

MANUEL
USER GUIDE

STAND UP PADDLE

MATIRA / ROCKET AIR

FRANÇAIS

ENGLISH

N'UTILISEZ CE PRODUIT QUE SI VOUS ÊTES
EN BONNE CONDITION PHYSIQUE ET SI VOUS
SAVEZ NAGER. LES PRATIQUANTS MINEURS
DOIVENT TOUJOURS ÊTRE ACCOMPAGNÉS
PAR UN ADULTE.

ONLY USE THIS PRODUCT IF YOU ARE
IN GOOD PHYSICAL HEALTH
AND KNOW HOW TO SWIM.
ALL MINORS USING THIS PRODUCT SHOULD
ALWAYS BE SUPERVISED BY AN ADULT.

f-one

LA PRATIQUE DU STAND UP PADDLE BOARD DANS DIFFERENTS MILIEUX	03
GONFLER LA PLANCHE	05
INSTALLER L'AILERON US	06
INSTALLER LE LEASH	06
INSTALLER LE FOIL DANS LE BOITIER TUTTLE	07
DÉGONFLER LA PLANCHE	07
PREMIÈRE MISE À L'EAU	08
ENTRETIEN	08
GARANTIE	09

CONDITIONS DE NAVIGATION

Pour les SUP rentrant dans la catégorie des engins de plage (de taille inférieure à 3,50m), la navigation est limitée à 300 m de la côte.

Les SUP de plus de 3,50 m, c'est à dire les 11'6" et plus, ne sont plus considérés comme des engins de plage. Ils sont donc autorisés à dépasser la bande des 300 m sans aller au-delà des 2 milles d'un abri.

Au-delà des 300 m, le matériel d'armement et de sécurité basique, adapté aux caractéristiques de l'embarcation, est obligatoire jusqu'à 2 milles d'un abri.

Conformément à l'article 240-3.07, vous devrez vous équiper de :

- Equipement individuel de flottabilité (art.240-3.12) ou combinaison de protection (art.240-3.13) : un gilet de flottaison ou une combinaison néoprène.
- Un moyen de repérage lumineux (art.240-3.14).
- Un dispositif de remorquage : le plug du leash et le leash permettent de remplir cette condition.

ATTENTION : les SUP gonflables de plus de 3,50 m seront autorisés à dépasser les 300 m à la seule condition qu'ils soient constitués d'au moins 2 compartiments gonflables. Par conséquent, les SUP qui ne disposent que d'un bouchon de gonflage ne seront pas autorisés à dépasser les 300 m. N'utilisez pas ce produit si le vent est supérieur à 10 nœuds ou en cas de tempête ou d'orage.

Voici les conditions de sécurité à respecter en fonction du type de pratique (Ces conditions ne s'appliquent pas à la pratique encadrée).

EAU PLATE MILIEUX OUVERTS (MERS & OCÉANS), MILIEUX FERMÉS SANS COURANT (LACS & CANAUX)

Le pratiquant de Stand Up Paddle est relié par un leash à la planche. Le leash doit être d'une longueur au moins égale à la planche. Aucun matériel d'armement et de sécurité n'est requis pour les engins de plage. Pour les SUP autorisés à dépasser les 300 m, le matériel d'armement et de sécurité basique, adapté aux caractéristiques de l'embarcation, est obligatoire jusqu'à 2 milles d'un abri (art.240 3.07), équipement individuel de flottabilité (art.240-3.12) ou combinaison de protection (art.240-3.13), un moyen de repérage lumineux (art.240-3.14) et un dispositif de remorquage).

POUR UNE PRATIQUE EN ITINÉRANCE

- Il est recommandé de pratiquer avec un vent qui n'éloigne pas de la côte au-delà d'une distance équivalente à une durée d'une heure (dans le respect de la zone de navigation).
- Le pratiquant de SUP devra informer le poste de secours ou un tiers de son parcours.
- Le pratiquant de SUP devra disposer d'un sac étanche comprenant un moyen de communication, une trousse de secours et un bout de remorquage.

PRÉCONISATIONS

- Il est recommandé d'utiliser un gilet d'aide à la flottabilité et de porter une combinaison isotherme lorsque la température de l'eau est inférieure à 20°.
- Pour une pratique en itinérance, il est recommandé de toujours pratiquer à au moins deux pratiquants SUP.

AVANT D'UTILISER VOTRE STAND UP PADDLE, LISEZ ATTENTIVEMENT CE MANUEL ET CONSERVEZ-LE POUR UNE CONSULTATION ULTÉRIEURE.

L'utilisation de ce produit comporte certains risques et peut causer des accidents graves. Il est important de respecter les règles de sécurité mais la meilleure sécurité reste la prudence. Vous êtes responsable de votre propre sécurité ainsi que de celle des personnes autour de vous.

