

SLACKLINE Bedienungsanleitung DE

Inhalt	Seite
Lieferumfang1
Technische Daten1
Sicherheitshinweise2
Aufbau3
Abbau5
Pflege5
Entsorgungshinweise5
Übungen6
Grundlagen Slacklinien6

Herzlichen Glückwunsch!

Mit Ihrem Kauf haben Sie sich für ein hochwertiges Produkt entschieden. Machen Sie sich vor der ersten Verwendung mit dem Produkt vertraut. Lesen Sie hierzu aufmerksam die nachfolgende Bedienungsanleitung. Benutzen Sie das Produkt nur wie beschrieben und für die angegebenen Einsatzbereiche. Bewahren Sie diese Anleitung gut auf. Händigen Sie alle Unterlagen bei Weitergabe des Produkts an Dritte ebenfalls mit aus.

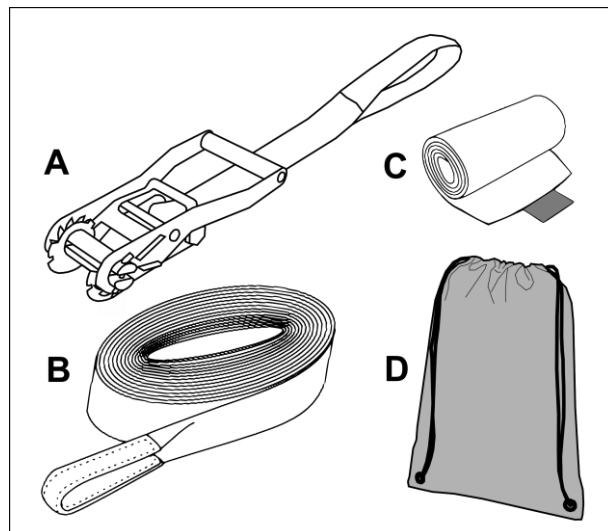
Lieferumfang

- A 1 x Ratsche mit Befestigungsschleife
- B 1 x Slackline mit Befestigungsschleife
- C 1 x Baumschutz
- D 1 x Aufbewahrungstasche

Technische Daten

- Maximale Personenanzahl: 1
- Maximales Benutzergewicht: 150kg
- Maximale Nutzhöhe: 50cm
- Gesamtlänge: ca. 15m
- Breite Slackline: ca. 5cm
- Maximale Anschlagpunktbelastung: 9000N
- Maximale Spannelementebedienkraft: 500N

Hergestellt nach DIN EN12195-2
GS und TÜV geprüft, hergestellt in Deutschland



Begriffsdefinitionen

Slacklinesystem

Sportgerät bestehend aus einem begehbaren, nicht starren Element inklusive Befestigungsteil und Spannelement, das zwischen zwei Anschlagpunkten zum Balancieren befestigt wird.

Slackline

Begehbares Element des Slackline-Systems

Anschlagpunkt

Kraftaufnehmende Verankerung zur Befestigung des Slackline-Systems.

Nutzhöhe

Lichte Weite zwischen unbelasteter Slackline und Boden.

Anschlaghöhe

Vertikaler Abstand des Anschlagpunktes zur Einspannung oder Auflagerung des Aufnahmeelements.

Maximale Anschlagpunktbelastung

Widerstandskraft des Anschlagpunktes gegenüber der erhöhten Nennlast.

Maximale Spannelementebedienkraft

Maximale Kraft, die vom Anwender am Spannelement aufgebracht werden darf.

Bestimmungsgemäße Verwendung

Dieser Artikel ist als Sportgerät im Freien zum Balancieren für den privaten Gebrauch entwickelt worden. Der Artikel darf nur von einer Person bis 150kg und nicht von mehreren Personen gleichzeitig verwendet werden. Er ist nicht geeignet für Kinder unter 6 Jahren.

