

# SKÖTSELRÅD FRÅN RULLSKIDCENTER

- Växla rullskidorna varannan runda för jämnt slitage (vänster rullskida till höger fot och vice versa, märk gärna rullskidorna med t ex "1" och "2")
- Undvik saltade vägar
- Skölj av rullskidorna under kallt, rinnande vatten, viktigast runt hjullager (använd aldrig varmt vatten och inget högt tryck)
- Förvara rullskidorna i rumstemperatur eller svalare
- Lagg aldrig rullskidorna på golvvärme eller element
- Kontrollera med jämna mellanrum att muttrar och bultar är åtdragna
- Slipa stavspetsarna var 2-4 mil
- Förvara alltid stavarna stående
- Undvik brunnslock och asfaltsprickor (stavarna knäcks lätt om du fastnar)
- Torka av pjäxorna och håll dem rena
- Undvik att gå längre sträckor på asfalt när du har pjäxorna på (slitage på sulorna)