

## 등산스틱 사용 · 관리방법

### 등산스틱의 효과적인 사용요령

#### □ 길이조정 및 잠금

- 표시된 최대길이(STOP 라인)를 넘지 않는 범위 내에서 길이를 조정한다.
- **(회전식)** 상단부를 고정하여 잡고 하단부를 오른쪽으로 돌리면 조여지고, 왼쪽으로 돌리면 풀어진다.
- **(레버식)** 샤프트에 부착된 레버를 엄지손가락으로 밀어서 열고, 스틱의 길이를 적당하게 조정한 뒤 레버를 눌러서 잠근다.

#### □ 손목걸이 잡는 법

- 손잡이를 잡을 때 손을 아래에서 위로 손목걸이에 낀 다음 손목걸이와 손잡이를 함께 감싸서 잡는다.
- 내리막 경사지에서는 손목걸이에 손을 낀 상태로 손잡이 머리 부분과 함께 감싸서 잡는다.

#### □ 지형에 따른 스틱 길이 조정 방법

- **평지 (자연스럽게 서 있는 상태에서 팔꿈치의 각도가 90°)**
  - 스틱의 길이를 팔과 90°가 되도록 조정하는 것이 가장 적절하다.
- **오르막길 (평지에서의 기준보다 짧게)**
  - 스틱이 지면에 닿았을 때 너무 잡아당기는 느낌이 없도록 경사면에 따라 짧게 조정해야 한다.
- **내리막길 (평지에서의 기준보다 길게)**
  - 스틱이 지면에 닿았을 때 몸이 굽어지거나 앞으로 쏠리는 것을 방지하기 위해 경사면에 따라 길게 조정해야 한다.

### 등산스틱 관리방법

- 사용한 후에는 전체를 분리하여 이물질 및 물기를 완전히 제거하고, 바람이 통하는 그늘진 곳에 보관한다.
- 제품의 수명과 기능의 최적화를 위해 주기적으로 길이조절부 등을 점검한다.
- 사용 중 외부의 충격 등으로 형태가 변형된 경우, 안전사고 예방을 위해 수리 후 사용한다.

## 등산스틱 취급 시 주의사항

- ☐ 등산용 스틱 이외의 용도로는 사용하지 않는다.
- ☐ 사람을 끌어주거나 인명구조(당기거나 밀어주는) 용도로는 사용하지 않는다.
- ☐ 사용자의 체형에 알맞게 스틱의 길이를 조정하고, 사용 전에 길이조절부를 확실히 고정한다.
- ☐ 스틱 조작 및 사용 시 너무 무리한 힘을 가하지 않는다.
- ☐ 천둥 번개 시 벼락에 주의하고, 고압선 등에 닿을 경우 감전 우려가 있으니 주의한다.
- ☐ 스틱의 끝 부분이 날카로우므로 반드시 지면을 향하게 하고, 휴대할 때는 보호 캡을 끼운다.
- ☐ 스틱 끝부분의 팁 부분이 돌이나 바위 틈 사이에 끼었을 때 무리하게 힘을 가하지 않는다.
- ☐ 최상의 보행 효과를 위해 1쌍(2개)의 스틱을 사용하는 것이 좋다.
  - ※ 1개의 스틱을 사용할 경우 한쪽으로만 편중되게 힘을 사용하게 되어 몸에 불균형을 초래할 수 있으며, 스틱에 무리가 가서 휘거나 부러질 수 있다.
- ☐ 길이조절부 잠금장치 부분이 조여지지 않고 헛돌 경우 무리하게 사용하지 말고 A/S를 받는 것이 좋다.

※ 소비자 피해가 발생하면, '행복드림 열린소비자포털(모바일 앱, [www.consumer.go.kr](http://www.consumer.go.kr))'을 통해 거래내역, 증빙서류 등을 갖추어 온라인 상담 또는 피해구제를 신청할 수 있다.