



UM-L8H0A-003

Mode d'emploi

Pédales à un côté SPD Light Action et un côté plat

MISE EN GARDE IMPORTANTE

- Contactez le lieu d'achat ou distributeur pour toute information concernant l'installation, le réglage et le remplacement des produits non mentionnés dans le présent mode d'emploi. Un manuel du revendeur à l'attention des mécaniciens vélo professionnels et expérimentés peut être consulté sur notre site Internet (<https://si.shimano.com>).

Pour des raisons de sécurité, lisez attentivement et entièrement ce « mode d'emploi » avant toute utilisation et veillez à bien respecter les consignes. Rangez-le de façon à pouvoir y accéder à tout moment.

Les instructions suivantes doivent être observées à tout moment afin d'éviter toute blessure corporelle ou tout dégât causé à l'équipement et à la zone de travail. Les instructions sont classées en fonction du degré de dangerosité ou de l'ampleur des dégâts pouvant survenir si le produit est mal utilisé.

DANGER	Le non-respect de ces instructions entraîne des blessures graves ou mortelles.
AVERTISSEMENT	Le non-respect de ces instructions peut entraîner des blessures graves ou mortelles.
ATTENTION	Le non-respect de ces instructions peut entraîner des blessures corporelles ou endommager l'équipement et la zone de travail.

Informations importantes concernant la sécurité

AVERTISSEMENT

- Afin de garantir la sécurité des enfants qui utilisent ce produit, les enfants doivent recevoir des instructions sur son utilisation correcte une fois que les responsables et les enfants ont tous compris complètement les informations suivantes. Si les instructions fournies ne sont pas respectées, des blessures graves risquent de se produire.
- Ne démontez et ne modifiez pas ce produit. Cela pourrait entraîner un dysfonctionnement du produit et vous pourriez brusquement chuter et vous blesser gravement.
- Soyez prudent lorsque vous utilisez ces pédales en compétition ou de façon agressive. Les cales risquent de se déclencher accidentellement des pédales et vous risquez de tomber du vélo. Conçues pour un usage récréatif, ces pédales sont plus faciles à enclencher et à déclencher des cales que les pédales SPD.
- Avant de rouler avec ces pédales et ces cales (chaussures), assurez-vous de bien comprendre le fonctionnement du mécanisme d'enclenchement / de déclenchement des pédales et des cales (chaussures). Les pédales SPD sont conçues pour se débloquent uniquement lorsque vous le souhaitez. Elles ne sont pas conçues pour se débloquent automatiquement en cas de chute du vélo.

- Utilisez uniquement les chaussures SPD avec ce produit. D'autres types de chaussures risquent de ne pas pouvoir se déclencher des pédales ou risquent de se déclencher de façon inattendue.

- Utilisez uniquement des cales SHIMANO (SM-SH51/SM-SH56) et assurez-vous que les vis de montage sont serrées solidement sur les chaussures. Ne pas serrer les vis correctement peut entraîner une chute lors de laquelle les cales ne se déclenchent pas.

- Avant de rouler avec ces pédales et ces cales, serrez les freins, puis placez un pied sur le sol et entraînez-vous à enclencher et déclencher chaque cale de sa pédale jusqu'à ce que vous parveniez à effectuer cette manœuvre naturellement et sans effort.

- Roulez d'abord sur une surface plane pour vous habituer à enclencher et déclencher vos cales des pédales.

- Avant de rouler, réglez la force de maintien de la cale des pédales selon vos préférences. Si la force de maintien de la cale des pédales est faible, les cales risquent de se déclencher par accident et vous risquez de perdre l'équilibre et de tomber de vélo. Si la force de maintien de la cale des pédales est élevée, les cales ne peuvent pas être déclenchées facilement.

- Lorsque vous conduisez la bicyclette à petite vitesse ou lorsqu'un arrêt risque d'être nécessaire (par exemple pour faire demi-tour, à l'approche d'une intersection, en montant une forte côte ou dans un virage sans visibilité), dégagez d'avance les cales des pédales de manière à pouvoir poser les pieds sur le sol à n'importe quel moment.

- Utilisez une force de maintien des cales plus faible pour fixer les cales de pédale lorsque vous roulez dans de mauvaises conditions.

- Enlevez la saleté et les débris qui se trouvent sur les cales et les fixations afin d'enclencher et de déclencher la chaussure.

- N'oubliez pas d'inspecter régulièrement les cales afin de vérifier qu'elles ne présentent pas de signes d'usure. Lorsque les cales sont usées, remplacez-les et vérifiez toujours leur force de maintien avant de prendre votre vélo et après avoir remplacé les cales de pédale.

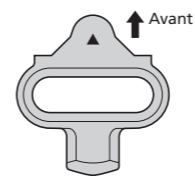
Si vous ne respectez pas les avertissements mentionnés ci-dessus, vos chaussures risquent de ne pas se débloquent des pédales lorsque vous le souhaitez ou elles risquent de glisser de façon inattendue ou par accident, et vous risquez de vous blesser grièvement.

