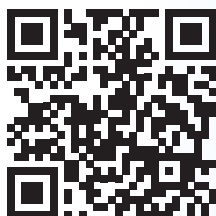




PDF ONLINE



## SNOWBOARD & SNOWBOARDBINDINGS

DE

**MONTAGE- UND  
GEBRAUCHSANWEISUNG**

Bitte sorgfältig vor Gebrauch lesen.

EN

**INSTRUCTION FOR  
MOUNTING AND USE**

Please read carefully before using.

FUN & FUNCTION GmbH  
Schleizer Straße 105  
95028 Hof  
[www.f2boards.com](http://www.f2boards.com)

DE EN



## **Warnhinweise Snowboard**

Snowboarden ist ein gefährlicher Sport und kann zu erheblichen Verletzungen aller Körperteile des Fahrers führen. Die Kanten eines Snowboards bestehen aus Stahl, diese sind scharfkantig und können so zu extremen Schnittverletzungen führen. Die Bindung, sowohl auch alle anderen Teile die zum Snowboarden gehören, werden auf eigenes Risiko des Fahrers verwendet. Außerdem sollte das Snowboard immer in einem gutem, fahrfähigem Zustand sein und der Skiservice sollte regelmäßig gemacht werden.

Bitte immer die Warnhinweise der jeweiligen Piste beachten.

Minderjährige Benutzer müssen stets von einem Erwachsenen überwacht werden.

Bei Benutzung des Snowboards sollte eine Leash getragen werden. Falls diese nicht im Lieferumfang enthalten ist, ist es erforderlich, eine im Fachhandel zu kaufen.

Es ist Schutzanzug sowie Helm Protektor beim Snowboarden zu tragen.

Vor jeder Benutzung ist zu prüfen, ob alle Verschraubungen und Befestigungen fest sitzen.

Sollte die Bindung eines anderen Herstellers auf das Board montiert werden, bitte unbedingt die Kompatibilität über den Fachhändler prüfen!

Wir empfehlen dem Benutzer vor der Verwendung einer Bindung und eines Snowboards, sich von einem Snowboardlehrer einweisen zu lassen.

## **Größentabelle Erwachsene**

<b>Größe/ Gewicht</b>	<b>bis 50 kg</b>	<b>50-60 kg</b>	<b>60-70 kg</b>	<b>70-80 kg</b>	<b>80-90 kg</b>	<b>ab 90 kg</b>
<b>bis 155 cm</b>	149-153	150-154	151-155	152-156	153-157	154-158
<b>155-165 cm</b>	150-154	151-155	152-156	153-157	154-158	155-159
<b>165-175 cm</b>	151-155	152-156	153-157	154-158	155-159	156-160
<b>175-185 cm</b>	152-156	153-157	154-158	155-159	156-160	157-161
<b>185-195 cm</b>	153-157	154-158	155-159	156-160	157-161	158-162
<b>ab 195 cm</b>	154-158	155-159	156-160	157-161	158-163	ab 159

Diese Tabelle zeigt ganz allgemeine Richtwerte. Diese dienen nur zur groben Orientierung.



### **Größentabelle Kinder**

<b>Körpergröße</b>	<b>Snowboardlänge</b>
80-95 cm	75 cm
95-115 cm	90 cm
115-130 cm	105 cm
130-145 cm	120 cm
154-160 cm	135 cm
160-165 cm	145 cm

Diese Tabelle zeigt ganz allgemeine Richtwerte. Diese dienen nur zur groben Orientierung.



## **Warnhinweise Bindung**

Vor jeder Benutzung muss geprüft werden ob alle Verschraubungen der Bindung fest sitzen.

Die Snowboardbindungen sind ausschließlich für Benutzer mit mindestens 45kg und maximal 110kg Körpergewicht geeignet.

Sollten Sie sich bei der Montage nicht sicher sein, suchen sie bitte einen Fachhändler auf, der die Montage für Sie durchführt.

