

SPOKEY

EN ROLLER SKATES

PL ŁYŻWOROLKI

CZ KOLEČKOVÉ BRUSLE

SK KOLIESKOVÉ KORČULE

DE ROLLSCHUHE

RU РОЛКИ

LT LIETUČIAI

LV SKRITULĪDAS

HU GÓRKORCSOLYA

BG РОЛКОВИ КЪНКИ

NL SKEELERS

HR ROLE

ES PATINES DE RUEDAS

EE RULLUISUD

FI RULLALLUJASTIMET

GR ΡΟΛΑΕΣ

PT PATINS EM LINHA

RO ROLE

UA РОЛКОВИ КОВЗАНИ

4one

944620, 944646, 944648, 944622, 944650, 944652

Comply with / Zgodność z normą / Výrobek shodný s normou / Výrobek shodný s normou / Entspricht der Norm / В соответствии со стандартом / Pagal standarta / Saderība ar normu / Megfelel az szabványuk / В соответствии със стандарта / Conform de norm / U skladu sa standardom / De acuerdo con la norma / Vastavalt standardile / Standardin 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 / Klasę / Oształy / Knaca / Clase / Klass / Luokka / Táčň / Classe / Clasa / Knac B

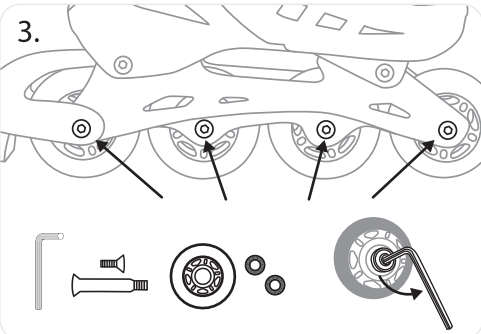
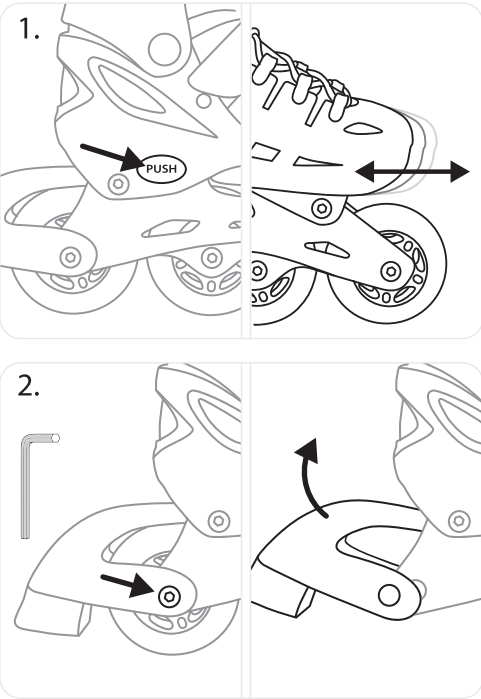
- Skates intended only for person between 20 kg and 60 kg and size of foot should be smaller than 27,5 cm.
- Łyżworolki przeznaczone dla osób o masie ciała od 20 kg do 60 kg i długości stopy do 27,5 cm.
- Kolečkové brusle jsou určeny pro osoby s hmotností od 20 kg do 60 kg a délkou chodidla menší než 27,5 cm.
- Koleskové korčule sú určené pre osoby s hmotnosťou od 20 kg do 60 kg a dĺžkou chodidla menšou ako 27,5 cm.
- Rolschuhe für Personen mit einem Körpergewicht von 20 kg bis 60 kg und einer Fußlänge bis 27,5 cm.
- Ролковие коньки предназначены для лиц весом от 20 до 60 кг и с размером ноги менее 27,5 см.
- Skritulslidu skirti asmenį sveriantiems nuo 20 iki 60 kg ir ilgis pėdų mažesnis kaip 27,5 cm.
- Skritulslidas paredzēts 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 кънки са предназначени за лица с тегло 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 voettengte 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.
- Rullalluujastimet on tarkoitettu ihmisille, joiden paino on 20-60 kg ja jalan pituus alle 27,5 cm.
- Τα πατινα προορίζονται 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 um comprimento do pé inferior a 27,5 cm.
- Patineku cu roluri sunt destinate persoanelor cu o greutate de la 20 kg la 60 kg și o lungime a piciorului mai mică de 27,5 cm.
- Роликови ковзани предназначени за людей с вагою від 20 кг до 60 кг і довжиною стопи менше 27,5 см.

Poland

Spokey Sp. z o.o., ul. Rodzińskiego 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 UWAGNIJ NINIEJSZĄ INSTRUKCJĘ PRZED ROZPOCZĘCIEM KORZYSTANIA Z ŁYŻWOROLKI I ZACHOWAJ JĄ DO PÓŹNIEJSZEGO WYKORZYSTANIA!

ŁYŻWOROLKI

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, kamienistych 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 odboiskowych. 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 prawie nie obciążają (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 większą bezpieczeństwo ich użytkowania.
10. Na łyżworolkach nie wolno wykonywać żadnych skomplikowanych figur i akrobacji. Służą tylko i wyłącznie do jazdy rekreacyjnej.
11. Należy usuwać jakiegokolwiek ostre krawędzie powstałe podczas użytkowania.

JAZDA NA ŁYŻWOROLKACH

Użytkowanie łyżworolek, z uwagi na przebywanie w ciągłym ruchu, ze znaczną prędkością, wymaga właściwej techniki użytkowania zapewniającej bezpieczeństwo jeżdzącemu oraz osobom znajdującym się w pobliżu. W związku z rekreacyjnym przeznaczeniem łyżworolek zaleca się stosowanie standardowych technik jazdy z wyłączeniem wszelkiej 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, kamienistych i mokrych. Unikaj nadmiernej prędkości.

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

TECHNIKI 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 użyć tzw. techniki "T-braking Technique" - jednak wyłącznie dla zaawansowanych użytkowników Należy przemieścić cały ciężar ciała na jedną stopę, następnie drugą stopę przesuwać za pierwszą i ustawić ją prostopadłą. 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 części przednia może być wykonana z materiału miękkiego. Część dolna, zwana płozą wykonana jest z aluminium lub PP. Kolka są osadzone na dwóch łyżkach 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, łyżka oraz hamulce podlegające naturalnemu zużyciu nie mogą stanowić podstawy do reklamacji.

REGULACJA ROZMIARU ŁYŻWOROLKI (rys. 1)

1. Przed przystąpieniem do regulacji rozmiaru należy rozluźnić zaplecie dwuszybnicy (górne i dolne).
2. Należy rozluźnić uchwyt zaciskowy (naciśnąć przycisk) znajdujący się po zewnętrznej stronie buta ruchomego.
3. Następnie należy ustawić odpowiedni rozmiar tak, aby blokada weszła w odpowiedni otwór i zwolnić 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, łyżka mogą ulec zużyciu. Należy regularnie sprawdzać ich stan i w razie potrzeby należy wymieniać je na nowe.

Nakrętki samobezpieczające oraz inne elementy samobezpieczające mogą tracić swoją skuteczność gdy są zardzewiałe, przetarte bądź uległy poluzowaniu. W takim wypadku należy je niezwłocznie wymienić. Ze względów 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 tak zwany zawrót pomiędzy dolną podstawą hamulca, a nawierzchnią, której dotyka. Jeżeli jest on większy niż 40 to hamulec należy wymienić.

Montaż / wymiana hamulca(rys. 2):

- Wyjmij hamulec z opakowania i sprawdź, czy wszystkie elementy są w komplecie (hamulec, śruby montażowe).
- Sprawdź, czy w zestawie znajduje się odpowiedni klucz imbusowy. Jeśli nie, przysyłać własny, który będzie pasował do śrub.
- Za pomocą klucza imbusowego odkręć ostatnie kolko w tej łyżworolce, do której chcesz zamontować hamulec (w zależności od tego, która noga jest widoczna i którą będziesz hamował).
- Ostrożnie zdejmij kolko, zachowując wszystkie elementy w bezpiecznym miejscu.
- Włóż śruby montażowe przez otwory hamulca i łyżworolki.
- Za pomocą klucza imbusowego przykręć śruby, mocując hamulec do łyżworolki. Upewnij się, że śruby są dobrze dokręcone, aby hamulec był stabilny.
- Uwaga!, aby nie przekręcić śrub i nie uszkodzić gwintu.
- Umieść kolko z powrotem na swojej osi.
- Włóż śrubę przez otwory kolka i osi, a następnie dokręć ją kluczem imbusowym. Upewnij się, że kolko jest dobrze przymocowane i swobodnie się obraca.
- Przed użyciem łyżworolek upewnij się, że hamulec działa prawidłowo. Spróbuj delikatnie zahamować, sprawdzając, czy jest odpowiednio przymocowany i skuteczny.
- Po pierwszym kilku jazdach sprawdź, czy śruby nie poluzowały się i czy hamulec działa prawidłowo. W razie potrzeby dokręć śruby.
- Ze względów bezpieczeństwa zalecane jest tylko jednokrotne stosowanie samoblokujących nakrętek.

2) Kolka

Durometr oznacza twardość kółek - im wyższy jest 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.

Rozmiar kółek są mierzone w milimetrach.
60-64 mm - kolka małe z niskim środkiem ciężkości, pomocne początkującym w utrzymaniu stabilności.
70-72 mm - kolka średnie, używane do dłuższych dystansów jazdy rekreacyjnej.
76-84 mm - kolka duże, używane do szybkiej jazdy, najbardziej trwałe dla średnio-zaawansowanych i zaawansowanych.
Podczas jazdy na łyżworolkach kolka ulegają zużyciu i należy je wymieniać co pewien czas. Stopień zużycia kółek zależy od wielu czynników, takich jak: styl jazdy, powierzchnia, na której się jeździ, wzrost i waga użytkownika, warunki atmosferyczne, materiał kółek i ich twardość.
Kolka po wewnętrznej stronie zużywają się szybciej. Przednie kolka zużywają się szybciej niż kolka środkowe i tylne. Zalecane jest rotacja kółek po przejeździe około 70 km lub w przypadku niedługożycia kółek.

Wymiana kółek (rys. 3):

- odkręć śruby osłony mocujące kolka używając odpowiedniego narzędzia,
- ściągnij kolko z płozy,
- wyciągnij łyżkę wraz tuleją z kolka,
- włóż łyżkę z tuleją do nowego kolka,
- załóż kolko na płozę i dokręć śruby osłony.
- Nie należy dokręcać zbyt mocno śrub mocujących kolka.

Ze względów bezpieczeństwa zalecane jest tylko jednokrotne stosowanie samoblokujących nakrętek.

Rotacja kółek

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



Kółka nie obracają się płynnie

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

3. Łyżka

Wyróżnia się następujące typy łyżek:

- 608 - z rybkę łyżko dla początkujących.
- ABC 1, 3, 5, 7, 9 - dobre łyżko, duża żywotność.
- Cyfra przy ABC im jest większa, tym lepsza jest precyzja łyżki i materiał, z jakiego zostało ono wykonane. Dobra jakość łyżek gwarantuje płynną jazdę na łyżworolkach. Wszystkie łyżki zostały zaopatrzone w smar i nie wymagają ponownego smarowania. Należy uniknąć zapylonych, tłustych i mokrych powierzchni. Mokre lub wilgotne łyżki należy suszyć czystą szmatką. Zużyte łyżki należy wymienić.

Wymiana łyżek

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

4. Nakrętki i inne elementy samobezpieczające

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

ŁYŻWY

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

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

ZASADY BEZPIECZNEGO KORZYSTANIA Z ŁYŻEW

1. W przypadku gdy łyżwy nie zostały fabrycznie nastrzone, należy je naostrzyć przed pierwszym użyciem.
2. łyżwy należy ostrzyć 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 uważać na nakładki 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 łyżew.
7. Stałe utrzymanie łyżew 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 łyżew, mogących pogorszyć bezpieczeństwo użytkowania.
10. Należy pamiętać, że łyżwy nie posiadają części odprężającej - czynności odprężenia i wytworzenie nogi w bucie, przez co noga w bucie jest bardziej stabilna i nie powoduje wyłamów w okolicy pięty.

Nauka bezpiecznego upadania może znacznie zredukować możliwość poważnego uszkodzenia ciała:

- a) jeśli tracisz równowagę, skul się, aby zmniejszyć odległość upadku,
- 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 łyżew oraz czy elementy łączące łyżwy są dobrze zabezpieczone. Wszystkie kamienie powinny być zapięte. łyżwy należy systematycznie czyścić, konserwować i ostrzyć. Nie wolno jeździć po śniegu, piasku i w miejscach do tego nie wyznaczonych. Podczas chodzenia po chodniku, asfalcie, betonie należy używać ochraniaczy na płozy. Po każdej zakończony jeździe należy łyżwy oczyścić, osuszyć i zakonserwować. Zaniedbanie tej czynności może spowodować korozję płozy. Zaleca się używanie ochraniaczy na kolana i kolce oraz kasku na głowę.

Rodzaje łyżew

Budowa 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 ząbki 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 płozą.

Dla początkujących najlepsze 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 krawędzią łyżwy, aby złyżnąć do siebie ugięte kolano. Użytkowanie łyżew, z uwagi na przebywanie w ciągłym ruchu, ze znaczną prędkością, wymaga właściwej techniki użytkowania zapewniającej bezpieczeństwo jeżdzącemu oraz osobom znajdującym się w pobliżu.

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

Zdejmowanie łyżew

- w celu zdejmienia łyżew należy:
 - rozluźnić i poluzować sznurówka (rozpiąć klamry lub/ i rzepy),
 - odciągnąć język buta,
 - oburącz ciągnąć łyżwę ze buta,
 - zabrania się ściągania łyżew "but o but".



KONSERWACJA

Regularna konserwacja i użytkowanie sprzętu w dobrym stanie ma zasadnicze znaczenie dla bezpieczeństwa jazdy na łyżwach oraz wydłuża ich żywotność. Stałe utrzymanie łyżew 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 i na bieżąco sprawdzać ich stan a w razie potrzeby należy je naostrzyć.

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

REGULACJA ROZMIARU

1. Przed przystąpieniem do regulacji rozmiaru należy rozpiąć paski i zaplecia.
2. Należy rozluźnić uchwyt zaciskowy (naciśnąć przycisk) znajdujący się po zewnętrznej stronie buta ruchomego.
3. Następnie należy ustawić odpowiedni rozmiar tak, aby blokada weszła w odpowiedni otwór i zwolnić przycisk.

ZMIANA ŁYŻWOROLKI NA WROTKĘ 3-KOŁOWĄ

- Przed rozpoczęciem wymiany należy przygotować niezbędne do tego narzędzia (2 klucze imbusowe, 2 podkładki, 2 tuleje plastikowe, 1 śrubę długą, 1 nakrętkę).
- Zaczni od odkręcenia dwóch tylnych kółek, oraz zdejmowania hamulca.
- Wsuń śrubę do jednego kolka, a następnie załóż podkładkę. Umieść hamulec w płozie w ostatnim otworze znajdującym się na płozie. Tuleję plastikową 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.

ZMIANA ŁYŻWOROLKI NA WROTKĘ

- Przed rozpoczęciem wymiany przygotuj niezbędne do tego narzędzia (2 klucze imbusowe, 4 podkładki, 2 tuleje plastikowe, 2 śruby długie, 2 nakrętki).
- W pierwszej kolejności odkręć wszystkie kolka przy pomocy kluczy imbusowych oraz zdejmout hamulec.
- Wsuń śrubę do jednego kolka a następnie załóż podkładkę. Umieść hamulec w płozie w ostatnim otworze znajdującym się na płozie. Tuleję plastikową 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.

MANUAL

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



- For skating please choose flat, clean and dry surface. You should avoid holes, stones which can cause 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.
5. You should change screws and nuts if they are rusty or if they don't join correct.
6. Pay attention to the condition of the in-line skates.
7. Check and clean the bearings and wheels.
8. Make sure that the bolts are tightened properly.
9. Replace brakes when necessary.
10. Do not modify the in-line skates as it can be dangerous to your safety.
11. Avoid high speeds.
12. Do not skate holding any vehicles.
13. 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 skater and the persons in their vicinity. For the recreational purpose 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 slippery, 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.

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

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

BRAKING TECHNIQUES

If the 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 was removed:

If skates are provide with gripper you should push breaker.

If skates are without gripper 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 aluminium 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 brakes that are subject to natural wear and tear cannot constitute the basis for a complaint

SIZE ADJUSTMENT (pic.1)

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

Self-locking nuts and other self-locking fixings may lose 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 lose 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 maintenance it is suggested to clean them and dry carefully. Small stones and other objects found between 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 replacement:

- 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)

- Remove 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 self-locking 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:

- 60BZ – common bearings for beginners.
- ABEC 1, 3, 5, 7... – very good bearings, long durability.

The bigger is the number by 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 next 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 lose 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 lose 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

1. The skates have not been sharpened by the manufacturer, it is essential to sharpen them before first use.
 2. The sharpening should be performed by specialised service shops.
 3. Children must always be under adult supervision while skating.
 4. 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.
 5. It is also necessary to make sure all screws are properly secured in before each ride.
 6. 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.
 7. 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.
 8. It is not allowed to modify the skates in any way as it may decrease the safety of using them.
- The ice or frozen the metatarsus 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 actions, 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 sport 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 ONE 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 any evolutions or jumps are not 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 from 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 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 Spokery 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 install 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.

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

1. Jízda na kolečkových bruslích by měla být provozována na rovném, plochem, čistém a suchém povrchu. Před zahájením jízdy je nutné se ujistit, že na prostoru, kde jízda bude probíhat, nejsou žádné díry, dílky, kamery či štěrky, které by mohly zapříčinit pad a následné zranění. Vyhněte se nerovným, strým, kluzkým, zaprášeným a kamenitým nebo mokrým povrchům.
2. Jízda na kolečkových bruslích provokuje i bezpečné vzdálenosti od dalších účastníků silničního provozu.
3. Kolečkové brusle nesmí používat na silnici ani na chodnku.
4. Kolečkové brusle nepoužívejte po setmění.
5. Je zakázáno používat brusle při jízdě a držení se za jedoucimi vozidly jako např. auto, kolo, autobus, nákladní vozidlo apod.
6. Při jízdě na kolečkových bruslích je doporučeno používat čárané, čile především o: příbly, chráněcí zápleti, loktů a kolenní a rovněž odrazové reflektory. Účelem ochranného vybavení je ochrana před případnými úrazy.
7. Před každým použitím zkontrolujte těsnost všech spojů. Jízdu lze započít pouze tehdy, kdy jsou brusle při funkci.
8. Před jízdou na kolečkových bruslích rovněž zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby pevně dotazeny a zda se kolečka správně točí (kontrola provozu v pohybu).
9. Kolečkové brusle by měly být pravidelně kontrolovány, zda nedošlo k poškození či opotřebení, pouze ze zdravotních důvodů. Poškozené brusle se nesmí používat.
9. Pravidelná údržba kolečkových brusl v dobrém stavu zvyšuje jejich bezpečnost.
10. Na kolečkových bruslích se nesmí provádět žádné složité figury ani akrobacie. Slouží pouze a výlučně k rekreační jízdě.
11. Všechny ostré hrany vzniklé následkem používání je třeba pravidelně odstraňovat.

JÍZDA NA KOLEČKOVÝCH BRUSLÍCH

Používání kolečkových brusl, vzhledem k tomu, že jste v neustálém pohybu a to se značnou rychlostí, vyžaduje správnou techniku jízdy, která zaručuje bezpečnost bruslaře i osob nacházejících se jeho blízkosti. Vzhledem k rekreačnímu využití brusl se doporučuje používat standardní bruslařské techniky s vyloučením všech akrobatických kousků a skoků. Během jízdy na bruslích buďte opatrní. Rychlost jízdy vždy přizpůsobte své úrovni dovednosti. Jízdu na kolečkových bruslích doporučujeme na místech k tomu určených. Jízda na kolečkových bruslích by měla být provozována na rovném, plochem, čistém a suchém povrchu. Před zahájením jízdy je nutné se ujistit, že na místě, kde budete jezdit, nejsou žádné díry, dílky, kamery či muldy, které by mohly zapříčinit pad a následné zranění. Vyhněte se nerovným, strým, kluzkým, zaprášeným a kamenitým nebo mokrým povrchům. Vyhněte se nadměrné rychlosti.

Naučit se bezpečné pad může významně snížit možnost závažného zranění:

- a) při jízdě rovnoměrně je dobré se přiklícit, aby se minimalizoval vzdálenost pádu,
- b) při pádu se snažte dopadnout na měkkou část těla,
- c) při pádu se snažte být co nejpružnější.

TECHNIKY BRZDĚNÍ

Pokud budete jezdit rovnoměrně brzdou: 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 odstraněna: doporučujeme použít takzvanou "techniku i-Braking Technique" - ale pouze po pokročilé údržbě! Přenesete váhu těla na jednu nohu, druhou nohu přeusete za první a postavíte ji kolmo. Vypadá jako písmeno T.

KONSTRUKCE KOLEČKOVÝCH BRUSLÍ

Brusle se skládají ze dvou částí: z boty a z podvozku. Bota je celá vyrobená z plastu nebo její přední část může být z měkkého materiálu. Spodní část, nazývaná ráma, je vyrobena 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 rozjezdové 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 rozepnout (horní a dolní sprany/upínání),
2. uvolněné upínací sprany (stiskněte a přitlačte tlačítko) na vnější straně pohyblivé části boty.
3. Poté nastavte zvolenou velikost tak, aby zajišťovací mechanismus zapadl do správného otvoru, a pusťte tlačítko.

Udržba

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 se 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. Jistící šrouby a jiné jistící 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 jistící matice pouze jednou.

1. Brzdy

Pokud brzdy nefungují správně, mohou být opotřebované. To se pozná podle úhlu mezi spodní plochou brzdy a povrchem, po kterém jezdíte. Pokud je větší než 40°, je nutné brzdy 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 posuvné kolečko na brusli, na které chcete brzdu namontovat (závislostí na tom, která noha je vedoucí a kterou budete chytit brzdí).
- Opatrně kolečko vyměňte a všechny součásti uvolněte a bezpečné místo.
- Vložte 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 utaženy, aby byly brzda stabilní.
- Dávejte pozor, abyste šrouby neotáčili až příliš a nepoškožili závity.
- Umístěte kolečko zpět k rámu.
- Vložte šroub do otvorů v kolečku a rámu a utáhněte jej imbusovým klíčem. Ujistěte se, že je kolečko pevně připraveno a valí se odtě.
- Před použitím brusle se ujistěte, že brzda správně funguje. Zkusíte jednně zabrzdit a zkontrolujte, zda je správně upravená 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 jistící 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 tvrdší kolečka. Měkká kolečka se lépe přizpůsobí vozovce a poskytují lepší trakci. Tvrdší kolečka déle vydrží, méně se opotřebovávají, ale jsou méně přílivná 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 rekreační 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. Míra opotřebování koleček je závislá na mnoha faktorech, jako např.: styl jízdy, povrch, výška a váha uživatele, povrchovosti podmiнок, 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 každých 70 km nebo při viditelném opotřebování koleček.

Výměna koleček (obr. 3):

- Vhodným nářadím vyšroubujte osní šrouby upevňující kolečka,
- vyměňte kolečko z podvozku,
- vyměňte ložiska z kolečka,
- vložte ložiska s pouzdrů do nového kolečka,
- vraťte kolečko do podvozku a přišroubujte osními šrouby.
- Upevňovací šrouby koleček si nepřetahujte.

Výměna koleček doporučuje se doporučuje používat jistící matice pouze jednou.

Rotace koleček

Během rotace koleček dbajte na to, aby se nejvíce opotřebované kolečko vyměnilo s kolečkem nejméně opotřebovaným. Kolečka s větším opotřebováním na vnitřní straně je třeba otáčet 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 rozježděná. Ložiska jsou pevně uložena a pro optimální výkon vyžadují zatížení. Zkontrolujte také, zda nejsou šrouby příliš utažené.

3. Ložiska

Existují následující typy ložisek: 60B z – obvykle pro začátečníky ABEC 1,3,5,7,9 – dobrá ložiska, dlouhá trvanlivost Cím vyšší je číslo u ABEC, uvedením, 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. Vyhněte se prašným, mokrým nebo mokrým povrchům. Mokrý nebo vlhká ložiska je třeba vysušit čistým hadříkem. Opatřebovaná ložiska je třeba vyměnit.

Výměna ložisek

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

4. Maticice a jiné bezpečnostní části

Bezpečnostní maticice 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 jistící maticice pouze jednou.

LEDNÍ BRUSLE

Brusle nejsou určeny pro komerční použití.

- Samo zabezpečovací maticice a jiné jistící části mohou při nesprávném použití bruslí ztratit svou účinnost.
- Před nákupem si přečtěte správný typ a velikost bruslí podle velikosti nohy, tělesné hmotnosti, bruslařských schopností a zamýšleného použití (krasobruslení, hokej). Brusle jsou určeny k použití na hladkém ledu bez nerovností a dříve speciálně vyhrazených prostorách, či na kluzističích.

PRÁVIDLA PRO BEZPEČNÉ POUŽÍVÁNÍ BRUSLÍ

1. Pokud nejsou brusle nabrouseny z výroby, je nutné je před prvním použitím nabrousit.
2. Brusle je nutné brousit v provozovních, které jsou k tomu určely určený.
3. Děti by měly bruslit pod dohledem dospělých osob.
4. Před každým použitím zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby pevně uloženy. Bruslit začněte pouze tehdy, je-li produkt plně funkční. Před každou jízdou zkontrolujte, zda jsou všechny šrouby pevně dotazeny a zda jsou brusle při funkci.
5. Mimo ledovou plochu používejte prosím chráněcí ostří noží bruslí.
6. Brusle je nutné pravidelně kontrolovat a ovládat 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.

Na bruslích se odstraňuje led pomocí prováděných žádné úpravy, které by mohly snížit bezpečnost.

10. Vždy pende a důkladně upevněte přezky v části nártu - tím se noha v botě zpevní, noha v botě bude stabilnější a nedojde ke zmenšením v oblasti paty.

Naučit se, jak padat, může významně snížit možnost závažného zranění:

- a) při jízdě rovnoměrně je dobré se přiklícit, aby se minimalizoval vzdálenost pádu,
- b) při pádu se snažte dopadnout na měkkou část těla,
- c) 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 sněhu, písku nebo na místech, které k tomu nejsou určeny. Při chůzi mimo kluzistič, na chodnku, asfaltu či betonu používejte chráněcí ostří noží. Po každé jízdě brusle očistěte, vysušte a zabezpečte. V opačném případě mohou být ke korzi noží. Doporučujeme používat chráněcí lokty a lokty a příbly 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),
- krasobruslení (krasobruslařské brusle),
- rychlobruslení (rychlobruslařské brusle),
- krasobruslařské 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 nepřijímeným pádům, nárazům nebo střetům s jinou osobou. Existuje několik způsobů a technik brzdění: brzdění technikou T-stop, zastavení smykem. Pro začátečníky doporučujeme techniku brzdění plochou: brzdění plochouhání je podobné jako při lyžování. Nohy držte od sebe a poté nasměrujte špičky bruslí k sobě.

