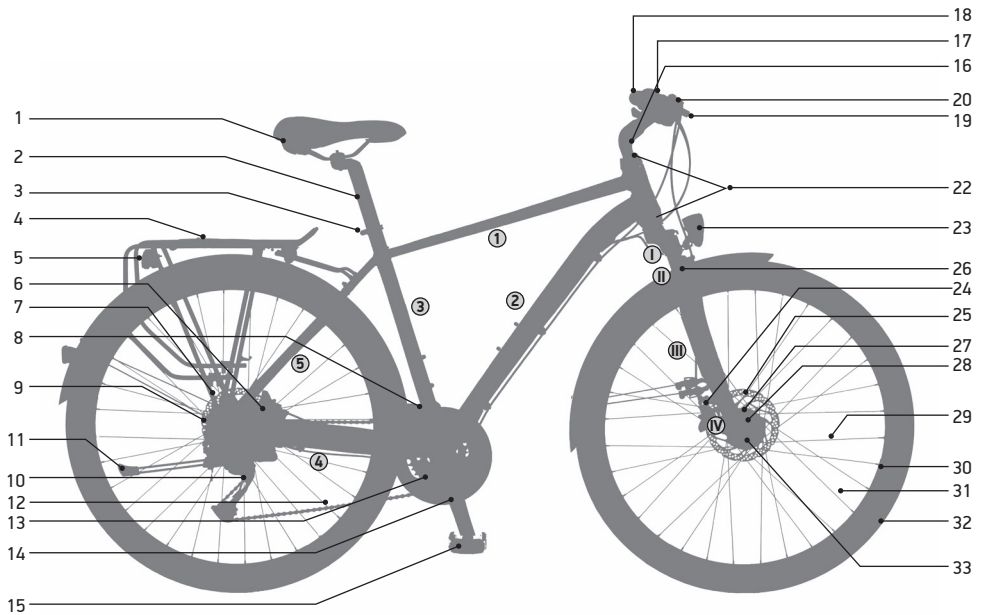
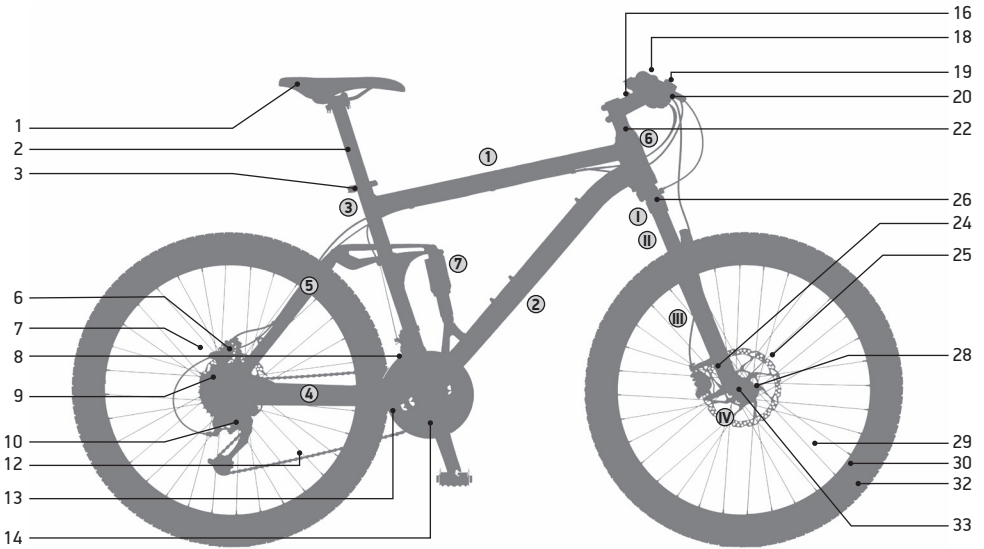


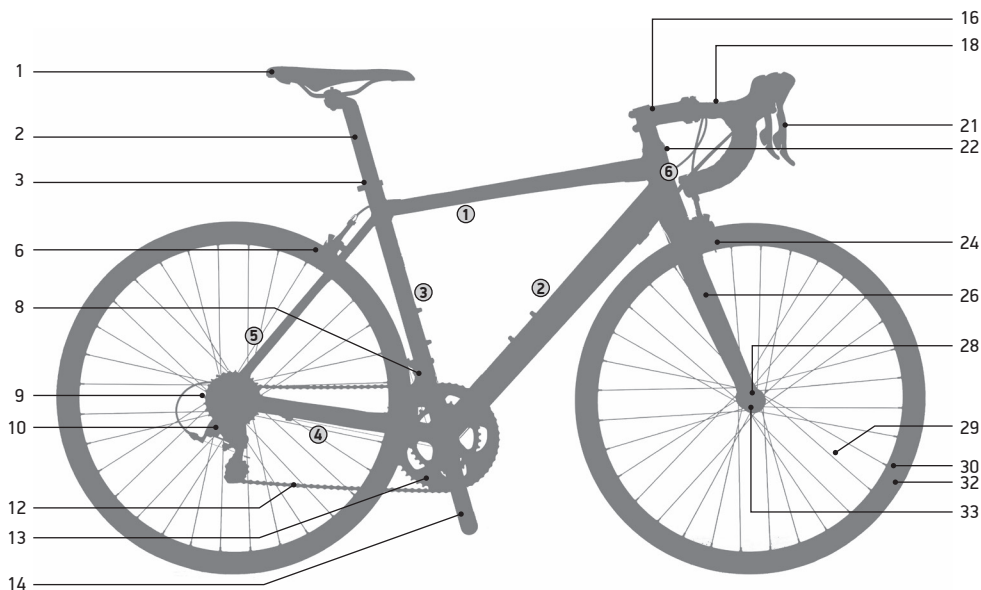
GR

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ
ΙΔΙΟΚΤΗΤΗ

OWNER'S
MANUAL

EN



**ΠΛΑΙΣΙΟ:**

- ① Επάνω σωλήνας
- ② Κάτω σωλήνας
- ③ Κάθετος σωλήνας
- ④ Κάτω ψαλίδια
- ⑤ Πάνω ψαλίδια
- ⑥ Κούτελο
- ⑦ Οπίσθιο αμορτισέρ

ΕΜΠΡΟΣΘΙΑ ΑΝΑΡΤΗΣΗ:

- Ⅰ Γέφυρα πιρουιού
- Ⅱ Καλάμια πιρουιού
- Ⅲ Μπότες πιρουιού
- Ⅳ Νύχια

- 1 Σέλα
- 2 Παλουκόσελο
- 3 Σφικτηράκι παλουκόσελου
- 4 Σχάρα μεταφοράς
- 5 Οπίσθιο φως
- 6 Οπίσθιο φρένο
- 7 Ρότορας
- 8 Εμπρόσθιο ντεραγιέ
- 9 Γρανάζια κασέτας
- 10 Οπίσθιο ντεραγιέ
- 11 Σταντ
- 12 Αλυσίδα
- 13 Δισκοβραχίονας
- 14 Βραχίονας
- 15 Πεταήλια
- 16 Λαιμός
- 17 Κουδουνάκι
- 18 Τιμόνι

- 19 Μανέτα φρένου
- 20 Λεβιεδάκι ταχυτήτων
- 21 Μανέτα φρένου / Λεβιεδάκι ταχυτήτων
- 22 Ποτήρια
- 23 Εμπρόσθιο φωτάκι
- 24 Εμπρόσθιο φρένο
- 25 Ρότορας
- 26 Πιρούνι
- 27 Δυναμικό κέντρο

ΤΡΟΧΟΣ:

- 28 Μπλοκάζ / Περαστός άξονας
- 29 Ακτίνα
- 30 Στεφάνι
- 31 Ανακλαστικό τροχού
- 32 Ελαστικό
- 33 Κέντρο

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΩΤΑ Η ΑΣΦΑΛΕΙΑ	6
ΠΟΔΗΛΑΤΟ & ΑΣΦΑΛΕΙΑ	6
ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ	7
ΜΕΓΕΘΟΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ	8
ΕΛΕΓΧΟΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ	10
ΕΛΕΓΧΟΙ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΑΤΥΧΗΜΑ	11
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ	11
SERVICE ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ	24
ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ	25
ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ, ΕΛΕΓΧΟΣ & SERVICE	25
ΕΓΓΥΗΣΗ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ	28
ΤΜΗΜΑΤΑ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ ΠΟΥ	
ΕΠΙΔΕΧΟΝΤΑΙ ΦΘΟΡΕΣ ΛΟΓΩ ΧΡΗΣΗΣ	29
ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΕΤΗΣΙΟΥ SERVICE ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ	32
ΦΟΡΜΑ/ΚΑΡΤΑ ΕΓΓΥΗΣΗΣ	
ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ	37

Το ποδήλατό σας συμμορφώνεται με τις απαιτήσεις των προτύπων ISO:

4210-2 - Απαιτήσεις ασφάλειας για ποδήλατα και
8098: 2014 - Απαιτήσεις ασφάλειας για ποδήλατα για
μικρά παιδιά.

Το επιτρεπόμενο συνολικό βάρος (αναβάτης μαζί με
αποσκευές και ποδήλατο) δεν πρέπει να περνάει τα
100 κιλά για τα ποδήλατα (ISO-4210-2) και τα 30 κιλά
για τα ποδήλατα, για τα μικρά παιδιά (ISO-8098:2014).

Αποτύπωμα:

V 3.0 Ιανουάριος του 2016

Οι τεχνικές λεπτομέρειες στο κείμενο και οι εικόνες
του παρόντος εγχειριδίου υπόκεινται σε αλλαγές.

ΠΡΩΤΑ Η ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Σας συμβουλεύουμε να αφιερώσετε τον απαραίτητο χρόνο για να διαβάσετε αυτό το εγχειρίδιο και να εξοικειωθείτε με το καινούργιο σας ποδήλατο. Εάν έχετε αγοράσει το ποδήλατο για κάποιο παιδί, παρακαλούμε αφιερώστε τον απαιτούμενο χρόνο, ώστε να βεβαιωθείτε ότι το παιδί καταλαβαίνει τις πληροφορίες που περιλαμβάνονται στο εγχειρίδιο αυτό. Είναι βασικό, ο γονέας/ ένας υπεύθυνος ενήλικας, να πραγματοποιήσει λεπτομερή ανασκόπηση αυτών των πληροφοριών και να τις αναγνώσει και να εξηγήσει στο παιδί. Ακόμα κι αν είστε πεπειραμένος ποδηλάτης, παρακαλούμε αφιερώστε τον απαιτούμενο χρόνο να διαβάσετε αυτό το εγχειρίδιο, πριν εσείς ή το παιδί σας χρησιμοποιήσετε το ποδήλατο.

Για την επίτευξη της βέλτιστης απόδοσης, ασφάλειας και ευχαρίστησης κατά την οδήγηση, σας συμβουλεύουμε επίσης να πραγματοποιήσετε την πλήρη συναρμολόγηση του ποδηλάτου σας στο τοπικό εξειδικευμένο ποδηλατικό κατάστημα. Τυχόν προσαρμογές και επεμβάσεις που διενεργείτε μόνοι σας ανάγονται εξ ολοκλήρου στη δική σας ευθύνη.

Είναι σημαντικό να γίνουν κατανοητές οι βασικές γνώσεις οδήγησης ενός ποδηλάτου. Εξίσου σημαντική είναι η άσκηση της κοινής ποδηλατικής αίσθησης. Όπως όλα τα αθλήματα, έτσι και η ποδηλασία ενέχει κινδύνους τραυματισμού. Επιλέγοντας να οδηγήσετε ένα ποδήλατο, αποδέχεστε την πιθανότητα επέλευσης τέτοιων κινδύνων. Γι' αυτό πρέπει να γνωρίζετε αληθιά και να τηρείτε με συνέπεια τους κανόνες ασφαλείας και υπεύθυνος οδήγησης, καθώς και τους κανόνες επιμελούς χρήσης και συντήρησης του ποδηλάτου. Η ορθή χρήση και επιμελής συντήρηση του ποδηλάτου μειώνουν τον κίνδυνο τραυματισμού. Επειδή όμως είναι αδύνατο να προβλεφθεί κάθε πιθανή κατάσταση που μπορεί να ανακύψει κατά τη διάρκεια της ποδηλασίας, αυτό το εγχειρίδιο δεν επιχειρεί την πλήρη αναπαράσταση της ασφαλούς χρήσης ενός ποδηλάτου υπό οποιεσδήποτε συνθήκες. Υπάρχουν κίνδυνοι που συνδέονται με τη χρήση του ποδηλάτου κατά περίπτωση, οι οποίοι δεν μπορούν να προβλεφθούν ή να αποφευχθούν και ανάγονται αποκλειστικά στην ευθύνη του αναβάτη.

ΠΟΔΗΛΑΤΟ & ΑΣΦΑΛΕΙΑ

- **Τηρείτε** πάντα τον Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας και κάθε σχετικό νόμο και κανονισμό.
- **Οδηγείτε** αμυντικά, υποθέτοντας ότι οι άλλοι δεν σας βλέπουν. Ποτέ μην συναγωνίζεστε μέσα στην κίνηση πεζών και αυτοκινήτων. Ποτέ μην κρατείστε από άλλο όχημα ή μην ρυμουλκείτε ή ωθείτε άλλο όχημα κ.λ.π. Κατά την οδήγηση στην κυκλοφορία προσέχετε τα αυτοκίνητα που σταματούν στην άκρη του δρόμου ή τα σταθμευμένα αυτοκίνητα των οποίων οι πόρτες μπορούν να ανοίξουν οποιαδήποτε στιγμή. Χρησιμοποιείτε εγκεκριμένα σήματα με τα χέρια για τη στροφή και το σταμάτημα. Παρακαλούμε διαβάστε και σεβαστείτε την εθνική νομοθεσία, σχετικά με τη χρήση εξοπλισμένων και μη-εξοπλισμένων (π.χ. με σύνοδη φωτιστικών & αντανάκλαστικών) ποδηλάτων στη δημόσια κυκλοφορία.
- **Πάντα** να έχετε τα εμπρόσθια και τα οπίσθια φώτα αναμμένα κατά την ποδηλασία μετά το ηλιοβασίλεμα. Εγκαταστήστε κατάλληλα εμπρόσθιους και οπίσθιους ανακλαστήρες τροχών και περιοδικά ελέγχετε τη σταθερότητα και την καθαρότητα της επιφάνειάς τους.
- **Πάντα** να φοράτε κράνος. Ακολουθήστε τις οδηγίες του κατασκευαστή για την κατάλληλη εφαρμογή, χρήση, και φροντίδα του κράνους σας. Επίσης, σε περίπτωση που μεταφέρετε παιδί σε παιδικό κάθισμα, βεβαιωθείτε ότι το παιδί φορά πάντα κατάλληλο κράνος.
- **Πάντα** να οδηγείτε φορώντας ρούχα που φαίνονται (π.χ. με φωτεινά χρώματα), τα οποία να μην είναι πολύ φαρδιά, δεδομένου ότι υπάρχει κίνδυνος τα φαρδιά ρούχα να εμπλακούν με τα μέρη του ποδηλάτου ή σε άλλα αντικείμενα κατά τη διαδρομή σας.
- **Πάντα** να φοράτε παπούτσια που παραμένουν σταθερά στα πόδια σας και προσφέρουν καλή πρόσφυση με τα πεντάλι. Μην οδηγείτε χωρίς παπούτσια ή φορώντας σανδάλια. Τα γυμνά μέρη του σώματός σας πρέπει να κρατηθούν μακριά από την αλυσίδα, τον δισκοβραχίονα και τα πεντάλι. Όταν χρησιμοποιείτε κουμπωτά πετάλια να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί γιατί η έλλειψη εμπειρίας ή η μεγάλη τάση στο ελατήριο του μηχανισμού τους, μπορεί να προκαλέσει δυσκολίες στο έγκαιρο ξεκούμπωμα, αυξάνοντας τις πιθανότητες πτώσης!
- **Πάντα** να φοράτε προστατευτικά γυαλιά, δεδομένου ότι ζωύφια, σκουπίδια και σκόνη μπορεί να σας αναγκάσουν να χάσετε τον έλεγχο ή ακόμα και να σας τραυματίσουν. Τα γυαλιά αυτά πρέπει να σκουραίνουν στον ήλιο και να γίνονται διάφανα στην έλλειψη αυτού.
- **Ποτέ** μην οδηγείτε με ακουστικά. Καλύπτουν τους ήχους

της κυκλοφορίας και τις σειρήνες οχημάτων έκτακτης ανάγκης και σας εμποδίζουν να συγκεντρωθείτε στη σωστή οδήγηση. Επίσης, η καλωδίωσή τους μπορεί να μπερδεύει με τα κινούμενα μέρη του ποδηλάτου, αναγκάζοντάς σας να χάσετε τον έλεγχο.

- **Εξασφαλίστε** ότι το μέγεθος του ποδηλάτου είναι το κατάλληλο για τον αναβάτη, ότι ο αναβάτης μπορεί να φθάσει στις μανέτες των φρένων εύκολα και ότι τα φρένα και το ποδήλατο γενικά λειτουργούν απολύτως ικανοποιητικά. Σε γενικές γραμμές, τα ποδήλατα είναι προ-συναρμολογημένα και παραδίδονται έτσι ώστε η δεξιά μανέτα των φρένων να ενεργοποιεί το οπίσθιο φρένο και η αριστερή το εμπρόσθιο φρένο. Σε ορισμένες χώρες η εθνική νομοθεσία μπορεί να επιβάλλει την αντίθετη συναρμολόγηση, είτε άμεσα από το εργοστάσιο παραγωγής, είτε από το κατάστημα πώλησης. Παρακαλούμε για περισσότερες λεπτομέρειες ελέγξτε το ποδήλατο στο τοπικό εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων, κατά προτίμηση τη στιγμή παράδοσής του σε εσάς.
- **Ποτέ** μην επιβιβείτε περισσότερα άτομα πάνω σε ποδήλατο το οποίο σχεδιάστηκε για έναν αναβάτη. Στην περίπτωση των παιδικών καθισμάτων, βεβαιωθείτε ότι είναι εγκεκριμένα ως προς την ασφάλειά τους και εγκατεστημένα κατάλληλα. Παρακαλούμε σημειώστε ότι τα μοντέλα που υπάγονται στις κατηγορίες Mountain, All terrain, Dirt, Full Suspension, Trekking Off-Road, Fitness, Road, Junior και Freestyle δεν είναι προορισμένα να επιδέχονται τη χρήση καθισμάτων/μεταφορέων παιδιών. Η εταιρεία δε δίνει καμία εγγύηση και δεν αναλαμβάνει οποιαδήποτε ευθύνη για τη χρήση τέτοιου καθίσματος στα ποδήλατα των προαναφερθέντων κατηγοριών. Για τη σωστή και ασφαλή τοποθέτηση και συναρμολόγηση των καθισμάτων/μεταφορέων παιδιών, επικοινωνήστε με το τοπικό εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.
- **Τοποθετήστε** τα φορτία σταθερά και με ασφάλεια. Ποτέ μη μεταφέρετε φορτία (π.χ. τσάντες, συσκευασίες) που παρεμποδίζουν τα φρένα, την ορατότητα ή τον έλεγχο του ποδηλάτου. Η εταιρεία δεν παρέχει καμία εγγύηση και δεν αναλαμβάνει οποιαδήποτε ευθύνη για χρήση ρυμουλκού αποσκευών ή μεταφορέων μικρών παιδιών που απαιτούν ειδική κατασκευή πλαισίου ή/και ειδική κατασκευή στο ποδήλατο, καθώς και σε οποιαδήποτε περίπτωση παραβίασης των ανωτέρω συστάσεων. Για τη σωστή και ασφαλή τοποθέτηση και συναρμολόγηση των καθισμάτων/μεταφορέων παιδιών, επικοινωνήστε με το τοπικό εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.
- **Ποτέ** μην οδηγείτε σε ακραίες καιρικές συνθήκες

ή κάτω από την επήρεια οινοπνεύματος ή ναρκωτικών ή άλλων ουσιών. Μην κάνετε άηματα ή ακροβατικές επιδείξεις. Αξιολογήστε κάθε φορά τη φυσική σας κατάσταση και τυχόν προβλήματα υγείας, πριν οδηγήσετε. Σκεφτείτε πολύ προσεκτικά τις δεξιότητες και τη φυσική σας κατάσταση πριν αποφασίσετε να πάρετε τα μεγαλύτερα ρίσκα που συνεπάγονται κάποια είδη ποδηλασίας.

- **Θυμηθείτε** ότι μοιράζεστε το δρόμο ή το μονοπάτι με άλλους ποδηλάτες, αυτοκινητιστές ή πεζούς. Παρακαλούμε σεβαστείτε τα δικαιώματά τους.

ΑΣΦΑΛΕΙΑ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ

Να ελέγχετε το ποδήλατό σας κάθε φορά πριν το χρησιμοποιήσετε.

Επειδή οι διάφοροι κατασκευαστές εξαρτημάτων χρησιμοποιούν διαφόρων ειδών παξιμάδια, βίδες ή άλλους συνδέσμους, τα οποία συχνά είναι κατασκευασμένα από διαφορετικά υλικά και διαφέρουν από μοντέλο σε μοντέλο, δεν είναι δυνατόν να καταγραφούν σε αυτό το εγχειρίδιο όλες οι ροπές (δυνάμεις σύσφιξης) που αφορούν ένα ποδήλατο.

Για να σφίξετε σωστά έναν σύνδεσμο, πρέπει να χρησιμοποιήσετε κατάλληλο κλειδί μέτρησης της ροπής (ροπόκλειδο). Ένας επαγγελματίας μηχανικός ποδηλάτων μπορεί με ένα ροπόκλειδο να σφίξει σωστά στο ποδήλατό σας μία βίδα, ένα παξιμάδι ή άλλο σύνδεσμο. Εάν επιθυμείτε να εργαστείτε στο ποδήλατό σας, χωρίς τη βοήθεια από εξειδικευμένο μηχανικό, πρέπει να πάρετε τις σωστές προδιαγραφές ροπής από τον κατασκευαστή ποδηλάτων ή εξαρτημάτων ή από το τοπικό εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων. Εάν πρέπει να πραγματοποιήσετε κάποια ρύθμιση στο σπίτι ή σε εξωτερικό χώρο κατά τη διάρκεια της ποδηλασίας, σας προτρέπουμε να επιδείξετε ιδιαίτερη προσοχή και να ελέγξετε το συντομότερο δυνατόν στο τοπικό εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων τα εξαρτήματα τα οποία ρυθμίσατε. Για αυτό το λόγο αναζητήστε στη συσκευασία κάθε ποδηλάτου το ειδικό έντυπο με τις ΠΡΟΤΕΙΝΟΜΕΝΕΣ ΡΟΠΕΣ ΣΥΣΦΙΞΗΣ.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Η σωστή δύναμη σύσφιξης σε βίδες, παξιμάδια ή άλλο σύνδεσμο στο ποδήλατό σας είναι σημαντική. Λιγότερη δύναμη και ο σύνδεσμος μπορεί

να μην είναι ασφαλώς σφιγμένος. Περισσότερη δύναμη και ο σύνδεσμος μπορεί να καταστρέψει το σπείρωμα, να παραμορφωθεί ή ακόμα και να σπάσει. Σε κάθε περίπτωση η ασφαλισμένη δύναμη σύσφιξης ενός συνδέσμου μπορεί να οδηγήσει στην αστοχία του εξαρτήματος και στη συνέχεια στην απώλεια του ελέγχου και την πτώση.

Βεβαιωθείτε ότι τίποτα δεν είναι χαλαρό στο ποδήλατό σας. Ανυψώστε τον εμπρόσθιο τροχό από 5 έως 8 cm από το έδαφος και στη συνέχεια αφήστε τον να αναπηδήσει στο έδαφος. Πραγματοποιήστε έλεγχο αφής και εάν κάτι ακούτε ή αισθάνεστε ή βλέπετε χαλαρό, σφίξτε το. Εάν δεν είστε βέβαιοι, απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.

ΜΕΓΕΘΟΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ

Το σωστό μέγεθος ποδηλάτου είναι βασική προϋπόθεση για την ασφάλεια, την άνεση και την βέλτιστη απόδοση κατά την ποδηλασία. Η διενέργεια των κατάλληλων προσαρμογών του ποδηλάτου στο σώμα σας και στις συνθήκες που οδηγείτε, απαιτούν εμπειρία, τεχνικές δεξιότητες και μερικές φορές ειδικά εργαλεία. Πάντα να ζητάτε από εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων να διενεργεί αυτές τις προσαρμογές στο ποδήλατό σας. Εάν το ποδήλατό σας δεν έχει το κατάλληλο μέγεθος, μπορεί να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε. Εάν το καινούριο ποδήλατό σας δεν έχει το κατάλληλο μέγεθος, απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο ποδηλατικό κατάστημα πριν το οδηγήσετε.

Το **ύψος Standover** είναι το πρώτο και σημαντικότερο στοιχείο για την καταλληλότητα του μεγέθους ενός ποδηλάτου. Είναι η απόσταση μεταξύ του εδάφους και του πλαισίου στο σημείο του καβάθιου, όταν είστε σε θέση ελαφριάς διάταξης επάνω στο ποδήλατό σας. Η **απόσταση Standover** είναι η απόσταση μεταξύ του σημείου του πλαισίου και του καβάθιου σας. Ένα ποδήλατο που χρησιμοποιείται σε ομαλές διαδρομές ασφαλτοστρωμένου δρόμου χρειάζεται ελάχιστη απόσταση Standover ίση με 5cm, ενώ για χρήση εκτός δρόμου απαιτείται απόσταση τουλάχιστον 10cm. Η καλύτερη απόσταση για μικτή χρήση είναι 7,5cm.



Η **θέση της σέλας** είναι το δεύτερο σε σημαντικότητα στοιχείο για τη σωστή επιλογή μεγέθους ενός ποδηλάτου. Η ρύθμιση πάνω-κάτω της σέλας απαιτεί να κάθεται επάνω στη σέλα με την φτέρνα στα πεντάλη και να περιστρέψετε τον βραχίονα με φορά προς το έδαφος μέχρι να είναι παράλληλος με τον σωλήνα της σέλας, ώστε να μπορείτε να ελέγξετε τη διεύθυνση του ποδιού σας. Αν το πόδι σας δείχνει το έδαφος με προσέγγιση 30 μοιρών, το ύψος της σέλας είναι εντάξει. Αμέσως πρέπει να ελεγχθεί εάν το σημείο





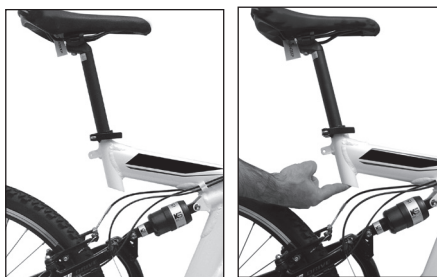
ελέγχου του ύψους (ελάχιστης εισαγωγής/minimum insertion) του λαϊμού σέλας είναι ορατό. Εάν είναι, είτε χρειάζεστε μακρύτερο λαϊμό σέλας ή το ύψος Standover δεν είναι σωστό για το σώμα σας.



Υπάρχουν άλλες δύο ρυθμίσεις για τη σέλα, η εμπρός-πίσω και η γωνία της. Οι περισσότεροι αναβάτες προτιμούν γωνία ίση με το μηδέν, δηλαδή οριζόντια σέλα. Η εμπρός-πίσω ρύθμιση αφορά τις διαστάσεις του



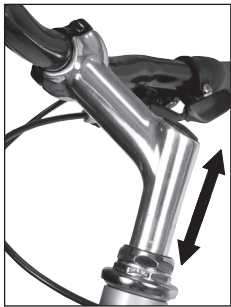
επάνω μέρους του σώματος, όπως επίσης το ύψος οδήγησης και την προτιμώμενη άνεση. Και οι δύο αυτές ρυθμίσεις πρέπει να γίνουν, την πρώτη φορά που θα οδηγήσετε το ποδήλατο, από το εξειδικευμένο ποδηλατικό κατάστημα, όπου πρέπει επίσης να σας εξηγήσουν πώς να το κάνετε στο εξής. Παρακαλούμε σημειώστε ότι δεν επιδέχονται όλοι οι λαϊμοί σέλας και όλες οι σέλες την ίδια μέθοδο ρύθμισης. Εάν το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμένο με λαϊμό σέλας ο οποίος περιλαμβάνει ανάρτηση, ζητήστε από εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων να το ελέγχουν και να το συντηρούν περιοδικά. Είναι σημαντικό να συνδεθεί



κατάλληλα η σέλα στο λαϊμό σέλας, καθώς και ο λαϊμός σέλας μέσα στον σωλήνα της σέλας. Εάν το ποδήλατό σας έχει μη συνεχόμενο σωλήνα σέλας, κάτι συνηθισμένο στα ποδήλατα με εμπρόςθια και οπίσθια ανάρτηση (full suspension), βεβαιωθείτε ότι ο λαϊμός σέλας είναι αρκετά μακρύς, ώστε να τον αγγίζετε με το δάκτυλό σας, ενώ έχει τοποθετηθεί στον σωλήνα της σέλας, χωρίς να ξεπερνάει την πρώτη φάλαγγα του δακτύλου σας. Εάν ο λαϊμός σέλας όταν εισέρχεται στο πάνω μέρος του σωλήνα της σέλας είναι πολύ μικρός, υπάρχει κίνδυνος ο σκελετός να σπάσει. Εάν αντίθετα ο λαϊμός σέλας ξεπερνάει το μήκος του πάνω μέρους του σωλήνα της σέλας, επιβεβαιώστε ότι υπάρχει αρκετό κενό από το κατώτερο μέρος του σωλήνα της, λαμβάνοντας υπόψη τη λειτουργία και την κίνηση της πίσω ανάρτησης. Υπάρχει κίνδυνος πρόσκρουσης του σωλήνα της σέλας με το οπίσθιο αμορτισέρ που μπορεί να οδηγήσει σε ατύχημα. Εάν παρά τις ρυθμίσεις στη σέλα σας εξακολουθείτε να αισθάνεστε άβολα, χρειάζεστε πιθανώς διαφορετικό τύπο σέλας. Οι σέλες έρχονται σε πολλά και διαφορετικά σχήματα, μεγέθη και επίπεδα άνεσης. Παρακαλούμε ελάτε σε επαφή με εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.