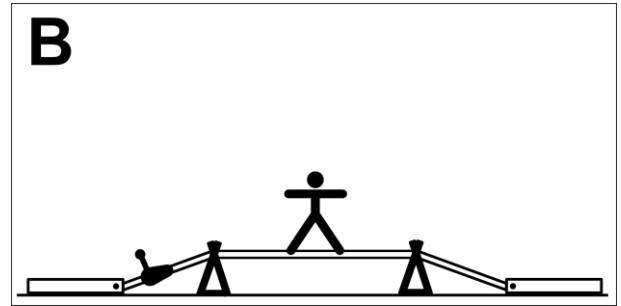
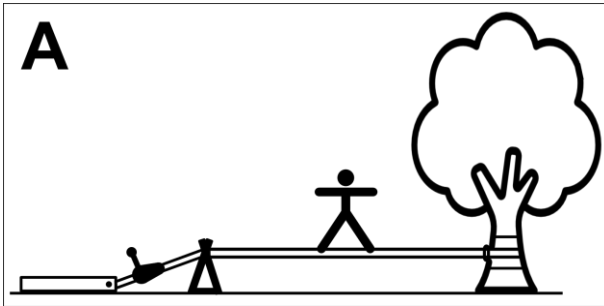
Sicherheitshinweise

Verletzungsgefahr!

- Der Artikel darf nur für den in dieser Bedienungsanleitung beschriebenen Zweck und in der angegebenen Vorgehensweise verwendet werden!
- Der Artikel darf nicht von Kindern und Personen verwendet werden, die aufgrund ihrer physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten oder ihrer Unerfahrenheit oder Unkenntnis nicht in der Lage sind, ihn sicher zu verwenden!
- Der Artikel muss stets von Erwachsenen aufgebaut werden. Ansonsten muss der Artikel für Kinder unzugänglich Aufbewahrt werden!
- Der Artikel muss vor der Verwendung stets vollständig wie beschrieben aufgebaut sein!
- Kontrollieren Sie vor jedem Gebrauch, ob sich der Artikel in einwandfreiem Zustand befindet. Wenn Sie Einschnitte am Slackline, Brüche in den Nähten, eine starke Ausbleichung oder eine Versteifung des Bandmaterials, oder Verformungen oder Korrosion an den Metallteilen feststellen, oder Teile am Artikel fehlen, darf dieser nicht mehr verwendet werden!
- Kinder müssen während der Verwendung des Artikels stets von einem Erwachsenen gesichert und beaufsichtigt werden!
- Personen, die nicht direkt die balancierende Person absichern, müssen mindestens zwei Meter Abstand halten, da ein zurückschnellendes Slackline oder ein stürzender Slackliner schwere Verletzungen bei in unmittelbar in der Nähe befindlichen Personen verursachen kann!
- Der Artikel darf nur von einer Person verwendet werden!
- Keine Kunstsprünge oder Saltos ausführen! Weisen Sie vor allem Kinder auf die Gefahren hin!
- Die Slackline muss stets sauber und trocken sein!
- Verwenden Sie die Slackline nicht, wenn es regnerisch oder windig ist! Bauen Sie den Artikel sofort ab, wenn es Anzeichen für ein Gewitter gibt!
- Verwenden Sie den Artikel nicht, wenn Sie Alkohol, Medikamente oder Drogen zu sich genommen haben oder Sie übermüdet sind! Brechen Sie das Balancieren sofort ab, wenn Ihnen unwohl oder schwindelig ist!
- Verwenden Sie den Artikel nicht im Dunkeln! Die Slackline muss stets gut sichtbar sein!
- Bei Dämmerung muss die Slackline abgebaut werden, damit andere Personen nicht darüber stolpern!
- Achten Sie darauf, geeignete Kleidung zu tragen. Schmuck und Piercings, Brillen, Rucksäcke, Umhängetaschen, Gürtelschnallen usw. müssen abgenommen werden!
- Es dürfen sich keine Gegenstände wie Schlüssel oder Taschenmesser in Ihren Hosentaschen befinden!
- Beim Verwenden der Ratsche besteht Klemmgefahr!
- Die Ratsche darf nur mit Handkraft gespannt werden. Der Einsatz von Verlängerungen oder anderen Hilfsmitteln ist verboten!
- Der Artikel darf bei Kindern nicht höher als 40 cm aufgebaut werden, bei Erwachsenen muss die Aufbauhöhe an dessen Können angepasst werden und darf 50 cm nicht überschreiten. Empfohlen wird der Aufbau in Kniehöhe.
- Die Slackline muss waagrecht hängen und straff gespannt sein. Je schlaffer die Slackline gespannt ist, desto schwieriger ist das Balancieren.
- Der Artikel darf nicht über harten Untergründen wie geteerten oder mit Platten ausgelegten Flächen aufgebaut werden. Es besteht Verletzungsgefahr. Bauen Sie den Artikel stets über weichem Untergrund wie Rasen oder Sand auf.
- Ein Bereich von zwei Metern an jeder Seite muss frei von Gegenständen sein (z.B. Steine oder Wurzeln).
- Zum Befestigen des Artikels eignen sich spezielle Slacklineverankerungen die der geforderten Anschlagpunkt-Zugkraft von min. 9000N stand hält sowie stabile und gesunde Bäume mit mindestens 30 cm Stammdurchmesser.
- Verwenden Sie einen Baumschutz beim Bäumen als Anschlagpunkt, um deren Rinde zu schützen.
- Verwenden Sie einen Kantenschutz, wenn Sie den Artikel zwischen eckigen Pfeilern aufbauen.
- Die Slackline darf niemals zwischen Autos oder anderen Hilfsmittel gespannt werden, da die Vorspannung unkontrolliert hoch werden kann.

