UPUTSTVO ZA UPOTREBU BICIKLA

Matis outdoor d.o.o.

Uputstvo za upotrebu standarda EN 14764, 14765, 14766, 14761, 14781

Vaš bicikl može biti zabavan kada se koristi za prijevoz, rekreaciju, vježbu ali vožnja biciklom također može biti opasna, naročito ako pokušate vožnju iznad svojih sposobnosti ili iznad granica vašeg bicikla.
Svaki bicikl i njegovi dijelovi imaju ograničenja zbog mnogih svojstva kao što su;

- Dizajn
- Materijal
- Održavanje
- Način korištenja

Prvo pravilo u sigurnoj vožnji biciklom je koristiti zdrav razum i biti upoznat sa svim prometnim propisima.

VAŽNO:
Uputstvo za upotrebu sadržava informacije o sigurnosti, servisu te radu. Pročitajte uputstvo prije prve vožnje i spremite ga na sigurno za kasniju u upotrebu.
Također su na raspolaganju informacije o radu, sigurnosti i servisu određenih dijelova bicikla kao na primjer amortizeri ili pedale, te o dodatno kupljenoj opremi kao što su kaciga ili svjetla.
Pobrinite se, da pri kupnji bicikla dobijete od prodavača priloženu literaturu proizvođača. U slučaju neslaganja podataka u uputsvu za upotrebu i podatcima proizvođača sastavnih dijelova držite se proizvođačevih.
Ako imate bilo kakvo pitanje ili problem s razumijevanjem uputstva, radite odgovorno i posavjetujte se sa prodavačem odnosno proizvođačem.

NAPOMENA:
Ovo uputstvo za upotrebu nije namijenjeno detaljnoj upotrebi, servisiranju, popravku odnosno održavanju. U slučaju servisiranja, popravka ili održavanja posjetite vašeg prodavača.

Važno je, da prije prve vožnje pažljivo pročitate uputstvo za upotrebu.
Vjerujemo, da ste već nestrpljivi ali čitanje će vam oduzeti samo par minuta vašeg vremena, a onda možete u potpunosti iskoristiti potencijal vašeg novog bicikla.
Molimo vas, da dok čitate budete pozorni na sigurnosne informacije i upozorenja koja će vam pomoći da izbjegnete ozbiljna oštećenja.
Ako naiđete na bilo koji problem u vezi vašeg bicikla, a da nije spomenut u uputstvu za upotrebu, molimo vas, da se obratite na najbližeg ovlaštenog prodavača, koji će vam odgovoriti na pitanja, uraditi zahtijevana održavanja, preporučiti najbolju opremu i brzine za dopunu pri vožnji i prilagodbu bicikla.

