

Notice d'utilisation - User Guide

Stand up paddle

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.

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

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.

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.



FONE

FRANCAIS

Pratique du stand up paddle board dans les différents milieux	p. 3
· Vagues (mer et océan)	p. 3
· Milieux fermés sans courant (lacs et canaux)	p. 4
· En rivière (eau vive)	p. 4
Installer la vis de décompression	p. 5
Installer les ailerons	p. 6
· Embase FUTURES®	p. 6
· Embase US	p. 6
Installer le leash	p. 7
Couper la pagaie	p. 7
Première mise à l'eau	p. 8
Entretien	p. 8
Garantie	p. 9

ENGLISH

Guidelines on how to use a stand up paddle board in different environments.	p.10
· Waves (ocean and sea)	p.10
· Flat water, open water (ocean and sea), enclosed bodies of water without currents (lakes and canals)	p.11
· In Rivers (rapids)	p.11
Installing the decompression screw (vent slot screw).	p.12
Installing the fins	p.13
- FUTURES® Base	p.13
- US Base	p.13
Installing the leash	p.14
Cutting the paddle	p.14
First time in the water	p.15
Maintenance	p.15
Garantee	p.16

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 300m de la côte.

Les SUP de plus de 3,50m, 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 300m sans aller au-delà des 2 milles d'un abri.

Au-delà des 300m, 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 300m 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 300m. 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):

VAGUES (MER ET 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.

EAU PLATE MILIEUX OUVERTS (MERS ET OCÉANS), MILIEUX FERMÉS SANS COURANT (LACS ET 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 300m, le matériel d'armement et de sécurité basique, adapté aux caractéristiques de l'embarcation, est obligatoire jusqu'à 2 milles d'un abri (article 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.

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 ailliers.

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.



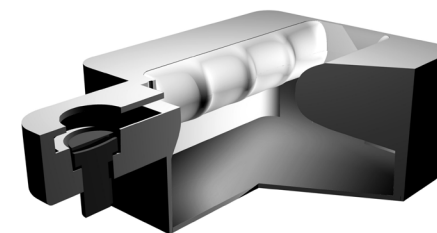
Préconisations :

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

Installer la vis de décompression

Lorsque votre SUP est exposé à de fortes chaleurs ou à des changements de température, la dilatation de l'air contenu à l'intérieur risque d'endommager la planche de manière irréversible. C'est la raison pour laquelle votre SUP est équipé d'une vis de décompression.

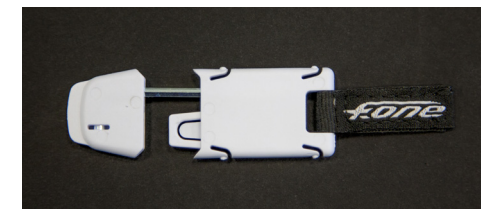
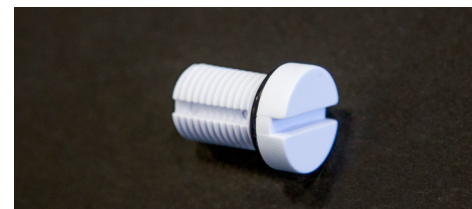
Votre SUP F-ONE est équipé de la SMART HANDLE qui intègre la vis de décompression.



Veillez à toujours :

- Visser la vis au maximum avant d'amener votre SUP au contact de l'eau.
- Dévisser la vis lors du transport ou du stockage de votre SUP.

La vis peut se visser et dévisser à l'aide de l'outil multifonction qui se loge également dans la poignée. Un joint en caoutchouc garantit l'étanchéité lorsque la vis est vissée au maximum. Lorsque vous dévissez, quelques tours suffisent à laisser passer l'air grâce à la gorge prévue dans le filetage de la vis. Inutile d'enlever la vis intégralement.



Le logement pour l'outil multifonction comporte deux positions. Lorsque la vis est légèrement dévissée (position ouverte), l'outil peut se ranger au 1er cran de son logement mais dépasse en obstruant l'accès à la poignée. L'utilisateur, quel qu'il soit, s'aperçoit ainsi tout de suite que la vis n'est pas fermée lorsqu'il saisit la planche par la poignée.



