



UM-L840A-002

使用者手冊

單側 SPD / 單側平面踏板

重要聲明

• 如需有關本使用者手冊中，未包含的產品安裝、調整及更換資訊，請聯絡購買處或經銷商。本公司網站上(<https://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。

請務必在使用前徹底閱讀本「使用者手冊」、遵循該手冊正確使用，以及妥善保存，以便隨時參考。

請務必隨時遵守下列指示，以免人員受傷以及設備與環境物品受損。這些指示已根據錯誤使用產品，可能引發的危險程度或損壞嚴重程度分類。

	危險	若未遵守這些指示，將導致死亡或嚴重傷害。
	警告	若未遵守這些指示，可能導致死亡或嚴重傷害。
	提醒	若未遵守這些指示，可能導致人員受傷以及設備與環境受損。

重要安全資訊

警告

• 爲了使用本產品的小孩安全著想，應在監護人和小孩均已完全了解下列資訊後，指導小孩如何正確使用。若未遵循提供的說明，可能導致重傷。

• 請勿拆解或改裝本產品。如此可能會導致產品無法正常運作，且您可能會突然摔落，因而導致重傷。

• 嘗試使用這些踏板和車鞋騎乘之前，請確認您瞭解踏板和鞋底扣片（車鞋）上卡 / 脫卡機械裝置的操控。SPD 踏板的設計，只有在試圖脫卡時，才會脫開。其設計不會在您跌落自行車時自動脫開。

• 您只能以 SPD 車鞋搭配本產品使用。其他種類的車鞋可能無法從踏板脫開，或是可能會意外脫開。

• 僅能使用 SHIMANO 鞋底扣片 (SM-SH51/SM-SH56) 並確定固定螺絲牢固地鎖緊至車鞋。若未牢固地鎖緊螺絲，則可能導致摔落，鞋底扣片未脫卡。

• 在嘗試使用這些踏板和鞋底扣片騎乘之前，請按下煞車，然後一腳放在地面上，練習每一側鞋底扣片與踏板上卡與脫卡，直到您可以自然且毫不費力地完成爲止。

• 請先在平地上騎乘，直到您熟練鞋底扣片和踏板上卡與脫卡爲止。

• 騎乘前，請根據您的喜好調整踏板的鞋底扣片抓附力。如果踏板的鞋底扣片抓附力不足，鞋底扣片可能會意外脫開，且您可能會失去平衡並從自行車摔落。如果踏板的鞋底扣片抓附力過高，鞋底扣片則無法輕鬆脫開。

• 在以慢速騎乘時，或是您有可能必須停下來時（例如迴轉時、接近十字路口時、騎上坡路段或在隱蔽的彎道上轉彎時），請預先將鞋底扣片從踏板脫開，讓您能夠隨時將雙腳快速放到地面。

• 在不佳的情況下騎乘時，請以較輕的鞋底扣片抓附力裝上踏板鞋底扣片。

• 請務必清除鞋底扣片和卡座的泥巴和碎石，以確保能夠正確上卡和脫卡。

• 請記得定期檢查鞋底扣片有無磨損。鞋底扣片磨損時，請更換鞋底扣片，並在騎乘前與更換踏板鞋底扣片後，調整鞋底扣片抓附力。

如果未遵循上述警告，您的車鞋可能會在想要脫卡時無法脫開踏板，或是意外或無預期地脫開踏板，而造成重傷。

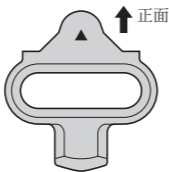
• 如果您不確定如何更換踏板上的短和長插銷，請洽詢購買處或經銷商。

• 請從踏板抬起雙腳，然後往側邊滑去，將雙腳從踏板脫離。在一隻腳穩穩踏在地面的狀態下，反覆練習另一隻腳與踏板的扣入及脫離，直到您習慣操作方式爲止，否則您可能會從自行車上摔落以及受重傷。如果您無法習慣操作方式，請使用安裝墊片或換上短插銷的產品。