- En cas de doute sur la façon d'ajuster les broches sur les pédales, contactez votre lieu d'achat ou un distributeur.
- Levez les pieds des pédales puis faites-les glisser sur le côté pour dégager vos pieds des pédales. Un pied fermement au sol, entraînez-vous à engager et dégager l'autre pied de la pédale jusqu'à ce que cette opération devienne naturelle, sinon vous risquez de tomber et de vous blesser grièvement. Si vous ne parvenez pas à vous habituer à cette opération, utilisez le produit avec les entretoises installées ou en remplaçant les broches courtes.
- Portez des vêtements et un équipement de protection adaptés au type d'utilisation du vélo. Étant donné que les broches sont longues, elles peuvent vous blesser en cas de contact direct avec votre peau.
- Les réflecteurs doivent être montés sur le vélo pour tout trajet sur la voie publique. Des réflecteurs sont vendus séparément pour les modèles qui ne sont pas équipés de réflecteurs de série. Pour obtenir des informations sur les réflecteurs compatibles, contactez votre lieu d'achat ou un distributeur.

- Ne continuez pas à rouler si les réflecteurs sont sales ou endommagés. Sinon, les véhicules venant en sens inverse auront des difficultés pour vous voir.

- N'utilisez pas les pédales ou les cales d'une manière qui n'est pas décrite dans le mode d'emploi. Lorsque la cale et la pédale sont orientées vers l'avant, la cale peut être déclenchée et engagée avec la pédale. Lisez attentivement le mode d'emploi pour les instructions sur l'utilisation des cales. Si les instructions ne sont pas respectées, des

blessures graves risquent de se produire.



- Lisez le manuel et choisissez le produit adapté à vos besoins en considérant le type de vélo, le terrain et les conditions de conduite. Les cales à déclenchement unidirectionnel (SM-SH51) et les cales à déclenchement multidirectionnel (SM-SH56) sont disponibles pour être utilisées avec ces pédales. Les cales, comme les cales à déclenchement unidirectionnel (SM-SH52) et les cales à déclenchement multidirectionnel (SM-SH55), ne peuvent pas être utilisées car elles manquent de certaines fonctionnalités telles que des performances de décliage stables et une force de maintien suffisante. Si vous utilisez de telles cales, vos chaussures risquent de ne pas se débloquent des pédales lorsque vous le souhaitez ou elles risquent de glisser de façon inattendue ou par accident, conduisant à une chute du vélo et à des blessures graves.

Remarque

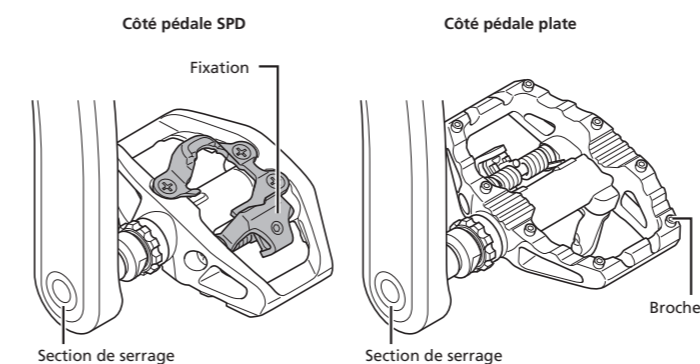
- Si les performances des pédales ne vous paraissent pas normales, effectuez à nouveau une inspection.
- Si vous ressentez des difficultés avec les pièces rotatives de la pédale, la pédale peut nécessiter un réglage. Contactez votre lieu d'achat ou un distributeur.
- Les produits ne sont pas garantis contre l'usure naturelle et les détériorations résultant de l'utilisation normale et du vieillissement.

Inspections régulières avant d'utiliser le vélo

Avant d'utiliser le vélo, vérifiez les éléments suivants. Si un problème quelconque est décelé, rendez-vous au lieu d'achat ou chez un distributeur.

- Les sections de serrage sont-elles fixées correctement ?
- Y-a-t-il un jeu devenu excessif entre la cale et la pédale à cause de l'usure ?
- Y-a-t-il des anomalies lorsque la cale s'engage ou se déclenche ?
- Y a-t-il des bruits anormaux ?

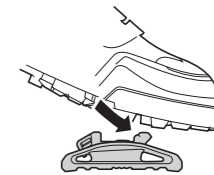
Noms des pièces



Types de cale et utilisation des cales

■ Comment les engager

Appuyez sur les cales dans la fixation de la pédale par un mouvement incliné vers le bas.



■ Comment les déclencher

Le mode de déclenchement peut être sélectionné en fonction du type de cale utilisé. (Vérifiez la référence et la couleur du modèle de cale pour la méthode de déclenchement appropriée.)

