



Podręcznik Techniczny Rollerblade®

Dziękujemy za wybranie Rollerblade®. Spędziliśmy niezliczone godziny na rolkach, testując i ulepsząc je na ulicach miast, bocznych drózkach i ścieżkach parkowych starając się lepiej zrozumieć Twoje potrzeby. Jesteśmy pewni, że nasza nowa kolekcja jest na nie odpowiednią i że w przyszłości także będziemy dostarczać najlepsze łyżworolki.

Rolki Rollerblade® zaliczają się do klasy A (dla użytkowników o masie ciała do 100 kg) i klasy B (dla użytkowników o masie ciała do 60 kg) zgodnie z normą DIN EN 13843.

Ostrzeżenie - Skate Smart™

Pomyśl w pierwszej kolejności o bezpieczeństwie. Rolkarstwo, jak każdy sport związany z poruszaniem się, zawiera element ryzyka. Aby zredukować możliwość odniesienia kontuzji, zawsze używaj ochraniaczy (kasku, ochraniaczy na nadgarstki, nałokietników, nakolanników) a także elementów odblaskowych, aby być dobrze widocznym na drodze.

Ostrzeżenie - Kontroluj swoją prędkość

Nie jeźdź zbyt szybko. Pamiętaj, że nawet jadąc z małej góry, Twoja prędkość będzie rosła bardzo szybko. Musisz być pewny, że umiesz kontrolować swoją prędkość i wiesz jak się zatrzymać, zanim zaczniesz zjeżdżać z górki.

Ostrzeżenie - Zatrzymaj się bezpiecznie

Hamulec do rolek Rollerblade® jest zaprojektowany tak, żeby wolno wyhamowywał prędkość. Nie zatrzyma Cię od razu. Początkujący rolkarze powinni jeździć wolno i na w miarę równym terenie, żeby było łatwiej się szybko zatrzymać. Im szybciej jedziesz, tym dłuższa droga hamowania. Patrz uważnie na drogę i zacznij hamować odpowiednio wcześniej, aby się bezpiecznie zatrzymać.

Sprawdź sprzęt

Zanim założysz rolki, zawsze sprawdzaj swój sprzęt.

- Pokręć kółkiem, aby sprawdzić łożyska i ośki.
- Sprawdź śruby mocujące kółka. Upewnij się, że są dobrze dokręcone, zwłaszcza jeśli ostatnio zmieniałeś kółka.
- Sprawdź, czy kółka nie są starte. Nadmiernie starte kółka obniżają ogólną sprawność rolek i kontrolę nad nimi.
- Sprawdź, czy guma hamulca nie jest nadmiernie zużyta. Sprawdź także pozostałe elementy hamulca.
- Zobacz, czy sznurówki i klamry nie są nadmiernie zużyte. Wymień je lub napraw jeśli zachodzi taka potrzeba.
- Sprawdź czy płoza jest bezpiecznie przykręcona i czy nie jest uszkodzona (wgięta, pęknięta, itp.).
- Noś jedną parę skarpetek sportowych. Rolki powinny dobrze pasować, nie mogą być zbyt ciasne i niewygodne. Rolka musi być ciasno sznurowane i zapięta, aby dobrze trzymać nogę w okolicy kostki.
- Noś ochraniacze (tj. kask, nakolanniki, itp.).
- Usuń wszelkie ostre krawędzie, które powstały w wyniku użytkowania.

Teraz jesteś gotowy do jazdy

Zacznij powoli na równym terenie wolnym od kamieni, patyków, itp. Być może warto poprosić kogoś o pomoc przy nauce jazdy. Naucz się hamować, zanim zaczniesz normalnie jeździć.

Łyżworolki Rollerblade są wyposażone w system hamowania na prawej rolce. Systemy oznaczone jako ABT® LITE lub ADJUSTABLE (ADJ) nie mogą być przełożone na lewą rolkę.

