

## MANUALE D'USO

La vostra bicicletta è frutto di una ricerca approfondita, di un assortimento di componenti di prima categoria e di numerosi test interni ed esterni.

Questo manuale è volto a fornire le istruzioni di base per una regolazione e una manutenzione della vostra bicicletta più agevoli. Si prega di leggerlo attentamente prima dell'uso e di seguire queste istruzioni in modo da ottenere prestazioni ottimali ed un lungo ciclo di vita della vostra bicicletta.

## RESPONSABILITA'

In caso di dubbi concernenti i processi descritti in questo manuale si prega di contattare la SPEEDCROSS in loco. La mancata osservanza di queste istruzioni è di responsabilità del proprietario della bicicletta.

Si raccomanda di affidarsi ad un rivenditore autorizzato per la manutenzione della stessa.

## SICUREZZA

Quando si usa la bicicletta su una strada pubblica è necessario che il mezzo sia dotato di un sistema di illuminazione e di segnali di avvertenza richiesti dai regolamenti del traffico locale. Per una vostra sicurezza personale la SPEEDCROSS raccomanda di usare sempre il casco.

Gli standard di sicurezza sono conformi alla norma UNI EN ISO 4210.

**Avvertenza:** assicurarsi che la bicicletta venga utilizzata in maniera corretta e secondo gli scopi per cui è stata progettata. Il mal utilizzo della stessa potrebbe comportare gravi lesioni. In caso di acquisto di una bicicletta per bambini bisogna assicurarsi di insegnare al bambino il corretto utilizzo, in particolar modo l'utilizzo dei freni.

**Attenzione:** la bicicletta, come tutti gli oggetti meccanici, è sottoposta a forti pressioni ed è portata al logorio. I suoi diversi materiali da costruzione e i vari componenti possono reagire in maniera diversa al tempo, alle lacerazioni o agli urti. Ogni componente può rompersi all'improvviso, se raggiunge la fine del suo ciclo di vita, causando anche lesioni al ciclista ed è per questo che la bicicletta, periodicamente, deve essere sottoposta a revisioni e registrazioni. Crepe, graffi e decolorazioni nelle parti fortemente usurate sono segni che il componente deve essere sostituito.

## TABELLA DEL MASSIMO PESO AMMISSIBILE DEL CICLISTA

<u>TIPI DI BICICLETTA</u>	<u>PESO MASSIMO CICLISTA</u>	<u>CAPACITÀ MAX BAGAGLI</u>
Bicicletta da città e da trekking	115 kg	
Bicicletta 12"/14"/16"/20"/24"	40-60 kg	
Mountain bike	115 kg	
Bicicletta da corsa	115 kg	<b>in base alle specifiche degli accessori</b>
Bicicletta pieghevole	105 kg	
Bicicletta treruote	100 kg	
Bicicletta tandem	Passeggero ant. : 100 kg Passeggero post.: 90 kg	

## INDICAZIONI PER L'USO

Prima di utilizzare la vostra bicicletta controllare attentamente i freni e verificare che il sistema di sgancio rapido o i dadi fissanti della ruota siano saldamente assicurati. Attenzione che la pressione delle coperture sia adeguata e che il tubo reggisella, la sella e il piantone del manubrio siano correttamente regolati e stretti.

## MANUTENZIONE PERIODICA

La bicicletta NECESSITA di una manutenzione regolare e di revisioni periodiche, che dipendono dal modello di bicicletta, dalla frequenza e dalle condizioni di utilizzo.

FREQUENZA	PUNTI DI CONTROLLO	SCOPO	DELLA	MANUTENZIONE
		ISPEZIONE	PULIZIA	LUBRIFICAZIONE
Prima di ogni uso	Bloccaggio rapido/dadi fissanti ruota  Freno anteriore e posteriore Coperture: usura e pressione Funzione del sistema di illuminazione Serraggio del piantone manubrio e del canotto sella  Serraggio bulloni in generale			
Ogni 500Km.	Serraggio del sistema di sterzo Serraggio di pedali e pedivelle Tensione dei raggi ruota			
Ogni mese	Catena Cambio Ruota libera			SAE-20 SAE-20 SAE-20
Ogni 6 mesi	Perno dei pedali Mozzi ruota Canotto reggisella Sistema di sterzo			GRASSO SPESSO
Ogni anno	Cavi dei freni e del cambio	<u>CAMBIO</u>		

**Avvertenza:** la manutenzione e le revisioni devono essere effettuate solo da rivenditori autorizzati. Le frequenze riportate in tabella sono da intendersi come linea guida e da applicare in condizioni d'uso normali. Per le mountain bike le manutenzioni devono essere effettuate più spesso per un uso più intenso della bicicletta.

