

CYKELMANUAL



Innehållsförteckning

Grattis till din nya cykel.....	2
Reklamationsrätt & Garanti	3
Köplagens bestämmelser	3
Länk till Konsumentköplagen.....	3
Vad säger lagen om cykeln?.....	4
Bromsar.....	4
Belysning	4
Reflexer	4
Ringklocka.....	4
Barn på cykeln.....	5
Regler för dig som cyklar	5
Cykelöverfarter	5
Övergångsställen	5
Gångata	5
Sväng åt vänster	5
Cykelbana	5
Lagen om hjälm.....	5
Elcyklar	6
Underhåll.....	6
Ramnummer.....	6
Rekommendationer	6
Nyttiga länkar	6
Beskrivning.....	7

Inställning och justering	8	Bromsar	
Sadel	8	Fälgbromsar, Skivbromsar, Rullbromsar.....	17
Styre.....	10	Navväxel (invändig växel)	18
Bromsar.....	11	Kedjeväxel (utanpåliggande växel).....	19
Växlar	11	Vevparti och styrlager	20
Åtgärder före cykling	12	Hjul och ekrar	20
Allmänt	12	Fälgar med slitagevarnare	20
Belysning och Reflexer	12	Efterspänning av ekrar	21
Fälgbroms.....	12	Snabbkoppling	21
Slitagevarnare.....	12	Dämpade framgafflar	22
Skivbroms.....	12	Däck och Slang	23
Däck.....	12	Lås	25
Framgaffel och Ram.....	13	Sadel	25
Hjul	13	Säkerhet	25
Kedja.....	13	Allmän cykelvård	26
Sadel	13	Förvaring	26
Styre.....	13	Försäkring	27
Styrlager	13	Extra nycklar	28
Vevparti.....	13	Elcyklar	28
Växlar och växelnav med fotbroms.....	13	Särskilt underhåll	28
Underhåll	14	Tillverkarens hänvisningar	28
Allmänt	14	Underhållsschema	29
Kedja.....	15	Egna anteckningar	30
Skruvförband – Åtdragningsmoment	15	Plats för värdebevis och kvitto	33
Vajrar.....	16		

Grattis till din nya cykel

Du har köpt en kvalitetsprodukt som vi är övertygade om att du kommer att få stor glädje av.

Även kvalitetsprodukter kräver underhåll och ska kontrolleras och justeras med jämna mellanrum. Gör du det får du större glädje av din cykel under lång tid och framför allt är säkerheten i ordning.

Denna cykelmanual ger dig en rad allmänna anvisningar för inställning, justering och underhåll. Bilderna i manualen visas som exempel, och därför kan det vara skillnad på det cykeln är monterad med och den visade bilden.

Om du är osäker, frågar du din cykelhandlare och/eller låter dem underhålla din cykel. Under alla omständigheter rekommenderar vi att du låter din cykelhandlare underhålla och reparera alla vitala delar på cykeln.

Reklamationsrätt

Dina rättigheter som konsument vid köp av cyklar och tillbehör för privat bruk regleras av konsumentköplagen (KKL), SFS 1990:932

Nyttig länk:

www.lagen.nu/1990:932

Garanti

3-års garanti gäller för Crescent och Monarks elcyklar, förutsatt att din cykel är registrerad och du följer våra serviceintervaller.

För ramar och gafflar i aluminium och stål har vi en 10-års ramgaranti.

Läs mer om garantier och vårt servicekoncept Cykelkärlek på www.crescent.se eller www.monark.se

Vad säger lagen om cykeln?

Föreskrifter om cyklars utrustning regleras i Transportstyrelsens föreskrifter om cyklar TSFS 2009:31. De viktigaste reglerna återges här – ytterligare upplysningar kan du alltid hitta på Transportstyrelsens webbplats www.transportstyrelsen.se

Bromsar

Alla cyklar ska vara försedda med två bromsar som fungerar oberoende av varandra och som verkar på fram- resp. bakhjul. Barncyklar med en maximal sadelhöjd mer än 435 mm och mindre än 635 mm ska ha en färdbröms bestående av fotmanövererat reglage (fotbroms). Maximal sadelhöjd är avståndet från markytan till den övre delen av sadeln i sitt högsta läge.

Belysning

Vid körning i tider när belysning ska vara tänd ska cykeln vara utrustad med minst en strålkastare som avger vitt eller gult ljus, som syns tydligt framifrån på minst 300 meters avstånd.

Cykeln ska även vara utrustad med en baklykta som avger rött ljus, som syns tydligt bakifrån på minst 300 meters avstånd. Baklyktan kan ha fast ljus eller blinka med en frekvens på minst 200 blinkningar i minuten. Både strålkastare och baklyktan ska vara synliga från sidorna.

Strålkastare och baklykta ska vara fastsatta på cykeln på ett sådant sätt att de inte ändrar inställning under körning och lyktornas huvudstrålar ska vara riktade rakt framåt respektive bakåt. Brukstid eller körtid på batterilyktor anges på lyktan eller på förpackningen. Detta gäller dock inte lyktor där laddningen sker under körning.

Reflexer

Cykel ska ha reflexer baktill, framtill och på sida. Reflexerna ska vara typgodkända enligt ECE-reglementets klass IVA. Sidreflexer behövs inte om minst ett däck är med reflekterande rand som godkänts enligt ECE-reglementet 88. Reflexer och reflekterande däck skall vara tydligt E-märkta.

Ringklocka

En cykel ska vara utrustad med en klart ljudande ringklocka, som ska vara placerad på styret.

Barn på cykeln

Ett barn under 10 år får medföras på cykeln om de sitter ordentligt fastspända i en barnstol som är anpassad till barnets vikt och höjd. Det ska vara avskärmning mot hjul-ekrarna. Föraren skall ha fyllt 15 år. Två barn under 6 år, om den som cyklar fordonet har fyllt 18 år.

Högst två personer får transporteras i en påhångs- eller sidovagn om det finns en särskild sittplats till dem. Totalvikten får inte överstiga 45 kg. Därutöver får ett barn under 8 år transporteras på cykeln.

Föraren ska ha fyllt 15 år.

Regler för dig som cyklar

Cykelöverfarter

På vissa ställen finns det cykelpassager eller cykelöverfarter. Dessa är målade med vita fyrkanter på vägbanan. Se dig för noga innan du kör över vägen vid en cykelpassage eller cykelöverfart.

