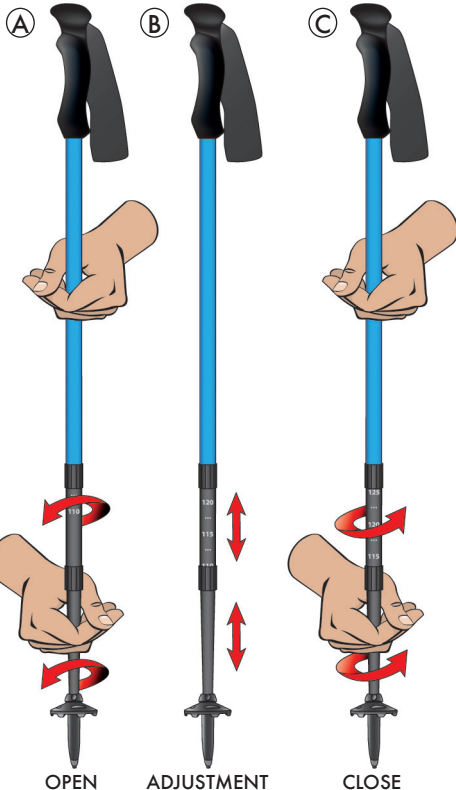




INSTRUCTIONS



ADJUSTMENT



REGOLAZIONE

A) sbloccare svitando leggermente il sistema di fissaggio B) allungare o accorciare il bastone fino alla lunghezza desiderata C) bloccare avvitando il sistema di fissaggio.

ADJUSTMENT

A) To unlock the poles gently twist each section until the section can move freely B) Extend or shorten the pole lengths to the required lengths C) To lock the pole twist the section until firm, do not over tighten.

EINSTELLUNG

A) Das Blockierungssystem durch leichtes drehen gegen den Uhrzeigersinn lösen B) Den Stock bis zur gewünschten Länge herausziehen C) Das Blockierungssystem durch drehen im Uhrzeigersinn fixieren.

REGLAGE

A) débloquer le système de fixation en dévissant légèrement B) allonger ou raccourcir le bâton jusqu'à la longueur désirée C) bloquer en vissant le système de fixation.

AJUSTE

A) Para desbloquear el bastón, desenrosquelo ligeramente hasta que la sección se pueda desplazar suavemente. B) Extienda o acorte las secciones hasta lograr la longitud deseada. C) Bloquee las secciones enroscándolas. Evite sobrepasarse cuando las enrosque.

UŻYTKOWANIE

A) poluznij system blokujący poprzez lekkie odkręcenie w kierunku odwrotnym do wskazówek zegara B) ustaw kij do odpowiedniej długości. C) dokręć system blokujący w kierunku wskazówek zegara.

INSTRUKCE

A) jednotlivé části hůlky jemně uvolněte otočením proti směru hodinových ručiček B) hůlku prodlužte nebo zkráťte na požadovanou délku C) k uzamčení hůlky otáčejte jednotlivé části po směru hodinových ručiček tak dlouho, až to půjde ztuhla, nepřetáčejte.

РЕГУЛИРОВКА

A) Для разблокировки палки осторожно поверните каждую секцию до тех пор, пока она не будет свободно перемещаться B) Раздвиньте или сложите палку до необходимой длины C) Для фиксации палки крепко закрутите секцию, но не затягивайте.