POPIS OVLAŠTENIH TRGOVINA I SERVISA

Popis distributera	Adresa	Grad	Telefon/mobitel	Servisi
MVV PRODAJNI CENTAR - P. 2	STJEPANA RADIĆA 29	BEDEKOVČINA	049/214 863	
AUTO-HRVATSKA d.o.o.	SPLITSKA 16.	BIOGRAD NA MORU	023/383 559	OVLAŠTENI SERVIS
GEMA d.o.o	FRANJEVAČKA 11C	BJELOVAR	043/221 374, 095/901 6647	OVLAŠTENI SERVIS
GONZO USLUŽNI OBRT	TURION 8	CRES	098/1315 795	OVLAŠTENI SERVIS
MIHALEC d.o.o.-TRGOVINA BECIKLIN	PRELOŠKA 46	ČAKOVEC	095/6455 221	OVLAŠTENI SERVIS
BICIKLI MAJIĆ	A. HEBRANGA 144	ĐAKOVO	031/816 356, 091/ 7364 723	OVLAŠTENI SERVIS
DARVIL d.o.o.	TRG KRALJA TOMISLAVA 1	DARUVAR	043/331 313	
TRGOVINA AUTO DIJELOVA MORIS	DRAŽICE BB	DRAŽICE-RIJEKA	091/4777 748	
VIVA SPORT	JOSIPA ZORIĆA 41	DUGO SELO	01/2752 136	OVLAŠTENI SERVIS
ELTEK	KUNDEKOVA 2	IVANIĆ-GRAD	099/2169 530	
METALIA KARLOVAC	PAVLA VITEZOVIĆA 10	KARLOVAC	047/615 277	
TRGOVINA, SERVIS BIC. CINAC	A. HEBRANGA 9	KARLOVAC	047/646 024	OVLAŠTENI SERVIS
PIK DAMA	IVANJSKA ULICA 9	KOPRIVNICA	098/9403 559	OVLAŠTENI SERVIS
JURILICA EKSPRES d.o.o.	ZAGREBAČKA 2	KRAPINA	098/837 963	OVLAŠTENI SERVIS
MIŠKO TRGOVINA	ULICA BANA JOSIPA JELAČIĆA 24	KRIŽEVCI	095/9885 533	OVLAŠTENI SERVIS
BAMT d.o.o. ZAGREB	TRG S. RADIĆA 29C	MAČE	049/467 001, 049/467 002	
MEDITERAN SPORT	TRG ZAGAZINJINE 2	MALI LOŠINJ	095/7777 333	OVLAŠTENI SERVIS
MVV PRODAJNI CENTAR - P. 1	JURKETINEC 3	MARUŠEVEC	042/729 153	
EXPERIENCE ADVENTURE SPORTS SHOP	KASTAVSKA CESTA 23	MATULJI	051/277 094	OVLAŠTENI SERVIS
JAREBICA TRGOVINA NA MALO	PETRA KR. IV/29	METKOVIĆ	020/682 779, 098/867 475	OVLAŠTENI SERVIS
EXTREMUS d.o.o.	ULICA MURVI 15.	NOVIGRAD (ISTARSKI)	098/ 420 586	OVLAŠTENI SERVIS
TRG. USLUŽNI OBRT ´´VEBLE´´	OSJEČKA 44	NOVSKA	091/7348 238	OVLAŠTENI SERVIS
BRIIT d.o.o.	K. ZVONIMIRA 33	ORAHOVICA	033/647 303	
AUTO DIJELOVI ´´VELEBIT´´	K. ZVONIMIRA 115	OTOČAC	053/773 540	
OTOČAN	POD PAKLJOM 1	OTOČAC	053/572 070	
ALLES ELEKTROCENTAR	INDUSTRIJSKA 40	POŽEGA	034/311 140	OVLAŠTENI SERVIS
BIKE PLANET PULA	SISPLAC 2	PULA	052/387 384, 095/1598 147	OVLAŠTENI SERVIS
TRGOVAČI OBRT VITO	PALIT 68	RAB	051/727 625, 099/2155 143	
BIKE PLANET ROVINJ	TRG NA LOKVI 3	ROVINJ	052/830 531	OVLAŠTENI SERVIS
INSTRUKTOR	GAJEVA 35	SAMOBOR	098/1770 257	OVLAŠTENI SERVIS
ALPHA BIKE	ULICA KRALJA TOMISLAVA 32	SISAK	044/633 897	OVLAŠTENI SERVIS

