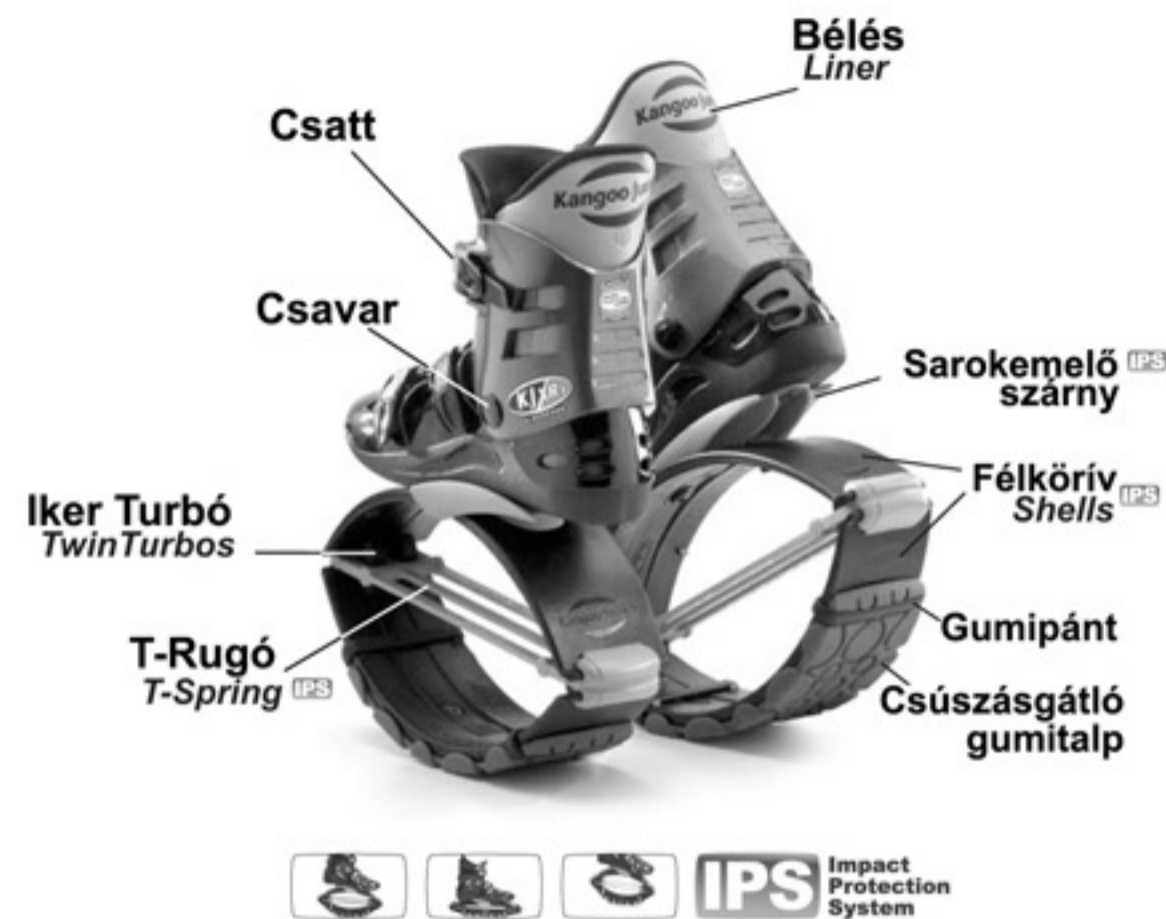




Használati utasítás és hasznos tanácsok



MODELL: KJ XR3



Műszaki adatok, méretek

KJ Méret	USA Méret		EU Méret	Shell Vastagság
	Férfi	Női		
S	4	(5)	36 - 37	L (light)
	5	(6)	38	
M	6	(7)	39	
	7	(8)	40	
L	8	(9)	41	
	9	(10)	42	
XL	10	(11)	43	H (heavy)
	11		44	
	12		45	
	13		46	

A Kangoo Jumps használatának előnyei:

- Megvédi az izmokat és ízületeket a kemény talaj által okozott sérülések kialakulásától
- Több oxigént juttat a szövetekbe, és növeli a tüdő kapacitását.
- Több kalóriát éget el, mint egy átlagos sport vagy mozgási gyakorlat.
- Egy hatásos mód arra, hogy önbizalma növekedjen és megfelelően tudja kontrollálni testét.