Gumy hamujące Rollerblade® mają zaznaczoną tzw. linię zużycia i powinny być wymienione, gdy tylko zostaną starte do tego poziomu. W rolkach Rollerblade® mogą być zastosowane trzy rodzaje hamulców: ABT (Active Braking Technology), ADJ (Adjustable Brake) oraz standardowy hamulec.

Ostrzeżenie – Kontroluj swoją prędkość

Dostosowuj wysokość hamulca ABT® LITE lub ADJ w miarę jak gumy hamujące się ścierają, lub tak aby najlepiej pasowały do waszych umiejętności i stylu jazdy, gdyż w innym wypadku hamulec może nie mieć kontaktu z podłożem. Jeśli hamulec nie jest odpowiednio dopasowany, może to skutkować brakiem siły hamowania, brakiem kontroli i w efekcie kontuzją.

Uwaga!!!

Jeśli rolka nie ma zamontowanego hamulca, stosuj konwencjonalne metody hamowania takie jak „T” albo „V”. Nie jest to zalecane dla początkujących.

Zdemontowanie hamulca z rolek nie jest rekomendowane dla większości użytkowników. Hamowanie i zatrzymywanie się bez hamulca wymaga zaawansowanych umiejętności. Jeśli decydujesz się jeździć bez hamulca, robisz to na własne ryzyko.

Zasady obowiązujące na drodze

- Zawsze używaj ochraniaczy: kasku, ochraniaczy na nadgarstki, łokcie, kolana.
- Naucz się podstaw jazdy (np. hamowanie, skręcanie) zanim wyjedziesz na ścieżki czy drogi.
- Zawsze zachowuj czujność.
- Unikaj kamieni, patyków, plam oleju, piasku, wody, nierównej i popękanej nawierzchni, itp.
- Unikaj obszarów o dużym ruchu drogowym.
- Nigdy nie zaczepiaj się do pojazdów mechanicznych.
- Zawsze bądź świadomy swojej prędkości.
- Mijaj pieszych, rowerzystów i innych rolkarzy po ich lewej stronie.
- Unikaj używania słuchawek i innych akcesoriów, które mogą ograniczyć widoczność, unikaj też jazdy nocą albo w warunkach ograniczonej widoczności.
- Zanim wyjedziesz na rolki zapoznaj się z przepisami obowiązującymi w Twoim kraju, regionie, mieście.
- Producent i dystrybutor produktów Rollerblade® nie są odpowiedzialni za jakiegokolwiek uszkodzenia czy kontuzje odniesione w wyniku niedostosowania się do powyższych zasad. Jeżeli użytkownik nie dostosuje się do nich, robi to na własne ryzyko.

Gotów? Start

Które miejsca są dobre do nauki jazdy na rolkach? To ważne, by jeździć miejscach, które odpowiadają Twoim umiejętnościom. Jeśli jesteś początkujący, chcesz mieć gładką, płaską nawierzchnię wolną od kamieni, wody, itp., a także wolną samochodów, rowerzystów, pieszych. Dobrym miejscem do nauki jest np. pusty parking. Zanim wyjedziesz na drogę, musisz opanować podstawowe umiejętności (poruszanie się, zatrzymywanie, skręcanie) oraz być świadomy przepisów obowiązujących na drogach.

PODSTAWY JAZDY

Ugnij lekko kolana i lekko odepchnij się tylną nogą. Jadąc na drugiej nodze, przenieś nogę odpychającą do przodu i postaw ją na ziemi równo z nogą wykroczną. Powtórz odepchnięcie drugą nogą. Zawsze trzymaj kolana lekko ugięte. Aby skręcić, trzymaj kolana razem i skieruj się w kierunku, w którym chcesz jechać. Poćwicz ten ruch skręcając w prawo i w lewo. Dopasuj rolki – jeśli zauważyłeś jakikolwiek ruch stopy w rolce, powinieneś poprawić zapięcie. Ponieważ cała kontrola nad rolkami wychodzi „z pięt”, musisz wyeliminować wszelkie ruchy tej części ciała wewnątrz rolki przez mocniejsze zawiązanie sznurówek lub dopięcie klamer i rzepów.