Popis distributera	Adresa	Grad	Telefon/mobitel	Servisi
AUTO STOP	SLAVONSKA 7	SL. BROD	035/272 300	OVLAŠTENI SERVIS
KOMPAS d.o.o	B. RADIĆA 207	SLATINA	033/543 510, 091/5513 435	OVLAŠTENI SERVIS
BIKE BOX	M. GUPCA 41	SRAČINEC	042/250 156	OVLAŠTENI SERVIS
LEVAK PRODAJA I SERVIS	LUDBREŠKA 54	TRNOVEC BART.	042/683 097	
TRGO AUTO BIKE SHOP	ULICA ŽRTAVA FAŠIZMA 5	UMAG	051/721 303	OVLAŠTENI SERVIS
BIKE BOX	A. CESARCA 5	VARAŽDIN	042/200 616	OVLAŠTENI SERVIS
MVV PRODAJNI CENTAR-P. 3	OPTUJSKA 107	VARAŽDIN	042/203 035	
V.G. AUTO	ZAGREBAČKA 67	VELIKA GORICA	01/6252 504	OVLAŠTENI SERVIS
KOMPAS d.o.o	ZVONIMIROV TRG 3-4	VIROVITICA	091/5513 435	OVLAŠTENI SERVIS
BICIKLE FRŽOP	ULICA STANKA MINIĆA 9	VODICE	022/443 685	OVLAŠTENI SERVIS
BIKE SHOP d.o.o VUKOVAR	STJEPANA RADIĆA 6	VUKOVAR	092/2999 000	OVLAŠTENI SERVIS
AUTO HRVATSKA	BANA JOSIPA JELAČIĆA 1C	ZADAR	032/305 069	OVLAŠTENI SERVIS
COBRA BOX d.o.o.	JOSIPA STRGANCA 6	ZAGREB	098/9311 154	OVLAŠTENI SERVIS

JAMSTVENI LIST ZA BICIKL

Vrsta bicikla……

Boja……

Tip……..

Broj rame……

Proizvodni broj……

Zapisi servisa……

Ime……

Prezime……

Datum……

Potpis i pečat prodavača

……..

PREGLED GARANCIJSKIH POPRAVAKA

DATUM	VRSTA POPRAVKA	POTPIS SERVISERA

GARANCIJA

Prilikom korištenja garancije kupac predaje kompletno čisti bicikl a prodavaču potvrđen jamstveni list. Garancijski popravak koriste isključivo kod prodavača.

PRAVO NA GARANCIJU PRESTAJE;

- pri uobičajenoj istrošenosti dijelova
- ukoliko je ustanovljeno da je do kvara došlo zbog greške korisnika (nestručno rukovanje, nestručan popravak itd.)
- prestankom važenja jamstva
- ukoliko se proizvod nije normalno koristio te održavao prema uputama
- ukoliko je jamstveni list nepotpuno ili krivo ispunjen

GARANCIJA NA BICIKLE:

Na sve modele bicikala Cross, Kenzel, Ultra, Dinobikes, Gepida, Merida, Sky, Tomos i električne bicikle, garancija vrijedi 2 godine (24 mjeseca).

POGON

Garancija vrijedi na materijal.

KOTAČI

Garancija se može iskoristiti za neispravan materijal (puknuta felga, osovina, zupčanik) ukoliko je tvornička greška. Ne odnosi se na greške i kvarove prilikom neadekvatnog rukovanja. Žbice ne spadaju u garanciju.

KOČNICE, MJENJAČ BRZINA

Garancija se može iskoristiti za neispravan materijal. Podešavanje ne podliježe garanciji. U slučaju raspada mehanizma nije moguće koristiti garanciju.

SJEDALO

Garancija vrijedi na materijal, prosuđuje se sa stanovišta funkcionalnosti. Oštećenja uzorkovana pomakom sjedala ne podliježu reklamaciji. Reklamacija se također ne priznaje ukoliko je sjedalo bilo podignuto iznad maksimalne razine.

LANAC

Garancija se može iskoristiti za neispravan materijal. Na istrošenost prilikom svakodnevnog korištenja, puknuću ili sniženoj funkciji pod utjecajem zanemarenog održavanja ili neispravnog rukovanja garancija ne vrijedi.

MAČJE OČI

Oštećene ili razbijene mačje oči nisu pod garancijom.

GUME I ZRAČNICE

Garancija vrijedi za neispravan materijal a ne vrijedi za istrošenost gume prilikom svakodnevnog korištenja ili oštećenja zbog nestručnog rukovanja i skladištenja.

Cjenik popravaka i rezervnih dijelova nalazi se kod svakog prodavača.

