

IMPORTANTE

LEGGERE ATTENTAMENTE PRIMA DELL'USO
DA CONSERVARE PER LA CONSULTAZIONE FUTURA



Istruzioni per l'uso Bicicletta

Indice

1	Generalità sulle presenti istruzioni per l'uso	5	4	Trasporto e immagazzinamento	21
1.1	Azienda produttrice	5	4.1	Proprietà fisiche di trasporto	21
1.2	Identificazione delle istruzioni per l'uso	5	4.1.1	Dimensioni di trasporto	21
1.3	Leggi, norme e direttive	5	4.1.2	Peso di trasporto	21
1.4	Informazione	6	4.1.3	Maniglie/punti di sollevamento previsti	21
1.4.1	Avvisi	6	4.2	Trasporto	21
1.4.2	Evidenziamento del testo	6	4.3	Immagazzinamento	21
2	Sicurezza	7	5	Montaggio	22
2.1	Avvertenze generali	7	5.1	Utensili necessari	22
2.1.1	Sostanze tossiche	7	5.2	Disimballaggio	22
2.1.1.1	Liquido dei freni	7	5.2.1	Componenti forniti	22
2.2	Requisiti del ciclista	8	5.3	Messa in servizio	22
2.3	Gruppi particolarmente vulnerabili e bisognosi di tutela	8	5.3.1	Montaggio della ruota nella forcella Suntour	23
2.4	Equipaggiamento di protezione personale	8	5.3.1.1	Perno filettato (15 mm)	23
2.5	Simboli e avvertenze di sicurezza	8	5.3.1.2	Perno filettato (20 mm)	23
2.6	Casi di emergenza	8	5.3.1.3	Perno passante	24
2.6.1	Comportamento in caso di emergenza	8	5.3.1.4	Bloccaggio rapido	25
2.6.2	Fuoriuscita di liquidi	8	5.3.2	Montaggio della ruota nella forcella FOX	26
2.6.2.1	Liquido dei freni	8	5.3.2.1	Bloccaggio rapido (15 mm)	26
2.6.2.2	Lubrificanti e oli all'interno della forcella	8	5.3.2.2	Asse Kabolt	27
2.6.2.3	Lubrificanti e oli all'interno dell'ammortizzatore del carro posteriore	8	5.3.3	Controllo dell'attacco manubrio e del manubrio	28
3	Componenti	9	5.3.3.1	Controllo dei collegamenti	28
3.1	Descrizione	10	5.3.3.2	Stabilità	28
3.1.1	Ruota	10	5.3.3.3	Controllo del gioco del cuscinetto	28
3.1.1.1	Valvola	10	5.4	Vendita della bicicletta	28
3.1.2	Sospensione	10	6	Uso	29
3.1.2.1	Forcella rigida	10	6.1	Rischi e pericoli	29
3.1.2.2	Forcella ammortizzata	10	6.1.1	Equipaggiamento di protezione personale	29
3.1.2.3	Forcella ammortizzata in acciaio	11	6.2	Addestramento e servizio assistenza	30
3.1.2.4	Forcella ammortizzata pneumatica	11	6.3	Adattamento della bicicletta	30
3.1.2.5	Ammortizzatore del carro posteriore Suntour	12	6.3.1	Regolazione della sella	30
3.1.2.6	Ammortizzatore del carro posteriore FOX	12	6.3.1.1	Regolazione dell'inclinazione della sella	30
3.1.3	Sistema frenante	13	6.3.1.2	Individuazione dell'altezza della sella	30
3.1.3.1	Freno a pattino	13	6.3.1.3	Regolazione dell'altezza della sella con bloccaggio rapido	31
3.1.3.2	Freno a disco	13	6.3.1.4	Cannotto reggisella regolabile in altezza	31
3.1.3.3	Freno a contropedale	14	6.3.1.5	Regolazione della posizione seduta	32
3.2	Uso conforme	15	6.3.2	Regolazione del manubrio	32
3.3	Uso improprio	16	6.3.3	Regolazione dell'attacco manubrio	32
3.4	Dati tecnici	17	6.3.3.1	Regolazione dell'altezza del manubrio	32
3.4.1	Bicicletta	17	6.3.3.2	Regolazione della forza di serraggio del bloccaggio rapido	33
3.4.2	Coppia di serraggio	17	6.3.4	Regolazione del freno	33
3.5	Requisiti ambientali	18	6.3.4.1	Regolazione dell'ampiezza di presa della leva del freno Magura HS33	33
3.6	Descrizione degli elementi di comando e di visualizzazione	20	6.3.4.2	Regolazione dell'ampiezza di presa della leva del freno Magura HS22	34
3.6.1	Manubrio	20			

6.3.4.3	Regolazione dell'ampiezza di presa della leva del freno Magura HS33 con freno a disco	34	7.1.2	Pulizia dell'ammortizzatore del carro posteriore	53
6.3.4.4	Regolazione del punto di pressione della leva del freno Magura	35	7.1.3	Pulizia dei pedali	53
6.3.5	Rodaggio dei pattini o delle guarnizioni del freno	35	7.2	Pulizia accurata	53
6.3.6	Regolazione della forcella Suntour	35	7.2.1	Pulizia del telaio	54
6.3.6.1	Regolazione dell'escursione negativa della sospensione	36	7.2.2	Pulizia dell'attacco manubrio	54
6.3.6.2	Regolazione dell'escursione negativa della sospensione della forcella ammortizzata in acciaio	36	7.2.3	Pulizia della ruota	54
6.3.6.3	Regolazione dell'escursione negativa della sospensione della forcella ammortizzata pneumatica	36	7.2.4	Pulizia degli elementi di trasmissione	54
6.3.6.4	Regolazione del rebound della forcella ammortizzata pneumatica	37	7.2.5	Pulizia dell'ammortizzatore del carro posteriore	54
6.3.7	Regolare della forcella FOX	37	7.2.6	Pulizia della catena	54
6.3.7.1	Regolazione dell'escursione negativa della sospensione	38	7.2.7	Pulizia del freno	55
6.3.7.2	Regolazione del rebound	38	7.3	Cura	55
6.3.8	Regolazione dell'ammortizzatore del carro posteriore Suntour	39	7.3.1	Cura del telaio	55
6.3.8.1	Regolazione dell'escursione negativa della sospensione	39	7.3.2	Cura dell'attacco manubrio	55
6.3.8.2	Regolazione del rebound	40	7.3.3	Cura della forcella	55
6.3.8.3	Regolazione dello stadio di pressione	40	7.3.4	Cura degli elementi di trasmissione	55
6.3.9	Regolazione dell'ammortizzatore del carro posteriore FOX	40	7.3.5	Cura dei pedali	55
6.3.9.1	Regolazione dell'escursione negativa della sospensione	40	7.3.6	Cura della catena	55
6.3.9.2	Regolazione del rebound	41	7.3.7	Cura degli elementi di trasmissione	55
6.4	Accessori	42	7.4	Manutenzione preventiva	56
6.4.1	Seggiolino per bambini	42	7.4.1	Ruota	56
6.4.2	Rimorchio della bicicletta	43	7.4.1.1	Controllo degli pneumatici	56
6.4.3	Portapacchi	43	7.4.1.2	Controllo dei cerchi	56
6.5	Prima di ogni uso	44	7.4.1.3	Controllo e correzione della pressione di gonfiaggio, valvola Dunlop	56
6.6	Lista di controllo prima di ogni uso	44	7.4.1.4	Controllo e correzione della pressione di gonfiaggio, valvola Presta	57
6.7	Prima di ogni uso	45	7.4.1.5	Controllo e correzione della pressione di gonfiaggio, valvola Schrader	57
6.8	Lista di controllo prima di ogni uso	45	7.4.2	Sistema frenante	57
6.9	Uso del cavalletto laterale	46	7.4.3	Controllo dell'usura delle guarnizioni del freno	57
6.9.1	Sollevamento del cavalletto laterale	46	7.4.4	Controllo del punto di pressione	57
6.9.1.1	Parcheggio della bicicletta	46	7.4.5	Controllo dell'usura dei dischi del freno	58
6.10	Utilizzo del portapacchi	46	7.4.6	Cavi elettrici e cavi del freno	58
6.11	Freno	47	7.4.7	Cambio	58
6.11.1	Uso della leva del freno	48	7.4.8	Attacco manubrio	58
6.11.2	Uso del freno a contropedale	48	7.4.9	Controllo della tensione della cinghia e della catena	58
6.12	Sospensione e smorzamento	48	8	Manutenzione ordinaria	59
6.13	Cambio	51	8.1	Asse con bloccaggio rapido	60
7	Pulizia e cura	53	8.1.1	Controllo del bloccaggio rapido	60
7.1	Pulizia dopo ogni uso	53	8.2	Regolazione del cambio	60
7.1.1	Pulizia della forcella ammortizzata	53	8.2.1	Cambio azionato da cavo singolo	61
			8.2.2	Cambio azionato da cavo doppio	61
			8.2.3	Interruttore a manopola del cambio azionato da cavo doppio	61
			9	Ricerca dei guasti, eliminazione dei guasti e riparazione	62
			9.1	Riparazione	62
			9.1.1	Parti e lubrificanti originali	62
			9.1.2	Sostituzione dell'illuminazione	62

9.1.3	Regolazione del faro	62
9.1.4	Controllo del gioco dello pneumatico	62
10	Riciclaggio e smaltimento	63
10.1	Protocollo di montaggio	64
10.2	Istruzioni di manutenzione	66
11	Glossario	68
12	Indice analitico	72

1 Generalità sulle presenti istruzioni per l'uso

Grazie per la tua fiducia!

Le *biciclette* di BULLS sono veicoli della massima qualità. Hai fatto una buona scelta. Il montaggio finale, la consulenza e l'addestramento vengono effettuati dal tuo rivenditore specializzato. Che si tratti di manutenzione ordinaria, trasformazione o riparazione, il tuo rivenditore specializzato sarà sempre a tua disposizione.

Insieme alla tua nuova bicicletta ricevi le presenti istruzioni per l'uso. Dedica del tempo a fare conoscenza della tua nuova bicicletta. Attieniti ai suggerimenti e ai consigli che troverai nelle istruzioni per l'uso. Così resterai soddisfatto a lungo della tua bicicletta. Ti auguriamo buon divertimento e buon viaggio in tutta sicurezza!

Le istruzioni per l'uso sono state scritte principalmente per il ciclista o per il gestore. L'obiettivo consiste nel poter utilizzare la bicicletta in modo sicuro anche da parte di persone tecnicamente inesperte.

Alcune sezioni sono state scritte appositamente per il rivenditore specializzato. L'obiettivo delle sezioni consiste soprattutto nell'esecuzione sicura del primo montaggio e della manutenzione. Le sezioni per il rivenditore specializzato sono evidenziate in grigio e contrassegnate dal simbolo di una chiave.



Per avere le istruzioni per l'uso a portata di mano durante la guida, scaricarle sul proprio telefono cellulare dal seguente indirizzo:

www.bulls.de/service/downloads.

1.1 Azienda produttrice

L'azienda produttrice della bicicletta è:

ZEG Zweirad-Einkaufs-Genossenschaft eG
Longericher Straße 2
50739 Köln, Germany

Tel.: +49 221 17959 0
Fax: +49 221 17959 31
E-mail: info@zeg.de
Internet: www.zeg.de

1.2 Identificazione delle istruzioni per l'uso

In basso a sinistra di ogni pagina compare il numero di identificazione. Il numero di identificazione è formato dal numero del documento, dal numero di versione della pubblicazione e dalla data di pubblicazione.

Numero di identificazione MY20B03 - 1_1.0_13.01.2020

1.3 Leggi, norme e direttive

Le *istruzioni per l'uso* soddisfano i requisiti essenziali della:

- DIN EN ISO 4210-1:2015-01 – Cicli – Requisiti di sicurezza per biciclette,
- EN 11243:2016, Cicli – Portapacchi per biciclette – Requisiti e metodi di prova,
- IEC/IEEE 82079-1:2019-05 – International Standard for Preparation of information for use (instructions for use) of products,
- EN ISO 17100:2016-05 Servizi di traduzione – Requisiti dei servizi di traduzione.

1.4 Informazione

Per migliorare la leggibilità, nelle istruzioni per l'uso si utilizzano diciture e termini diversi.

1.4.1 Avvisi

Gli avvisi segnalano situazioni e azioni pericolose. Le *istruzioni per l'uso* contengono i seguenti avvisi:



In caso di mancata osservanza si subiscono lesioni gravi e perfino mortali. Rischio elevato.



In caso di mancata osservanza si possono subire lesioni gravi e perfino mortali. Rischio medio.



In caso di mancata osservanza si possono subire lesioni di lieve o media gravità. Rischio basso.



In caso di mancata osservanza si possono verificare danni materiali.

1.4.2 Evidenziamento del testo

Nelle *istruzioni per l'uso* si adottano le seguenti grafie:

Grafia	Utilizzo
<i>Corsivo</i>	Voce nel glossario
<u>Sottolineato blu</u>	Link
<u>Sottolineato grigio</u>	Rimandi
✓ Segno di spunta	Condizioni necessarie
▶ Triangolo	Azione
1 Azione	Diverse azioni nell'ordine indicato
⇒	Risultato dell'azione
BLOCCATO	Indicazioni sul display
•	Enumerazioni
<i>Solo per biciclette con questo equipaggiamento</i>	Ogni tipo possiede un equipaggiamento diverso. L'attenzione sui componenti alternativi in dotazione viene richiamata da un avviso posto sotto il titolo.

Tabella 1: Evidenziamento del testo

Gli avvisi per il rivenditore specializzato sono evidenziati in grigio. Essi sono contrassegnati dal simbolo di una chiave. Le informazioni per il rivenditore specializzato non rivestono carattere operativo per le persone tecnicamente inesperte.



2 Sicurezza

2.1 Avvertenze generali

2.1.1 Sostanze tossiche

2.1.1.1 Liquido dei freni


PERICOLO


Morte per avvelenamento

Un incidente o l'affaticamento dei materiali può causare la fuoriuscita di liquido dei freni. Se ingerito o inalato, il liquido dei freni può essere letale.

Misure di primo soccorso

- ▶ Portare immediatamente le persone colpite fuori dalla zona pericolosa e all'aria aperta.
- ▶ Non lasciare incustodite le persone colpite.
- ▶ Togliere immediatamente gli indumenti sporchi di liquido dei freni.
- ▶ Non inalare vapori o aerosol. Assicurare una ventilazione sufficiente.
- ▶ Per proteggersi, indossare guanti e occhiali di protezione.
- ▶ Tenere lontane le persone non protette.
- ▶ Prestare attenzione a non sdruciolare sul liquido dei freni fuoriuscito.
- ▶ Tenere lontano fiamme, superfici ad alta temperatura e fonti di accensione dal liquido dei freni fuoriuscito.
- ▶ Evitare il contatto con la pelle e con gli occhi.

In seguito all'inalazione

Mandare aria fresca. In caso di disturbi recarsi subito da un medico.

In seguito al contatto con la pelle

- ▶ Lavare immediatamente la parte colpita con acqua e sapone e sciacquare accuratamente. Togliere gli indumenti sporchi. In caso di disturbi recarsi da un medico.

In seguito al contatto con gli occhi

- ▶ Sciacquare gli occhi sotto acqua corrente per almeno 10 minuti tenendo le palpebre aperte, anche sotto le palpebre. In caso di disturbi recarsi subito da un oculista.

In seguito all'ingestione

- ▶ Sciacquare il cavo orale con acqua. Non provocare il vomito. Pericolo in caso di aspirazione!
- ▶ Portare in una posizione stabile una persona che giace supina con conati di vomito. Recarsi immediatamente da un medico.

Misure di protezione dell'ambiente

- ▶ Non far penetrare il liquido dei freni nella rete fognaria, nelle acque o nelle acque del sottosuolo.
 - ▶ In caso di penetrazione nel terreno nelle acque o nella rete fognaria, informare gli uffici e le autorità competenti.
-

 **ATTENZIONE**

Pericolo per l'ambiente dovuto alla fuoriuscite del liquido dei freni

Il liquido dei freni all'interno dell'impianto frenante è velenoso e nocivo per l'ambiente. Se il liquido dei freni penetra nella rete fognaria o nelle acque del sottosuolo, queste ultime vengono avvelenate.

- ▶ Se si nota una fuoriuscita del liquido dei freni, riparare immediatamente il sistema frenante. Contattare il rivenditore specializzato.
- ▶ Smaltire il liquido dei freni fuoriuscito in conformità alle normative ambientali e alle disposizioni di legge. Contattare il rivenditore specializzato.

2.2 Requisiti del ciclista

Le capacità fisiche, motorie e psichiche del ciclista devono essere sufficienti per partecipare alla circolazione stradale.

2.3 Gruppi particolarmente vulnerabili e bisognosi di tutela

Se la bicicletta viene utilizzata da minori, un genitore o un tutore deve istruire accuratamente il giovane.

2.4 Equipaggiamento di protezione personale

Per proteggersi, indossare un casco protettivo adeguato, scarpe robuste e indumenti lunghi e attillati adatti per le biciclette.

2.5 Simboli e avvertenze di sicurezza

Sulla targhetta di identificazione si trovano i seguenti simboli e avvertenze di sicurezza:

Simbolo	Spiegazione
	Avvertenza generica
	Attenersi alle istruzioni per l'uso

Tabella 2: Significato dei simboli di sicurezza

2.6 Casi di emergenza

2.6.1 Comportamento in caso di emergenza

- ▶ In caso di pericolo imminente nel traffico stradale frenare la bicicletta fino al suo arresto. Il freno svolge la funzione di sistema di arresto di emergenza.

2.6.2 Fuoriuscita di liquidi

2.6.2.1 Liquido dei freni

- ▶ Se si nota una fuoriuscita del liquido dei freni, il sistema frenante deve essere riparato immediatamente. Contattare il rivenditore specializzato.
- ▶ Smaltire il liquido dei freni fuoriuscito in conformità alle normative ambientali e alle disposizioni di legge. Contattare il rivenditore specializzato.

2.6.2.2 Lubrificanti e oli all'interno della forcella

- ▶ Smaltire i lubrificanti e gli oli fuoriusciti dalla forcella in conformità alle normative ambientali e alle disposizioni di legge. Contattare il rivenditore specializzato.

2.6.2.3 Lubrificanti e oli all'interno dell'ammortizzatore del carro posteriore

- ▶ Smaltire i lubrificanti e gli oli fuoriusciti dall'ammortizzatore del carro posteriore in conformità alle normative ambientali e alle disposizioni di legge. Contattare il rivenditore specializzato.

3 Componenti



Figura 1: Vista della bicicletta da destra, esempio

1	Ruota anteriore	10	Portapacchi
2	Forcella	11	Ruota posteriore
3	Parafango anteriore	12	Fanale posteriore
4	Faro	13	Parafango posteriore
5	Manubrio	14	Cavalletto laterale
6	Attacco manubrio	15	Catena
7	Telaio	16	Carter della catena
8	Cannotto reggisella	17	Pedale
9	Sella		

3.1 Descrizione

3.1.1 Ruota

La bicicletta possiede 2 ruote: una ruota anteriore e una ruota posteriore.

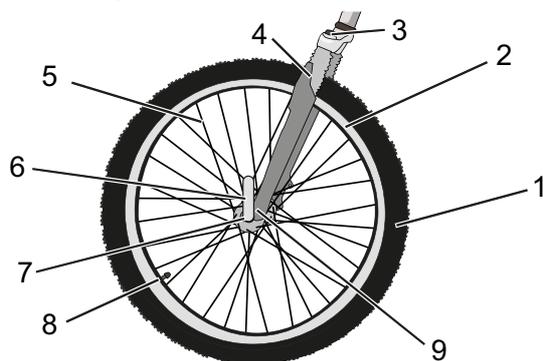


Figura 2: Componenti visibili della ruota, esempio di ruota anteriore

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1 | Pneumatico |
| 2 | Cerchio |
| 3 | Testa della forcella |
| 4 | Fodero della forcella |
| 5 | Raggio |
| 6 | Bloccaggio rapido |
| 7 | Mozzo |
| 8 | Valvola |
| 9 | Forcellino del fodero della forcella |

3.1.1.1 Valvola

Ogni ruota possiede una valvola. Essa serve a gonfiare lo *pneumatico* con aria. Su ogni valvola si trova un cappuccio della valvola. Il cappuccio della valvola avvitato protegge la valvola dalla polvere e dallo sporco.

La bicicletta possiede o una classica *valvola Dunlop* o una *valvola Presta* o una *valvola Schrader*.

3.1.2 Sospensione

In questa serie di modelli sono montate sia forcelle rigide sia forcelle ammortizzate.

3.1.2.1 Forcella rigida

Le forcelle rigide non possiedono una sospensione. Esse trasmettono la forma muscolare e del motore alla strada in modo ottimale. Su strade ripide, le biciclette con forcelle rigide richiedono meno energia e hanno un'autonomia maggiore delle biciclette con sospensione regolata.

3.1.2.2 Forcella ammortizzata

Una forcella ammortizzata ammortizza tramite una molla di acciaio o tramite una sospensione pneumatica.

Rispetto alla forcella rigida, la forcella ammortizzata migliora il contatto con il fondo stradale e il comfort grazie a due funzioni: la sospensione e lo smorzamento. In una bicicletta con sospensione, un urto, ad esempio su una pietra che si trova sulla strada, non viene trasmesso direttamente al corpo del ciclista attraverso la forcella, ma viene attenuato dal sistema di sospensione. La forcella ammortizzata si comprime.



Figura 3: Bicicletta senza sospensione (1) e con sospensione (2)

Dopo la compressione, la forcella ammortizzata ritorna nella sua posizione originaria. Se installato, l'ammortizzatore decelererà questo movimento, impedendo che il sistema di sospensione ritorni in posizione originaria in modo incontrollato e che la forcella inizi a vibrare verticalmente. Gli ammortizzatori che smorzano i movimenti di compressione, ossia gli sforzi di compressione, si chiamano ammortizzatori a stadi di pressione o anche ammortizzatori di compressione.

Gli ammortizzatori che smorzano i movimenti di espansione, ossia gli sforzi di trazione, si chiamano ammortizzatori a stadi di trazione o anche ammortizzatori rebound.

La compressione può essere bloccata per ogni forcella ammortizzata. In tal caso la forcella ammortizzata si comporta come una forcella rigida.

3.1.2.3 Forcella ammortizzata in acciaio

Al canotto della forcella (1) sono fissati l'attacco manubrio e il manubrio. Al perno passante (6) è fissata la ruota.

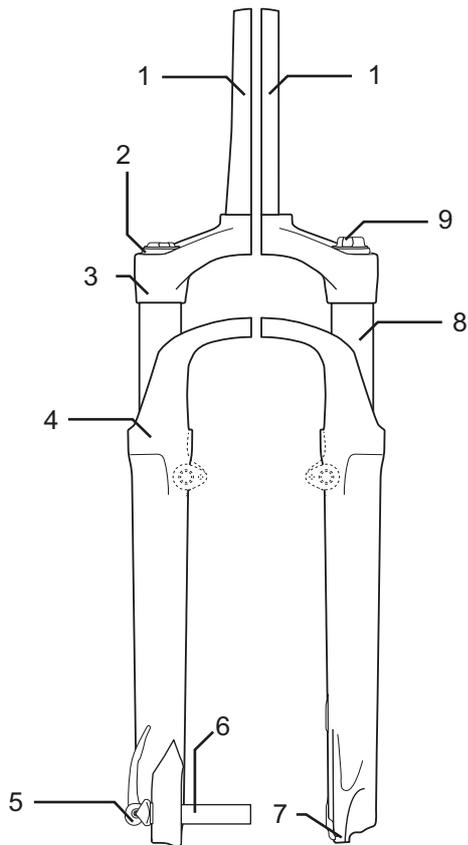


Figura 4: Esempio di forcella Suntour

Altri elementi: manopola di regolazione dell'escursione negativa della sospensione (9), corona (3), Q-Loc (5), parapolvere (4), forcellino della forcella (7) e fodero (8)

3.1.2.4 Forcella ammortizzata pneumatica

La forcella ammortizzata pneumatica possiede una molla pneumatica, un ammortizzatore a stadi di pressione e in parte un ammortizzatore a stadi di trazione.

