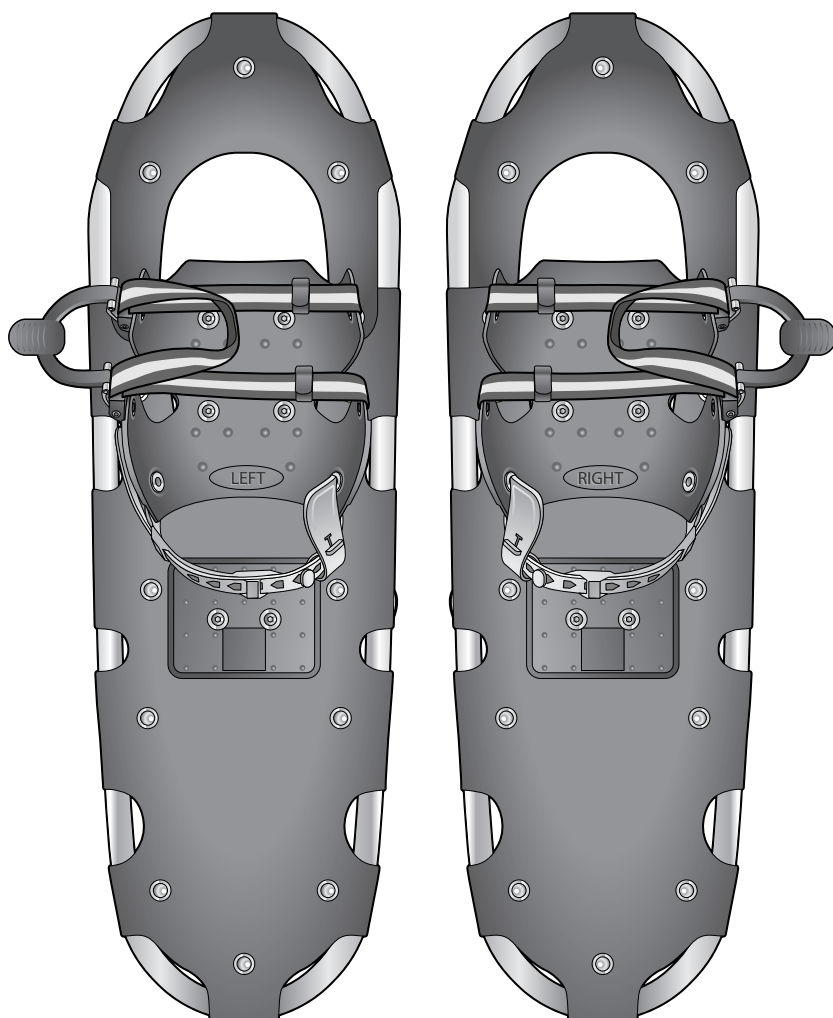




Snežnice



Použitie • Bezpečnosť • Ošetrovanie

Tchibo GmbH D-22290 Hamburg • 66925AB6X511

Vážení zákazníci!

S vašimi novými snežnicami si môžete vychutnávať tiché, zasnežené krajiny, rozprávkové zimné kulisy a absolútny pokoj – žiaden div, že chôdza v snežniciach je čoraz obľúbenejšia.

Chôdza v snežniciach nie je pritom žiaden objav našej doby: Písomné pramene dokladajú, že v oblasti Kaukazu používali ľudia okrúhle ploché kusy dreva na chôdzu po snehu už v období pred narodením Krista.

V súčasnosti je chôdza v snežniciach v prvom rade športovou disciplínou, ktorej sa v rovnakej miere môžu venovať mladí aj starí. Ale pozor: Pri pohybe vo voľnej prírode sa odporúča dodržiavanie niekoľkých pravidiel a pokynov.

Prvotné informácie na túto tému sme zhromaždili v tomto návode.

Želáme vám veľa krásnych hodín v prírode.

Váš tím Tchibo

Bezpečnostné upozornenia



Pozorne si prečítajte bezpečnostné upozornenia a výrobok používajte len podľa popisu v tomto návode, aby nedopatrením nedošlo k poraneniám alebo škodám.

Uschovajte si tento návod na neskoršie použitie.

Ak výrobok postúpите inej osobe, musíte jej odovzdať aj tento návod.

Účel použitia

Snežnice sú športovým náčiním a pomôckou pre dospelých na chôdzu po intenzívne zasnežených plochách.

Snežnice sú vhodné ...

... na chôdzu v snežniciach po zasnežených chodníkoch v mierne hornatom teréne,

... na zimné trekíngové túry, t. z. na túry na väčšie vzdialenosti v striedavo hornatom teréne mimo chodníkov.

Snežnice **nie sú** vhodné ...

... na horské túry v strmom horskom teréne alebo na expedície,

... na športové aktivity, akými sú curling, beh a pod.,

... na zaistenie bezpečnosti práce.

