



alkmaarscheijsclub.nl/zoeff

Frameschaatsen

Instructie

Contact

coördinator:
Hans Wapenaar
voorzitter.zoeff.aijc@gmail.com

Schaatsframes en opslag

Zoeff beschikt over 4 schaatsframes:
2x rode frames maat Small (merk Petra)
1x rood frame maat Medium (merk Petra)
1x blauw frame maat Large (merk Little Emperor)

De schaatsframes van AIJC - Zoeff staan opgeslagen op de Meent onder de tribune. De deur kan worden geopend door personeel van Alkmaar Sport. Voor nadere informatie; vraag bij de receptie.

Bij de frames staan 3 grijze Zoeff-boxen met daarin:

- verschillende soorten grips
- 3 helmen (SKA)
- gereedschap (bahco en diverse sleutels)
- kleine handdoeken om ijsers droog te maken

Verplaatsen schaatsframes

* De schaatsframes worden opgeborgen met schaatshoezen om de ijsers. Let op: de twee kleine frames hebben ook kleinere hoezen.

* Voor het grote frame is 1 paar schaatsbeschermers met wieltjes beschikbaar. Graag na afloop na het opbergen de beschermers weer vervangen met de hoezen, zodat de ijsers droog blijven.

* Na afloop altijd de ijsers droog maken met de handdoeken!!



Afbeelding 1



Afbeelding 2



Afbeelding 3

Op maat instellen van frames

Wat kan er ingesteld worden?

- * de hoogte van het zadel (afbeelding 1).
- * de positie van het zadel (naar voren en naar achteren; geldt niet voor het blauwe fame).
- * de hoogte van de borstband (afbeelding 3).
- * de afstand van de borstband tov het lichaam (afbeelding 2).

Voor bovenstaande aanpassingen zijn snelspanners gemonteerd. Van de rode frames kan ook het zadel extra ver verplaatst worden door de L-vormige zadelpen om te draaien. Dan moet wel het zadel ook worden omgedraaid mbv een steeksleutel.



Opstappen op het frame

Doe de grips om de schoenen van de frameschaatser.

Plaats het frame altijd op het ijs vlakbij de opstapplaats. Zorg ervoor dat de frameschaatser direct van de rand van het ijs op kan stappen.

De rode frames hebben de mogelijkheid om het zadel naar beneden weg te klappen. Daarvoor zit er op de stang een scharnier dat met een draaimechanisme geblokkeerd en los gemaakt kan worden. Klap voor het opstappen het zadel naar beneden en plaats het zadel terug als de frameschaatser boven het zadel staat. Draai de hendel in de positie dat het scharnier geblokkeerd wordt.

De borstband kan met het klittenband en een click-systeem om het lichaam van de frameschaatser vastgezet worden.

Het blauwe frame heeft tussen het stuur en de borstband een extra elastische band. Dit elastiek is bedoeld om het stuurgedrag minder direct te maken. Dat is vooral geschikt voor de sterkere en zwaardere frameschaatsers. De elastische band kan los gemaakt worden als het sturen te zwaar gaat.

Opruimen

- * Ga het ijs af op een plek waar zwarte rubber matten zijn.
- * De ijzers mogen niet zonder bescherming op een betonnen vloer staan.
- * Graag ijzers afdrogen.
- * Schaatshoezen om de ijzers plaatsen.
- * Grips en helmen terugleggen in Zoeff-boxen.
- * Frames en boxen terugzetten in opslagplaats onder de tribune.

