

一般安全注意事项

警告

–为了防止严重伤害：

- SPD脚踏板的设计理念为，只有在希望解脱时才能解脱。不会因为从自行车上摔下等原因而自动解脱。这是一项安全措施，是为了防止骑车者的脚意外之间脱离脚踏板，以致失去平衡，摔下车去。

- 必须穿着与产品相配的SPD鞋。其他种类的鞋可能不能顺利地脚踏板上解脱，或意外解脱。

- 必须使用禧玛诺搭扣(SM-SH51/SM-SH56)，请用安装螺栓固定在鞋子上。

- 在使用本脚踏板和鞋子骑车之前，请先充分理解脚踏板和搭扣(鞋子的)嵌入与解脱原理。

- 在使用本脚踏板和鞋子骑车之前，请先握住刹车，一脚着地，左右两脚分别反复练习搭扣的嵌入和解脱，直至熟练掌握。

- 请先在平地上骑行，直至能够熟练地将搭扣嵌入和脱离脚踏板为止。

- 骑车前，请先将脚踏板的弹簧力度调整至您的最适强度。

- 当车速很慢时，或可能要停车时(掉头、接近交叉路口、上坡或视野不良的弯道处)，请事先将鞋子从脚踏板上解脱，以便双脚随时都能着地。

- 天气不好时请适当调低脚踏板对搭扣的弹簧力度。

- 为了保持良好的装脱性能，请及时清除搭扣和绑带上的泥土和垃圾。

- 请定期检查搭扣有无磨损。如有磨损，请立即更换。更换脚踏板搭扣后，骑车前一定要调节脚踏板的弹簧力度。如果不好好保养鞋子和搭扣，那么，搭扣会出乎意料地解脱或嵌入脚踏板，或难以解脱或嵌入脚踏板，这将造成严重伤害。

- 夜间骑车时请务必装上尾部反光板。如果反光板损坏或者脏污则请停止骑车。否则自行车难以被确认而容易出危险。

- 在安装零件前，请仔细阅读使用说明。如果零件有松动、磨损或损坏，会使骑车人受严重伤害。仅使用纯正禧玛诺更换用零件。

- 如对本脚踏板有任何疑问，可向专业经销商咨询。

- 请仔细阅读该使用说明，然后加以妥善保管。

- 务请阅读并遵循上述警告事项。

- 如不遵循上述警告事项，鞋子可能不能从脚踏板上解脱，或意外解脱，致使摔倒，造成事故。

注：

- 骑车前，请确认连接部位有无摇晃或松动。而且，应对曲柄或踏板定期进行拧紧加固。

- 同时，在骑车时如果感觉到蹬踏板时的异常则请再次进行检查。

- 对于正常使用条件下的自然磨损以及品质的劣化不予以保证。

这种脚踏板一面是SPD型，另一面是标准型。

搭扣的种类和使用方法

警告

除本使用说明书列举的使用方法外，不得以其他方法使用脚踏板和搭扣。搭扣只有在搭扣和脚踏板二者均朝向前方时，方可嵌入或从脚踏板上解脱。

下面是搭扣的使用方法。

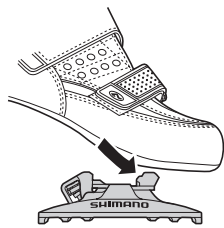
如果不按下述方法使用，可能造成严重伤害。

单一解脱模式搭扣(SM-SH51)和复式解脱模式搭扣(SM-SH56)适用于下列脚踏板。

每种搭扣都各有特点，所以务请仔细阅读使用说明书，以便确认哪种搭扣最为合适您的骑行、地形和骑车条件。不能使用其他类型的搭扣，例如单一解脱模式(SM-SH52)、复式解脱模式(SM-SH55)的搭扣，因为这些搭扣不能保证稳定的失步(Step-out)机能或足够的弹簧力度。

如何将搭扣嵌入脚踏板

以一个从斜后方，向前下方用力的动作，将搭扣嵌入。



如何将搭扣从脚踏板上解脱

解脱方法因搭扣不同而异。(请确认搭扣的型号和颜色，以选择相应的解脱方法。)

- 单一解脱模式搭扣：SM-SH51(黑色)

只有当脚后跟向外转时，才能解脱搭扣。脚后跟向其他任何方向转动，都不能解脱。

即使将脚从脚踏板上提起，也不会分离。因为只有当脚后跟向外转时，方能解脱。

即使失去平衡时，搭扣也不会解脱。因此，在可能失去平衡的情况下，请预先准备好解脱搭扣。

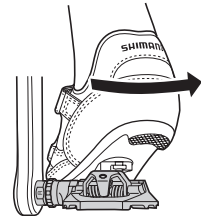
用力踩脚踏板时，脚后跟可能会不小心向外转，意外解脱搭扣。遇此意外，骑车者可能摔下车来，遭受重伤。为了防止此类意外，请调节搭扣的弹簧力度，并通过练习，熟悉这一力度和解脱搭扣时的外转角度。

单一解脱模式

需从脚踏板上解脱搭扣时，请将脚后跟向外转。

注意：

必须反复练习，以熟练掌握解脱技术。



- 复式解脱模式搭扣：SM-SH56(银色、金色/选购件)

