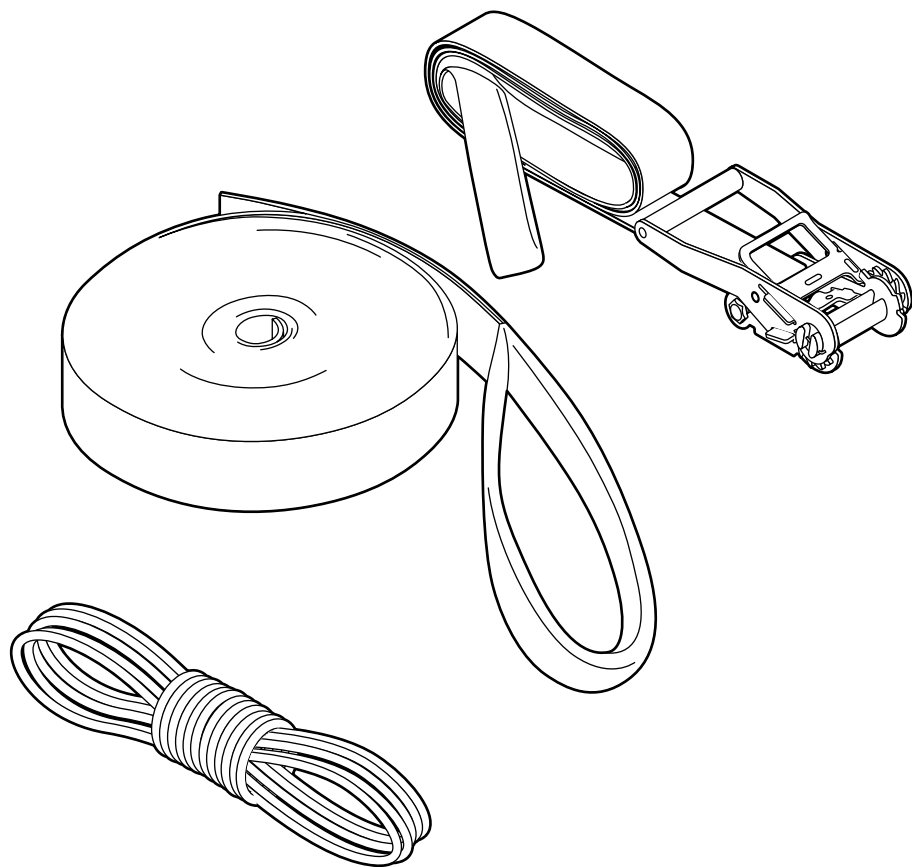




Slackline - popruh na balansovanie



Rešpektujte návod na použitie!



sk Návod na použitie

Tchibo GmbH D-22290 Hamburg · 121796AB2X3XII · 2021-11

Vážení zákazníci!

Váš nový popruh na balansovanie Slackline zdokonaľuje zmysel pre rovnováhu a ovládanie tela. V kombinácii s pribaleným záchytným lanom je tento druh športu ideálny aj pre začiatočníkov.

Vďaka napínaciemu systému s račňou môžete popruh na balansovanie jednoducho osadiť na dva kotviace body.

Želáme vám veľa spokojnosti s popruhom na balansovanie.

Váš tím Tchibo



www.tchibo.sk/navody



Pozor! Tento symbol varuje pred nebezpečenstvom poranenia.



Popruh na balansovanie musí osadiť dospelá osoba.

Počas balansovania musia byť deti neustále pod dozorom spôsobilej dospeléj osoby, ktorá ich súčasne istí.

Pri nerešpektovaní bezpečnostných upozornení hrozí nebezpečenstvo vážnych poranení.

Pred použitím musíte popruh na balansovanie namontovať úplne a presne podľa popisu v tomto návode.

Obsah

3 Bezpečnostné upozornenia	12 Napnutie záchytného lana
6 Podmienky na osadenie	14 Demontáž
7 Tipy na balansovanie	14 Čistenie a uschovanie
8 Prehľad (obsah balenia)	15 Technické údaje
9 Osadenie	15 Likvidácia

Bezpečnostné upozornenia



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

Uschovajte si tento návod na neskoršie použitie.