## **Größentabelle Erwachsene**

<b>Bindung</b>	<b>Mondopoint</b>	<b>EU-Größe</b>
Woman Size M	23.0 - 27.0	36 - 42
Man Size M	24.0 - 28.0	38 - 43
Man Size L	28.0 - 31.5	43 - 48
Woman Fastec Size S	22.0 - 24.0	34 - 38
Woman Fastec Size M	24.0 - 26.0	38 - 41
Fastec Size S	24.0 - 26.0	38 - 41
Fastec Size M	26.0 - 28.0	41 - 43
Fastec Size L	28.0 - 30.0	43 - 45
Fastec Size XL	30.0 - 31.5	45 - 48

## **Größentabelle Kinder**

<b>Bindung</b>	<b>Mondopoint</b>	<b>EU-Größe</b>
Junior Size XS	20.0 - 22.0	31 - 35
Junior Size S	22.0 - 24.0	35 - 38
Junior Size M	24.0 - 26.0	38 - 41

Diese Tabelle zeigt ganz allgemeine Richtwerte. Diese dienen nur zur groben Orientierung.



**Hinweis:** Bitte lesen Sie sorgfältig vor dem Gebrauch.

### **Schritt-für-Schritt-Anleitung zur Montage deiner Snowboard-Bindung:**

1. Beginne damit, dein Snowboard mit der Nase nach vorne auf eine ebene Unterlage zu legen.
2. Platziere die Bindungen richtig herum auf dem Snowboard.
3. Entferne die Abdeckungen von den Baseplates, um die Bindungen einzustellen.
4. Nun kannst du die gewünschten Winkel einstellen:

Die Wahl der richtigen Einstellungen hängt von deinem Fahrstil ab, sei es auf der Piste, im Park oder im Tiefschnee. Hierbei spielen die Position, der Winkel und der Abstand der Bindungen eine Rolle, um deinen Snowboard-Stance zu definieren.

### **Welcher Winkel ist optimal für dich?**

#### **Neutral-Stance**

- Vorderer Fuß:  $+12^\circ$  bis  $+15^\circ$
- Hinterer Fuß:  $0^\circ$



Der Neutral-Stance eignet sich am besten für Anfänger, um Vorwärtsfahren und kontrollierte Kurven zu üben.

#### **Forward-Stance**

- Vorderer Fuß:  $+12^\circ$  bis  $+21^\circ$
- Hinterer Fuß:  $+3^\circ$  bis  $+6^\circ$



Der Forward-Stance ist für fortgeschrittene Fahrer geeignet, die gerne carven und mit hoher Geschwindigkeit unterwegs sind.

#### **Duck-Stance**

- Vorderer Fuß:  $+9^\circ$  bis  $+15^\circ$
- Hinterer Fuß:  $-6^\circ$  bis  $-12^\circ$



Beim Duck-Stance werden beide Bindungen nach außen geneigt montiert, was es einfacher macht, switch zu fahren und Landungen zu absorbieren.

**Tipp:** Die meisten Bindungen haben auf den mitgelieferten Disks Winkelgrade angegeben, die normalerweise von  $-20$  bis  $+20$  Grad reichen. Finde zuerst den  $0^\circ$  Winkel und drehe die Bindungen dann entsprechend.

5. Wähle die geeigneten Inserts aus und platziere deine Bindungen:

Der optimale Abstand zwischen deinen Snowboard-Bindungen wird von der Mitte der Disk gemessen und hängt von deinem Fahrstil sowie der Länge deines Boards ab. Ein größerer Abstand bietet mehr Kontrolle und Stabilität, während ein kleinerer Abstand es einfacher macht, Rotationsgeschwindigkeit aufzubauen, was für enge Kurven und Tricks am Kicker von Vorteil sein kann. Als Ausgangspunkt für deinen passenden Stance kannst du folgende Formel verwenden:

**Deine Größe  $\times 0,33$  = Abstand zwischen den Bindungen.**

Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass jeder Rider individuelle Vorlieben hat. Wenn du dich mit dem gewählten Abstand unwohl fühlst, passe ihn entsprechend an.