調整

A) 轉鬆每一節，直到能自由伸縮。B) 拉伸至需求長度。C) 轉緊，請勿過緊。

FLEXY Locking System


 **REGOLAZIONE SISTEMA BLOCCAGGIO FLEXY**
MAI bloccare oltre il segno "STOP".


 **ADJUSTMENT FLEXY LOCKING SYSTEM**
NEVER extend the section past the "STOP" mark.

 **EINSTELLUNG VERSCHLUSSSYSTEM FLEXY**
Den Stock NICHT über die mit "STOP" gekennzeichnete Markierung hinaus Verlängern.

 **AJUSTEMENT SYSTÈME DE VERROUILLAGE FLEXY**
Ne JAMAIS dépasser le "STOP" lorsque vous dépliez le bâton.

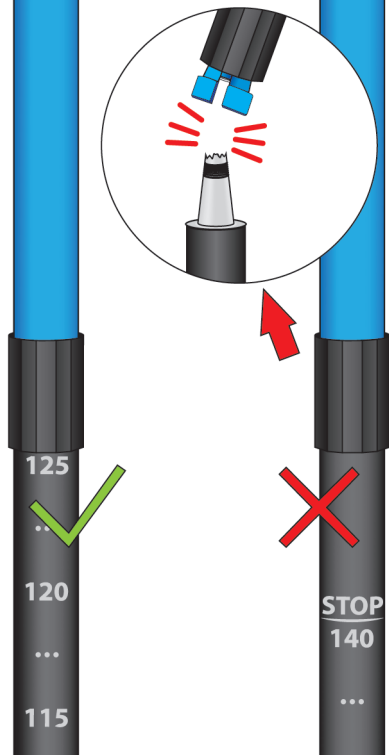
 **REGLAJE DEL SISTEMA DE CIERRE FLEXY**
NUNCA extienda la sección más allá de la marca "STOP".

 **REGULACJA FLEXY SYSTEM BLOKOWANIA**
Nie przedłużaj kijka powyżej znaku "STOP".

 **DOTAŽENÍ ZAMYKACÍ SYSTÉM FLEXY**
Pro nastavení délky hole pootočte kroužkem doleva max.o polovinu otáčky. Pro dotažení pootočte kroužkem doprava a mírně dotáhněte. NIKDY neblokujte za značkou "STOP".

 **КОРРЕКТИРОВКА СИСТЕМА БЛОКИРОВКИ FLEXY**
Не увеличивайте секцию после отметки "СТОП".

 **調整Flexy內鎖系統**
注意·使用長度不要超過"STOP"位置。



Lever Locking System

REGOLAZIONE CON SISTEMA A LEVA

- D) Utilizzare la levetta per bloccare il bastoncino alla misura desiderata.
- E) Per regolare la tenuta del sistema utilizzare la rotella.

ADJUSTMENT LEVER LOCK SYSTEM

- D) Use the Lever Lock system to adjust the pole's length.
- E) Lever tension can be altered using the adjustment wheel.

EINSTELLUNG MIT HEBELSYSTEM

- D) Mit dem Hebel können Sie den Stock in die gewünschte Länge einstellen.
- E) Mit dem Rad können Sie die Zugstärke des Systems anpassen.

AJUSTEMENT AVEC SYSTÈME DE LEVIER

- D) Utiliser le levier de serrage pour bloquer le bâton à la longueur voulue.
- E) Utiliser la roulette pour régler le serrage du système.

AJUSTE CON SISTEMA DE PALANCA

- D) Utilizar la palanca para fijar el bastón a la altura deseada.
- E) Para ajustar la presión del sistema utilizar la arandela.

REGULACJA Z SYSTEMEM DŹWIGNI

- D) Odblokuj system aby dopasować długość kijka
- E) Użyj pokrętki w celu uszczelnienia