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

Účel použitia

- Výrobok bol vyvinutý ako športové náčinie na balansovanie. Nepoužívajte ho na iný ako stanovený účel.
- Výrobok je určený na súkromné použitie v exteriéri a nie je vhodný na komerčné účely.
- Výrobok nie je určený na použitie na ihriskách. Ak sa výrobok predsa na týchto miestach použije, musí ihrisko zodpovedať norme EN 1176-1.

Pri používaní platí:

- Popruh na balansovanie a záchytné lano smú osádzať len dospelé osoby.
- Deti mladšie ako 6 rokov nesmú používať popruh na balansovanie.
- Popruh na balansovanie smie používať len maximálne jedna osoba. Súčasne na ňom nesmie balansovať viacero osôb.
- Prípustná maximálna hmotnosť balansujúcej osoby je 80 kg.
- Slackline nesmiete nechať bez dozoru na verejných priestranstvách s povinnosťou zabezpečenia bezpečnosti premávky.

NEBEZPEČENSTVO pre deti

- Toto športové náčinie nesmú používať deti ani osoby, ktoré ho v dôsledku svojich fyzických, zmyslových alebo duševných schopností či nedostatočných skúseností alebo neznalostí nie sú schopné bezpečne používať. Deti musia byť pod dozorom, aby sa nehrali so športovým náčiním.
- Výrobok nie je detská hračka! Používajte ho len pod dohľadom dospelých!
- Zabráňte prístupu detí k obalovému materiálu. Okrem iného hrozí nebezpečenstvo udusení!

VAROVANIE pred poranením

- Začiatočníci by mali vždy používať aj záchytné lano, ktoré im pomôže pri balansovaní. Lano napnite vždy nad úrovňou hlavy, aby ste sa oň pri páde nezachytíli.
- Nevykonávajte žiadne umelecké skoky, saltá atď.! Na toto nebezpečenstvo upozorníte najmä deti.
- Dbajte na vhodný odev. Na športové náčinie vstupujte naboso. Odložte okuliare, sponky, šperky, piercingy atď. Aj plecniaky, tašky cez plece alebo veľké kovové pracký opaskov predstavujú pri páde zdroj nebezpečenstva a preto ich musíte tiež odložiť.
- Vo vreckách vašich bünd alebo nohavíc sa nesmú nachádzať žiadne predmety. Predmety ako kľúče od domu, vreckové nože atď., môžu pri páde spôsobiť poranenia.

- Popruh na balansovanie musí byť čistý a suchý.
- Nepoužívajte popruh na balansovanie vo veternom alebo daždivom počasí. Ak by počas používania došlo k zhoršeniu počasia, prerušte balansovanie a príp. demontujte popruh. Platí to predovšetkým pri príznakoch nadchádzajúcej búrky.
- Nebalansujte po požití alkoholu, liekov alebo drog, alebo ak ste príliš unavení. Pri nevoľnosti alebo závratoch okamžite prerušte balansovanie.
- Nebalansujte potme. Popruh na balansovanie musí byť dobre viditeľný.
- Za súmraku, resp. po zotmení musíte popruh na balansovanie odstrániť, aby nepredstavoval neviditeľnú prekážku pre tretie osoby.
- Ak je miesto osadenia prístupné tretím osobám, nesmiete nainštalovaný popruh na balansovanie ponechať bez dozoru.
- Pri manipulácii s račňou postupujte opatrne. Hrozí nebezpečenstvo pricviknutia! Zabráňte prístupu detí k nej. Popruh na balansovanie a račňu odložte mimo dosahu detí.
- Račňu napínajte len ručne. Používanie predlžovacích prvkov alebo iných pomôcok je neprípustné.
- Popruh na balansovanie používajte len s originálnym príslušenstvom. Predovšetkým nepoužívajte žiadne iné upevňovacie prostriedky.
- Pri používaní zabalte račňu do priloženého krytu na račňu, aby ste sa v prípade pádu na ňu nezranili.