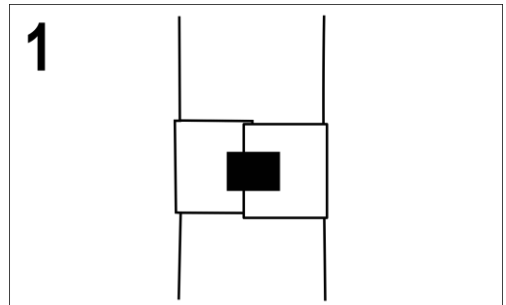
Aufbau

Die Slackline ist speziell für einen Aufbau mit einem oder zwei Bodenankern oder anderen künstlichen Fixpunkten konzipiert. Der Vorteil dieses Sets besteht darin, dass sich die Spannratsche nicht im Bereich der begehbaren Slackline befindet.

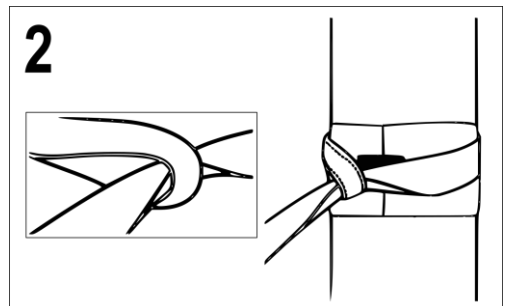


A. Aufbau mit einem Baum

1. Befestigen Sie einen Baumschutz per Klettverschluss an dem ausgewählten Baum.

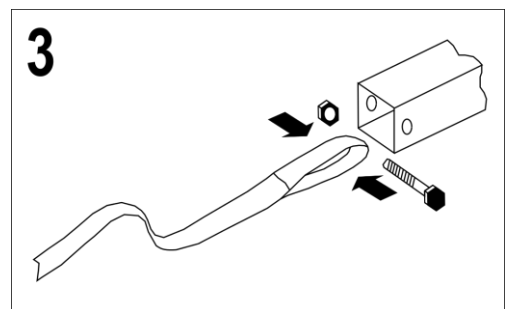


2. Legen Sie die Slackline unverdreht um den Baum und führen Sie es durch die Befestigungsschleife. Falten Sie die Slackline in der Mitte, damit sich dieses beim Spannen später nicht verdreht. **Die zweite Seite der Slackline wird wie unter B beschrieben aufgebaut.**