JÍZDA NA LEDNÍCH BRUSLÍCH

Při bruslení se odstraňuje od ledu střídaně z jedné a z druhé nohy vnitřní hranou bruslí, abyste přiblížili pokročilé kolena k sobě. Používání brusl, vzhledem k tomu, že jste v neustálém pohybu a to se značnou rychlostí, vyžaduje správnou techniku jízdy, která zaručuje bezpečnost bruslaře i osob nacházejících se jeho blízkosti. Vzhledem k rekreačnímu využití brusl se doporučuje používat standardní bruslařské techniky s vyloučením všech akrobatických figur a skoků. Během jízdy na bruslích buďte opatrní. Vždy přizpůsobte rychlost své úrovni dovednosti. Vyuvarjte se nadměrné rychlosti.

Sundávání bruslí

NÁVOD NA POUŽITIE



PRED POUŽITÍM KOLESKOVÝCH BRUSLÍ SI POZORNE PREČÍTAJTE TENTO NÁVOD A UCHOVAJTE HO NA DALŠIE POUŽITIE!

KOLESKOVÉ KORČULE

PRÁVIDLA BEZPEČNÉHO POUŽÍVANIA

- Jazda na kolekových korčuľach by mala byť prevádzkovaná na rovnom, plochom, čistom a suchom povrchu. Pred zahájením jazdy je nutné si uistiť, že na prieste, kde jazda bude prebiehať, nie sú žiadne diery, kamene či štrk, ktoré by mohli zapríčiniť pád a následné zranenie. Vyhýbajte sa nerovným, strmým, kľzkým, zaprášeným a kamenistým alebo mokrym povrchom.
- Jazda na kolekových korčuľach predvkladuje v bezpečnej vzdialenosti od ďalších účastníkov cestnej premávky.
- Koleškové korčule sa nesmú používať na ceste ani na chodníku.
- Koleškové korčule nepoužívajte po zotmení.
- Je zakázané používať korčule pri jazde a držiati sa jedopádovými vozidlami ako napr. auto, bicykel, autobus, nákladné vozidlo a pod.
- Pri jazde na kolekových korčuľach by osoba ktorá odporúča používať chrániče, ide predovšetkým o prilbu, chrániče zápästia, lakťov a kolien a tiež odrazové reflexné prúžky. Účelom ochranného vybavenia je ochrana pred nárazmi v okolí.
- Pred každým použitím kontrolujte tesnosť všetkých spojov. Jazdu je možné začať iba vtedy, keď sú korčule plne funkčné. Pred jazdou na kolekových korčuľach tiež skontrolujte, či si všetky skrutky pevne dotiahnete a či sa korčule správne vkladajú do pohyblivej v pohybe).
- Koleškové korčule by mali byť pravidelne kontrolované, či nedošlo k poškodeniu či opotrebovaniu, iba vtedy budú bezpečné. Poškodené korčule sa nesmú používať.
- Pravidelná údržba kolekových korčúľ v dobrom stave zvyšuje ich bezpečnosť.
- Na kolekových korčuľach sa nesmú vykonávať žiadne ťažšie figúry ani akrobacie. Služi iba a výlučne na rekreáciu jazdu.
- Všetky ostré hrany vzniknuté následkom používania je potrebné pravidelne odstrániť.

JAZDA NA KOLESKOVÝCH BRUSLIACH

Používanie kolekových korčúľ, vzhľadom na to, že ste v neustálom pohybe a to so značnou rýchlosťou, vyžaduje správnu techniku jazdy, ktorá zaručuje bezpečnosť korčuľovníka i osob nachádzajúcich sa v jeho blízkosti. Vzhľadom na rekreačné využitie korčule sa odporúča používať štandardné korčuľárske techniky s vylúčením výskytov akrobatických kúrok a skokov. Počas jazdy na korčuľach budete opatrní.

Rýchlosť jazdy vždy prispôbajte svojej úrovni zručnosti. Jazdu na kolekových korčuľach odporúčame na miestach na to prispôbených, jazdu na kolekových korčuľach by mala byť prevádzkovaná na rovnom, plochom, čistom a suchom povrchu. Pred zahájením jazdy je nutné sa uistiť, že na mieste, kde budete korčuľovať, nie sú žiadne diery, kamene či štrk, ktoré by mohli zapríčiniť pád a následné zranenie. Vyhýbajte sa nerovným, strmým, kľzkým, zaprášeným a kamenistým alebo mokrym povrchom. Vyhýbajte 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.

TECHNIKA BRZDENIA

Ako sú korčule vyzbavené brzdami: pomocou zdvihnutej špičky korčule, na ktorej je brzda umiestnená a následne prilbité brzdy k povrchu jazdného korčuľovania. Pri jazde na korčuľach je potrebné pravidelne kontrolovať, či sa korčule správne vkladajú do pohyblivej v pohybe. Poškodené korčule sa nesmú používať. Iba vtedy budú bezpečné. Poškodené korčule sa nesmú používať.

KONSTRUKCIA KOLESKOVÝCH KORČULI
Korčule sa skladajú z dvoch častí: topánky a spodnej časti. Topánka je čela vyrobená z plastu alebo jej predná časť môže byť z mäkkého materiálu, čím je vyrobená z hliníka alebo PP. Korčule sú upevnené na dvoch ložiskách ak podvozku sú pripievane skrutkami a samo zabezpečovacími matkami. Korčule nie sú vybavené riadiacim mechanizmom a nemajú požadované zariadenie.

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

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

NASTAVENIE VEKOSTI KORČULE (obr. 1)

- pred nastavením veľkosti, je nutné topánku rozopnúť (horné a dolné spony/upínanie).
- uvolnite upínaciu sponu (stlačte a pridržte tlačidlo) na vonkajšej strane pohyblivej časti topánky.
- Potom nastavte zvolenú veľkosť, aby zaistovaci mechanizmus zapadol do správneho otvoru, a pusťte tlačidlo.

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

ÚDRŽBA

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

- Brzdy**
Ak brzdy nefungujú správne, môžu byť opotrebované. To sa pozná podľa uha medzi spodnou plochou brzdy a povrchom, po ktorom sa pohybuje. Pokiaľ je väčšia ako 40°, je nutné korčule vymeniť.
- Montáž / výmena brzd (obr. 2):**
 - Vyberte brzdu z krabice a kontrolujte, či obsahuje všetky komponenty (brzda, montážne skrutky).
 - Skontrolujte, či je priložený príslušný imbusový kľúč. Pokiaľ tomu nie, je pripraviť si vlastný, ktorým skrutky pripievate.
 - Pomocou imbusového kľúča odkrútkujte posledné koliesko na korčuľ, na ktoré chcete brzdu namontovať (v závislosti na tom, ktorá noha je veduca a ktoru budete chcieť brzditi).
 - Vezmite korčisko vyberte si požadovanú veľkosť brzdnej spojky a použijte ju na namontovanie brzdnej spojky.
 - Vyberte montážne skrutku do otvorov v brzde a korčuľ.
 - Pomocou imbusového kľúča skrutky utiahnite a zaistite tak brzdu k korčuľi. Uistite sa, že sú skrutky dobre utiahnuté, aby bola brzda stabilná.
 - Dávajte pozor, aby ste skrutky neutiahli až príliš a nepoškodili zvislý.
 - Umiestnite koliesko späť k rámu.
 - Vložte skrutku do otvorov v kolešku a ráme a utiahnite ju imbusovým kľúčom. Uistite sa, že je koliesko pevne pripievane k rámu a korčuľi.
 - 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 istacie matice iba raz.

Z ložiska

U kolešiek je podstatným parametrom ich tvrdosť, čím vyššie číslo, tým vyššia tvrdosť. Napr. koleška 78A - sú mäkké a 92A sú tvrdé koleška. Mäkké koleška sa ľepšie prispôbiajú vyzdvahu a poskytnúť ľepšiu trakciu. Tvrdé koleška dlhšie vydržia, menej sa opotrebovávajú, ale sú menej príhlavé k ceste a poskytujú menej pohodlia.

Veľkosť kolešiek sú uvádzané v milimetroch: 60-64 mm - mäkké koleška s nízkym tlakom, dobre pre začiatočníkov, pomáhajú ľepšie udržať stabilitu. 70-72 mm - stredné koleška, ktoré sa väčšinou používajú na dlhé vzdialenosti a rekreáciu jazdu. 76-84 mm - veľké koleška, používajú sa pre rýchlu jazdu, najmä tie pre stredne pokročilých a pokročilých korčuľárov.

Počas jazdy na kolekových korčuľach sa korčule opotrebojú a je teda nutné ich z času na čas vymeniť. Miera opotrebovania korčule je závislá od množstva jazdných zariadení, ako napr.: styl jazdy, jazdný povrch, výška a váha užívateľa, poveternostné podmienky, materiál a tvrdosť kolešiek. Korčule na vnútornej strane sa opotrebovávajú rýchlejšie. Predné koleška sa opotrebovávajú rýchlejšie ako stredné a zadné koleška. Odporúča sa meniť koleška približne po 70 km alebo pri viditeľnom opotrebovaní kolešiek.

Výmena kolešiek (obr. 3):

- vzdorným náradím vykonajte osné skrutky upneujúce koleška,
- vyberte koliesko z podvozku,
- vyberte ložiská z korčule,
- vložte ložiská s puzdromi do nového koleška,
- najte koliesko do podvozku a priskrutkujte osovými skrutkami.
- Upevňovacie skrutky kolešok príliš neutehujte.
- Z bezpečnostných dôvodov sa odporúča používať istacie matice iba raz.

Rotácia kolešok

Počas rotácie kolešok dbajte na to, aby sa najviac opotrebované koleško vymenilo s koleškom najmenej opotrebovaným. Korčeska s väčším opotrebením na vnútornej strane je treba otočiť o 180 stupov tak, aby opotrebovaná strana smerovala von. Tým sa zaisti rovnomerné opotrebenie kolešok. Postupujte podľa obrázku nižšie.



Korčule sa netočia plynuo

To tomu aby sa nové koleška točili plynuo, 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: 608 Z - obvykle pre začiatočníkov. ABC, 1,3,5,7,9 - dobré ložiská, dlhá trvanlivosť. Čím vyššie je číslo u ABC uvedené, tým vyššia je prenosť ložiska a materiál, z ktorého je vyrobené. Kvalitné ložiská zaručujú plynulú jazdu. Všetky ložiská z výroby namazané a nie je potrebné ich domazať. Vyhýbaj sa pralínym, mastným alebo mokrym povrchom. Mokré alebo vlhké ložiská je potrebné vysušiť čistou handrou. Oprebované ložiská je potrebné vymeniť.

Výmena ložísk

- vyborte ložiská z podvozku,
- vzdorným náradím vyberte ložiská z koleška,
- potom vytiahnite puzdro a druhé ložisko,
- vycistite ložisko suchou handričkou alebo ho vymeňte za nové,
- vložte prvé ložiská do koleška,
- vložte puzdro a druhé ložisko.

4. Matice a iné bezpečnostné časti

Bezpečnostné matice a iné bezpečnostné elementy môžu stratiť svoju účinnosť, pokiaľ sú zhrdzavtené, opotrebované alebo sa uvoľnili. V takom prípade je nevyhnutné ich okamžite vymeniť.

Z bezpečnostných dôvodov sa odporúča používať istacie matice iba raz.

LAOVÉ KORČULE

-Korčule nie sú určené na komerčné použitie.
-Týmto zabezpečujeme matku, aby iné istacie časti môžu pri nesprávnom použití korčúľ stratiť svoju účinnosť.
-Pred nákupom si vyberte správny typ a veľkosť korčúľ podľa veľkosti nôh, telesnej hmotnosti, korčuľárskych schopností a zamýšľaného použitia (korčuľovanie, hokej). Korčule sú určené na hladkom lede bez nerovností a ide v špeciálne vyhradených priestoroch, tj. na klziskách.

PRÁVIDLA PRE BEZPEČNÉ POUŽÍVANIE KORČÚĽ

- Pokiaľ nie sú korčule nabrúsené z výroby, je nutné ich pred prvým použitím nabrúsiť.
- Korčule je nutné brúsiť v prevádzkach, ktoré sú na tento účel určené.
- Deti by mali korčuľovať pod dohľadom dospelých osôb.
- Pred každým použitím skontrolujte, či si všetky skrutky pevne pripievane. Korčuľovať začnite iba vtedy, ak je produkt plne funkčný. Pred každou jazdou skontrolujte, či si všetky skrutky pevne dotiahnete a či sú spoje korčúľ bezpečné.
- Okrem ľadovej plochy používajte prosím chrániče ostria nožu korčúľ.
- Korčule je nutné pravidelne kontrolovať a overovať ich opotrebenie a prípadné poškodenia, iba vtedy budú vyhovieť bezpečnostným podmienkam. Poškodené korčule sa nesmú používať.
- Udržovanie korčúľ v dobrom stave zvyšuje ich bezpečnosť.
- Korčule sa nesmú používať na zložité triky alebo akrobacie. Korčule sú určené iba na rekreačné použitie. Na korčuľach sa nesmú vykonávať žiadne úpravy, ktoré by mohli znížiť bezpečnosť.
- Vždy peme a dôkladne upevniť pracky z čisti priehlavku - tým sa noha a topánka spevní, noha v topánke bude stabilnejšia a nedôjde k poškodeniu 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 korčule v dobrom stave a či sú spojovacie časti dobre zabezpečené.

Všetky pracky musia byť zabrúsené. Korčule treba pravidelne čistiť, udržovať a brúsiť. Nekorčuľujte na snehu, piesku alebo na miestach, ktoré na to nie sú určené. Pri chodzí mimo klziska, na chodníku, asfalte či betóne používajte chrániče ostria nožov. Po každej jazde korčule očistite, vysušte a zabezpečte. V opačnom prípade môže dôjsť ku korozii nožov. Odporúčame používať chrániče kolien a lakťov a prilbu na ochranu hlavy.

Typy korčúľ

Konstrukcia samotnej korčule (podvozku) závisí od disciplíny, v ktorej sú používané. Niektoré druhy športov, pri ktorých sa používajú korčule, sú:

- ľadový hokej (hokejové korčule),
- krasokorčuľovanie (krasokorčuľárske korčule),
- figurocorčuľovanie (figurocorčuľárske korčule),
- krasokorčuľárske korčule majú v prednej časti nožu brzdú, zatiaľ čo hokejové korčule brzdú nemajú.

TECHNIKA BRZDENIA NA LAOVÝCH KORČULÁCH

Dôležitou súčasťou korčuľovania je vedieť brzdiť. Vyhnete sa tak neprijemným pádom, nárazom alebo stretním s inou osobou. Existuje niekoľko spôsobov a techník brzdzenia: brzdzenie topánkou-T-stop, zastavenie šmykom. Pre začiatočníkov odporúčame techniku brzdenia pluhom: Brzdenie pluhovom je podobné ako pri lyžovaní. Nohy dajte od seba a potom namerušajte späť k sebe.

JAZDA NA LAOVÝCH KORČULÁCH

Pri korčuľovaní sa odražate od ľadu zriedkavo z jednej a z druhej nohy vnútornou hranou korčúľ, aby ste priblížili pokročlé kolens k sebe. Používanie korčúľ, vzhľadom na to, že ste v neustálom pohybe a to so značnou rýchlosťou, vyžaduje správnu techniku jazdy, ktorá zaručuje bezpečnosť korčuľovníka i osob nachádzajúcich sa v jeho blízkosti. Vzhľadom na rekreačné využitie korčule sa odporúča používať štandardné korčuľárske techniky s vylúčením výskytov akrobatických figur a skokov. Počas jazdy na korčuľach budete opatrní. Vždy prispôbajte rýchlosť svojej úrovni zručnosti. Vyhrajte sa nadmernej rýchlosti.

Odinanie korčúľ

- Aby ste mohli zložiť korčule, musíte:
 - používať zariadenie na rozopnutie pracky alebo zipsy),
 - odtiahnuť jazyk topánky,
 - oboma rukami stiahnuť topánku z nohy,
 - korčule sa nesmú dávať dole spoločom, topánka o topánku'.

ÚDRŽBA

Pravidelná údržba je nevyhnutná pre bezpečné korčuľovanie a predĺžuje životnosť korčúľ. Stála údržba korčúľ zvyšuje ich bezpečnosť. Po ukončení jazdy sa odporúča korčule dôkladne vyčistiť a vysušiť. Po korčuľovaní sa môžu opotrebovať niektoré súčasti, ako je napríklad nož. Je dôležité nože pravidelne kontrolovať av prípade potreby ich nechať nabrúsiť.

Pokiaľ sú brzdy alebo vnútorná vložka opotrebované, vymeňte ich za nové. Vymenu ostatných častí korčúľ môžete vykonávať iba kvalifikovaným servis.

NASTAVENIE VEKOSTI KORČÚĽ

- pred nastavením veľkosti, je nutné topánku rozopnúť (horné a dolné spony/upínanie)
- uvolnite upínaciu sponu (stlačte a pridržte tlačidlo) na vonkajšej strane pohyblivej časti topánky
- Potom nastavte zvolenú veľkosť, aby zaistovaci mechanizmus zapadol do správneho otvoru, a pusťte tlačidlo.

ZMENA KONFIGURÁCIE KORČUL

ZMENA INLINE KORČUL NA TRI-SKATES KORČULE

- pred nastavením veľkosti, je nutné topánku rozopnúť (horné a dolné spony/upínanie)
- uvolnite upínaciu sponu (stlačte a pridržte tlačidlo) na vonkajšej strane pohyblivej časti topánky
- Potom nastavte zvolenú veľkosť, aby zaistovaci mechanizmus zapadol do správneho otvoru, a pusťte tlačidlo.

- Pred zahájením výmeny si pripravte potrebné náradie (2 imbusové kľúče, 2 podklopy, plastovú objímku, 1 ihlu skrutky, 1 maticu).
- Zaistite vykrútkovanim oboch zadných kolešiek a demontážou brzdy.
- Zasuňte skrutku do jedného koleška a potom nasadte podklopu. Umiestnite brzdu do podvozku do posledného otvoru na podvozku. Umiestnite plastovú objímku dovnútra podvozku medzi otvorní a zasuňte do nej skrutku. Nasadte druhú podklopu, potom nasadte koliesko a utiahnite ho krátkou skrutkou pomocou dvoch imbusových kľúčov.

ZMENA INLINE KORČUL NA TREKVOE KORČULE

- Pred zahájením výmeny si pripravte potrebné náradie (2 imbusové kľúče, 4 podklopy, 2 plastové objímky, 2 ihly skrutky, 2 krátké skrutky).
- Zaistite vykrútkovanim oboch zadných kolešiek a demontážou brzdy.
- Zasuňte skrutku do jedného koleška a potom nasadte podklopu. Umiestnite brzdu do podvozku do posledného otvoru na podvozku. Umiestnite plastovú objímku dovnútra podvozku medzi otvorní a zasuňte do nej skrutku. Nasadte druhú podklopu, potom nasadte koliesko a utiahnite ho krátkou skrutkou pomocou dvoch imbusových kľúčov.
- Pri montáž predných kolešiek, 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!
Selbstständige Mutter und sonstige selbstsichernde Befestigungen können ihre Wirksamkeit bei nicht verwendungsrichtiger Nutzung der Schlittschuhen verlieren

REGELN FÜR SICHERE BENUTZUNG

- Das Fahren beim 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, Steinbocke, 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.
- Das 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 mit beiden Händen an die in die Bewegung befindlichen Fahrzeugen wie z.B. PKW, Fahrrad, Bus, LKW usw. hält.
- Zur Benutzung der Inlineskates empfiehlt sich, Schutzausrüstung wie: Kophelm, Gelenk-, Ellbogen- und Knieschützer sowie lectrifizierende Elemente anzubringen.
- Die Schutzausrüstung 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, nur dann erfüllen sie Sicherheitsbedingungen. Es dürfen keine komplizierten Figuren ausgeführt werden. Sie dienen ausschließlich dem Freizeitfahren.
- Sämtliche scharfe Kanten, die bei der Benutzung entstanden sind, sind zu beseitigen.

INLINESKATES

Die Benutzung der Inlineskates bedarf 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 sichstandardmäßige Schutzkleidung unter Ausschluss von jeglicher komplizierten Figuren und Sprünge anzuwenden. Das Inlineskates ist mit Vorsicht zu genießen!Die Geschwindigkeit!ist immer an das jeweilige Fahrkönnen anzupassen. Wir empfehlen, dass das Inlineskates auf den dazu bestimmten Stellen erfolgt. Das Inlineskates fahrt ohne Löcher, Gruben, Steine, Steinbocke, Mulden auftreten, die zum Absturz und Körperbeschädigung führen können. Vermeiden Sie unbenebe, glatte, steile, verstaubte, steinerne und nasse Flächen. Vermeiden!Sie übermäßige Geschwindigkeit.

Durch Erlernen 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 Körperpote fallen,
- c) bei Stürzen sollte man möglichst elastisch sein.

BREMSTECHNIKEN

Sind Inlineskates in Bremsе ausgestattet: die Spitze des Inlineskates, wo die Bremse angebracht ist, langsam ab und oben heben (wenn beide Inlineskates Bremsen haben, beliebigjen Inlineskate auswählen und ihn zum Bremsen benutzen), anschließend die Bremse zur Oberfläche drücken. Wenn die Inlineskates keine Bremsen haben bzw. sie zusammengezogen wurde:es empfiehlt sich, die sog. "Braking Technique-Technik"allerdings ausschließlich bei dem entsprechenden Benutzer anzunehmen! Das gesamte Körpergewicht ist auf einen Fuß zu verlagern, anschließend ist der zweite Fuß vor dem ersten Fuß zu verschieben! 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 bzw. sein vorderer Teil aus Leder. Der Unterfuß des Schuhs besteht aus Kunststoff. Der Unterfuß ist aus Aluminium bzw. PP. Die Rollen sind auf zwei Kugellager angebracht und an derschützte mittels Schrauben und selbstblockierenden Muttren 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-Sektions-Klemme (obere und untere) lockern.
- Das Klemmtruf (Druckknopf drücken), das auf der Innenseite des beweglichen Schuhs liegt, lockern.
- anschließend gewünschte Größe einstellen, damit die Spere in das entsprechende Loch reipanst und die Klemme freigeben.

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

WARTUNG UND PFLEGE

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

Nach dem Laufen sind die Inlineskates sorgfältig zu reinigen und trockenlen lassen.Kleine Steine und sonstige fremde Elemente, die sich zwischen den Rollen befinden können, sind zu beseitigen. Während des Laufens können sich zwischen den Rollen, Kugellager Verschleißerscheinungen auftreten. Sie sind systematisch und laufend zu überprüfen und sie ggf.gegen neue auszutauschen.

1) Bremsen (Abb.2)

- 1) Rollen
Durometer bezeichnet die Rollenhärte – je höher die Nummer desto härter die Rollen- z. B. Rollen 78A – sind weiche Rollen, Rollen 92A sind harte Rollen. Weiche Rollen passen sich dem Fahrgeweg besser an und geben einen besseren Zugföhrungscharakter. Härte bedeutet, dass die Rollen sich weniger leicht, allerdings schwächere Zugföhrung und niedrige Fahrkomfort. Rollengrößen werden in mm gemessen. 60-64mm – kleine Rollen mit niedrigem Schwerpunkt, hilfreich für Anfänger bei Beibehaltung von Stabilität. 70-72mm – mittlere Rollen für lange Strecken und Freizeitsport. 76-84mm – große Rollen für schnelles Fahren, optimal haltbar fürMittelfahrschritte und Fortgeschrittene.
- Beim Inlineskates sind die Rollen ausgetauscht und sie sind ab und zu auszuwechseln. Der Abnutzungsgrad der Rollen hängt mit vielen Faktoren zusammen wie z.B. Fahrlaufstil, das Körpergewicht des Benutzers, Witterungsbedingungen, Rollenwerkstoffmaterial.Rollenhärte. 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 Hülse von der Rolle ausziehen.
 - Kugellager samt Hülse in die neue Rolle einlegen.
 - Rollen 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.

1) 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 umzuwenden, damit die am meisten benutzte Seite nach außen gerichtet wird. Dadurch wird die gleichmäßige Rollenanleitung 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 angestrichelt bedürfen für die optimale Leistung der Belastung. Es ist ebenfalls zu prüfen, ob die Schrauben nicht zu fest angezogen wurden.

3) Kugellager

Es werden folgende Kugellagertypen unterschieden: 608 z – einfaches Kugellager für Anfänger. ABC 1, 3, 5, 7 – gutes Kugellager, lange Langlebigkeit. Die höhere Nummer bei ABC bedeutet höhere Präzision des Kugellagers und des Werkstoffes, aus dem es hergestellt wurde.

Hohe Qualität der Kugellager gewährleistet reibungsloses Fahren beim Inlineskates. Sämtliche Kugellager wurden mit dem Schmierstoff versehen und bedürfen keiner Emulsionsschmierung. Vermeiden Sie verstaubte, fette und nasse Oberflächen. Nasse bzw. feuchte Kugellager sind mit sauberem Lappen abzutrocknen. Abgenutzte Kugellager sind auszuwechseln.

Wechsel der Kugellager

- Rollen aus der Schiene herausziehen.
- erste Kugellager von der Rolle mithilfe

РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ
ПЕРЕД НАЧАЛОМ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ВНИМАТЕЛЬНО ПРОЧИТИТЕ ДАННОЕ РУКОВОДСТВО ПО
ЭКСПЛУАТАЦИИ КОНЬКОВ И СОХРАНИТЕ ЕГО ДЛЯ ДАЛЬНЕЙШЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ!

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РОЛИКОВЫХ КОНЬКОВ

- 1.Кататься на роликовых коньках следует по ровной, чистой и сухой поверхности. Перед началом катания следует убедиться, что там, где Вы будете кататься, нет ям, выбоин, камней, валунов, которые могли бы привести к падению и травмам. Избегайте неровных, отвесных, скользящих, запыленных, каменистых и мокрых поверхностей.
- 2.Кататься на роликовых коньках следует в отдалении от других участников дорожного движения.
- 3.Нельзя кататься на роликах по проезжей части и по тротуару.
- 4.Нельзя кататься на роликах в сумерки.
- 5.Нельзя кататься на роликах, держка за едущий транспорт (на пример за автомобиль, велосипед, автобус, грузовик и т.д.).
- 6.Во время использования роликовых коньков рекомендуется надевать защитное снаряжение (защитный шлем, защиту для локтей, локтей, колен, а также светоотражающие элементы). Защитное снаряжение должно предохранять Вас от возможных травм.
- 7.Перед каждым использованием следует проверить крепление шев соединений. Катание можно начать лишь в том случае, если устройство полностью исправно. Перед катанием на роликовых коньках следует проверить, хорошо ли закручены все болты.
- 8.Строительного должно регулярно проверяться на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.
- 9.Постоянное содержание роликовых коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

10.На роликах нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды.