La pratique du Stand Up Paddle dans différents milieux

VAGUES (MER & OCÉAN)

La planche de Stand Up Paddle étant plus volumineuse et plus lourde, il est fortement rappelé que chaque surfeur devra être, à tout moment, maître de sa planche et de sa pagaie. Les règles générales de priorité et de convivialité du surf s'appliquent à la pratique du Stand Up Paddle dans les vagues. Le surfeur est relié par un leash à la planche. Le leash doit être d'une longueur au moins égale à la planche.

PRÉCONISATIONS

- Il est conseillé, au préalable, de maîtriser le Stand Up Paddle en eau calme (sans vague) et d'avoir des connaissances suffisantes des vagues grâce à la pratique d'une activité surf.
- Chaque surfeur favorisera la pratique du Stand Up Paddle sur des zones les moins fréquentées.

EN RIVIÈRE (EAU VIVE)

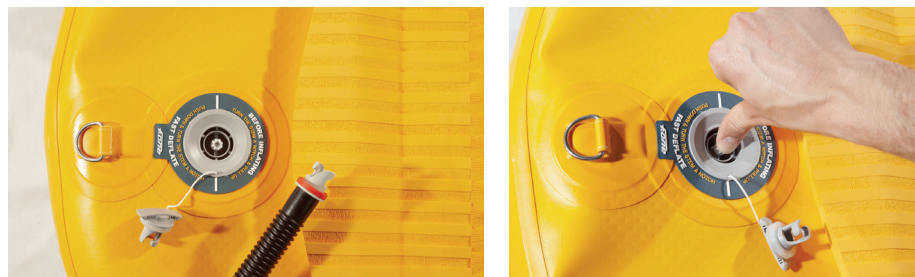
Dans un cours d'eau avec courant, l'utilisation d'un leash est à proscrire car son utilisation est dangereuse, celui-ci peut se bloquer dans les rochers ou ailleurs. Le gilet d'aide à la flottabilité est obligatoire. Le port de chaussures fermées est obligatoire. Le port du casque est obligatoire à partir de la classe 3 ou si les conditions le rendent nécessaire. Le respect des règlements particuliers de police propres à chaque zone est à observer.

PRÉCONISATIONS

- Il est recommandé d'utiliser une combinaison isotherme notamment lorsque la température de l'eau est inférieure à 20°.
- Il est recommandé d'équiper le SUP d'un anneau de remorquage.
- Pour une pratique en itinérance, il est recommandé de toujours pratiquer à au moins 2 pratiquants SUP.

Gonfler la planche

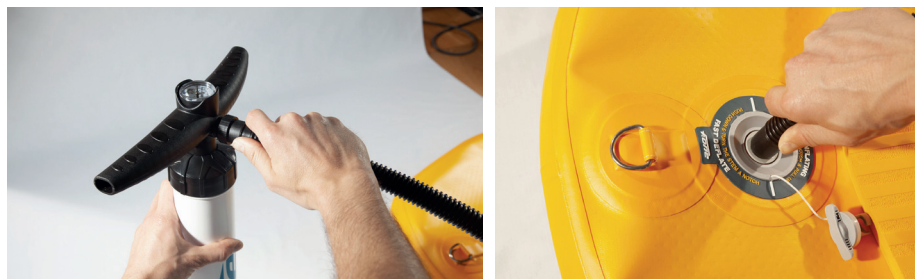
Pour gonfler votre SUP gonflable F-ONE, déroulez la planche sur le sol. La planche doit être à l'endroit avec le dessus vers le haut. Ouvrez le bouchon de la valve en le tournant d'un quart de tour. Vous pouvez alors accéder à la valve.



Au centre de la valve se trouve une tige qui commande l'ouverture et la fermeture de la valve. Pour ouvrir la valve, appuyez dessus et tournez d'un quart de tour pour la verrouiller en position ouverte. Pour fermer la valve, tournez d'un quart de tour dans l'autre sens et laissez la tige ressortir en partie.

Avant de connecter la pompe, assurez-vous que la valve est en position fermée (attention, si la tige est enfoncée, la valve est ouverte et la planche se dégonflera immédiatement une fois la pompe déconnectée). Pour connecter la pompe, insérez l'embout et tournez d'un quart de tour de manière à ce que les crochets de l'embout glissent par-dessous les pontets qui tiennent la tige centrale. L'embout devient ainsi solidaire de la valve. Une fois que c'est le cas, vous pouvez commencer à gonfler la planche.

La pompe livrée avec votre SUP gonflable F-ONE permet de le gonfler de manière efficace. Une petite valve se trouve sur le haut du cylindre principal. Si la valve est fermée, la pompe envoie de l'air à la descente et à la remontée, c'est le mode double action. Si la valve est ouverte, la pompe n'envoie de l'air qu'à la descente, c'est le mode simple action. Le mode double action permet un gonflable plus rapide et le mode simple action permet un gonflable plus facile à haute pression. De manière générale, il est possible de commencer à gonfler la planche en mode double action, puis de retirer la vis de la valve pour finir en mode simple action quand la pression devient importante.



