



# MANUEL D'UTILISATION STAND UP PADDLES GONFLABLES

(FR) CE MANUEL DOIT ÊTRE LU AVANT D'UTILISER LES PRODUITS

## **ATTENTION :**

Veuillez prendre en considération les précautions mentionnées dans ce manuel pour votre sécurité et celle de votre équipement. Le-non-respect des instructions peut provoquer des dommages matériels, des blessures graves ou la mort.

Mise à jour le 26/11/2021

## **INFORMATIONS GÉNÉRALES SUR LA PRATIQUE DU STAND-UP PADDLE GONFLABLE**

Le stand up paddle est une activité sportive qui peut être dangereuse lorsqu'elle est pratiquée de manière irresponsable. L'utilisation de cet équipement et de ses composants comporte certains risques inhérents à l'activité qui peuvent entraîner des blessures corporelles graves voire la mort.

En utilisant ce produit vous acceptez librement d'assumer tous les risques connus et inconnus de blessure, pour vous et les autres, liés à l'utilisation de cet équipement. Les risques peuvent être considérablement réduits par le respect des avertissements mentionnés dans ce manuel d'utilisation et grâce au bon sens commun.

FSN n'est pas responsable des blessures et des accidents en cas d'utilisation incorrecte du produit et du non-respect des instructions données dans ce guide. Aussi, le fabricant se décharge de toute responsabilité en cas de modifications apportées au produit qu'il n'aurait approuvées.

Le SUP n'est pas un jouet. Il n'est pas conçu pour une utilisation par un enfant de moins de 14 ans. Toute personne utilisant ce SUP doit avoir lu, ou avoir pris connaissance sous la supervision d'un adulte, de l'intégralité des instructions de cette notice pour l'utiliser.

Vous venez d'acquérir un Stand Up Paddle de la marque FSN. Nous sommes fiers de vous présenter un produit de grande qualité. Il est conseillé de vous familiariser avec ce Stand Up Paddle gonflable avant de l'utiliser sur l'eau. Ce manuel vous aidera à l'utiliser et à naviguer en toute sécurité.

**VEUILLEZ CONSERVER CE MANUEL ET LE TRANSMETTRE AU NOUVEAU  
PROPRIÉTAIRE À LA SUITE D'UNE VENTE.**

# SOMMAIRE

<b>INFORMATIONS GENERALES</b>	Page 1
<b>INVENTAIRE CARACTERISTIQUES</b>	Page 3 Page 4
<b>1. MONTAGE</b>	Page 5
A. GONFLER SON SUP	
B. MONTER LES ACCESSOIRES	
C. DEGONFLER ET PLIER SON SUP	
<b>2. UTILISATION</b>	Page 9
A. STOCKAGE	
B. PRATIQUER LE SUP : LES BASES	
C. PRATIQUE DU SUP : POUR ALLER PLUS LOIN	
<b>3. RÉPARER LE SUP</b>	Page 13
<b>CONDITION D'ACHAT</b>	Page 15
<b>AVERTISSEMENT ET PRÉCAUTIONS</b>	Page 16
<b>GARANTIE</b>	Page 17

# INVENTAIRE

Product reference	Accessories	Accessory reference
SUPFUS19PACKNE SUPFUS19PACKVU	Sac de transport	SUPBAG19FSN002
	Leash	SUPLEA18001
	Pagaie	SUPPA19FSN002
	Pompe double action	SUPPP19FSN002
	Kit de réparation	REPAIRKIT
	Dérive centrale	FINSUP001
	Valve	VGSUP001
SUPFUS19PACKAM SUPFUS19PACKPU SUPFUS19PACKRA SUPFUS19PACKDE	Sac de transport	SUPBAG19FSN002
	Leash	SUPLEA18002
	Pagaie	SUPPA19FSN002
	Pompe double action	SUPPP19FSN002
	Kit de réparation	REPAIRKIT
	Dérive centrale	FINSUP001
	Valve	VGSUP001
SUPFUS19PACKSQ	Sac de transport	SUPBAG21FSNSQ
	Aluminum paddle	SUPPA19FSN002
	Pompe double action	SUPPP19FSN002
	Kit de réparation	REPAIRKIT
	Dérive centrale	FINSUP001
	Valve	VGSUP001

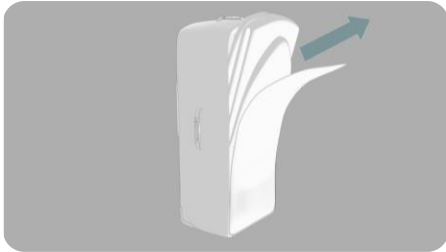
# CARACTERISTIQUE

Reference Produit	Titre	Taille	Poids max utilisateur recommandé (KG)
SUPFUS19PACKNE	Stand Up Paddle NERO 9'0 FSN	9' x 31" x 5"	110
SUPFUS19PACKVU	Stand Up Paddle VULK 9'8 FSN	9'8 x 32" x 5"	120
SUPFUS19PACKAM	Stand Up Paddle AMBITION 10'4 FSN	10'4 x 30" x 6"	130
SUPFUS19PACKPU	Stand Up Paddle PUNGA 10'8 FSN	10'8 x 32" x 6"	140
SUPFUS19PACKRA	Stand Up Paddle RACE 12'6 FSN	12'6 x 28" x 6"	140
SUPFUS19PACKDE	Stand Up Paddle DEUCE 15' FSN	15' x 34" x 8"	250
SUPFUS19PACKSQ	Stand Up Paddle SQUAD 14' FSN	14' x 47" x 8"	650

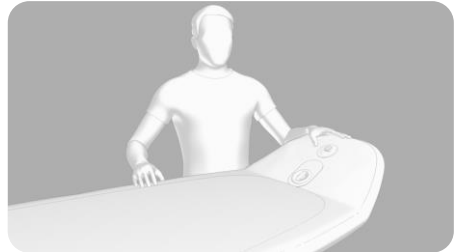
NB : La charge maximale supportée par le produit gonflé est environ trois fois supérieure au Poids Max Utilisateur recommandé. Ce poids utilisateur a été convenu par nos équipes afin de donner un ordre d'idée à l'utilisateur sans prendre en compte les variables de niveau du rameur ou de capacité d'équilibre.

# 1. MONTAGE

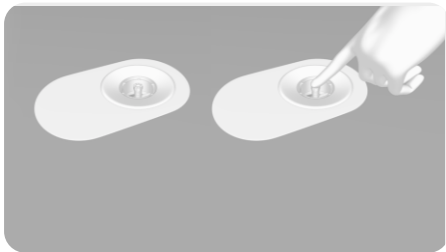
## A. GONFLER SON SUP



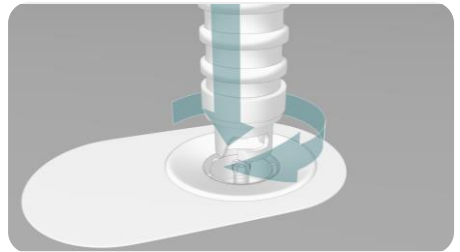
1) Sortez le SUP du Sac



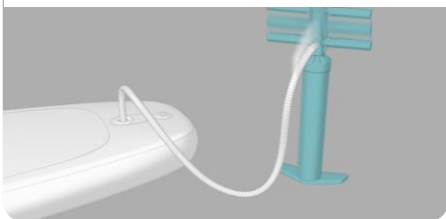
2) Dépliez votre SUP



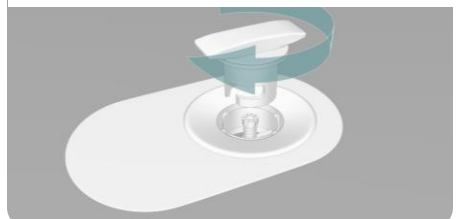
3) Vérifier que la tige est en position haute