11.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

КАТАНИЕ НА РОЛИКОВЫХ КОНЬКАХ

Использование роликовых коньков (принимая во внимание то, что Вы находитесь в постоянном движении и двигаетесь с большой скоростью) требует соответствующей техники использования, гарантирующей безопасность пользователя, а также лица, находящегося nearby. В связи с тем, что роликовые коньки предназначены для езды по ровной, чистой и сухой поверхности, катание без зазоров и прыжков. Во время катания на роликовых коньках следует соблюдать осторожность. Скорость всегда должна отвечать моменту. Рекомендуется кататься на роликовых коньках в специально предназначенных для этого местах. Кататься на роликах следует по ровной, чистой и сухой поверхности. Перед началом катания следует убедиться, что там, где Вы будете кататься, нет ям, выбоин, камней, валунов, которые могли бы привести к падению и травмам. Избегайте неровных, отвесных, скользящих, запыленных, каменистых и мокрых поверхностей. Избегайте скользкой быстрой езды.

Обучение падать может значительным образом ограничить список повреждений тела:

а) если Вы теряете равновесие, следует сжаться, чтобы минимизировать отдачу оттолкнутого падения.

б) при падении старайтесь удариться мягкой частью тела.

в) при падении старайтесь, насколько это возможно, быть эластичным.

ТЕХНИКА ТОРМОЖЕНИЯ НА РОЛИКОВЫХ КОНЬКАХ

Если роликовые коньки оснащены тормозом, следует ладить поднять носок роликовых коньков, на котором установлен тормоз (если роликовые коньки оснащены тормозом, то для торможения можно использовать любую высоту), а затем прижать к земле.

Если роликовые коньки не оснащены тормозом или же он слет: Следует переместить вес тела на одну ногу, поворачивая коньки под углом 90°. Выглядит это как буква «Т».

УСТРОЙСТВО РОЛИКОВЫХ КОНЬКОВ

Роликовые коньки состоят из двух основных элементов: ботинка и нижней части. Ботинки полностью изготовлен из искусственного материала, а его передняя часть может быть изготовлена из легкого материала. Нижняя часть, называемая ногой подложки, изготовлена из комбинированных материалов или алюминия. Колесики, имеющие по две подшипника, прикреплены к подложке при помощи болтов и блокировочных гаек. Роликовые коньки не обладают механизмом управления и не имеют устройств для разбег.

Нельзя модифицировать коньки, так как это может ухудшить безопасность использования.

Оные эксплуатационные материалы, как колеса, подшипники, осяевые болты, которые подлежат натуральному старению, не могут быть отданы в магазин в качестве рекламации.

РЕГУЛИРОВКА РАЗМЕРА (рис.1)

1. Перед тем, как приступить к регулировке избранного размера, следует расслабить двойную застежку (веревку и винтики)
2. Следует расслабить зажимное устройство (нажать кнопку), находящееся с внутренней стороны дужки движимого ботинка.
3. Далее следует установить соответствующий размер так, чтобы блока вошла в нужное отверстие и отпустили кнопку.
4. Следует установить соответствующий размер так, чтобы блока вошла в нужное отверстие и отпустили кнопку.

Блокировочные гайки и другие блокировочные элементы могут терять свою эффективность в случае, если они заржавели, протрутся или же открутятся. В таком случае их следует как можно быстрее заменить. Из соображений безопасности рекомендуется применять исключительно блокировочные гайки.

УХОД ЗА РОЛИКОВЫМИ КОНЬКАМИ

Регулярный уход за роликовыми коньками имеет принципиальное значение для безопасного катания, а также продлевает срок их эксплуатации. Постоянное содержание роликовых коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность. После каждой езды на роликовых коньках рекомендуется их тщательно вычистить и высушить. Необходимо удалить мелкие камни и другие элементы, которые могли застрять между колесиками. Во время катания на коньках некоторые элементы (такие как тормоз, колесики, подшипники) могут изнашиваться. Регулярно проверяйте их состояние и в случае необходимости замените новыми.

1.Тормоза (рис.2)

Неправильная работа тормозов может свидетельствовать об их износе. Это можно проверить, измеряя угол между нижней поверхностью тормоза и землей. Если угол составляет более 40°, тормоз следует заменить.

- Замена тормозов:
- Используйте соответствующие инструменты, открутите осевые болт, находящийся рядом с тормозом.
 - Снимите крошечный тормоз с подшипника.
 - При помощи отвертки снимите тормоз с крошечника.
 - Прикрутите новый тормоз.
 - Установите крошечный тормоз на подложку, прикрутите осевой болт и гаик.
 - Убедитесь, что болт хорошо закручен.
- Из соображений безопасности рекомендуется применять исключительно блокировочные гайки.

2.Колесики

Для измерения твердости колесика следует использовать дюрометр – чем выше номер, тем колесики тверже. На пример колесики 78А – мягкие, а 92А являются твердыми колесиками. Мягкие колесики менее подвергают неровности дороги и гарантируют хорошую езду. Твердые колесики медленнее изнашиваются, но у них худшее качение и меньший комфорт езды.

Диаметр колесика измеряется в миллиметрах.

60-64 мм – маленькие колесики с низким центром тяжести, помогают начинающим пользователям удерживать устойчивость.

65-72 мм – средние колесики, применяющиеся для длинных дистанций и спокойной езды.

73-84 мм – большие колесики, которые используются для быстрой езды. Они самые прочные и рекомендуются для продвинутых пользователей, а также для пользователей среднего уровня.

Во время езды на роликовых коньках коньки изнашиваются, поэтому их следует регулярно заменять. Степень износа колесика зависит от нескольких факторов: стиль езды, тип поверхности, по которой Вы катаетесь, рост и вес пользователя, атмосферные условия, материал колесиков и их твердость.

Колесики быстрее изнашиваются с внутренней стороны. Передние колесики изнашиваются быстрее, чем средние и задние. После проезда 70 км и в случае заметного износа колесиков, рекомендуется поменять их местами.

Замена колесиков: (рис.3)

- Используйте соответствующие инструменты, открутите осевые болты, крепящие колесики.
- Снимите колесики с подшипника.
- Выньте подшипники и втулку из колесика.
- Установите подшипники и втулку в новое колесико.
- Установите колесики на подложку и прикрутите осевые болты.
- Болты, крепящие колесики не следует закручивать слишком сильно.

Из соображений безопасности рекомендуется применять исключительно блокировочные гайки.

Замена колесиков местами

Во время замена колесиков местами следует проследить, чтобы наиболее изношенное колесико было установлено на место наименее изношенного. Каждое из наиболее изношенных с внутренней стороны колесиков следует повернуть на 180 градусов, таким образом, чтобы наиболее изношенная часть находилась с внешней стороны. Это обеспечит равномерный износ колесиков. Замену следует проводить таким образом, как это показано на рисунке ниже.



ослепки лопы вращаются

Чтобы новые колесики хорошо вращались, они должны притереться. Подшипники в роликовых коньках насыщены олеом, поэтому для их оптимальной работы требуется нагрузка. Следует также проверить, хорошо ли закручены болты.

3. Подшипники

Выборите следующие типы подшипников: 6082 и ABEC 1, 3, 5, 7.

Чем выше значение, тем выше цифра, рядом с сокращением «ABEC», тем большую четкость имеет подшипник и тем лучше материал, из которого он изготовлен.

Высокое качество подшипников гарантирует плавную езду на роликовых коньках. Все подшипники в роликах качественные, поэтому повторная замена не требуется. Следует избегать пыльных, жирных и мокрых поверхностей. Мокрая или сырые подшипники необходимо протереть сухой тряпочкой. Изношенные подшипники следует заменить.

Замена подшипников

- Снимите колесики с подложе.
- Используйте соответствующие инструменты, снимите первый подшипник с колесика.
- Затем выньте из колесика втулку и второй подшипник.
- Протрите подшипник сухой тряпочкой или же замените новым.
- Вставьте первый подшипник в колесико.
- Вставьте втулку и второй подшипник.

Гайки и другие блокировочные элементы

Блокировочные элементы могут терять свою эффективность в случае, если они заржавели, протрутся или же открутятся. В таком случае их следует как можно быстрее заменить. Из соображений безопасности рекомендуется применять исключительно блокировочные гайки.

СВАТЫ

Коньки не предназначены для коммерческого использования. Накрутки и крепления для защиты и сохранности коньков, могут терять свои защитные свойства в случае неправильного использования.

ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ

их соответствующий тип и размер. Коньки предназначены для катания по гладкому, без выступов и ямкам льду.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОНЬКОВ

Если коньки не были заточены производителем, перед первым использованием они следует заточить.

2.Коньки следует затачивать в специализированных, предназначенных для этого пунктах.

При долге катании на коньках под протектором взрослых.

4.Перед каждым использованием следует проверить крепление шев соединений. Катание можно начать лишь в том случае, если устройство полностью исправно. Перед использованием коньков, следует проверить все ли винты хорошо прикручены, а также хорошо ли закручены элементы, соединяющие элементы коньков. Если Вы не захотите на льду, на коньки следует накладывать накладки на острые лезвия.

5.Строительного должно регулярно проверяться на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

6.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

10.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

11.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

12.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

13.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

14.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

15.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

16.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

17.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

18.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

19.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

20.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

21.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

22.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

23.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

24.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

25.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

26.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

27.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

28.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

29.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

30.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

31.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

32.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

33.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

34.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

35.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

36.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

37.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

38.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

39.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

40.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

41.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

42.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

43.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

44.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

45.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

46.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

47.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

48.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

49.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

50.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

51.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

52.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

53.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

54.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

55.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

56.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

57.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

58.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

59.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

60.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

61.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

62.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

63.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

64.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

65.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

66.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

67.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

68.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

69.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

70.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

71.Всё, находящееся рядом и в ближайшем соседстве, острые предметы следует убрать с того места, где Вы будете ездить.

72.Следует регулярно проверять на наличие износа и повреждений, лишь в этом случае оно будет отвечать требованиям безопасности. Нельзя использовать неисправное устройство.

73.Постоянное содержание коньков в хорошем состоянии увеличивает безопасность их использования.

74.На коньках нельзя выполнять никаких сложных фигур и акробатических упражнений. Они применяются исключительно для спокойной езды. На коньках нельзя прыгать.

НАУДОЖИМ ИНСТРУКЦИЯ

ПРІЄ ПРАДЕДАНТ НАУДОЖИМ РІЄДУЦІАС, ІДЕМАІ ПЕРСКАЛТКУЙТЕ ШІА ІНСТРУКЦІА ІР ІСАУГОКІТІ Я ІВЕЛЕСІАМ НАУДОЖИМ І

SAUGAUS NAUDOJIMOS Taisyklės

1. Valantieduciacijai reikia ant lygiu pavlo, klojlo, žvoro ir sauso paviršiaus. Prie pradedanant važinėti, reikia įsitikinti, kad teritorijoje, kur bus važinėjama, nėra duobučių, dirgalių arba mažesnių akmenų, dangos plyšių, kurie galėtų sukelti apsvirtimą ir kuno sužalojimą. Venkite nelygių, slidžių, dulkių, šlapio paviršiaus bei paviršių su akmenimis.

2. Važinėti rieducias reikia toliau nuo kitų kėlo eisimo dalyvių.

3. Rieducias negalima važinėti gatvėmis bei šaligatviais.

4. Rieducias negalima važinėti sutemus.

5. Rieducias negalima važinėti užsikabinus už važiuojančių transporto priemonių pavyzdžiui, už automobilio, dviračio, krovininio automobilio ir pan.

6. Naudojantis rieduciais, rekomenduojama dėvėti kuo mažesni apsaugos priemones kaip: šalms, riedų, alkūnių ir kėlių apsaugas bei atšvaitus. Apsauginis įranga padės apsaugoti nuo galimų kuno sužalojimų.

7. Prie kiekvieno rieduciaus reikia atlikti visų sujungimų tvirtumą. Valant galima tik tuomet, kai rieduciai yra visiškai geros būklės.

8. Prie pradedanant važinėti, reikia įsitikinti, kad teritorijoje, kur bus važinėjama, nėra duobučių, dirgalių arba mažesnių akmenų, dangos plyšių, kurie galėtų sukelti apsvirtimą ir kuno sužalojimą.

9. Rūpinamasis rieduciais visada gero būklės didina jų saugumą.

10. Rieducias negalima atlikti jokių sudėtingų akrobatinų figūrų ir triukų. Jos skirtos tik laisvalaikio praleidimui.

11. Reikia pašalinti visus naudojimo metu atsiradusius aštrius braukus.

VAŽINĖJIMAS RIEDUCIAS

Naudojosi rieduciais, dėl judėjimo lėgosi lauk didesniu greičiu, reikia laikintis atitinkamos naudojimosi technikos, užtikrinančios tiek važiuojančiam asmeniui tiek šalia esantiems žmonėms saugumą. Kadangi rieduciai yra skirti laisvalaikio praleidimui, rekomenduojama naudotis standartinėmis važiavimo technika, išvengti įvairių akrobatinų figūrų, triukų darymą bei pašokimus. Važinėjanti rieduciais, reikia būti atsargiems. Važiavimą greitį visada reikia prikylti prie sugebėjimų lygio. Rekomenduojama rieducias važinėti namų specialiai skirtose vietose. Važinėti rieduciais reikia ant lygiu, plojlo, žvoro ir sauso paviršiaus. Prie pradedanant važinėti, reikia įsitikinti, kad teritorijoje, kur bus važinėjama, nėra duobučių, dirgalių arba mažesnių akmenų, dangos plyšių, kurie galėtų sukelti apsvirtimą ir kuno sužalojimą. Venkite nelygių, slidžių, dulkių, šlapio paviršiaus bei paviršių su akmenimis. Venkite didesnių triukų.

Mokymas kaip nukristi gali žymiai sumažinti galimų sužalojimų tikimybę kuno:

a) jeigu prarandį pusiausvyrą, susiriekite, kad sumažintų nukritimo atstumą,

b) išvengti staigiu stenkmu nukristi ant minkštos kūno dalies,

c) nukritimo atveju stenkites būti kiek galima lankstus.

STABDYMO TECHNIKOS

pasirinkti kur nors viena iš jų ir į panaudoti stabdymui), o po to stabdyti paspausti prie dangos paviršiaus.

2. Reikia atleisti suveržio griežtuvą (nuspaudant mygtuką) kuris atsiranda priekinėje dalyje judamojo bato viduryje.

3. Po to reikia nustatyti tinkamą dydį, kad blokada įlikt į tinkamą skylę ir atleisti mygtuką.

Užsikuojančiosios veržlės bei kiti užsikuojančieji elementai gali prarasti savo efektyvumą, kai yra surūdiję, nutrinti arba atšildio. Tuomet jūs būtina nedešlėti pakeisti. Saugumo dėlei, užsikuojančiasios veržlės rekomenduojama naudoti tik vieną kartą.

DEMESIO! Rieduciuose negalima daryti jokių pakeitimų, nes taip galima pabloginti saugos sąlygas.

Eksploatacinėms medžiagoms, kaip antai, ratukams, guoliams ir stabdžiams, kurių būklę pablogėja dėl normalaus nusidėvėjimo- garantija netaikoma.

RIEDUCIŲ DYDŽIO REGULIAVIMAS (1 pav)

1. Prie pradedanant reguliuoti dydį, reikia atleisti dviejų sekcijų užsegimą (viršūnį ir apatinį).

2. Reikia atleisti suveržio griežtuvą (nuspaudant mygtuką) kuris atsiranda priekinėje dalyje judamojo bato viduryje.

3. Po to reikia nustatyti tinkamą dydį, kad blokada įlikt į tinkamą skylę ir atleisti mygtuką.

Užsikuojančiosios veržlės bei kiti užsikuojančieji elementai gali prarasti savo efektyvumą, kai yra surūdiję, nutrinti arba atšildio. Tuomet jūs būtina nedešlėti pakeisti. Saugumo dėlei, užsikuojančiasios veržlės rekomenduojama naudoti tik vieną kartą.

PRIEŽIŪRA

Reguliar prižiūrėti turite kėtinę rieducius važinėjimo rieduciais saugumui užtikrinti ir ilginą jų patvarumą, rieducius laikymas reikia kėtinę rieducius didina jų saugumą. Baigus važinėti rieducius, rekomenduojama juos kruopščiai išvalyti ir nusausinti, leisti išdžiūti. Reikia pašalinti mažus akmenus ir kitus pašalinus elementus, kurie gali užstrigti tarp rieduciu. Važinėjanti rieduciais, kai kurie elementai tokie, kaip: stabdys, ratukai, guoliai gali nusidėvėti. Reikia reguliariai tikrinti jų būklę ir, prireikus, pakeisti naujais.

STABDŽIŲ (2 pav)

Jeigu stabdžiai gerai neveikia, tai gali reikšti jų nusidėvėjimą. Apie tai informuojama kampas tarp apatinio stabdžio paviršiaus ir paviršiaus, kurio jis juda. Jeigu šis kampas yra didesnis nei 40°, tuomet stabdį reikia pakeisti.

Stabdžio keitimas:

- Atitinkamo įrankio pagalba, atsukite prie stabdžio esantį ašinį varžtą.

- Nulimkite nuo pavazos stabdžio laikiklį.

- Atsukite pagalbą nulimkite nuo laikiklio stabdį.

ИНСТРУКЦИЯ ЗА УПОТРЕБА КОМЕНТАРИ

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

ПРИНЦИПИ ЗА БЕЗОПАСНО ПОЛЗВАНЕ

- Каране на рововки кьнки трябва да се извършва върху равна, чиста и суха повърхност, преди да започнеш на караш трябва да се увериш, дали на място, където се караш, няма дупки, ями, камъни, скали, които могат да доведат до падане и нараняване. Избягай от неравни, стръми, хълмисти, глинени, каменисти и мокри повърхности.
- Каране на рововки кьнки трябва да се извършва далеч от други потребители на пътищата.
- Не може да се ползва рововки кьнки нито на улицата, нито на тротоара.
- Не може да се ползва рововки кьнки след зарач.
- Не може да се ползва рововки кьнки на уличата карайки след превозни средства, като напр. коли, колела, автобуси, камьони и др.

- С цел поизване на рововки кьнки препоръчва се слагане на предпазни средства тоест: каск, протектори на кити, лакти и колене и отразяващи елементи. Предпазни средства са предназначени за защита срещу евентуални вреди на организма.
- Преди всяка употреба трябва да се провери закрепане на всички връзки. Можеи да започнеш да караш само ако устройството е напълно функционално. Преди каране на рововки кьнки, трябва да се провери дали всички болтове и дали колелата се втурт правилно.
- Устройството трябва редовно да се проверява за износване и повреди, само тогава то ще отговаря на условия за безопасност. Не може да се ползва повредено устройство.
- Постоянно поддръжане на рововки кьнки в добро състояние, увеличават тяхна безопасност.
- Не може да се използват никакви слонове фигури и акробатичи с рововки кьнки. Ровковите кьнки са единствено за рекреационно каране.
- Премаханя всички остри ръбове, които са резултат на използването.

КАРАНЕ НА РОВОВКИ КЪНКИ

Използване на рововки кьнки, 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 рововките кьнки, препоръчва се използване на стандартни техники за каране с изключение на различни еволюции и скокове. По време на каране на рововки кьнки трябва да се повиши внимание. Скоростта винаги трябва да е съответна с ниво на умение. Препоръчваме да се кара рововки кьнки на предназначения за това места. Каране на рововки кьнки трябва да се извършва на равна, плоска, чиста и суха повърхност, преди да започнеш на караш трябва да се увериш, дали на място, където се караш, няма дупки, ями, камъни, скали, които могат да доведат до падане и нараняване. Избягай от неравни, стръми, хълмисти, глинени, каменисти и мокри повърхности.

Да се научиш да падаш значително може да намали възможността 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 мякото да се падаш на
- а) при падане старай се доколкото е възможно, да спласнеш

ТЕХНИКИ НА СПИРАНЕ

Когато рововки кьнки са оборудвани със спирачка:
Трябва да се едновременно върха на рововка кьнка, върху който спирачката е монтирана (ако двете рововки кьнки имат спирачки, може да се избере един от тях и да се ползва за спирачка), след това трябва да се притисне спирачката към повърхността на земята.

Когато рововки кьнки са не оборудвани със спирачка или ги не премахваме, препоръчва се да се използват наречена техника "T-braking Technique" – обаче само за опитни потребители! Трябва да се премести цялото телесно тегло на ляв крак, след това дясна крак да се премести зад върха, така да се настят под прав ъгъл чгг. Това едновременно ка буквата "Т".

КОНСТРУКЦИЯ НА РОВОВКИ КЪНКИ

Рововки кьнки се състоят от две части: обувка и долна част. Обувката е изидло изработена от пластмасов материал или нейна предна част може да е изработена от мет материал. Долната част, наричана плаг, е изработена от РР материал или от алуминий. Колелата са поставени на два лагера и са закрепени към плаза с винтове и самоназакрещи се гайки. Рововки кьнки не са оборудвани с механизми на каране и имат оборудване за разбег.

ВНИМАНИЕ! Не може да се правят никакви изменения на рововки кьнки, тъй като това може да допринесе за износване.

Тъкне експлуатационне материали, как: колеса, дилтинички или тормоза, които подлежат натуралному стиранию, не могут быть отканы в магазин в качестве рекламаций.

РЕГУЛИРАНЕ НА РАЗМЕР НА РОЛКОВА КЪНКА (Фиг. 1)

- Т преди да започнеш да регулираш издръжката рововки, трябва да отслабнеш диекционна стяга (горния и долния).
- Трябва да се отслаби затягача дръжка (натисне бутон), разположена на вътрешната на подвижна обувка.
- С цел това трябва да се избере съответен размер, така че блокадата да влезе в съответен отвор и да се осособи бутон.

Самозакрещане на кьнки и други самозакрещащи елементи могат да изгубят своята ефективност когато са ръждасали, изгързани или са разхлабили. В този случай незабавно трябва да бъдат сменени. От съображения за безопасност препоръчва се само за еднократна употреба на самозакрещащи се гайки.

ПОДДЪРЪЖКА

Редовна поддръжка има съществено значение за безопасността на каране на рововки кьнки и удължава живота им. Постоянното поддръжане на рововки кьнки в добро състояние, увеличават тяхна безопасност. След каране на рововки кьнки е препоръчително цялостно почистване и изсушаване. Трябва да се извади малки камъчета и други чужди обекти, които могат да се намирят между колелата. По време на каране на рововки кьнки някои елементи к : то: спирачка, колела, лагери са подложени на износване. Трябва редовно да се проверява състоянието им и, ако е необходимо, да се ги замени с нови.

1. СПИРАЧКА

Ако спирачките не работят правилно, това може да означава, че са износени. За това състояние информира ни ежъл между долна повърхност на спирачката и тази повърхност, по която ти се движии. Ако той е по-голям от 40° тогава трябва да се сменят спирачката.

Смяна на спирачката (Фиг. 2)

- Отгърпи осви винтове които се намират до спирачката използвайки подходящи уред.
- Премахни конзола на спирачката от плаза.
- Сложи спирачката от конзолата с помощта на отвертка.
- Закрепти нова спирачка.
- Сложи спирачка конзола върху плаза и завири осви винт и гайка.
- Увери се, че винта е добре затегнат.

От съображения за безопасност се препоръчва да се използва само веднъж самоблокиращи гайки.

2. КОЛЕЛА

Дуризатор показва твърдостта на колелата – колкото по-високо число, толкова по-твърдо колело. Напр. колела 78А – са меки, а 92А са твърди. Меки колела адаптират се по-добре към пътя и осигуряват по-добра трасици. Твърдите колела износват се по-бавно, но осигуряват по-малка трасици и по-малък контрол на каране. Размери на колелата се измерва в милиметрии.

69-84мм – малки колела с нисък център на тежестта, помогат на начинаещите да запазят стабилността. 70-72мм – средни колела, които се използват за каране на дълга разстояние и за рекреационно каране. 76-84мм – големи колела, използвани за бързо каране, най – устойчиви за средно-напреднали и напреднали потребители. По време на каране рововки кьнки колелата се износват и трябва да се заменят периодично. Степента на износване на колелата зависи от много фактори, като например стил на каране, повърхност, ристи и тегло на потребителя, климатични условия, материал на колелата и тяхна твърдост. Колелата от вътрешна страна износват се по-бързо. Преди колелата вкавкат се по-бързо от външния и задни колела. Препоръчително е да се върти колелата след каране около 70 км, или в случай на видимо износване на колелата.

Смяна на колелата (Фиг. 3)

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

Не трябва да се залага твърде силно болтове закрепващи колелата.

От съображения за безопасност се препоръчва да се използва само веднъж самоблокиращи гайки.

Ротация на колелата

По време на ротация на колелата увери се, че най-износеното колело ще сменят пообърнене си с най-малко износено. Високо колело с по-голямо износване от вътрешна страна трябва да се сменят със 180 градуса, така че най-износената страна да е отвън. Това ще осигури равномерно износване на колелата. Трябва да се следва рисунката по-долу.



Колела не се въртят плавно

Новите колела за да се въртят плавно трябва да се ги дотире. Лагери са тясно монтирани и за оптимална ефективност изискват натоварване. Трябва също да се провери дали винтовете не са твърде силно затегнати.

3. Лагери

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

Добро качество на лагерите осигурява плавно каране на рововки кьнки. Всичките лагери имат смазка и не изискват повторно намазване. Трябва да се избягва 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.
- Почишти лагера с сука кърпа и го смени с нов.
- Сложи първия лагер в колелото.
- Сложи втулката и втория лагер.

Гайки и други самозакрещащи се елементи

Самозакрещащи се гайки и други самозакрещащи се елементи могат да изгубят своя ефективност ако са ръждасали, изгързани или са разхлабили. В тази случай незабавно трябва да бъдат сменени. От съображения за безопасност самозакрещащите се гайки трябва да се използва само веднъж.

КЪНКИ

Кьнки не са предназначени за търговска употреба.

Внимателно прочети тази инструкция преди да ползваш продукта и запази я за по-нататъшна употреба! Самозакрещащи гайки и други самозакрещащи запоръчания могат да губят ефективността си в случай на неправилно ползване на кьнките.

ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ

Преди да се купят трябва да се избере подходящ тип и размер на кьнките в зависимост от размера на крака, телесното тегло, наисте умения и от предпазването (фигурно пярзание, хоккей). Кьнките са предназначени за пярзание по гладък лед без дупки и в определени за тази цел места, тоест на ледени пярзачи.

ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНО ПОЛЗВАНЕ НА КЪНКИТЕ

- Не може да се използва устройството за пярзание, то трябва да бъдат заточени преди първата употреба.
- Кьнките трябва да се заточат на специализирани места предназначени за тази цел.
- Децата трябва да се пярзлят под надзор на възрастни лица.
- Преди всяка употреба трябва да се проверва закрепане на всичките връзки. Пярзание с кьнки не изисква повторно намазване. Трябва да се избягва от праши, мази и мокри повърхности. Мокри или влажни лагери трябва да се изсуши с чиста кърпа. Износен лагер трябва да се сменят.
- След това извади втулка и втория лагер.
- Почишти лагера с сука кърпа и го смени с нов.
- Сложи първия лагер в колелото.
- Сложи втулката и втория лагер.
- Преди всяка употреба трябва да се проверва редовно за износване и повреди, само тогава то ще изпълнява условия за безопасност. Да не се ползва повредено съоръжение.
- Постоянно поддръжане на кьнките в добро състояние, увеличават тяхната безопасност.
- С кьнките не е позволено да се правят никакви сложни фигури и акробатии. Те са единствено за рекреация. Не може да се скача със кьнки.
- Не може да се използват никакви промени на кьнките, понеже това може да влоши безопасността на ползване на кьнките.

