

# SPD Pedale



Gebrauchsanweisungen in weiteren Sprachen sind verfügbar unter: <http://si.shimano.com>

## WICHTIGER HINWEIS

- Wenden Sie sich an das Geschäft, in dem Sie das Rad gekauft haben, oder an einen Fahrradhändler für Informationen hinsichtlich Montage und Einstellung des Produkts, die nicht in den Gebrauchsanweisungen zu finden sind. Eine Händlerbetriebsanleitung für professionelle und erfahrene Fahrradmechaniker ist auf unserer Website verfügbar (<http://si.shimano.com>).
- Demontieren oder verändern Sie dieses Produkt nicht.

Stellen Sie aus Sicherheitsgründen sicher, dass Sie diese Gebrauchsanweisungen vor der Verwendung sorgfältig durchlesen und genau befolgen.

## Wichtige Sicherheitsinformationen

Um eine Gebrauchsanweisung zu ersetzen, wenden Sie sich an die Verkaufsstelle oder einen Fahrradhändler.

### ⚠️ WARNUNG FÜR ELTERN/AUFSICHTSPERSONEN

- FÜR DIE SICHERHEIT IHRES KINDES IST EMINENT WICHTIG, DIESES PRODUKT ENTSPRECHEND DIESEN HÄNDLERBETRIEBSANLEITUNGEN ZU VERWENDEN. SORGEN SIE DAFÜR, DASS SIE UND IHR KIND DIESE GEBRAUCHSANWEISUNGEN VERSTEHEN. DIE NICHTBEFOLGUNG DIESER GEBRAUCHSANWEISUNGEN KANN ZU ERNSTHAFTEN VERLETZUNGEN FÜHREN.

### ⚠️ WARNUNG

- Diese Pedale sind so konzipiert, dass sie sich nur lösen, wenn Sie eine entsprechende Bewegung durchführen. Bei einem Sturz vom Fahrrad lösen sie sich nicht automatisch.
- Verwenden Sie ausschließlich SPD-Schuhe mit diesem Produkt. Andere Schuhtypen lösen sich unter Umständen nicht wie gewünscht oder plötzlich.
- Verwenden Sie ausschließlich Shimano Cleats (SM-SH51/SM-SH56) und stellen Sie sicher, dass die Befestigungsschrauben an den Schuhen fest angezogen sind.
- Bevor Sie eine Fahrt mit diesen Pedalen und diesen Schuhen unternehmen, müssen Sie sich mit dem Mechanismus für das Einrasten und das Lösen der Schuhe aus den Pedalen vertraut machen.
- Bevor Sie eine erste Fahrt mit diesen Pedalen und Schuhen unternehmen, sollten Sie zuerst das Einrasten der Schuhe im Pedal und das anschließende Auslösen üben. Ziehen Sie hierzu die Bremsen, setzen Sie einen Fuß auf dem Boden ab und üben Sie den Ablauf mit dem anderen Fuß. Sobald Sie den Bewegungsablauf verinnerlicht haben und problemlos durchführen können, sollten Sie diese Übung auch mit dem anderen Fuß wiederholen.
- Fahren Sie zunächst nur in flachem Gelände, bis Sie sich mit dem Einrasten und Auslösen der Schuhe vertraut gemacht haben.
- Sie können die Federspannung der Pedale vor der Fahrt nach Belieben einstellen. Bei einer geringen Federspannung in den Pedalen könnten Sie die Cleats auch versehentlich auslösen. Dies könnte dazu führen, dass Sie das Gleichgewicht verlieren und vom Rad stürzen. Bei einer zu hohen Federspannung lassen sich die Cleats wiederum nicht so einfach auslösen.
- Bei Fahrten mit niedriger Geschwindigkeit oder falls Sie damit rechnen, eventuell schnell anhalten müssen (z. B. wegen einer Kehrtwende, an Kreuzungen, bei Fahrten bergauf oder dem Durchfahren einer nicht einsehbaren Kurve), sollten Sie die Schuhe bereits im Vorfeld aus den Pedalen lösen. Auf diese Weise können Sie jederzeit den Fuß schnell auf dem Boden absetzen, falls dies notwendig werden sollte.
- Verwenden Sie eine geringere Federspannung für die Cleats, wenn Sie in schwierigem Gelände fahren.
- Säubern Sie die Bindung von Schmutz und anderen Rückständen, um ein sicheres Einrasten bzw. Auslösen zu gewährleisten.
- Überprüfen Sie die Cleats in regelmäßigen Abständen auf Verschleiß. Wenn sich Verschleiß zeigt, sollten Sie die Cleats austauschen. Überprüfen Sie nach dem Austauschen der Pedal-Cleats sowie vor der Fahrt die Federspannung.

