



# SPD su un lato / Pedali Flat su un lato

## AVVISO IMPORTANTE

- Per informazioni sull'installazione, sulla regolazione e sulla sostituzione dei prodotti che non dovessero essere presenti nel manuale d'uso, contattare il punto vendita o un rivenditore. Un manuale del rivenditore, destinato a meccanici di biciclette esperti, è disponibile sul nostro sito web (<https://si.shimano.com>).

**Per garantire la sicurezza, prima dell'uso leggere attentamente il presente "manuale d'uso", seguirne le indicazioni per un uso corretto e conservarlo in modo che possa essere consultato in qualsiasi momento.**

Le seguenti istruzioni dovranno essere sempre osservate per prevenire possibili lesioni personali e danni alle attrezzature e ai luoghi nei quali vengono utilizzate. Le istruzioni sono classificate a seconda del grado di pericolo o dei danni che potrebbero verificarsi se il prodotto venisse usato in modo non corretto.

<b>PERICOLO</b>	Il mancato rispetto delle istruzioni causerà lesioni molto gravi o morte.
<b>AVVERTENZA</b>	Il mancato rispetto delle istruzioni potrebbe causare lesioni molto gravi o morte.
<b>ATTENZIONE</b>	Il mancato rispetto delle istruzioni potrebbe causare lesioni gravi o danni alle attrezzature e ai luoghi nei quali vengono utilizzate.

## Informazioni importanti per la sicurezza

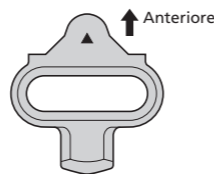
### AVVERTENZA

- Al fine di garantirne la sicurezza, i bambini che utilizzano questo prodotto devono essere istruiti sull'uso corretto dopo che sia i tutori che i bambini hanno compreso appieno le seguenti informazioni. Il mancato rispetto delle istruzioni può causare lesioni gravi.
- Non smontare o modificare il prodotto. In caso contrario potrebbe verificarsi un malfunzionamento del prodotto con conseguenti cadute improvvise e lesioni gravi.
- Prima di provare a usare questi pedali e placchette (scarpe), assicurarsi di aver compreso il funzionamento del meccanismo di aggancio/sgancio per i pedali e le placchette (scarpe). I pedali SPD sono progettati per garantire lo sgancio solo quando lo si desidera. Non sono progettati per lo sgancio automatico in caso di caduta dalla bicicletta.
- Con questo prodotto, usare esclusivamente scarpe SPD. Altri tipi di scarpe potrebbero non sganciarsi dai pedali o potrebbero sganciarsi in modo inatteso.
- Usare esclusivamente placchette SHIMANO (SM-SH51/SM-SH56) e assicurarsi che le viti di montaggio siano saldamente serrate sulle scarpe. Il mancato serraggio delle viti può causare una caduta in cui le placchette non si sganciano.
- Prima di provare a usare questi pedali e queste placchette, azionare i freni, quindi mettere un piede a terra e fare pratica nell'aggancio e nello sgancio di ciascuna placchetta dal pedale corrispondente, fino a riuscirvi con naturalezza e con il minimo sforzo.

- Provare la bicicletta prima su terreno pianeggiante, fino a familiarizzare con l'aggancio e lo sgancio delle placchette dai pedali.
- Prima di utilizzare la bicicletta, regolare la forza di tenuta delle placchette dei pedali secondo le preferenze individuali. Se la forza di tenuta delle placchette dei pedali è carente, le placchette potrebbero sganciarsi accidentalmente e causare una caduta dalla bicicletta. Se la forza di tenuta delle placchette dei pedali è elevata, lo sgancio delle placchette potrebbe rivelarsi difficile.
- Quando si procede a velocità contenuta o quando si verifica la possibilità di doversi arrestare (ad esempio, quando si effettua un'inversione a U, in prossimità di un incrocio, in salita o affrontando una curva cieca) sganciare le placchette dai pedali in anticipo affinché sia possibile appoggiare il piede al suolo velocemente, in qualsiasi momento.
- Se si pedala in condizioni difficili, ridurre la forza di tenuta delle placchette per l'aggancio delle placchette dei pedali.
- Mantenere le placchette e gli attacchi liberi da terra e detriti, per garantire l'aggancio e lo sgancio.
- Controllare periodicamente il livello di usura delle placchette. Se le placchette sono usurate vanno sostituite; inoltre è necessario regolare sempre la forza di tenuta delle placchette prima di utilizzare la bicicletta e dopo la sostituzione delle placchette dei pedali.

