



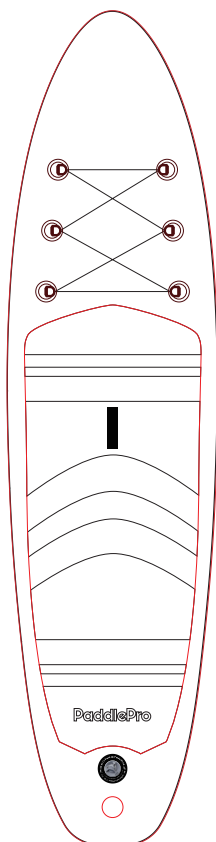
Gebruiksaanwijzing - SUP Board
User Manual - SUP Board
Manuel d'utilisation - Planche SUP

NL: p.2-7

Model/Modèle: LG1144/LG1145/LG1149

EN: p.8-13

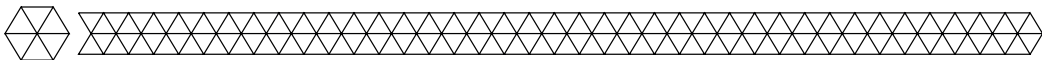
FR: p.14-19



CHN
MADE IN CHINA



Lees de instructies
Please read the manual
Veuillez lire ce mode d'emploi



► Introductie

- Bedankt dat je hebt gekozen voor één van onze LifeGoods producten. Volg te allen tijde de veiligheidsvoorschriften voor veilig gebruik. Mochten er vragen zijn over het product, neem dan contact met ons op via email: service@lifegoods.nl

Beoogd gebruik

- Het SUP board is uitsluitend bestemd voor de doeleinden beschreven in de handleiding. Het board is uitsluitend bestemd voor gebruik in particuliere huishoudens, het board is niet geschikt voor commercieel gebruik. Het board is uitsluitend bestemd voor privégebruik in buitenruimten, het mag niet binnenshuis worden gebruikt. Het board mag alleen worden gebruikt met originele accessoires. Het mag niet worden gebruikt door kinderen zonder toezicht of personen die vanwege hun beperkte handvaardigheid voortdurend toezicht nodig hebben.

► Waarschuwingen en veiligheidsinstructies

- ⚠ **Let erop dat het verpakkingsmateriaal niet in handen komt van kinderen. Zij kunnen erin stikken!**
- ⚠ **Lees voor gebruik de gebruiksaanwijzing aandachtig door en bewaar deze goed!**

Persoonlijke veiligheid

- Let op de risico's en consequenties die verbonden zijn aan verkeerd gebruik van het SUP board. Verkeerd gebruik kan resulteren in persoonlijk letsel en schade aan het board.
- Gebruik het SUP board alleen voor de doeleinden aangegeven in deze handleiding.
- Als het SUP board beschadigd is of lijkt, gebruik het dan NIET en raadpleeg de Customer Service.
- Het SUP board is ontworpen en bedoeld voor buitengebruik en privégebruik. Gebruik het SUP board niet voor commerciële doeleinden.
- Het SUP board dient niet door kinderen te worden gebruikt tenzij ze onder toezicht staan, ze goed worden begeleid en geïnformeerd zijn m.b.t. het veilig gebruik van het board en de mogelijke gevaren hiervan begrijpen. De risico's moeten worden beoordeeld door een bekwame en verantwoordelijke volwassene die rekening houdt met mogelijke verdrinkingsgevaar.
- Het SUP board kan gebruikt worden door mensen met een fysieke of mentale beperking, mits ze onder toezicht staan, goed worden begeleid en geïnformeerd zijn m.b.t. het veilig gebruik van het board en de mogelijke gevaren hiervan begrijpen. De risico's moeten worden beoordeeld door een bekwame en verantwoordelijke volwassene die rekening houdt met mogelijke verdrinkingsgevaar.
- Raadpleeg een arts voordat je het SUP board gebruikt als je onverklaarbare pijn hebt, een medische behandeling ondergaat of medische apparatuur gebruikt.
- Draag ALTIJD een reddingsvest (persoonlijk drijfmiddel) en een veiligheidskoord (enkelkoord). Controleer het veiligheidskoord na elk gebruik op slijtage en vervang deze tijdig als er sprake van slijtage is.
- Gebruik het SUP board NIET als je niet kan zwemmen.
- Gebruik het SUP board NIET met meer dan één persoon tegelijkertijd.

Gebruik en weersomstandigheden

Peddel altijd in veilige omstandigheden. Gebruik het SUP board niet in slechte weersomstandigheden (zoals sterke wind of stromingen). Wees je bewust van veranderende weersomstandigheden. Vermijd peddelen bij afluide wind.

- Gebruik het SUP board niet in omstandigheden die buiten het vermogen van de gebruiker liggen (zoals hoge branding, riptiden, stromingen, of stroomversnellingen in rivieren). Gebruik het board niet in golven hoger dan 0,3 m.
- Gebruik het SUP board niet bij onweer en bliksem.
- Gebruik het SUP board nooit als het donker is.
- Neem geen scherpe voorwerpen mee op het board.
- Pas op voor scherpe voorwerpen, zoals koraal en puin onder het oppervlak en op de oever.
- Gebruik het SUP board niet in de buurt van ander bootverkeer, of waterscooters. Sleep het board niet met een waterscooter.
- Blaas het board niet te hard of te zacht op.
- Gebruik het SUP board niet als je onder invloed bent van alcohol, drugs, medicijnen of andere geestverruimende middelen.

- Zorg ervoor dat je je nooit meer dan 150 m van land bevindt.
- Het max. draagvermogen van het SUP board is 135kg. Overschrijd deze limiet niet.
- Volg altijd de relevante lokale regelgeving. Deze voorschriften kunnen o.a. zijn: het dragen van zwemvesten of andere veiligheidsuitrusting; het gebruik van vaargeulen; voorrang bij het passeren van andere vaartuigen.
- Peddel altijd samen met anderen.
- Blaas je board 24 uur voordat je het gaat gebruiken op, om er zeker van te zijn dat het board luchtdicht is.
- Berg het SUP board altijd binnen op wanneer je het niet gebruikt.
- Laat het board leeglopen wanneer je het niet gebruikt.
- Bewaar het SUP Board niet in direct zonlicht.

► Ontvangen van verzending

- Controleer of de inhoud van het pakket overeenkomt met de pakbon wanneer je de verzending ontvangt. Licht je leverancier in als er onderdelen ontbreken. Lijkt de apparatuur beschadigd, dien dan onmiddellijk een klacht in bij de vervoerder en geef de leverancier een gedetailleerde beschrijving van de schade. Bewaar de beschadigde verpakkingen om je klacht te onderbouwen.