- V osadenom stave je popruh na balansovanie napnutý veľkou silou. Pri používaní buďte preto opatrní. Nekontrolované, prehnané a neopatrné pohyby môžu spôsobiť pád. Osoby, ktoré bezprostredne nezaistujú balansujúcu osobu, sa musia zdržiavať vo vzdialenosti min. 2 m, pretože prudko sa uvoľňujúci popruh môže spôsobiť poranenia.
- Pred každým použitím skontrolujte bezchybný stav popruhu na balansovanie. Ak zistíte poškodenia (bezpečnostný pás/popruh na balansovanie: trhliny, zárezy na priadzi, pretrhnutie nosných vlákien a švov; kovové prvky: deformácie, trhliny, príznaky opotrebenia/korózie a pod.) alebo pri chýbajúcich dieloch, smiete popruh na balansovanie používať až po odstránení poškodení odborným personálom.

Ochrana stromov

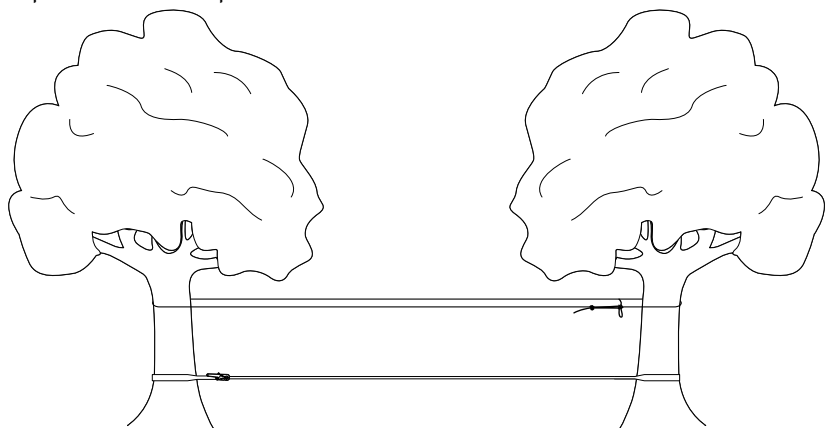
- Stromy musia byť zdravé!
- Nesmiete používať žiadne upevnenia, ktoré by strom poškodili (klince, hmoždinky, skrutky atď.).
- Medzi popruh a kôru vložte vždy pribalený chránič stromov (alebo napr. gumenú rohož, kus koberca), čím zabránite poškodeniu kôry.
- Pri častejšom používaní rovnakej plochy alebo pri prítomnosti mnohých osôb musíte prijať vhodné opatrenia proti utlačeniu podkladu na ochranu koreňov (najmä pri odkrytých koreňoch).

Pred každým použitím skontrolujte:

- Sú kotviace popruhy upevnené pevne a neotáčajú sa na kotviacich bodoch (stromy a iné)?
- Neexistujú ostré hrany, ktoré môžu poškodiť popruh na balansovanie alebo vás poraniť?
- Je račňa uzatvorená, zaistená a zakrytá krytom na račňu?
- Nachádzajú sa pod popruhom alebo v jeho bezprostrednom okolí špicaté alebo tvrdé predmety (kamene, črepy atď.)?
- Je popruh napnutý maximálne 50 cm nad podkladom?
- Nie je popruh pretočený a je pevne napnutý?

Podmienky na osadenie

- Neupevňujte popruh na balansovanie nad tvrdými podkladmi, ako sú plochy natreté dechtom alebo obložené doskami. Inak hrozí pri páde zvýšené nebezpečenstvo poranenia. Popruh na balansovanie upnite nad mäkký podklad, ako je tráva alebo piesok. Odporúčame dodatočné vyloženie okolia popruhu na balansovanie mäkkým podlahovými rohožami a pod.
- V oblasti 2 m po stranách popruhu na balansovanie nesmú byť žiadne predmety (napr. kamene, korene atď.). Inak hrozí pri páde zvýšené nebezpečenstvo poranenia.
- Nikdy neosádzajte popruh na balansovanie vyššie ako 50 cm nad podklad, maximálne však do výšky cca jednej šírky dlane pod rozkrokom. Takto príp. môžete zabrániť pádu pri zošmyknutí sa na oboch stranách popruhu na balansovanie. Odporúčame napnutie popruhu približne vo výške kolien, čím si uľahčíte vystupovanie naň a zostupovanie z neho.
- Na ukotvenie sú vhodné stromy alebo pevne osadené piliere (betónové/ocelové) a iné. Maximálna vzdialenosť je cca 15 m. Stromy/piliere musia mať na mieste upevnenia obvod minimálne 1,0 m až max. cca 1,5 m. Upevňovacie body musia vydržať zaťaženie minimálne 25 kN.
- Medzi popruh a kôru vložte pribalený chránič stromov, čím zabránite poškodeniu kôry. Pri opásaní hrantého piliera (betónový, ocelový atď.) popruhom musíte taktiež použiť chránič stromov, jednak na ochranu hrán, ale aj na vylúčenie poškodenia popruhu.
- Nielen časti popruhu opásané okolo stromu, ale ani samotný popruh na balansovanie nesmú byť osadené pretočené.
- Popruh musí byť napnutý do vodorovnej polohy a pevne. O čo je previs popruhu väčší, o to bude balansovanie zložitejšie.
- Nikdy nenapínajte popruh medzi 2 vozidlá a pod., pretože hrozí nebezpečenstvo nekontrolovateľne vysokého predpätia.



