

EN

SAFETY INSTRUCTIONS FOR THE SKATEBOARD

WARNING: Protection equipment must be used, otherwise, you will not be able to prevent accidents with the skateboard.

- A- Always use the skateboard in a suitable place that enables you to use it to your full ability, away from pavements and streets, where serious accidents could occur between skateboard users and other people.
- B- Never leave children under 8 years old unattended; it is important for them to practice this sport with an adult's supervision.
- C- It is recommended to practice skateboarding accompanied, as most accidents occur in the first month.
- D- Learn everything slowly, including new tricks. Go slowly at first, particularly on slopes.
- E- Running or jumping on the skateboard can be dangerous.
- F- Most injuries produced on the skateboard involve broken bones, so you should learn how to fall without using the skateboard at first.
- G- Wear suitable clothing: Helmet, kneepads, wristbands, flat shoes. Wearing long-sleeved tops and trousers will help prevent grazing.
- H- Make the most of your local club and learn more; make sure you know how to use the skateboard correctly, looking out for yourself and other people.

ES

INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD PARA LA PATINETA

ADVERTENCIA: Se debe usar equipo de protección, de lo contrario, no podrá evitar accidentes con la patineta.

- A- Utilice siempre la patineta en un lugar adecuado que le permita usarla a plena capacidad, lejos de aceras y calles, donde podrían ocurrir accidentes graves entre usuarios de patinetas y otras personas.
- B- Nunca deje a niños menores de 8 años sin supervisión; es importante que practiquen este deporte con la supervisión de un adulto.
- C- Se recomienda practicar el skateboarding acompañado, ya que la mayoría de los accidentes ocurren en el primer mes.
- D- Aprenda todo lentamente, incluidos los trucos nuevos. Vaya despacio al principio, especialmente en pendientes.
- E- Correr o saltar sobre la patineta puede ser peligroso.
- F- La mayoría de las lesiones producidas en la patineta implican huesos rotos, por lo que debe aprender a caer sin usar la patineta al principio.
- G- Use ropa adecuada: Casco, rodilleras, muñequeras, zapatos planos. Usar camisetas de manga larga y pantalones ayudará a prevenir rozaduras.
- H- Aproveche al máximo su club local y aprenda más; asegúrese de saber cómo usar la patineta correctamente, cuidándose a sí mismo y a los demás.

PT

INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA PARA O SKATEBOARD

AVISO: O equipamento de proteção deve ser usado, caso contrário, você não conseguirá prevenir acidentes com o skateboard.

- A- Sempre use o skateboard em um local adequado que lhe permita usá-lo em sua capacidade máxima, longe de calçadas e ruas, onde acidentes graves poderiam ocorrer entre usuários de skateboard e outras pessoas.
- B- Nunca deixe crianças menores de 8 anos desacompanhadas; é importante que elas pratiquem este esporte com a supervisão de um adulto.
- C- Recomenda-se praticar o skate acompanhado, pois a maioria dos acidentes ocorre no primeiro mês.
- D- Aprenda tudo lentamente, incluindo novos truques. Vá devagar no início, principalmente em declives.
- E- Correr ou pular no skateboard pode ser perigoso.
- F- A maioria das lesões produzidas no skateboard envolve ossos quebrados, então você deve aprender a cair sem usar o skateboard no início.
- G- Use roupas adequadas: Capacete, joelheiras, munhequeiras, sapatos baixos. Usar camisas de manga comprida e calças ajudará a prevenir arranhões.
- H- Aproveite ao máximo seu clube local e aprenda mais; certifique-se de saber como usar o skateboard corretamente, cuidando de si mesmo e de outras pessoas.

IT

ISTRUZIONI DI SICUREZZA PER LO SKATEBOARD

AVVERTENZA: Deve essere utilizzata l'attrezzatura protettiva, altrimenti non sarà possibile prevenire incidenti con lo skateboard.