Η θέση του τιμονιού είναι το τρίτο στοιχείο για την επιλογή του κατάλληλου μεγέθους ενός ποδηλάτου. Εξαρτάται από το ύψος και τη γωνία του τιμονιού και του λαϊμού του, όπως επίσης και από το πλάτος του τιμονιού. Αυτές οι ρυθμίσεις πρέπει να πραγματοποιηθούν στο εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων την πρώτη φορά που κάνετε test-drive στο ποδήλατο. Υπάρχουν πολυάριθμες δυνατότητες στην αγορά, ώστε, ακόμα και αν δεν μπορείτε να νιώσετε άνετα στη θέση οδήγησης του ποδηλάτου, στο εξειδικευμένο κατάστημα να βρουν την κατάλληλη λύση για εσάς. Υπάρχουν δύο τύποι διαθεσίμων λαϊμών τιμονιού, οι τύπου threadless και οι τύπου quill. Οι λαϊμοί threadless σφίγγονται εξωτερικά του σωλήνα τιμονιού. Το ύψος του λαϊμού μπορεί να ρυθμιστεί με αποστάτες που τοποθετούνται κάτω ή πάνω από τον

λαϊμό, κατά μήκος του σωλήνα πιρουνιού. Οι λαϊμοί quill τοποθετούνται στο εσωτερικό του σωλήνα πιρουνιού και σφίγγουν με ειδική βίδα που διογκώνεται. Το ύψος τους μπορεί να ρυθμιστεί με την κίνηση του λαϊμού μέσα ή έξω στον σωλήνα πιρουνιού. Εδώ απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή ώστε να μην υπερβείτε το σημάδι μέγιστης έκτασης του λαϊμού (minimum insertion/extension). Αυτό το σημάδι δεν πρέπει ποτέ να είναι ορατό πάνω από τα ανώτερα τμήματα των ποτηριών, διαφορετικά ο λαϊμός τιμονιού μπορεί να



δημιουργήσει βλάβη στο σωλήνα πιρουνιού, προκαλώντας έτσι την απώλεια ελέγχου του ποδηλάτου. Κατά τη ρύθμιση του ύψους του λαϊμού τιμονιού, παρακαλούμε σημειώστε και θυμηθείτε την επίδραση στα καλώδια φρεναρίσματος και αλληλαγής ταχυτήτων. Τα καλώδια μπορεί να τεντωθούν και να μηλοκαριστούν (δυσλειτουργία στο εσωτερικό σύρμα) ή μπορεί να δημιουργήσουν μόνιμη πέδηση. Και στις δύο περιπτώσεις, το φρενάρισμα και η αλληλαγή ταχυτήτων μπορεί να μη λειτουργούν. Παρακαλούμε απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων, όπου θα σας ενημερώσουν για την επίδραση των ρυθμίσεων του λαϊμού τιμονιού στα καλώδια του ποδηλάτου.

Το τελευταίο βήμα για τη σωστή επιλογή του μεγέθους ενός ποδηλάτου είναι η θέση των στοιχείων ελέγχου, δηλαδή των ληβιδίων αλληλαγής ταχυτήτων και των μανετών των φρένων. Η θέση τους στο τιμόνι, όπως επίσης η γωνία και η απόστασή τους από τα δάκτυλα του αναβάτη, είναι πολύ σημαντικές ρυθμίσεις. Σε όλες τις περιπτώσεις και θέσεις οδήγησης οι μανέτες των φρένων πρέπει να είναι σε περιοχή εύκολης πρόσβασης για τον αναβάτη. Όλες αυτές οι ρυθμίσεις είναι υψίστης σημασίας να πραγματοποιούνται σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων πριν αγοραστεί το ποδήλατο.

Μία τελευταία, ξεχωριστή σημείωση πρέπει να γίνει για τα ποδήλατα με εμπρός-πίσω ανάρτηση (full suspension). Εάν το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμέ-

νο με οπίσθιο αμορτισέρ, παρακαλούμε αναφερθείτε στις οδηγίες του κατασκευαστή του αμορτισέρ, που εσωκλείονται με τα υπόλοιπα έγγραφα που σας παραδίδονται. Η ασφάλεια, η άνεση και η διασκέδαση μπορούν να διασφαλιστούν μόνο στην περίπτωση της κατάλληλης ρύθμισης όλων των στοιχείων ανάρτησης στο ποδήλατό σας. Βεβαιωθείτε ότι για αυτό συνεργάζεστε με το εξειδικευμένο ποδηλατικό κατάστημα από το οποίο αγοράσατε το ποδήλατό σας.

ΕΛΕΓΧΟΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ

Πριν οδηγήσετε το ποδήλατό σας για πρώτη φορά, πρέπει να βεβαιωθείτε ότι βρίσκεται σε τέτοια κατάσταση λειτουργίας, ώστε να μπορεί να οδηγηθεί με ασφάλεια. Παρακάτω βρίσκονται μερικοί βασικοί, απλοί, αλλά σημαντικοί τρόποι ελέγχου:

- Τα παξιμάδια, οι βίδες, τα μηλοκάζ και όλα τα εξαρτήματα να είναι σφικτά, χωρίς φθορές και χωρίς να έχουν ζημιές.
- Τα καλώδια να είναι τοποθετημένα ασφαλώς στον σκελετό, χωρίς να είναι μπερδεμένα.
- Τα φρένα να λειτουργούν αποτελεσματικά. Δοκιμάστε τα πιέζοντας τις μανέτες προς το τιμόνι. Σε περίπτωση που οι δαγκάνες των φρένων πατάνε στο στεφάνι του τροχού, τα τακάκια πρέπει να είναι ρυθμισμένα σωστά, ώστε να εφάπτονται ομοιόμορφα με ολόκληρη την επιφάνεια του στεφανιού και να έρχονται σε επαφή με το ελαστικό σε οποιαδήποτε θέση. Σε περίπτωση δισκοφρένων πρέπει να υπάρχει ένα σταθερό σημείο πίεσης άμεσα. Αν χρειαστεί ενεργοποιήστε τις μανέτες των φρένων πάνω από μία φορά, επικοινωνήστε αμέσως με το εξειδικευμένο ποδηλατικό κατάστημα από το οποίο αγοράσατε το ποδήλατό σας.
- Το στρίψιμο να είναι ελεύθερο, δηλαδή το τιμόνι να μπορεί να γυρίσει χωρίς αντίσταση, αλλά και χωρίς υπερβολικό παίξιμο.
- Οι τροχοί να κυλούν ομαλά, χωρίς οποιοδήποτε είδος ταλάντωσης.
- Οι τροχοί να στερεώνονται ασφαλώς στο πιρουνί και στον σκελετό.
- Οι τροχοί να είναι σε καλή κατάσταση και με πίεση αέρα, η οποία να είναι μέσα στις συνιστώμενες τιμές που αναφέρονται πάνω στο ελαστικό και το στεφάνι.
- Τα πετάλια να είναι ασφαλώς σφιγμένα στους άξονες.
- Οι ταχυτήτες να είναι σωστά ρυθμισμένες και οι αλληλαγές τους να γίνονται όπως αναμένεται.

- Το κουδούνι και τα φώτα να λειτουργούν και να είναι καθαρά.
- Οι χειρολαβές του τιμονιού να είναι σφικτά τοποθετημένες και σε καλή κατάσταση.
- Η εμπρόσθια και η οπίσθια ανάρτηση να μην είναι χαλαρές και να μην κάνουν οποιονδήποτε ασυνήθιστο θόρυβο.
- Εάν θέλετε να οδηγήσετε σε δημόσιους δρόμους, βεβαιωθείτε ότι το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμένο σύμφωνα με τους ισχύοντες κανονισμούς της χώρας σας. Πάντα βόλιτα με φώτα και ανακλαστήρες, ειδικά στο σκοτάδι ή σε αμυδρές συνθήκες. Διαφορετικά, δεν θα είστε ορατοί από τους άλλους χρήστες των δρόμων.
- Εάν το ποδήλατό σας έχει βάση στήριξης (σταντ), βεβαιωθείτε ότι την έχετε μαζέψει πριν ξεκινήσετε να ποδηλατείτε.
- Μην ξεχάσετε να πάρετε μια καλής ποιότητας κλειδαριά για ποδήλατο. Ο μόνος αποτελεσματικός τρόπος για την προστασία του ποδηλάτου σας ενάντια στην κλοπή, είναι να το κλειδώσετε σε ένα ακίνητο αντικείμενο.

Μια αρκετά επιτυχής πρακτική δοκιμή είναι να αυψώσετε το ποδήλατό σας 5-8cm επάνω από το έδαφος και να το αφήσετε να πέσει. Αφουγκραστείτε και προσπαθήστε να εντοπίσετε οποιοδήποτε ασυνήθιστο θόρυβο. Τέτοιοι θόρυβοι μπορεί να είναι το ξεκίνημα κάποιου σοβαρού προβλήματος. Επιπλέον, πιέστε προς τα κάτω και τις δύο (αν υπάρχουν) αναρτήσεις. Ελέγξτε αν η λειτουργία τους στην επαναφορά είναι ομαλή. Στην ιδανική περίπτωση οι παραπάνω έλεγχοι πρέπει να γίνουν στο εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων από όπου πρόκειται να αγοράσετε το ποδήλατό σας, πριν το οδηγήσετε για πρώτη φορά. Αφού αρχίσετε να χρησιμοποιείτε το ποδήλατό σας σε κανονική βάση, παρακαλούμε αναφερθείτε στους απαραίτητους ελέγχους, τη συντήρηση και το service που βρίσκονται στο τέλος αυτού του εγχειριδίου, σελίδα 25.

ΕΛΕΓΧΟΙ ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΑΤΥΧΗΜΑ

- Ελέγξτε αν οι τροχοί εξακολουθούν να βρίσκονται σταθερά στα νύχια του πλαισίου. Τα στεφάνια των τροχών πρέπει να εξακολουθούν να είναι ευθυγραμμισμένα με το πλαίσιο και το πιρούνι. Περιστρέψτε τον τροχό και ελέγξτε αν τηρείται η απόσταση μεταξύ του ελαστικού και του πλαισίου, καθώς και μεταξύ των τακακιών των φρένων και των στεφανιών. Αν αυτές οι αποστάσεις αλληζώνουν σημαντικά, τότε ο τροχός(οι) χρειάζεται(α) ακτινολό-

γηση. Παρακαλούμε επικοινωνήστε αμέσως με το εξειδικευμένο ποδηλατικό κατάστημα από το οποίο αγοράσατε το ποδήλατό σας.

- **Ελέγξτε** ότι τα φρένα και η μετάδοση εξακολουθούν να λειτουργούν σωστά. Η αλυσίδα πρέπει να εξασκολευθεί να λειτουργεί ομαλά και να μετακινείται από το ένα γρανάζι στο άλλο. Ζητήστε από κάποιον να σηκώσει το ποδήλατό σας από τη σέλα και περιστρέφοντας το δισκοβραχίονα προσπαθήστε να δοκιμάσετε όλους τους πιθανούς συνδυασμούς ταχυτήτων. Αν κάτι φαίνεται, ακούγεται ή αισθάνεστε πως είναι λάθος, μην οδηγήσετε το ποδήλατό σας. Αμέσως επικοινωνήστε με το εξειδικευμένο ποδηλατικό κατάστημα από το οποίο αγοράσατε το ποδήλατό σας.
- **Ελέγξτε** ότι το τιμόνι και ο λαβιός δεν είναι σπασμένα, ραγιαμένα ή λάθος ευθυγραμμισμένα. Πρέπει να είναι σε όρθια θέση και ρυθμισμένα όπως περιγράφεται στο σχετικό κεφάλαιο σωστής εφαρμογής του ποδηλάτου. Εάν ένα από αυτά τα εξαρτήματα έχει χαλαρώσει, σφίξτε τις βίδες με τις προτεινόμενες τιμές ροπή που αναγράφονται στο εγχειρίδιο του ποδηλάτου σας.
- **Επαναλάβετε** την πρακτική δοκιμασία που πρέπει να κάνετε πριν από κάθε βόλιτα, δηλαδή σηκώστε το ποδήλατό σας 5-8 εκατοστά πάνω από το έδαφος και αφήστε το να πέσει. Αν ακούσετε κάποιο περίεργο θόρυβο, ελέγξτε όλα τα ρουλεμάν και τις κοχλιωτές συνδέσεις.
- **Τέλος, ρίξτε μια καλή ματιά στο ποδήλατό σας** για να ανιχνεύσετε τυχόν παραμορφώσεις ή ρωγμές πάνω στο πλαίσιο και την βαφή του. Επιστρέψτε πολύ γρήγορα και προσεκτικά, ακολουθώντας τη συνηθέστερη δυνατή διαδρομή.

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ

Τροχοί

Η οδήγηση του ποδηλάτου σας χωρίς κατάλληλα ρυθμισμένους τροχούς μπορεί να οδηγήσει στην ταλάντωση ή ακόμα και την αποσυναρμολόγησή τους από το ποδήλατο, προκαλώντας απώλεια ελέγχου και πτώση. Στο εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων θα σας βοηθήσουν να καταλάβετε πώς να αφαιρέτε και να τοποθετείτε ξανά με ασφάλεια και τους δύο τροχούς στο ποδήλατό σας.

Σε περίπτωση που το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμένο με άξονα μηχανισμού ταχείας απελευθέρωσης,

παρακαλούμε διαβάστε και ακολουθήστε προσεκτικά τις οδηγίες του κατασκευαστή. Εάν δεν αισθάνεστε άνετα με αυτή την ενέργεια, ζητήστε βοήθεια σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.

Τα περισσότερα ποδήλατα χρησιμοποιούν σήμερα στους τροχούς μηχανισμούς ταχείας απελευθέρωσης (Quick Release ή QR). Αυτοί οι μηχανισμοί αποτελού-



νται από έκκεντρα που ασκούν πίεση και στερεώνουν τους τροχούς στο πιρούνι (εμπρός) και στον σκελετό (πίσω). Το να κρατήσετε το παξιμάδι με το ένα χέρι και να γυρίσετε το μοχλό με το άλλο χέρι, έως ότου σφίξουν και τα δύο όσο το δυνατόν περισσότερο, δεν είναι αρκετό για την ασφαλή τοποθέτηση του τροχού. Για να σφίξει κατάλληλα ο μηχανισμός QR τους τροχούς, η πλήρης δύναμη της δράσης του εκκέντρου είναι απαραίτητη.

Το κέντρο του τροχού στερεώνεται στη σωστή θέση από τη δύναμη του QR το οποίο σπρώχνει από τη μία πλευρά την υποδοχή του σκελετού, ενώ ταυτόχρονα τραβάει το παξιμάδι ρύθμισης της έντασης μέσω του άξονά του, έλκοντας την άλλη υποδοχή του σκελετού. Η ένταση της δύναμης στερέωσης ελέγχεται από το παξιμάδι ρύθμισης της έντασης. Περιστρέφοντας το παξιμάδι ρύθμισης της έντασης δεξιόστροφα, κρατώντας τον μοχλό του QR ακίνητο, αυξάνεται η δύναμη σύσφιξης. Περιστρέφοντάς το αντίθετα προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού, κρατώντας το μοχλό του QR χωρίς να περιστρέφεται, μειώνεται η δύναμη σύσφιξης. Λιγότερο από μισή στροφή του παξιμαδιού ρύθμισης της έντασης μπορεί να κάνει τη διαφορά μεταξύ της ασφαλούς και της επισφαλούς δύναμης σύσφιξης.

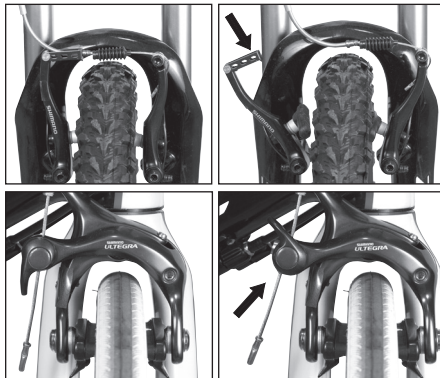
Τα περισσότερα ποδήλατα έχουν εμπρόσθια πιρούνια με δευτερεύουσα διάταξη συγκράτησης των τροχών, ώστε να μειώνεται ο κίνδυνος αποσυρμολόγησης του τροχού από το πιρούνι σε περίπτωση που ο μηχανισμός QR ρυθμιστεί εσφαλμένα. Οι δευτερεύουσες διατάξεις συγκράτησης δεν υποκαθιστούν τη σωστή χρήση του QR. Οι διατάξεις αυτές επιπίπτουν σε δύο βασικούς τύπους: (α) ο τύπος clip-on, ο οποίος είναι ένα τμήμα που ο κατασκευαστής προσθέτει στο εμπρόσθιο κέντρο του τροχού του εμπρόσθιου πιρουνιού και, (β) ο ενσωματωμένος τύπος, ο οποίος είναι διαμορφωμένος (χωτός ή μηχανικά επεξεργασμένος) στην εξωτερική πλευρά των υποδοχών του

εμπρόσθιου πιρουνιού. Ζητήστε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων να σας εξηγήσουν τη λειτουργία της δευτερεύουσας διάταξης συγκράτησης τροχού που υπάρχει στο ποδήλατό σας. Μην αφαιρείτε ή μην θέτετε εκτός λειτουργίας τη δευτερεύουσα διάταξη συγκράτησης. Όπως υπονοεί και το όνομά της, χρησιμεύει ως επεδριτική για την περίπτωση εσφαλμένου σφίξιματος του τροχού. Εάν ο μηχανισμός QR δεν ρυθμιστεί σωστά, η δευτερεύουσα διάταξη συγκράτησης μειώνει τον κίνδυνο αποσυρμολόγησης του τροχού από το πιρούνι. Η αφαίρεση ή η αχρήστευση της δευτερεύουσας διάταξης συγκράτησης του τροχού μπορεί επίσης να ακυρώσει την ισχύ της εγγύησης του ποδηλάτου.

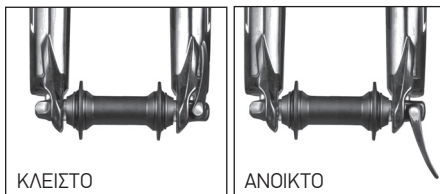
Αφαίρεση εμπρόσθιου τροχού με QR

Εάν το ποδήλατό σας έχει εμπρόσθιο δισκόφρενο, προσοχή όταν το αγγίζετε. Οι δίσκοι είναι αιχμηροί και μπορεί να θερμανθούν υπερβολικά κατά τη χρήση τους.

Εάν το ποδήλατό σας έχει φρένα στεφανιού, αποσυνδέστε το μηχανισμό γρήγορης απελευθέρωσής τους για να αυξήσετε την απόσταση ανάμεσα στα πανοπτώκια του φρένου και το στεφάνι.



Μετακινήστε το μοχλό του QR του τροχού από την ΚΛΕΙΣΤΗ (ή κλειδωμένη) θέση προς την ΑΝΟΙΚΤΗ.



Εάν το εμπρόσθιο πιρούνι σας έχει clip-on δευτερεύουσα διάταξη συγκράτησης πρέπει να την αποσυνδέσετε. Εάν το εμπρόσθιο πιρούνι έχει ενσωματωμένη διάταξη συγκράτησης, χαλαρώστε αρκετά το παξιμάδι ρύθμισης της έντασης ώστε να επιτρέψει την αφαίρεση του τροχού. Ανοψώστε τον εμπρόσθιο τροχό μερικά εκατοστά από το έδαφος και χτυπήστε ελαφρά το πάνω μέρος του με την παλάμη σας, ώστε να απελευθερωθεί από το εμπρόσθιο πιρούνι.

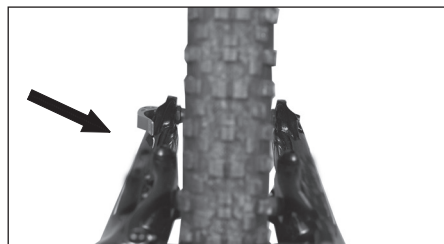
Εγκατάσταση εμπρόσθιου τροχού με QR

Εάν το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμένο με δισκόφρενο, πρέπει να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί ώστε να μη δημιουργηθεί βλάβη στον δίσκο, στον φορέα (ή δαγκάνα) ή στα τακάκια του φρένου κατά τη διαδικασία εισαγωγής του δίσκου στον φορέα. Ποτέ μην πατήσετε τη μανέτα ενός δισκόφρενου, πριν εισαγάγετε σωστά τον δίσκο στον φορέα.

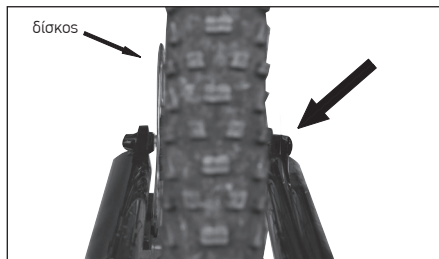
Μετακινήστε τον μοχλό του QR ώστε να απομακρυνθεί από τον τροχό.



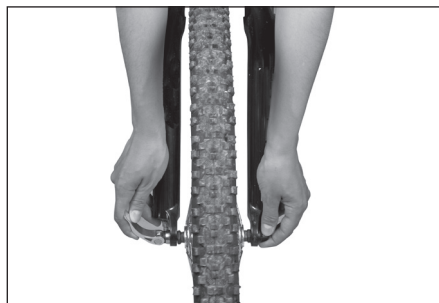
Αυτή είναι η ΑΝΟΙΚΤΗ θέση. Με το πιρούνι να είναι στραμμένο προς τα εμπρός, τοποθετήστε τον τροχό μεταξύ των δύο καλαμιών του πιρουνιού ώστε ο άξονας να τοποθετηθεί σταθερά στο επάνω μέρος των υποδοχών που βρίσκονται στις άκρες των καλαμιών του πιρουνιού. Ο μοχλός του QR πρέπει να είναι στην αριστερή πλευρά του ποδηλάτου.



Κάποια ποδήλατα εξοπλισμένα με εμπρόσθιο δισκόφρενο έχουν τον μοχλό του QR στη δεξιά πλευρά, ώστε να αποφευχθεί η προσέγγιση με τον στροφέα (δίσκο) του φρένου.



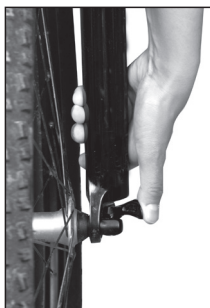
Εάν το ποδήλατό σας έχει δευτερεύουσα διάταξη συγκράτησης τύπου clip-on πρέπει να την αποσυνδέσετε. Κρατώντας τον μοχλό του QR στην ΑΝΟΙΚΤΗ θέση με το ένα χέρι, σφίξτε το παξιμάδι ρύθμισης της έντασης με το άλλο χέρι έως ότου έχει σφίξει στην υποδοχή του πιρουνιού.



Ενώ πιέζετε σταθερά τον τροχό στο πάνω μέρος των υποδοχών του πιρουνιού, κεντράροντας συγχρόνως το στεφάνι στο πιρούνι, μετακινήστε τον μοχλό του QR προς τα επάνω στην ΚΛΕΙΣΤΗ θέση.

Ο μοχλός πρέπει τώρα να είναι παράλληλος με τις μπότες του πιρουνιού και στραμμένος προς τον τροχό. Για να εφαρμόσετε αρκετή δύναμη σύσφιξης.





Ανοίξτε και κλείστε τον μοχλό ταχείας απασφάλισης με το δεξί σας χέρι ενώ βιδώνετε σταδιακά το παξιμάδι ρύθμισης με το αριστερό σας χέρι προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού. Συνεχίστε να βιδώνετε το παξιμάδι μέχρι να νιώσετε αντίσταση με το χέρι σας στο σημείο που ο μοχλός είναι στην ίδια ευθεία με τον άξονα

του κέντρου. Κρατήστε την μπότα του πιρουιού με τα δάκτυλά σας και χρησιμοποιήστε την παλάμη σας για να κλείσετε τον μοχλό ταχείας απασφάλισης με όση περισσότερη δύναμη έχετε. Όταν είναι κλειστός, ο μοχλός ταχείας απασφάλισης πρέπει να βρίσκεται στην «CLOSE» (ΚΛΕΙΣΤΟ) θέση. Η πλευρά του μοχλού με την αναγραφή «CLOSE» (ΚΛΕΙΣΤΟ) δεν πρέπει να βλήπει προς το ποδήλατο και ο μοχλός πρέπει να είναι παράλληλος με την μπότα του πιρουιού.

Εάν το ποδήλατό σας έχει φρένα στεφανιού, επανασυνδέστε τον μηχανισμό γρήγορης απελευθέρωσης του φρένου, ώστε να αποκαταστήσετε τη σωστή απόσταση από τα παπουτσάκια του φρένου και το στεφάνι. Στη συνέχεια περιστρέψτε τον τροχό και ελέγξτε εάν είναι κεντραρισμένος στο πιρούνι σε μικρή απόσταση από τα παπουτσάκια του φρένου. Κατόπιν πιέστε τη μανέτα του φρένου για να βεβαιωθείτε ότι το εμπρόσθιο φρένο λειτουργεί αποτελεσματικά.

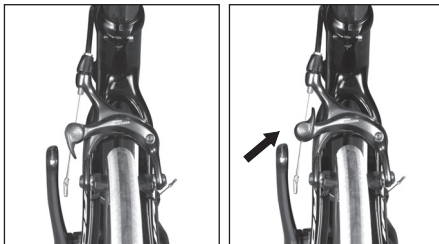
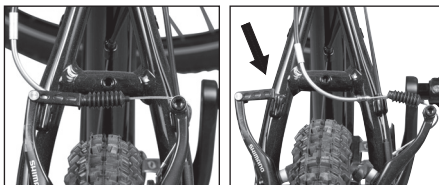
Αφαιρώντας οπίσθιο τροχό με QR

Επιλέξτε μέσω του οπίσθιου ντεραγιέρ το μικρότερο, εξωτερικό οπίσθιο γρανάτζι. Αυτή είναι η μεγαλύτερη ταχύτητα.

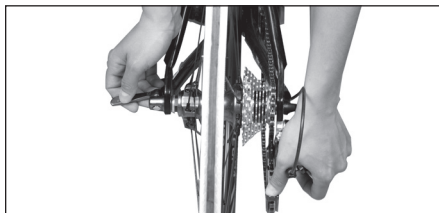
Εάν το ποδήλατό σας έχει φρένα στεφανιού, απασυνδέστε τον μηχανισμό γρήγορης απελευθέρωσης του



φρένου, ώστε να αυξησετε την απόσταση από τα παπουτσάκια και το στεφάνι.



Τραβήξτε το σώμα του ντεραγιέρ πίσω με το ένα χέρι και μετακινήστε το QR του τροχού προς την ΑΝΟΙΚΤΗ θέση με το άλλο.



Ανυψώστε τον οπίσθιο τροχό μερικά εκατοστά επάνω από το έδαφος και με το σώμα του ντεραγιέρ τραβηγμένο πίσω, ωθήστε τον οπίσθιο τροχό προς τα εμπρός και κάτω, μέχρι να έρθει στις οπίσθιες υποδοχές του σκελετού. Εάν το ποδήλατό σας έχει οπίσθιο δισκόφρενο, προσέχετε όταν το αγγίζετε, δεδομένου ότι οι δίσκοι είναι αιχμηροί και μπορεί να θερμανθούν πάρα πολύ κατά τη χρήση τους.

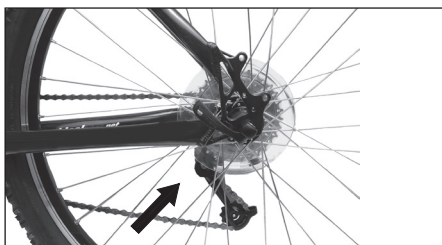
Εγκατάσταση οπίσθιου τροχού με μηχανισμό QR

Εάν το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμένο με δισκόφρενο, πρέπει να είστε προσεκτικοί ώστε να μην δημιουργηθεί βλάβη στο δίσκο, στον φορέα (ή δαγκάνα) ή στα τακάκια του φρένου κατά τη διαδικασία εισαγωγής του δίσκου στον φορέα. Ποτέ μην πατήσετε τη μανέτα ενός δισκόφρενου, πριν εισαγάγετε σωστά το δίσκο στον φορέα.

Βεβαιωθείτε ότι το οπίσθιο ντεραγιέρ είναι ακόμα στη

μεγαλύτερη ταχύτητα. Τραβήξτε το σώμα του ντεραγιέρ πίσω με το δεξί σας χέρι και μετακινήστε το QR του τροχού προς την ΑΝΟΙΚΤΗ θέση.

Ο μοχλός του QR πρέπει να είναι στην πηλευρά του τροχού που είναι απέναντι από το ντεραγιέρ και τα γρανάζια. Τοποθετήστε την αλυσίδα στο μικρότερο γρανάζι, εισάγετε τον τροχό στις οπίσθιες υποδοχές του σκελετού και τραβήξτε τον τροχό σφικτά προς τα πίσω μέσα στις υποδοχές. Σφίξτε το παξιμάδι ρύθμισης της έντασης του QR όσο σφικτά μπορείτε με το χέρι και περιστρέψτε το μοχλό του QR έως ότου είναι παράλληλο με τον άνω ή τον κάτω σωλήνα του οπίσθιου τριγώνου με κατεύθυνση προς τον τροχό.



Για να εφαρμόσετε αρκετή δύναμη ανοίξτε και κλείστε τον μοχλό ταχείας απασφάλισης με το δεξί σας χέρι ενώ βιδώνετε σταδιακά το παξιμάδι ρύθμισης με το αριστερό σας χέρι προς τη φορά των δεικτών

του ρολογιού. Συνεχίστε να βιδώνετε το παξιμάδι μέχρι να νιώσετε αντίσταση με το χέρι σας στο σημείο που ο μοχλός είναι στην ίδια ευθεία με τον άξονα του κέντρου.



Κρατήστε το πίσω μέρος των ψαλιδιών με τα δάκτυλά σας και χρησιμοποιήστε την παλάμη σας για να κλείσετε τον μοχλό ταχείας απασφάλισης με

όση περισσότερη δύναμη έχετε. Όταν είναι κλειστός, ο μοχλός ταχείας απασφάλισης πρέπει να βρίσκεται στην «CLOSE» (ΚΛΕΙΣΤΟ) θέση. Η πηλευρά του μοχλού με την αναγραφή «CLOSE» (ΚΛΕΙΣΤΟ) δεν πρέπει να βλήπει προς το ποδήλατο και ο μοχλός πρέπει να είναι παράλληλος με τα ψαλίδια του σκελετού. Ο οπίσθιος τροχός πρέπει να ασφαλιστεί στον σκελετό του ποδηλάτου με ικανοποιητική δύναμη, ώστε να μην μπορεί να τραβηχτεί προς τα εμπρός από την αλυσίδα, ακόμη και κάτω από τη μέγιστη δύναμη που μπορεί να ασκηθεί από τον ποδηλάτη μέσω των πεντάλ. Εάν η ρόδα

κινηθεί υπό την δύναμη των πεντάλ, ο τροχός μπορεί να αγγίξει τον σκελετό και να σας αναγκάσει να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε.

Εάν το ποδήλατό σας έχει φρένα στεφανιού, επανασυνδέστε τον μηχανισμό γρήγορης απελευθέρωσης του φρένου για να αποκαταστήσετε τη σωστή απόσταση από τα παπουτσάκια και το στεφάνι. Στη συνέχεια περιστρέψτε τον τροχό για να βεβαιωθείτε ότι είναι κεντραρισμένος στο σκελετό σε μικρή απόσταση από τα παπουτσάκια του φρένου. Κατόπιν πιέστε τη μανέτα του φρένου και βεβαιωθείτε ότι το οπίσθιο φρένο λειτουργεί αποτελεσματικά.

Αφαίρεση εμπρόσθιου τροχού με βίδα

Εάν το ποδήλατό σας έχει φρένα στεφανιών, αποσυνδέστε το μηχανισμό ταχείας απελευθέρωσης του φρένου για να αυξήσετε την απόσταση από τα παπουτσάκια και το στεφάνι. Χρησιμοποιώντας το σωστό μέγεθος κλειδιού, χαλαρώστε τα δύο παξιμάδια του άξονα.