**Se le avvertenze indicate precedentemente non verranno rispettate, le scarpe potrebbero non sganciarsi dai pedali quando lo si desidera, o potrebbero sganciarsi in modo inatteso o accidentale, con conseguenti lesioni potenzialmente gravi.**

- Se non si è sicuri di come sostituire i perni corti e lunghi dei pedali, contattare il punto vendita o rivenditore.
- Sollevarsi i piedi dai pedali, quindi farli scivolare lateralmente per sganciarli dai pedali. Con un piede saldamente appoggiato a terra, agganciare e sganciare ripetutamente l'altro piede dal pedale, fino a quando l'operazione non diventa naturale, in caso contrario, potrebbero verificarsi cadute con lesioni potenzialmente gravi. Se non si riesce a ottenere dimestichezza, utilizzare il prodotto con i distanziali installati o con i perni corti sostituiti.
- Indossare l'abbigliamento e le protezioni adeguati al tipo di utilizzo della bici. Poiché i perni sono lunghi, potrebbero causare lesioni se a contatto diretto con la pelle.
- Se i rifrangenti appaiono sporchi o danneggiati, smettere di usare la bicicletta. Infatti, in tal caso, la bici risulterebbe meno visibile alle auto in arrivo.
- Non utilizzare i pedali o le placchette in modi diversi da quelli indicati nei manuali d'uso. Quando la placchetta e il pedale sono rivolti in avanti, la placchetta può essere rilasciata e agganciata con il pedale. Leggere attentamente il manuale d'uso per le istruzioni sull'uso delle placchette. Il mancato rispetto delle istruzioni può comportare lesioni gravi.



- Leggere il manuale e scegliere il prodotto corretto per le proprie esigenze, in base al tipo di bicicletta, al terreno di guida e alle condizioni. Con questi pedali possono essere usate le placchette a sgancio unico (SM-SH51) e le placchette a sgancio multidirezionale (SM-SH56). Placchette come quelle a sgancio unico (SM-SH52) e quelle a modalità di rilascio multipla (SM-SH55) non possono essere usate, perché non garantiscono prestazioni in uscita sufficientemente stabili o forza di tenuta sufficiente. Se le placchette sono usurate, le scarpe potrebbero

non sganciarsi dai pedali quando lo si desidera oppure potrebbero staccarsi in modo imprevisto o accidentale causando la caduta della bicicletta e gravi lesioni personali.

## Nota

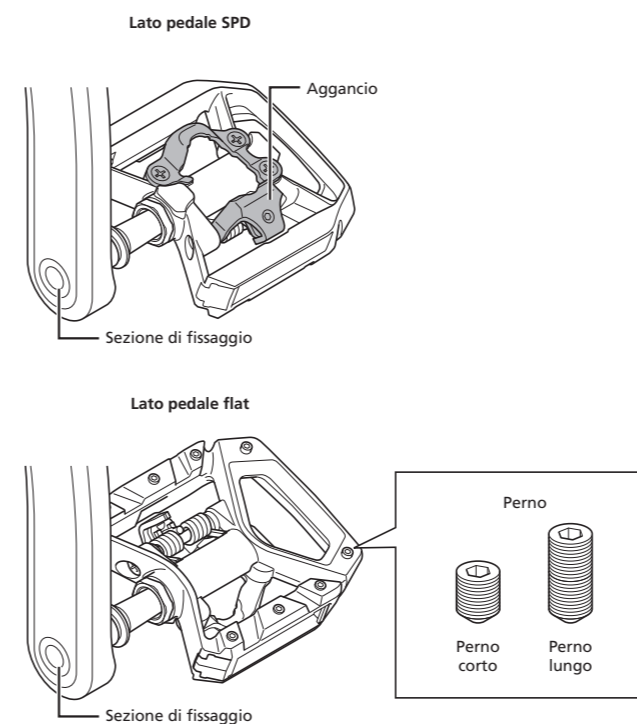
- Se le prestazioni in pedalata dovessero apparire anomale, ispezionare nuovamente la bicicletta.
- In caso di problemi con i componenti rotanti del pedale, potrà rendersi necessario regolare il pedale. Consultare il proprio punto vendita o rivenditore.
- I prodotti non sono garantiti contro l'usura o il deterioramento conseguenti a un uso normale.

