PLEASE READ BELOW INSTRUCTION VERY CAREFUL AND KEEP FOR FUTURE USE.



- For skating please choose flat, clean and dry surface. You should avoid holes, stones which can avoid that you may fall down during the skating.
- For safety skating please avoid road for cars, sidewalks and skating after dusk.
- During skating the user should always wear protective equipment like: knee protectors, hand/wrist protectors, elbow protectors, helmets and reflective device.
- Before each using please check each screws and nuts in skates very carefully if each joint is correct. Please check the wheels' rotation during running checks.
- Use you should change screws and nuts if they are rusty or if they don't join correctly.
- Pay attention to the condition of the in-line skates.
- Check and clean the bearings and wheels.
- Make sure that the bolts are tightened properly.
- Replace brakes when necessary.
- Do not modify the in-line skates as it can be dangerous to your safety.
- Avoid high speeds.
- Do not skate holding any vehicles.
- Please remove any sharp edges created through use.

SKATING USING IN-LINE SKATES

Using in-line skates, due to constant moving at considerable speed, requires appropriate technique of use, which provides safety for the skater and the persons in their vicinity. The wheel of the recreational pair of in-line skates, it is suggested to use standard skating techniques without any evolutions or jumps. It is highly recommended to use safety pads and helmets. The skater must always be cautious during skating and adjust the speed to the level of their skills. Appropriate surface is crucial – it must be smooth, clean and dry. The slope terrain and sloppy, dusty, stony wet ground should be avoided. Before skating using in-line skates ensure that all bolts are tightened.

We recommend using in-line skates in places assigned for that purpose.

Learning how to fall may significantly reduce the possibility of serious body injury:

- if you lose the balance, curl up in order to minimize the distance of the fall,
- in case of a fall, try to fall to a soft body part,
- if in case of a fall, try to be flexible as far as possible.

BRAKING TECHNIQUES

In-line skates are equipped with brake:

The front part of the in-line skate equipped with brake should be slowly raised, (if both in-line skates are equipped with brakes, any of them can be used for braking), then the brake should be pushed firmly towards the ground.

If the rollerblades are not equipped with brake or it is removed: If skate are provided with brake you should push breaker. If skates are without breaker you should use "Braking Technique", it means that you should place your legs in "T"-letter.

THE IN-LINE SKATES' DESIGN

The in-line skates consist of two elements: the boot and the lower part. The boot can be made of plastic entirely or have its front part made of soft material. The lower part, called chassis is made of aluminum or PP. The wheels are mounted to bearings, which are fixed to the chassis with bolts and self-locking nuts. Read the manual and remember the basic rules of safe skating using in-line skates. The in-line skates don't contain steering mechanism and starting device.

ATTENTION! ANY CHANGES IN SKATE CONSTRUCTION ARE PROHIBITED.

Consumables such as wheels, bearings, and brackets are subject to natural wear and tear cannot constitute the basis for a complaint

SIZE ADJUSTMENT (pic.1)

- Undo the fastener and velcro strap.
- Release the push button, which is placed on side of the boot.
- Move the front part of the boot back or forth to find the desired size.Release the button to set the size.

Self-locking nuts and other self-locking fixings may loose their effectiveness if they are corroded, frayed, or have been loosened. In this case, replace them immediately. The self-locking nuts and other self-locking fixings may loose their effectiveness if you use them more than one time.

MAINTENANCE

Maintenance is very important for safe skating and extends the in-line skates' life. After each use of the in-line skates it is suggested to clean them and dry carefully. Small stones and other objects found on the skates must be removed. Some elements like: brakes, wheels or bearings are subject to wear. Their condition must be regularly checked and the elements shall be replaced with new if necessary.

1. BRAKES (pic.2)

If the brakes do not work properly, it can be caused by their wear. The angle between the lower part of the brake and the surface on which it moves indicates the wear. If it exceeds 40°, the brake must be replaced. Brake element:

- Unscrew the axis bolt, which is located by the brake, using appropriate tool.
- Remove the brake bracket from the chassis.
- Remove the brake from bracket using a screwdriver.
- Install new brake.
- Install new brake bracket on the chassis and fix the axis bolt and the nut.
- Make sure that the bolt is properly tightened.
- The bolt should not be tightened too heavily.

For the safety reasons it is suggested to use self-locking nuts only once.

2.Wheels

The durometer indicates wheels hardness – the higher the number, the harder the wheels, i.e. wheels 78A – are soft wheels, 82A are hard wheels. Soft wheels adapt better to the road and provide better traction. Hard wheels wear slower and provide lower traction and lower skating comfort. The wheels dimensions are in millimetres. 60-64 mm – small wheels with low centre of gravity, help the beginners to keep stability. 70-72 mm – medium wheels, used for long distances and recreational skating. 76-84 mm – big wheels, used for fast skating, the most durable for medium experienced and experienced skaters.

The wheels wear during skating and shall be replaced from time to time. The wear rate depends on many factors, such as: skating style, surface, height and weight of the skater, weather, the wheels material and their hardness.

Wheels wear faster on the inner side. The front wheels wear faster than the middle and back ones. The wheels rotation is suggested after skating for about 70 km or in case of visible signs of wear.

Wheels replacement: (pic.3)

- Unscrew the wheels axis bolts using appropriate tool.
- Remove the wheel from the chassis.
- Remove the bearing from the wheel.
- Put the bearing with sleeve into the wheel.
- Install the wheels on the chassis and tighten the axis bolts.
- The wheels fixing bolts should not be tightened too strongly.
- For the safety reasons it is suggested to use the selflocking nuts only once.

Wheels rotation.

During rotation of wheels make sure that the most worn wheel will interchange its position with the less worn one. Each wheel with bigger wear on the inner side shall be positioned in a way that the more worn side faces the outside. It will provide uniform wear of wheels. The operation should be realised according to scheme.



The wheels do not move freely.

To make the new wheels rotate freely, they must be grinded-in. The bearings are tightly fixed and require load for optimum efficiency. Make also sure, that the bolts are not tightened too strongly.

3. Bearings

The following types of bearings can be used: 608Z – common bearing of the beginning of the 21st century. ABEC 1, 3, 5, 7, 9... – very good bearings, long durability. The bigger is the number of ABEC, the better the bearing's precision and the material of which it was made. Good bearings' quality ensures fluent skating. All bearings were greased and do not require neat lubrication. Dusty, greasy and wet surfaces shall be avoided. Wet or damp bearings shall be dried with clean cloth. Worn bearings must be replaced.

Bearings replacement

- Remove the wheels from the chassis.
- Remove the bearing from the wheel using appropriate tool
- Remove the sleeve and the second bearing.
- Clean the bearing with dry cloth or replace it with new one.
- Insert the bearing into the wheel.
- Insert the sleeve and the second bearing.

4.Self-locking nuts

Self-locking nuts and other self-locking fixings may loose their effectiveness if they are corroded, frayed, or have been loosened. In this case, replace them immediately.

The self-locking nuts and other self-locking fixings may loose their effectiveness if you use them more than one time.

ICEKATES

Prior to the purchase, it is necessary to choose the proper type and size of skates depending on the size of feet, bodyweight, skating abilities, and intended use (figure ice skating, hockey). The skates have been designed to be used on smooth, even surfaces of ice without any holes in specially prepared places such as ice rinks.

SAFETY RULES TO BE FOLLOWED WHILE USING THE SKATES

- The skates have not been sharpened by the manufacturer; it is essential to sharpen them before first use.
- The sharpening should be performed by specialised service shops.
- Children must always be under adult supervision while skating.
- Before each use, it is necessary to check the fastening of all connections. Before going ice skating, make sure that all the screws are tight and that the skate attachment elements are properly fastened. Use skate blade guards outside of the skating rink.
- It is also necessary to make sure all screws are properly screwed in before each ride.
- The equipment must be regularly inspected for any damage or wear. Otherwise, it might not meet all the safety requirements. Damaged equipment must not be used. Regular maintenance of the skates increases the safety level.
- The skates are not to be used to perform any complicated figures or do acrobatics. They are to be used for recreational use only. It is not allowed to jump on the skates.
- It is not allowed to modify the skates in any way as it may decrease the safety of using them.
8. Tie or fasten the metatarsal part tightly and carefully – this braces the leg in the shoe thanks to which the leg is more stable in the shoe and protected from breaking in the heel area.

RULES FOR USING THE ICE SKATES

Before every ice skating session, check the technical condition of the skates and make sure that the skate attachment elements are properly fastened. All buckles need to be fastened. The skates should be regularly cleaned, maintained, and sharpened. It is prohibited to ride the skates on snow, sand or other improper surface. While walking on pavements, asphalt or concrete please remember to use the protective covers for blades. After you finish riding you should clean, dry, and maintain the blades. If you fail to perform the before mentioned maintenance activities, the blades may corrode. It is recommended to use protective pads for knees and elbows as well as a helmet while skating.

TYPES OF ICE SKATES

The construction of the ice skate itself (of the skate blade) depends on the sport discipline in which the skates are used. Some of the sports disciplines in which ice skates are used are:

- ice hockey (hockey skates),
- figure skating (figure skates),
- speed skating.

Figure skating blades have toe picks that are not used in the case of hockey skates.

HOW TO BRAKE ON ICE SKATES

If you want to brake while skating you need to set your skates in skidding position – that is to set them perpendicularly in relation to the direction of skating. This should be performed carefully to avoid falling down

ICE SKATING

In order to skate on the surface of the ice skating rink, push off with one leg and then the other against the inside edge of the blade so that your bent knees move closer to each other. Using the skates, due to the fact that you are constantly moving with high speed, requires proper skating technique that guarantees safety of both the skaters and other people in their immediate surroundings. Due to the fact that these skates have been designed to be used for recreation solely, standard skating techniques of skating with various mutations or jumps are recommended. While skating you need to be cautious. Always adjust your speed to your level of abilities. Avoid speeding.

ICE SKATE REMOVAL INSTRUCTIONS

To remove ice skates:

- Untie and loosen laces (unfasten clasps or velcro).
- Move the tongue away from the boot.
- Remove skate from foot with both hands.
- Removing one skate against the other is prohibited.

MAINTENANCE

Regular maintenance and keeping the equipment in good condition is essential for providing safety while skating and it also prolongs the life of skates. Keeping skates in good condition improves the level of safety. Each time after you finish skating it is recommended to clean and dry the ice skates carefully. Certain elements of the skates, such as the blades, may become worn with time. That is why their condition should be checked regularly and frequently and they should be sharpened each time such a need occurs. If the shoe laces or the internal padding wear out, replace them with new ones. Other elements of the skates can only be replaced by a qualified employee of the Spokoy company.

ADJUSTING THE SIZE

- Before you begin to adjust the chosen size, it is necessary to unfasten straps and clasps.
- Press the adjusting button in the rear of the shoe.
- You can set the chosen size by pulling the front part of the shoe.
- Having set the size, you need to release the adjusting button to stabilise the chosen size.

CHANGE OF ROLLER BLADES TO 3-WHEEL ROLLER SKATES

- Before starting the exchange, prepare the necessary tools (2 allen keys, 2 washers, a plastic sleeve 1 long screw and 1 nut).
- Start by unscrewing two rear wheels and removing the brake.
- Insert the screw into one pin and then place the washer. Insert the plastic sleeve inside the skid between the holes and insert the screw into it. Pit on the washer and then install the wheel and screw it with a short screw with the use of two allen keys.

CHANGE OF ROLLER BLADES TO ROLLER SKATES

- Before starting the exchange, prepare the necessary tools (2 allen keys, 4 washers, 2 plastic sleeves, 2 long screws and 2 short screws).
- First, unscrew all wheels with the use of allen keys and dismount the brake.
- Insert the screw into one wheel and then place the washer. Place the brake in the skid in the last hole. Insert the plastic sleeve inside the skid between the holes and insert the screw into it. Put on the washer and then install the wheel and screw with a short screw with the use of two allen keys.
- Insert the screw into one pin and then place the washer. Insert the plastic sleeve inside the skid between the holes and insert the screw into it. Put on the washer and the install the wheel and screw it with a short screw using two allen keys.

NÁVOD K POUŽITÍ

PŘED POUŽITÍM KOLEČKOVÝCH BRUSLÍ SI POZORNĚ PŘEČTĚTE TENTO NÁVOD A UCHOVEJTE JEJ K DALŠÍMU POUŽITÍ

KOLEČKOVÉ BRUSLE

PRÁVIDLA BEZPEČNÉHO POUŽÍVÁNÍ

- Jízda na kolečkových bruslích by měla být provozována na rovinném, plochém, čistém a suchém povrchu. Před zahájením jízdy je nutné se ujistit, že na prostoru, kde jízda bude probíhat, nejsou žádné díry, došky, kamery či štrky, které by mohly zapříčinit pád následně vzniklé. Vyberte se nerovným, strým, kluzkým, zaprášeným a kamenitým nebo mokřinatým povrchem.
- Jízdu na kolečkových bruslích považujte i bezpečné vzdálenosti od dalších účastníků silničního provozu.
- Kolečkové brusle nesmí používat na silnici ani na chodniku.
- Kolečkové brusle nepoužívejte po setmění.
- Je zakázáno používat brusle při jízdě a držení se za jedoucimi vozidly jako např. auto, kolo, autobus, nákladní vozidlo apod.
- Při jízdě na kolečkových bruslích je doporučeno používat chrámy, ale především o: přilbu, chrániče zápěstí, loktů a kolenní a rovněž odrážecí reflexi prvky. Účelem ochranného vybavení je ochrana před případnými úrazy.
- Před každým použitím zkontrolujte těsnost všech spojů. Jízdu lze započít pouze tehdy, kdy jsou brusle plně funkční. Jízdu na kolečkových bruslích rovněž zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby pevně dotaženy a zda se kolečka správně točí (kontrola provozu v pohybu).
- Kolečkové brusle by měly být pravidelně kontrolovány, zda nedošlo k poškození či opotřebení, pouze pokud jsou dobře bezpečné. Poškozené brusle se nesmí používat.
- Pravidelná údržba kolečkových bruslí v dobrém stavu zvyšuje jejich bezpečnost.
- Na kolečkových bruslích se nesmí provádět žádné složité figury ani akrobacie. Slouží pouze a výlučně k rekreační jízdě.
- Všechny ostré hrany vzniklé následkem používání je třeba pravidelně odstraňovat.

JÍZDA NA KOLEČKOVÝCH BRUSLÍCH

Používání kolečkových bruslí, vzhledem k tomu, že jste v neustálém pohybu a to se značnou rychlostí, vyžaduje správnou techniku jízdy, která zaručuje bezpečnost brusleři i osobu nacházející se v jeho blízkosti. Vzhledem k rekreačnímu využití bruslí se doporučuje používat standardní bruslařské techniky s vyloučením všech akrobatických kousků a skoků. Během jízdy na bruslích buďte opatrní. Vychlazení jízdy vždy připravte své úrovni dovednosti. Jízdu na kolečkových bruslích doporučujeme na místech k tomu určených. Jízda na kolečkových bruslích by měla být provozována na rovinném, plochém, čistém a suchém povrchu. Před zahájením jízdy je nutné se ujistit, že na místě, kde budete bruslit, nejsou žádné díry, došky, kamery či muldy, které by mohly zapříčinit pád a následně vzniklé. Vyberte se nerovným, strým, kluzkým, zaprášeným a kamenitým nebo mokřinatým povrchem. Vyberte se nadměrné rychlosti.