Εάν το εμπρόσθιο πιρούνι έχει δευτερεύουσα διάταξη συγκράτησης τύπου clip-on, αποσυνδέστε την. Εάν το εμπρόσθιο πιρούνι έχει ενσωματωμένη διάταξη συγκράτησης, χαλαρώστε αρκετά τα παξιμάδια του άξονα, ώστε να επιτραπεί η αφαίρεση του τροχού. Ανυψώστε τον εμπρόσθιο τροχό μερικά εκατοστά επάνω από το έδαφος και χτυπήστε ελαφρά το πάνω μέρος του με την παλάμη του χεριού σας ώστε να τον απελευθερώσετε από το εμπρόσθιο πιρούνι.

Εγκατάσταση εμπρόσθιου τροχού με βίδα

Για την εγκατάσταση ενός εμπρόσθιου τροχού με βίδα ακολουθήστε τα εξής βήματα: με το πιρούνι να είναι στραμμένο προς τα εμπρός, εισάγετε τον τροχό μεταξύ των δύο καλαμιών του πιρουνιού, ώστε ο άξονας να τοποθετηθεί σταθερά στο επάνω μέρος των υποδοχών του πιρουνιού. Οι ροδέλες που συνοδεύουν τα παξιμάδια του άξονα πρέπει να είναι στην εξωτερική πηλευρά μεταξύ των καλαμιών του πιρουνιού και των παξιμαδιών. Εάν το ποδήλατό σας έχει δευτερεύουσα διάταξη συγκράτησης τύπου clip-on, πρέπει να την

επανασυνδέσετε. Ενώ πιέζετε τον τροχό σταθερά στο επάνω μέρος των υποδοχών του πιρουνιού και την ίδια στιγμή κεντράρετε τον τροχό στο πιρούνι, χρησιμοποιήστε το κατάλληλο μέγεθος κλειδιού για να σφίξετε τα παξιμάδια όσο χρειάζεται, ώστε ο τροχός να παραμείνει στη θέση του. Στη συνέχεια χρησιμοποιήστε το κατάλληλο κλειδί σε κάθε παξιμάδι και σφίξτε δυνατά. Επανασυνδέστε τον μηχανισμό γρήγορης απελευθέρωσης του φρένου, ώστε να επαναφέρετε τη σωστή απόσταση από τα παπουτσάκια και το στεφάνι. Περιστρέψτε τον τροχό ώστε να βεβαιωθείτε ότι είναι κεντραρισμένος στο πιρούνι και έχει μικρή απόσταση από τα παπουτσάκια του φρένου. Πατήστε τη μανέτα του φρένου και βεβαιωθείτε για την αποτελεσματική λειτουργία του.

Αφαίρεση οπίσθιου τροχού με βίδα

Εάν το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμένο με οπίσθιο κέντρο που περιλαμβάνει τις ταχύτητες εσωτερικά, μην προσπαθήσετε να αφαιρέσετε τον τροχό. Η αφαίρεση και η εγκατάσταση αυτών των κέντρων απαιτούν ειδικές γνώσεις. Η εσφαλμένη αφαίρεση ή εγκατάστασή τους μπορεί να οδηγήσει στην καταστροφή του κέντρου, η οποία μπορεί να σας αναγκάσει να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε. Επιπλέον, αυτά τα κέντρα έχουν υψηλό κόστος επισκευής και αντικατάστασης.

Επιλέξτε μέσω του οπίσθιου ντεραγιέρ το μικρότερο, εξωτερικό οπίσθιο γρανάτζι. Αυτή είναι η μεγαλύτερη ταχύτητα. Εάν το ποδήλατό σας έχει φρένα στεφανιού, αποσυνδέστε τον μηχανισμό γρήγορης απελευθέρωσης του φρένου, ώστε να αυξήσετε την απόσταση από τα παπουτσάκια και το στεφάνι. Χρησιμοποιήστε κατάλληλο μέγεθος κλειδί για να χαλαρώσετε τα δύο παξιμάδια του άξονα.



Ανυψώστε τον οπίσθιο τροχό μερικά εκατοστά από το έδαφος και με το σώμα του ντεραγιέρ τραβηγμένο πίσω, ωθήστε τον οπίσθιο τροχό προς τα εμπρός και κάτω μέχρι να έρθει στις οπίσθιες υποδοχές του σκελετού.

Εγκατάσταση οπίσθιου τροχού με βίδα

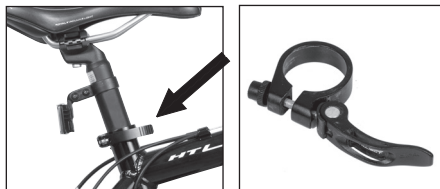
Βεβαιωθείτε ότι το οπίσθιο ντεραγιέρ είναι ακόμα στη μεγαλύτερη ταχύτητα. Τοποθετήστε την αλυσίδα στο μικρότερο γρανάτζι, εισάγετε τον τροχό στις οπίσθιες υποδοχές του σκελετού και τραβήξτε τον τροχό σφικτά προς τα πίσω μέσα στις υποδοχές. Οι ροδέλες που συνοδεύουν τα παξιμάδια του άξονα πρέπει να είναι στην εξωτερική πλευρά μεταξί του σκελετού και των παξιμαδιών. Χρησιμοποιώντας κατάλληλο μέγεθος κλειδί, σφίξτε τα παξιμάδια του άξονα τόσο, ώστε ο τροχός να παραμείνει στη θέση του. Στη συνέχεια χρησιμοποιήστε το κατάλληλο κλειδί σε κάθε παξιμάδι και σφίξτε δυνατά.



Εάν το ποδήλατό σας έχει φρένα στεφανιού, επανασυνδέστε τον μηχανισμό ταχείας απελευθέρωσης του φρένου για να αποκαταστήσετε τη σωστή απόσταση από τα παπουτσάκια και το στεφάνι. Στη συνέχεια περιστρέψτε τον τροχό για να βεβαιωθείτε ότι είναι κεντραρισμένος στο σκελετό σε μικρή απόσταση από τα παπουτσάκια του φρένου. Κατόπιν πιέστε τη μανέτα του φρένου και βεβαιωθείτε ότι το οπίσθιο φρένο λειτουργεί αποτελεσματικά.

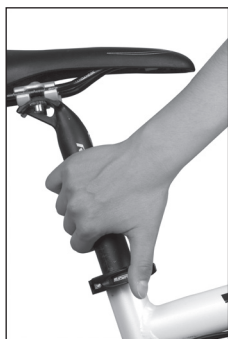
Λαιμός σέλλας με μηχανισμό QR

Τα περισσότερα ποδήλατα σήμερα είναι εξοπλισμένα με λαιμό σέλλας με μηχανισμό QR (Quick Release - ταχείας απασφάλισης).



Ο μηχανισμός αυτός δουλεύει ακριβώς όπως ο αντίστοιχος των τροχών μέσω εκκέντρου, στερεώνοντας σταθερά το λαιμό σέλλας μέσα στο σωλήνα της σέλλας. Η δύναμη στερέωσης ελέγχεται από το παξιμάδι ρύθμισης της έντασης. Περιστρέφοντας το παξιμάδι

ρύθμισης της έντασης δεξιόστροφα, κρατώντας χωρίς να περιστρέψετε το μοχλό εκκέντρου, αυξάνετε τη δύναμη στερέωσης. Περιστρέφοντάς το αντίθετα προς τη φορά των δεικτών του ρολογιού, κρατώντας το χωρίς να περιστρέψετε το μοχλό εκκέντρου, μειώνετε τη δύναμη σύσφιξης. Λιγότερο από μισή στροφή του παξιμαδιού ρύθμισης της έντασης μπορεί να κάνει τη διαφορά μεταξύ της ασφαλή και επισφαλούς δύναμης σύσφιξης. Για την ασφαλή στερέωση του λαιμού σέλας απαιτείται η πλήρης δύναμη της δράσης του εκκέντρου. Το κράτημα του παξιμαδιού με το ένα χέρι και η απλή περιστροφή του μοχλού με το άλλο χέρι, δεν θα στερεώσει το λαιμό σέλας με



ασφάλεια. Προκειμένου ο μοχλός ταχείας ασφαλίσεως (QR) να έχει σφίξει ικανοποιητικά, θα πρέπει να συναντήσετε αρκετή αντίσταση στην προσπάθειά σας να τον περιστρέψετε και να κλειδώσει στη θέση του. Σε περίπτωση που η αντίσταση είναι μικρή ή ανύπαρκτη, ανοίξτε το μοχλό, γυρίστε το παξιμόδι ρύθμισης της έντασης δεξιόστροφα κατά

το ένα τέταρτο της πλήρους περιστροφής και κατόπιν ξαναπροσπαθήστε.

Η οδηγηση με εσφαρμμένα σφιγμένο λαιμό σέλας μπορεί να επιτρέπει στη σέλα να περιστραφεί, αναγκάζοντάς σας να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε. Ζητήστε από εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων να σας βοηθήσει να βεβαιωθείτε ότι ξέρετε πώς να σφίξετε κατάλληλα το λαιμό σέλας. Κατανοήστε και εφαρμόστε τη σωστή τεχνική στερέωσης του QR λαιμού σέλας σας. Πρωτου οδηγήσετε το ποδήλατό σας, ελέγξτε πρώτα ότι ο λαιμός σέλας είναι στερεωμένος με ασφάλεια.

Φρένα

Το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμένο με αξιόπιστα και καλής λειτουργίας φρένα, υπό την προϋπόθεση ότι είναι κατάλληλα ρυθμισμένα και συντηρημένα. Η οδηγηση με ακατάλληλα ρυθμισμένα φρένα ή με φθαρμένα παπουτσάκια φρένων είναι εξαιρετικά επικίνδυνη και μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρό τραυματισμό.

Η πολύ δυνατή ή απότομη λειτουργία των φρένων μπορεί να οδηγήσει στο κλείδωμα ενός τροχού, αναγκάζοντάς σας να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε.

Ειδικά στην περίπτωση του εμπρόσθιου τροχού μπορεί να «πετάξει» τον αναβάτη πάνω από το τιμόνι και να επιφέρει σοβαρό τραυματισμό.

Μερικά φρένα ποδηλάτων, όπως τα δισκόφρενα και τα φρένα γραμμικού τραβήγματος (γνωστά ως v-brakes), είναι εξαιρετικά ισχυρά. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή κατά την εξοικείωση με αυτά τα φρένα και τη χρήση τους.

Τα δισκόφρενα μπορεί να φτάσουν σε υψηλές θερμοκρασίες μετά από εκτεταμένη χρήση. Να είστε προσεκτικοί, ώστε να μην αγγίξετε ένα δισκόφρενο πριν περάσει αρκετός χρόνος μέχρι την ψύξη του.

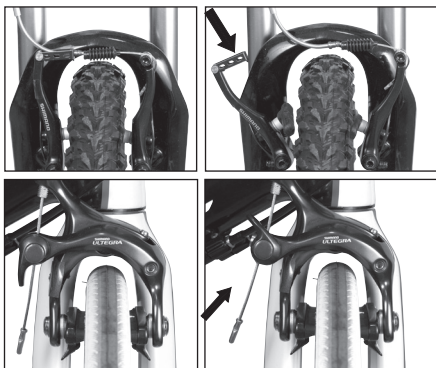
Δείτε τις οδηγίες του κατασκευαστή φρένων για τη λειτουργία και τη συντήρηση των φρένων σας. Εάν δεν έχετε τις οδηγίες του κατασκευαστή, απευθυνθείτε στο κατάστημα από όπου αγοράσατε το ποδήλατό σας ή επικοινωνήστε με τον κατασκευαστή φρένων.

Χειρισμός φρένων

Το ποδήλατό σας είναι προ-συναρμολογημένο και παραδίδεται ώστε η δεξιά μανέτα του φρένου να ενεργοποιεί το οπίσθιο φρένο και η αριστερή το εμπρόσθιο, εκτός αν υπάρχει εθνική νομοθεσία ή κανονισμός που επιβάλλει το αντίθετο. Είναι πολύ σημαντικό για την ασφάλειά σας να έχετε καταλάβει και να θυμάστε τους συνδυασμούς μανετών-φρένων.

Τα χέρια σας πρέπει να είναι σε θέση να φθάσουν και να τραβήξουν τη μανέτα με άνεση. Εάν αυτό δεν γίνεται, απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων. Στις περισσότερες μανέτες φρένων μπορεί να ρυθμιστεί η θέση τους. Έτσι, είτε οι μανέτες των φρένων σας χρειάζονται ρύθμιση θέσης, είτε χρειάζεστε άλλο τύπο μανετών.

Τα περισσότερα φρένα στεφανιού έχουν σήμερα κάποια μορφή μηχανισμού γρήγορης απελευθέρωσης, ο



οποίος απομακρύνει τα παπουτσάκια του φρένου από το στεφάνι, ώστε εύκολα ο τροχός να μπορεί να αποσυναρμολογηθεί ή να επανατοποθετηθεί.

Όταν ο μηχανισμός ταχείας απελευθέρωσης του φρένου είναι ανοικτός, τα φρένα είναι ανενεργά. Απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων και ζητήστε να σας εξηγήσουν πώς λειτουργεί ο μηχανισμός γρήγορης απελευθέρωσης των φρένων του ποδηλάτου σας. Να επιβεβαιώνετε πάντα ότι και τα δύο φρένα του ποδηλάτου σας λειτουργούν σωστά πριν αρχίσετε να το οδηγείτε.

Λειτουργία φρένων

Τα φρένα σχεδιάζονται αρχικά για να ελέγξουν την ταχύτητα των οχημάτων και έπειτα για να τα σταματούν. Η μέγιστη δύναμη φρεναρίσματος εμφανίζεται ακριβώς πριν κλειδώσουν οι τροχοί (σταματάει η περιστροφή τους) και αρχίζει η ολίσθηση. Εάν και όταν ο τροχός αρχίζει να ολισθαίνει, σημαίνει ότι ο αναβάτης έχει χάσει το μεγαλύτερο μέρος της δύναμης πέδησης και όλο τον έλεγχο διεύθυνσης. Είναι πιο χρήσιμο να επιβραδύνετε προσοδευτικά, καθώς και να σταματάτε το ποδήλατο χωρίς να κλειδώνουν οι τροχοί. Αυτό συνήθως είναι θέμα εμπειρίας και ένας καλός εμπειρικός κανόνας είναι να πειραματιστεί κάποιος με τη δύναμη που ασκεί στις μανέτες των φρένων σε διαφορετικές ταχύτητες και σε διαφορετικές επιφάνειες. Τη στιγμή που αισθάνεστε ότι οι τροχοί κλειδώνουν, μειώστε λίγο την πίεση στις μανέτες, ώστε να διατηρήσετε την περιστροφή των τροχών. Το κλειδώμα του εμπρόσθιου τροχού είναι εξαιρετικά επικίνδυνο και μπορεί να σας «πετάξει» επάνω από το τιμόνι του ποδηλάτου σας.

Μια άλλη εξίσου σημαντική παράμετρος είναι η μεταφορά του βάρους του σώματός σας. Όταν χρησιμοποιείτε τα φρένα και το ποδήλατο αρχίζει να επιβραδύνει, το σώμα σας έχει την τάση να συνεχίσει να κινείται προς τα εμπρός και το μεγαλύτερο μέρος του βάρους σας μεταφέρεται στον εμπρόσθιο τροχό. Όσο βαρύτερος είναι ο τροχός τόσο δυσκολότερα σταματάει. Το γεγονός αυτό χειροτερεύει όταν το ποδήλατό σας είναι εξοπλισμένο με εμπρόσθια ανάρτηση. Η ανάρτησή σας βυθίζεται κατά το φρενάρισμα και επιδεινώνει τη μεταφορά του βάρους προς τα εμπρός. Υπάρχει μόνο μία λύση σε αυτό το πρόβλημα, η οποία σχετίζεται πάλη με την εμπειρία. Πρέπει να εξασκηθείτε και να πειραματιστείτε, ώστε σταδιακά να μάθετε να μετατοπίζετε το σώμα σας προς τα πίσω κατά το φρενάρισμα. Αυτό είναι ακόμα σημαντικότερο όταν οδηγείτε σε καταβάσεις, επειδή εκεί αυτόματα το βάρος

σας μετατοπίζεται προς τα εμπρός, ακόμη και χωρίς φρενάρισμα.

Θυμηθείτε ότι το φρενάρισμα γίνεται ασθενές σε σαθρές επιφάνειες (π.χ. χωματόδρομοι), καθώς και στον υγρό καιρό. Η πρόσφυση των τροχών μειώνεται και τα παπουτσάκια των φρένων μαζεύουν υγρασία. Υπάρχει μόνο ένας τρόπος ασφαλή φρεναρίσματος σε τέτοιες συνθήκες και αυτός είναι να οδηγείτε πιο αργά. Να θυμάστε πάντα ότι σε υγρές συνθήκες η απόσταση φρεναρίσματος είναι περίπου 60% μεγαλύτερη από την αντίστοιχη σε στεγνές συνθήκες.

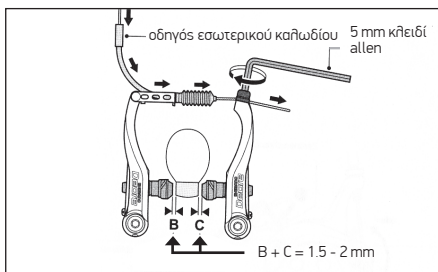
Τεχνολογία φρένων

Υπάρχουν διαθέσιμα διάφορων ειδών συστήματα φρεναρίσματος για ποδήλατα. Τα πιο γνωστά από αυτά είναι τα υδραυλικά δισκόφρενα, τα μηχανικά (με καλώδιο) δισκόφρενα, τα φρένα γραμμικού τραβήγματος (γνωστά ως v-brakes), τα φρένα τύπου caliper, τα φρένα τύπου cantilever, τα φρένα τύπου roller καθώς και τα φρένα τύπου coaster (γνωστά και ως φρένα με κόντρα).

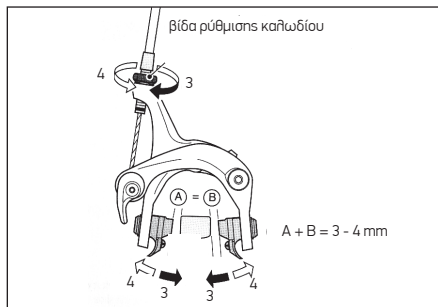
Πίσω από τον κάθε τύπο από αυτά τα συστήματα φρένων υπάρχει υψηλή τεχνολογία συντήρησης και ρυθμίσεως. Μαζί με το ποδήλατό σας πρέπει να έχετε λάβει τις λεπτομερείς οδηγίες του κατασκευαστή για τα φρένα του ποδηλάτου σας. Αν δεν τις έχετε λάβει, απευθυνθείτε αμέσως στο κατάστημα από όπου αγοράσατε το ποδήλατό σας. Σε γενικές γραμμές όλες οι ρυθμίσεις και η συντήρηση πρέπει να γίνονται από εξειδικευμένο ποδηλατικό κατάστημα. Μπορείτε να ασχοληθείτε με το service, τη συντήρηση και τη ρύθμιση των φρένων, μόνο εάν αισθάνεστε απολύτως βέβαιοι για τις γνώσεις σας και το τεχνικό σας επίπεδο και πάντα σε συνεργασία και επαφή με εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων σε κάθε περίπτωση που έχετε κάποια απορία.

Μερικές χρήσιμες συμβουλές σε περίπτωση που αποφασίσετε να ασχοληθείτε με τα φρένα του ποδηλάτου σας:

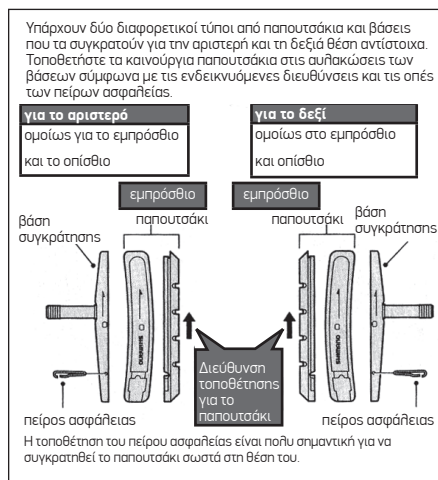
- Τα δισκόφρενα απαιτούν 30 έως 100 φρεναρίσματα για να φθάσουν τη μέγιστη απόδοσή τους.
- Οι δίσκοι των φρένων πρέπει να είναι όσο το δυνατόν καθαρότεροι. Μην εφαρμόζετε οποιουδήποτε είδους λιπαντικό επί των δίσκων των φρένων και μην τους αγγίζετε ποτέ με λιπαρά χέρια.
- Η απόσταση μεταξύ των στεφανιών και του υλικού τριβής (παπουτσάκια) των φρένων πρέπει να είναι 1,5 έως 2mm σε φρένα τύπου v-brake και 3 έως 4mm σε τύπου caliper.



- Η παραπάνω απόσταση συνήθως ρυθμίζεται με μία βίδα ρύθμισης της έντασης του καλωδίου, που βρίσκεται ακριβώς επάνω από το σώμα των φρένων.

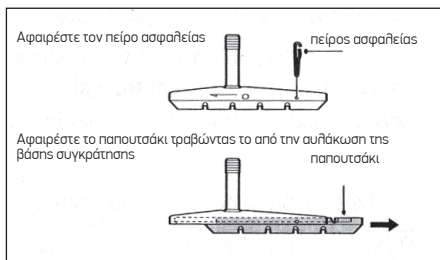


- Προσοχή στο βέλτιστο τοποθέτησης των καινούριων υλικών τριβής (παπουτσάκια) των φρένων όταν αντικαθιστάτε τα φθαρμένα παπουτσάκια φρένων.
- Τα δεξιά και τα αριστερά φρένα χρησιμοποιούν δι-



αφορετικά παπουτσάκια, καθώς και διατάξεις συγκράτησης αυτών.

- Τα παπουτσάκια φρένων καλής ποιότητας έχουν συνήθως πείρους ασφαλείας στερέωσης. Βεβαιωθείτε ότι τους έχετε αφαιρέσει πριν αντικαταστήσετε τα παπουτσάκια των φρένων και ότι τους τοποθετείτε σταθερά πίσω στη θέση τους.



Φρένα και Στεφάνια

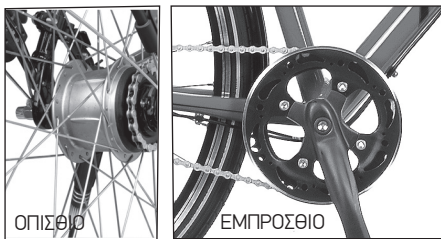
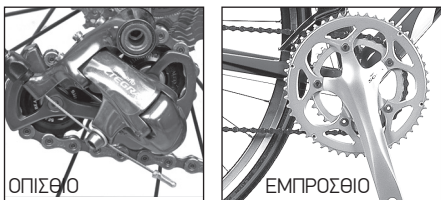
Τα φρένα γραμμικού τραβήγματος ή αθλητής v-brakes, τα φρένα τύπου caliper και τα φρένα τύπου cantilever ασκούν τη δύναμη φρεναρίσματος στο στεφάνι του τροχού. Αυτού του είδους το φρενάρισμα που βασίζεται στην τριβή φθείρει τα παπουτσάκια των φρένων αργά και το στεφάνι του τροχού. Η φθορά του στεφανιού είναι γρηγορότερη κατά την οδήγηση σε βρόμικες, υγρές ή/και λασπώδεις συνθήκες, διότι τα παπουτσάκια των φρένων μεταφέρουν στο στεφάνι διάφορα αιχμηρά συστατικά που το φθείρουν.

Όλα τα ποδηλάτα με φρένα τύπου V είναι εξοπλισμένα με στεφάνια που προειδοποιούν τον αναβάτη όταν πλησιάζουν προς το τέλος της ζωής τους. Αυτό γίνεται με τον αποκαλούμενο δείκτη φθοράς. Παρακαλούμε απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων και ζητήστε να σας δείξουν τον δείκτη και να σας εξηγήσουν πώς λειτουργεί, δεδομένου ότι διαφορετικοί παραγωγοί στεφανιών χρησιμοποιούν διαφορετικές τεχνολογίες για αυτόν τον δείκτη. Επιπλέον, βεβαιωθείτε ότι τα στεφάνια σας ελέγχονται περιοδικά και αντικαθίστανται αμέσως εάν είναι απαραίτητο. Η αστοχία ενός στεφανιού μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρά ατυχήματα.

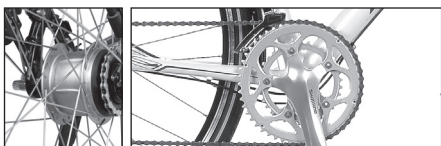
Τεχνολογία Μετάδοσης

Σχεδόν όλα τα ποδήλατα είναι εξοπλισμένα με ποδηλατικές ταχυτήτες. Οι ταχύτητες ρυθμίζονται κατά τη διάρκεια της παραγωγής του ποδηλάτου και πρέπει να επανελέγχονται από το κατάστημα πώλησης του ποδηλάτου, πριν αυτό παραδοθεί στον αγοραστή. Συνεπώς, δεν χρειάζεται καμία επιπλέον ρύθμιση. Εντούτοις, είναι ενδεδειγμένο να ελέγχετε τακτικά το ποδήλατό σας για την κατάλληλη απόδοση των αλτηλαγών ταχυτήτων και είτε να τις ρυθμίζετε μόνοι σας, είτε να απευθύνεστε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων να σας τις ρυθμίσει. Μαζί με το ποδήλατο, πρέπει να σας παραδοθούν από το κατάστημα πώλησης και τα έντυπα με τις λεπτομερείς οδηγίες του κατασκευαστή για όλα τα τμήματα μετάδοσης του ποδηλάτου σας. Αν όχι, ελάτε άμεσα σε επαφή με εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων, ώστε να τα προμηθευτείτε.

Στη συνέχεια ακολουθεί σύντομη ενημέρωση σχετικά με την τεχνολογία μετάδοσης, η οποία θα σας εξοικειώσει με ό,τι διαβάσετε στα λεπτομερή φυλλάδια οδηγιών του κατασκευαστή. Το ποδηλατικό ταχυτήτων ποδήλατό σας θα έχει σύστημα μετάδοσης με εμπρος-πίσω ντεραγιέρ ή χωρίς ντεραγιέρ με οπίσθιο



κέντρο που περιλαμβάνει τις ταχύτητες εσωτερικά ή σε κάποιες ειδικές περιπτώσεις συνδυασμό των δύο.

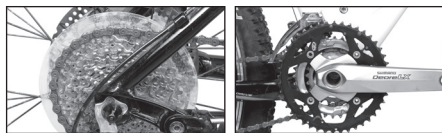


ΟΠΙΣΘΙΟ ΕΜΠΡΟΣΘΙΟ

Σε περίπτωση συστήματος μετάδοσης με ντεραγιέρ, η μετάδοση περιλαμβάνει μία οπίσθια κασέτα ή γρανάζια με ελεύθερο, ένα οπίσθιο ντεραγιέρ, ένα εμπρόσθιο ντεραγιέρ (τις περισσότερες φορές), ένα ή δύο βελιέδες αλτηλαγής ταχυτήτων, ένα, δύο ή τρία εμπρόσθια γρανάζια (γνωστά και ως δίσκοι) και μία αλυσίδα.

Οι βελιέδες αλτηλαγής ταχυτήτων μπορεί να είναι τύπου αντίχειρα (thumb shifters) ή με περιστροφικές χειρολαβές (revo shifters) ή τύπου σκανδάλης (easy fire shifters) ή συνδυασμός χειριστηρίων αλτηλαγής ταχυτήτων και ενεργοποίησης φρένων. Εάν η λειτουργία τους δεν σας έρχεται με φυσικό και αυτόματο τρόπο, παρακαλούμε ζητήστε από εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων να σας εξηγήσουν τον τύπο του μηχανισμού αλτηλαγής ταχυτήτων του ποδηλάτου σας, καθώς και πώς λειτουργεί.

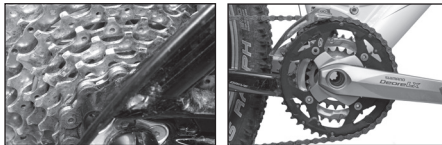
Η αλτηλαγή ταχυτήτων στην καθημερινή γλώσσα μπορεί μερικές φορές να μπερδεύει. Το «κατέβασμα» είναι η αλτηλαγή σε μία μικρότερη ή πιο αργή ταχύτητα, ώστε να γίνεται πιο εύκολη η περιστροφή των πεντάλι. Το «ανέβασμα» είναι η αλτηλαγή σε μεγαλύτερη ή πιο γρήγορη ταχύτητα που κάνει την περιστροφή των πεντάλι πιο δύσκολη. Το σημείο που συνήθως γίνεται το μπερδεμα είναι ότι αυτό που συμβαίνει στο εμπρόσθιο ντεραγιέρ είναι το αντίθετο από αυτό που συμβαίνει στο οπίσθιο. Τις περισσότερες φορές στο κατέβασμα, η αλυσίδα οδηγείται σε μεγαλύτερο γρανάζι πίσω και σε μικρότερο εμπρός.



(κατέβασμα) στο οπίσθιο ντεραγιέρ

(κατέβασμα) στο εμπρόσθιο ντεραγιέρ

Το αντίθετο συμβαίνει στο ανέβασμα.



(ανέβασμα) στο οπίσθιο ντεραγιέρ

(ανέβασμα) στο εμπρόσθιο ντεραγιέρ

Είτε κατά το ανέβασμα, είτε κατά το κατέβασμα, το σύστημα μετάδοσης απαιτεί η αλυσίδα να κινείται προς τα εμπρός και να είναι υπό κάποια τάση.

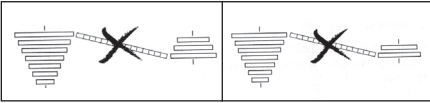
Μετατοπίστε τα ντεραγιέρ μόνο αν και όταν χρησιμοποιείτε τα πεντάλι προς τα εμπρός. Το πίσω ντεραγιέρ ελέγχεται από τον δεξιό βελιέ ταχυτήτων, ενώ το

εμπρόσθιο από τον αριστερό.

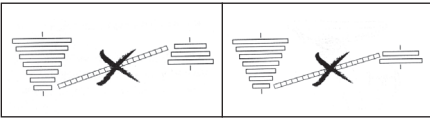
Ποτέ μην κινείτε τον λειβέ ταχυτήτων όταν χρησιμοποιείτε τα πεντάλι προς τα πίσω και ποτέ μην κινείτε τα πεντάλι προς τα πίσω ακριβώς μόλις αλληγάξετε ταχύτητα. Η αλυσίδα μπορεί να κολλήσει και να δημιουργήσει βλάβη στο ποδήλατο, αναγκάζοντάς σας να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε.

Ποτέ μην μετατοπίζετε ένα ντεραγιέρ προς το μεγαλύτερο ή το μικρότερο γρανάτζι, εάν το ντεραγιέρ δεν μετατοπίζεται ομαλά. Το ντεραγιέρ μπορεί να χρειάζεται ρύθμιση και η αλυσίδα να κολλήσει, αναγκάζοντάς σας να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε. Για να αποφύγετε την υπερβολική φθορά και τη μόνιμη βλάβη της αλυσίδας σας, προτείνουμε να αποφεύγετε τους ακόλουθους συνδυασμούς γραναζιών και δίσκων:

- Μεγαλύτερος δίσκος (εμπρός) – μεγαλύτερο γρανάτζι (πίσω).