## Ispezioni regolari da effettuare prima di utilizzare la bicicletta

Prima di utilizzare la bicicletta controllare i seguenti elementi. In caso di problemi, rivolgersi al proprio punto vendita di fiducia o presso un qualsiasi rivenditore.

- Il fissaggio delle parti di serraggio è sicuro?
- il gioco in eccesso tra la placchetta e il pedale è aumentato a causa dell'usura?
- Vi sono anomalie nell'aggancio e nello sgancio delle placchette?
- Si avvertono rumori anomali?

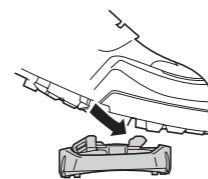
## Nomi dei componenti



## Tipologie di placchette e uso dei pedali

### Come agganciarle

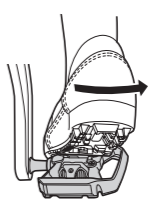
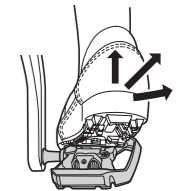
Premere le placchette nell'aggancio del pedale con un movimento angolato verso il basso.



### Come sganciarle

La modalità di sgancio può essere selezionata in base al tipo di placchette usate.

(Verificare il numero di modello e il colore della placchetta per il metodo di sgancio appropriato).

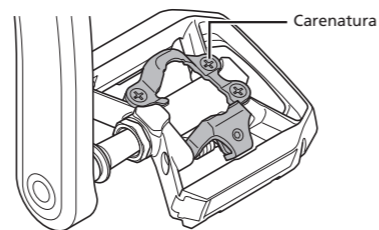
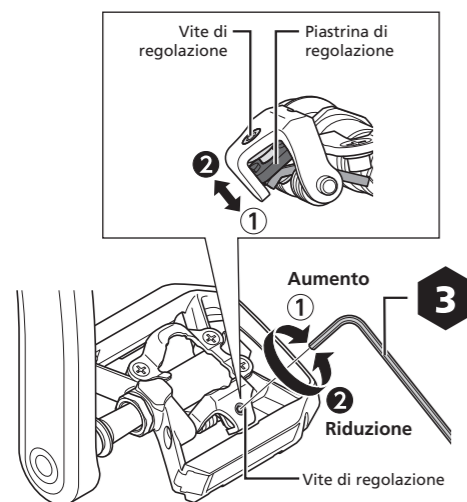
Placchette a sgancio unico: SM-SH51 (Nero)	Placchette a modalità di rilascio multipla: SM-SH56 (Argento, Oro / venduto separatamente)
Queste placchette si sganciano solo quando il tallone viene spostato verso l'esterno. Non si sganciano se il tacco viene ruotato nelle altre direzioni.	È possibile sganciare le placchette mediante una rotazione in qualsiasi direzione.
	