► Inhoud verpakking

- LifeGoods SUP Board - Blauw - Model LG1144 - EAN 8720195252665
- LifeGoods SUP Board - Mintgroen - Model LG1145 - EAN 8720195252672
- LifeGoods SUP Board - Zwart - Model LG1149 - EAN 8720195252771

Bijgevoegde accessoires

- 1x Handleiding
- 1x Peddel
- 1x Enkelkoord
- 1x Pomp
- 1x Rugzak
- 1x Middenvin
- 1x Reparatieset
- 1x Telefoonhoesje

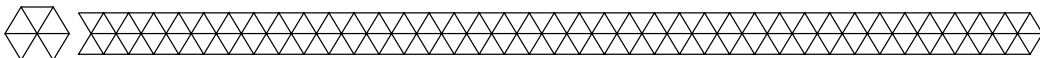
► Producteigenschappen

Technische data

Afmeting	Board: 320 x 81 x 15 cm Peddels: 175-215 cm Rugzak: 94 x 40 x 21 cm	Max. PSI pomp	12-15 PSI
Gewicht	8,5 kg	Opblazen	+/- 5 min
Kleur	Blauw / Mintgroen / Zwart	Leeglopen	+/- 5 min
Materiaal	Stof met druppelsteek, EVA-schuim, aluminium (peddels), Oxford-doek (rugzak)	Geschikt voor (locatie)	Zee, meren, rivieren
Max. draaggewicht	135 kg	Geschikt voor (activiteit)	Peddelen, surfen, cruisen, vissen, yoga

Overige eigenschappen

- Antislip dek;
- UV-bestendig en krasbestendig oppervlak.

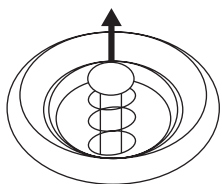


Instructies voor gebruik

- ⚠ Draag **ALTIJD** een reddingsvest (persoonlijk drijfmiddel) en een veiligheidskoord (enkelkoord). Controleer het veiligheidskoord na elk gebruik op slijtage en vervang deze tijdig als er sprake van slijtage is.
- ⚠ Gebruik het SUP board **NIET** als je niet kan zwemmen.
- ⚠ Gebruik het SUP board **NIET** met meer dan één persoon tegelijkertijd.
- ⚠ Het max. draagvermogen van het SUP Board is 135kg. Overschrijd deze limiet niet.

Opblazen

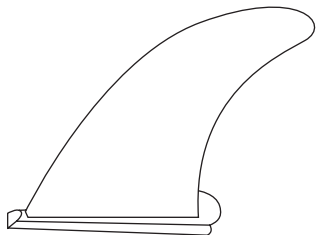
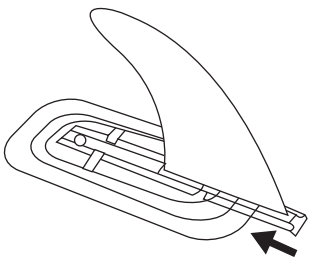
1. Kies een glad, stabiel en horizontaal oppervlak.
2. Haal het board uit de rugzak en rol hem volledig uit.
3. Verwijder het beschermende schuimrubber van de achterste vinnen.
4. Schroef de dop van het ventiel los.
5. Zorg ervoor dat de ventielpin omhoog staat. Als de ventielpin niet omhoog staat, draai hem dan tegen de klok in totdat hij omhoog komt.



6. Bevestig het zwarte uiteinde van de slang aan de pomp aan de kant met de letters "INF".
7. Bevestig het grijze uiteinde van de slang aan het SUP board en draai het met de klok mee om de slang vast te zetten.
8. Plaats de pomp op een harde, vlakke en stabiele ondergrond. Plaats je voeten op de voetensteun van de pomp en begin te pompen. Als je het SUP board voor de eerste keer opblaast, kan het meer moeite kosten. De maximale luchtdruk voor dit SUP board is 15psi, blaas het niet harder op dan 15psi.
9. Het duurt ongeveer 5 minuten om het SUP board op te blazen.
10. Wanneer het SUP board opgeblazen is, draai dan het grijze uiteinde tegen de klok in om de pomp los te maken.
11. Plaats de dop op het ventiel en draai hem met de klok mee om het te sluiten. Gebruik de meegeleverde ventielsleutel om het ventiel extra goed dicht te draaien.

De vin bevestigen

1. Draai de plank om met de gleuf voor de vin naar boven.
2. Schuif de vin in de gleuf.
3. Neem de bevestigde pin en schuif hem door de inkeping aan de zijkanten van de gleuf.

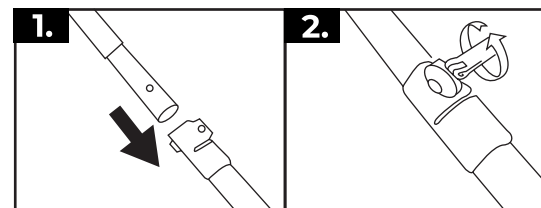


De enkelband bevestigen

- Klik het enkelkoord vast aan de ring aan het uiteinde van het SUP Board.

De peddels in elkaar zetten

1. Druk de pin op de stang van het onderste deel van de peddel naar binnen.
2. Schuif het bovenste deel van de peddel op het onderste deel.
3. Draai het bovendeel totdat de pin in het gat in de buis van het bovendeel vastklikt.



Algemene informatie over het peddelen

Hieronder volgen enkele algemene stappen om te beginnen met peddelen:

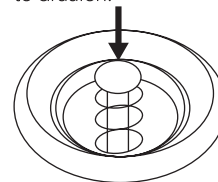
1. Voor de meest comfortabele start, kies een locatie met vlak water zonder al te veel wind, stroming of getijdenbeweging.
2. Duw het board het water op tot de vinnen de bodem niet meer raken, meestal wanneer het water ongeveer tot je knieën komt.
3. Kniel op het board. Houd de peddel in het midden met het blad schuin naar achteren. Maak twee kleine slagen, wissel de peddel van kant en maak nog twee slagen.
4. Als je je comfortabel genoeg voelt, probeer dan te gaan staan. Plaats een voet aan elke kant van het midden van de plank, op schouderbreedte uit elkaar. Als opstaan je nerveus maakt, kun je door je knieën gaan en het opnieuw proberen.
5. Ontspan na het opstaan je knieën en span je core aan voor balans.
6. Trek je bovenarm naar je lichaam toe om de peddel naar voren te strekken. Steek de peddel zo ver mogelijk naar voren in het water en begraaft de peddel in het water. Haal de peddel uit het water door naar binnen te draaien zodra de peddel op één lijn met je lichaam komt.
7. Blijf aan één kant peddelen zonder te wisselen om een wijde bocht te maken. Om een smalle bocht te maken, plaats je je peddel bij de staart van het board en trek je naar voren terwijl je je torso naar de gewenste richting op draait.