Une pression de gonflage de 17 PSI est recommandée pour les SUP gonflables de la gamme F-ONE. Il est recommandé de ne pas gonfler en dessous de 15 PSI (rigidité insuffisante) et de ne pas excéder 21 PSI (risque d'endommagement)

Une fois que vous avez atteint la pression désirée, tournez l'embout du tuyau d'un quart de tour pour le désolidariser de la valve de la planche. Vous pouvez alors replacer le bouchon de la valve pour la protéger du sable et des éléments extérieurs.

Installer l'aileron US

EMBASE US

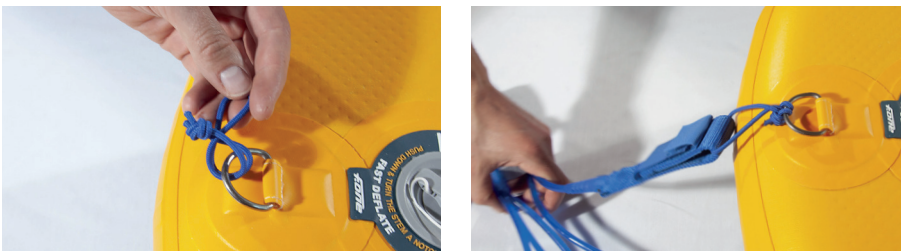
Si votre SUP gonflable F-ONE est équipé d'un aileron central démontable, voici comment l'installer. Il s'agit d'un aileron avec une embase de type « US ». Pour monter ces ailerons, insérez la plaquette écrou dans la moitié avant du boîtier, puis engagez l'aileron dans le boîtier en faisant glisser l'ergo dans le rail du boîtier. Il vous est possible de régler la position lon-

gitudinale de l'aileron à votre convenance. Une fois à la bonne position, basculez l'aileron vers l'avant de manière à ce que le perçage situé à l'avant de l'embase se positionne à la verticale de la plaquette écrou. Vous pouvez alors placer la vis et visser pour serrer et verrouiller l'aileron en place.



Installer le leash

Certaines conditions lors de la pratique nécessitent l'utilisation d'un leash qui relie la planche à l'utilisateur : pratique en eau calme, que ce soit en milieu ouvert ou fermé, sans courant, et bien-sûr pratique dans les vagues. Le leash doit alors être installé comme suit :



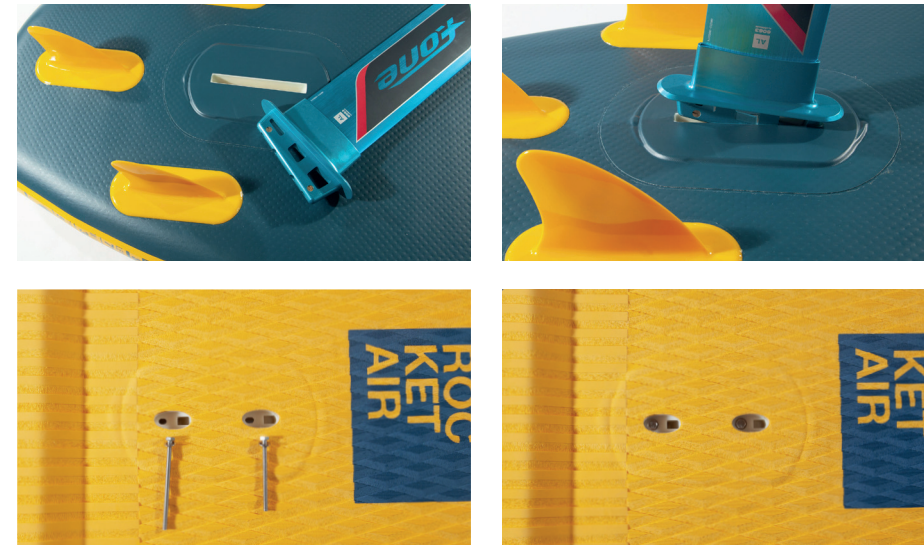
Détachez la cordelette de votre leash, glissez-la dans l'anneau inox placé à l'arrière de la planche et fermez la boucle en réalisant une tête d'alouette. Raccrochez ensuite votre leash à la cordelette à l'aide de la fixation velcro.

N'utilisez pas votre SUP gonflable sans leash alors que les conditions le requièrent. Perdre le contact avec votre planche peut vous mettre en danger ainsi que ceux autour de vous. Veillez à toujours utiliser un leash en bon état. Celui-ci doit être d'une longueur égale ou supérieure à celle de la planche. Il est nécessaire d'adapter le diamètre du leash à la taille de la planche. Les SUP gonflables ont plus de volume, l'utilisation d'un leash 8mm ou supérieur est recommandée.

