

# 伸ばす

LEKIポールを使い始める時

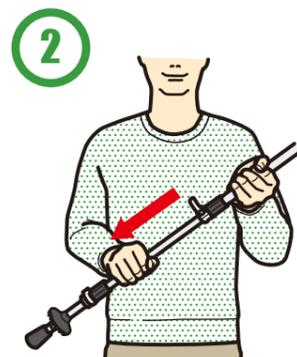
## スピードロックシステム

※スピードロックとスピードロック2は同じ扱いです



**レバーを上げて  
ロックを解除する**

親指でレバーを上げれば  
シャフトを伸ばせる状態になります  
※レバーは上げきった状態で行ってください



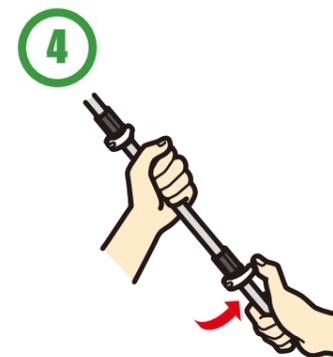
**ポールを下に引き出し  
最適な長さにする**

シャフトに目盛りが印字されている  
場合は、それを目安にします



**レバーを下ろし  
ロックする**

「パチン」とスピードロックパーツが  
完全に接触するまでレバーを下ろします



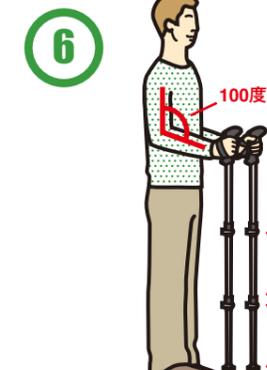
**下段のスピードロックも  
①～③同様に固定**

レバーを上げて解除状態に、  
長さが決まったらレバーを下ろして固定



**ロック開放状態でダイヤルの  
締めつけ強度を調整**

レバーを上げた状態でダイヤルを回す  
とレバーのロック強度を調整できます  
※調整の際は必ず少しずつゆっくりと行ってください



**中段／下段それぞれの  
長さを同じくらいにする**

ガタつきによる不安感をなくして  
最適なスイングバランスにします

## スーパーロックシステム



**締めつけを緩めるように  
左回転させロックを解除**

上下のシャフトを握って下方向に少し  
引っ張りながら引き出せる状態にします  
※引き出せる状態になったらそれ以上は回さない  
てください



**ポールを下に引き出し  
最適な長さにする**

シャフトに目盛りが印字されている  
場合は、それを目安にします



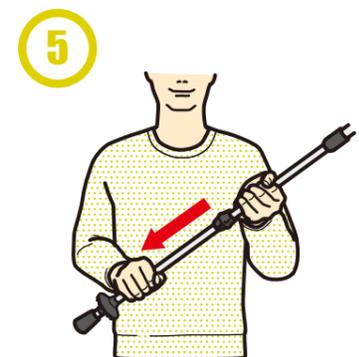
**まずは指先だけの力で  
右回転させて締めていく**

指先の力では回せなくなる程度まで  
締め込んで固定します



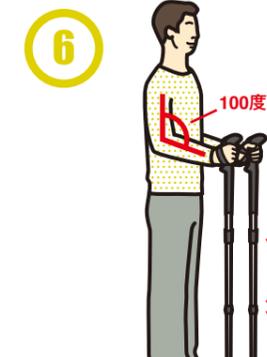
**次に両手でしっかり握り込み  
右に2回転させ締める**

確実な固定力を保たせるために2回転  
(720度) 右回転させ締め込みます



**下段シャフトも  
同じ調整方法で固定**

中段シャフトと同じ目盛り位置に合わせ  
ると印字された全長サイズになります  
※目盛りの印字がないシャフトもあります



**中段／下段それぞれの  
長さを同じくらいにする**

ガタつきによる不安感をなくして  
最適なスイングバランスにします

## マイクロシステム

マイクロバリオシリーズの場合

※スピードロックを搭載しないモデルは②③のみの動作となります



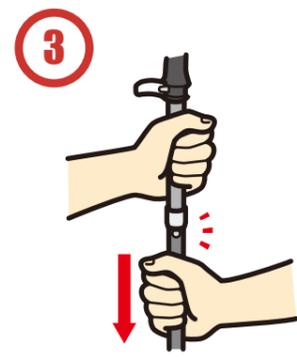
**収納袋から取り出し  
シャフトを伸ばせる状態に**

上段シャフトだけを持ち、スピードロッ  
クを解除した状態にします  
※収納袋はダブルポールのみ付属



**上段シャフトの末端から  
下に引き伸ばす**

シャフトを伸ばし1本のポールになる  
ようにそれぞれを接続させます  
※スピードロックを解除しないままではシャフトが  
伸ばしにくくなります



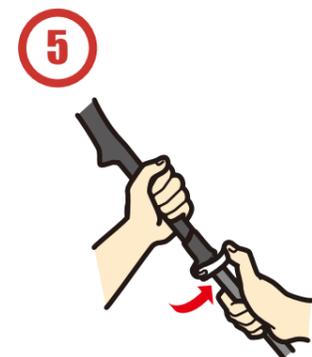