### **Die korrekte Positionierung deiner Bindungen**

Die Position deiner Bindungen bestimmt den Abstand zur Nase (vorderes Ende) und zum Tail (hinteres Ende) deines Snowboards. Jedes Snowboard ist für einen speziellen Fahrstil ausgelegt, und dies beeinflusst die Platzierung der Bindungen.

#### **All-Mountain-Snowboards:**

Für Anfänger und All-Mountain-Snowboards sind die Bindungen in der Regel leicht nach hinten versetzt. Diese Position eignet sich perfekt für das Fahren in verschiedenen Geländearten und das Erlernen der ersten Kurven.

#### **Freeride-Snowboards:**

Freeride-Snowboards haben Inserts, die weiter hinten platziert sind. Dadurch verlängert sich automatisch die Nase, was im Powder mehr Auftrieb bei geringerem Kraftaufwand ermöglicht. Diese Platzierung wird auch als „Setback“ bezeichnet, da die Inserts nach hinten versetzt sind.



#### **Freestyle-Snowboards:**

Bei Freestyle-Snowboards hingegen sind die Bindungen zentriert platziert, um ein gleiches Fahrgefühl sowohl in der Vorwärts- als auch in der Rückwärtsposition (switch) zu bieten.

**Wichtig:** Vermeide unbedingt, die Bindungen nach vorne versetzt zu montieren.

6. Befestige deine Bindungen fest an den Inserts und bringe die Baseplate-Abdeckungen wieder an.
7. Setze deine Boots in die Bindungen und überprüfe, ob alle Straps mittig ausgerichtet sind:

Vor der ersten Fahrt solltest du deine Montage im Trockenen überprüfen. Stelle dich mit deinen Boots in die Bindungen, damit du deine Einstellungen testen kannst. Alles sollte stabil und fest miteinander verbunden sein.

### **Richte die Snowboard-Bindungen auf deine Boots aus**

Damit deine Ausrüstung optimal funktioniert, ist eine präzise Abstimmung erforderlich. Lass uns einen Blick auf die Grundlagen der Bindungseinstellung werfen.

#### **Straps:**

Die Straps deiner Bindungen sollten zentriert über deinen Boots verlaufen. Wenn notwendig, kannst du die Länge der Straps anpassen.

#### **Toe-Ramp:**

Pass die Toe Ramp, den vorderen Teil der Baseplate, auf die Länge deiner Boots an. Dadurch sicherst du, dass deine Zehen nicht über die Bindungen hinausragen.

#### **Highback:**

Richte den Highback so aus, dass er parallel zur hinteren Kante des Snowboards steht. Dadurch erzielst du eine bessere Kraftübertragung.

#### **Neigungswinkel:**

Du kannst auch den Neigungswinkel deines Highbacks anpassen. Je weiter du diesen Teil der Bindung nach vorne einstellst, desto schneller reagiert dein Snowboard. Beachte jedoch, besonders als Anfänger, dass ein zu steiler Winkel sehr anstrengend sein kann, da du tiefer in die Knie gehen musst.

8. Achte darauf, dass deine Boots weder an der Ferse noch an der Toe-Ramp (bei den Zehen) überstehen.
9. Überprüfe, dass die Bindungen festsitzen und deine Einstellungen sich gut anfühlen.



EN

## **Snowboard warnings**

Snowboarding is a dangerous sport and can lead to serious injuries to all parts of the rider's body. The edges of a snowboard are made of steel, these are sharp-edged and can lead to extreme cuts. The binding, as well as all other parts that belong to snowboarding, are used at the rider's own risk. In addition, the snowboard should always be in a good, rideable condition and the ski service should be carried out regularly.

Please always observe the warnings of the respective slope.

Underage users must always be supervised by an adult.

A leash should be worn when using the snowboard. If this is not included in the scope of delivery, it is necessary to purchase one from a specialist dealer.

A protective suit and helmet protector must be worn when snowboarding.

Before each use, check that all screw connections and fastenings are tight.