Max nosivost za sve brandove je do 100 kg.

SADRŽAJ

Popis ovlaštenih trgovina
Jamstveni i garantni list
OPĆE UPOZORENJE
Posebna napomena za roditelje
1. Početak
A. Podešavanje bicikla
B. Sigurnost na prvom mjestu
C. Provjeravanje sigurnosti mehanizma
D. Prva vožnja
2. Sigurnost
A. Osnove
B. Sigurna vožnja
C. Sigurnost na terenu
D. Vožnja po mokrom vremenu
E. Vožnja po noći
F. Ekstremni, akrobatski i natjecajni biciklizam
G. Mijenjanje sastavnih dijelova i dodavanje dodatne opreme
H. Sigurnosne upute za dječje bicikle
3. Podešavanja
A. Visina raskoraka
B. Položaj sjedišta
C. Visina i kut upravljača
D. Podešavanje upravljača
E. Dohvat kočnica
4. Tehnika
A. Kotači
1. Sigurnosni sistem na prednjem kotaču
2. Prečka kotača
3. Odstranjivanje i namještanje kotača
B. Spona za prečku na sjedišnom osloncu
C. Kočnice
D. Mjenjač
E. Pedale
F. Amortizeri
G. Gume i zračnice
5. Servis
A. Periodi servisiranja
B. U slučaju sudara bicikla
Dodatak A: Svrha upotrebe
Dodatak B: Životni vijek bicikla i njegovih sastavnih dijelova
Dodatak C: Kočnica torpedo
Dodatak D: Specifikacije o zateznom momentu pri pričvršćivanju

OPĆE UPOZORENJE:
Biciklizam kao i dugi sportovi uključuje rizik raznih oštećenja. Kada se odlučite za biciklizam, s tim preuzmete i odgovornost za taj rizik, zato je potrebno poznavanje (i uzimanje u obzir) pravila sigurnog i odgovornog biciklizma, te pravilne upotrebe i održavanja. Pravilna upotreba i održavanje vašeg bicikla smanjuju rizik oštećenja. Uputstvo za upotrebu sadrži nekoliko upozorenja na posljedice nepravilnog održavanja ili
pregledavanja vašeg bicikla odnosno na nepoštivanje savjeta o sigurnoj vožnji.
• Kombinacija simbola za opasnost i riječi *UPOZORENJE* ukazuju na moguću rizičnu situaciju, koja, u slučaju da je ne izbjegnemo, može uzrokovati ozbiljne povrede ili smrt.
• Kombinacija simbola za opasnost i riječi *OPREZ* ukazuju na moguću rizičnu situaciju, koja u slučaju da je ne izbjegnemo, može uzrokovati manje povrede odnosno upozorava na opasnost upotrebe.
• Riječ *OPREZ* bez simbola za opasnost ukazuje situaciju, koja u slučaju da je ne izbjegnemo, može uzrokovati ozbiljna oštećenja na biciklu odnosno poništenje garancije.
Puno odlomaka »Upozorenje« i »Oprez« spominje mogućnost, da » izgubite kontrolu i padnete«. Pošto su moguće posljedice bilo kojeg pada ozbiljne povrede ili čak smrt, na njih vas u uputstvu stalno ne upozoravamo.
Pošto je nemoguće predvidjeti svaku situaciju ili uvjete koji se mogu pojaviti dok smo na biciklu, upute za upotrebu ne prikazuju sigurnu upotrebu bicikla u svim uvjetima. Postoje rizici vezani na upotrebu bicikla koji se ne mogu predvidjeti odnosno nemoguće ih je izbjeći, te su isključivo odgovornost vozača.