Övergångsställen

Var försiktig om du kör över vägen på ett övergångsställe med cykel. Du skall släppa förbi bilar.

Gågata

Om du cyklar på en gågata, får du inte cykla fortare än personer som går där. Du ska alltid släppa förbi personer som går.

Sväng åt vänster

Om du skall svänga åt vänster, ska du sträcka ut din vänstra arm. Då ser andra trafikanter att du skall svänga.

Om det är mycket trafik är det bättre att stanna vid **väggkanten**. När det sedan är fritt från trafik kan du leda cykeln eller svänga över vägen.

Cykelbana

På en cykelbana ska du cykla på höger sida. Du cyklar om en annan cykel på vänster sida. Du får hellre inte cykla fortare än angiven hastighet på gata eller väg.

Lagen om hjälm

Alla som inte fyllt 15 år ska ha godkänd cykelhjälm på sig när de cyklar, när de blir skjutsade eller när de åker bak på cykel. Vi rekommenderar cyklisterna över 15 år att alltid använda godkänd cykelhjälm när de cyklar.

Elcyklar

Cykelns elmotor får endast avge effekt när cykelns pedaler samtidigt används. Effekten får vara högst 250 W och får endast avges när hastigheten är under 25 km/h. Andra hjälpmotorer än elmotorer får inte användas på en cykel. Det är inte tillåtet att konvertera en vanlig cykel till en El-assisterad cykel genom påbyggnad av s.k. E-bike-kit.

Underhåll

En cykel ska hållas i ett säkerhetsmässigt lämpligt skick.

Ramnummer

Alla cyklar ska vara försedda med ett ramnummer med löpande nummer på minst 6 siffror och koder för tillverkare eller importör samt en årgångsbokstav som visar när cykeln är tillverkad. Användaren av cykeln är skyldig att förvara ramnumret säkert.

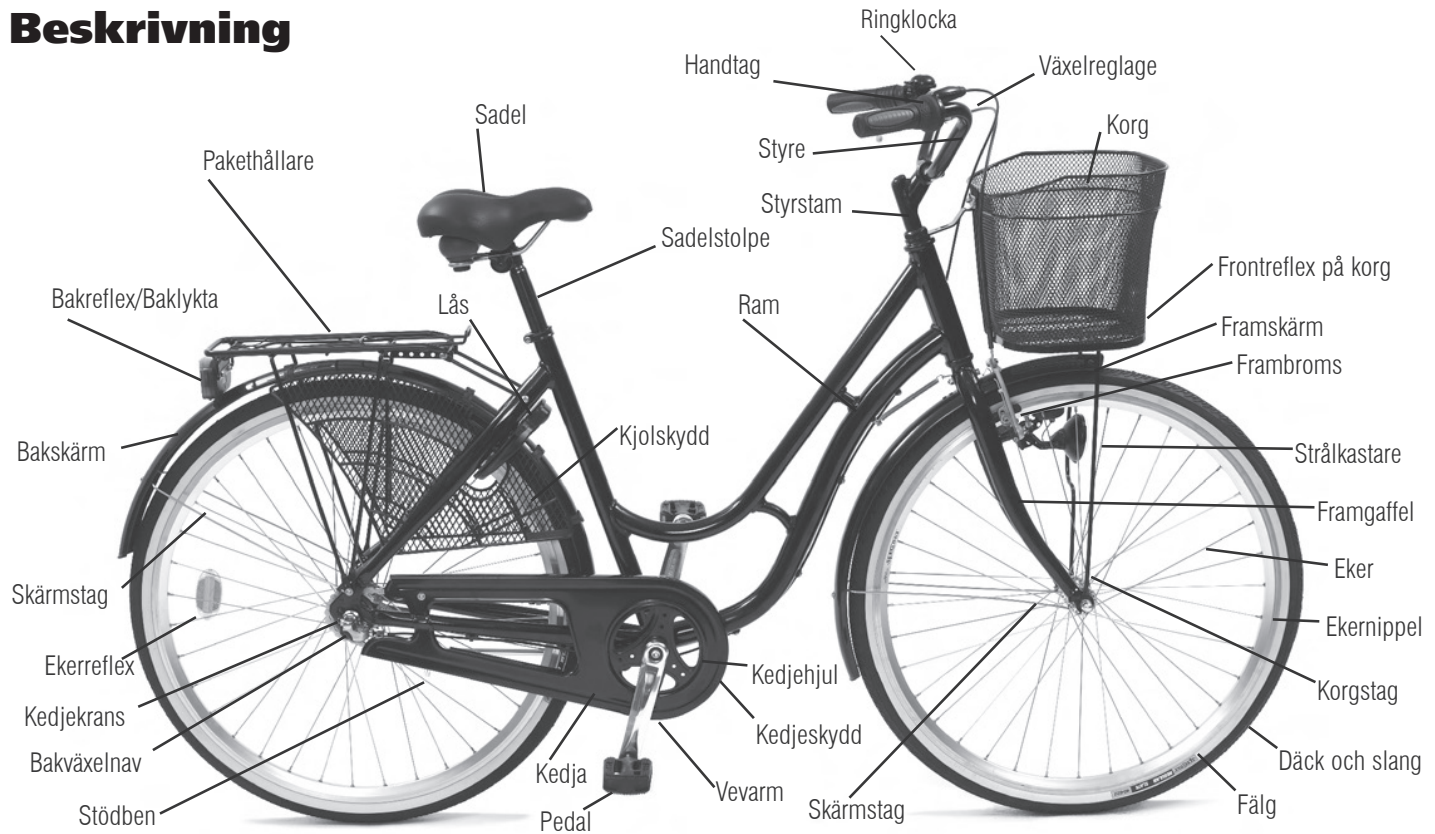
Rekommendationer

För säkerhets skull vill vi rekommendera att utrusta cykeln med ett försäkringsgodkänt lås och använda en CE-godkänd cykelhjälm.

Nyttiga länkar

Föreskrifter om cyklars anordningar och utrustning o.s.v.
www.transportstyrelsen.se

Beskrivning



Ramnumret finner du på vevlagerhylsan, sadelröret eller styrhuvudet.