Installer le foil dans le boîtier Tuttle

Si vous disposez d'une planche Rocket Air Surf ou Rocket Air SUP, ces planches sont équipées d'un boîtier Tuttle qui permet l'assemblage avec un hydrofoil. Pour connecter le foil à la planche, suivez les instructions qui suivent.

Une fois la planche gonflée, placez-la à l'envers puis insérez l'embase tuttle du foil. Faites pivoter la planche sur le côté pour accéder à la partie supérieure du boîtier. Insérez les vis dans les trous circulaires (sans oublier les rondelles) et serrez fermement. L'embase tuttle est plus haute devant que derrière. Il est donc nécessaire d'utiliser la vis plus courte devant et celle plus longue derrière. Le vol en hydrofoil provoque de très légères vibrations qui ont tendance à desserrer les vis. Vérifiez régulièrement que les deux vis sont correctement serrées.



TAILLES DE VIS UTILISÉES

• 4'6" / 5'0" / 5'4" :

- 1x M6-80mm + 1x M6-60mm vis à tête hexagonale (acier inoxydable 316)
- 2x M6-14mm rondelles (diamètre extérieur) (acier inoxydable 316)

• 5'10" / 6'6" / 7'6" / 7'11" :

- 1x M6-100mm + 1x M6-80mm vis à tête hexagonale (acier inoxydable 316)
- 2x M6-14mm rondelles (diamètre extérieur) (acier inoxydable 316)

Dégonfler la planche

Pour dégonfler la planche, ouvrez le bouchon de la valve pour accéder à celle-ci. Appuyez sur la tige et tournez d'un quart de tour pour ouvrir la valve et la maintenir en position ouverte. En raison de la pression importante de l'air contenu dans la planche, il faut appuyer vigoureusement pour ouvrir la valve et se préparer à une sortie d'air bruyante.

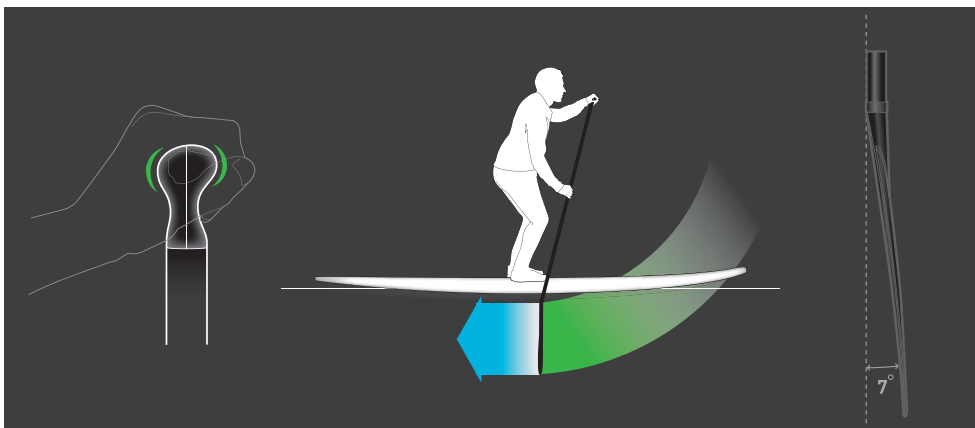
Laissez la planche se dégonfler, puis roulez-la pour la ranger dans son sac. N'oubliez pas de refermer la valve après avoir roulé la planche pour éviter que du sable ou d'autres éléments extérieurs ne rentrent à l'intérieur.



Première mise à l'eau

Avancez-vous dans l'eau en tenant votre SUP par la poignée jusqu'à avoir de l'eau à mi-cuisse. Montez sur le SUP en passant par la position à genou (plus facile au début) en tenant votre pagaie dans une main (cela vous évitera de vous baisser par la suite pour attraper la pagaie). Positionnez vos pieds de part et d'autre de la poignée du SUP en écartant vos pieds selon la position qui vous convient le mieux, avec les jambes légèrement fléchies pour conserver l'équilibre. Pour ramer, placez une main sur le sommet de la pagaie (sur l'olive) et l'autre main sur les deux tiers supérieurs de la pagaie.

C'est la main droite qui est au sommet de la pagaie quand vous pagayez à gauche de votre planche et la main gauche qui est au sommet de la pagaie quand vous pagayez à droite de votre planche. Attention à bien utiliser la pagaie dans le bon sens avec la pale inclinée vers l'avant. Pour un maximum d'efficacité, pagayez avec la pale proche de votre SUP en allant chercher le plus à l'avant possible. Une fois que la pale est au niveau de vos chevilles, sortez la pale de l'eau pour aller à nouveau enfoncer la pale dans l'eau le plus à l'avant du SUP possible.



