

UM-L840A-002

Användarhandbok

Ensidig SPD / Ensidiga plattformspedaler

VIKTIGT MEDDELANDE

• Kontakta inköpsstället eller en distributör för information om montering, justering och byte av de produkter som inte finns i användarhandboken. En återförsäljarmanual för yrkesmekaniker finns tillgänglig på vår webbplats (<https://si.shimano.com>).

Läs av säkerhetsskäl noga igenom ”användarhandboken” innan du använder produkten, och följ den för korrekt användning. Förvara den så att man när som helst kan hänvisa till den.

Följande anvisningar måste alltid beaktas för att förebygga personskador och fysisk skada på utrustningen och omgivningen. Anvisningarna klassificeras i enlighet med risknivån eller den skada som kan uppstå om produkten används på fel sätt.

 FARA!	Underlåtenhet att följa anvisningarna leder till dödsolyckor eller allvarliga personskador.
 VARNING!	Underlåtenhet att följa anvisningarna kan leda till dödsolyckor eller allvarliga personskador.
 FÖRSIKTIGHET!	Underlåtenhet att följa anvisningarna kan leda till personskador eller skador på utrustningen och omgivningen.

Viktig säkerhetsinformation

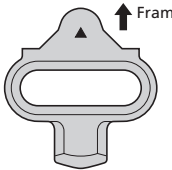
 VARNING!

- För att kunna se till att barn som använder denna produkt är säkra, ska de ges instruktioner om korrekt användning efter att både vårdnadshavare och barn har förstått följande information. Underlåtenhet att följa angivna instruktioner kan leda till allvarliga skador.
- Ta inte isär eller modifiera produkten. Detta kan leda till att produkten inte fungerar som den ska och du kan plötsligt falla och bli allvarligt skadad.
- Innan du försöker cykla med de här pedalerna och klossarna (skorna) bör du se till att du förstår fastsättnings- och frigöringsmekanismerna för pedalerna och klossarna (skorna). SPD-pedaler är utformade för att frigöras endast när du har för avsikt att frigöra. De är inte utformade för att frigöras automatiskt när du har fallit av cykeln.
- Använd endast SPD-skor med den här produkten. Andra typer av skor kanske inte kan frigöras från pedalerna, eller så kan de frigöras oavsiktligt.
- Använd endast SHIMANO-klossar (SM-SH51/SM-SH56) och se till att fästskruvarna är ordentligt åtdragna på skorna. Underlåtenhet att säkert dra åt skruvarna kan leda till ett fall då klossarna inte frigörs.
- Innan du försöker cykla med de här pedalerna och klossarna ska du hålla in bromsarna, och sedan placera en fot på marken och öva på att klicka fast och frigöra varje kloss från sin pedal, tills du kan göra det naturligt och med minimal ansträngning.
- Cykla först på plan mark tills du vänjer dig vid att klicka fast och frigöra dina klossar från pedalerna.

- Före cykling kan du justera hur hårt du vill att klossarna ska sitta fast i pedalerna. Om klossarna sitter för löst i pedalerna kan klossarna oavsiktligt frigöras och du kan tappa balansen och falla av cykeln. Om klossarna sitter för hårt i pedalerna blir det svårare att frigöra klossarna.
- När du cyklar med låg hastighet och du kan behöva stanna, (t.ex. vid en U-sväng, nära en korsning, i uppförsbacke eller vid sväng i en skarp kurva), frigör klossarna från pedalerna så att du snabbt kan sätta ned fötterna på marken.
- Använd en lägre fjäderspänning för pedalklossarna vid cykling under ogynnsamma förhållanden.
- Håll klossarna och bindningarna fria från smuts och skräp, för att säkerställa ordentlig i- och urklickning.
- Kom ihåg att regelbundet kontrollera klossarna för slitage. När klossarna är utslitna ska du byta ut dem samt justera klossarnas fasthållningstryck innan du cyklar och när du har bytt ut pedalklossarna.

Om varningsmeddelandena ovan inte följs kanske dina skor inte kommer ur pedalerna när du försöker klicka ur dem, eller så kan de frigöras oväntat eller av misstag, vilket kan leda till allvarliga skador.

- Om du är osäker på hur man byter de långa och korta stiften på pedalerna, kontakta inköpsstället eller en distributör.
- Lyft fötterna från pedalerna och dra ut dem sidledes för att frigöra fötterna från pedalerna. Med ena foten stadigt på marken, öva flera gånger på att sätta i och frigöra den andra foten från pedalen tills du vänjer vid detta, annars kan du falla och bli allvarligt skadad. Om du inte kan vänja dig vid detta, använd produkten med mellanlägggen monterade eller byt ut de korta stiften.
- Använd kläder och skyddsutrustning som är lämpliga för det sätt som cykeln ska användas. Eftersom stiften är långa kan de orsaka skador om de kommer i direkt kontakt med huden.
- Fortsätt inte att använda cykeln om reflexerna är smutsiga eller skadade. Annars blir det svårare för fordon som närmar sig att se dig.
- Använd inte pedalerna eller klossarna på något annat sätt än det som beskrivs i användarhandboken. När klossen och pedalen är vända framåt kan klossen frigöras från och sättas fast i pedalen. Läs användarhandboken noga för anvisningar om användning av klossarna. Underlåtenhet att följa anvisningarna kan leda till allvarliga skador.