Leeg laten lopen

- Er zijn twee manieren om het SUP board leeg te laten lopen: met de pomp of handmatig.

- Pomp

1. Verwijder de vin en plaats het board op een plat, stabiel en horizontaal oppervlak.
2. Schroef de deksel van het ventiel.
3. Zorg ervoor dat de ventielpin naar beneden staat door hem naar beneden te duwen en met de klok mee te draaien.

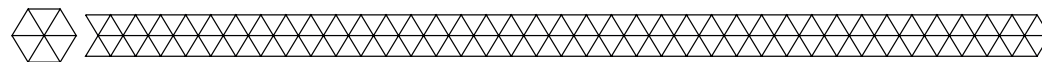


4. Bevestig het zwarte uiteinde van de slang aan de pomp aan de kant met de letters "DEF".
5. Bevestig het grijze uiteinde van de slang aan het SUP Board en draai het met de klok mee om de slang vast te zetten.
6. Plaats de pomp op een harde, vlakke en stabiele ondergrond. Plaats je voeten op de voetensteun van de pomp en begin te pompen. Het duurt ongeveer 5 minuten om het SUP Board leeg te pompen.
7. Wanneer het SUP Board leeggelopen is, draai dan het grijze uiteinde tegen de klok in om de pomp los te maken.
8. Rol de SUP Board op om het laatste beetje lucht te verwijderen.
9. Plaats de dop op het luchtventiel en draai hem met de klok mee om hem te sluiten.

- **Handmatig**
- 1. Verwijder de vin en plaats het board op een glad, stabiel en horizontaal oppervlak.
- 2. Schroef het kleppendeksel los.
- 3. Zorg ervoor dat de middelste pin naar beneden staat door hem naar beneden te duwen en met de klok mee te draaien.
- 4. Rol de SUP Board op om de resterende lucht te verwijderen.
- 5. Doe de dop op het ventiel en draai hem met de klok mee om hem te sluiten.

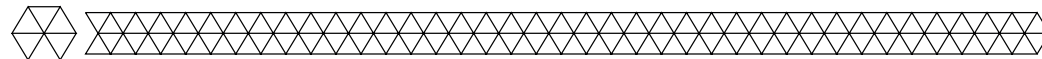
Kleine lekken repareren

- De reparatieset bevat reparatiemateriaal en een ventielsleutel. Let op, de lijm is niet inbegrepen. Mocht je het SUP board moeten repareren, dan raden wij aan om PVC-lijm voor rubberboten te gebruiken.
- 1. Knip de pleister uit tot 5 cm voorbij alle randen van de scheur. Zorg ervoor dat je de hoeken van de pleister afrondt om afbladderen te voorkomen.
- 2. Teken de omtrek van de pleister op het beschadigde oppervlak met een potlood.
- 3. Reinig het oppervlak met een vochtige doek en droog het goed af.
- 4. Breng de lijm aan op het reparatiemateriaal en het board.
- 5. Plaats de het reparatiemateriaal op het board. Lijn ze zorgvuldig uit, als het reparatiemateriaal op het board zit, kan je het niet meer verplaatsen.
- 6. Plaats de patch voorzichtig op het board om te voorkomen dat er lucht onder de patch terechtkomt.
- 7. Strijk de rand van de ventielsleutel over het oppervlak om te zorgen dat het reparatiemateriaal goed vast komt te zitten.
- 8. Laat de lijm volledig drogen. Pomp het SUP board voor die tijd niet op.



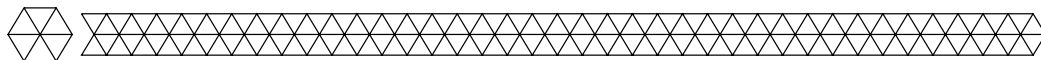
Service en garantie

- Indien je service of informatie nodig hebt omtrent je product, schroom dan niet en stuur een e-mail naar service@lifegoods.nl
- Wij verlenen 2 jaar garantie op onze producten. De klant dient een aankoopbewijs te kunnen tonen en de garantie dient binnen een periode van 2 jaar na de aankoopdatum geldend te worden gemaakt. Let op de garantie geldt niet: bij schade veroorzaakt door onjuist gebruik of reparatie; voor aan slijtage onderhevige onderdelen; voor gebreken waarvan de klant bij aankoop op de hoogte was; bij defecten door eigen schuld van de klant, bij schade door derden.



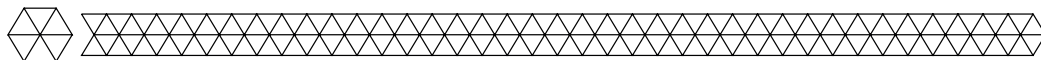
Disclaimer

- Veranderingen onder voorbehoud; specificaties kunnen veranderen zonder opgaaf van redenen.



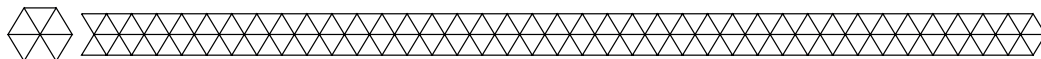
Onderhoud en reiniging

- Spoel het SUP board af met een tuinslang. Zorg ervoor dat je alle restanten zout eraf spoelt als je het board in zout water gebruikt hebt. Gebruik geen chemicaliën of schurende schoonmaakmiddelen. Het meeste vuil kan verwijderd worden met een milde zeep en vers water. Laat het board compleet drogen om schimmelvorming te voorkomen.



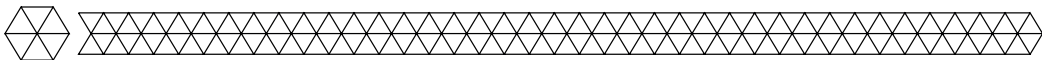
Opslag

1. Maak het board en alle accessoires schoon en controleer ze na elk gebruik.
2. Als je het SUP board niet gebruikt, laat het board dan leeglopen en rol het op vanaf de staart met de vinnen en de clips aan de binnenkant. Hierdoor worden ze beter beschermd. Stop het board in de rugzak. Laat het SUP board nooit opgeblazen buiten staan.
3. Berg het board op op een schone en droge plaats die niet onderhevig is aan grote temperatuurschommelingen en andere schadelijke factoren. Bewaar het board niet in extreem hoge (boven 65°C) of extreem lage temperaturen (onder -23°C)
4. Zorg ervoor dat er geen ongedierte bij het board kan komen.