⚠ Entretien

Pour assurer la durabilité de votre SUP gonflable, rincez-le à l'eau douce après chaque utilisation en milieu salin. Garder le dans son sac, à l'abri du soleil et de l'humidité lorsque vous ne vous en servez pas.

Ne laissez pas de sable, d'eau ou d'autres éléments extérieurs rentrer à l'intérieur du SUP via la valve de gonflage.

La planche est livrée avec un kit qui contient une clef permettant le démontage de la valve, ainsi qu'avec des échantillons de la même matière et même couleur que la peau extérieure de la planche. Ceux-ci peuvent être utilisés pour des réparations avec une colle adaptée (type colle néoprène).

Dans le cas où vous souhaiteriez réaliser une réparation, veillez à nettoyer correctement la zone concernée et abrasez la surface avec du papier de verre afin de garantir un meilleur collage.

Garantie

Les produits F-ONE sont garantis selon les lois en vigueur contre tout défaut majeur.

Cette garantie est soumise aux clauses limitatives suivantes:

La garantie n'est valide que si le produit est utilisé dans des conditions normales d'utilisation et exclu l'usage en location. F-ONE se réserve le droit de déterminer souverainement de la prise en charge de la garantie ou non par un contrôle visuel (photo ou inspection de visu du matériel) montrant clairement le(s) défaut(s). Si

nécessaire cette information pourra être envoyée au distributeur F-ONE de votre pays. Le produit pourra être retourné uniquement après délivrance d'un numéro de retour SAV par votre distributeur F-ONE. La facture d'origine doit être jointe à toute demande de prise en garantie. Le nom du magasin et la date d'achat doivent y être clairement lisibles. Si le produit est déclaré défectueux par F-ONE, la garantie couvre la réparation ou le remplacement du produit défectueux uniquement. F-ONE n'est pas responsable du coût supplémentaire, de la perte ou des dommages résultants d'une mauvaise utilisation de ce produit.

Cette garantie ne couvre pas les dommages occasionnés par :

- Une négligence ou une mauvaise utilisation.
- Une modification d'un élément de l'équipement F-ONE.
- Une exposition excessive au soleil.
- Un mauvais stockage et/ou entretien du matériel.
- Une utilisation du matériel dans du shore-break.
- Une mauvaise utilisation de la vis de décompression.
- Tous dommages autres que ceux résultants d'un défaut de fabrication.

**POUR TOUTE PRISE EN CHARGE,
ADRESSEZ-VOUS EN PREMIER LIEU
À VOTRE REVENDEUR.**

BEFORE INFLATING
TURN THE STEM A NOTCH & PULL UP
PUSH DOWN & TURN THE STEM A NOTCH
FAST DEFLATE
fONE

PUSH DOWN & TURN THE STEM
A NOTCH
FAST DEFLATE
fONE

fONE

fONE

ROCKET
AIR

Summary

HOW TO USE A STAND UP PADDLE BOARD IN DIFFERENT ENVIRONMENTS.	13
INFLATE THE BOARD	15
INSTALL THE US FIN	16
ATTACHING THE LEASH	16
INSTALL THE FOIL INTO THE TUTTLE BOX	17
DEFLATE THE BOARD	17
FIRST TIME IN THE WATER	18
MAINTENANCE	18
GUARANTEE	19

BEFORE USING YOUR
STAND UP PADDLE BOARD,
CAREFULLY READ THIS MANUAL
AND KEEP IT FOR FURTHER REFERENCES.

Using this product can be dangerous and can lead to serious accidents. It is important to follow the security guidelines, but the best way to stay safe is to use caution. You are responsible for your safety and the safety of the people around you.

How to use a Stand Up Paddle board in different environments.

RULES OF NAVIGATION

This manual includes the rules set by the french national authority regulating the practice of sup. Make sure your comply with the regulation sets by the local authorities wherever you practice.

For SUP's that fall into the category of beach vessels (under 3.5 m long), they are required to stay within 300 m of the coastline.

For SUP's that are longer than 3.5m or 11'6ft, they are no longer considered beach vessels. They are allowed to go beyond 300 m, but not further than 2 miles.

WARNING: The inflatable SUP's longer than 3.5 m are allowed beyond 300 m under the single condition that they are constituted of at least 2 inflatable compartments. Hence the SUP's that have only one inflation valve are not allowed beyond 300 m. Do not use this product if the wind is more than 10 knots or in case of a storm or lightning.

