

# NÁVOD - PŘÍRUČKA

VÝROBCE: SPOILERCENTRUM  
Bělá pod Bezdězem



[www.koleckovelyzecs.cz](http://www.koleckovelyzecs.cz)

# OBSAH

1. NEŽ VYJEDEŠ
  - 1.1 Vybavení
  - 1.2 Tlak v pneumatice
  - 1.3 Mechanické spoje
  - 1.4 Povolená hmotnost
  - 1.5 První nastavení
  - 1.6 Ochranné pomůcky
  - 1.7 První seznámení s jízdou
  - 1.8 Oprava lyží – modifikace
  - 1.9 Trasy
  
2. NASTAVENÍ VÁZÁNÍ – servis
  
3. NASTAVENÍ BRZDY
  - 3.1 Nastavení brzdy
  
4. CRS – Brzdový váleček
  - 4.1 Výměna a seřízení
  
5. CRS – trénink a využití
  - 5.1 Sport
  - 5.2 První jízda
  - 5.3 Brzda – lýtková
  
6. VYBAVENÍ
  - 6.1 Obuv
  - 6.2 Oblečení
  - 6.3 Ochranné pomůcky
  - 6.4 Hole
  
7. TECHNICKÁ DATA
8. ZODPOVĚDNOST ZA ŠKODY A ÚJMY NA ZDRAVÍ

## 1. NEŽ VYJEDEŠ

1.1. Obsah balení – Carbonrollerski – CRS, brzdu (pokud jste si ji objednali), uživatelskou příručku – návod.

### 1.2 Tlak v pneumatice

Zkontroluje tlak v pneumatice, tlak 6,2 BAR.

### 1.3 Mechanické spoje

Před jízdou je nutné si zkontrolovat dotažení mechanických spojů lyže a brzdy. Kontrolovat brzdny váleček, v případě potřeby pootočit nebo vyměnit, viz. 4.1.

### 1.4 Povolená hmotnost

Maximální povolená hmotnost sportovce je 95kg. Výrobce je schopen po dohodě vyrobit lyže na větší zátěž.

### 1.5 První nastavení

Správné namontování na lyže CRS + brzda, seřízení. Dle dohody vám vše při objednávce namontujeme a nastavíme. V případě dotazu a připomínek se obraťte na výrobce.

### 1.6 Ochranné pomůcky

Při jízdě na kolečkových lyžích doporučujeme nosit ochranné prostředky, ochrana hlavy – helma, brýle. Ochranu rukou, zápěstí, kolen a loktů. Oblečení doporučujeme volit reflexní.

### 1.7 První seznámení s jízdou

Začněte pomalu a hlavně opatrně. Začátečníci by měli využít kurzů od vyškolených instruktorů. Provedte test jízdy na rovné ploše. Pokud máte brzdu, seznamte se také s funkcí brzdy, popř. brzdu upravte do optimální polohy.

### 1.8 Oprava lyží – modifikace

Nikdy neprovádějte změny, úpravy, které by mohly poškodit lyže a tím ohrozit vaši bezpečnost, pokud by došlo k poškození lyže, brzdy vlivem neodborného zásahu, obraťte se na výrobce – nebude se zde, ale závada vztahovat na případnou reklamaci.

### 1.9 Trasy

Carbonrollerski jsou určeny na skate, soupaž. Ideální jsou cyklostezky, dobré a zpevněné lesní cesty. Vždy je důležité věnovat pozornost ostatním účastníkům silničního provozu, dodržovat předpisy a používat trasy k tomu určené. Vybírejte terén a povrchy, které odpovídají vašim skutečným dovednostem. Začneme na rovném, čistém a hlavně suchém povrchu. Dbejte na ohleduplnou jízdu a vyvarujte se ohrožení ostatních účastníků silničního provozu.