Weggoien - recyclen

- Denk aan het milieu en lever een bijdrage aan een schonere leefomgeving! Gooi het SUP board aan het einde van zijn levensduur niet weg met het normale huisvuil, maar lever het in op een door de overheid aangewezen inzamelpunt om het te laten recyclen.



Introduction

- Thank you for choosing our LifeGoods product! Please always follow the instructions for safe usage. If you have any questions about the product or experience any problems, please contact us by email: service@lifegoods.nl

Intended Use

- This SUP Board is intended exclusively for the purposes specified in the manual. The Board is intended solely for use in private households. It is not suitable for commercial use. This appliance is intended only for private use in outdoor spaces. It must not be used indoors. The Board may only be used with original accessories. It should not be used by unattended children or people who require constant supervision due to limited dexterity.

Warnings and Safety Instructions

- ⚠ Please ensure that the packaging is kept out of the reach of children! Risk of suffocation!
- ⚠ Make sure to keep this user manual. Read the manual carefully before using your LifeGoods SUP Board!

Personal Safety

- Be aware of the risks and consequences resulting from misuse of the SUP Board. Misuse can result in personal injury, or destruction of the SUP Board.
- Use the SUP Board only for purposes described in this user manual.
- If the SUP Board is or appears to be damaged in any manner, or if it is punctured or leaking, do NOT use it and contact Customer Service.
- The SUP Board is designed and intended for outdoor, private, and non-commercial use only.
- The SUP Board should not be used by children unless they are supervised and have been given supervision or instruction concerning use of the board in a safe way and if they understand the hazards involved. The risks must be assessed by a capable and responsible adult, keeping in mind the potential risk of drowning.
- The SUP Board can be used by persons with reduced physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they are supervised and have been given instruction concerning use of the board in a safe way and understand the hazards involved. The risks must be assessed by a capable and responsible adult, keeping in mind the potential risk of drowning.
- Before using the SUP Board, consult your doctor regarding any unexplained pain, if you are undergoing medical treatment or using medical equipment.
- ALWAYS wear a life jacket (personal floatation device) and a safety leash. Examine the safety leash after every use and replace it if there is any sign of wear.
- Do NOT use the board if you cannot swim. The board should only be used by one person at a time.

Use and Weather Conditions

- Always paddle in safe conditions. Do not use the SUP Board in adverse weather conditions (such as strong winds or currents). Be aware of changing weather conditions. Avoid padding in offshore winds.
- Do not use the SUP Board in conditions that are beyond the user's ability (such as high surf, riptides, currents, or river rapids). Do not use the board in waves higher than 0,3 m.
- Do not use the SUP Board in thunderstorms and lightning conditions.
- Never use the SUP Board when it is dark.
- Do not take sharp objects onto the board.
- Take care of sharp objects, such as coral and debris below the surface and on the bank.
- Do not use the SUP Board near other boat traffic, or watercrafts. Do not tow the board with a watercraft.
- Do not over inflate or under inflate the board. Only use the supplied pump to inflate the SUP Board.
- The maximum air pressure for this SUP Board is 15psi, do not inflate beyond 15psi.
- Do not use the SUP Board if you are under the influence of alcohol, drugs, medications or other mind-altering substances.
- Make sure that you are never more than 150 m from land.
- The max. load-bearing capacity of the SUP Board is 135kg. Do not exceed this limit.

- Always follow the relevant local regulations. These regulations may include but are not limited to: wearing life jackets or other safety equipment; the use of channels; right of way when passing other vessels.
- Always paddle with others.
- Before going on a long paddle, be sure to inflate your board 24 hours prior to using it to make sure your board is airtight.
- Always store the SUP Board indoors when you are not using it.
- Deflate the board when you are not using it.
- Do not store the SUP Board in direct sunlight.

Receiving Your Shipment

- When receiving your shipment, make sure that the contents are consistent with the packing list. Notify your distributor of any missing items. If the equipment appears to be damaged, file a claim immediately with the carrier and notify your distributor at once, giving a detailed description of any damage. Save the damaged packing container to substantiate your claim.

Contents of Package

- LifeGoods SUP Board - Blue - Model LG1144 - EAN 8720195252665
- LifeGoods SUP Board - Mint Green - Model LG1145 - EAN 8720195252672
- LifeGoods SUP Board - Black - Model LG1149 - EAN 8720195252771

Included Accessories

- 1x User Manual
- 1x Paddle
- 1x Ankle Leash
- 1x Pump
- 1x Backpack
- 1x Fin
- 1x Repair Kit
- 1x Phone Case

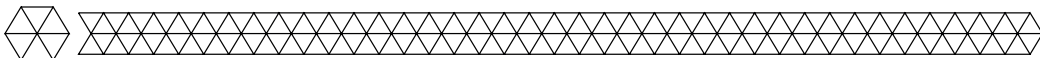
Product Features

Technical Data

Size	Board: 320 x 81 x 15 cm Paddles: 175-215 cm Backpack: 94 x 40 x 21 cm	Max. load-bearing capacity	135 kg
Weight	8,5 kg	Max. PSI pump	12-15 PSI
Colour	Blue / Mint Green / Black	Inflation Time	+/- 5 min
Material	Drop stitch fabric, EVA foam, aluminium (paddles), Oxford cloth (backpack)	Deflation Time	+/- 5 min
		Suited for (location)	Sea, lakes, rivers
		Suited for (activity)	Paddling, surfing, cruising, fishing, yoga, sightseeing

Other Features

- Non-slip soft deck;
- UV resistant and scratch resistant surface.

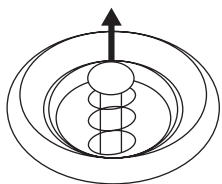


Operating Instructions

- ⚠ ALWAYS wear a life jacket (personal floatation device) and a safety leash. Examine the safety leash after every use and replace it if there is any sign of wear.
- ⚠ Do NOT use the board if you cannot swim.
- ⚠ The max. load-bearing capacity of the SUP Board is 135kg. Do not exceed this limit.
- ⚠ Always paddle in safe conditions. Do not use the SUP Board in adverse weather conditions (such as strong winds or currents). Be aware of changing weather conditions. Avoid padding in offshore winds.

How to Inflate

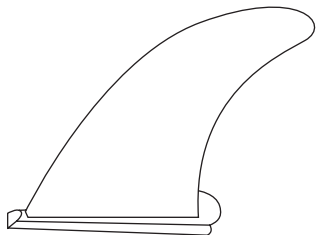
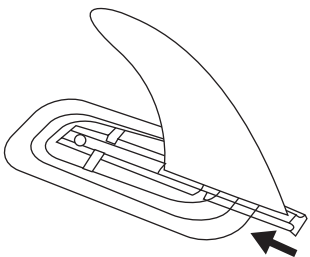
1. Choose a smooth, stable, and horizontal surface.
2. Remove the board from the backpack and unroll it completely.
3. Remove the protective foam covers from the back fins.
4. Unscrew the valve cover.
5. Make sure the center valve pin is in the "UP" position. If the valve pin is in the "DOWN" position, turn it counterclockwise until it pops up.