4) Fixez l'embout de la pompe à la valve



5) Gonflez votre SUP (0->15PSI)



6) Refermez le bouchon de la valve

## LES ÉTAPES DU GONFLAGE EN DÉTAILS :

1. Sortez le stand up paddle du sac de transport.
2. Dépliez-le et disposez-le à plat sur le sol. Évitez toute surface susceptible d'endommager le produit ou de compromettre le bon déroulement du gonflage.
3. La **valve de gonflage** est située sur la planche en dessous du pad. Assurez-vous que la tige de la valve soit positionnée vers le haut. Si elle est positionnée vers le bas, veuillez appuyer légèrement dessus jusqu'à ce qu'elle remonte et soit positionnée en position haute prête pour le gonflage.
4. Connectez l'embout du tuyau de la pompe à la valve en réalisant un quart de tour pour la verrouiller.
5. Gonflez votre SUP en effectuant des mouvements bas/haut avec la pompe. Fléchissez vos genoux pour préserver votre dos.
6. Retirez le tuyau de la pompe et refermez le bouchon de la valve une fois que le manomètre indique 15 PSI.

### **AVERTISSEMENT**

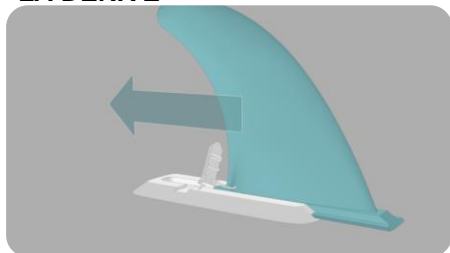
L'utilisation d'un compresseur peut gravement endommager votre produit et vous blesser gravement. C'est un cas d'exclusion de la garantie.

#### Conseils et précautions de gonflage :

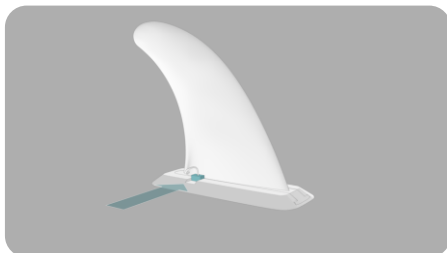
- *La planche doit être gonflée avec une pompe à main ou électrique pour les SUPs.*
- *Les compresseurs d'air ne doivent pas être utilisés pour gonfler votre SUP.*
- *Au fil du temps, la chambre à air va perdre de l'air et la pression doit alors toujours être vérifiée avant utilisation.*
- *Avant l'utilisation, gonflez le SUP pendant 24h pour vous assurer que la planche soit en état. Si vous observez une diminution spectaculaire de la pression d'air, référez-vous aux instructions relatives aux réparations de la planche dans la section **Réparer son SUP***
- *Ne pas trop gonfler. Une pression maximale de 15PSI est recommandée.*
- *Ne laissez pas le SUP exposé au soleil. Si le SUP est utilisé dans un environnement chaud ou ensoleillé, dégonflez-le légèrement. Avant l'utilisation, regonfler à la bonne pression (15 PSI). La température de l'eau peut aussi provoquer une perte de pression légère dans la chambre.*
- *Le manomètre n'est prévu que pour le gonflage et la valeur du manomètre sert uniquement de référence, il ne faut pas l'utiliser comme instrument de précision.*

## B. MONTER LES ACCESSOIRES

### LA DERIVE



1) Glissez la dérive dans le boîtier

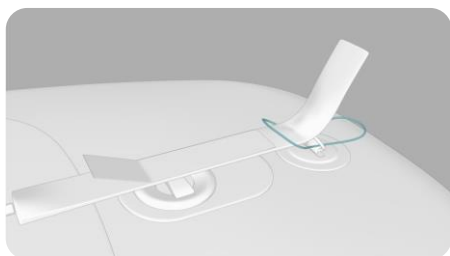


2) Verrouillez la dérive à l'aide de la clavette

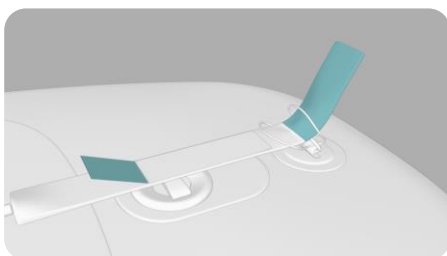
L'aileron peut être monté avant ou après avoir gonflé la planche.

1. Placez l'arrière de l'aileron dans le rail du boîtier de la planche. Faites-le glisser en arrière jusqu'au fond du rail.
2. Faites glisser le clips (la clavette) dans la petite fente située entre l'aileron et le boîtier. L'aileron est ainsi installé.

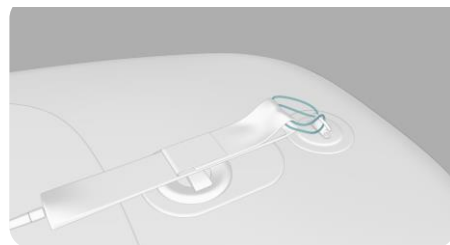
### LE LEASH



1. Passez la corde du leash à travers l'anneau situé à l'arrière de la planche



2. Refermez les deux scratchs (velcro) par-dessus la corde



3. Assurez-vous que le leash soit solidement fixé



4. Attachez le velcro en dessous de votre genou

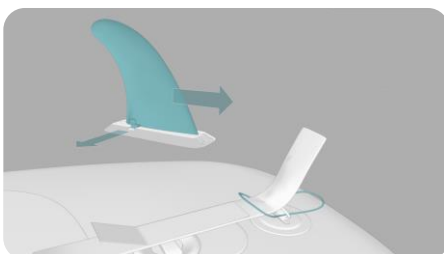


## C. DÉGONFLER ET RANGER SON SUP

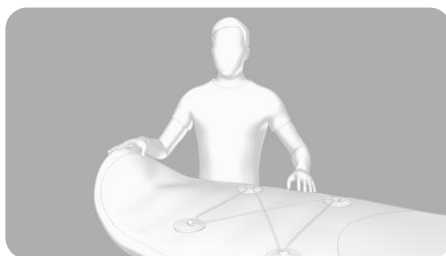
### DEGONFLER



1. Appuyez sur la tige de la valve



2. Retirez l'aileron et le leash

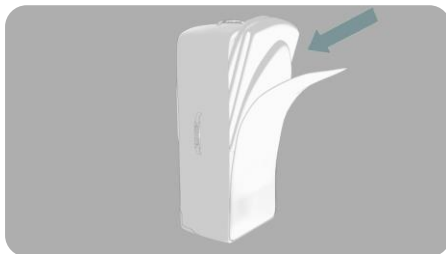


3. Roulez la planche en commençant par l'avant du SUP

- Avant d'enlever le bouchon de la valve, séchez l'eau située autour de la valve.
1. Appuyez sur la tige de la valve pour libérer la pression et dégonflez votre planche.
  2. Retirez l'aileron et le leash.
  3. Laissez la valve ouverte pendant que vous enrroulez le produit. Commencez le pliage depuis l'avant de la planche pour que l'air s'échappe de la valve.
  4. Fermez le bouchon de la valve.