Kiválóan alkalmas továbbá:

- Futáshoz és jogginghoz
- Rehabilitációhoz
- Otthoni mozgáshoz
- Fogyáshoz: formál és erősít
- Csoportos fitnesshez
- Atletikus edzéshez: erősít és kondicionál
- Gyermekek fejlesztéséhez és játékhoz
- Általános egészségi állapot és kondíció javítására
- Nem utolsó sorban szórakozásra!

Használja egészséggel!

Forgalmazza:
K.C.H Company Kft.
1171 Budapest, Nógrádkövesd u. 79
Tel.: 0630-210-6371
www.kangooclub.hu - info@kangooclub.hu

HASZNÁLATI UTASÍTÁS ÉS BIZTONSÁGI TANÁCSOK

1. Futás közben tesztelje Kangoo Jumps rugós tornacipőjét úgy, hogy ne ugorjon mindkét lábával egyszerre. Kérjük ügyelejen rá: az új T-elasztikus rugó keményebb, és puhítást igényel.

Néhány perces használat után már el is éri a megfelelő állapotát. A puhításhoz dzsoggingoljon egy kicsit, vagy ugráljon hol az egyik, hol a másik lábán. Javasoljuk, hogy az XR T-elasztikus rugókat minden 50-80 óra használat után cserélje ki.

2. A jobb visszapattanás érdekében ne a lábujjhegyén fusson.

3. Amikor Kangoo Jumps cipőjét leveszi, csak nyomja meg a csatot a szíjak levételéhez, anélkül, hogy a csatot kiemelné.

Ha bármely más kérdése lenne, keresse fel a hivatalos magyarországi Kangoo Jumps értékesítőt: K.C.H Company Kft. Honlap: www.kangooclub.hu E-mail: info@kangooclub.hu vagy lépjen kapcsolatba az eladóval.

BETARTANDÓ SZABÁLYOK A KÖZÚTON. A Kangoo Jumps használatakor, mint minden mozgással járó sportnál, van a valamilyen sérülési veszély. Bár a terméket a legtöbb felhasználó nagyon biztonságosnak és könnyen használhatónak találta, a véletlen balesetek elkerülése érdekében fontos betartani néhány ésszerű útmutatást:

1. Az alapokat lapos, száraz felületen kell elsajátítani.
2. Végezzen gyakorlást helybenfutással, és tanulja meg a dzsogging, valamint a sima megállás alapkészségeit.
3. Legyen mindig éber és figyeljen a környezetére, valamint a változó útviszonyokra. Mindig maradjon ura a mozdulatainak.
4. Kerülje el a vizes, olajos, szeméttel borított és egyenetlen járdákat.
5. Tartsa be a közúti közlekedés szabályait és kerülje el a nagyforgalmú helyeket.

HASZNÁLAT ELŐTT VÉGEZZEN GYORSSELLENŐRZÉST A KANGOO JUMPS CIPŐJÉN!

Gondosan kövesse az összeállítási utasításokat. Eltérő módon történő összeállítás felesleges nehézséget okoz. Ellenőrizze, hogy a feszítőrugó ésa futótalp jól a helyükön legyenek rögzítve.

Csatolja be az összes cipőcsatot. Ha nem sikerül a becsatolás, az azt jelenti, hogy túl szorosra akarja szorítani a cipőt. A Kangoo Jumps cipő nem igényli a túlzott megszorítást.

A TERMÉK ÁPOLÁSA ÉS KARBANTARTÁSA

A minőségi futócipőknél a gyártó maximum 350 mérföld – 550 km(50-60 óra) használatot ír elő. Ezzel szemben a Kangoo Jumps cipő sok évig is eltarthat. Ugyanakkor természetesen rendszeres karbantartásra van szükség, hogy teljesítményük megmaradjon használójának teljes megelégedettségére. Ne feledje, hogy a cipő rugós része (IPS) óránként mintegy 4000-szer nyomódik össze! Ezért feltétlenül tartsa be az alábbi karbantartási ajánlásokat:

1. A T-elasztikus rugók: ez az alkatrész az, amire a leginkább oda kell figyelni. Javasoljuk, hogy a T-rugót minden 50-80 órai használat után cserélje le, még akkor is, ha tovább is bírják. A fenti időszak lejártával:

- visszapattanó hatásuk csökken
- a rugós lapok eltörhetnek, mert a túlságosan elhasznált T-rugók jobban megterhelik a rugós lapokat.