Малко силно и внимателно започнайте част на стъпалото – това води до утвърдяване на крака в обувката, благодарение на което кракът в обувката е по-стабилен и може да се елиминира напрежението в областта на гърба.

ПРИНЦИПИ ЗА ПОЛЗВАНЕ

Преди всяко каране, трябва са се провери техническото състояние на кьнките и дали елементи свързващи кьнките са добре защитени. Всичките скопи трябва да бъдат затегнати. Трябва редовно да се почиства, поддържа и заточва кьнките. Не може да се пярзлят с кьнките на сняг, лед, пясък, и да не предназначени за тази цел места. По време на тротоара, асфалта, бетона трябва да се използва протектори за пярзачите. След също завършено пярзание пярзачът трябва да бъде почистван, изсушен и консервиран. Пренебрегване на тази стъпка може да предизвика корозия на повърхности, препоръчва се използване на протектори за колелата и лактите и колената на глвата.

ВИДОВЕ НА КЪНКИТЕ

Структура на самата кьнка (плаз) зависи от дисциплина, в която тя се използва. Някои видове на спорти дисциплини, които използват кьнки:
- хоккей на лед (кьнки за хоккей на лед),
- фигурно пярзание (кьнки за фигурно пярзание),
- бързо пярзание с кьнки.

Кьнки за фигурно пярзание имат зъби от пред на стрелото, а кьнки за хоккей ги нямат.

СПИРАЧНА ТЕХНИКА НА КЪНКИТЕ

Трябва да се спира въвеждайки кьнките в пярзаче – установи се перпендикулярно на посоката на движение. Спирай много внимателно, така че да не паднеш.

ПЪРЗАНИЕ С КЪНКИТЕ

За да караш кьнки, може отблъскайте от леда на смяна един и другият крак с вътрешния ръб на кьнките, за да се добият наведените колени. Ползване на кьнките, поради постоянно движение със значителна скорост, се нуждае от правилна техника на ползване, която осигурява безопасност на този който се пярзлят с кьнки и на хората в околността. Въз трябва рекреационно предназначение на кьнките, се препоръчва използване на стандартни техники за управление на развитието и с изключение на всякакви еволюции и скокове. Скоростта винаги трябва да бъде съобразена с нивото на квалификацияте им. Избягвай прекалено висока скорост.

СЪБЪВАНЕ НА КЪНКИТЕ

- За да се събве кьнките трябва да се:
- раздърже и разхлабване връзки (разкопчети стегуте и / или векпър),
- Издърпа езика на обувката ,
- Стисне кьнката с двете ръце ,
- Забравено е да се съблукат кьнките „обука за обувка“.

ПОДДЪРЪЖКА НА КЪНКИТЕ

Редовна консервация и поддръжане на оборудването в добро състояние има съществено значение за безопасността на пярзание с кьнките, и удължаване на техен живот. Постоянното поддръжане на кьнки в добро състояние, увеличават тяхната безопасност. След свършване на пярзание с кьнките се препоръчва тяхно внимателно почистване и сушене. По време на каране на кьнките, някои елементи, като например пярзачи са подложени на износване. Трябва редовно и непрекъснато да се проверява техното състояние и ако е необходимо, те трябва да бъдат заточени. Ако използвате обувки с връзки или вътрешни шевове, трябва ги смените. Смяна на други части на кьнките може да направят единствено квалифицирани работни от компанията Spokky.

РЕГУЛИРАНЕ НА РАЗМЕРА

- Преди регулиране на избран размер трябва да се разхлабне затварящото (горно) и да се разхлабне стъгащо ремче.
- За да караш кьнки, може отблъскайте от леда на смяна един и другият крак с вътрешния ръб на кьнките, за да се добият наведените колени. Ползване на кьнките, поради постоянно движение със значителна скорост, се нуждае от правилна техника на ползване, която осигурява безопасност на този който се пярзлят с кьнки и на хората в околността. Въз трябва рекреационно предназначение на кьнките, се препоръчва използване на стандартни техники за управление на развитието и с изключение на всякакви еволюции и скокове. Скоростта винаги трябва да бъде съобразена с нивото на квалификацияте им. Избягвай прекалено висока скорост.

СМЯНА НА ШАСИТО НА ШАСИ С КОЛЕЛА

- Преди да започнеш смяната, трябва да приготвите необходимите за това инструменти (2 имбусни ключа, 2 шайби, пластмасова втулка, 1 дълъг болт, 1 гайка)
- Започнете от отиването на двете задни колела и демонтажа на спирачката.
- Пъхнете болта в едно от колелата и след това поставете шайбата. Поставете спирачката в шасито по следния начин на шасито. Пластмасовата втулка поставяете върте в шасито между отворите и пъхнете болта в нея. Поставете шайбата, след това колелото и затегнете с ксьби болт, използвайки двата имбусни ключа.

СМЯНА НА ШАСИТО НА ШАСИ С ЧЕТИРИ КОЛЕЛА

- Преди да започнете смяната, трябва да приготвите необходимите за това инструменти (2 имбусни ключа, 4 шайби, 2 пластмасови втулки, 2 дълги болта, 2 гайки)
- Първо трябва да отгитнете всички колела с помощта на имбусните ключове и да демантирате спирачката.
- Пъхнете болта в едно от колелата и след това поставете шайбата. Поставете спирачката в шасито в последния отвор на шасито. Поставете пластмасовата втулка между отворите върте в шасито и пъхнете болта в нея. Поставете шайбата, след това колелото и затегнете с ксьби болт, използвайки двата имбусни ключа.

Пъхнете болта в едно колело и след това поставете шайбата. Поставете пластмасовата втулка между отворите върте в шасито и пъхнете болта в нея. Поставете шайбата след това колелото и затегнете с ксьби болт, използвайки двата имбусни ключа

ГЕРБУКСААНWIJZING LEES AANDACHTIG DEZE GERBUKSAANWIJZING EN BEWAAR VOOR LATER GEBRUK

REGELS VOOR VELLIG GEBRUK

- 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 zit plaatsvindt zijn er geen gaten, kluizen, keien, rotsen, zandhopen die zouden toedragen tot vallen en een tseluk kunnen veroorzaken. Vermijd onieven, stels, gladde, stoffige, rotsachtige en natte oppervlakken.
- 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 in het donker.
- Het is verboden om op de skeelers (zich houdend) achter bewegende voertuigen te rijden zoals auto, fiets, bus, vrachtwagen, enz.
- Al bij het skeelen gebruik beschermende uitrustung, zoals helmen, beschermers voor pols, elleboog en knieën en reflecterende kleding. De beschermende middelen bevleugelt tegen het vallen.
- Voor 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 goed zijn vastgezet.
- Het toestel moet regelmatig worden gecontroleerd op slijtage en beschadiging om aan de veiligheidsvoorwaarden te voldoen. Gebruik geen beschadigde apparatuur.
- Regelmatig onderhoud van skeelers verhoogt 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.

1. SKEELEN

Het gebruik van skeelers, vanwege constant beweging en snelheid vereist goede techniek, alsook het waarborgen van de veiligheid van personen in de omgeving. In verband met recreatief beoeding van skeelers, het wordt aan te raden om standaard richtsnelen, zonder eventuele evolutie en sprongen te nemen. Tijdens skeelen, wees dan voorzichtig. Pas altijd de snelheid aan uw ervaring. Wij raden het skeelen in daartoe aangewezen 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 zit plaatsvindt zijn er geen gaten, kluizen, keien, rotsen, zandhopen die zouden toedragen tot vallen en een tseluk kunnen veroorzaken. Vermijd oniefen, steile, gladde, stoffige, rotsachtige en natte oppervlakken. Vermijd te hoge snelheid.

Het Remen van vallen kan aanzienlijk de kans om ernstig letsel verminderen:
a) Het is evenwicht verliezen, 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

RECREATIEKIENEN

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 aanbevelen 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 niet roer. 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 zach materiaal worden gemaakt. Het onderste deel, bekend als de loper is gemaakt van aluminium of PP. Wielen zijn gemonteerd op twee lagere en bevestigd aan de lopers met zelfborgende moeren en bouten.

Skeelers zijn niet uitgerust met besturingscontrole en hebben geen aanloep- apparaatuur.

LEET OPTI U kunt geen wijzigingen aan de skeelers aanbrengen, omdat het kan tot de onveiligheid leiden.

Exploitatiematerialen zoals wielen, lagere en remmen zijn onderhevig aan normale slijtage en kunnen niet gereclameerd worden.

Maatinstelling: (Afb. 1)

- 1. Voor het aanpassen van de juiste maat moet de tweedelige sluitung worden losgemaakt (boven en onder).
- 2. Draai blokke los aan de voorste binnenzijde van de beweegbare schoen.
- 3. Stel vervolgens de juiste maat, zodat blokke komt in de juiste gat en draai het vast.

Zelfborgende moeren en andere beschermingselementen kunnen niet meer goed functioneren als ze verroest, versleten of losgemaakt zijn. In zulke geval moeten zij worden vervangen. Het is aanbevelen conform de veiligheidsredenen dat zelfborgende moeren slechts eenmaalig worden gebruikt

ONDERHOUD 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 aanbevelen hun reiniging en drogen. Verwijder kleine steeltjes en andere vreemde elementen die zijn gekomen tussen de wielen. Tijdens het skeelen, en aan de 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 skeeler zich beweegt. Indien deze hoek is groter als 90° dan moet de rem worden vervangen.
- Het vervangen van de remmen:
- Af-schroef bij de rem eruit draaien met de juiste gereedschap.
- Verwijder de rembeugel van loper.
- Verwijder de rem van de beugel met een schroevendraaier
- Zet een nieuwe rem op.
- Zet de rembeugel en larer af de afschroef met moer.
- Zorg ervoor dat de schroef vast zit.

Om veiligheidsredenen wordt aanbevelen slechts eenmaalig zelfborgende moeren.

21 Wielen

Durometer bepaald hardheid van wielen - hoe hoger het getal des te harder zijn de wielen. Bv. 78A wielen zijn zacht wielen, 92A betrekend harde wielen. Zachte wielen zijn beter aanpassen aan de weg en zorgen voor een betere tractie. Hardere wielen lijken minder snel, maar bieden minder grip en minder comfort. Wielmaten worden gemeten in millimeters. 60-64mm – kleine wielen met een laag zwaartepunt voor beginnende gebruikers om stabiliteit te handhaven. 70-72mm - middellange wielen, gebruikt voor lange afstanden en recreatief rijden. 76-82mm - grote wielen, gebruikt om snel te rijden, de meest stabiel voor semi-gevoerdere en gevorderde gebruikers. Tijdens skeelen de wielen gaan slijten en moeten periodiek worden vervangen. De mate van wiellijtage is afhankelijk van veel factoren, zoals de rijstijl, het opperveld waarop wordt gereden, lengte en gewicht van de gebruiker, weerstand van de weg, de manier van rijden en de hardheid van de wielen. Wielen aan de binnenkant slijten sneller. De voorste wielen slijten daer het midden- en achterwielen. Het wordt aanbevolen om na ongeveer 70 km of in het geval van znellere slijtage de wielen te vervangen

Vervanging van de wielen: (Afb. 3)

- Verwijder de afschroeven m.b.v. passendgereedschap.
- Haal de wiel eruit van loper.
- Trek de glijlagers van de wielen.
- Plaats de glijlagers in de nieuwe wiel.
- Bevestig de wiel en loper en draai de afschroef vast.
- De wielbouten niet te strak draandraan.
- Om veiligheidsredenen wordt aanbevelen slechts eenmaalig gebruik van zelfborgende moeren.

Vervanging van de wielen

Tijdens vervanginge van de wielen zorg ervoor dat de meest versleten wiel zal de positie veranderen met de minder gereden wiel. Draai elke wiel een meer grote slijtage aan de binnenkant om 180 graden, zodat het meer versleten kant weer 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.

31 Lagere

Er zijn de volgende soorten lagere:
608 z – gewone lager voor beginners.
ABEC

UPUTE ZA PRAVILNO POSTAVLJANJE I KORISTENJE ROLA I SAČUVAJTE IH ZA BUDUĆU UPOTREBU!

ROLE

PRAVILA SIGURNE UPOTREBE

1. Vožnja na rolama treba biti se odvijati na ravnoj, glatkoj, čistoj i suhoj površini. Prije početka vožnje, provjerite da li na području gdje će se odvijati vožnja nema rupe, udubljivanja, stijena, kamenja, izbočina koje bi mogle izazvati pad i ozljede. Izbjegavajte neravne, stme, skiske, prašnjave, kamenite i mokre površine.
2. Vožnja na rolama trebala bi se odvijati podalje od drugih sudionika u prometu.
3. Nije dopušteno koristiti rola na ulici ili pločniku.
4. Zabranjena je upotreba rola nakon mraka.
5. Nije dopušteno koristiti rola koje se drže za vozila u pokretu, poput automobila, bicikla, autobusa, kamiona itd.
6. Preporučuje se upotreba zaštitne opreme poput kacige, štitnika za zapešća, laktove i koljena te reflektirajućih elemenata prilikom vožnje rola. Zaštitna oprema služi za zaštitu od eventualnih tjelesnih ozljeda.
7. Prije svake upotrebe provjerite učvršćenost svih spojeva. Vožnju je moguće započeti samo ako su role potpuno ispravne. Prije vožnje na rolama, provjerite jesu li svi dijelovi dobro zategnuti i jesu li kotačići pravilno postavljeni (provjerite od u pokretu).
8. Role treba redovito pregledavati zbog istrošenosti i oštećenja - samo tada će ispunjavati sigurnosne uvjete. Nemojte koristiti oštećenu opremu.
9. Redovito održavanje rola povećava njihovu sigurnost.
10. Role se ne smiju koristiti za izvođenje složenih figura i akrobacija. One služe isključivo za rekreativnu vožnju.
11. Potrebno je ukloniti sve oštre rubove nastale tijekom uporabe.

VOŽNJA NA ROLAMA

Upotreba rola, zbog stalnog kretanja velikom brzinom, zahtijeva odgovarajuću tehniku korištenja kako bi se osigurala sigurnost vozača i osoba u blizini. Boga rekreativne namjene rola, preporučuje se korištenje standardnih tehnika vožnje uz isključivanje svih ozljeda i skokova. Tijekom vožnje na rolama treba biti oprezan. Brzinu vožnje treba prilagoditi razini vožnje. Preporučujemo vožnju na rolama na za to predviđenim mjestima. Vožnja na rolama trebala bi se odvijati na ravnoj, glatkoj, čistoj i suhoj površini. Prije početka vožnje, provjerite da li na području gdje će se odvijati vožnja nema rupe, udubljivanja, stijena, kamenja, izbočina koje bi mogle izazvati pad i ozljede. Izbjegavajte neravne, stme, skiske, prašnjave, kamenite i mokre površine. Izbjegavajte previznu brzinu.

Učenje sigurnog pada može značajno smanjiti mogućnost ozbiljnih tjelesnih ozljeda:

- a) ako gubite ravnotežu, savijte se kako biste smanjili udaljenost pada, bi prilikom pada pokušajte pasti na mekši dio tijela,
- c) prilikom pada, ako je moguće, budite fleksibilni.

TEHNIKE KOČENJA

Ako role imaju kočnicu: polako podignite prednji dio role na kojoj je montirana kočnica, a zatim pritisnite kočnicu prema podlozi. Ako role nemaju kočnicu ili one nisu uključene, preporučuje se primjena tzv. "T-braking Technique" - ali isključivo za napredne korisnike! Trebate pripremiti dijelove tijela tjelu tjelu na jednu nogu, zatim drugu nogu pomaknuti iza prve i postaviti je okomito. Izgleda kao slovo "T".

KONSTRUKCIJA ROLA

Role se sastoje od dva dijela: iznad i donjeg dijela. Čizma je u potpunosti izrađena od plastike ili prednji dio može biti izrađen od mekog materijala. Donji dio, nazvan ploča, izrađen je od aluminijski ili PP. Kotačići su postavljeni na dva ključa i pričvršćeni su na ploču pomoću vijaka i samoblokirajućih matica. Role nisu opremljene upravljačkim mehanizmom i nemaju pognući uređaj. Izvanzdorni ne zadržati vrpce u mehanizam kiorovanja i ne posijadaju urađena razbijeogvoje. Ljudski mozak nije dovoljno sposoban za brze modifikacije na rolama jer mogu smanjiti sigurnost. Potrošni materijal koji to su kotačići, ležajevi i kočnice koji podliježu prirodnom trošenju ne mogu biti osnova za reklamaciju.

PODESAVANJE VELIČINE ROLA (Slika 1)

2. Olabavite steznu ručku (pritisnite gumb) koja se nalazi na vanjskoj strani pokretne čizme.
3. Zatim postavite odgovarajuću veličinu tako da brava uđe u odgovarajuću rupu i otpustite gumb.

ODRŽAVANJE

Redovno održavanje je od ključne važnosti za sigurnost vožnje na rolama te produžuje njihov vijek trajanja. Redovito održavanje rola povećava njihovu sigurnost. Nakon vožnje na rolama, preporučuje se pažljivo čišćenje i sušenje. Uklonite sitne kamenje i druge strane elemente koji se mogu našli između kotačića. Tijekom vožnje na rolama, neki dijelovi, kao što su: kočnica, kotačići, ležajevi mogu se istrošiti. Redovno provjeravajte njihovo stanje i po potrebi ih zamijenite novima. Samoblokirajuće matic i drugi samoblokirajući dijelovi mogu izgubiti svoju učinkovitost kada su zahrađi, istrošeni ili ih se olabavili. U tom slučaju ih odmah zamijenite. Zbog sigurnosnih razloga, preporučuje se jednokratna uporaba samoblokirajućih matica.

1. Kočnice

- Ako kočnice ne funkcioniraju ispravno, to mogu ukazivati na njihovu istrošenost. O tome nas obavještava tok između donje površine kočnice i podloge po kojoj se kreće. Ako je veći od 40°, kočnicu treba zamijeniti.
- Montaza / zamjena kočnice (Slika 2):**
 - Prije početka izvodjenja radova, najprije ih se treba odvojiti od rola.
 - Pomoću imbus ključa odmontirajte zavrtne kotačić na roli na koju želite montirati kočnicu (ovisno o tome koja noaga je uključena i kojom ćete kočiti).
 - Pažljivo skinite kotačić, obavljajući sve dijelove na sigurnom mjestu.
 - Postavite montažne vijke kroz otvore na kočnici i roli.
 - Pomoću imbus ključa zategnite vijke, pričvršćujući kočnicu na rolu. Provjerite jesu li vijci dobro zategnuti kako bi kočnica bila stabilna.
 - Pazite da ne prevrnete vijke i ne oštettite navoj.
 - Postavite kotačić natrag na svoju osovinu.
 - Provucite vijke kroz otvore kotačića i osovine, a zatim ga zategnite imbus ključem. Provjerite je li kotačić dobro pričvršćen i slobodno se okreće.
 - Prije upotreba rola provjerite da li kočnica ispravno funkcionira. Pokušajte lagano zakočiti, provjeravajući je li dobro pričvršćena i uključena.
 - Nakon prvih nekoliko vožnji, provjerite jesu li se vijci olabavili i je li imba ispravno funkcionalna. Po potrebi zategnite vijke.

Zbog sigurnosnih razloga, preporučuje se jednokratna uporaba samoblokirajućih matica.

2. Kotačići

Durometar označava tvrdoću kotačića - što je veći broj, to su kotačići tvrdi. Npr. kotačić 78A su mekani kotačići, 92A su tvrdi kotačići. Mekani kotačići se bolje prilagođavaju podlozi i osiguravaju bolju trakciju. Tvrdi kotačići se sporije troše, ali pružaju manju trakciju i manju udobnost vožnje. Velikine kotačića mjere se u milimetrima i razlikuju se prema veličini rola. 60-64 mm - mali kotačići s niskim težinom, pomažu početnicima u održavanju stabilnosti. 70-72 mm - srednji kotačići, koriste se za duže staze i rekreativnu vožnju. 76-84 mm - veliki kotačići, koriste se za naprednu vožnju, najprije ih se treba odvojiti od rola. Tijekom vožnje na rolama kotačić se troši i potrebno ih je povremeno mijenjati. Stupanj istrošenosti kotačića ovisi o mnogim čimbenicima, kao što su: stil vožnje, površina po kojoj se vozi, visina i težina korisnika, vremenski uvjeti, materijal kotačića i njihova tvrdota. Kotačići na unutarnjoj strani brže se troše. Prednji kotačići se troše brže od srednjih i stražnjih. Preporučuje se izmjenjati kotačić nakon prijenjedeni oko 70 km ili u slučaju vidljive istrošenosti kotačića.

Zamjena kotačića (Slika 3):

- odmontirajte vijke na osovinama kojima su pričvršćeni kotačići koristeći odgovarajući alat,
- skinite kotačić s ploče,
- izvadite ležajevne s distancirnikom iz kotačića
- umetnite ležajevne s distancirnikom u novi kotačić,
- postavite kotačić na ploču i zategnite vijke na osovinama.

Nemojte previše zategnati vijke koji pričvršćuju kotačić. Zbog sigurnosnih razloga, preporučuje se jednokratna uporaba samoblokirajućih matica.

Rotačići kotačići Prilikom rotiranja kotačića, provjerite da li je najviše istrošeni kotačić zamijenjen s kotačićem koji je najmanje istrošen. Svaki kotačić s većim trošenjem na vanjskoj strani treba okrenuti za 180 stupnjeva, tako da više istrošena strana bude okrenuta unatrag. To će osigurati ravnomjerno trošenje kotačića. Treba slijediti upute prema kodu prikazanom crtežu.

Kotačići se ne okreću glatko

Kako bi novi kotačići radili glatko, potrebno ih je razazdati. Ležajevi su čvrsto postavljeni i za optimalnu učinkovitost zahtijevaju opterećenje. Također, provjerite jesu li vijci previše zategnuti.

HR

3. Ležajevi

Postoje sljedeće vrste ležajeva: 608 z - standardni ležaj za početnike ABC 1, 3, 5, 7, 9 - kvalitetniji ležajevi s dugim vijekom trajanja. Broj uz oznaku ABEC označava preciznost ležaja i materijal od kojeg je izrađen: što je veći broj, to je veća preciznost. Kvalitetniji ležajevi osiguravaju glatku vožnju na rolama. Svi ležajevi su podmazani i ne zahtijevaju ponovno podmazivanje. Izbjegavajte prašnjave, masne i mokre površine. Može ih vlažne ležajevne treba osušiti čistom rupom. Istrošene ležajevne treba zamijeniti.

Zamjena ležajeva:

- skinite kotačić s ploče,
- izvadite prvi ležaj iz kotačića koristeći odgovarajući alat,
- zategnite ležajevne s distancirnikom u drugi ležaj
- očistite ležaj od nečistoća i ga zamijenite novim,
- umetnite prvi ležaj u kotačić,
- umetnite distancer i drugi ležaj.

4. Matic e i drugi samoblokirajući elementi

Samoblokirajuće matic e i drugi samoblokirajući elementi mogu izgubiti svoju učinkovitost kada su zahrađi, istrošeni ili olabavili. U tom slučaju ih odmah zamijenite. Zbog sigurnosnih razloga preporučuje se jednokratna uporaba samoblokirajućih matica.

KLIZALJKE

- Klizaljke nisu namijenjene za komercijalnu upotrebu
- samoblokirajuće matic e i drugi samoblokirajući elementi mogu izgubiti svoju učinkovitost u slučaju nepravilne uporabe klizaljke
- Prije upotrebe potrebno je odabrati odgovarajući tip i veličinu klizaljki ovisno o veličini stopala, tjelesnoj težini, uvjetima vožnje i namjeni (umjetničko, hokejsko klizanje). Klizaljke su namijenjene za vožnju po glatkom, bez udubljene i rupe ledu, na za to predviđenim mjestima poput klizališta.

PRAVILA SIGURNE UPOTREBE KLIZALJKI

1. Ako klizaljke nisu korištene naodstene, potrebno ih je naodstiri prije prve upotrebe.
2. Klizaljke treba naodstiri u specijaliziranim servisima za tu svrhu.
3. Dija treba klizati pod nadzorom odraslih.
4. Prije svake upotrebe provjerite učvršćenost svih spojeva. Vožnju je moguće započeti samo ako je uređaj potpuno ispravan. Prije klizanja provjerite jesu li svi vijci dobro zategnuti i jesu li spojni elementi klizaljki dobro osigurani.
5. Izvan klizališta koristite zaštitne poklopce na oštici klizaljke.
6. Klizaljke treba redovito provjeravati zbog istrošenosti i oštećenja, samo tada će ispunjavati sigurnosne uvjete. Ne koristite oštećene klizaljke.
7. Redovito održavanje klizaljki povećava njihovu sigurnost.
8. Na klizaljkama nije dopušteno izvoditi složene figure i akrobacije. One su isključivo za rekreativnu vožnju. Na klizaljkama nije dopušteno skakati.
9. Nije dopušteno vrtiti bilo kakve modifikacije klizaljki koje bi mogle smanjiti sigurnost korisnika.
10. Čvrsto i pažljivo zategnite srednji dio stopala - ova radnja osigurava stabilnost noge u čizmi, čineći nogu stabilnijom i sprejčavajući oštećenja oko pete.

Učenje sigurnog pada može značajno smanjiti mogućnost ozbiljnih tjelesnih ozljeda: a) ako gubite ravnotežu, savijte se kako biste smanjili udaljenost pada, bi prilikom pada pokušajte pasti na mekani dio tijela, c) prilikom pada, ako je moguće, budite fleksibilni.

Pravila korištenja

Prije svake upotrebe tehničko stanje klizaljki i jesu li spojni elementi klizaljki dobro osigurani. Sve kopce trebaju biti zatvorene. Klizaljke treba redovito čistiti, održavati i naodstiri. Ne smije se kizati po snijegu, pijesku i mjestima koja nisu za predviđena. Tijekom hodanja po pločniku, asfaltu, betonu i drugim drugim površinama koje nisu za predviđene. Nakon svake vožnje, očistite, osušite i konzervirajte čizme. Zanimavareno je radnje može dovesti do korozije oštice. Preporuča se korištenje zaštitnika za koljena i laktove te kacige za glavu.

Vrste klizaljki

Izgradnja same klizaljke (oštice) ovisi o disciplini u kojoj se koriste. Neke vrste sportskih disciplina koje koriste klizaljke su: - hokej na ledu (hokejske klizaljke), - umjetničko klizanje (umjetničke klizaljke), - brzo klizanje tzv. speed skating. Umjetničke klizaljke imaju zupce na prednjem dijelu oštice, dok ih hokejske nemaju.