## 2. UTILISATION

### A. STOCKAGE



Lorsque vous rangez votre SUP, ne l'exposez pas au soleil ni aux intempéries.

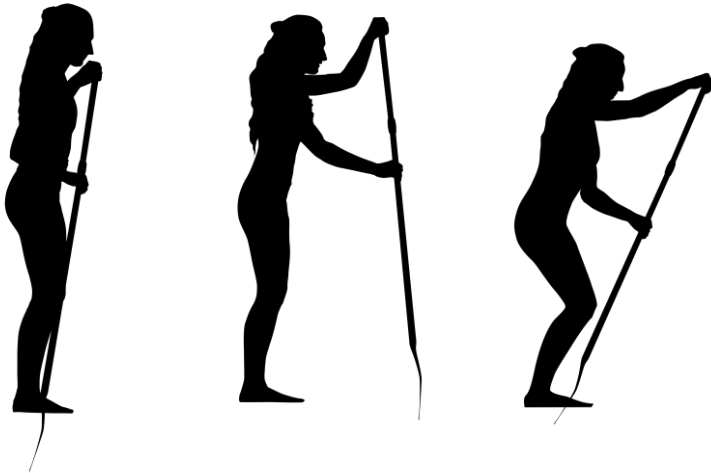
- Avant le rangement, nettoyez votre SUP à l'eau claire et laissez-le sécher complètement pour éviter toute accumulation de moisissures.
- Ne pas utiliser des produits chimiques durs pour le nettoyage. La plupart des salissures peuvent être enlevées avec un savon et de l'eau claire.

Votre SUP peut être rangé gonflé ou dégonflé.

- L'accrochage en suspension du SUP n'est pas recommandé.
- Ne pas ranger dans des conditions extrêmes. Privilégiez un endroit propre et sec.
- Les sacs de transport de SUP protègent correctement votre produit pendant le stockage.

## B. PRATIQUE DU SUP : LES BASES

### RAMER ET NAVIGUER



**Se mettre debout sur le paddle :** Se mettre à genou (écartement des épaules pour l'équilibre). Regarder loin devant, se relever une jambe après l'autre de part et d'autre de la poignée de portage du paddle (au milieu de la planche).

**Sens de la pagaie :** La pagaie doit être tenue dans le bon sens, de façon à avoir la pale de la pagaie inclinée vers l'avant (et non vers l'arrière) ceci afin que la pale soit toujours verticale dans l'eau quand vous ramez.

**Position :** Jambes détendues, légèrement fléchies, le bassin doit jouer un rôle d'amortisseur. Tenez la poignée de la rame dans la paume de votre main puis placez l'autre main sur le tube. L'écartement de vos mains doit correspondre à la largeur des épaules.

**Mouvement :** bras tendus, aller chercher devant vous le contact avec l'eau en penchant son corps vers l'avant. Le bras ayant la main sur la poignée permet de pousser vers l'avant et l'autre de ramener la pagaie vers soi (effet de levier). Pour être efficace, le mouvement de rame doit se terminer au niveau de vos pieds.

**Ramez droit** en effectuant 4-6 coups de rame de chaque côté pour éviter l'effet de row (= rotation de la planche).

## CONSIGNE POUR UNE PRATIQUE EN TOUT SECURITE

- Toujours utiliser un leash (cordon de sécurité)
- S'informer de l'autorisation de navigation
- S'informer des prévisions météorologique (vague, vent, marée...)
- Eviter de naviguer seul
- Informer un proche de sa sortie (parcours et horaires)
- Si l'eau est inférieure à 18°, s'équiper d'une combinaison isotherme

### C. PRATIQUE DU SUP : POUR ALLER PLUS LOIN

#### LA PRATIQUE DU STAND UP PADDLE EN MER/OCÉAN

Deux cas de figure :

##### A) Je navigue entre 300 mètres et 2 miles nautiques (3,7km) et mon SUP dépasse 3,50m (soit 11'6 et plus)

- Je m'équipe en plus : d'un repérage lumineux individuel étanche, d'un équipement individuel de flottabilité, d'une combinaison (protection thermique), d'une trousse de secours et d'un moyen de communication. **Il est obligatoire d'utiliser un équipement individuel de flottabilité d'au minimum 50N.**
- **Attention** : les Sup gonflables de plus de 3,50m sont autorisés à dépasser les 300m à la seule condition qu'ils disposent d'une ou plusieurs réserves de flottabilité leur permettant de flotter avec la charge maximale recommandée en cas d'invasion totale du flotteur. Ces stand up paddles doivent répondre favorablement à un test de flottabilité résiduelle avec la chambre à air du plus grand volume dégonflée. **Nos stand up paddles sont constitués d'une seule chambre à air, il est donc interdit de dépasser les 300 mètres avec.**

##### B) Je surf ou je navigue jusqu'à 300 mètres (engin de plage).

- Dans les vagues, je respecte les 5 grandes règles de sécurité en surf : respect des zones de bain et des règles de priorité, vagues adaptées à mon niveau, spots peu fréquentés, port du leash obligatoire.
- Il est conseillé au préalable de maîtriser sa planche en eau calme.

## LA PRATIQUE DU STAND UP PADDLE EN EAU INTÉRIEURE

(Lac, rivière, fleuve etc.)

Deux cas de figure :

### A) Sur un lac ou canal (sans courant)

- J'utilise en permanence un leash de sécurité.
- Le port d'un gilet d'aide à la flottabilité est recommandé (obligatoire pour les enfants)

### B) En rivière ou fleuve (avec courant)

- J'utilise toujours un gilet d'aide à la flottabilité et des chaussures fermées.
- Si je suis débutant, je m'entraîne d'abord sur un plan d'eau calme.
- **ATTENTION : Le leash est interdit !**

### FOCUS :

Qu'est-ce qu'un Equipement Individuel de Flottabilité (EIF) ?

L'expression désigne plusieurs équipements :

- Aide à la flottabilité : 50 newtons au moins pour les embarcations propulsées par l'énergie humaine quelle que soit leur distance d'éloignement (entre 300m et 2miles), et pour les bateaux s'éloignant jusqu'à 3700m de la rive.
- Gilet de sauvetage : 100 newtons au moins pour les bateaux s'éloignant au-delà des 370 mètre de la rive.

Veillez à ce que le matériel soit bien adapté à la morphologie de chacun, en particulier pour les enfants. Vérifiez également les normes des produits.



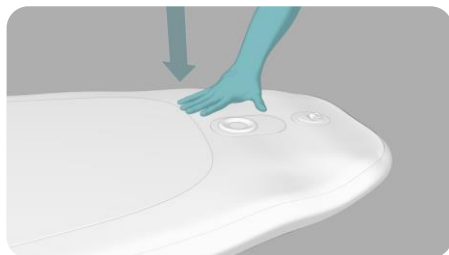
Source : Ministère de la Transition écologique et solitaire

# 3. RÉPARER VOTRE SUP

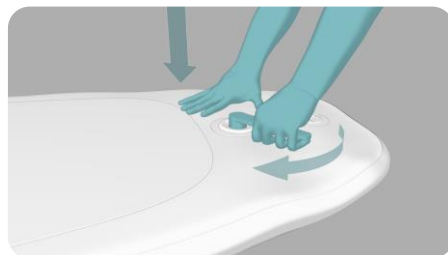
## LA VALVE

Si vous détectez la perte de pression, vérifiez d'abord la valve. Pour localiser une fuite, nous vous recommandons le savon mélangé avec de l'eau. Imbibez d'eau savonnée toute la surface autour de la valve. Si vous observez des bulles, assurez-vous d'abord que la valve soit correctement serrée. Après de nombreuses utilisations, il se peut qu'elle soit légèrement dévissée. Une clé de serrage est disponible dans le kit de réparation pour la resserrer.