Naučit se bezpečně pád může výrazně snížit možnost vážného zranění: a) při pádu rovnoměrně je dobré se přiklínit, aby se minimalizovaly vzdálenosti pádu, b) při pádu se snažte dopadnout na měkkou část těla, c) při pádu se snažte být co nejpružnější.

TECHNIKY BRZDĚNÍ

Před každou jízdou zkontrolujte: pomalu zvedněte špičku brusle, na které je brzda umístěna a následně přitlačte brzdu k povrchu země. Pokud brusle nejsou vybaveny brzdou nebo pokud byla brzda odstráňna: doporučujeme použít takzvanou "techniku T- Braking Technique" – ale pouze pro pokročilé uživatele! Přinesete celou váhu na jednu nohu, druhou nohu přesuneš za první a postavíš ji kolmo. Vypadá jako písmeno T.

KONSTRUKCE KOLEČKOVÝCH BRUSLÍ

Konstrukce kolečkových bruslí je tvořena dvěma částmi. Bota je vyrobena z plastu nebo při jedné části může být z měkkého materiálu. Spodní část, nazývaná ráma, je vyrobená z hliníku nebo PP. Kolečka jsou uložena na dvou ložiskách a k podvozku jsou připevňována šrouby a samo zabezpečovací maticemi. Brusle nejsou vybaveny řídícím mechanismem a nemají rozezdávací zařízení.

POZOR!!! Na kolečkových bruslích nejsou povoleny žádné úpravy, protože mohou ovlivnit bezpečnost. Spotřební materiál jako jsou kolečka, ložiska a brzdy, podléhá přirozenému opotřebení a nemůže být důvodem k reklamaci.

NASTAVENÍ VELIKOSTI BRUSLÍ (obr. 1)

1. před nastavením velikosti, je nutné botu rozezpout (horní a dolní spoj/pupínání)
2. zvolením upínací spou (stisknete a přidržte tlačítko) na vnější straně pohyblivé části boty.
3. Poře nastavte zvolenou velikost tak, aby zajíšťovací mechanismus zapadl do správného otvoru, a pusťte tlačítko.

ÚDRŽBA

Pravidelná údržba je nezbytná pro bezpečné bruslení a prodloužení životnosti bruslí. Stálá údržba kolečkových bruslí zvyšuje jejich bezpečnost. Po ukončení jízdy se doporučuje brusle důkladně vyčistit a vysušit. Je nutné odstranit drobné kamínky a jiné částice, které k mohou nacházet mezi kolečky. Během jízdy na kolečkových bruslích dochází k opotřebení některých elementů, jako jsou: brzda, kolečka a ložiska. Je třeba pravidelně kontrolovat jejich stav a v případě nutnosti je vyměnit za nové. Jístiči šrouby a jiné jstiční prvky mohou ztratit svou účinnost, pokud jsou zrezivělé, opotřebované nebo se uvolnily. V takovém případě je nutné je okamžitě nahradit novými. Z bezpečnostních důvodů se doporučuje používat jstiční matice pouze jednou.

1) Brzdy

Pokud brzdy nefungují správně, mohou být opotřebované. To se pozná podle úhlu mezi spodní plochou brzdy a povrchem, na kterém jeje: Pokud je větší než 40°, je nutné brzdu vyměnit.

Montáž/ výměna brzdy (obr. 2):

- Vyměňte brzdu z krabice a zkontrolujte, zda obsahuje všechny komponenty (brzda, montážní šrouby).
- Zkontrolujte, zda je přiložen příslušný imbusový klíč. Pokud tomu tak není, připravte si vlastní, kterým šrouby připevníte.
- Pomocí imbusového klíče odšroubujte poslední kolečko na brusli, na které chcete brzdu namontovat (v závislosti na tom, která noha je vlevo/ú a kterou budete chytit brzdí).
- Opatrně kolečko vyměňte a všechny součásti uložte na bezpečné místo.
- Vlozte montážní šroub do otvorů v brzdě a brusli.
- Pomocí imbusového klíče šrouby utáhněte a zajištěte tak brzdu k brusli. Ujistěte se, že jsou šrouby dobře utáhnuty, aby byla brzda stabilní.
- Důvěřte pozor, abyste šrouby neotáčili až příliš a nepoškodili závity.
- Umístěte kolečko zpět k rámu.
- Vlozte šroub do otvorů v kolečka a rámu a utáhněte jej imbusovým klíčem. Ujistěte se, že je kolečko pevně připevněno a válně se otáčí.
- Před použitím brusle se ujistěte, že brzda správně funguje. Zkusťe jemně zabrzdit a zkontrolujte, zda je správně upevněna a účinná.
- Po několika prvních jízdách zkontrolujte, zda se šrouby neuvolnily a zda brzda funguje správně. V případě potřeby šrouby dotáhněte.
- Z bezpečnostních důvodů se doporučuje používat jstiční matice pouze jednou.

2) Kolečka

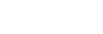
U koleček je podstatným parametrem jejich tvrdost, čím vyšší číslo, tím jsou kolečka tvrdší. Např. kolečka 78A – jsou měkká a 92A jsou tvrdá kolečka. Měkká kolečka se lépe přizpůsobují vozovce a poskytují lepší trakci. Tvrdá kolečka déle vydrží, méně se opotřebovávají, ale jsou méně přilnavá k cestě a poskytují méně pohodlí. Velikost koleček jsou uváděny v milimetrech: 60-64 mm – malá kolečka s nízkým těžištěm, dobrá pro začátečníky, pomáhají lépe udržet stabilitu, 70-72 mm – střední kolečka, která se většinou používají pro dlouhé vzdálenosti a rekreaci jízdu. 76-84 mm – velká kolečka, používají se pro rychlou jízdu, nejdolnější pro středně pokročilé a pokročilé bruslaře. Během jízdy na kolečkových bruslích se kolečka opotřebovávají a je tedy nutné je čas od času vyměnit. Mira opotřebovaný koleček je závislá na mnoha faktorech jako například: styl jízdy, povrch, výška a váha uživatele, povrchovosti podkladky, materiál a tvrdost koleček. Kolečka na vnitřní straně se opotřebovávají rychleji. Přední kolečka se opotřebovávají rychleji než střední a zadní kolečka. Doporučuje se měnit kolečka přibližně po 70 km nebo při viditelném opotřebení koleček.

Výměna koleček (obr. 2):

Vhodným nářadím vyšroubujete osní šrouby upevňující kolečka, -vyměňte kolečko z podvozku, -vyměňte ložiska z kolečka, -vložte ložiska a pouzdro do nového kolečka, -vraťte kolečko do podvozku a přišroubujte osními šrouby. Upevňovací šrouby koleček přišlě neutažujte. -vložte šrouby do otvorů a utáhněte je pomocí jstiční maticy pouze jednou.

Rotace koleček

Během rotace koleček dbajte na to, aby se nejvíce opotřebované kolečko vyměnilo s kolečkem méně opotřebovaným. Kolečka s větší opotřebením na vnitřní straně je třeba otočit o 180 stupňů tak, aby opotřebovanější strana směřovala ven. Tím se zajistí rovnoměrné opotřebení koleček. Postupujte podle obrázku níže.



Kolečka se netočí plynuce

K tomu aby se nová kolečka točila plynuce, musí být rozezdáné. Ložiska jsou pevně uložena a pro optimální výkon vyžadují zatížení. Zkontrolujte také, zda nejsou šrouby příliš utažené.

3. Ložiska

Existují následující typy ložisek: 608 z – obvykle pro začátečníky ABEC 1,3,5,7,9 – dobrá ložiska, dlouhá trvanlivost Cím vyšší je číslo u ABEC, uvedeno, tím vyšší je přesnost ložiska a materiál, ze kterého je vyrobeno.

Kvalitní ložiska zaručí plynulou jízdu. Všechna ložiska jsou z výroby namazaná a není třeba je domazávat. Vyberte se prašným, mokrým nebo mokřinatým povrchem. Mokří nebo vlhka ložiska je třeba vysušit čistým hadříkem. Opotřebovaná ložiska je třeba vyměnit.

Výměna ložisek

- vyměňte kolečko z podvozku,
- vhodným nářadím vyměňte ložiska z kolečka,
- poté vytáhněte pouzdro a druhé ložisko,
- vyčistěte ložiska suchým hadříkem nebo jej vyměňte za nové,
- vložte první ložisko do kolečka,
- vložte pouzdro a druhé ložisko.

4. Matice a jiné bezpečnostní části

Bezpečnostní matice a jiné bezpečnostní elementy mohou ztratit svou účinnost, pokud jsou zrezivělé, opotřebované nebo se uvolnily. V takovém případě je nezbytné je okamžitě vyměnit. Z bezpečnostních důvodů se doporučuje používat jstiční matice pouze jednou.

LEDNÍ BRUSLE

Brusle nejsou určeny pro komerční použití. -Samo zabezpečovací matice a jiné jstiční části mohou při nesprávném použití brusli ztratit svou účinnost. Před nákupem si veličnost správných bot podle velikosti nohy, tělesné hmotnosti, bruslařských schopností a zamýšleného použití (krosobruslení, hokej). Brusle jsou určeny k použití na hladkém ledu bez nerovnosti a dře ve speciálně vyhrazených prostorách, tj. na kluzištišch.

PRÁVIDLA PRO BEZPEČNÉ POUŽITÍ BRUSLÍ

1. Pokud nejsou brusle nabrouseny z výroby, je nutné je před prvním použitím nabrousit.
2. Brusle je nutné brousit v provozovně, které jsou k tomu účelu určeny.
3. Rozlišujte mezi bruslemi pro děti a bruslemi pro dospělé osoby.
4. Před každým použitím zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby pevně připevněny. Brusle začněte používat tehdy, je-li produkt plně funkční. Před každou jízdou zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby pevně dotaženy a zda jsou brusle plně funkční.
5. Mímo ledového povrchu používajte prosím chrániče ostří nohou brusle.
6. Brusle je nutné pravidelně kontrolovat a ovlěřovat jejich opotřebení a případná poškození, pouze tehdy budou vyhovovat bezpečnostním podmínkám. Poškozené brusle se nesmí používat.
7. Udržování bruslí v dobrém stavu zvyšuje jejich bezpečnost.
8. Brusle se nesmí používat ke složitým trikům nebo akrobacii. Brusle jsou určeny pouze pro rekreační použití. Na bruslích se nesmí skákat.
9. Abyste zabránili pádu, provádějte žádné úpravy, které by mohly snížit bezpečnost.
10. Vždy pečte a důkladně upevněte přezky v části nártu - tím se noha v botě zpevní, noha v botě bude stabilnější a nedojde ke zlomením a zlomením.
- Naučit se, jak pád, může výrazně snížit možnost vážného zranění:** a) při pádu se snažte dopadnout na měkkou část těla, b) při pádu se snažte být co nejpružnější.

Pravidla používání

Před každou jízdou zkontrolujte, zda jsou brusle v dobrém stavu a zda jsou spojovací části dobře zabezpečené. Všechny přezky musí být zapnuté. Brusle je třeba pravidelně čistit, udržovat a brousit. Nebruslete na sruhu, písku nebo na místech, která k tomu nejsou určena. Při chůzi mimo kluzišče, na chodniku, asfaltu či betonu používejte chrániče ostří nohou. Po každé jízdě brusle očistěte, vysušte a zabezpečte. V opačném případě může dojít ke korozí ostří. Doporučujeme používat chrániče kolenní a loktí a přilbu na ochranu hlavy.

Typy bruslí

Konstrukce samotné brusle (podvozku) závisí na disciplíně, ve které jsou používány. Některé druhy sportů, při kterých se používají brusle, jsou: - lední hokej (hokejové brusle), - krosobruslení (krosobruslařské brusle), - rychlobruslení (rychlobruslařské brusle). Krosobruslařské brusle mají v přední části nože zoubky, zatímco hokejové brusle zoubky nemají.

TECHNIKA BRZDĚNÍ NA LEDNÍCH BRUSLÍCH

Důležitou součástí bruslení je umět brzdit. Vyhnete se tak nepřijemným pádům, nárazům nebo střetům s jinou osobou. Existuje několik způsobů a techniky brzdění: brzdění technikou T-stop, zastavení smykem. Pro začátečníky doporučujeme techniku brzdění pluhovním: Brzdění pluhovním je podobné jako při jízdání. Nohe držte od sebe a opatrně přitlačte špičky brzd k sobě.

JÍZDA NA LEDNÍCH BRUSLÍCH

Před každou jízdou zkontrolujte, zda jsou brusle v dobrém stavu a zda jsou spojovací části dobře zabezpečené. Všechny přezky musí být zapnuté. Brusle je třeba pravidelně čistit, udržovat a brousit. Nebruslete na sruhu, písku nebo na místech, která k tomu nejsou určena. Při chůzi mimo kluzišče, na chodniku, asfaltu či betonu používejte chrániče ostří nohou. Po každé jízdě brusle očistěte, vysušte a zabezpečte. V opačném případě může dojít ke korozí ostří. Doporučujeme používat chrániče kolenní a loktí a přilbu na ochranu hlavy.

Sundávání bruslí

- Abyste mohli sundat brusle, musíte: -rozložit a pusovit tlaměky (rozezpout přezky nebo zipy), -odtáhnout jazky boty, -oběma rukama stáhnout boty z nohy, -brusle se nesmí sundávat způsobem „bota o botu“.

ÚDRŽBA

Pravidelná údržba je nezbytná pro bezpečné bruslení a prodloužení životnosti bruslí. Stálá údržba bruslí zvyšuje jejich bezpečnost. Po ukončení jízdy se doporučuje

NÁVOD NA POUŽITIE

PRE POUŽITÍM KOLESKOVÝCH BRUSLÍ SI POZORNE PREČÍTAJTE TENTO NÁVOD A UCHOVAJTE HO NA DÁLŠIE POUŽITIE!