- Μικρότερος δίσκος (εμπρός) – μικρότερο γρανάτζι (πίσω).



Εάν το ποδήλατό σας έχει σύστημα μετάδοσης κέντρου με εσωτερικές ταχύτητες, ο μηχανισμός αλλαγής ταχυτήτων θα αποτελείται από 3 ή 7 ή πιθανώς 8 ταχύτητες (εσωτερικά γρανάτζια στο κέντρο), έναν ή μερικές φορές δύο λειβιέδες ταχυτήτων, ένα ή δύο καλιώδια ελέγχου, ένα εμπρόσθιο γρανάτζι, που συνήθως καλείται και δίσκος και μία αλυσίδα.

Η αλλαγή ταχυτήτων με σύστημα κέντρου με εσωτερικά γρανάτζια είναι απλώς υπόθεση μετατόπισης του λειβιέ στην ενδεικνυόμενη θέση της επιθυμητής ταχύτητας. Αφού έχετε μετακινήσει τον λειβιέ στην ταχύτητα της επιλογής σας, μαλακώστε την πίεση στα πεντάλι για ένα έως δύο δευτερόλεπτα, ώστε να επιτρέψετε στο κέντρο να ολοκληρώσει την αλλαγή. Να ελέγχετε τακτικά την αλυσίδα σας ώστε να είναι καθαρή και να έχει τη σωστή λίπανση. Ζητήστε από εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων να ελέγξουν τη φθορά της αλυσίδας σας.

Ρύθμιση συστήματος μετάδοσης

Η αριθμητικά μικρότερη ταχύτητα («1») είναι κατάλληλη για αναβάσεις. Η αριθμητικά μεγαλύτερη ταχύτητα (ανάλογα με το ποδήλατο μπορεί να είναι η 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10 ή 11) είναι κατάλληλη για την επίτευξη υψηλότερων ταχυτήτων.

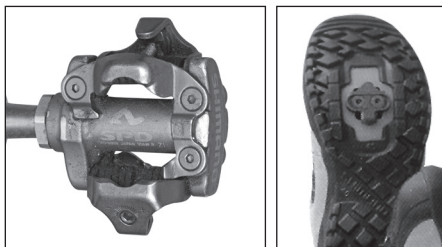
Δεν είναι απαραίτητο να αλλάξετε ταχύτητες με τη σειρά. Αντί για αυτό, βρείτε την «αρχική ταχύτητα» για τις συνθήκες που βρίσκεστε – δηλαδή μία ταχύτητα η οποία να είναι αρκετά δύσκολη για γρήγορη επιτάχυνση και ταυτοχρόνως αρκετά εύκολη ώστε να σας επιτρέψει να ξεκινήσετε από στάση χωρίς ιδιαίτερη προσπάθεια και ταλάντευση – και πειραματιστείτε ανεβάζοντας και κατεβάζοντας ταχύτητες, ώστε να αποκτήσετε αίσθηση των διαφορετικών ταχυτήτων. Αρχικά, ασκηθείτε στις αλλαγές σε μέρη όπου δεν υπάρχουν εμπόδια, κίνδυνοι ή άλλη κυκλοφορία, μέχρι να έχετε εμπιστοσύνη στις επιλογές σας. Μάθετε να προλαμβάνετε την ανάγκη για αλλαγή και αλλάξτε στη μικρότερη ταχύτητα, πριν η περιστροφή των πεντάλι γίνει πολύ δύσκολη. Εάν έχετε δυσκολίες με τις αλλαγές ταχυτήτων, μπορεί να οφείλονται στην ανάγκη μηχανικής ρύθμισης. Απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων για βοήθεια.

Πεντάλι

Μερικά πεντάλι έχουν αιχμηρές επιφάνειες, οι οποίες προσφέρουν καλύτερη πρόσφυση στα παπούτσια του αναβάτη, αυξάνοντας έτσι την ασφάλεια. Εάν το ποδήλατό σας έχει αυτόν τον τύπο υψηλής απόδοσης πεντάλι, πρέπει να προσέξετε ώστε να αποφύγετε ενδεχόμενο τραυματισμό από τις αιχμηρές επιφάνειες των πεντάλι. Βάσει του ύφους ή του επιπέδου οδήγησής σας μπορείτε να προτιμήσετε ένα απλούστερο σχέδιο πεντάλι. Ζητήστε από εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων βοήθεια και συμβουλές.

Μερικά ποδήλατα μπορεί να είναι εξοπλισμένα με πεντάλι που έχουν εγκοπές για τα δάκτυλα του ποδιού (toeclips ή καλιπιά) και ιμάντες. Με αυτόν τον τρόπο μπορούν να κρατηθούν τα πόδια σωστά τοποθετημένα και δεσμευμένα στα πεντάλι. Τα πεντάλι τύπου toeclip βοηθούν, ώστε να τοποθετείται η περιοχή του ποδιού που εφάπτεται στο πεντάλι, ακριβώς πάνω από τον άξονα του πεντάλι, μεγιστοποιώντας έτσι τη δύναμη που ασκείται. Όταν σφίγγονται οι ιμάντες, κρατούν το πόδι δεσμευμένο σε ολόκληρο τον κύκλο περιστροφής του πεντάλι. Το δέσιμο και το λύσιμο των ποδιών από αυτόν τον τύπο πεντάλι απαιτεί επιδεξιότητα που μπορεί να αποκτηθεί μόνο με εξάσκηση.

Τα πεντάλι τύπου clipless είναι ένας άλλος τρόπος να κρατηθούν τα πόδια με ασφάλεια στη σωστή θέση, εξασφαλίζοντας τη μέγιστη δύναμη στα πεντάλι. Υπάρχει μία τριγωνική πλάκα στα πέλματα των παπουτσιών που μοιάζει με σφήνα, η οποία «κουμπώνει» σε ένα εξάρτημα με συμπιεζόμενο ελατήριο που βρίσκεται στο πεντάλι.



Η σύνδεση και η αποσύνδεση των παπουτσιών στα πεντάλι γίνεται με μία συγκεκριμένη κίνηση, η οποία αυτοματοποιείται μετά από εξάσκηση. Τα πεντάλι αυτού του τύπου απαιτούν συμβατά παπούτσια και σφήνες με τη μάρκα και το μοντέλο των πεντάλι που χρησιμοποιείτε. Πολλά πεντάλι τύπου clipless είναι σχεδιασμένα, ώστε να επιτρέπουν στον αναβάτη να ρυθμίσει τη δύναμη που χρειάζεται κατά τη σύνδεση ή την αποσύνδεση του ποδιού. Ακολουθήστε τις οδηγίες του κατασκευαστή των πεντάλι ή ζητήστε από εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων να σας δείξει πως διενεργείται αυτή η ρύθμιση. Χρησιμοποιήστε την ευκολότερη ρύθμιση μέχρι η σύνδεση και η αποσύνδεση να καταστεί αντανακλαστική κίνηση, αλλά πάντα βεβαιωθείτε ότι υπάρχει ικανοποιητική τάση, η οποία αποτρέπει την τυχαία απειλευθέρωση των ποδιών σας από τα πεντάλι. Απαιτείται εξάσκηση για να μάθετε να συνδέετε και να αποσυνδέετε το πόδι σας ακίνδυνα. Μέχρι η σύνδεση και η αποσύνδεση του ποδιού να γίνεται αντανακλαστικά, απαιτείται συγκέντρωση που μερικές φορές μπορεί να αποσπάσει την προσοχή σας και να σας αναγκάσει να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε. Εξασκηθείτε σε μέρος όπου δεν υπάρχουν εμπόδια, κίνδυνοι ή κυκλοφορία και βεβαιωθείτε ότι ακολουθείτε τις οδηγίες εγκατάστασης και service του κατασκευαστή των πεντάλι. Εάν δεν έχετε τις οδηγίες του κατασκευαστή, απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων ή επικοινωνήστε με τον κατασκευαστή.

Τα δάκτυλα του ποδιού μπορεί να έρθουν σε επαφή με τον εμπρόσθιο τροχό του ποδηλάτου όταν ένα από τα πεντάλι βρίσκεται στην πλήρως εμπρόσθια θέση και το τιμόνι είναι αρκετά στραμμένο προς την αντίθετη

πλευρά από αυτή του πεντάλι. Αυτό συμβαίνει συχνά σε μικρού μεγέθους σκελετούς, ή σε αυτούς που έχουν εξαιρετικά συμπαγείς γεωμετρίες, και μπορεί να αποφευχθεί διατηρώντας το εσωτερικό πεντάλι προς τα πάνω και το εξωτερικό προς τα κάτω όταν στρίβετε σε κλειστές στροφές. Σε οποιοδήποτε ποδήλατο αυτή η τεχνική θα αποτρέψει επίσης το εσωτερικό πεντάλι να χτυπήσει στο έδαφος κατά τη στροφή. Αν χτυπήσουν τα δάκτυλα του ποδιού στον εμπρόσθιο τροχό μπορεί να σας αναγκάσει να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε. Ζητήστε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων να σας βοηθήσουν να καθορίσετε εάν ο συνδυασμός του μεγέθους του σκελετού με το μήκος του δισκοβραχίονα, τα πεντάλι και τα παπούτσια σας θα οδηγήσουν σε ένα τέτοιο αποτέλεσμα. Παρακαλούμε σημειώστε ότι ανεξάρτητα από το αν «βρίσκουν» τα δάκτυλα του ποδιού σας στον εμπρόσθιο τροχό, πρέπει πάντα να διατηρείτε στις κλειστές στροφές το εσωτερικό πεντάλι προς τα επάνω και το εξωτερικό πεντάλι προς τα κάτω.

Αναρτήσεις ποδηλάτων

Τα ρυθμιζόμενα ποδήλατα είναι εξοπλισμένα με συστήματα ανάρτησης. Υπάρχουν πολλοί και διαφορετικοί τύποι συστημάτων ανάρτησης. Οποιοδήποτε τύπου σύστημα ανάρτησης και αν έχει το ποδήλατό σας, βεβαιωθείτε ότι έχετε διαβάσει και ακολουθείτε τις οδηγίες εγκατάστασης και service του κατασκευαστή. Εάν δεν έχετε τις οδηγίες του κατασκευαστή, απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων ή επικοινωνήστε με τον κατασκευαστή. Η κακή συντήρηση, όπως επίσης ο εσφαλμένος έλεγχος και η κακή ρύθμιση του συστήματος ανάρτησης, μπορεί να οδηγήσουν στη δυσλειτουργία της ανάρτησης, αναγκάζοντάς σας να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε.

Οι αλλαγές στις ρυθμίσεις της ανάρτησης μπορεί να αλλάξουν τη χαρακτηριστικά χειρισμού και φρεναρίσματος του ποδηλάτου σας. Μην αλλάζετε τις ρυθμίσεις της ανάρτησής σας, εκτός και αν είστε πλήρως εξοικειωμένοι με τις οδηγίες και τις συστάσεις του κατασκευαστή του συστήματος ανάρτησης. Πάντα να ελέγχετε τις αλλαγές στα χαρακτηριστικά χειρισμού και φρεναρίσματος του ποδηλάτου μετά τη ρύθμιση της ανάρτησης, πραγματοποιώντας έναν προσεκτικό γύρο δοκιμής σε περιοχή χωρίς κινδύνους.

Η ανάρτηση μπορεί να βελτιώσει τον έλεγχο του ποδηλάτου και να αυξήσει την άνεση επιτρέποντας στους τροχούς να ακολουθούν καλύτερα το έδαφος. Αυτά τα χαρακτηριστικά σας δίνουν τη δυνατότητα να

οδηγείτε γρηγορότερα. Σε καμία περίπτωση δεν πρέπει όμως να συγχέετε αυτή τη δυνατότητα με τις ικανότητές σας ως αναβάτη. Η βελτίωση της ικανότητάς σας χρειάζεται χρόνο και εξάσκηση.

Ελαστικά και αεροθάλαμοι

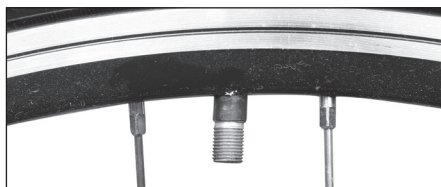
Το μέγεθος και η πίεση αναγράφονται στο πηλαϊνό τοίχωμα του ελαστικού του ποδηλάτου σας. Η πίεση του ελαστικού είναι το σημαντικότερο κομμάτι αυτών των πληροφοριών. Μην φουσκώσετε ποτέ τα ελαστικά σας πάνω από τη μέγιστη πίεση που αναγράφεται στο πηλαϊνό τοίχωμα. Η υπέρβαση της μέγιστης πίεσης μπορεί να εκτινάξει το ελαστικό από το στεφάνι του τροχού. Αυτό μπορεί να προκαλέσει ζημιά στο ποδήλατο, καθώς και τραυματισμό σε εσάς ή/ και τρίτους. Ο καλύτερος τρόπος για να φουσκώσετε τα ελαστικά σας είναι με τρόμπα ποδηλάτων, η οποία έχει ενσωματωμένο μετρητή πίεσης. Δεν συνίσταται για ποδήλατα η χρήση αεροσυμπιεστών ή σωλήνων παροχής αέρα που συνήθως χρησιμοποιούνται σε βενζινάδικα, διότι μπορεί να αυξήσουν γρήγορα την πίεση στους αεροθαλάμους με κίνδυνο να εκραγούν.

Συνήθως η ενδεικνυόμενη πίεση των ελαστικών αναγράφεται στο πηλαϊνό τοίχωμα του ελαστικού με κάποιο εύρος τιμών πίεσης. Το εύρος αυτό δίνεται διότι η απόδοση του ελαστικού σε διαφορετικούς τύπους εδαφών καθώς και καιρικών συνθηκών εξαρτάται από την πίεση τους. Φουσκώνοντας το ελαστικό κοντά στη μέγιστη πίεσή του ελαχιστοποιείται η αντίσταση κύλισης και λειτουργεί κατάλληλα σε ομαλό και στεγνό οδόστρωμα. Κοντά στην ελάχιστη επιτρεπόμενη πίεση το ελαστικό συμπεριφέρεται πολύ καλώς σε ομαλές και λείες επιφάνειες, όπως πυκνή λάσπη ή χαλαρές επιφάνειες με βόθους, όπως π.χ. η άμμος. Εάν η πίεση του ελαστικού είναι πολύ χαμηλή για το βάρος σας, αυξάνεται η πιθανότητα να ξεφουσκώσει τελείως το ελαστικό. Αυτό συμβαίνει όταν το ελαστικό παραμορφώνεται αρκετά, ώστε να εγκλωβίσει τον αεροθάλαμο μεταξύ του στεφανιού και του εδάφους. Σε αυτή την περίπτωση ο αεροθάλαμος θα τρυπήσει. Ένας κοινός, απλοποιημένος εμπειρικός κανόνας είναι να χρησιμοποιείτε υψηλότερη πίεση για βαρύτερους αναβάτες και ομαλότερες διαδρομές και χαμηλότερες πιέσεις για καλύτερη απορρόφηση των κραδασμών και σκληρότερες επιφάνειες.

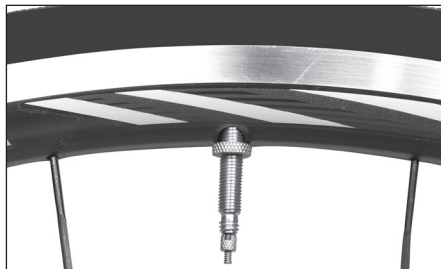
Μερικές φορές στο πηλαϊνό τοίχωμα του ελαστικού υπάρχει άλλη μία ένδειξη η οποία καθορίζει τη φορά περιστροφής. Αυτή η ένδειξη υπάρχει συνήθως σε υψηλής ποιότητας ελαστικά, των οποίων το πέδημα είναι σχεδιασμένο να λειτουργεί αποτελεσματικότερα

για μια κατεύθυνση. Βεβαιωθείτε ότι τα ελαστικά είναι πάντα τοποθετημένα σύμφωνα με την κατεύθυνση περιστροφής που φαίνεται στο πηλαϊνό τοίχωμά τους.

Τα περισσότερα ποδήλατα χρησιμοποιούν βαλβίδες για τους αεροθαλάμους τύπου Schraeder ή τύπου Presta. Η βαλβίδα τύπου Schraeder είναι αντίστοιχη της βαλβίδας αυτοκινήτων.



Για να φουσκώσετε τον αεροθάλαμο, πρέπει να αφαιρέσετε το καπάκι και να στερεώσετε την τρόμπα στην άκρη του λαϊμού της βαλβίδας. Για να αφαιρέσετε αέρα, πρέπει να πιέσετε την ακίδα στη μέση της βαλβίδας με ένα αιχμηρό αντικείμενο. Η βαλβίδα Presta είναι στενότερη.



Για να φουσκώσετε, αφαιρέστε το καπάκι, ξεβιδώστε το παξιμάδι ασφάλισης που βρίσκεται στον λαϊμό της βαλβίδας περιστρέφοντας με αντίθετη φορά από αυτή των δεικτών του ρολογιού και πιέστε κάτω προς τον λαϊμό της βαλβίδας, μέχρι να κινηθεί ελεύθερα. Τοποθετήστε την άκρη της τρόμπας στο κεφάλι της βαλβίδας και φουσκώστε. Για να αφαιρέσετε αέρα πρέπει να ξεβιδώσετε το παξιμάδι ασφάλισης και να πιέσετε το λαϊμό της βαλβίδας. Εάν η τρόμπα σας δεν έχει κεφάλι Presta, χρειάζεστε έναν προσαρμογέα, ο οποίος βιδώνει στη βαλβίδα Presta μόλις απελευθερώσετε το παξιμάδι ασφάλισης.

Παρακαλούμε θυμηθείτε ότι ένας επιδιορθωμένος αεροθάλαμος μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο για έκτακτη ανάγκη και αποτελεί προσωρινή επισκευή. Πρέπει πάντα να αντικαθιστάτε έναν επιδιορθωμένο αεροθάλαμο το συντομότερο δυνατόν με έναν καινούργιο. Ένας επιδιορθωμένος αεροθάλαμος μπορεί

να αστοχήσει, με συνέπεια να ξεφουσκώσει πλήρως το ελαστικό σας και να σας αναγκάσει να χάσετε τον έλεγχο και να πέσετε. Σε περίπτωση που «μεινέτε» από λάστικο, αφαιρέστε τον τροχό και ξεφουσκώστε τον εντελώς. Αποσυναρμολογήστε το ελαστικό από το στεφάνι χρησιμοποιώντας τους κατάλληλους μοχλούς ελαστικών και όχι π.χ. καταβίδια, σκεύη



κουζίνας κ.λπ. Αφαιρέστε τον αεροθάλαμο από το ελαστικό και αντικαταστήστε τον ή επισκευάστε τον. Φουσκώστε ελαφρώς τον αεροθάλαμο, ώστε να πάρει την καμπύλη μορφή του και επανατοποθετήστε τον στο ελαστικό. Περάστε τη βαθβίδα του αεροθαλάμου μέσω της τρύπας του στεφανιού και τοποθετήστε τη μία πλευρά του ελαστικού κατά μήκος του στεφανιού. Χρησιμοποιώντας τους ίδιους μοχλούς ελαστικών και κατά προτίμηση δύο από αυτούς, τοποθετήστε και την άλλη πλευρά του ελαστικού ξεκινώντας από την περιοχή της βαθβίδας, μετακινώντας ταυτόχρονα τα εργαλεία προς αντίθετες κατευθύνσεις. Ιδανικά, οι μοχλοί θα τελειώσουν τη διαδρομή τους τοποθετώντας την άκρη του ελαστικού μέσα στο στεφάνι στην αντίθετη πλευρά της βαθβίδας. Πιέστε τη βαθβίδα πίσω στο ελαστικό και τραβήξτε την προς έξω ώστε να «κάτσει» στο στεφάνι σωστά.



Βεβαιωθείτε ότι ο αεροθάλαμος δεν είναι εγκλωβισμένος κάτω από τις άκρες του ελαστικού. Φουσκώστε τον αεροθάλαμο στην κατάλληλη πίεση και κλείστε το καπάκι της βαθβίδας. Σε περίπτωση ελαστικών με συρμάτινες άκρες, είναι αρκετά δύσκολο να επανατοποθετηθεί το ελαστικό στο στεφάνι. Να

είστε προσεκτικοί ώστε να μην πληγώσετε τα δάχτυλα ή/και τα χέρια σας. Εγκαταστήστε τον τροχό πίσω στον σκελετό/πιρούνι και θυμηθείτε να κλείσετε κατάλληλα τον μηχανισμό γρήγορης απελευθέρωσης του φρένου. Σε περίπτωση τροχών/στεφανιών και ελαστικών χωρίς αεροθάλαμο, παρακαλούμε διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες του κατασκευαστή για την πίεση του αέρα και τις επισκευές των ελαστικών.

SERVICE ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ

Όπως οποιαδήποτε μηχανική συσκευή, έτσι και ένα ποδήλατο και τα εξαρτήματά του υπόκεινται σε φθορά και καταπόνηση. Τα διαφορετικά υλικά και οι μηχανισμοί φθείρονται και καταπονούνται από τάσεις σε διαφορετικά επίπεδα, ενώ έχουν διαφορετική διάρκεια ζωής. Εάν η διάρκεια ζωής ενός εξαρτήματος ξεπεραστεί, τότε μπορεί ξαφνικά να αστοχήσει, προκαλώντας απώλεια ελέγχου και πτώση. Οι γρατσουνιές, οι ρωγμές, το ξέφτισμα και ο αποχρωματισμός είναι σημάδια καταπόνησης, όπως επίσης και ενδείξεις ότι κάποιο τμήμα είναι στο τέλος της ωφέλιμης ζωής του και χρειάζεται αντικατάσταση. Παρά το ότι τα υλικά και η εργασία του ποδηλάτου σας, ή των επιμέρους εξαρτημάτων του συνήθως καλύπτονται από την εγγύηση του κατασκευαστή για ορισμένη χρονική περίοδο, η διάρκεια ζωής του ποδηλάτου σας δεν είναι αναγκαστικά η ίδια. Η ζωή ενός ποδηλάτου σχετίζεται συχνά με παράγοντες όπως το είδος της οδήγησης, ο τρόπος μεταχείρισης του ποδηλάτου κλπ. Η εγγύηση του ποδηλάτου δεν σημαίνει ότι το ποδήλατο δεν μπορεί να σπάσει ή ότι θα διαρκέσει για πάντα. Σημαίνει μόνο ότι το ποδήλατο καλύπτεται από εγγύηση υπό συγκεκριμένους όρους.

Η ραγδαία τεχνολογική ανάπτυξη των τελευταίων 20 ετών έχει μετατρέψει τα ποδήλατα σε πολυπλοκά τεχνολογικά προϊόντα. Εξαιτίας αυτού του γεγονότος το service του ποδηλάτου απαιτεί ειδικά εργαλεία, τεχνογνωσία και μεγάλη εμπειρία. Δεν είναι δυνατόν να συμπεριληφθούν σε αυτό το εγχειρίδιο χρήστη όλες οι απαραίτητες πληροφορίες και η γνώση που

απαιτείται για να επισκευαστεί κατάλληλα ή ακόμα και για να συντηρηθεί πλήρως ένα ποδήλατο. Αυτό το εγχειρίδιο περιορίζεται μόνο στις απολύτως απαραίτητες συμβουλές που πρέπει να ακολουθείτε για την καθημερινή χρήση του ποδηλάτου σας. Οι πλήρεις περιοδικοί έλεγχοι και η συντήρηση, καθώς επίσης και η προετοιμασία του ποδηλάτου σας για ειδικές καταστάσεις (π.χ. αγώνες), είναι υψίστης σημασίας να πραγματοποιούνται σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων. Επίσης, σας συμβουλεύουμε να συμμετέχετε στην τυπική διαδικασία συντήρησης στο εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων όπου απευθύνεστε, ώστε να την προσαρμόσετε στο δικό σας ύψος οδήγησης, καθώς και στη γεωγραφική περιοχή στην οποία συνήθως χρησιμοποιείτε το ποδήλατό σας. Με αυτόν τον τρόπο ο κίνδυνος ατυχημάτων και πιθανών τραυματισμών θα ελαχιστοποιηθεί.

Να θυμάστε πάντα ότι στις περισσότερες περιπτώσεις απαιτούνται εξειδικευμένη γνώση και ειδικά εργαλεία για να γίνουν οι οποιοσδήποτε επεμβάσεις στο ποδήλατό σας. Μην ξεκινήσετε καμία ρύθμιση στο ποδήλατό σας μέχρι να σας υποδείξουν τη σχετική διαδικασία σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων. Μία ακατάλληλη ρύθμιση μπορεί να οδηγήσει σε ζημιά στο ποδήλατο ή απώλεια ελέγχου και πτώση.

Εάν θέλετε να μάθετε να κάνετε service και επιδιορθωτικές εργασίες στο ποδήλατό σας, παρακαλούμε απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων και βεβαιωθείτε ότι έχετε καταλάβει τις ικανότητες που απαιτούνται, καθώς και τους σχετικούς κινδύνους.

Για την αγορά ανταλλακτικών σας συστήνουμε να επισκεφτείτε το κατάστημα πώλησης του ποδηλάτου σας και να ψάξετε για γνήσια εξαρτήματα, κατά προτίμηση του ίδιου ή ανώτερου επιπέδου από αυτά που αρχικά είχατε στο ποδήλατό σας. Σε περίπτωση που επιθυμείτε να διαφοροποιηθείτε, να συμβουλευέστε πάντα εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων. Η εταιρεία δεν είναι υπεύθυνη για ζημιές που προκαλούνται εξαιτίας της χρήσης μη γνήσιων εξαρτημάτων ή μη συμβατών εξαρτημάτων ή γενικά εξαρτημάτων που δεν εγκρίνονται από τα εξειδικευμένα καταστήματα ποδηλάτων.

Τα γνήσια εξαρτήματα είναι εξαιρετικής σημασίας για την ασφάλειά σας όταν αφορούν το σκελετό, το πιρούνι, τα φρένα, τα ελαστικά, τους αεροθαλάμους, το τιμόνι, το λαβό τιμονιού και το σύστημα μετάδοσης. Ποτέ μην χρησιμοποιείτε ακατάλληλα εργαλεία για την επιδιόρθωση ή τη συναρμολόγηση των φρένων, του λαβμού σέλλας, του τιμονιού και του λαβμού τιμονιού.

ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ

Η σωστή λειτουργία και η καλή εμφάνιση του ποδηλάτου σας μπορεί να διασφαλιστεί μόνο εάν πραγματοποιείται περιοδικά η βασική φροντίδα στο ποδήλατό σας. Αυτή διατηρεί την αξία του ποδηλάτου και εμποδίζει τη διάβρωσή του ή την εμφάνιση άλλων συνθησιασμένων ζημιών που οφείλονται στο πέρασμα του χρόνου. Μερικές χρήσιμες συμβουλές για τη φροντίδα του ποδηλάτου σας είναι οι εξής:

- Να πλένετε με νερό, να καθαρίζετε με μαλακή βούρτσα και να σκουπίζετε με μαλακή πετσέτα. Μην χρησιμοποιείτε νερό με υψηλή πίεση διότι μπορεί να βλάψει τα ρουλεμάν, το χρώμα και τα αυτοκόλλητα.
- Μην χρησιμοποιείτε επιθετικά καθαριστικά και άλλα πρόσθετα. Τα αποτελέσματα θα μοιάζουν με αυτά της χρήσης νερού υψηλής πίεσης αλλά θα είναι σε πολύ χειρότερο βαθμό.
- Επισκευάστε αμέσως ζημιές στο χρώμα πριν αρχίσει η διάβρωση.
- Χρησιμοποιήστε γράσο ή λάδι σε όλα τα μεταλλικά τμήματα και ιδιαίτερα κατά τη διάρκεια της χειμερινής χρήσης.
- Παρακαλούμε εντοπίστε και χρησιμοποιήστε φιλικά προς το περιβάλλον και βιοδιασπώμενα καθαριστικά ποδηλάτου, καθώς και ουσίες που απομακρύνουν το γράσο. Ψάξτε για τέτοια υλικά σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.

ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ, ΕΛΕΓΧΟΣ & SERVICE

Σε ετήσια τουλάχιστον βάση πρέπει να γίνονται οι ακόλουθοι έλεγχοι και ενέργειες από επαγγελματία μηχανικό ποδηλάτων σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων:

- Έλεγχος φθοράς και τάσης αλυσίδας, καθαρισμός αλυσίδας και λίπανση. Η αλυσίδα του ποδηλάτου δεν πρέπει να έχει υπερβολική ποσότητα γράσου. Αντικαταστήστε αν είναι απαραίτητο.
- Έλεγχος στα ποτήρια πιρουνιού και τη μεσαία τριβή για «παίξιμο». Αντικαταστήστε αν είναι απαραίτητο.
- Έλεγχος στα ρουλεμάν των πεντάλι για «παίξιμο». Αντικαταστήστε αν είναι απαραίτητο.
- Έλεγχος στα ντεργιέρ για την κατάλληλη λειτουργία. Ρυθμίστε και καθαρίστε αν είναι απαραίτητο.

- Έλεγχος στο τιμόνι και τον λαιμό τιμονιού για ορατές ζημιές. Αντικαταστήστε αν είναι απαραίτητο. Σφίξτε ξανά όλες τις βίδες ακολουθώντας τις συνιστώμενες τιμές ροής.
- Έλεγχος σε όλο το σύστημα φρένων για άριστη λειτουργία. Αντικαταστήστε τα ελαττωματικά ή φθαρμένα μέρη, όπως τα παπουτσάκια φρένων ή τα καλωδία φρένων, καθώς και τα εσωτερικά συμπυκνωσάκια. Ελέγξτε για αέρα στα υδραυλικά συστήματα φρένων. Συμπληρώστε με κατάλληλο λάδι αν είναι απαραίτητο.
- Έλεγχος στους τροχούς. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή στη φθορά των στεφανιών, των ελαστικών και των αεροθαλάμων. Αντικαταστήστε αν είναι απαραίτητο και τοποθετήστε τον τροχό με ακρίβεια πριν οδηγηθεί ξανά το ποδήλατο. Ελέγξτε τους άξονες των κέντρων για «παίξιμο» και λίπανση.
- Έλεγχος της πίεσης του αέρα στους αεροθαλάμους αηλά και της γενικότερης κατάστασης των τοιχωμάτων και των πεημάτων των ελαστικών.
- Έλεγχος σε όλο το σύστημα φωτισμού. Αντικαταστήστε την καλωδίωση αν έχει ζημιά ή είναι τσακισμένη.
- Έλεγχος στο κουδούνι του ποδηλάτου.
- Έλεγχος των χειρολαβών για κατάλληλη στήριξη στο τιμόνι. Αντικαταστήστε αν είναι φθαρμένες.
- Έλεγχος στην εμπρόσθια ανάρτηση για άριστη λειτουργία και «παίξιμο» στα κουζινέτα.
- Έλεγχος στην οπίσθια ανάρτηση για άριστη λειτουργία και σωστό σφίξιμο όλων των βιδών σύμφωνα με τις συνιστώμενες τιμές ροής του κατασκευαστή.
- Έλεγχος στον σκελετό και στο πιρούνι (εάν είναι χωρίς ανάρτηση) για την άριστη κατάστασή τους. Αντικαταστήστε αν κάτι είναι ή φαίνεται προβληματικό.