- Läs manualen noga och välj den rätta produkten för dina behov baserat på hänsyn av cykeltyp, terräng och förhållanden. Klossar med ett frigöringsläge (SM-SH51) och klossar med flera frigöringslägen (SM-SH56) finns tillgängliga att använda med de här pedalerna. Klossar som de med ett frigöringsläge (SM-SH52) och klossar med flera frigöringslägen (SM-SH55), kan inte användas eftersom de inte har vissa funktioner, som stabil frigöringsprestanda eller tillräcklig hållkraft. Om sådana klossar används kanske inte skorna frigörs från pedalerna när de ska, eller de kan frigöras oväntat eller av misstag, vilket kan resultera i att du faller av cykeln med allvarliga personskador till följd.

Obs!

- Utför en besiktning igen om pedalprestandan inte känns normal.
- Om du upplever några problem med pedalens roterande delar kan pedalen behöva justering. Rådfråga ditt inköpsställe eller en distributör.

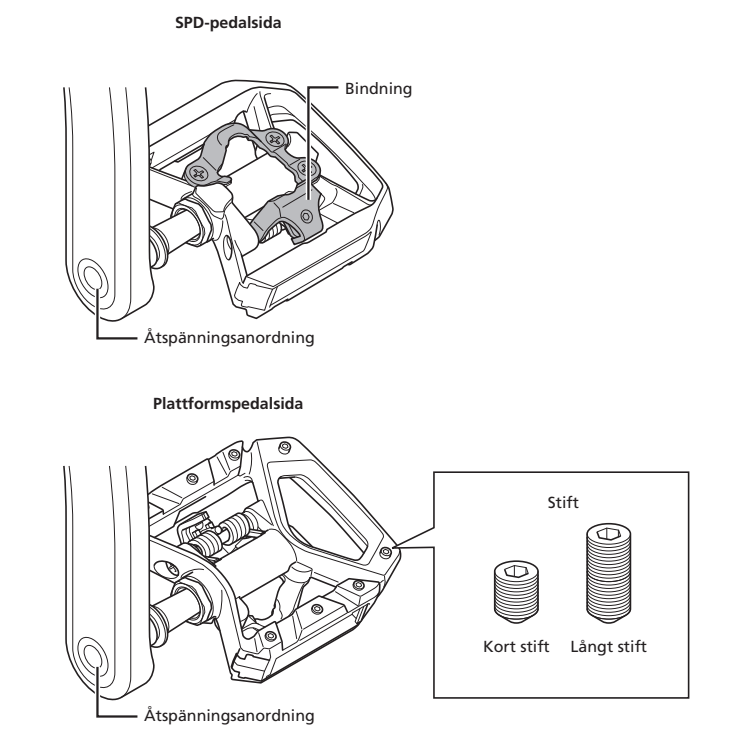
- Produktgarantin gäller inte för naturligt slitage eller åldrande som uppstår vid normal användning.

Regelbundna inspektioner innan du börjar att cykla på cykeln

Kontrollera följande detaljer innan du börjar att cykla på cykla. Om du får något problem ska du vända dig till inköpsstället eller en distributör.

- Sitter åtspänningsanordningarna fast ordentligt?
- Har extra glapp ökat mellan klossen och pedalen på grund av slitage?
- Förekommer några avvikelser när klossarna sätts i eller frigörs?
- Förekommer några onormala ljud?

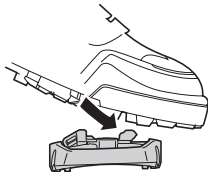
Delarnas namn



Klosstyp och användning av klossarna

■ Så här sätter man fast

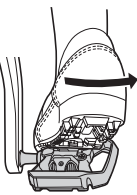
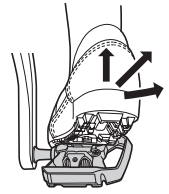
Tryck in klossarna i pedalbindningen med en rörelse vinklad nedåt.