La vis est serrée au maximum (position fermée) lorsque la tête de vis parvient au même niveau que le logement de l'outil multifonction. Le passage pour ce dernier est alors libre et il est possible de le ranger jusqu'au 2e cran. L'utilisateur peut alors saisir la planche par la poignée sans gêne et amener le SUP au contact de l'eau.



Installer les ailerons

Votre SUP F-ONE vous est fourni avec un ou plusieurs ailerons. Chaque modèle est développé pour être utilisé avec une certaine configuration d'aileron. Varier le nombre ou la taille des ailerons est susceptible

de modifier significativement le comportement et la réactivité de la planche. Il est donc recommandé d'utiliser les ailerons fournis avec votre SUP.

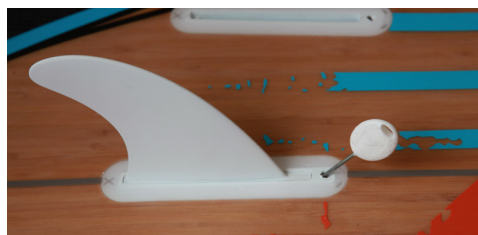
Les ailerons fournis peuvent avoir deux types d'embases qui correspondent aux deux types de boîtiers qui équipent les SUP F-ONE :

EMBASE FUTURES©

Les ailerons latéraux ainsi que certains ailerons centraux (sur les modèles MADEIRO et MADEIRO PRO) possèdent des embases de type FUTURES©.

Pour monter ces ailerons, dévissez la vis située à l'avant du boîtier. Engagez l'aileron vers l'arrière dans le boîtier afin de caler l'encoche arrière, puis basculez

l'aileron vers l'avant pour qu'il rentre complètement dans le boîtier. Vous pouvez alors revisser la vis à l'avant du boîtier pour verrouiller l'aileron.



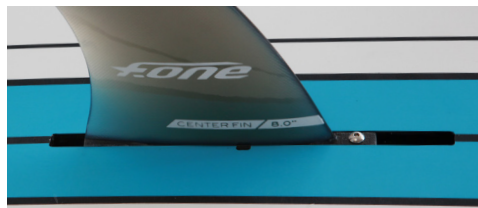
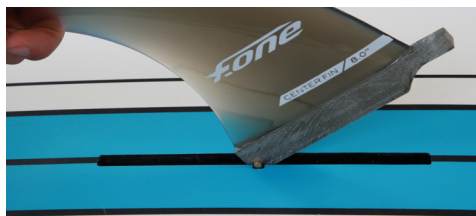
Les dérives latérales sont asymétriques. Attention de bien les monter avec la face «bombée» vers l'extérieur du SUP (face creuse vers l'intérieur du SUP).

EMBASES US

La plupart des ailerons centraux (ANAKAO, MANAWA, RACE, RACE PRO) possèdent des embases 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 longitudinale 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 situe à la verticale de la plaquette écrou. Vous pouvez alors y 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 dans les vagues et en eaux calmes que ce soit en milieu ouvert ou fermé, sans courant.

Celui-ci doit alors être installé de la façon suivante :



Détachez la cordelette de votre leash. Glissez-la sous l'axe du leash plug avant de fermer la boucle en faisant une tête d'alouette. Raccrochez votre leash à la cordelette.

N'utilisez pas votre SUP sans leash lorsque les conditions le requièrent. Perdre le contact avec votre planche peut vous mettre en danger ainsi que ceux autour de vous.

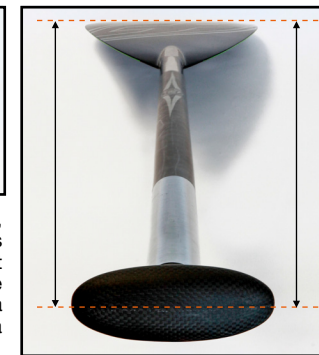
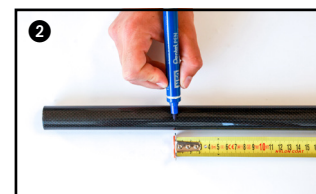
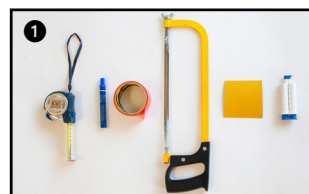
Veillez à utiliser toujours un leash en bon état d'une longueur au moins égale à celle de la planche. Il est nécessaire d'adapter le diamètre du leash à la taille de la planche et à celle des vagues. Préférez un leash de diamètre supérieur ou égal à 7 mm pour les petites planches (< 8'5") et un diamètre supérieur ou égal à 8mm pour les plus grosses planches.