Snežnice zabráňujú zabáranie a pošmyknutie na snehu, nedokážu ale poskytnúť úplnú ochranu proti tomu a nie vždy zabránia poraneniam, ktoré z toho vyplývajú.

Maximálne celkové zaťaženie = 120 kg, vrátane batožiny.

Snežnice sa dajú upevniť na bežnú trekkingovú obuv s veľkosťou 36 až 47.

Sú navrhnuté na súkromné použitie.

Snežnice sú vhodné do vonkajšej teploty -20 °C.

NEBEZPEČENSTVO pre deti

- Zabráňte prístupu detí k obalovému materiálu.
Okrem iného hrozí nebezpečenstvo udusenía!

NEBEZPEČENSTVO -

Nebezpečenstvo poranenia

- Trekkingová obuv musí byť pevná, úplne spojená s viazaním snežníc a chodidlu musí poskytovať pevnú oporu. Inak hrozí pri chôdzi nebezpečenstvo podlomenia nôh a pádu.
- Pri prenášaní snežníc na chrbte v úložnej taške - ruksaku, musia byť kovové hroty orientované smerom od chrbta.

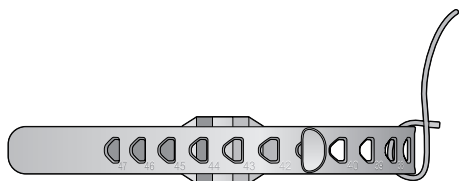
- Nenoste snežnice v interiéroch - predovšetkým nie na kobercoch. Kovové hroty sa môžu zachytiť v kobercových slučkách.
Nebezpečenstvo pádu! Okrem toho poškodíte podlahovú krytinu.

POZOR - Vecné škody

- Používajte snežnice len s vhodnou a robustnou trekkingovou obuvou.
- V snežniciach chodte len po dostatočne zasneženom podklade. Inak môžete poškodiť podklad pod snehom, resp. hroty na spodnej strane snežníc sa opotrebojú rýchlejšie.
- Na čistenie nepoužívajte abrazívne alebo žieravé čistiace prostriedky, resp. tvrdé kefy atď.
- Farby, laky, nálepky, čistiace kvapaliny, chemikálie alebo rozpúšťadlá môžu mať nepriaznivý vplyv na materiál snežníc. Preto nemaľujte, nelakujte a neolepujte snežnice.

Používanie

Príprava snežníc

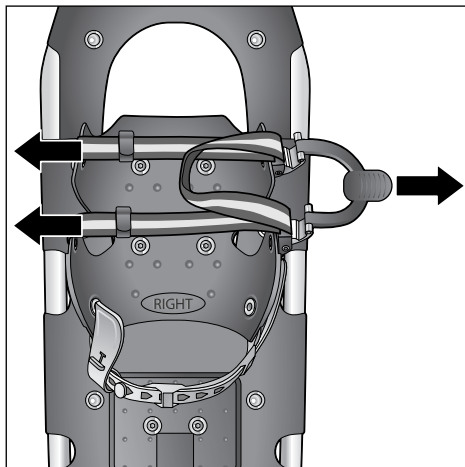


- ▷ Najskôr si popruhom na päte nastavte veľkosť svojej obuvi.

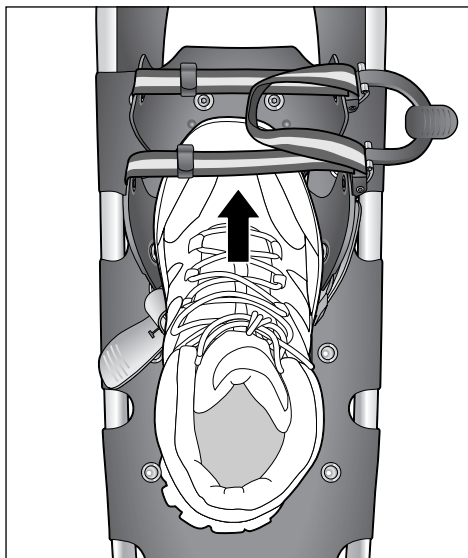
Obutie snežníc

Snežnice sa dajú upevniť na bežnú trekkingovú obuv s veľkosťou 36 až 47.

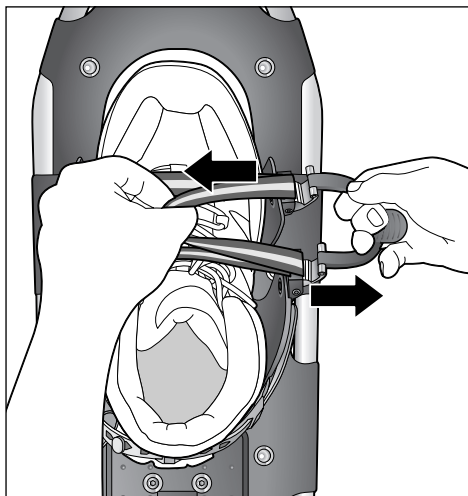
Dbajte na to, aby vám trekkingová obuv sedela na chodidle pohodlne a bezpečne a aby bola dostatočne vystlaná pre prevládajúce teplotné pomery.