Tipy na balansovanie

Popruh na balansovanie Slackline sa pri zaťažení „slacklinerom“ (človekom praktizujúcim slackline) ňaťahuje.

Jeho reakcie sú preto veľmi dynamické a vyžadujú si sústavné aktívne vyrovnanie a vlastný pohyb.

Ťažisko slacklinera je teda veľmi nízko.

Širšie popruhy (50 mm) vykazujú preto v porovnaní s užšími popruhmi vyššiu hodnotu zaťaženia na medzi pevnosti a menšiu rozťažnosť. Tým sa dá balansovanie výrazne uľahčiť, pretože popruh sa dá napnúť natoľko pevne, že takmer neprevísa. Okrem toho sa na širšom popruhu dá stabilizácia v priehlavkovom kĺbe dosiahnuť jednoduchšie.

Uľahčí sa tým chôdza na začiatku.

Na začiatku vám pomôže pridržovanie sa záchytného lana alebo opieranie sa o spoločníka.

Postavenie sa na popruh na balansovanie

- ▷ Začnite v strede popruhu.
Výkyvné pohyby sú síce na tomto mieste väčšie, ale nie natoľko rýchle ako na kraji.
- ▷ Jednou nohou sa postavte na podklad vedľa popruhu tak, aby ste sa ňou dotýkali popruhu a dokázali trochu tlmiť jeho výkyvy.
- ▷ Druhou nohou sa postavte na popruh.

- ▷ Preneste teraz tlak na nohu na popruh, vyrovnajte ju v kolene a vyšvihnite sa nahor. Pritom úplne jemne presuňte svoje ťažisko tak, aby sa nachádzalo nad popruhom a druhú nohu umiestnite pred prvú.
- ▷ Nájdite si pevný bod na konci lana, na ktorý sa môžete zamerať zrakom. Takto udržíte rovnováhu ľahšie ako pri pozeraní sa na svoje nohy.

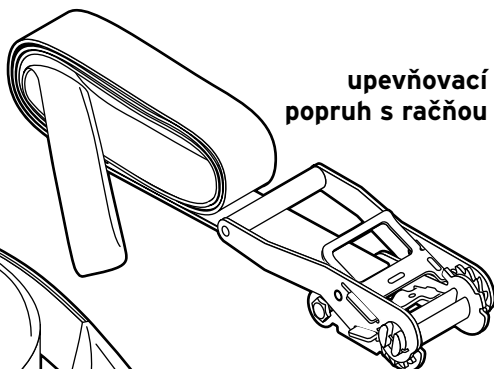
Otáčanie sa na popruhu na balansovanie

Pri otáčaní má každý svoju vlastnú techniku. Vyskúšajte si, ako to zvládnete najlepšie.

- ▷ Natočte svoje telo z mierne ukročenej polohy o 180° doprava alebo doľava.
Ak sa vpredu nachádza vaša ľavá noha, otočte sa doprava.
Ak sa vpredu nachádza vaša pravá noha, otočte sa doľava.
- ▷ Po otočení sa čo najrýchlejšie znovu zamerajte na váš pevný bod, čo vám pomôže pri opätovnom dosiahnutí rovnováhy.

