

SPD 踏板



下列網址提供其他語言的使用者手冊：
<http://si.shimano.com>

重要通知

- 如需有關本使用者手冊中，未包含產品的安裝和調整資訊，請聯絡代理商或經銷商購買。本公司網站上 (<http://si.shimano.com>) 提供經銷商說明書，可供專業且有經驗的自行車技師參考。
- 請勿分解或變更本產品。

請務必在使用前徹底閱讀本使用者手冊，並遵循該手冊正確使用，以策安全。

重要安全資訊

如果指示中要求進行更換作業，請聯絡代理商或經銷商購買。

⚠ 家長／監護人警告事項

- 依照本使用者手冊使用本產品，對於確保孩子的安全非常重要。請確認您和您的孩子瞭解使用者手冊的內容。若未遵循這些使用者手冊，可能會導致嚴重的人身傷害。

⚠ 警告

- 這些踏板的設計，只有在您意圖放開踏板時，才會離開踏板。其設計不會在您跌落自行車時自動放開。
- 您只能以 **SPD** 鞋子搭配本產品使用。其他種類的鞋子可能不會放開踏板，或是會意外放開。
- 請務必使用 **Shimano** 鞋底扣片 (SM-SH51/SM-SH56)，並將安裝螺絲牢固地鎖緊至鞋子。
- 嘗試使用這些踏板和鞋子騎乘之前，請確認您瞭解踏板和鞋底扣片 (鞋子) 結合與放開機構的操作。
- 在嘗試使用這些踏板和鞋子騎乘之前，請啓用煞車，然後一腳放在地面上，練習每一側鞋子與踏板的結合與放開，直到您可以自然且毫不費力地完成為止。
- 請先在平地上騎乘，直到您熟練鞋子和踏板的結合與放開為止。
- 騎乘前，請將踏板的彈簧張力調整到您喜歡的大小。如果踏板的彈簧張力過低，鞋底扣片可能會意外放開，您可能失去平衡並從自行車摔落。如果踏板的彈簧張力過高，鞋底扣片就無法輕易放開。
- 在以慢速騎乘時，或是您可能必須停下來時 (例如回轉時、接近十字路口時、騎乘上坡路段或在隱蔽的彎道上轉彎時)，請將鞋子預先從踏板上放開，讓您能夠隨時將腳快速放至地面。
- 在不利條件下騎乘時，請使用較輕的彈簧張力連結踏板鞋底扣片。
- 請務必清除鞋底扣片和黏合的泥巴和碎屑，以確保能夠結合和放開。
- 請記得定期檢查鞋底扣片有無磨損。當鞋底扣片磨損時，請予以更換。更換踏板鞋底扣片後，請務必在騎乘前檢查彈簧張力。

請務必仔細閱讀並遵循上述警告。

如果未遵循這些警告，您的鞋子可能會在想要放開時無法離開踏板，或是意外或無預期地離開踏板，而可能造成重傷。

- 在公共道路上騎乘時，務必隨時將反光片安裝到自行車上。
- 如果反光片並不是產品的標準裝備，您可以使用選用的反光片。如需有關適合的反光片資訊，請聯絡代理商或經銷商購買。
- 如果反光片骯髒或受損，請勿繼續騎乘自行車，否則接近的車輛會更難看到您。
- 仔細閱讀使用者手冊後，請將其存放在安全之處，以供日後參考。

備註

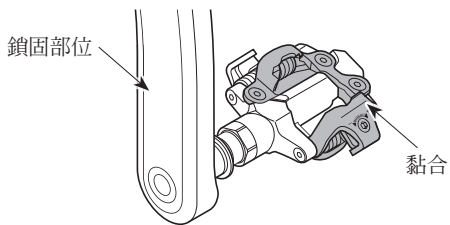
- 此外，如果踩踏效果感覺不正常，請再檢查一次本項目。
- 如果您發現踏板的轉動零件有任何問題，踏板可能需要調整。請聯絡代理商或經銷商購買。
- 零件在正常使用中產生的自然磨損和劣化，並不在保證範圍內。