Couper la pagaie

F-ONE propose des modèles de pagaie à longueur ajustable et d'autres de longueur fixe permettant de réduire le poids de la pagaie.

Si vous venez de faire l'acquisition d'une pagaie non ajustable, il vous faut couper le manche de la pagaie à la bonne longueur selon votre taille et votre pratique, puis coller la poignée fournie.

Pour définir la bonne longueur du manche, il faut que la pagaie soit plus grande que votre taille, entre 10 et 20 cm. Le réglage est plus court en vague (planche plus basse sur l'eau) et un peu plus long en Race (planche plus haute sur l'eau). En cas de doute, souvenez-vous qu'il vaut mieux couper trop long que trop court.



Une fois que vous avez déterminé la bonne longueur de manche, coupez la longueur inutile à l'aide d'une scie à métaux. N'oubliez pas de scotcher sous la partie à découper pour matérialiser un repère et pour que la fibre se coupe proprement. La poignée s'insère dans le tube du manche, veillez à respecter l'alignement de la poignée avec la pale en bas du manche. Le sens de la poignée doit être parallèle à la pale avec le concave du même côté que le dos de la pale.

Une fois la poignée positionnée, celle-ci doit être collée à l'aide d'une colle forte résistante à l'eau type « Epoxy à prise rapide » ou similaire.



Première mise à l'eau

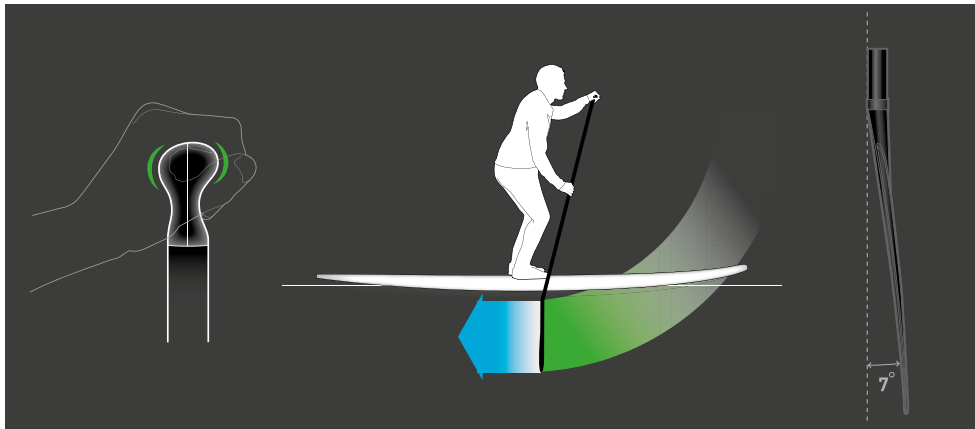
Avancez-vous dans l'eau en tenant votre SUP par la poignée jusqu'à avoir de l'eau à mi-cuisse. Montez sur le SUP en passant par la position à genou (plus facile au début) en tenant votre pagaie dans une main (cela vous évitera de vous baisser par la suite pour attraper la pagaie).

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 (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

Après utilisation, veillez à rincer votre matériel à l'eau douce et le stocker à l'abri des rayons du soleil et de toute source de chaleur importante.

Lors du transport dans des conditions de chaleur importantes ou avec des variations de pression importantes (transport aérien ou passage de col de montagne), veillez à bien vérifier que la vis de

décompression est ouverte. De manière générale laissez la vis de décompression ouverte lorsque la planche est hors d'eau.

Évitez au maximum de stocker votre SUP dans un véhicule exposé au soleil vitres fermées. Dans ces conditions, la température peut monter à 70°C ce qui peut endommager votre planche.

Garantie

F-ONE garantit ce produit de tout défaut majeur de fabrication ou de matériau pour une période d'un an à compter de sa date d'achat.

