

# 1. HANAUER ROLL- UND EISSPORT-CLUB 1924 e.V.

ROLLSPORTANLAGE AN DER BRUCKNERSTRASSE

Mitglied im Hessischen Rollsportverband e.V. und im Landessportbund Hessen e.V.

[www.hanauer-rec.de](http://www.hanauer-rec.de)



## Die richtige Rollschuhpflege

Der Rollschuhe ist euer Sportgerät. Prüft es nach jedem Training und vor jedem Wettkampf genau, ansonsten besteht Unfallgefahr!

Du benötigst hauptsächlich handelsübliche Imbus-, Maul- oder Ringschlüssel.

### Der Stopper

- muss festsitzen, mit einer Fingerbreite Abstand zum Boden
- die Stopper sind regelmäßig zu drehen, um eine gleichmäßige Abnutzung zu gewährleisten

### Das Gestell

- kann mit einem trockenen Tuch gesäubert werden. Die Lenkpuffer sind individuell einstellbar, sollten jedoch zusammen mit einem Trainer/-in eingestellt werden

### Die Rollen

- sollten leicht laufen und nicht quietschen oder klackern
- sollten seitlich kein „Spiel“ haben
- sollten regelmäßig von Haaren und grobem Staub gereinigt werden
- Reinigung der Rollenauflfläche mit einem trockenen Lappen

### Die Lager

- sollten regelmäßig, alle 3 Monate - je nach Nutzung und Verschmutzungsgrad eventuell auch öfters gereinigt werden
- können nur mit einer Kugellagermaschine entfernt werden → kann im Verein geliehen werden
- **KEIN WASSER** verwenden → Rostgefahr im Lager!
- Reinigung mit WD40, Isopropanol, Bremsenreiniger oder Reinigungsbenzin und dazu mit einer Zahnbürste oder Bones Bearings Cleaning Unit
- danach ölen/fetten z.B. Bones Speed Creme, Lithiumfett oder Nähmaschinenöl bei offenem Kugellager auch immer mal einen Tropfen zwischendurch

### Der Stiefel

- der Stiefel ist aus Leder (bis auf den der Marke Venus)
- verschwitzte Rollschuhe immer gut trocknen lassen, mit Zeitungspapier ausstopfen oder Trocknungskissen verwenden. Nicht vor oder auf der Heizung trocknen!
- kann mit einer handelsüblichen Schuhcreme (weiß oder farblos) gepflegt werden
- an der Spitze mit Tape abkleben und bei Abnutzung das Tape erneuern

Wenn Du alle diese Punkte beachtest, werden wir lange Freude an unserem Sportgerät haben.