Prehľad (obsah balenia)

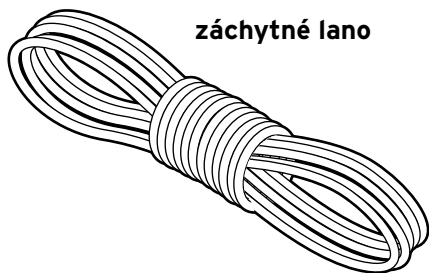
**upevňovací
popruh s račňou**



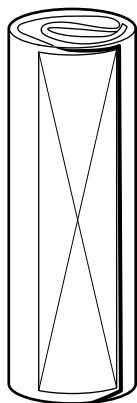
**popruh na balansovanie
s upevňovacím popruhom**



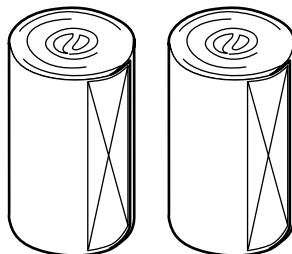
záchytné lano



kryt na račňu

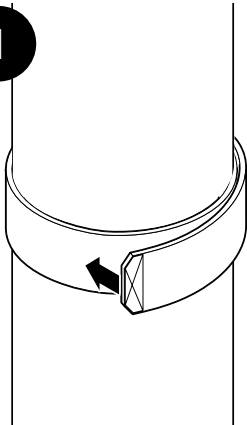


chrániče stromov



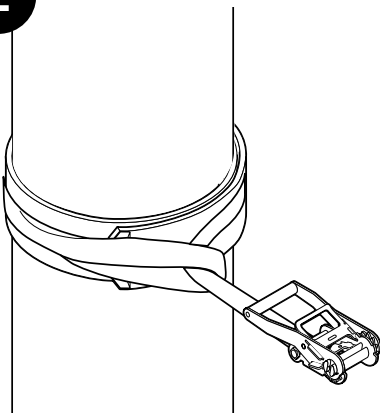
Osadenie

1



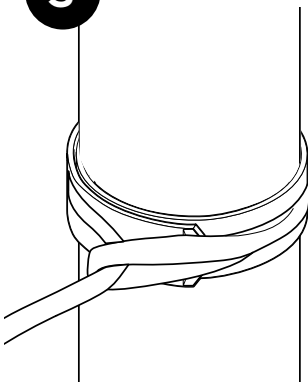
1. Opášte chránič stromov okolo vhodného stromu a zapnite suchý zips.

2

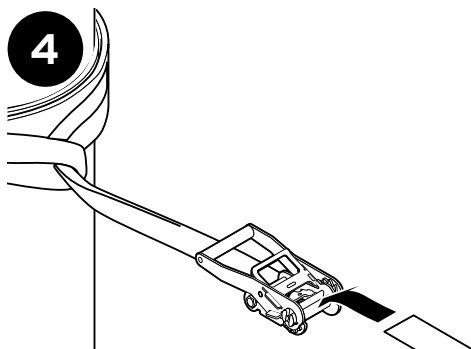


2. Opášte upevňovací popruh s račňou bez pretočenia okolo stromu a prestrčte račňu cez slučku.

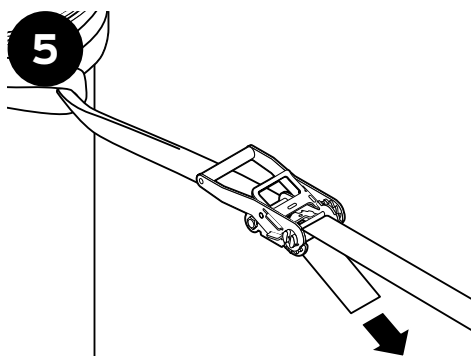
3



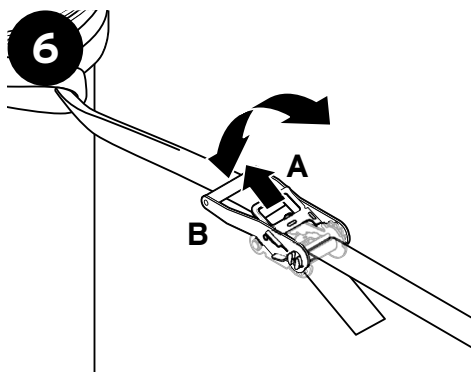
3. Upevnite upevňovací popruh popruhu na balansovanie rovnakým spôsobom na druhý, vhodný strom.