Σε **μνιαιία** βάση, πραγματοποιείτε τους ακόλουθους ελέγχους:

- Καθαρίστε, λιπάνετε και ρυθμίστε εάν είναι απαραίτητο το εμπρόσθιο και οπίσθιο ντεραγιέρ.
- Καθαρίστε, λιπάνετε και σφίξτε εάν είναι απαραίτητο τα ποτήρια πιρουνιού.
- Καθαρίστε, γρασάρετε και αντικαταστήστε εάν είναι απαραίτητο τα καλωδία των φρένων και ταχυτήτων.

Σας συμβουλεύουμε να πραγματοποιήσετε αυτούς τους ελέγχους σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων. Εάν μετά τους παραπάνω ελέγχους αισθανέστε

ότι κάτι γίνεται εσφαλμένα ή βλέπετε/ακούτε κάτι που δεν το ξέρετε ή δεν σας αρέσει, παρακαλούμε επικοινωνήστε αμέσως με εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.

Κάθε 3 έως 5 ώρες οδήγησης, έχοντας υπόψη τη δυσκολία της οδήγησης, παρακαλούμε πραγματοποιείτε τους ακόλουθους ελέγχους:

- Ελέγξτε τον σκελετό, ειδικά στις περιοχές γύρω από τις συγκολλήσεις των σωλήνων, του τιμονιού, του λαιμού τιμονιού και σέλλας για βαθιές γρατσουνιές, αποχρωματισμό ή ρωγμές. Αυτά είναι σημάδια καταπόνησης και δείχνουν ότι κάποιο τμήμα ή εξάρτημα είναι στο τέλος της ωφέλιμης ζωής του. Μην οδηγήσετε το ποδήλατό σας μέχρι αυτά τα τμήματα να αντικατασταθούν σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.
- Ανυψώστε τον εμπρόσθιο τροχό από το έδαφος σε απόσταση από 5 έως 8 cm και στη συνέχεια αφήστε τον να αναπηδήσει στο έδαφος. Εάν ακούσετε, αισθανθείτε ή δείτε κάτι χαλαρό, προσπαθήστε να το σφίξετε. Εάν δεν είστε βέβαιοι, μην οδηγήσετε το ποδήλατο και επισκεφτείτε το πλησιέστερο εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.
- Κρατήστε τον εμπρόσθιο τροχό σταθερά μεταξύ των γονάτων σας και κουνήστε έντονα το ποδήλατο εμπρός – πίσω. Θα πρέπει να αισθανέστε ότι όλα είναι σταθερά στερεωμένα. Εάν αισθανθείτε κάποιο «παίξιμο» σε κάθε μετακίνηση, πιθανόν να είναι χαλαρά τα ποτήρια πιρουνιού. Μην οδηγήσετε το ποδήλατο. Απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων για να ελέγξουν τα ποτήρια πιρουνιού του ποδηλάτου σας.
- Ανυψώστε τον εμπρόσθιο τροχό από το έδαφος και στρίψτε απότομα δεξιά-αριστερά. Εάν αισθανέστε τραχύτητα στο στρίψιμο, πιθανώς τα ποτήρια πιρουνιού να είναι υπερβολικά σφιγμένα. Μην οδηγήσετε το ποδήλατο. Απευθυνθείτε στο πλησιέστερο εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων για να ελέγξουν τα ποτήρια πιρουνιού του ποδηλάτου σας.
- Κρατήστε σφικτά κάθε πεντάλη και ταρακουνήστε μέσα-έξω και πάνω-κάτω. Εάν αισθανέστε κάτι χαλαρό, μην οδηγήσετε το ποδήλατό σας. Απευθυνθείτε στο πλησιέστερο κατάστημα ποδηλάτων να ελέγξει τα πεντάλη, τον δισκοβραχίονα και τη μεσαία τριβή.
- Ελέγξτε τον αέρα των ελαστικών τοποθετώντας το ένα χέρι στη σέλλα και το άλλο στην τομή του τιμονιού με τον λαιμό. Αναπηδήστε με το βάρος σας στο ποδήλατο, εξετάζοντας την παραμόρφωση των ελαστικών. Συγκρίνετε με το πώς σας φαίνεται όταν

ξέρετε ότι τα ελαστικά είναι φουσκωμένα κατάλληλα. Φουσκώστε εάν είναι απαραίτητο. Δείτε στις πλευρές των ελαστικών τις συνιστώμενες πιέσεις.

- Περιστρέψτε κάθε τροχό αργά και ψάξτε για κοιμήματα στο πέδημα και στις πλευρές των ελαστικών. Αντικαταστήστε τα ελαττωματικά ελαστικά πριν οδηγήσετε το ποδήλατο.
- Περιστρέψτε κάθε τροχό και ελέγξτε αν υπάρχει κενό μεταξύ των φρένων και του στεφανιού, καθώς και αν ο τροχός είναι ζυγοσταθμισμένος. Εάν ο τροχός δεν είναι ζυγοσταθμισμένος ή κτυπάει στα παπουτσάκια των φρένων, επισκεφθείτε ένα εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων. Μην προσπαθήσετε να επισκευάσετε τον τροχό παρά μόνο αν είστε απολύτως βέβαιοι ότι ξέρετε τι κάνετε και έχετε τα απαραίτητα εργαλεία να το κάνετε σωστά.
- Ελέγξτε ότι και οι δύο τροχοί είναι ευθυγράμμοι και κατάλληλα ασφαλισμένοι στις υποδοχές του ποδηλάτου. Τα παξιμάδια των τροχών πρέπει να είναι κατάλληλα σφιγμένα.
- Συμπίεστε τις ακτίνες κάθε τροχού ανά ζευγάρι και στις δύο πλευρές του τροχού χρησιμοποιώντας τον αντίχειρα και τον δείκτη του χεριού σας.



Όλα τα ζευγάρια πρέπει να τα αισθάνεστε το ίδιο σφιχτά. Αν δεν τα αισθάνεστε το ίδιο σφιχτά, πρέπει να απευθυνθείτε σε ένα κατάστημα ποδηλάτων όπου θα ελέγξουν τις τάσεις στους τροχούς, καθώς και τη ζυγοστάθμισή τους. Μην οδηγήσετε το ποδήλατό σας μέχρι τότε.

- Έλξτε τις μανέτες των φρένων. Τα παπουτσάκια των φρένων πρέπει να αγγίζουν το στεφάνι μέσα σε 2cm κίνησης της μανέτας. Η πλήρης δύναμη φρεναρίσματος πρέπει να εφαρμόζεται χωρίς η μανέτα του φρένου να αγγίζει το τιμόνι. Εάν δεν συμβαίνει αυτό, τα φρένα χρειάζονται ρύθμιση. Μην οδηγείτε το ποδήλατο μέχρι κάποιος καταρτισμένος τεχνικός να ρυθμίσει τα φρένα.

- Εάν το ποδήλατό σας έχει φρένο κόντρας ή αθλητικό τύπου coaster, βεβαιωθείτε ότι ο βραχιόνιος στήριξής του στον σκελετό είναι με ασφάλεια στερεωμένος στον κάτω σωλήνα του οπίσθιου τριγώνου. Εάν ο βραχιόνιος, ή η στήριξη του είναι χαλαρή, μην οδηγήσετε το ποδήλατο, έως ότου τεχνικός σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων εξασφαλίσει τη σωστή στήριξη του.
- Λειτουργείστε και τα δύο φρένα μία ή δύο φορές. Οπτικά ελέγξτε τα καλώδια των φρένων και βεβαιωθείτε ότι η κίνηση των μανετών των φρένων ανταποκρίνεται άμεσα στους βραχιόνιους των φρένων. Αν δεν συμβαίνει αυτό, μην οδηγήσετε το ποδήλατο μέχρι ένας καταρτισμένος τεχνικός ποδηλάτων να ρυθμίσει τα καλώδια των φρένων.
- Ελέγξτε τα συρματόσχοινα των φρένων και των ταχυτήτων καθώς και τα πλαστικά καλύμμάτά τους. Εάν παρατηρήτε σκουριά, τσακίσματα ή ξέφτισμα, απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων για αντικατάσταση.
- Ελέγξτε αν η μύτη της σέλας και ο λαβός τιμονιού είναι ευθυγραμμισμένα με τον επάνω σωλήνα του σκελετού και είναι τόσο σφιγμένα, ώστε να μην μπορείτε να τα περιστρέψετε.
- Εάν οι χειρολαβές του τιμονιού δεν είναι σε καλή κατάσταση ή δεν είναι αρκετά σφιχτές πάνω στο τιμόνι, αντικαταστήστε με καινούριες.

Πριν αρχίσετε να χρησιμοποιείτε το ποδήλατό σας σε **καθημερινή** βάση, παρακαλούμε διαβάστε το κεφάλαιο **ΕΛΕΓΧΟΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ** στη σελίδα 10 και πραγματοποιήστε τους απλούς ελέγχους που αναφέρονται εκεί, μειώνοντας έτσι τον κίνδυνο ατυχήματος και τραυματισμού.

ΕΓΓΥΗΣΗ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ

Για την καλύτερη και ταχύτερη εξυπηρέτησή σας, παρακαλούμε συμπληρώστε τη φόρμα/κάρτα εγγύησης της εταιρείας στη σελίδα 37. Η εγγύηση αυτή καλύπτει την αντικατάσταση του σκελετού για τυχόν κατασκευαστικό ελάττωμα ή ελάττωμα στα υλικά κατασκευής. Το ελάττωμα πρέπει να διαπιστωθεί από το εξειδικευμένο κατάστημα πώλησης του ποδηλάτου εντός του χρονικού διαστήματος ισχύος της εγγύησης, το οποίο ξεκινάει από την αρχική ημερομηνία αγοράς του και διαρκεί 3 (τρία) έτη για το πηλίσιο. Για όλα τα υπόλοιπα κατασκευαστικά μέρη ισχύει εγγύηση διάρκειας 2 (δύο) ετών από την ημερομηνία αγοράς, η οποία καλύπτει περιπτώσεις αστοχίας υλικού και κατασκευαστικά σφάλματα.

Η παρούσα εγγύηση ισχύει μόνο για τον αρχικό αγοραστή καινούργιου ποδηλάτου και πρέπει να συνοδεύεται από την απόδειξη αγοράς. Αρχικά, η εγγύηση αυτή ενεργοποιείται από το εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων από το οποίο προμηθευτήκατε το ποδήλατό σας.

Οι προαναφερθείσες προθεσμίες εγγύησης χορηγούνται υπό την προϋπόθεση ότι πραγματοποιείται service στο ποδήλατο σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων τουλάχιστον μία φορά το χρόνο και σύμφωνα με τις απαιτήσεις συντήρησης που αναφέρονται στο παρόν χειρίδιο.

Για αυτόν τον λόγο στο τέλος του χειριδίου και ακριβώς πριν από την κάρτα/φόρμα εγγύησης παρατίθεται ένα πενταετές σχέδιο συντήρησης και service για το ποδήλατό σας. Στο εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων όπου θα απευθυνθείτε για το service πρέπει να επιβεβαιώσουν το ετήσιο service με υπογραφή και σφραγίδα. Σε περίπτωση που κρατήσετε το ποδήλατό σας για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα, παρακαλούμε φωτοτυπήστε την 5η σελίδα, πριν τη συμπληρώσετε και προσθέστε όσες επιπλέον σελίδες είναι απαραίτητες.

Οι δαπάνες για τη συντήρηση και το service καλύπτονται από τον ιδιοκτήτη του ποδηλάτου. Σε περίπτωση ενεργοποίησης της εγγύησης, η απόφαση να επισκευαστεί ή να αντικατασταθεί το ελαττωματικό τμήμα εξαρτάται από την εταιρεία. Μην ελαττωματικά τμήματα θα αντικατασταθούν με χρέωση του ιδιοκτήτη του ποδηλάτου.

Στο τέλος αυτού του χειριδίου υπάρχει η κάρτα/φόρμα εγγύησης, η οποία πρέπει να συμπληρωθεί και να υπογραφεί από τον πελάτη. Ένα αντίγραφο αυτής της φόρμας πρέπει να παραμείνει στο κατάστημα

πώλησης με την αποδοχή και υπογραφή του πελάτη. Απαραίτητη προϋπόθεση για την ενεργοποίηση της εγγύησης είναι η επίδειξη αυτής της φόρμας και του παραστατικού πώλησης μαζί με το ελαττωματικό προϊόν. Σε διαφορετική περίπτωση δεν χορηγείται η εγγύηση.

ΕΞΑΙΡΕΣΕΙΣ

Η τυπική φθορά λόγω χρήσης δεν καλύπτεται από την εγγύηση. Παρακαλούμε διαβάστε το επόμενο κεφάλαιο για την καλύτερη πληροφόρησή σας σχετικά με τα τμήματα του ποδηλάτου που εμπίπτουν σε αυτήν την κατηγορία.

Η εταιρεία δεν δεσμεύεται να αποκαταστήσει περιπτώσεις στις οποίες το ποδήλατο ή/και τα εξαρτήματά του έχουν υποστεί κακή χρήση, αμελή συντήρηση, βλάβη/φθορά από ατύχημα, ακατάλληλη συναρμολόγηση ή/και συντήρηση από μη εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων. Η χρήση εξαρτημάτων ή/και συσκευών μη συμβατών με την κατά προορισμό χρήση του ποδηλάτου όπως αρχικά πωλείται, καθώς επίσης και βλάβες που δημιουργήθηκαν από τη χρήση μη γνήσιων ανταλλακτικών που δεν εγκρίθηκαν από εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων, δεν καλύπτονται από την παρούσα εγγύηση.

Η παρούσα εγγύηση δεν ισχύει εάν το ποδήλατο μετατραπεί από την αρχική του μορφή, εάν δεν τηρηθεί οποιαδήποτε από τις οδηγίες του παρόντος χειριδίου, ή εάν το ποδήλατο χρησιμοποιηθεί για ακραίες δραστηριότητες, όπως ενδεικτικά είναι η χρήση στα πηλίσια αγωνιστικών δραστηριοτήτων (π.χ. αγώνες ταχύτητας, αγώνες δεξιοτήτων, αγώνες αθμάτων) και άλλες παρόμοιες δραστηριότητες.

Η εταιρεία χορηγεί την παρούσα περιορισμένη εγγύηση κατά τη διακριτική της ευχέρεια και αποκλειστικά υπό τους όρους που αναγράφονται στο παρόν έγγραφο. Αυτή η εγγύηση δεν επηρεάζει τα δικαιώματα που έχει ο πελάτης εκ του νόμου.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Όπως οποιαδήποτε μηχανική συσκευή, έτσι και ένα ποδήλατο και τα εξαρτήματά του υπόκεινται σε φθορά και καταπόνηση. Τα διαφορετικά υλικά και οι μηχανισμοί του ποδηλάτου φθείρονται και καταπονούνται από τάσεις σε διαφορετικά επίπεδα, ενώ έχουν και διαφορετική διάρκεια ζωής. Εάν η διάρκεια ζωής ενός εξαρτήματος ξεπεραστεί, τότε μπορεί ξαφνικά και καταστροφικά να αστοχήσει, προκαλώντας ακόμα και σοβαρό τραυματισμό στον αναβάτη.

Οι επεμβάσεις στο ποδήλατο απαιτούν εξειδικευμένη εκπαίδευση, καθώς και εργαλεία, ικανότητες και γνώσεις. Μην ξεκινήσετε οποιαδήποτε επέμβαση ή ρύθμιση στο ποδήλατό σας, αν δεν είστε σίγουροι ότι μπορείτε να την ολοκληρώσετε κατάλληλα. Μία εσφαλμένη ρύθμιση ή άστοχη επέμβαση είναι πιθανόν να οδηγήσει σε ζημιά στο ποδήλατο ή ακόμα και σε ατύχημα και σοβαρό τραυματισμό.

Όπως σε όλα τα αθλήματα, έτσι και στην ποδηλασία υπάρχει κίνδυνος ατυχήματος. Επιλέγοντας να οδηγήσετε ένα ποδήλατο αναλαμβάνετε την ευθύνη ενός τέτοιου κινδύνου. Για αυτό θα πρέπει να γνωρίζετε και να εφαρμόζετε με επιμέλεια τους κανόνες ασφαλείας και υπεύθυνος οδήγησης.

ΠΡΟΣΟΧΗ

Για να εξασφαλίσετε την ασφαλή και ομαλή οδήγηση του ποδηλάτου σας, απαιτείται σε κάποια συγκεκριμένα τμήματά του, όπως τα πιρούνια με ανάρτηση και τα οπίσθια αμορτισέρ, να γίνονται περιοδικοί έλεγχοι, παράλληλα με τον έλεγχο και τη συντήρηση σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή που συνοδεύουν το προϊόν. Για τις ενέργειες αυτές, παρακαλούμε επικοινωνήστε με κάποιο εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων.

Ο έλεγχος και το service του ποδηλάτου σύμφωνα με τις περιγραφόμενες στο παρόν οδηγίες του κατασκευαστή είναι απολύτως απαραίτητα για την ασφαλή και ευχάριστη ποδηλασία.

Σε περίπτωση που, παρά τις συστάσεις και οδηγίες του κατασκευαστή, ο ιδιοκτήτης/ χρήστης του ποδηλάτου δεν προβαίνει σε τακτικό έλεγχο και service, υπάρχει κίνδυνος σοβαρού ατυχήματος, για το οποίο ο κατασκευαστής δεν φέρει καμία ευθύνη.

ΤΜΗΜΑΤΑ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ ΠΟΥ ΕΠΙΔΕΧΟΝΤΑΙ ΦΘΟΡΕΣ ΛΟΓΩ ΧΡΗΣΗΣ

Τα μέρη του ποδηλάτου που επιδέχονται φθορά λόγω χρήσης δεν καλύπτονται από οποιαδήποτε εγγύηση.

Στα συνήθη τμήματα και εξαρτήματα του ποδηλάτου που επιδέχονται εξορισμού φθορά λόγω χρήσης περιλαμβάνονται τα ελαστικά, οι αεροθάλαμοι, οι σέλες,

τα παπουτσάκια των φρένων, οι δίσκοι του δισκοβραχίονα, οι τροχαλίες του οπίσθιου ντεργκιέ, τα στεφάνια, οι χειρολαβές του τιμονιού, τα αντανακλαστικά και τα συστήματα φωτισμού. Ο ρυθμός φθοράς των παραπάνω εξαρτάται από παραμέτρους όπως η συντήρηση και η φροντίδα του ποδηλάτου, το ύψος και οι συνθήκες οδήγησης, ο συνδυασμός των οποίων προσδιορίζει τον χρόνο κατά τον οποίο τα παραπάνω εξαρτήματα θα αρχίσουν προοδευτικά να λειτουργούν λιγότερο αποτελεσματικά σε σχέση με την αρχική τους άριστη συμπεριφορά. Είναι υψίστης σημασίας αυτά τα εξαρτήματα να αντικαθίστανται αμέσως όταν η φθορά λόγω χρήσης γίνεται αντιληπτή.

Επίσης, η φθορά λόγω χρήσης επέρχεται όταν το ποδήλατό σας επιδέχεται σύγκρουση. Σε μια τέτοια περίπτωση, καταρχήν ελέγξτε αν έχετε τραυματιστεί και φροντίστε πιθανούς τραυματισμούς, αναζητώντας ιατρική βοήθεια εάν είναι απαραίτητο. Στη συνέχεια ελέγξτε το ποδήλατό σας για ζημιές. Μετά από οποιαδήποτε σύγκρουση απευθυνθείτε σε εξειδικευμένο κατάστημα ποδηλάτων για λεπτομερή έλεγχο του ποδηλάτου. Μία σύγκρουση ή χτύπημα μπορεί να προκαλέσει σημαντική καταπόνηση, καθώς και πρώιμη κόπωση στα εξαρτήματα του ποδηλάτου. Σε μια τέτοια κατάσταση εξαρτήματα που επιδέχονται επιπλέον καταπόνηση μπορεί να αστοχήσουν ξαφνικά και καταστροφικά προκαλώντας απώλεια ελέγχου και πτώση.

Τίποτα δεν διαρκεί για πάντα, συμπεριλαμβανομένου του ποδηλάτου σας. Όταν η διάρκεια ζωής του ποδηλάτου σας ή των επιμέρους τμημάτων του τελειώσει, τότε η χρήση του είναι ενδεχομένως επικίνδυνη. Κάθε ποδήλατο καθώς και τα εξαρτήματά του έχουν πεπερασμένη και περιορισμένη διάρκεια ζωής. Η διάρκεια της ποικίλει ανάλογα με την κατασκευή και τα υλικά που χρησιμοποιούνται στον σκελετό και στα εξαρτήματα του ποδηλάτου, ανάλογα με τη συντήρηση και τη φροντίδα τους σε όλη τη διάρκεια ζωής τους, καθώς επίσης και ανάλογα με τον τρόπο και τη συχνότητα χρήσης στην οποία υποβάλλονται. Η αγωνιστική οδήγηση, η οδήγηση δεξιτεχνίας και τεχνισμάτων, η οδήγηση σε κεκλιμένες ράμπες, η οδήγηση με άμματα, η επιθετική οδήγηση, η οδήγηση σε πολύ δύσκολα εδάφη, η οδήγηση σε πολύ ζεστές ή κρύες καιρικές συνθήκες, η οδήγηση με πολύ βάρια φορτία ή στα πλαίσια εμπορικών δραστηριοτήτων, καθώς και άλλοι τύποι μη συνηθισμένων ή ενδεδεδιγμένων οδήγησης, ενδέχεται να μειώσουν δραστικά τη ζωή του σκελετού και των εξαρτημάτων του. Οποιαδήποτε από τις παραπάνω συνθήκες, ή ένας συνδυασμός τους, μπορεί να οδηγήσει σε απρόβλεπτη αστοχία. Σε

παρόμοιες συνθήκες οδήγησης τα ελαφρύτερα ποδηλάτα και τα εξαρτήματά τους έχουν συνήθως πιο σύντομη διάρκεια ζωής από τα βαρύτερα. Η επιλογή ενός ελαφρύτερου ποδηλάτου (ή/και των εξαρτημάτων του) εξαιτίας της μόδας, είναι ένας συμβιβασμός μεταξύ μειωμένου βάρους (άρα και υψηλότερης απόδοσης) και μικρότερης διάρκειας ζωής. Έτσι, επιλέγοντας ελαφρύ και υψηλής απόδοσης εξοπλισμό, θα πρέπει να τον ελέγχετε συχνότερα.

Τα μέταλλα υπόκεινται σε κόπωση και μετά από αρκετούς κύκλους χρήσης με αρκετά υψηλά φορτία ενδέχεται να αναπτύξουν ρωγμές. Η κόπωση είναι ο όρος που χρησιμοποιείται για να περιγράψει τη συσσωρευμένη καταπόνηση που προκαλείται από την επαναλαμβανόμενη χρήση. Κατά την έννοια αυτή η κόπωση δεν έχει καμία σχέση με το πέρασμα του χρόνου ή την ηλικία του ποδηλάτου (π.χ. ένα ποδήλατο που είναι σταθμευμένο σε γκαράζ και δεν χρησιμοποιείται δεν επιδέχεται κόπωση). Η κόπωση επέρχεται μόνο μέσω της χρήσης. Σε μικροσκοπικό επίπεδο, μια ρωγμή διαμορφώνεται σε κάποια περιοχή που επιδέχεται ιδιαίτερη καταπόνηση και, εφόσον η καταπόνηση είναι επανειλημμένη, η ρωγμή μεγαλώνει και σε κάποιο χρονικό σημείο γίνεται ορατή με γυμνό μάτι, έως ότου τελικά επεκταθεί τόσο που το τμήμα όπου αρχικά εμφανίστηκε είναι πολύ αδύναμο για να φέρει το φορτίο που θα μπορούσε να φέρει κανονικά. Σε εκείνο το σημείο μπορεί να υπάρξει πλήρης και άμεση αστοχία. Παρά το ότι θεωρητικά θα ήταν δυνατόν κάποιο τμήμα ποδηλάτου να σχεδιαστεί και να κατασκευαστεί με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι τόσο ισχυρό που η διάρκεια ζωής του να θεωρείται σχεδόν άπειρη, σε μια τέτοια περίπτωση θα απαιτείτο αυξημένη ποσότητα υλικού με συνακόλουθη αύξηση του συνολικού βάρους. Αντίθετα, οποιαδήποτε κατασκευή πρέπει να διατηρηθεί ελαφριά και ισχυρή, θα έχει πεπερασμένη διάρκεια ζωής (π.χ. αεροπλάνο, αυτοκίνητα, μοτοσικλέτες έχουν όλα τμήματα πεπερασμένης διάρκειας ζωής). Εάν υπήρχε ένα ποδήλατο με άπειρη διάρκεια ζωής, θα ζύγιζε πολύ περισσότερο από οποιοδήποτε ποδήλατο που πωλείται σήμερα.

Στη συνέχεια ακολουθούν μερικοί απλοί κανόνες σχετικά με τη φθορά και την κόπωση ενός ποδηλάτου:

- Εάν αρχίσει μία ρωγμή, τείνει να μεγαλώσει και μάλλον πολύ γρήγορα. Όλες οι ρωγμές είναι εν δυνάμει επικίνδυνες και πάντοτε γίνονται περισσότερο επικίνδυνες και ποτέ λιγότερο. Έτσι εάν βρείτε κάποια ρωγμή, αντικαταστήστε άμεσα το συγκεκριμένο εξάρτημα.

- Οι ρωγμές μεγαλώνουν πιο γρήγορα σε διαβρωτικό περιβάλλον. Καθαρίστε και λιπάνετε το ποδήλατό σας, προστατεύοντάς το από οποιοδήποτε μορφή άλατος. Τα άλατα είναι κυριολεκτικά «αργός θάνατος» για όλα τα εξαρτήματα. Ακόμη και όταν δεν υπάρχουν ρωγμές, είναι γνωστό ότι τα άλατα θα εισχωρήσουν μέσω μικρών και φαινομενικά ασήμαντων επιφανειακών γρατσουνιών.
- Συνήθως κοντά στις ρωγμές εμφανίζονται λεκέδες στο χρώμα ή/και αποχρωματισμός. Ένας λεκές στο χρώμα είναι προειδοποίηση ότι υπάρχει ρωγμή. Επομένως, πρέπει να επιθεωρείτε προσεκτικά οποιοδήποτε λείκισμα χρώματος, για να δείτε εάν συνδέεται με κάποια ρωγμή.
- Οι σημαντικές γρατσουνιές, τα βαθουλώματα, ή τα σημάδια αποτελούν αφετηρίες για τις ρωγμές. Τέτοιες περιοχές διευκολύνουν τη συγκέντρωση και την ενίσχυση των τάσεων καταπόνησης. Πρέπει να επισκευάζονται άμεσα, ή το πλήρες εξάρτημα να αντικαθίσταται.
- Μερικές ρωγμές κάνουν έναν θόρυβο τριξίματος κατά την οδήγηση και για το λόγο αυτό τέτοιοι θόρυβοι μπορεί να είναι σημάδια προειδοποίησης. Ένα καλή διατηρημένο ποδήλατο πρέπει να είναι αθόρυβο χωρίς τριξίματα. Οτιδήποτε προκαλεί θόρυβο πρέπει να επιδιορθώνεται άμεσα και μόνιμα.

Στις περισσότερες περιπτώσεις μία ρωγμή που οφείλεται σε κόπωση δεν είναι ελάττωμα, αλλά σημάδι ότι το εξάρτημα έχει φθαρεί και ότι έχει φθάσει στο τέλος της διάρκειας ζωής του (όταν τα ελαστικά του αυτοκινήτου έχουν φθαρεί σε τέτοιο βαθμό ώστε τα λινά του πέδηματος να έρχονται σε επαφή με το δρόμο, τότε τα ελαστικά δεν είναι ελαττωματικά αλλά φθαρμένα). Όταν ένα μεταλλικό εξάρτημα έχει κάποια ρωγμή κόπωσης, τότε είναι φθαρμένο και η ρωγμή «ήλθει» πιθανότατα ότι ήρθε η ώρα για αντικατάσταση.

Η κόπωση δεν μπορεί να προβλεφθεί απόλυτα. Παράγοντες που μειώνουν τη ζωή των διαφόρων προϊόντων είναι:

- Σκληρή, επιθετική οδήγηση
- Χτυπήματα, συγκρούσεις και άλια με το ποδήλατο
- Πολλά χιλιόμετρα
- Αυξημένο βάρος αναβάτη
- Δυνατοί αναβάτες με καλή φυσική κατάσταση και επιθετικό ύψος οδήγησης
- Διαβρωτικό περιβάλλον (υγρό, αέρας με άλατα, δρόμος με αλάτι τον χειμώνα, συσσωρευμένοι ιδρώτες)

- Ύψοξη τραχιάς λιάσσης, βρομιάς, άμμου και χώματος στο περιβάλλον οδήγησης

Παράγοντες που αυξάνουν τη διάρκεια ζωής των διαφόρων προϊόντων:

- Ομαλό, «ρευστό» ύψος οδήγησης
- Απουσία χτυπημάτων, συγκρούσεων και αδημάτων με το ποδήλατο
- Λίγα χιλιόμετρα
- Χαμηλό βάρος αναβάτη
- Λιγότερο επιθετικό ύψος οδήγησης
- Μη διαβρωτικό περιβάλλον (στεγνό, αέρας χωρίς αλάτι)
- Καθαρό περιβάλλον οδήγησης

Μην οδηγείτε ένα ποδήλατο και μην χρησιμοποιείτε κάποιο εξάρτημα με οποιαδήποτε ρωγμή, διόγκωση ή βαθύλωμα, ακόμη και αν είναι μικρό. Η οδήγηση με ραγιαμένο σκελετό, πιρούνι ή κάποιο εξάρτημα μπορεί να καταλήξει σε πλήρη αστοχία, με κίνδυνο σοβαρού τραυματισμού.

Πολλοί σκελετοί, πιρούνια, τιμόνια, λιαμοί τιμονιού, λιαμοί σέλλας, άκρα τιμονιού κ.λ.π. είναι σήμερα κατασκευασμένα από **ίνες άνθρακα** (carbon fibers), οι οποίες επιτρέπουν στους μηχανικούς να ενισχύσουν τις κατασκευές σε προκαθορισμένες διευθύνσεις, διατηρώντας το συνολικό βάρος συγκριτικά πολύ χαμηλό. Οι μεταλλικές κατασκευές αντίθετα παρουσιάζουν τις ίδιες ιδιότητες σε όλες τις διευθύνσεις και απαιτούν μεγαλύτερες διαστάσεις για να έχουν την ίδια δύναμη. Εξαρτήματα κατασκευασμένα από ίνες άνθρακα είναι επίσης πολύ πιο ανθεκτικά στη διάβρωση σε σχέση με τα μέταλλα και έχουν συνήθως μεγαλύτερη διάρκεια ζωής από τα μεταλλικά, ηρούποθέτοντας ότι είναι σωστά σχεδιασμένα και κατασκευασμένα. Ωστόσο, οι ίνες άνθρακα έχουν μερικά σημαντικά μειονεκτήματα: Όταν υπερφορτωθούν, δεν θα καμφθούν, δεν θα ραγίσουν, ούτε θα διογκωθούν, αλλήλ θα σπάσουν. Είναι ευκολότερο μία ρωγμή να αρχίσει σε ίνες άνθρακα από απλές επαφές και γρατσουνιές. Η αποκόλληση κάποιων ινών είναι η πρώτη ένδειξη της αρχής του «ξετυλίγματος» των διαφόρων στρωμάτων ινών άνθρακα όπου σπάνε οι δεσμοί μεταξύ των διαδοχικών στρωμάτων.

