

Podręcznik Techniczny Bladerunner®**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, nakolanników, nakolanków) a także elementów odblaskowych, aby być dobrze widocznym na drodze.

Ostrzeżenie - Kontroluj swoją prędkość

Nie jźdź 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 Bladerunner® jest zaprojektowany tak, żeby wolno wyhamowywał prędkość. Nie zatrzymaj Cię od razu. Początkujący rolkarze powinni jźdźć wolno i na w miarę równym terenie, żeby było łatwiej się szybko zatrzymać. Im szybciej jźdździesz, 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. Nadmierne 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 sznurki i klamry nie są nadmiernie zużyte. Wymień je lub napraw je, jeśli zachodzi taka potrzeba.
- Sprawdź czy płozę jest bezpiecznie przykręcona i czy nie jest uszkodzona łwiągą, pęknięta, itp. i.
- Noś jedną parę skarpetek sportowych. Rolki powinny dobrze pasować, nie mogą być zbyt ciasne i niewygodne. Rolka musi być ciasno zasznurowana 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. Naukę się hamowania, zanim zaczniesz normalnie jźdźć.

Łyżworolki Bladerunner® są wyposażone w system hamowania na prawej rolce. Gumy hamujące Bladerunner® mają zamoczoną tzw. linę zużycia i powinny być wymienione, gdy tylna zostanie starte do tego poziomu. W rolkach Bladerunner® mogą być zastosowane dwa rodzaje hamulców: ABT (Active Braking Technology) oraz standardowy hamulec stopniowy.

Ostrzeżenie - Kontroluj swoją prędkość

Dostosowuj wysokość hamulca ABT™ 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 jźdźć bez hamulca, robisz to na własne ryzyko.

Zasady obowiązujące na drodze

- Zawsze używaj ochraniaczy: kasku, ochraniaczy na nadgarstki, łokcie, kolana.
- Naukę się podstaw jazdy (np. hamowanie, skręcanie) zanim wyjedziesz na ścieżki czy drogi.
- Zawsze zachowuj czujność.
- Unikaj kamieni, patyków, pól 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 nożą albo w warunkach ograniczonej widoczności.
- Zanim wyjedziesz na rolki zapoznaj się z przepisami obowiązującymi w Twoim kraju, regionie, mieście.
- Producent i dystrybutor produktów Bladerunner® 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 jźdźć 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.

Bladerunner TECHNICAL MANUAL

PODSTAWY JAZDY

Ugiń 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 wykróconą. Powtórz oddepchnięcie 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 zauważysz jakikolwiek ruch stopy w rolce, powinieneś poprawić zapięcie. Ponieważ cała kontrola nad rolkami wychodzi z „pięty”, musisz wyeliminować wszelkie ruchy tej części ciała wewnątrz rolki przez mocniejsze zawiązanie sznurków lub dopięcie klamer i rzepów.

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. Bladerunner® zaleca, by regularnie zamieniać kółka miejscami, a jeśli zużyły się zbyt mocno, aby je wymienić na nowe (wszystkie kółka wymień na nowe jednocześnie). Jak kręcić się kółka pokazuje rysunek [1].

Odkręcanie kółek

- Odkręć kółko załączonym w opakowaniu kluczem [2].

- Wymij ośkę.

Zakładanie kółek

- Włóż kółko w jego miejsce w płozie.

- Włóż ośkę.

- Dokręć ośkę [3]. Bladerunner® zaleca wymianę osi i śrub przy każdej zmianie kółek.

HAMULCE**Hamulec typu ABT™:**

Trzymając wszystkie kółka na nawierzchni, wysuń hamującą rolkę do przodu, dzięki czemu cholewka rolki cofa się do tyłu. Ten ruch powoduje obniżenie układu hamującego i kontakt gumy hamulcowej z podłożem. Pród stopy nogę nie odrywa się od podłoża. ABT™ posiada regulację wysokości hamulca, dzięki czemu można go dopasować do własnego stylu jazdy i do zużycia gumy hamującej. Bladerunner® zaleca, aby odległość między hamulcem a podłożem wynosiła 10mm.

GWARANCJA:

1. Nordica gwarantuje, że rolki Nordica zakupione w autoryzowanym sklepie, będą wolne od wad materiałowych i konstrukcyjnych przez okres przewidziany prawem, od daty sprzedaży użytkownikowi końcowemu.

2. Podczas tego okresu, Nordica naprawi lub wymieni bezpłatnie produkt. Aby skorzystać z tego prawa, należy przedstawić dowód zakupu.

3. Gwarancja ta nie obejmuje normalnego zużycia, uszkodzeń spowodowanych przez umyślnie działanie użytkownika, wypadki lub nierozsądne użycie. Gwarancja nie jest ważna w wypadku niedostosowania się do zaleceń zawartych w instrukcji, braku konserwacji czy modyfikacji produktu.

Dziękujemy za poświęcenie czasu i zapoznanie się z produktami Bladerunner®. Jeśli masz jakieś dodatkowe pytania odnośnie rolek, ich użycia, konserwacji, miejsc do jazdy lub masz odnośnie fitnessu na rolkach, prosimy o odwiedzenie naszej strony internetowej www.rollerblade.com. Życzymy bezpiecznej i przyjemnej jazdy!

TECHNICAL MANUAL Bladerunner