2. A rugós lap-pár: egy bizonyos használati idő után, melynek hossza több tényezőtől is függ, eltörhet. Anyaga a piacon kapható legjobb anyag, de ennek is van tűrési határa. Ha Ön egy hosszútávfutó dzsoggingoló, javasoljuk, hogy a rugós lap-párt rendszeresen cserélje, le ne hagyja egy véletlen törés következtében megsérülni. A Kangoo Jumps szabadban történő használata csökkentheti a fenti alkatrészek élettartamát.

3. Cipőbetétek: mosógépben 300 –on moshatók. Nem centrifugázhatók!

4. Cipőtalp: a legjobb anyagból készülnek. Több évig tarthatnak. Szabadban való használat után távolítsa el az esetleg beszorult köveket a talpból, hogy ne sértse fel a padlót.

5. Cipőcsatok: ha már nehéz a becsatolásuk, meg kell őket olajozni. Tegyen egy kis olajat az ujjára, emelje meg a csatot és dörzsölje meg olajos ujjával a csat fém részeit.

6. Strandon (vagy földúton) történő futás után feltétlenül szedje szét a Kangoo Jumps cipőt és gondosan tisztítsa meg az egyes elemeket a portól és a sótól. Olajozza meg az összes csatot és csavart.

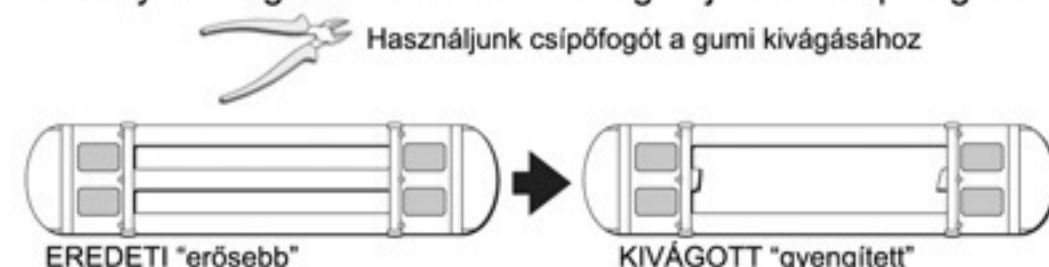
FIGYELMEZTETÉS!

- Lejtőn lefelé ne engedje magát nagy sebességre felgyorsítani!
- Mindig figyelje nincs-e az úton, az ösvényen vagy a járdán valami akadály!
- Bármiféle edzés elkezdése előtt konzultáljon házi orvosával!
- Jó minőségű tornazoknit hordjon, ami a cipőbetét fölé nyúlik!
- Kangoo Jumps cipővel lefolytatott foglalkozást követően 30 percig ne végezzen olyan edzést, ami ütő mozdulatokkal jár.
- Mint minden edzésnél itt is fontos, hogy ne vigye túlzásba! Az emberek úgy belefeledkeznek a Kangoo Jumps használatába, hogy hajlamosak azt túlzásba vinni.
- Ügyeljen a bokafájdalmakra! Az első kényelmetlen érzés után hagyja abba az edzést! A cipőcsat kilazításával, és/vagy második pár zokni felvételével könnyítheti a terhelést a problémás helyen.
- Legyen ura cselekedeteinek, vegye figyelembe fizikai tűrőképességét.