KOLESKOVÉ KORČULE

PRÁVIDLA BEZPEČNEHO POUŽÍAVIA

- Jazda na kolieskových korčuľach by mala byť prevádzkovaná na rovnom, plochom, čistom a suchom povrchu. Pred zahájením jazdy by ste mali uistiť, že na priesteie, kde jazda bude prebiehať, nie sú žiadne diery, kamene či štrk, ktoré by mohli zapríčiniť pád a následné zranenie. Vyhnite sa nerovným, strmým, sklzým, zaprášeným a kamenistým alebo mokrym povrchom.
- Jazda na kolieskových korčuľach predvkladuje v bezpečnej vzdialenosti od ďalších účastníkov cestnej premávky.
- Kolieskové korčule sa nesmú používať na ceste ani na chodníku.
- Kolieskové korčule nepoužívajte po zotmení.
- Je zakázané používať korčule pri jazde a držiati sa za odpočívajú vozidlami ako napr. auto, bicykel, autobus, nákladné vozidlo a pod.
- Prí jazdu na kolieskových korčuľach sa odporúča používať chrániče, ide predovšetkým o prilbu, chrániče zápästia, lakťov a kolien a tiež ochranné reflexné prvky. Účelom ochranného vybavenia je ochrana pred prírodnými úrazmi.
- Pred každým použitím skontrolujte tesnosť všetkých spojov. Jazdu je možné začať iba vtedy, keď sú korčule plne funkčné. Pred jazdou na kolieskových korčuľach tiež skontrolujte, či sú všetky skrutky pevne dotiahnuté a či sa kolieska správne točia (kontrola pohyblivosti a pohybu).
- Kolieskové korčule by mali byť pravidelne kontrolované, či nedošlo k poškodeniu či opotrebovaniu, iba vtedy budú bezpečné. Poškodené korčule sa nesmú používať.
- Pravidelná údržba kolieskových korčúľ v dobrom stave zvyšuje ich bezpečnosť.
- Na kolieskových korčuľach sa nesmú vykonávať žiadne ťažšie úpravy ani akrobacie. Služi iba a výlučne na rekreáciu jazdu.
- Všetky ostré hrany vzniknuté následkom používania je potrebné pravidelne odstraňovať.

JAZDA NA KOLESKOVÝCH BRUSLIACH
Používanie kolieskových korčúľ, vzhladom na to, že sa v neustálom pohybe a to so značnou rýchlosťou, predstavuje významnú náročnosť, ktorá zaručuje bezpečnosť korčuľovník a osob nachádzajúcich sa v jeho blízkosti. Vzhľadom na rekreačné využitie korčule sa odporúča používať štandardné korčuľárske techniky s výlučným všetkých akrobatických výskvkov a skokov. Počas jazdy na korčuľach budete opatrní.

Rýchlosť jazdy vždy prispôbuje svojmu úrovní zručnosti. Jazdu na kolieskových korčuľach odporúčame na miestach na to určených. Jazda na kolieskových korčuľach by mala byť prevádzkovaná na rovnom, plochom, čistom a suchom povrchu. Pred zahájením jazdy je nutné sa uistiť, že na mieste, kde budete jazdiť, nie sú diery, kamene či štrk, ktoré by mohli zapríčiniť pád a následné zranenie. Vyhnite sa nerovným, strmým, sklzým, zaprášeným a kamenistým alebo mokrym povrchom. Vyhnite sa nadmernej rýchlosti.

- Naučte sa, ako pádať, môže výrazne znížiť možnosť vážneho zranenia:**
- a) pri strate rovnováhy je dobré sa prikričiť, aby ste minimalizovali vzdialenosť pádu,
- b) pri páde sa snažte dopadnúť na mäkkú časť tela,
- c) pri páde sa snažte byť čo najpružnejší.

TECHNIKY BRZDENIA

Ako sú korčule vybavené brzdami:
pomaly zdvihnite späť korčuľu, na ktorej je brzda umiestnená a následne priláste brzdú k povrchu korčule, ktoré začnú brzdiť.
Zvyšovanie rýchlosti:
Pokiaľ korčuľu nie sú vybavené brzdou alebo pokiaľ bola brzdá odstránená: odporúčame použiť takzvanú "techniku T-braking techniku" -ale iba pre pokročilých užívateľov! Preneste celú váhu na jednu nohu, druhú nohu presuňte za prvú a postavte ju kolmo. Vyzera ako písmeno T.

KONŠTRUKCIA KOLESKOVÝCH KORČULI

Korčuľa sa skladá z dvoch častí: topánky a spodnej casti. Topánka je ča vyrobená z plastu alebo jej predná časť môže byť z mäkkého materiálu (kork, nasytovaný ráč, je vyrobená z hliníka alebo PP. Kolieska sú uškvané na dvoch ložiskách ak podvozku sú pripievnené skrútkami a so zabezpečovacími matkami. Počas nie sú vybavené riadiacim mechanizmom a nerajú zožiadne zariadenie.

POZOR!!! Na kolieskových korčuľach nie sú povolené žiadne úpravy, pretože môžu ovplyvniť bezpečnosť.

Spotrebný materiál, ako sú kolieska, ložiská a brzdy, podlieha prirodzenému opotrebovaniu a nemôže byť dôvodom na reklamáciu.

NASTAVENIE VEKOSTI KORČULI (obr. 1)

- pred nastavením veľkosti, je nutné topánku rozopnúť (horná a dolná spony/upätanie).
- uvloňte upätiacu sponu (stlačte a pridržte tlačidlo) na vonkajšej strane pohyblivej casti topánky.
- Potom nastavte zvolenú veľkosť tak, aby zaisťovací mechanizmus zapadol do správneho otvoru, a pusťte tlačidlo.

Istiace skrutky a iné istiace prvky môžu stratiť svoju účinnosť, pokiaľ sú zhrdzavene, opotrebované alebo sa uvoľnili. V takom prípade je nutné ich okamžite nahradit novými. Z bezpečnostných dôvodov sa odporúča používať istiace matice iba raz.

ÚDRŽBA

Pravidelná údržba je nevyhnutná pre bezpečné korčuľovanie a predlžuje životnosť korčúľ. Staia údržba kolieskových korčúľ zvyšuje ich bezpečnosť. Po ukončení jazdy sa odporúča korčuľu dôkladne vyčistiť a vysušiť. Je nutné odstrániť drobné kamienky a iné častice, ktoré sa môžu nachádzať medzi kolieskami. Počas jazdy na kolieskových korčuľach dochádza k opotrebovaniu niektorých elementov, ako sú brzda, kolieska a ložiská. Preto je potrebné pravidelne kontrolovať ich stav a v prípade nutnosti ich vymeniť za nové. Istiace skrutky a iné istiace prvky môžu stratiť svoju účinnosť, pokiaľ sú zhrdzavene, opotrebované alebo sa uvoľnili. V takom prípade je nutné ich okamžite nahradit novými. Z bezpečnostných dôvodov sa odporúča používať istiace matice iba raz.

1) Brzdy

Ak brzdy nefungujú správne, môžu byť nebezpečné. To sa pozná podľa toho, ako máte spodnou plochou brzdy a povrchom, po ktorom sa pohybuje. Pokiaľ je väčšia ako 40°, je nutné brzdy vymeniť.

Montáž / výmena brzd (obr. 2):

- Vyberte brzdu z krabice a skontrolujte, či obsahuje všetky komponenty (brzda, montážne skrutky).
- Skontrolujte, či je priložený prídavný imbusový kľúč. Pokiaľ tomu nie, je pripraviť si vlastný, ktorým skrutky pripievate.
- Pomocou imbusového kľúča odskrutkujte kolieska na korčuľu, na ktorú chcete brzdu namontovať (z väzlosti na tom, ktorá noha je veduca a ktorú budete chcieť brzdiť).
- Nastavte zvolenú veľkosť, aby zaisťovací mechanizmus zapadol do správneho otvoru, a pusťte tlačidlo.
- Umiestnite montážne skrutky do otvorov v brzde a korčuľu.
- Pomocou imbusového kľúča skrutky utiahnite a zaisťte tak brzdu k korčuľu. Uistite sa, že sú skrutky dobre utiahnuté, aby bola brzda stabilná.
- Dávajte pozor, aby ste skrutky neuhali až príliš a nepoškodili väzbu.
- Umiestnite koliesko späť k rámu.
- Núzte skrutku do otvorov v koliesku a ráme a utiahnite ju imbusovým kľúčom. Uistite sa, že je koliesko pevne pripievane a že má dostatok voľnosti.

- Po nastavení veľkosti, je nutné topánku rozopnúť (horná a dolná spony/upätanie).
- Pred použitím korčúľ sa uistite, že brzda správne funguje. Skúste jemne zabrzdiť a skontrolujte, či je správne upravená a účinná.
- Po niekoľkých prvých jazdách skontrolujte, či sa skrutky neuvolnili a či brzda funguje správne. V prípade potreby skrutky dotiahnite.
- Z bezpečnostných dôvodov sa odporúča používať istiace matice iba raz.

2) Kolieska

Koliesko je podstatným parametrom ich tvrdosť, čím vyššie číslo, tým sú kolieska tvrdšie. Napr. kolieska 78A sú mäkké a 92A sú tvrdé kolieska. Mäkké kolieska sa lepšie prispôbiajú vozovke a poskytujú lepšiu trakciu. Tvrdé kolieska dlhšie vydržia, menší sa opotrebovávajú, ale si menej prílišné k ceste a poskytujú menej pohodlia.

Veľkosť koliesok sú uvádzané v milimetroch:
60-64 mm - malá kolieska s nízkym ťažiskom, dobre pre začiatočníkov, pomáhajú lepšie udržať stabilitu.
70-72 mm - stredné kolieska, ktoré sa väčšinou používajú na ideľ vzdialenosť a rekreáciu jazdu.
76-84 mm - veľké kolieska, používajú sa pre rýchlu jazdu, najmä najesne pre strečne pokročilých a pokročilých korčuľárov.

Počas jazdy na kolieskových korčuľach sa kolieska opotrebojú a je teda nutné ich z času na čas vymeniť. Miera opotrebovania koliesok je závislá od mnohých faktorov, ako napr.:
stýl jazdy, jazdný povrch, výška a váha užívateľa, povetnostné podmienky, materiál a tvrdosť koliesok.
Kolieska na vnútornej strane sa opotrebovávajú rýchlejšie. Predné kolieska sa opotrebovávajú rýchlejšie ako stredná a zadná kolieska. Odporúča sa meniť kolieska približne po 70 km alebo pri viditeľnom opotrebení koliesok.

Výmena koliesok (obr. 3):

- vhodným náradím vyskrutkujte osné skrutky upievujúce kolieska,
- vyberte koliesku z podvozku,
- vyberte ložiská z kolieska,
- vložte ložiská s puzdrami do nového kolieska,
- vráťte koliesko do podvozku a utiahnite ho osovými skrutkami.
- Upevňovacie skrutky koliesok príliš neutehujte.
- Z bezpečnostných dôvodov sa odporúča používať istiace matice iba raz.

Rotácia koliesok

Počas jazdy koliesko drbaje na to, aby sa najviac opotrebované koliesko vymenilo s kolieskom najmenej opotrebovaným. Kolieska s väčším opotrebením na vnútornej strane je treba otáčať o 180 stupov tak, aby opotrebovaná strana smerovala von. Tým sa zaisti rovnomeré opotrebenie koliesok. Postupujte podľa obrázku nižšie.



Korku sa netočia plynsko

To tomu aby sa nové kolieska točili plynsko, musia byť rozjazdené. Ložiská sú pevne uložené a pre optimálny výkon vyžadujú zaťaženie. Skontrolujte tiež, či nie sú skrutky príliš utiahnuté.

3. Ložiská

Existujú nasledujúce typy ložísk:
60x28 - obvykle pre začiatočníkov
ABEC 1,3,5,7,9 - dobré ložiská, dlhá trvanlivosť
Čím vyššie je číslo u ABEC uvedené, tým vyššia je presnosť ložísk a materiál, z ktorého je vyrobené.
Kvalitné ložiská zaručujú plynulú jazdu. Všetky ložiská sú z výroby namazané a nie je potrebné ich domazávať.
Vyhľadajte sa pralínym, mastným alebo mokrym povrchom. Mokré alebo vlhké ložiská je potrebné vysušiť čistou handričkou.
Opotrebované ložiská je potrebné vymeniť.

Výmena ložísk

- vyberte koliesko z podvozku,
- vložte prvé ložisko do kolieska,
- potom vyťahnite puzdro a druhé ložisko,
- vyčistite ložiská suchou handričkou alebo ho vymeňte za nové,
- vložte prvé ložisko do kolieska,
- Núzte puzdro a druhé ložisko.

4. Matice a iné bezpečnostné časti

Bezpečnostné matice sú bezpečnostné elementy môžu stratiť svoju účinnosť, pokiaľ sú zhrdzavene, opotrebované alebo sa uvoľnili. V takom prípade je nevyhnuté ich okamžite vymeniť. Z bezpečnostných dôvodov sa odporúča používať istiace matice iba raz.

LADOVÉ KORČULE

-Korčuľu nie sú určené na komerčné použítie.
-Samoizbepočobenie matice a iné istiace časti môžu pri nesprávnom použití korčúľ stratiť svoju účinnosť.
-Pred nákupom si vyberte správny typ veľkosť korčuľ podľa veľkosti nohy, telesnej hmotnosti, korčuľárskych schopností a zamýšľaného použitia (korčuľovanie, hokej). Korčuľu sú určené na hladkom ledu bez nerovností a iné v špeciálne vyhradených priestoroch, tj. na klziskách.

PRÁVIDLA PRE BEZPEČNÉ POUŽÍVANIE KORČULI

- Pokiaľ nie sú korčuľu nabrúsené z výroby, je nutné ich pred prvým použitím nabrúsiť.
- Korčuľu je nutné brúsiť v prevádzkár, ktoré sú na tento účel určené.
- Deti by mali korčuľovať pod dohľadom dospelých osôb.
- Pred každým použitím skontrolujte, či sú všetky skrutky pevne pripievnené. Korčuľovať začnite iba vtedy, ak je produkt plne funkčný. Pred každou jazdou skontrolujte, či sú všetky skrutky pevne dotiahnuté a či sú spoje korčuľ bezpečné.
- Okrem ľadovej plochy používajte prosím chrániče ostria nožu korčuľ.
- Korčuľu je nutné pravidelne kontrolovať a overovať ich opotrebenie a prípadné poškodenia, iba vtedy budú vhodné na bezpečnostným podmienkam. Poškodené korčule sa nesmú používať.
- Udržavanie korčúľ v dobrom stave zvyšuje ich bezpečnosť.
- Korčuľa sa nesmú používať na ťažšie trvajú alebo akrobacie. Korčuľu sú určené iba na rekreáciu použítie. Na korčuľu sa nesmú vykonávať žiadne úpravy, ktoré by mohli znížiť bezpečnosť.
- Na kľučku sa nesmú vykonávať žiadne úpravy, ktoré by mohli znížiť bezpečnosť, noha v topánke bude dôkladne upevnite pracky v zisti prieľahu - tým sa noha v topánke spevní, noha v topánke bude stabilnejšia a nedôjde k zlomeniam v oblasti päty.

Naučte sa, ako pádať, môže výrazne znížiť možnosť vážneho zranenia:

- a) pri strate rovnováhy je dobré sa prikričiť, aby ste minimalizovali vzdialenosť pádu,
- b) pri páde sa snažte dopadnúť na mäkkú časť tela,
- c) pri páde sa snažte byť čo najpružnejší.

Pravidlá používania

Pred každou jazdou skontrolujte, či sú korčuľu v dobrom stave a či sú spojovacie časti dobre zabezpečené. Všetky pracky musia byť zapnuté. Korčuľu treba pravidelne čistiť, udržiavať a brúsiť. Nekorčuľujte na snehu, piesku alebo na miestach, ktoré na to nie sú určené. Pri chôdzi mimo klziska, na chodníku, asfalte či betone používajte chrániče ostria nožov. Po každej jazde korčuľe očistite, vysušte a zabezpečte. V opačnom prípade môže dôjsť ku korozii nožov. Odporúčame používať chrániče kolien a lakťov a prilbu na ochranu hlavy.