TEHNIKA KOČENJA NA KLIZALJKAMA

Vještina kočenja važan je dio vožnje na klizaljkama. Omogućuje izbjegavanje neugodnih padova, sudara ili sudara s drugom osobom. Postoji nekoliko načina i tehnika kočenja: kočenje tehnikom T-stop, od kočenja / okrenuti zaokret. Za početnike preporučujemo tehniku kočenja plugom: postavite noge razmaknuto, a zatim okrenite vrhove klizaljki jedan prema drugome.

VOŽNJA NA KLIZALJKAMA

Za vožnju na klizaljkama odgurnute se od leđa naizmjenično jednom i drugom nogom, koristeći unutarnji rub klizaljki, tako da približite savijena koljena. Upotreba klizaljki, zbog stalnog kretanja velikom brzinom, zahtijeva odgovarajuću tehniku korištenja kako bi se osigurala sigurnost vozača i osoba u blizini. Boga rekreativne namjene klizaljki, preporučuje se korištenje standardnih tehnika vožnje uz isključivanje svih evolucija i skokova. Tijekom vožnje na klizaljkama treba biti oprezan. Brzinu uvijek treba prilagoditi razini vožnje. Izbjegavajte previznu brzinu. **Sklidanje klizaljki:** Za sklidanje klizaljki: - odvezite i olabavite vezice (otvorite kopč e / ili čičak), - odmaknite jezičac čizme, - rukom skinite klizaljku sa stopala, - zabranjeno je sklidanje klizaljki udarcem "iz cima u čizmu".

ODRŽAVANJE KLIZALJKI

Redovito održavanje i održavanje opreme u dobrom stanju ključno je za sigurnost vožnje na klizaljkama i produžuje njihov vijek trajanja. Redovno održavanje klizaljki povećava njihovu sigurnost. Nakon vožnje na klizaljkama, preporučuje se pažljivo čišćenje i sušenje. Tijekom vožnje na klizaljkama, neki dijelovi, poput oštice, mogu se istrošiti. Redovito provjeravajte njihovo stanje i po potrebi ih naodstiri. Ako su vezice ili unutarnji rub klizaljki istrošeni, zamijenite ih novima. Zamjenu ostalih dijelova klizaljki može izvršiti samo kvalificirani servis.

PODESAVANJE VELIČINE

2. Olabavite steznu ručku (pritisnite gumb) koja se nalazi na vanjskoj strani pokretne čizme.
3. Zatim postavite odgovarajuću veličinu tako da brava uđe u odgovarajuću rupu i otpustite gumb.

PRETVARANJE ROLER U TROCLINDIRNIH KOTURALJKA

- Prije početka zamjene, pripremite potrebne alate (2 imbus ključa, 2 podloške, plastični distancer, 1 dugi vijak, 1 maticu).
- Nakon odvajanja dva stražnja kotačića i demontiranja kočnice.
- Umetnite vijak u jedan kotačić, a zatim postavite podlošku. Postavite kočnicu na ploču u posljednju rupu na ploči. Postavite plastični distancer unutar ploče između rupe i umetnite u njega vijak. Postavite podlošku, zatim postavite kotačić i pričvrstite ga kratkim vijkom koristeći dva imbus ključa.
- Za postavljanje prednjih kotačića, ponovite iste korake kao u prethodnom odlomku.

PRETVARANJE ROLER U KOTURALJKA

- Prije početka zamjene, pripremite potrebne alate (2 imbus ključa, 4 podloške, 2 plastična distancera, 2 duga vijka, 2 kratka vijka).
- Prvo odvijte sve kotačiće pomoću imbus ključeva i demontirajte kočnicu.
- Umetnite vijak u jedan kotačić, a zatim postavite podlošku. Postavite kočnicu na ploču u posljednju rupu na ploči. Postavite plastični distancer unutar ploče između rupe i umetnite u njega vijak. Postavite podlošku, zatim postavite kotačić i pričvrstite ga kratkim vijkom koristeći dva imbus ključa.
- Za postavljanje prednjih kotačića, ponovite iste korake kao u prethodnom odlomku.

ES

INSTRUCCIONES DE USO

LA ATENCIÓN DEBE ESTAR MANEJADA ANTES DE UTILIZAR LOS PATINES Y CONSERVARLOS PARA FUTURAS CONSULTAS

PATINES DE RUEDAS

PRINCIPIOS DE USO SEGURO

1. El patinaje debe realizarse sobre una superficie nivelada, plana, limpia y seca. Antes de patinar, asegúrese de que la zona donde se va a realizar no tiene agujeros, hoyos, cantos rodados, piedras, montículos que puedan provocar una caída y lesiones. Evita las superficies irregulares, empinadas, resbaladizas, polvorientas, rocassas y húmedas.
2. El patinaje debe realizarse lejos de los demás usuarios de la vía pública.
3. No utilices patines de ruedas en la calle ni en la acera.
4. No utilices patines de ruedas por la noche.
5. No utilices patines de ruedas mientras estés detrás de vehículos en movimiento como un coche, una bicicleta, un autobús, un camión, etc.
6. Para utilizar patines de ruedas, se recomienda llevar equipo de protección, como casco, muñequeras, coderas y rodilleras, y elementos reflectantes. El equipo de protección está diseñado para proteger de posibles lesiones corporales.
7. El patinaje debe realizarse siempre a nivel de habilidad. Recomendamos patinar en las zonas designadas. Si el patinaje debe realizarse en una zona no designada, planearse con cuidado y con precaución. Evita la zona de la zona donde se va a realizar no tiene agujeros, hoyos, cantos rodados, piedras, montículos que puedan provocar una caída y lesiones. Evita las superficies irregulares, empinadas, resbaladizas, polvorientas, rocassas y húmedas. Evita la velocidad excesiva.
8. Los patines deben revisarse periódicamente para comprobar si están desgastados o dañados; sólo así cumplirán las condiciones de seguridad. No utilice equipos de patinaje dañados.
9. Mantener constantemente los patines en buen estado aumenta su seguridad.
10. No se permiten figuras complicadas ni acrobacias con patines de ruedas. Sólo se utilizan para la conducción recreativa.
11. Deben eliminarse los bordes afilados que se produzcan durante el uso.

USO DE PATINES DE RUEDAS

El uso de los patines de ruedas, al estar en constante movimiento, a una velocidad importante, requiere una técnica de uso correcta para garantizar la seguridad del piloto de las personas que se encuentran cerca. Habida cuenta del uso recreativo de los patines, se recomienda utilizar técnicas de patinaje cotidianas, excluyendo todas las acrobacias y saltos. Hay que tener cuidado al patinar. La velocidad debe adaptarse siempre al nivel de habilidad. Recomendamos patinar en las zonas designadas. Si el patinaje debe realizarse en una zona no designada, planearse con cuidado y con precaución. Evita la zona de la zona donde se va a realizar no tiene agujeros, hoyos, cantos rodados, piedras, montículos que puedan provocar una caída y lesiones. Evita las superficies irregulares, empinadas, resbaladizas, polvorientas, rocassas y húmedas. Evita la velocidad excesiva.

Aprender a caer con seguridad puede reducir considerablemente la posibilidad de sufrir lesiones graves:

- a) si pierdes el equilibrio, agáchate para minimizar la distancia de la caída,
- b) al caer, intenta hacerlo sobre una parte blanda del cuerpo,
- c) al caer, intenta ser lo más flexible posible.

TÉCNICAS DE FRENADO

Si los patines de ruedas están equipados con un freno: levanta lentamente la parte delantera del patín y alca los ruedas en el suelo. Mantén el freno contra la superficie inferior del patín. Si los patines de ruedas no están equipados con freno o si se ha quitado el freno, se recomienda la llamada "técnica de frenado en T" (T-braking Technique), pero sólo para usuarios avanzados. Transfere todo el peso del cuerpo sobre un pie, luego mueve el otro pie detrás del primero y colócalo perpendicularmente. Es por eso que la técnica se describe con la letra "T".

DISÑO DE PATINES DE RUEDAS

El diseño de los patines de ruedas tiene dos componentes: la zapatilla y la parte inferior. El zapato es totalmente de plástico o la parte delantera puede ser de material blando. La parte inferior, denominada patín, es de aluminio o PP. Las ruedas están montadas sobre dos cojinetes y se fijan a los patines mediante tornillos y tuercas autoblocantes. Los patines no están equipados con un mecanismo de dirección ni con un dispositivo de aceleración. **¡NOTA! No se podrán realizar modificaciones en los patines, ya que pueden comprometer la seguridad.** Las partes desgastables, como ruedas, rodamientos y frenos, que están sujetos a un desgaste natural no pueden ser la base de una reclamación.

AJUSTE DE LA TALLA DE LOS PATINES DE RUEDAS (Figura 1)

2. Ajusta el asa de sujeción (pule el botón) situada en el exterior del zapato.
3. A continuación, ajusta el tamaño correcto para que el cierre entre en el orificio correcto y suelta el botón.

MANTENIMIENTO

Un mantenimiento regular es esencial para la seguridad de los patines y prolonga su vida útil. Mantener constantemente los patines en buen estado aumenta su seguridad. Se recomienda limpiar y sacar bien los patines después de cada uso. Retira las piedras pequeñas y otros elementos extraños que puedan encontrarse entre las ruedas. Al patinar, algunos componentes como los frenos, las ruedas y los rodamientos pueden desgastarse. Deben revisarse periódicamente y sustituirse si es necesario. Las tuercas autoblocantes y otros componentes autoblocantes pueden perder su eficacia cuando se oxidan, desgastan o aflojan. En estos casos, deben sustituirse inmediatamente. Por razones de seguridad, se recomienda utilizar una sola vez las tuercas autoblocantes.

1) Frenos

Si los frenos no funcionan correctamente, puede ser un indicio de desgaste. Esto se indica por el ángulo entre la superficie inferior del freno y la superficie sobre la que se desliza. Si es superior a 40°, debe sustituirse el freno.

Instalación/sustitución de frenos (Figura 2):

- Comprueba que el freno del embalaje y comprueba que se incluyen todos los componentes (freno, tornillos de fijación).
- Comprueba que se incluye la llave Allen correcta. Si no es así, prepara tu propia para que coincida con los tornillos.
- Con una llave allen, desenrosca la última rueda del patín en el que quieres montar el freno (dependiendo de la pierna que vaya delante y de la que vaya a frenar).
- Retira con cuidado la rueda, guardando todos los componentes en un lugar seguro.
- Inserta los tornillos de montaje de la rueda a través de los orificios del freno y del patín.
- Utiliza una llave Allen para apretar los tornillos, asegurando el freno al patín. Asegúrate de que los tornillos están bien apretados para que el freno quede estable.
- Ten cuidado no apretar demasiado los tornillos y dañar las rosas.
- Vuelve a colocar la rueda sobre su eje.
- Inserta el perno a través de los orificios de la rueda giratoria y el eje y apriétalo con una llave Allen. Asegúrate de que la rueda está bien sujeta y a la libre.
- Asegúrate de que el freno funciona correctamente antes de utilizar los patines. Prueba a frenar suavemente, comprobando que está bien fijado y es eficaz.
- Después de las primeras salidas, comprueba que los tornillos no se han aflojado y que el freno funciona correctamente. Aprieta los tornillos de nuevo.

2) Ruedas

El diámetro indica la dureza de las ruedas: cuanto más alto es el número, más duras son las ruedas. Las ruedas 78A son ruedas blandas, las 92A son ruedas duras. Las ruedas blandas se adaptan mejor a la carretera y proporcionan una mayor tracción. Las ruedas duras se desgastan más lentamente, pero ofrecen menos tracción y menos confort. El tamaño de las ruedas se mide en milímetros: 60-64 mm - ruedas pequeñas con un centro de gravedad bajo, útiles para que los principiantes mantengan la estabilidad. 70-72 mm - ruedas medianas, utilizadas para largas distancias y conducción recreativa. 76-84 mm - ruedas grandes, utilizadas para conducción rápida, más duraderas para ciclistas intermedios y avanzados. Al patinar, las ruedas se desgastan y hay que cambiarlas de vez en cuando. El grado de desgaste de las ruedas depende de varios factores, como el estilo de conducción, la superficie sobre la que se circula, la altura y el peso del usuario, las condiciones meteorológicas, el material de las ruedas y su dureza. Las partes interiores de ruedas se desgastan más rápido. Las ruedas delanteras se desgastan más rápido que las ruedas centrales y traseras. Se recomienda intercambiar las ruedas después de recorrer aproximadamente 70 km o cuando haya un desgaste visible en las ruedas.

Sustitución de ruedas (Figura 3):

- desenroscar los tornillos del eje que sujetan las ruedas con una herramienta adecuada,
- sacar la rueda del patín,
- sacar los rodamientos y el buje de la rueda,
- insertar rodamientos con casquillos en la rueda nueva,
- colocar las ruedas en el patín y apretar los tornillos del eje.
- No apretar demasiado los tornillos de fijación de la rueda.
- Por razones de seguridad, se recomienda utilizar una sola vez las tuercas autoblocantes.

Intercambio de las ruedas

Al intercambiar las ruedas, asegúrate de que la rueda más desgastada cambia de posición con la rueda menos desgastada. Cualquier rueda con más desgaste en el interior debe girarse 180 grados para que el lado más desgastado mire hacia el exterior. Esto garantizará un desgaste uniforme de las ruedas. Sigue la siguiente ilustración.

ES

Las ruedas no giran suavemente

Para que las ruedas nuevas giren con suavidad, es necesario someterlas a un esfuerzo. Los rodamientos están fuertemente asentados y requieren carga para un rendimiento óptimo. Comprueba también que los tornillos no estén demasiado apretados.

3. Rodamientos

Se distinguen los siguientes tipos de rodamientos: 608 - rodamiento habitual para principiantes ABC 1, 3, 5, 7, 9 - un buen rodamiento, larga vida útil. Cuanto mayor sea el número que aparece junto a ABEC, mayor será la precisión del rodamiento y del material con el que está fabricado. Los rodamientos de buena calidad garantizan una experiencia de patinaje suave. Todos los rodamientos se han suministrado con grasa y no requieren relubricación. Evita las superficies polvorientas, grasientes y húmedas. Los rodamientos mojados o húmedos deben secarse con un paño limpio. Los rodamientos desgastados deben sustituirse.

Sustitución de rodamientos

- sacar la rueda del patín,
- desenroscar el primer rodamiento de la rueda con una herramienta adecuada,
- limpiar el casquillo y el otro rodamiento,
- limpiar el rodamiento se han suministrado con grasa y no requieren relubricación. Evita las superficies polvorientas, grasientes y húmedas. Los rodamientos mojados o húmedos deben secarse con un paño limpio. Los rodamientos desgastados deben sustituirse.

4. Tuercas y otros elementos autoblocantes

Las tuercas autoblocantes y otros componentes autoblocantes pueden perder su eficacia cuando se oxidan, desgastan o aflojan. En este caso, deben sustituirse inmediatamente. Por razones de seguridad, se recomienda utilizar una sola vez las tuercas autoblocantes.

PATINES DE HIELO

- Los patines de hielo no están destinados a un uso comercial
- Las tuercas autoblocantes y otros cierres autoblocantes pueden perder su eficacia si los patines de hielo se utilizan incorrectamente.
- Antes de comprar, es importante elegir el tipo y la talla de patines de hielo adecuados en función del tamaño del pie, el peso corporal, la capacidad de patinaje y el uso previsto (artístico, hockey). Los patines de hielo deben ajustarse perfectamente al pie. Comprueba la fijación de todas las conexiones antes de cada uso. El patinaje sólo puede iniciarse si el dispositivo está plenamente operativo. Antes de patinar, comprueba que todos los tornillos estén bien apretados y que las piezas de unión del patín de hielo estén bien sujetas.
- Frena de la superficie superior de la parte de hielo, utiliza salvacuchillas.

PRINCIPIOS DE PATINAJE SEGURO

1. Si los patines de hielo no han sido afilados en fábrica, deben afilarse antes del primer uso.
2. Los patines de hielo deben afilarse en centros especializados destinados a este fin.
3. Los niños deben ir acompañados de adultos.
4. Comprueba la fijación de todas las conexiones antes de cada uso. El patinaje sólo puede iniciarse si el dispositivo está plenamente operativo. Antes de patinar, comprueba que todos los tornillos estén bien apretados y que las piezas de unión del patín de hielo estén bien sujetas.
5. Frena de la superficie superior de la parte de hielo, utiliza salvacuchillas.
6. Los patines de hielo deben revisarse periódicamente para comprobar si están desgastados o dañados, sólo así cumplirán las condiciones de seguridad. Los patines de hielo dañados no deben utilizarse.
7. Mantener los patines de hielo en buen estado en todo momento aumenta su seguridad.
8. No se permiten figuras complicadas ni acrobacias sobre patines de hielo. Sólo se utilizan para la conducción recreativa. No se permite saltar con los patines de hielo.
9. No se permite realizar modificaciones en los patines de hielo que puedan perjudicar la seguridad de uso.
10. Superar la sección de patinaje artístico con firmeza y precisión (con metatarsiano) en la zona del talón de la bota, lo que hace que la pieza en la bota sea más estable y evita roturas en la zona del talón.

Aprender a caer con seguridad puede reducir considerablemente la posibilidad de sufrir lesiones graves:

- a) si pierdes el equilibrio, agáchate para minimizar la distancia de la caída,
- b) al caer, intenta hacerlo sobre una parte blanda del cuerpo,
- c) al caer, intenta ser lo más flexible posible.

Normas de uso

</

KASUTUSJUHE
LUUGEDE HOOLIKALD KÄSOLEVAT JUHENIDT ENNE RULLIUSKUDE KASUTAMIST JA HOIDKE SEE
HILISEMAKS KASUTAMISEKS ALLES!

RULLIUSD

TURVALISE KASUTAMISE REGLID

- Rulliuskudega sõitmine peaks toimuma tasasel, siledal, puhta ja kuiva pinnaga. Enne sõitmise alustamist veenduge, et ala, kus sõit toimub, ei oleks aukliki, korralik ega kivine, kuna see võib põhjustada kukkumisi ja kehavigastusi. Vältige ebahülsitud, järskle, libedaid, tolmuseid, kiviseid ja märgi pindu.
- Rulliuskude tuleks sõita eemal teistest liiklajatest.
- Rulliuske ei tohi kasutada tänaval ega kinnitelt.
- Rulliuske ei tohi kasutada pimedal.

- Rulliuskude kasutamise liikuvate sõidukite, näiteks auto, jalgratta, bussi või veoauto külge klammerdudes on keelatud.
- Rulliuskude kasutamisel on soovitatav kanda kaitsevarustust, nagu kiivri, randme-, küünarnuki- ja põlvkaitseid ning helkurelemente. Kaitsevarustust on mõeldud võimalike kehavigastuste vältimiseks.
- Enne igat kasutamist tuleb kontrollida kõigi ühenduste kinnitust. Sõitu võib alustada ainult siis, kui rullisuid on täiesti korras. Enne sõitu tuleks kontrollida, et kõik kruvid oleksid korralikult pingutatud ning et rattad pöörleksid sujuvalt (ilumise kontrollimine).
- Rulliuske tuleks regulaarselt kontrollida kulumise ja kahjustuste suhtes – ainult siis vastavad need turvalisuse tingimustele. Vigastatud rulliuskude ei tohi kasutada.
- Rulliuskude heas seisukorras hoidmine suurendab nende turvalisust.
- Rulliuskudega ei tohi teha keerulisi trikke ega akrobaatikaelemente. Need on mõeldud ainult vabaajasõiduks.
- Kõik teravad esivarid, mis kasutamise käigus tavaliselt, tuleb eemaldada.

RULLIUSSTATIMINE

Rullisustamine, mis nõuab pidevat liikumist ja arvestatavalt kiirust, eeldab korrektset kasutustehnikat, mis tagab sõidu ja lihteduse viibvaste Arvestades rulliuskude vabaajavarustet, on soovitatav kasutada tavasilis sõidutehnikat, vältides igasuguseid trikke ja hüppeid. Rullisustades tuleb olla ettevaatlik. Kiirust tuleks alati kohandada vastavalt oskuste tasemele. Soovitamise sõita rulliuskudega selleks ettenähtud kohtades. Rullisustamine peaks toimuma tasasel, siledal, puhta ja kuiva pinnaga. Enne sõitmise alustamist veenduge, et ala, kus sõit toimub, ei oleks aukliki, korralik ega kivine, kuna see võib põhjustada kukkumisi ja kehavigastusi. Vältige ebahülsitud, järskle, libedaid, tolmuseid, kiviseid ja märgi pindu. Vältige liigset kiirust. **Ohutu kukkumise õppimine või oluliselt vähenenda tõiste kehavigastuste riski:**

- kui kasutate taskaaski, tõmmake end kõssi, et minimeerida kukkumiskõrgust;
- kukkumisel püüde maanduda pehmele kehale; ja
- kukkumisel püüde võimalusel, olla pindlik.

PIDURIDAMISTEHNIKAD

Kui rullisuid on varustatud piduriga: tõstke aeglaselt piduriga varustatud rullisuk esle üles ja seejärel suruge pidur maapinna vastu. Kui rullisuid ei ole varustatud piduriga või see on eemaldatud, on soovitatav kasutada nn. "Piduridustehnikat" – kuid ainult kogunud kasutajatel! Kogu keharaas tuleb viia ühele jalale, seetõttu teine jalg liigutada esimese taha ja asetada see ristl. See näeb välja nagu "T" täht.

RULLIUSKUDE EHTIUS

Rullisuid koosnevad kahest osast: paadist ja alumisest osast. Saabas on täielikult valmistatud plastist või võib selle osissa olla vahelduvale materiale. Paadist osas, mida nimetatakse raamiks, on valmistatud alumiiniumist või PP-st. Rattad on kinnitatud kahe laagriga ja kinnitatakse raamile iseluskutavateks ja poldidega.

Rulliuskude ei ole juhtimisevahemisi ega kiirendusseadet.

TÄHELEPANUT! Rulliuske ei tohi modifitseerida, kuna see võib ohustat halvendada. Kulumateljal, nagu rattad, laagrid ja pidurid, mis kuluvad loomulikult, ei ole aluseks kaebuste esitamiseks.

RULLIUSKUDE SUURUSE REGULEERIMINE (Joonis 1)

- Enne suurus reguleerimist tuleb lõdvendada kehahoalane kinnitus (ileimine ja alumine).
- Lõdvendage saapa välisküljel asuvat lukustushooba (vajutage nuppu).
- Seejärel seadke sobiv suurus nii, et lukk oleks õiges augsus, ja vabastage nupp.

HOOLDUS

Rullisustamise ohutuse tagamiseks ja rulliuskude eluea pikendamiseks on regulaarne hooldus väga oluline. Rulliusuke heas seisukorras hoidmine suurendab nende turvalisust. Pärast rullisustamist on soovitatav need hooldada puhastada ja kuivatada. Eemaldage rattavahel väikesed kivid ja muud võõrkehad. Rullisustamise ajal võivad mõned osad, nagu pidur, rattad ja laagrid, kuluda. Nende seisukorda tuleks regulaarselt kontrollida ja vajadusel uude asendada. Iseluskutavate ratturid ja muud iseluskutavad elemendid võivad oma tõhusust kaotada, kui need on roostes, kulunud või lihtsitud. Sellisel juhul tuleb need viivitamatult välja vahetada. Turvalisuse huvides on soovitatav iseluskutavaid mudrite kasutada ainult ühe korra.

Piduri paigaldamine / vahetamine (Joonis 2)

- Eemaldage pidur pakendist ja veenduge, et kõik osad on komplektis (pidur, kinnituspoldid).
- Kontrollige, kas komplektis on sobiv kuuskantvõti. Kui mitte, valmistage oma tööriist, mis sobib poldidele.
- Keerake kuuskantvõtmega lahti rullisuid pehmine ratsa, millele soovite piduri paigaldada (olenevalt sellest, kumb jal on lahiti ja millises suunas pehmine ratsa on keeratud).
- Eemaldage hoolikalt ratsa, hoides kõiki osi kindlas kohas.
- Sisestage kinnituspiksid piduri ja rulliuskude aukdesse.
- Keerake kuuskantvõtmega poldid kinni, kinnitades piduri rulliuskude külge. Veenduge, et poldid on korralikult kinni keeratud, et pidur oleks stabiilne.
- Olge ettevaatlik, et mitte kruvitud üle pingutada ja keermestust kahjustada.
- Asetage ratsa tagasi oma teele.
- Sisestage poldi talle ja teile aukdesse ning keerake see kuuskantvõtmega kinni. Veenduge, et ratsa on korralikult kinnitatud ja pöörleb vabalt.
- Enne rulliuskude kasutamist veenduge, et pidur töötab korralikult. Püüke õrnalt pidurdada, kontrollides, kas pidur on korralikult kinnitatud ja tõhus.
- Pärast esimest pärat sõitu kontrollige, kas poldid ei ole lihtsitud ja kas pidur töötab korralikult. Vajadusel pingutage poldid kinni.

Turvalisuse huvides on soovitatav iseluskutavaid mudrite kasutada ainult ühe korra.

2) Rattad

Duomeeter tähistab rattade kõvadust – mida suurem on number, seda kõvemad on rattad. Näiteks rattad 78A on pehmed rattad, 52A on kõvad rattad. Pehmed rattad kohanevad teega paremini ja tagavad parema haarduvuse. Kõvad rattad kuluvad aeglasemalt, kuid tagavad väiksema hõõrdumise ja sõidumugavuse. Rattade suurus mõõdetakse millimeetrites: 60-64 mm – valitud rattad madala raskuskeskmisega, mis aitavad algaajal säilitada stabiilsust. 70-72 mm – keskmised rattad, mis kaitsevad teed, mis kaitsevad pikemaajalist ja vabaajasõiduks. 72-74 mm – suurest rattast, mida kasutatakse kiireks sõiduks ja mis on kõige vastupidavam keskmise ja kõrgtemperaga sõidutüübi.

Rullisustamisel kuluvad rattad ja need tuleb aeg-ajalt välja vahetada. Rattade kulumise määr sõltub paljudest teguritest, nagu sõidustiil, pind, tiitel sõidatekste, kasutaja pikkus ja kaal, inimestingimused, rattade pinge ja nende kõvadus.

Sisemised rattad kuluvad kiiremini. Esirattad kuluvad kiiremini kui keskised ja tagumised rattad. Soovitatav on rattad pöörata umbes iga 70 km järel või ratsade nihltava kulmise korral.

Rattavahetus (Joonis 3):

- Keerake lahti rattad kinnitavad teljevruvi, kasutades sobivat tööriista.
- Eemaldage ratsa raamilt.
- Eemaldage laagrid koos hülsiga rattast.
- Sisestage laagrid hülsiga uude rattasse.
- Paigaldage rattad uude rattale ja pingutage teljevruvi kinni.
- Rattade kinnituskruvid ei tohi liiga tugevalt pingutada.
- Turvalisuse huvides on soovitatav iseluskutavaid mudrite kasutada ainult ühe korra.