**固定用の突起が出現する  
までシャフトを伸ばす**

引き出された上段シャフトを持ち  
突起が出るまで下方向へ引っ張り  
※ラチェットの突起が「カチッ」と完全に  
引っ張ってください



**スピードロックで  
サイズ調整をする**

※スピードロックシステムを搭載しないモデルも  
あります



**レバーを下ろし  
ロックする**

「パチン」とスピードロックパーツが完全  
に接触するまでレバーを下ろします

# 縮める

LEKIポールを使い終えた時

## スピードロックシステム

※スピードロックとスピードロック2は同じ扱いです



### レバーを上げてロックを解除する

親指でレバーを上げればシャフトを縮められる状態になります

※レバーは上げきった状態で行ってください



### ポールを最短になるまで押し込む

指を挟み込まないように注意しながら無理のない力で押し込みます

※下段シャフトは先端にいくにつれ細くなっているため根元まで押し込んでください



### 完全に根元まで縮めてレバーを下ろしロックする

「バチン」とスピードロックパーツが完全に接触するまでレバーを下ろします

※しばらく使用しない場合はダイヤルを緩めてロック強度を弱めてください

## スーパーロックシステム



### 緩めるように左回転させロックを解除

上下のシャフトを握って上方向に少し押しながら回し縮められる状態にする

※縮められる状態になったらそれ以上は回さないでください



### ポールを最短になるまで押し込む

指を挟み込まないように注意しながら無理のない力で押し込みます

※下段シャフトは先端が細くなっているため指を挟まないよう注意してください

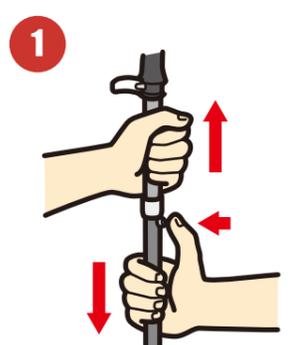


### 右に回しシャフトを固定する

ここではシャフトが伸びてこない程度に軽く締めて固定する

## マイクロシステム

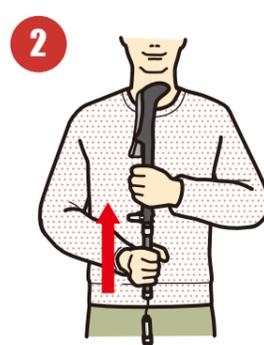
マイクロバリオシリーズの場合  
※スピードロックを搭載しないモデルは①②のみの動作となります



### ラチェットの突起を押してロックを解除

シャフト同士を握り引っ張りながら行うとよりスムーズに作業ができます

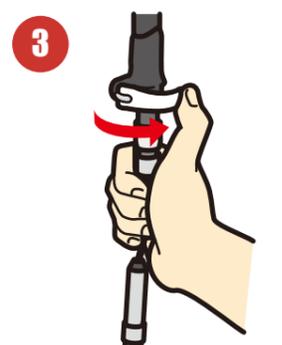
※スピードロックのレバーは解除しておきます



### 上段シャフトを縮めて3本のシャフトを分解

スピードロックが解除された状態で、作業はよりスムーズです

※スピードロックシステムを搭載しないモデルもあります



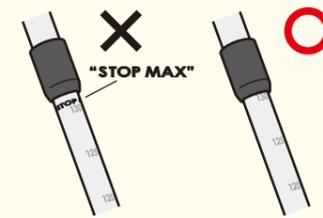
### レバーを下ろしロックする

最短状態にして、スピードロックパーツが完全に接触するまでレバーを下ろします

※しばらく使用しない場合はダイヤルを緩めてロック強度を弱めてください

## 注意

(1) ポールを伸ばすとき、STOP MAXの文字が完全に隠れる状態にする



長く伸ばしすぎること強度を損なうおそれがあります。

(2) 力任せにロックを強く締めすぎない

内部パーツが破損するおそれがあります。

(3) ロックを緩めすぎない

解除の際スーパーロックを緩めすぎると、ポール内部での引っかかりがなくなり、カラ回りしてロックができなくなります。

(4)