### SIE MÜSSEN DIE OBEN STEHENDEN WARNUNGEN UNBEDINGT LESEN UND SORGFÄLTIG BEACHTEN.

Bei Nichtbeachtung dieser Warnungen können Sie Ihre Schuhe unter Umständen nicht mehr aus den Pedalen lösen oder sie lösen sich plötzlich und unerwartet, was zu schweren Verletzungen führen kann.

- Reflektoren müssen stets am Fahrrad montiert sein, sobald es auf öffentlichen Straßen bewegt wird.
- Für nicht standardmäßig mit Reflektoren ausgestattete Modelle sind optionale Reflektoren erhältlich. Informationen zu geeigneten Reflektoren erfragen Sie bitte im Laden oder bei einem Fahrradhändler.
- Sie dürfen nicht mit verschmutzten oder beschädigten Reflektoren fahren, da Sie für entgegenkommende Fahrzeuge sonst nicht mehr richtig zu erkennen sind.
- Nach sorgfältigem Lesen der Gebrauchsanweisung bewahren Sie sie an einem sicheren Ort auf, um zu einem späteren Zeitpunkt darauf zuzugreifen.

## Anmerkung

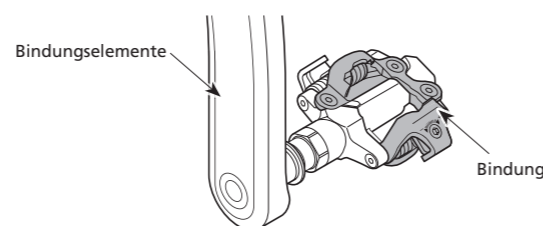
- Außerdem sollten Sie die Pedale noch einmal überprüfen, falls sich diese nicht normal verhalten.
- Falls es Probleme mit sich drehenden Pedalkomponenten gibt, muss das Pedal eventuell neu eingestellt werden. Wenden Sie sich an das Geschäft, in dem Sie das Produkt gekauft haben, oder an einen Fahrradhändler.
- Gegen natürliche Abnutzung und Alterung durch eine normale Verwendung der Teile wird keine Garantie gewährleistet.

## Regelmäßige Überprüfung vor Fahrten mit dem Fahrrad

Vor Fahren des Fahrrads prüfen Sie die folgenden Punkte. Wenn es Probleme mit den folgenden Punkten gibt, wenden Sie sich an das Geschäft, in dem Sie das Produkt gekauft haben, oder einen Fahrradhändler.

- Sind alle Bindungselemente sicher befestigt?
- Ist aufgrund von Verschleiß Spiel zwischen den Cleats und den Pedalen vorhanden?
- Rasten die Cleats nicht normal ein bzw. lassen sie sich nicht normal lösen?
- Sind irgendwelche anomalen Geräusche zu hören?

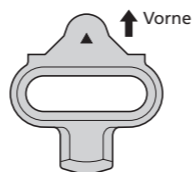
## Namen der Komponenten



## Cleat-Typen und Verwendung der Pedale

### ⚠️ WARNUNG

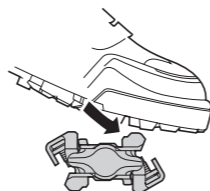
Sie dürfen Pedale und Cleats nur gemäß den Beschreibungen in der Gebrauchsanweisung verwenden. Die Platten sind so ausgelegt, dass sie nur dann in die Pedale einrasten bzw. aus den Pedalen ausrasten, wenn Platten und Pedale nach vorne zeigen. Im Folgenden finden Sie eine Anleitung zur Montage der Cleats. DIE NICHTBEFOLGUNG DIESER ANWEISUNGEN KANN ZU ERNSTHAFTEN VERLETZUNGEN FÜHREN.