Typy korčuľ

Korčuľka samotnej korčuľe (podvozku) závisí od disciplíny, v ktorej sú používané. Niektoré druhy športov, pri ktorých sa používajú korčuľu, sú:
-ladový hokej (hokejové korčuľe),
-krasokorčuľovanie (krasokorčuľárske korčuľe)
-rychlá jazda na kolieskových korčuľach (korčuľárske korčuľe),
Krasokorčuľárske korčuľe majú v prednej casti nožu väzbu, zatiaľ čo hokejové korčuľe zúbky nemajú.

TECHNIKA BRZDENIA NA LADOVÝCH KORČULACH

Dôkladne súčasťou korčuľovania je vedieť brzdiť. Vyhnete sa tak neprijímnym pádom, nárazom alebo stretom s inou osobou. Existuje niekoľko spôsobov a techník brzdzenia: brzdzenie techniky T-stop, zastavenie šmykom.
Pre začiatočníkov odporúčame techniku brzdenia pluhom: Brzdenie pluhomom je podobné ako pri lyžovaní. Nohy dajte od seba a potom namerajte späť korčuľu k sebe.

JAZDA NA LADOVÝCH KORČULÁCH

Prí korčuľovaní sa odstraňuje od ľadu striedavo z jednej a z druhej nohy vnútornou hranou korčuľ, aby ste priblížili pokrčené koleno k sebe. Používanie korčuľ, vzhladom na to, že ste v neustálom pohybe a to so značnou rýchlosťou, vyžaduje správnu techniku jazdy, ktorá zaručuje bezpečnosť korčuľára a osôb nachádzajúcich sa v jeho blízkosti.
Vzhľadom na rekreačné využitie korčuľ sa odporúča používať štandardné korčuľárske techniky s výlučným všetkých akrobatických výskvkov a skokov. Počas jazdy na korčuľach budete opatrní. Všetky prídavné rýchlostní spojovacie prvky úrovní zručnosti. Vynurajte sa nadmernej rýchlosti.

Odinamiere

Abý ste mohli zložiť korčuľu, musíte:
-rozopnúť ju pomocou náradia
-rozopnúť pracky alebo zipsy,
-odtiahnuť jazyk topánky,
-oboma rukami stiahnuť topánku z nohy,
-keď sa nohy dajú od seba a potom namerajte späť korčuľu k sebe.

ÚDRŽBA

Pravidelná údržba je nevyhnutná pre bezpečné korčuľovanie a predlžuje životnosť korčúľ. Staia údržba korčuľ zvyšuje ich bezpečnosť. Po ukončení jazdy sa odporúča korčuľu dôkladne vyčistiť a vysušiť. Je nutné odstrániť drobné kamienky a iné častice, ktoré sa môžu nachádzať medzi kolieskami. Počas jazdy na kolieskových korčuľach dochádza k opotrebovaniu niektorých súčastí, ako je napríklad nože. Je dôležité nože pravidelne kontrolovať av prípade potreby ich nechať nabrúsiť.
Pokiaľ sú skrutky alebo vnútorná väzba opotrebované, vymeňte ich za nové. Vymenu ostatných častí korčuľ môžete vykonať iba kvalifikovaný servis.

NASTAVENIE VEKOSTI KORČULI

- pred nastavením veľkosti, je nutné topánku rozopnúť (horná a dolná spony/upätanie)
- uvloňte upätiacu sponu (stlačte a pridržte tlačidlo) na vonkajšej strane pohyblivej casti topánky
- Potom nastavte zvolenú veľkosť tak, aby zaisťovací mechanizmus zapadol do správneho otvoru, a pusťte tlačidlo.

ZMENA ZVŔHŔAVÉHO KORČULI

ZMENA INLINE KORČULI NA TRI-SKATSKÉ KORČULE

- pred nastavením veľkosti, je nutné topánku rozopnúť (horná a dolná spony/upätanie)
- uvloňte upätiacu sponu (stlačte a pridržte tlačidlo) na vonkajšej strane pohyblivej casti topánky
- Potom nastavte zvolenú veľkosť tak, aby zaisťovací mechanizmus zapadol do správneho otvoru, a pusťte tlačidlo.

1) Zahájením výmery si pripravte potrebné náradie (2 imbusové kľúče, 2 podložky, plastovú objímku, 1 drhú skrutku, 1 maticu).
-Začínajúcim veľkosť oboch zadných koliesok a demontážu brzdy.
-Zasuňte skrutku do jedného kolieska a potom nasadte podložku. Umiestnite brzdú do podvozku do posledného otvoru na podvozku. Umiestnite plastovú objímku dovnútra podvozku medzi otvory a zasuňte do nej skrutku. Nasadte druhú podložku, potom nasadte koliesko a utiahnite ho krátkou skrutkou pomocou dvoch imbusových kľúčov.
-2) Zahájením výmery si pripravte potrebné náradie (2 imbusové kľúče, 2 podložky, 2 plastové objímky, 2 zúžité skrutky, 2 krátke skrutky).

- Najprv odstráňte jedno koliesko pomocou imbusových kľúčov a demontujte brzdu.
- Zasuňte skrutku do jedného kolieska a potom nasadte podložku. Umiestnite brzdú do podvozku do posledného otvoru na podvozku. Umiestnite plastovú objímku dovnútra podvozku medzi otvory a zasuňte do nej skrutku. Nasadte druhú podložku, potom nasadte koliesko a utiahnite ho krátkou skrutkou pomocou dvoch imbusových kľúčov.
- Pre montáž predných koliesok, opakujte rovnaký postup ako pri predchádzajúcom bode.

GERAUCHSANWEISUNG

Wichtig! Lesen Sie die vorliegende Bedienungsanleitung aufmerksam durch, bevor Sie die Schlittschuhe benutzen und bewahren Sie sie auf später auf!
Die Eltern der Mutter und sonstige Selbstsichernde Befestigungen können ihre Wirksamkeit bei nicht verwendungs-mäßiger Benutzung der Schlittschuhen verlieren

REGELN FÜR SICHERE BENÜTZUNG

- Das Fahren bei Inlineskates soll auf ebener, flacher, sauberer und trockener Fläche erfolgen, vor dem Beginn des Inlineskates sollte man sich vergewissern, dass auf dem Gelände, wo das Inlineskates erfolgt keine Löcher, Gruben, Steine, Steinblöcke, Mulden auftreten, die zum Absturz und Körperbeschädigung führen können. Vermeiden Sie unbenebe, glatte, steile, verstaubte, steinerne und nasse Flächen.
- Das Inlineskates soll fernab von anderen Straßenbenutzern stattfinden.
- Die Inlineskates dürfen weder auf dem Straßen noch auf den Bürgersteigen benutzt werden.
- Die Inlineskates dürfen nicht nach Einbruch der Dunkelheit benutzt werden.
- Die Inlineskates dürfen nicht benutzt werden, indem man sich bei beiden Händen an die in Bewegung befindlichen Fahrzeugen wie z.B. PKW, Fahrrad, Bus, LKW usw. hält.
- Vor Benutzung sind Befestigungen sämtlicher Verbindungen wie Koppelhem, Gelenk-, Ellbogen- und Knieschützer sowie lichtreflektierende Elemente anzusehen. Die Schutz-ausrüstung soll eventuelle Körperverletzungen verhindern.
- Vor jeder Benutzung sind Befestigungen sämtlicher Verbindungen zu prüfen. Das Fahren ist erst dann erlaubt, wenn die Inlineskates vollständig funktionstüchtig sind. Vor dem Inlineskates ist zu prüfen, ob sämtliche Schrauben gut angezogen und Rollen richtig laufen (Prüfung der Funktion in Bewegung)
- Die Inlineskates sind systematisch auf Verschleiß und Beschädigungen zu prüfen, nur dann erfüllen sie Sicherheitsbedingungen. Es dürfen keine beschädigten Inlineskates benutzt werden.
- Ständige Instandhaltung trägt zu deren Sicherheit bei.
- Mit den Inlineskates dürfen keine komplizierten Figuren ausgeführt werden. Sie dienen ausschließlich dem Freizeitfahren.
- Sämtliche scharfe Kanten, die bei der Benutzung entstanden sind, sind zu beseitigen.

INLINESKATEN

Die Benutzung der Inlineskates erfordert hinsichtlich der ständigen Bewegung mit großer Geschwindigkeit der entsprechenden Fahrtechnik, die Sicherheit des Benutzers und der anderen Personen sicherstellt. Im Zusammenhang mit der Bestimmung der Inlineskates Fürs Freizeitlaufen empfiehlt sich standartmäßige Fahrtechniken unter Aufsicht des Benutzers und jegliche komplizierte Figuren und Sprünge anzusehen. Das Inlineskates ist mit Vorsicht zu genießen.Die Geschwindigkeit ist immer an das jeweilige Fahrkönnen anzupassen. Wir empfehlen, dass das Inlineskates auf in den dazu bestimmten Stellen erfolgt. Das Inlineskates Fahren auf ebenen, flachen und trockenen Flächen empfohlen, vor dem Beginn des Inlineskates sollte man sich vergewissern, dass auf dem Gelände, wo das Inlineskates erfolgt, keine Löcher, Gruben, Steine, Steinblöcke, Mulden auftreten, die zum Absturz und Körperbeschädigung führen können. Vermeiden Sie unbenebe, glatte, steile, verstaubte, steinerne und nasse Flächen. Vermeiden Sie übermäßige Geschwindigkeit.
Durch Erernen der Fahrtechnik können ernste Körperbeschädigungen verhindert werden.

a) bei Verlust des Gleichgewichts soll man sich zusammenrollen, damit die Stürzhöhe reduziert wird,
b) bei Stürzen sollte man auf weiche Körpererte fallen.

BREMSTECHNIKEN

Sind Inlineskates in Bremsе ausgesetzt: die Spitze des Inlineskates, wo die Bremse angebracht ist, langsam im Inneren beidseits des Inlineskates Bremsen haben, beliebigen Inlineskates auswählen und in zum Bremsen benutzen), anschließend die Bremse zur Oberfläche drücken. Wenn die Inlineskates keine Bremsen haben bzw. sie zusammengezogen wurde:es empfiehlt sich, die sog. T-braking Technique-Technik-allerdings ausschließlich bei demjenigen Schrittläufer benutzen, auswendigen Das gesamte Körpergewicht ist auf einen Fuß zu verlagern, anschließend ist der zweite Fuß vom ersten Fuß zu verschieben und ihn senkrecht zu stellen. Es sieht wie der Buchstabe "T" aus.

AUFBAU DES INLINESKATES

Die Inlineskates bestehen aus 2 Elementen: Schuh und Unterteil. Der Schuh ist vollständig aus Kunststoff (sogar in sehr vorderer Teil des Schuhs) hergestellt, werden. Der Unterteil, genannt Schiene ist aus Aluminium bzw. PP. Die Rollen sind auf zwei Kugellager angebracht und an derSchiene mittels Schrauben und selbstblockierenden Muttern befestigt. Die Inlineskates sind nicht mit Steuerungsmechanismus ausgestattet und besitzen keine Anlaufanlage.

ACHTUNG!!! Keine Modifizierungen an Inlineskates vornehmen, da die Sicherheit beeinträchtigt werden könnte.
Betriebsstoffe wie Rollen, Kugellager und Bremsen, bei denen natürliche und benutzungsbedingte Verschleißerscheinungen auftreten, sind kein Reklamationsgrund

GRÖßENREGULIERUNG BEI INLINESKATES (Abb.1)

- Vor der Regulierung der gewünschten Größe ist die 2-Sekunden-Klemme (oberu und untere) lockern.
- Das Klemmwerk (Druckknopf drücken), das auf der Innenseite des beweglichen Schuhs liegt, lockern.
- Nachdem gewünschte Größe so einstellen, damit die Spere in das Springs des Lochs reinpasst und die Klemme freigeben.

Selbstsichernde Mutter und sonstige selbstsichernde Elemente können ihre Wirksamkeit verlieren, wenn sie verrotet, aufgerieben bzw. lose geworden sind. In diesem Fall sind sie unverzüglich auszuschwehln. Aus Sicherheitsgründen empfiehlt sich nur einmalige Benutzung der selbstblockierenden Mutter.

WARTUNG UND PFLEGE

Systematische Wartung hat grundsätzliche Bedeutung für die Laufsicherheit beim Inlineskates und trägt zur Verlängerung der Lebensdauer der Inlineskates bei. Die Instandhaltung von Inlineskates erhöht deren Sicherheit.

Nach dem Laufen sind die Inlineskates sorgfältig zu reinigen und trockenen lassen.Kleine Steine und sonstige fremde Elemente, die sich zwischen den Rollen befinden können, sind zu beseitigen. Während der Rollenreinigung sind Befestigungen der Rollen anzusehen. Die gesamte Kugellager Verschleißerscheinungen auftreten. Sie sind systematisch und laufend zu überprüfen und sie ggf.gegen neue auszutauschen.

1) Bremsen (Abb.2)

- Schraubenzieher richtig funktionieren, kann das bedeuten, dass sie abgenutzt sind.Davon zeugt der Winkel zwischen der oberen Bremfläche und der Oberfläche, auf der der sie sich bewegen. Wenn der Winkel größer als 40° ist, die Bremsе auszutauschen. Austausch der Bremsen:
-Achsschrauben, die Rollen befestigen, mithilfe von entsprechendem Werkzeug lösen.
- Mithilfe von Schraubenzieher die Bremse vom dem Bremsträger abnehmen.
- Bremsträger von der Schiene abheben.
- Mithilfe von Schraubenzieher die Bremse von dem Bremsträger abnehmen.
- neue Bremse anbringen.
- die Rolle von der Schiene und den Achsschraube und die Mutter anziehen.
- Vergewissern Sie sich, dass die Schraube richtig angezogen wurde.

Aus Sicherheitsgründen empfiehlt sich nur einmalige Benutzung der selbstblockierenden Rollen.

- 2) Rollen**
Durchmetr bezeichnet die Rollenhöhe – je höher die Nummer desto höher die Rollen- z. B. Rollen 78A – sind welche Rollen, Rollen 92A sind niedrige Rollen. Welche Rollen passen sich dem Fahrgew besser an und gewöhnlich besser zu den meisten Einflüssen. Harte Rollen werden insgesamt abgenutzt, allerdings schwächere Zugfederung und hartere Fahrmorkoff. Rollengrößen werden in mm gemessen.
60–64mm – kleine Rollen mit niedrigem Schwerpunkt, hilfreich für Anfänger bei Behaltung von Stabilität.
70–72mm – mittlere Rollen für lange Straßten und Freizeitanlagen.
76–84mm – große Rollen, für schnelles Fahren, optimal hilfreich für Mittelfortgeschrittene und Fortgeschrittene.