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 mais ne couvre pas le produit s'il est mis en location. F-ONE se réserve le droit de déterminer souverainement de la prise de la garantie ou non par un contrôle visuel (photos 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

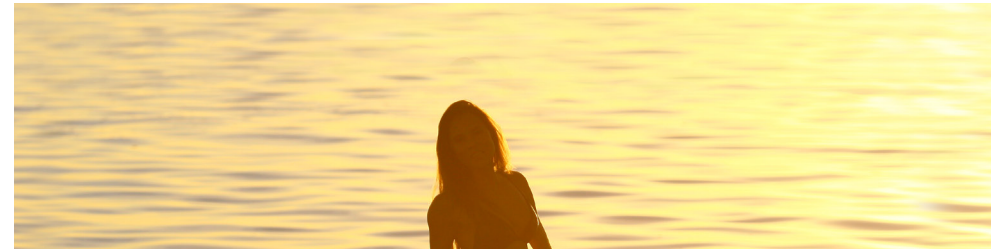
distributeur F-ONE. La facture d'origine doit être jointe à toute demande de prise en garantie. Le nom du magasin et la date d'achat doivent y être clairement lisibles.

Si ce 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,
- ou tous dommages autres que ceux résultants d'un défaut de fabrication ou de matériau.
- Une mauvaise utilisation de la vis de décompression.

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



F-ONE SAS
ZAC de la Méditerranée
170, Route de la Foire
34470 PÉROLS - FRANCE

Tél. +33 (0) 4 67 99 51 16
Fax. +33 (0) 4 67 99 61 93

www.f-onesup.com



Guidelines on how to use a stand up paddle board in different environments.

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

Rules of navigation:

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

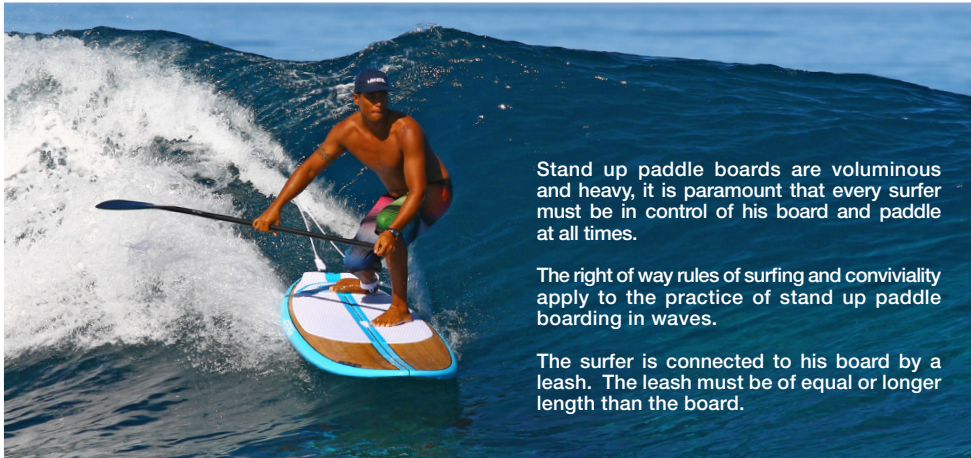
For SUP's that are longer than 3.5m or 11'6ft, they are no longer considered beach vessels. They are allowed to go beyond 300m, but not further than 2 miles.

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

WARNING: The inflatable SUP's longer than 3.5m are allowed beyond 300m 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 300m. 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) :

WAVES (OCEAN AND 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.

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.

FLAT WATER, OPEN WATER (OCEAN AND SEA), ENCLOSED BODIES OF WATER WITHOUT CURRENTS (LAKES AND 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 300m, safety and basic security equipment is required, related to the characteristics of the vessel and mandatory within 2 miles of shelter (article 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) and 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.

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.

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.



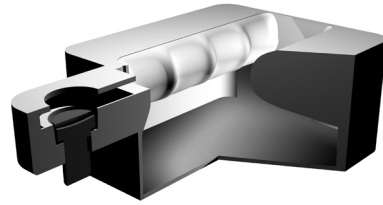
Recommendations:

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

Installing the decompression screw

When your SUP is exposed to high temperatures or rapid temperature changes, the dilation of the air inside could damage the board in an irreversible manner. This is why your SUP is equipped with a decompression screw.

