

Túrabot

Használati útmutató

Tchibo GmbH D-22290 Hamburg · 143539AB2X2XV · 2024-08



Biztonsága érdekében

Figyelmesen olvassa el a biztonsági előírásokat, és az esetleges sérülések és károk elkerülése érdekében csak az útmutatóban leírt módon használja a terméket. Őrizze meg az útmutatót, hogy szükség esetén később ismét át tudja olvasni. Amennyiben megváltik a terméktől, az útmutatót is adja oda az új tulajdonosnak.

Rendeltetés

A túrabotot arra tervezték, hogy **túrázás közben Ön rátámaszkodhasson**. A botok nem alkalmasak Nordic Walking vagy egyéb sportágban történő használatra.

A botok nem felelnek meg a DIN ISO 7331 szabványnak, sieléshez nem használhatók.

Ne használja a botokat járást segítő eszközként, mert nem felelnek meg a DIN EN 1985 szabványnak.

A túrabotot nem arra tervezték, hogy jeges talajon megtámaszkodjon vele.

Nem alkalmas arra, hogy folyóban gázoljon vagy azon átkeljen vele.

A termék magánjellegű felhasználásra alkalmas, kereskedelmi célokra nem használható.

VESZÉLY gyermekek esetében

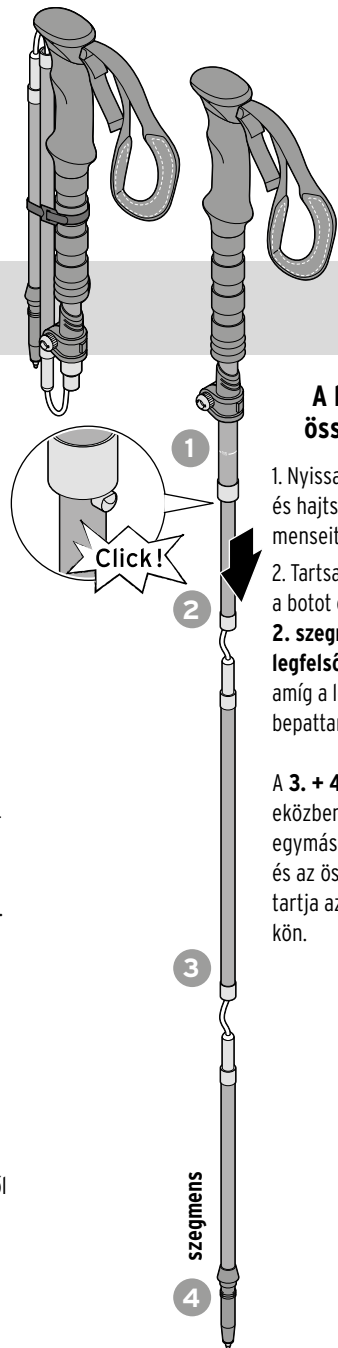
- A termék nem játékszer. A terméket gyermekektől tartsa távol.
- Ne engedje, hogy a csomagolóanyag gyermekek kezébe kerüljön. Többek között fulladásveszély áll fenn!

VIGYÁZAT - sérülésveszély

- Ne célozzon, szúrjon vagy üssön a bottal más személyek vagy állatok felé. A bot vége nem rendeltetésszerű használat esetén sérüléseket okozhat.
- Legyen tekintettel a többi túrázóra: ügyeljen mindig arra, hogy hová helyezi a botot, nehogy véletlenül másoknak sérülést okozzon. Különösen hosszú, megerőltető túrák során csökkenhet a figyelem. Mindig tartson kellő távolságot az Ön előtt haladó személytől.
- Minden használat előtt ellenőrizze, hogy nem látható-e rongálódás a botokon. Ha rongálódást észlel rajtuk, akkor a botok nem felelnek meg a rendeltetésüknek és tilos őket tovább használni.
- A szállításhoz ne akassza a botokat egy hátizsákra. Erős szél esetén a botok kontrollálatlanul ide-oda himbálózhatnak, és sérüléseket okozhatnak. Dús növényzet esetén a túrabot tányérjai beleakadhatnak a levelekbe, ágakba stb.
- Semmilyen változtatást ne hajtson végre a terméken. A szükséges javításokat bízza szakszervizre. A szakszerűtlenül végzett javítások jelentős veszélyforrássá válhatnak a terméket használó személyre nézve.

FIGYELEM - anyagi károk

- Ne használja a botokat belső helyiségekben. A bot végei kárt okozhatnak a padlóban. Adott esetben tegyen egy rátétet (gumitalp vagy tányér) a végekre.
- Max. 15°-os szögben hajlítsa meg a botokat, ellenkező esetben tartósan meghajolhatnak vagy el is törhetnek.
- A botokat csak a rendeltetésüknek megfelelő célra használja, és ne használja őket ülő alkalmatosságként, ruhatartóként stb.



A bot ki- és összehajtása

- Nyissa fel a tépőzárat, és hajtsa ki a bot szegmenseit.
- Tartsa függőlegesen a botot és húzza ki a **2. szegmenst az 1. legfelső szegmensből**, amíg a lezárógomb bepattan a helyére.

A **3. + 4. szegmensek** eközben automatikusan egymásba húzódnak és az összekötő zsinór tartja azokat a helyükön.

szegmens

4

Bot beállítása

Bot hosszának beállítása

A botokat maximum 135 cm hosszúságig lehet fokozatmentesen beállítani.

A következő táblázat támpontot ad, hogy melyik az Ön számára megfelelő hosszúság.

Alapszabályként érvényes: a botok optimális hossza a testmagasság kb. 66 %-ának felel meg.