Posebna napomena za roditelje:
Kao roditelj ili skrbnik odgovorni ste za radnje i sigurnost vaše maloljetne djece. To znači, da morate biti sigurni u to, da je bicikl prilagođen vašem djetetu tako, da radi perfektno, da i vi i vaše dijete znate upravljati sa biciklom, te da oboje znate, razumijete i uzimate u obzir ne samo prometna pravila, koja važe za bicikle, motorna vozila i promet, nego i opća pravila za sigurnu i odgovornu vožnju sa biciklom. Preporučljivo je, da kao roditelj ili skrbnik pročitate ovo uputstvo za upotrebu i upozorenja te postupke rada i upravljanja sa biciklom i ponovite sa vašim djetetom prije nego mu dozvolite vožnju sa biciklom.

UPOZORENJE: Uvjerite se, da vaše dijete bicikl uvijek nosi biciklističku kacigu dok vozi, i da razumije, da se kaciga nosi samo dok smo na biciklu. Biciklističku kacigu nije dozvoljeno nositi tijekom igranja, na mjestima za igranje, igralištima, tijekom penjanja na drveće ili bilo kada, ako nismo na biciklu.
Nepoštivanje ovog upozorenja može dovesti do ozbiljnih povreda odnosno smrti.

1. Početak

NAPOMENA: Preporučujemo vam, da prije prve vožnje u cijelosti pročitate ovo uputstvo za upotrebu odnosno barem pročitate i pobrinete se, da razumijete svaki dio ovog poglavlja i vratite se na one dijelove koje u potpunosti ne razumijete. Molimo vas, da uzmete u obzir, da sve opisane karakteristike u ovom uputstvu ne važe za sve bicikle. Zamolite vašeg prodavača, da vas upozori na karakteristike vašeg bicikla.

A. Pravilno podešavanje bicikla

1. Da li je vaš bicikl pravilne veličine? To možete provjeriti u odlomku 3.A. Ako je vaš bicikl prevelik ili premali za vas, možete izgubiti kontrolu i pasti. Ako vaš bicikl nije prave veličine, zamolite vašeg prodavača, da vam zamijeni bicikl prije vožnje.
2. Da li je visina sjedala pravilna? To možete provjeriti u odlomku 3.B. Ako želite prilagoditi visinu sjedala, pratite upute u odlomku 3.B Upute za najniži položaj.
3. Da li su sjedalo i sjedišni oslonac pravilno pričvršćeni? Pravilno zategnuto sjedište spriječit će micanje u bilo kojem smjeru. Vidite odlomak 3.B.
4. Da li su nosači i upravljač podešeni na vašu visinu? Ako nisu, pogledajte odlomak 3.B.
5. Možete li udobno upravljati sa kočnicama? Ako ne možete, sami probajte prilagoditi kut i dohvat. Vidite odlomak 3.D i 3.E.
6. Da li razumijete u potpunosti kako je potrebno upravljati sa vašim novim biciklom? Ako ne, neka Vam vaš prodavač prije prve vožnje objasni funkcije odnosno karakteristike koje ne razumijete.

B. Sigurnost na prvom mjestu

1. Tijekom vožnje uvijek nosite biciklističku kacigu i slijedite upute proizvođača za podešavanje, upotrebu i održavanje.
2. Da li imate i ostalu potrebnu i preporučenu sigurnosnu opremu? Vidite odlomak 2. Vaša odgovornost je, da se interesirate o zakonima na području gdje se vozite i da ih poštujete.
3. Znate li kako pravilno zaštititi prednji i zadnji kotač? Provjerite u odlomku 4.A.1, da budete sigurni. Vožnja sa nepravilno zaštićenim kotačima može uzrokovati pomicanje kotača, a kao posljedica toga, ispadanje kotača. To može dovesti do ozbiljnih povreda odnosno smrti.
4. Ako vaš bicikl ima pedale s košaricama ili pedale s kopčama (SPD pedale), provjerite da li rade (vidite odlomak 4.E). Takve pedale zahtijevaju posebnu tehniku i znanje. Slijedite proizvođačeve upute za upotrebu, prilagođavanje i održavanje.
5. Da li se vaši prsti na nogama dodiruju prednji kotač? Može se desiti, da se vaši prsti na nogama odnosno košarica na pedalama dodiruju prednjeg kotača u trenutku kada se pedala nalazi na prednjoj strani bicikla i kada je kotač okrenut. Pročitajte odlomak 4.E i provjerite, da li se to i vama dešava.
6. Da li vaš bicikl ima amortizere? Ako ih ima, pogledajte odlomak 4.F. Amortizeri mogu promijeniti način rada bicikla. Slijedite proizvođačeve upute za upotrebu, prilagođavanje i održavanje.