WKŁADKI WEWNĘTRZNE.....

Kiedy Rollerblade® projektował linię wkładek wewnętrznych, wszystkie poziomy zaawansowania były uwzględnione. Każda wkładka jest oddychająca, wygodna i może być prana.

Wkładki wewnętrzne w rolkach dla kobiet są zaprojektowane i dostosowane do odmiennej budowy kobiecych nóg (1 i 2).

Wszystkie wkładki mogą być wyjęte z rolek i wyprane.

Instrukcja dotyczące prania wkładek wewnętrznych

- Ustaw pralkę na 30 st. C i dodaj środka piorącego. Nie używaj mocnych środków piorących, środków zmiękczających, wybielaczy.
- Wsususz wkładki na powietrzu, trzymaj z dala od źródeł ciepła.

SYSTEMY ZAPIĘĆ.....

"360 CLOSURE SYSTEM" (3), (4), (5)

Ostrzeżenie:

Nie należy na lince wiązać żadnych węzłów. Nie należy ingerować w mechanizm zapinający. Trzymaj ostre przedmioty z daleka od linek.

System TFS Micro

Naciśnij przycisk na mechanizmie, aby był w pozycji „open” (6).

Pociągnięciu za uchwyt, linka się cofnie i rozluźni (7).

Aby ją ponownie naciągnąć, naciśnij przycisk do pozycji „close” i nakręć mechanizm aż do uzyskania pożądanego naciągnięcia (8 i 9).

System TFS Speed

Aby poluzować sznurówki pociągnij za blokującą część mechanizmu (10), a następnie cały mechanizm przesun do góry.

Włóż stopę, a następnie naciągnij sznurówki aż uzyskasz odpowiedni stopień trzymania stopy (11).

Przesuń mechanizm w dół sznurówek, cały czas trzymając je napięte, a następnie zablokuj mechanizm (12). Przyczep na rzepa plakietkę.

Klamra typu „CLICK” i klamra 45°

Naciśnij przycisk na klamrze (13a i 13b) i wyciągnij plastikowy pasek (14a i 14b).

Włóż stopę do rolki a następnie włóż pasek plastikowy z powrotem do klamry. Dźwignią na klamrze przesun pasek aż do uzyskania odpowiedniego ściągnięcia (15a i 15b).

Klamra typu „SOFT TOUCH”

Otwórz klamrę i naciśnij i naciśnij dźwignię zaczepu (16), po czym wyciągnij pasek plastikowy z zaczepu (17).

Włóż stopę do rolki, po czym włóż pasek plastikowy w zaczep aż do osiągnięcia pożądanego poziomu opięcia stopy, po czym zamknij klamrę (18).

KÓŁKA I OŚKI.....

Aby mieć jak najwyższą satysfakcję z jazdy, sprawdzaj stan kółek jak najczęściej. Jeśli kółka są zbyt mocno starte lub starte nierówno, twoja stabilność na rolkach i przyczepność może być osłabiona, co może być niebezpieczne. Rollerblade® zaleca, by regularnie zamieniać kółka miejscami, a jeśli zużyją się zbyt mocno, aby je wymienić na nowe (wszystkie kółka wymień na nowe jednocześnie). Zaleca się także, żeby przy każdej wymianie kółek wymienić też ośki i łożyska. Rollerblade® oferuje 2 rodzaje osiek: pierwszy rodzaj składa się z mniejszej śruby, która wkręca się w większą (20a). Drugi rodzaj jest zaprojektowany do zaawansowanych technologicznie płóz aluminiowych i składa się wkręca się bezpośrednio w płożę (20b). Jak kręcić się kółka pokazuje rysunek 19.

Odkręcanie kółek

- Odkręć kółko załączonym w opakowaniu kluczem (20).
- Wyjmij ośkę.

Zakładanie kółek

- Włóż kółko w jego miejsce w płożę.
- Włóż ośkę.
- Dokręć ośkę (21). Rollerblade® zaleca wymianę osi i śrub przy każdej zmianie kółek.