**AVERTISSEMENT** : avant d'utiliser la clé de serrage, dégonflez totalement le stand up paddle. Le non-respect de cette règle vous expose à des dangers conséquents pouvant causer des dommages physiques et matériels.



1. Dégonflez complètement le SUP



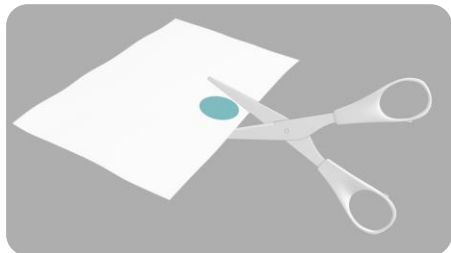
2. Dévissez la valve à l'aide de la clé de serrage

Si les problèmes persistent après utilisation de la clé de serrage, la valve est peut-être défectueuse. Veuillez contacter notre SAV qui dispose de valves de remplacement ([contact@simplepaddle.com](mailto:contact@simplepaddle.com)).

La valve peut être enlevée et remplacée grâce à la clé de serrage fournie avec le SUP. Il suffit de la dévisser complètement lorsque la planche est totalement dégonflée, et de la remplacer par la nouvelle. Veillez à resserrer suffisamment la nouvelle valve pour éviter l'apparition de fuites. Vous pouvez également ajouter un joint étanche en PVC pour consolider le remplacement de valve.

## LA CREVAISON

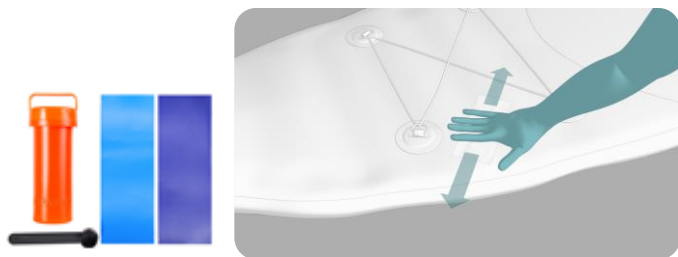
Vous pouvez réparer les petites crevaisons à l'aide du matériel (feuilles de PVC) fourni dans votre kit de réparation, il faudra acheter de la colle PVC souple résistante à l'eau. Vérifiez que le stand up paddle soit complètement dégonflé et posé bien à plat. L'eau savonnée permet de détecter la fuite facilement.



*Découpez une rustine en PVC souple*



*Appliquez une couche de colle sur la rustine et sur la surface endommagée*



*Appuyez fermement sur le patch pendant une minute*

- Nettoyez la surface endommagée ainsi que la surface de la rustine à coller.
- Découpez une rustine arrondie débordant d'au moins 5cm de la surface ou l'accroc à réparer.
- Puis appliquez, une couche de colle pour PVC souple sur la rustine et sur la surface endommagée.
- Appuyez fermement sur le patch pendant 1 minute.
- Laissez sécher 24h avant de regonfler la planche et de vérifier la qualité de la réparation.

### **AVERTISSEMENT :**

Ne pas ingérer la colle. Evitez le contact de la colle avec les yeux ou la peau. Gardez le matériel de réparation hors de portée des enfants.

## CONDITION D'ACHAT

En achetant et utilisant ce produit, vous acceptez :

1. Être lié aux conditions énoncées ci-dessous.
2. Exiger de quiconque utilisant ce produit d'être lié par ces termes.

Si vous refusez d'être lié par ces termes, veuillez retourner ce produit inutilisé pour un remboursement complet. L'utilisation de ce produit et ses composants comporte certains risques inhérents et les dangers qui peuvent entraîner des blessures graves et la mort. En utilisant ce produit, vous acceptez d'assumer librement tous les risques connus et inconnus de blessures. Les risques inhérents à ce sport peuvent être considérablement réduits en respectant les précautions d'avertissement et de sécurité énumérées dans ce guide et en utilisant votre bon sens.

## ACCORD D'EXONÉRATION DE RESPONSABILITÉ ET DE RENONCIATION EN CAS DE RÉCLAMATION :

En contrepartie de l'achat et/ou de l'utilisation de ce produit, vous acceptez les termes suivants du présent contrat, dans la limite maximale autorisée par la loi, soit :

- De renoncer à toutes les réclamations présentes et à venir contre H2O Link, ou l'un de ses agents, résultant de l'utilisation de ce produit et de l'un de ses composants.
- De décharger H2O LINK, ou l'un de ses agents, de toute responsabilité en cas de perte, dommages, blessures ou frais que vous-même, un proche ou tout autre utilisateur de ce produit pourrait avoir à supporter et résultant de l'utilisation de ce produit, et ce quelle qu'en soit la cause, y compris la négligence ou le non-respect de ce contrat par H2O LINK, ou de l'un de ses agents, relativement à la conception ou à la fabrication de ce produit. Dans l'éventualité de la mort ou de l'incapacité de l'acheteur, cet accord restera effectif et exécutoire pour ses héritiers, proches, exécuteurs testamentaires, administrateurs, ayant droits et représentants.



## AVERTISSEMENTS ET PRÉCAUTIONS

### Avertissements généraux :

- C'est un sport dangereux. L'utilisation de ce produit peut exposer l'utilisateur à des risques imprévus, hasards et dangers.
- Toujours utiliser ce produit avec une extrême prudence. L'utilisation abusive de ce produit peut causer des blessures graves ou la mort.
- Utiliser seulement ce produit si vous êtes en bonne santé physique et si vous savez nager.
- Vous êtes responsable de votre propre sécurité mais aussi de celle de votre environnement.
- **ATTENTION AVEC LES ENFANTS** ! Ils doivent toujours être sous la surveillance d'un adulte responsable et porter un lycra de couleur voyante en plus d'un gilet de flottaison et d'une combinaison. Ne les laissez pas pratiquer seul ni aller au large sans adulte.
- Ne pas utiliser ce produit si vous êtes sous l'influence d'alcool, de drogues ou de médicaments.

### Règles de sécurité importantes :

- Avant d'utiliser ce produit, il est conseillé de prendre des leçons dans une école certifiée.
- Toujours porter un gilet de flottaison personnel qui est approuvé par la garde côtière lors de l'utilisation du produit.
- Toujours pagayer avec un partenaire expérimenté.

### Conditions météorologiques :

- Toujours observer les règles en vigueur du lieu de pratique lorsque vous utilisez ce produit.
- Ne jamais utiliser ce produit dans des conditions offshore (vent de terre). Ne pas utiliser ce produit au-dessus de 10 nœuds de vent.
- Soyez prudent lorsque vous transportez ce produit. Porter la planche dans des conditions venteuses peut causer des blessures graves.
- Ne pas utiliser ce produit dans des conditions d'orages.
- Dans les conditions agitées (vagues, clapot, courant) augmentant le risque de chutes, portez un casque pour protéger votre tête.
- Ne pas utiliser ce produit près de la circulation d'autres bateaux, ou d'une embarcation.
- Ne pas utiliser près des plages bondées.