Beim Inlineskates werden die Rollen abgezogen und sie sind ab und zu auszuschwehln. Der Abnutzunggrad der Rollen hängt von vielen Faktoren ab: wie Fahrsstil, Fahrfähigkeit, Höhe und Gewicht des Benutzers, Witterungsbedingungen, Rollenwerkstoffmaterial.Rollenhöhe. Die innen liegenden Rollen werden schneller abgenutzt. Vordere Rollen werden schneller als mittlere und hintere Rollen abgenutzt. Es empfiehlt sich der Tausch der Rollen nach dem Zurücklegen von ca. 70 km bzw. bei sichtbarer Abnutzung der Rollen.

Wechsel der Rollen: (Abb.3)

- Achsschrauben, die Rollen befestigen, mithilfe von entsprechendem Werkzeug lösen.
- die Rolle von der Schiene abziehen.
- Kugellager samt Hütle von der Rolle ausziehen.
- Kugellager samt Hütle in die neue Rolle einlegen.
- Hölen in die Schiene einlegen und Achsschrauben anziehen.
- Die Schrauben, die Rollen befestigen, sind nicht allzu stark anzuziehen. Aus Sicherheitsgründen empfiehlt sich nur einmalige Benutzung der selbstblockierenden Mutter.

3) Rollentausch

Bei dem Rollentausch sicher gehen, dass die am meisten abgenutzte Rolle gegen die am wenigsten abgenutzte getauscht wird. Jede Rolle mit größerer Abnutzung auf der Innenseite ist um 180 Grad umzudrehen, damit die am meisten abgenutzte Seite nach außengekehrt wird. Dadurch wird die gleichmäßige Rollenanlaufzeit gewährleistet. Verfahren Sie nach der nachfolgenden Abbildung.



2)Die Rollen laufen nicht reibungslos.

Damit die neuen Rollen reibungslos laufen können, müssen sie eingearbeitet werden. Die Kugellager sind fest angeordnet bedürfen einer optimalen Leistung der Belastung. Es ist ebenfalls zu prüfen, ob die Schrauben nicht zu fest angezogen wurden

3) Kugellager

ИНСТРУКЦИЯ ЗА УПОТРЕБА КОМЕНТАРИ

Внимателно прочети тази инструкция преди да ползваш продукта и запази я за по-нататъшна употреба!

ПРИНЦИПИ ЗА БЕЗОПАСНО ПЪЛЗВАНЕ

- Каране на ровновици е извършва върху равна, чиста и суха повърхност, преди да започнеш на караш трябва да се увериш, дали на място, където ще караш, няма дупки, ивици, камъни, скали, които могат да доведат до падане и нараняване. Избягавай от неравни, стръчни, хълмисти, пращи, каменисти и мокри повърхности.
- Каране на ровновици кърни трябва да се извършва далеч от други потребители на пътищата.
- Не може да се ползва ровновици кърни на улица, нито на тротоара.
- Не може да се ползва ровновици кърни след зарач.
- Не може да се ползва ровновици кърни на уличата карайки след превозни средства, като напр. коли, колела, автобуси, камъони и др.
- С цел полагане на ровновици кърни препоръчва се слагане на предпазни средства тосте: каск, протектори на китки, лакти и колени и отразяващи елементи. Предпазни средства са предназначени за защита срещу евентуални травми от организи.
- Преди всяка употреба трябва да се провери закрепане на всички връзки. Можеи да започнеш да караш само ако устройството е напълно функциониращо. Преди каране на ровновици кърни, трябва да се провери дали всички болтове и дали колелата се въртат правилно.
- Устройството трябва редовно да се проверява за износване и повреди, само тогава те ще отговаря на условия за безопасност. Не може да се ползва повредено устройство.
- Постоянно поддържане на ровновици кърни в добро състояние, увеличавна тяхна безопасност.
- Не може да се използват никакви спирачни фигури и самозакриращи ровновици кърни. Ролковите кърни са единствено за рекреационно каране.

- Премахни всички остри ръбове, които са резултат на използването.
- КАРАНЕ НА РОЛКОВИ КЪРНИ** Използване на ровновици кърни, поради непрекъснато движение със значителна скорост, изисква подходяща техника на ползване, която осигурява безопасност на този който кара и на хората в околността. Поради рекреационно предназначение на ролковите кърни, препоръчва се използване на защитни технологии за безопасност в изключително на различни еволюции и скокове. По време на каране на ровновици кърни трябва да се помисви внимание. Скоростта винаги трябва да е съответна с ниво на умение. Препоръчваме да се кара ровновици кърни на предначертани за това места. Каране на ровновици кърни трябва да се извършва на плоска, чиста и суха повърхност, преди да започнеш на караш трябва да се увериш, дали на място, където ще караш, няма дупки, ивици, камъни, скали, които могат да доведат до падане и нараняване. Избягай от неравни, стръни, хълмисти, пращи, каменисти и мокри повърхности.

- Да се научиш да падаш безопасно може да намали възможност от сериозно нараняване на тяло:**
 - ако загубиш равновесие, наклони се, за да минимализираш разстояние на падане
 - по време на падане старай се да падаш на мека част на тялото
 - при падане старай се да докоснеш до земята, да е еластичен
- ТЕХНИКИ НА СПИРАНЕ** Когато ровновици кърни са оборудвани със спирачка:
 - трябва да се видят всички компоненти на спирачката, върху която спирачката е монтирана (ако двете ровновици кърни имат спирачки, може да се избере едн от тях и да се ползва за спирача), след това трябва да се приписне спирачката към повърхността на земята.
 - Когато ровновици кърни са оборудвани със спирачна ивица те премахващи.
 - препоръчва се да се използва техника наречена "Таблъринг Техника" – обаче само за опитни потребители! Трябва да се премести цялото телесно тегло на една крак, след това другият крак да се премести зад върха, така да се настят под праг във гън. Това изглежда като буквата "T".

КОНСТРУКЦИЯ НА РОЛКОВИ КЪРНИ
Ролкови кърни се състоят от две части: обвуква и долна част. Обвуката е изцяло изработена от пластмасо кърни или нейна предна част може да е изработена от мек материал. Долната част, наричана плаз, е изработена от РР материал или от алуминий. Колелата са поставени на два лагера и са закрепени към плаза с винтове и самозакриращи се кърни. Ролкови кърни не са оборудвани с механизъм на каране и няма оборудване за разбър.

ВНИМАНИЕ! Не може да се правя никакви изменения на ролкови кърни, тъй като това може да допринесе за влошаване на техните качества. Такива изменения могат да бъдат:

- Танке експлуатационне материали, каск, колеса, подвижничи или тормоза, които подлежат натуралному стиранию, не могат бъдат отидани в магазини в качествре рекламиации.

РЕГУЛИРАНЕ НА РАЗМЕР НА РОЛКОВА КЪРНИА (Фиг. 1)

- Трябва да започнете да регулирате издръжката ровнича, трябва да отслабнете друсационна стъжка (горния обвуква).
- Трябва да се отслаби затягана идръжка (натисне бутон), отслабнете долната на въртящата на подвижна обвуква.
- След това трябва да се избере съответен размер, така че блокадата да влезе в съответен отвор и да се осъбоди бутон.

Самозакриращи се гайки и други самозакриращи елементи могат да изгубят своята ефективност когато са ръждясали, изтързани или са разхлабени. В този случай незабавно трябва да бъдат сменени. От съображения за безопасност препоръчва се само за еднократна употреба на самозакриращи се гайки.

ПОДДРЪЖКА

Редовна поддръжка има съществено значение за безопасността на каране на ролкови кърни и удължава нейната иви. Постоянното поддържане на ролкови кърни в добро състояние, увеличавна тяхна безопасност. След каране на ролкови кърни е препоръчително цялостно почистване и изсушаване. Трябва да се извади малки камъчета и други чужди елѐменти, които могат да се намират мекже колелата.

По време на каране на ролкови кърни някои елементи к: тос спирачка, колела, лагери са подложени на износване. Трябва редовно да се проверява състоянието им и, ако е необходимо, да се ги замени с нови.

- Спирачки**
 - Ако спирачките не работят правилно, това може да означава, че са износени. За това състояние информира ни гълт между долна повърхност на спирачката и тази повърхност, по която тя се движии. Ако той е по-голям от 40° това трябва да се сменят спирачката.
- Спирачки (Фиг. 2)**
 - Отвѐрти осви винтове които се намират до спирачката използвайки подходящи уред.
 - Премахни конзола на спирачката от плаза.
 - Смени спирачката от конзолата с помощта на отвертка.
 - Закрепи нова спирачка.
 - Закрепи конзола върху плаза и завий осви винт и гайка.
 - Увери се, че винта е добре затегнат.

От съображения за безопасност се препоръчва да се използва само вѐднѐжи самоблокирания гайки.

- Колела**
 - Дуриятор показва твърдоста на колелата – колкото по-високо число, толкова по-твърдо колело. Напр. колела 78А – са мекѐ, а 92А са твърди. Мекѐ колела адаптират се по-добре към пътя и осигуряват по-добра транция. Твърдите колела износват се по-бавно, но осигуряват по-малка тракция и по-малък комфорт на каране. Размери на колелата се измерва в милиметрии.
 - 69-84mm – малки колела, които са ценни за местата, помогат ти начинееште да запазиш стабилността.
 - 70-72mm – средни колела, които се използват за каране на дълги разстояния и за рекреационно каране.
 - 76-84mm – големи колела, използвани за бързо каране, найн – устойчиви за средно-напреднали и напреднали потребители.

По време на каране ролкови кърни колелата се износват и трябва да се заменят периодично. Степента на износване на колелата зависи от много фактори, като например стил на каране, повърхността, ристи и тегло на потребителя, климатични условия, материал на колелата и тяхна твърдост. Колелата от въртяща страна износват се по-бързо. Преди колелата вѐксват се по-бързо от средно и задни колела. Препоръчва се да се върти колелата след каране около 70 км, или в случай на видимо износване на колелата.

Смяна на колелата: (Фиг. 3)

- Отвѐрти осви винтове които се намират до спирачката използвайки подходящи уред.
- Смени колелото от плаза.
- Извади лагера с втулка от колелото.
- Сложи лагера с втулка в новите колела.
- Сложи колела на плаза и довърти осви винтове.

Не трябва да се залага твърде силно болтоте закрепации колелата.

От съображения за безопасност се препоръчва да се използва само вѐднѐжи самоблокирания гайки.

Ротация на колелата

По време на ротация на колелата увери се, че най-износеното колело ще сменят положението си с най-малкото износено. Високо колело с по-голямо износване от въртяща страна ще се обрне със 180 градуса, така че най-износената страна да е е отгоре. Това ще осигури равномерно износване на колелата. Трябва да се следва рисунката по-долу.

Колела не се въртат плано
Новите колела да да се въртат плано трябва да се ги дотриве. Лагериите са тясно монтирани и са оптимална ефективност изискват напояване. Трябва също да се провери дали винтовете не са твърде силно затегнати.

3. Лагери

Има следни видове лагери:
608 2 – обикновене лагери за начинаещи.
ABEC 1, 3, 5, 7 – добър лагер, дълъг живот.
Номеро до ABEC, колкото по-голямо толкова по-прецизен лагер и по-добър материал, от който е изработен.

Добро качество на лагериите осигурява плано каране на ролкови кърни. Всичките лагери имат смазка и не изискват поотрно намазване. Трябва да се избяга от праши, мази и мокри повърхности. Мокри или влажни лагери трябва да се изсуши с чиста кърпа. Износен лагер трябва да се сменят.

Смяна на лагери

- Смени колелото от плаза.
- Извади първия лагер от колелото използвайки подходящи уред.
- След това извади втулка и втория лагер.
- Почисти лагера с сука кърпа и го смени с нов.
- Сложи първия лагер в колелото.
- Сложи втулката и втория лагер.

4. Гайки и други самозакриращи се елементи

Самозакриращи се гайки и други самозакриращи се елементи могат да изгубят своя ефективност ако са ръждясали, изтързани или са разхлабени. В тази случай незабавно трябва да бъдат сменени. От съображения за безопасност самозакриращи се гайки трябва да се използва само вѐднѐжи.

КЪРНИ

Кърни не са предназначени за търговска употреба. Внимателно прочети тази инструкция преди да ползваш продукта и запази я за по-нататъшна употреба! Самозакриращи гайки и други самозакриращи запорници могат да губят ефективността си в случай на неправилно ползване на кърните.

ПРЕДНАЧАЧЕНИЕ

Преди да се купи трябва да се избере подходящ тип и размер на кърните в зависимост от размера на краката, телесното тегло, нашеите умения и от предначертаното (фигурно пързалене, хоккей). Кърните са предназначени за пързалене по гладък лед без дупки и в определени за тази цел места, тост на ледени пързалки.

ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНО ПОЛЗВАНЕ НА КЪРНИТЕ

- Ако кърните са били паднали, те трябва да бъдат започнати преди първата употреба.
- Кърните трябва да се заточат на специализирани места предназначени за тази цел.
- Децата трябва да се пързаят под надзора на възрастни лица.
- Преди всяка употреба трябва да се проверят закрепване на всичките връзки. Пързалене с кърни не изискват поотрно намазване. Трябва да се избяга от праши, мази и мокри повърхности. Мокри или влажни лагери трябва да се изсуши с чиста кърпа. Износен лагер трябва да се сменят. Преди каране на кърните трябва да се провери дали всичките болтове, са добре стегнати и дали елементи свързватщи кърни са добре защитени.Извън ледната пързалка, мола повзавате накладки върху острието на плазите.
- Устройството трябва да се проверява редовно за износване и повреди, само тогава то ще изпълнява условия за безопасност. Да се използва повредено съоръжение.
- Постоянно поддържане на кърните в добро състояние, увеличавна тяхната безопасност.
- С кърните не е позволено да се правят никакви сломни фигури и акробатии. Те са единствено за рекреация. Не може да се скача със кърни.

- Не може да се използват никакви промени на кърните, понеже това може да влоши безопасността на ползване на кърните.
- Малко силно и внимателно започнайте част на стъпалото – това води до утвърдяване на крака в обвуката, благодарение на което кракът в обвуката е по-стабилен и може да се елиминира напрежениа в областта на перта.

ПРИНЦИПИ ЗА ПОЛЗВАНЕ

Преди всяко каране, трябва са се провери техническото състояние на кърните и дали елементи свързватщи кърните са добре защитени. Всичките шоби трябва да бъдат затегнати. Трябва редовно да се почиства, поддържа и заточва кърните. Не може да се пързаят с кърните на сняг, лед, пясък, и на не предначертани за тази цел места. По време на ходене по тротоара, асфалта, бетона трябва да се използва протектори за пързалчание. След всяко завършено пързалане пързалчати трябва да бъде почистени, изсушени и консервирани. Пренебрегване на тази стъпка може да предизвика корозия на кърните. Препоръчва се използване на протектори за колелата и лактите и каска на главата.

СТРУКТУРА НА КЪРНИТЕ

Структура на самата кърпа (плаз) зависи от дисциплина, в която тя се използва. Някои видове на спортни дисциплини, които използват кърни:

- хокей на лед (кърни за хокей на лед),
- фигурно пързалене (кърни за фигурно пързалене),
- бързо пързалене с кърни.