6. Attach the black end of the hose to the pump on the side with the letters INF.
7. Attach the grey end of the hose to the SUP Board and turn it clockwise to secure the hose.
8. Place the pump on a hard, level, and stable surface. Place your feet on the footrest of the pump and start to pump. If you are inflating the SUP Board for the first time, it might take more effort than subsequent inflations. The maximum air pressure for this SUP Board is 15psi, do not inflate it beyond 15psi.
9. It takes approximately 5 minutes to inflate the SUP Board.
10. When you're done inflating the SUP Board, turn the grey end counterclockwise to detach the pump.
11. Put the cap on the air valve and turn it clockwise to close it. Use the supplied valve wrench to tighten the air valve.

How to Attach the Fin

1. Turn the board over with the slot for the fin facing up.
2. Slide the fin in the slot.
3. Take the attached pin and slide it through the indentation on the sides of the slot.

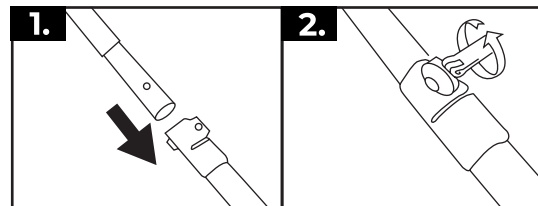


How to Attach the Ankle Leash

- Clip the leash to the ring installed at the tail end of the SUP Board.

How to Assemble the Paddles

1. Press the pin on the tube of the bottom part of the paddle inwards.
2. Slide the top part of the paddle on the bottom part.
3. Turn the top part until the spring ball clicks into the lock hole.



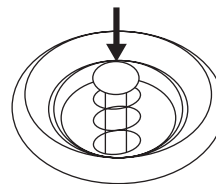
General Paddling Information

The following are general steps to start paddling:

1. For the most comfortable start, choose a flat water location without too much wind, current or tidal movement.
2. Push the board out onto water until the fins can't touch the bottom, usually knee deep.
3. Most people start with kneeling on the board. Hold the paddle in the middle with the blade angled to the rear. Take 2 small strokes then swap the paddle to the other side and take two more.
4. Once you feel comfortable, try to stand up. Place one foot on each side of the center of the board, shoulder width apart. If standing up makes you feel nervous, you can knee down and try again.
5. After standing up, soften your knees and tighten your core for balance.
6. Pull your top arm towards your body to extend the paddle forward. Insert paddle into the water as far forward as possible and bury the paddle into the water. Remove the paddle from the water by rotating inwards as the paddle comes in line with your body.
7. To make a wide turn keep paddling on one side without switching. To make a narrow turn, place your paddle near the tail of the board and pull forward whilst shifting your torso to the desired direction.

How to Deflate

- There are two ways to deflate the SUP Board: using the pump or manually.
- **Pump**
 1. Remove the fin and place the board on a smooth, stable, and horizontal surface.
 2. Unscrew the valve cover.
 3. Make sure the center valve pin is in the "DOWN" position by pushing it down and turning it clockwise.



4. Attach the black end of the hose to the pump on the side with the letters "DEF".
5. Attach the grey end of the hose to the SUP Board and turn it clockwise to secure the hose.
6. Place the pump on a hard, level, and stable surface. Place your feet on the footrest of the pump and start to pump. It takes approximately 5 minutes to deflate the SUP Board.
7. When you're done deflating the SUP Board, turn the grey end counterclockwise to detach the pump.
8. Roll up the SUP Board to remove the remaining air.
9. Put the cap on the air valve and turn it clockwise to close it.

- **Manually**
- 1. Remove the fin and place the board on a smooth, stable, and horizontal surface.
- 2. Unscrew the valve cover.
- 3. Make sure the center valve pin is in the "DOWN" position. by pushing it down and turning it clockwise.
- 4. Roll up the SUP Board to remove the remaining air.
- 5. Put the cap on the air valve and turn it clockwise to close it.

How to Repair Small Punctures

- The repair kit contains repair fabric, and a valve wrench. Note that the glue is not included. Should you need to repair the SUP board, we recommend using PVC glue for rubber boats.
- 1. Cut your patch to extend 5 cm beyond all edges of the tear. Make sure to round the corners of the patch to avoid peeling.
- 2. Trace the outline of the patch on the damaged surface with a pencil.
- 3. Clean the surface with a damp cloth and dry it thoroughly.
- 4. Apply the glue to the repair material and the board.
- 5. When both of the surfaces are still tacky, you are ready to complete the patch.
- 6. This is a contact adhesive and once the surfaces touch you cannot reposition the patch, so carefully align it before bonding the two surfaces together.
- 7. Carefully place the patch onto the board surface to prevent trapping air under the patch.
- 8. Thoroughly go over the surface with the edge of the valve wrench to apply pressure and ensure a solid bond.
- 9. Let the glue dry completely. Do not inflate the SUP board before this time.

Maintenance and Cleaning

- Hose off the board to clean it. Make sure to remove any residues or salt if used in salt water. Do not use harsh chemicals or abrasive cleaners. Most dirt can be removed with a mild soap and fresh water. Let the board dry completely to prevent mildew buildup.

Storage

1. Clean and check the board and all the accessories after each use.
2. When you are not using the SUP Board, deflate it. Roll the board up from the tail and put it into the backpack. Rolling from the tail can contain the fin boxes and clips inside the wrap, which will provide better protection than exposing them to the outside. Never leave the (inflated) board outside.
3. When storing your board, keep it in a clean and dry place that is not affected by major variations in temperature and other damaging factors. Do not store the device in extreme high (above 65°C) or extreme low temperatures (below -23°C).
4. Store it away from rodents.

Disposal - Recycle

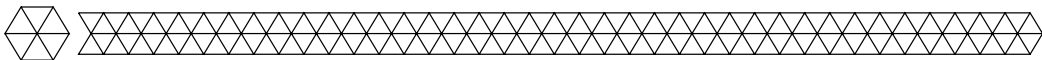
- Contribute to a cleaner living environment! Do not dispose of the Sup Board with the household waste. For proper recycling, please contact your local authority or your household waste disposal service for further details on your nearest designated collection point.