Here are the safety guidelines to use while practicing in different bodies of water (These conditions do not need to be followed in a supervised context) :

FLAT WATER, OPEN WATER (OCEAN & SEA) / ENCLOSED BODIES OF WATER WITHOUT CURRENTS (LAKES & CANALS)

The rider is connected to his board by a leash. The leash must be at least equal or longer than the length of the board. No safety or security equipment is required for the beach vessels. For the SUP's allowed to go beyond 300 m, safety and basic security equipment is required, related to the characteristics of the vessel and mandatory within 2 miles of shelter (art.240-3.07). An individual floating devise (art.240- 3.12) or a protective suit (art.240- 3.13). A life jacket or a neoprene wetsuit. A personal strobe light (art.240-3.14) & a towing apparatus.

PRACTICING LONG DISTANCE ITINERARIES

- It is recommended that you do not go out with an offshore wind that pushes you away from land more than the equivalent of 1 hr of paddling (while remaining in the allowed safety distances).
- The rider should inform the lifeguards or a third party of his trajectory.
- The rider should carry a dry bag with a communication devise, a first aid kit and a towing apparatus.

Beyond 300 m, basic security equipment is required, related to the characteristics of the vessel and mandatory within 2 miles of shelter.

You should be equipped with:

- An individual floating devise or a protective suit:
- A lifejacket or a neoprene wetsuit.
- A personal strobe light.
- A towing apparatus: the leash insert and leash meet these requirements.

RECOMMENDATIONS

- It is recommended to use a life jacket and a wetsuit when the water temperature is below 20°.
- When practicing long distance itineraries it is recommended to always go with at least 2 people.

How to use a Stand Up Paddle board in different environments.

WAVES (OCEAN & SEA)

Stand up paddle boards are voluminous and heavy, it is paramount that every surfer must be in control of his board and paddle at all times. The right of way rules of surfing and conviviality apply to the practice of stand up paddle boarding in waves. The surfer is connected to his board by a leash. The leash must be of equal or longer length than the board.

RECOMMENDATIONS

- Before using your stand up paddle board in waves, it is advisable that you are able to control it in calm waters (without waves) and have basic knowledge of waves, due to having practiced a surfing related activity.
- Every surfer should practice stand up paddle boarding away from crowded areas.

IN RIVERS (RAPIDS)

In rapids using a leash is not allowed, this can be dangerous because it can stay blocked into rocks or other things. A flotation aid is mandatory. Closed shoes must be worn. A helmet is required in class 3 rapids or if the conditions make it necessary. The rules particular to each zone should be respected.

RECOMMENDATIONS

- It is recommended to wear a wetsuit when the water is below 20°.
- It's recommended to have a tow ring set up on your SUP Board.
- When practicing long distance itineraries it is recommended to always go with at least 2 people.

Inflate the board

To inflate your inflatable F-ONE SUP, unroll the board on the ground. The board must be placed with the top up. Open the valve cap by turning it a quarter of a turn. You can then access the valve.



In the center of the valve is a stem that controls the opening and closing of the valve. To open the valve, press it and turn a quarter turn to lock it in the open position. To shut the valve, turn it a quarter of a turn in the other direction and let the rod come out partially.

Before connecting the pump, make sure the valve is in the closed position (be careful, if the rod is down, the valve is opened and the board will deflate immediately once the pump is disconnected). To connect the pump, insert the tip and turn a quarter of a turn so that the hooks of the tip slide under the bridges that hold the central rod. The tip thus becomes one with the valve. Once this is the case, you can start inflating the board.

The pump delivered with your inflatable SUP F-ONE allows a very efficient inflation. A small valve is on the top of the main cylinder. If the valve is closed, the pump sends air during the descent and ascent, this is the double action mode. If the valve is open, the pump only sends air at the descent, this is the single action mode. The dual action mode allows a faster inflatable and the single action mode allows an easier inflatable to high pressure. In general, it is possible to start inflating the board in double action mode, then remove the screw from the valve to finish in single action mode when the pressure becomes important.



17 PSI inflation pressure is recommended for inflatable SUPs in F-ONE range. It is recommended not to inflate below 15 PSI (insufficient rigidity) and not to exceed 21 PSI (risk of damage)

Once you have reached the desired pressure, turn the end of the pipe a quarter of a turn to disengage it from the valve of the board. You can then replace the valve cap to protect it from sand and outdoor elements.

Install the US fin

EMBASE US

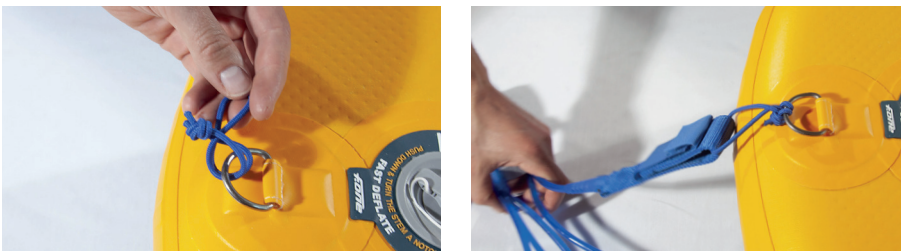
Your inflatable F-ONE SUP is equipped with a removable central fin, here's how to install it. It is a fin with a «US» base system. To install the fin, insert the washer plate into the front half of the fin box. Then slide the fin into the box by sliding the studs into the rail. You can adjust the fin position, forward or back inside the rail.

