

PD-M505

SPDペダル

ご使用になる前に、この取扱い説明書をよくお読みのうえ、正しくお使いください。

- 警告

SPDペダルは解除をしようと意図した場合のみ、解除されるように設計されています。転倒した際に、自然に解除される設計ではありません。意図しないときに解除すると、バランスを崩して転倒し安全上問題がある為です。

SPD対応シューズを使用してください。

クリートは、シマノ純正クリート(SM-SH51/ SM-SH52 / SM-SH55)を使用しシューズに確実に固定してください。

ペダルとクリート(シューズ)の装着・解除のメカニズムを使用前に理解してください。

ブレーキをかけ片足を地面につけて、クリートのペダルへの装着・解除を繰り返し練習し、十分に足を慣らしてから走行してください。

最初は平地を走行し、クリートのペダルへの装着・解除に充分慣れてください。

ペダルのクリート固定力を、自分に最適な強さに調整してから走行してください。

低速走行あるいは、停車する可能性がある場合(Uターン、交差点付近、登り坂、見通しの悪いカーブ等)は、いつでも足を地面に着けるように、事前にペダルからクリートを解除してください。

雨天時など、湿った地面を走行する場合は、ペダルのクリート固定力を通常より弱くしてください。

本来の脱着性能を維持するために、クリートおよびビンディング部に付着した泥などは取除いてください。

クリートが摩耗していないかどうか定期的にチェックしてください。摩耗している場合はクリートを取替えて、走行前に必ずペダルのクリート固定力を調整してください。

製品を取付ける時は、必ず取扱い説明書等に示している指示を守ってください。またその際、シマノ純正部品の使用をお勧めします。
ボルトまたはナット等が緩んだり、製品が破損すると、突然に転倒して怪我をする場合があります。

不明な点については自転車専門店にご相談ください。

上記を厳守していただかないと、ペダルからシューズが外れなかったり、予期せずに外れたりして転倒し、重傷を負うことがあります。

別売りフレクター(SM-PD22)がごさいます。自転車専門店にお問合せください。

クリートの種類と使用方法

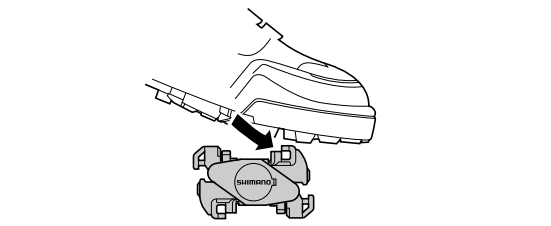
- 警告

ペダルおよびクリートは、取扱い説明書に記載されている以外の方法で使用しないでください。クリートおよびペダルが前向きになっている場合に、クリートのペダルへの装着・解除が可能なようになっています。
クリートの使用方法については、下記の説明を参照してください。
< これらの指示に従わないと、重傷を負うことがあります。 >

本製品には、製品についているシングルモードクリート(SM-SH51/ SM-SH52)の他に、マルチモードクリート(SM-SH55)があります。それぞれ特性がありますので、説明書を読み、ご自身の自転車の乗り方、ご使用になる地形、状況を考慮のうえご選択ください。

装着方法

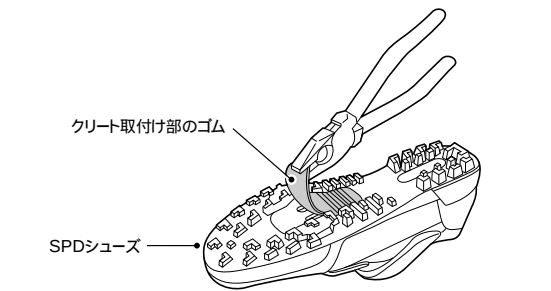
ペダルのビンディングに、クリートをななめうしろ方向から押し込みます。



クリートの取付け

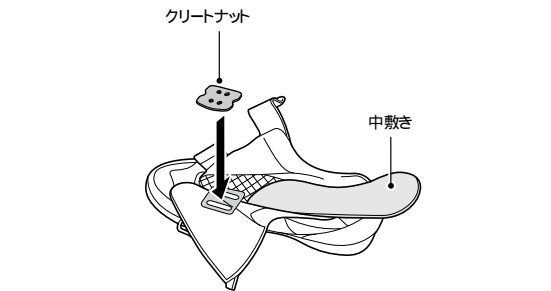
- クリート取付け部のゴムをプライヤーなどで取除きます。

ご注意：
シューズの機種によっては、この作業が不要な場合もあります。



- 中敷きを取外し、長穴に沿ってクリートナットをセットします。

ご注意：
シューズの機種によっては、この作業が不要な場合もあります。



解除方法

使用するクリートによって解除モードが選択できます。

- シングルモードクリート：
SM-SH51/ SM-SH52(ブラック)