向任何方向旋转，均可解脱搭扣。

因为脚后跟提起时搭扣也可以解脱，所以当用力向前踏脚踏板时，搭扣可能会意外脱开。这些搭扣不适合于将脚从脚踏板上提起的的骑法，也不适合于做某些动作，例如跳跃，因为这样做时脚踏板将受到向上提起之力，这就可能会导致搭扣从脚踏板上解脱。

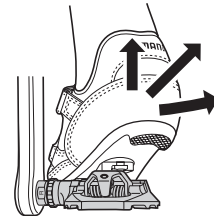
虽然您只要将脚向任何方向旋转或提起就可以解脱搭扣，但是当您失去平衡时，不一定能够解脱。因此，在可能失去平衡的情况下，请预先准备好解脱搭扣。

复式解脱模式

需从脚踏板上解脱搭扣时，请将脚后跟向任何方向转。

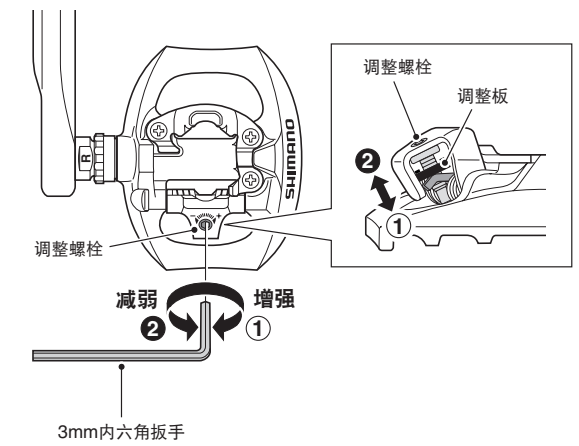
注意：

使用复式解脱模式搭扣时，需要多练习解脱方法，直至完全掌握此项技巧为止。想提起脚后跟就能解脱，也需要实际练习。



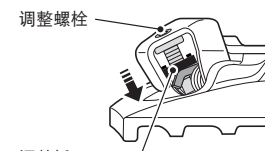
如何调节绑带的弹簧力度

可以通过调整螺栓来调节弹簧力度。调整螺栓位于绑带后部，每个脚踏板有一个调整螺栓。可以通过观察调整板位置和数调整螺栓旋转圈数来使得各处松紧一致。调整螺栓每转一圈，弹簧力度增强4个单位。

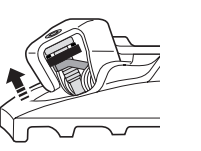


顺时针旋转调整螺栓，弹簧力度增强，逆时针旋转调整螺栓，弹簧力度减弱。

最强位置



最弱位置



如果调整板已经处于最强或最弱位置，请不要再旋转调整螺栓。

注意：

- 为了防止突然松开，请确认所有弹簧力度是否调节妥当。
- 左右两侧脚踏板的弹簧力度必须一样。如果未调至一样，骑车人嵌入和解脱脚踏板时都会比较困难。

如何安装反光板(选购件)

另可安装选购的反光板(SM-PD61)。请向专业经销商咨询。

如何更换搭扣

搭扣经时磨损后，必须定期更换。当搭扣难以解脱，或比新的时候明显容易解脱时，必须更换。

如何维修曲轴

一旦发现脚踏板旋转部分有任何异常，都必须调整。请向专业经销商咨询。

SI-45R0A-002

PD-A530 SPD脚踏板

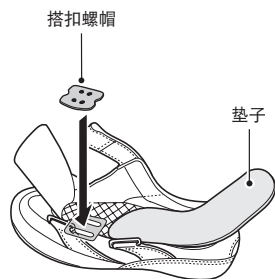
使用说明书

如何安装搭扣

1. 取出中间的垫子，沿椭圆孔，放入搭扣螺帽。

注意：

根据鞋子的种类，有时无需此步骤。



2. 紧贴鞋底，放上搭扣，在搭扣孔中放入搭扣夹板。搭扣不分左右。然后暂时拧紧搭扣安装螺栓。

暂时拧紧搭扣安装螺栓的锁紧力矩：
2.5 N·m {25kgf·cm}

搭扣安装螺栓
搭扣夹板
搭扣
4mm内六角扳手

前 ←

请将搭扣的三角形部分朝向鞋子前方。

如何调节搭扣位置

1. 搭扣前后有20mm、左右有5mm的范围可供调节。将搭扣暂时固定后，分别练习两脚的嵌入和解脱后，再决定搭扣的最适位置。

2. 搭扣的最适位置决定后，用一把4mm的内六角扳手，将安装螺栓按拧紧力矩固定。

锁紧力矩：

5-6 N·m {50-60kgf·cm}

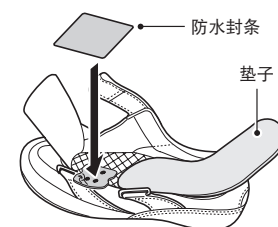


如何贴防水封条

取出垫子，贴上防水封条。

注意：

凡需要贴防水封条的鞋子，本公司均同时包入封条。



如何将脚踏板安装在曲轴柄上

请使用一把15mm扳手将脚踏板安装到曲轴柄上去。右侧脚踏板为右旋螺纹，左侧脚踏板为左旋螺纹。

请注意印记
R：右脚踏板
L：左脚踏板

15mm扳手

锁紧力矩：

35-55 N·m {350-550kgf·cm}

注意：

6mm内六角扳手不能拧紧到足够的锁紧力矩。必须用15mm扳手。