Service and Warranty

- If you need service or information regarding your product, please contact the LifeGoods Customer Support at service@lifegoods.nl
- LifeGoods provides a 2 year warranty on its products. To obtain service during the warranty period, the product needs to be returned with a proof of purchase. Product defects have to be reported within 2 years from the date of purchase. This warranty does not cover: damages caused by misuse or incorrect repair; parts subject to wear; defects that the customer was aware of at the time of purchase; damages or defects caused by customer neglect; damages or defects caused by third parties.

Disclaimer

- Changes reserved; specifications are subject to change without stating grounds for doing so.



Introduction

- Merci d'avoir opté pour notre produit LifeGoods ! Veuillez toujours suivre les instructions pour une utilisation sûre. Si vous avez des questions concernant le produit ou si vous rencontrez des problèmes, veuillez nous contacter par e-mail à l'adresse suivante : service@lifegoods.nl

Utilisation prévue

- Cette planche est conçue exclusivement pour les fins spécifiées dans le manuel. Cette planche est destinée uniquement à un usage domestique. Il ne convient pas à un usage commercial. Cette planche est destinée uniquement à un usage privé dans des espaces extérieurs. Il ne doit en aucun cas être utilisé à l'intérieur. La planche ne doit être utilisée qu'avec des accessoires originaux. Cette planche ne doit pas être utilisée par des enfants sans surveillance ou des personnes nécessitant une surveillance constante en raison d'une dextérité limitée.

Avertissements et consignes de sécurité

- ⚠ Veillez à maintenir l'emballage hors de portée des enfants ! Risque d'étouffement !
- ⚠ Veillez à conserver ce manuel d'utilisation. Lisez attentivement le manuel avant d'utiliser votre planche SUP LifeGoods !

Sécurité personnelle

- Soyez conscient des risques et des conséquences pouvant résulter d'une mauvaise utilisation de la planche SUP. Une mauvaise utilisation peut entraîner des blessures corporelles ou la destruction de la planche SUP.
- Utilisez la planche SUP uniquement aux fins décrites dans ce manuel d'utilisation.
- Si la planche SUP est ou semble être endommagée de quelque manière que ce soit, ou si elle est percée ou fuit, ne l'utilisez PAS et contactez le service clientèle.
- La planche SUP est conçue et destinée uniquement à un usage extérieur, privé et non commercial.
- La planche SUP ne doit pas être utilisée par des enfants, à moins qu'ils ne soient surveillés et qu'ils aient reçu une supervision ou des instructions concernant l'utilisation de la planche en toute sécurité et qu'ils comprennent les risques encourus. Ces risques doivent être évalués par un adulte capable et responsable, en gardant à l'esprit par exemple le risque potentiel de noyade.
- La planche SUP peut être utilisée par des personnes aux capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou manquant d'expérience et de connaissances si elles sont supervisées et ont reçu des instructions concernant l'utilisation de la planche en toute sécurité et si elles comprennent les risques encourus. Ces risques doivent être évalués par un adulte capable et responsable, en gardant à l'esprit le risque potentiel de noyade.
- Avant d'utiliser la planche SUP, il est nécessaire de consulter son médecin en cas de douleur inexpliquée, si vous suivez un traitement médical ou si vous utilisez un équipement médical. Il est impératif de porter un gilet de sauvetage (dispositif de flottaison individuel) et un harnais de sécurité. Après chaque usage, assurez-vous que le harnais de sécurité est bien en place et remplacez-le s'il y a des signes d'usure.
- Ne PAS utiliser la planche si vous ne savez pas nager.
- La planche ne doit être utilisée que par une seule personne à la fois.

Utilisation et conditions météorologiques

- Toujours payer dans des conditions sûres. Ne pas utiliser la planche SUP dans des conditions météorologiques défavorables (comme des vents ou des courants forts). Soyez attentif aux changements de conditions météorologiques. Veillez à ne pas payer par vent de terre.
- Ne pas utiliser la planche SUP dans des conditions qui dépassent les capacités de l'utilisateur (telles que ressacs, contre-courants, courants ou rapides de rivière). Ne pas utiliser la planche si les vagues dépassent une hauteur de 0,3 m.
- N'utilisez pas la planche SUP en cas d'orage ou d'éclairs.
- N'utilisez jamais la planche SUP lorsqu'il fait nuit.
- N'embarquez pas d'objets pointus sur la planche.
- Faites attention aux objets pointus, comme les coraux et les débris sous la surface et sur la berge.

- N'utilisez pas la planche SUP à proximité d'autres bateaux ou d'autres embarcations. Ne pas remorquer la planche avec une embarcation.
- Ne pas surgonfler ou sous-gonfler la planche. Utilisez uniquement la pompe fournie pour gonfler la planche SUP. La pression d'air maximale pour cette planche SUP est de 15 psi. Ne dépassez pas cette pression.
- N'utilisez pas la planche SUP si vous êtes sous l'influence de l'alcool, de drogues, de médicaments ou d'autres substances psychotropes.
- Veillez à ne jamais vous retrouver à plus de 150 m de la terre.
- La capacité de charge maximale de la planche SUP est fixée à 135 kg. Il est conseillé de ne pas dépasser cette limite.
- Conformez-vous toujours aux réglementations locales en vigueur. Ces réglementations peuvent inclure, sans s'y limiter, le port de gilets de sauvetage ou d'autres équipements de sécurité, l'utilisation de chenaux, la priorité de passage lors du croisement avec d'autres navires.
- Payez toujours avec d'autres personnes.
- Avant de partir pour une longue excursion, veillez à gonfler votre planche 24 heures avant de l'utiliser pour vous assurer qu'elle est étanche.
- Rangez toujours la planche SUP dans un endroit clos lorsque vous ne l'utilisez pas.
- Dégonflez la planche lorsque vous ne l'utilisez pas.
- Évitez de ranger la planche SUP sous la lumière directe du soleil.

Réception de votre commande

- Lorsque vous recevez votre commande, assurez-vous que le contenu est conforme à la liste d'emballage. Informez votre distributeur de tout élément manquant. Si l'équipement semble endommagé, déposez immédiatement une réclamation auprès du transporteur et prévenez immédiatement votre distributeur, en donnant une description détaillée des dommages. Conservez l'emballage endommagé pour justifier votre réclamation.