Inställning och justering

Som utgångspunkt är din nya cykel inställd och justerad av din cykelhandlare, så att den passar dig. Finns det dock behov av en efterjustering hjälper din cykelhandlare dig gärna med det.

Om du vill justera inställningarna själv, bör du för din egen säkerhet vara uppmärksam på följande:

Justering av sadel:

Den korrekta inställningen av sadelhöjden kontrolleras genom att man sätter sig på sadeln och placerar den ena foten på pedalen, när den är i det nedersta läget. Knät ska nu vara lätt böjt. Var uppmärksam på att man ska kunna nå marken med den främre delen av skon när man sitter på sadeln. På barncyklar bör barnet kunna sätta hela foten i marken för att få full balans.

Sadelhöjden regleras genom att bulten lossas på sadelrörsklämmen. Sadeln kan justeras fram och tillbaka genom att bulten under sadeln lossas. Därefter kan önskad position och lutning ställas in och sadelbulten spänns igen. Det finns olika sadelklämmor, men principen vid justeringar är densamma.

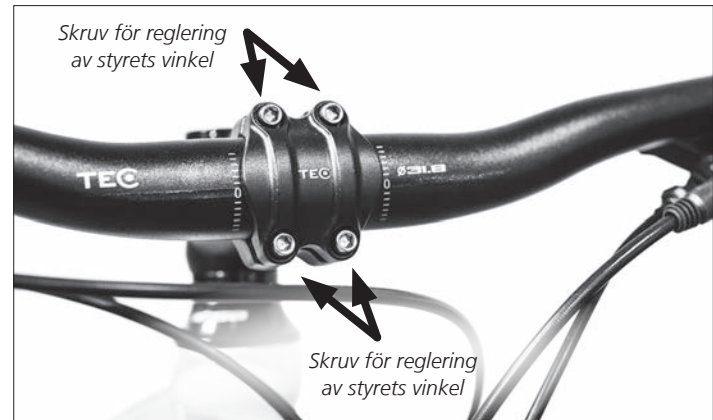
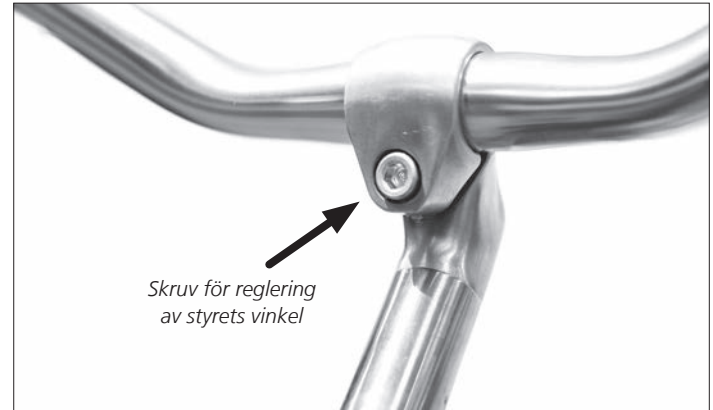
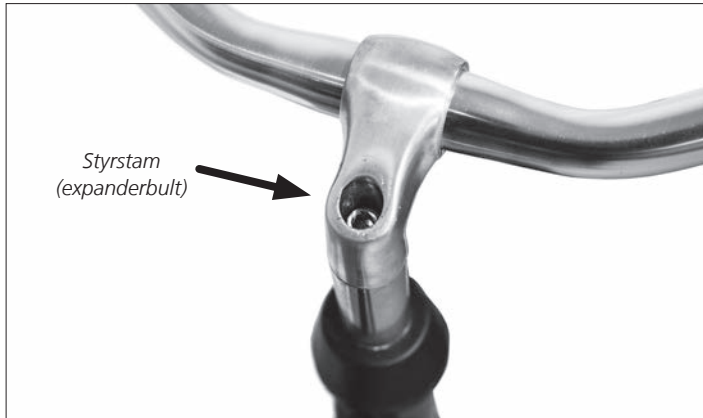


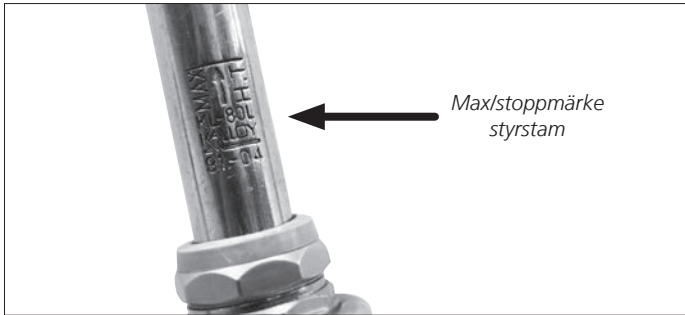
OBS! Sadelstolparna skall vara nedsänkta i ramröret så att maxhöjdsmarkeringen inte syns. En för högt monterad sadelstolpe kan innebära allvarlig risk för personskada, liksom att brott på sadelröret kan uppstå. **Ur säkerhetsynpunkt är det därför nödvändigt att montera enligt anvisningarna.**

OBS! Det är viktigt att sadeln sitter fast och ej vickar i sin infästning i klämman. Klämmans räfflar har en viktig funktion för att kunna fixera sadeln i önskat läge med korrekt åtdragningsmoment, max 20 Nm se tabell sidan 15. Felaktig justering/åtdragning kan innebära risk för brott på sadelrails resp. bult. Om du är osäker kontakta din cykelhandlare.

Bult under sadeln

Sadelrörsklämma





OBS! Styrstammen skall vara nedsänkt i gaffelröret så att max/stopmärket inte syns. En för högt monterad styrstam kan medföra brott på gaffelrör liksom på styrstammen. Det kan medföra allvarliga risker för personsador. **Ur säkerhetssynpunkt är det därför nödvändigt att den monteras enligt anvisningarna.**

Justering av styre

Styre monterat på en traditionell styrstam höjs och sänks genom att lossa expanderbulten på styrstammen och skruva upp den cirka 5 mm. Slå därefter ned den med ett lätt slag med en plasthammare. Styret kan nu ställas i önskad position. Dra åt expanderbulten när styret sitter som det ska.

Observera: Det är viktigt att MAX/STOP-märket på sadelstolpen och styrstammen inte överskrids. Utöver säkerhetsrisken kan ramen i värsta fall ta stor skada.