Ratta pööramine

Rattade pööramisel veenduge, et kõige kulunud ratsa vahetatakse kõige vähem kulunud rattaga. Iga ratsa, mis on sisemiselt kiirem kulunud, tuleb pöörata 180 kraadi, nii et rohkem kulunud kül oleks väljapoole suunatud. See tagab rattade ühtlase kulumise. Järgile allolevat joonist.



Rattad ei pöörle sujuvalt

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

3. Laagrid

Erinevaid laagritüüpe:

608 z - tavasilise algaajate mõeldud laagrid

ABEC 1, 3, 5, 7, 9- hea laagrid, pikk kasutusaja.

ABEC1: ees olev number – mida suurem see on, seda parem on laagri täpsus ja materjal, millest see on valmistatud. Hea kvaliteediga laagrid tagavad sujuva rullisustamise. Kõik laagrid on märdetava varustatud ja neid ei ole vaja uuesti määrida. Tuleks vältida tolmuseid, rasvaseid ja märgi pindu. Märjad või niisked laagrid tuleb kuivatada puhta lapiga. Kulunud laagrid tuleb välja vahetada.

Laagrid vahetamine

- eemalda rattad raamist,
- või rattastest välja esimese laagrid, kasutades sobivat tööriista,
- seejärel eemalda hüls ja teine laagrid,
- puhastage laagrid lapiga ühele või vaheta see uue vastu,
- sisesta esimese laagrid rattasse,
- sisesta hüls ja teine laagrid.

4. Iseluskutavad mudrid ja muud iseluskutavad osad

Iseluskutavad mudrid ja muud iseluskutavad osad võivad oma tõhusust kaotada, kui need on roostes, kulunud või lihtsitud. Sellisel juhul tuleb need viivitamatult välja vahetada. Turvalisuse huvides on soovitatav iseluskutavaid mudrite kasutada ainult ühe korra.

UISUD

- uisude ei ole ette nähtud kommersiaalsetukselks,
- iseluskutavad mudrid ja muud iseluskutavad kinnitustavahendid võivad kaotada oma tõhususe uisude ebapiise kasutamise korral.
- Enne osmist tuleks valida sobiv uisutüüp ja suurus vastavalt jala suuarele, kehakaalule, uisutamisoskustele ja kasutusotstarbele (luisutamise, hoki). Uisud on mõeldud sileda ja auguvaba jää peal sõitmiseks, selleks ettenähtud kohtades, nagu jäähaldil.

- Kui uisud ei ole tehase testitud, tuleb need enne esmakordset kasutamist teritada.
- Uisuke tuleks teritada spetsiaalselt selleks ette nähtud kohtades.
- Lapsed peaksid uisutamise õõkskavaks järelevalve all.

Enne igat kasutamist tuleb kontrollida kõigi ühenduste kinnitust. Sõitu võib alustada ainult siis, kui seade on täiesti korras. Enne uisutamist tuleks kontrollida, et kõik kruvid oleksid korralikult pingutatud ning et uisuke ühendusosad oleksid lihts kinnitatud.

- Jääjalajast väljapsool tuleb kasutada tera kaitsmeid.
- Uisuke tuleks regulaarselt kontrollida kulumise ja kahjustuste suhtes – ainult siis vastavad need turvalisuse tingimustele. Vigastatud uisuke ei tohi kasutada.
- Uisuke heas seisukorras hoidmine suurendab nende turvalisust.
- Uisukudega ei tohi teha keerulisi trikke ega akrobaatilisi elemente. Need on mõeldud ainult vabaajasõiduks.
- Uisukudega ei tohi hüppa.
- Uisuke modifitseerimine, mis võib ohustat halvendada, on keelatud.
- Jala keskmise osa tugevalt ja hoolikalt kinnitamine tagab jala stabiilsuse saapas ning väldib kannu piirkonna vigastusi.

Ohutu kukkumise õppimine või oluliselt vähenenda tõiste kehavigastuste riski:

- kui kasutate taskaaski, tõmmake end kõssi, et minimeerida kukkumiskõrgust;
- kukkumisel püüde maanduda pehmele kehale; ja
- kukkumisel püüde võimalusel, olla pindlik.

Kasutuseeglid

Enne igat uisutamist tuleks kontrollida uisukude tehnilist seisukorda ning veenduda, et ühendusosad on korralikult kinnitatud. Kõik pandud peavad olema kinni. Uisuke tuleb regulaarselt puhastada, hooldada ja teritada. Et tohi uisutada lumel, lival ega muudes selles mitte ette nähtud kohtades. Kõnniteel, asfaldil või betoonil. Kõndides tuleks kasutada Pärast igat uisutamist tuleb tere puhastada, kuivatada ja hooldada. Selle tegevuse eiramine võib põhjustada tera roostemistat. Soovitatav on kasutada põlve- ja küünarnukkikaitseid ning kiivrit.

Uisukude hooldamine

Uisutamine (teritus) ehitus sõltub spordialast, mille jaoks need kasutatakse. Mõned spordialad, mis kasutavad uisuke, on:

- jäähoki (hokiusud),
- luisutamise uisud (luisusud),
- kiirusutamise (pikkusud),
- luisutamisel on tera esiosas hambad, hokiusutamisel mitte.

UISUTAMISE PIDURIDAMISTEHNIKA

Pidurdamise oskus on oluline osa uisutamises. See aitab vältida ebameeldivaid kukkumisi, lõoke või kokkupõrkeid teiste inimestega. On mitmeid pidurdamisviise ja -tehnikaid: pidurdamine T-stop tehnika abil, tera pidurdamine pöörimisega. Algaajate soovitamise sahapidurdamise tehnikat: jalad tuleks asetada harkeisja ja seejärel suunata uisud esiosid üksteise poole.

UISUTAMISE

Uisutamise ajal tuleks jälgipärin kord ühe, kord teise jalaga, kasutades uisuke sisemist tera, ja viige põlveld kokku. Uisutamise, mis nõuab pidevat liikumist ja arvestatavalt kiirust, eeldab korrektset kasutustehnikat, mis tagab sõidu ja lihteduse viibvaste Arvestades uisukude vabaajavarustet, on soovitatav kasutada tavasilis sõidutehnikat, vältides igasuguseid trikke ja hüppeid. Uisustades tuleb olla ettevaatlik. Kiirust tuleks alati kohandada vastavalt oskuste tasemele. Vältige liigset kiirust.

Uisukude eemaldamine

- Uisukude eemaldamiseks:
- lõdvendage ja lahiti sidge paelad (avage pandlad ja/või takjapaelad),
- tõmmake saapa keel ettepoole,
- eemaldage uisk kästisjalt,
- on keelatud eemaldada uisuke "üks jalg teise vastu".

UISUKUDE HOOLDUS

Regulaarne hooldus ja seadme heas seisukorras hoidmine on väga oluline uisutamise turvalisuse tagamiseks ning uisukude eluea pikendamiseks. Uisuke heas seisukorras hoidmine suurendab nende turvalisust. Pärast uisutamist on soovitatav uisuke hoolikalt puhastada ja kuivatada. Uisutamise ajal võivad mõned osad, nagu terad, kuluda. Nende seisukorda tuleb regulaarselt kontrollida ja vajadusel teritada. Kui paelad või sisetalukulud kuluvad, tuleb need uute vastu vahetada. Uisukude muude osade vahetuse võib teha ainult kvalifitseeritud teenindus.

SUURUSE REGULEERIMINE

- Enne suurus reguleerimist tuleb rihmad ja pandlad lahti teha.
- Lõdvendage liikluse saapa välisküljel asuvat lukustushooba (vajutage nuppu).
- Seejärel seadke sobiv suurus nii, et lukk oleks õiges augsus, ja vabastage nupp.

RULLIUSKUDE MUUTMINE 3-RATTALISEKS RULLIUSKUKS

- Enne muutmist valmistage ette vajalikud tööriistad (2 kuuskantvõtit, 2 seibi, plastist hüls, 1 pikk kruvi, 1 muutrit).
- Austage kahe tagumise rata lahikereemist ja piduri eemaldamist.
- Sisestage kruvi ühe rata sisse ja seejärel paigaldage seibi. Asetage piduri raamile rami viimasele auku. Paigaldage plastist hüls raami aukude vahle ja sisestage kruvi selle sisse. Paigaldage seibi, seeläbi ratsa, ja kinnitage see lühike kruviga, kasutades kahte kuuskantvõtit.

RULLIUSKUDE MUUTMINE KULASUKS

- Enne muutmist valmistage ette vajalikud tööriistad (2 kuuskantvõtit, 4 seibi, 2 plastist hüls, 2 pikka kruvi, 2 lühikest kruvi).
- Eisteks keerake lahti kõik rattad, kasutades kuuskantvõtit, ja eemaldage piduri.
- Sisestage kruvi ühe rata sisse ja seejärel paigaldage seibi. Asetage piduri raamile rami viimasele auku. Paigaldage plastist hüls raami aukude vahle ja sisestage kruvi selle sisse. Paigaldage seibi, seeläbi ratsa, ja kinnitage see lühike kruviga, kasutades kahte kuuskantvõtit.
- Et kinnitada esirattad, korrake samu toiminguid, mis eelnevas lõigus.

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

RULLIUSLUISTIMET

TURVALISEN KÄYTÖN SÄÄNNÖT

- Rulluistelu tule 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, luikkaita, pölyisiä, kivisiä ja märkiä pintoja.
- Rulluisteluun tulee käyttää säännöllisesti kulumisen ja vaurioiden varalta - vain silloin ne täyttävät turvallisuuvaatimukset. Vaurioitunutta varustusta ei saa käyttää.
- Rulluistimia ei saa käyttää kadulla eikä jalkajätkävälillä.
- Rulluistimia ei saa käyttää lähimäärästä tai pimeässä.
- Rulluisteluun tulee käyttää säännöllisesti kulumisen ja vaurioiden varalta - vain silloin ne täyttävät turvallisuuvaatimukset. Vaurioitunutta varustusta ei saa käyttää.
- Rulluistimissa on saatavissa pitämisen lisä niiden turvalisuuista.
- Rulluistimilla ei saa tehdä mitään monimutkaisia temppuja tai akrobatioita. Ne on tarkoitettu vain vapaa-ajan luisteluun.
- Käikkä käyttäjän aikana syntyneet terävät reunat tule poistaa.

RULLIUSLESTU

Rulluistimien käyttö vaatii oikeanlaista tekniikkaa, joka takaa luistelun ja ympäristölle olevien ihmisten turvallisuden, koska luistelu tapahtuu jatkuvalle liikkeessä ja suurella nopeudella. Luistelu on tarkoitettu vapaa-ajan käyttööseen, suositellaan standarditekniikoin käyttöä ilman temppuja ja hyppyjä. Rulluisteluissa on noudatettava varovaisuutta.

Nopeus on aina sovittavata taitotason. Suosittelemme rulluisteluista siihen tarkoitettui allailla. Luisteluun 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, luikkaita, pölyisiä, kivisiä ja märkiä pintoja. Vältä liiallista nopeutta.

Turvalisen kasutamisen harjoittelu voi merkittävästi vähentää vakavien vammojen mahdollisuutta:

- Jos menettät tasapainosi, kyyristy vähentääks kaatumiskõrkeutta.
- Kaatussa pyri kaatumaan pehmeale kehahoonale.
- Kaatussa yritä, jos mahdollista, pysyä joustavana.

JARRUTUSTEKNIKAT

Jos rulluistimissa on jarru: nosta hitaasti sen rulluistimien etuosaa, jossa jarru on, ja paina sitten jarru maata vastu. Jos rulluistimissa ei ole jarrua tai se on poistettu, suositellaan käitämään ns. "T-jarrustetekniikka" - kuitenkin vain kokeneelll käyttäjäl! Siirra kõkei heono pänydelle jalale, ja siirra toinen jalka esimesmähen taakse ja asetä se kohtisuorale. Täinä näytätä kirjajemata "T".

RULLIUSLUISTIMEN RAKENNE

Rulluistimet koosvat kahdesta osast: kengästä ja alaosasta. Kengät on valmistettu kokonaan muovista, eli etuosa voi olla pehmeällä materiaaliala. Alaosa, jota kutsutaan teriks, on valmistettu alumiinista tai PP-st. Pöyrät on asennettu takaisin laakerin ja kinnitettty terään ruuveilla ja iseluskutavilla mutteriteilla. Rulluistimissa ei ole ohjausemekanisme, eikä ne sisällä vahitpöyrä.

HUOMIO!!! Rulluistimissa ei saa tehdä mitään monimutkaisia temppuja, ja ne ei noivat heikentää turvalisuuista. Kulutusosa, kuten pöyrä, laakeriteta ja jarruja, jotka kuluvat luonnollisesti, ei voi käyttää valituisen peruutena.

RULLIUSLUISTIMEN KOON SÄÄTÖ (Kuva 1)

- Ennen kuni alati sääätä kõkei, lõysää kaksikõksalain kinnitust (ylä- ja alaosa).
- Lõysää kirstykahvaha (paina nappi), joka sijaitsee liikkuvan kengän ulkopuolella.
- Sääätä sitten kõkei nõin, että lukko menee oikeaan reikään ja vapauta nappi.

HUOLTO

Säännöllinen huolto on olennainen tärkeää rulluisteluun turvallisuden kannalta ja pidentää niiden käyttöikää. Rulluistimien jatkuvaa hyväässä pitämisen lisää niiden turvalisuuista. Rulluisteluun jälkeen suositellaan niiden huollustella puhdistamista ja kuivaamista. Poista pienet kivet ja muut vierat esineet, jotta voit olla puhtien välillä. Rulluistimilla luisteluissa jokit osat, kuten jarrut, pöyrät ja laakerit, voivat kulua. Niiiden kuitu on tarkistettava säännöllisesti ja tarvittaessa vahvistettava uusien. Iseluskututtu mutteri ja muut liituskäyttävät osat voiat menettää tehonsa, jos ne ovat roostuneet, kuluneet tai löystyneet. Tällaisissa tapauksissa ne on vahvistava välittömästi. Turvalisuuussyistä suositellaan iseluskutuvien muttereiden käyttämistä vain kerran.

1) Jarrut

Jos jarrut eivät toimi kunnolla, se voi olla merkki niiden kulumisesta. Tämä ilmenee kulumista jarrun alapinnan kulumisesta välillä. Jos kumulla on yli 40%, jarru on vahvistava.

Jarrun asennus/vahto (Kuva 2):

- Ota jarru pakkauksesta ja tarkista, että kaikki osat ovat mukana (jarru, kinnitysruuvi).
- Aseta laakerit ja kinnituskruvit jarruun ja rulluistimien reikiin liip.
- Varo, etteä kiristä ruuveja liikaa ja vahingoita kierrettä.
- Kinnittä ruuvit rulluistimien kuusiokoloavaimella. Varmista, että ruuvit on kiristetty hyvin, jotta jarru on vakaa.
- Irota pöyrä varovasti.
- Aseta kinnitysruuvi jarrun ja rulluistimien reikiin liip.
- Kinnittä ruuvit rulluistimien kuusiokoloavaimella. Varmista, että ruuvit on kiristetty hyvin, jotta jarru on vakaa.
- Irota pöyrä varovasti.
- Aseta ruuvi pyörän ja akselin reikiin liip ja kiristä se kuusiokoloavaimella. Varmista, että pyörä on hyvin kinnitett ja pyöri vapaasti.
- Ennen rulluistimien käyttööä tarkista, että jarru toimii oikein. Kokeile keveysi jarruttamista varmistaaksesi, että se on aslanmukaisesti kinnitett ja tehokas.
- Mutanen esimesmäjen ajokkeen jarrken tarkista, ovatko ruuvit löystyneet ja toimiiiko jarru oikein. Kiristä ruuveja tarvittaessa.

Turvalisuuussyistä suositellaan iseluskutuvien muttereiden käyttämistä vain kerran.

2) Pöyrät

Duomeetri ilmaisee pyörän kuvuuden - mitä suurempi numero, sitä kõvemmat pöyrät ovat. Esimerkiksi 78A pöyrät ovat pehmeitä, 92A pöyrät ovat kovia. Pehmeät pöyrät mukautuvat paremmin teele ja tarjapaat paremman pidur. Kovat pöyrät kuluvat hitaamini. Muuta tarjapaat vähemmän pitoa ja mukavuttia. Pyörjen koot mitatatakse millimeetrites: 60-64 mm – pienet pöyrät, joissa on matala painopiste, auttavat aloittelijoita säilyttämään vakauden. 70-72 mm – keskikokoiset pöyrät, jotka käyteään pitkillä matkoilla ja vapaa-ajan luistelussa. 76-84 mm - isot pöyrät, jotka käyteään nopeaan luistelussa, kestävämmit keskitason ja kokeneiden luistelijoiden käyttöön. Rulluistimia käytettäessä pöyrät kuluvat ja ne on vahvistava säännöllisesti. Pyörjen kulumisaaste riippuu monista tekijöistä, kuten luisteluviiteästä, alustasta, jolle luistellaan, käitäjän pituudesta ja painosta. Alaosasta tuleb vahvistada pöyrä, jotta se ei muutu liiga kuumaks. Sisemäät pöyrät kuluvat nopeammin. Etupöyrät kuluvat nopeamini kuin keskisemäät ja takapöyrä. Pyörjen kiertoa suositellaan 70-70 kilometrin välein tai näykyvän kulumisen yhteydessä.

Pyörjen vahto (Kuva 3):

- Lõysää pyörän akseliruuvit käyttämällä sopiva töökalu.
- Poista ruuvi terast.
- Toista laakerit ja hokit pöyrästä.
- Aseta laakerit ja hokit uuteen pyöräjään.
- Kinnittä ruuvit takaisin teräst ja kiristä akseliruuvit.
- Älä kirista pyörjen kinnitsiruuvet liian tiukasti.
- Turvalisuuussyistä suositellaan iseluskutuvien muttereiden käyttämistä vain kerran.

Pyörjen kierro

Pyörjen kierro anna varmista, että eniten kulunut pöyrä vahidetaan vähiten kuluneen pyörän kanssa. Jokainen sisemään pörmu enemään kulunut pöyrä tule kääntää 180 asteta, jotta enemään kulunut puoli ositakse ülospinn. Täinä varmistab pyörjen tasaisen kulumise. Noudatä alla olevat piirtoast.



Pyörät eivät pyöri sujuvasti

Pyörät uudet pöyrät pöyräsuvi sujuvasti, ne tähtyy sisikäänajaa. Laakerit ovat tiukasti paikallaan ja vaativat kuumutusta optimaalsen suoritustysyn saavutamiseks. Tarkista myös, että ruuvit eiivat ole liian tiukalla.

3) Laakerit

Laakeriteta on searuvaita tüppeid: 608 z - yleinen laakeri aloteiljoille ABC 1, 3, 5, 7, 9- hyvä laakeri, pikk käitöikää. ABC-kluvn kasvassa laakerin tarkkusa ja materiaalain laatu paranevat. Laadukaad laakerit takavast sujuvat rulluisteluun. Käikkä laakerit on vöidettu valmiste eia mität tarvitte vöidetu uudeellään. Vajaväsi, reavasa ja märkä pintoja. Märät tai kosteat laakerit tule kuivat puhtaalla liinala. Kulune

ΟΛΗΓΕΣ ΧΡΗΣΕΙΣ
ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΑΥΤΕΣ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΙΝ ΕΚΚΙΝΗΣΤΕ ΤΟΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΤΗ ΤΟ ΡΟΛΛΕΡ
ΚΑΙ ΔΙΑΤΗΡΗΣΤΕ ΤΙΣ ΠΑ ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ!

ΡΟΛΛΕΡΣ
ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΧΡΗΣΗΣ

1. Η χρήση των ρολλέρ πρέπει να γίνεται σε επίπεδη, καθαρή και στεγνή επιφάνεια. Πριν ξεκινήσετε να κινείτε ρολλέρ, βεβαιωθείτε ότι στην περιοχή όπου θα κινηθείτε δεν υπάρχουν τρύπες, ακανόνιστες, βράχια, πέτρες ή εσκαμμένα που θα μπορούσαν να προκαλέσουν πτώση και τραυματισμό. Αποφύγετε ανώμαλες, αποσπασ, ολισθηρές, ακανόνισμες, πετρώδεις και υγρές επιφάνειες.
2. Η χρήση των ρολλέρ πρέπει να γίνεται μακριά από άλλους χρήστες δρόμων.
3. Δεν επιτρέπεται η χρήση των ρολλέρ στο δρόμο ή στα ελεύθερα.
4. Μην χρησιμοποιείτε το ρολλέρ μετά τη βύρση του ήλιου.
5. Μην χρησιμοποιείτε το ρολλέρ κρατώντας από κινούμενα οχήματα, όπως αυτοκίνητα, ποδήλατα, κουρτίτσες, φορητά κ.λπ.
6. Συνιστάται η χρήση προστατευτικού εξοπλισμού, όπως κράνος, προστατευτικά καρπών, αγκώνων και γονατών, καθώς και ανακαστικών στοιχείων. Ο προστατευτικός εξοπλισμός έχει σκοπό να σας προστατίσει από ενδεχόμενους τραυματισμούς.
7. Πριν από κάθε χρήση, ελέγξτε όλες τις συνδέσεις. Εκκινήστε τη χρήση μόνο αν το ρολλέρ είναι πλήρως λειτουργικό. Πριν της χρήσης, βεβαιωθείτε ότι όλες οι βίδες είναι καλά σφιγμένες και ότι οι τροχοί περιεστρέφονται εύκολα (ελέγχετε λειτουργία κατά την βίδα).
8. Τα ρολλέρ πρέπει να φέρουν τακτικά τη μέτρηση του χιμιά – μόνο τότε θα πληρούν τις προϋποθέσεις ασφαλείας. Μην χρησιμοποιείτε εξοπλισμό ρολλέρ που έχει υποστεί χιμιά.
9. Η διατήρηση των ρολλέρ σε καλή κατάσταση αυξάνει την ασφάλεια.
10. Μην επιχειρείτε περπατήσεις φθινοφύ και ακροβατικά με το ρολλέρ. Προορίζονται αποκλειστικά για αναψυχή.
11. Αποφύγετε τυχόν ακριβές όργανα που μπορεί να προκύψουν κατά τη χρήση.

ΧΡΗΣΗ ΡΟΛΛΕΡ

Η χρήση των ρολλέρ, λόγω της συνεχούς κίνησης και της υψηλής ταχύτητας, απαιτεί κατάλληλη τεχνική για να εξασφαλιστεί η ασφάλεια του χρήστη και των γύρω του. Για αναψυχική χρήση των ρολλέρ, συνιστάται η εφαρμογή των βασικών τεχνικών οδηγίσεων, συμπεριλαμβανομένης αποκρατικής και άλματος. Κατά τη χρήση των ρολλέρ, απαιτείται προσοχή! Προσπαθήστε πάντα την ταχύτητα στο επίπεδο δεξιάστητων σας. Συνιστάται η χρήση ρολλέρ σε κατάλληλη μέση. Η χρήση πρέπει να γίνεται σε επίπεδη, καθαρή και στεγνή επιφάνεια. Πριν ξεκινήσετε, βεβαιωθείτε ότι η περιοχή είναι ελεύθερη, τρύπες, ακανόνιστες, βράχια, πέτρες ή εσκαμμένα που θα μπορούσαν να προκαλέσουν πτώση και τραυματισμό. Αποφύγετε ανώμαλες, αποσπασ, ολισθηρές, ακανόνισμες, πετρώδεις και υγρές επιφάνειες. Αποφύγετε την υπερβολική ταχύτητα.

Η εκκίνηση ασφαλών πτώσης μπορεί να μειώσει σημαντικά την πιθανότητα σοβαρού τραυματισμού:

- α) αν γίνεται η προεργασία σας, καμπυλιώστε το σώμα σας για να μειώσετε την απόσταση της πτώσης,
- β) κατά την πτώση, προσπαθήστε να προετοιμάσετε το μαλάκο μέρος του σώματος,
- γ) κατά την πτώση, προσπαθήστε, εάν είναι δυνατόν, να παραμείνετε ευλύκινα.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΕΔΑΛΙΩΣΗΣ

Η χρήση των ρολλέρ, διαθέτων φρένα: σφίχεται από το μπροστινό μέρος του ρολλέρ που είναι εξοπλισμένο με φρένο και πιέστε το φρένο προς το άδεντο. Εάν το ρολλέρ δεν διαθέτουν φρένο ή έχει ασφαλεία, συνιστάται η χρήση της τεχνικής "T-braking" – αλλά μόνο για προχωρημένους χρήστες. Μετά την πτώση, πιέστε το φρένο με το πόδι σας για να σταματήσετε, τοποθετώντας το άλλο πόδι πίσω από το πρώτο και τοποθετώντας το καλά. Μια βίδα με το χιμιά "T".

ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΡΟΛΛΕΡ

Τα ρολλέρ αποτελούνται από δύο μέρη: την μπάτα και το κάτω μέρος. Η μπάτα είναι κατασκευασμένη εξ ολοκλήρου από πλαστικό ή το μπροστινό μέρος μπορεί να είναι από μαλακό υλικό. Το κάτω μέρος, που ονομάζεται πέλδο, είναι κατασκευασμένο από αλουμίνιο ή ΡΡ. Οι τροχοί είναι τοποθετημένοι σε δύο ρουλεμάν και στερεώνονται στο πέλδο με βίδες αυτοσφραζόμενες παξιμάδια. Τα ρολλέρ δεν διαθέτουν μηχανισμό δρομολόγησης και δεν έχουν μηχανισμό εκκίνησης.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Μην πραγματοποιείτε καμία τροποποίηση στα πατίνια που θα μπορούσε να μειώσει την ασφάλεια χρήσης. 10, δέστε αμέσως τη μπάτα και μετρήστε το μέτρο του ποδού - αυτή η ενέργεια ενοχλεί το πόδι μέσα στο παπούτσι, καθιστώντας το πιο σταθερό και αποτελεσματικό τραυματισμό από πτώση.

Η εκκίνηση ασφαλών πτώσης μπορεί να μειώσει σημαντικά την πιθανότητα σοβαρού τραυματισμού:

- α) αν γίνεται η προεργασία σας, καμπυλιώστε το σώμα σας για να μειώσετε την απόσταση της πτώσης,
- β) κατά την πτώση, προσπαθήστε να προετοιμάσετε το μαλάκο μέρος του σώματος,
- γ) κατά την πτώση, προσπαθήστε, εάν είναι δυνατόν, να παραμείνετε ευλύκινα.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΜΕΤΕΩΡΩΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ (Εκ. 11)

- 1. Πριν από την προεργασία του μέγεθους, χαλαρώστε το δίοδο κλεισίματος (πάνω και κάτω).

- 2. Χαλαρώστε τη σφικτήρα (πατώντας το κουμπί που βρίσκεται στην εξωτερική πλευρά της κινούμενης μηχανής).
- 3. Στη συνέχεια, ρυθμίστε το κατάλληλο μέγεθος ώστε η ασφάλεια να κομμάτιση στην κατάλληλη σφή και απελευθερώστε το κουμπί.