## **PREPARAZIONE DELLA BICICLETTA**

### **REGOLARE L'ALTEZZA DELLA SELLA**

Questo valore viene calcolato moltiplicando la misura interna della gamba, in base anche alle scarpe indossate per pedalare, per il coefficiente 0,885. Il prodotto indica la distanza da mantenere dal centro del sellino al centro del movimento centrale della bicicletta.

Per regolarne l'altezza, bisogna allentare la vite e muovere verticalmente il canotto per quanto necessario per poi restringere la vite.

**Avvertenza:** il segno orizzontale sul canotto reggisella non dovrebbe mai essere al di fuori del tubo dove viene inserito il canotto, per una questione di sicurezza.

### **REGOLARE L'ALTEZZA DEL MANUBRIO**

Per una postura confortevole, raccomandiamo l'uso delle regolazioni come di seguito:

<b><u>ALTEZZA SELLA DA TERRA</u></b>	<b><u>MAGGIORE ALTEZZA DEL MANUBRIO</u></b>
65/68 cm	5/6 cm
69/72 cm	6/7 cm
73/76 cm	7/8 cm
77/79 cm	8/9 cm
80/82 cm	9/10 cm

**Avvertenza importante:** per i piantoni tradizionali l'altezza specificata dal produttore con l'indicazione del limite minimo d'inserimento, non dovrebbe mai essere superata.

## **TENSIONE DI SERRAGGIO DI VITI-DADI-BULLONI**

Nel montaggio di una qualsiasi parte usare le chiavi inglesi appropriate senza eccessiva forza. I bulloni e/o i dadi devono essere sostituiti se le loro filettature vengono trovate danneggiate quando li si allenta o li si stringe.

Di seguito, la tabella mostra le torsioni di serraggio per le varie misure delle viti, a meno che non venga espressamente segnalato altrimenti.

MISURA DELLA VITE	TORSIONE SERRAGGIO (daN°m)
M4x0.7	0.3-0.4
M5x0.8	0.6-0.8
M6x1	1-1.4
M8x1.25	2.5-3.5
M8x1	2.7-3.8
M10x1.5	4.9-6.9
M10x1.25	5.2-7.3

## TESTARE LA DISTANZA DI FRENATA

Prima di utilizzare la bicicletta controllare che sia i freni anteriori sia quelli posteriori siano in PERFETTE condizioni. Ogni cavo usurato deve essere sostituito IMMEDIATAMENTE. Si raccomanda che entrambi i freni siano in funzione SIMULTANEAMENTE in modo da prevenire cadute, specialmente sulle carreggiate umide dato che la distanza di frenata su una superficie bagnata è di circa il 40% più lunga che su una superficie asciutta.

## PULIZIA

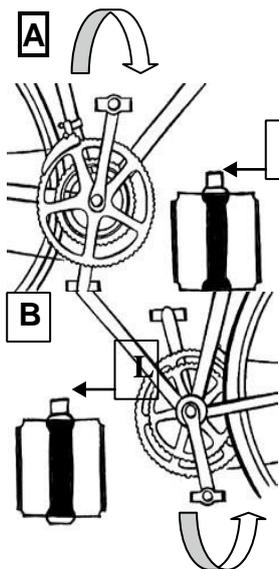
Per tenere in buone condizioni la propria bicicletta, bisogna seguire le seguenti precauzioni:

- Rimuovere la polvere e il fango con una spugna umida ed un detergente delicato. Non usare solventi o detersivi aggressivi e/o alcalini, soprattutto sulle parti verniciate;
- Pulire i componenti in plastica con solo acqua e sapone;
- Pulire le coperture con una spugna umida e acqua saponata;
- Asciugare la bicicletta con un panno morbido;
- Lubrificare la catena dopo ogni pulizia.