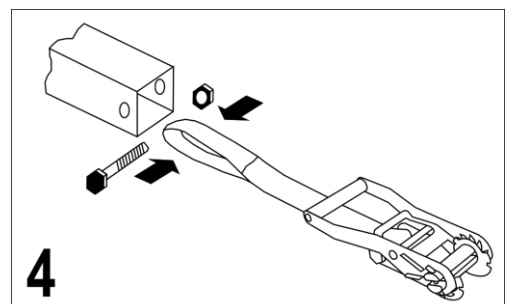


B. Aufbau ohne Baum

1. Falls sie keinen Baum verwenden, fixieren sie die Bandschleife des losen Slackline-Endes mit dem künstlichen Fixpunkt. **Beachten sie dabei die Betriebsanleitung der Verankerung!**



2. Fixieren sie die Bandschleife der Ratsche mit dem künstlichen Fixpunkt wie in **dessen Betriebsanleitung vorgeschrieben**.



3. Ziehen sie am Sicherungshebel und heben sie den Ratschenhebel an.

4. Fädeln Sie die Slackline durch den Schlitz in der Achse und ziehen sie die überschüssige Slackline durch, bis sie locker und ohne Spannung auf dem Boden liegt.

5. Spannen sie die Slackline, indem Sie den Ratschenhebel vor und zurück bewegen. Die Slackline sollte danach immer noch keine Spannung haben.

WICHTIG: Das Band muss mindestens 1,5 Mal (4-5 Züge mit dem Ratschenhebel) um die Achse der Ratsche gewickelt werden.

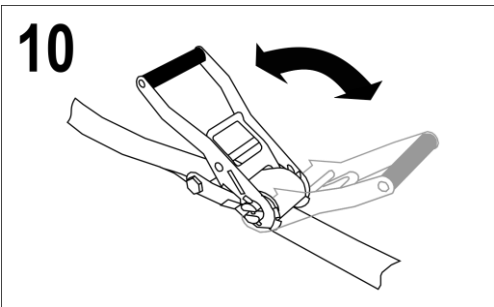
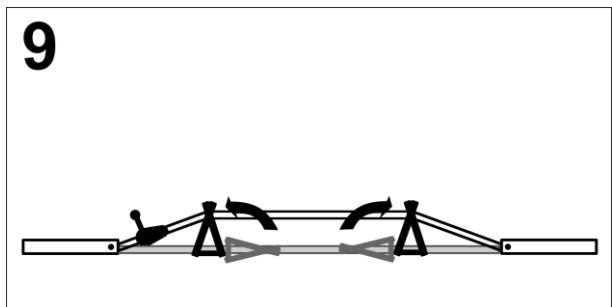
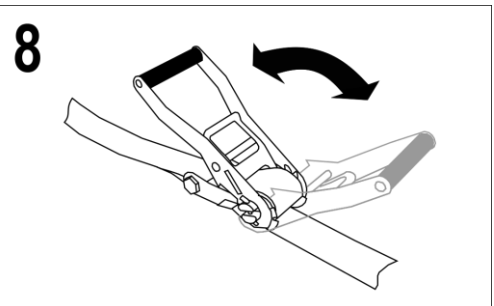
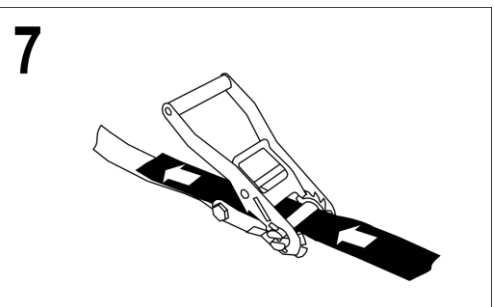
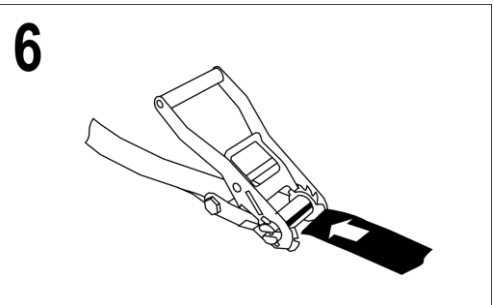
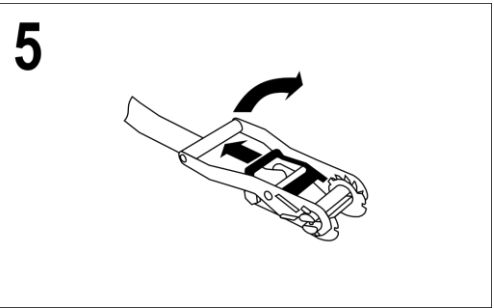
6. Spannen sie die Slackline, indem sie den/die Frame(s) oder alternative Bandauflagen aufrichten. Je höher die Frames/Bandauflagen sind, desto lockerer muss die Slackline vorher am Boden liegen, damit sie die Frames/Bandauflagen aufrichten können. Idealerweise bleiben die Frames/Bandauflagen nach dem Aufrichten durch die Spannung der Slackline stehen, ohne umzufallen.