Once the correct position is selected, tilt the fin forward until the hole in the fin and washer plate line up, then insert the screw and tighten.



Attaching the leash

Certain types of conditions will justify the use of a leash while stand up paddle boarding. The leash connects the rider to the board. A leash will be required when in waves and on flat water in an open or closed bodies of water with no currents. The leash must be installed this way:



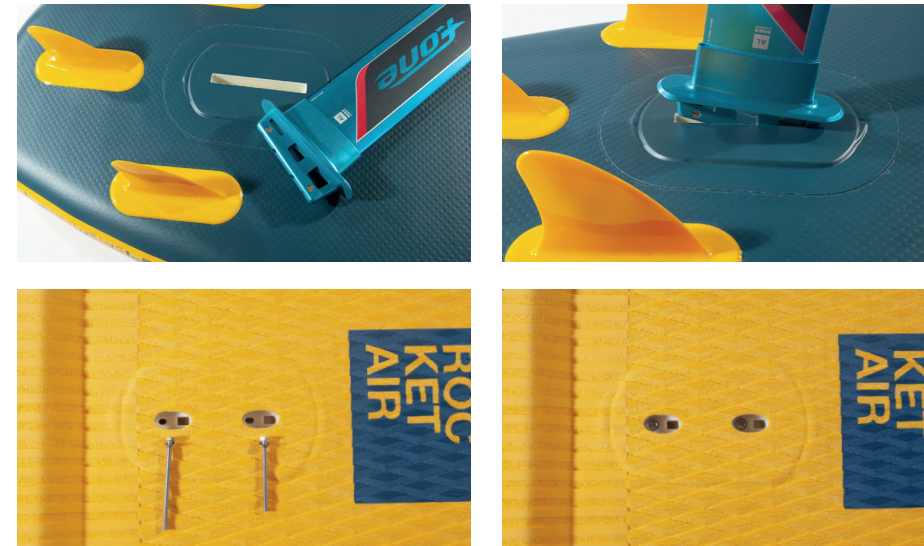
Untie the string connected to your leash, then pass it into the leash plug and tie it in a clove hitch, then reconnect your leash to the string.

Do not use your SUP without a leash when the conditions require one. Losing contact with your board can be dangerous for yourself and to others around you. Always use a leash in good condition and make sure that it is at least as long as your SUP. It is also necessary to adapt the diameter of the leash to the size of the board. We recommend 8mm leash for inflatable boards as they have more volume.

Install the foil into the Tuttle Box

If you have a Rocket Air Surf or Rocket Air SUP board, these boards are equipped with a Tuttle box that allows the assembly with a hydrofoil. To connect the foil to the board, follow the instructions below.

Once the board is inflated, place it upside down and insert the tuttle head of the foil. Rotate the board to the side to access the top of the box. Insert the screws into the circular holes (don't forget the washers) and tighten firmly. The tuttle head is longer in front than behind. It is therefore necessary to use the shorter screw in front and the longer one behind. Hydrofoil flights cause very slight vibrations that tend to loosen the screws. Check regularly that both screws are properly tightened.



SCREW SIZES USED

• 4'6" / 5'0" / 5'4" :

- 1x M6-80mm + 1x M6-60mm hexagonal head screw (316 stainless steel)
- 2x M6-14mm (outside diam) washers (316 stainless steel)

• 5'10" / 6'6" / 7'6" / 7'11" :

- 1x M6-100mm + 1x M6-80mm hexagonal head screw (316 stainless steel)
- 2x M6-14mm (outside diam) washers (316 stainless steel)

Deflate the board

To deflate the board, open the valve cap to access the valve. Press the rod and turn a quarter turn to open the valve and keep it in the open position. Due to the high pressure of the air in the board, you must press hard to open the valve and prepare for a noisy air outlet.

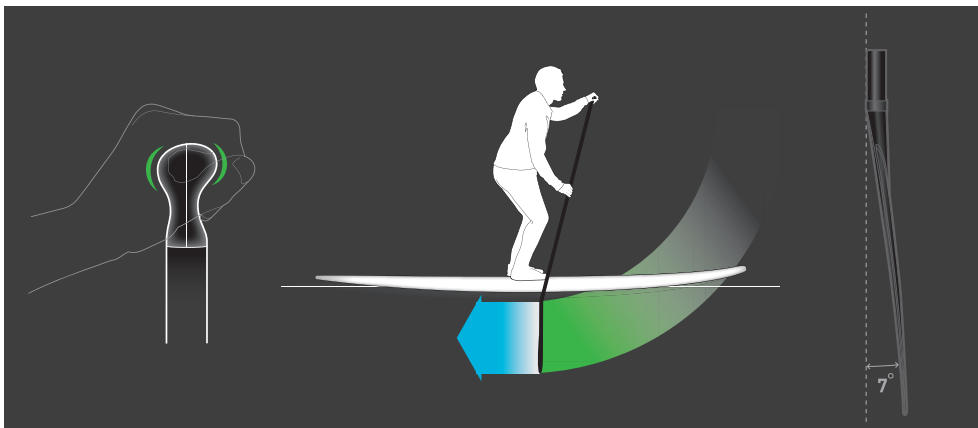
Let the board deflate, then roll it to store in its bag. Remember to close the valve after rolling the board to prevent sand or other external elements from getting inside it.