Det finns olika former av justerbar styrstam och A-headset. Eftersom justering av dem är mer komplicerat och felaktigt utförande kan ha säkerhetsrisker, rekommenderas du att låta din cykelhandlare utföra justeringen.

Styrets lutning/vinkling kan justeras genom att bulten lossas i styrstammens front och styret sätts i önskad position. Kom ihåg att spänna bulten igen.

Inställning av växlar och bromsar

Växlar och bromsar justeras och ställs in av din cykelhandlare. Vajrarna sträcks dock ut, speciellt den första tiden, och växlar och bromsar kan därför behöva en justering. Kontakta därför din cykelhandlare så snart du konstaterar att växlar och bromsar inte fungerar optimalt. Väntar du för länge kan det uppstå skador på växel- och bromssystemet och nödvändiga reparationer krävs. I värsta fall kan bristande justeringar orsaka en olycka.

Läs mer om underhåll av bromsar och växlar på sidorna 17 till 19.

Åtgärder före cykling

Före cykelturen, kontrollera följande

OBS! Vi råder alla cyklister att rutinmässigt kontrollera cykeln före varje tur, dels för att lära känna cykeln bättre, dels för att kunna göra nödvändiga justeringar före cykelturen.

Allmänt

Alla skruvar och muttrar bör efterdras med jämna mellanrum. Framför allt hjulmuttrar och snabbkopplingar av typ quick-release, se sidan 15 och sidan 21 för detaljerad information.

Belysning och reflexer

Se till att dessa är i ordning och fungerar vid cykling i mörker.

Fälgbroms

Bromsbeläggen bör vara 1–2 mm från fälgen. Kontrollera att de inte är utslitna. Håll fälgarnas bromsytor rena från olja och smuts. Kontrollera att fälgens (aluminiumfälgar enbart) slitagevarningsmarkering ej har underskridits. Se sid 20, underhållsavsnittet.

Slitagevarnare på cykelfälgar i aluminium, på cyklar med fälgbromsar.

En del cykelfälgar är utrustade med en koncentrisk cirkel utefter fälgsidorna. Detta är en s.k. slitagevarnare. Orsaken är att fälgar med tiden slits till följd av bromsarnas verkan mot fälgen.

När slitagevarnaren är nedsliten och ej synlig på vissa ställen av fälgen, innebär detta att fälgen är nedsliten och skall bytas ut!

Skivbroms

Kontrollera att skivan ligger fritt. Bromsskivan skall vara ren, bromsklossarnas fulla effekt fås efter några dagars användning när bromsbeläggens ytskickt blivit uppruggat. Iakttag därför extra försiktighet de första dagarna.

Varning! Vid vintertid kan isbildning fördröja bromseffekten.

Däck

Kontrollera lufttrycket. Kontrollera också att däckets tryck är rätt på fälgen och att det inte sitter några vassa föremål i däckets

Framgaffel och Ram

Kontrollera att framgaffel och ram inte är deformerade. Vänd dig omedelbart till din fackhandlare för besiktning vid minsta tecken på skada.

Hjul

Se till att hjulen sitter rakt i ram och gaffel. Snurra hjulen och kontrollera att de inte är vinda samt att inga ekrar är lösa.

Kontrollera att framhjulet sitter fast ordentligt.

Lyft upp cykelns främre del och slå med handen några slag mot däckets ovasida.

Vid minsta rörelse, undersök fastsättningen. Angående snabbkoppling av typ quick-release, se sidan 21. Passa på och känn efter om lagren glappar genom att "vicka" hjulen fram och tillbaka.

Kedja

Kontrollera regelbundet att kedjan inte är skadad eller "knakar" vid belastning på grund av slitage. Se till att kedjan alltid är väl inoljad.

Sadel

Det är viktigt att sadel och sadelstolpe sitter ordentligt fast. Känn efter före varje tur och dra åt om det är nödvändigt. Sadelstolpen får inte vara uppdragen så att max-märket syns!

Styre

Testa att styre och styrstam sitter fast ordentligt. Byt utslitna handtag och känn efter att de sitter fast på styret och inte går att vrida runt. **Styrstammen får ej vara monterad så högt att max-märket syns!**

Styrlager

Låsmuttern skall vara åtdragen och styrlagret får inte glappa. Det får inte gå trögt när man vrider styret.

Vevparti

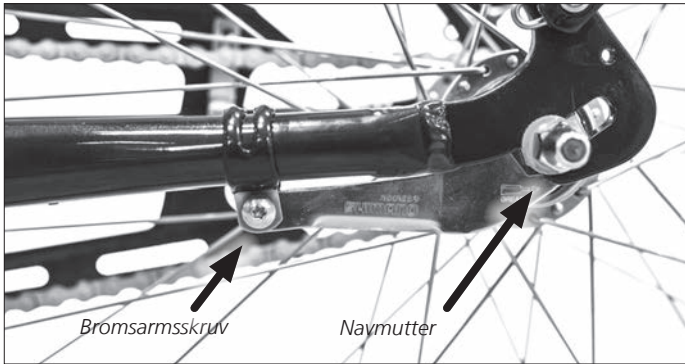
Vevlagret testas bäst genom att lyfta av kedjan fram. Nu skall vevlagret snurra lätt utan motstånd och glapp. Kolla klingor och vevarmar så att de inte är skadade. Dra åt vevarmsbultarna regelbundet.

Växlar och växelnäv med fotbroms

Håll dem väl justerade och rena. (Se sidorna 14 till 16.) Tillse att reglagekablar och wirar hålls väl smorda.

OBS! Är du osäker på vissa av punkterna, eller är tveksam på funktionen du nyss har kontrollerat, kontakta en fackman innan du använder cykeln.

Vägledning till underhåll av din cykel



För din egen säkerhet och för upprätthållande av reklamationsrätten är det viktigt att cykeln underhålls. Ett regelbundet underhåll ger större cykelglädje, och cykeln håller längre. Vi rekommenderar därför att läsa igenom vägledningen grundligt.

En del av underhållet kan många klara själva, men cyklar är ofta utrustade med komplicerad finmekanik, som vi vill råda dig att få servad och underhållen hos cykelhandlaren.