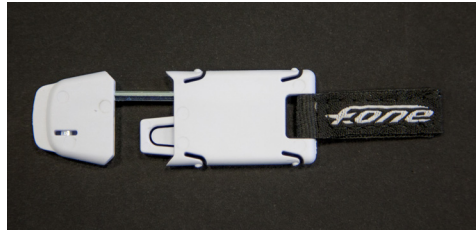
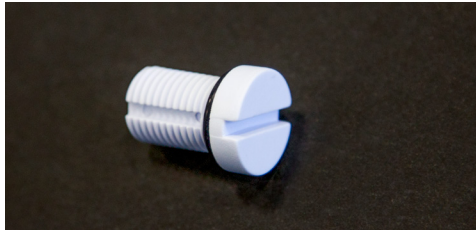
Your SUP is equipped with the F-ONE SMART HANDLE, with the decompression screw built in.



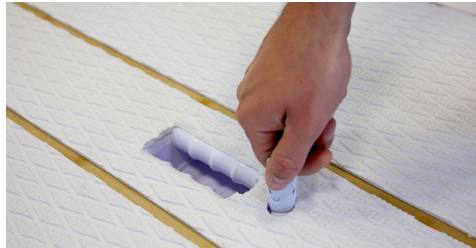
Make sure you always:

- Fully screw the decompression screw when the SUP is in contact with water.
- Unscrew the decompression screw while traveling or storing your SUP.

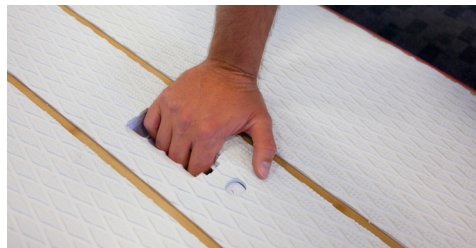
The screw can be tightened or loosened with the multifunction tool that is equally built into the handle. A rubber joint guarantees the seal will be water tight when the screw is fully tighten. When you loosen the screw, just a few turns will suffice to allow air to flow through; there is no need to remove the screw.



The storage compartment of the multifunction tool has two positions. When the screw is slightly loosened (open position), the tool can fit into the 1st slot of its compartment, but sticks out obstructing the handle access. The user, regardless of who he is, will notice right away that the screw is not fully tighten, when he lifts the board by the handle.



When the screw is fully tightened (closed position) the head of the screw is at the same level as the compartment of the multifunction tool. The space is free to clip the tool all the way to the 2nd slot. The user can lift the board by the handle without any obstruction and bring the SUP in contact with water.



Installing the fins

Your F-ONE SUP is delivered with one or more fins. Each model is developed to be used with a certain type of fin configuration. Modifying the fins or the numbers

of fins can lead to significant changes in the behavior and responsiveness of the board. It is therefore recommended to use the fins that were supplied with the board.

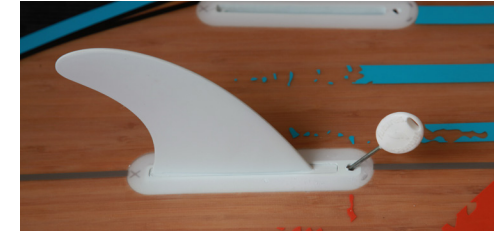
The fins supplied can have two types of fin bases. They are the two bases used on the F-ONE SUP board line.

FUTURES© Base

The side fins and certain center fins (on the MADEIRO and MADEIRO PRO) are equipped with the FUTURES© system.

To install the fins, loosen the screw at the front of the fin box. Slide the fin towards the back of the box until the fin notch is wedged in, then tilt the front of the fin

down towards the front until it completely fills the fin box. You can then tighten the front screw until the fin is secured.



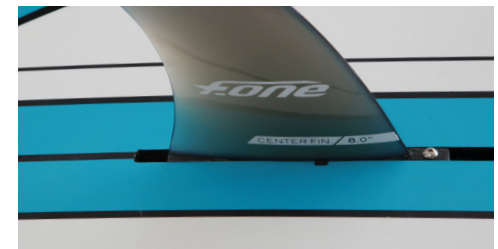
The side fins are asymmetrical. Make sure you fit the convex side towards the outside of the SUP (hollow face towards the inside of the SUP)

US Base

Most center fins (ANAKAO, MANAWA, RACE, RACE PRO) have 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.