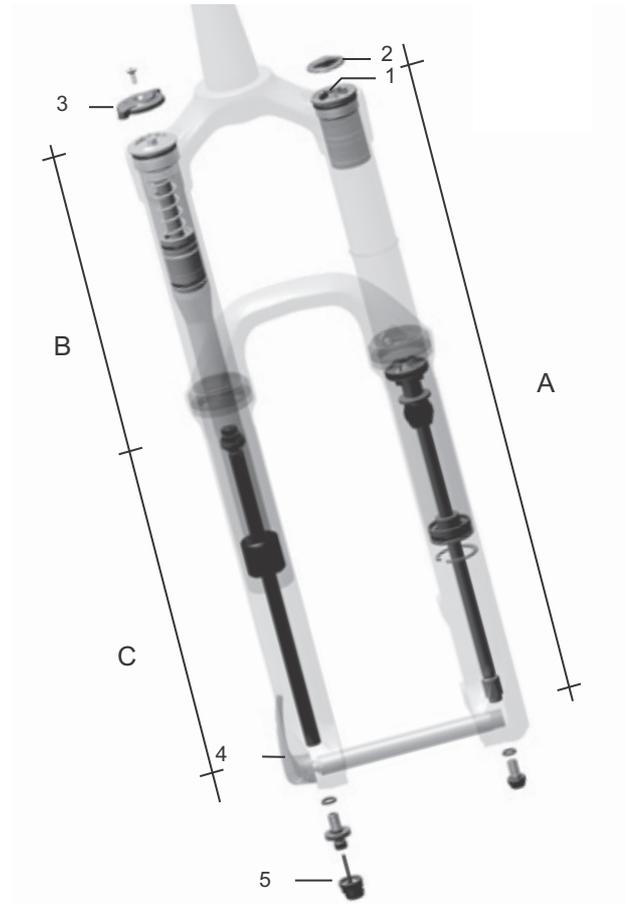


Figura 5: Esempio di forcella Yari

La figura illustra i seguenti componenti: valvola dell'aria (1), cappuccio della valvola (2), bloccaggio della forcella (3), bloccaggio rapido (4) e regolatore dell'ammortizzatore a stadi di trazione (5) e i gruppi: molla pneumatica (A), ammortizzatore a stadi di pressione (B) e ammortizzatore a stadi di trazione (C)

3.1.2.5 Ammortizzatore del carro posteriore Suntour

L'ammortizzatore del carro posteriore possiede una molla pneumatica, un ammortizzatore a stadi di pressione e un ammortizzatore a stadi di trazione.

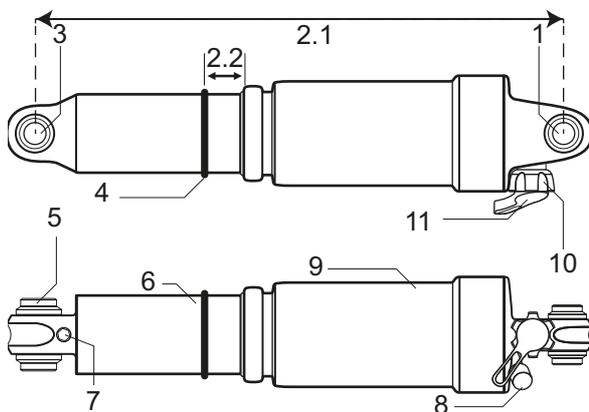


Figura 6: Esempio di ammortizzatore del carro posteriore Suntour

- | | |
|-----|--|
| 1 | Occhio superiore |
| 2.1 | Lunghezza totale dell'ammortizzatore |
| 2.2 | Escursione negativa della sospensione dell'ammortizzatore del carro posteriore |
| 3 | Occhio inferiore |
| 4 | O-ring |
| 5 | Manicotto |
| 6 | Unità ammortizzatore |
| 7 | IFP (internal floating piston, pistone interno flottante) |
| 8 | Valvola dell'aria |
| 9 | Camera pneumatica |
| 10 | Leva lockout |
| 11 | Leva rebound (regolazione dello stadio di trazione) |

3.1.2.6 Ammortizzatore del carro posteriore FOX

L'ammortizzatore del carro posteriore possiede sia una molla pneumatica sia un ammortizzatore a stadi di pressione e anche un ammortizzatore a stadi di trazione.

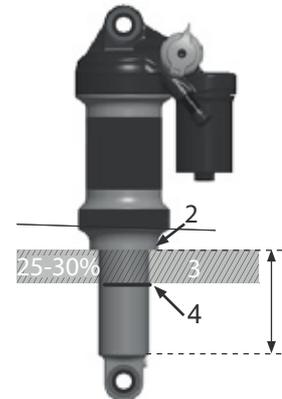


Figura 7: Esempio di ammortizzatore del carro posteriore FOX

- | | |
|---|--------------------------------|
| 1 | Occhiello della barra di guida |
| 2 | Valvola dell'aria |
| 3 | Manopola di regolazione |
| 4 | Leva |
| 5 | Camera pneumatica |
| 6 | O-ring |

3.1.3 Sistema frenante

Ogni bicicletta possiede un sistema frenante idraulico. In un sistema chiuso di tubi flessibili si trova liquido dei freni. Quando il ciclista tira la leva del freno, il liquido dei freni attiva il freno della ruota.

La bicicletta possiede:

- Un freno a pattino sulla ruota anteriore e sulla ruota posteriore, oppure
- Un freno a disco sulla ruota anteriore e sulla ruota posteriore, oppure
- Un freno a pattino sulla ruota anteriore e sulla ruota posteriore e un ulteriore freno a contropedale.

I freni meccanici fungono da organi di arresto di emergenza e consentono un arresto rapido e sicuro in caso di emergenza.

3.1.3.1 Freno a pattino

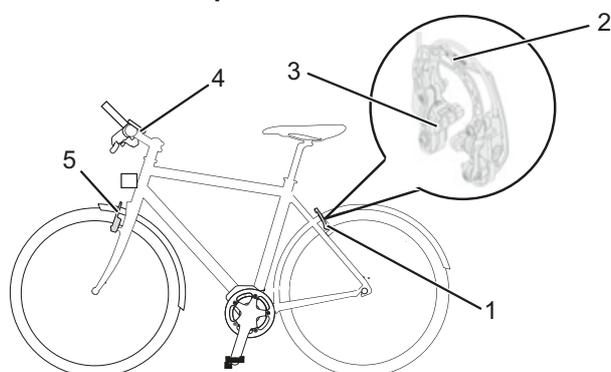


Figura 8: Dettaglio di sistema frenante con freno a pattino, esempio Magura HS22

- 1 Freno a pattino ruota posteriore
- 2 Brake booster
- 3 Guarnizione del freno
- 4 Manubrio con leva del freno
- 5 Freno a pattino ruota anteriore

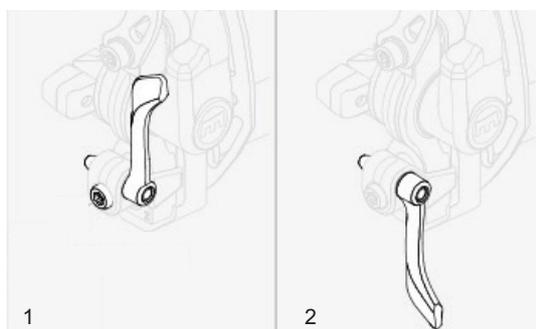


Figura 9: Leva di bloccaggio del freno a pattino, chiusa (1) e aperta (2)

Il freno a pattino arresta il movimento della ruota quando il ciclista tira la *leva del freno* premendo così le due guarnizioni contrapposte sul *cerchio*. Il freno a pattino idraulico possiede una leva di bloccaggio. La leva di bloccaggio del freno a pattino non reca scritte. Solo a un rivenditore specializzato è consentito regolare la leva di bloccaggio del freno a pattino.

3.1.3.2 Freno a disco

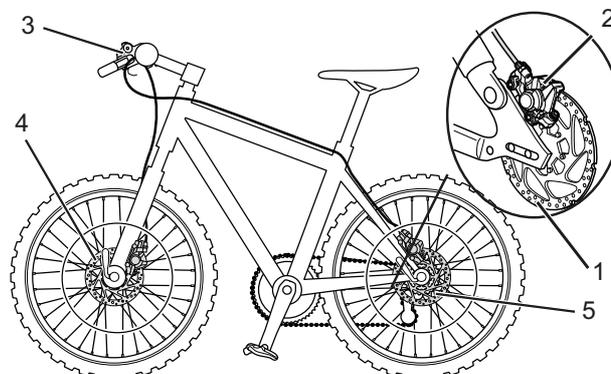


Figura 10: Sistema frenante con freno a disco, esempio

- 1 Disco del freno
- 2 Pinza del freno con guarnizioni del freno
- 3 Manubrio con leva del freno
- 4 Disco del freno della ruota anteriore
- 5 Disco del freno della ruota posteriore

In una bicicletta con un freno a disco, il disco del freno è avvitato fisso sul *mozzo* della ruota.

Tirandola, la *leva del freno* sviluppa la pressione di frenatura. Attraverso il tubo del freno, il liquido dei freni trasmette la pressione ai cilindri nella pinza del freno. La forza frenante viene amplificata dalla riduzione della sezione del tubo e trasmessa alle guarnizioni del freno, i quali frenano meccanicamente il disco del freno. Tirando la *leva del freno*, le guarnizioni del freno vengono premute sul disco del freno e la ruota viene frenata fino all'arresto.

3.1.3.3 Freno a contropedale



Figura 11: Sistema frenante con un freno a contropedale, esempio

- 1 Freno a pattino della ruota posteriore
- 2 *Manubrio con leva del freno*
- 3 Freno a pattino della ruota anteriore
- 4 *Pedale*
- 5 Freno a contropedale

Il freno a contropedale arresta la ruota posteriore quando il ciclista aziona i pedali in senso opposto al verso in cui si muove la bicicletta.

3.2 Uso conforme

La bicicletta deve essere utilizzata solo in uno stato perfettamente funzionante. Alla bicicletta possono essere richieste caratteristiche che si discostano dall'equipaggiamento di serie. Per la circolazione stradale si applicano in parte disposizioni particolari relative alla luce di marcia, ai catarifrangenti e ad altri componenti.

Si devono rispettare le leggi generali e le disposizioni sulla prevenzione degli infortuni e sulla tutela dell'ambiente vigenti nel paese in cui

si usa la bicicletta. Devono essere osservate anche tutte le istruzioni per le azioni da compiere e le liste di controllo riportate nelle presenti *istruzioni per l'uso*. Il montaggio di accessori approvati eseguito da personale tecnico e consentito.

Ogni bicicletta è associata a un tipo di bicicletta da cui ne risulta l'uso conforme, la funzione e il campo d'impiego.

Biciclette da città e da trekking	Biciclette da bambino / ragazzo	Mountain bike	Bicicletta da corsa	Bicicletta da trasporto carichi	Bicicletta pieghevole
					
<p>Le biciclette da città e da trekking sono progettate e realizzate per il comodo impiego quotidiano. Sono idonee per la circolazione stradale.</p>	<p>Le presenti <i>istruzioni per l'uso</i> devono essere lette e capite dai genitori o dal tutore legale del minore prima della messa in servizio del veicolo.</p> <p>Il contenuto delle presenti <i>istruzioni per l'uso</i> deve essere comunicato al minore in modo consono alla sua età.</p> <p>Le biciclette da bambino e da ragazzo sono idonee per la circolazione stradale. Per motivi ortopedici è necessario controllare la grandezza della bicicletta a intervalli regolari.</p> <p>Il rispetto del peso totale consentito deve essere controllato almeno una volta ogni tre mesi.</p>	<p>La mountain bike è progettata e dimensionata per l'uso sportivo. Le caratteristiche strutturali sono un passo corto, una posizione avanzata della sella e un freno a bassa forza di azionamento.</p> <p>La mountain bike è un attrezzo sportivo che, oltre alle necessarie condizioni fisiche, richiede un certo periodo di allenamento. È necessario esercitarsi nel suo uso, specialmente nel comportamento in curva e in fase di frenata.</p> <p>Gli sforzi a cui è sottoposto il ciclista, specialmente le sue mani, i polsi, le braccia, le spalle, il collo e la schiena, sono corrispondentemente elevati. Il ciclista inesperto tende a frenare eccessivamente e quindi a perdere il controllo del veicolo.</p>	<p>La bicicletta da corsa è dimensionata per la marcia a velocità elevata su strade e percorsi con manto stradale in buone condizioni.</p> <p>La bicicletta da corsa è un attrezzo sportivo e non un mezzo di trasporto. La bicicletta da corsa è caratterizzata da una struttura leggera e dalla riduzione ai soli componenti necessari per la marcia.</p> <p>La geometria del telaio e la disposizione degli terminali di comando sono predisposte per poter marciare a velocità elevate. La struttura del telaio richiede esercizio per la salita e la discesa dalla bicicletta, per la marcia a bassa velocità e per la fase di frenata.</p> <p>La posizione della sella è sportiva. Gli sforzi a cui è sottoposto il ciclista, specialmente le sue mani, i polsi, le braccia, le spalle, il collo e la schiena, sono corrispondentemente elevati. Per questo la posizione seduta richiede condizione fisica.</p>	<p>La bicicletta da trasporto carichi è dimensionata per il trasporto quotidiano di carichi nella circolazione stradale.</p> <p>Il trasporto di carichi richiede abilità e condizione fisica per bilanciare il peso aggiuntivo. Le condizioni di carico e la distribuzione delle masse molto diverse richiedono particolare esercizio e abilità in fase di frenata e in curva.</p> <p>La lunghezza, la larghezza e il diametro di sterzata del veicolo richiedono un prolungato periodo di tempo per abituarsi a usarlo correttamente. La bicicletta da trasporto carichi richiede una guida proattiva e previdente. Per questo è necessario osservare il traffico stradale e lo stato della strada.</p>	<p>La bicicletta pieghevole è idonea per la circolazione stradale.</p> <p>La bicicletta pieghevole è richiudibile e quindi adatta per il trasporto a basso ingombro, ad esempio nei mezzi di trasporto pubblici o in automobile.</p> <p>La richiudibilità della bicicletta pieghevole richiede l'impiego di ruote più piccole e di tubazioni idrauliche e di cavi meccanici dei freni più lunghi. In condizioni di sollecitazioni elevate si deve pertanto prevedere una stabilità di marcia e una capacità frenante ridotte, un minor comfort e una minore manovrabilità.</p>

Tabella 3: Uso conforme per ogni tipo di bicicletta

3.3 Uso improprio

Il mancato rispetto dell'uso conforme comporta il pericolo di lesioni alle persone e di danni materiali. Questi usi della bicicletta sono vietati:

- manipolazione del sistema di trazione elettrica,
- guida di una bicicletta danneggiata o incompleta,
- passaggio su scale,
- attraversamento di acqua profonda,
- prestito della bicicletta a ciclisti inesperti,
- trasporto di altre persone,
- guida con bagaglio eccessivo,
- guida senza mani,
- passaggio su ghiaccio e neve,
- pulizia inappropriata,
- riparazione inappropriata,
- guida in condizioni difficili, ad esempio in gare professionistiche e guida acrobatica, evoluzioni o piroette.

Biciclette da città e da trekking	Biciclette da bambino / ragazzo	Mountain bike	Bicicletta da corsa	Bicicletta da trasporto carichi	Bicicletta pieghevole
					
Le biciclette da città e da trekking non sono biciclette sportive. Nell'impiego sportivo la stabilità di marcia e il comfort diminuiscono	Le biciclette da bambino e da ragazzo non sono giocattoli.	Prima della circolazione stradale, le mountain bike devono essere equipaggiate di sistema di illuminazione, parafango, ecc. conformemente alle leggi e alle normative nazionali.	Prima della circolazione stradale, le biciclette da corsa devono essere equipaggiate di sistema di illuminazione, parafango, ecc. conformemente alle leggi e alle normative nazionali.	La bicicletta da trasporto carichi non è una bicicletta da viaggio o sportiva.	La bicicletta pieghevole non è una bicicletta sportiva.

Tabella 4: Avvisi per l'uso improprio

3.4 Dati tecnici

3.4.1 Bicicletta

Temperatura di trasporto	5 °C ... 25 °C
Temperatura ottimale di trasporto	10 °C ... 15 °C
Temperatura di immagazzinamento	10 °C ... 30 °C
Temperatura ottimale di immagazzinamento	10 °C ... 15 °C
Temperatura di esercizio	5 °C ... 35 °C
Temperatura dell' <i>ambiente di lavoro</i>	15 °C ... 25 °C
Temperatura di ricarica	0 °C ... 40 °C
Potenza utile/sistema	250 W (0,25 kW)
Velocità di disattivazione del sistema di trazione	25 km/h

Tabella 5: Dati tecnici della bicicletta

3.4.2 Coppia di serraggio

Coppia di serraggio del dado dell'asse	35 Nm ... 40 Nm
Coppia di serraggio massima delle viti di bloccaggio del manubrio*	5 Nm ... 7 Nm

Tabella 6: Coppie di serraggio

* Salvo diversa indicazione sul componente

3.5 Requisiti ambientali

La bicicletta deve essere utilizzata in un ambiente a temperatura compresa tra 5 °C e 35 °C.

All'esterno di questo intervallo di temperatura le prestazioni del sistema di trazione elettrica sono ridotte.

Temperatura ottimale di esercizio	22 °C ... 26 °C
-----------------------------------	-----------------

Tabella 7: Si devono evitare temperature minori di -10 °C e maggiori di +60 °C.

Vanno inoltre osservate le seguenti temperature.

Temperatura di trasporto	-10 °C ... 50 °C
Temperatura di immagazzinamento	-10 °C ... 50 °C
Temperatura dell' <i>ambiente di lavoro</i>	15 °C ... 25 °C
Temperatura di ricarica	0 °C ... 40 °C

Tabella 8: Dati tecnici della bicicletta

Sulla targhetta di identificazione si trovano simboli che indicano il campo d'impiego della bicicletta. Prima del primo uso controllare su quali terreni e fondi stradali è consentito utilizzare il veicolo.

Campo d'impiego	Biciclette da città e da trekking	Biciclette da bambino / ragazzo	Mountain bike	Bicicletta da corsa	Bicicletta da trasporto carichi	Bicicletta pieghevole
 1	 Idoneità per strade asfaltate e lastricate.	 Idoneità per strade asfaltate e lastricate.		 Idoneità per strade asfaltate e lastricate.	 Idoneità per strade asfaltate e lastricate.	 Idoneità per strade asfaltate e lastricate.
 2	Idoneità per strade asfaltate, piste ciclabili e strade imbracciate ben compattate e per lunghi percorsi con pendenza moderata e salti fino a 15 cm.	Idoneità per strade asfaltate, piste ciclabili e strade imbracciate ben compattate e per lunghi percorsi con pendenza moderata e salti fino a 15 cm.	Idoneità per strade asfaltate, piste ciclabili e marcia fuoristrada facile e di media difficoltà, tratti con pendenza moderata e salti fino a 61 cm.	Idoneità per strade asfaltate, piste ciclabili e marcia fuoristrada facile e di media difficoltà, impiego downhill limitato e salti fino a 122 cm.		
 3			Idoneità per strade asfaltate, piste ciclabili e marcia fuoristrada facile e di grande difficoltà, impiego downhill illimitato e salti di qualsiasi genere.			
 4						

Tabella 9: Campo d'impiego

La bicicletta non è idonea per i seguenti campi d'impiego:

Campo d'impiego	Biciclette da città e da trekking	Biciclette da bambino / ragazzo	Mountain bike	Bicicletta da corsa	Bicicletta da trasporto carichi	Bicicletta pieghevole
						
 1	Non marciare fuoristrada e non effettuare salti.	Non marciare fuoristrada e non effettuare salti.		Non marciare fuoristrada e non effettuare salti.	Non marciare fuoristrada e non effettuare salti.	Non marciare fuoristrada e non effettuare salti.
 2	Non marciare fuoristrada e non effettuare salti di altezza maggiore di 15 cm.	Non marciare fuoristrada e non effettuare salti di altezza maggiore di 15 cm.	Non marciare fuoristrada e non effettuare salti di altezza maggiore di 15 cm.	Non marciare fuoristrada e non effettuare salti di altezza maggiore di 15 cm.		
 3			Non effettuare il downhill o salti di altezza maggiore di 61 cm.			
 4			Non marciare fuoristrada su piste di grande difficoltà e non effettuare salti di altezza maggiore di 122 cm.			

3.6 Descrizione degli elementi di comando e di visualizzazione

3.6.1 Manubrio

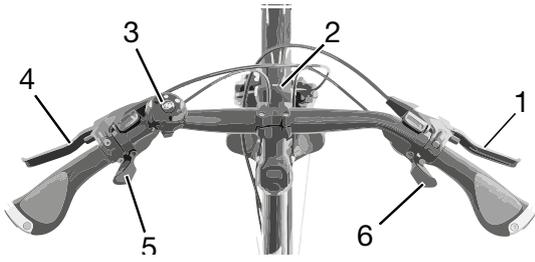


Figura 12: Particolare della bicicletta visto dalla posizione del ciclista

- 1 Leva del freno posteriore
- 2 Faro
- 3 Campanello
- 4 Leva del freno anteriore
- 5 Leva del cambio
- 6 Leva del cambio

4 Trasporto e immagazzinamento



4.1 Proprietà fisiche di trasporto

4.1.1 Dimensioni di trasporto

Informazioni sulle dimensioni dello scatolone non erano disponibili alla chiusura della redazione. Si prega di desumere le informazioni dalle ultime *istruzioni per l'uso* nel portale servizi.

4.1.2 Peso di trasporto

Informazioni sul peso di trasporto non sono disponibili alla chiusura della redazione. Si prega di desumere le informazioni dalle ultime *istruzioni per l'uso* nel portale servizi.

4.1.3 Maniglie/punti di sollevamento previsti

Lo scatolone non possiede maniglie.

4.2 Trasporto

Avviso

- ▶ Per spedire la bicicletta si consiglia di incaricare il rivenditore specializzato dell'imballaggio regolare della bicicletta.
- ▶ Trasportare la bicicletta in un ambiente asciutto, pulito e protetto dall'irraggiamento solare diretto.

4.3 Immagazzinamento

- ▶ Immagazzinare la bicicletta in un luogo asciutto, pulito e al riparo dalla luce solare. Per aumentare la durata, non immagazzinare all'aperto.

Temperatura di immagazzinamento ottimale della bicicletta	20 °C
---	-------

Tabella 10: Temperatura di immagazzinamento delle batterie e della bicicletta

- ✓ Si devono evitare temperature minori di -10 °C o maggiori di +60 °C. Per ottenere una lunga durata utile, è particolarmente vantaggioso un immagazzinamento alla temperatura di circa 20 °C.



5 Montaggio

AVVERTENZA

Lesioni agli occhi

Se le regolazioni dei componenti non vengono eseguite correttamente, si possono presentare problemi che potrebbero causare lesioni anche gravi.

- ▶ Durante il montaggio indossare sempre occhiali di protezione.

- ✓ Montare la bicicletta in un ambiente pulito e asciutto.
- ✓ La temperatura dell'*ambiente di lavoro* deve essere compresa tra 15 °C e 25 °C.
- ✓ Il cavalletto di montaggio utilizzato deve essere omologato per sostenere un peso di almeno 25 kg.

5.1 Utensili necessari

Per montare la bicicletta sono necessari i seguenti utensili:

- coltello,
- chiavi a brugola 2 (2,5 mm, 3 mm, 4 mm, 5 mm, 6 mm e 8 mm),
- chiave dinamometrica con campo di lavoro da 5 a 40 Nm,
- chiave dentata T25,
- chiavi ad anello (8 mm, 9 mm, 10 mm), 13 mm, 14 mm e 15 mm) e
- cacciavite con punta a croce e piatta

5.2 Disimballaggio

ATTENZIONE

Lesioni alle mani dovute allo scatolone

Lo scatolone di trasporto è chiuso da graffe metalliche. Durante il disimballaggio e lo sminuzzamento dell'imballaggio si possono subire punture e lesioni da taglio.

- ▶ Indossare guanti protettivi adatti.
- ▶ Rimuovere le graffe metalliche con una pinza prima di aprire lo scatolone di trasporto.

Il materiale di imballaggio è principalmente cartone e pellicola di plastica.

- ▶ Smaltire l'imballaggio a norma di legge.

5.2.1 Componenti forniti

La bicicletta è stata montata nello stabilimento per eseguire le prove necessarie e quindi smontata per il trasporto.

La bicicletta è già montata per il 95 - 98%.

Componenti forniti:

- bicicletta premontata,
- ruota anteriore,
- pedali,
- bloccaggio rapido (opzionale),
- *istruzioni per l'uso*.

5.3 Messa in servizio

Poiché richiede utensili speciali e conoscenze tecniche particolari, la prima messa in servizio della bicicletta deve essere eseguita soltanto da personale tecnico qualificato.

L'esperienza insegna che una bicicletta invenduta e che dall'aspetto sembra in ordine di marcia viene data ai clienti per effettuare giri di prova.

- ▶ Dopo averla montata, è opportuno portare subito ogni bicicletta in uno stato completamente agibile e pronto all'uso.
- ▶ Nel protocollo di montaggio (vedere il capitolo [11.2](#)) sono descritte tutte le ispezioni, i test e i lavori di manutenzione importanti per la sicurezza. Per portare la bicicletta in ordine di marcia, svolgere tutti i lavori di montaggio.
- ▶ Compilare attentamente il protocollo di montaggio per garantire la qualità del veicolo.

5.3.1 Montaggio della ruota nella forcella Suntour

5.3.1.1 Perno filettato (15 mm)

Solo per forcelle Suntour dotate di perno filettato da 15 mm

- 1 Inserire completamente il perno dal lato di trazione.