Cales à déclenchement multidirectionnel : SM-SH56 (argent, doré)	Cales à déclenchement unidirectionnel : SM-SH51 (noir / pièce vendue séparément)
Les cales peuvent être déclenchées si le talon est tourné dans n'importe quel sens.	Ces cales se déclenchent uniquement lorsque le talon est bougé vers l'extérieur. Elles ne se déclencheront pas si le talon est tourné dans une autre direction.
La cale peut se déclencher dans une direction vers le haut. Par conséquent, tirer sur la pédale peut entraîner un déclenchement inattendu de la cale. N'utilisez donc pas cette cale si vous tirez sur vos pédales en roulant et si vous effectuez des sauts ou similaires dans lesquels des forces s'exercent sur le pied dans la direction du déclenchement de la cale.	Vous pouvez appliquer une force ascendante sur la pédale, étant donné que la cale ne se déclenche que si vous faites pivoter votre pied.
Bien que les cales se déclenchent dans des orientations autre qu'à l'horizontale, elles ne vont pas nécessairement se déclencher si vous perdez l'équilibre. Par conséquent, dans des situations ou dans des endroits où vous risquez de perdre l'équilibre, assurez-vous d'avoir suffisamment de temps pour déclencher au préalable les cales.	Les cales ne se déclencheront pas nécessairement si vous perdez l'équilibre. Par conséquent, dans des situations ou dans des endroits où vous risquez de perdre l'équilibre, assurez-vous d'avoir suffisamment de temps pour déclencher au préalable les cales.

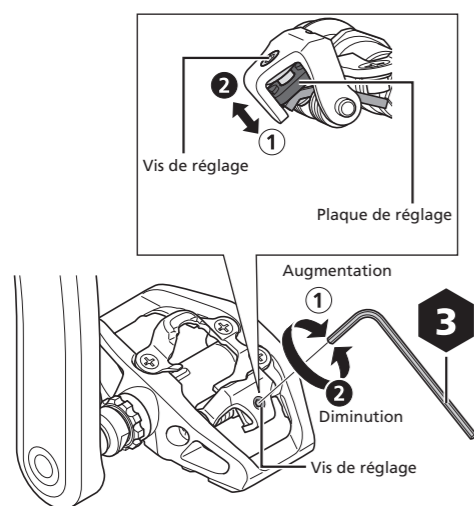
<p>Si vous ne comprenez pas et ne maîtrisez pas parfaitement le fonctionnement des cales à déclenchement multidirectionnel, elles sont plus susceptibles de se déclencher accidentellement que des cales à déclenchement unidirectionnel.</p> <p>Une fois que vous avez ajusté les cales, exercez-vous à les engager et les déclencher jusqu'à ce que vous soyez tout à fait familier avec la force nécessaire dans chaque direction. Un déclenchement inattendu peut vous faire tomber du vélo et entraîner des blessures graves.</p>	<p>Lorsque, par exemple, vous pédalez énergiquement, il se peut que votre talon glisse vers l'extérieur. Cela peut déclencher la cale.</p> <p>Une fois que vous avez ajusté les cales, exercez-vous à les engager et les déclencher jusqu'à ce que vous soyez tout à fait familier avec la force et l'angle du pied nécessaires. Un déclenchement inattendu peut vous faire tomber du vélo et entraîner des blessures graves.</p>
--	---

Remarque

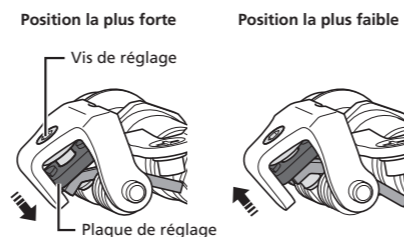
Il est nécessaire de s'exercer au déclenchement jusqu'à ce que vous soyez habitué à la technique.

- * Pour les cales à déclenchement multidirectionnel, le déclenchement par soulèvement du talon requiert un peu de pratique.

Ajustement de la force de maintien de la cale des pédales



- La tension de ressort des pédales peut être ajustée en tournant la vis de réglage.
- Un clic de la vis de réglage modifie la tension d'un incrément. Il y a quatre clics par tour.
- La vis de réglage se situe à l'arrière de chaque fixation, offrant un total de deux positions pour les deux pédales.
- Réglez la force de ressort à la force de maintien de cale optimale pour pouvoir déclencher les cales des fixations.
- Équilibrez les forces de maintien des cales dans les deux positions en vérifiant la position de la plaque de réglage et en comptant le nombre de tours effectués par les vis de réglage.
- Tourner la vis de réglage dans le sens des aiguilles d'une montre augmente la force de maintien des cales. La tourner dans le sens inverse réduit la tension.



Si la plaque de réglage se trouve dans la position la plus forte ou dans la position la plus faible, ne tournez pas davantage la vis de réglage.

Remarque

- Pour éviter le déclenchement accidentel des cales tout en garantissant le déclenchement possible au besoin, vérifiez que la force de maintien des cales est correctement ajustée.
- Si les cales ne sont pas ajustées de manière uniforme, le cycliste peut rencontrer des difficultés à engager ou déclencher les cales. La force de maintien des cales des pédales de droite et de gauche doit être ajustée de manière uniforme.

Remplacement des cales et des cache-corps

Les cales et les cache-corps s'usent et doivent être remplacés régulièrement.

Lorsque, à cause de l'usure, le déclenchement de la cale commence à devenir trop serré ou trop lâche, contactez immédiatement votre lieu d'achat ou un distributeur et remplacez les cales et les cache-corps par des nouveaux.