**Importante:** evitare l'utilizzo di pulitori ad alta pressione e il getto di vapore.

## REGOLAZIONI BASILARI

### MONTAGGIO DEI PEDALI

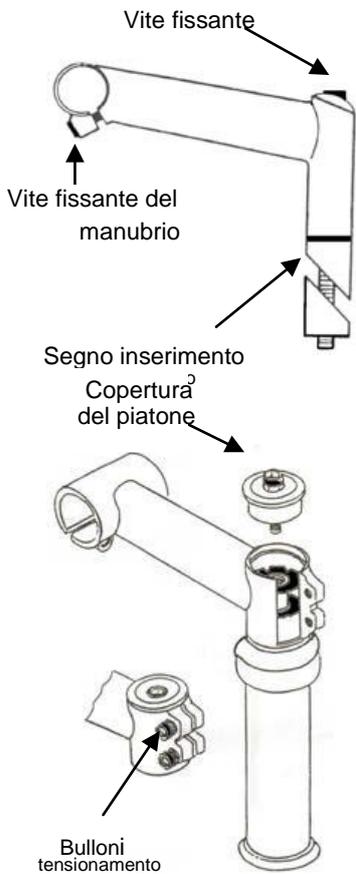


**PEDALE DESTRO:** viene indicato con la lettera **R** segnata sul perno. Per montare il pedale, stringere il perno in senso orario ( Fig. A).

**PEDALE SINISTRO:** viene indicato con la lettera **L** segnata sul perno. Per montare il pedale, stringere il perno in senso antiorario (Fig. B).

Importante: prestare molta attenzione al senso dei pedali (destro e sinistro). Se vengono montati invertiti, la pedivella si sfiletta e sarà inutilizzabile.

## REGOLAZIONE DEL PIANTONE MANUBRIO



**PIANTONE CONVENZIONALE:** Allentare la vite fissante per sbloccare l'anello conico. Regolate a secondo dell'altezza desiderata e stringere la vite.

**Importante:** il segno di inserimento non deve essere visibile

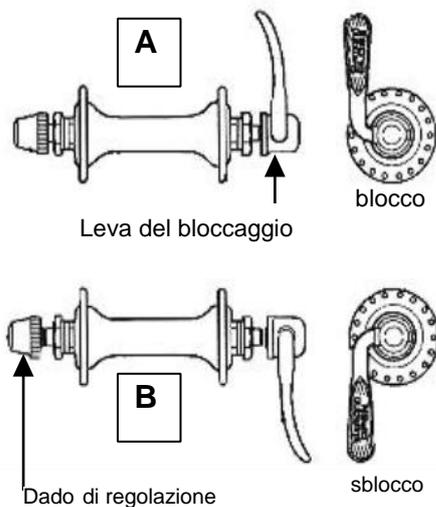
Per regolare la posizione del manubrio, allentate la vite fissante del manubrio. Girare il manubrio fino all'angolo desiderato e riavvitare la vite fissante.

**PIANTONE AHEAD:** per regolare l'altezza, rimuovere il tappo e il tubo reggimanubrio, allentando così la vite fissante e i bulloni. Inserire poi i distanziali necessari sopra, o sotto, il piantone.

Rimontare il piantone e riavvitare la copertura del piantone fino a quando lo sterzo girerà correttamente. Infine, stringere i bulloni di tensionamento.

**Importante:** la distanza tra la parte superiore del piantone sterzo e la parte superiore del tubo forcella deve essere tra i 2 e i 4 mm.

## RIMOZIONE E MONTAGGIO DELLE RUOTE



**RIMOZIONE:** allentare le pinze freno rilasciando o allentando il cavo del freno. Tirare la leva del bloccaggio dalla posizione A a quella B. Svitare manualmente il dado di regolazione e togliere la ruota.