Cykeln har säkerhetsdetaljer som du ska överlåta till en fackman för reparation. Dit hör:

- Kedjeväxlar
- Växelnav
- Framnav/Navgenerator
- Baknav för frigångskrans
- Hjul, byte av ekrar, riktning
- Vevlager, vevparti
- Pedaler
- Styrlager/styrstam/styre
- Ram
- Framgaffel
- Bromsar (Fälgbromsar/Skivbromsar)
- Sadel/Sadelstolpe

Vi rekommenderar endast originaldelar eller av oss rekommenderade TEC- eller Spectra-komponenter.

I denna vägledning ges råd och vägledning för komponenter och delar som kräver särskild uppmärksamhet.

Kedja

Alla kedjor – även rostfria – ska torkas av, smörjas och justeras regelbundet. En ren och välskött kedja ger större körglädje, risken för brott blir mindre och belastningen av växel och nav minimeras.

Kedjor på cyklar med invändig växel (navväxel)

Det är viktigt att se till att kedjan är korrekt spänd. På mitten av kedjans fria längd ska spelrummet upp och ned högst vara 20 mm. Å andra sidan får kedjan inte vara för spänd, eftersom en kedja som är för spänd kan orsaka skador på bakhjulsagren. För att ställa in kedjan lossas navmuttrarna och bulten i baknavets bromsarm. Flytta därefter bakhjulet framåt eller tillbaka, så att kedjan får önskat spelrum. Glöm inte att spädda navmuttrarna och bromsarmsbulten samt kontrollera att hjulet sitter mitt på bakgaffeln.

Kedjor på cyklar med utanpåliggande växel (kedjeväxel)

Kedjan späddas automatiskt av växelns kedjeförararm. Om kedjan ska bytas rekommenderas att kontakta cykelhandlaren, eftersom kedjan ska ha korrekt längd och ofta ska kedja och krans bytas samtidigt.

Se även avsnittet om underhåll av växlar.

Nyttiga länkar:

www.shimano.com

www.sram.com

Skruvförband – Åtdragningsmoment

Vid körning på cykeln uppstår vibrationer, varvid bultar och skruvar kan lossna. Därför bör cykeln kontrolleras regelbundet och lösa delar efterspännas.

Använd inte för stort åtdragningsmoment. Det moment man spänner med ska anpassas till förskruvningens dimension. Spänner man för hårt riskerar man att skruven går av eller gängan skadas. Följande åtdragningsmoment är vägledande för standardcyklar, men kan variera mycket beroende på det material som ram och komponent är gjorda av:

Vevparti på vevaxeltapp	35–55 Nm
Låsmutter på styrlager	25–35 Nm
Navmuttrar framhjul	20–30 Nm
Navmuttrar bakhjul	30–45 Nm
Expanderbult i styrstam	15 Nm
Sadelstolpe	7 Nm
Sadel	20 Nm

Om du är osäker bör du överlåta arbetet till din cykelhandlare, eftersom felaktigt åtdragningsmoment kan orsaka skador på ram och komponenter och i värsta fall leda till olyckor.

Vajrar

Alla vajrar bör hållas välsmorda. Kontrollera vajrarna beträffande brott eller slitage regelbundet, så vajern inte går sönder.

Viktigt: Det är viktigt för säkerheten att låta cykelhandlaren blåsa alla vajrar rena från kondensvatten och smörja dem före vinterperioden. Därmed minimeras risken för att vajrarna fryser fast.

Bromsar

Bromsar är en viktig del av säkerheten på en cykel. Därför ska alla typer av bromsar kontrolleras regelbundet och justeras för att se till att de fungerar optimalt. Var uppmärksam på att den största delen av bromsförmågan kommer från framhjulet. Använd därför framhjulsbromsen med försiktighet och helst tillsammans med bakbromsen för att undvika olyckor.

Fälgbromsar

Bromsprincipen för en fälgbroms är att när bromshandtaget aktiveras kläms bromsklossarna in mot fälgen. Därmed bromsas hjulet. Bromsklossarna slits olika beroende på körstil, vägens skick och väderförhållanden. Kontrollera därför bromsklossarna regelbundet och byt ut dem i god tid innan slitprofilen är borta.

Skivbromsar

Skivbromsar finns som mekaniska, semihydrauliska och helt hydrauliska. För att uppnå en optimal bromseffekt är det viktigt att bromsskivan är ren, inte belagd med olja och utan skador. Bromsbeläggen ska bytas ut innan de är helt nedslitna och ska därför kontrolleras med jämna mellanrum.

På **helt hydrauliska skivbromsar** är det viktigt att kontrollera hållbarheten för vätskan/oljan i bromssystemet. Det kan även

uppstå kondens i systemet, vilket betyder nedsatt bromsförmåga. I så fall ska vätskan/oljan bytas. Av säkerhetsskäl rekommenderas därför service en gång om året eller enligt tillverkarens anvisningar. Eftersom det krävs stor insikt och tekniskt kunnande för att utföra den nödvändiga servicen, ska den utföras av cykelhandlaren.

Var uppmärksam på att när hjulet tas av ramen eller gaffeln finns det risk för att bromsklossarna kläms eftersom bromsskivan följer med hjulet. På de hydrauliska skivbromsarna kan de då pressas ut ur cylindrarna, vilket kräver specialverktyg för att reparera. Placera därför en skiva som är 3 mm tjock mellan bromsbeläggen samtidigt som hjulet tas av gaffeln eller ramen för att undvika nämnda problem.

Rullbromsar

Rullbromsar ska smörjas varje halvår med ett speciellt bromsfett, men är annars nästan underhållsfria. Det rekommenderas att låta cykelhandlaren utföra smörjningen.

Länkar:

www.shimano.com

www.sram.com

Växel

Det finns huvudsakligen två slags växlar. Navväxel (invändig växel) och kedjeväxel (utanpåliggande växel). Gemensamt för båda växeltyperna är att de kräver korrekt justering, smörjning och regelbunden vård för att fungera optimalt.

Invändig växel (navväxel)

Det är viktigt för växelns livslängd att växlar är korrekt justerade. Kontakta omgående cykelhandlaren om det konstateras att växeln inte fungerar perfekt. Körs det för länge med en felaktigt justerad växel, kan navet skadas.