Installing 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 or yourself and to others

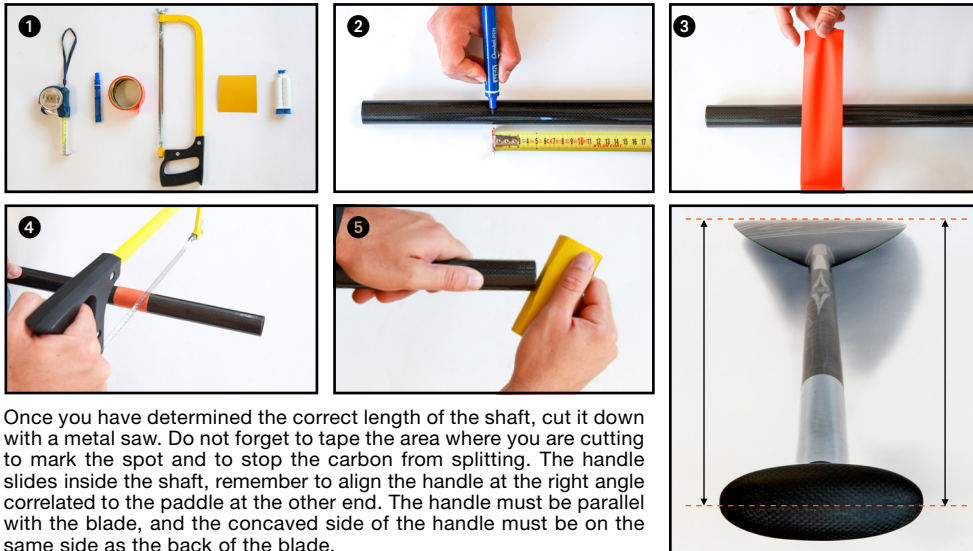
around you. Always use a leash in good condition and make sure that it is at least as long as your SUP. It is also necessary to adapt the diameter of the leash to the size of the board. Choose a leash at least 7mm thick for the small SUP's (<8'5) and a diameter of 8mm or bigger for the bigger boards.

Cutting the paddle

F-ONE offers paddles that are adjustable and others that are a fixed length to reduce weight.

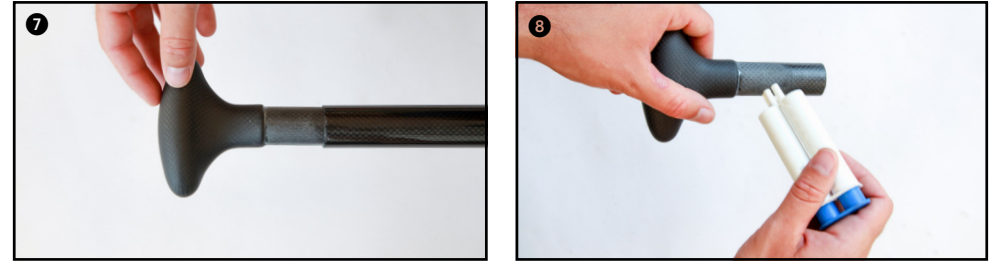
If you acquired a non adjustable paddle, you need to cut the paddle to the right length for your size and discipline, then glue on the supplied handle.

To define the right length shaft, your paddle needs to be about 10 to 20 cm taller than you. The wave paddle is shorter (closer to the water) than a race board paddle that needs to be longer (race boards float higher). If you are unsure, remember you are better off cutting too long than too short.



Once you have determined the correct length of the shaft, cut it down with a metal saw. Do not forget to tape the area where you are cutting to mark the spot and to stop the carbon from splitting. The handle slides inside the shaft, remember to align the handle at the right angle correlated to the paddle at the other end. The handle must be parallel with the blade, and the concaved side of the handle must be on the same side as the back of the blade.

Once the position of the handle has been chosen the handle can be glued using a water resistant glue type "Quick Epoxy" or similar.



First time in the water

Walk out into the water holding the SUP by the handle, until you are about mid-thigh deep.