**MONTAGGIO:** inserire a fondo l'asse della ruota nella fessura della forcella (ruota anteriore) o del telaio (ruota posteriore), con la leva del bloccaggio in posizione "sblocco". Stringere leggermente il dado di regolazione e porre la leva di bloccaggio in posizione A.

**Importante:** Se la leva si muove con una forza minima non è stretta abbastanza. Così come per la leva anche per il dado di regolazione bisogna stringere con forza.

## ALTEZZA DEL SELLINO



Per regolare l'altezza della sella, introdurre il tubo reggisella nel tubo del telaio. Quando la sella è posizionata all'altezza desiderata, stringere la leva o la vite di fissaggio.

**Importante:** il segno di inserimento minimo non dovrebbe essere mai visibile al fine di avere una lunghezza minima di inserimento del tubo reggisella nel tubo del telaio.

## INSTALLAZIONE DEGLI STABILIZZATORI

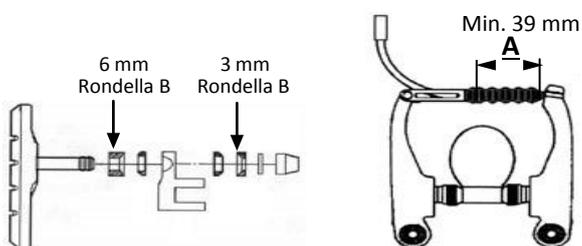
Per gli stabilizzatori sono disponibili vari sistemi di montaggio.

Devono essere sempre fissati al retro della bicicletta, o al mozzo posteriore o al telaio.

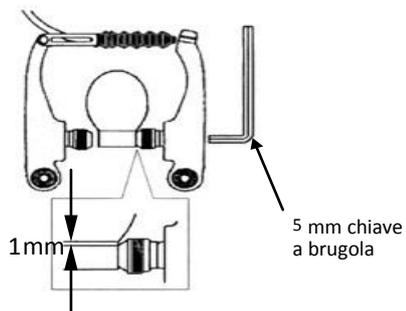
Per una maggiore stabilità della bicicletta, regolare gli stabilizzatori in modo tale che le ruote abbiano una superficie d'attrito con il terreno da 1 a 2,5 cm quando la bicicletta è verticale

## MANUTENZIONE

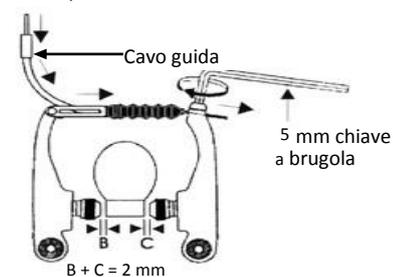
### FRENI A "V"



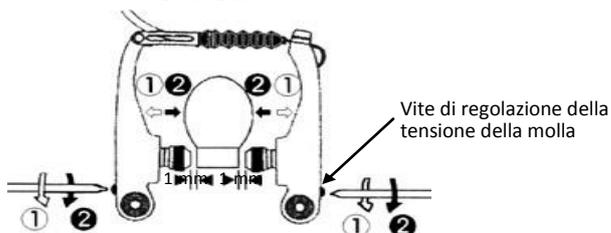
**REGOLAZIONE:** mentre si premono i freni a "V" contro il cerchione, regolare la distanza del pattino del freno cambiando la rondella B (3mm o 6mm) in modo che la distanza A non sia meno di 39mm.



Con il pattino premuto contro il cerchione, avvitare la vite di fissaggio del pattino con una chiave a brugola da 5mm. La distanza del pattino dal limite superiore del cerchione dovrebbe essere di 1mm. Torsione a 6-8 Nm.

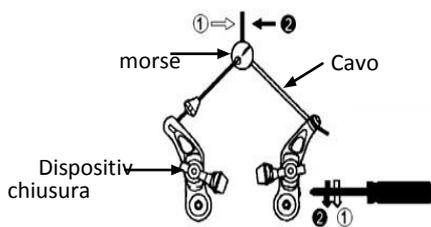


Tirare il cavo per regolare lo scarto tra il pattino destro e il pattino sinistro a 2 mm. Torsione a 6-8 Nm.