- A- Utilizzare sempre lo skateboard in un luogo adatto che permetta di usarlo al massimo delle sue capacità, lontano da marciapiedi e strade, dove potrebbero verificarsi incidenti gravi tra gli utenti dello skateboard e altre persone.
- B- Non lasciare mai bambini di età inferiore agli 8 anni incustoditi; è importante che pratichino questo sport con la supervisione di un adulto.
- C- Si consiglia di praticare lo skateboard accompagnati, poiché la maggior parte degli incidenti si verifica nel primo mese.
- D- Imparare tutto lentamente, inclusi i nuovi trucchi. Andare piano all'inizio, in particolare sulle pendenze.
- E- Correre o saltare sullo skateboard può essere pericoloso.
- F- La maggior parte degli infortuni prodotti sullo skateboard coinvolge ossa rotte, quindi si dovrebbe imparare a cadere senza usare lo skateboard all'inizio.
- G- Indossare abbigliamento adeguato: Casco, ginocchiere, polsiere, scarpe basse. Indossare maglie a maniche lunghe e pantaloni aiuterà a prevenire abrasioni.
- H- Sfruttare al massimo il proprio club locale e imparare di più; assicurarsi di sapere come usare lo skateboard correttamente, prendendosi cura di sé stessi e degli altri.

FR

INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ POUR LE SKATEBOARD

AVERTISSEMENT: L'équipement de protection doit être utilisé, sinon, vous ne pourrez pas prévenir les accidents avec le skateboard.

- A- Utilisez toujours le skateboard dans un endroit approprié qui vous permette de l'utiliser à pleine capacité, loin des trottoirs et des rues, où des accidents graves pourraient survenir entre les utilisateurs de skateboard et d'autres personnes.
- B- Ne laissez jamais les enfants de moins de 8 ans sans surveillance; il est important qu'ils pratiquent ce sport sous la supervision d'un adulte.
- C- Il est recommandé de pratiquer le skateboard accompagné, car la plupart des accidents se produisent le premier mois.
- D- Apprenez tout lentement, y compris les nouvelles figures. Allez-y doucement au début, surtout sur les pentes.
- E- Courir ou sauter sur le skateboard peut être dangereux.
- F- La plupart des blessures produites sur le skateboard impliquent des fractures, vous devriez donc apprendre à tomber sans utiliser le skateboard au début.
- G- Portez des vêtements appropriés: Casque, genouillères, protège-poignets, chaussures plates. Le port de hauts à manches longues et de pantalons aidera à prévenir les écorchures.
- H- Profitez au maximum de votre club local et apprenez-en plus; assurez-vous de savoir utiliser le skateboard correctement, en veillant à votre sécurité et à celle des autres.

DE

SICHERHEITSANWEISUNGEN FÜR DAS SKATEBOARD

WARNING: Schutzausrüstung muss verwendet werden, da Sie sonst Unfälle mit dem Skateboard nicht verhindern können.

- A- Benutzen Sie das Skateboard immer an einem geeigneten Ort, der es Ihnen ermöglicht, es voll auszuschöpfen, fernab von Gehwegen und Straßen, wo schwere Unfälle zwischen Skateboardbenutzern und anderen Personen auftreten könnten.
- B- Lassen Sie Kinder unter 8 Jahren niemals unbeaufsichtigt; es ist wichtig, dass sie diesen Sport unter Aufsicht eines Erwachsenen ausüben.
- C- Es wird empfohlen, Skateboardfahren in Begleitung zu üben, da die meisten Unfälle im ersten Monat passieren.
- D- Lernen Sie alles langsam, auch neue Tricks. Gehen Sie am Anfang langsam vor, besonders an Hängen.
- E- Laufen oder Springen auf dem Skateboard kann gefährlich sein.
- F- Die meisten Verletzungen beim Skateboardfahren sind Knochenbrüche, daher sollten Sie zunächst lernen, ohne das Skateboard zu fallen.
- G- Tragen Sie geeignete Kleidung: Helm, Knieeschützer, Handgelenkschützer, flache Schuhe. Das Tragen von langärmeligen Oberteilen und Hosen hilft, Schürfwunden zu vermeiden.
- H- Nutzen Sie Ihren örtlichen Verein optimal und lernen Sie mehr; stellen Sie sicher, dass Sie wissen, wie man das Skateboard richtig benutzt und auf sich selbst und andere achtet.



Maked by: Lord of Brands Factory
Carretera de la Lanzada 36 - Bajo B
Portonovo - Pontevedra
36970
Spain

Responsible person in the European Union
Diego Barbeito González
Rúa Alegre 3
Portonovo - Pontevedra - Spain
Phone: 677 145470
lordofbrands@hotmail.com
Spain