NASTAVENÍ PÁKOVÝM SYSTÉMEM

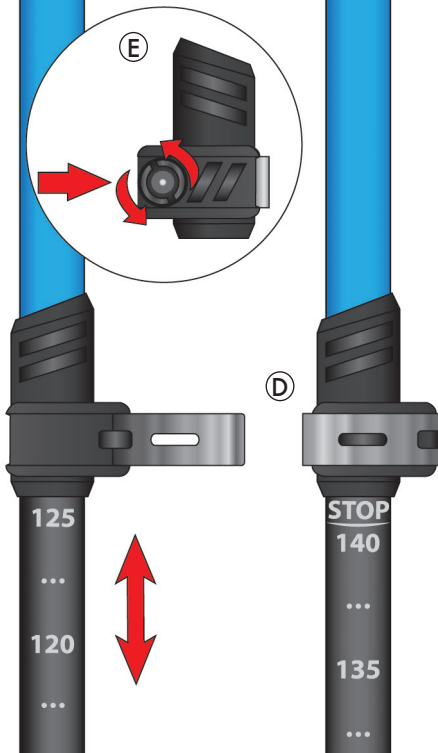
- D) Použijte páčku k uzamčení hole na požadovanou velikost.
- E) Pomocí kolečka nastavte sílu uzavření systému

КОРРЕКТИРОВКА С РЫЧАЖНОЙ СИСТЕМОЙ

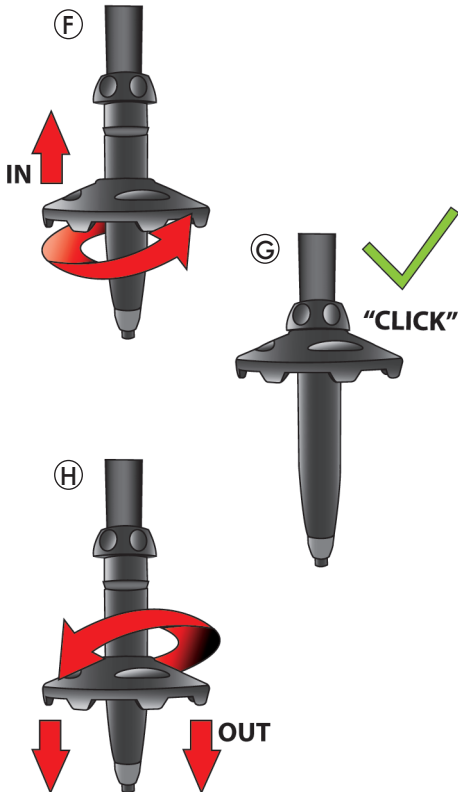
- D) Используйте рычаг, чтобы отрегулировать высоту палки.
- E) Используйте «колесо» для регулировки жесткости системы фиксации.

調整LEVER快扣系統

- D) 扳開LEVER快扣即可調整長度。
- E) 快扣夾具的鬆緊度可以用側邊鬆緊環調整。



BASKETS



ROTELLE

Per montare la rotella spingere e ruotare contemporaneamente verso l'alto (F), fino a fine corsa (C). Per toglierla, tirare e ruotare verso il basso (H).

BASKETS

To fit the basket, rotate and push simultaneously upwards (F) until it stops (C). To remove, pull and rotate downwards (H).

TELLER

Den Teller durch gleichzeitiges Drehen (F) und Drücken nach oben in Position bringen (C). Durch gleichzeitiges Drehen und Ziehen den Teller wieder entfernen (H).

PANIERS

Pour mettre en place le panier, tourner et pousser en même temps vers le haut (F) jusqu'au bout (C). Pour le retirer, tirer et tourner vers le bas (H).

ESTRELLAS

Para ajustar la estrella, gire y empuje al mismo tiempo hacia arriba (F) hasta que se detenga (C). Para retirarlo, estire y gire hacia abajo (H).

TALERZYKI

W celu zamocowania talerzyka maksymalnie dociśnij (F) jednocześnie przekręcając do momentu blokady (C). Aby go usunąć, przekręć i pociągnij (H).

TALÍŘEK

Při nasazování talířku na hůl s ním otáčejte a současně (F) tlačte nahoru až do zaklapnutí (C). Pro sundání talířku postupujte obráceně (H).

КОЛЬЦО

Чтобы кольцо оказалось на своем месте, (F) поверните и одновременно надавите вверх до упора (C). Для перемещения кольца обратно, потяните и поверните в обратную сторону (H).