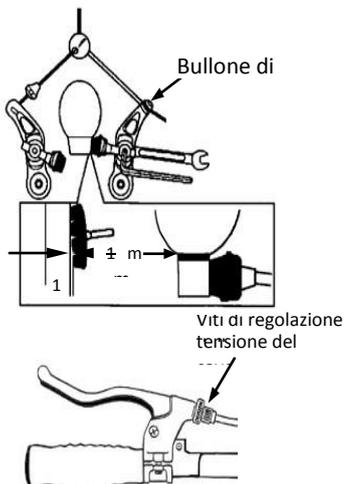


Regolare, infine, il bilanciamento con le viti di regolazione della molla, in modo tale che il pattino sia ad 1 mm dal cerchione.

## FRENI CANTILEVER



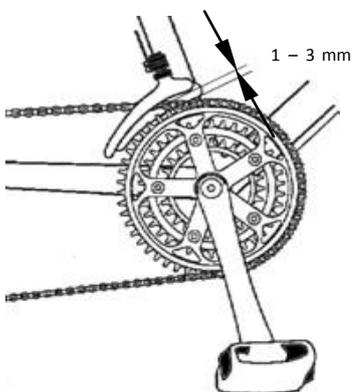
**REGOLAZIONE:** rilasciare il dispositivo di chiusura della ganaschia. Tendere il cavo portandolo trasversale in linea col morsetto. Bloccare il cavo principale sul retro del morsetto. Regolare il bilanciamento per mezzo delle viti di regolazione della tensione del cavo.



Apporre le ganasce del freno sul bordo e regolare l'altezza fino a che il bullone sia perpendicolare al bordo. Spostare i pattini indietro di 1 mm. Togliere il bullone di fissaggio del cavo e allentare il cavo di 2 mm per ottenere uno scarto di 1 mm tra il bordo del cerchione e il pattino del freno.

Se il bilanciamento richiede una regolazione migliore, girare le viti di regolazione della tensione del cavo (tamburo) sulla leva del freno.

## REGOLAZIONE DEL DERAGLIATORE ANTERIORE



Controllare che il fondo della piastra esterna della gabbia sfiori la parte superiore dei denti della guarnitura dentata da 1 a 3 mm.

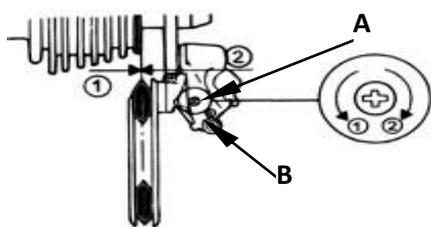
**REGOLAZIONE DEL FERMO-CORSA INFERIORE:** con la catena sull'ingranaggio più piccolo della guarnitura e su quello più grande della ruota libera, girare la relativa vite di regolazione fino a che la distanza tra la catena e la piastra esterna della gabbia sia da 1 a 3 mm.

**REGOLAZIONE DEL FERMO-CORSA SUPERIORE:** con la catena sull'ingranaggio più grande della guarnitura e su quello più piccolo della ruota libera, girare la relativa vite di regolazione fino a che la distanza tra la catena e la piastra esterna della gabbia sia da 1 a 3 mm.

**REGOLAZIONE DELLA TENSIONE DEL CAVO:** con la catena sopra l'ingranaggio mediano della ruota libera, girare la vite di regolazione della tensione del cavo in senso orario se la catena tocca la piastra interna della gabbia oppure in senso antiorario se la catena è a contatto con la piastra esterna della gabbia.

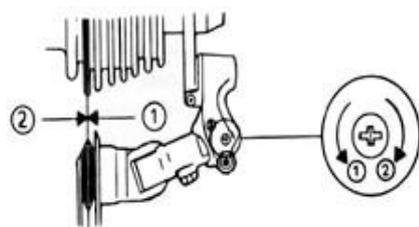
## **REGOLAZIONE DEL DERAGLIATORE POSTERIORE**

*Regolazione limite inferiore*



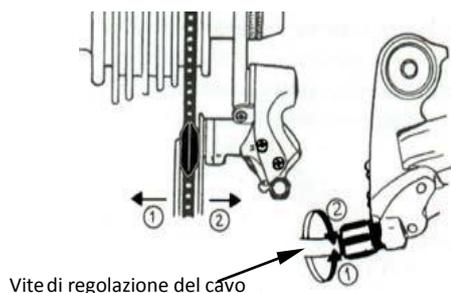
**REGOLAZIONE DELLO STOP DEL LIMITE SUPERIORE E INFERIORE:** viene fatto con le viti A e B (rif. Pag. precedente). Girare le due viti in modo che la catena non esca. Il dispositivo di spostamento della catena dovrà essere in linea sia con l'ingranaggio più grande che con quello più piccolo.