If a binding from another manufacturer is fitted to the board, please check compatibility with your specialist dealer!

We recommend that the user is instructed by a snowboard instructor before using a binding and a snowboard.

## **Size chart adults**

<b>size/weight</b>	<b>to 50 kg</b>	<b>50-60 kg</b>	<b>60-70 kg</b>	<b>70-80 kg</b>	<b>80-90 kg</b>	<b>from 90 kg</b>
<b>to 155 cm</b>	149-153	150-154	151-155	152-156	153-157	154-158
<b>155-165 cm</b>	150-154	151-155	152-156	153-157	154-158	155-159
<b>165-175 cm</b>	151-155	152-156	153-157	154-158	155-159	156-160
<b>175-185 cm</b>	152-156	153-157	154-158	155-159	156-160	157-161
<b>185-195 cm</b>	153-157	154-158	155-159	156-160	157-161	158-162
<b>from 195 cm</b>	154-158	155-159	156-160	157-161	158-163	ab 159

This table shows very general guide values. These are only intended as a rough guide.



**Size chart kids**

Body size	Snowboard length
80-95 cm	75 cm
95-115 cm	90 cm
115-130 cm	105 cm
130-145 cm	120 cm
154-160 cm	135 cm
160-165 cm	145 cm

This table shows very general guide values. These are only intended as a rough guide.





## **Binding warnings**

Before each use, check that all screw connections of the binding are tight.

The snowboard bindings are only suitable for users with a body weight of at least 45kg and a maximum body weight of 110kg.

If you are unsure about the installation, please contact a specialist dealer who will carry out the installation for you.

## **Size chart adults**

<b>Binding</b>	<b>Mondopoint</b>	<b>EU-Size</b>
Woman Size M	23.0 - 27.0	36 - 42
Man Size M	24.0 - 28.0	38 - 43
Man Size L	28.0 - 31.5	43 - 48
Woman Fastec Size S	22.0 - 24.0	34 - 38
Woman Fastec Size M	24.0 - 26.0	38 - 41
Fastec Size S	24.0 - 26.0	38 - 41
Fastec Size M	26.0 - 28.0	41 - 43
Fastec Size L	28.0 - 30.0	43 - 45
Fastec Size XL	30.0 - 31.5	45 - 48

## **Size chart kids**

<b>Binding</b>	<b>Mondopoint</b>	<b>EU-Size</b>
Junior Size XS	20.0 - 22.0	31 - 35
Junior Size S	22.0 - 24.0	35 - 38
Junior Size M	24.0 - 26.0	38 - 41

These tables show rough guide values. These are only intended as a rough guide.



**Note:** Please read carefully before use.

### **Step-by-step guide for assembling your snowboard bindings:**

1. Start by placing your snowboard with the nose pointing forward on a flat surface.
2. Properly position the bindings on the snowboard.
3. Remove the covers from the baseplates to adjust the bindings.
4. Now you can set the desired angles:

The choice of the right settings depends on your riding style, whether it's on the slopes, in the park, or in deep snow. The position, angle, and distance of the bindings all come into play to define your snowboard stance.

### **What angle is optimal for you?**

#### **Neutral-Stance**

- Front foot:  $+12^{\circ}$  to  $+15^{\circ}$
- Back foot:  $0^{\circ}$



The neutral stance is best suited for beginners to practice forward riding and controlled turns.

#### **Forward-Stance**

- Front foot:  $+12^{\circ}$  to  $+21^{\circ}$
- Back foot:  $+3^{\circ}$  to  $+6^{\circ}$



The forward stance is suitable for advanced riders who enjoy carving and riding at high speeds.

#### **Duck-Stance**

- Front foot:  $+9^{\circ}$  to  $+15^{\circ}$
- Back foot:  $-6^{\circ}$  to  $-12^{\circ}$



In the duck stance, both bindings are mounted with an outward angle, making it easier to ride switch and absorb landings.