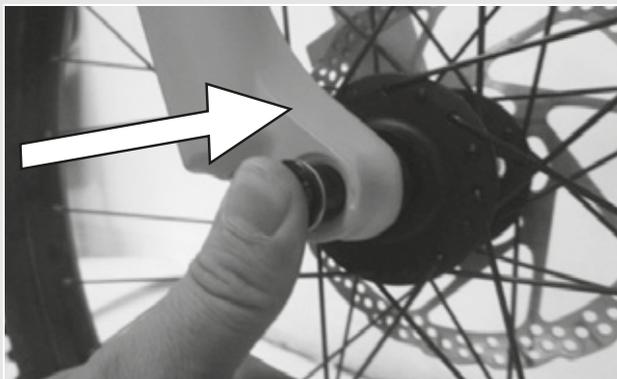


Figura 13: Inserimento completo del perno

- 2 Mediante una chiave a brugola da 5 mm serrare il perno con una coppia di 8-10 Nm.

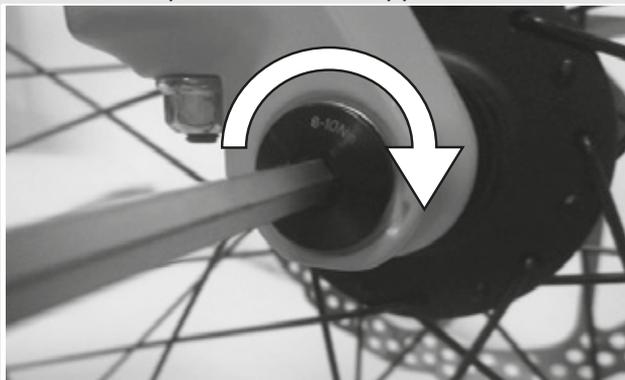


Figura 14: Serraggio del perno

- 3 Applicare la vite di sicurezza dal lato opposto a quello di trazione.



Figura 15: Applicazione della leva del bloccaggio rapido nel perno

- 4 Mediante una chiave a brugola da 5 mm serrare la vite di sicurezza con una coppia di 5-6 Nm.

⇒ La leva è stata montata.

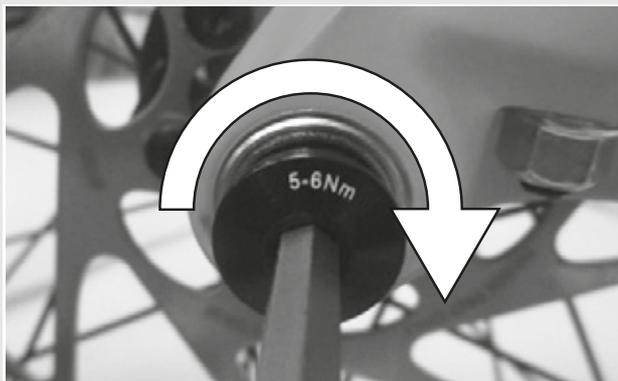


Figura 16: Serraggio della vite di sicurezza

5.3.1.2 Perno filettato (20 mm)

Solo per forcelle Suntour dotate di perno filettato da 20 mm

- 1 Inserire completamente il perno dal lato di trazione.



Figura 17: Serraggio dell'albero inserito

- 2 Mediante una chiave a brugola da 4 mm serrare il morsetto di sicurezza con una coppia di 7 Nm.



Figura 18: Serraggio del morsetto di sicurezza

5.3.1.3 Perno passante

Solo per forcelle Suntour dotate di perno filettato

⚠ ATTENZIONE

Cadute dovute al perno passante allentato

Un perno passante difettoso o montato scorrettamente può impigliarsi nel disco del freno e bloccare la ruota. La conseguenza è una caduta.

- Non montare un perno passante difettoso.

Cadute dovute al perno passante difettoso o montato scorrettamente

Il disco del freno assume temperature molto elevate. Alcuni componenti del perno passante ne possono essere danneggiati. Il perno passante si allenta. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- Il perno passante e il disco del freno devono trovarsi di fronte.

Cadute dovute alla regolazione errata del perno passante

Una forza di serraggio insufficiente porta a una trasmissione sfavorevole delle forze. La forcella ammortizzata o il perno passante può rompersi. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- Non fissare il perno passante servendosi di un utensile (ad esempio di un martello o di una pinza).

- 1 Inserire il perno nel mozzo dal lato di trazione.

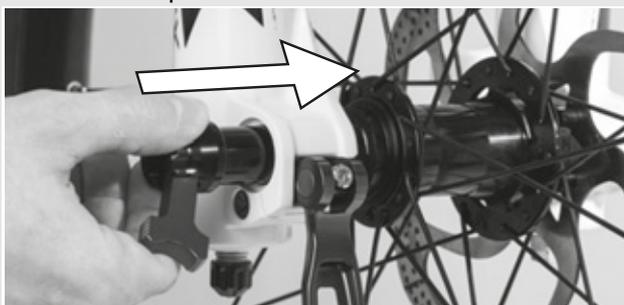


Figura 19: Applicazione del perno nel mozzo

- 2 Serrare il perno con la leva rossa.

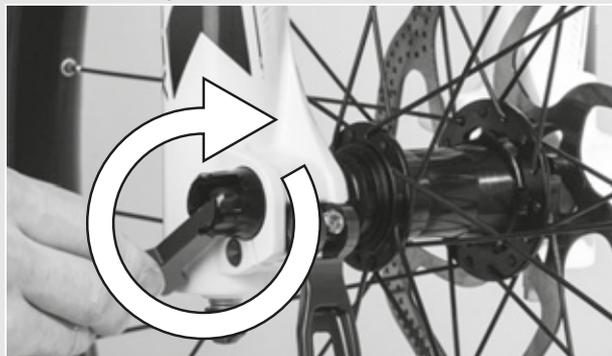


Figura 20: Serraggio del perno

- 3 Inserire leva del bloccaggio rapido nel perno.

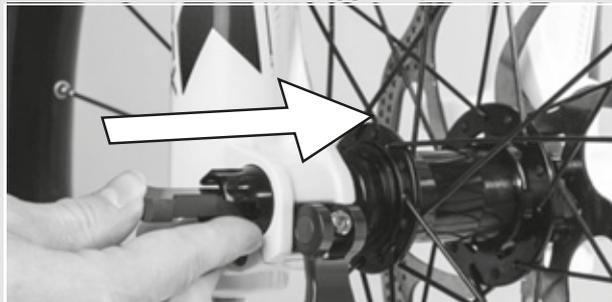


Figura 21: Applicazione della leva del bloccaggio rapido nel perno

- 4 Girare la leva del bloccaggio rapido.

⇒ La leva è bloccata



Figura 22: Bloccaggio della leva

- 5 Controllare la posizione e la forza di serraggio della leva del bloccaggio rapido. La leva del bloccaggio rapido deve trovarsi a filo della scatola inferiore. Chiudendo la leva del bloccaggio rapido, si deve osservare una leggera impronta sul palmo della mano.



Figura 23: Corretta posizione della leva di serraggio

- 6 Se necessario, regolare la forza di serraggio della leva di serraggio con una chiave a brugola da 4 mm.
- 7 Poi controllare la posizione e la forza di serraggio della leva del bloccaggio rapido.

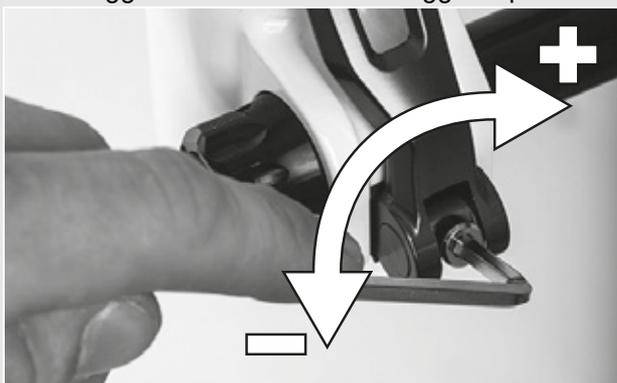


Figura 24: Regolazione della forza di serraggio del bloccaggio rapido

5.3.1.4 Bloccaggio rapido

Solo per forcelle Suntour dotate di bloccaggio rapido

⚠ ATTENZIONE

Cadute dovute al bloccaggio rapido allentato

Un bloccaggio rapido difettoso o montato scorrettamente può impigliarsi nel disco del freno e bloccare la ruota. La conseguenza è una caduta.

- Non montare un bloccaggio rapido difettoso.

Cadute dovute al bloccaggio rapido difettoso o montato scorrettamente

Il disco del freno assume temperature molto elevate. Alcuni componenti del bloccaggio rapido ne possono essere danneggiati. Il bloccaggio rapido si allenta. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- La leva del bloccaggio rapido della ruota anteriore e il disco del freno devono trovarsi di fronte.

Cadute dovute all'applicazione di una forza di serraggio errata

Una forza di serraggio eccessiva danneggia il bloccaggio rapido che non svolge più la sua funzione.

Una forza di serraggio insufficiente porta a una trasmissione sfavorevole delle forze. La forcella ammortizzata o il bloccaggio rapido può rompersi. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- Non fissare il bloccaggio rapido servendosi di un utensile (ad esempio di un martello o di una pinza).
- Utilizzare solo una leva di serraggio con forza di serraggio regolata come prescritto.

- 1 Prima del montaggio verificare che la flangia del bloccaggio rapido sia dilatata. Aprire completamente la leva.

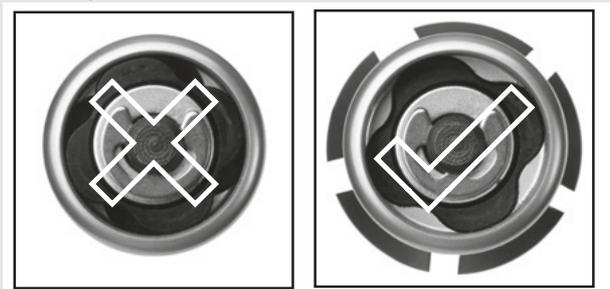


Figura 25: Flangia chiusa e aperta

- 2 Inserire il bloccaggio rapido fino a percepire un clic. Verificare che la flangia si sia espansa.



Figura 26: Inserimento del bloccaggio rapido

- 3 Regolare il serraggio con leva di serraggio aperta a metà, fino a portare la flangia a contatto con il forcellino.

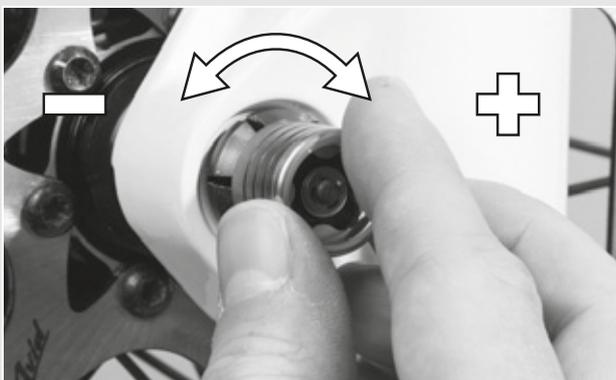


Figura 27: Regolazione del serraggio

- 4 Chiudere completamente il bloccaggio rapido. Controllare la stabilità del bloccaggio rapido e, se necessario, correggerne la posizione sulla flangia.

⇒ La leva è bloccata



Figura 28: Chiusura del bloccaggio rapido

5.3.2 Montaggio della ruota nella forcella FOX

5.3.2.1 Bloccaggio rapido (15 mm)

Solo per forcelle FOX dotate di perno filettato da 15 mm

Le operazioni per il montaggio dei bloccaggi rapidi 15 x 100 mm e 15 x 110 mm sono le medesime.

- 1 Mettere la ruota anteriore nel forcellino della forcella. Inserire l'asse nel forcellino dal lato opposto a quello di trazione e nel mozzo.

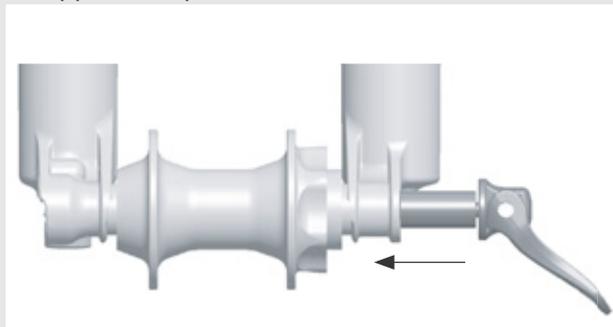


Figura 29: Inserimento del bloccaggio rapido

- 2 Aprire la leva dell'asse.
- 3 Ruotare l'asse di 5 o 6 giri completi in senso orario nel dado dell'asse.
- 4 Chiudere la leva del bloccaggio rapido. La leva deve avere una tensione sufficiente per lasciare un'impronta sulla mano.

- 5 La leva in posizione chiusa deve trovarsi da 1 a 20 mm di distanza dal fodero della forcella.

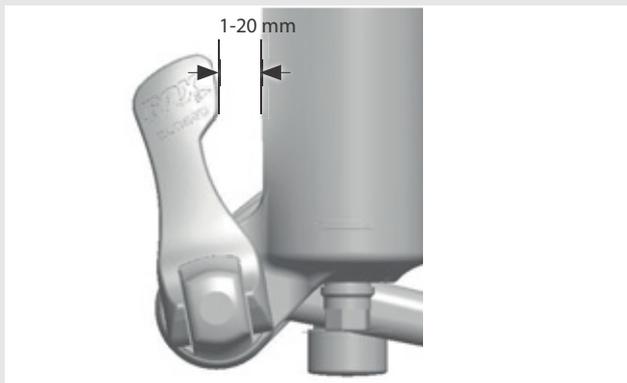


Figura 30: Distanza della leva dal fodero della forcella

⇒ Se la tensione della leva è insufficiente o eccessiva quando si trova nella posizione chiusa consigliata (da 1 a 20 mm dalla forcella), il bloccaggio rapido deve essere regolato.

Regolazione del bloccaggio rapido

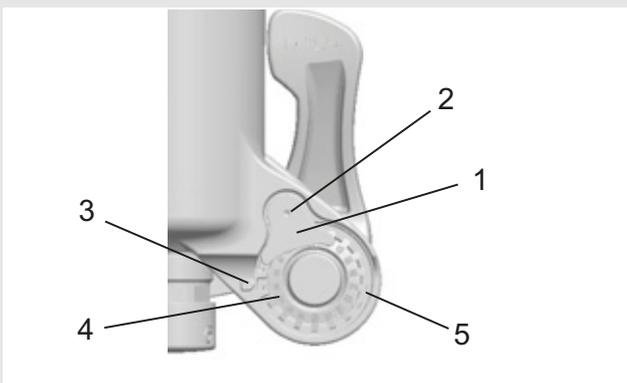


Figura 31: Vista posteriore della struttura del bloccaggio rapido con sicura del dado dell'asse (1) e dado dell'asse (5)

- 1 Annotarsi il valore di regolazione dell'asse (4) indicato dalla freccia indicatrice (3).
- 2 Con una chiave a brugola da 2,5 mm svitare la vite di sicurezza del dado dell'asse (2) di circa 4 giri, ma non toglierla completamente.
- 3 Ruotare la leva del bloccaggio rapido portandola in posizione aperta e svitare l'asse di circa 4 giri.

- 4 Dal lato della leva aperta spingere l'asse verso l'interno. La vite di sicurezza del dado dell'asse viene così espulsa e può essere ruotata a lato.
- 5 Continuare a spingere l'asse in avanti e ruotare il dado dell'asse in senso orario per aumentare la tensione della leva o ruotarlo in senso antiorario per diminuire la tensione della leva.
- 6 Riapplicare la sicura del dado dell'asse e serrare la vite con una coppia di 0,9 Nm (8 in-lb).
- 7 Ripetere le operazioni di montaggio dell'asse per verificare il corretto montaggio e la corretta regolazione.

5.3.2.2 Asse Kabolt

Solo per forcelle FOX dotate di assi Kabolt

Le operazioni per il montaggio degli assi Kabolt 15 x 100 mm e 15 x 110 mm sono le medesime.

- 1 Mettere la ruota anteriore nel forcellino della forcella. Inserire l'asse Kabolt nel forcellino dal lato opposto a quello di trazione e nel mozzo.

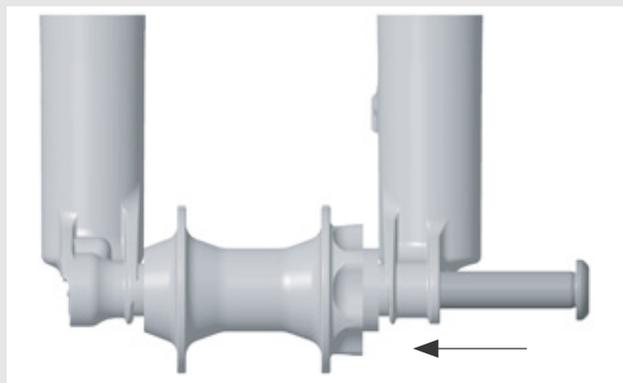


Figura 32: Inserimento dell'asse Kabolt

- 2 Con una chiave a brugola da 6 mm serrare la vite dell'asse Kabolt con una coppia di 17 Nm (150 in-lb).

5.3.3 Controllo dell'attacco manubrio e del manubrio

5.3.3.1 Controllo dei collegamenti

- 1 Per verificare che l'attacco manubrio, il manubrio e il canotto della forcella sono saldamente collegati, posizionarsi davanti alla bicicletta. Incastrare la ruota anteriore tra le gambe. Afferrare le manopole del manubrio.
- 2 Tentare di ruotare il manubrio rispetto alla ruota anteriore.

⇒ L'attacco manubrio non deve spostarsi o ruotare.

5.3.3.2 Stabilità

- 1 Per controllare la stabilità dell'attacco manubrio, con leva del bloccaggio rapido chiusa poggiarsi sul manubrio con l'intero peso del corpo.
- ⇒ Il canotto del manubrio non deve abbassarsi nel canotto della forcella.
- 2 Se il canotto del manubrio si sposta nel canotto della forcella, aumentare il serraggio del bloccaggio rapido. A tal fine, con leva del bloccaggio rapido aperta ruotare in senso orario girando leggermente il dado zigrinato.
 - 3 Chiudere la leva e ricontrollare la stabilità dell'attacco manubrio.

5.3.3.3 Controllo del gioco del cuscinetto

- 1 Per controllare il gioco del cuscinetto della serie sterzo, chiudere la leva del bloccaggio rapido dell'attacco manubrio.
- 2 Mettere le dita di una mano intorno al guscio superiore del cuscinetto della serie sterzo. Con l'altra mano tirare il freno della ruota anteriore e tentare di spingere la bicicletta avanti e indietro.
- 3 I semigusci del cuscinetto non devono spostarsi l'uno rispetto all'altro. Si tenga presente che nelle forcelle ammortizzate e nei freni a disco è possibile un eventuale gioco percettibile dovuto alle boccole dilatate o al gioco delle pastiglie del freno.
- 4 L'eventuale gioco che interessa il cuscinetto della serie sterzo deve essere regolato prima possibile, altrimenti il cuscinetto subirebbe danni. Questa regolazione deve essere eseguita come descritto nel manuale dell'attacco manubrio.

5.4 Vendita della bicicletta

- ▶ Compilare il passaporto della bicicletta riportato sulla copertina delle *istruzioni per l'uso*.
- ▶ Adattare la bicicletta al ciclista. Vedere il capitolo [6.3](#).
- ▶ Regolare il *cavalletto* e la *leva del cambio*.
- ▶ Illustrare al gestore o al ciclista tutte le funzioni della bicicletta.

6 Uso

6.1 Rischi e pericoli



AVVERTENZA

Lesioni anche mortali dovute alla presenza di altri utenti della strada

Altri utenti della strada, come autobus, autocarri, automobili o pedoni, spesso sottovalutano la velocità delle biciclette. Le biciclette vengono anche frequentemente trascurate nel traffico stradale. Il risultato può essere un incidente con lesioni gravi o mortali.

- ▶ Indossare indumenti appariscenti e riflettenti e un casco protettivo.
- ▶ Guidare sempre con prudenza.
- ▶ Prestare attenzione all'angolo morto dei veicoli in fase di svolta. Ridurre preventivamente la velocità in prossimità degli utenti della strada che svoltano a destra.



ATTENZIONE

Cadute dovute a indumenti larghi

I lacci delle scarpe, le sciarpe e altri indumenti possono impigliarsi nei raggi delle *ruote* e negli *ingranaggi della catena*. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Indossare calzature stabili e indumenti attillati.

Cadute dovute allo sporco

Lo sporco può disturbare la funzionalità della bicicletta, ad esempio dei freni. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Prima della partenza rimuovere lo sporco più grossolano.

Cadute dovute alle cattive condizioni stradali

Oggetti non fissi, ad esempio i rami di alberi e cespugli, possono impigliarsi nelle ruote a causare cadute con gravi lesioni.

- ▶ Attenzione alle condizioni stradali. Ridurre la velocità e frenare per tempo.

Avviso

A causa del calore o dell'irraggiamento solare diretto, la *pressione degli pneumatici* può aumentare superando la pressione massima consentita. Lo *pneumatico* ne può riportare danni irreparabili.

- ▶ Non parcheggiare la bicicletta al sole.
- ▶ Nelle giornate calde controllare periodicamente la *pressione degli pneumatici* e, se necessario, correggerla.

Nella marcia in discesa si possono raggiungere velocità elevate. La bicicletta è progettata e dimensionata solo per un superamento di breve durata della velocità di 25 km/h. Specialmente gli *pneumatici* possono cedere se sottoposti a sollecitazioni permanenti di intensità maggiore.

- ▶ Frenare la bicicletta se si supera la velocità di 25 km/h.

Avviso

A causa della struttura aperta, l'infiltrazione di umidità può disturbare singole funzioni se la temperatura è minore di zero gradi centigradi.

- ▶ Mantenere la bicicletta sempre asciutta e al riparo dal gelo.
- ▶ Prima di utilizzare la bicicletta a temperature minori di 3 °C, il rivenditore specializzato deve eseguire un'ispezione e preparare il veicolo per la stagione invernale.

La marcia fuoristrada sottopone le articolazioni delle braccia a forti sollecitazioni.

- ▶ A seconda dello stato del fondo stradale, si consiglia di fare una pausa ogni 30 - 90 minuti

6.1.1 Equipaggiamento di protezione personale

Si consiglia di indossare un casco protettivo adatto, indumenti lunghi, riflettenti e attillati e calzature stabili e adatte per le biciclette.

6.2 Addestramento e servizio assistenza

Il servizio assistenza viene effettuato dal rivenditore specializzato da cui è stato acquistato il veicolo. I suoi dati di contatto sono riportati sul passaporto della bicicletta delle presenti istruzioni per l'uso. Almeno alla consegna della bicicletta, il rivenditore specializzato da cui è stato acquistato la bicicletta illustra personalmente le funzioni della bicicletta stessa. Le presenti istruzioni per l'uso vengono consegnate insieme a ogni bicicletta per la loro consultazione futura.

Che si tratti di manutenzione ordinaria, trasformazione o riparazione, il tuo rivenditore specializzato sarà sempre a tua disposizione.

6.3 Adattamento della bicicletta



ATTENZIONE

Cadute dovute alle coppie di serraggio regolate scorrettamente

Una vite serrata con una coppia eccessiva può spezzarsi. Una vite serrata con una coppia insufficiente può allentarsi. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- ▶ Serrare sempre con la coppia meccanica indicata sulla vite o nelle *istruzioni per l'uso*.

Solo una bicicletta adattata al ciclista garantisce il comfort desiderato e un'attività fisica proficua per la salute. Prima del primo uso, regolare quindi la *sella*, il *manubrio* e la *sospensione* sul corpo del ciclista e sul suo stile di guida.

6.3.1 Regolazione della sella

6.3.1.1 Regolazione dell'inclinazione della sella

Per garantire un'ottimale postura seduta, l'inclinazione della sella deve essere adattata all'altezza, alla posizione e alla forma della sella e alla posizione del manubrio. In questo modo si ottimizza la posizione seduta del ciclista. Regolare la sella solo dopo aver individuato la posizione migliore del manubrio.

- ▶ Per adattare la bicicletta alle proprie esigenze, in un primo momento portare la sella in posizione orizzontale.

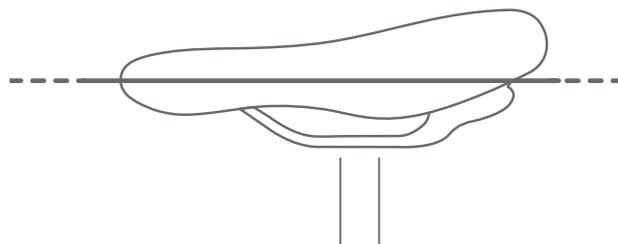


Figura 33: Sella in posizione orizzontale

6.3.1.2 Individuazione dell'altezza della sella

- ✓ Per individuare la migliore altezza della sella, portare la bicicletta vicino a una parete a cui il ciclista può appoggiarsi o farsi aiutare da una seconda persona a tenere ferma la bicicletta.
- 1 Salire in bicicletta.
 - 2 Mettere il tallone sul pedale ed estendere completamente la gamba con pedale situato nel punto più basso della pedivella.
- ⇒ Con altezza della sella ottimale, il ciclista siede sulla sella con il tronco in posizione eretta. In caso contrario, regolare la lunghezza del canotto reggisella sulle proprie esigenze.



Figura 34: Altezza ottimale della sella

6.3.1.3 Regolazione dell'altezza della sella con bloccaggio rapido

- 1 Per modificare l'altezza della sella, aprire il bloccaggio rapido del canotto reggisella (1). A tal fine tirare la leva di serraggio allontanandola dal canotto reggisella (3).