C. Provjeravanje sigurnosti mehanizma

Prije svake vožnje provjerite u kakvom je stanju vaš bicikl.

Matice, vijci i ostali pričvrsni dijelovi: Pošto proizvođači koriste pričvrsne dijelove različitih oblika i veličina, koji su napravljeni iz različitih materijala i koji se često razlikuju po modelu sastavnih elemenata, pravilna sila zatezanja i zatezni momenat nisu određeni. Da bi bili sigurni, da su svi pričvrsni dijelovi pravilno pričvršćeni, provjerite u Specifikacijama o zateznom momentu u dodatku D odnosno u proizvođačevim Specifikacijama o zateznom momentu. Pravilno zatezivanje materijala za pričvršćivanje zahtjeva upotrebu odgovarajućeg moment ključa. Kvalificirani serviser bicikala može vam sa moment ključem naštimati zatezni momenat na vašem biciklu. Ako se odlučite to sami napraviti, morate upotrijebiti moment ključ i pravilne specifikacije o zateznom momentu, koje je odredio proizvođač bicikala ili sastavnih dijelova odnosno vaš prodavač. Upozoravamo vas, da u slučaju potrebe za prilagođavanjem u kući ili na terenu budete oprezni, te da pričvrsne dijelove koji se trebaju prilagoditi, u najkraćem mogućem vremenu pregleda vaš prodavač.



UPOZORENJE: Jako je važna pravilna sila za zatezanje pričvsnih dijelova. Ako je sila premala može se desiti da snaga pričvsnog dijela neće biti sigurna. Ako je sila prevelika, pričvrsni dijelovi mogu olabaviti navoj vijka, rastegnuti se, deformirati ili slomiti. Nepravilno zatezanje može u svakom slučaju uzrokovati oštećenje sastavnih dijelova, što može dovesti do gubitka kontrole i pada.

***** Pobrinite se da sve bude dobro pričvršćeno. Podignite prednji kotač 5-7 cm u zrak, te ga spustite, da odskoči od poda. Da li čujete ili vidite bilo koji znak, da su dijelovi olabavljeni? Pregledajte i prepipajte cijeli bicikl. Da li ste našli neke olabavljene sastavne ili dodatne dijelove? Ako jeste, zaštitite ih. Ako niste sigurni, pitajte nekoga sa iskustvom i zamolite ga, da pregleda bicikl.

*** Gume i zračnice:** Budite sigurni da su gume pravilno napumpane (vidi odlomak 4.G.1). To ćete provjeriti tako, da jednu ruku položite na sjedalo, a drugu ruku na sredinu između upravljača i nosača, a onda se cijelom svojom težinom naslonite na bicikl i provjerite savijanje gume. Stanje gume provjerite sa stanjem pravilno napuhane gume. Ako je potrebno, prilagodite ga.

Da li su gume u dobrom stanju? Polako zavrtite obadva kotača i provjerite, da li se i gdje na otisku ili stranskom dijelu gume nalaze rezovi. Oštećene gume zamijenite prije vožnje.

Da li su kotači pravilno centrirani? Zavrtite obadva kotača i provjerite udaljenost od kočnica i njihanje. Čak i ako se kotač njiše samo malo, struže ili se zabija u kočionu oblogu, odvezite ga u ovlaštenu trgovinu sa biciklima, da vam ga centriraju.

