



1. Platine
2. Axe de pivotement (kingpin)
3. Rondelle
4. Gomme
5. Truck
6. Gomme
7. Rondelle
8. Écrou
9. Frein avant
10. Boulon de frein avant

**Veillez lire attentivement cette notice avant tout usage et de la conserver.**

## Bienvenue dans le monde FILA:

Merci d'avoir choisi FILA et sa « nouvelle collection ».

Les rollers pour adultes FILA font partie de la classe A (pour une personne pesant entre 20 kg et 100 kg), tandis que les modèles enfants font partie de la classe B (entre 20 kg et 60 kg, pour une longueur de pied ne dépassant pas 260 mm) selon la norme EN 13899: 2003

## ENTRETIEN

Veillez au bon état de vos patins afin qu'ils restent sûrs, en bon état et performants. Retirez les graviers ou la saleté du châssis, des trucks, des roues et des essieux au moyen d'un chiffon humide.

**ATTENTION : ébarbez les arêtes vives dues à l'utilisation.**

### Ⓐ Rotation des roues

Selon la manière dont vous patinez et dont vous répartissez le poids de votre corps sur les patins, l'usure des roues peut être inégale. Dans ce cas, vous pouvez les permuter afin de mieux répartir l'usure et les utiliser plus longtemps.

Pour ce faire, retirez les essieux et permutez la roue avant droite du patin de droite avec la roue arrière gauche du patin de gauche, et ainsi de suite. En permutant les roues en diagonale, vous pourrez les utiliser plus longtemps avant de devoir en acheter des neuves. Les parties les moins usées seront alors aux emplacements où vous exercez le plus de pression. Resserrez les essieux après avoir permuté les roues.

### Roulements

Tous les roulements doivent être remplacés de temps en temps, selon la fréquence à laquelle vous vérifiez qu'ils tournent librement et sans accrocs.

Ne les utilisez jamais par temps de pluie, car cela risque d'abîmer les roulements.

### Code de comportement

**Le roller** est un sport amusant, rapide. FILA te conseille vivement de respecter quelques règles élémentaires

1. **PATINE DE MANIÈRE INTELLIGENTE.** Porte toujours un casque, des protège-poignets, des coudières et des genouillères. Apprends le B.A.-BA du patinage, les virages et le freinage. Contrôle toujours ton équipement et maintiens-le en bon état de fonctionnement.

2. **PATINE AVEC ATTENTION.** Patine toujours en maintenant le contrôle des mouvements, fais attention aux dangers de la route, évite de rouler dans l'eau, l'huile et le sable. Respecte et évite la circulation. Dans la rue ou sur la route, les voitures dictent la loi.

3. **PATINE DANS LE RESPECT DES RÈGLES.** Respecte toutes les indications et le code de la route. Quand tu patines sur la voie publique, tu as les mêmes responsabilités que n'importe quel autre "véhicule".

4. **PATINE AVEC COURTOISIE. Roule toujours à droite, dépasse à gauche.** Fais connaître aux autres tes intentions. Donne toujours la priorité aux piétons.

#### Pour commencer

Avant de commencer, apprends le B.A.-BA du patinage en ligne et respecte le code de comportement conseillé. Essaye d'abord sur une surface plane exempte de pierres, gravier et obstacles en général. Fais toujours attention à comment tu te déplaces. Fais attention en particulier dans les pentes. Apprends à contrôler la vitesse et à utiliser les freins.

### Contrôle les patins

Avant de patiner, fais toujours ces vérifications:

- Contrôle les vis des roues
- Contrôle que les roulements sont propres et n'ont pas subi de dommages
- Assure-toi que la platine est en position correcte et solidement fixée
- Vérifie que le tampon du frein n'est pas trop usé
- Utilise les protections, casque, coudières, genouillères et protège-poignets.

### Freinage

Avant de te lancer, apprends à freiner. La distance nécessaire pour freiner dépend de l'habileté du patineur, de sa vitesse et des conditions de la surface sur laquelle il patine. Quand tu patines, sois toujours vigilant et attends-toi à tout. Préviens les situations de danger, contrôle ta vitesse et patine sans surestimer tes capacités pour réduire le risque d'accidents graves.

Il existe deux manières de s'arrêter avec son quad. Avant de vous lancer, il est judicieux de les maîtriser...