È possibile applicare una forza di trazione verso l'alto al pedale, in quanto la placchetta non si sgancerà se il piede non viene ruotato verso l'esterno.	La placchetta può sganciarsi verso l'alto. Pertanto, tirando verso l'alto il pedale, la placchetta potrebbe sganciarsi inaspettatamente. Evitare quindi di usare questa placchetta in caso di trazione verso l'alto dei pedali durante la guida, o se si eseguono salti o simili in cui le forze agiscono sul piede in direzione del rilascio della placchetta.
Le placchette non si sganceranno sempre in caso di perdita dell'equilibrio. Pertanto, per luoghi e condizioni nei quali sono probabili perdite d'equilibrio, assicurarsi di avere tempo a sufficienza per sganciare anticipatamente le placchette.	Sebbene le placchette si sgancino in direzioni diverse da quella orizzontale, non necessariamente si sganciano se si perde l'equilibrio. Pertanto, per luoghi e condizioni nei quali sono probabili perdite d'equilibrio, assicurarsi di avere tempo a sufficienza per sganciare anticipatamente le placchette.
Quando si pedala vigorosamente, per esempio, il tacco potrebbe inavvertitamente ruotare lateralmente e questo potrebbe causare lo sgancio accidentale della placchetta. Una volta regolate le placchette, esercitarsi ad agganciarle e sganciarle fino a quando non si ha piena dimestichezza con la quantità di forza e l'angolo del piede necessari. Uno sganciamento inaspettato può causare la caduta dalla bicicletta e gravi lesioni.	Se non si conoscono a fondo le caratteristiche delle placchette con modalità di rilascio multipla o se non vengono comprese e usate correttamente, le placchette potrebbero sganciarsi accidentalmente con una frequenza maggiore rispetto a quelle a sgancio unico. Una volta regolate le placchette, esercitarsi ad agganciarle e sganciarle fino a quando non si ha piena dimestichezza con la quantità di forza richiesta in ogni direzione. Uno sganciamento inaspettato può causare la caduta dalla bicicletta e gravi lesioni.

### Nota

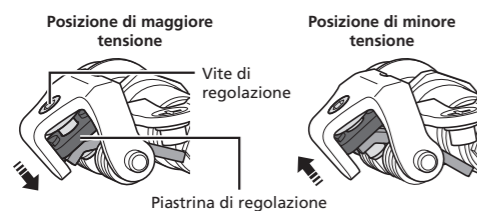
È necessario fare pratica con lo sgancio fino ad abituarsi alla tecnica.

- \* In modalità a sgancio multidirezionale, lo sgancio effettuato sollevando il tacco richiede molta pratica.

## Regolazione della forza di tenuta della placchetta dei pedali



- La tensione della molla dei pedali si regola ruotando la vite di regolazione.
- Facendo clic una volta sulla vite di regolazione è possibile modificare la tensione di una posizione. Per ogni rotazione ci sono quattro posizioni.
- La vite di regolazione si trova sul retro di ogni aggancio, con due posizioni in totale per due pedali.
- Regolare la tensione della molla sulla forza di ritenuta ottimale della placchetta durante lo sgancio dal meccanismo di aggancio.
- Pareggiare le forze di tenuta delle due placchette nelle due posizioni, controllando la posizione della piastrina di regolazione e contando il numero di rotazioni delle viti di regolazione.
- Ruotando la vite di regolazione in senso orario la forza di tenuta delle placchette aumenta, ruotandola in senso antiorario diminuisce.



Se la piastrina di regolazione è nella posizione di maggiore tensione o nella posizione di minore tensione, non ruotare ulteriormente la vite di regolazione.

### Nota

- Per impedire che la placchetta si sganci accidentalmente e per garantire che sia possibile sganciare le scarpe quando necessario, verificare che la forza di tenuta delle placchette sia regolata in maniera opportuna.
- Se le placchette non sono regolate in modo bilanciato, il ciclista potrebbe avere difficoltà nell'agganciarle e nello sganciarle. La forza di tenuta delle placchette per il pedale destro e sinistro devono essere regolate affinché siano uguali.

## Sostituzione delle placchette, sostituzione delle carenature

Le placchette e le carenature sono soggette a usura e devono essere sostituite periodicamente.

Quando, a causa dell'usura, lo sgancio delle placchette inizia a diventare troppo serrato o troppo allentato, contattare immediatamente il punto vendita o un rivenditore e sostituire le placchette e le carenature con altre nuove.