• 務必穿上適合騎乘自行車的衣物與防護裝備。由於插銷較長，因此如果直接碰到插銷，可能會讓您受傷。

• 如果反光片髒汙或損壞，請勿繼續騎乘自行車。否則來車將很難注意到您騎乘的自行車而發生危險。

• 除本使用者手冊中說明的方式，請勿以其他方式使用踏板或鞋底扣片。鞋底扣片或踏板朝前方時，鞋底扣片可以使用踏板脫卡和上卡。如需使用鞋底扣片的說明，請詳閱使用者手冊。若未遵循以下說明，可能導致重傷。



• 請閱讀手冊並根據自行車類型、騎乘地形及狀況的考量，選擇適合自己需求的正確產品。

單向脫卡模式鞋底扣片 (SM-SH51) 和多向脫卡模式鞋底扣片 (SM-SH56) 均可提供用於這些踏板。您不能使用如單向脫卡模式鞋底扣片 (SM-SH52) 和多向脫卡模式鞋底扣片 (SM-SH55)，因其欠缺某些功能，例如穩定的脫卡性能或足夠的夾持力。如果使用此類鞋底扣片，車鞋可能會在想要脫卡時無法脫開踏板，或是意外或無預期地脫開踏板，因而導致自行車傾倒和重傷。

注意

• 如果覺得踩踏性能不正常，請再次進行檢查。

• 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。請洽詢購買處或經銷商。

• 產品在正常使用和老化中產生的自然磨損和劣化，並不在保固範圍內。

騎乘自行車前定期檢查

騎乘自行車前，請檢查下列項目。如果出現任何問題，請洽詢購買處或經銷商。

• 鎖固部位是否固定牢靠？

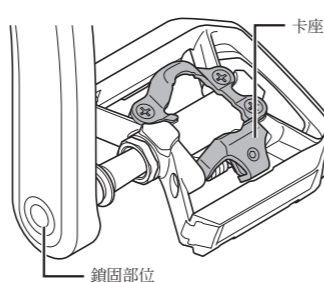
• 鞋底扣片與踏板之間的曠量是否因磨損而增加？

• 鞋底扣片的上卡和脫卡是否有任何異常？

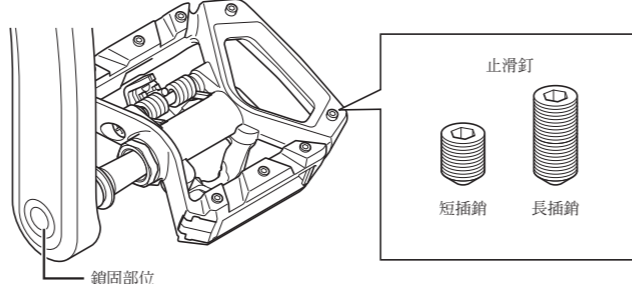
• 是否出現任何異音？

各部名稱

SPD 踏板側



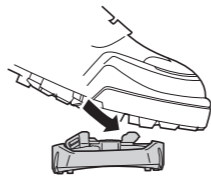
平面踏板側



鞋底扣片類型與使用鞋底扣片

■ 如何上卡

以斜下的動作，將鞋底扣片壓入踏板卡座。



■ 如何脫卡

脫卡模式可根據所使用鞋底扣片選擇。

(查看鞋底扣片型號及合適的脫卡方式。)