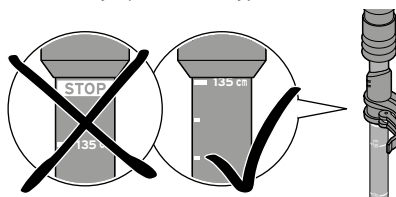
Testmagasság	Bot hossza
170 cm-ig	1150 mm
171 cm - 178 cm	1200 mm
179 cm - 185 cm	1250 mm
186 cm - 192 cm	1300 mm
193 cm felett	1350 mm

- i** Amennyiben sík talajon áll, a botot olyan hosszúra kell beállítania, hogy a felkar és az alkar derékszöget képezzen. Használjon egy rövidebb bot-beállítást, amikor emelkedőn felfelé megy és egy hosszabbat, amikor lejtőn lefelé halad.

FIGYELEM - anyagi károk

A botokat legfeljebb a **STOP** jelzésig húzza ki. A stop jelzésnek teljesen el kell tűnnie a felső szegmensben.

Ellenkező esetben terheléskor a túrabotok tartósan meghajolhatnak vagy eltörhetnek.



www.tchibo.hu/utmutatok

Cikkszám: 700 890

Helyes használat túrázás közben

Megfelelő botvég kiválasztása

Három különböző botvég profil közül választhat:

Acél botvég

Az acél botvég tartást biztosít a terepen.

Gumitalp

Ha aszfalton vagy hasonlóan kemény talajon túrázik, érdemes felhelyezni a gumitalpakat. Ha a talaj megint puhábbá válik, egyszerűen húzza le a gumitalpakat.

Tányér

A mellékelt tányérok megátolják a botok besüppedését a nagyon puha talajba. Csavarja fel a tányérokat alulról a botvég felett található műanyag elemre.

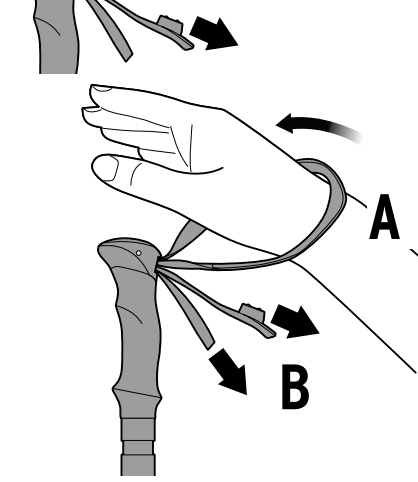
Azt javasoljuk, hogy mindig hordja magával az összes véget, hogy szükség esetén gyorsan kicserélhesse őket.

Csuklósíj felhelyezése

Az ergonomikus kialakítású markolatok lehetővé teszik a botok kényelmes tartását.

A csuklósíjak segítségével rögzíti a botokat a kezekre. A következőkben bemutatjuk, hogyan állítja be megfelelően a csuklósíjat, és hogyan tartsa optimálisan a markolatot.

- Húzza ki a rögzítést az ábra szerint a markolatból.



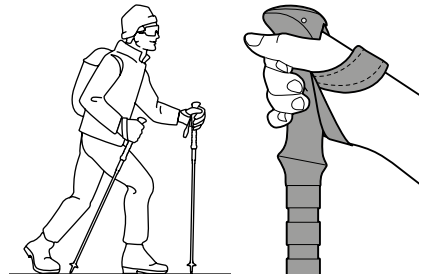
- Dugja át a kezét a csuklósíjra. Nagyobbra állíthatja a csuklósíjat, ha meghúzza magát a hurkot **(A)**. A csuklósíj átmérőjét csökkentheti, ha az egyik szabad végét húzza meg **(B)**.

- Ellenőrizze a megfelelő illeszkedést: a markolatot a csuklósíjjal együtt meg kell tudnia fogni. A csuklósíjnak biztosan körbe kell fognia a csuklót.



Helyes túrázás

A testhez igazított bothasználat egyenletes, nyugodt légzést eredményez és növeli az állóképességet. Az ízületek tehermentesítve vannak, és könnyebben meg tudja tartani egyensúlyát. A bot megfelelő beállítása esetén a felkar és az alkar derékszöget képez. Az egyenes testtartás következtében javul a tüdő ventilációja.



Sík területen: Úgy állítsa be a bot hosszát, hogy karjai 90°-os szöget képezzenek.

A fogantyút **felül** fogja meg, a korábban leírtak szerint.



Oldalazás lejtőn: Hosszabbítsa meg a völgyoldali botot és rövidítse meg a hegyoldali botot.

Változatos terepen válasszon egy közepes bothosszat, és a völgyoldali bot fogantyúját a szokásos módon, **felül** fogja meg, a hegyoldali botot azonban **alul** fogja meg. Ehhez hosszabbítsa meg a csuklósíjat a völgyoldali boton.



Lejtőn való közlekedés: Állítsa hosszabbra a bot hosszát úgy, hogy karjai a bot leszárlásánál ne legyenek kinyújtva. A botot a fogantyú **felső** részén fogja meg.



Emelkedőn való közlekedés: Állítsa rövidebbre a botot annyira, hogy karjait ne kelljen túlzottan megnyújtania. A botot a fogantyú **alsó** részén fogja meg.

Tisztítás és tárolás

- A túrabotokat szükség esetén nedves ruhával, tisztítószer nélkül törölje át.
- A rozsdaképződés megelőzése érdekében jól szárítsa meg a botokat, mielőtt összetolja őket.
- Ne tárolja a botokat egy közvetlen napsütésnek kitett helyen, hanem egy száraz, megfelelő hőmérsékletű helyiségben.
- A csuklósíjat szükség esetén kézzel, kémélő mosószerrel kimoshatja.