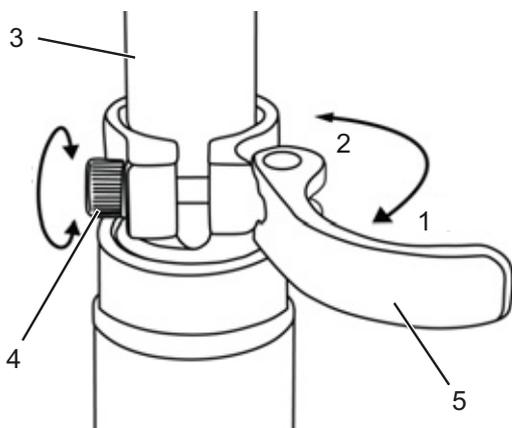


Figura 35: Apertura del bloccaggio rapido del canotto reggisella

- 2 Regolare il canotto reggisella all'altezza desiderata.

ATTENZIONE

Cadute dovute al canotto reggisella regolato su un'altezza eccessiva

Un *canotto reggisella* regolato su un'altezza eccessiva porta alla rottura del *canotto reggisella* stesso o del *telaio*. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- Estrarre il canotto reggisella dal telaio solo fino al segno indicante la minima profondità di inserimento.

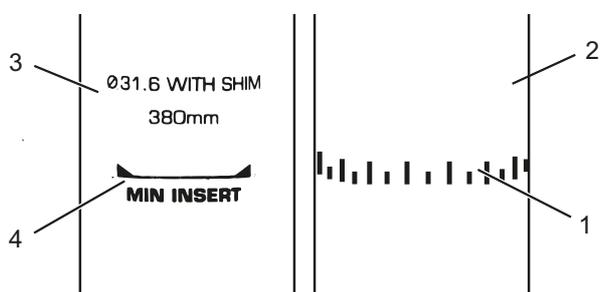


Figura 36: Particolare dei cannotti reggisella, esempi di segno indicante la minima profondità di inserimento

- 3 Per chiuderla, premere la *leva di serraggio del canotto reggisella* portandola a contatto con il *canotto reggisella* stesso (2).
- 4 Controllare la *forza di serraggio dei bloccaggi rapidi*.

6.3.1.4 Canotto reggisella regolabile in altezza

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

Preparazione

- 1 Prima del primo uso, al canotto reggisella si deve impartire un colpo secco verso il basso per metterlo in movimento. Ciò risulta dalla tendenza naturale della guarnizione ad allontanare l'olio dalla superficie di tenuta. Questa operazione deve essere compiuta solo prima del primo uso o dopo un lungo periodo di non utilizzo.

⇒ Dopo aver spostato il canotto per tutta l'escursione, l'olio si distribuisce sulla guarnizione e il canotto assume la sua normale funzione.

Abbassamento della sella

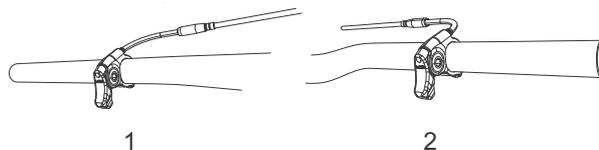


Figura 37: Leva del canotto reggisella montata a sinistra (1) o a destra (2) sul manubrio

- 1 Per abbassare la sella, premerla con una mano verso il basso o sedersi su di essa.
- 2 Premere e tenere premuta la leva del canotto reggisella.
- 3 Rilasciare la leva del canotto reggisella una volta raggiunta l'altezza desiderata.

Sollevamento della sella

- 1 Premere e tenere premuta la leva del canotto reggisella.
- 2 Non esercitare alcuna forza verso il basso sulla sella.
- 3 Rilasciare la leva del canotto reggisella una volta raggiunta l'altezza desiderata.

6.3.1.5 Regolazione della posizione seduta

La sella può essere spostata sul suo telaio. La corretta posizione orizzontale assicura un'ottimale posizione di pedalata delle gambe. Ciò previene dolori alle ginocchia e dolorose posture anomale del bacino. Se la sella è stata spostata di oltre 10 mm, regolare di nuovo la sua altezza, perché le due regolazioni si influenzano a vicenda.

✓ Per regolare la migliore posizione seduta, portare la bicicletta vicino a una parete a cui il ciclista può appoggiarsi o farsi aiutare da una seconda persona a tenere ferma la bicicletta.

- 1 Salire in bicicletta.
- 2 Con i piedi portare i pedali in posizione orizzontale.

Il ciclista siede in posizione ottimale quando la retta ideale congiungente il menisco e l'asse del pedale è esattamente verticale.

- 3.1 Se la retta ideale è spostata dietro il pedale, spostare la sella in avanti.
- 3.2 Se la retta ideale è spostata davanti al pedale, spostare la sella all'indietro.
- 4 Spostare la sella solo nel suo campo di regolazione consentito (segno sul supporto della sella).

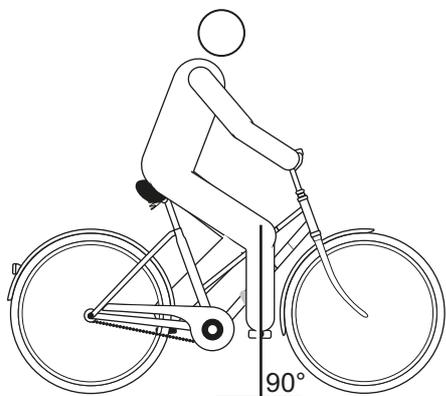


Figura 38: Retta verticale passante per la rotula



- ✓ La regolazione del manubrio deve essere eseguita solo con bicicletta poggiata a terra sulle ruote.
- Svitare i necessari collegamenti a vite, regolare e serrare le viti di bloccaggio del manubrio applicando la coppia di serraggio massima.

6.3.2 Regolazione del manubrio

ATTENZIONE

Cadute dovute all'applicazione di una forza di serraggio errata

Una forza di serraggio eccessiva danneggia il bloccaggio rapido che non svolge più la sua funzione. Una forza di serraggio insufficiente porta a una trasmissione sfavorevole delle forze. I componenti possono rompersi. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- Non fissare il bloccaggio rapido servendosi di un utensile (ad esempio di un martello o di una pinza).
- Utilizzare solo una leva di serraggio con forza di serraggio regolata come prescritto.

6.3.3 Regolazione dell'attacco manubrio

ATTENZIONE

Cadute dovute all'attacco manubrio allentato

A causa delle sollecitazioni, le viti non serrate correttamente potrebbero allentarsi. L'attacco manubrio potrebbe destabilizzarsi. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- Dopo le prime due ore di marcia controllare la stabilità del manubrio e del sistema di bloccaggio rapido.

6.3.3.1 Regolazione dell'altezza del manubrio

- 1 Aprire la leva di serraggio dell'attacco manubrio.

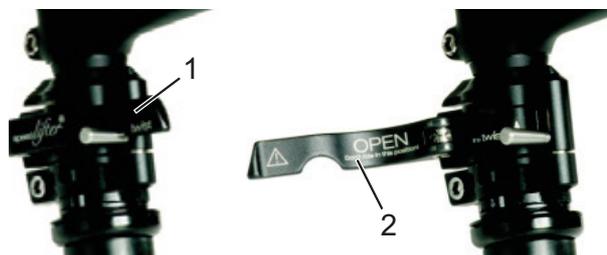


Figura 39: Leva di serraggio dell'attacco manubrio chiusa (1) e aperta (2), esempio by.schulz speedlifter

- 2 Tirare verso l'alto la **leva di serraggio dell'attacco manubrio** e contemporaneamente ruotare il manubrio nella posizione desiderata.

- ⇒ La leva di sicurezza si innesta in modo percettibile.

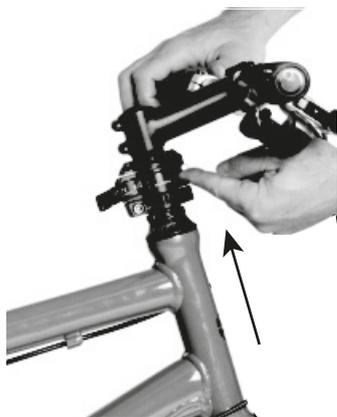


Figura 40: Sollevamento della leva di sicurezza, esempio by.schulz speedlifter

- 3 Estrarre il manubrio portandolo all'altezza desiderata.
- 4 Chiudere la **leva di serraggio dell'attacco manubrio**.

6.3.3.2 Regolazione della forza di serraggio del bloccaggio rapido

- ▶ Se la *leva di serraggio del manubrio* si arresta prima della sua posizione finale, svitare il *dado zigrinato*.
- ▶ Se la forza di serraggio della *leva di serraggio del canotto reggisella* non è sufficiente, avvitare il *dado zigrinato*.
- ▶ Se la forza di serraggio non può essere regolata, il rivenditore specializzato deve controllare il bloccaggio rapido.

6.3.4 Regolazione del freno

L'ampiezza di presa della leva del freno può essere corretta per consentire di raggiungerla meglio. Anche il punto di pressione può essere adattato alle preferenze del ciclista.

Se la descrizione del freno specifico manca in questo manuale, contattare il proprio rivenditore specializzato.

6.3.4.1 Regolazione dell'ampiezza di presa della leva del freno Magura HS33

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

La posizione (l'ampiezza di presa) della leva del freno può essere adattata alle proprie esigenze. L'adattamento non influenza né la posizione delle guarnizioni del freno né il punto di pressione.

- ✓ L'ampiezza di presa viene regolata con la vite di regolazione (1) per mezzo di una chiave TORX® T25.

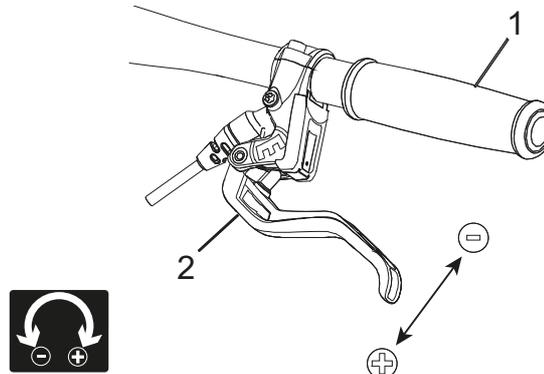


Figura 41: Regolazione dell'ampiezza di presa della leva del freno Magura HS33

- ▶ Ruotare la vite di regolazione in senso antiorario in direzione meno (-).
- ⇒ La leva del freno si avvicina alla manopola del manubrio.
- ▶ Ruotare la vite di regolazione in senso orario in direzione più (+).
- ⇒ La leva del freno si allontana dalla manopola del manubrio.

6.3.4.2 Regolazione dell'ampiezza di presa della leva del freno Magura HS22

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

La posizione (l'ampiezza di presa) della leva del freno può essere adattata alle proprie esigenze.

- ✓ L'ampiezza di presa viene regolata con la vite di regolazione (1) per mezzo di una chiave TORX® T25.

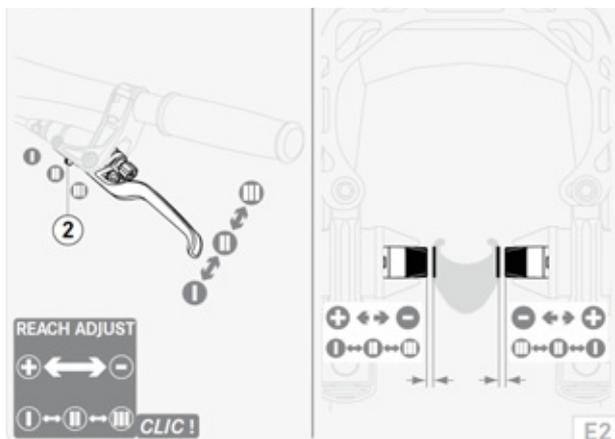


Figura 42: Regolazione dell'ampiezza di presa della leva del freno Magura HS33

- ✓ Tenere la leva del freno leggermente tirata.
- Portare il cursore (2) verso l'esterno (-) fino alla posizione II o III.
 - ⇒ La leva del freno si avvicina al manubrio.
 - ⇒ Le guarnizioni del freno si avvicinano al cerchio.
 - ⇒ Il punto di pressione inizia prima.
- Portare il cursore verso l'esterno (+) fino alla posizione II o I.
 - ⇒ La leva del freno si allontana dal manubrio.
 - ⇒ Le guarnizioni del freno si allontanano dal cerchio.
 - ⇒ Il punto di pressione inizia dopo.

AVVERTENZA

Cadute dovute alla regolazione errata dell'ampiezza di presa

In caso di freno regolato o montato in modo errato, la capacità frenante può annullarsi completamente in qualsiasi momento. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- Dopo aver regolato l'ampiezza di presa, controllare la posizione del cilindro del freno. Se necessario, correggere.

6.3.4.3 Regolazione dell'ampiezza di presa della leva del freno Magura HS33 con freno a disco

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

AVVERTENZA

Cadute dovute alla regolazione errata dell'ampiezza di presa

In caso di cilindri del freno regolati o montati in modo errato, la capacità frenante può annullarsi completamente in qualsiasi momento. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- Verificare che la leva del freno tirata abbia una distanza minima di 20 mm dal manubrio (4).

La posizione (l'ampiezza di presa) della leva del freno può essere adattata alle proprie esigenze. L'adattamento non influenza né la posizione delle guarnizioni del freno né il punto di pressione.

- ✓ L'ampiezza di presa viene regolata con la vite di regolazione (1) per mezzo di una chiave TORX® T25.



Figura 43: Regolazione dell'ampiezza di presa della leva del freno Magura con freno a disco

- Ruotare la vite di regolazione/la manopola (5) in senso antiorario in direzione meno (-).

- ⇒ La leva del freno si avvicina alla manopola del manubrio.
- ▶ Ruotare la vite di regolazione in senso orario in direzione più (+).
- ⇒ La leva del freno si allontana dalla manopola del manubrio.

6.3.4.4 Regolazione del punto di pressione della leva del freno Magura

! AVVERTENZA

Avaria del freno dovuta alla regolazione errata

Regolando il punto di pressione con freni le cui guarnizioni e il disco del freno hanno raggiunto il limite di usura, si possono verificare l'avaria del freno e incidenti con gravi lesioni.

- ▶ Prima di regolare il punto di pressione, verificare che il limite di usura delle guarnizioni del freno e del disco del freno non sia stato raggiunto.

La regolazione del punto di pressione viene eseguita con la manopola.

- ▶ Ruotare la manopola in direzione più (+).
- ⇒ La *leva del freno* si avvicina di più alla manopola del manubrio. Se necessario, rirregolare l'ampiezza di presa.
- ⇒ Il punto di pressione della leva inizia prima.

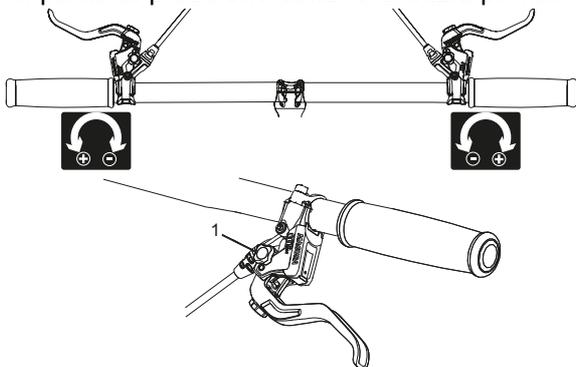


Figura 44: Uso della manopola (1) per la regolazione del punto di pressione

6.3.5 Rodaggio dei pattini o delle guarnizioni del freno

I freni a disco richiedono un periodo di rodaggio per il loro assestamento. La forza frenante aumenta al trascorrere del tempo. Si sia quindi consapevoli che durante il periodo di rodaggio la forza frenante può aumentare. Ciò si verifica anche dopo la sostituzione delle pastiglie o del disco del freno.

- 1 Accelerare la bicicletta fino a circa 25 km/h.
 - 2 Frenare la bicicletta fino all'arresto.
 - 3 Ripetere questa operazione per 30 - 50 volte.
- ⇒ Il freno a disco è rodato e offre la capacità frenante ottimale.

6.3.6 Regolazione della forcella Suntour

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

! ATTENZIONE

Cadute dovute alla regolazione errata della sospensione

La regolazione errata della sospensione può danneggiare la forcella e causare quindi problemi di sterzata. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- ▶ Non marciare con forcelle ammortizzate pneumatiche senz'aria.
- ▶ Non usare la bicicletta senza aver regolato la forcella ammortizzata sul peso del ciclista.

Avviso

Le regolazioni effettuate sul telaio modificano il comportamento di marcia in modo significativo. Per evitare cadute, è necessaria una fase per abituarsi e di rodaggio

L'adattamento qui illustrato è una regolazione di base. Il ciclista può modificare la regolazione di base a seconda del fondo stradale e delle sue preferenze.

- ▶ Si suggerisce di annotarsi i valori della regolazione di base. In questo modo può essere utilizzata come punto di partenza per le successive regolazioni ottimizzate e per avere sicurezza contro modifiche accidentali.

6.3.6.1 Regolazione dell'escursione negativa della sospensione

L'*escursione negativa della sospensione* dipende dal peso e dalla posizione seduta del ciclista.

L'escursione negativa della sospensione deve essere compresa il 15% (sospensione rigida) e il 30% (sospensione morbida) dell'*escursione totale* della forcella, a seconda dell'uso e delle preferenze personali.

6.3.6.2 Regolazione dell'escursione negativa della sospensione della forcella ammortizzata in acciaio

[Solo per biciclette con questo equipaggiamento](#)

La precompressione della molla nella forcella può essere regolata sul peso del ciclista e sullo stile di guida. Ciò riduce l'escursione negativa della sospensione della forcella.



Figura 45: Manopola di regolazione dell'escursione negativa della sospensione sulla corona della forcella ammortizzata

- 1 La **manopola di regolazione dell'escursione negativa della sospensione** può trovarsi sotto una copertura di plastica sulla **corona**. Rimuovere la copertura di plastica. Ruotare la **manopola di regolazione dell'escursione negativa della sospensione** in senso orario per aumentare la precompressione della molla. Ruotare la **manopola di regolazione dell'escursione negativa della sospensione** in senso antiorario per ridurre la precompressione della molla.
 - ⇒ La regolazione ottimale si ottiene quando il montante telescopico rientra di 3 mm sotto il peso del ciclista.
- 3 Dopo la regolazione riapplicare la copertura di plastica sulla **corona**.

6.3.6.3 Regolazione dell'escursione negativa della sospensione della forcella ammortizzata pneumatica

[Solo per biciclette con questo equipaggiamento](#)

- La **valvola dell'aria** si trova sotto il **cappuccio della valvola** sulla **corona** del montante telescopico sinistro. Svitare il **cappuccio della valvola**.



Figura 46: Coperture a vite di diverse versioni

- 1 Avvitare una pompa per ammortizzatori ad alta pressione alla **valvola dell'aria**.
- 2 Pompate aria nella forcella ammortizzata pneumatica fino alla pressione desiderata. Attenersi ai valori della **tabella delle pressioni di gonfiaggio Suntour**. Non superare la **pressione dell'aria massima** consigliata.

Peso del ciclista	AION, NEX	XCR 32, XCR 34
< 55 kg	35 - 50 psi	40 - 55 psi
55 - 65 kg	50 - 60 psi	55 - 65 psi
65 - 75 g	60 - 70 psi	65 - 75 psi
75 - 85 kg	70 - 85 psi	75 - 85 psi
85 - 95 kg	85 - 100 psi	85 - 95 psi
> 100 kg	+ 105 psi	+ 100 psi
Pressione massima dell'aria	150 psi	180 psi

Tabella 11: Tabella delle pressioni di gonfiaggio delle forcelle pneumatiche Suntour

- 3 Rimuovere la pompa per ammortizzatori ad alta pressione.
- 4 Misurare la distanza tra la **corona** e il **parapolvere**. Questo valore corrisponde all'*escursione totale* della forcella.
- 5 Spingere una fascetta legacavi applicata temporaneamente verso il basso contro il **parapolvere**.

- 6 Indossare il normale abbigliamento da ciclista e collocare un peso normale nel portapacchi.
 - 7 Sedersi sulla bicicletta assumendo la normale posizione di marcia e appoggiarsi (ad esempio a una parete o a un albero).
 - 8 Scendere dalla bicicletta senza far comprimere la forcella.
 - 9 Misurare la distanza tra il **parapolvere** e la fascetta legacavi.
- ⇒ Il valore misurato è l'escursione negativa della sospensione. Il valore consigliato è compreso tra il 15% (sospensione rigida) e il 30% (sospensione morbida) dell'escursione totale della forcella.
- 10 Aumentare o ridurre la pressione dell'aria fino ad ottenere l'escursione negativa della sospensione desiderata.
- ⇒ Quando l'escursione negativa della sospensione è corretta, riavvitare e serrare a fondo il **cappuccio della valvola** in senso orario.
- ⇒ Se non si riesce ad ottenere l'escursione negativa della sospensione desiderata, probabilmente si deve effettuare una regolazione interna. Contattare il rivenditore specializzato.

6.3.6.4 Regolazione del rebound della forcella ammortizzata pneumatica

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

La regolazione del *rebound* dipende dalla regolazione dell'*escursione negativa della sospensione*: una maggiore escursione negativa della sospensione richiede una regolazione minore del rebound.

- 1 Ruotare la **vite del rebound Suntour** completamente in senso orario portandola nella posizione chiusa.

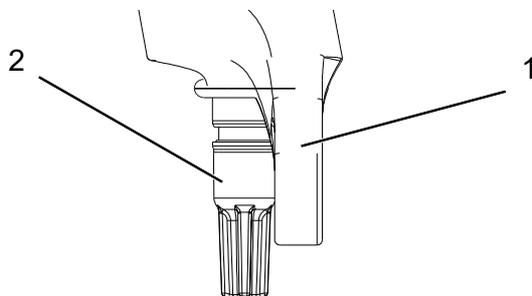


Figura 47: Vite del rebound Suntour (2), forcella (1)

- 2 Ruotare leggermente la **vite del rebound Suntour** in senso antiorario.
- 3 Regolare il rebound in modo che la forcella si estenda velocemente, ma senza raggiungere il fondo della corsa verso l'alto. Se raggiunge il fondo della corsa, la forcella si estende troppo velocemente e si blocca improvvisamente quando raggiunge la completa corsa di estensione. In questo caso si ode e si percepisce un leggero colpo.

6.3.7 Regolare della forcella FOX

Solo per biciclette con questo equipaggiamento



Cadute dovute alla regolazione errata della sospensione

La regolazione errata della sospensione può danneggiare la forcella e causare quindi problemi di sterzata. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- ▶ Non marciare con forcelle ammortizzate pneumatiche senz'aria.
- ▶ Non usare la bicicletta senza aver regolato la forcella ammortizzata sul peso del ciclista.

Avviso

Le regolazioni effettuate sul telaio modificano il comportamento di marcia in modo significativo. Per evitare cadute, è necessaria una fase per abituarsi e di rodaggio

Si suggerisce di annotarsi i valori misurati per l'escursione negativa della sospensione e il rebound. Questi valori possono essere utilizzati come punto di partenza per le successive regolazioni ottimizzate e per avere sicurezza contro modifiche accidentali.

L'adattamento qui illustrato è una regolazione di base. La regolazione di base può essere modificata a seconda del fondo stradale e delle preferenze personali.

6.3.7.1 Regolazione dell'escursione negativa della sospensione

L'*escursione negativa della sospensione* dipende dal peso e dalla posizione seduta del ciclista.

L'escursione negativa della sospensione deve essere compresa il 15% (sospensione rigida) e il 20% (sospensione morbida) dell'*escursione totale* della forcella, a seconda dell'uso della bicicletta e delle preferenze personali.

- ✓ Verificare che, nella regolazione dell'escursione negativa della sospensione, ogni regolatore dello stadio di pressione possieda una posizione aperta, ossia che ogni ammortizzazione a stadi di pressione sia stato ruotato completamente in senso antiorario.
 - ✓ La pressione deve essere misurata a una temperatura ambiente compresa tra 21 °C e 24 °C.
- 1 La **valvola dell'aria** si trova sotto un **cappuccio della valvola** blu sulla **corona** del montante telescopico sinistro. Svitare il **cappuccio della valvola** in senso antiorario.
 - 2 Applicare una pompa per ammortizzatori ad alta pressione alla **valvola dell'aria**.
 - 3 Pompate aria nella forcella ammortizzata fino alla pressione desiderata. Attenersi alla **tabella delle pressioni di gonfiaggio FOX**. Non superare la **pressione massima dell'aria** e non scendere sotto la **pressione minima dell'aria** consigliata.