På grund av klimatförhållandena i Sverige är det viktigt, oavsett vad växeltillverkaren meddelar, att växelnavet åtskiljs, rengörs och smörjs minst en gång om året.

Om navet utsätts för saltvatten ska det demonteras, rengöras och smörjas omgående för att förhindra korrosionsskador, som kan göra navet obrukbart.

Demontering, rengöring och smörjning ska utföras av en fackman.

Om cykeln rengörs med vatten är det viktigt att se till att vattnet inte tränger in i växelnavet. Använd **aldrig** högtryckstvätt.

Utanpåliggande växel (kedjeväxel)

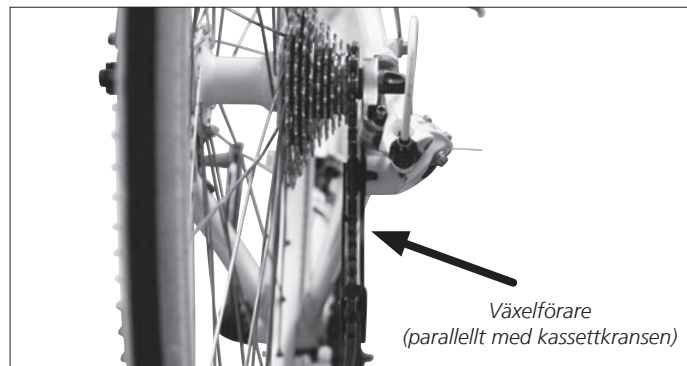
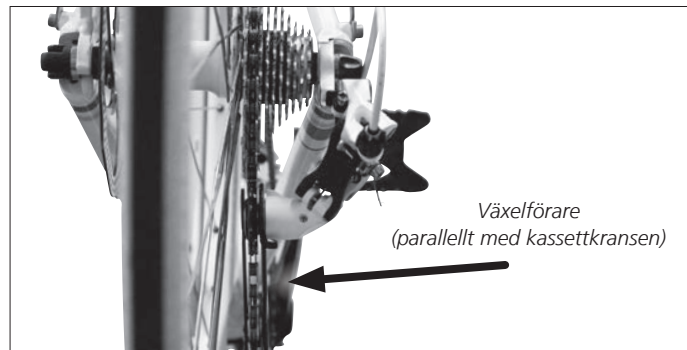
Kedjeväxelsystemet ska alltid rengöras från smuts och vara välskött för att fungera. Det är normalt att kedjan och den bakre kassetten ska bytas ungefär var 3 000:e km eller minst vartannat år – och oftare om nämnda underhåll inte genomförs. Eftersom kedjan och den bakersta kassetten slits tillsammans, bör man alltid byta ut båda delarna samtidigt.

Observera att växelföraren ska vara korrekt justerad, dvs. de två kedjeföringshjulen parallellt med kassetten kranisar och aldrig ut över de två yttersta kranisarna. Om växelföraren eller gaffeländan trycks inåt (cykeln kan t.ex. ha vält utan att man vet om det) kan växelföraren gå in i ekrarna på bakhjulet med stora skador som följd.

Frihjulskransen/kassetthuset ska liksom växelsystemets övriga delar smörjas regelbundet. Om cykeln inte används under en längre period ska frihjulskransen/kassetthuset vara särskilt väl smorda i olja. Demontering av frihjulskransen/kassetthuset kräver specialverktyg och **bör** utföras av en fackman.

Vid rengöring skall inte en högtryckstvätt användas.

Byt bara växel när det trampas framåt. Byte av växel när det trampas baklänges kan ge stora skador på växelsystemet.



Nyttiga länkar:
www.sram.com
www.shimano.com

Vevparti och styrlager

Vevparti och styrlager ska vara välsmorda och kunna röra sig lätt och utan glapp. Om glapp uppstår ska det korrigeras för annars skadas lagerbanorna och andra delar som gaffelrörets gänga.

Glapp ska korrigeras av cykelhandlaren.

Hjul och ekrar

Fälgar med slitagevarnare

Det rekommenderas att låta cykelhandlaren kontrollera om fälgsidorna är slitna på grund av bromsning regelbundet. En nedsliten fälg kan utgöra en stor risk för att fälgen bryts och därmed orsaka olyckor.

Vissa fälgar är försedda med en slitagevarnare, som kan ses som en extra rand på fälgsidan. Om fälgen är mycket sliten har det slitits bort så mycket på grund av bromsning att randen inte längre är synlig eller inte längre är synlig på vissa ställen. På vissa fälgtyper kan hål ses genom fälgväggen. Bägge delar är en varning om att fälgen är mycket försvagad och ska bytas ut omedelbart.



Efterspänning av ekrar

Ekrar kommer att förskjutas när cykeln används. Därför är det viktigt att gå igenom ekrarna regelbundet för att konstatera om de är lämpligt spända och ingen är lös. Om en eker går av ska den omgående bytas och resten av ekrarna ska justeras och efterspännas. Om man kör med en eker som gått av, får det ofta till följd att hjulet blir skevt och det kan bli nödvändigt att byta både fälg och ekrar.

Eftersom efterspänning och byte av fälgar eller ekrar som gått av kräver fackkunskap, ska underhållet utföras av cykelhandlaren.

Snabbkoppling

Vissa cykeltyper har nav med snabbkoppling som även kallas Quick release. Det betyder att hjulen kan demonteras och monteras med hjälp av den excentriska snabbspännarmen som sitter på ena sidan.

Det är viktigt att hjulet spänns korrekt och med rätt kraft. Vid korrekt låsning kan motstånd märkas först när armen är halvt låst. Om det ska användas mycket kraft, så lossar du muttern på andra sidan lite och försöker igen. Observera att vid för hög kraft för att komma i den låsta positionen, kan den invändiga axeln utsättas för en så stor spänning att den går sönder.

Kontakta cykelhandlaren om du är osäker.

Dämpade framgafflar

Dämpade framgafflar finns med många olika dämpnings-system, som kräver olika former av underhåll.

Grundläggande underhåll av dämpade gafflar är att se till att de invändiga gaffelbenens övre delar är rena och fria från grus eller annan smuts.

Observera att en dämpade framgaffel kräver särskild vård, och för att kunna fungera tillfredsställande ska den ha service minst en gång om året eller oftare beroende på tillverkarens anvisningar. Kom ihåg att kontrollera service-intervallen.