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

Η τακτική συντήρηση είναι αναγκαία για την ασφάλεια της χρήσης των ρολλέρ και παρατείνει τη διάρκεια ζωής τους. Η διατήρηση των ρολλέρ σε καλή κατάσταση αυξάνει την ασφάλεια. Μετά τη χρήση των ρολλέρ, συνιστάται να τα καθαρίζετε και να τα στεγνώνετε προσεκτικά. Αποφύγετε κάθε πέτρες και άλλα ελαστικά στοιχεία που μπορούν να προκαλέσουν αβίαση ή να ενοχλήσουν. Αποφύγετε να χρησιμοποιείτε τα ρολλέρ σε ανώμαλες, ολισθηρές, ακανόνιστες, πετρώδεις και υγρές επιφάνειες. Αποφύγετε την υπερβολική ταχύτητα.

Εάν χρειάζεται, αντικαταστήστε τα με και καινούρια. Τα αυτοσφραζόμενα παξιμάδια και άλλα αυτοσφραζόμενα στοιχεία μπορεί να χάσουν την αποτελεσματικότητά τους όταν είναι ακουρασμένα, φθαρμένα ή έχουν χαλαρώσει. Σε αυτή την περίπτωση, πρέπει να τα αντικαταστήσετε αμέσως. Για λόγους ασφαλείας, συνιστάται η χρήση των αυτοσφραζόμενων παξιμαδίων μόνο μία φορά.

1 Φρένα

Εάντα φρένα δεν λειτουργούν σωστά, αυτό μπορεί να σημαίνει ότι έχουν φθαρεί. Αυτό υποδεικνύεται από την γρήγοτη μετάβαση της κάτω επιφάνειας του φρένου και της επιφάνειας του ελαστικού κατά την οδηγία. Εάν η γωνία είναι μεγαλύτερη από 90°, η χρήση των ρολλέρ μπορεί να προκαλέσει τραυματισμό. Τοποθετήστε / αντικαταστήστε φρένα (Εκ. 2)

- Βγάλτε το φρένο από τη συσκευασία και ελέγξτε εάν όλα τα μέρη είναι στη θέση τους (φρένο, βίδες, τοποθετήστε).

- Ελέγξτε εάν το κατάλληλο κλειδί Allen περιλαμβάνεται στο κιτ. Αν όχι, μην πραγματοποιείτε το κατάλληλο που ταυρίζεται στις βίδες.

- Χρησιμοποιώντας το κλειδί Allen, ξεβιδώστε τον τελευταίο τροχό του ρολλέρ στο οποίο θέλετε να τοποθετήσετε το φρένο (ανάλογα με το πόδι που είναι να εγκαταστήσετε το φρένο/φρένο).

- Αφαιρέστε προσεκτικά τον τροχό, διατηρώντας όλα τα μέρη σε ασφάλεια μέση.

- Τοποθετήστε τις βίδες τοποθετώντας μέσα από τις σπείρες του φρένου και του ρολλέρ.

- Χρησιμοποιώντας το κλειδί Allen, σφίξτε τις βίδες, για να στερεώσετε το φρένο στο ρολλέρ. Βεβαιωθείτε ότι οι βίδες είναι καλά σφιγμένες ώστε το φρένο να είναι σταθερό.

- Προσέξτε να μην σφίξετε υπερβολικά τις βίδες και να καταστήσετε το σπινέρισμα.

- Τοποθετήστε τον τροχό πίσω από τις σπείρες του τροχού και του σώματος και στη συνέχεια σφίξτε τη με το κλειδί Allen.

- Βεβαιωθείτε ότι ο τροχός είναι καλά στερεωμένος και περιστρέφεται ελεύθερα.

- Πριν χρησιμοποιήσετε τα ρολλέρ, βεβαιωθείτε ότι το φρένο λειτουργεί σωστά. Δοκιμάστε να φρενάρετε απαλά, ελέγχοντας αν η μηχανή μπορεί να λειτουργήσει σωστά.

- Μετά τις πρώτες δοκιμές, ελέγξτε αν οι βίδες έχουν χαλαρώσει και αν ο φρένο λειτουργεί σωστά. Αν χρειαστεί, σφίξτε τις βίδες.

- Για λόγους ασφαλείας, συνιστάται η χρήση των αυτοσφραζόμενων παξιμαδίων μόνο μία φορά.

2 Τροχοί

Το Diuromet πρέπει να τηρείται στην αλτήρη των τροχών - όσο υψηλότερος είναι ο αριθμός, τόσο καλύτερη είναι οι τροχοί. Π.χ, οι τροχοί 78Α είναι μαλακοί, ενώ οι τροχοί 92Α είναι σκληροί. Οι μαλακοί τροχοί προσαρμόζονται καλύτερα στον δρόμο και προσαρμόζουν καλύτερη τροχιάση. Οι σκληροί τροχοί φέρβονται πιο άγρια αλλά προσφέρουν καλύτερη πρόσφυση και άνοση στην οδηγία.

Τα μεγέθη των τροχών μετρούνται σε χιλιοστά:

60-64 mm - μικροί τροχοί με χαμηλό κέντρο βάρους, βοηθούν τους αρχάριους να διατηρήσουν τη σταθερότητα. 70-72 mm - μεσαίοι τροχοί, κατάλληλοι για μεγάλες αποστάσεις και αναψυχική οδηγία.

76-84 mm - μεγάλοι τροχοί, κατάλληλοι για γρήγορη οδηγία, οι πιο ανθεκτικοί για μεσαίους και προχωρημένους χρήστες.

Κατά τη χρήση των ρολλέρ, οι τροχοί φέρβονται και πρέπει να αντικαταστήονται περιοδικά. Ο ρυθμός φθοράς των τροχών εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, όπως το στέος οδηγίησης, την επιφάνεια του δρόμου, το βάρος και το ύψος του χρήστη, τις καιρικές συνθήκες, το υλικό των τροχών και τη ανάλυσή τους.

Οι εσωτερικοί τροχοί φέρβονται πιο γρήγορα. Οι μπροστινοί τροχοί φέρβονται πιο γρήγορα από τους μεσαίους και τους πίσω τροχούς. Ελέγχετε την περιστροφή των τροχών μετά από περίπου 70 χιλιόμετρα ή σε περίπτωση ορατής φθοράς.

Αντικατάσταση τροχών (Εκ. 3)

- Εξβιδώστε τις βίδες όσον που συγκρατούν τους τροχούς χρησιμοποιώντας το κατάλληλο εργαλείο.

- Αφαιρέστε τον τροχό από το πέλδο.

- Αφαιρέστε το ρουλεμάν με τον σπινέρισμα από τον τροχό.

- Τοποθετήστε τα ρουλεμάν μέσα με τον σπινέρισμα στον νέο τροχό.

- Τοποθετήστε τον τροχό στο πέλδο και σφίξτε τις βίδες όσον.

Μην αφήνετε υπολείμματα της βίδας που συγκρατούν τους τροχούς.

Για λόγους ασφαλείας, συνιστάται η χρήση των αυτοσφραζόμενων παξιμαδίων μόνο μία φορά.

Tavaluise huvideid on soovitatav iselaskuvallalt muudet kasutada ainult ühe korra.

Περαιτέρω τροχών
Κατά την περιγραφή των τροχών, βεβαιωθείτε ότι ο πιο φθαρμένος τροχός αντικαθίσταται με τον καλύτερο φθαρμένο τροχό. Κάθε τροχός με μεγαλύτερη φθορά στην εσωτερική πλευρά πρέπει να περαιοστεί κατά 180 μοίρες, έτσι ώστε η πιο φθαρμένη πλευρά να είναι στραμμένη προς το έδαφος. Αυτό θα διασφαλίσει την ομοιόμορφη φθορά των τροχών. Ακολουθήστε το διάγραμμα που ακολουθεί.



Οι τροχοί δεν περαιοφρονται ομαλά

Για να περαιοφρονται ομαλά οι νέοι τροχοί, πρέπει να τους προσαρμόσετε. Τα ρουλεμάν είναι στενά τοποθετημένα και για την επιτυχή βέλτιστη απόδοση απαιτείται φόρση. Επίσης, ελέγξτε αν οι βίδες δεν είναι σφιγμένες υπερβολικά.

3. Ρουλεμάν

Οι ρουλεμάν οι εξής τύποι ρουλεμάν:

608 - 2-υλικό ρουλεμάν για αρχάριους

ABEC 1, 3, 5, 7, 9 - καλό ρουλεμάν, μακράς διάρκειας ζωής.

Ο αριθμός δίπλα στο ABEC, όσο μεγαλύτερος είναι, τόσο καλύτερη είναι η ακρίβεια του ρουλεμάν και το υλικό των σφαιρών του. Η καλή ποιότητα του ρουλεμάν είναι ιδιαίτερα σημαντική στα ρολλέρ. Όλα τα ρουλεμάν είναι αποδοτικά και δεν απαιτούν επανάλωση. Αποφύγετε επιφάνειες με σκόνη, λάσπη ή ρητίνη. Τα υγρά ή υγρά ρουλεμάν πρέπει να στεγνώνονται με καθαρό πανί. Τα φθαρμένα ρουλεμάν πρέπει να αντικαταστήται.

Αντικατάσταση ρουλεμάν

- Αφαιρέστε τους τροχούς από το πέλδο.

- Αφαιρέστε το πρώτο ρουλεμάν από τον τροχό χρησιμοποιώντας το κατάλληλο εργαλείο.

- Στη συνέχεια, αφαιρέστε τον σπινέρισμα και το δεύτερο ρουλεμάν.

- Καθαρίστε το ρουλεμάν με στεγνό πανί ή αντικαταστήστε το με νέο.

- Τοποθετήστε το πρώτο ρουλεμάν στον τροχό.

- Τοποθετήστε τον σπινέρισμα και το δεύτερο ρουλεμάν.

4. Παξιμάδια και άλλα αυτοσφραζόμενα στοιχεία

Τα αυτοσφραζόμενα παξιμάδια και άλλα αυτοσφραζόμενα στοιχεία μπορεί να χάσουν την αποτελεσματικότητά τους όταν είναι ακουρασμένα, φθαρμένα ή έχουν χαλαρώσει. Σε αυτή την περίπτωση, πρέπει να τα αντικαταστήσετε αμέσως. Για λόγους ασφαλείας, συνιστάται η χρήση των αυτοσφραζόμενων παξιμαδίων μόνο μία φορά.

ΠΑΤΙΝΙΑ

- Τα πατίνια δεν προορίζονται για εμπορική χρήση.

- Τα αυτοσφραζόμενα παξιμάδια και άλλα αυτοσφραζόμενα συνδέσεις μπορεί να χάσουν την αποτελεσματικότητά τους σε περίπτωση ακατάλληλης χρήσης των πατινιών.

- Πριν από την αγορά, ελέγξτε τον κατάλληλο τύπο και μέγεθος πατινιών ανάλογα με το μέγεθος του ποδού, το βάρος του σώματος, την ικανότητα οδηγίησης και τη χρήση (καλλιτεχνική, χόκεϊ). Τα πατίνια προορίζονται για πατίνι, σε οποίο, απαλλαγμένο από εσκαμμένα και τρύπες, που, σε ελαφρύ διαμορφωμένο, πιέστε, όπως το πανοδύριο.

ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΣΦΑΛΟΥΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΩΝ ΠΑΤΙΝΙΝ

- 1. Είτε η χρήση των πατινιών είναι αναγκαία, πρέπει να ακολουθήσετε την από την πρώτη χρήση.

2. Τα πατίνια πρέπει να ακονίζονται σε εξειδικευμένα οπτικά για από το σκόνη.

3. Τα πατίνια πρέπει να παραμένουν υπό την επίβλεψη ενήλικων.

4. Πριν από κάθε χρήση, ελέγξτε όλες τις συνδέσεις. Συνιστάται η οδηγία μόνο αν οι συνδέσεις είναι πλήρως λειτουργικές. Πριν το πατίνι, ελέγξτε αν οι βίδες είναι καλά σφιγμένες και αν οι συνδέσεις των πατινιών είναι καλά ασφαλισμένες.

5. Εκτός της επιφάνειας του πατοδρόμου, χρησιμοποιείτε προστατευτικό κάλυμμα για τις λεπίδες.

6. Τα πατίνια πρέπει να φέρουν τακτικά μια φθαρμένη και φθαρμένη, μόνο τότε θα πληρούν τις προϋποθέσεις ασφαλείας. Μην χρησιμοποιείτε καταστραμμένα πατίνια.

7. Η διατήρηση των πατινιών σε καλή κατάσταση αυξάνει την ασφάλεια.

8. Μην επιχειρείτε περπατήσεις φθινοφύ και ακροβατικά με τα πατίνια. Προορίζονται αποκλειστικά για αναψυχή. Μην κάνετε άλματα με τα πατίνια.

9. Μην πραγματοποιείτε καμία τροποποίηση στα πατίνια που θα μπορούσε να μειώσει την ασφάλεια χρήσης. 10, δέστε αμέσως τη μπάτα και μετρήστε το μέτρο του ποδού - αυτή η ενέργεια ενοχλεί το πόδι μέσα στο παπούτσι, καθιστώντας το πιο σταθερό και αποτελεσματικό τραυματισμό από πτώση.

Η εκκίνηση ασφαλών πτώσης μπορεί να μειώσει σημαντικά την πιθανότητα σοβαρού τραυματισμού:

- α) αν γίνεται η προεργασία σας, καμπυλιώστε το σώμα σας για να μειώσετε την απόσταση της πτώσης,
- β) κατά την πτώση, προσπαθήστε να προετοιμάσετε το μαλάκο μέρος του σώματος,
- γ) κατά την πτώση, προσπαθήστε, εάν είναι δυνατόν, να παραμείνετε ευλύκινα.

ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΤΡΟΧΩΝ

Η τακτική συντήρηση είναι αναγκαία για την ασφάλεια της χρήσης των ρολλέρ και παρατείνει τη διάρκεια ζωής τους. Η διατήρηση των ρολλέρ σε καλή κατάσταση αυξάνει την ασφάλεια. Μετά τη χρήση των ρολλέρ, συνιστάται να τα καθαρίζετε και να τα στεγνώνετε προσεκτικά. Αποφύγετε κάθε πέτρες και άλλα ελαστικά στοιχεία που μπορούν να προκαλέσουν αβίαση ή να ενοχλήσουν. Αποφύγετε να χρησιμοποιείτε τα ρολλέρ σε ανώμαλες, ολισθηρές, ακανόνιστες, πετρώδεις και υγρές επιφάνειες. Αποφύγετε την υπερβολική ταχύτητα.

Εάν χρειάζεται, αντικαταστήστε τα με και καινούρια. Τα αυτοσφραζόμενα παξιμάδια και άλλα αυτοσφραζόμενα στοιχεία μπορεί να χάσουν την αποτελεσματικότητά τους όταν είναι ακουρασμένα, φθαρμένα ή έχουν χαλαρώσει. Σε αυτή την περίπτωση, πρέπει να τα αντικαταστήσετε αμέσως. Για λόγους ασφαλείας, συνιστάται η χρήση των αυτοσφραζόμενων παξιμαδίων μόνο μία φορά.

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΠΕΔΑΛΙΩΣΗΣ

Η χρήση των ρολλέρ, διαθέτων φρένα: σφίχεται από το μπροστινό μέρος του ρολλέρ που είναι εξοπλισμένο με φρένο και πιέστε το φρένο προς το άδεντο. Εάν το ρολλέρ δεν διαθέτουν φρένο ή έχει ασφαλεία, συνιστάται η χρήση της τεχνικής "T-braking" – αλλά μόνο για προχωρημένους χρήστες. Μετά την πτώση, πιέστε το φρένο με το πόδι σας για να σταματήσετε, τοποθετώντας το άλλο πόδι πίσω από το πρώτο και τοποθετώντας το καλά. Μια βίδα με το χιμιά "T".

ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΡΟΛΛΕΡ

Τα ρολλέρ αποτελούνται από δύο μέρη: την μπάτα και το κάτω μέρος. Η μπάτα είναι κατασκευασμένη εξ ολοκλήρου από πλαστικό ή το μπροστινό μέρος μπορεί να είναι από μαλακό υλικό. Το κάτω μέρος, που ονομάζεται πέλδο, είναι κατασκευασμένο από αλουμίνιο ή ΡΡ. Οι τροχοί είναι τοποθετημένοι σε δύο ρουλεμάν και στερεώνονται στο πέλδο με βίδες αυτοσφραζόμενες παξιμάδια. Τα ρολλέρ δεν διαθέτουν μηχανισμό δρομολόγησης και δεν έχουν μηχανισμό εκκίνησης.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Μην πραγματοποιείτε καμία τροποποίηση στα πατίνια που θα μπορούσε να μειώσει την ασφάλεια χρήσης. 10, δέστε αμέσως τη μπάτα και μετρήστε το μέτρο του ποδού - αυτή η ενέργεια ενοχλεί το πόδι μέσα στο παπούτσι, καθιστώντας το πιο σταθερό και αποτελεσματικό τραυματισμό από πτώση.

Η εκκίνηση ασφαλών πτώσης μπορεί να μειώσει σημαντικά την πιθανότητα σοβαρού τραυματισμού:

- α) αν γίνεται η προεργασία σας, καμπυλιώστε το σώμα σας για να μειώσετε την απόσταση της πτώσης,
- β) κατά την πτώση, προσπαθήστε να προετοιμάσετε το μαλάκο μέρος του σώματος,
- γ) κατά την πτώση, προσπαθήστε, εάν είναι δυνατόν, να παραμείνετε ευλύκινα.

ΡΥΘΜΙΣΗ ΜΕΤΕΩΡΩΣ ΤΕΧΝΙΚΗΣ (Εκ. 11)

- 1. Πριν από την προεργασία του μέγεθους, χαλαρώστε το δίοδο κλεισίματος (πάνω και κάτω).

2. Χαλαρώστε τη σφικτήρα (πατώντας το κουμπί που βρίσκεται στην εξωτερική πλευρά της κινούμενης μηχανής).

3. Στη συνέχεια, ρυθμίστε το κατάλληλο μέγεθος ώστε η ασφάλεια να κομμάτιση στην κατάλληλη σφή και απελευθερώστε το κουμπί.

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ

Η τακτική συντήρηση είναι αναγκαία για την ασφάλεια της χρήσης των ρολλέρ και παρατείνει τη διάρκεια ζωής τους. Η διατήρηση των ρολλέρ σε καλή κατάσταση αυξάνει την ασφάλεια. Μετά τη χρήση των ρολλέρ, συνιστάται να τα καθαρίζετε και να τα στεγνώνετε προσεκτικά. Αποφύγετε κάθε πέτρες και άλλα ελαστικά στοιχεία που μπορούν να προκαλέσουν αβίαση ή να ενοχλήσουν. Αποφύγετε να χρησιμοποιείτε τα ρολλέρ σε ανώμαλες, ολισθηρές, ακανόνιστες, πετρώδεις και υγρές επιφάνειες. Αποφύγετε την υπερβολική ταχύτητα.

Εάν χρειάζεται, αντικαταστήστε τα με και καινούρια. Τα αυτοσφραζόμενα παξιμάδια και άλλα αυτοσφραζόμενα στοιχεία μπορεί να χάσουν την αποτελεσματικότητά τους όταν είναι ακουρασμένα, φθαρμένα ή έχουν χαλαρώσει. Σε αυτή την περίπτωση, πρέπει να τα αντικαταστήσετε αμέσως. Για λόγους ασφαλείας, συνιστάται η χρήση των αυτοσφραζόμενων παξιμαδίων μόνο μία φορά.

1 Φρένα

Εάντα φρένα δεν λειτουργούν σωστά, αυτό μπορεί να σημαίνει ότι έχουν φθαρεί. Αυτό υποδεικνύεται από την γρήγοτη μετάβαση της κάτω επιφάνειας του φρένου και της επιφάνειας του ελαστικού κατά την οδηγία. Εάν η γωνία είναι μεγαλύτερη από 90°, η χρήση των ρολλέρ μπορεί να προκαλέσει τραυματισμό. Τοποθετήστε / αντικαταστήστε φρένα (Εκ. 2)

- Βγάλτε το φρένο από τη συσκευασία και ελέγξτε εάν όλα τα μέρη είναι στη θέση τους (φρένο, βίδες, τοποθετήστε).

- Ελέγξτε εάν το κατάλληλο κλειδί Allen περιλαμβάνεται στο κιτ. Αν όχι, μην πραγματοποιείτε το κατάλληλο που ταυρίζεται στις βίδες.

- Χρησιμοποιώντας το κλειδί Allen, ξεβιδώστε τον τελευταίο τροχό του ρολλέρ στο οποίο θέλετε να τοποθετήσετε το φρένο (ανάλογα με το πόδι που είναι να εγκαταστήσετε το φρένο/φρένο).

- Αφαιρέστε προσεκτικά τον τροχό, διατηρώντας όλα τα μέρη σε ασφάλεια μέση.

- Τοποθετήστε τις βίδες τοποθετώντας μέσα από τις σπείρες του φρένου και του ρολλέρ.

- Χρησιμοποιώντας το κλειδί Allen, σφίξτε τις βίδες, για να στερεώσετε το φρένο στο ρολλέρ. Βεβαιωθείτε ότι οι βίδες είναι καλά σφιγμένες ώστε το φρένο να είναι σταθερό.

- Προσέξτε να μην σφίξετε υπερβολικά τις βίδες και να καταστήσετε το σπινέρισμα.

- Τοποθετήστε τον τροχό πίσω από τις σπείρες του τροχού και του σώματος και στη συνέχεια σφίξτε τη με το κλειδί Allen.

- Βεβαιωθείτε ότι ο τροχός είναι καλά στερεωμένος και περιστρέφεται ελεύθερα.

- Πριν χρησιμοποιήσετε τα ρολλέρ, βεβαιωθείτε ότι το φρένο λειτουργεί σωστά. Δοκιμάστε να φρενάρετε απαλά, ελέγχοντας αν η μηχανή μπορεί να λειτουργήσει σωστά.

- Μετά τις πρώτες δοκιμές, ελέγξτε αν οι βίδες έχουν χαλαρώσει και αν ο φρένο λειτουργεί σωστά. Αν χρειαστεί, σφίξτε τις βίδες.

- Για λόγους ασφαλείας, συνιστάται η χρήση των αυτοσφραζόμενων παξιμαδίων μόνο μία φορά.

2 Τροχοί

Το Diuromet πρέπει να τηρείται στην αλτήρη των τροχών - όσο υψηλότερος είναι ο αριθμός, τόσο καλύτερη είναι οι τροχοί. Π.χ, οι τροχοί 78Α είναι μαλακοί, ενώ οι τροχοί 92Α είναι σκληροί. Οι μαλακοί τροχοί προσαρμόζονται καλύτερα στον δρόμο και προσαρμόζουν καλύτερη τροχιάση. Οι σκληροί τροχοί φέρβονται πιο άγρια αλλά προσφέρουν καλύτερη πρόσφυση και άνοση στην οδηγία.

Τα μεγέθη των τροχών μετρούνται σε χιλιοστά:

60-64 mm - μικροί τροχοί με χαμηλό κέντρο βάρους, βοηθούν τους αρχάριους να διατηρήσουν τη σταθερότητα. 70-72 mm - μεσαίοι τροχοί, κατάλληλοι για μεγάλες αποστάσεις και αναψυχική οδηγία.

76-84 mm - μεγάλοι τροχοί, κατάλληλοι για γρήγορη οδηγία, οι πιο ανθεκτικοί για μεσαίους και προχωρημένους χρήστες.

Κατά τη χρήση των ρολλέρ, οι τροχοί φέρβονται και πρέπει να αντικαταστήονται περιοδικά. Ο ρυθμός φθοράς των τροχών εξαρτάται από πολλούς παράγοντες, όπως το στέος οδηγίησης, την επιφάνεια του δρόμου, το βάρος και το ύψος του χρήστη, τις καιρικές συνθήκες, το υλικό των τροχών και τη ανάλυσή τους.

Οι εσωτερικοί τροχοί φέρβονται πιο γρήγορα. Οι μπροστινοί τροχοί φέρβονται πιο γρήγορα από τους μεσαίους και τους πίσω τροχούς. Ελέγχετε την περιστροφή των τροχών μετά από περίπου 70 χιλιόμετρα ή σε περίπτωση ορατής φθοράς.

Αντικατάσταση τροχών (Εκ. 3)

- Εξβιδώστε τις βίδες όσον που συγκρατούν τους τροχούς χρησιμοποιώντας το κατάλληλο εργαλείο.

- Αφαιρέστε τον τροχό από το πέλδο.

- Αφαιρέστε το ρουλεμάν με τον σπινέρισμα από τον τροχό.

- Τοποθετήστε τα ρουλεμάν μέσα με τον σπινέρισμα στον νέο τροχό.

- Τοποθετήστε τον τροχό στο πέλδο και σφίξτε τις βίδες όσον.

Μην αφήνετε υπολείμματα της βίδας που συγκρατούν τους τροχούς.

Για λόγους ασφαλείας, συνιστάται η χρήση των αυτοσφραζόμενων παξιμαδίων μόνο μία φορά.

Tavaluise huvideid on soovitatav iselaskuvallalt muudet kasutada ainult ühe korra.

INSTRUÇÕES DE USO
LEIA ESTAS INSTRUÇÕES COM ATENÇÃO ANTES DE USAR OS PATINS EM LINHA E GUARDE-AS PARA USO FUTURO!

PATINS EM LINHA

INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE

CITII ACESTE INSTRUCȚIUNI CU ATENȚIE ÎNAINTE DE A UTILIZA ROLELE ȘI PĂSTRĂȚ-LE PENTRU UTILIZARE ULTERIOARĂ!

ROLE

REGULI DE UTILIZARE ÎN SIGURANȚĂ

1. Mersul pe role trebuie să aibă loc pe o suprafață plană, curată și uscată. Înainte de a începe să mergeți, asigurați-vă că nu există găuri, gropi, bolovani, pietre sau mogoți în zona pe care veți călători, și care ar putea provoca cădere și vătămare corporală. Evitați suprafețele neuniforme, abrupte, alunecoase, prafite, stâncose și umede.
2. Mersul pe role trebuie făcut departe de auzi utilizatorilor al drumului.
3. Nu aveți voie să folosiți rolele pe străzi sau pe trotuar.
4. Nu puteți folosi rolele după caderea întinerului.
5. Nu trebuie să folosiți rolele în vehiculelor în mișcare, cum ar fi mașini, biciclete, autobuze, camioane etc.
6. Pentru a folosi rolele, se recomandă purtarea echipamentului de protecție precum casca, protecție pentru încheietura mainilor, coturi și genunchi, precum și elementele reflectorizante. Echipamentul de protecție este destinat să protejeze împotriva posibilelor lezuni corporale.
7. Înainte de fiecare utilizare, verificați etanșeitatea tuturor conexiunilor. Puteți începe să patinați numai dacă rolele sunt complet operaționale. Înainte de a patina, verificați dacă toate suruburile sunt strânse corect și dacă roțile se rotesc corect (verificarea funcționalii în mișcare).
8. Rolele trebuie verificate în mod regulat pentru uzură și deteriorare - numai atunci vor îndeplini condițiile de siguranță. Echipamentul de patină cu roți deteriorat nu trebuie folosit.
9. Menținerea roților în stare bună în orice moment crește siguranța acestora.
10. Nu aveți voie să efectuați funcții complicate sau acrobatici pe role. Sunt folosite doar pentru echitate recreativă.
11. Trebuie îndepărtate orice margini ascuțite apărute în timpul utilizării.