Peso del ciclista	Rhythm 34	Rhythm 36
Pressione minima dell'aria	40 psi (2,8 bar)	40 psi (2,8 bar)
54 - 59 kg	58 psi	55 psi
59 - 64 kg	63 psi	59 psi
64 - 68 kg	68 psi	63 psi
68 - 73 kg	72 psi	67 psi
73 - 77 kg	77 psi	72 psi
77 - 82 kg	82 psi	76 psi
82 - 86 kg	86 psi	80 psi
86 - 91 kg	91 psi	85 psi
91 - 95 kg	96 psi	89 psi
95 - 100 kg	100 psi	93 psi
100 - 104 kg	105 psi	97 psi
104 - 109 kg	110 psi	102 psi
109 - 113 kg	114 psi	106 psi
Pressione massima dell'aria	120 psi (8,3 bar)	120 psi (8,3 bar)

Tabella 12: Tabella delle pressioni di gonfiaggio FOX

- 4 Rimuovere la pompa per ammortizzatori ad alta pressione.
- 5 Misurare la distanza che intercorre tra la corona e il parapolvere della forcella. Questo valore corrisponde all'*escursione totale* della forcella.
- 6 Spingere l'O-ring verso il basso contro il parapolvere della forcella. Se non l'O-ring non è presente, applicare temporaneamente una fascetta legacavi al fodero.
- 7 Indossare il normale abbigliamento da ciclista e collocare un peso normale nel portapacchi.
- 8 Sedersi sulla bicicletta assumendo la normale posizione di marcia e appoggiarsi (ad esempio a una parete o a un albero).
- 9 Scendere dalla bicicletta senza far comprimere la forcella ammortizzata.
- 10 Misurare la distanza che intercorre tra il parapolvere e l'O-ring o la fascetta legacavi.
 - ⇒ Il valore misurato è l'escursione negativa della sospensione. Il valore consigliato è compreso tra il 15% (sospensione rigida) e il 20% (sospensione morbida) dell'*escursione totale* della forcella.
- 11 Aumentare o ridurre la pressione dell'aria fino ad ottenere l'escursione negativa della sospensione desiderata.
 - ⇒ Quando l'escursione negativa della sospensione è corretta, riavvitare e serrare a fondo il **cappuccio della valvola** blu in senso orario.

Se non si riesce ad ottenere l'escursione negativa della sospensione desiderata, probabilmente si devono modificare le regolazioni interne. Contattare il rivenditore specializzato.



6.3.7.2 Regolazione del rebound

Il rebound definisce la velocità con cui la forcella si riestende in seguito alla compressione. La regolazione del rebound dipende dalla regolazione della pressione dell'aria. Una maggiore *escursione negativa della sospensione* richiede una regolazione minore del rebound.

- 1 Ruotare il **regolatore del rebound FOX** completamente in senso orario portandolo nella posizione chiusa.

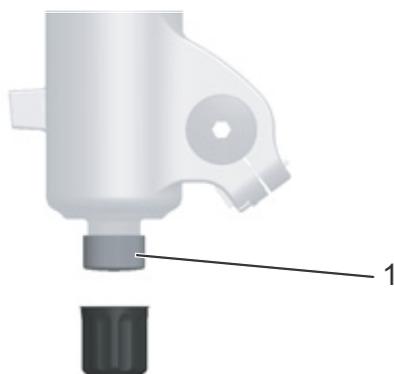


Figura 48: Regolatore del rebound FOX (1) sul forcellino della forcella

- 2 Ruotare leggermente il **regolatore del rebound FOX** in senso antiorario.
- 3 Regolare il rebound in modo che la forcella si estenda velocemente, ma senza raggiungere il fondo della corsa verso l'alto. Se raggiunge il fondo della corsa, la forcella si estende troppo velocemente e si blocca improvvisamente quando raggiunge la completa corsa di estensione. In questo caso si ode e si percepisce un leggero colpo.

6.3.8 Regolazione dell'ammortizzatore del carro posteriore Suntour

[Solo per biciclette con questo equipaggiamento](#)

6.3.8.1 Regolazione dell'escursione negativa della sospensione

Avviso

Se la pressione dell'aria nell'ammortizzatore del carro posteriore viene superata per eccesso o per difetto, l'ammortizzatore può subire danni irreparabili.

Non superare mai la pressione massima dell'aria di 300 psi (20 bar).

L'*escursione negativa della sospensione* dipende dal peso e dalla posizione seduta del ciclista. L'*escursione negativa della sospensione* deve essere compresa il 25% e il 30% dell'*escursione totale* dell'ammortizzatore del carro posteriore, a seconda dell'uso della bicicletta e delle preferenze personali.

- ✓ Verificare che, nella regolazione dell'escursione negativa della sospensione, il regolatore dello stadio di pressione possieda una posizione aperta, ossia che la **leva lockout** si trovi in posizione OPEN.
- 1 Rimuovere il cappuccio della valvola dalla **valvola dell'aria**.
 - 2 Applicare una pompa per ammortizzatori ad alta pressione.
 - 3 Regolare la pressione dell'aria dell'ammortizzatore del carro posteriore sul peso del ciclista.
 - 4 Rimuovere la pompa per ammortizzatori ad alta pressione.
 - 5 Misurare la distanza tra la guarnizione della camera pneumatica e la fine dell'ammortizzatore del carro posteriore. Questo valore corrisponde all'*escursione totale* dell'ammortizzatore del carro posteriore.
 - 6 Indossare il normale abbigliamento da ciclista e collocare un peso normale nel portapacchi.
 - 7 Sedersi sulla bicicletta assumendo la normale posizione di marcia e appoggiarsi (ad esempio a una parete o a un albero).
 - 8 Spingere l'O-ring verso il basso contro la guarnizione della camera pneumatica.
 - 9 Scendere dalla bicicletta senza far comprimere la forcella ammortizzata.
 - ⇒ Misurare la distanza tra la guarnizione della camera pneumatica e l'O-ring. Il valore misurato è l'*escursione negativa della sospensione*. Il valore consigliato è compreso tra il 25% (sospensione rigida) e il 30% (sospensione morbida) dell'*escursione totale* dell'ammortizzatore del carro posteriore.
 - 10 Aumentare o ridurre la pressione dell'aria fino ad ottenere l'*escursione negativa della sospensione* desiderata.
 - Quando l'*escursione negativa della sospensione* è corretta, fissare **cappuccio della valvola** sulla valvola.

6.3.8.2 Regolazione del rebound

Il rebound definisce la velocità con cui l'ammortizzatore del carro posteriore si riestende in seguito alla compressione. La regolazione del rebound dipende dalla regolazione della pressione dell'aria. Una regolazione della "SAG" su valori maggiori richiede una regolazione minore del rebound.



Figura 49: Regolatore del rebound Suntour (1) sull'ammortizzatore del carro posteriore

- ▶ Ruotare la rotella del regolatore del rebound in direzione – per aumentare la corsa di estensione.
- ▶ Ruotare la rotella del regolatore degli stadi di pressione in direzione + per ridurre la corsa di compressione.

6.3.8.3 Regolazione dello stadio di pressione

La regolazione dell'ammortizzatore del carro posteriore consente di regolare l'ammortizzatore in funzione delle caratteristiche del terreno. La regolazione dell'ammortizzatore del carro posteriore definisce la velocità con cui l'ammortizzatore del carro posteriore rientra in seguito alla compressione.

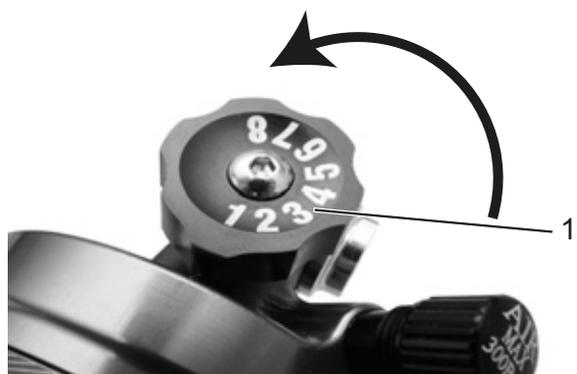


Figura 50: Regolatore dello stadio di pressione Suntour sull'ammortizzatore del carro posteriore

- ▶ Ruotare il regolatore dello stadio di pressione in direzione – per aumentare la corsa di estensione.
- ▶ Ruotare il regolatore dello stadio di pressione in direzione + per ridurre la corsa di compressione.

6.3.9 Regolazione dell'ammortizzatore del carro posteriore FOX

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

6.3.9.1 Regolazione dell'escursione negativa della sospensione

Avviso

Se la pressione dell'aria nell'ammortizzatore del carro posteriore viene superata per eccesso o per difetto, l'ammortizzatore può subire danni irreparabili.

Non superare mai la pressione massima dell'aria di 350 psi (24,1 bar). La pressione minima dell'aria della molla pneumatica di 50 psi (3,4 bar) deve essere rispettata.

- ⇒ L'*escursione negativa della sospensione* dipende dal peso e dalla posizione seduta del ciclista. Il valore consigliato è compreso tra il 25% (sospensione rigida) e il 30% (sospensione morbida) dell'*escursione totale* dell'ammortizzatore del carro posteriore.
- 1 Ruotare il regolatore dello stadio di pressione portandolo in posizione APERTO.
- 2 Applicare una pompa per ammortizzatori ad alta pressione alla valvola dell'aria.
- 3 Regolare la pressione dell'aria dell'ammortizzatore del carro posteriore sul peso del ciclista.
- 4 Comprimerne lentamente l'ammortizzatore per 10 volte per il 25% dell'escursione, fino a ottenere la pressione desiderata.
- ⇒ La pressione dell'aria tra la camera pneumatica positiva e negativa è compensata. Il valore indicato dal manometro della pompa per ammortizzatori ad alta pressione cambia.

- 5 Togliere la pompa per ammortizzatori ad alta pressione.

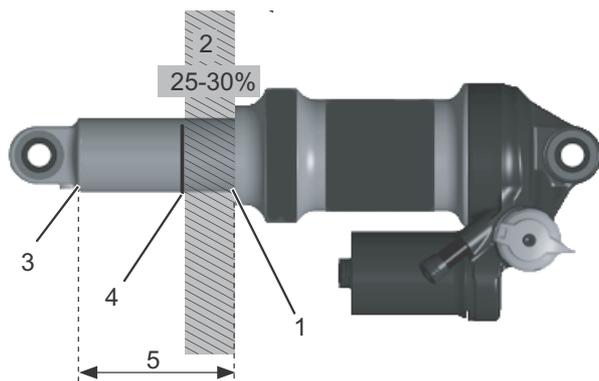


Figura 51: Ammortizzatore del carro posteriore FOX

- 6 Misurare la distanza tra la guarnizione (1) della camera pneumatica e la fine dell'ammortizzatore del carro posteriore (3). Questo valore corrisponde all'*escursione totale* dell'ammortizzatore del carro posteriore (5).
- 7 Sedersi sulla bicicletta assumendo la normale posizione di marcia e appoggiarsi (ad esempio a una parete o a un albero).
- 8 Spingere l'O-ring (4) verso il basso contro la guarnizione (1) della camera pneumatica.
- 9 Scendere dalla bicicletta senza far comprimere la forcella ammortizzata.
- ⇒ Misurare la distanza tra la guarnizione (1) della camera pneumatica e l'O-ring (4). Il valore misurato è l'*escursione negativa della sospensione* (2). Il valore consigliato è compreso tra il 25% (sospensione rigida) e il 30% (sospensione morbida) dell'*escursione totale* dell'ammortizzatore del carro posteriore (5).
- 10 Aumentare o ridurre la pressione dell'aria fino ad ottenere l'escursione negativa della sospensione desiderata.

6.3.9.2 Regolazione del rebound

Il regolatore del rebound definisce la velocità con cui l'ammortizzatore del carro posteriore si riestende in seguito alla compressione. La regolazione del rebound dipende dalla regolazione della pressione dell'aria. Una maggiore escursione negativa della sospensione richiede una regolazione minore del rebound.

- 1 Applicare una pompa per ammortizzatori ad alta pressione alla valvola dell'aria.
- 2 Leggere la pressione dell'aria.
- 3 Togliere la pompa per ammortizzatori ad alta pressione.

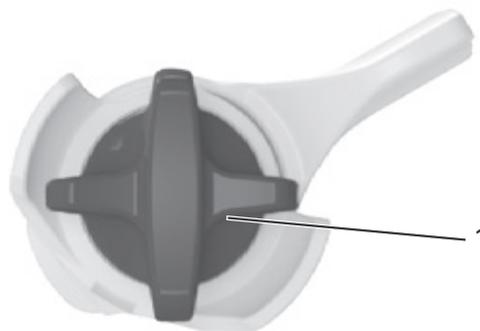


Figura 52: Regolatore del rebound FOX (1) sull'ammortizzatore del carro posteriore

- 4 Ruotare completamente il regolatore del rebound in senso orario portandolo in posizione chiusa.
- 5 Regolare il rebound in base alla pressione dell'aria misurata. Ruotare in senso antiorario il regolatore del rebound del numero di clic indicato nella tabella seguente.

Pressione dell'aria (psi)	Regolatore consigliata del rebound
< 100	Aperto (in senso antiorario)
100 - 120	11
120 - 140	10
140 - 160	9
160 - 180	8
180 - 200	7
200 - 220	6
220 - 240	5
240 - 260	4
260 - 280	3
280 - 300	2

Tabella 13: Pressioni di gonfiaggio della forcella pneumatica FOX

6.4 Accessori

Per i biciclette senza cavalletto laterale è consigliabile un cavalletto di sostegno in cui si può inserire la ruota anteriore o la ruota posteriore della bicicletta. Si consigliano i seguenti accessori:

Descrizione	Numero di articolo
Rivestimento di protezione per componenti elettrici	080-41000 ff
Borse portaoggetti componente del sistema*	080-40946
Cestello sulla ruota posteriore componente del sistema*	051-20603
Box per bicicletta componente del sistema*	080-40947
Cavalletto di sostegno universale	XX-TWO14B

Tabella 14: Accessori

* I componenti del sistema sono armonizzati con il portapacchi e assicurano una sufficiente stabilità grazie alla particolare trasmissione delle forze.

** I componenti del sistema sono armonizzati con il sistema di trazione.

6.4.1 Seggiolino per bambini



AVVERTENZA

Cadute dovute al seggiolino per bambini errato

Né il portapacchi né il tubo trasversale è adatto per un seggiolino per bambini e può rompersi. Ne può derivare una caduta con conseguenti gravi lesioni del ciclista e del bambino.

- ▶ Non fissare un seggiolino per bambini alla sella, al manubrio o al tubo trasversale.



ATTENZIONE

Cadute dovute a un uso inappropriato

Se si utilizza un seggiolino per bambini, le caratteristiche di guida e l'equilibrio della bicicletta cambiano notevolmente. Ne possono derivare la perdita del controllo e una caduta con le conseguenti lesioni.

- ▶ Prima di utilizzare la bicicletta in uno spazio pubblico, esercitarsi nell'uso sicuro del seggiolino per bambini.



ATTENZIONE

Pericolo di schiacciamento tra le molle scoperte

Il bambino può schiacciarsi le dita tra le molle scoperte o nel sistema meccanico aperto della sella o del canotto reggisella.

- ▶ Non montare una sella con molle scoperte quando si utilizza un seggiolino per bambini.
- ▶ Non montare un canotto reggisella ammortizzato con sistema meccanico aperto o con molle scoperte quando si utilizza un seggiolino per bambini

Avviso

- ▶ Attenersi alle disposizioni di legge per l'utilizzo di seggiolini per bambini.
- ▶ Attenersi alle avvertenze per l'uso e di sicurezza del seggiolino per bambini.
- ▶ Non superare il peso totale ammissibile massimo.

Il rivenditore specializzato offre la sua consulenza per la scelta del sistema di seggiolino per bambini adatto al bambino e alla bicicletta.

Per mantenere la sicurezza, il primo montaggio di un seggiolino per bambini deve essere eseguito dal rivenditore specializzato.

Nel montaggio di un seggiolino per bambini, il rivenditore specializzato controlla che il seggiolino e il suo fissaggio siano adatti alla bicicletta, che tutti i componenti siano stati montati e saldamente fissati, che i cavi del cambio e del freno e le linee idrauliche ed elettriche siano eventualmente adattate, che la libertà di movimento del ciclista sia ottimale e che il peso totale consentito della bicicletta sia adattato.

Il rivenditore specializzato dà una prima spiegazione di come usare la bicicletta e il seggiolino per bambini.

6.4.2 Rimorchio della bicicletta



Cadute dovute all'avaria dei freni

Se il carico sul timone è eccessivo, l'azione frenante diventa più debole. Il lungo spazio di frenata può causare la caduta o un incidente con le conseguenti lesioni.

- ▶ Non superare il carico sul timone indicato.

Avviso

- ▶ Si devono osservare le avvertenze per l'uso e di sicurezza del sistema di rimorchio.
- ▶ È necessario attenersi alle disposizioni di legge per l'utilizzo di rimorchi per bicicletta.
- ▶ Utilizzare solo sistemi di aggancio omologati.

Una bicicletta omologata per l'uso di un rimorchio è munita del relativo segnale di avviso. Si devono utilizzare solo rimorchi il cui carico sul timone e il cui peso non superano i valori massimi consentiti.

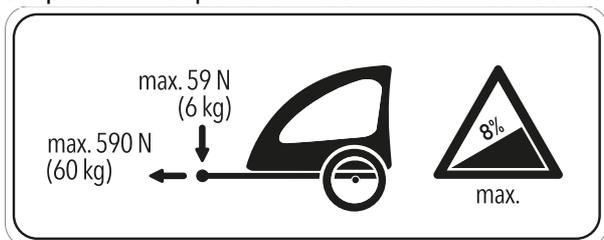


Figura 53: Cartello di avviso rimorchio

Il rivenditore specializzato offre la sua consulenza per la scelta del sistema di rimorchio adatto alla bicicletta. Per mantenere la sicurezza, il primo montaggio di un seggiolino per bambini deve essere pertanto eseguito dal rivenditore specializzato.

6.4.3 Portapacchi

Il rivenditore specializzato offre la sua consulenza per la scelta di un portapacchi adatto.

Per mantenere la sicurezza, il primo montaggio di un portapacchi deve essere eseguito dal rivenditore specializzato.

Nel montaggio di un portapacchi, il rivenditore specializzato controlla che il suo fissaggio sia adatto alla bicicletta, che tutti i componenti siano stati montati e saldamente fissati, che i cavi del cambio e del freno e le linee idrauliche ed elettriche siano eventualmente adattate, che la libertà di movimento del ciclista sia ottimale e che il peso totale consentito della bicicletta sia adattato.

Il rivenditore specializzato dà una prima spiegazione di come usare la bicicletta e il portapacchi.

6.5 Prima di ogni uso



Cadute dovute a danni non riconosciuti

La caduta del ciclista, un incidente o la caduta della sola bicicletta può causare danni difficilmente riconoscibili, ad esempio al sistema frenante, ai bloccaggi rapidi o al *telaio*. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Mettere fuori servizio la bicicletta e incaricare un rivenditore specializzato di ispezionarla.

Cadute dovute all'affaticamento dei materiali

Un uso intenso può portare all'affaticamento dei materiali. In caso di affaticamento dei suoi materiali, un componente può cedere improvvisamente. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Mettere fuori servizio la bicicletta non appena si riconoscono sintomi di affaticamento dei materiali. Incaricare il rivenditore specializzato di verificare la situazione.
- ▶ Incaricare periodicamente il rivenditore specializzato di eseguire un'ispezione. Nel corso dell'ispezione, il rivenditore specializzato cerca sintomi di affaticamento dei materiali del telaio, della forcella, della sospensione degli elementi ammortizzatori (se presenti) e dei componenti in materiali compositi della bicicletta.

La radiazione termica (ad esempio riscaldamento) nelle immediate vicinanze causa l'infragilimento del carbonio. La conseguenza della rottura della parte di carbonio può essere una caduta con le conseguenti lesioni.

- ▶ Non esporre le parti in carbonio della bicicletta a intense fonti di calore.

6.6 Lista di controllo prima di ogni uso

- ▶ Controllare la bicicletta prima di ogni uso.

⇒ In caso di divergenze, mettere la bicicletta fuori servizio.

<input type="checkbox"/>	Controllare la completezza della bicicletta.
<input type="checkbox"/>	Verificare la stabilità della batteria.
<input type="checkbox"/>	Controllare la pulizia, ad esempio delle luci, del catarifrangente e dei freni.
<input type="checkbox"/>	Controllare la stabilità dei parafranghi, del portapacchi e del carter della catena.
<input type="checkbox"/>	Controllare la concentricità e complanarità della ruota anteriore e posteriore. Ciò è particolarmente importante dopo aver trasportato la bicicletta o averla bloccata con una catena o un lucchetto.
<input type="checkbox"/>	Controllare le valvole la pressione degli pneumatici. Se necessario, correggere prima dell'uso.
<input type="checkbox"/>	In una bicicletta con freno a pattino idraulico controllare che la leva di bloccaggio sia completamente chiusa nella sua posizione finale.
<input type="checkbox"/>	Controllare il corretto funzionamento del freno della ruota anteriore e posteriore. A tal fine tirare le leve del freno a veicolo fermo per verificare che si percepisca la contropressione nella consueta posizione della leva del freno. Il freno non deve perdere liquido dei freni.
<input type="checkbox"/>	Controllare il funzionamento della luce di marcia.
<input type="checkbox"/>	Controllare l'assenza di rumori inconsueti, vibrazioni, odori, alterazioni cromatiche, deformazioni, cricche, rigature, abrasioni o usura. La loro presenza indica l'affaticamento dei materiali.
<input type="checkbox"/>	Verificare che il sistema di sospensione non presenti cricche, avvallamenti, protuberanze, parti ossidate o fuoriuscite di olio. Controllare anche nelle zone non in vista sul lato inferiore della bicicletta.
<input type="checkbox"/>	Comprimere il sistema di sospensione con il peso del corpo. Se si percepisce troppo morbido, regolarlo sul valore SAG ottimale.
<input type="checkbox"/>	Controllare che i bloccaggi rapidi eventualmente utilizzati siano chiusi e si trovino nella loro posizione finale. Assicurarsi che tutte le viti di fissaggio dei sistemi ad albero ad innesto eventualmente utilizzati siano serrate con la corretta coppia meccanica.
<input type="checkbox"/>	Prestare attenzione alla percezione di sensazioni anomale in fase di frenata o mentre si pedala o si sterza.
<input type="checkbox"/>	Nelle biciclette con sistema ABS verificare che la spia di controllo ABS si accenda correttamente.

6.7 Prima di ogni uso



Cadute dovute a danni non riconosciuti

La caduta del ciclista, un incidente o la caduta della sola bicicletta può causare danni difficilmente riconoscibili, ad esempio al sistema frenante, ai bloccaggi rapidi o al *telaio*. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Mettere fuori servizio la bicicletta e incaricare un rivenditore specializzato di ispezionarla.

Cadute dovute all'affaticamento dei materiali

Un uso intenso può portare all'affaticamento dei materiali. In caso di affaticamento dei suoi materiali, un componente può cedere improvvisamente. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Mettere fuori servizio la bicicletta non appena si riconoscono sintomi di affaticamento dei materiali. Incaricare il rivenditore specializzato di verificare la situazione.
- ▶ Incaricare periodicamente il rivenditore specializzato di eseguire un'ispezione. Nel corso dell'ispezione, il rivenditore specializzato cerca sintomi di affaticamento dei materiali del telaio, della forcella, della sospensione degli elementi ammortizzatori (se presenti) e dei componenti in materiali compositi della bicicletta.

La radiazione termica (ad esempio riscaldamento) nelle immediate vicinanze causa l'infragilimento del carbonio. La conseguenza della rottura della parte di carbonio può essere una caduta con le conseguenti lesioni.

- ▶ Non esporre le parti in carbonio della bicicletta a intense fonti di calore.

6.8 Lista di controllo prima di ogni uso

- ▶ Controllare la bicicletta prima di ogni uso.

⇒ In caso di divergenze, mettere la bicicletta fuori servizio.

<input type="checkbox"/>	Controllare la completezza della bicicletta.
<input type="checkbox"/>	Controllare la pulizia, ad esempio delle luci, del catarifrangente e dei freni.
<input type="checkbox"/>	Controllare la stabilità dei parafranghi, del portapacchi e del carter della catena.
<input type="checkbox"/>	Controllare la concentricità e complanarità della ruota anteriore e posteriore. Ciò è particolarmente importante dopo aver trasportato la bicicletta o averla bloccata con una catena o un lucchetto.
<input type="checkbox"/>	Controllare le valvole la pressione degli pneumatici. Se necessario, correggere prima dell'uso.
<input type="checkbox"/>	In una bicicletta con freno a pattino idraulico controllare che la leva di bloccaggio sia completamente chiusa nella sua posizione finale.
<input type="checkbox"/>	Controllare il corretto funzionamento del freno della ruota anteriore e posteriore. A tal fine tirare le leve del freno a veicolo fermo per verificare che si percepisca la contropressione nella consueta posizione della leva del freno. Il freno non deve perdere liquido dei freni.
<input type="checkbox"/>	Controllare il funzionamento della luce di marcia.
<input type="checkbox"/>	Controllare l'assenza di rumori inconsueti, vibrazioni, odori, alterazioni cromatiche, deformazioni, cricche, rigature, abrasioni o usura. La loro presenza indica l'affaticamento dei materiali.
<input type="checkbox"/>	Verificare che il sistema di sospensione non presenti cricche, avvallamenti, protuberanze, parti ossidate o fuoriuscite di olio. Controllare anche nelle zone non in vista sul lato inferiore della bicicletta.
<input type="checkbox"/>	Comprimere il sistema di sospensione con il peso del corpo. Se si percepisce troppo morbido, regolarlo sul valore SAG ottimale.
<input type="checkbox"/>	Controllare che i bloccaggi rapidi eventualmente utilizzati siano chiusi e si trovino nella loro posizione finale. Assicurarsi che tutte le viti di fissaggio dei sistemi ad albero ad innesto eventualmente utilizzati siano serrate con la corretta coppia meccanica.
<input type="checkbox"/>	Prestare attenzione alla percezione di sensazioni anomale in fase di frenata o mentre si pedala o si sterza.