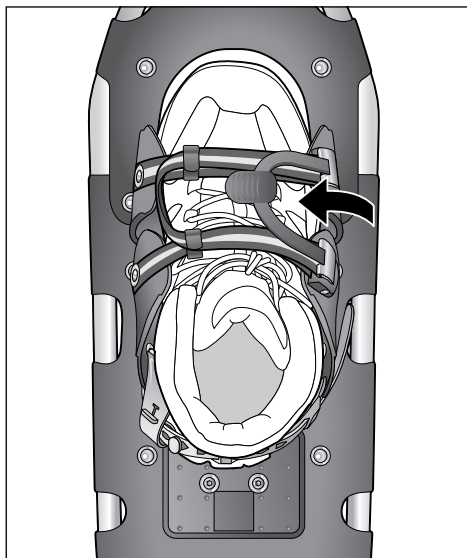
1. Vytiahnite pútku napínacieho remienka z klipsov. Uvoľnite poistný strmeň a napínací remienok potiahnutím poistného strmeňa nabok a ťahaním koncov napínacieho remienka.



2. Vložte chodidlo do snežnice. Pretiahnite popruh na päte cez oblasť päty na topánke.



3. Pevne stiahnite napínací remienok potiahnutím poistného strmeňa nabok a ťahaním pútku napínacieho remienka.



4. Preklopte poistný strmeň smerom dovnútra a pevne ho zatlačte. Zaistite pútko v klipsách.
 5. Bezpečné a pevné obutie snežníc kontrolujte aj počas chôdze. Popruhy na päte prípadne regulujte tak, aby snežnice síce sedeli pevne, ale aby zároveň neboli príliš upnuté.
- ▷ Pri vyzúvaní snežníc otvorte poistný strmeň a uvoľnite napínacie remienky.

Chôdza v snežniciach - to by ste mali vedieť

Každý, kto je schopný chôdze, dokáže chodiť aj v snežniciach. Napriek tomu odporúčame rešpektovanie niektorých faktov. Platí to predovšetkým pri pobyte v horách.

Pomôžu vám nasledujúce oporné body.

Začiatocníci

- Zúčastňujte sa túr s vodcom. Na nich získate skúsenosti a istotu pri manipulácii so snežnicami. Okrem toho sa dostanete k cenným informáciám od znalca miestnych pomerov.
- Skôr ako sa vydáte na veľkú túru, pocvičte si na známom teréne. Nepreceňujte sa. Chôdza v snežniciach je silovo náročnejšia ako normálna chôdza alebo túra. Pri plánovaní trasy si naplánujte dostatok síl na návrat. Zostup môže trvať dlhšie a môže byť aj náročnejší ako výstup.

Technika

- Krok v snežniciach by mal pripomínať normálny krok pri túre. Pokúste sa podľa možnosti o nie príliš rozkročenejšiu chôdzu ako bez snežníc. Dlho trvajúca rozkročená chôdza stojí veľa síl.
- Nie je potrebné úplné zdvíhanie snežníc pri každom kroku. Je prípustná mierne šuchtavá chôdza, ktorá šetrí sily.

- **Do kopca:** Mierne strmé horské svahy môžete prechádzať po spádnici, t. z. priamou trasou na vrchol – strmšie horské svahy šikmým výstupom.

Na tvrdom podklade dbajte na to, aby sa snežnica s hrotmi po stúpení na sneh nachádzala vo vodorovnej polohe. Snežnice takto dobre zaberú a vy si ľahšie udržíte svoju rovnováhu.

Na zľadovatenom podklade zarážajte hroty do ľadu ako mačky.



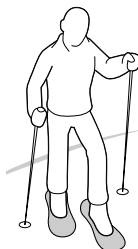
Na svahu s hlbokým snehom postupujte kačacím krokom, t. z. špičky snežníc sú orientované von.



Je možná aj zmiešaná forma, t. z. jedna noha priamo a druhá smerom von.

- **Z kopca:** Normálne sa chodí po spádnici. Pri mäkkom snehu sa môžete mierne zakloniť a skĺznuť sa pri každom kroku trochu nadol. Pri tvrdom snehu zostávajúte v polohe v strede nad snežnicami. Našľapujte hrotmi čisto a zaťažujte ich rovnomerne.