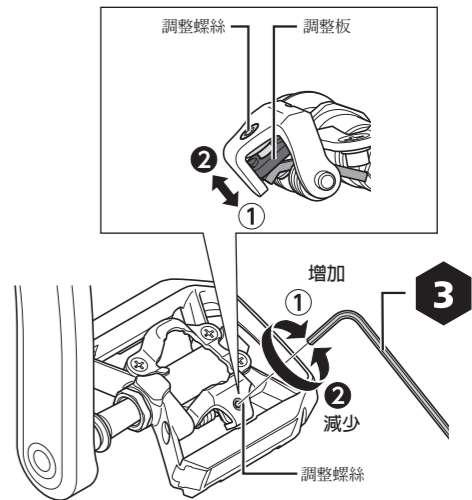
單向脫卡模式鞋底扣片： SM-SH51 (黑色)	多向脫卡模式鞋底扣片： SM-SH56 (銀色、金色 / 另售)
這些鞋底扣片只有在腳跟向外移動時，才能脫卡。如果腳跟向任何其他方向扭動，將無法脫卡。	將腳跟向任何方向扭動，鞋底扣片都可脫卡。
除非腳扭動，否則鞋底扣片無法脫卡，因此您可以對踏板施加向上的力量。	鞋底扣片可向上脫開。因此，上拉踏板可能導致鞋底扣片突然脫離。因此，如果您在騎乘時上拉踏板，或進行跳躍或從鞋底扣片脫卡方向對腳部施力的方式進行相似動作，請勿使用此鞋底扣片。
鞋底扣片不一定會在您失去平衡時脫卡。因此，在您可能失去平衡的場所或狀況下，請確認您有充分的時間預先脫開鞋底扣片。	儘管鞋底扣片確實會朝水平方向以外的方向脫卡，但如果您失去平衡，鞋底扣片不一定會脫卡。因此，在您可能失去平衡的場所或狀況下，請確認您有充分的時間預先脫開鞋底扣片。
例如，在您用力踩踏時，腳跟可能會不經意地側邊滑去，而可能導致鞋底扣片意外脫開。	如果沒有充分瞭解多向脫卡模式鞋底扣片的使用方式，或是使用方式不正確，這種鞋底扣片更有可能會比單向脫卡模式鞋底扣片意外脫開。
請練習上卡與脫卡，直到完全熟悉所需的力道及腳部角度。意外脫開可能導致您從自行車摔落，因而可能導致重傷。	已調整鞋底扣後，請練習上卡與脫卡，直到完全熟悉每個方向所需的力道。意外脫開可能導致您從自行車摔落，因而可能導致重傷。

注意

您必須練習脫卡，直到習慣這些技巧爲止。

* 在多向脫卡模式鞋底扣片中，以抬起腳跟的方式脫開踏板，需要特別練習。

調整踏板的鞋底扣片抓附力



• 您可轉動調整螺絲，調整踏板的彈簧張力。

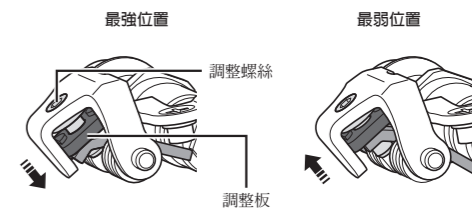
• 轉動調整螺絲喀噠一響，即可改變一段張力。每一圈可調整四段張力。

• 調整螺絲位於每個卡座的後方，兩個踏板總共有兩處調整螺絲。

• 請調整彈簧彈力，直到鞋底扣片從卡座脫開時，鞋底扣片擁有最佳抓附力的程度爲止。

• 檢查調整板的位置，並計算調整螺絲的旋轉圈數，讓這兩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鞋底扣片抓附力，依逆時針方向轉動則會減少鞋底扣片抓附力。



如果調整板位於最強或最弱位置，請勿再繼續轉動調整螺絲。

注意

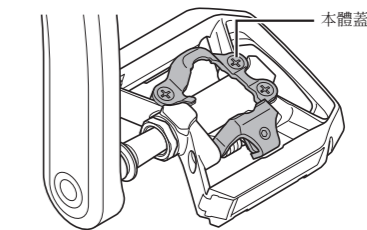
• 爲了防止鞋底扣片意外脫卡並確保可在需要時脫卡，請確定正確調整鞋底扣片抓附力。

• 如果鞋底扣片沒有調整到一致，可能會造成騎乘者難以卡入或脫開鞋底扣片。應將左右踏板的鞋底扣片抓附力調整到一致。

更換鞋底扣片，更換本體蓋

鞋底扣片及本體蓋會磨損，需要定期更換。

當鞋底扣片脫卡因磨損而開始變得太緊或太鬆時，請立即聯絡購買處或經銷商，然後換成新的鞋底扣片及本體蓋。



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 City, Osaka 590-8577, Japan

請注意：規格若因持續改良而有所變更，恕不另行通知。(Taiwanese)