OPREZ: Kotači moraju biti izravnani i zbog pravilnog rada kočnica na obruču kotača. Izravnavanje kotača je vještina koja zahtjeva poseban alat i iskustvo. Ne pokušavajte sami izravnati kotače ako nemate potrebno znanje, iskustvo i alat, koji su vam potrebni za taj posao.

***** Da li su gume čiste i neoštećene? Provjerite da li su gume uz rub čiste i neoštećene i u slučaju ako imate kočnice na obruču kotača, provjerite i površinu za kočenje. Provjerite, da li se bilo gdje vidi istrošenost guma.



UPOZORENJE: Obruč kotača je potrošni dio. Pitajte vašeg prodavača o istrošenosti obruča. Neki obruči imaju pokazivač istrošenosti obruča, koji pri istrošenosti površine za kočenje postane vidljiv. Vidljivost pokazivača istrošenosti obruča kaže, da obruč više nije za upotrebu. Vožnja sa takvim biciklom može dovesti do oštećenja bicikla, što može dovesti do gubljenja kontrole i pada sa bicikla.

*** Kočnice:** Provjerite, da li kočnice rade pravilno (vidi odlomak 4.C). Stisnite kočionu ručicu.

Da li je brzi zatvarač na kočnicama zatvoren? Da li su svi upravljački kablovi namješteni i da li rade sigurno? U slučaju, da imate kočnice na obruču kotača – da li se kočione obloge dodiruju obruča kotača ispravno, te da li se u potpunosti dodiruju sa obručem? Da li kočnice započnu djelovati unutar 2-3 cm od stiskanja kočione ručice? Da li možete na ručicama upotrijebiti potpunu silu kočenja, ne da bi se dotaknule upravljača? Ako ne, onda je kočnice potrebno podesiti. Ne vozite se biciklom, dok vam obučeni mehaničar bicikala ne podesi kočnice.

*** Sistem pričvršćivanja kotača:** Uvjerite se da su prednji i zadnji kotač pravilno zaštićeni. Pogledaj odlomak 4.A.

*** Sjedišni oslonac:** Ako vaš sjedišni oslonac ima nosač za kameru, koji se može jednostavno prilagoditi visini, provjerite, da li je pravilno namješten i blokiran. Pogledaj odlomak 4.B.

*** Izravnavanje upravljača i sjedišta:** Pobrinite se, da budu sjedište i nosač upravljača usporedno sa položajem osi bicikla, te da su čvrsto zategnuti, tako da ih je nemoguće pomaknuti iz njihovog izravnanog položaja. Pogledajte odlomak 3.B i 3.C.
*** Rog upravljača:** Pobrinite se, da su ručke upravljača sigurne i u dobrom stanju. Ako nisu, neka vam ih vaš prodavač zamijeni. Pobrinite se, da budu rogovi upravljača i produžetci priključeni. Ako nisu, neka vam ih prije vožnje s biciklom priključi vaš prodavač. Ako upravljač ima produžetke, pobrinite se da budu čvrsto pričvršćeni, da ih je nemoguće okrenuti.

⚠

UPOZORENJE: Olabavljene odnosno oštećene ručke ili produžeci upravljača mogu uzrokovati gubitak kontrole i pad. Nepravilno pričvršćeni upravljač ili produžeci mogu vas porezati i uzrokovati ozbiljne povrede.
JAKO VAŽNA SIGURNOSNA UPUTA:
Molimo, da u dodatku B također pročitate i upoznate se sa važnim informacijama o životnom vijeku vašeg bicikla i njegovih sastavnih dijelova.