かかとを外側にひねった場合のみ解除できます。その他の方向には解除できません。

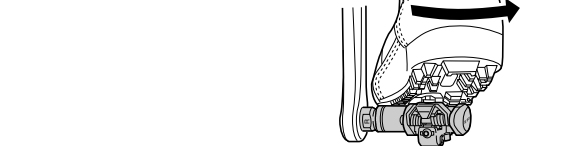
足をひねらないと解除できませんので、ペダルを引く方向にも力を加えることができます。

バランスを崩した状態では解除できません。従ってバランスを崩すような可能性のある場所や状況では、充分余裕のあるときに前もって解除してください。

激しくペダルをこいだときなどに、かかとを横方向にひねると予期せずに外れることがあります。調整をしたら、どの程度の力でどの程度の角度で外れるかを良く慣れるまで練習してください。予期せずに外れると転倒し、重傷を負うことがあります。

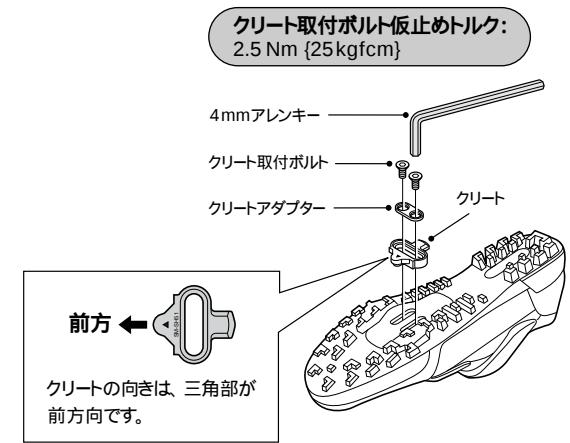
シングルモード

かかとを外側にひねった場合のみ解除できます。



ご注意：
クリートの解除を繰り返し繰り返し練習して、足を慣らすことが必要です。

- シューズの裏側から、クリート、クリートアダプターの順にセットし、クリート取付ボルトで締付け、仮止めします。クリートは左右共通です。



クリート位置の調整

- クリート位置は、前後20mm、左右5mmの範囲で調整が可能です。クリートの仮止め後、片足ずつ脱着を繰り返しながら調整を行い、自分に最適なクリート位置を決定してください。

- クリート位置の決定後、4mmアレンキーでクリート取付ボルトを確実に締付け固定します。

締付トルク：
5 ~ 6 Nm {50 ~ 60kgfcm}

- マルチモードクリート：
SM-SH55(シルバー / 別売部品)

多方向に解除が可能です。

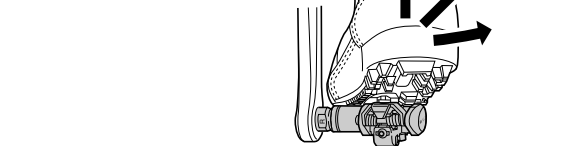
上方向にも解除が可能なため、ペダルを引く方向に力が加わると予期せずに外れることがあります。従ってペダルを引く方向に力をかける乗り方や、ジャンプなどでペダルから足が離れる方向に力がかかる乗り方には使用できません。

横方向以外にも解除できますが、バランスを崩した状態では解除できません。従ってバランスを崩すような可能性のある場所や状況では、充分余裕のあるときに前もって解除してください。

マルチモードクリートは特性を良く理解し正しく使っていただかないと、シングルモードに比べて予期せずに外れる可能性が高くなります。調整をしたら、各方向にどの程度の力で外れるかを良く慣れるまで練習してください。予期せずに外れると転倒し、重傷を負うことがあります。