トレッキングポールは歩行時の補助や推進力として使用するもので、体重を預けすぎはいけません。

(5)

注1) シャフトの連結部分の緩みがないことを必ず確認してご使用ください。万が一、緩みがあった場合怪我などの原因になりますのでご注意ください。

注2) 使用中でもシャフトが緩むことがありますので、時々確認してご使用ください。

## スピードロック2をご使用のみなさまへ

ダイヤル操作の際は、必ず以下の点にご注意ください



※ロック開放状態でいきます

(1) ダイヤルは細かく動かしてください

スピードロックは締め具合の微調整ができるのが特徴です。ダイヤルを細かい幅で動かして調節をしてください。一度に大きく動かすとレバーが機能せずロックが出来なくなる場合があります。

(2) 無理にロックを閉じようとしないでください

ダイヤル調節でキツく締めるるとロックが閉じない場合があります。無理に力をかけて閉じようとするレバーが破損することがあります。

(3) 身体が安定する場所で調節をしてください

長さの調節は山行前の平坦な場所で行ってください。岩稜帯など調節を行うと危険を伴うとともにパーツの紛失の恐れもありますので、避けるようにしてください。

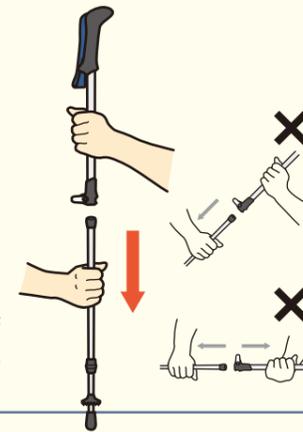
## メンテナンス方法

1

帰宅後は、雨や晴れなどの天候使用条件に関係なく、なるべく時間をおかずポールを一本ずつバラバラにしましょう。力を入れなくてもシャフト同士は簡単に外すことができます。

※軸線方向に勢よく抜きます。根元部分に力がかかると破損の原因となります

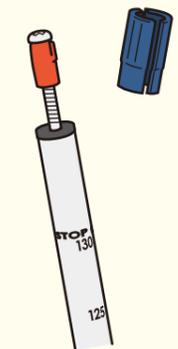
※マイクロシステムはバラせないため③のみを行います



2

泥や小石の詰りが無いかを確認しながら、スリップレスラバーロングやジョイントプラグなどのパーツ類も取り外します。ポールの構造を理解するためにも大切なことです。

※取り外したジョイントプラグを元に戻す際には上下逆にならないよう確認してから行います



3

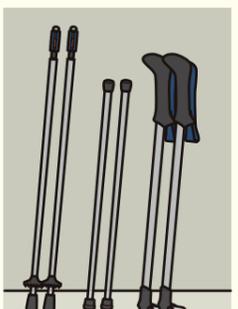
乾いたタオルを使い、結合部に付いた水分や泥汚れを取り除きます。アンチショックやロック機能をベストな状態に保つために水分と汚れを残さないようにしましょう。

※クリーナーや潤滑油などは一切使わないでください。汚れがひどい場合は水拭きしてから十分乾燥させます



4

手入れが終わってもすぐにシャフトを組み立てず、シャフト内の湿気がなくなるまでしばらく乾燥させます。劣化の原因となる直射日光を避け、風通しのよい日陰がおすすめです。その後、パーツの紛失を防ぐために組み立てて、緩めに仮締めして保管します。



LEKI  
www.leki.de

トレッキングポール  
ノルディックウォーキングポール

取扱説明書

Caravan

株式会社キャラバン

東京本社  
〒170-0002 東京都豊島区巣鴨1-25-7  
TEL (03)3944-2331(代) FAX (03)3944-6540

大阪営業所  
〒564-0051 大阪府吹田市豊津町15-11  
江坂石周ビル5階A  
TEL (06)6338-3557(代) FAX (06)6338-3564