



Краткая инструкция по применению.

1. Как правильно накачать доску Atlantsup?

- Убедитесь, что шланг насоса не загрязнен песком. При необходимости промойте его.
- Присоедините шланг к насосу. Выберите то отверстие на ручке насоса, из которого выходит воздух (с надписью OUT). Отверстие с надписью IN предназначено для откачки воздуха из доски.
- Убедитесь, что кнопка клапана доски поднята вверх, вставьте шланг и поверните по часовой стрелке. Первые несколько накачек, пока не обжалась резинка, может потребоваться усилие (придавить шланг к клапану доски).
- Убедитесь, что переключатель на корпусе насоса находится в положении DOUBLE ACTION. В этом случае насос работает при движении как вверх, так и вниз. Используйте этот режим, чтобы быстро наполнить доску воздухом.
- По достижении определенного давления качать станет тяжело. Переключите насос в режим SINGLE ACTION. Теперь он работает только при движении штока вниз. Продолжайте накачивать доску. Используйте вес тела, а не силу рук (сгибайте колени или спину, но руки оставляйте прямыми). Как бы вдавливайте воздух в доску, не делайте слишком резких или слишком медленных качков. Приседайте - качайте всем телом, а не руками.
- Оптимальное давление накачки - 15 psi. Наши доски легко выдержат и больше, но в большинстве случаев, накачка более 15 psi нецелесообразна, Вы тратите больше времени и сил на набивку давления, насос испытывает повышенную нагрузку, быстрее изнашиваются уплотнительные резинки поршня, **доска накачанная до запредельных параметров так же подвержена к риску повреждения в таком состоянии при длительном хранении на солнце**
- Отсоедините шланг от клапана доски (надавите и поверните против часовой стрелки).
- Присоедините плавник: а). Переверните доску вверх днищем. б). Выкрутите болт из латунного квадратика, снимите с плавника, и вкрутите снова. Если болта с квадратиком на плавнике нет, найдите их в оранжевой коробочке ремкомплекта. в). Держась за шляпку болта, заведите квадратик в паз на днище доски. г). Выкрутите болт, вставьте плавник в паз, вставьте болт в плавник и снова вкрутите в квадратик. После катания действуйте в обратном порядке.
- Если плавник на «защелке» установите его в систему крепления до упора, и защелкните замок
- **ПРИ ДЛИТЕЛЬНОМ ХРАНЕНИИ НАКАЧАННОЙ ДОСКИ НА СОЛНЦЕ (НЕ НА ВОДЕ) , ОБЯЗАТЕЛЬНОЕ ТРЕБОВАНИЕ – ДЕРЖАТЬ ДАВЛЕНИЕ НИЖЕ РАБОЧЕГО (РЕКОМЕНДУЕМ 10-12PSI). Повреждения, вызванные перегревом при избыточном давлении, могут повлечь отказ от гарантийных обязательств**

2. Как правильно кататься на SUP?

- Хорошо если проведете первое катание с опытным инструктором - он поможет Вам освоить базовые навыки и подскажет, как лучше и быстрее освоиться на доске.