Für diese Pedale stehen Cleats mit Einfachauslösung (SM-SH51) sowie Cleats mit Mehrfachauslösung (SM-SH56) zur Verfügung. Jeder Cleat-Typ besitzt spezielle Merkmale, Sie sollten daher unbedingt die Wartungsanleitung sorgfältig durchlesen und sich für den Cleat-Typ entscheiden, der Ihrem Fahrstil und dem Umgebungsbedingungen am ehesten entspricht. Andere Cleat-Typen wie Cleats mit Einfachauslösung (SM-SH51) und Cleats mit Mehrfachauslösung (SM-SH56) sind nicht geeignet, da sie keine ausreichende Bindungskraft besitzen oder sich nicht zuverlässig auslösen lassen.

## Einrasten der Cleats im Pedal

Rasten Sie die Cleats mit einer Bewegung nach vorne unten im Pedal ein.



## Auslösen der Cleats aus dem Pedal

Das Auslösen der Cleats ist vom jeweils verwendeten Cleat-Typ abhängig. (Überprüfen Sie Modellnummer und Farbe der Cleats, um die richtige Methode zum Auslösen zu ermitteln.)

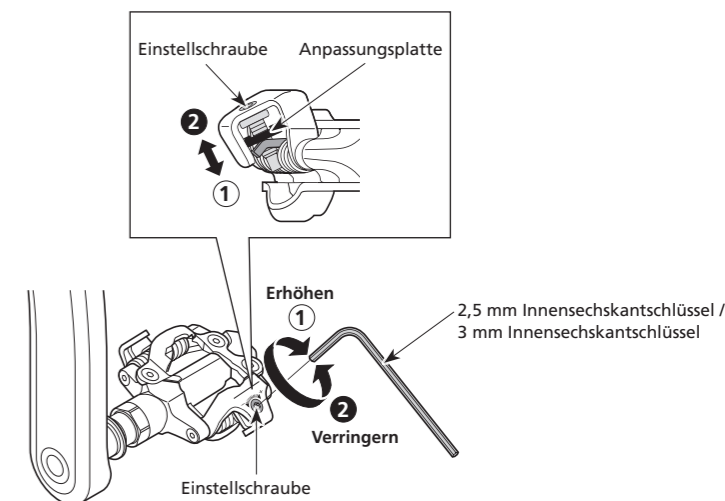
| Cleats mit Einfachauslösung:<br>SM-SH51<br>(schwarz)   | Cleats mit Mehrfachauslösung:<br>SM-SH56<br>(silber, gold/optionales Zubehör)  |
|--|--|
| Diese Cleats lassen sich nur durch ein Drehen der Ferse <b>nach außen</b> aus dem Pedal lösen. Sie lösen sich nicht aus dem Pedal, wenn Sie die Ferse in eine andere Richtung drehen.  | Durch Drehen der Ferse in eine beliebige Richtung lösen sich die Cleats aus dem Pedal.   |
|  |  |
| Sie können beim Pedallieren eine hohe Zugkraft einsetzen, da sich die Cleats nur dann lösen, wenn Sie den Fuß nach außen drehen.   | Da sich die Cleats beim Anheben der Ferse lösen, könnten sie sich versehentlich lösen, wenn Sie beim Pedallieren eine hohe Zugkraft einsetzen. Mit diesen Cleats dürfen Sie keine Zugkraft auf das Pedal einwirken lassen, beispielsweise bei Sprüngen, da sie sich sonst aus dem Pedal lösen könnten.   |
| Die Cleats lösen sich nicht zwangsläufig, wenn Sie die Balance verlieren. Daher sollten Sie immer sicherstellen, dass Ihnen genügend Zeit zu einem rechtzeitigen Auslösen der Cleats bleibt, falls Sie in schwierigem Gelände unterwegs sind.  | Die Cleats lösen sich nicht zwangsläufig, wenn Sie die Balance verlieren, auch wenn sie sich durch Anheben der Ferse oder das Drehen der Ferse in eine beliebige Richtung aus dem Pedal lösen lassen. Daher sollten Sie immer sicherstellen, dass Ihnen genügend Zeit zu einem rechtzeitigen Auslösen der Cleats bleibt, falls Sie in schwierigem Gelände unterwegs sind.  |
| Wenn Sie kräftig in die Pedale treten, könnten sich die Cleats durch ein unbeabsichtigtes Drehen der Ferse nach außen lösen. Falls sich die Cleats unbeabsichtigt vom Pedal lösen, könnten Sie stürzen und sich schwere Verletzungen zuziehen. Um dies zu vermeiden, sollten Sie den für das Auslösen der Cleats aus dem Pedal erforderlichen Kraftaufwand anpassen. Zudem sollten Sie das Auslösen der Cleats aus den Pedalen üben, bis Sie mit dem erforderlichen Kraftaufwand und dem Winkel vertraut sind. | Falls sich die Cleats unbeabsichtigt vom Pedal lösen, könnten Sie stürzen und sich schwere Verletzungen zuziehen. Falls Sie sich nicht intensiv genug mit der Funktionsweise der Cleats mit Mehrfachauslösung vertraut gemacht haben und diese daher nicht richtig verwenden, könnten sich die Cleats häufiger unbeabsichtigt aus dem Pedal lösen, als Cleats mit Einfachauslösung. Um dies zu vermeiden, sollten Sie den für das Auslösen der Cleats aus dem Pedal erforderlichen Kraftaufwand in alle Richtungen anpassen. Zudem sollten Sie das Auslösen der Cleats aus den Pedalen üben, bis Sie mit dem erforderlichen Kraftaufwand und dem Winkel vertraut sind. |