Кърни за фигурно пързалане имат зъби от пред на острието, а кърни за хокей ги нямат.

СПИРАЧНА ТЕХНИКА НА КЪРНИТЕ

Трябва да се спира въвеждайки кърните в пързалане – установи се перпендикулярно на посоката на движение. Спирай мекжео винмателно, така че да не паднеш.

ПЪРЗАЛЕНЕ С КЪРНИТЕ

За да качиш кърни до отблъскването от леда на смяна едният и другият крак с въртящия ръб на кърните, за да се добият наведените колени. Ползване на кърните, поради постоянно движение със значителна скорост, се нуждае от правилна техника на ползване, която осигурява безопасност на този който се пързаят с кърните и на хората в околността. Въз връзка с рекреационно предназначение на кърните се препоръчва използване на специални техники за управление на развитаето и с изключиене на всакии еволюции и скокове. Скоростта винаги трябва да бъде съобразена с нивото на квалификацията им. Избягай пркалено висока скорост.

СЪЗДАВАНЕ НА КЪРНИТЕ

- Забранено е да се създава кърните трябва да се:
 - раздърже и разкълаване връзки (разкожкѐ стигате и /или велкро/),
 - Издръпа езика на обвуката ,
 - Стисне кърната с двете ръце ,

Забранено е да се създава обвуката „обвуква за обвуква“.

ПОДДРЪЖКА НА КЪРНИТЕ

Редовна консервация и поддържане на оборудването в добро състояние има съществено значение за безопасността на пързалане с кърните, и удължаване на тежен живот. Постоянното поддържане на кърни в добро състояние, увеличавна тяхната безопасност. След свършване на пързалане с кърните се препоръчва тято внимателно почистване и сушене. По време на каране на кърните, някои елементи, като например пързалча са подложени на износване. Трябва редовно и непрекъснато да се проверява техното състояние и ако е необходимо, те трябва да бъдат заточени. Ако използвате обвукѐи с връзки или въртяща страна, мола да ги смените. Смяна на други части на кърните може да направят единствено квалифицирани работник от компанията Spökey.

РЕГУЛИРАНЕ НА РАЗМѐРА

- Преди регулиране на избран размер трябва да се разхлабят затварящото (горно) и се да разхлабни стъжка (долно).
- След това трябва да се натисне бутон, който се намиращ в задна част от въртяща страна на обвуката.
- Разтвъряйки предна част на подвижна обвуква трябва да се избере подходящ размер.

СМЯНА НА ШАСИТО НА ШАСИ С КОЛЕБА

- Преди да започнете пързалане, трябва да приготвите необходимите за това инструменти (2 имбусни ключа, 2 шаси, пластмасова втулка, 1 дълъг болт, 1 гайка)
- Започнете от отгиването на двете задни колела и демонтажа на спирачката.
- Плънете болта в едно от колелата и след това поставете шайбата. Поставете спирачката в шасито и изключете отпор на колелото. Пластмасовата втулка поставете върхе в шасито между отворите и пънците болта в нея. Поставете шайбата, след това колелото и затегнете с късия болт, използвайки двата имбусни ключа.

СМЯНА НА ШАСИТО НА ШАСИ С ЧЕТРИ КОЛЕБА

- Преди да започнете пързалане, трябва да приготвите необходимите за това инструменти (2 имбусни ключа, 4 шаси, 2 пластмасови втулки, 2 дълги болта, 2 гайки)
- Първо трябва да отгивните всички колела с помощта на имбусните ключове и да демантирате спирачката.
- Плънете болта в едно от колелата и след това поставете шайбата. Поставете спирачката в шасито в последния отвор на шасито. Поставете пластмасовата втулка между отворите върхе в шасито и пънците болта в нея. Поставете шайбата, след това колелото и затегнете с късия болт, използвайки двата имбусни ключа.
- Плънете болта в едно колело и след това поставете шайбата. Поставете пластмасовата втулка между отворите върхе в шасито и пънците болта в нея. Поставете шайбата след това колелото и затегнете с късия болт, използвайки двата имбусни ключа

ГЕРБУКСААНWIJZING LEES AANDACHTIG DEZE GERBUKSАANWIJZING EN BEWAAR VOOR LАTER GERBUK

REGELS VOOR VELLIG GERBUK

- Het rijden op skeelers moet worden gedaan op een vlakke, schone, droge ondergrond. Voordat je gaat rijden, zorg ervoor dat u op het gebied waar de rit zal plaatsvinden zijn er geen gaten, kuilen, keien, stenen, zandhoepjes die zouden toedragen tot vallen en een letsel kunnen veroorzaken. Vermijd onefen, rotsen, gladde, stoffige, rotsachtige en natte oppervlakten.
- Het rijden op skeelers moet gebeuren uit de buurt van andere weggebruikers.
- Gebruik de skeelers niet op straat of op de stoep.
- Rij niet op skeelers op schoolterreinen of op andere plaatsen waar er kinderen zijn.
- Het is verboden om op de skeelers (zich houdend) achter bewegende voertuigen te rijden zoals auto, fiets, bus, vrachtwagen, enz.
- Bij het skeelen gebruik beschermende uitrusting, zoals helmen, beschermers voor pols, elleboog en knieën en reflecterende kleding. De beschermende middelen bevleugen tegen minstens 1 meter.
- Voer elk gebruik, controleer dan de montage van alle connectoren. Het rijden kan alleen worden gestart als het toestel is volledig functioneel. Voor het rijden controleer dat alle schroeven vast zitten en de wielen zijn draaiend.
- Het toestel moet regelmatig worden gecontroleerd op slijtage en beschadiging om aan de veiligheidsvoorwaarden te voldoen. Gebruik geen beschadigde apparatuur.
- Regelmatig onderhoud van skeelers verhoogde de veiligheid.
- Maak op skeelers geen moeilijke bewegingen en sprongen. Ze zijn alleen bestemd voor het recreatief rijden.

- Verwijder eventuele scherpe randen ontstaan tijdens het gebruik.
- SKEELEN**

Het gebruik van skeelers, vanwege constant beweging en snelheid vereist een goede techniek, alsook het vaarboeren van de veiligheid van personen in de omgeving. In verband met recreatief beoeding van skeelers, het wordt aan te raden om standaard (rijtechnieken, zonder eventuele evolutie en sprongen te maken). Tijdens het rijden, wees dan voorzichtig. Pas altijd de snelheid aan uw ervaring. Wij raden het skeelen in daartoe aangegeven gebieden. Het skeelen moet worden gedaan op een vlakke, schone, droge ondergrond. Voordat je gaat rijden, zorg ervoor dat u op het gebied waar de rit zal plaatsvinden zijn er geen gaten, kuilen, keien, stenen, zandhoepjes die zouden toedragen tot vallen en een letsel kunnen veroorzaken. Vermijd onefen, rotsen, gladde, stoffige, rotsachtige en natte oppervlakken. Vermijd te hoge snelheid.

Het Leren van vallen kan aanzienlijk de kans om ernstig letsel verminderen:

- a) Als u niet weet te vallen, dan moet je skellen om de afstand van de val te kunnen minimaliseren.
- b) bij het vallen probeer op het zachte gedeelte van het lichaam te vallen,
- c) bij het vallen probeer dan, indien mogelijk, flexibel te blijven.

RECREATIEKENEN

Als de skeelers zijn van een rem voorzien: de punt van de skeeler, waar de rem is gemonteerd moet omhoog, (als beide skeelers een rem hebben, kunt u een kiezen om te gaan remmen) en dan druk de rem tot de grond op.

Als de skeelers geen rem hebben of het is verwijderd: het wordt aanbevolen om de z.g.n. "Tremtechniek te gebruiken" - maar uitsluitend door gevorderde gebruikers! Beweg uw gewicht op één voet, verplaats dan de andere voet voor de eerste en zet recht. Het lijkt als de "T" letter.

CONSTRUCTIE VAN SKEELERS
Skeelers bestaan uit twee componenten: de schoen en het onderste deel. De schoen is vervaardigd geheel uit kunststof of voorste gedeelte daarvan kan van zacht materiaal worden gemaakt. Het onderste deel, bekend als de loper is gemaakt van aluminium of PP-wiel zijn gemonteerd op twee lagere en bevestigd aan de lopers met zelfborende moeren en bouten.
Skeelers zijn niet uitgerust met besturingscontacten en hebben geen aanloop-apparaat.

LET OPIJ! U kunt geen wijzigingen aan de skeelers aanbrengen, omdat het kan tot de onveiligheid leiden.

Epiilatiematerialen zoals wielen, lagere en remmen zijn onderhevig aan normale slijtage en kunnen niet gerepareerd worden!

Maatinstelling (Afb. 1)

- Voor het aanpassen van de juiste maat moet de tweedelige sluiting worden losgemaakt (boven en onder).
- Daar blokke los aan de voorste binnenzijde van de beweegbare schoen.
- Stel vervolgens de juiste maat, zodat blokke komt in de juiste gat en draai het vast.
- Zelfborende moeren en andere beschermingelementen kunnen niet meer goed functioneren als ze verroest, versleten of losgemaakt zijn. In zulke geval moeten zij worden vervangen. Het is aanbevolen conform de veiligheidsredenen dat zelfborende moeren slechts eenmaalig worden gebruikt

ONDERHOUD

Regelmatig onderhoud is essentieel voor de veiligheid van het skeelen en zorgt van het uitbreiden van hun levensduur. Permanent onderhoud van de skeelers in goede staat verhoogt de veiligheid. Aan het einde van het rijden wordt aanbevolen hun reiniging en drogen. Verwijder kleine steentjes en andere vreemde elementen die zijn gekomen tussen de wielen. Tijdens het skeelen, een aantal onderdelen zoals remmen, wielen, lagere zijn onderhevig aan slijtage. U dient regelmatig hun toestand te controleren en, indien nodig, door nieuwe te vervangen

1) Remmen (Afb. 2)

- Als de remmen niet goed werken, kan dit duiden op hun slijtage. Dat kan men zien aan de hoek tussen het ondervak van de rem en de weg, waarna skeer zich beweegt. Indien deze hoek is groter als 40° dan moet het rem worden vervangen.
- Zet een nieuwe rem op.
- Zet de rembeugel en draaf af schroef met moer.
- Zorg ervoor dat de schroef vast zit.

Gebruik om veiligheidsredenen slechts eenmalig zelfborende moeren.

2) Wielen

Durometer bepaald hardheid van wielen- hoe hoger het getal des te harder zijn de wielen. Bv. 76A wielen zijn zacht en wielen 92A betekenen harde wielen. Zachte wielen zich beter aanpassen aan de weg en zorgen voor een betere tractie. Harde wielen slijten minder snel, maar bieden minder grip en minder comfort. Wielen worden gemeten in millimeters.
60-65mm – kleine wielen met een laag zwaartepunt voor beginnende gebruikers om stabiliteit te handhaven.
70-72mm - middle/rote wielen, gebruikt voor lange afstanden en recreatief rijden.
76-82mm - grote wielen, gebruikt om snel te rijden, de meest stabiel voor semi-gevorderde en gevorderde gebruikers.

Tijdens skeelen de wielen gaan slijten en moeten periodiek worden vervangen. De mate van slijtage is afhankelijk van veel factoren, zoals de rijstijl, het oppervlak waarop wordt gereden, lengte en wiellicht van de gebruiker, weerstand van de weg, materiaal en de hardheid van de wielen.
Wielen aan de binnenkant slijten sneller. De voorste wielen slijten sneller dan het midden- en achterwiel. Het wordt aanbevolen om na ongeveer 70 km of in het geval van zichtbare slijtage de wielen te vervangen

Vervanging van de wielen: (Afb. 3)

- Verwijder de schroeven m.b.v. passendgereedschap.
- Haal de wiel eruit van loper.
- Trek de glijlagers af van de plastic vtuks.
- Plaats de glijlagers in de nieuwe wiel.
- Bevestig de wiel op loper en draaf de schroef vast.
- Wielvibouten niet te strak aandraaien.

Om veiligheidsredenen wordt aanbevelen slechts eenmalig gebruik van zelfborende moeren.

Vervanging van de wielen

Tijdens vervanging van de wielen zorg ervoor dat de meest versleten wiel zal de positie veranderen met de minder gedragen wiel. Draai elke wiel met een grotere slijtage aan de binnenkant om 180 graden, zodat het meer versleten kan weten naar buiten gericht. Dit zal zorgen voor een gelijkmatige slijtage van wielen. Volg de onderstaande tekening.

Wielen draaien niet soepel

De nieuwe wielen, om soepel te draaien, moeten worden doorgedraaid. Lagere zitten goed vast en voor een optimale prestatie moeten worden belast. Controleer ook of de schroeven zijn niet te vast aangedraaid.

3) Lagere

Er zijn volgende soorten lagere:
608 2 – gewone lager voor beginners.
ABEC 1, 3, 5, 7 – goede lager, lange levensduur.
Hoe groter de cijfer bij ABEC des te beter de nauwkeurigheid van het lager en kwaliteit van het materiaal. Goede kwaliteit van lagere garandeert een vlotte rit op skeelers. Alle lagere zijn voorzien van vet en hoeven

niet opnieuw worden gesmeerd. Vermijd stoffige, vette en natte oppervlakten. De natte of vochtige lagere moeten worden gedroogd met een schone doek. Versleten lagere moeten worden vervangen.

Vervanging van lagere

- Verwijder de eerste lager van het wiel met geschikte gereedschap.
- Verwijder vervolgens de lagering en de tweede lager.
- Maak de lager schoon met een droge doek of vervangen voor de nieuwe.
- Plaats de eerste lager in het wiel.
- Plaats de lagering en de tweede lager.

4) Moeren en andere elementen

De zelfborende moeren en andere beschermende elementen kunnen niet meer goed functioneren als ze verroest, versleten of losgemaakt zijn. In dit geval moeten zij worden vervangen. Om veiligheidsredenen wordt aanbevelen slechts eenmalig gebruik van zelfborende moeren.

SCHAATSEN

LEES DEZE GERBUKSАANWIJZING VOOR GEBRUK VAN DE SCHAATSEN GOED EN BEWAAR DEZE VOOR LАTER GERBUK!

-DE SCHAATSEN ZIJN NIET BESTEMD VOOR COMMERCIEEL GEBRUK. -DE ZELFBORGENDE MOEREN EN ANDERE BESCHERMENDE BEVESTIGINGSMIDDELLEN KUNNEN HUN EFFECTIVITEIT VERLIZEN IN HET GEVAL VAN ONEIGENLIJK GEBRUK VAN SCHAATSEN.

KASUTUSJOUK
LUUGEHOOLKALD KÄSOLEVAT JUHENIDT ENNE RULLUSKUDE KASUTAMIST JA HOIDKE SEE
HE
HILISEMSK KASUTAMISEKS ALLE!

RULLUSKUD

TURVALISE KASUTAMISE REGLID

1. Rulluskudega sõitakse peamis toimuvas tasasel, siledal, puhta ja kuiva pinnaga. Enne sõitmise alustamist veenduge, et ala, kus sõit toimub, ei ole ettevalk, korralik ega kivine, kuna see võib põhjustada kukkumisi ja kehavigastusi. Vältige ebahabituid, järskes, libedaid, tolmuseid, kiviseid ja märgi pindu.
2. Rulluskudega tuleks sõita eemal teistest liikijatest.
3. Rulluskude ei tohi kasutada tänaval ega koolimäel.