**Tip:** Most bindings come with discs that indicate angle degrees, typically ranging from  $-20$  to  $+20$  degrees. Find the  $0^{\circ}$  angle first and then adjust the bindings accordingly.

5. Choose the appropriate inserts and position your bindings:

The optimal distance between your snowboard bindings is measured from the center of the disc and depends on your riding style and the length of your board. A larger distance provides more control and stability, while a smaller distance makes it easier to build rotational speed, which can be advantageous for tight turns and tricks on the kicker. As a starting point for your suitable stance, you can use the following formula:

**Your height  $\times 0.33$  = distance between the bindings.**

However, it's important to note that every rider has individual preferences. If you feel uncomfortable with the chosen distance, adjust it accordingly.



### **The correct positioning of your bindings:**

The position of your bindings determines the distance to the nose (front end) and tail (rear end) of your snowboard. Each snowboard is designed for a specific riding style, and this influences the placement of the bindings.

#### **All-Mountain Snowboards:**

For beginners and all-mountain snowboards, the bindings are typically slightly set back. This position is perfect for riding in various terrain types and learning the basics of turning.

#### **Freeride Snowboards:**

Freeride snowboards have inserts placed farther back. This automatically lengthens the nose, providing more float in powder with less effort. This placement is also referred to as a „setback“ since the inserts are set back towards the tail.



#### **Freestyle Snowboards:**

On the other hand, for freestyle snowboards, the bindings are centered to provide an equal feel both in the forward and backward (switch) positions.

**Important:** Avoid mounting the bindings in a forward position for freestyle riding.

6. Secure your bindings firmly to the inserts and reattach the baseplate covers.
7. Place your boots into the bindings and ensure that all straps are centered:

Before your first ride, you should check your setup in a dry, controlled environment. Step into the bindings with your boots on to test your settings. Everything should be stable and securely connected.

### **Align the snowboard bindings to your boots**

For your equipment to work optimally, precise tuning is necessary. Let's take a look at the basics of binding adjustment.

#### **Straps:**

The straps of your bindings should run centered over your boots. If necessary, you can adjust the length of the straps.

#### **Toe-Ramp:**

Adjust the toe ramp, the front part of the baseplate, to match the length of your boots. This ensures that your toes do not extend beyond the bindings.

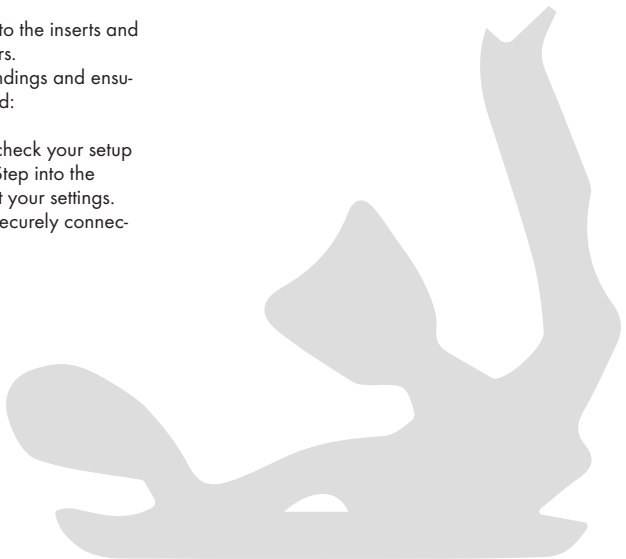
#### **Highback:**

Align the highback so that it is parallel to the rear edge of the snowboard. This provides better power transfer.

#### **Forward Lean:**

You can also adjust the forward lean angle of your highbacks. The further forward you set this part of the binding, the more responsive your snowboard will be. However, especially as a beginner, be aware that too steep of an angle can be strenuous as it requires you to bend your knees more.

8. Make sure that your boots do not overhang either at the heel or the toe ramp (at the toes).
9. Check that the bindings are securely fastened and your settings feel comfortable.





---

FUN & FUNCTION GmbH  
Schleizer Straße 105  
95028 Hof  
[www.f2boards.com](http://www.f2boards.com)

---