## LA RÉGLEMENTATION FRANÇAISE

L'Arrêté du 2 décembre 2014 portant modification de l'arrêté du 23 novembre 1987 relatif à la sécurité des navires modifie la définition des engins de plage, il est rappelé que les embarcations propulsées par l'énergie humaine dont la longueur de coque est inférieure à trois mètres cinquante ou qui ne satisfont pas aux conditions d'étanchéité, de stabilité et de flottabilité de l'article 245-4.03 sont considérées comme des engins de plage.

### GARANTIE

Ce produit est garanti (garantie légale en vigueur) 12 mois à compter de la date d'acquisition contre tout vice de fabrication. La garantie n'est valable que dans le cadre d'une utilisation normale. Elle ne couvre pas les perforations ou l'abrasion résultant d'une usure normale, ni les dommages résultant d'une utilisation ou d'un entreposage inapproprié. Elle devient caduque en cas de revente de particulier à particulier. Tout produit défectueux doit être ramené par son propriétaire à son revendeur, accompagné de la facture ou du ticket de caisse. Après examen du produit défectueux, FSN procédera à sa réparation ou au remplacement de la partie ou du produit défectueux ; FSN décline toute responsabilité en cas de dommages fortuits ou indirects. Le champ d'application de la garantie ne saurait être étendu. Cette garantie est applicable à l'exclusion de toute autre. Cette garantie vous confère certains droits ; ceux-ci peuvent varier d'un pays à un autre. Les principales limitations à l'application de la garantie sont les suivantes : Votre produit ne doit être ni transformé ni utilisé pour des activités autres (par ex. courses, location, usage professionnel etc...) que celles pour lesquelles il a été conçu. La charge maximale autorisée à bord ne doit pas être dépassée. Les recommandations relatives à la pression, au montage/démontage et à l'utilisation du produit doivent être respectées. Les recommandations relatives à l'entretien et à l'entreposage doivent être suivies. La garantie ne couvre ni les pièces détachées, ni les accessoires non fournis ou non recommandés par le fabricant, ni les dégâts résultant de leur utilisation.

4. Usage normal et décoloration
5. Les dommages causés par l'abus ou le manque d'entretien normal
  - Les dommages causés par la collision sur les objets immergés ou en tirant la planche sur la plage
  - Les dommages causés par l'amarrage ou le rangement de la planche
  - Les dommages causés par des altérations ou des modifications
  - Tout autre dommage indirect, dommage occasionnel, inclus les dommages aux biens de tiers.

MANUFACTURED BY : FSN

[www.fsn-paddle.com](http://www.fsn-paddle.com)

[contact@fsn-sup.com](mailto:contact@fsn-sup.com)

+33 9 74 59 42 15

22 rue de l'industrie 64700 Hendaye - FRANCE





# INFLATABLE STAND UP PADDLE USER MANUAL

READ THIS MANUAL CAREFULLY BEFORE USE

**WARNING:**

For your safety and your equipment, please consider warnings mentioned in this manual. Disrespect of safety instructions can cause material damages, serious injuries or death.

Manual update 26/11/2021

## **GENERAL INFORMATION ABOUT INFLATABLE STAND-UP PADDLE PRACTICE**

Stand-up paddling is a sporting activity that can be dangerous when practiced irresponsibly. The use of this equipment and its components implies certain risks inherent to the activity which can lead to serious injuries for your body or even death.

By using this product, you freely agree to assume all known and unknown risks of injury to yourself and others related to the use of this equipment. The risks can be significantly reduced by following the warnings in this user manual and using common sense.

FSN is not responsible for injuries and accidents due to improper use of the product and the non-respect of the instructions given in this guide. Also, the manufacturer disclaims any liability for changes made on the product that he would not have approved.

This SUP is not a toy. It is not intended for use by a child under the age of 14. Anyone using this SUP must have read, or be aware of, under adult supervision, all of the instructions in this notice for use.

You have just purchased a Stand-Up Paddle from the FSN brand. We are proud to present you with a high-quality product. We recommend you to familiarise yourself with this inflatable Stand Up Paddle before using it on the water. This manual will help you to use it and navigate safely.

**PLEASE, KEEP THIS MANUAL AND PASS IT ON THE NEW OWNER AFTER A  
SALE**

# SUMMARY

## GENERAL INFORMATION

Page 19

## INVENTORY SPECIFICITY

Page 21

### 1.ASSEMBLY

Page 23

- A. INFLANTING THE SUP
- B. FIT THE ACCESSORIES
- C. DEFLATION AND STORAGE THE SUP

### 2.USE THE SUP

Page 27

- A. STORAGE
- B. SUP PRATICE : THE BASIC
- C. SUP PRATICE : MORE INFORMATION

### 3.FIXING THE SUP

Page 31

## PURCHASE CONDITIONS

Page 33

## WARNINGS AND PRECAUTIONS

Page 34

## WARRANTY

Page 35

# INVENTORY

Product reference	Accessories	Accessory reference
SUPFUS19PACKNE SUPFUS19PACKVU	Bag	SUPBAG19FSN002
	Leash	SUPLEA18001
	Aluminum paddle	SUPPA19FSN002
	Double action pump	SUPPP19FSN002
	Repair Kit	REPAIRKIT
	Central / side fin	FINSUP001
	Valve	VGSUP001
SUPFUS19PACKAM SUPFUS19PACKPU SUPFUS19PACKRA SUPFUS19PACKDE	Bag	SUPBAG19FSN002
	Leash	SUPLEA18002
	Aluminum paddle	SUPPA19FSN002
	Double action pump	SUPPP19FSN002
	Repair Kit	REPAIRKIT
	Central / side fin	FINSUP001
	Valve	VGSUP001
SUPFUS19PACKSQ	Bag	SUPBAG21FSNSQ
	Aluminum paddle	SUPPA19FSN002
	Double action pump	SUPPP19FSN002
	Repair Kit	REPAIRKIT
	Central / side fin	FINSUP001
	Valve	VGSUP001

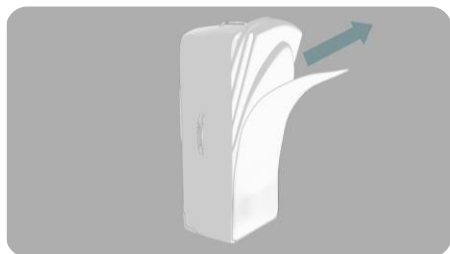
## SPECIFICITY

<b>Product reference</b>	<b>Title</b>	<b>Size</b>	<b>Max. load (KG)</b>
SUPFUS19PACKNE	Stand Up Paddle NERO 9'0 FSN	9' x 31" x 5"	110
SUPFUS19PACKVU	Stand Up Paddle VULK 9'8 FSN	9'8 x 32" x 5"	120
SUPFUS19PACKAM	Stand Up Paddle AMBITION 10'4 FSN	10'4 x 30" x 6"	130
SUPFUS19PACKPU	Stand Up Paddle PUNGA 10'8 FSN	10'8 x 32" x 6"	140
SUPFUS19PACKRA	Stand Up Paddle RACE 12'6 FSN	12'6 x 28" x 6"	140
SUPFUS19PACKDE	Stand Up Paddle DEUCE 15' FSN	15' x 34" x 8"	250
SUPFUS19PACKSQ	Stand Up Paddle SQUAD 14' FSN	14' x 47" x 8"	650