Μοντέλο: _____

Ημερομηνία αγοράς: _____

Υλικό σκελετού: _____

Χρώμα σκελετού: _____

Μέγεθος σκελετού: _____

Πρέπει να ελεγχθούν τα ακόλουθα σημεία από το εξειδικευμένο κατάστημα:

- Σκελετός
- Προούνι με ανάρτηση ή χωρίς
- Οπίσθιο αμορτισέρ
- Φρένα σύμφωνα με το εγχειρίδιο οδηγιών του κατασκευαστή
- Παπουτσάκια φρένων, μανέτες φρένων, καλώδια και συρματόσχοινα φρένων
- Λεβιέδες ταχυτήτων, εμπρόσθιο και οπίσθιο ντεραγιέρ, καλώδια ταχυτήτων
- Αθυσίδα, δισκοβραχίονας, ελεύθερο/κασέτα, μεσαία τριβή
- Πεντάη
- Τιμόνι, ραიმός τιμονιού, χειρολαβές τιμονιού, σεν ποτηριών
- Τροχοί, σταθερότητα, ζυγοστάθμιση, επιφάνεια στεφανιού/ένδειξη φθοράς
- Κέντρα, ακτίνες, καψούλια, περιοχή γύρω από τα καψούλια
- Πίεση αέρα στους αεροθαλάμους και γενικότερα κατάσταση των πλαισίων τοιχωμάτων και των πελημάτων των ελαστικών
- Σύστημα φωτισμού
- Κουδούνι
- Όλες τις βίδες, τα παξιμάδια και τους οδηγούς καλωδίων

Παρατηρήσεις: _____

Ημερομηνία service: _____

Υπογραφή Dealer: _____

Σφραγίδα Dealer:

Μοντέλο: _____

Ημερομηνία αγοράς: _____

Υλικό σκελετού: _____

Χρώμα σκελετού: _____

Μέγεθος σκελετού: _____

Πρέπει να ελεγχθούν τα ακόλουθα σημεία από το εξειδικευμένο κατάστημα:

- Σκελετός
- Πιρούνι με ανάρτηση ή χωρίς
- Οπίσθιο αμορτισέρ
- Φρένα σύμφωνα με το εγχειρίδιο οδηγιών του κατασκευαστή
- Παπουτσάκια φρένων, μανέτες φρένων, καλώδια και συρματόσχοινα φρένων
- Λεβιέδες ταχυτήτων, εμπρόσθιο και οπίσθιο ντεραγιέρ, καλώδια ταχυτήτων
- Αθυσίδα, δισκοβραχίονας, ελεύθερο/κασέτα, μεσαία τριβή
- Πεντάη
- Τιμόνι, ραიმός τιμονιού, χειρολαβές τιμονιού, σετ ποτηριών
- Τροχοί, σταθερότητα, ζυγοστάθμιση, επιφάνεια στεφανιού/ένδειξη φθοράς
- Κέντρα, ακτίνες, καψούλια, περιοχή γύρω από τα καψούλια
- Πίεση αέρα στους αεροθαλάμους και γενικότερα κατάσταση των πλαισίων τοιχωμάτων και των πελημάτων των ελαστικών
- Σύστημα φωτισμού
- Κουδούνι
- Όλες τις βίδες, τα παξιμάδια και τους οδηγούς καλωδίων

Παρατηρήσεις: _____

Ημερομηνία service: _____

Υπογραφή Dealer: _____

Σφραγίδα Dealer:

Μοντέλο: _____

Ημερομηνία αγοράς: _____

Υλικό σκελετού: _____

Χρώμα σκελετού: _____

Μέγεθος σκελετού: _____

Πρέπει να ελεγχθούν τα ακόλουθα σημεία από το εξειδικευμένο κατάστημα:

- Σκελετός
- Πιρούνι με ανάρτηση ή χωρίς
- Οπίσθιο αμορτισέρ
- Φρένα σύμφωνα με το εγχειρίδιο οδηγιών του κατασκευαστή
- Παπουτσάκια φρένων, μανέτες φρένων, καλώδια και συρματόσχοινα φρένων
- Λεβιέδες ταχυτήτων, εμπρόσθιο και οπίσθιο ντεραγιέρ, καλώδια ταχυτήτων
- Αλυσίδα, δισκοβραχίονας, ελεύθερο/κασέτα, μεσαία τριβή
- Πεντάλη
- Τιμόνι, ραიმός τιμονιού, χειρολαβές τιμονιού, σετ ποτηριών
- Τροχοί, σταθερότητα, ζυγοστάθμιση, επιφάνεια στεφανιού/ένδειξη φθοράς
- Κέντρα, ακτίνες, καψούλια, περιοχή γύρω από τα καψούλια
- Πίεση αέρα στους αεροθαλάμους και γενικότερα κατάσταση των πλαισίων τοιχωμάτων και των πελημάτων των ελαστικών
- Σύστημα φωτισμού
- Κουδούνι
- Όλες τις βίδες, τα παξιμάδια και τους οδηγούς καλωδίων

Παρατηρήσεις: _____

Ημερομηνία service: _____

Υπογραφή Dealer: _____

Σφραγίδα Dealer:

Μοντέλο: _____

Ημερομηνία αγοράς: _____

Υλικό σκελετού: _____

Χρώμα σκελετού: _____

Μέγεθος σκελετού: _____

Πρέπει να ελεγχθούν τα ακόλουθα σημεία από το εξειδικευμένο κατάστημα:

- Σκελετός
- Πιρούνι με ανάρτηση ή χωρίς
- Οπίσθιο αμορτισέρ
- Φρένα σύμφωνα με το εγχειρίδιο οδηγιών του κατασκευαστή
- Παπουτσάκια φρένων, μανέτες φρένων, καλώδια και συρματόσχοινα φρένων
- Λεβιέδες ταχυτήτων, εμπρόσθιο και οπίσθιο ντεραγιέρ, καλώδια ταχυτήτων
- Αλυσίδα, δισκοβραχίονας, ελεύθερο/κασέτα, μεσαία τριβή
- Πεντάλη
- Τιμόνι, ραიმός τιμονιού, χειρολαβές τιμονιού, σετ ποτηριών
- Τροχοί, σταθερότητα, ζυγοστάθμιση, επιφάνεια στεφανιού/ένδειξη φθοράς
- Κέντρα, ακτίνες, καψούλια, περιοχή γύρω από τα καψούλια
- Πίεση αέρα στους αεροθαλάμους και γενικότερα κατάσταση των πλαισίων τοιχωμάτων και των πελημάτων των ελαστικών
- Σύστημα φωτισμού
- Κουδούνι
- Όλες τις βίδες, τα παξιμάδια και τους οδηγούς καλωδίων

Παρατηρήσεις: _____

Ημερομηνία service: _____

Υπογραφή Dealer: _____

Σφραγίδα Dealer:

Μοντέλο: _____

Ημερομηνία αγοράς: _____

Υλικό σκελετού: _____

Χρώμα σκελετού: _____

Μέγεθος σκελετού: _____

Πρέπει να ελεγχθούν τα ακόλουθα σημεία από το εξειδικευμένο κατάστημα:

- Σκελετός
- Πιρούνι με ανάρτηση ή χωρίς
- Οπίσθιο αμορτισέρ
- Φρένα σύμφωνα με το εγχειρίδιο οδηγιών του κατασκευαστή
- Παπουτσάκια φρένων, μανέτες φρένων, καλώδια και συρματόσχοινα φρένων
- Λεβιέδες ταχυτήτων, εμπρόσθιο και οπίσθιο ντεραγιέρ, καλώδια ταχυτήτων
- Αθυσίδα, δισκοβραχίονας, ελεύθερο/κασέτα, μεσαία τριβή
- Πεντάη
- Τιμόνι, λαμός τιμονιού, χειρολαβές τιμονιού, σεν ποτηριών
- Τροοί, σταθερότητα, ζυγοστάθμιση, επιφάνεια στεφανιού/ένδειξη φθοράς
- Κέντρα, ακτίνες, καψούλια, περιοχή γύρω από τα καψούλια
- Πίεση αέρα στους αεροθαλάμους και γενικότερα κατάσταση των παιαίνών τοιχωμάτων και των πελμάτων των ελαστικών
- Σύστημα φωτισμού
- Κουδούνι
- Όλες τις βίδες, τα παξιμάδια και τους οδηγούς καλωδίων

Παρατηρήσεις: _____

Ημερομηνία service: _____

Υπογραφή Dealer: _____

Σφραγίδα Dealer:

ΦΟΡΜΑ/ΚΑΡΤΑ ΕΓΓΥΗΣΗΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ

(Εάν δεν κρατήσετε αυτό το εγχειρίδιο παρακαλούμε κόψτε και φυλάξτε αυτής τη σελίδα).

Κατάστημα πώλησης ποδηλάτου:

Όνομα: _____

Διεύθυνση: _____

Τηλέφωνο: _____

Fax: _____

email: _____

website: _____

Πελάτης

Όνομα: _____

Διεύθυνση: _____

Τηλέφωνο: _____

Fax: _____

email: _____

website: _____

Ποδήλατο

Μοντέλο: _____

Ημερομηνία αγοράς και παράδοσης: _____

Υψικό σκελετού / χρώμα / μέγεθος: _____

Σειριακός αριθμός σκελετού: _____

Δήλωση παράδοσης/παραλαβής

- Έλεγα λεπτομερώς το παραπάνω ποδήλατο. Η παράδοση/ παραλαβή έγινε κανονικά.
- Μαζί με το ποδήλατο, μου παραδόθηκε το Εγχειρίδιο Ιδιοκτητή Ποδηλάτου και έλαβα λεπτομερή προφορική πληροφόρηση σχετικά με το περιεχόμενό του.
- Είμαι ενήμερος ότι αυτή η εγγύηση περιορίζεται μόνο σε ελαττωματικά προϊόντα, ότι δεν καλύπτει ζημιές λόγω φθοράς από χρήση ή από ατυχήματα και ότι χορηγείται αποκλειστικά υπό τους όρους που αναγράφονται στο Εγχειρίδιο Ιδιοκτητή Ποδηλάτου.

Τόπος / Ημερομηνία

Σφραγίδα/ Υπογραφή Dealer

Υπογραφή Πελάτη

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

**ΦΟΡΜΑ/ΚΑΡΤΑ ΕΓΓΥΗΣΗΣ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ ΠΟΔΗΛΑΤΟΥ**

(Εάν δεν κρατήσετε αυτό το εγχειρίδιο παρακαλούμε κόψτε και φυλάξτε αυτήν τη σελίδα).

Κατάστημα πώλησης ποδηλάτου:

Όνομα: _____

Διεύθυνση: _____

Τηλέφωνο: _____

Fax: _____

email: _____

website: _____

Πελάτης

Όνομα: _____

Διεύθυνση: _____

Τηλέφωνο: _____

Fax: _____

email: _____

website: _____

Ποδήλατο

Μοντέλο: _____

Ημερομηνία αγοράς και παράδοσης: _____

Υλικό σκελετού / χρώμα / μέγεθος: _____

Σειριακός αριθμός σκελετού: _____

Παραστατικό πώλησης: _____

Δήλωση παράδοσης/παραλαβής

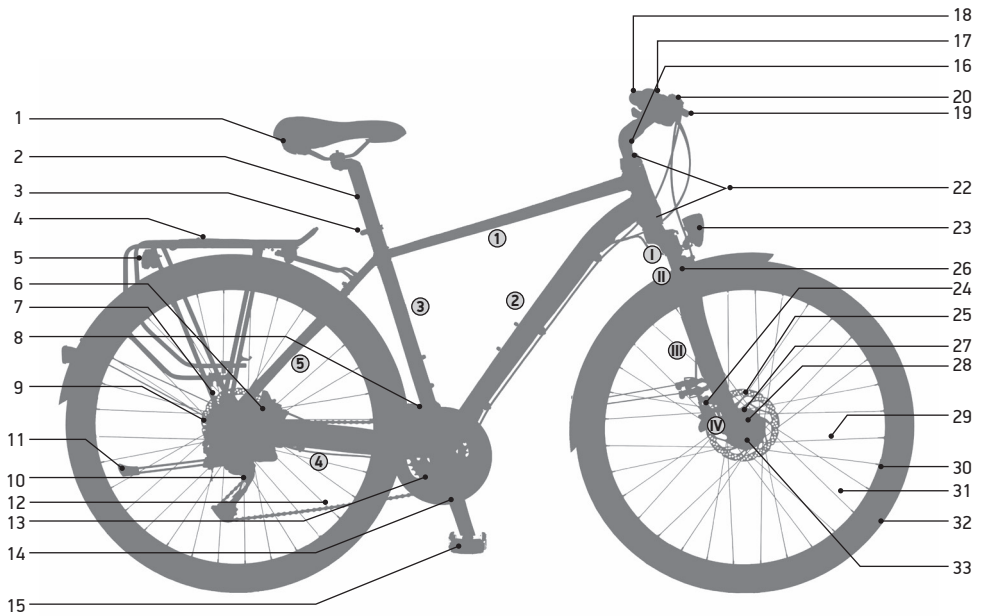
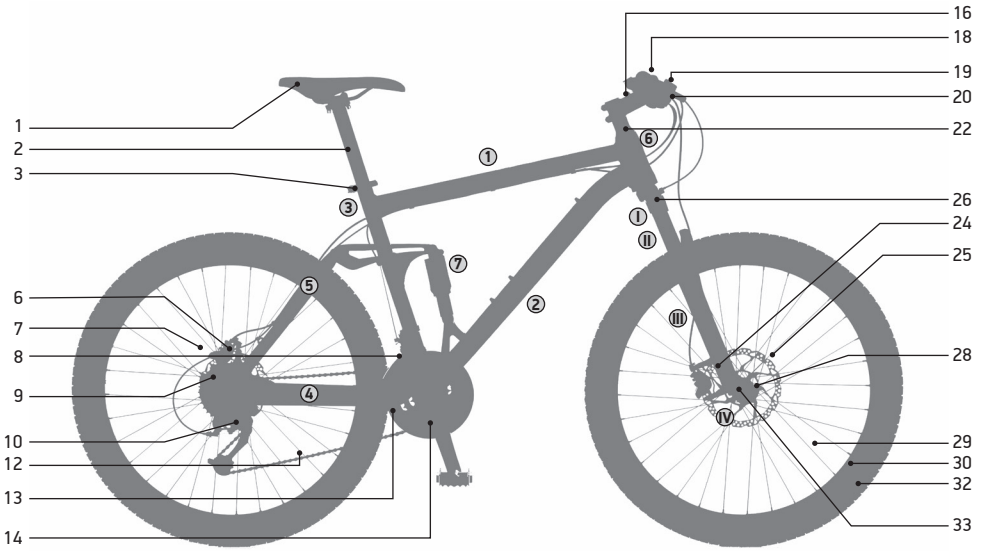
- Έλεγχα λεπτομερώς το παραπάνω ποδήλατο. Η παράδοση/ παραλαβή έγινε κανονικά.
- Μαζί με το ποδήλατο, μου παραδόθηκε το Εγχειρίδιο Ιδιοκτητή Ποδηλάτου και έλαβα λεπτομερή προφορική πληροφόρηση σχετικά με το περιεχόμενό του.
- Είμαι ενήμερος ότι αυτή η εγγύηση περιορίζεται μόνο σε ελαττωματικά προϊόντα, ότι δεν καλύπτει ζημιές λόγω φθοράς από χρήση ή από ατυχήματα και ότι χορηγείται αποκλειστικά υπό τους όρους που αναγράφονται στο Εγχειρίδιο Ιδιοκτητή Ποδηλάτου.

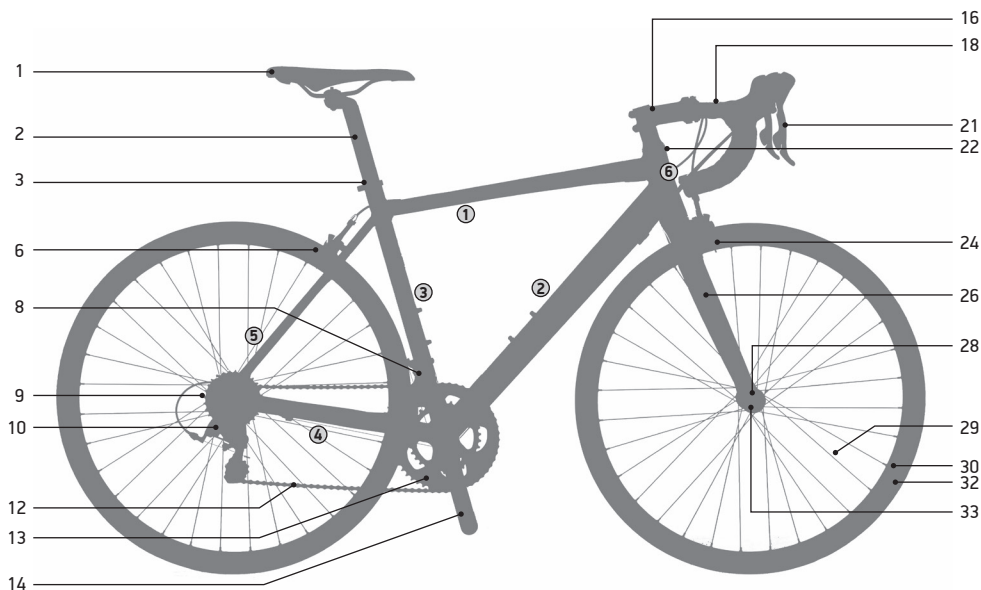
Τόπος / Ημερομηνία

Σφραγίδα/ Υπογραφή Dealer

Υπογραφή Πελάτη

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ



**Frame:**

- ① Top tube
- ② Down tube
- ③ Seat tube
- ④ Chainstay
- ⑤ Seat stay
- ⑥ Head tube
- ⑦ Rear shock

Suspension fork:

- ① Fork crown
- ② Stanchion tube
- ③ Lower leg
- ④ Drop-out

- 1 Saddle
- 2 Seat post
- 3 Seat post clamp
- 4 Pannier rack
- 5 Rear light
- 6 Brake rear
- 7 Rotor
- 8 Front derailleur
- 9 Cassette sprockets
- 10 Rear derailleur
- 11 Kickstand
- 12 Chain
- 13 Chainring
- 14 Crank
- 15 Pedal
- 16 Stem
- 17 Bell
- 18 Handlebars

- 19 Brake lever
- 20 Shifter
- 21 Brake lever / shifter
- 22 Headset
- 23 Front lamp
- 24 Brake front
- 25 Rotor
- 26 Fork
- 27 Hub dynamo

Wheel:

- 28 Quick-release/ thru axle
- 29 Spoke
- 30 Rim
- 31 Reflector ring
- 32 Tyre
- 33 Hub

CONTENT

SAFETY FIRST	46
BICYCLE SAFETY	46
MECHANICAL SAFETY	47
BICYCLE FIT	47
BICYCLE CHECK	50
CHECKS AFTER AN ACCIDENT	50
BICYCLE TECH	50
BICYCLE SERVICE	62
BICYCLE CARE	62
BICYCLE MAINTENANCE, CHECK & SERVICE	63
BICYCLE WARRANTY	64
BICYCLE PARTS OF WEAR AND TEAR	66
BICYCLE SERVICE	68
BICYCLE WARRANTY FORM/CARD	73

Your bike complies with the requirements of the ISO standards:

4210-2 Cycles – Safety requirements for bicycles and
8098: 2014 Cycles – Safety requirements for bicycles
for young children

The permissible overall weight (incl. rider, luggage
and bicycle) must not exceed 100kg for bicycles (ISO-
4210-2) and 30kg for bicycles for young children
(ISO-8098:2014).

Imprint:

V 3.0 January 2016

Technical details in the text and illustrations of this
manual are subject to change.

SAFETY FIRST

We strongly encourage you to take the time to read this Manual and familiarise yourself with your new bicycle. If you have purchased it for a child, please take the time to make sure the child understands the information contained in this Owner's Manual. It is essential that the parent / a responsible adult thoroughly reviews this information and reads it to the child. Even if you are an experienced cyclist, please take a moment to read through this Manual before you or your child ride.

We also strongly encourage you to have your bicycle completely assembled from your local bicycle dealer. This is very important for optimum performance, safety and riding joy. Any adjustments you make of your own are entirely your own risk.

It is important to understand the basics of riding a bicycle. Equally important is to exercise common sense when cycling. Like all sports, bicycling involves risk of injury and damage. By choosing to ride a bicycle, you assume the responsibility for that risk, so you need to know and constantly practice the rules of safe and responsible riding and of proper use and maintenance. Proper use and maintenance of your bicycle reduces risk of injury. But because it is impossible to anticipate every situation or condition which may occur while bicycling, this Manual makes no representation about the safe use of the bicycle under all conditions. There are risks associated with the use of a bicycle which cannot be predicted or avoided, and which are the sole responsibility of the rider.

BICYCLE SAFETY

- **Respect** all traffic laws.
- **Ride** defensively, assuming others do not see you. Never race in traffic or hitch a ride by holding on to another vehicle. When riding in traffic, watch out for cars pulling over or for parked cars, doors

may open at any time. Use approved hand signals for turning and stopping. Please note & respect the national laws concerning the use of equipped and non-equipped (e.g. lighting sets & reflectors) bicycles in public traffic.

- **Always** have front & rear lights on, when bicycling after sunset. Install front, rear & wheel reflectors properly and periodically check their mounting stability and surface cleanliness.
- **Always** wear a helmet. Follow the helmet manufacturer's instructions for fit, use and care of your helmet. In case you carry a child in a baby seat, make sure the child always wears an approved helmet too.
- **Always** ride wearing bright, visible clothing that is not too loose. Otherwise there is danger of getting tangled with bicycle parts or objects along your trail.
- **Always** wear shoes that will stay on your feet and offer proper grip with pedals. Do not ride barefoot or wearing sandals. Naked parts of your body must be kept away from chain, crankset & pedals. When using clipless pedals lack of practice or too much tension in their spring mechanism, may lead to a very tight connection and create difficulty in quick step-out! Risk of falling!
- **Always** wear protective eyewear. Bugs, dirt & dust may cause you to lose control or even hurt you. Eyewear glasses must be tinted when it is sunny and clear when it is not.
- **Never** ride with headphones. They cover traffic sounds and emergency vehicle sirens and they prevent you from concentrating on riding properly. Their wiring may also mess with moving parts of your bicycle, causing you to lose control.
- **Ensure** that the bicycle size is right for the rider, that the rider can reach the brake levers properly and that the brakes and the bicycle work absolutely well. In principle bicycles are pre-assembled and delivered so that the right brake lever operates the rear brake and the left lever the front brake. In certain countries national laws and regulations may impose the opposite assembly either by factory directly or by the specialized bicycle dealer. Please check with your dealer for more details, preferably at the time the bicycle is handed over to you.

- **Do not** ride two people on a bicycle designed for one. In case of baby seats/carriers, make sure they are child-safety certified and properly installed. Please note that models falling into Mountain, All Terrain, Dirt, Full Suspension, Trekking Off-Road, Fitness, Road, Junior & Freestyle categories are not intended for the use of baby seats/carriers. The company will not take any warranty or responsibility when using a baby seat/carrier on bicycles mentioned above. For proper installation and assembly of baby seats/carriers, always contact your bicycle dealer!
- **Mount** loads securely. Never carry bags, packages or other objects that may interfere with brakes or vision or may obstruct your complete bicycle control. The company will not take any warranty or responsibility when using a baggage or baby carriage trailer that requires special frame and/or bicycle construction. For proper installation and assembly of baggage/child trailers, always contact your bicycle dealer!
- **Never** ride in extreme weather conditions or under the influence of alcohol or drugs or any other substance. Do not perform jumps or stunts. Think very carefully about your skills and physical condition before deciding to take the bigger risks that go along with some special kinds of riding.
- **Remember** you are sharing the road or the path with other bikers, motorists or pedestrians. Please respect their rights.

MECHANICAL SAFETY

Routinely check the condition of your bicycle before every ride. Nuts, bolts screws & other fasteners. Because manufacturers use a wide variety of fastener sizes and shapes made in a variety of materials, often differing by model and component, it is not possible for this Manual to specify correct torque (tightening force) for the fasteners on your bicycle. We can tell you the importance of correct torque, but not the specific torque required for each fastener on your bicycle. To correctly torque a fastener, a torque wrench must be used. A professional bicycle mechanic with a torque wrench

should torque the fasteners on you bicycle. If you choose to work on your own bicycle you must get correct tightening torque specifications from the bicycle or component manufacturer or from your bicycle dealer. If you need to make an adjustment at home or in the field, we urge you to exercise care, and to have the fasteners you worked on checked by your dealer as soon as possible. Please consult the table of RECOMMENDED TIGHTENING TORQUES, included in your bicycle's packing.

WARNING: Correct tightening force on fasteners –nuts, bolts, screws– on your bicycle is important. Too little force and the fastener may not hold securely. Too much force and the fastener can strip threads, stretch, deform or break. Either way, incorrect tightening force can result in component failure, which can cause you to lose control and fall. Make sure nothing is loose. Lift the front wheel off the ground by 5-8cm, and then let it bounce on the ground. Anything sound, feel or look loose? Do a visual and tactile inspection of the whole bike. Have you noticed any loose parts or accessories? If so, secure them. If you're not sure, seek advice from a specialized bicycle dealer.

BICYCLE FIT

Correct fit is essential for bicycling safety, comfort & performance. Making the proper adjustments to your body and riding conditions requires experience, technical skills and sometimes special tools. Always have your specialized bicycle dealer make these adjustments on your bicycle. If your bicycle does not fit properly, you may lose control and fall. If your new bicycle does not fit properly, ask your bicycle dealer to exchange it before you ride it.

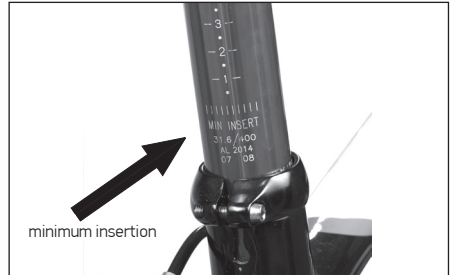
Standover height is the first & most important bike fit element. It is the distance between the ground and the frame, at the point of your crotch when straddling the bike. **Standover height clearance** is the distance between that frame point and your crotch. A bicycle used on-road needs a minimum standover height clearance of 5cm. A bicycle used off-road requires a minimum clearance of 10cm. Mixed use is better with 7,5cm.



Saddle position is the second important bike fit element. The up-down saddle adjustment requires you to sit on the saddle, place your heel on the pedal, rotate the crank towards the ground until it is parallel to the seat tube, and look at the direction of your foot. If it is pointing down roughly at 30 degrees, your saddle height is correct.



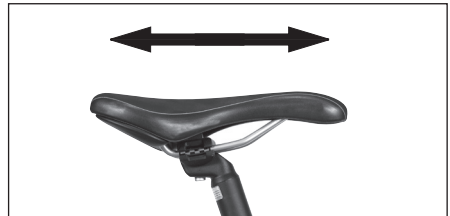
Immediately check whether the “**minimum insertion**” mark on the seat post is visible.



If yes, either you need a longer seat post or the standover height is not ok for your body. There are two more saddle adjustments, the front-back & the angle. Most riders prefer an angle of zero, i.e. a horizontal saddle.

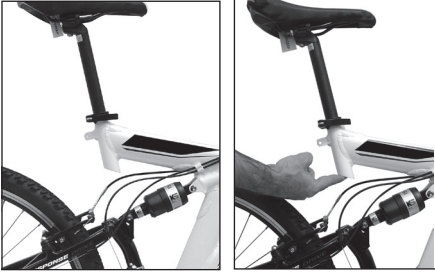


Front-back adjustment relates to your upper body dimensions as well as your riding style & preferred comfort.



Both these adjustments should be done the first time you ride the bicycle, with a specialized bicycle dealer who should also teach you how to do it from now on. Please note that not all seat posts and saddles accept the same adjustment method. If your bicycle is equipped with suspension seat post, periodically ask a specialized bicycle dealer to check & service

it. It is important to fasten properly the saddle on the seat post and the seat post inside the seat tube, by applying correct **torque**. M5 screws must be tightened with 6Nm, M8 with 20Nm. If your bicycle has an **interrupted seat tube**, something common

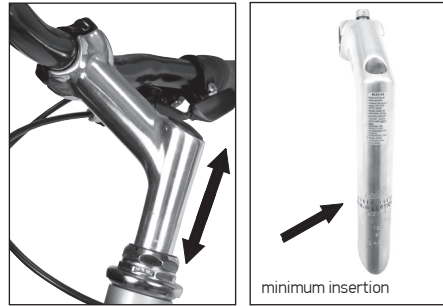


on full suspension bicycles, make sure that your seat post is long enough so that you touch it with your finger by inserting it in the seat tube without exceeding your finger's first knuckle. If the seat post inserted into the upper seat tube is too short, there is a risk of breaking the frame. If on the contrary the seat post is too long and exits the upper seat tube, make sure there is enough clearance from the lower part of the seat tube, taking into consideration the rear shock operation & movement. There is a risk of interference between the seat post & the rear shock that may lead to an accident. If in spite of all the adjustments, your saddle still feels uncomfortable, you probably need a different saddle design. Saddles come in many different shapes, sizes and comfort levels. Please contact & consult your specialized bicycle dealer.

Handlebar position is bike fit element number three. It depends on handlebar & stem height & angle, as well as handlebar width. These adjustments must be made by your bicycle dealer the first time you test ride the bicycle. There are numerous possibilities in the market, so even if you cannot fit properly in the bicycle cockpit, your specialized bicycle dealer can work out a solution for you. There are two types of stem available, threadless and quill.

Threadless stems clamp on the outside of the fork steerer tube. The stem height may be adjusted with spacers positioned below or above the stem, along the steerer. Quill stems enter the steerer tube and tighten with an expanding bolt. Height may be adjusted by moving the quill up or down inside the steerer. One must be very careful not to exceed the

“minimum insertion/extension” mark of the stem. This mark must not be visible at any time above the top head parts, otherwise the stem may damage the fork steerer tube causing loss of control.



When adjusting the stem height, please note and remember the effect on braking and transmission cables. Cables may over-extend and lock or they may create excess slack. In both cases braking and shifting may become inoperable. Please consult a bicycle dealer on the effect of stem adjustments on bicycle cabling.

The last bike fit step is the position of **control components**, i.e. shifters and brake levers. Position on the handlebar, angle and distance from rider fingers, are all very important. At all times and riding positions the brake levers must be within reach of the rider. It is of paramount importance that all these parameters are fully adjusted by a bicycle dealer before purchasing the bicycle.