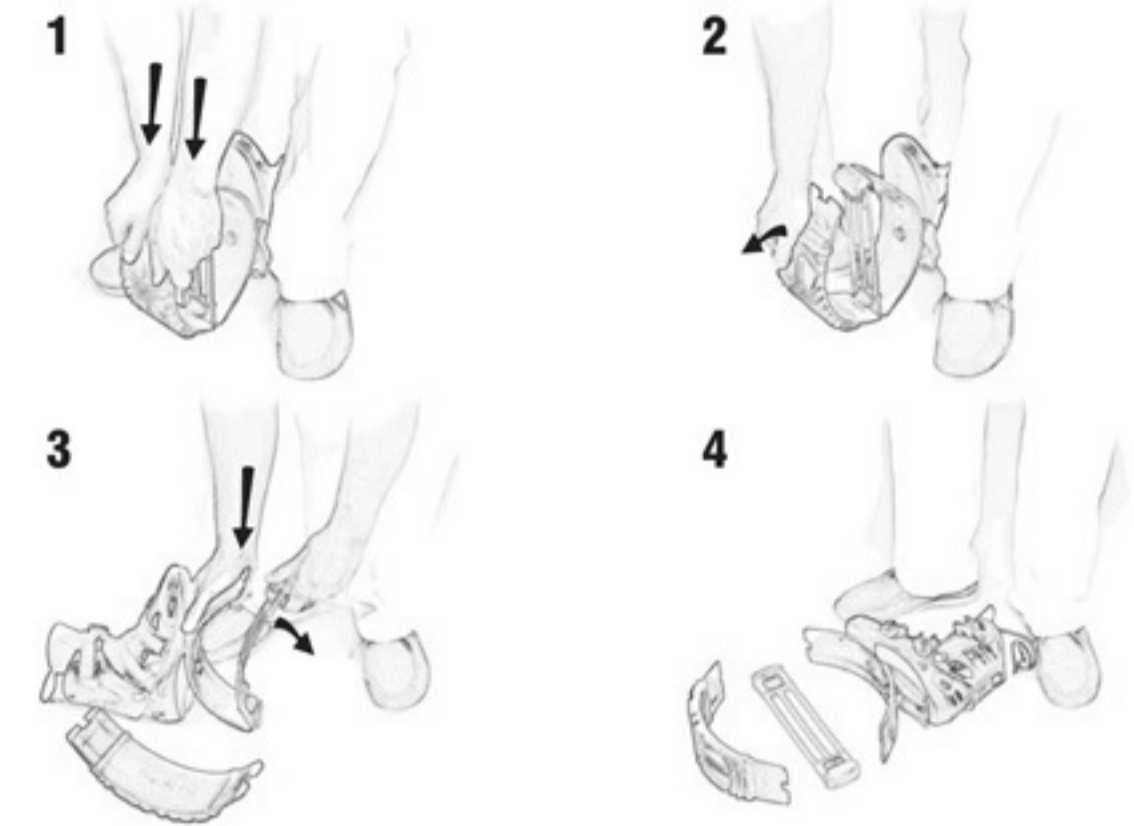
A Kangoo Jumps cipőt saját kockázatára használja

T-Spring "elasztikus rugók" beállítása

A könnyebb rugózás érdekében kivághatjuk a középső gumit



A Kangoo Jumps cipő szétszedése



A CIPŐ SZÉTSZEDÉSE

A fenti lépésenkénti ábra segítségével az 1 – 4 ábrák szerint kell haladnia:

Amikor leválasztja az alsó rugós lapot és a T-elasztikus rugót a felső rugós lapról(1,2 és a 3 ábrák), használja mindkét kezét, nyújtsa ki a karját és testsúlya segítségével gyakoroljon nyomást a rugós lap körrel jelölt végére, hogy az lefelé hajoljon, és vegye ki az alsó rugós lapot.

Ezután, ekkor csak egy kézzel, gyakoroljon hasonló nyomást a felső rugós lapra, a körrel jelölt végén, és hajlítsa meg eléggé ahhoz, hogy a T-elasztikus rugó kiadjon. Könnyebbé válik a feladat, ha lendületes mozgással végzi.

A CIPŐ ÖSSZEÁLLÍTÁSA A fentivel ellentétes eljárással, ugyanazokat a módszereket alkalmazva.

SRS (Biztonsági Kioldó Rendszer) Esetenként, például extrém sportoknál vagy nagyon egyenetlen felületeken való futásnál, előfordulhat, hogy az alsó rugós lap leesik. Ha el kívánja kerülni ezt a helyzetet, a rugós lapokat és a T-elasztikus rugót aktivált SRS-el kell összeállítani (lásd az SRS bekapcsolva ábrát). Az ennek megfelelő, a T-elasztikus rugó és a rugós lapok végein látható jelzéseknek egymáshoz illeszkedniük kell, a kör a körhöz, és a háromszög a háromszöghöz. A nem aktivált SRS-el kívánja a rugós lapokat összeállítani (lásd az SRS kikapcsolva ábrát), a köröknek és háromszögeknek nem szabad egymáshoz illeszkedniük (a köröket a háromszögekhez

SRS BE



SRS KI