Contenu des colis

- LifeGoods SUP Board - Bleu - Modèle LG1144 - EAN 8720195252665
- LifeGoods SUP Board - Vert menthe - Modèle LG1145 - EAN 8720195252672
- LifeGoods SUP Board - Noir - Modèle LG1149 - EAN 8720195252771

Accessoires inclus

- | | |
|-----------------------------|------------------------|
| - 1x Guide de l'utilisateur | - 1x Sac à dos |
| - 1x Pagaie | - 1x Palme |
| - 1x Atta de cheville | - 1x Kit de réparation |
| - 1x Pompe | - 1x Étui de téléphone |

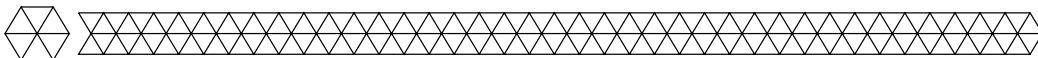
Caractéristiques du produit

Données techniques

Taille	Planche : 320 x 81 x 15 cm Pagaies : 175-215 cm Sac à dos : 94 x 40 x 21 cm	Capacité maximale de la pompe PSI	12-15 PSI
Poids	8,5 kg	Temps de gonflage	+/- 5 min
Couleur	Bleu / Vert menthe / Noir	Temps de dégonflement	+/- 5 min
Matériaux	Tissu Drop stitch, mousse EVA, aluminium (pagaies), tissu Oxford (sac à dos)	Convient pour (lieu)	Mer, lacs, rivières
Capacité de charge maximale	135 kg	Adapté à (activité)	Pagayage, surf, croisière, pêche, yoga, visites touristiques

Autres caractéristiques

- Pont souple antidérapant ;
- Surface résistante aux UV et aux rayures

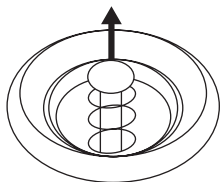


► Instructions d'utilisation

- ⚠ Portez TOUJOURS un gilet de sauvetage (dispositif de flottaison individuel) et un harnais de sécurité. Examinez le harnais de sécurité après chaque utilisation et remplacez-le s'il y a des signes d'usure.
- ⚠ N'utilisez PAS la planche si vous ne savez pas nager.
- ⚠ La capacité de charge maximale de la planche SUP est de 135 kg. Ne dépassez pas cette limite.
- ⚠ Pagayez toujours dans des conditions sûres. N'utilisez pas la planche SUP dans des conditions météorologiques difficiles (comme des vents ou des courants forts). Soyez attentif aux changements de conditions météorologiques. Évitez de pagayer dans les vents de terre.

Comment gonfler la planche

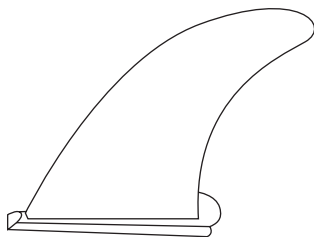
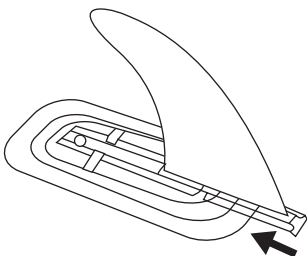
1. Choisissez une surface lisse, stable et horizontale.
2. Retirez la planche du sac à dos et déroulez-la complètement.
3. Retirez les protections en mousse des ailettes arrière.
4. Dévissez le couvercle de la valve.
5. Assurez-vous que la goupille centrale de la valve est en position « UP ». Si la goupille de la valve est en position « DOWN », tournez-la dans le sens inverse des aiguilles d'une montre jusqu'à ce qu'elle ressorte.



6. Fixez l'extrémité noire du tuyau à la pompe, du côté où figurent les lettres INF.
7. Fixez l'extrémité grise du tuyau à la planche SUP et tournez-la dans le sens des aiguilles d'une montre pour fixer le tuyau.
8. Placez la pompe sur une surface dure, plane et stable. Placez vos pieds sur le repose-pieds de la pompe et commencez à pomper. Si vous gonflez la planche de surf pour la première fois, cela peut demander plus d'effort que les gonflages suivants. La pression d'air maximale pour cette planche de SUP est de 15 psi, ne la gonflez pas au-delà de cette valeur.
9. Le gonflage de la planche SUP prend environ 5 minutes.
10. Lorsque vous avez fini de gonfler la planche SUP, tournez l'extrémité grise dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour détacher la pompe.
11. Mettez le bouchon sur la valve d'air et tournez-le dans le sens des aiguilles d'une montre pour la fermer. Utilisez la clé à soupape fournie pour serrer la soupape d'air.

Comment fixer la palme ?

1. Retournez la planche avec l'emplacement de l'aileron vers le haut.
2. Faites glisser la palme dans la fente.
3. Prenez la goupille attachée et faites-la glisser dans l'encoche sur les côtés de la fente.

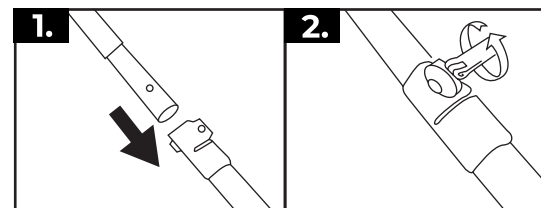


Comment fixer l'attache cheville

- Fixez l'attache à l'anneau installé à l'extrémité arrière de la planche SUP.

Comment assembler les pagaies

1. Poussez la goupille sur le tube de la partie inférieure de la palette vers l'intérieur.
2. Faites glisser la partie supérieure de la palette sur la partie inférieure.
3. Tournez la partie supérieure jusqu'à ce que la bille du ressort s'enclenche dans le trou de verrouillage.



Informations générales sur le pagayage

Voici les étapes générales pour commencer à pagayer :

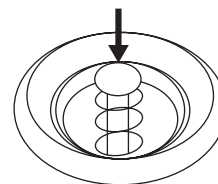
1. Pour un départ aussi fluide que possible, choisissez un endroit où l'eau est plate, sans trop de vent, de courant ou de mouvement de marée.
2. Poussez la planche sur l'eau jusqu'à ce que les ailerons ne touchent plus le fond, généralement jusqu'à ce que l'eau vous arrive aux genoux.
3. La plupart des gens commencent en s'agenouillant sur la planche. Tenez la pagaie au milieu, la pale inclinée vers l'arrière. Donnez deux petits coups, puis passez la pagaie de l'autre côté et donnez-en deux autres.
4. Une fois que vous vous sentez à l'aise, essayez de vous mettre debout. Placez un pied de chaque côté du centre de la planche, à la largeur des épaules. Si vous vous sentez nerveux en vous levant, vous pouvez mettre un genou à terre et réessayer.
5. Après vous être relevé, assouplissez vos genoux et resserrez votre tronc pour garder l'équilibre.
6. Tirez le haut de votre bras vers votre corps pour étendre la pagaie vers l'avant. Introduisez la pagaie dans l'eau aussi loin que possible vers l'avant et plongez la pagaie dans l'eau. Retirez la pagaie de l'eau en tournant vers l'intérieur tandis que la pagaie s'aligne avec votre corps.
7. Pour faire un virage large, continuez à pagayer d'un côté sans changer de direction. Pour effectuer un virage étroit, placez votre pagaie près du talon de la planche et tirez vers l'avant tout en déplaçant votre torse dans la direction souhaitée.