A last, separate note needs to be made for **full suspension** bicycles. If your bicycle is equipped with a rear shock, please refer to the instructions of the manufacturer of the rear suspension, enclosed with the rest of documents. Safety, comfort & fun can only be guaranteed through proper adjustment of all suspension elements on your bicycle. Make sure you cooperate with a bicycle dealer for this.

BICYCLE CHECK

Before you ride your bicycle the first time, you must make sure it is in a safe operating condition. Below are some basic, simple, but important checks:

- Nuts, bolts, quick release levers and parts are tight, not worn, not damaged.
- Cables are securely fixed on the frame, without kinks.
- Brakes are operating effectively. Test them by pulling the brake levers towards the handlebar. In case of rim brakes the brake shoes must contact the rim evenly with their entire surface, without interfering with the tire at any position/moment. In case of disc brakes there must be a stable pressure point at once. If you need to actuate the brake levers more than once, immediately contact your bicycle dealer.
- Steering is free, i.e. handlebar turns without resistance, but also without excessive play.
- Wheels run true, without any kind of wobbling.
- Wheels are securely fastened to frame and fork.
- Tires are in good condition and under pressure that is within the recommended values mentioned on the tire itself.
- Pedals are securely tightened to cranks.
- Gears are correctly adjusted and shifting is according to expectations.
- Bell and lights are functioning and clean.
- Handlebar grips are tightly fixed and in good condition.
- Front and rear suspension is not loose and does not make any strange noise.
- If you wish to ride on public roads, make sure your bike is equipped according to the applicable regulations of your country. Always ride with lights and reflectors, especially in dark or dim conditions. Otherwise you will be seen too late or not at all by other road users.
- If your bike has a kickstand, make sure it is fully raised before you start cycling.
- Do not forget to take a good quality bike lock. The only effective way to protect your bike against theft, is to lock it to an immovable object.

A pretty successful practical test is to lift your bike 5-8cm above the ground and then let it drop. Listen for and try to locate any strange noise. Such noises may be the start of something serious. Furthermore,

press down on both front and rear (if applicable) suspension. Check whether they extend and retract as usual. The above checks before your first ride must be ideally done in the shop where you purchase your bicycle. After you start riding your bicycle on a regular basis, please refer to the necessary checks, maintenance and service in page 57.

CHECKS AFTER AN ACCIDENT

- Check if the wheels are still firmly fixed in the frame dropouts. The rims must be still centred relative to the frame and the fork. Rotate the wheel and observe the distance between the tire and the frame, as well as between the brake shoes and the rims. If these distances change significantly, then the wheel(s) need truing. Please immediately consult an IBD.
- Check that brakes and transmission still function properly. The chain must still run smoothly and move from one sprocket to the other. Ask somebody to lift your bike from the saddle and rotate the crankset trying to test all possible gear combinations. If something looks, sounds or feels wrong, do not ride your bike anymore. Immediately take it to an IBD.
- Check that handlebar and stem are not broken, cracked or turned. They must be upright and adjusted as described in the Bicycle Fit chapter. If one of these components gets loose, tighten following the suggested torque values included with your bicycle documentation.
- Redo the practical test that you should do before every ride, i.e. lift your bike 5-8cm above the ground and drop it. If there is any strange noise, check all bearings and bolted connections.
- Finally, take a good look at your bike to detect shape and/or colour deformations, or cracks. Ride back very slowly and carefully, using the shortest possible route.

BICYCLE TECH

Wheels

Riding your bicycle without properly adjusted wheels may lead the wheels to wobble or even disassemble from the rest of the bicycle, which can cause you to lose control and fall.

Your specialized bicycle dealer must help you understand how to remove and install back safely both wheels on your bicycle.

In case your bicycle is equipped with through axle front and/or rear, please read carefully and follow the manufacturer's instructions. If you do not feel comfortable, have your specialized bicycle dealer do the job whenever you need it.

Most bicycles nowadays use quick release (QR) mechanisms.



These are cams that apply pressure and clamp the wheels in place on the fork (front) and the frame (rear). Holding the nut with one hand and turning the lever like a wing nut with the other hand until they both become as tight as you can do, will not be enough. In order for the QR to properly fasten the wheels, the full force of the cam action is necessary.

The wheel hub is clamped in place by the force of the quick release cam pushing against one dropout and pulling the tension adjusting nut, by way of the skewer, against the other dropout. The amount of clamping force is controlled by the tension adjusting nut. Turning the tension adjusting nut clockwise while keeping the cam lever from rotating increases clamping force; turning it counterclockwise while keeping the cam lever from rotating reduces clamping force. Less than half a turn of the tension adjusting nut can make the difference between safe clamping force and unsafe clamping force.

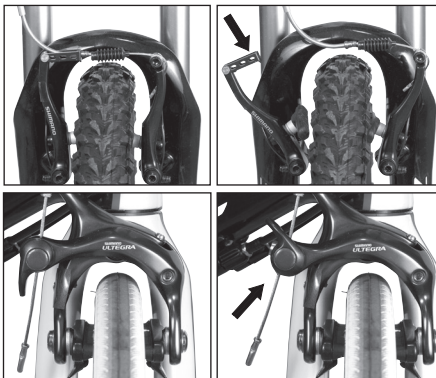
Most bicycles have front forks which utilize a secondary wheel retention device to reduce the risk of the wheel disengaging from the fork if the quick release is incorrectly adjusted. Secondary retention devices are not a substitute for correct quick release adjustment. Secondary retention devices fall into two basic categories: (1) The clip-on type is a part which the manufacturer adds to the front wheel hub or front fork. (2) The integral type is molded, cast or machined into the outer faces of the front fork dropouts. Ask a specialized bicycle dealer to explain the operation of the particular secondary retention device on your bike. Do not remove or disable the secondary retention device. As its name implies,

it serves as a back-up for a critical adjustment. If the quick release is not adjusted correctly, the secondary retention device can reduce the risk of the wheel disengaging from the fork. Removing or disabling the secondary retention device may also void the warranty.

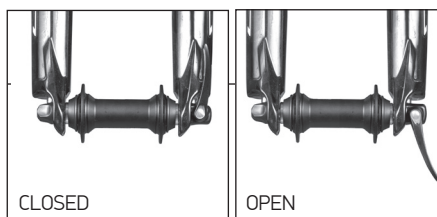
Removing a Quick Release Front Wheel

If your bike has a front disc brake, exercise care when touching it. Discs have sharp edges and can get very hot during use.

If your bike has rim brakes, disengage the brake's quick-release mechanism to increase the clearance between the rim and the brake pads.



Move the wheel's quick-release lever from the locked or CLOSED position to the OPEN position.



If your front fork has a clip-on type secondary retention device, disengage it. If your front fork has an integral secondary retention device, loosen the tension adjusting nut enough to allow removing the wheel. Lift the front wheel a few cm above the ground and tap the top of the wheel with the palm of your hand to release the wheel from the front fork.

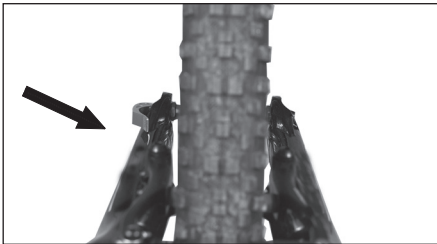
Installing a Quick Release Front Wheel

If your bike is equipped with disk brakes, be careful not to damage the disk, caliper or brake pads when re-inserting the disk into the caliper. Never activate a disk brake's control lever unless the disk is correctly inserted in the caliper.

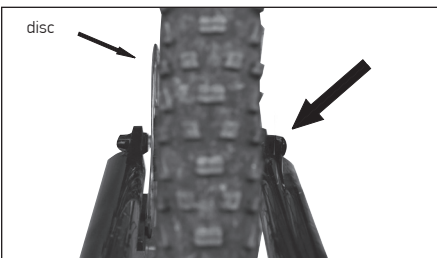
Move the quick-release lever so that it curves away from the wheel.



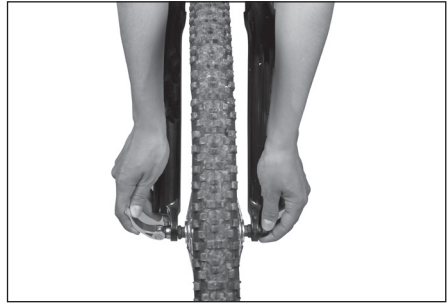
This is the OPEN position. With the steering fork facing forward, insert the wheel between the fork blades so that the axle seats firmly at the top of the slots which are at the tips of the fork blades — the fork dropouts. The quick-release lever should be on the left side of the bicycle.



Some front disc brake equipped bicycles present the quick-release lever on the right side, to avoid proximity with the disc brake rotor.



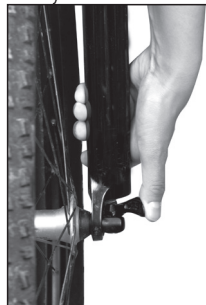
If your bike has a clip-on type secondary retention device, engage it. Holding the quick-release lever in the OPEN position with one hand, tighten the tension adjusting nut with your other hand until it is finger tight against the fork dropout.



While pushing the wheel firmly to the top of the slots in the fork dropouts, and at the same time centering the wheel rim in the fork, move the quick-release lever upwards and swing it into the CLOSED position.



The lever should now be parallel to the fork blade and curved toward the wheel. To apply enough clamping force, you should open and close the quick release lever with your right hand while gradually tightening the adjusting nut with your left hand in the clockwise direction. Continue tightening the nut until you feel resistance with your hand at the point when the lever is parallel to the hub.



Grip the fork's lowers with your fingers and use the palm of your hand to close the quick release lever with as much strength as possible. When closed, the quick release lever must be in the "CLOSE" position. The side of the lever with the inscription

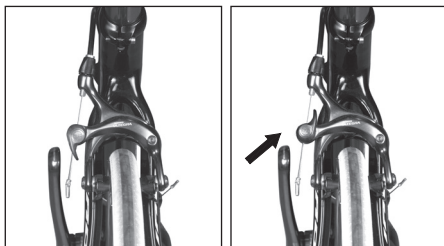
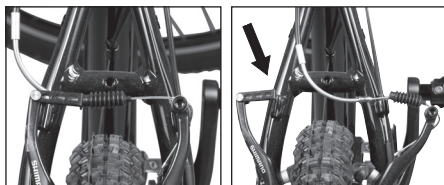
"CLOSE" must be facing away from the bicycle, and the lever should be parallel to the rear end. return to OPEN position, turn the tension adjusting nut counterclockwise a quarter of a turn and try tightening the lever again. If your bike has rim brakes re-engage the brake quick release mechanism to restore correct brake pad-to-rim clearance, rotate the wheel to check if it is centered in the fork and clears the brake pads, and press the brake levers to make sure front brakes operate efficiently.

Removing a Quick Release Rear Wheel

Shift the rear derailleur to the smallest, outer rear sprocket; this is the high gear position.



If your bike has rim brakes, disengage the brake's quick-release mechanism to increase the clearance between the rim and the brake pads.



Pull the derailleur body back with one hand and move the wheel's quick-release lever to the OPEN position with the other hand.

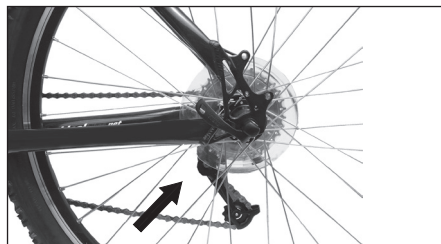
Lift the rear wheel a few cm above the ground and, with the derailleur body pulled back, push the rear wheel forward and down until it comes off the frame rear dropouts.



Installing a Quick Release Rear Wheel

If your bike is equipped with disk brakes, be careful not to damage the disk, caliper or brake pads when re-inserting the disk into the caliper. Never activate a disk brake's control lever unless the disk is correctly inserted in the caliper.

Make sure the rear derailleur is still to the high gear position. Pull the derailleur body back with your right hand and move the wheel's quick-release lever to the OPEN position. The quick release lever must be on the side of the wheel that is opposite to the derailleur and sprockets. However, if your bike is equipped with a rear disc brake the quick release lever must be on the right side. Put the chain on top of the smallest sprocket, insert the wheel into the frame rear dropouts and pull the wheel tight all the back and into the dropouts. Tighten the quick-release adjusting nut until it is finger tight against the frame dropouts, swing the lever toward the front of the bike until it is parallel to the frame's chainstay or seatstay and is curved toward the wheel.



To apply enough clamping force, open and close the quick release lever with your right hand while gradually tightening the adjusting nut with your left hand in the clockwise direction. Continue tightening the nut until you feel resistance with your hand at the point when the lever is parallel to the hub.



Grip the rear end with your fingers and use the palm of your hand to close the quick release lever with as much strength as possible. When closed, the quickrelease lever must be in the "CLOSE" position. The side of the lever with the inscription "CLOSE" must be facing away from the bicycle, and the lever should be parallel to the rear end. The rear wheel must be

secured to the bicycle frame with sufficient force so that it cannot be pulled forward by the chain, even under the greatest pedaling force. If the wheel moves under pedaling force, the tire can touch the frame, which can cause you to lose control and fall. If the lever cannot be pushed all the way to a position parallel to the chainstay or seatstay tube, return the lever to the OPEN position. Then turn the adjusting nut counterclockwise one-quarter turn and try tightening again. If your bike has rim brakes re-engage the brake quick-release mechanism to restore correct brake pad-to-rim clearance; spin the wheel to make sure that it is centered in the frame and clears the brake pads; then press the brake lever and make sure that the rear brakes are operating correctly.

Removing a Bolt-On Front Wheel

If your bike has rim brakes, disengage the brake's quick-release mechanism to increase the clearance between the rim and the brake pads. Using a correct size wrench, loosen the two axle nuts. If your front fork has a clip-on type secondary retention device, disengage it. If your front fork has an integral secondary retention device, loosen the axle nuts enough to allow wheel removal. Lift the front wheel a few cm above the ground and tap the top of the wheel with the palm of your hand to release the wheel from the front fork.

Installing a Bolt-On Front Wheel

To install back into place a bolt on front wheel, do the following. With the steering fork facing forward, insert the wheel between the fork blades so that the axle seats firmly at the top of the slots which are at the tips of the fork blades. The axle nut washers should be on the outside, between the fork blade and



the axle nut. If your bike has a clip-on type secondary retention device, engage it. While pushing the wheel firmly to the top of the slots in the fork dropouts, and at the same time centering the wheel rim in the fork, use the correct size wrench to tighten the axle nuts enough so that the wheel stays in place; then use a wrench on each side to tighten the nuts very tightly. Re-engage the brake quick-release mechanism to restore correct brake pad-to-rim clearance; spin the wheel to make sure that it is centered in the frame and clears the brake pads; then pull the brake lever and make sure that the brakes are operating correctly.

Removing a Bolt-On Rear Wheel

If your bike is equipped with an internal gear rear hub, do not attempt to remove the rear wheel. The removal and re-installation of internal gear hubs require special knowledge. Incorrect removal or assembly can result in hub failure, which can cause you to lose control and fall. Furthermore, such hubs are quite expensive to service & replace.



Shift the rear derailleur to the smallest, outer rear sprocket; this is the high gear position. If your bike has rim brakes, disengage the brake's quick-release mechanism to increase the clearance between the rim and the brake pads. Using a correct size wrench, loosen the two axle nuts.

Lift the rear wheel a few cm above the ground, with the derailleur body pulled back, push the rear wheel forward and down until it comes out of the frame rear dropouts.

Installing a Rear Bolt-On Wheel

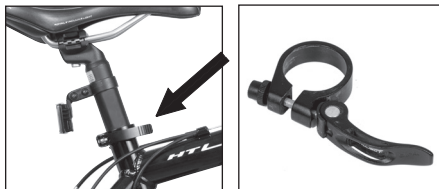
Make sure the rear derailleur is still in the high gear position. Pull the derailleur body back with your right hand and put the chain on top of the smallest sprocket, insert the wheel into the frame rear dropouts and pull the wheel tight all the way back and into the dropouts. The axle nut washers should be on the outside, between the frame and the axle nut. Using the correct size wrench, tighten the axle nuts enough so that the wheel stays in place; then use a wrench on each side to tighten the nuts very tightly.



Re-engage the brake quick-release mechanism to restore correct brake pad-to-rim clearance; spin the wheel to make sure that it is centered in the frame and clears the brake pads; then press the brake lever and make sure that the rear brakes are operating correctly.

Seat Post Quick Release

Most bicycles nowadays are equipped with a quick release seat post clamp.



This works exactly like the wheel quick release and uses a cam action to firmly clamp the seat post inside the frame seat tube. The amount of clamping force is controlled by the tension adjusting nut. Turning the tension adjusting nut clockwise while keeping the cam lever from rotating increases clamping force; turning it counterclockwise while keeping the cam lever from rotating reduces clamping force.

Less than half a turn of the tension adjusting nut can make the difference between safe and unsafe clamping force. The full force of the cam action is needed to clamp the seatpost securely. Holding the nut with one hand and turning the lever like a wing nut with the other hand until everything is as tight as you can get it will not clamp the seatpost safely.



If you can fully close the quick release without wrapping your fingers around the seat post or a frame tube for leverage,

and the lever does not leave a clear imprint in the palm of your hand, the tension is insufficient. Open the lever; turn the tension adjusting nut clockwise a quarter turn, then try again.

Riding with an improperly tightened seat post can allow the saddle to turn or move and cause you to lose control and fall. Ask a specialized bicycle dealer to help you make sure you know how to correctly clamp your seat post. Understand and apply the correct technique for clamping your seat post quick release. Before you ride your bicycle, first check that the seatpost is securely clamped.

Brakes

Your bicycle is equipped with reliable and well-functioning brakes, provided they are correctly adjusted and maintained. Riding with improperly adjusted brakes or worn brake pads is extremely dangerous and can result in serious injury.

Applying brakes too hard or too suddenly can lock up a wheel, which could cause you to lose control and fall. Sudden or excessive application of the front brake may pitch the rider over the handlebars, which may result in serious injury.

Some bicycle brakes, such as disc brakes and linearpull brakes, are extremely powerful. Take extra care in becoming familiar with these brakes and exercise particular care when using them.

Disc brakes can get extremely hot with extended use. Be careful not to touch a disc brake until it has had plenty of time to cool.

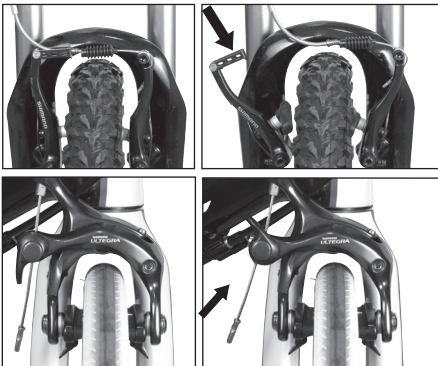
See the brake manufacturer's instructions for operation and care of your brakes. If you do not have the manufacturer's instructions, see a specialized bicycle dealer or contact the brake manufacturer.

Brake Controls

Your bicycle is pre-assembled and delivered so that the right brake lever operates the rear brake and the left lever the front brake, unless there is a national law or regulation imposing the opposite. It is very important for your safety that you understand and remember which brake lever controls which brake on your bicycle.

Your hands must be able to reach and pull the brake levers comfortably. If this is not the case, check with a bicycle dealer. Most brake levers can adjust their reach position. So either your brake levers need reach adjustment or you need a different brake lever design.

Most rim brakes nowadays have some form of quick release mechanism which clears the brake pads from the wheel rim, so that the wheel can easily be removed or re-installed.



When the brake quick release is open, the brakes are inoperative. Make sure a specialized bicycle dealer explains to you how the brake quick release works on your bike. Always make sure both brakes work correctly, before you start your ride.

Brakes Operation

Brakes are first designed to control the speed of vehicles and then to stop them. The maximum braking force occurs right before the wheel locks (e.g. stops rotating) and starts to skid. If and when the wheel skids, the rider has lost most of the stopping power and all of the direction control. It is very useful to practice progressive slowing and stopping of the bicycle, without locking the wheels. This is mostly a matter of experience, but a good rule of thumb is to experiment with the force you apply on the brake levers at different speeds and on different terrains. The moment you feel the wheel locks, release pressure just a little bit to keep the wheels turning. Locking the front wheel is extremely dangerous and can send you flying over the handlebar.

Another equally important parameter is your body weight transfer. When you apply the brakes and the bicycle starts to slow down, your body wishes to keep moving on and most of your weight is transferred to the front wheel. The heavier the wheel the more difficult stops. This is getting worse when your bicycle is equipped with front suspension. The suspension element "dips" under braking and worsens the weight transfer to the front. There is only one solution to this problem, which is again related to experience. You must practice, experiment and eventually learn to shift your body backwards while braking. This is even more important when you ride descents, because there automatically your weight shifts forward, even without braking.

Remember that braking gets weak on loose surfaces and in wet weather. Tire grip is reduced and brake pads get moisture. There is only one way to brake safely in such conditions and this is to ride slower. Always remember that in wet conditions braking distance is approximately 60% longer than dry weather.

Brakes Tech

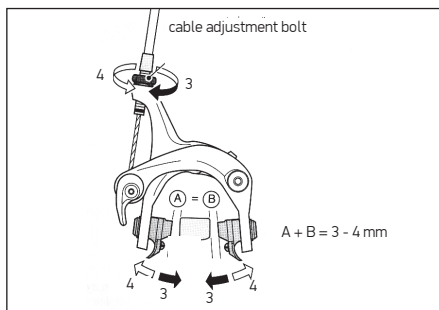
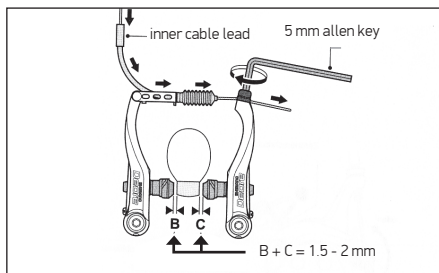
There are a number of different braking systems available nowadays for bicycles. Hydraulic disc brakes, mechanical/cable disc brakes, linear pull brakes (a.k.a. v-brakes), caliper brakes, cantilever brakes, roller brakes and coaster brakes are the most common.

There is a lot of technology, maintenance and

adjustment technique behind each one of these braking systems. Together with your bicycle you must have received detailed manufacturer's instructions for your bike brakes. If not, contact your bicycle dealer immediately. In principle all adjustments and maintenance should be done by a specialized bicycle dealer and service shop. You must only get involved with brakes service, maintenance and adjustment if you feel absolutely confident with your knowledge and practice level and always in cooperation with your specialized bicycle dealer in case of any questions.

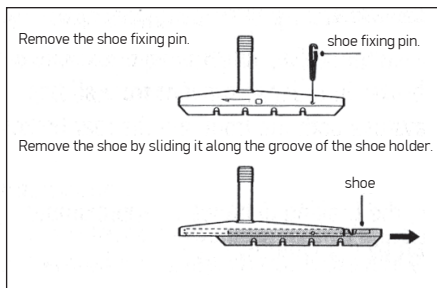
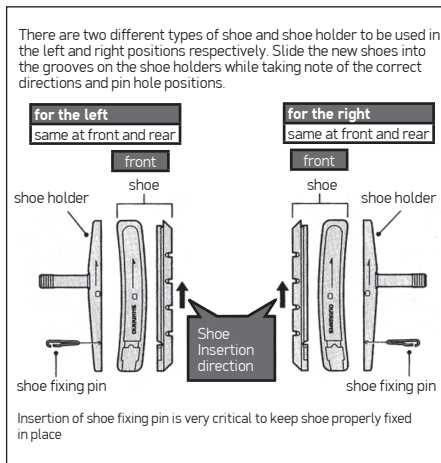
Some useful tips in case you do decide to 'work' on your bicycle brakes.

- Disc brakes require 30 to 100 brakings to reach their maximum braking performance.
- Disc brake rotors must be as clean as possible. Never touch them with greasy hands or apply any kind of lubricant on them.
- The clearance between wheel rims and brake pads/shoes must be 1.5 to 2mm for v-brakes and 3 to 4mm for calipers.
- Brake pads clearance can usually be adjusted with a cable adjustment bolt, right above the brake body.
- Beware of the mounting direction arrow on the



new brake shoe, whenever you replace worn brake shoes.


- Right and left brakes use different brake shoes and brake holders.
- Good quality brake shoes usually have security fixing pins. Make sure you remove them prior to brake shoe replacement and that you firmly put them back into place.



Brakes & Rims

Linear pull brakes or v-brakes, caliper brakes and cantilever brakes apply braking force on the wheel rim. This friction based braking wears out both the brake pad/shoe and the wheel rim. The rim wear out is quicker when riding in dirty, wet and/or muddy conditions, since the brake pads then carry along various substances that hurt the rim.

All bicycles with v-brakes are equipped with rims that warn the rider when they approach the end of their functional life. This is done with the so called

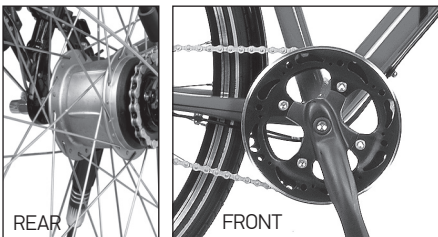
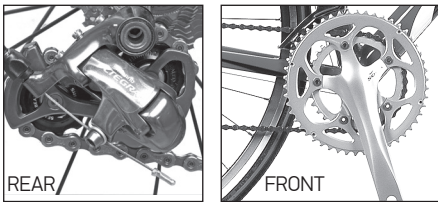
wear out indicator. Please ask a bicycle dealer to show  explain to you this indicator, since different rim producers use different technologies for that. Furthermore, make sure your rims are checked periodically and replaced immediately if necessary. Rim failure may lead to serious accidents.

Transmission Tech

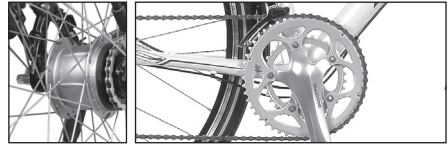
Almost all bicycles nowadays are equipped with multiple gears. Gears have been adjusted during production and must be rechecked by the bicycle dealer where you purchase your bicycle, before delivery. So no (re)adjustment will be necessary to begin with. Nevertheless, it is advisable to regularly check yourself the proper shifting performance and either readjust yourself or have your bicycle serviced at a bicycle shop. Together with your bicycle you must receive detailed manufacturer's instructions for all your bicycle transmission components. If not, contact your bicycle dealer immediately to get them.

What follows is a shifting technology briefing that will familiarize you with what you will read in these detailed manufacturer's instruction leaflets. Your multi-speed bicycle will have a derailleur drivetrain, an internal gear hub drivetrain, or, in some special cases, a combination of the two.

In case of a derailleur drivetrain, transmission will include a rear cassette or freewheel sprocket, a rear derailleur, a front derailleur (most of the times), one or two shifters, one, two or three front sprockets



(a.k.a. chainrings or chainwheels) and a chain.

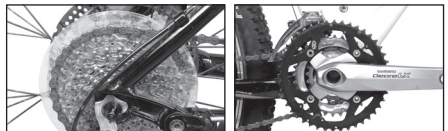


Shifters may be thumb levers, twist grips, finger operated triggers, combination shift/brake controls and push-buttons. If their operation does not come naturally to you, please ask a specialized bicycle dealer to explain the type of shifting controls that are on your bike, and to show you how they work.

Shifting jargon may be confusing sometimes. A downshift is a shift to a "lower" or "slower" gear, one which is easier to pedal.

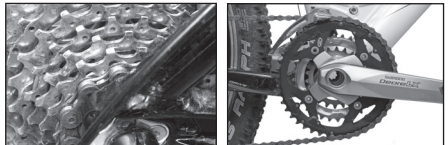
An upshift is a shift to a "higher" or "faster", harder to pedal gear.

The confusing part is most often that what's happening at the front derailleur is the opposite of what's happening at the rear derailleur. Most of the times downshifting the chain moves to a bigger sprocket at the rear and/or a smaller sprocket at the front.



Downshifting at the rear derailleur. Downshifting at the front derailleur.

The opposite happens when upshifting.



Upshifting at the rear derailleur. Upshifting at the front derailleur.

Whether down-or-up-shifting, the bicycle derailleur system requires the chain to move forward and be under some tension. Derailleurs shift only if and when you pedal forward. The rear derailleur is controlled by the right shifter, the front by the left.

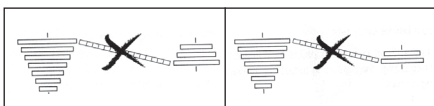
Never move the shifter while pedaling backwards and never pedal backwards right after moving the

shifter. The chain may jam, damage the bicycle and cause you to lose control and fall off the bicycle.

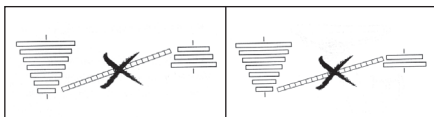
Never shift a derailleur onto the largest or the smallest sprocket if the derailleur is not shifting smoothly. The derailleur may be out of adjustment and the chain could jam, causing you to lose control and fall.

To avoid excessive wear and damage of the chain, sprockets and chain wheels, we advise against the following combinations:

– Largest chainring (front) – largest sprocket (rear)



– Smallest chainring (front) – smallest sprocket (rear)



If your bicycle has an internal gear hub drivetrain, the gear changing mechanism will consist of a 3, 7 or possibly 8 speed internal gear hub, one or sometimes two shifters, one or two control cables, one front sprocket called chainring or chainwheel, and a chain.

Shifting with an internal gear hub drivetrain is simply a matter of moving the shifter to the indicated position for the desired gear. After you have moved the shifter to the gear position of your choice, ease the pressure on the pedals for one or two seconds, to allow the hub to complete the shift.

Regularly check that your chain is clean and well-lubricated. Have a bicycle dealer check the chain for wear.

Transmission Fit

The numerically lowest gear (1) is suitable for going uphill. The numerically largest gear (3, 5, 6, 7, 8, 9, 10 or 12) is suitable for greater speed.

It is not necessary to shift gears in sequence. Instead, find the “starting gear” for the conditions —

a gear which is hard enough for quick acceleration but easy enough to let you start from a stop without wobbling — and experiment with upshifting and downshifting to get a feel for the different gears. At first, practice shifting where there are no obstacles, hazards or other traffic, until you’ve built up your confidence. Learn to anticipate the need to shift, and shift to a lower gear before it gets too steep. If you have difficulties with shifting, the problem could be mechanical adjustment. See a specialized bicycle dealer for help.

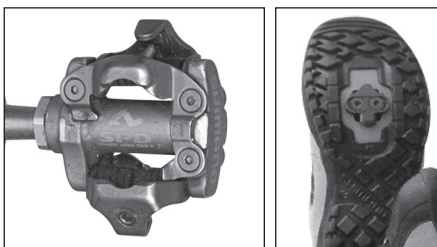
Pedals

Some bicycles are equipped with pedals that have sharp and potentially dangerous surfaces. These surfaces are actually designed to increase safety by offering more grip to the rider’s shoe. If your bicycle has this type of high-performance pedal, you must take extra care to avoid injury from the pedals’ sharp surfaces. Based on your riding style or skill level, you may prefer a simpler pedal design. Ask a specialized bicycle dealer for help & recommendations.