檔泥板

安裝：同時旋轉和向上推，請小心施力，避免被杖尖戳到(F)。推到頂點，即可卡住(G)。拆下：同時拉下並旋轉(H)。

MANTEINANCE

MANUTENZIONE

- Dopo ogni utilizzo separare gli elementi e pulire da sporco, polvere e umidità (senza usare lubrificanti).
- Periodicamente, a seconda dell'uso, controllare la perfetta tenuta del sistema di bloccaggio.

MAINTENANCE

- After each use, separate each section, clean them of any dirt or dampness and store away from dust or humidity. (Do not use lubricants).
- Periodically check that the locking mechanism is clean and working correctly.

WARTUNG

- Nach jeder Verwendung die einzelnen Stocksegmente separat innen und außen von Staub und Schmutz befreien. Kein Schmiermittel verwenden.
- Das Verriegelungssystem periodisch auf Schmutz und technisch einwandfreie Funktion hin kontrollieren.

ENTRETIEN

- Après chaque utilisation, séparer les sections du bâton, nettoyer la saleté et les traces d'humidité puis stocker à l'abri de l'humidité et de la poussière (ne pas utiliser de lubrifiant).
- Vérifier périodiquement que le mécanisme de serrage est propre et fonctionne correctement.

MANTENIMIENTO

- Después de cada uso, separe cada sección, límpielos de cualquier suciedad o humedad y almacene el bastón lejos de polvo y humedad. (No utilice lubricantes).
- Verifique periódicamente que el mecanismo de bloqueo está limpio y funciona correctamente.

KONSERWACJA

- Po każdym użyciu oczyścić każdą część z osobna, usuwając brud, kurz i wilgoć. Przechowywać w suchym i czystym miejscu. (Nie używać smarów).
- Cyklicznie sprawdzać czystość i poprawność działania mechanizmu blokującego.

ÚDRŽBA

- Po použití očistěte všechny vnitřní i vnější části od prachu, nečistot a vlhkosti.
- Je vhodné pravidelně kontrolovat utahovací mechanismus a v případě, že správně nefunguje, vyměňte utahovací expandery.

УХОД И ЭКСПЛУАТАЦИЯ

- После использования палки очистите каждую секцию, внутри и снаружи, от пыли, грязи и окисления. (не используйте смазки)
- Периодически проверяйте, что фиксатор чистый и исправно работает.

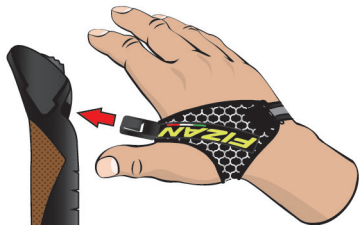
保養

- 每次使用後，分開各段杖身，用乾布清除髒汙與潮濕處，存放時遠離灰塵和濕氣(請勿使潤滑油)。
- 定期檢查鎖定裝置是否清潔，是否運作良好。



FR3 STRAP FAST SYSTEM

①



②



“CLICK”



③



UTILIZZO SISTEMA FR3

Inserire il sistema FR3 fino al “click” (①, ②). Per rimuoverlo premere il pulsante sopra la manopola ed estrarre il passamano (③).

FITTING FR3 SYSTEM

Insert the FR3 System until it “click” (①, ②). To release the strap, press the button above the handle and remove the clip from the pole (③).

VERWENDUNG SYSTEM FR3

Das FR3 System bis zum “Klick” in die Halterung im Griff einrasten (①, ②). Durch Drücken des Knopfs am Griff und gleichzeitigem Ziehen die Handschlaufe wieder Lösen (③).

REGLAGE SYSTÈME FR3

Insérer le système FR3 jusqu’au “clac” (①, ②). Pour retirer la dragonne, appuyer sur le bouton sur le dessus de la poignée et retirer le clip du bâton (③).

ACCESORIO FR3 SYSTEM

Introduzca el FR3 System hasta que haga “click” (①, ②). Para soltar la correa, apriete el botón por encima de la empuñadura y retire el clip del bastón (③).