NB: The maximum load supported by the inflated product is approximately three times greater than the recommended Max User Weight. This user weight has been agreed by our teams in order to give the user an idea without taking into account the variables of the rower's level or the ability to balance

# 1. ASSEMBLY

## A. INFLANTING THE SUP



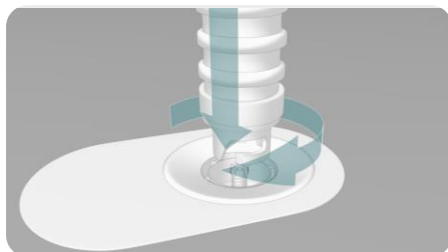
1) Get the SUP out of the bag



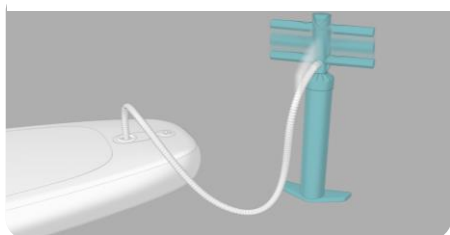
2) Unfold your SUP



3) Be sure the valve stem is on open position



4) Connect the nozzle to the board's valve



5) Inflate your SUP (0->15PSI)



6) Close the valve



## INFLATING STEPS & DETAILS:

7. Get the Stand-Up Paddle board out of the bag.
8. Unfold the SUP and place it on the floor. Be sure to put it on a flat and non-damaging area, so you don't compromise the inflation.
9. The **inflation valve** is located on the board, under the pad. Be sure the valve stem is placed upwards. If the stem is downwards, push it slightly until it pulls itself up, ready to be inflated.
10. To connect and seal the nozzle of the pump to the board's valve, turn it of a quarter.
11. Inflate the SUP by pumping up and down. Bend your knees to preserve your back.
12. Take out the nozzle out of the valve and close it once the gauge's needle indicates a pressure of 15 PSI.

### **WARNING**

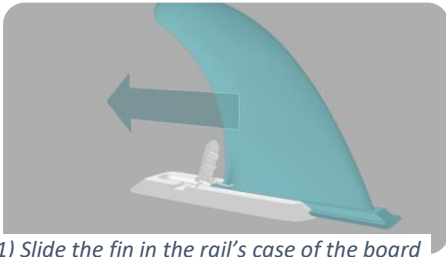
The use of a compressor can seriously damage your product and severely hurt you. This case cancels any warranty.

#### Advice and inflating precautions:

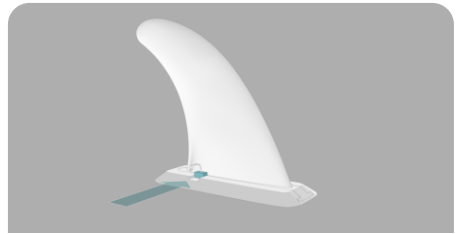
- *The board has to be inflated with a manual or electrical pump for SUPs.*
- *Do not use compressors to inflate your SUP.*
- *Over time, the inner tube is going to lose air. Always check the pressure before any use.*
- *24h before using your SUP, inflate it to check if it is airtight. If you see an important pressure drop, read the instructions « Leak detection » in the '**Repair your SUP**' section of this manual (pages 13-14).*
- *Do not over inflate. The maximum pressure recommended is 15 PSI.*
- *Do not let your SUP in direct sunlight for a long time when it is fully pressured. If the SUP is used in a hot or sunny environment, release some air from the board. Inflate the proper 15PSI before using. The water temperature can also lead to a small air loss in the inner chamber.*
- *The manometer is provided for the inflation only and cannot be taken as a precise reference.*

## B . FIT THE ACCESSORIES

### CENTRAL FIN



1) Slide the fin in the rail's case of the board

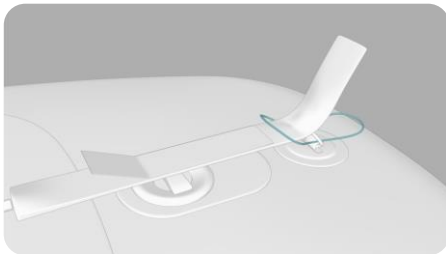


2) Lock the fin by inserting the pin into the provided slot inside the rail

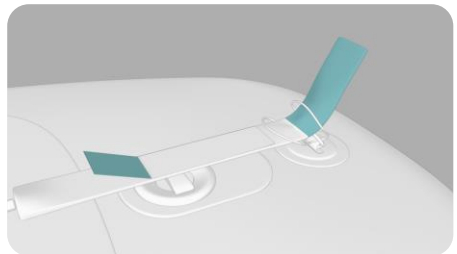
The fin can be set up before or after inflating the board.

1. Put the fin's back into the rail of the board's case. Slide it backwards until you reach the rail's bottom.
2. Slide the pin into the slot located between the fin and the case. The fin is installed.

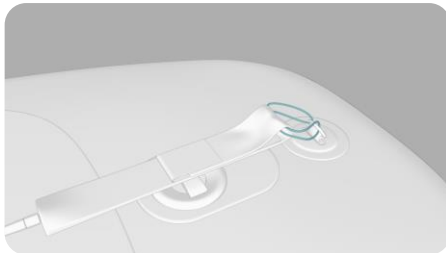
### CONNECTING THE LEASH



1. Put the leash's string through the ring at the rear of your board



2. Close the two Velcro above the string.



3. Be sure the leash is tied firmly



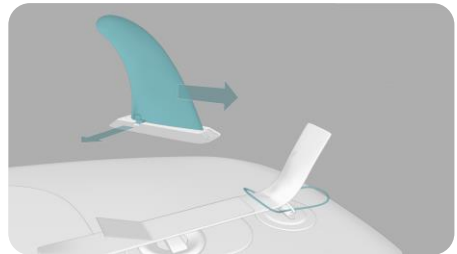
4. Attach the Velcro under your knee

## C.DEFLATION AND STORAGE THE SUP

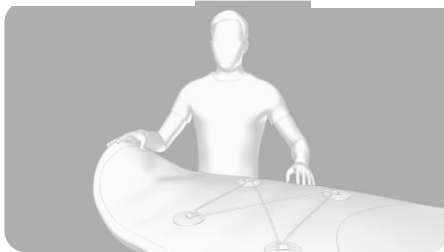
### DEFLATION



1. Press the valve stem



2. Remove the fin and the leash



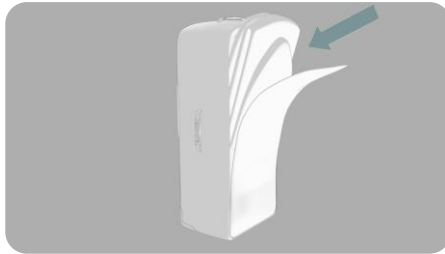
3. Roll the board starting from the nose

Clean and dry the valve area before opening it.

1. Push the valve stem to release some air from the SUP so you can release the higher pressure and deflate your board.
2. Remove the fin and the leash.
3. Let the valve open while you are rolling the product towards the valve, starting folding from the nose of your board.
4. Close the valve.

# 5. USE THE SUP

## A. STORAGE



When you store your SUP, do not expose it to direct sunlight or to bad weather conditions.