騎乘前定期檢查

騎乘前請檢查下列項目。如果下列項目出現任何問題，請聯絡代理商或經銷商購買。

- 鎖固部位是否固定牢靠？
- 鞋底扣片和踏板之間是否因磨損而有很大的鬆動？
- 鞋底扣片的結合和放開是否有任何異常？
- 是否有任何異常的噪音？

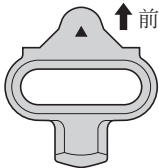
各部名稱



鞋底扣片類型與使用踏板

⚠ 警告

請勿以任何非使用者手冊中說明的方式，使用踏板和鞋底扣片。鞋底扣片的設計，能夠在鞋底扣片和踏板朝向前方時，從踏板上結合和放開。如需如何安裝鞋底扣片的指示，請參閱下文。若未遵循這些指示，可能會導致嚴重的人身傷害。

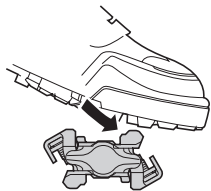


這些踏板可搭配單向釋放鞋底扣片 (SM-SH51) 和多向釋放鞋底扣片 (SM-SH56) 使用。

每種類型的鞋底扣片都有其特性，因此請務必仔細閱讀使用說明書，並選擇最適合您的騎乘方式和地形，以及會遇到的騎乘條件的鞋底扣片種類。您不可使用其他類型的鞋底扣片，如單向釋放鞋底扣片 (SM-SH52) 和多向釋放鞋底扣片 (SM-SH55)，因其無法提供夠穩定的加速踩踏效能或足夠的夾持力。

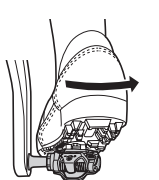
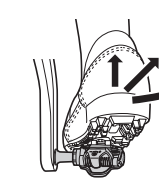
將鞋底扣片與踏板結合

以向前和向下的運動動作，將鞋底扣片壓入踏板中。



將鞋底扣片從踏板上放開

放開的方式依您使用的鞋底扣片類型而異。(請查看您的鞋底扣片的產品編號和顏色，以判斷適當的放開方法。)

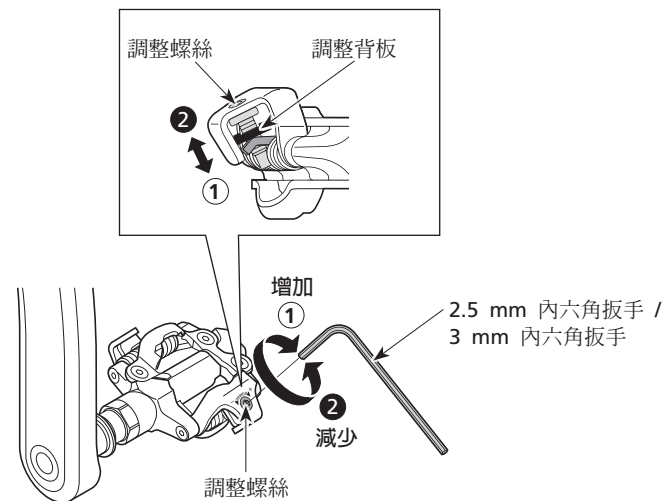
單向釋放鞋底扣片： SM-SH51 (黑色)	多向釋放鞋底扣片： SM-SH56 (銀色、金色／選用配件)
這些鞋底扣片只有在腳跟向外扭動時，才會鬆開。如果腳跟向任何其他方向扭動，都不會鬆開。	將腳跟向任何方向扭動，都可放開鞋底扣片。
	