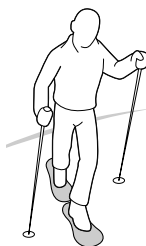
- **Traverzovanie/križovanie:** Bez ohľadu na jemný spád alebo výstup: Na svahu je výhodnejší vodorovný postup s následným prejdením krátkej strmej trasy po spádnici ako rovnomerné stúpajúce alebo klesajúce križovanie.



Ak by sa tomu nedalo zabrániť, je najvhodnejšie križovanie v dvoch stopách.

Zachovávajúte polohu snežníc pred sebou ako pri normálnej chôdzi v snežniciach

a hranu smerom do svahu zatláčajte do snehu o niečo intenzívnejšie.



Pri strmšom svahu alebo veľmi ťažkom či hlbokom snehu križujte v jednej stope.

Kladte jednu snežnicu pred druhú, ako keby ste šli v jednej línii.

Podklad

- Spočiatku sa vyhýbajte svahom, a to najmä v prípade, ak sú zľadovatené. Ak to inak nejde: Strmé svahy prechádzajte v šikmých líniách alebo dokonca v serpentínach.
- Pri veľmi tvrdom podklade si snežnice môžete pokojne využiť a niešť ich.

Túry

- Dlhé túry si plánujte vopred. Pred odchodom sa informujte o aktuálnej lavínovej a poveternostnej situácii. Nezabúdajte, že počasie sa vo vysokohorskom teréne môže zmeniť veľmi rýchlo.
- Podľa možnosti sa na mieste informujte o možných nebezpečenstvách, ale aj takých, ktoré nie sú zrejmé (ľadovce atď.). Rešpektujte varovania znalca miestnych pomerov.
- Ako dovolenár v cudzom regióne by ste pred odchodom na túru mali informovať poskytovateľa ubytovania, resp. recepčného.
- Vyrážajte len za dobrej viditeľnosti a pravidelne si robte prestávky na pitie. V zime sa veľa tekutín stráca dýchaním.

Vybavenie

- Oblečte sa teplo a vezmite si príp. náhradné oblečenie na nahradenie prepotenej bielizne.

- Rozumný odev, vybavenie (voda a termoska s horúcim nápojom, jedlo, kompas, slnečné okuliare a krém, súprava prvej pomoci) a mapa by mali byť samozrejmosťou. Vhodným pomocníkom môže byť aj dobrá baterka, pretože v zime sa stmieva rýchlo.

V kritickej situácii pomôže záchranárska deka a príp. lavínový prístroj. Okrem toho by ste sa mali informovať, či je na plánovanej trase dostupná mobilná sieť.

- Trekingové palice sú vhodným doplnkom snežníc.

Ohľadupnosť

- Berte ohľady na prírodu. Neprechádzajte napr. cez zalesňované plochy. Obchádzajte krmné miesta divých zvierat a nerobte hluk. Rešpektujte značenia a informačné tabule, ktoré obce často osádzajú špeciálne pre turistov.
- Bežkári vidia len neradi, keď sa ich stopa používa na túry. Pri križovaní zjazdoviek budete obmedzovať aj lyžiarov. Tu hrozí aj zvýšené nebezpečenstvo úrazu!



Obširnú literatúru na tému „chôdza v snežniciach“ nájdete v kníhkupectvách.

Kontrola a ošetrovanie

- Pred každým použitím skontrolujte prítomnosť všetkých matíc a nitov na spodnej strane. Matice musia byť pevne dotiahnuté.
- Skontrolujte trhliny a iné poškodenia na snežniciach. Pri poškodení snežníc, pri skrehnutom alebo poškodenom plaste alebo pri chýbajúcich skrutkách musíte výrobok zlikvidovať.
- Pred a po každom použití skontrolujte stav protišmykových prvkov. Ak zistíte známky výrazného opotrebenia (kovové hroty zodraté na 50% v porovnaní s novými), musíte výrobok zlikvidovať.
- Po použití vyčistite snežnice vlažnou vodou. Pred odložením ich nechajte, dobre vyschnúť. Nesušte ich na vykurovacích telesách!
- Snežnice uložte na chladnom a suchom mieste v úložnej taške na prenášanie. Chráňte ich pred priamym slnečným svetlom. Slnečné svetlo by mohlo spôsobiť skrehnutie, poškodenie a vyblednutie plastu.

Likvidácia

Likvidujte **obal** podľa pravidiel separovaného zberu. Využite na to miestne možnosti na zber papiera, lepenky a ľahkých obalov.

Ak chcete **výrobok** vyhodiť, zlikvidujte ho podľa aktuálnych ustanovení. Informácie o zberných dvoroch, ktoré odoberajú staré výrobky bezplatne, vám poskytne vaša obecná alebo mestská správa.

Made exclusively for:
Tchibo GmbH, Überseering 18,
D-22297 Hamburg, www.tchibo.sk

Číslo výrobku: SK 287 146