4. Rulluskude ei tohi kasutada pimedal.
5. Rulluskude kasutamise liikuvas sõidukite, näiteks auto, jalgratta, bussi või veoauto külge klammerdudes on keelatud.
6. Rulluskude kasutamisel on soovitatav kanda kaitsevõrku, nagu kiiver, randme-, küünarnuki- ja põlvkaitsemid ning helkureleme. Kaitsevõrku on mõeldud võimalike kehavigastuste vältimiseks.

7. Enne igat kasutamist tule kontrollida kõigi ühenduste kinnitust. Sõitu võib alustada ainult siis, kui rulluskud on täiesti korras. Enne sõitu tuleks kontrollida, et kõik kruvid oleksid korralikult pingutatud ning et rattad pöörleksid sujuvalt liikumise ajal.
8. Rulluskude tuleks regulaarselt kontrollida kulumise ja kahjustuste suhtes – ainult siis vastavad need turvalisuse tingimustele. Vigastatud rulluskudeid ei tohi kasutada.
9. Rulluskudega heas seisukorras hooldime suurendab nende turvalisust.

10. Rulluskudega ei tohi teha keerulisi trikke ega akrobaatikaelemente. Need on mõeldud ainult vabaajaksõiduks.
11. Kõik teravad esemed, mis kasutamise käigus tekivad, tuleb eemaldada.

RULLUSKUTAMINE

Rullustamist, mis nõuab pidevat liikumist ja arvestavat kiirust, eelab konkreets kasutustehnikat, mis tagab sõitja ja lihteduse viibaste niinestele tasasele. Arvestades rulluskude vabaajastarvet, on soovitatav kasutada tavasilis sõidukina, vältides igasuguseid trikke ja hüppeid. Rulluskutes tuleb olla ettevaatlik. Kiirust tuleks alati kohandada vastavalt asotele tasemele. Soovitamise sõita rulluskudega selleks ettenähtud kohtades. Rullustamist peaks toimuvas tasasel, siledal, puhta ja kuiva pinnaga. Enne sõitmise alustamist veenduge, et ala, kus sõit toimub, ei oleks auklik, korralik ega kivine, kuna see võib põhjustada kukkumisi ja kehavigastusi. Vältige ebahabituid, järskes, libedaid, tolmuseid, kiviseid ja märgi pindu. Vältige liigset kiirust.
Ohutu kukkumise õppimine või oluliselt vähendada tõsiste kehavigastuste riski:
a) kasutage tasakaalu ja muud võimeid rulluskude kukkumiskõrgust;
b) kukkumisel püüdes maamalda pehmele kehale;
c) kukkumisel püüdes võimalusel, olla paindlik.

PIDURAMISTEHNIKA

Kui rulluskud on varustatud piduriga: tõstke aeglaselt piduriga varustatud rullusk ees üles ja seejärel suruge piduri maapinna vastu.
Kui rulluskud ei ole varustatud piduriga või see on eemaldatud, on soovitatav kasutada nm. "Piduridustehnikat" – kuid ainult kogunud kasutajatel! Kõrgu keharuus tuleb viia ehale jalele, seeläbi teine jalg liigutada esimese taha ja asetada see rist. See näeb välja nagu "T" täht.

RULLUSKUDE EHTUS

Rulluskud koosnevad kahdest osast: paast- ja alumisest osast. Saabas on täielikult valmistatud plastist või võib selle etiosa olla valamisest materjalist. Alumine osa, mida nimetatakse raamiks, on valmistatud alumiiniumist või PP-st. Rattad on kinnitatud kahe laagriga ja kinnitatakse raamile iseluskuvate muudrite ja poltidega.

Rulluskude ei ole juhtimismehhanismi ega kiirendussüsteemi.

TÄHELEPÄRATU! Rulluskude ei tohi modifitseerida, kuna see võib ohustust välendada.

Kulumaterjalid, nagu rattad, laagrid ja pidurid, mis kuluvad loomulikult, ei ole aluseks kaebuste esitamiseks.

RULLUSKUDE SUURUSE REGULEERIMINE (Joonis 1)

1. Enne suuruse reguleerimist tule lõpvendada kaheosaline kinnitus (silemine ja alumine).
2. Lõpvendage saapa välisküljel asuvat lukustushooba (vajutage nuppu).
3. Seejärel seadke sobiv suurus nii, et lukk oleks õiges aegus, ja vabastage nupp.

HOOLDUS

Rullustamistehnis õhutamise kasutamise ja rulluskude elueta pikendamiseks on regulaarne hooldus väga oluline. Rulluskude heas seisukorras hooldime suurendab nende turvalisust. Pärast rullustamist on soovitatav need rulluskud puhastada ja kuivatada. Eemaldage rattavahel väikesed kivid ja muud võõrkehad. Rullustamist ajal võivad mõned osad, nagu pidur, rattad ja laagrid, kuluda. Nende seisukorda tuleks regulaarselt kontrollida ja vajadusel asendada.

Iseluskuvate muttrid ja muud iseluskuvatud elementid võivad oma tõhusust kaotada, kui need on roostes, kulunud või lahitud. Sellisel juhul tuleb need viivitamatult välja vahetada. Turvalisuse huvides on soovitatav iseluskuvaid muttreid kasutada ainult ühe korra.

1) Pidurid

Kui pidurid ei tööta korralikult, võib see viidata nende kulumisele. Selleks annab märku nurk piduri alumise pinna ja teepinna vahel, millel te sõidate. Kui see on suurem kui 40°, tuleb pidur välja vahetada.

Piduri paigaldamine / vahetamine (Joonis 2):

- Eemaldage pidur pakenidist ja veenduge, et kõik osad on komplektis (pidur, kinnituspoldid).
- Kontrollige, kas komplektis on sobiv kasutankvõti. Kui mitte, valmistage oma tõornist, mis sobib poltidele.
- Keerake kasutankvõtmega lahti rullusvi viimane rats, millele soovite piduri paigaldada (olenevalt sellest, kumb jalg on juhiti ja millisele jalgale soovite paigaldada).
- Eemaldage hoolikalt rats, hoides kõik osad kindlas kohas.
- Siestage kinnituspoldid piduri ja rulluskude aukudesse.
- Keerake kasutankvõtmega piduri kinnitades piduri rulluskude külge. Veenduge, et poldid on korralikult kinni keeratud, et pidur oleks stabiilne.
- Olge ettevaatlik, et mitte kruvisid üle pingutada ja keermestust kahjustada.
- Asetage rats tagasi oma teljele.
- Siestage topa rak ja telje aukudesse ning keerake see kasutankvõtmega kinni. Veenduge, et ratas on korralikult kinnitatud ja pöörleb vabalt.
- Enne rulluskude kasutamist veenduge, et pidur töötab korralikult. Püüde õrnalt pidurdada, kontrollides, kas pidur on korralikult kinnitatud ja töötab.
- Pärast esimest paarit sõitu kontrollige, kas poldid ei ole lihtni tulnud ja kas pidur töötab korralikult. Vajadusel pingutage poldid kinni.
- Turvalisuse huvides on soovitatav iseluskuvaid muttreid kasutada ainult ühe korra.

2) Rattad

Duromeeter tähistab rataste kõvadust – mida suurem on number, seda kõvemad on rattad. Näiteks rattad 78A on pehmemad rattad, 82A on kõvad rattad. Pehmed rattad kohanevad teega paremini ja tagavad parema haarduvuse. Kõvad rattad kuluvad aeglasemalt. Kuld tagavad väiksema hõõrdumise ja sõidumugavuse. Rataste suurus mõeldakse millimeetrites:
60-64 mm – väikesed rattad madala kasutuskõrgusega, mis aitavad algaajast taltsutada stabiilsust.
70-72 mm – keskmised rattad, mis kaitsevad pikema sõiduki ja vabaajaksõiduks.
73-75 mm – suured rattad, mis kasutatakse kiireks sõiduks ja mis on kõige vastupidavamad keskmise ja kõrgtaseme sõidajatele.
Rullustamisel kuluvad rattad ja need tuleb aeg-ajalt välja vahetada. Rataste kulumise määr sõltub paljulist teguritest, nagu sõidustiil, pind, millel sõidetakse, kasutaja pikkus ja aia, ilmast tingitud muutused, ratta tüüp ja nende kõvadus.

Sisemised rattad kuluvad kiiremini. Esirattad kuluvad kiiremini kui keskmised ja tagumised rattad. Soovitatav on rattad pöörata umbes iga 70 km järel või rataselt nähtava kulumise korral.

Rattavahetus (Joonis 3):

- Keerake lahti rattad kinnitavad teljevõrku, kasutades sobivat tõornist.
- Eemaldage rats raami kinnitustest.
- Eemaldage laagrid koos hülsiga rattast.
- Siestage laagrid hülsiga uude rattasse.
- Paigaldage rattad raamile ja pingutage teljevõrku kinni.
- Ratate kinnituskruvide ei tohi liiga tugevalt pingutada. Turvalisuse huvides on soovitatav iseluskuvaid muttreid kasutada ainult ühe korra.
- Ratta pöörlemine**
- Rataste pöörlemist veenduge, et kõige kulunud ratsa vahetatakse kõige vähem kulunud rattaga. Iga ratas, mis on sisemiselt rohkem kulunud, tuleb pöörata 180 kraadi, ni et rohkem kulunud kül oleks väljapoole suunatud. See tagab ratsate ühtlase kulumise. Järgige allolevat joonist.

Rattad ei pöörle sujuvalt

Selleks, et uued rattad pöörleksid sujuvalt, tuleb need sisestöötada. Laagrid on tihedalt kinnitatud ja optimaalne jõudlus saavutatakse koormuse all. Samuti tule kontrollida, et kruvisid ei oleks liiga tugevalt pingutatud.

3. Laagrid

Erinevad laagridüüpe:
608 Z - tavasilise algaajate mõeldud laagrid
ABC 1, 3, 5, 7, 9- hea laager, pikk kasutusaja.
ABC-C ei ole vab number - mida suurem see on, seda parem on laagri täpsus ja materjal, millest see on valmistatud. Hea kvaliteediga laagrid tagavad sujuva rullustamist. Kõik laagrid on määrdega varustatud ja need ei ole vaja uuesti määrda. Tuleks valida tolmuseid, rasvaseid ja märgi pindu. Märjad või niisked laagrid tuleb kuivatada puhta lapiga. Kulunud laagrid tuleb välja vahetada.

Laagrite vahetamine

- eemalda rattad raamist,
- pühasta rattast välja esimese laager, kasutades sobivat tõornist,
- seejärel eemalda hüls ja teine laager;
- vabasta laager kuiva lapiga või vaheta see uude vastu,
- sisesta esimese laager rattasse,
- sisesta hüls ja teine laager.

4. Iseluskuvatud muttrid ja muud iseluskuvatud osad

Iseluskuvatud muttrid ja muud iseluskuvatud osad võivad oma tõhusust kaotada, kui need on roostes, kulunud või lahitud. Sellisel juhul tuleb need viivitamatult välja vahetada. Turvalisuse huvides on soovitatav iseluskuvaid muttreid kasutada ainult ühe korra.

ÜSUD

- isusid ei ole ette nähtud kommersiaalsetele,
- iseluskuvatud muttrid ja muud iseluskuvatud kinnitusevahendid võivad kaotada oma tõhususe isuside ebaõige kasutamise korral.

Enne ostmist tuleks valida sobiv isusüüpe ja suurus vastavalt jala suursele, kehakaalule, isutusamisoskustele ja kasutajate tüübile (isutusamine, hoki). Isusid on mõeldud sileda ja aeguvaaba jala peal sõitmiseks, selleks ettenähtud kohtades, nagu jäähaldil.

TURVALISE ISUTAMISE REGLID

- Kui isusid ei ole tehased teritud, tuleb need enne esmakordset kasutamist teritada.
- Isuse tuleks teritada spetsiaalselt selleks ette nähtud kohtades.
- Lapsed peaksid isutusma täiskasvanu järelevalve all.
- Kõik isusid kasutades tuleb kontrollida kõigi ühenduste kinnitust. Sõitu võib alustada ainult siis, kui seade on täiesti korras. Enne isutamist tuleks kontrollida, et kõik kruvid oleksid korralikult pingutatud ning et isusid ühendussõid oleksid hästi kinnitatud.
- Jääväljal väljajäppude tuleks kasutada tera kaitsemöödi.
- Isuse tuleks regulaarselt kontrollida kulumise ja kahjustuste suhtes – ainult siis vastavad need turvalisuse tingimustele. Vigastatud isusid ei tohi kasutada.
- Isusid heas seisukorras hooldime suurendab nende turvalisust.
- Üsiskudega ei tohi teha keerulisi trikke ega akrobaatilisi elemente. Need on mõeldud ainult vabaajaksõiduks. Üsiskude ei tohi hüpata.
- Üsiskude moodusteerimine, mis võib ohustust halvendada, on keelatud.
- Jala keskmise osa tugevalt ja hoolikalt kinnitamise tagab jala stabiilsuse saapas ning väldib kanna piirkonna vigastusi.

Ohutu kukkumise õppimine või oluliselt vähendada tõsiste kehavigastuste riski:

- a) kasutage tasakaalu ja muud võimeid rulluskude kukkumiskõrgust;
- b) kukkumisel püüdes maamalda pehmele kehale;
- c) kukkumisel püüdes võimalusel, olla paindlik.

Kasutustreigid

Enne igat isutamist tuleks kontrollida isukude tehnilist seisukorda ning veenduda, et ühendussõidud on korralikult kinnitatud. Kõik pandud peavad oleks kinni. Üsike tule regulaarselt puhastada, hooldada ja teritada. Ei tohi isutada lumel, lival ega muudes sileks mitte ette nähtud kohtades. Kõnnitelt, asfaldil või betoonil sõitades tule kasutada tera kaitsemöödi. Pärast igat isutamist tuleb tera puhastada, kuivatada ja hoolidada. Tese tegevuse eiramine võib põhjustada tera roostetamise. Soovitatav on kasutada põlve- ja küünarnukkikaitsemid ning kiivrit.

Üsiskude tüübid

Üsiskude tüübid
Üsiskrami (tera) ehitus sõltub spordialast, mille jaoks need kasutatakse. Mõned spordialad, mis kasutavad üsike, on:
– jäähoki (hokisusid),
– isutusamine (isutusid),
– kiirusutamine (pikisusid),
liiulusutamisel on tera esiosas hambad, hokiuksutamisel mitte.

ISUTAMISE PIDURAMISTEHNIKA

Pidurdamise oskus on oluline osa isutamises. See aitab vältida ebaemedeivaid kukkumisi, lõoke või kokkupõrkeid teiste inimestega. On mitmeid pidurdamisviise ja -tehnikaid: pidurdamine T-stop tehnika abil, tera pidurdamine ja pööramine. Algaajate soovitamise sahapidurdamise tehnikat: jalad tuleks asetada harskeisi ja seejärel suunata üsuid esiosid õuksteise poole.