*Regolazione limite superiore*



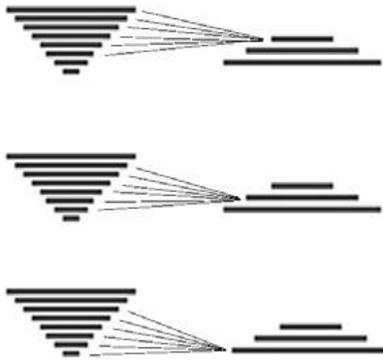
**REGOLAZIONE DELLA TENSIONE DEL CAVO:** spostare il comando cambio sul secondo rapporto. Girare la vite di regolazione della tensione del cavo fino a che non si trova la perfetta corrispondenza con il secondo ingranaggio della ruota libera.

*Regolazione della tensione del cavo*



## **CAMBIARE MARCIA**

*Rapporti raccomandati (24 vel.)*



Per prevenire danni al cambio, si raccomanda di non esercitare troppa pressione sui pedali mentre si cambia rapporto, evitare dunque di cambiare quando si compie uno sforzo o si guida in pendenza.

Non usare rapporti estremi: evitare di usare l'ingranaggio più piccolo posteriore con quello più grande anteriore e viceversa. L'ingranaggio mediano sarà a fondo modulabile su tutti i rapporti. I rapporti estremi possono causare una distorsione laterale della catena che impedirà il corretto funzionamento del cambio e l'usura prematura dei componenti di guida.

## **PRESSIONE DELLE COPERTURE**

La pressione delle coperture dovrebbe essere indicata sull'esterno della stessa. L'unità di misura della pressione è espressa in PSI o bar, con indicato il valore massimo. Le coperture sgonfie sono più soggette alle forature e possono causare danni al cerchione. Una pressione eccessiva può ridurre l'aderenza al terreno.

**Attenzione:** quando si raggiunge il limite di usura bisogna cambiare le coperture. Un buon battistrada è essenziale per una migliore prestazione della bicicletta ed una frenata più sicura.

Ricordarsi che 14 PSI compongono 1 bar, quindi  $1 \text{ bar} = 1 \text{ kg/cm}^2$ .

## **SOSTITUZIONI DELLE PARTI USURATE**

Le parti che si usurano di solito sono le coperture, le pastiglie, i dischi, i pattini freni e i cerchioni quando fanno parte del sistema di frenaggio.

**COPERTURE:** cambiarli solo con coperture identiche o equivalenti, controllando il segno sull'esterno della gomma. Se il diametro esterno della gomma di sostituzione è più grande della misura originale, potreste toccare la ruota anteriore o il parafango con la punta del piede nei cambi di direzione e perdere il controllo della bicicletta. Lo stesso può succedere se si cambia la pedivella della guarnitura con un più lunga.

**TUBOLARI:** controllare la pressione di gonfiaggio raccomandata nei manuali di istruzioni e i metodi di montaggio del produttore, in base al cerchione utilizzato, per avere una aderenza perfetta.

**PATTINI FRENI:** controllarne periodicamente l'usura. Quando le scanalature presenti sui pattini dei freni diventano invisibili, cambiarli con pattini dello stesso tipo e dimensione.

**PASTIGLIE E DISCHI DEI FRENI:** consultare il manuale fornito dal produttore specifico.

**CERCHIONI:** l'usura è maggiore se sono parte del sistema frenante della bicicletta, ovvero quando i pattini operano direttamente sui cerchioni. Controllarli regolarmente e cambiarli con altri dello stesso tipo e dimensione.