- Старайтесь выбирать для катания безветренную погоду (чтобы вода была как можно более гладкой). Это важно!
- Всегда крепите доску лишем к ноге: на течении или при ветре, упав с доски, можно ее не догнать вплавь.
- Берите с собой питьевую воду и телефон в аквапаке или гермомешке. Телефон - важнейшее средство навигации и безопасности.
- Настройте длину весла: на 20-25см длиннее роста. Сразу приучитесь правильно держать весло. Лопасть и древко образуют тупой угол, и внутренняя часть этого угла должна быть направлена к носу доски.
 - Занесите доску в воду на глубину, достаточную для того, чтобы не задевать плавником за дно. Разместитесь на доске, сидя на коленях. Ручка доски между колен. Покатайтесь так немного и попытайтесь встать. Корпус тела смотрит прямо вперед. Пальцы ног находятся на линии середины ручки доски. Не пытайтесь кататься, стоя боком на доске! Эта стойка подходит только для гонок и серфинга и требует опыта. Если у вас сильно болят колени, попробуйте кататься на доске сидя с вытянутыми ногами.
 - Чтобы доска шла по прямой, ведите весло в воде строго вдоль центральной линии доски. Не гребите вбок! Сделайте 2-4 гребка с одной стороны доски и перекиньте весло на другую сторону. Обязательно поменяйте при этом руки: отпустите сначала верхнюю руку, которая держит весло за ручку, и перехватитесь на древке. Если весло гребет по левому борту доски, то правая рука должна быть на ручке, левая на древке (и наоборот). Перекинуть весло из руки в руку можно очень легко и быстро, просто потренируйтесь 5 минут. Не пытайтесь грести слева и справа, сохраняя положение рук на весле неизменным - это неудобно и неправильно.
 - Чтобы повернуть или развернуть доску, гребите как раз-таки вбок: только с одной борта, под углом к центральной линии доски. Помните - какую линию чертит в воде весло, по такой линии и выстраивается доска. Если хотите повернуть резче - значит, линия движения весла в воде должна быть как можно сильнее направлена вбок от центральной линии доски. Можете также делать гребки в обратную сторону с другой стороны доски. Так можно развернуть доску на месте. Помните: если вы не можете повернуть доску, когда и где захотите, на любом «пятачке» - это лишь от недостатка вашей гребной техники. И это легко преодолимо - нужно просто потренироваться. Обратитесь к SUP-инструктору, если чувствуете, что что-то у вас никак не получается.
- Всегда смотрите прогноз погоды перед катанием, избегайте отжимного ветра. Если приходится грести против сильного ветра, опуститесь на колени, чтобы уменьшить лобовое сопротивление. Если Вас уносит в открытое море, оставайтесь вместе с доской: она хорошо заметна с воздуха и является, по сути, маленькой лодкой. Очень тщательно взвесьте решение бросить доску и плыть без нее - это решение может сильно уменьшить шансы на то, что вас заметят при поисках! Если вы потеряли весло, можно грести на доске руками, лежа на груди.
- Обязательно используйте витой лиш. Надевайте спасательный жилет, если не очень хорошо плаваете, или просто берите его с собой, закрепив под резинками на носу доски.

Поначалу Вам может быть трудно кататься стоя, будет желание опуститься на колени. ВСТАВАЙТЕ! Не бойтесь упасть с доски! Буквально через полчаса катания стоя Вы будете уверенно сохранять баланс. Если же вы не заставите себя встать, вы можете всю жизнь так и прокататься сидя. ВСТАВАЙТЕ!

- При гребле стоя используйте мышцы спины, а не рук. Наклоняйтесь вперед, опускайте весло в воду как можно ближе к носу доски. Ведите весло вдоль борта, распрямляясь в поясице. Верхняя рука толкает ручку весла от себя, нижняя рука тянет древко на себя. Вынимайте лопасть из воды рано - как только она достигнет ступни.

Не оставляйте доску надолго на палящем солнце, убирайте ее в тень сразу, как только появится такая возможность. Это существенно продлит срок службы доски, убережет от выгорания принта, а так же уменьшит риск изменения геометрии доски.

3. Как правильно сложить доску Atlantsup после катания?

- Снимите плавник и уберите его в карман рюкзака.
- Нажмите на кнопку клапана, зафиксировав его в открытом положении. Спустите доску.
- Вы можете либо выгнать остатки воздуха из доски, скручивая ее, либо откачать их насосом.
- Складывайте доску пластами, не скручивая в рулон, начиная с носа, палубой внутрь. Разместите в рюкзаке и притяните стяжками.
- Разберите весло. Сложите его в рюкзак.

- Всегда отсоединяйте шланг от насоса, чтобы избежать заломов. При перелетах заворачивайте насос внутрь доски, это сэкономит его от поломок при погрузке.

- *При желании, Вы можете держать доску в надутом состоянии и перевозить ее на крыше автомобиля. Доска будет сохранять рабочее давление в течение нескольких недель без подкачки.*

4. Уход и хранение в межсезонье

Надувная SUP-доска **Atlantsup** не требует особого ухода, и прослужит Вам долго независимо от того, как Вы с ней обращаетесь. Если же Вы хотите кататься на доске, которая всегда выглядит как новая, блестит и служит много лет, соблюдайте несколько простых правил:

- Протирайте доску тряпкой после катания. По возможности, просушивайте в перерывах между сессиями. В конце сезона обязательно опресняйте доску. Вымойте ее пресной водой и хорошенько высушите.
- Оставляя доску на длительное хранение, расположите ее в развернутом виде (сдутым или надутом не более 10psi), либо сложите вдвое-втрое. Хранение в рюкзаке также возможно, но на коврике могут появиться помятости.
- В зимнее время храните доску в теплом месте (дома). Если это невозможно, храните в гараже, но убедитесь, что внутри доски нет воды.

Обращайтесь с насосом аккуратно. Продуйте перед использованием, чтобы очистить шланг от песка. Если шток стал ходить туго, смажьте его универсальной смазкой.

Если шток насоса стал ходить туго, смажьте его силиконовой смазкой. При поломке насоса разберите его и замените уплотнения. Для этого может потребоваться выкрутить поршень из штока или шток из ручки.