ISUTAMINE

- Isutamise ajal tõukeke jääpinnalt kord ühe, kord teise jalaga, kasutades üsikude sisemist tera, ja viige põlved kõuku. Isutamise, mis nõuab pidevat liikumist ja arvestavat kiirust, eelab konkreets kasutustehnikat, mis tagab sõitja ja lihteduse viibaste niinestele tasasele.
- Arvestades isutuse vabaajastarvet, on soovitatav kasutada tavasilis sõidukina, vältides igasuguseid trikke ja hüppeid. Isutades tuleb olla ettevaatlik. Kiirust tuleks alati kohandada vastavalt asotele tasemele. Vältige liigset kiirust.
- Üsikude eemaldamine**
- Isutamine eemaldamiseks:
 - lõvendage ja lahni sõdage paalad (avage pandlad ja/või takjapaalad),
 - tõmmake saapa keel ettepoole,
 - eemaldage üsike kästisil jalast,
 - on keelatud eemaldada üsike "üks jalg teise vastu".

ÜSISKUDE HOOLDUS

Rulluskude hooldus ja seadme heas seisukorras hooldime on väga oluline isutamise turvalisuse tagamiseks ning üsikude elueta pikendamiseks. Üsiskude heas seisukorras hooldime suurendab nende turvalisust. Pärast isutamist on soovitatav üsike hoolikalt puhastada ja kuivatada. Isutusamise ajal võivad mõned osad, nagu teral, kuluda. Nende seisukorda tule regulaarselt kontrollida ja vajadusel teritada. Kui paalad või sisepaalat kuluvad, tuleb need uude vastu vahetada. Üsiskude muude osade vahetuse võib teha ainult kvalifitseeritud teenriidus.

SUURUSE REGULEERIMINE

1. Enne suuruse reguleerimist tule rihmad ja pandlad lahti teha.
2. Lõvendage liikuva saapa välisküljel asuvat lukustushooba (vajutage nuppu).
3. Seejärel seadke sobiv suurus nii, et lukk oleks õiges aegus, ja vabastage nupp.

RULLUSKUDE MUUTMINE 3-RATTALISEK RULLUSKUS

- Enne muutmist valmistage ette vajalikud tööriistad (2 kuskantvõtit, 2 sebi, plastist hüls, 1 pikki kruvi, 1 mutter).
- Alustage kahe tagumise rata lahikereamist ja piduri eemaldamist.
- Siestage kruvi ühe ratta sisse ja seejärel paigaldage sebi. Asetage piduri raamile rami viimasele auku. Paigaldage plastist hüls raami aukude vahle ja siestage kruvi selle sisse. Paigaldage sebi, sejärel rats, ja kinnitage see lühike kruviga, kasutades kahte kasutankvõtit.

RULLUSKUDE MUUTMINE RULLAKUS

- Enne muutmist valmistage ette vajalikud tööriistad (2 kuskantvõtit, 4 sebi, 2 plastist hüsl, 2 pikka kruvi, 2 lihtkest kruvi).
- Siestake kerake lahti kõik rattad, kasutades kasutankvõtit, ja eemaldage pidur.
- Siestage kruvi ühe ratta sisse ja seejärel paigaldage sebi. Asetage piduri raamile rami viimasele auku. Paigaldage plastist hüsl raami aukude vahle ja siestage kruvi selle sisse. Paigaldage sebi, sejärel rats, ja kinnitage see lühike kruviga, kasutades kahte kasutankvõtit.
- Et kinnitada esirattad, korrake samu toiminguid, mis eelnevas lõigus.

KÄYTTÖOHJE
LUE HUOLELLA TÄMÄ OHJE ENNEN RULLALUUSTIMEN KÄYTTÖÄ JA SÄILYTÄ SE MYÖHEMPÄÄ KÄYTTÖÄ VARTEN!

RULLALUUSTIMET

TURVALISEN KÄYTÖN SÄÄNNÖT

- Rullustelu tuleb suorittaa tasaisella, sileällä, puhtaalla ja kuivalla pinnalla. Ennen luistelua on varmistettava, että alueella ei ole reikiä, kuppia, kiviä, kalliota, mäkkiä tai muita esteitä, jotka voivat aiheuttaa kaatumisen ja vammoja. Vältä epätasaisia, jyrkkiä, liukkaita, pölyisiä, kivisiä ja märkiä pintoja.
- Rullustelun tulee tapahtua enillään muista liikentyväillä.
- Rullaluustimia ei saa käyttää kadulla eikä jalkaväylävillä.
- Rullaluustimia ei saa käyttää hämmässiä tai pimeässä.
- Rullustelun tulee tapahtua säännöllisesti kulumisen ja vaurioiden varalta - vain silloin ne täyttävät turvallisuuvaatimukset. Vaurioitunut varustusta ei saa käyttää.
- Rullaluustimien hyvässä kunnossa pitäminen lisää niiden turvallisuuata.
- Rullaluustimilla ei saa tehdä mitään monimutkaisia temppuja tai akrobatioita. Ne on tarkoitettu vain vapaa-ajan luisteluun.
- Kaikki käytön aikana syntyneet terävät reunat tulee poistaa.

RULLALUUSTELU

Rullaluustimien käyttö vaatii oikeitaan tekniikkaa, joka takaa luistelun ja ympärillä olevien ihmisten turvallisouden, koska luistelu tapahtuu jatkuvasa liikkeessä ja suurella nopeudella. Koska rullaluustimet ovat kassatölvitettyjä muovin käyttöön, suojeillaan standarditekniikallaan käyttöä ilman temppuja ja hyppyä. Rullaluustellessa on noudatettava varovaisuutta.

Nopeus on aina sovittavata taitotason. Suosittelemme rullaluusteluun siihen tarkoitettuiä alueille. Rullaluustelun tulee tapahtua tasaisella, sileällä, puhtaalla ja kuivalla pinnalla. Ennen luistelua on varmistettava, että alueella ei ole reikiä, kuppia, kiviä, kalliota, mäkkiä tai muita esteitä, jotka voivat aiheuttaa kaatumisen ja vammoja. Vältä epätasaisia, jyrkkiä, liukkaita, pölyisiä, kivisiä ja märkiä pintoja. Vältä liiallista nopeutta.

Turvalisen kaatumisen harjoittelu voi merkittävästi vähentää vakavien vammojen mahdollisuutta:
a) Jos menettä tasapainosi, kyyristy vähentääks kaatumiskorkeutta.
b) Kaatessa pyri kaatumaan pehmeälle kehosalalle.

c) Kaatessa yritä, jos mahdollista, pysyä joustavana.

JARRUTUSTEKNIKAT

Jos rullaluustimia on jarru: nosta hitaasti sen rullaluustimen etuosaa, jossa jarru on, ja paina sitten jarru maata vasten. Jos rullaluustimissa ei ole jarrua tai se on poistettu, suojeillaan käyttämään ns. "Tjarrutustekniikkaa" - kuitenkin vain kokeneellä käyttäjillä! Siirra koko kehon paino yhdelle jalalle, ja siirrä toinen jalka ensimmäiseen taakse ja aseta se kohtisuoraan: tämä näytää kirjaimelta "T".

RULLALUUSTIMEN RAKENNE

Rullaluustimet koostuvat kahdesta osasta: kengästä ja alaosasta. Kengät on valmistettu kokonaan muovista, eli etuosaa voi olla pehmeää materiaalia. Alaosaa, jota kutsutaan teräks, on valmistettu alumiinista tai PP-sta. Pyörät on asennettu takaisin laakerin ja kinnitetty terään reunalla ja iselukkuvilla muttereilla.

RUUUMIO!!! Rullaluustimia ei saa tehdä mitään monimutkaisia temppuja ja akrobatioita. Ne on tarkoitettu vain vapaa-ajan luisteluun. Luistimilla ei saa hypätä.

Luistimien kaatumisen harjoittelu voi merkittävästi vähentää vakavien vammojen mahdollisuutta:
a) Jos menettä tasapainosi, kyyristy vähentääks kaatumiskorkeutta.
b) Kaatessa pyri kaatumaan pehmeälle kehosalalle.

c) Kaatessa yritä, jos mahdollista, pysyä joustavana.

RULLALUUSTIMEN KÖN SÄÄTÖ (Kuva 1)

1. Ennen kuitu alit sääätä kokoa, löysää kokosäisen kinnitystä (ylä- ja alaosaa).

2. Löysää kiristyskahvaa (paina nappea), joka sijaitsee liikkuvan kengän ulkopuolella.

3. Säädä sitten koko niin, että lukko menee oikeaan reikään ja vapautaa nappi.

HUOLTO

Säännöllinen huolto on olennaisen tärkeää rullaluustimen turvallisuden kannalta ja pidentää niiden käyttöikä. Rullaluustimien jatkuva hyvässä kunnossa pitäminen lisää niiden turvallisuuata. Rullaluustelun jälkeen suositellaan niiden huolellista puhdistamista ja kuivaamista. Poista pienet kivet ja muut vierat esineet josta, jolla voit olla pyörten välillä. Rullaluustimilla luistellesa joutut osat, kuten jarrut, pyörät ja laakerit, voivat kulua. Niiden kulun on tarkistettava säännöllisesti ja tarvittaessa vahdettava uusien.

Iselukkuviat muttrid ja muud iselukkuviat osat voivat menettää tehonsa, jos ne ovat roostuneet, kuluneet tai löystyneet. Tällaisessa tapauksessa ne on vahdettava välittömästi. Turvallisuuysystistä suosteellaan iselukkuvitten muttereiden käyttämistä vain kerran.

1) Jarrut

Jos jarrut eivät toimi kunnolla, se voi olla merkki niiden kulumisesta. Tämä ilmenee kulmesta jarrun alapinnan ja rulluskun välillä. Jos kulma on yli 40°, tuleb pidur välja vahetada.

Jarrun asennus/vahito (Kuva 2):

- Ota jarru pakkauksesta ja tarkista, ette kaikki osat ovat mukana (jarru, kinnitysruuvi).
- Aseta laakerid ja jarrut uuteen pyörään, jotta jarru oleks õigelt asetatud.
- Irota viimienn pyörät siit rullaluustimesta, jooon haluat asentaa jarru (rippeen siita, kumpi jalg on juhtava ja jolla jarrutat).
- Irota pyörät varustusest ja kiirita kaikki osat turvallisessa paikas.
- Aseta kinnitysruuvi jarru ja rullaluustimen reikien liia.
- Kinnita ruuvi rullaluustimen kuusiokolvaomale. Varmista, ette ruuvi on kiristetty hyvin, jotta jarru on vaka.
- Varo, ettet kirista ruuveja liialla ja vahingoita kierrettä.
- Aseta pyörät takaisin aksellileen.
- Aseta ruuvi pyörä ja akselin reikien liia ja kirista see kuusiokolvaomale. Varmista, etta pyörä on hyvin kinnitettü ja pyöri vapsasti.
- Ennen rullaluustimen käyttöä varista, etta jarru toimib oikein. Kokele keveysi jarrutamista varmistamiseks, etta se on aslanumakiliselt kinnitettü ja tehokas.
- Muutarn esimesimäsen ajakeran jälkeen tarkista, ovatko ruuviit löystyneet ja toimitko jarru oikein. Kirista ruuveja tarvittaessa.
- Turvallisuuysystistä suosteellaan iselukkuvitten muttereiden käyttämistä vain kerran.

2) Pyörät

Duromeeter ilmaiseb pyöränen kovuuden - mitä suurempi numero, sitä kõvemamad pyörät ovat. Esimerkiksi 78A pyörät ovat pehmedä, 92A pyörät ovat kovia. Pehmed pyörät mukautuvad paremmiin teljele ja tarjoavat paremman piduri. Kovat pyörät kuluvad hitaamini, mutta tarjoavat vähemmän pitou ja mukavuttu. Pyöränen kooi mitatatakse millimeetrites:
60-64 mm – pienen pyörät, joissa on matala painopiste, auttavat aaltoilejalla säilyttämään vakauden.
70-72 mm – keskikokoiset pyörät, jotka käytetään pitkällä ajoa- ja vapaa-ajan luistelussa.
76-84 mm - isot pyörät, jotta käytetään nopeaan luistelussa, keskimäämitt keskitason ja kokeiden luistelijoiden käyttöön.
Rullaluustimia käytettäessä pyörät kuluvat ja ne on vahdettava säännöllisesti. Pyöränen kulumisaste riippu monista tekijöistä, kuten luisteluyllätyllä, alustasta, jolle luistellaan, käyttäjän pituudelta ja painosta, alustatyylistä, pyöränen matteen kovuudesta ja kinnityksestä.
Sisemänt pyörät kuluvat nopeammin. Etupöyrot kuluvat nopeammin kuin keskimäämitt ja takapöyrot. Pyöränen kiertosa suosteellaan noin 70 kilometrin välein tai näkyvän kulumisen yhteydessä.

Pyöränen huolto (Kuva 3):

- Löysää pyöränen akselliruuvit käyttämällä sopivaa työkalua.
- Poista pyörä terästä.
- Poista laakerit ja holkit pyörästä.
- Aseta laakerit ja holkit uuteen pyörään.
- Kinnitä ruuvi takaisin terästä ja kiristä akseliruuvit.
- Älä kiristä pyöränen kinnitysruuveja liian tiukasti.
- Turvallisuuysystistä suosteellaan iselukkuvitten muttereiden käyttämistä vain kerran.
- Pyöränen kiertosa**
- Pyöränen kiertosa varmistaa, ette eniten kulunut pyörä vaihdetaan väheän kuluneen pyörän kanssa. Jokaisten sisemänt puolen enemmäm kulunut pyörä tule kääntää 180 astetta, jotta enemmäm kulunut puoli osoittais ulospäin. Tämä varmistaa pyöränen tasaisen kulumisen. Neudatä alla olevaa piirtoa.

Pyöränen kiertosa

Pyörät eivät pyöri sujuvasti
Tähdetä uudet pyörät pyörävit sujuvasti, ne täytyy sisänsäajaa. Laakerit ovat tiukasti paikoillaan ja vaativat kuormitusta optimaalisen liukumisen saavuttamiseks. Tarkista myös, ette ruuviit eivät ole liian tiukalla.

FI

3. Laakerit

Laakerit on seuraavia tüppejõ:
608 Z - yleinen laakeri aloteittelõille
ABC 1, 3, 5, 7, 9- hyvä laakeri, pikki käyttöikä.
ABC-Clvun kasvavassa laakerin tarkkuus ja materiaalin laatu paranevat. Laadukaad laakerit takavad sujuvan rullaluustelun. Kaikki laakerit on voodetud väikmisi eksiä mitä tarvitse voodella uudelella. Välistä pölysuuta, rasvasta ja märkiä pintoja. Märät tai kosteat laakerit tule kuivatva puhtaalla liinalla. Kuluneet laakerit tule vaihtaa.

Laakeriden vahito

- Irota pyörät terästä.
- Poista esimesimälen laakeri pyörästä sopivalla työkalulla.
- Poista sen jälkeen holkki ja toinen laakeri

