

- DIRECTIONS - or how to use *Performance stilts*

This manual covers Actoy-stilts models:

Item nr:	Model:	Age:	Load limit standard:	Load limit with extensions size 60:
US7000	Light Blue Standard,	4 to 6 year	20 kg.	0
S1000	Green Standard,	6 to 8 year	50 kg.	40kg.
S2000	Yellow Standard,	8 to 12-14 year	50 kg.	40kg.
S8000	Orange Standard,	stout kids and the smaller adults.	80 kg.	70kg.
S3000	Red Standard,	juniors/adults, maximum body-height 180cm.	80 kg.	70kg.

Warnings!

Always wear knee protectors when using the stilts.
Not to be used in traffic.

Before use:

Inspect the stilts before use making sure that there is no sign of damage. Check all joints and tighten if you discover loose screw(s). Only use footwear suitable for the purpose (no boots, no sandals).

The size of the stilt has to fit to the length of the shin, so the area of strapping is somewhere between the upper part of the calf and a little under the knee.

The actual length of the stilt leg and the height you get up in the air is changeable. This is done by changing the fibre glass leg. Heights above 35 cm. are only for the very skilled, because from such a height, you may fall heavily.

Knee protectors are essential, because the stilts are strapped on to the leg, and you cannot just "get off", when you start to lose balance. Therefore get familiar with falling forwards (practice going down on your knees, when you fall). Only walk forward, make a U turn to reverse your direction.

When starting use of the stilts, you have to sit on a table or similar having a height suiting the purpose.

Start with fasten the upper leg strap when putting on the stilts, afterwards fasten the foot straps. Be sure all straps are tightly fastened and secured in the loops behind the buckles.

Don't wear stilts if you feel they are uncomfortable, unsafe or you feel danger.

When taking off the stilts start disconnecting the foot straps.

It is easier than it looks, and then it is fun, you just have to learn it first.

Children learn it holding an adult by the hand, thereafter along a fence, railing or similar, and at last on your own.

Adults learn it by holding in a stable fence or railing and keep a solid grip right from the very first step.

Area for stilt walking:

You need a lot of space to walk on stilts, and no tricycles or similar things nearby to fall on to. Only walk on hard surface and level terrain.

Actoy-stilts are made for practising **stilt walking**. Don't run, jump or do acrobatic exercises. Don't carry heavy loads.

The friction points underneath the foot plate will need a drop of oil or grease in between, only use non toxin lubrication. The fibre glass leg may in time though be a little loose in the fitting tube, which is easily adjustable by strapping some tape or similar around the upper part of the rod.

The rubber foot gets worn, but is replaceable. Spare parts, including extra-long fiber glass legs, can be purchased from the dealer.

**Have a good time
with the "long legs".**

For further information, contact your dealer.

– ANLEITUNG – für die Verwendung von *Hightechstelzen*

Diese Anleitung gilt für folgende Actoy-Stelzenmodelle:

Artikelnr.:	Modell:	Alter:	Belastung standard:	Belastung mit Verlängerung 60:
US7000	Hellblau Standard,	4 bis 6 Jahren	20 kg.	0
S1000	Grün Standard,	6 bis 8 Jahren	50 kg.	40kg.
S2000	Gelb Standard,	8 bis 14-12 Jahren	50 kg.	40kg.
S8000	Orange Standard, stout Kinder und die kleineren Erwachsenen.		80 kg.	70kg.
S3000	Rot Standard, Junioren/Erwachsene, maximal Körper-Höhe 180cm.		80 kg.	70kg.

Vorsicht!

Tragen Sie bei Verwendung der Stelzen stets Knieschützer.
Nicht im Straßenverkehr verwenden.

Vor der Verwendung:

Prüfen Sie die Stelzen vor der Verwendung auf Beschädigungen. Kontrollieren Sie alle Verbindungsstellen und ziehen Sie gegebenenfalls lockere Schrauben fest.
Tragen Sie stets geeignetes Schuhwerk (keine Stiefel, keine Sandalen).

Die Größe der Stelze muss der Länge des Schienbeins angepasst sein, sodass der Befestigungsgurt zwischen dem oberen Ende der Wade und etwas unterhalb des Knies verläuft.

Die tatsächliche Länge des Stelzenbeins und somit die hinzugewonnene Höhe kann geändert werden. Dies erfolgt durch ein Auswechseln des Stelzenbeins aus Glasfasermaterial.
Höhen über 35 cm sind nur für sehr geübte Läufer geeignet, da aus solchen Höhen schwere Stürze möglich sind.

Knieschützer sind äußerst wichtig, da die Stelzen am Bein befestigt werden und somit ein einfaches Absteigen bei beginnendem Verlust des Gleichgewichts nicht möglich ist. Machen Sie sich deshalb damit vertraut, nach vorn zu fallen (üben Sie, beim Fallen auf die Knie zu gehen).

Laufen Sie ausschließlich vorwärts. Drehen Sie sich vollständig um, wenn Sie die Richtung wechseln möchten.

Wollen Sie die Stelzen anlegen, setzen Sie sich auf einen Tisch oder einen ähnlichen Gegenstand in entsprechend angemessener Höhe.

Befestigen Sie zum Anlegen der Stelzen zunächst den oberen Befestigungsgurt am Bein und danach den Gurt am Fuß. Achten Sie darauf, dass alle Gurte korrekt befestigt und in den Schlaufen an den Schnallen gesichert sind.

Tragen Sie die Stelzen nicht, wenn Sie sie als unbequem empfinden oder sich unsicher bzw. gefährdet fühlen.

Zum Ablegen der Stelzen lösen Sie zunächst den Gurt am Fuß.

Es ist leichter, als es aussieht, und es macht Spaß! Sie müssen es nur erst lernen.

Kinder lernen es am besten an der Hand eines Erwachsenen, üben dann an einem Zaun oder Geländer und anschließend allein.
Erwachsene lernen es beim Aufstützen auf einen stabilen Zaun oder ein Geländer und sollten sich schon beim allerersten Schritt gut festhalten.

Geeignete Orte für das Laufen auf Stelzen:

Für das Stelzenlaufen benötigen Sie viel Platz. In der Umgebung sollten sich keine Gegenstände befinden, über die Sie stürzen könnten. Laufen Sie nur auf festem und ebenem Untergrund.

Actoy-Stelzen sind dafür gedacht, das **Gehen auf Stelzen** zu üben. Rennen oder springen Sie nicht und versuchen Sie keine akrobatischen Kunststücke. Tragen Sie keine schweren Lasten.

Die Reibstellen unterhalb der Fußplatte sollten von Zeit zu Zeit geschmiert werden. Verwenden Sie hierfür nur ungiftige Schmiermittel. Der Sitz des Stelzenbeins aus Glasfasermaterial in der Halterung kann sich mit der Zeit etwas lockern. Dies ist leicht durch das Anbringen von z. B. Klebeband am oberen Ende der Beinstange zu beheben.

Der Gummifuß nutzt sich ab, kann aber ersetzt werden. Ersatzteile und z. B. auch Stelzenverlängerungen aus Glasfasermaterial sind im Handel erhältlich.

**Viel Spaß
mit Ihren „langen Beinen“!**
Weitere Informationen bei Ihrem Einzelhändler.