Folgen sie dazu der Betriebsanleitung der Frames/Bandauflagen. Beachten sie auch die darin angeführten Maßnahmen zur Sicherung des Frames gegen ein Umfallen (Abspannung etc.).

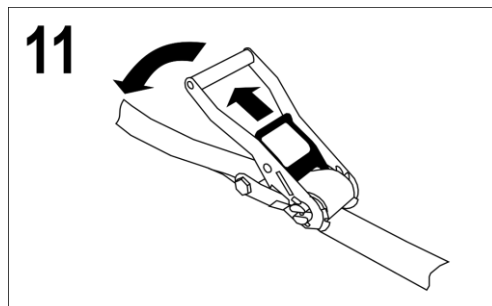
7. Spannen sie nun die Slackline wie oben beschrieben noch einmal nach.

WICHTIG:

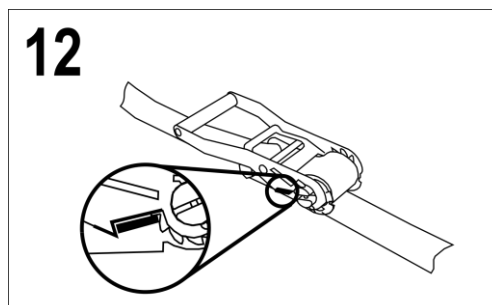
**Das Band darf nur so oft um die Achse der Ratsche gewickelt werden, dass das Band den Sicherungshebel nicht berührt!
Das Band darf nur so weit gespannt werden, wie Sie es mit normaler Handkraft schaffen. Setzen Sie niemals eine Kraftverstärkung ein!**



8. Ziehen Sie zum Sichern der Ratsche den Sicherungshebel nach oben und drücken Sie den Ratschenhebel ganz nach unten.



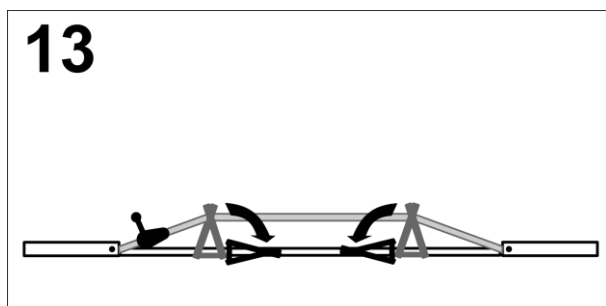
9. Kontrollieren Sie anschließend, ob der **Sicherungshebel und die Sperrklinke ordnungsgemäß im Zahngetriebe eingerastet** und gegen ein Öffnen gesichert sind.