■ Så här frigör man

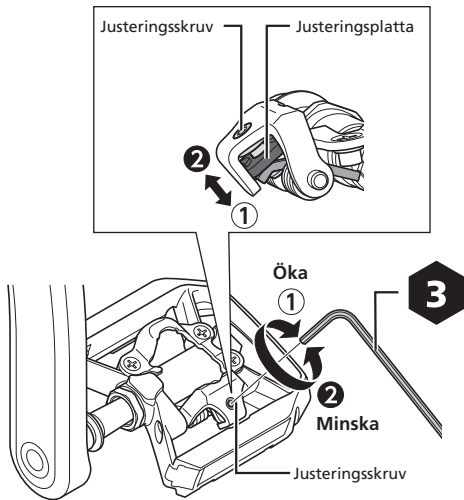
Frigöringsläget kan väljas beroende på typen av klossar som används. (Kontrollera klossmodellnumret och färgen för lämplig frigöringsmetod.)

Klossar med ett frigöringsläge: SM-SH51 (Svart)	Klossar med flera frigöringslägen: SM-SH56 (Silver, guld / säljs separat)
---	---

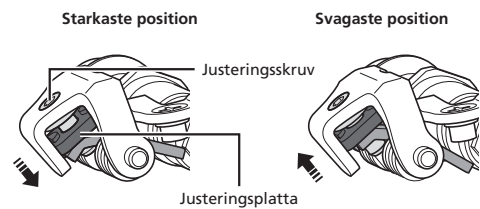
Dessa klossar frigörs endast när hälen rör sig utåt. De kommer inte att frigöras om hälen vrids åt något annat håll. 	Klossarna kan frigöras genom en vridning i vilken riktning som helst. 
Tryck uppåt kan tillämpas till pedalen, eftersom klossen inte frigörs om inte foten vrids utåt.	Klossen kan frigöras i en uppåtgående riktning. Att dra pedalerna uppåt kan därför leda till att klossen oväntat frigörs. Använd därför inte denna kloss om du drar upp pedalerna när du cyklar eller om du gör hopp eller liknande då krafterna gör att foten rör sig i riktningen så att klossen frigörs.
Klossarna kommer inte nödvändigtvis att frigöras om du tappar balansen. På platser eller under omständigheter där du eventuellt skulle kunna tappa balansen bör du därför se till att du har tillräckligt med tid för att på förhand frigöra klossarna.	Trots att klossarna frigörs i andra riktningar än horisontalt så frigörs de inte nödvändigtvis om du tappar balansen. På platser eller under omständigheter där du eventuellt skulle kunna tappa balansen bör du därför se till att du har tillräckligt med tid för att på förhand frigöra klossarna.
Exempelvis, när du trampar intensivt kan din häl av misstag vridas åt sidan, och det kan orsaka att klossen frigörs av misstag. När du har justerat klossarna, träna på att sätta i och frigöra tills du är helt bekant med hur mycket kraft och vilken fotvinkel som krävs. En oväntad frigöring kan orsaka att du faller av cykeln och kan leda till allvarlig skada.	Om egenskaperna av klossar med flera frigöringslägen inte är tillräckligt inlärda eller används felaktigt är det troligare att de av misstag frigörs av misstag än klossar med ett frigöringsläge. När du har justerat klossarna, träna på att sätta i och frigöra tills du är helt bekant med hur mycket kraft som krävs i vardera vinkel. En oväntad frigöring kan orsaka att du faller av cykeln och kan leda till allvarlig skada.

Obs!
Det är nödvändigt att öva på att frigöra tills du är van vid tekniken.
* För klossar med flera frigöringslägen krävs en särskild teknik för att frigöra genom att lyfta på hälen.

Justering av klossarnas fasthållningstryck på pedalerna



- Pedalernas fjäderspänning kan justeras genom att vrida justeringskruven.
- Vid ett klick på justeringskruven förändras spänningen ett steg. Det går fyra klick per varv.
- Justeringskruven sitter bak på bindningen, vilket resulterar i två positioner totalt för de två pedalerna.
- Justera fjäderkraften till din optimala klosshållkraft vid frigöring av klossarna från bindningarna.
- Utjämna klossens hålltryck i de två positionerna genom att kontrollera justeringsplattans position och räkna antalet varv som justeringskruvarna vrids.
- Om justeringskruven vrids medurs ökar klossfasthållningstrycket; en moturs vridning minskar det.



Om justeringsplattan är i det starkaste eller svagaste läget ska du inte vrida justeringskruven ytterligare.

Obs!

- För att undvika oavsiktlig klossfrigörelse och garantera att frigörelse är möjlig när så behövs, se till att klossfasthållningstrycket är korrekt justerat.
- Om inte klossarna har justerats likadant kan det förorsaka svårigheter att sätta fast eller frigöra klossarna. Klossfasthållningstrycket på höger och vänster pedal ska justeras så att de är lika.

Byte av klossar, byte av stomkåpor

Klossar och stomkåpor slits och behöver bytas regelbundet.

När klossarnas frigöring börjar bli för hård eller för lös, kontakta omedelbart inköpsstället eller en distributör och byt ut klossarna och stomkåporna mot nya.