### Anmerkung:

Sie sollten das Auslösen der Cleats aus dem Pedal unbedingt so lange üben, bis Sie mit dieser Technik vertraut sind.

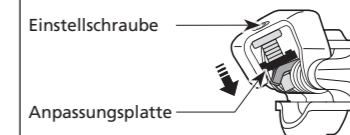
\* Bei Cleats mit Mehrfachauslösung müssen Sie vor allem das Auslösen durch Anheben der Ferse üben.

## Einstellen der Federspannung der Pedale

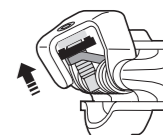


- Sie können die Federspannung der Pedale durch Drehen der Einstellschraube verändern und so die Federkraft der Bindung variieren.
- Ein Klick der Einstellschraube bedeutet eine Veränderung um eine Stufe. Eine Umdrehung umfasst vier Klicks.
- Die Einstellschraube befindet sich an der Rückseite der jeweiligen Bindung, bei beiden Pedalen insgesamt an vier Positionen.
- Stellen Sie die Federkraft so ein, dass Ihnen die Cleats einen optimalen Halt im Pedal bieten und sich problemlos wieder aus der Bindung lösen lassen.
- Orientieren Sie sich bei der Anpassung der Haltekraft in vier Positionen an der jeweiligen Position der Anpassungsplatte sowie an der Anzahl der Umdrehungen der Einstellschrauben.
- Drehen Sie die Einstellschraube im Uhrzeigersinn, um die Spannung zu erhöhen. Durch Drehen gegen den Uhrzeigersinn verringern Sie die Spannung.

### Stärkste Position



### Schwächste Position



Befindet sich die Anpassungsplatte an der stärksten bzw. schwächsten Position, dürfen Sie die Einstellschraube nicht weiter drehen.

### Anmerkung:

- Um ein ungewolltes Auslösen des Pedals zu verhindern, müssen Sie auf eine korrekte Einstellung der Federspannung achten.
- Eine falsche Einstellung der Federspannung könnte beim Einrasten der Cleats in das Pedal bzw. beim Auslösen der Cleats zu Problemen führen. Die Federspannung sollte für das rechte und linke Pedal gleich sein.

## Austauschen von Cleats und Abdeckung

Bei den Cleats und der Abdeckung handelt es sich um Verschleißteile, die regelmäßig ausgetauscht werden müssen. Die Cleats und die Abdeckung sollten durch einen Händler oder in einer Werkstatt ausgetauscht werden, sobald sie deutliche Verschleißspuren aufweisen oder sich nur schwer bzw. mit erheblich weniger Kraftaufwand als bei neuen Cleats auslösen lassen.