Abbau

Achtung: Beim Öffnen der Ratsche ohne vorheriges umlegen der Frames besteht durch die gespannte Slackline Verletzungsgefahr für die Finger (abrupter „Schlag“ beim Entriegeln der Ratsche).

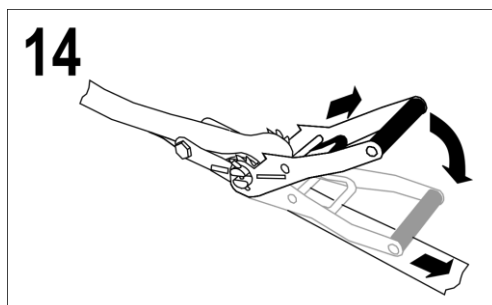
1. Legen sie Die Frames/Banddaufagen um. Nun können sie die Slackline wie im nächsten Punkt beschrieben, einfach und sicher entriegeln (ohne „Schlag“)



2.. Ziehen Sie den Sicherungshebel nach oben, um die Ratsche zu entriegeln. Bewegen Sie den Ratschenhebel so weit in Richtung Slackline, bis der Sicherungshebel in der hinteren Führung einrastet.

3. Ziehen Sie anschließend die Slackline aus der Ratsche.

4. Lösen Sie die Ratsche und die Slackline von den Fixierpunkten und entfernen Sie den Baumschutz.

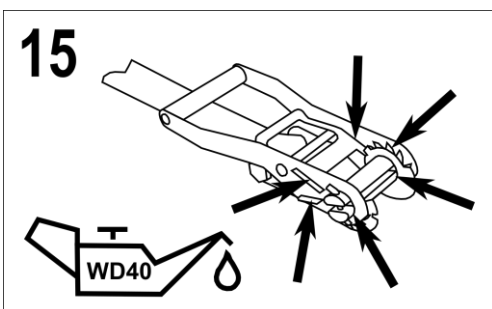
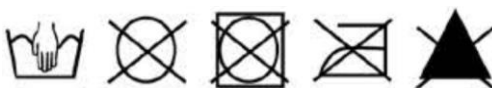


Pflege, Lagerung

Den Artikel immer trocken und sauber in einem temperierten Raum lagern. Nie mit scharfen Pflegemitteln reinigen, nur mit einem trockenen Reinigungstuch sauber wischen.

Durch regelmäßiges Schmieren können sie die Lebensdauer der Ratsche deutlich erhöhen. Tragen sie dazu Silikonöl/Silikonspray (WD40) auf alle Gleitflächen der Metallschieber, Sperrschieber, Zahnkränze und Schlitzwellen auf.

Alle Verschleißteile müssen vor jeder Verwendung überprüft und regelmäßig gewartet werden.



Hinweise zur Entsorgung

Verpackung und Artikel bitte umweltgerecht und sortenrein entsorgen! Entsorgen Sie den Artikel über einen zugelassenen Entsorgungsbetrieb oder über Ihre kommunale Gemeindeverwaltung. Beachten Sie die aktuell geltenden Vorschriften.