En enkel gaffel, som endast innehåller en stålfjäder, kräver inte mycket underhåll, medan mer sofistikerade gafflar är känsliga för det kondensvatten som bildas i alla gafflar och bör därför demonteras, smörjas och få oljan bytt efter 50–100 timmars användning.

Eftersom det krävs stor insikt och tekniskt kunnande för att utföra den nödvändiga servicen, rekommenderas det att låta cykelhandlaren utföra den.

Nyttiga länkar:

www.rockshox.com

www.srsuntour-cycling.com

Däck och Slang

Däck

Håll alltid däcken pumpade till korrekt lufttryck. Det ger lättare körning och förhindrar skador på däck, slangar och fälgar.

Det korrekta lufttrycket är angivet på sidan av däckets, t.ex. INFLATED TO 40–65 psi eller max. 60 psi. Har man inte en pump med lufttrycksmätare kan trycket kontrolleras genom att tummarna pressas hårt mot däckets. Däckets ska kännas hårt.

Det rekommenderas att kontrollera att däcken har korrekt tryck före körning och att sten som fastnat tas bort. Därmed undviks många punkteringar.

Slangar

Cykelslangar kan vara monterade med olika ventiler – vanlig cykelventil, racerventil eller bilventil.

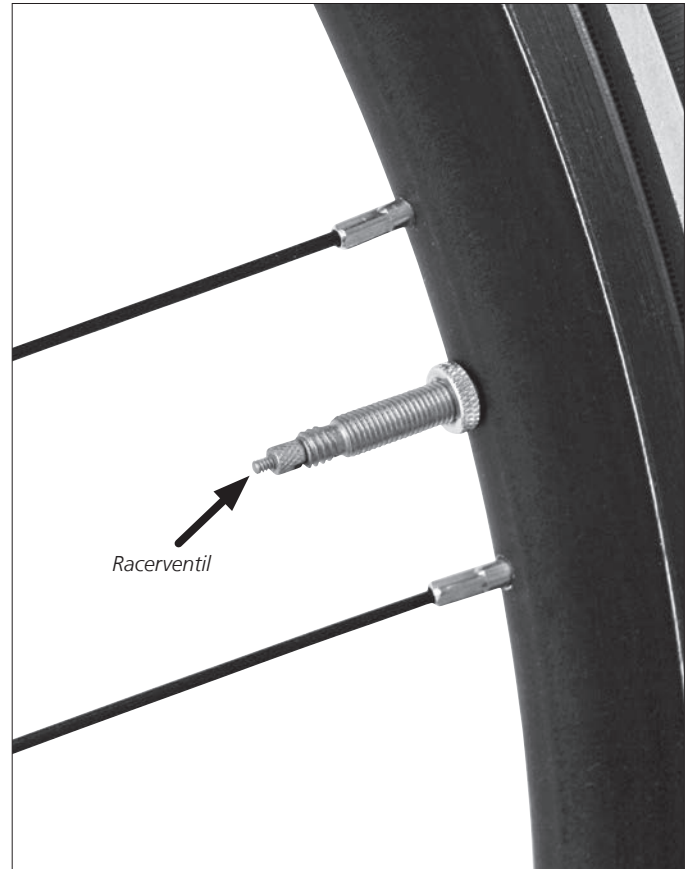
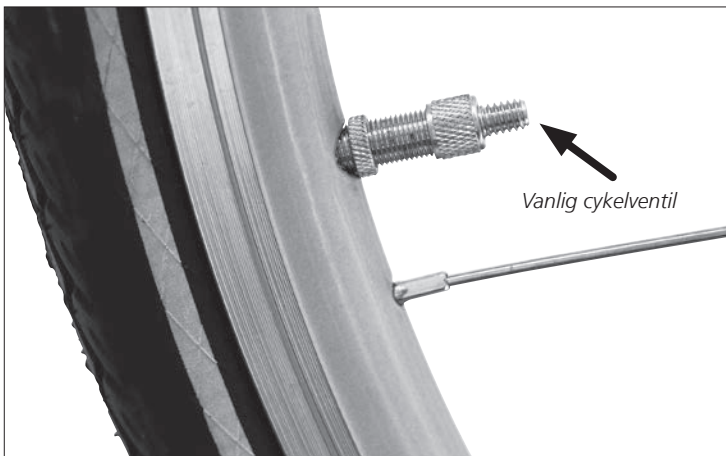
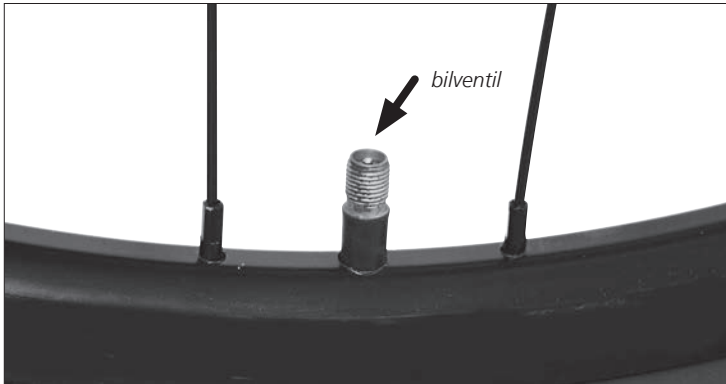
Var uppmärksam på att vid pumpning av slangar med racerventil ska den lilla muttern på ventilen lossas före pumpning. Om det inte görs, kommer det inte in luft i slangen och man riskerar att ta sönder ventilen med pumpen.

Pumpning av cyklar med racerventil kräver en specialpump eller en ventiladapter, som skruvas på racerventilen efter att den lilla muttern har lossats. Då kan en vanlig pump användas. Glöm inte att spänna den lilla muttern på ventilen efter pumpning.

Det rekommenderas att t.ex. skaffa en fotpump som kan användas till alla ventiler och som visar lufttrycket. Rådfråga din cykelhandlare om du är osäker.

Omvandlingstabell

- 1 LBS eller psi \approx 7 kPa
- 1 kp/cm² \approx 100 kPa \approx 14 psi



Lås

Håll låset rent och fritt från smuts. Smörj cylindern, utlösaren och låsarmens öppning regelbundet. Öppna och stäng låset upprepade gånger efter smörjningen.