6.9 Uso del cavalletto laterale

ATTENZIONE

Cadute dovute al cavalletto laterale abbassato

La marcia con cavalletto laterale abbassato comporta il pericolo di cadere.

- ▶ Prima della marcia sollevare completamente il cavalletto laterale.

Avviso

L'elevato peso della bicicletta può far affondare il cavalletto laterale in una superficie molle. La bicicletta può inclinarsi e cadere a terra.

- ▶ Parcheggiare la bicicletta su un terreno solido e piano.
- ▶ L'equilibrio deve essere verificato specialmente se la bicicletta è munita di accessori o è carica.

6.9.1 Sollevamento del cavalletto laterale

- ▶ Prima della marcia sollevare completamente il cavalletto laterale con un piede.

6.9.1.1 Parcheggio della bicicletta

- ▶ Prima del parcheggio abbassare completamente il cavalletto laterale con un piede.
- ▶ Parcheggiare delicatamente la bicicletta e controllarne la stabilità.

6.10 Utilizzo del portapacchi

ATTENZIONE

Cadute dovute al portapacchi carico

Con *portapacchi* carico, il comportamento di marcia della bicicletta cambia, specialmente quello di sterzata e di frenata. Ciò può portare alla perdita del controllo. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Prima di utilizzare la bicicletta in uno spazio pubblico, esercitarsi nell'uso sicuro del *portapacchi* carico.

ATTENZIONE

Cadute dovute al bagaglio non messo in sicurezza

Gli oggetti non ben fissati al *portapacchi*, ad esempio cinghie, possono impigliarsi nella ruota posteriore. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

Gli oggetti fissati al portapacchi possono coprire i *catarifrangenti* e la *luce di marcia*. La bicicletta può essere non vista nel traffico stradale. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Fissare sufficientemente gli oggetti messi sul *portapacchi*.
- ▶ Gli oggetti fissati al *portapacchi* non devono coprire i *catarifrangenti*, il *faro* o il *fanale posteriore*.

Pericolo di schiacciamento delle dita nella molla del portapacchi

La molla del *portapacchi* esercita un'elevata forza di serraggio. Sussiste il pericolo di schiacciarsi le dita.

- ▶ Non far chiudere la molla del portapacchi in modo incontrollato.
- ▶ Nella chiusura della molla del portapacchi prestare attenzione alla posizione delle dita.

Avviso

Sul *portapacchi* è indicata la sua portata massima.

- ▶ Non superare in nessun caso il *peso totale* consentito quando si carica il veicolo.
- ▶ Non superare in nessun caso la portata massima del portapacchi.
- ▶ Non modificare il *portapacchi*.
- ▶ Distribuire il bagaglio sul lato sinistro e destro nel modo più equilibrato possibile.
- ▶ Si consiglia l'utilizzo di borse e di cestelli portaoggetti.

6.11 Freno

AVVERTENZA

Cadute dovute all'avaria dei freni

La presenza di olio o di lubrificanti sul disco di un freno a disco o sul cerchio di una bicicletta con freno a pattino possono causare la totale avaria del freno. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Non fare venire a contatto olio o lubrificanti con il disco del freno o le guarnizioni del freno e il cerchio
- ▶ Se le guarnizioni del freno sono venute a contatto con olio o lubrificanti, per la pulizia o la sostituzione dei componenti rivolgersi a un rivenditore o a un'officina.

In caso di azionamento prolungato e continuo del freno (ad esempio durante una lunga discesa), l'olio del sistema frenante può riscaldarsi. Si potrebbe formare una bolla di vapore. Ciò causa l'espansione dell'acqua o delle bolle d'aria eventualmente presenti nel sistema frenante. In questo modo la corsa della leva del freno può aumentare improvvisamente. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Durante la marcia su una lunga discesa rilasciare regolarmente la leva del freno.

Pericolo di amputazione dovuto al disco del freno in rotazione

Il disco del freno a disco è talmente tagliente da poter causare gravi lesioni alle dita se vengono inserite nelle aperture del disco del freno stesso.

- ▶ Tenere le dita sempre lontane dai dischi del freno in rotazione.

ATTENZIONE

Ustioni dovute al surriscaldamento del freno

I freni possono assumere temperature molto elevate. In caso di contatto si possono riportare ustioni o causare incendi.

- ▶ Non toccare i componenti del freno immediatamente dopo la marcia.

ATTENZIONE

Cadute dovute al fondo bagnato

Su una strada bagnata gli *pneumatici* possono scivolare. Sul bagnato si deve prevedere anche un maggiore spazio di frenata. La percezione della frenata è diversa da quella usuale. Ne possono derivare la perdita del controllo o la caduta con conseguenti lesioni.

- ▶ Ridurre la velocità e frenare per tempo.

Cadute dovute all'uso scorretto

Un uso inappropriato del freno può portare alla perdita del controllo o alla caduta con conseguenti lesioni.

- ▶ Spostare il peso del corpo il più possibile all'indietro e verso il basso.
- ▶ Esercitarsi nella frenata e nella frenata d'emergenza prima di utilizzare la bicicletta nello spazio pubblico.
- ▶ Non utilizzare la bicicletta se non si percepisce resistenza quando si tira la leva del freno. Portare la bicicletta da un rivenditore specializzato.

Cadute in seguito alla pulizia o all'immagazzinamento

Il sistema frenante non è concepito per l'uso con una bicicletta capovolta o adagiata sul fianco. In queste condizioni il freno può non funzionare correttamente. Ne può derivare la caduta con conseguenti gravi lesioni.

- ▶ Dopo aver capovolto la bicicletta o averla adagiata sul fianco, prima della marcia azionare alcune volte il freno per garantirne il corretto funzionamento.
- ▶ Non usare la bicicletta se il freno non funziona più correttamente. Portare la bicicletta da un rivenditore specializzato.

Durante la marcia la forza motrice del motore si disattiva quando il ciclista non spinge più sui pedali. In frenata il sistema di trazione non si disattiva.

- ▶ Per ottenere un risultato di frenata ottimale, non spingere sui pedali mentre si frena.

6.11.1 Uso della leva del freno

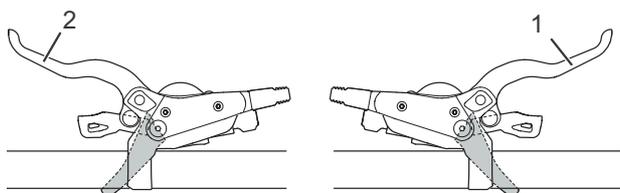


Figura 54: Leva del freno posteriore (1) e anteriore (2), esempio freno Shimano

- ▶ Tirare la *leva del freno* sinistra per l'azionamento del *freno della ruota anteriore*.
- ▶ Tirare la *leva del freno* destra per l'azionamento del *freno della ruota posteriore*.

6.11.2 Uso del freno a contropedale

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

- 1 Portare i pedali poco oltre la posizione "ore 3" o la posizione "ore 9".
- 2 Azionare i pedali in senso opposto alla *direzione di marcia* fino a raggiungere la velocità desiderata.

6.12 Sospensione e smorzamento

6.12.1 Regolazione dello stadio di pressione della forcella Suntour

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

Il regolatore dello stadio di pressione consente di eseguire una rapida correzione del comportamento di sospensione della forcella quando cambia il terreno. È previsto per regolazioni durante la marcia.



Figura 55: Regolatore dello stadio di pressione Suntour con posizioni OPEN (1) e LOCK (2)

- ▶ In posizione OPEN l'ammortizzazione a stadi di pressione è quella minima, per cui la forcella si percepisce più morbida.

- ▶ Utilizzare la posizione LOCK per percepire la forcella in modo più rigido o per la marcia su un terreno cedevole o in salita.
- ▶ Le posizioni comprese tra OPEN e LOCK consentono la regolazione di precisione dell'ammortizzazione a stadi di pressione.

Si consiglia di regolare il regolatore dello stadio di pressione in un primo momento in posizione OPEN.

6.12.2 Regolazione dello stadio di pressione dell'ammortizzatore del carro posteriore Suntour

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

Il regolatore dello stadio di pressione consente di eseguire una rapida correzione del comportamento di sospensione dell'ammortizzatore quando cambia il terreno. Non deve essere mai utilizzato mentre si marcia su un terreno difficile.



Figura 56: Regolatore dello stadio di pressione Suntour aperto (1)

- ▶ Utilizzare la posizione OPEN per discese difficili e la posizione LOCK per arrampicate efficienti. In un primo momento regolare il regolatore dello stadio di pressione su OPEN.



Figura 57: Regolatore dello stadio di pressione Suntour chiuso (2)

6.12.3 Regolazione dello stadio di pressione della forcella Fox

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

Il regolatore dello stadio di pressione consente di eseguire una rapida correzione del comportamento di sospensione della forcella quando cambia il terreno. È previsto per regolazioni durante la marcia.

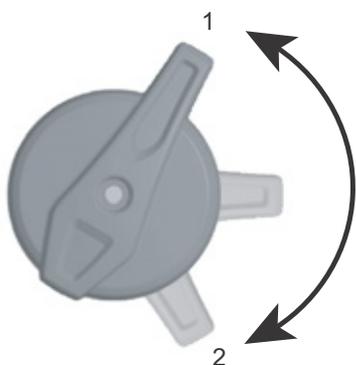


Figura 58: Regolatore dello stadio di pressione FOX con le posizioni APERTO (1) e RIGIDO (2)

- ▶ In posizione APERTO l'ammortizzazione a stadi di pressione è quella minima, per cui la forcella si percepisce più morbida.
- ▶ Utilizzare la posizione RIGIDO per percepire la forcella in modo più rigido o per la marcia su un terreno cedevole o in salita.
- ▶ Le posizioni della leva comprese tra APERTO e RIGIDO consentono la regolazione di precisione dell'ammortizzazione a stadi di pressione.

Si consiglia di regolare la leva del regolatore dello stadio di pressione in un primo momento in posizione APERTO.

6.12.4 Regolazione dello stadio di pressione dell'ammortizzatore del carro posteriore Fox

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

Il regolatore dello stadio di pressione consente di eseguire una rapida correzione del comportamento di sospensione dell'ammortizzatore del carro posteriore quando cambia il terreno. È previsto per regolazioni durante la marcia.



Figura 59: Regolatore dello stadio di pressione FOX sull'ammortizzatore del carro posteriore con le posizioni APERTO (1), MEDIO (2) e RIGIDO (3)

- ▶ Utilizzare la posizione APERTO per discese difficili.
- ▶ Utilizzare la posizione MEDIO su terreni accidentati.
- ▶ Utilizzare la posizione RIGIDO per arrampicate efficienti.
- ▶ In un primo momento regolare il regolatore dello stadio di pressione in posizione APERTO.



Figura 60: Regolazione di precisione della posizione APERTO per mezzo del regolatore di precisione (4)

L'ammortizzatore del carro posteriore FOX possiede un elemento di regolazione di precisione per la posizione APERTO.

- ✓ Si consiglia di effettuare la regolazione di precisione mentre il regolatore dello stadio di pressione si trova in posizione MEDIO o RIGIDO.

- 1 Estrarre il regolatore di precisione.
- 2 Ruotare il regolatore di precisione portandolo in posizione 1, 2 o 3. La posizione 1 corrisponde al comportamento più morbido e la posizione 3 a quello più rigido.
- 3 Premere sul regolatore di precisione inserendolo fino al bloccaggio.

6.12.5 Regolazione del rebound dell'ammortizzatore del carro posteriore RockShox

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

L'ammortizzatore a stadi di trazione determina la velocità con cui la forcella si riestende completamente in seguito alla compressione. Questa velocità ha effetto sul contatto della ruota con il suolo e influenza così il controllo e l'efficienza. Per mantenere la trazione, l'ammortizzatore del carro posteriore deve estendersi velocemente e in modo da non essere percepito come disuniforme o brusco. Se il rientro di ammortizzazione è eccessivo, l'ammortizzatore del carro posteriore non può ri-estendersi di un tratto sufficiente prima del colpo successivo. L'ammortizzatore a stadi di trazione della ruota posteriore si trova nell'ammortizzatore del carro posteriore.



Figura 61: Regolazione della rigidità dell'ammortizzatore a stadi di trazione con la manopola di regolazione (1) dell'ammortizzatore del carro posteriore

- 1 Portare la manopola di regolazione in posizione centrale.
 - 2 Far passare la bicicletta su un piccolo ostacolo.
- ⇒ La regolazione dell'ammortizzatore a stadi di trazione è ottimale se la corsa di ammortizzazione della ruota posteriore viene percepita in modo simile a quella della ruota anteriore.

- 3 Se velocità di ammortizzazione della ruota posteriore è sostanzialmente maggiore o minore di quella della ruota anteriore, correggere la regolazione agendo sulla manopola di regolazione.
 - ▶ Per aumentare la velocità con cui l'ammortizzatore ritorna alla sua lunghezza originaria, ruotare la manopola di regolazione in senso antiorario.
 - ▶ Per ridurre la velocità con cui l'ammortizzatore ritorna alla sua lunghezza originaria, ruotare la manopola di regolazione in senso orario.

6.12.6 Regolare lo stadio di pressione dell'ammortizzatore RockShox

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

L'ammortizzazione a stadi di pressione controlla la velocità con cui l'ammortizzatore del carro posteriore rientra quando subisce una sollecitazione non impulsiva, ad esempio quando il ciclista sposta il suo peso, in caso di urti leggeri e nella marcia in curva. L'ammortizzazione a stadi di pressione migliora il controllo e l'efficienza.

Se l'ammortizzazione a stadi di pressione è eccessiva, la sospensione viene percepita troppo dura negli urti. L'ammortizzatore a stadi di pressione viene regolato con la leva dell'ammortizzatore.

- ▶ Per ridurre la velocità con cui l'ammortizzatore rientra, ruotare la leva in senso orario (+).
- ▶ Per aumentare la velocità con cui l'ammortizzatore rientra, ruotare la leva dell'ammortizzatore in senso antiorario (-).

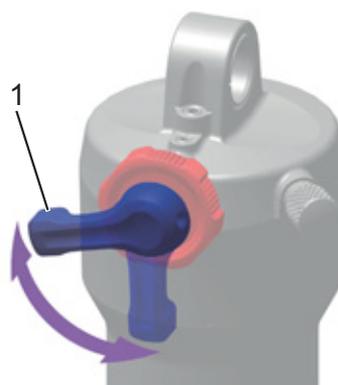


Figura 62: Regolazione della rigidità dell'ammortizzatore a stadi di pressione con la leva (1) dell'ammortizzatore del carro posteriore

6.13 Cambio

La scelta del rapporto giusto è condizione necessaria per una marcia senza affaticarsi e per il corretto funzionamento del sistema di trazione elettrica. La frequenza ottimale della pedalata è compresa tra 70 e 80 giri al minuto.

- ▶ Durante il cambio rapporto interrompere brevemente la pedalata. In questo modo si facilita il cambio marcia e si riduce l'usura degli organi di trasmissione.

6.13.1 Uso del cambio a catena

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

Scegliendo il rapporto corretto si possono aumentare la velocità e l'autonomia a parità di forza esercitata sui pedali. Utilizzare il cambio a catena.

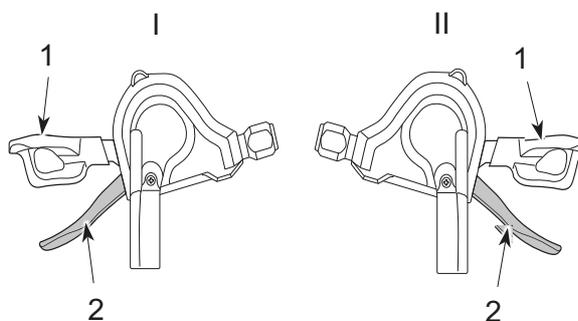


Figura 63: Leva del cambio al rapporto minore (1) e leva del cambio al rapporto maggiore (2) del cambio sinistro (I) e destro (II)

- ▶ Con le *leve del cambio* innestare il rapporto giusto.
- ⇒ Il cambio passa al rapporto scelto.
- ⇒ La leva del cambio ritorna nella sua posizione iniziale.
- ▶ Se il cambio rapporto si blocca, pulire e lubrificare il deragliatore posteriore.

6.13.2 Uso del cambio al mozzo

Solo per biciclette con questo equipaggiamento



Cadute dovute all'uso scorretto

Se durante il cambio marcia si esercita troppa pressione sui pedali e si aziona la leva del cambio o se si passa a un rapporto non direttamente maggiore o minore, i piedi possono scivolare via dai pedali. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

Il passaggio a un rapporto non direttamente minore può causare il movimento a scatti dell'involucro dell'interruttore a manopola del cambio. Ciò non pregiudica la funzionalità dell'interruttore a manopola del cambio, in quanto dopo il cambio marcia la guida esterna ritorna nella sua posizione iniziale.

- ▶ Durante il cambio marcia esercitare poca forza sui pedali.
- ▶ Non passare a un rapporto non direttamente maggiore o minore.

Avviso

Il mozzo interno non è completamente impermeabile. Se vi penetra acqua, il mozzo può ossidarsi e non eseguire più la funzione di cambio rapporto.

- ▶ Non utilizzare la bicicletta in luoghi in cui nel mozzo può penetrare acqua.

In rari casi, dal deragliatore posteriore all'interno del mozzo si percepiscono rumori che sono riconducibili tuttavia al normale cambio marcia.

- ▶ Non smontare mai il mozzo da soli. Contattare il rivenditore specializzato.

L'uso del cambio al mozzo è illustrato nella Figura 64.

- ▶ Ruotare all'indietro l'interruttore a manopola del cambio (1) per passare al rapporto superiore (4).
 - ▶ Ruotare in avanti l'interruttore a manopola del cambio (1) per passare al rapporto inferiore (2).
- ⇒ Il cambio passa al rapporto scelto.
- ⇒ L'indicatore (3) indica il rapporto scelto.

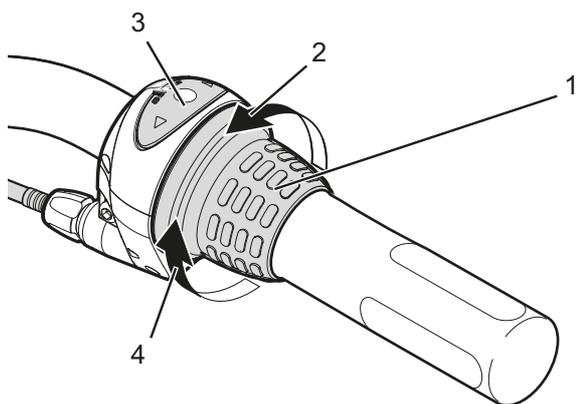


Figura 64: Esempio, uso del cambio Shimano Nexus

7 Pulizia e cura

Lista di controllo Pulizia

<input type="checkbox"/>	Pulire i pedali	Dopo ogni uso
<input type="checkbox"/>	Pulire la forcella ammortizzata e, se necessario, l'ammortizzatore del carro posteriore	Dopo ogni uso
<input type="checkbox"/>	Catena (principalmente strada asfaltata)	Ogni 250 - 300 km
<input type="checkbox"/>	Accurata pulizia e trattamento protettivo di tutti i componenti	Almeno una volta ogni sei mesi
<input type="checkbox"/>	Pulire e lubrificare il canotto reggisella regolabile in altezza	Ogni sei mesi

Lista di controllo Manutenzione preventiva

<input type="checkbox"/>	Controllare l'usura degli pneumatici	Ogni settimana
<input type="checkbox"/>	Controllare l'usura dei cerchi	Ogni settimana
<input type="checkbox"/>	Controllare la pressione degli pneumatici	Ogni settimana
<input type="checkbox"/>	Controllare l'usura dei freni	Ogni mese
<input type="checkbox"/>	Controllare l'integrità e la funzionalità dei cavi elettrici e dei cavi meccanici	Ogni mese
<input type="checkbox"/>	Controllare la tensione della catena	Ogni mese
<input type="checkbox"/>	Controllare la tensione dei raggi	Ogni tre mesi
<input type="checkbox"/>	Controllare la regolazione del cambio	Ogni tre mesi
<input type="checkbox"/>	Controllare il funzionamento e l'usura della forcella ammortizzata e, se necessario, dell'ammortizzatore del carro posteriore	Ogni tre mesi
<input type="checkbox"/>	Controllare l'usura dei dischi dei freni	Almeno una volta ogni sei mesi

Gli interventi di cura devono essere eseguiti periodicamente. In caso di dubbio, contattare il rivenditore specializzato.

7.1 Pulizia dopo ogni uso

Utensili e materiale di pulizia necessari:

- Panno
- Pompa pneumatica
- Spazzola
- Acqua
- Detergente
- Secchio

7.1.1 Pulizia della forcella ammortizzata

- ▶ Con un panno umido togliere lo sporco e i depositi dai foderi e dalle guarnizioni raschiasporco.
- ▶ Verificare che i foderi non presentino ammaccature, graffi, alterazioni cromatiche o fuoriuscite di olio.
- ▶ Controllare la pressione dell'aria.
- ▶ Lubrificare le guarnizioni a tenuta di polvere e i foderi.

7.1.2 Pulizia dell'ammortizzatore del carro posteriore

- ▶ Con un panno umido togliere lo sporco e i depositi dal corpo dell'ammortizzatore.
- ▶ Verificare che l'ammortizzatore del carro posteriore non presenti ammaccature, graffi, alterazioni cromatiche o fuoriuscite di olio.

7.1.3 Pulizia dei pedali

- ▶ Dopo una marcia in un ambiente sporco o sotto la pioggia, pulire con una spazzola e acqua saponata.

⇒ Dopo la pulizia, curare i pedali.

7.2 Pulizia accurata



Cadute dovute all'avaria dei freni

Subito dopo la pulizia, la manutenzione o la riparazione, l'azione frenante può essere debole. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Non applicare sostanze detergenti o oli né sui dischi o sulle guarnizioni del freno né sulle superfici frenanti dei cerchi.
- ▶ Dopo la pulizia, la cura o la riparazione effettuare qualche frenata di prova.

Avviso

Se si utilizza un'idropulitrice ad alta pressione, l'acqua può penetrare all'interno dei cuscinetti. I lubrificanti ivi presenti vengono diluiti, l'attrito aumenta e al passare del tempo i cuscinetti subiscono danni irreparabili.

- ▶ Non pulire la bicicletta con un'idropulitrice ad alta pressione.

I componenti ingrassati, ad esempio il canotto reggisella, il manubrio o l'attacco manubrio, non possono essere più bloccati con sicurezza.

- ▶ Non applicare grassi o oli sulle superfici di bloccaggio

Utensili e materiale di pulizia necessari:

- Panni
- Spugna
- Pompa pneumatica
- Spazzola
- Spazzolino da denti
- Pennello
- Annaffiatoio
- Secchio
- Acqua
- Detergente
- Sgrassatore
- Lubrificante
- Detergente per freni o alcol denaturato

7.2.1 Pulizia del telaio

- 1 Ammorbidire completamente con detersivo a seconda dell'intensità e dell'ostinazione dello sporco sul telaio.
- 2 Dopo un breve tempo di azione rimuovere lo sporco e il fango con una spugna, una spazzola o uno spazzolino.
- 3 Risciacquare il telaio con un annaffiatoio o a mano.
- 4 Dopo la pulizia, curare il telaio.

7.2.2 Pulizia dell'attacco manubrio

- 1 Pulire l'attacco manubrio con un panno e acqua saponata.
- 2 Dopo la pulizia, curare l'attacco manubrio.

7.2.3 Pulizia della ruota



AVVERTENZA

Cadute dovute all'usura eccessiva del cerchio causata dal freno

Un cerchio eccessivamente usurato può rompersi e bloccare la ruota. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

Verificare l'*usura* del cerchio periodicamente.

- 1 Durante la pulizia della ruota, verificare che lo pneumatico, il cerchio, i raggi e i nipples dei raggi non siano danneggiati.
- 2 Pulire il mozzo e i raggi dall'interno all'esterno mediante una spugna o una spazzola.
- 3 Pulire il cerchio con una spugna.

7.2.4 Pulizia degli elementi di trasmissione

- 1 Spruzzare una sostanza sgrassante sul pacco pignoni, sui rocchetti e sul deragliatore anteriore.
- 2 Dopo un breve periodo di ammorbidimento rimuovere lo sporco grossolano con una spazzola.
- 3 Lavare tutti i componenti con detersivo e uno spazzolino.
- 4 Dopo la pulizia, curare gli elementi di trasmissione.

7.2.5 Pulizia dell'ammortizzatore del carro posteriore

- ▶ Pulire l'ammortizzatore del carro posteriore con un panno e acqua saponata.

7.2.6 Pulizia della catena

Avviso

- ▶ Non usare detersivi aggressivi (contenenti acidi), sboccanti o sgrassanti per pulire la catena.
- ▶ Non utilizzare dispositivi di pulizia per catene e non mettere a bagno la catena per pulirla.