Verwendung / Übungen

Vor jeder Verwendung ist unbedingt zu prüfen:

- **Ist der Artikel unbeschädigt?**
- **Ist der Untergrund frei von spitzen oder harten Gegenständen?**
- **Ist die Slackline in der vorgeschriebenen maximalen Höhe (Kinder 40cm, Erwachsene zumutbare Absprunghöhe bis 50cm) angebracht?**
- **Ist Ratsche geschlossen und gesichert?**
- **Ist die Slackline unverdreht und fest gespannt?**

Hinweise

- Die Slackline unterliegt im aufgebauten Zustand einer großen Spannung. Unkontrollierte, übermäßige und unvorsichtige Bewegungen können zu Stürzen führen. Keine Kunstsprünge oder Saltos ausführen! Weisen Sie vor allen Dingen Kinder auf die Gefahren hin!
- Je straffer die Line gespannt ist, desto einfacher ist das Balancieren.
- Wir empfehlen Anfängern, sich von einer Hilfsperson beim Slacklinen absichern zu lassen.

Grundlagen

Für ein schnelles Lernen ohne Überforderung und mit stetigen Erfolgserlebnissen empfehlen wir:

Beginnen sie mit nur 2-3 Metern begehbare Länge der Slackline. Setzen sie dazu einen Frame/Bandaufgabe in diesem Abstand zum Baum oder zum zweiten Frame. Erst wenn sie diese Distanz mehrere male **langsam und sicher** begehen können, verlängern sie die Distanz in 0,5-1m Schritten. Bei täglichem Üben sollten sie auf diese Weise bald eine 10m-Line begehen können.

Auf die Slackline stellen

- 1 . Stellen Sie sich an das Ende der Slackline. Platzieren Sie ein Bein direkt neben der Slackline auf dem Boden, so dass es die Slackline berührt und die Schwingungen etwas verringern kann.
- 2 . Stellen Sie das Bein auf die Slackline, strecken Sie das angewinkelte Bein aus und drücken sich selbst damit hoch. Verlagern Sie Ihren Schwerpunkt so, dass er über dem Seil liegt und setzen Sie den anderen Fuß einen Schritt vor.
- 3 . Visieren Sie einen Fixpunkt am Ende der Slackline an. So können Sie Ihre Balance besser halten als wenn Sie auf Ihre Füße sehen.

Auf der Slackline gehen

- 1 . Visieren Sie den Fixpunkt an, setzen Sie vorsichtig einen Fuß vor den anderen. Breiten Sie Ihre Arme dabei aus, um das Gleichgewicht leichter halten zu können.

Auf der Slackline wenden

- 1 . Drehen Sie aus einer leichten Schrittstellung um 180 Grad nach links oder rechts.
- 2 . Befindet sich Ihr linkes Bein vorne, drehen Sie nach rechts, steht Ihr rechtes Bein vorne, drehen Sie nach links.
- 3 . Visieren Sie nach der Drehung möglichst schnell wieder den Fixpunkt an.

Anfänger

Wir empfehlen Anfängern sich so auf die Slackline zu stellen wie in den Grundlagen erwähnt, sich jedoch bei einer Hilfsperson abzustützen.

Fortgeschrittene

Die Übungen für Fortgeschrittene dürfen nur durchgeführt werden, wenn Sie die Grundlagen sicher beherrschen. Überschätzen Sie sich nicht.

- 1 . Mit etwas Übung können Sie anstatt vorwärts auch rückwärts auf der Slackline gehen. Breiten Sie Ihre Arme aus, um das Gleichgewicht zu halten.
- 2 . Setzen Sie sich auf die Slackline. Ein Bein ist angewinkelt, der Fuß befindet sich auf der Slackline, die Arme sind ausgestreckt. Das andere Bein ist ausgestreckt neben der Slackline und dient zum Ausbalancieren. Setzen Sie den Fuß des angewinkelten Beins weiter Richtung Körper, können Sie sich aus dieser Position in den Stand hochdrücken, indem Sie das angewinkelte Bein ausstrecken.

Hergestellt für

Hubert Weymayer GmbH

4400 Steyr, Josef-Wokral-Str. 22, Österreich

Mail: [Office\[at\]NoTreeSlack.com](mailto:Office[at]NoTreeSlack.com)

Web: <http://www.NoTreeSlack.com/>