您可以對踏板施加向上的力量，因為除非腳向外側扭動，否則都不會放開踏板。	由於抬起腳跟也可以讓鞋底扣片放開踏板，因此在對踏板施加向上的力量時，可能會意外放開踏板。這種鞋底扣片不應用於可能涉及拉起踏板的騎乘方式，或是會在踏板上施加拉力，而可能導致放開踏板的活動，例如障礙賽。
鞋底扣片不一定會在您失去平衡時鬆開。因此，在您可能會失去平衡的場所或狀況下，請確認您有充分的時間預先放開鞋底扣片。	雖然向任何方向扭動腳跟或抬起腳跟都可以放開鞋底扣片，但是如果失去平衡，鞋底扣片不一定會放開。因此，在您可能會失去平衡的場所或狀況下，請確認您有充分的時間預先放開鞋底扣片。
在您用力踩踏時，腳跟可能會不經意地向外扭動，而可能導致鞋底扣片意外鬆脫。如果鞋底扣片意外鬆脫，您可能從自行車上摔落，並可能造成重傷。您可以調整鬆開鞋底扣片所需的力，並且應該練習到習慣放開鞋底扣片所需的力，並且應該練習到習慣放開時所需的力，以協助預防這種情況。	如果鞋底扣片意外鬆脫，您可能從自行車上摔落，並可能造成重傷。如果沒有充分瞭解多向釋放鞋底扣片的功能，以及使用方式不正確，則鞋底扣片意外放開的頻率，可能會較大於單向釋放鞋底扣片。您可以調整從任何方向鬆開鞋底扣片所需的力，並且應該練習到習慣放開時所需的力，以協助預防這種情況。

備註：

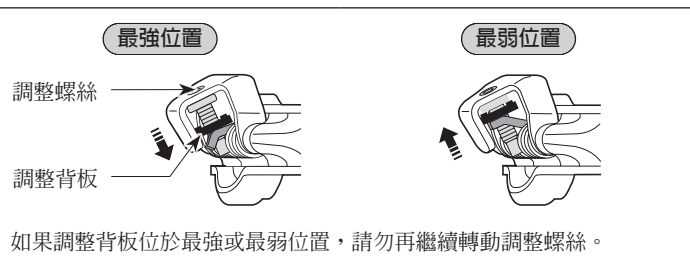
您必須練習放開踏板，直到習慣這些技巧為止。

* 在多向釋放鞋底扣片中，以抬起腳跟的方式放開踏板，需要特別練習。

調整踏板的彈簧張力



- 您可轉動調整螺絲，調整黏合的彈簧力，以調整踏板的彈簧張力。
- 調整螺絲卡住一次，就代表改變一段。每一圈會卡住四次。
- 調整螺絲位於每個黏合的後方，兩個踏板上共計四處。
- 請將彈簧力調整到將鞋底扣片從黏合放開時，鞋底扣片擁有最佳保持力的程度。
- 檢查調整背板的位置，並計算調整螺絲的旋轉圈數，讓這四處的鞋底扣片夾持力均等。
- 依順時針方向轉動調整螺絲可增加彈簧張力，依逆時針方向轉動則會減少彈簧張力。



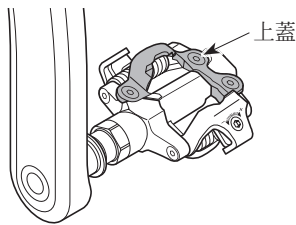
備註：

- 為了避免發生意外或無預期地放開踏板，請確認所有的彈簧張力都經過適當調整，並檢查彈簧張力。
- 如果彈簧張力沒有調整到一致，可能會造成騎乘者難以結合或放開踏板。右邊和左邊踏板的彈簧張力，應該平均地調整。

更換鞋底扣片和上蓋

鞋底扣片和上蓋為消耗品，需要定期更換。

在鞋底扣片和上蓋出現磨損，而難以放開時，或是能使用較全新時小很多的力量放開時，應該儘快到經銷商或代理商處更換。



進口商 三司達企業股份有限公司
台中市台中工業區 37 路 39-1 號
TEL:04-23596199

SHIMANO INC.
3-77 Oimatsu-cho, Sakai-ku, Sakai-shi, Osaka 590-8577, Japan

規格若因持續改良而有所變更，恕不另行通知。(Taiwanese)