4. Prestrčte - pri zatvorenej račni - popruh na balansovanie cez štrbinu v osi.

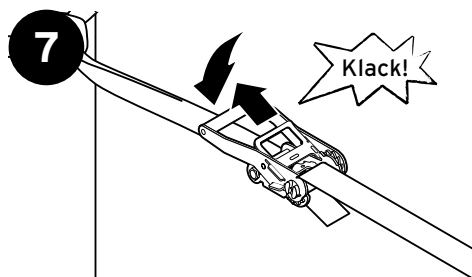


5. Čo najviac ťahajte za popruh na balansovanie, kým nebude visieť napnutý. Popruh na balansovanie musí prechádzať cez račňu hladko a priamo. Dbajte na to, aby sa neodieral o žiadne kovové prvky a aby sa na ňom nevytvárali záhyby.

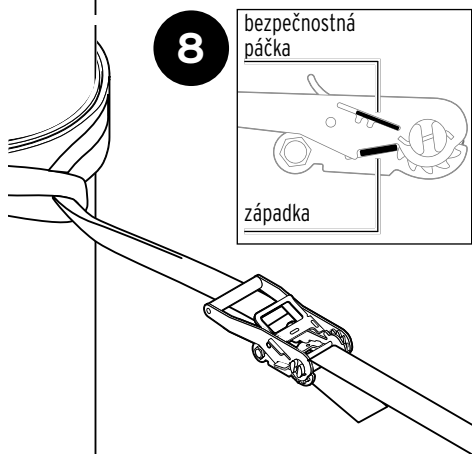


6. Na odistenie račne potiahnite bezpečnostnú páčku **A** nahor. Ťahajte páčku račne **B** opakovane smerom k popruhu na balansovanie, čím ho napnete. Dbajte na to, aby ste súčasne nenavíjali aj koniec popruhu.

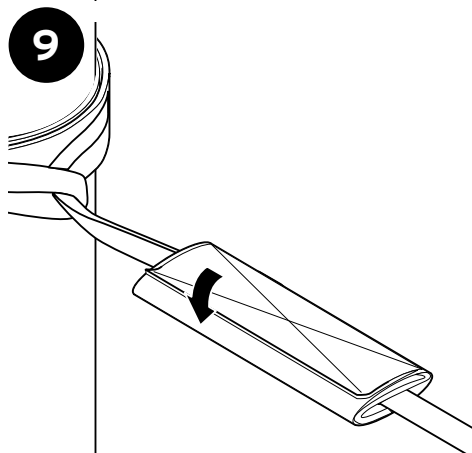
i Popruh napnite natoľko, ako to dokážete normálnou silou rúk. V žiadnom prípade nepoužívajte pomôcky na dosiahnutie väčšej sily, napr. predlžovacie prvky na páku. Popruh musí byť navinutý okolo osi račne minimálne 1,5-krát, nanajvýš ale 2,5-krát.



7. Na zaistenie račne znovu potiahnite bezpečnostnú páčku nahor a zatlačte páku račne úplne nadol.



8. Následne uvoľníte bezpečnostnú páčku a skontrolujte, či sa správne zaistila v ozubenom prevode. Súčasne skontrolujte, či je západka páky račne správne zaistená v ozubenom prevode.



9. Na zníženie rizika nebezpečenstva poranenia napr. pri páde, račňu vždy obalte do krytu na račňu.

i Popruh na balansovanie a upevňovací popruh sa po čase a pri používaní trochu natiahnu, hlavne pri prvom použití. Pri nadmernom poklese napnutia dodatočne napnite popruh Slackline. Pretože: O čo je napnutie popruhu väčšie, o to jednoduchšie sa na ňom balansuje.

Napnutie záchytného lana

Záchytné lano sa má upevňovať tesne nad úrovňou hlavy, aby ste sa oň pri páde nezachytíli. Aby sa stalo účelnou pomôckou pri balansovaní, musí byť skutočne dobre napnuté.