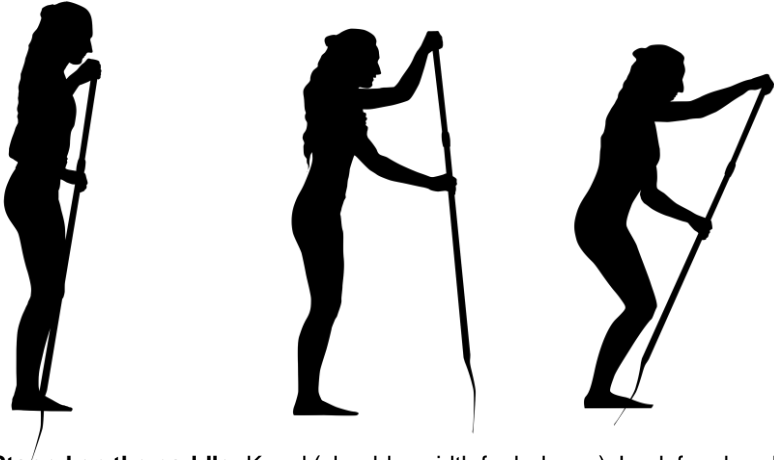
- Before storing your SUP, rinse it and let it dry to avoid mould accumulation.
- Do not use harsh chemicals to clean your SUP. Most of stains can be removed with mild soap and water.

You can store your SUP either inflated or deflated.

- We do not recommend you to hang your SUP.
- If you store your SUP outside, do not let it in direct contact with the floor and cover it to avoid natural elements exposure.
- Store your SUP in a clean and dry area. Do not store in extreme conditions.
- SUP carrying bags can protect your product during storage.

## B. SUP PRATICE : THE BASIC

### PADDLING AND NAVIGATING



- **Stand on the paddle:** Kneel (shoulder width for balance). Look far ahead, get up one leg after the other or both at the same time from side to side of the board's carrying handle (usually in the middle of the board).
- **Paddle direction:** The paddle must be held in the correct direction; paddle blade is angled forward (not backward) so that the paddle is always vertical in the water when paddling for better efficiency.
- **Position:** Legs relaxed, slightly bent, the pelvis must play a role of shock absorber. Hold the handle of the paddle in the palm of your hand then place the other hand on the tube. The spacing of your hands should be equivalent to the width of your shoulders.
- **Movement:** arms outstretched, reach the contact with water by leaning your body forward. Hand on the handle, push forward and bring back the paddle towards yourself (leverage effect) with your other hand. To be effective, the rowing movement must end at your feet.
- **Paddle straight** by performing 4-6 strokes on each side to avoid the "row effect" (= rotation of the board).

## INSTRUCTIONS FOR SAFE PRACTICE

- Always use a leash (safety cord)
- Inform you about navigation authorization
- Learn about the weather forecast (wave, wind, tide, etc.)
- Avoid sailing alone
- Inform someone of your navigation (route and times)
- If the water is less than 18 °, equip yourself with an isothermal suit

## C. SUP PRACTICE : MORE INFORMATION

### 1 – THE PRACTICE OF STAND-UP PADDLE AT SEA / OCEAN

Always use a leash (security cordon that connects the user to the board). Find out about weather forecasts: waves, wind away from the coast, changes in tides, etc.

Two cases:

#### **A) Sailing between 300 meters and 2 nautical miles (3.7km) and the SUP exceeds 3.50m (11'6 and up)**

- Inform of your departure
- Sail by day with at least one other user
- Additionally, equip yourself with: a sealed individual light marking, an individual buoyancy equipment, a wetsuit (thermal protection), a first aid kit and a means of communication. **It is mandatory to use an individual buoyancy equipment of at least 50N.**
- **Warning:** inflatable SUPs over 3.50m are allowed to exceed 300m only if they have one or more reserves buoyancy to float with the maximum recommended load in case of total invasion of float. These Stand-Up Paddles should respond favourably to a residual buoyancy test with the largest air chamber deflated. **Our Stand-Up Paddles consist of a single air chamber, so it is forbidden to exceed 300 meters.**

#### **B) Surfing or sailing up to 300 meters (beach equipment).**

- When surfing in the waves, respect the 5 main safety rules: respect of the bathing/swimming areas and rules of priority, waves adapted to your level, spots less crowded, mandatory wearing of the leash.
- It is advisable beforehand to control your board in calm water.

## 2 – THE PRACTICE OF STAND-UP PADDLE IN INNER WATER

(Lake, river, white waters etc.)

- It is recommended to never sail alone.
- Inquire about the authorisation of navigation (display, town hall etc.): boarding, sailing and disembarking.
- If the water is less than 18°C, equip yourself with an insulated wetsuit
- Inform someone on the ground of your itinerary and schedule.

Two cases:

### A) On a lake or canal (without current)

- Always use a security leash.
- Wearing a buoyancy aid is recommended (compulsory for children)

### B) On a river or white waters (with current)

- Always use a buoyancy aid and closed shoes.
- If you are a beginner, practice first on a calm water.
- **WARNING:** the leash is forbidden!

### FOCUS:

What is an Individual Buoyancy Equipment (EIF in France)?

The term refers to several pieces of equipment:

- Buoyancy aid: at least 50 newtons for vessels propelled by human energy regardless of their distance (between 300m and 2miles), and for boats moving up to 3700m from the shore.
- Lifejacket: 100 newtons at least for boats moving beyond 3700 meters from shore.

Make sure that the material is well adapted to the morphology of everyone, especially for children. Also check the product standards.



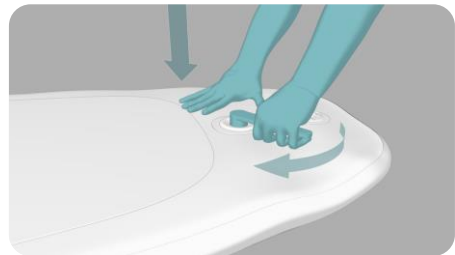
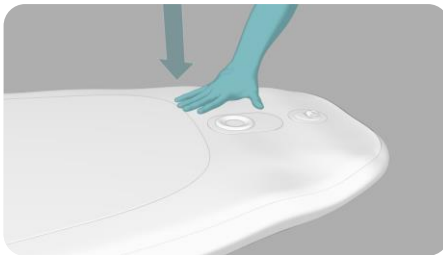
Source: Ministry of Ecological and Solidarity Transition

## 3. FIXING THE SUP

### THE VALVE

If you notice a pressure loss, first check the valve. To detect a leak, we recommend you to spray some soapy water around the valve. If you notice bubbles, first check that the valve is properly installed. After many uses, it may be coming loose. A spanner is available in your repair kit to retighten it.

**WARNING:** before using the valve spanner, deflate the stand-up paddle board. The non-respect of this rule can expose you to important dangers or physical and material damages.



1. 2. *Unscrew the valve thanks to the tightening spanner*

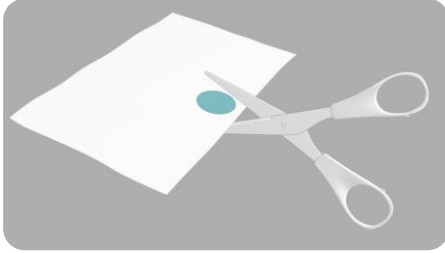
If the problem remains after using the tightening spanner, the valve might be faulty. Please contact our After-Sales service, which can provide you with a new one ([contact@simplepaddle.com](mailto:contact@simplepaddle.com)).

The valve can be tightened, loosen or replaced thanks to the valve spanner supplied with your SUP. You just need to unscrew it completely when the board is deflated and change it for the new one. Be careful tightening the new one to avoid leak appearance. You can also add a waterproof PVC seal to solidify the substitutive valve.