Sadel

För att få en så bekväm sadel som möjligt är det viktigt att se till att avståndet mellan vilopunkterna på sadeln motsvarar avståndet mellan sittknölnarna. Be eventuellt cykelhandlaren om hjälp med att hitta rätt sadel.

Säkerhet

Har man råkat ut för en olycka – vält, blivit påkörd eller liknande – där styret, ramen, framgaffeln, pedalerna eller vevarmarna kan ha skadats, bör byte alltid äga rum eftersom det finns risk för att de går sönder senare.

Allmän cykelvård

Håll alltid cykeln ren. Använd vanliga rengöringsmedel och en mjuk borste för att ta bort smuts. Cykelhandlaren har ett brett utbud av miljövänliga smörjmedel och vårdande medel och ger gärna råd om den allmänna vården av cykeln. Regelbunden cykelvård förlänger cykelns livslängd.

Förvaring

Om cykeln inte används under en längre period, t.ex. under en sträng vinter, ska den rostskyddas. Spreja förkromade och förzinkade delar och detaljer med ett rostskyddsmedel. Ställen på ramen som är svåra att nå och aluminiumdelar skyddas på detta sätt mot rost och oxidering.

Det är en bra idé att förvara cykeln hängande. Det avlastar däcken, och de blir mindre utsatta för sprickbildning.

När cykeln åter tas i bruk ska den torkas av noggrant. Om cykeln är utrustad med fälgbromsar är det särskilt viktigt att torka av fälgsidorna noggrant för att upprätthålla en optimal och säker bromsförmåga.

Försäkring

Vanligtvis omfattas ansvar och stöld av din cykel av hemförsäkringen. Unga som har flyttat hemifrån kan omfattas av föräldrarnas hemförsäkring (se ditt försäkringsbolags fullständiga villkor).

Var uppmärksam på att försäkringen normalt endast täcker upp till ett visst belopp. Har man därför köpt en cykel i den översta delen av prisskalan bör man för säkerhets skull kontakta sitt försäkringsbolag för mer information om täckning av cykeln och kanske teckna en tilläggsförsäkring.

Om cykeln blir stulen är det ett krav från försäkringsbolagen att den har varit låst med ett av SSF Stöldskyddsföreningen godkänt lås. Därför är det viktigt att kontrollera att låsbeviset har fyllts i med ramnummer, nyckelnummer och datum samt att förvara det säkert.

Anmälan om självriskeliminering skall göras till försäkringsbolaget Solid Försäkringar AB tillsammans med en skadeanmälan och ett kvitto på polisanmälan. Det är en bra idé att spara kvittot på cykeln, eftersom ärendets förlopp och utbetalningen av ersättningen underlättas av att det också skickas in.

Spara alltid kvitton på större reparationer och köp av extrautrustning, eftersom de kan få betydelse för ersättningsbeloppet vid en eventuell stöld.

Nyttiga länkar:

www.stoldskyddsforeningen.se

www.solidab.se

Extra nycklar

Om din cykel är försedd med ett SSF-godkänt lås, medföljer två nycklar. Eftersom det inte finns något register som kan upplysa om vilken nyckel som är monterad på vilken cykel, är det viktigt att spara det medföljande låsbeviset, där nyckelnumret är angett. Det ska användas när man vill köpa extra nycklar till låset.

Extra nycklar kan köpas hos din cykelhandlare eller hos nyckelkopia.se, som ser till att extranycklarna skickas direkt till dig om du meddelar nyckelnumret.

Nyttig länk:
nyckelkopia.se

Elcyklar

På de allra flesta områden liknar en elcykel en vanlig cykel och ska underhållas på samma sätt och med samma intervall.

Särskilt underhåll

Det svenska klimatet ställer stora krav på elcyklars robusthet och driftsäkerhet och de är utrustade med komponenter som kräver särskild uppmärksamhet och underhåll. Det handlar om elmotorn, batteriet, motorkontrollen, sensorerna, ackumulatortorn och anslutningsdonen.

Tillverkarens hänvisningar

Det är mycket viktigt att läsa tillverkarens instruktionsbok noggrant och att följa de serviceintervall och anvisningar som ges för laddning av batteriet och underhåll av ovannämnda särskilda komponenter.

I instruktionsboken finns även viktig information om särskilda reklamationsbestämmelser på elcykeln.

Underhållsschema

Frekvens	Kontrollpunkt	Åtgärd			
		KONTROLL	RENGÖRING	SMÖRJNING	INFETTNING
FÖRE VARJE ANVÄNDNING	- Fälgar	✓			
	- Fram- och bakbroms	✓			
	- Hjulmuttrar eller quick release	✓			
	- Belysning och reflexer	✓			
	- Ringlocka	✓			
	- Däckets lufttryck	✓			
	- Sadelstolpe, sadel och styre/styrstam	✓			
VARJE MÅNAD	- Kedja, rengöring och inoljning		✓	✓	
	- Rengöring av bakväxel samt inoljning		✓	✓	
	- Ekerspänning	✓			
	- Riktning av hjul	✓			
EFTER BEHOV (var 6:e månad)	- Förslitning av fälgsidor	✓			
	- Förslitning av bromsklossar och vid behov utbyte	✓			
	- Styrlager m.a.p. ev. glapp	✓			
	- Översyn av ram, gaffel, styre, styrstam, vev, fälg, sprickor, deformationer	✓			
EFTER BEHOV (minst 1 gång per år)	- Lagerspel i nav, justering, rengöring, infettning	✓	✓		✓
	- Insmörjning pedalaxlar	✓	✓	✓	
	- Broms- och växelkablar	✓		✓	
EFTER BEHOV (minst var 5000:e km)	- Åtdragning av vevarmar på axeltapp	✓			
	- Åtdragning av pedaler på vevarmar	✓			
	- Åtdragning av styre/styrstam	✓			
	- Åtdragning av bromsar i sina infästningspunkter i ram/gaffel	✓			

Egna anteckningar

Egna anteckningar



HÄFTA FAST DITT VÄRDEBEVIS HÄR

**SPARA DITT KVITTO TILLSAMMANS MED
DENNA CYKELMANUAL.**



Cycleurope Sverige AB
432 82 Varberg



CYCLEUROPE