MERSUL PE ROLE

Folosirea roților, datorită mișcării constante la viteză mare, necesită tehnici de utilizare adecvate pentru a asigura siguranța persoanei care le folosește și a oamenilor din apropiere. Datorită utilizării recreative a roților, se recomandă utilizarea tehnicilor standard de patină, excludând orice cascadori și salturi. Fiți atenți când mergeți pe role.

Viteza ar trebui să fie întotdeauna ajustată la nivel de calificare a persoanei care le folosește. Vă recomandăm să mergeți pe role în zonele desemnate. Mersul pe role trebuie să aibă loc pe o suprafață plană, curată și uscată. Înainte de a începe să mergeți, asigurați-vă că nu există găuri, gropi, bolovani, pietre sau mogoți în zona pe care veți călători care ar putea provoca o cădere și vătămare corporală. Evitați suprafețele neuniforme, abrupte, alunecoase, prafite, stâncose și umede. Evitați viteza excesivă.

Învățarea căderii în siguranță poate reduce semnificativ posibilitatea de rănire gravă:

- a) Dacă pierdeți echilibrul, ghemuiți-vă pentru a minimiza distanța de cădere,
- b) la cădere, încercați să cădeți pe o parte maleabilă a corpului,
- c) când cădeți, încercați să fiți cât mai flexibili posibil.

TEHNICI DE FRÂNARE

Dacă rolele sunt echipate cu frână: ridicați înțel partea din față a rolei pe care este montată frâna și apoi apăsați frâna pe suprafața sa.

Dacă rolele nu sunt echipate cu frână sau aceasta a fost scosă, se recomandă utilizarea așa-numitului „T-braking technique”, adică numai pentru utilizatori avansați! Ar trebui să transferați întregul greutate a corpului pe un picior, apoi dușul al doilea picior în spatele primului și lăsați-l perpendicular. Arată ca litera „T”.

CONSTRUCȚIA ROLLEOR

Rolele sunt formate din două elemente: un pantof și o parte inferioară. Partea inferioară este realizată în întregime din plastic sau partea frontală poate fi realizată dintr-un material moale. Partea inferioară, numită *skid*, este realizată din aluminiu sau PP. Rolele sunt montate pe doi rulmenți și atașate de patine cu suruburi și piulițe autoblocante.

Rolele nu sunt echipate cu mecanism de direcție și nu au dispozitiv de pornire.

NOTĂ! Nu puteți face nici modificări la role, deoarece modificările pot avea influență negativă asupra siguranței. Consumabilele precum rulmenții și rolele și frânele care sunt supuse uzurii naturale nu pot constitui obiectul garanției.

REGLAAREA DIMENSIUNILOR ROLLEI (Fig. 1)

1. Înainte de a regla dimensiunea, slăbiți diametrul a două secțiuni (sus și jos).
2. Slăbiți mărșurul de prindere (apăsăți butonul) situat în exteriorul pantofului mobil.
3. Apoi setați dimensiunea corezpunătoare, astfel încât incuietorea să se potrivească în orificiul corespunzător și eliberați butonul.

INTREȚINERE

Întreținerea regulată este esențială pentru siguranța roților și prelungeste durata de viață a acestora. Menținerea roților în stare bună în orice moment crește siguranța acestora. După mers, se recomandă să le curățați și să le uzați cu atenție. Îndepărtați pietrele mici și alte obiecte straine care se pot afla între role. În timpul patinării, unele componente, cum ar fi frâna, roțile și patinele, se pot uza. Starea lor trebuie verificată în mod regulat și înlocuită dacă este necesar.

Piulițe autoblocante și alte componente cu autoblocare își pot pierde eficiența atunci când sunt ruginite, uzate sau slăbite. În acest caz, trebuie înlocuite imediat. Din motive de siguranță, se recomandă utilizarea piulițelor autoblocante o singură dată.

- 1) **Frâne**
Dacă frâna nu funcționează corect, poate fi un semn de uzură. Suntem informați despre acest lucru prin urghiul dintr-o suprafață inferioară a frânei și suprafața pe care se deplasează. Dacă este mai mare de 40°, frâna trebuie înlocuită.
- Montare/înlocuire frână (Fig. 2):**
- Scoateți frâna din ambalaj și verificați dacă toate elementele sunt incluse (frână, suruburi de fixare).
- Verificați dacă este inclusă cheia hexagonală corezpunătoare. Dacă nu, găsiți una care să se potrivească suruburilor.
- Folosind o cheie hexagonală, desurbați ultima roată a rolei la care dorți să instalați frâna (în funcție de ce picior dorește și pe care îl veți folosi pentru a frâna).
- Scoateți cu surubul, păstrând toate componentele într-un loc sigur.
- Introduceți suruburile de montare prin găurile de frânare.
- Folosiți cheia hexagonală pentru a strânge suruburile pentru a fixa frâna pe role. Asigurați-vă că suruburile sunt bine strânse pentru a menține frâna stabilă.

- Aveți grijă să nu strângeți excesiv suruburile și să nu deteriorați filetele.
- Puneți roata înapoi pe ax.
- Introduceți surubul prin orificiile din roată și osie, apoi strângeți-l cu o cheie hexagonală. Asigurați-vă că roata este bine atașată și se rotește liber.
- Înainte de a utiliza rolele, asigurați-vă că frâna funcționează corect. Încercați să aplicați frânele ușor, verificând dacă sunt atașate corect și eficiente.
- După primele călătorii, verificați dacă suruburile nu sunt slăbite și dacă frâna funcționează corect. Strângeți suruburile dacă este necesar.

- Din motive de siguranță, se recomandă utilizarea piulițelor autoblocante o singură dată.
- 2) Roți**
Durețutul interiorului duritatea roților - cu cât numărul este mai mare, cu atât roțile sunt mai dure. De ex., roțile 78A sunt roți cu 92A sunt roți care sunt mai moi și se adaptează mai bine la drum și oferă o tracțiune mai bună. Rolele dure se uzează mai lent, dar oferă mai puțin tracțiune și nu puțin confort de condus. Dimensiunile roților sunt măsurate în milimetri:
60-64 mm - roți mici cu un centru de greutate scăzut, ajută înțepătorii să-și mențină stabilitatea. 70-72 mm - roți medii, utilizează pentru distanțe lungi și călătorii recreative.
76-84 mm - roți mari, folosite pentru călării rapide, cele mai durabile pentru călători intermediari și avansați. Când mergeți pe role, roțile se uzează și trebuie înlocuite din când în când. Gradul de uzură al roților depinde de mulți factori, precum suprafața pe care mergeți, condițiile de circulație, înălțimea și greutatea utilizatorului, condițiile meteorologice, materialul roții și duritatea acestora.

- Rolele din interior se uzează mai repede. Rolele din față se uzează mai repede decât roțile din mijloc și din spate. Se recomandă să roțiți stifturile după ce ați condus aproximativ 70 km sau când roțile au început să se uzeze vizibil.
- Înlocuirea roților (Fig. 3):**
- desurbați suruburile axei care fixează roțile fiind folosite o unealtă adecvată,
- scoateți roata pe de deapă,
- scoateți rulmenții și manșonul de pe roată,
- introduceți rulmenții cu manșon în noua roată,
- puneți roțile pe patină și strângeți suruburile axului.

- Nu strângeți în exces suruburile pentru a strânge suruburile axului.
- Din motive de siguranță, se recomandă utilizarea piulițelor autoblocante o singură dată.
- Rolea roților**
Când roțile roților, asigurați-vă că roata cea mai uzată își schimbă poziția cu roata cu cea mai mică uzură. Fiecare roată cu mai multă uzură în interior ar trebui să fie rotită cu 180 de grade, astfel încât partea mai uzată să fie orientată spre exterior. Acest lucru va asigura o uzură uniformă a roților. Vă rugăm să urmăriți figura de mai jos.



Roțile nu se roteesc în

Pentru ca roțile noi să se rotească fără probleme, acestea trebuie strânse. Rulmenții sunt așezați strâns și necesită sarcini pentru o performanță optimă. De asemenea, ar trebui să verificați dacă suruburile nu sunt strânse prea strâns.

3. Rulmenți

- Se disting următoarele tipuri de rulmenți: 608 z - de obicei un rulment de început ABC 1, 3, 5, 7, 9 - rulmenți bun, durată lungă de viață. Cu cât numărul ABC este mai mare, cu atât este mai bună precizia rulmentului și a materialului din care este fabricat. Rulmenții de bună calitate garantează patinarea lină. Toți rulmenții sunt unsați și nu necesită re-ungere. Evitați suprafețele prafite, grase și umede. Rulmenții umezi sau uși trebuie să se uzească cu o cărpă curată. Rulmenții uși trebuie înlocuiți.
- Înlocuirea rulmenților**
- scoateți roțile pe de deapă,
- scoateți primul rulment de pe roată folosind o unealtă adecvată,
- apoi scoateți rulmenții și al doilea rulment,
- curățați rulmentul de o cărpă uscată sau înlocuiți-l cu una nouă,
- introduceți primul rulment în roată,
- se introduce manșonul și al doilea rulment.
- 4. Piulițe și alte elemente autoblocante**
Piulițele autoblocante și alte componente cu autoblocare își pot pierde eficiența atunci când sunt ruginite, uzate sau slăbite. În acest caz, acestea ar trebui înlocuite imediat. Din motive de siguranță, se recomandă utilizarea piulițelor autoblocante o singură dată.

ROLE

- rolele nu sunt destinate utilizării comerciale,
- piulițele autoblocante și alte elemente de fixare cu autoblocare își pot pierde eficiența dacă rolele sunt utilizate înlocuite.
- Înainte de a cumpăra, selectați tipul și dimensiunea adecvate ale roților în funcție de dimensiunea piciorului, greutatea corporală, abilitatea de patină și utilizarea prevăzută (rolele artistice, rolele de hochei), rolele sunt destinate patinării pe gheață, netedă, fără preîncălzire și găuri, în locuri destinate acestui scop, adică patinoare.

REGULI PENTRU UTILIZAREA ÎN SIGURANȚĂ A ROLLEOR

1. Dacă rolele nu au fost ascuțite din fabrică, acestea trebuie ascuțite înainte de prima utilizare.
2. rolele trebuie ascuțite în punctele specializate destinate acestui scop.
3. Copiii ar trebui să călărească sub supravegherea adulților.
4. Înainte de fiecare utilizare, verificați etanșeitatea tuturor conexiunilor. Puteți începe să mergeți doar dacă dispozitivul este complet funcțional. Înainte de a patina, verificați dacă toate suruburile sunt bine strânse și dacă elementele care leagă rolele sunt bine fixate.
5. În afara patinării, vă rugăm să folosiți capace pentru lame.
6. rolele trebuie verificate în mod regulat pentru uzură și deteriorare, numai atunci vor îndeplini condițiile de siguranță, rolele deteriorate nu trebuie folosite.
7. Menținerea roților în stare bună în orice moment crește siguranța acestora.
8. Nu aveți voie să efectuați funcții complicate sau acrobatici pe rolele de gheață. Sunt folosite doar pentru echitate recreativă. Nu ai voie să sarî pe rolele de gheață.
9. Nu faceți niciună modificare la rolele care ar putea afecta siguranța acestora.
10. Fixați strâns și cu grijă partea inferioară a rolei - acestă acțiune metatrate incutiilor în pantof, ceea ce face piciorul în pantof mai stabil și îl provoacă răniri în zona călcâiului.
- Învățarea căderii în siguranță poate reduce semnificativ posibilitatea de rănire gravă:**
 - a) Dacă pierdeți echilibrul, ghemuiți-vă pentru a minimiza distanța de cădere,
 - b) la cădere, încercați să cădeți pe o parte maleabilă a corpului,
 - c) când cădeți, încercați să fiți cât mai flexibili posibil.

Termeni de utilizare

Înainte de fiecare plimbare, verificați starea tehnică a roților și dacă elementele care leagă rolele sunt bine fixate. Toate cataractele trebuie fixate. Rolele trebuie curățate, înțelese și ascuțite în mod regulat. Nu trebuie să mergeți pe rolele, nisp sau în locuri neamenajate în acest scop. Când mergeți pe trotuar, asfalt sau beton, ar trebui să utilizați protecție antiderapantă. După fiecare plimbare, lua trebuie curățată, uscată și conservată. Neglijarea acestei acțiuni poate duce la coroziunea roților. Se recomandă folosirea ștergîncierelor, a ceterelor și a unei căști.

Tipuri de role

Construcția rolei în sine (patine) depinde de disciplina în care sunt folosite. Unele tipuri de sporturi care folosesc patinele:

- hochei pe gheață (patine de hochei),
- patină artistică (patine pt. patină artistică),
- patină viteză.

Patinele pentru patinajul artistic au crestături în partea din față a lamei, în timp ce patinele de hochei nu.

TEHNICA DE FRÂNARE ȘI PE PATINE

Abilitățile de frânare sunt o parte importantă a patinării. Acest lucru va evita căderile neplăcute, impacturile sau distrucțiile cu o altă persoană. Există mai multe metode și tehnici de frânare: frânare F-stop, frânare bruscă/frânare perpendiculară.

Pentru înțepători, recomandăm tehnica de frânare cu ajutorul plugului: depărtări piciorale și apoi îndreptări vârlurile patinelor unul spre celălalt.

Patinaj pe gheață

Pentru a patina, vă rugăm să împingeți suprafața de gheață cu un picior, apoi cu celălalt, folosind marginea inferioară a patinelor pentru a apropia genunchiul îndoite. Folosirea roelor, patinelor datorită mișcării constante la viteză mare, necesită tehnici de utilizare adecvate pentru a asigura siguranța călătorului și a persoanelor din apropiere.

Datorită utilizării recreative a roților, se recomandă utilizarea tehnicilor standard de patinare excludând evoluțiile și salturile. Aveți grijă când patinați. Veți ar trebui să fie întotdeauna ajustată la nivelul de calificare. Evitați viteza excesivă.

Scatotearea rolor

Pentru a vă îndepărta rola,

- desfaceți și slăbiți șteruturile (desfaceți cataractele și/sau benzile cu arici),
- trageți limba pantofului,
- cu ambele mâini trageți patina de pe picior,
- este interzisă scoaterea rolei, pantof cu pantof?

INTREȚINEREA ROLLEOR

Întreținerea regulată și menținerea echipamentului în stare bună este esențială pentru siguranța patinării și prelungeste durata de viață a acestuia. Menținerea roelor în stare bună în orice moment crește siguranța acestora. După patinare, se recomandă să le curățați și să le uzească cu atenție. Când rolelează, unele componente, cum ar fi lamele, se pot uza. Starea lor trebuie verificată în mod regulat și în mod continuu și ascuțită dacă este necesar.

Dacă șteruturile sau cărpușele interioare sunt uzate, vă rugăm să le înlocuiți cu altele noi. Înlocuirea altor piese ale rolei poate fi efectuată numai de un centru de service calificat.

Ajustarea mărîmii

1. Înainte de a începe utilizarea, desfaceți curelele și elementele de fixare.
2. Slăbiți mânerul de prindere (apăsăți butonul) situat în exteriorul pantofului mobil.
3. Apoi setați dimensiunea corezpunătoare, astfel încât incuietorea să se potrivească în orificiul corespunzător și eliberați butonul.

2) Kolesa

- 60-64 mm – roți mici cu un centru de greutate scăzut, ajută înțepătorii să-și mențină stabilitatea. 70-72 mm – roți medii, utilizează pentru distanțe lungi și călătorii recreative.
76-84 mm – roți mari, folosite pentru călării rapide, cele mai durabile pentru călători intermediari și avansați. Când mergeți pe role, roțile se uzează și trebuie înlocuite din când în când. Gradul de uzură al roților depinde de mulți factori, precum suprafața pe care mergeți, condițiile de circulație, înălțimea și greutatea utilizatorului, condițiile meteorologice, materialul roții și duritatea acestora.
- Rolele din interior se uzează mai repede. Rolele din față se uzează mai repede decât roțile din mijloc și din spate. Se recomandă să roțiți stifturile după ce ați condus aproximativ 70 km sau când roțile au început să se uzeze vizibil.
- Înlocuirea roților (Fig. 3):**
- desurbați suruburile axei care fixează roțile fiind folinsid o unealtă adecvată,
- scoateți roata pe de deapă,
- scoateți rulmenții și manșonul de pe roată,
- introduceți rulmenții cu manșon în noua roată,
- puneți roțile pe patină și strângeți suruburile axului.

- Nu strângeți în exces suruburile pentru a strânge suruburile axului.
- Din motive de siguranță, se recomandă utilizarea piulițelor autoblocante o singură dată.
- Rolea roților**
Când roțile roților, asigurați-vă că roata cea mai uzată își schimbă poziția cu roata cu cea mai mică uzură. Fiecare roată cu mai multă uzură în interior ar trebui să fie rotită cu 180 de grade, astfel încât partea mai uzată să fie orientată spre exterior. Acest lucru va asigura o uzură uniformă a roților. Vă rugăm să urmăriți figura de mai jos.



Roțile nu se roteesc în Pentru ca roțile noi să se rotească fără probleme, acestea trebuie strânse. Rulmenții sunt așezați strâns și necesită sarcini pentru o performanță optimă. De asemenea, ar trebui să verificați dacă suruburile nu sunt strânse prea strâns.

INSTRUCȚII ȘI VIKORISTANJE

УВАЖНО ПРОЧИТАЙТЕ ЦЮ ІНСТРУКЦІЮ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ КОРИСТУВАННЯ РОЛИКОВИМИ КОЛАЗАННЯМИ І ЗБЕРЕЖІТЬ ЇЇ ДЛЯ МАЙБУТНЬОГО ВИКОРИСТАННЯ!

РОЛИКОВІ КОЛАЗНЯ

ПРАВИЛА БЕЗПЕЧНОГО КОРИСТУВАННЯ

1. Ізда на роликових козавань повинна здійснюватися на рівній, плоскій, чистій та сухій поверхні. Перед початком їзди переконайтеся, що в зоні, де буде відбуватися катання, немає ям, западин, камінчиків, горбів, які можуть призвести до падіння і травмування. Уникайте нерівних, крутих, слизьких, запилених, кам'янистих та мокрих поверхонь.
2. Ізда на роликових козавань повинна відбуватися подаві від інших учасників руху.
3. Заборонено використовувати роликові козаваня на вулиці або тротуарі.
4. Не можна використовувати роликові козаваня після їхня частини сутиння.
5. Заборонено користуватися роликовими козаваннями, тримачами, за рухомі транспортні засоби, такі як автомобілі, велосипеди, автобуси, вантаїтка тощо.
6. Для користування роликовими козаваннями рекомендується одягати захисне спорядження, таке як шолом, захист для зап'ясть, ліктя та колін, а також спеціалізовані елементи. Захисне спорядження покликане зберегти від можливих травм.
7. Перед кочиння використання необхідно перевірити кріплення всіх з'єднань. Катання можна починати лише тоді, коли роликові козаваня повністю справні.
8. Переконайтеся, що всі гвинти добре закручені і козавня правильно обертаються (перевіряй в русі).
8. Роликові козаваня слід регулярно перевіряти на знос і пошкодження – тільки тоді вони будуть відговідати умовам безпеки. Не можна використовувати пошкоджені роликові спорядження.
9. Постійне підтримання роликових козавань у добром стані підвищує їх безпеку.
10. На роликових козавань заборонено виконувати будь-які складні трюки та акробатику. Вони призначені виключно для рекреаційного катання.
11. Слід відкати будь-які гоки страй, що виникли під час використання.

ІЗДА НА РОЛИКОВИХ КОЗАВАННЯХ

Користування роликовими козаваннями, звичайнож на перебування в постійному русі з великою швидкістю, вимагає належної техніки, яка забезпечує безпеку для користувача та людей, що знаходяться поруч. У зв'язку з рекреаційним призначенням роликових козавання рекомендується використовувати стандартні техніки їзди, виключаючи будь-які трюки та стрибки. Під час їзди на роликових козавань необхідно бути обережними. Швидкість завжди слід адаптувати до рівня ваших навичок. Ми рекомендуємо кататися на роликових козаванях у спеціально відведених для цього місцях. Ізда на роликових козавань повинна здійснюватися на рівній, плоскій, чистій та сухій поверхні. Перед початком їзди переконайтеся, що в зоні катання немає ям, западин, камнів, горбів, які можуть стримити падіння і травмування. Уникайте нерівних, крутих, слизьких, запилених, кам'янистих та мокрих поверхонь. Уникайте надмірної швидкості.

Навчання безпечному падінню може значно зменшити ймовірність серйозних травм:

- a) якщо ви впадете, згиніть коліна, щоб зменшити удар, а не висоту падіння,
- b) при падінні намагайтеся впасти на м'яку частину тіла,
- c) під час падіння, якщо це можливо, намагайтеся залишатися пухким.

ТЕХНІКА ГАЛЬМУВАННЯ

Якщо роликів козавань оснащені гальмом, слід повільно підняти передню частину роликового козавання, на якому здійснюється гальма, а потім натиснути гальмо до поверхні дороги. Виконання гальмування не оснащений гальмом або воно було знято рекомендується використовувати так звану техніку "Гальмування" ("Braking Technique") – однак виключно для досвідчених користувачів! Потрібно перенести всю вагу тіла на одну ногу, потім іншу ногу перемістити за першу та поставити її перпендикулярно. Це нагадує на літеру "T".

КОНСТРУКЦІЯ РОЛИКОВИХ КОЗАВАНЬ

Роликові козаваня складаються з двох елементів: черевика і ніжної частини. Черевик повністю виготовлений з пластику або його передня частина може бути виконана з м'якого матеріалу. Ніжня частина, яка називається роликом, виготовлена з алюмінію або поліпропілену (PP). Колеса закріплені на двох підшипниках і прикріплені до рами за допомогою гвинтів і самоблокувальних гаек.

Роликові козаваня не оснащені черевиком механізмом і не мають роз'ємного пристрою.

УВАГА! Заборонено використовувати будь-які зміни в конструкцію роликових козавань, оскільки це може погіршити їх безпеку. Експлуатаційні матеріали, такі як колеса, підшипники та гальма, які підлягають природному зносу, не можуть бути підставою для скасування гарантії.

РЕГУЛЮВАННЯ РОЗМІРУ РОЛИКОВИХ КОЗАВАНЬ (Fig. 1)

1. Перед початком регулювання розміру потрібно поставити розп'ящую застібку (вертик і ніжню).
2. Поставте затискний механізм (натисніть кнопку), що знаходиться на зовнішній стороні рухомого черевика.
3. Потім намагайтеся відповісти розмір, щоб фактор увійшов у відповідний отвір, і відпустіть кнопку.

КОНСЕРВАЦІЯ

Регулярне обслуговування має вирішальне значення для безпеки катання на роликових козаванях і зберігання їх терміну служби. Постійне підтримання роликових козавань у хорошому стані підвищує їх безпеку. Після завершення катання на роликових козавань рекомендується їх ретельно очистити та висушити. Потрібно видалити дірочки камінці та інші сторонні предмети, які можуть застрити між колесами. Під час їзди на роликових козавань діли елементи, такі як гальма, колеса та підшипники, можуть зношуватися. Іх стан потрібно регулярно перевіряти і, за необхідності, замінювати на нові. Самоблокувальні гвинти та інші самоблокувальні елементи можуть втрачати свою ефективність, якщо вони заржавіли, зношені або ослаблені. У такому випадку їх слід негайно замінити. З міркувань безпеки рекомендується використовувати самоблокувальні гайки лише один раз.

1) Гальма

Якщо гальма не функціонують належним чином, це може свідчити про їх зношення. Про це свідчить кут між номінальну поверхнею гальма та поверхнею дороги. Якщо він перевищує 40°, гальма потрібно замінити.

Монтаж / заміна гальма (Fig. 2):

- Вийміть гальмо з упаковки та перевірте, чи всі елементи є в комплекті (гальмо, монтажні гвинти).
- Перевірте, чи є в комплекті відповідний захистячий шарнір. Якщо його немає, підготуйте власний, який підходить до гвинтів.
- За допомогою захистячного гвинта відкрутіть останнє колесо на тієї роликів козавань, до якої ви хочете приєднати гальмо. Зверніть увагу, щоб гальмо було правильно встановлено.
- Оберіть зніміть колесо, зберігаючи всі деталі у безпечному місці.
- Вставете монтажні гвинти через отвори гальма та роликів козавань.
- За допомогою захистячного гвинта закрутіть гвинт, прикріплюючи гальмо до роликів козавань. Переконайтеся, що гвинти добре закручені, щоб гальмо було стабільним.
- Будьте обережні, щоб не перетягнути гвинти і не пошкодити різьбу.
- Поверніть колесо на його місце.
- Вставете гвинт через отвори колеса та осі, а потім закрутіть його захистячним ключем.

Переконайтеся, що колесо добре закріплені і вільно обертається.

- Перед використанням роликових козавань переконайтеся, що гальмо працює належним чином.

Спробуйте обертати гальмо вручну, щоб перевірити, чи воно правильно закріплене і працює ефективно.

- Після перших кількох годин їзди переверіте, чи не розслабитися гвинти і чи працює гальмо належним чином. У разі потреби підтягніть гвинти.

З міркувань безпеки рекомендується використовувати самоблокувальні гайки лише один раз.

- 1) **Гальма**
Діаметр обидва твердість колес — чим вище швидкість, тим твердіші колеса. Наприклад, колеса 78A — м'які, 92A — тверді. М'які колеса краще адаптуються до дороги та забезпечують кращу тягу. Тверді колеса зношуються повільніше, але забезпечують меншу тягу та менший комфорт під час їзди. Розміри колес вимірюються в міліметрах:
60-64 мм — малені колеса з низьким центром ваги, що допомагають початківцям підтримувати стабільність.
70-72 мм — середні колеса, використовуються для довгих дистанцій і рекреаційної їзди.
76-84 мм — великі колеса, використовуються для швидкої їзди, найбільш догодовічі для середнього-досвідчених і досвідчених користувачів.

Під час катання на козавань з гальмом, важливо знати, коли зношуються, і їх потрібно періодично замінювати. Суттіння зношування колес залежить від багатьох факторів, таких як стиль їзди, поверхня, по якій їздять, радіус і вага користувача, погодні умови, матеріал колес і їх твердість.

Колеса з внутрішнього боку зношуються швидше, ніж зовнішнього боку. Зношені колеса зношуються швидше, ніж середні та задні. Рекомендується ротація колес після приблизно 70 км або при видимому зносі.

Заміна колес (Fig. 3):

- викрутіть осови гвинтів, що кріплять колесо, використовуючи відповідний інструмент.
- зніміть колесо з заносу.
- вийміть підшипники разом із втулкою з колеса.
- вставьте підшипники в втулку у нове колесо.
- вставьте колесо на занос та закрутіть ос