Some bicycles may be equipped with pedals that have toeclips and straps. These are ways to keep feet correctly positioned and engaged with the pedals. The toeclip positions the ball of the foot over the pedal spindle, thus maximizing pedaling power. The toe strap, when tightened, keeps the foot engaged throughout the rotation cycle of the pedal. Getting into and out of pedals with toeclips and straps requires skill which can only be acquired with practice.

Cletpless pedals are another way to keep feet securely in the correct position for maximum pedaling efficiency. They have a plate called “cleat” on the sole of the shoe, which clicks into a mating spring-loaded fixture on the pedal.

They only engage or disengage with a very specific motion which must be practiced until it becomes



automatic. Clipless pedals require shoes and cleats which are compatible with the make and model pedal being used. Many clipless pedals are designed to allow the rider to adjust the amount of force needed to engage or disengage the foot. Follow the pedal manufacturer's instructions, or ask a specialized bicycle dealer to show you how to make this adjustment. Use the easiest setting until engaging and disengaging becomes a reflex action, but always make sure that there is sufficient tension to prevent unintended release of your foot from the pedal. Practice is required to learn to engage and disengage the foot safely. Until engaging and disengaging the foot becomes a reflex action, the technique requires concentration which can distract your attention and cause you to lose control and fall. Practice engaging and disengaging clipless pedals in a place where there are no obstacles, hazards or traffic, and be sure to follow the pedal manufacturer's setup and service instructions. If you do not have the manufacturer's instructions, see a specialized bicycle dealer or contact the manufacturer.

Toe Overlap occurs when one of the pedals is in the most forward position, you turn the handlebar to steer, and your toe touches the front wheel. This is common on small-size or super-compact-geometry frames, and can be avoided by keeping the inside pedal up and the outside pedal down when making sharp turns. On any bicycle, this technique will also prevent the inside pedal from striking the ground in a turn. Toe Overlap could cause you to lose control and fall. Ask a specialized bicycle dealer to help you determine if the combination of frame size, crank arm length, pedal design and shoes you will use results in pedal overlap. Please note that whether you have overlap or not, you must always keep the inside pedal up and the outside pedal down when making sharp turns.

Bicycle Suspension

Most bicycles are equipped with suspension systems. There are many different types of suspension systems. If your bicycle has a suspension system of any kind, be sure to read and follow the suspension manufacturer's setup and service instructions. If you do not have the manufacturer's instructions, see a bicycle dealer or contact the manufacturer. Failure to maintain, check and properly adjust the suspension system may result in suspension malfunction, which may cause

you to lose control and fall.

Changing suspension adjustment can change the handling and braking characteristics of your bicycle. Do not change suspension adjustment unless you are thoroughly familiar with the suspension system manufacturer's instructions and recommendations. Always check for changes in the handling and braking characteristics of the bicycle after a suspension adjustment by taking a careful test ride in a hazard-free area.

Suspension can increase control and comfort by allowing the wheels to better follow the terrain. This enhanced capability may allow you to ride faster; but you must not confuse the enhanced capabilities of the bicycle with your own capabilities as a rider. Increasing your skill will take time and practice.

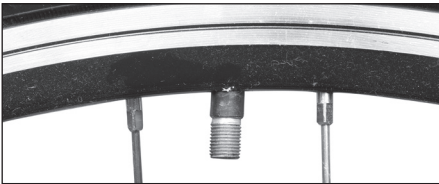
Tires & Tubes

The size and pressure rating are clearly marked on the sidewall of your bicycle tires. Tire pressure is the most important piece of information. Never inflate your tires beyond the maximum pressure marked on their sidewall. Exceeding this maximum pressure may blow the tire off the rim. This may cause damage to the bike and injury to you and bystanders. The best way to inflate your tires is with a bicycle pump which has a built-in pressure gauge. Using petrol station air hoses or other air compressors is not recommended for bicycle tires, since they may rapidly increase the tire pressure causing the tube to explode.

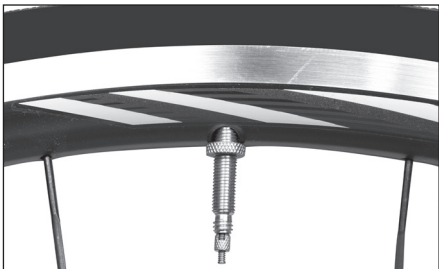
Usually tire pressure is given on the tire sidewall as a pressure range. This is because the tire performance on different terrains and weather conditions depends on the tire pressure. Inflating the tire near its maximum pressure minimizes rolling resistance, but only works properly on smooth, dry pavement. Near the minimum allowed pressure the tire behaves very well on smooth, slick terrain like hard-packed clay, or on deep, loose surfaces like sand. But if tire pressure is too low for your weight, the possibility for pinch flats increases. This happens when the tire deforms enough to block the tube between the rim and the riding surface. The tube then punctures. A common, simplified rule of thumb requires higher pressure for heavier riders and smoother tracks, lower pressure for better shock absorption and harder terrains.

Sometimes on the tire sidewall there is another marking showing the rotation direction. This is most common on high end tires whose tread is best designed for unidirectional use, i.e. performs better when rotating in one direction only. Make sure your tires are always mounted according to the rotation direction marked on their sidewall.

Most bicycles nowadays use two kinds of bicycle tube valves, the Schraeder and the Presta. The Schraeder valve is like the car tire valve.



To inflate it you need to remove the cap and clamp the pump fitting onto the end of the valve stem. To let air out you need to press the pin in the middle of the valve stem with a sharp object.



The Presta valve is narrower. To inflate it remove the cap, unscrew the valve stem lock-nut counterclockwise and push down on the valve stem to help it move freely. Apply the pump head on the valve head and inflate. To let air out you need to unscrew the lock nut and press the valve stem. If your pump does not have a Presta specific head, you need an adaptor which screws on the Presta valve once you have released the valve lock nut.

Please remember that tube patching is only an emergency and thus temporary repair. You must replace a patched tube as soon as possible with a new one. A patched tube may fail resulting in tube failure and flat tire, which may cause you to lose control and fall. In case of a flat tire, remove the wheel and deflate it completely. Unhook the tire

from the rim and remove it using proper tire levers, not screwdrivers or kitchenware. Remove the tube from the tire casing and replace or repair it. Slightly inflate the tube, so that it takes its round shape and put it back into the tire casing. Pass the tube valve through the rim hole and install one side of the



tire bead along the rim. Using the same tire levers, preferably two of them, install the other side of the tire bead starting from the valve area and moving with the tools simultaneously to opposite sides. Ideally the levers will end their way putting the tire bead back into the rim at the opposite side of the valve. Push the valve back into the tire and pull it outwards to seat on the rim properly.



Make sure the tube does not get pinched under the tire bead. Inflate the tube to proper pressure and close the valve cap. In case of tires with wire bead, it will be quite hard to reinstall the tire back into the rim. Be careful not to hurt your fingers and/or hands. Install the wheel back onto the frame/fork and remember to properly close the brake quick release mechanism.

In case of tubeless wheels/rims and tires, please read carefully the manufacturer's instructions for air pressure and fixing flats.

BICYCLE SERVICE

Like any mechanical device, a bicycle and its components are subject to wear and stress. Different materials and mechanisms wear or fatigue from stress at different rates and have different life cycles. If a component's life cycle is exceeded, the component can suddenly and catastrophically fail, which can cause the rider to lose control and fall. Scratches, cracks, fraying and discoloration are signs of stress-caused fatigue and indicate that a part is at the end of its useful life and needs to be replaced. While the materials and workmanship of your bicycle or of individual components may be covered by a warranty for a specified period of time by the manufacturer, this is no guarantee that the product will last the term of the warranty. Product life is often related to the kind of riding you do and to the treatment to which you submit the bicycle. The bicycle's warranty is not meant to suggest that the bicycle cannot be broken or will last forever. It only means that the bicycle is covered subject to the terms of the warranty.

Numerous advances over the last 20 years have turned bicycles into complex technological products. Bicycle service thus requires special tools, know-how and a lot of experience. It is not possible for this user Manual to provide all the necessary information and knowledge, to properly repair or even to fully maintain your bicycle. This Manual limits itself only to the absolutely necessary things that you need to do on your bicycle for everyday use. For full periodic check & maintenance, as well as for preparation of your bicycle for a more serious event or race, it is of paramount importance that you take it to a specialized bicycle dealer. It is also strongly advisable, together with your dealer, to go through the normal maintenance requirements and adapt them to your specific riding style and even your specific geographic location where you typically use your bicycle. This way the risk of accidents and possible injuries will be minimized.

Always remember that most bicycle service and repair tasks require special knowledge and tools. Do not begin any adjustments or service on your bicycle until your dealer has exhibited and taught you how to properly complete them. Improper adjustment or service may result in damage to the bicycle or can

cause you to lose control and fall. If you want to learn to do major service and repair work on your bike, please talk to our bicycle dealer and make sure you understand the skills it takes and the risks it encloses.

For buying spare parts you are strongly recommended to visit your bicycle dealer where you sourced the bicycle and look for genuine, original components, preferably of the same or better level than the ones originally on your bicycle. In case you wish to differentiate, always consult a bicycle dealer. The company will not be responsible for damages caused by using non-original parts or parts not approved by a bicycle dealer.

Original parts are extremely important for your safety when they concern frame and fork, brakes, tires and tubes, handlebar and stem, and transmission. Never use adapters to fix or assemble on your own brakes, seat posts, handlebars and stems.

BICYCLE CARE

The proper function and nice look of your bicycle is better guaranteed if you perform some basic periodical bicycle care. This preserves the value of the bicycle and prevents corrosion or other age/time damages. Some useful tips:

- Wash with water, clean with soft brush, wipe with soft towel. Do not use high pressure water, since it may damage bearings, color and decals.
- Do not use aggressive cleaning ingredients & additives. The nature of effects will be similar to high pressure water, but much worse.
- Repair color damages at once, before corrosion starts acting.
- Grease or oil all metal parts especially during winter use.
- Please look for and use environment-friendly, biodegradable bicycle cleaners and degreasers. Look for them at a specialized bicycle dealer.

BICYCLE MAINTENANCE, CHECK & SERVICE

At least on an annual basis, the following checks & actions must be taken by a professional bicycle mechanic in a specialist bicycle dealer shop:

- Chain wear and tension, chain cleaning & lubrication. The bicycle chain must not be over greased. Replace if necessary.
- Headset and bottom bracket cartridge for play. Replace if necessary.
- Pedal bearings for play. Replace if necessary.
- Front & rear derailleurs for perfect function. Readjust & clean if necessary.
- Handlebar & stem for visible damages. Replace if necessary. Retighten all bolts following the recommended torque values.
- Complete brake system for perfect function. Replace defective or worn out parts, such as brake shoes, brake pads or brake cables and inner wires. Check for air in hydraulic brake systems. Refill with the proper oil if necessary.
- Complete wheels. Particular attention on rims, tires and tubes wear. Replace if necessary, and true the wheel before letting the bicycle ride again. Check hub axle for play & lubrication.
- Air pressure of the tire tubes and overall condition of the tire sidewalls and treads.
- Complete lighting system. Replace wiring if damaged or bent.
- Bell.
- Handlebar grips for proper fixing on handlebar. Replace if damaged.
- Front suspension for perfect function and play in the bushings.
- Rear suspension for perfect function and proper tightening of all bolts, according to manufacturer's recommended torque values.
- Frame and fork, if rigid, for perfect condition. Replace if something is or seems wrong.

On a **monthly** basis, do the following checks:

- Clean, lubricate and if necessary adjust the front & rear derailleurs.

- Clean, lubricate and if necessary tighten the head set.
- Check, grease and if necessary replace the brake & gear cables.

It is strongly advised that you have those checks done at a bicycle shop. If after the above checks you feel something is wrong or you sense/see/hear something that you do not know or like, please immediately take your bicycle to a bicycle shop.

Every 3 to 5 hours of riding, depending how hard riding has been, please perform the following checks:

- Check the frame, especially in the areas around tube weldings, handlebar, stem and seat post for deep scratches, discoloration or cracks. These are signs of stress-caused fatigue and indicate that a part or component is at the end of its useful life. Do not ride the bike until a specialized bicycle dealer replaces it.
- Lift the front wheel off the ground by 5-8 cm and then let it bounce on the ground. If anything sounds, feels or looks loose, try to secure it. If you are not sure, do not ride the bike and visit your nearest specialized bicycle dealer.
- Hold the front wheel firmly between your knees and rock the bicycle forward and back. Everything should feel solid. If you feel a clunk with each movement, you probably have a loose headset. Do not ride the bike. Have your nearest specialized bicycle dealer check the headset.
- Lift the front wheel off the ground and swing it from side to side. If you feel a roughness on the steering, you probably have an over tight headset. Do not ride the bike. Have your nearest specialized bicycle dealer check the headset.
- Grab each pedal and rock it towards and away from the centerline of the bike, and then upwards and down. If anything feels loose, do not ride your bicycle. Have a bicycle dealer check the pedals, crank arms, front chainwheel and bottom bracket.
- Check tire inflation by putting one hand on the saddle, one on the intersection of the handlebar and stem; bounce your weight on the bike while looking at tire deflection. Compare with how it looks when you know that the tires are inflated properly. Adjust if necessary. See tires sidewall for recommended pressures.

- Rotate each wheel slowly and look for cuts in the tread and sidewall. Replace damaged tires before riding the bike.
- Spin each wheel and check for brake clearance and side-to-side wobble. If the wheel is not true or hits the brake pads, visit a specialized bicycle shop. Do not attempt to true the wheel unless you are absolutely sure that you know what you are doing, and you have the necessary tools to do it correctly.
- Check that the front and rear wheels are straight and properly secured in the dropouts. The wheel nuts must be properly tightened.
- Squeeze each adjoining pair of spokes on either side of each wheel between your thumb and index finger.



All pairs should feel the same, otherwise your bicycle dealer should check the wheels for tension and trueness. Do not ride the bike till then.

- Press the brake levers. The pads must touch the rim within 2cm of brake lever movement. Full braking force must be applied without the brake lever touching the handlebar. If this is not the case, the brakes need adjustment. Do not ride the bike until a qualified bicycle technician adjusts the brakes.
- If your bicycle has a coaster brake make sure that the coaster brake arm is securely fastened on the chain stay. If the arm or its mounting bracket is loose, do not ride the bike unless a qualified bicycle shop properly secures the coaster brake.
- Operate both brakes once or twice. Visually check the brake cables and ensure that brake lever motion is properly transmitted to the brake arms. If not, do not ride the bike until a qualified bicycle technician adjusts the brake cables.

- Check both brake and gear cables and cable housings. If you observe rust, kinks or fraying, have your bicycle dealer replace them.
- Check that the saddle and the handlebar stem are aligned with the top tube tight enough so that you cannot twist them.
- If the handlebar grips are not in a good condition or tight enough, replace them with new ones.

On a bicycle-ride-basis and before you start riding, i.e. hopefully and potentially on a **daily** basis, please refer to the BICYCLE CHECK chapter on page 50 and perform the simple checks mentioned there; this minimizes the risk of accident and injury.

BICYCLE WARRANTY

For a more efficient service you are kindly requested to fill in the WARRANTY FORM/CARD on page 73. This warranty covers the replacement of the frame, should a defect in material or workmanship occur. The defect must be verified by a specialized bicycle dealer within the warranty period, which starts from the date of original purchase and lasts for three (3) years. All other components are guaranteed against faulty workmanship or materials for a period of two (2) years from the date of original purchase.

Claims under this warranty are valid for the original owner only and must be accompanied by dated proof of original purchase. Initially, all claims must be made through bicycle dealer who supplied the bicycle.

The above mentioned warranty periods shall only be granted under the condition that at least once a year a maintenance service has been effected according to maintenance requirements as set forth in this Manual by a bicycle dealer.

For this purpose a 5-year maintenance service plan for your bicycle can be found in the last part of this Manual, right before the warranty card. The bicycle dealer shall confirm the effected annual maintenance service by signature and stamp. In case you keep your bicycle for a longer period than five years, please feel free to photocopy and add more unfilled pages to this plan.

Costs for maintenance and service have to be born by the owner of the bike. In case of a warranty claim, the decision to repair or to replace the defective part is made upon the sole discretion of the manufacturer. Non defective parts will only be replaced at the expense of the bicycle owner.

At the end of this Manual there is a warranty form that needs to be filled in and signed by the customer. A copy of this form must remain with the bicycle dealer, upon acceptance and signature of the customer. Showing this form together with the proof of purchase and the defective product in case of a warranty claim is obligatory, otherwise no warranty is granted.

EXCLUSIONS

Normal wear and tear is not covered by this warranty. Please read the next chapter to learn more about the parts that fall in this category.

The manufacturer shall not be bound to make good any defect where the bicycle and/or its components have been subject to misuse, neglect, accidental damage, abuse, improper assembly and improper maintenance by other than a specialist bicycle bicycles dealer. The use of parts and/or devices which is not consistent with the use originally intended for the bicycle as sold, as well as damages caused by using non-original parts or parts not approved by a bicycle dealer, are not covered by this warranty.

This warranty is void if the bicycle is modified from its original condition or the bicycle is used for other than normal activities, including, but not limited to, failing to follow the instructions included in this Owner's Manual, or using the bicycle in competition events, including, but not limited to, bicycle racing, stunt riding, ramp jumping or similar activities.

The company hereby grants a voluntary limited manufacturer's warranty, which is provided under the specific terms and conditions exclusively described in this document. This warranty does not affect any statutory rights of the customer.

WARNING

Like any mechanical device, a bicycle and its components are subject to wear and stress. Different materials and mechanisms wear or fatigue from stress at different rates and have different life cycles. If a component's life cycle is exceeded, it can fail suddenly and catastrophically, causing injury to the rider.

Many bicycle and service tasks require special training, skill, knowledge and tools. Do not begin any adjustments or service on your bicycle, unless you know that you can properly complete them. Improper adjustment or service may result in damage to the bicycle or in an accident which can cause serious injury.

Like all sports, cycling involves risk of injury and damage. By choosing to ride a bicycle, you assume the responsibility for that risk. So you need to know and constantly practice the rules of safe and responsible riding.

ATTENTION



To ensure the safety of riding your bike, it is required that certain parts (such as forks, suspension forks and rear shocks) go through periodical checks and maintenance, according to their manufacturer's guide accompanying each product. For these services please always contact a bicycle dealer.

The periodical checking and service of the bicycle according to the instructions of the manufacturer described in this manual are absolutely necessary for a safe and enjoyable riding.

In case that, despite the recommendations and instructions of the manufacturer, the bicycle owner/ user does not perform periodical checking and service of the bicycle, he/ she undertakes the risk of serious accident, for which the manufacturer has no responsibility.

BICYCLE PARTS OF WEAR AND TEAR

Parts of wear and tear are excluded from any warranty.

Normal parts of wear and tear, i.e. parts and components that will wear out by definition because they are being used, include tires, tubes, saddles, brake shoes/pads, brake  gear cables  inner wires, chain, sprockets, chainrings, derailleur pulleys, rims, handlebar grips, reflectors and light systems. The wear out of above parts depends on bicycle maintenance, bicycle care, riding style and riding conditions. The result of these parameters is the time by which above parts will start to function below perfect. It is of paramount importance that those parts are immediately replaced when wear and tear become obvious.


Wear and tear also comes in when your bicycle sustains an **impact**. In such a case, first of all check yourself for injuries, and take care of them as best you can. Seek medical help if necessary. Next, check your bike for damage. After any crash, take your bike to a specialized bicycle dealer for a thorough check. A crash or other impact can put extraordinary stress on bicycle components, causing them to fatigue prematurely. Components suffering from stress fatigue can fail suddenly and catastrophically, causing loss of control and fall.

Nothing lasts forever, including your bicycle. When the useful life of your bike or its components is over, continued use is hazardous. Every bicycle and its component parts have a finite, limited useful life. The length of that life will vary with the construction and materials used in the frame and components; the maintenance and care the frame and components receive over their life; and the type and amount of use to which the frame and components are subjected. Use in competitive events, trick riding, ramp riding, jumping, aggressive riding, riding on severe terrain, riding in severe climates, riding with heavy loads, commercial activities and other types of non-standard use can dramatically shorten the life of the frame and components. Any one or a combination of these conditions may result in an unpredictable failure. All aspects of use being identical, lightweight bicycles and their components will usually have a shorter life than heavier bicycles

and their components. In selecting a lightweight bicycle or components you are making trade-off, favouring the higher performance that comes with lighter weight over longevity. So, If you choose lightweight, high performance equipment, be sure to have it inspected frequently.

Metals are subject to fatigue. With enough cycles of use, at high enough loads, metals will eventually develop cracks that lead to failure. Fatigue is the term used to describe accumulated damage to a part caused by repeated loading. Fatigue has nothing to do with time or age. A bicycle parked in a garage does not fatigue. Fatigue happens only through use. On a microscopic level, a crack forms in a highly stressed area. As the load is repeatedly applied, the crack grows. At some point the crack becomes visible to the naked eye. Eventually it becomes so large that the part is too weak to carry the load that it could carry without the crack. At that point there can be a complete and immediate failure of the part. A part so strong that its fatigue life is nearly infinite, is possible to be designed and manufactured. But this requires a lot of material and thus weight. Any structure that must be light and strong will have a finite fatigue life. Airplanes, cars, motorcycles they all have parts with finite fatigue lives. If you wanted a bicycle with an infinite fatigue life, it would weigh far more than any bicycle sold today.

A few simple rules about wear, tear, and fatigue follow:

- Once a crack starts, it can grow and it can grow fast. All cracks are potentially dangerous and will only become more dangerous; never less. So if you find a crack, replace the part.
- Cracks grow quicker when they are in a corrosive environment. Clean and lubricate your bicycle, protect it from salt and remove any salt as soon as possible. Salt is a slow death for all parts actually; even without cracks, it is very common that salt will get through small surface scratches that have nothing to do with strength  fatigue.
- Stains and discoloration may occur near cracks. So such a staining is a warning sign that a crack exists. Therefore, you must inspect and investigate any staining to see if it is associated with a crack.
- Significant scratches, dents or scoring are starting points for cracks. Such areas facilitate the concentration and amplification of stresses. They

must be immediately repaired or the complete part must be replaced.

- Some cracks make a creaking noise while riding. Such noises may thus be a warning signal. A well-maintained bicycle must be quiet and free of creaks and squeaks. Whatever causes noise, must be fixed promptly and permanently.

In most cases a fatigue crack is not a defect. It is a sign that the part has been worn out, a sign the part has reached the end of its useful life. When car tires wear down to the point that the tread bars are contacting the road, those tires are not defective but worn out. When a metal part shows a fatigue crack, it is worn out and the crack says "time for replacement."

Fatigue is not a perfectly predictable science.

Factors that shorten product life:

- Hard, harsh riding style
- "Hits," crashes, jumps, other "shots" to bike
- High mileage
- Higher body weight
- Stronger, more fit, more aggressive rider
- Corrosive environment (wet, salt air, winter road salt, accumulated sweat)
- Presence of abrasive mud, dirt, sand, soil in riding environment

Factors that lengthen product life:

- Smooth, fluid riding style
- No "hits," crashes, jumps to bike
- Low mileage
- Lower body weight
- Less aggressive rider
- Non-corrosive environment (dry, salt-free air)
- Clean riding environment

Do not ride a bicycle or component with any crack, bulge or dent, even a small one. Riding a cracked frame, fork or component could lead to complete failure, with risk of serious injury.

A lot of frames, forks, handlebars, stems, seat posts, bar ends, etc nowadays are made of **carbon**. Carbon fibers allow the engineers to strengthen structures

in pre-determined directions, thus keeping the overall weight very low. Metal structures on the contrary present the same properties in all directions and require bigger dimensions to exhibit the same strength. Carbon fiber components are also much more resistant to corrosion than metals. So carbon parts usually have a better, longer fatigue life than metal ones, provided they are well designed and made of course. But there a couple of big disadvantages. Carbon will not bend, crack or buckle when overloaded. It will simply snap and fail. Carbon is much easier to start a crack from simple contacts and scratches. Delamination is the first indication, i.e. when carbon layers start to 'unfold' and the bonds between successive carbon layers start to break.

..... BICYCLE 1st SERVICE (after 100-200km or 10-15 hours of use)

Model: _____

Date of purchase: _____

Frame material: _____

Frame color: _____

Frame size: _____

Bicycle dealer must check appropriate bullet points:

- Frame
- Rigid or suspension fork
- Rear shock
- Brakes, as per enclosed manufacturer's instructions Manual
- Brake shoes / pads, brake levers, brake cables & inner wires
- Shifters, front & rear derailleur, shifting cables
- Chain, chainwheel, freewheel / cassette sprocket, bottom bracket
- Pedals
- Handlebar, stem, grips and head set
- Complete wheels, stability, truing & rim surface / limit line
- Hubs, spokes, nipples, rim area around nipples
- Air pressure of the tire tubes and overall condition of the tire sidewalls and treads
- Complete lighting system
- Bell
- All screws, nuts & bolts, cable guides & bosses

Dealer comments: _____

Date of service: _____

Dealer signature: _____

Dealer stamp: _____

..... BICYCLE 2nd SERVICE (after 2000km or 100 hours of use)

Model: _____

Date of purchase: _____

Frame material: _____

Frame color: _____

Frame size: _____

Bicycle dealer must check appropriate bullet points:

- Frame
- Rigid or suspension fork
- Rear shock
- Brakes, as per enclosed manufacturer's instructions Manual
- Brake shoes / pads, brake levers, brake cables & inner wires
- Shifters, front & rear derailleur, shifting cables
- Chain, chainwheel, freewheel / cassette sprocket, bottom bracket
- Pedals
- Handlebar, stem, grips and head set
- Complete wheels, stability, truing & rim surface / limit line
- Hubs, spokes, nipples, rim area around nipples
- Air pressure of the tire tubes and overall condition of the tire sidewalls and treads
- Complete lighting system
- Bell
- All screws, nuts & bolts, cable guides & bosses

Dealer comments: _____

Date of service: _____

Dealer signature: _____

Dealer stamp:

..... BICYCLE 3rd SERVICE (after 4000km or 200 hours of use)

Model: _____

Date of purchase: _____

Frame material: _____

Frame color: _____

Frame size: _____

Bicycle dealer must check appropriate bullet points:

- Frame
- Rigid or suspension fork
- Rear shock
- Brakes, as per enclosed manufacturer's instructions Manual
- Brake shoes / pads, brake levers, brake cables & inner wires
- Shifters, front & rear derailleur, shifting cables
- Chain, chainwheel, freewheel / cassette sprocket, bottom bracket
- Pedals
- Handlebar, stem, grips and head set
- Complete wheels, stability, truing & rim surface / limit line
- Hubs, spokes, nipples, rim area around nipples
- Air pressure of the tire tubes and overall condition of the tire sidewalls and treads
- Complete lighting system
- Bell
- All screws, nuts & bolts, cable guides & bosses

Dealer comments: _____

Date of service: _____

Dealer signature: _____

Dealer stamp:

Model: _____

Date of purchase: _____

Frame material: _____

Frame color: _____

Frame size: _____

Bicycle dealer must check appropriate bullet points:

- Frame
- Rigid or suspension fork
- Rear shock
- Brakes, as per enclosed manufacturer's instructions Manual
- Brake shoes / pads, brake levers, brake cables & inner wires
- Shifters, front & rear derailleur, shifting cables
- Chain, chainwheel, freewheel / cassette sprocket, bottom bracket
- Pedals
- Handlebar, stem, grips and head set
- Complete wheels, stability, truing & rim surface / limit line
- Hubs, spokes, nipples, rim area around nipples
- Air pressure of the tire tubes and overall condition of the tire sidewalls and treads
- Complete lighting system
- Bell
- All screws, nuts & bolts, cable guides & bosses

Dealer comments: _____

Date of service: _____

Dealer signature: _____

Dealer stamp:

..... BICYCLE 5th SERVICE (after 8000km or 400 hours of use)

Model: _____

Date of purchase: _____

Frame material: _____

Frame color: _____

Frame size: _____

Bicycle dealer must check appropriate bullet points:

- Frame
- Rigid or suspension fork
- Rear shock
- Brakes, as per enclosed manufacturer's instructions Manual
- Brake shoes / pads, brake levers, brake cables & inner wires
- Shifters, front & rear derailleur, shifting cables
- Chain, chainwheel, freewheel / cassette sprocket, bottom bracket
- Pedals
- Handlebar, stem, grips and head set
- Complete wheels, stability, truing & rim surface / limit line
- Hubs, spokes, nipples, rim area around nipples
- Air pressure of the tire tubes and overall condition of the tire sidewalls and treads
- Complete lighting system
- Bell
- All screws, nuts & bolts, cable guides & bosses

Dealer comments: _____

Date of service: _____

Dealer signature: _____

Dealer stamp:

BICYCLE WARRANTY FORM/CARD

(If you will not keep this Manual, please tear & keep this page)

Bicycle dealer

Name _____

Address _____

Phone / fax / email / website _____

Customer

Name _____

Address _____

Phone / fax / email / website _____

Bicycle

Model _____

Date of purchase / delivery _____

Frame material / color / size _____

Frame serial number _____

Declaration of proper handing over

- The above bicycle was checked in detail by me.
- The delivery was made properly.
- The Owner's Manual was handed over to me and I received proper oral information about its content.
- I am aware that this warranty is limited to faulty products and that there is no warranty for damages of wear and tear caused by use of this bicycle or damages caused by accidents.
- I am aware that this warranty is granted under the specific terms and conditions exclusively described in this Owner's Manual.

Place / Date

Dealer Stamp

Customer Signature



DEALER COPY

BICYCLE WARRANTY FORM/CARD

(If you will not keep this Manual, please tear & keep this page)

Bicycle dealer

Name _____

Address _____

Phone / fax / email / website _____

Customer

Name _____

Address _____

Phone / fax / email / website _____

Bicycle

Model _____

Date of purchase / delivery _____

Frame material / color / size _____

Frame serial number _____

Proof of purchase _____

Declaration of proper handing over

- The above bicycle was checked in detail by me.
- The delivery was made properly.
- The Owner's Manual was handed over to me and I received proper oral information about its content.
- I am aware that this warranty is limited to faulty products and that there is no warranty for damages of wear and tear caused by use of this bicycle or damages caused by accidents.
- I am aware that this warranty is granted under the specific terms and conditions exclusively described in this Owner's Manual.

Place / Date

Dealer Stamp

Customer Signature

ISO 4210-2 / ISO 8098:2014

ΝΙΚΟΣ ΜΑΝΙΑΤΟΠΟΥΛΟΣ Α.Ε.

ΕΤΑΙΡΙΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ & ΕΜΠΟΡΙΑΣ ΔΙΚΥΚΛΩΝ

ΚΕΝΤΡΙΚΑ ΓΡΑΦΕΙΑ: 265 04 Αγ. Βασίλειος, Πάτρα
Τηλ: 2610-993045
e-mail: commerce@idealbikes.gr

ΝΙΚΟΣ ΜΑΝΙΑΤΟΡΟΥΛΟΣ S.A.

INDUSTRIAL & TRADING CYCLE COMPANY

HEAD OFFICE-FACTORY: 265 04 Agios Vassilios, Patras
Greece
Tel: +30-2610-993045
e-mail: commerce@idealbikes.gr