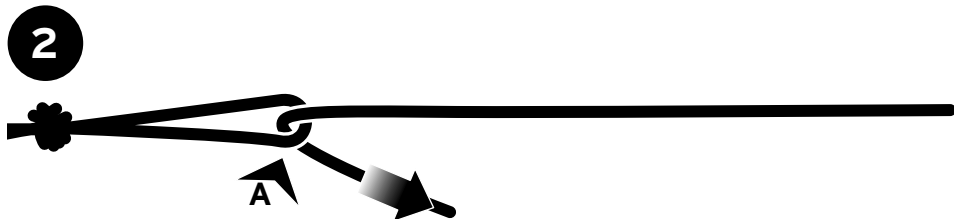
VAROVANIE - Nebezpečenstvo poranenia

- Zaviažte lano na uzol v blízkosti stromu. Uzol sa musí nachádzať mimo oblasti balansovania. Slučku z kroku 5 zaviažte čo najmenšiu. Nebezpečenstvo uškrtenia!

▷ Opášte lano raz okolo oboch stromov.

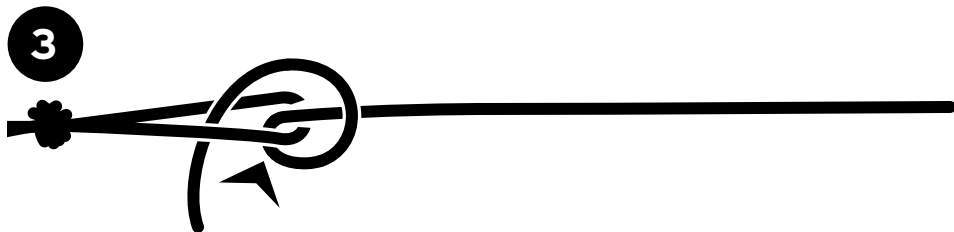


1. Na jednom konci lana zaviažte slučku.



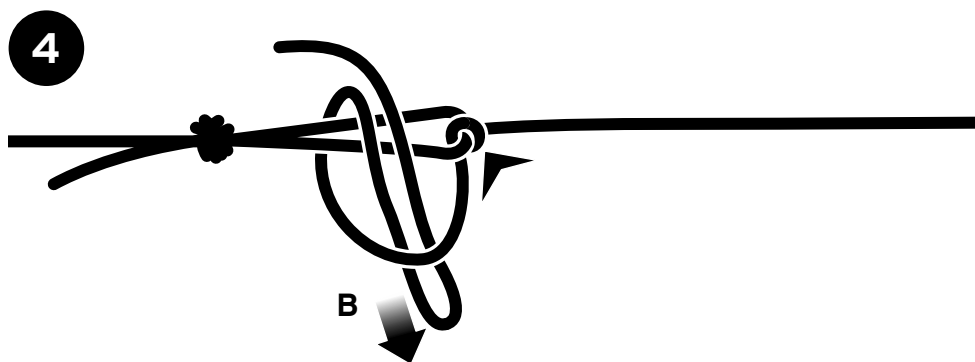
2. Prevlečte druhý koniec lana cez slučku.

Čo najviac napnite záchytné lano a jednou rukou pevne pridržte miesto spoja (šípka **A**) tak, aby v nasledujúcich krokoch nedošlo k uvoľneniu napnutia.