Comment dégonfler la planche

- Il y a deux façons de dégonfler la planche SUP : à l'aide de la pompe ou manuellement.

- Pompe

1. Retirez l'aileron et placez la planche sur une surface lisse, stable et horizontale.
2. Dévissez le couvercle de la valve.
3. Assurez-vous que la goupille de la valve centrale est en position « DOWN » en la poussant vers le bas et en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.



4. Fixez l'extrémité noire du tuyau à la pompe sur le côté portant les lettres « DEF ».
5. Fixez l'extrémité grise du tuyau à la planche SUP et tournez-la dans le sens des aiguilles d'une montre pour fixer le tuyau.
6. Placez la pompe sur une surface dure, plane et stable. Placez vos pieds sur le repose-pieds de la pompe et commencez à pomper. Cela prend environ 5 minutes pour dégonfler la planche SUP.
7. Une fois le dégonflage de la planche SUP terminé, tournez l'extrémité grise dans le sens inverse des aiguilles d'une montre pour détacher la pompe.
8. Roulez la planche SUP pour éliminer l'air restant.
9. Mettez le bouchon sur la valve d'air et tournez-le dans le sens des aiguilles d'une montre pour la fermer.

- Manuellement :

1. Retirez l'aileron et placez la planche sur une surface lisse, stable et horizontale.
2. Dévissez le couvercle de la valve.
3. Assurez-vous que la goupille de la valve centrale est en position « DOWN », en la poussant vers le bas et en la tournant dans le sens des aiguilles d'une montre.
4. Roulez la planche SUP pour éliminer l'air restant.
5. Mettez le bouchon sur la valve d'air et tournez-le dans le sens des aiguilles d'une montre pour le fermer.

Comment réparer les petites perforations

- Le kit de réparation contient du tissu de réparation et une clé à soupape. Notez que la colle n'est pas incluse. Si vous devez réparer la planche SUP, nous vous recommandons d'utiliser de la colle PVC pour bateaux en caoutchouc.
1. Découpez votre rustine pour qu'elle dépasse de 5 cm tous les bords de la déchirure. Veillez à arrondir les coins de la pièce pour éviter qu'elle ne se décolle.
 2. Tracez le contour de la pièce sur la surface endommagée à l'aide d'un crayon.
 3. Nettoyez la surface avec un chiffon humide et séchez-la soigneusement.
 4. Appliquez deux couches de colle fines et régulières sur le matériau de réparation et le panneau.
 5. Lorsque les deux surfaces sont encore collantes, vous êtes prêt à terminer la réparation.
 6. Il s'agit d'un adhésif de contact et, une fois que les surfaces se touchent, vous ne pouvez plus repositionner le patch, il faut donc l'aligner soigneusement avant de coller les deux surfaces ensemble.
 7. Placez délicatement le patch sur la surface de la planche pour éviter de piéger de l'air sous le patch.
 8. Passez soigneusement sur la surface avec le bord de la clé à soupape pour appliquer une pression et assurer une liaison solide.
 9. Laissez la colle sécher complètement. Ne gonflez pas la planche de SUP avant ce moment.



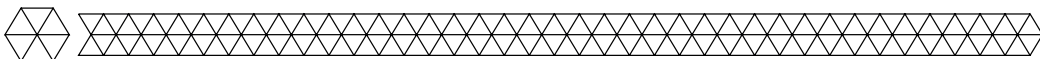
Service et garantie

- Si vous avez besoin de renseignements ou de services concernant votre produit, veuillez contacter le service clientèle de LifeGoods à l'adresse service@lifegoods.nl.
- LifeGoods offre une garantie de 2 ans sur ses produits. Pour bénéficier d'un service après-vente pendant la période de garantie, le produit doit être retourné avec une preuve d'achat. Les défauts du produit doivent être signalés dans les 2 ans suivant la date d'achat. Cette garantie ne couvre pas : les dommages causés par une mauvaise utilisation ou une réparation incorrecte ; les pièces sujettes à l'usure ; les défauts dont le client avait connaissance au moment de l'achat ; les dommages ou défauts causés par la négligence du client ; les dommages ou défauts causés par des tiers.



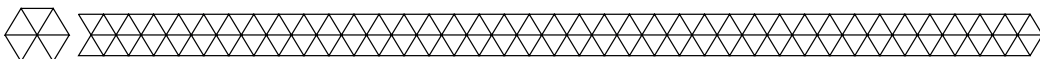
Avis de non-responsabilité

- Sous réserve de modifications ; les spécifications peuvent être modifiées sans justification.



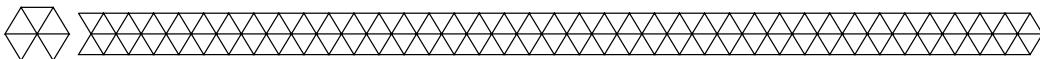
Entretien et nettoyage

- Nettoyez la planche au jet d'eau. Veillez à éliminer tout résidu ou sel si vous l'avez utilisée dans de l'eau salée. N'utilisez pas de produits chimiques agressifs ou de nettoyeurs abrasifs. La plupart des saletés peuvent être éliminées avec un savon doux et de l'eau fraîche. Laissez la planche sécher complètement pour éviter l'apparition de moisissures.



Rangement

1. Nettoyez et vérifiez la planche et tous les accessoires après chaque utilisation.
2. Lorsque vous n'utilisez pas la planche SUP, dégonflez-la. Roulez la planche à partir de la queue et mettez-la dans le sac à dos. Le fait de la rouler à partir de la queue peut maintenir les boîtes d'ailerons et les clips à l'intérieur de l'emballage, ce qui offrira une meilleure protection que de les exposer à l'extérieur. Ne laissez jamais la planche (gonflée) à l'extérieur.
3. Lorsque vous rangez votre planche, gardez-la dans un endroit propre et sec qui n'est pas affecté par des variations importantes de température et d'autres facteurs dommageables. Ne conservez pas l'appareil à des températures extrêmement élevées (supérieures à 65°C) ou extrêmement basses (inférieures à -23°C).
4. Conservez-le à l'abri des rongeurs.



Destruction - Recyclage

- Contribuez à un environnement de vie plus propre ! Ne jetez pas la planche Sup avec les déchets ménagers. Pour un recyclage correct, veuillez contacter votre autorité locale ou votre service d'élimination des déchets ménagers pour plus de détails sur le point de collecte agréé le plus proche.

© **LifeGoods B.V.**

Wisselweg 33
1314CB Almere
Netherlands
04/2022 - V.2

www.lifegoods.nl