WPINANIE PASKA ELEMENT FR3

Wepnij element FR3 do uchwytu do momentu “kliknięcia” (①, ②). Aby wypiąć rękawicę, naciśnij przycisk zwalniający w górnej części rękojści (③).

UPNUTÍ POUTKA FR3 SYSTÉM

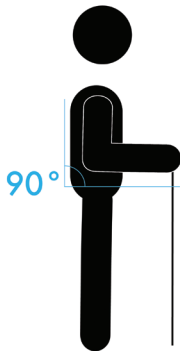
Vložte FR3 systém do rukojeti až uslyšíte “kliknutí” (①, ②). Pro uvolnění poutka, stiskněte horní tlačítko a odtáhněte klip z rukojeti (③).

КРЕПЛЕНИЕ FR3 SYSTEM

Совместите зажим FR3 System и основание палки до щелчка (①, ②). Чтобы отстегнуть её, нажмите кнопку на основании и удалите зажим от палки (③).

使用FR3快拆腕帶系統


將腕帶扣具插入，聽到“喀”即固定完成(①, ②)。分離腕帶，按下杖頂按鈕，將扣具脫開(③)。




NORDIC WALKING


 **SCEGLIERE LA GIUSTA MISURA DEL BASTONCINO**
Utilizzare la tabella a lato e confrontare la propria altezza.
In posizione eretta il braccio deve avere un angolo di 90°.

 **CHOOSING THE CORRECT SIZE OF THE POLE**
Use the chart to compare your height. With the pole in the upright position, the elbow should be at an angle of 90 degrees.


 **DIE RICHTIGE STOCKGRÖÖBE WÄHLEN**
Nütze die Tabelle um deine Größe zu vergleichen. In aufrechter Position sollte der Ellenbogen einen 90° Winkel bilden.

 **CHOISIR LA BONNE TAILLE DE BATON**
Utiliser le tableau de correspondance taille/longueur de bâton.
Avec le bâton en position debout, le coude doit faire un angle de 90°.

 **ELEGIR EL TAMAÑO CORRECTO DEL BASTÓN**
Use el cuadro para comparar su altura. Con el bastón en la posición vertical, el codo debe estar en un ángulo de 90°.

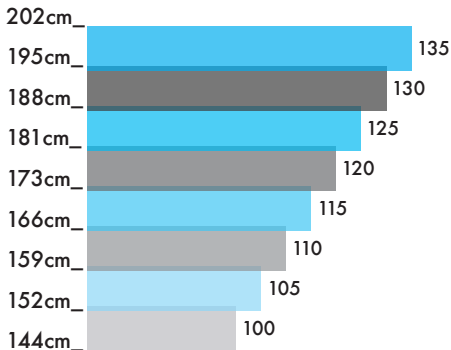
 **DOBÓR ODPOWIEDNIEJ DŁUGOŚCI KIJĄ**
Użyj wykresu, aby dopasować odpowiednią długość kija. Trzymając kijek będąc w pozycji stojącej, łokieć powinien tworzyć kąt 90°.

 **SPRÁVNÝ VÝBĚR VELIKOSTI HOLE NW**
Pro určení správné výšky hole můžete použít přiloženou tabulku. Ve vzpřímeném postoji by měla ruka svírat úhel 90°.

 **ВЫБИРАЙТЕ ПРАВИЛЬНЫЙ РАЗМЕР ПАЛОК**
Используйте таблицу, чтобы выбрать палки в соответствии с вашим ростом. К палке, находящейся в строго вертикальном положении, локти должны располагаться под углом 90°.

 **選擇適當的登山杖尺寸**
長度調整到手臂與身體呈90度的垂直角度。請參考左側的對照表調整適合長度。

HEIGHT POLE SIZE



 SCAN ME



WWW.FIZAN.IT

REV. MARZO 2021



FLAT



90°

UPHILL



SHORTER

DOWNHILL



LONGER