マルチモード

多方向に解除が可能です。

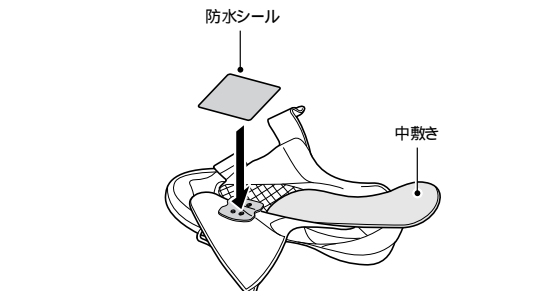


ご注意：
クリートの解除を繰り返し繰り返し練習して、足を慣らすことが必要です。マルチモードの場合は、特に上方向の解除についての足の慣れが必要です。

防水シール

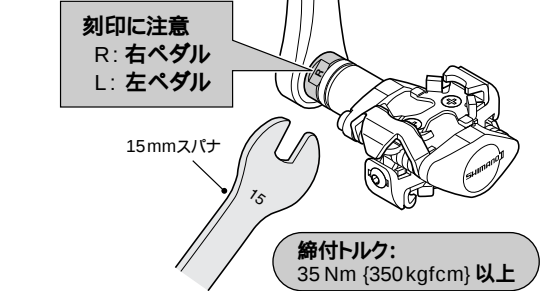
中敷きを取外し、防水シールを貼ってください。

ご注意：
防水シールは、この作業が必要なシマノシューズに同梱されています。



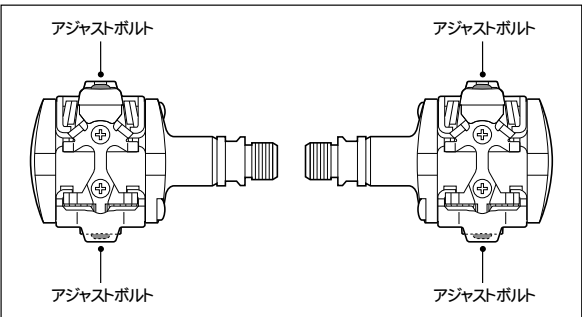
クランクへの取付け

15mmスパナを使用し、クランクにペダルを取付けます。右ペダルは右ネジ、左ペダルは左ネジとなっています。

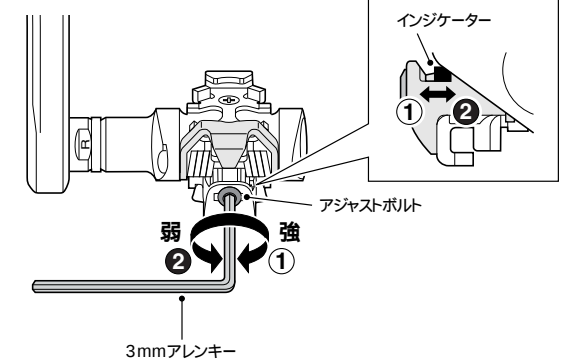


ビンディングのパネ力調整

パネ力の調整は、アジャストボルトで行ないます。アジャストボルトは、各ビンディングの後部にあり、両ペダルで計4ヶ所あります。4ヶ所のパネ力が等しくなるように、インジケーターの位置およびアジャストボルトの段階数で確認してください。パネ力はアジャストボルト1回転で3段階に切り替わります。



アジャストボルトを時計方向に回すとパネ力が強くなり、インジケーターの赤い部分が多くなります。なお、いっぱいまで回すと急激に重くなりますがそれ以上は回さないでください。また、反時計方向に回すとパネ力が弱くなり、インジケーターの赤い部分が少なくなります。なお、インジケーターの赤い部分が見えなくなればそれ以上は回さないでください。



- ご注意：**
- 不意にクリートが外れることを防ぐためにも、パネ力の調整を行ってください。
 - パネ力にはばらつきがあると左右表裏で脱着の感覚が違いため、クリートの脱着が難しくなる恐れがあります。パネ力は左右表裏とも、同じように調整してください。
 - 万が一、スプリングプレートからアジャストボルトが抜けしてしまった場合、分解・組立が必要となります。自転車専門店にご相談ください。

クリートのメンテナンス

クリートは消耗品ですので、定期的にメンテナンスが必要です。摩耗し解除が重く感じ始めたり、軽く感じ始めたら、早目に新しいクリートと交換してください。

メンテナンスしないで乗り続けると、ペダルからシューズが外れなかったり、予期せずに外れたりして転倒し、重傷を負うことがあります。