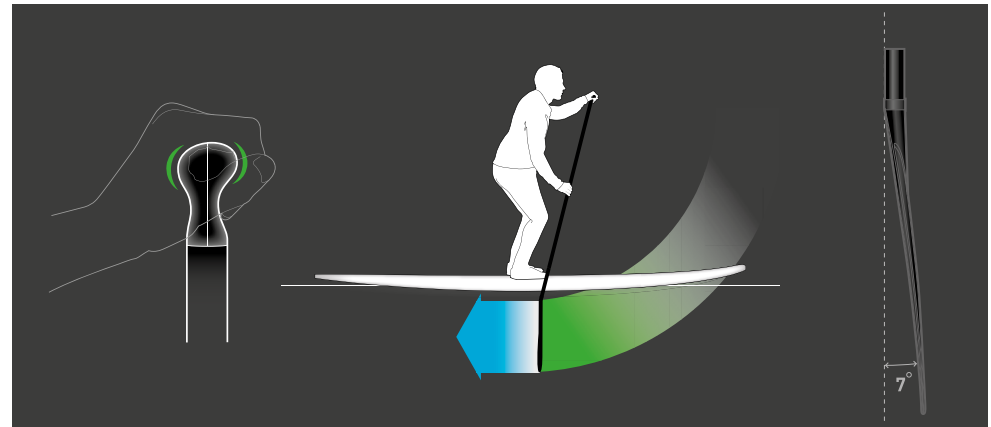
Climb onto the SUP in a kneeling position (easier than standing), holding the paddle in one hand (this will stop you for bending down to pick it up).

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 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

After each use, please rinse your material with fresh water and store away from sun light and possible heat sources.

When traveling on hot days or with high pressure difference (mountain pass) make sure that the decompression screw is open.

As a general rule keep the vent open when the board is not in the water.

Avoid storing your SUP in a car with the windows closed. In these conditions the temperature can go up to 70°C and this could result in damage to your SUP.

F-ONE warrants this product to be free of major defects in material or workmanship to the original purchase for a period of 1 year from the date of purchase.

This warranty is subject to the following limitations:

This warranty is valid only when this product is used for normal recreation, and does not cover products used in rental or teaching operations.

F-ONE will make the final warranty decision, which may require inspection and/or photos of the equipment, which clearly show the defect(s). If necessary, this information must be sent to F-ONE distributor in your country. This product can be returned only if a return authorisation

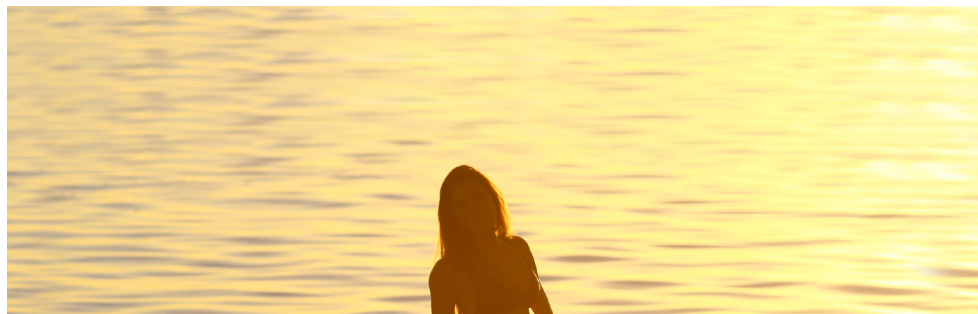
number is given by the F-ONE distributor in advance. The original purchase receipt must accompany all warranty claims. The name of the retailer and date of purchase must be clear and legible.

If a product is deemed to be defective by F-ONE, the warranty covers the re-pairs or replacement of the defective product only. F-ONE will not be responsible for any costs, losses, or damages incurred as a result of improper use of this product.

This warranty does not cover damage caused by :

- Misuse or abuse, neglect or normal wear and tear including, but not limited to, punctures, rigging with anything other than F-ONE components,
- Damage due to excessive sun exposure or to winds on the beach,
- Damage caused by improper handling and storage,
- Damage caused by use in shore break,
- And damage caused by anything other than defects in material and workmanship.

FOR ALL WARRANTY CLAIMS, CONTACT YOUR NEAREST RETAILER.



F-ONE SAS

ZAC de la Méditerranée
170, Route de la Foire
34470 PÉROLS - FRANCE

Tél. +33 (0) 4 67 99 51 16

Fax. +33 (0) 4 67 99 61 93

www.f-onesup.com