- 1 Inumidire leggermente una spazzola con detersivo. Spazzolare entrambi i lati della catena.

- 2 Inumidire un panno con acqua saponata. Collocare il panno sulla catena.
 - 3 Tenerlo fermo esercitando una leggera pressione mentre la catena scorre lentamente nel panno girando la ruota posteriore.
 - 4 Se la catena è ancora sporca, pulirla con lubrificante.
 - 5 Dopo la pulizia, curare la catena.
- ▶ Pulire l'unità di trazione delicatamente con un panno morbido umido.

7.2.7 Pulizia del freno



Avaria del freno dovuta all'infiltrazione di acqua

Le guarnizioni del freno non resistono alle alte pressioni. I freni danneggiati possono andare in avaria e causare incidenti con gravi lesioni.

- ▶ Non pulire la bicicletta con un'idropulitrice ad alta pressione o con aria compressa.
 - ▶ Maneggiare un tubo flessibile dell'acqua con la dovuta attenzione. Non indirizzare il getto d'acqua direttamente sulle zone delle guarnizioni.
-
- ▶ Pulire il freno e i dischi del freno con acqua, detersivo e una spazzola.
 - ▶ Sgrassare accuratamente i dischi del freno con detergente per freni o alcol denaturato.

7.3 Cura

Utensili e materiale di pulizia necessari:

- Panni
- Spazzolini da denti
- Detergente
- Olio protettivo per telai
- Olio al silicone o al teflon
- Grasso lubrificante non contenente acidi
- Olio per forcelle
- Olio per catene
- Sgrassatore
- Olio spray
- Teflon spray

7.3.1 Cura del telaio

- ▶ Asciugare il telaio.
- ▶ Spruzzare un olio protettivo.
- ▶ Dopo un breve tempo di azione, asportare di nuovo l'olio protettivo.

7.3.2 Cura dell'attacco manubrio

- ▶ Applicare olio al silicone o al teflon sul canotto dell'attacco manubrio e sulla cerniera della leva del bloccaggio rapido.
- ▶ Nello Speedlifter Twist, applicare olio anche sul perno di sbloccaggio attraverso la scanalatura del corpo dello Speedlifter.
- ▶ Per ridurre la forza necessaria per azionare la leva del bloccaggio rapido, applicare una piccola quantità di grasso lubrificante non contenente acidi tra la leva del bloccaggio rapido dell'attacco manubrio e l'elemento scorrevole.

7.3.3 Cura della forcella

- ▶ Trattare le guarnizioni a tenuta di polvere con olio per forcelle.

7.3.4 Cura degli elementi di trasmissione

- 1 Spruzzare una sostanza sgrassante sul pacco pignoni, sui rocchetti e sul deragliatore anteriore.
- 2 Dopo un breve periodo di ammorbidimento rimuovere lo sporco grossolano con una spazzola.
- 3 Lavare tutti i componenti con detersivo e uno spazzolino.

7.3.5 Cura dei pedali

- ▶ Trattare i pedali con olio spray.

7.3.6 Cura della catena

- ▶ Lubrificare accuratamente la catena con olio per catene.

7.3.7 Cura degli elementi di trasmissione

- ▶ Applicare uno spray al teflon sugli alberi cardanici e sulle ruote del cambio del deragliatore posteriore e anteriore.

7.4 Manutenzione preventiva

I seguenti interventi di manutenzione preventiva devono essere eseguiti periodicamente.

7.4.1 Ruota



Cadute dovute all'usura eccessiva del cerchio causata dal freno

Un cerchio eccessivamente usurato può rompersi e bloccare la ruota. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Verificare l'*usura* del cerchio periodicamente.

Avviso

Se la pressione di gonfiaggio è insufficiente, lo pneumatico non raggiunge la sua portata. Lo pneumatico non è stabile e può uscire dal cerchio.

Se la pressione di gonfiaggio è eccessiva, lo pneumatico può scoppiare.

- ▶ Controllare la pressione di gonfiaggio secondo le indicazioni
- ▶ Se necessario, *correggere la pressione di gonfiaggio*.

- 1 Controllare l'usura degli *pneumatici*.
 - 2 Controllare la *pressione dei pneumatici*.
 - 3 Controllare l'usura dei *cerchi*.
- ⇒ I cerchi con freno a pattino con indicatore di usura invisibile sono usurati quando l'indicatore di usura diventa visibile nell'area del giunto del cerchio.
- ⇒ I cerchi con indicatore di usura visibile sono usurati quando la scanalatura nera perimetrale della superficie di attrito della guarnizione non è più visibile. Ogni due cambi delle guarnizioni dei freni si consiglia di sostituire anche i *cerchi*.
- 4 Controllare la tensione dei raggi.

7.4.1.1 Controllo degli pneumatici

- ▶ Controllare l'usura degli pneumatici. Lo pneumatico è consumato quando sul battistrada diventano visibili la tela di protezione contro le forature o i fili della carcassa.
- ⇒ Se è consumato, lo pneumatico deve essere sostituito da un rivenditore specializzato.

7.4.1.2 Controllo dei cerchi

- ▶ Controllare l'usura dei *cerchi*. I cerchi sono usurati quando la scanalatura nera perimetrale della superficie di attrito della guarnizione non è più visibile.
- ⇒ Per sostituire i cerchi, contattare il proprio rivenditore specializzato. Ogni due cambi dei tacchetti dei pattini dei freni si consiglia di sostituire anche i *cerchi*.

7.4.1.3 Controllo e correzione della pressione di gonfiaggio, valvola Dunlop

[Solo per biciclette con questo equipaggiamento](#)

La pressione di gonfiaggio non può essere misurata con una semplice valvola Dunlop. Per questo la pressione di gonfiaggio all'interno del tubo flessibile di gonfiaggio viene misurata pompando lentamente con la pompa per biciclette.

Si raccomanda di utilizzare una pompa per biciclette con manometro. Attenersi alle istruzioni per l'uso della pompa per biciclette.

- 1 Svitare il cappuccio della valvola.
- 2 Collegare la pompa per biciclette.
- 3 Gonfiare lentamente lo pneumatico prestando attenzione alla pressione di gonfiaggio.
- 4 Correggere la pressione di gonfiaggio secondo le indicazioni riportate sul passaporto della bicicletta.
- 5 Se la pressione di gonfiaggio è eccessiva, svitare il controdado, scaricare aria e riserrare a fondo il controdado.
- 6 Togliere la pompa per biciclette.
- 7 Serrare a fondo il cappuccio della valvola.
- 8 Con la punta delle dita avvitare leggermente il dado del cerchio contro il cerchio stesso.

7.4.1.4 Controllo e correzione della pressione di gonfiaggio, valvola Presta

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

- ✓ Si raccomanda di utilizzare una pompa per biciclette con manometro. Attenersi alle istruzioni per l'uso della pompa per biciclette.
- 1 Svitare il cappuccio della valvola.
- 2 Svitare il dado zigrinato di circa quattro giri.
- 3 Applicare delicatamente la pompa per biciclette, senza piegare l'inserto della valvola.
- 4 Gonfiare lo pneumatico prestando attenzione alla pressione di gonfiaggio.
- 5 Correggere la pressione di gonfiaggio secondo le indicazioni riportate sullo pneumatico.
- 6 Togliere la pompa per biciclette.
- 7 Serrare a fondo il dado zigrinato con le punte delle dita.
- 8 Serrare a fondo il cappuccio della valvola.
- 9 Con la punta delle dita avvitare leggermente il dado del cerchio contro il cerchio stesso.

7.4.1.5 Controllo e correzione della pressione di gonfiaggio, valvola Schrader

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

- ✓ Si raccomanda di utilizzare una pompa per biciclette con manometro. Attenersi alle istruzioni per l'uso della pompa per biciclette.
- 1 Svitare il cappuccio della valvola.
- 2 Collegare la pompa per biciclette.
- 3 Gonfiare lo pneumatico prestando attenzione alla pressione di gonfiaggio.
- ⇒ La pressione di gonfiaggio è stata corretta secondo le indicazioni.
- 4 Togliere la pompa per biciclette.
- 5 Serrare a fondo il cappuccio della valvola.
- 6 Con la punta delle dita avvitare leggermente il dado del cerchio (1) contro il cerchio stesso.

7.4.2 Sistema frenante



Cadute dovute all'avaria dei freni

I dischi e le guarnizioni del freno consumati e la carenza di olio idraulico nel tubo del freno riducono la capacità frenante. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Controllare periodicamente il disco del freno, le guarnizioni del freno e il sistema frenante idraulico. In caso di usura, contattare il proprio rivenditore specializzato.

Sia la frequenza d'uso che le condizioni meteorologiche sono determinanti per gli intervalli di manutenzione preventiva dei freni. Se la bicicletta viene utilizzata in condizioni estreme, ad esempio pioggia, sporcizia o chilometraggio elevato, la manutenzione preventiva deve essere eseguita a intervalli più brevi.

7.4.3 Controllo dell'usura delle guarnizioni del freno

Controllare le guarnizioni del freno ogni 1000 frenate a fondo.

- 1 Controllare che lo spessore delle guarnizioni del freno non sia minore di 1,8 mm o che lo spessore della guarnizione del freno e della sua piastra di supporto non sia minore di 2,5 mm in nessun punto.
- 2 Tirare e tenere tirata la leva del freno. Controllare che l'indicatore di usura della sicura di trasporto si inserisca tra le piastre di supporto delle guarnizioni del freno.
- ⇒ Le guarnizioni del freno non hanno raggiunto il limite di usura. In caso di usura, contattare il proprio rivenditore specializzato.

7.4.4 Controllo del punto di pressione

- ▶ Tirare ripetutamente e tenere tirata la leva del freno.
- ⇒ Se il punto di pressione non si percepisce in modo netto e cambia, il freno deve essere spurgato. Contattare il rivenditore specializzato.

7.4.5 Controllo dell'usura dei dischi del freno

- ▶ Controllare che lo spessore del disco del freno non sia minore di 1,8 mm in nessun punto.
- ⇒ I dischi del freno non hanno raggiunto il limite di usura. In caso contrario è necessario sostituire il disco del freno. Contattare il rivenditore specializzato.

7.4.6 Cavi elettrici e cavi del freno

- ▶ Controllare l'integrità di tutti i cavi elettrici e meccanici visibili. Dopo aver sostituito ad esempio gli involucri, se un freno è guasto o una luce non funziona, la bicicletta deve essere messa fuori servizio fino alla riparazione dei cavi elettrici o meccanici. Contattare il rivenditore specializzato.

7.4.7 Cambio

- ▶ Controllare la regolazione del cambio e della *leva del cambio* o dell'*interruttore a manopola del cambio* e, se necessario, correggere.

7.4.8 Attacco manubrio

- ▶ L'attacco manubrio e il sistema di bloccaggio rapido devono essere controllati periodicamente e, se necessario, fatti regolare dal rivenditore specializzato.
- ▶ Se a tal fine si allenta la vite Allen, dopo averla allentata si deve regolare anche il gioco del cuscinetto. Poi sulle viti allentate si deve applicare un frenafili di media adesività (ad esempio Loctite blu) e le viti vanno riserrate come specificato.
- ▶ In caso di usura e di sintomi di corrosione, contattare il proprio rivenditore specializzato.

7.4.9 Controllo della tensione della cinghia e della catena

Avviso

Una tensione eccessiva della catena aumenta l'usura.

Una tensione insufficiente della catena può portare alla fuoriuscita della *catena* o della *cinghia di trasmissione* dai *rocchetti*.

- ▶ Controllare la tensione della catena ogni mese.

- 1 Controllare la tensione della catena su tre o quattro punti facendo compiere un giro completo alla pedivella.

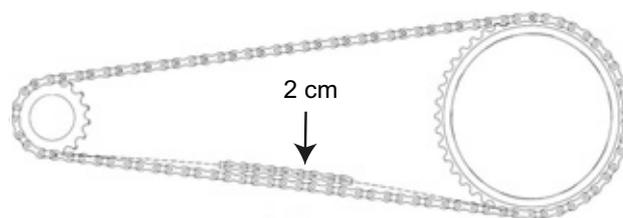


Figura 65: Controllo della tensione della catena

- 2 Se la *catena* può essere premuta per più di 2 cm, la *catena* o la *cinghia di trasmissione* deve essere ritensionata dal rivenditore specializzato.
- 3 Se la *catena* o la *cinghia di trasmissione* può essere premuta verso l'alto o il basso per meno di 1 cm, la *catena* o la *cinghia di trasmissione* deve essere allentata.
- ⇒ La tensione ottimale della catena si ottiene quando la *catena* o la *cinghia di trasmissione* può essere premuta di massimo 2 cm nel punto centrale tra il pignone e la ruota dentata. La pedivella deve inoltre girare senza offrire resistenza.
- 4 In caso di cambio al mozzo, per tendere la catena si deve spostare la ruota posteriore verso il lato posteriore o verso il lato anteriore. Contattare il rivenditore specializzato.
- 5 Controllare la stabilità delle manopole del manubrio.



8 Manutenzione ordinaria

AVVERTENZA

Pericolo di lesioni dovuto ai freni danneggiati

Per riparare il freno sono necessari conoscenze tecniche e utensili speciali. Un montaggio anomalo o non consentito può danneggiare il freno. Ciò può causare incidenti e lesioni.

- ▶ Il freno deve essere riparato solo da un rivenditore specializzato.
- ▶ Eseguire solo le modifiche e i lavori sul freno (ad esempio disassemblaggio, carteggiatura o verniciatura) espressamente consentiti e descritti nelle istruzioni per l'uso del freno.

Lesioni agli occhi

Se le regolazioni non vengono eseguite correttamente, si possono presentare problemi che potrebbero causare lesioni anche gravi.

- ▶ Indossare sempre occhiali di protezione degli occhi durante i lavori di manutenzione, ad esempio durante la sostituzione di componenti.

ATTENZIONE

Cadute dovute all'affaticamento dei materiali

Una volta superata la sua durata utile, un componente può cedere improvvisamente. La conseguenza può essere una caduta con gravi lesioni.

- ▶ Incaricare il rivenditore specializzato di una pulizia accurata semestrale della bicicletta eseguita di preferenza in occasione dei lavori di manutenzione prescritti.

ATTENZIONE

Pericolo per l'ambiente dovuto a sostanze tossiche

All'interno dell'impianto frenante si trovano lubrificanti e oli tossici e nocivi per l'ambiente. Se entrano nella rete fognaria o nelle acque del sottosuolo, queste ultime vengono avvelenate.

- ▶ Smaltire i lubrificanti e gli oli prodotti in fase di riparazione in conformità alle normative ambientali e alle disposizioni di legge.

Almeno ogni sei mesi il rivenditore specializzato deve eseguire una manutenzione ordinaria. Solo così la sicurezza e il corretto funzionamento della bicicletta sono garantiti. Non importa che si tratti della sostituzione del freno a disco, dello spurgo del freno o della sostituzione di una ruota. Molti lavori di manutenzione richiedono conoscenze tecniche, utensili speciali e lubrificanti speciali. Se la manutenzione ordinaria e le procedure prescritte non vengono eseguite, la bicicletta può subire danni. La manutenzione ordinaria deve essere pertanto eseguita solo da un rivenditore specializzato.

- ▶ Il rivenditore controlla la bicicletta basandosi sulle istruzioni di manutenzione del capitolo 10.2.
- ▶ Nel corso della pulizia, il rivenditore specializzato ispeziona la bicicletta per individuare eventuali sintomi di affaticamento dei materiali.
- ▶ Il rivenditore specializzato disassembla e pulisce l'intero lato interno ed esterno della forcella ammortizzata. Pulisce e lubrifica le guarnizioni a tenuta di polvere e i manicotti scorrevoli, controlla le coppie di serraggio, regola la forcella sulle preferenze del ciclista e sostituisce le bussole scorrevoli, se il gioco è eccessivo (maggiore di 1 mm sul ponte della forcella).
- ▶ Il rivenditore specializzato effettua l'ispezione completa dell'interno e dell'esterno dell'ammortizzatore del carro posteriore, revisiona l'ammortizzatore del carro posteriore, sostituisce tutte le guarnizioni delle forcelle pneumatiche, revisiona le sospensioni pneumatiche, cambia l'olio e sostituisce i parapolvere.
- ▶ Si dedica particolare attenzione all'usura dei freni e dei cerchi. I raggi devono essere tesi di nuovo quando necessario.

8.1 Asse con bloccaggio rapido



Cadute dovute al bloccaggio rapido allentato

Un bloccaggio rapido difettoso o montato scorrettamente può impigliarsi nel disco del freno e bloccare la ruota. La conseguenza è una caduta.

- Montare la leva del bloccaggio rapido della ruota anteriore sul lato opposto del disco del freno.

Cadute dovute al bloccaggio rapido difettoso o montato scorrettamente

Il disco del freno assume temperature molto elevate. Alcuni componenti del bloccaggio rapido ne possono essere danneggiati. Il bloccaggio rapido si allenta. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- La leva del bloccaggio rapido della ruota anteriore e il disco del freno devono trovarsi di fronte.

Cadute dovute all'applicazione di una forza di serraggio errata

Una forza di serraggio eccessiva danneggia il bloccaggio rapido che non svolge più la sua funzione.

Una forza di serraggio insufficiente porta a una trasmissione sfavorevole delle forze. La forcella ammortizzata o il telaio può rompersi. La conseguenza è una caduta con le conseguenti lesioni.

- Non fissare il bloccaggio rapido servendosi di un utensile (ad esempio di un martello o di una pinza).

Utilizzare solo una leva di serraggio con forza di serraggio regolata come prescritto.

8.1.1 Controllo del bloccaggio rapido

- Controllare la posizione e la forza di serraggio della leva del bloccaggio rapido. La leva del bloccaggio rapido deve trovarsi a filo della scatola inferiore. Chiudendo la leva del bloccaggio rapido, si deve osservare una leggera impronta sul palmo della mano.



Figura 66: Regolazione della forza di serraggio del bloccaggio rapido

- Se necessario, regolare la forza di serraggio della leva di serraggio con una chiave a brugola da 4 mm. Poi controllare la posizione e la forza di serraggio della leva del bloccaggio rapido.

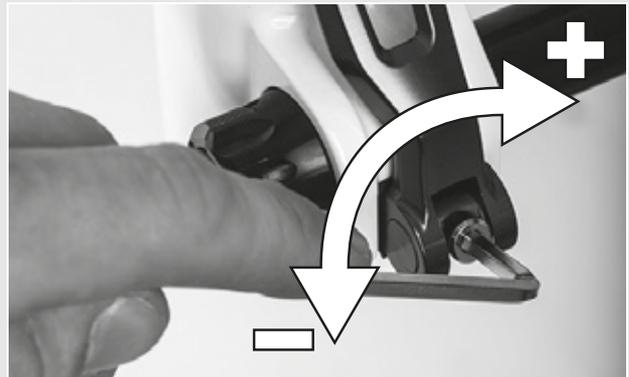


Figura 67: Regolazione della forza di serraggio del bloccaggio rapido

8.2 Regolazione del cambio

Se i rapporti non si cambiano correttamente, si deve correggere la tensione del cavo del cambio.

- Allontanare delicatamente la *boccola di regolazione* dalla scatola della leva del cambio e contemporaneamente ruotarla.
- Controllare il funzionamento del cambio dopo ogni correzione.

8.2.1 Cambio azionato da cavo singolo

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

- Per ottenere un cambio scorrevole, regolare le boccole di regolazione sulla scatola della leva del cambio.



Figura 68: Boccola di regolazione (1) del cambio azionato da cavo singolo con scatola della leva del cambio (2), esempio

8.2.2 Cambio azionato da cavo doppio

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

- Per ottenere un cambio scorrevole, regolare le boccole di regolazione sotto il foderò orizzontale del telaio.
- Estraeendolo leggermente, il cavo del cambio presenta un gioco di 1 mm.

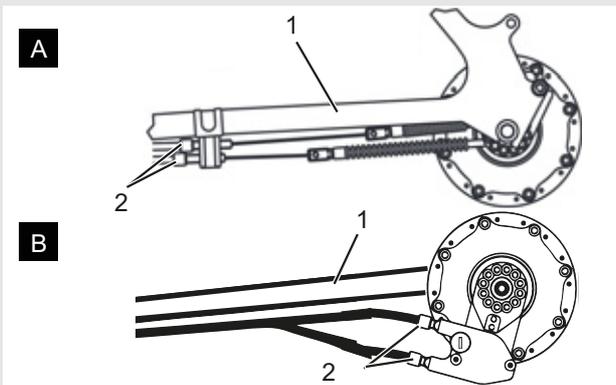


Figura 69: Boccole di regolazione (2) di due versioni alternative (A e B) di un cambio azionato da cavo doppio sul foderò orizzontale (1)

8.2.3 Interruttore a manopola del cambio azionato da cavo doppio

Solo per biciclette con questo equipaggiamento

- Per ottenere un cambio scorrevole, regolare le boccole di regolazione sulla scatola della leva del cambio.
- ⇒ Ruotando l'interruttore a manopola del cambio si percepisce un gioco angolare di circa 2 - 5 mm (1/2 rapporto).

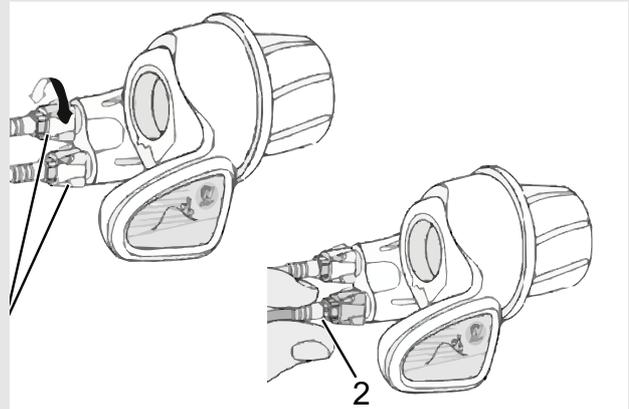


Figura 70: Interruttore a manopola del cambio con boccole di regolazione (1) e gioco del cambio (2)

9 Ricerca dei guasti, eliminazione dei guasti e riparazione

9.1 Riparazione

Per molte riparazioni sono necessari utensili e abilità particolari. Per questo, solo un rivenditore specializzato deve eseguire le riparazioni, ad esempio:

- cambiare gli pneumatici e i cerchi,
- cambiare i tacchetti o le guarnizioni del freno,
- sostituire e tendere la catena.

9.1.1 Parti e lubrificanti originali

I singoli componenti della bicicletta sono accuratamente scelti e reciprocamente armonizzati.

Per la manutenzione preventiva e la riparazione si devono utilizzare soltanto ricambi e lubrificanti originali.

Gli elenchi aggiornati degli accessori e dei componenti approvati si trovano nel capitolo 11, Documenti e disegni.

Attenersi alle istruzioni per l'uso dei nuovi componenti.

9.1.2 Sostituzione dell'illuminazione

- ▶ Per la sostituzione utilizzare soltanto componenti della stessa classe di potenza.

9.1.3 Regolazione del faro

- ▶ Il *faro* deve essere regolato in modo da proiettare il suo cono di luce sulla strada a 10 m davanti alla bicicletta.

9.1.4 Controllo del gioco dello pneumatico

Ogni volta in cui si monta uno pneumatico di grandezza diversa sulla forcella ammortizzata, si deve controllare il gioco dello pneumatico.

- 1 Scaricare la pressione dalla forcella.
- 2 Comprimere completamente la forcella.
- 3 Misurare la distanza dal lato superiore dello pneumatico al lato inferiore della corona. La distanza non deve essere minore di 10 mm. Se lo pneumatico è troppo grande, esso tocca il lato inferiore della corona quando si comprime completamente la forcella.
- 4 Scaricare la forcella e ripomparvi aria se si tratta di una forcella ammortizzata pneumatica.
- 5 Si tenga presente che il gioco si riduce se è montato un parafrangente. Ripetere il controllo per assicurarsi che il gioco dello pneumatico sia sufficiente.

10 Riciclaggio e smaltimento

I materiali della bicicletta sono di pregio e riciclabili. Devono essere smaltiti a norma di legge separatamente dai rifiuti domestici e riciclati. Con la raccolta differenziata e il riciclaggio si salvaguardano le riserve di materie prime e si assicura che il riciclaggio del prodotto avvenga in modo conforme alle disposizioni in materia di tutela della salute e dell'ambiente.

- ▶ Non disassemblare la bicicletta per effettuare lo smaltimento.
- ▶ La bicicletta può essere consegnata gratuitamente a ogni rivenditore specializzato. A seconda della regione, vengono offerte ulteriori possibilità di smaltimento.
- ▶ Conservare i singoli componenti della bicicletta messa fuori servizio in un ambiente asciutto e al riparo dal gelo e dall'irraggiamento solare.