## 2. NASTAVENÍ VÁZÁNÍ – SERVIS

Na CRS doporučujeme vázání ROTTEFELLA NNN na kolečkové lyže. Montáž je doporučeno provádět nejlépe ve specializovaných prodejnách nebo prodejnách tomu určených a dodržovat pokyny pro montáž vázání do karbonu. POZOR. Opakovaná, neodborná montáž vázání povede k nevratnému poškození uchycení šroubů v karbonové podložce. Vyšroubované šrouby se musí při zpětné montáži odborně vrátit do již vytvořené šroubovice v karbonovém materiálu. Neodborným poškozením šroubovice ztrácí zákazník záruku montáže vázání. Při opakované montáži šroubů, je nutné závit v lyži zakápnout epoxidovou pryskyřicí v poměru s tužidlem.

## 3. NASTAVENÍ BRZDY

### 3.1 Nastavení brzy

Vyzkoušej funkčnost a polohu brzdy, při testovací jízdě. Brzda je vždy nastavena výrobcem do optimální polohy. V případě potřeby se dá nastavit i jiný úhel vrchního segmentu, dle volných montážních otvorů.

Dle potřeby si nastav úhel dosedací brzdné plošky, která se dotýká zadní strany lýtka, do komfortní polohy (povol montážní šroub).

## 4. CRS – BRZDOVÝ VÁLEČEK

### 4.1 Výměna a seřízení brzdného válečku

Brzdný váleček je potřeba kontrolovat před každou jízdou. V případě opotřebení ze 2/3 je nutné váleček pootočit, případně celý vyměnit.

## 5. CRS – TRÉNINK, VYUŽITÍ

### 5.1 Sport

Krosové skate bruslení je sport sám o sobě, který je srovnatelný s běžeckým lyžováním, používá se i stejná technika. Skate bruslení začíná tam, kde běh na lyžích a inline bruslení dosahuje svých limitů. Jedná se o sport s nejvyšší spotřebou energie, je to sport celého těla, při kterém je využito 90% svalů.

Díky speciální struktuře pohybu při krosovém lyžování se dostavuje řada pozitivních účinků na lidský organismus.

### 5.2 První jízda

První rozjetí by mělo být opravdu velice pomalé a opatrné. Jízdu vždy přizpůsobte svým zkušenostem a schopnostem.

### 5.3 Brzda lýtková

Než vyjedeš je velice důležité a nezbytné seznámit se s funkcí brzdění. V případě, že se pro koupí rozhodnete později, je nutné nám zaslat preferovanou lyži pro následnou úpravu a montáž brzdy. S naší brzdou se budete cítit bezpečněji a jízdu si lépe vychutnáte.

Naše krosové lyže využívají jednoduchý a efektivní princip lýtkové brzdy.

Brzdu ovládáte přesunutím nohy v kontaktu na lýtkové brzdě. Ta se dotýká kola s namontovaným gumovým válečkem, který snižuje rychlost jízdy.

Toto cvičení opakujte na místě, dokud brzdění nemáte perfektně zvládnuté.

Cvičení opakujte při další pomalé jízdě.

## 6. VYBAVENÍ

### 6.1 Obuv

Standartní obuv používaná na běžky.

### 6.2 Oblečení

Doporučujeme reflexní funkční sportovní oblečení s dostatečnou volností pohybu a prodyšností.

### 6.3 Ochranné pomůcky

Doporučujeme vždy helmu, a brýle. Rukavice, loketní a kolenní chrániče.

### 6.4 Hole

Při běhu na lyžích, je používání holí téměř povinná věc. Hole se používají k odpíchnutí, podpoře a zajištění dalšího zabezpečení. Doporučená délka hole se vypočítává následovně: výška sportovce x 0,9 m.

## 7. TECHNICKÁ DATA

Lyže a brzda jsou vyrobeny v ČR. Pneumatiky s nafukovací duší, vázání ROTTEFELLA NNN přímo určené pro tento typ lyže, pro zajištění lepšího komfortu, stability.

Na kolečkových lyžích nejezděte pod vlivem omamných látek a alkoholu. **NEOHROŽUJTE** svou jízdu sebe, ale ani ostatní účastníky provozu.

## 8. ZODPOVĚDNOST ZA ŠKODY A ÚJMY NA ZDRAVÍ

Při jízdě na kolečkových lyžích, včetně ochranných pomůcek, na sebe přebíráte veškerou zodpovědnost za škody, úrazy a nevratné poškození zdraví s následkem smrti, způsobené provozem na kolečkových lyžích.