First time in the water

Walk out into the water holding the SUP by the handle, until you are about mid-thigh deep. Climb onto the SUP in a kneeling position (easier than standing), holding the paddle in one hand (this will stop you from bending down to pick it up). Position your feet on either side of the handle with the distance that you are most comfortable with and slightly bend your legs for balance. To paddle, place one hand on top of the paddle and the other on the top thirds of the paddle.

If the right hand is on top then the paddle stroke should be on the left side and if the left hand is on top of the paddle then the stroke will be on the right side. Be sure to use the paddle the right way; with the tilted side of the blade facing forward. To be as efficient as possible, paddle with the blade close to the SUP and reach far forward on every stroke. Once the paddle reaches your ankles, pull the paddle out of the water and reach as far forward as possible for your next stroke.



⚠ Maintenance

To ensure the durability of your inflatable SUP, rinse it with fresh water after each use in a salty environment. Keep it in your bag, away from the sun and moisture when you are not using it.

Do not allow sand, water or other external elements to enter the SUP through the inflation valve.

The board comes with a kit that contains a key to remove the valve, as well as samples of the same material and color as the outer skin of the board. These can be used for repair with a suitable glue (neoprene glue type).

In case you wish to carry out a repair, make sure to clean the area properly and abrade the surface with sandpaper to ensure better bonding.

Guarantee

F-ONE products are guaranteed according to the laws in force against any major defect.

This warranty is subject to the following limiting clauses:

The warranty is valid only if the product is used under normal conditions of use and excludes the use for rental. F-ONE reserves the right to determine whether or not the guarantee is covered by a visual inspection (photo or visual inspection of the equipment) clearly showing the defect(s). If necessary,

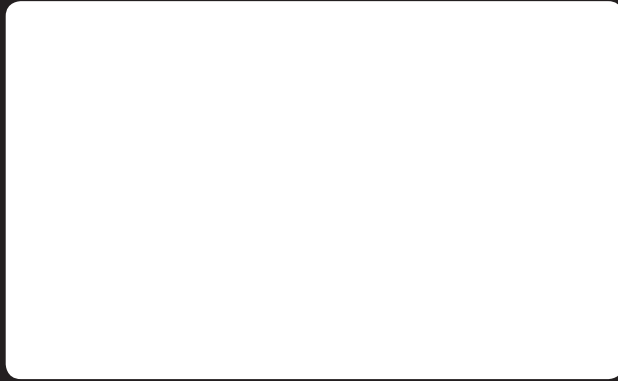
This warranty does not cover damage caused by:

- Negligence or misuse
- A modification of an F-ONE equipment item
- Excessive exposure to the sun
- Poor storage and / or maintenance of equipment
- Use of equipment in shore-break
- Incorrect use of the decompression screw
- Any damage other than that resulting from a manufacturing defect

this information may be sent to the F-ONE distributor in your country. The product may be returned only after the issue of a customer service return number by your F-ONE distributor. The original invoice must be attached to any warranty claim. The name of the store and the date of purchase must be clearly legible. If the product is declared defective by F-ONE, the warranty covers the repair or replacement of the defective product only. F-ONE is not responsible for any additional cost, loss or damage resulting from misuse of this product.

IN ANY CASE, CONTACT YOUR DEALER FIRST

VOTRE REVENDEUR / YOUR RETAILER



NUMÉRO DE SÉRIE / SERIAL NUMBER



NOTEZ SOIGNEUSEMENT LE NUMÉRO DE SÉRIE DE VOTRE SUP. IL EST INSCRIT SOUS VOTRE PLANCHE, A L'ARRIÈRE. IL VOUS SERVIRA EN CAS DE S.A.V OU EN CAS DE VOL.

CAREFULLY WRITE DOWN YOUR SUP'S SERIAL NUMBER. IT IS LOCATED ON THE BOTTOM OF THE BOARD, CLOSE TO THE TAIL. IT WILL COME IN HANDY FOR AFTER-SALES RELATED ISSUE AND IN CASE YOUR BOARD GETS STOLEN.

WWW.F-ONE.WORLD