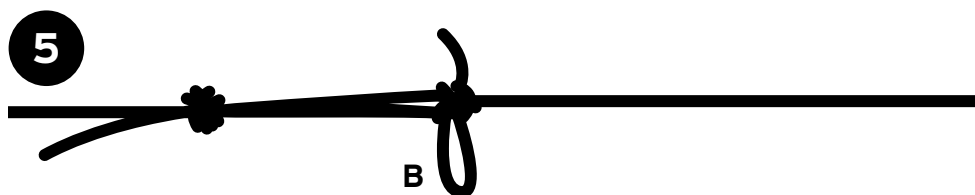


3. Voľný koniec lana znovu prevlečte cez slučku.

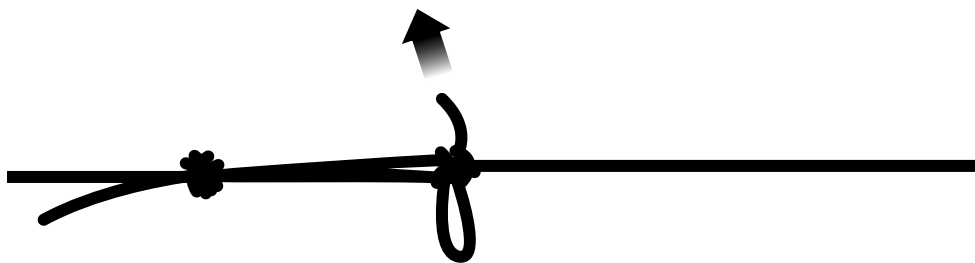
Nadalej udržiavajte lano napnuté.



4. Preložte voľný koniec lana dvojmo, opášte ho raz okolo slučky a prevlečte ho cez takto vytvorené oko. Koniec lana nesmiete prevliecť úplne! Nadalej udržiavajte lano napnuté.



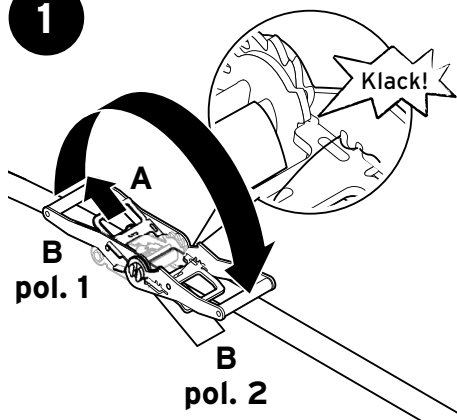
5. Pevne zatiahnite uzol ťahaním za časť lana **B**, kým sa aj z tohto konca lana nevytvorí pevná slučka.



▷ Na uvoľnenie uzla jednoducho len potiahnite koniec lana.

Demontáž

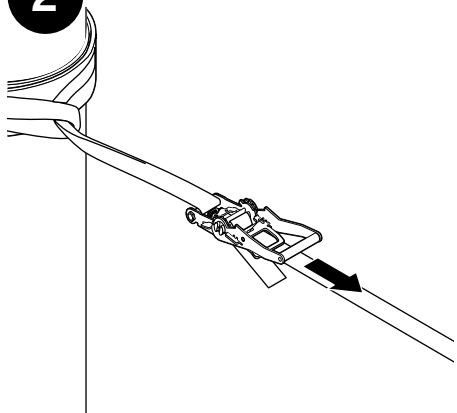
1



1. Na odistenie račne potiahnite bezpečnostnú páčku **A** nahor.

Potiahnite páku račne **B** z **polohy 1** ponad poslednú západku čo najviac smerom k popruhu na balansovanie do **polohy 2** tak, aby sa bezpečnostná páčka **A** zaistila v bočnom vedení a aby neblokovala ozubený prevod.

2



2. Trochou sily následne vytiahnite popruh na balansovanie z račne.

3. Uvoľnite oba upevňovacie popruhy. Stočte popruh na balansovanie bez jeho pretočenia. Pritom skontrolujte jeho poškodenia.

Čistenie a uschovanie

▷ V prípade potreby vyčistite výrobok vlažnou vodou a mäkkou handričkou. Nepoužívajte žiadne chemikálie alebo tvrdé kefy.

▷ Výrobok skladujte na suchom, tmavom a dobre vetranom mieste.

Technické údaje

model:	631 944
rok výroby:	2021
skúšky vykonané podľa:	DIN 79400: 2012-02

Popruh na balansovanie

dĺžka:	15 m
šírka:	50 mm
materiál:	polyester



max. hmotnosť používateľa: 80 kg



max. počet osôb: 1



max. výška pri použití: 50 cm

max. zaťaženie upevňovacieho bodu: 9 900 N

max. sila na ovládanie
napínacích prvkov: 400 N

Záchytné lano

dĺžka: 35 m

teplota prostredia: +10 až +40 °C

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

V rámci vylepšovania produktov si vyhradzuje právo na technické a optické zmeny výrobku.

Likvidácia

Výrobok a jeho obal boli vyrobené z hodnotných materiálov, ktoré sa dajú recyklovať. Tým sa znižuje množstvo odpadu a chráni životné prostredie.

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

Číslo výrobku: 631 944

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