



Zu beachten beim Rudern mit Clicko+

Vor der Ausfahrt

- Schuhe in passender Grösse auswählen. Keine zu grossen Schuhe verwenden. Zu grosse Schuhe verändert das Ausklickverhalten.
- Achten, dass die Schuhteller sauber sind. Schmutz entfernen.
- Kontrollieren, dass die Schuhteller fest am Schuh montiert sind.
- Schuhe von Hand oder am Fuss auf das Stemmbrett einklicken.
- **Wichtig ist ein Funktionstest vor jeder Ausfahrt. Wenn man im Boot sitzt, Schuhe einklicken, beide Schuhe ausklicken und wieder einklicken.**

Nach der Ausfahrt

- **Schuhe im Boot ausklicken:**
Durch seitliches Abdrehen der Ferse zur Bootsmitte und gleichzeitigem abknicken des Fusses nach aussen, lassen sich die Schuhe einfach vom Stemmbrett lösen.
- **Schuhe von Hand ausklicken:**
Mit der Hand so weit wie möglich unter die Sohle greifen. Schuh umfassen, Ferse zur Bootsmitte drehen und Schuh nach Aussen abknicken.
- Schuhe nach jeder Ausfahrt vom Stemmbrett ausklicken.
- Schuhe gereinigt verräumen.
- Clickos auf dem Stemmbrett mit einem Lappen reinigen.
- Von Zeit zu Zeit, Clickos mit etwas Silikonspray behandeln.