10.1 Protocollo di montaggio

Data:

Numero di telaio:

Componente	Descrizione		Criteri		Misure da adottare in caso di rifiuto
	Montaggio/ispezione	Prove	Accettazione	Rifiuto	
Ruota anteriore	Montaggio		Ok	Allentato	Regolare il bloccaggio rapido
Cavalletto laterale	Controllare il fissaggio	Controllo del funzionamento	Ok	Allentato	Riserrare le viti
Pneumatici		Controllo della pressione di gonfiaggio	Ok	Pressione di gonfiaggio insufficiente/eccessiva	Correggere la pressione di gonfiaggio
Telaio	Disimballare il componente nuovo, verificare l'assenza di graffi		Ok	Presenza di danni	<i>Messa fuori servizio</i> , nuovo telaio
Manopole, rivestimenti	Controllare il fissaggio		Ok	Assenza	Riserrare le viti, nuove manopole o rivestimenti secondo l'elenco dei pezzi
Manubrio, attacco manubrio	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti; se necessario, nuovo attacco manubrio secondo l'elenco dei pezzi
Cuscinetti della serie sterzo	Controllare l'integrità	Controllo del funzionamento	Ok	Allentato	Riserrare le viti
Sella	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Cannotto reggisella	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Parafango	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Portapacchi	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Annessi	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Campanello		Controllo del funzionamento	Ok	Non funziona, fievole, manca	Nuovo campanello secondo l'elenco dei pezzi
Elementi ammortizzanti					
Forcella, forcella ammortizzata	Controllare l'integrità		Ok	Presenza di danni	Nuova forcella secondo l'elenco dei pezzi
Ammortizzatore del carro posteriore	Controllare l'integrità		Ok	Presenza di danni	Nuova forcella secondo l'elenco dei pezzi
Cannotto reggisella ammortizzato	Controllare l'integrità		Ok	Presenza di danni	Nuova forcella secondo l'elenco dei pezzi
Impianto frenante					
Leva del freno	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Liquido dei freni	Controllare il livello del liquido		Ok	Insufficiente	Aggiungere liquido dei freni, in caso di danni nuovi tubi flessibili del freno
Guarnizioni del freno	Controllare l'integrità delle guarnizioni del freno, del disco del freno o dei cerchi		Ok	Presenza di danni	Nuove guarnizioni del freno, nuovo disco del freno o nuovi cerchi
Piastra di ancoraggio del freno a contropedale	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Impianto luci					
Dinamo/batteria	Primo controllo		Ok	Guasto	<i>Messa fuori servizio</i> , nuova batteria o dinamo
Cablaggio luci	Collegamenti, posa corretta		Ok	Cavi danneggiati, luce assente	Nuovo cablaggio

Componente	Descrizione			Criteri	Misure da adottare in caso di rifiuto
Fanale posteriore	Luce di posizione	Controllo del funzionamento	Ok	Luce non costante	Messa fuori servizio, nuovo fanale posteriore secondo l'elenco dei pezzi; se necessario, sostituzione della batteria
Fanale anteriore	Luce di posizione, luce di marcia diurna	Controllo del funzionamento	Ok	Luce non costante	Messa fuori servizio, nuovo fanale anteriore secondo l'elenco dei pezzi; se necessario, sostituzione della batteria
Catarifrangenti	Completi, stato, fissaggio		Ok	Non completi o danneggiati	Nuovi catarifrangenti
Sistema di trazione/cambio					
Catena/pacco pignoni/pignone/ingranaggio	Controllare l'integrità		Ok	Presenza di danni	Se necessario, fissare o sostituire secondo l'elenco dei pezzi
Carter della catena/protettore dei raggi	Controllare l'integrità		Ok	Presenza di danni	Sostituire secondo l'elenco dei pezzi
Pedivella/cuscinetti della pedivella	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Pedali	Controllare il fissaggio		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Leva del cambio	Controllare il fissaggio	Controllo del funzionamento	Ok	Allentato	Riserrare le viti
Cavi del cambio	Controllare l'integrità	Controllo del funzionamento	Ok	Allentato o danneggiato	Regolare i cavi del cambio; se necessario, nuovi cavi del cambio
Deragliatore anteriore	Controllare l'integrità	Controllo del funzionamento	Ok	Cambio rapporto impossibile o difficile	Regolare
Deragliatore posteriore	Controllare l'integrità	Controllo del funzionamento	Ok	Cambio rapporto impossibile o difficile	Regolare

Controllo tecnico, marcia di prova

Componente	Descrizione			Criteri	Misure da adottare in caso di rifiuto
	Montaggio/ispezione	Prove	Accettazione	Rifiuto	
Impianto frenante		Controllo del funzionamento	Ok	Frenata a fondo anomala, spazio di frenata eccessivo	Localizzare e correggere l'elemento guasto nell'impianto frenante
Cambio rapporti in condizioni di esercizio		Controllo del funzionamento	Ok	Problemi di cambio rapporti	Regolare il cambio
Elementi ammortizzanti (forcella, montante telescopico, canotto reggisella)		Controllo del funzionamento	Ok	Sospensione troppo bassa o del tutto assente	Localizzare e correggere l'elemento guasto
Impianto luci		Controllo del funzionamento	Ok	Luce non costante, luminosità insufficiente	Localizzare e correggere l'elemento guasto nell'impianto luci
Marcia di prova			Nessun rumore sospetto	Rumori sospetti	Localizzare e correggere la fonte dei rumori

Date	
Nome dell'installatore:	
Accettazione finale da parte della direzione dell'officina	

10.2 Istruzioni di manutenzione

Diagnosi e documentazione dello stato effettivo

Data:

Numero di telaio:

Componente	Frequenza	Descrizione			Criteri		Misure da adottare in caso di rifiuto
		Ispezione	Prove	Manutenzione ordinaria	Accettazione	Rifiuto	
Ruota anteriore	6 mesi	Montaggio			Ok	Allentato	Regolare il bloccaggio rapido
Cavalletto laterale	6 mesi	Controllare il fissaggio	Controllo del funzionamento		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Pneumatici	6 mesi		Controllo della pressione di gonfiaggio		Ok	Pressione di gonfiaggio insufficiente/eccessiva	Correggere la pressione di gonfiaggio
Telaio	6 mesi	Disimballare il componente nuovo, verificare l'assenza di graffi			Ok	Presenza di danni	Messa fuori servizio dell'apparecchio, nuovo telaio
Manopole, rivestimenti	6 mesi	Usura, controllare il fissaggio			Ok	Assenza	Riserrare le viti, nuove manopole o rivestimenti secondo l'elenco dei pezzi
Manubrio, attacco manubrio	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti; se necessario, nuovo attacco manubrio secondo l'elenco dei pezzi
Cuscinetti della serie sterzo	6 mesi	Controllare l'integrità	Controllo del funzionamento	Lubrificazione e messa a punto	Ok	Allentato	Riserrare le viti
Sella	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti
Cannotta reggisella	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti
Parafango	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti
Portapacchi	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti
Annessi	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti
Campanello	6 mesi		Controllo del funzionamento		Ok	Non funziona, fiavole, manca	Nuovo campanello secondo l'elenco dei pezzi
Elementi ammortizzanti							
Forcella, forcella ammortizzata	Secondo l'azienda produttrice	Controllare l'integrità, corrosione, rottura		Manutenzione ordinaria secondo l'azienda produttrice Lubrificazione, cambio dell'olio secondo l'azienda produttrice	Ok	Presenza di danni	Nuova forcella secondo l'elenco dei pezzi
Ammortizzatore del carro posteriore	Secondo l'azienda produttrice	Controllare l'integrità, corrosione, rottura		Manutenzione ordinaria secondo l'azienda produttrice Lubrificazione, cambio dell'olio secondo l'azienda produttrice	Ok	Presenza di danni	Nuova forcella secondo l'elenco dei pezzi
Cannotta reggisella ammortizzato	Secondo l'azienda produttrice	Controllare l'integrità		Manutenzione ordinaria secondo l'azienda produttrice	Ok	Presenza di danni	Nuova forcella secondo l'elenco dei pezzi
Impianto frenante							
Leva del freno	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti
Liquido dei freni	6 mesi	Controllare il livello del liquido		A seconda della stagione	Ok	Insufficiente	Aggiungere liquido dei freni, in caso di danni <i>mettere fuori servizio la bicicletta</i> , nuovi tubi flessibili del freno
Guarnizioni del freno	6 mesi	Controllare l'integrità delle guarnizioni del freno, del disco del freno o dei cerchi			Ok	Presenza di danni	Nuove guarnizioni del freno, nuovo disco del freno o nuovi cerchi
Piastra di ancoraggio del freno a contropedale	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti
Impianto frenante	6 mesi	Controllare il fissaggio		Controllo del funzionamento	Ok	Allentato	Riserrare le viti

Componente	Frequenza	Descrizione			Criteri		Misure da adottare in caso di rifiuto
		Ispezione	Prove	Manutenzione ordinaria	Accettazione	Rifiuto	
Impianto luci							
Dinamo	6 mesi	Primo controllo			Ok	Messaggio di errore	Contattare l'azienda produttrice della batteria, <i>messa fuori servizio</i> , nuova batteria
Cablaggio luci	6 mesi	Collegamenti, posa corretta			Ok	Cavi danneggiati, luce assente	Nuovo cablaggio
Fanale posteriore	6 mesi	Luce di posizione	Controllo del funzionamento		Ok	Luce non costante	Nuovo fanale posteriore secondo l'elenco dei pezzi; se necessario, sostituzione della batteria
Fanale anteriore	6 mesi	Luce di posizione, luce di marcia diurna	Controllo del funzionamento		Ok	Luce non costante	Nuovo fanale anteriore secondo l'elenco dei pezzi; se necessario, sostituzione della batteria
Catarifrangenti	6 mesi	Completi, stato, fissaggio			Ok	Non completi o danneggiati	Nuovi catarifrangenti
Sistema di trazione/cambio							
Catena/pacco pignoni/pignone/ingranaggio	6 mesi	Controllare l'integrità			Ok	Presenza di danni	Se necessario, fissare o sostituire secondo l'elenco dei pezzi
Carter della catena/protettore dei raggi	6 mesi	Controllare l'integrità			Ok	Presenza di danni	Sostituire secondo l'elenco dei pezzi
Pedivella/cuscini della pedivella	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti
Pedali	6 mesi	Controllare il fissaggio			Ok	Allentato	Riserrare le viti
Leva del cambio	6 mesi	Controllare il fissaggio	Controllo del funzionamento		Ok	Allentato	Riserrare le viti
Cavi del cambio	6 mesi	Controllare l'integrità	Controllo del funzionamento		Ok	Allentato o danneggiato	Regolare i cavi del cambio; se necessario, nuovi cavi del cambio
Deragliatore anteriore	6 mesi	Controllare l'integrità	Controllo del funzionamento		Ok	Cambio rapporto impossibile o difficile	Regolare
Deragliatore posteriore	6 mesi	Controllare l'integrità	Controllo del funzionamento		Ok	Cambio rapporto impossibile o difficile	Regolare

Controllo tecnico, verifica della sicurezza, marcia di prova

Componente	Descrizione		Criteri		Misure da adottare in caso di rifiuto
	Montaggio/ispezione	Prove	Accettazione	Rifiuto	
Impianto frenante		Controllo del funzionamento	Ok	Frenata a fondo anomala, spazio di frenata eccessivo	Localizzare e correggere l'elemento guasto nell'impianto frenante
Cambio rapporti in condizioni di esercizio		Controllo del funzionamento	Ok	Problemi di cambio rapporti	Regolare il cambio
Elementi ammortizzanti (forcella, montante telescopico, canotto reggisella)		Controllo del funzionamento	Ok	Sospensione troppo bassa o del tutto assente	Localizzare e correggere l'elemento guasto
Impianto luci		Controllo del funzionamento	Ok	Luce non costante, luminosità insufficiente	Localizzare e correggere l'elemento guasto nell'impianto luci
Marcia di prova			Nessun rumore sospetto	Rumori sospetti	Localizzare e correggere la fonte dei rumori

Date	
Nome dell'installatore:	
Accettazione finale da parte della direzione dell'officina	

11 Glossario

Altezza massima della sella

Fonte: EN 15194:2017: distanza verticale dal suolo al punto in cui la superficie della sella interseca l'asse del canotto reggisella, misurata con sella in posizione orizzontale e con il canotto reggisella regolato sulla minima profondità di inserimento.

Ambiente di lavoro

Fonte: EN ISO 9000:2015: insieme di condizioni in cui si svolgono dei lavori.

Anno di costruzione

Fonte: ZEG: l'anno di costruzione è l'anno il cui la bicicletta è stata prodotta. Il periodo di produzione si estende sempre da agosto a luglio dell'anno successivo.

Anno di produzione

Fonte: ZEG: l'anno di produzione di una bicicletta prodotta in serie è l'anno in cui è stata prodotta la rispettiva versione per la prima volta, per cui non sempre è identico all'anno di costruzione. In alcuni casi l'anno di costruzione può essere antecedente all'anno di produzione. Se non vengono apportate modifiche tecniche alla serie, le biciclette di un anno di produzione precedente possono essere prodotte anche successivamente.

Arresto di emergenza

Fonte: ISO 13850:2015: funzione o segnale previsto per: - ridurre o prevenire pericoli imminenti o già in atto per le persone, danni alla macchina o allo strumento di lavoro; - essere attivato da un'unica azione eseguita da una persona.

Batteria

Fonte: DIN 40729:1985-05: la batteria è un dispositivo di accumulo dell'energia che può immagazzinare energia elettrica fornita come energia chimica (carica) ed erogarla come energia elettrica quando necessario (scarica).

Bicicletta a pedalata assistita da motore elettrico, bicicletta

Fonte: EN 15194:2017: (en: electrically power assisted cycle), bicicletta dotata di pedali e di un motore elettrico ausiliario non azionabile esclusivamente da questo motore elettrico ausiliario, tranne che nella modalità di avviamento assistito.

Bicicletta da corsa

Fonte: EN ISO 4210 - 2: bicicletta dimensionata e costruita per le corse amatoriali ad alta velocità e per l'uso su strade pubbliche, comprendente un'unità sterzante e di guida con più posizioni di in cui afferrarla con le mani (che consente una postura aerodinamica), un sistema di trasmissione a più rapporti e una larghezza degli pneumatici non maggiore di 28 mm; la massa massima della bicicletta completamente assemblata non deve superare i 12 kg.

Bicicletta da ragazzo

Fonte: EN ISO 4210 - 2: bicicletta destinata all'uso su strade pubbliche da parte di giovani di peso minore di 40 kg e con un'altezza massima della sella uguale o maggiore di 635 mm ma minore di 750 mm (vedere EN ISO 4210).

Bicicletta da trasporto carichi

Fonte: DIN 79010: bicicletta costruita principalmente per il trasporto di merci.

Bicicletta pieghevole

Fonte: EN ISO 4210 - 2: bicicletta costruita per essere ripiegata in una forma compatta che ne facilita il trasporto e l'immagazzinamento.

Biciclette da città e da trekking

Fonte: EN ISO 4210 - 2: bicicletta costruita per l'uso su strade pubbliche, principalmente a scopo di trasporto o per il tempo libero.

Cannotto della forcella

Fonte: EN 15194:2017: parte della forcella che ruota intorno all'asse sterzante della testa dello sterzo di una bicicletta. Di solito il cannotto è collegato alla testa della forcella o direttamente ai bracci della forcella ed è solitamente l'elemento di collegamento tra la forcella e l'attacco del manubrio.

Cannotto reggisella

Fonte: EN 15194:2017: componente che blocca la sella e la collega al telaio (per mezzo di una vite o di un elemento strutturale)

Cinghia di trasmissione

Fonte: EN 15194:2017: cinghia anulare senza punti di giunzione utilizzata per trasmettere la forza motrice.

Dispositivo di bloccaggio rapido, bloccaggio rapido

Fonte: EN 15194:2017: meccanismo a leva che fissa, mantiene in posizione o blocca una ruota o altro componente.

Escursione negativa della sospensione

L'*escursione negativa della sospensione* o anche SAG (termine inglese) è la compressione della forcella causata dal peso del ciclista e dall'attrezzatura (ad esempio uno zaino), dalla posizione seduta e dalla geometria del telaio.

Escursione totale

Fonte: Benny Wilbers, Werner Koch: Neue Fahrwerkstechnik im Detail: la distanza che la ruota percorre tra la posizione scarica e la posizione carica è detta escursione totale della sospensione. A riposo, la massa del veicolo grava sulle molle e riduce l'escursione totale dell'escursione positiva della sospensione di un valore pari all'*escursione negativa*.

Forcella ammortizzata

Fonte: EN 15194:2017: forcella della ruota anteriore che dispone di flessibilità assiale guidata per ridurre la trasmissione degli urti stradali al ciclista.

Freno a disco

Fonte: EN 15194:2017: freno che utilizza pastiglie per afferrare le superfici esterne di un disco sottile montato sul mozzo della ruota o integrato nel mozzo della ruota.

Guasto

Fonte: DIN EN 13306:2018-02, 6.1: condizione di un oggetto (4.2.1) in cui non è in grado di svolgere una funzione richiesta (4.5.1), ad eccezione dell'incapacità durante la manutenzione preventiva o altre misure programmate o in seguito alla mancanza di risorse esterne.

Istruzioni per l'uso

Fonte: ISO DIS 20607:2018: parte delle informazioni per l'utente fornite dal costruttore della macchina agli utilizzatori della macchina stessa; contengono aiuti, istruzioni e consigli relativi all'utilizzo della macchina in tutte le fasi della sua vita utile

Leva del freno

Fonte: EN 15194:2017: leva con cui si aziona il dispositivo frenante.

Manutenzione ordinaria

Fonte: DIN 31051: la manutenzione ordinaria viene generalmente eseguita periodicamente e spesso da personale tecnico qualificato. In questo modo si garantisce la massima durata possibile e una bassa usura dell'oggetto sottoposto a manutenzione. Una manutenzione ordinaria professionale è spesso anche una condizione necessaria per la validità della garanzia.

Marcatura CE

Fonte: Direttiva macchine: con la marcatura CE l'azienda produttrice dichiara che la bicicletta è conforme ai requisiti applicabili.

Materiale di consumo

Fonte: DIN EN 82079-1: parte o materiale necessario per l'uso regolare o la manutenzione preventiva di un oggetto.

Messa fuori servizio

Fonte: DIN 31051: interruzione intenzionale illimitata della funzionalità di un oggetto.

Mountain bike

Fonte: EN ISO 4210 - 2: bicicletta costruita per l'uso su terreni irregolari e accidentati fuori strada e per l'utilizzo su strade, sentieri e viottoli pubblici, dotata di un telaio e di altri componenti opportunamente rinforzati e tipicamente equipaggiata con pneumatici di grande sezione con disegno del battistrada grossolano e con un'ampia gamma di rapporti di trasmissione.

Numero di serie

Fonte: ZEG: ogni bicicletta possiede un numero di serie di otto cifre che indicato l'anno di produzione del modello, il tipo di e la funzione.

Parte di ricambio

Fonte: DIN EN 13306:2018-02, 3.5: oggetto per sostituire un oggetto corrispondente, al fine di mantenere la funzione originariamente richiesta dell'oggetto.

Peso della bicicletta in ordine di marcia

Fonte: ZEG: il peso della bicicletta in ordine di marcia si riferisce al peso della bicicletta al momento della vendita. A questo peso devono essere aggiunti gli eventuali accessori supplementari.

Peso totale ammissibile massimo

Fonte: EN 15194:2017: somma dei pesi della bicicletta completamente assemblata, del ciclista e del bagaglio, secondo la definizione dell'azienda produttrice.

Potenza nominale continua massima

Fonte: ZEG: la potenza nominale continua massima è la potenza massima erogata per 30 minuti all'albero di uscita del motore elettrico.

Pressione massima dello pneumatico

Fonte: EN 15194:2017: pressione massima consigliata dall'azienda produttrice dello pneumatico o del cerchio per una guida sicura e senza sforzo. Se sia il cerchio che lo pneumatico hanno una pressione massima di gonfiaggio, la pressione massima dello pneumatico valida è il minore dei due valori indicati.

Punto di pressione

Fonte: ZEG: il punto di pressione di un freno è la posizione della leva del freno in corrispondenza della quale il disco del freno o le pastiglie rispondono e il processo di frenatura viene avviato.

Rebound

Il rebound definisce la velocità con cui la forcella si riestende in seguito alla compressione.

Rottura

Fonte: EN 15194:2017: separazione non intenzionale di un oggetto in due o più pezzi.

Ruota

Fonte: EN 15194:2017: unità o insieme di mozzo, raggi o disco e cerchio; lo pneumatico non ne fa parte.

Segno indicante la minima profondità di inserimento

Fonte: EN 15194:2017: segno indicante la profondità di inserimento minima necessaria dell'attacco del manubrio nel canotto della forcella o del canotto reggisella nel telaio.

Sistema di controllo e comando elettrico

Fonte: EN 15194:2017: componente elettronico e/ o elettrico o insieme di componenti montati in un veicolo insieme a tutti i collegamenti elettrici e ai relativi cablaggi per l'alimentazione elettrica del motore.

Slittamento

Fonte: DIN 75204-1:1992-05: differenza tra la velocità del veicolo e la velocità tangenziale della ruota rispetto alla velocità del veicolo.

Spazio di frenata

Fonte: EN 15194:2017: distanza percorsa da una bicicletta tra il punto di inizio frenata e il punto in cui la bicicletta si arresta completamente.

Telaio ammortizzato

Fonte: EN 15194:2017: telaio che dispone di flessibilità verticale guidata per ridurre la trasmissione degli urti stradali al ciclista.

Terreno accidentato

Fonte: EN 15194:2017: piste imbrecciate irregolari, sentieri attraverso boschi e altri percorsi generalmente fuori strada, sui quali sono da aspettarsi radici di alberi e formazioni rocciose.

Usura

Fonte: DIN 31051: riduzione del margine di usura (4.3.4) dovuta a processi chimici e/o fisici.

Velocità di disattivazione del sistema di trazione

Fonte: EN 15194:2017: velocità raggiunta dalla bicicletta nel momento in cui l'intensità di corrente assorbita si azzera o diminuisce fino al minimo.

12 Indice analitico

- A**
 Ammortizzatore del carro posteriore,
 Struttura, 12
 Attacco manubrio,
 - Controllo,
 Manubrio,
 - Controllo, 28
- B**
 Batteria,
 - Smaltimento, 63
 Bloccaggio della forcella,
 Ubicazione, 11
 Bloccaggio rapido, 10
 Ubicazione, 11
 Braccio del freno, 13
- C**
 Cambio,
 - Cambio rapporto, 51
 - Manutenzione ordinaria, 58
 Camera pneumatica, 12
 Cannotto reggisella, 9
 Cappuccio della valvola, 11
 Caricabatterie,
 - Smaltimento, 63
 Carter della catena,
 - Controllare, 44, 45
 Catena, 9
 - Manutenzione ordinaria, 58
 Cerchio, 10
 - Controllo, 56
- D**
 Disco del freno, 13
 Display 20
- F**
 Faro, 20
 Forcella, 10
 - Regolazione dell'ammortizzatore a stadi di pressione, 50
 Forcellino, 10
 Regolazione dell'ammortizzatore a stadi di trazione, 50
 Forza di serraggio,
 - Controllo del bloccaggio rapido, 24
 - Regolazione del bloccaggio rapido, 24
 Freno a contropedale,
 - Freni, 48
 Freno a rullo,
 - Freni, 48
 Freno della ruota anteriore, 13, 14
 - Freni, 48
 Freno della ruota posteriore, 13, 14
- G**
 Guarnizione del freno, 13
 - Manutenzione ordinaria, 57
- I**
 Imballaggio, 22
 Indicatori sul display, 43
 Interruttore a manopola del cambio, 20
 - Controllo, 58
- L**
 Leva del cambio,
 - Controllo, 58
 - Regolazione, 60
 Leva del freno, 20
 - Regolazione del punto di pressione, 35
 Leva di bloccaggio del freno a pattino 13
 Leva, 12
 Luce di marcia,
 - Controllare il funzionamento, 44, 45
- M**
 Manopola di regolazione, 12
 Manubrio, 9, 20
 Mozzo, 10
- O**
 O-ring, 12
- P**
 Parafango,
 - Controllare, 44, 45
 Pedale, 14
 Pinza del freno, 13
 Pneumatico, 10
 - Controllo, 56
 Portapacchi, 9
 - Controllare, 44, 45
 - Modifica, 46
 - Utilizzo, 46
 Prima messa in servizio, 22
- R**
 Raggio, 10
 Regolatore dell'ammortizzatore a stadi di trazione,
 Ubicazione, 11
 Ruota anteriore
 vedere Ruota
 Ruota,
 - Manutenzione ordinaria, 56
 - Montaggio, 23, 24, 26, 27
- S**
 Segno indicante la minima profondità di inserimento, 31
 Sella, 9
 - Individuazione dell'altezza della sella, 30, 32
 - Modifica dell'inclinazione della sella, 30
 - Modifica della distanza della sella dal manubrio, 32
- T**
 Telaio, 9
 Tensione della catena, 58
 Tensione della cinghia, 58
 Terminale di comando 20
 Testa della molla, 10
 Trasportare
 vedere Trasporto
 Trasporto, 21
- U**
 Ubicazione, 20
 Uso 51
- V**
 Valvola dell'aria,
 Ammortizzatore del carro posteriore, 12
 Forcella, 11
 Valvola, 10
 Valvola Dunlop, 10
 Valvola Presta, 10
 Valvola Schrader, 10