La première est « l'arrêt en T ». On place le pied arrière à un angle de 90° derrière la roue du patin avant en formant un T. Essayez d'abord à l'arrêt pour déterminer avec quel pied vous êtes le plus à l'aise. Exercez une pression sur toute la surface du patin arrière ; cela augmente la friction sur le sol et vous ralentit.

### Ⓑ Trucks

Le degré de serrage des trucks est un choix personnel. Assurez-vous qu'ils sont suffisamment serrés pour ne pas glisser. Des trucks un peu desserrés sont plus souples, mais plus difficiles à contrôler à grande vitesse. Les trucks de tous les rollers vendus par FILA Skates sont réglés pour une tension moyenne.

Régler les trucks (axes de pivotement inversés):

utilisez une clef pour serrer ou desserrer l'écrou (voir Fig. 2).

- Pour desserrer les trucks, faites tourner l'écrou (8) dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.
- Pour les serrer, faites tourner l'écrou (8) dans le sens des aiguilles d'une montre.

### Nettoyage des patins

De temps en temps, nettoie tes patins avec un chiffon doux et avec un peu d'eau et de savon neutre. Utilise le moins d'eau possible et évite de mouiller les parties métalliques: vis, roulements, etc. Tu peux laver les semelles internes à la machine en utilisant un programme normal à 30°C avec de la lessive. Fais-les sécher à l'air libre et loin des sources de chaleur. Remets-les en place en faisant attention à enfilez les semelles internes dans les chaussons correspondants.

### L'autre manière

consiste à utiliser les freins situés à l'avant des patins. N'essayez pas d'utiliser les deux à la fois : vous risqueriez de tomber à plat ventre. Là encore, une fois que vous avez déterminé le pied avec lequel vous êtes le plus à l'aise, tendez une jambe vers l'arrière et appuyez progressivement sur le frein pour accroître la friction sur le sol.

Ces deux méthodes de freinage nécessitent un peu de pratique. Aussi est-il judicieux de s'entraîner dans un endroit sûr et en portant des protections. Pratiquez le freinage sur des surfaces planes avant de vous attaquer aux pentes.

Un tampon de frein usé allonge la distance de freinage. Contrôlez l'état des tampons régulièrement, et remplacez-les si nécessaire.

### ATTENTION:

- Souvenez-vous que les patins que vous avez achetés ont été conçus pour les loisirs ou le fitness. N'utilisez pas ces patins pour une pratique inappropriée.
- Ne faire aucune modification qui compromettrait la sécurité des patins
- Veillez à ce que tous les écrous autobloquants et autres éléments de fixation soient bien verrouillés afin de ne rien perdre. En cas de perte, ils doivent être remplacés.

### Patine en sécurité

**ATTENTION:** il convient de porter un équipement de protection pendant la pratique du roller in-line (à savoir: casque, genouillère, coudière et protège poignets) ainsi qu'un accessoire réfléchissant.

**PATINE AVEC INTELLIGENCE! ATTENTION! RÉDUIS LES RISQUES D'ACCIDENT ET N'UTILISE LES PATINS QUE SI TU PORTES TOUTES LES PROTECTIONS (CASQUE, PROTÈGE-POIGNETS, COUDIÈRES ET GENOUILLÈRES).** Le roller peut être dangereux et peut causer des lésions graves, voire la mort. Toi, quand tu patines, tu es la seule personne qui peut limiter ces risques en portant les protections et en gardant le plus grand contrôle à tout moment. Patine selon tes capacités. Avant de patiner, contrôle toujours ton équipement, contrôle que les vis sont bien serrées, contrôle le tampon du frein et l'usure des roues et ferme bien les patins. Avant de patiner, suis attentivement les instructions de cette notice. N'oublie pas que les patins que tu as achetés ont été conçus pour un type spécifique de patinage: ne pas faire des choses pour lesquelles ces patins ne sont pas adaptés. FILA décline toute responsabilité pour les dommages ou les lésions causés par une utilisation incorrecte ou par la non-observation des instructions fournies. D'autre part, pour patiner en sécurité, il faut être dans de bonnes conditions psychophysiques: ne patine pas si tu as subi un traumatisme ou si tu es sous l'influence d'alcool ou de drogues.