# PUNCTURE

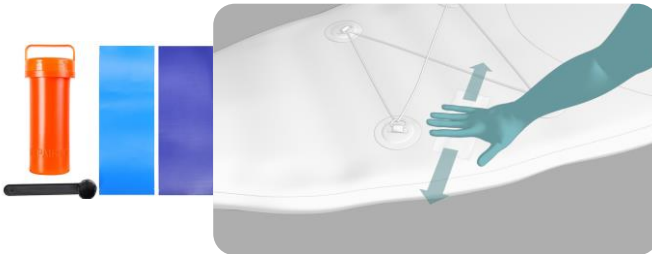
You can fix small punctures thanks with PVC leaves include on repair kit, you should buy PVC glue supplied. Check that your Stand-Up Paddle board is deflated and flat. Soapy water is useful to notice a leak.



*Cut a flexible PVC patch*



*Apply one layer of glue on the patch and on the damaged area*



*Strongly press on the patch for 1 minute*

- Clean the damaged area and the patch surface needed to be glued.
- Cut a round patch of 5 cm bigger than the surface to fix.
- Apply one layer of glue for PVC on the patch and another one on the damaged area.
- Strongly press on the patch for 1 minute.
- Let it dry for about 24h before inflating your board and verifying the fixation quality.

## **WARNING:**

Do not inhale glue vapours. Do not ingest. Avoid eyes or skin contact with the glue. Keep you repair kit away from children.

## **PURCHASE CONDITIONS**

By buying and using this product, you accept:

1. To be tied to the conditions stated below,
2. To require anyone using this product to be tied to these terms.

If you refuse to be tied to these terms, please return this product unused for a full refund. Using this product and its components involve some risks which can lead to serious injuries and death. By using this product, you freely assume and accept every known and unknown risks of injuries related to the use of this equipment. The risks related to this sport can be significantly reduced by respecting safety precautions stated in this manual and using common sense.

## **LIABILITY EXEMPTION & WAIVER AGREEMENT IN CASE OF CLAIM:**

In return for the purchase and/or the use of this product, you agree to the following terms of this agreement, to the maximum extent permitted by law:

- To waive all present and future claims against H2O LINK, or any of its agents, resulting from the use of this product and any of its components.
- To release H2O LINK, or any of its agents, from any liability for loss, damage, injury or expense that you, a near relation or any other user of this product may have to bear and resulting from the use of this product, for whatever reason, including negligence or non-compliance by H2O LINK, or any of its agents, related to the design or manufacture of this product. In the event of death or in case of disability, this Agreement will enter into force and binds your heirs, close relatives, executors, administrators, beneficial owner or representative.

## WARNING AND PRECAUTIONS

### General warnings:

- It is a dangerous sport. The use of this product can lead to some unexpected risks, hazards, unexpected events and dangers for the user.
- Always use this product carefully. Inappropriate use of this product can lead to serious injuries or death.
- Use this product only if you are in a good physical condition and if you are a good swimmer.
- You are in charge of your own safety and of the safety of the others around you when you use this product.
- **CAREFUL WITH CHILDREN!** They must always be under the supervision of an adult and wear a flashy coloured Lycra vest in addition to a life jacket and a wetsuit. Do not let them practice alone or go out of the coast without an adult.
- Do not use this product if you are under the influence of alcohol, drugs or medications.

### Important safety rules:

- Before using this product, the user should take some lessons in a certified school. This product should not be used by people inexperienced in stand-up paddle.
- Always wear a personal flotation device approved by current regulations when you are using the product.
- The personal flotation device is not included.
- Always paddle with an experienced partner.

### Weather conditions:

- Respect the Coast Guard rules and regulations when you are using the product.
- Do not use in offshore wind conditions (wind from the land to the sea).
- Do not use if wind is over 10 Knot. The use of the product in windy conditions can lead to serious injuries or death.
- Be careful when you carry your board. Carrying your board in windy conditions can lead to serious injuries.
- Do not use in case of storm or lightning.
- In unsettled conditions increasing the risk of falling (surf, currents or white waters), wear a helmet to protect your head.
- Do not use this product close to any vessels in circulation.
- Do not use near crowded beaches.

## FRENCH RULES & REGULATIONS

The Decree of the 2<sup>nd</sup> of December 2014 amending the decree of the 23<sup>rd</sup> of November 1987 on the safety of ships modifies the definition of beach vessels, it is pointed that vessels propelled by human energy whose hull's length is less than three meters fifty or which do not meet the conditions of sealing, stability and buoyancy of article 245-4.03 are considered as beach vessels.

### GUARANTEES

This product is under guarantee (current legal guarantee) for 12 months from the buying date against manufacturing defects. The guarantee is valid only for a normal use. It does not cover perforations or abrasions resulting from a normal use nor damages resulting from an inappropriate use or storage. This guarantee becomes null if the product is a resale between private individuals. Any defective product has to be returned at its selling point, with an invoice or a receipt. After examining the defective product, FSN will fix or replace the defective part of the product or the full product. FSN disclaims any liability in case of incidental or indirect damages. The guarantee scope cannot be extended. It is valid excluding any other. This guarantee confers you some rights, which can change from a country to another. The main application restrictions are: do not transform you SUP, do not use for other activities other than the ones it has been built for. (i.e.: races, rentals, professional use, etc.). The maximum authorised weight on the SUP board must not be exceeded. Recommendations regarding use, pressure, assembling/folding, maintenance and storage have to be respected. This guarantee does not cover neither spare parts, unsupplied or non-recommended accessories nor damages resulting from their use:

- Normal use and bleaching
- Damages due to abuse/misuse or a lack of normal maintenance
- Damages caused by collision with immersed objects or by pulling the board on the beach.
- Damages caused by transformations or modifications
- Any other incidental damages, casual damages, including damages on third party properties.

MANUFACTURED BY: FSN

[www.fsn-paddle.com](http://www.fsn-paddle.com)

[contact@fsn-paddle.com](mailto:contact@fsn-paddle.com)

+33 9 74 59 42 15

22 rue de l'Industrie 64700 Hendaye FRANCE

*For more information, FAQ, spare parts, advice, please visit our website .*

[www.fsn-paddle.com](http://www.fsn-paddle.com) .

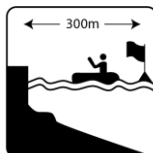




Do not use in white water  
Ne pas utiliser en eau vive



Read instructions first  
Lire le manuel d'instructions



Safe distance to shore 300m  
Rester à moins de 300m du bord



No protection against drowning  
Aucune protection contre la noyade



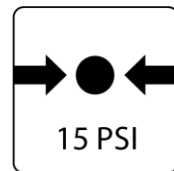
Do not use in breaking waves  
Ne pas utiliser dans les vagues



Swimmers only  
Nageurs seulement



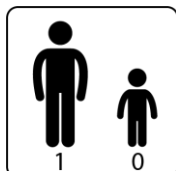
Maximum load capacity  
Charge maximale conseillée



Design working pressure in PSI  
Mesure de la pression en PSI



Do not use in offshore wind  
Ne pas utiliser par vent de terre



1 adult - 0 child  
1 adulte - 0 enfant



Always supervise children in water  
Toujours surveiller les enfants dans l'eau



Do not use in offshore current  
Ne pas utiliser par fort courant



Wear personal protective equipment  
Porter des équipements de protection