D. Prva vožnja

Kada stavite biciklističku kacigu i odvezete se sa svojim biciklom na prvu vožnju, budite sigurni i izaberite poznatu sredinu, daleko od automobila, biciklista i ostalih prepreka. Vozite se i upoznajte svojstva i djelovanje vašeg novog bicikla.
Upoznajte rad kočnica (vidi odlomak 4.C). Testirajte kočenje pri maloj brzini tako da prebacite svoju težinu na prednji kotač i lagano stiskate kočnicu (prvo na zadnju kočnicu). Ako na prednju kočnicu zakočite naglo i jako, možete pasti preko upravljača. Prejako kočenje može zablokirati kotač, pri čemu možete izgubiti kontrolu i pasti. Klizanje je slučaj kada kotač zablokira.
Ako vaš bicikl ima kopče na pedalama odnosno pedala bez kopči (SPD pedala), vježbati kako stati i sići sa pedala. Pogledajte prijašnje poglavlje B.4 i odlomak 4.E.4.
Ako vaš bicikl ima amortizere, upoznajte njihovu reakciju na kočenje i promjene težine biciklista. Pogledajte prijašnje poglavlje B.6 i odlomak 4.F.
Vježbajte mijenjanje brzina (vidi odlomak 4.D). Zapamtite da nikada ne smijete mijenjati brzine dok okrećete pedale unatrag. Također nije preporučljivo, da odmah poslije zamjene brzine okrećete pedale unatrag, to bi moglo zablokirati lanac i uzrokovati ozbiljnu štetu na biciklu.
Provjerite djelovanje i reakcije bicikla te udobnost.
Ako imate bilo kakvo pitanje ili mislite, da nešto nije u redu sa biciklom, posavjetujte se sa svojim prodavačem prije prve vožnje.

2. Sigurnost

A. Osnove

⚠ **UPOZORENJE: Područje, po kojem se vozite, može zahtijevati posebne sigurnosne uređaje. Vaša odgovornost je, da se interesirate o zakonima vezanim za područje gdje se vozite, te da ih poštujete. Također je važno, da ste vi i vaš bicikl prikladno opremljeni, kao što je zakonski predviđeno.**
Poštujte lokalne zakone i propise na području biciklizma. Poštujte propise o rasvjeti, vožnji po pločniku te zakone o upotrebi biciklističkih puteva i staza, biciklističkih kaciga, dječjih sjedišta te posebne zakone o biciklima u prometu. Vaša odgovornost je, da poznajete ove zakone i da ih poštujete.



1. Uvijek nosite biciklističku kacigu, koja odgovara zadnjim standardima i koja je primjerena vašem području vožnje. Uvijek slijedite uputstva proizvođača kaciga za pravilnu upotrebu i održavanje kacige.
Najveći broj ozbiljnih povreda sa biciklom uključuje povrede glave, koje možete izbjeći ako nosite odgovarajuću kacigu.

⚠

UPOZORENJE: Ako ne nosite biciklističku kacigu, to može uzrokovati ozbiljne povrede odnosno smrt.

2. Prije vožnje s biciklom uvijek provjerite sigurnost mehanizma (vidi odlomak 1.C).
3. Upoznajte se u potpunosti sa kontrolnim dijelovima vašeg bicikla: kočnice (odlomka4.C), pedale (odlomak 4.E), mjenjač brzina (4.D).
4. Budite pozorni da su prilikom vožnje dijelovi tijela i ostali predmeti dovoljno odmaknuti od oštrih zupčanika, lanaca, pedala i okretnih ručica te kotača.
5. Uvijek nosite:

• Obuću, koja će ostati na nogama i dobro pirjanja na pedale. Pobrinite se, da vezice cipela ne dođu između pokretnih dijelove bicikla. Nikada ne vozite bicikl bosi ili u sandalama.

• Svijetlu i vidljivu odjeću, koja nije preširoka, da bi zapela među kotače te s tim ometala promet uz cestu odnosno na biciklističkom putu.

• Zaštitne naočale, koje će zaštititi vaše oči od prljavih letećih dijelova, praha i insekata. Po sunčanom vremenu nosite naočale sa obojenim lećama, a po oblačnom vremenu sa svijetlim lećama.

6. Ne skačite s biciklom. Skakanje s biciklom, posebno s BMX odnosno Brdskim biciklom može biti zabavno ali može iznenada i to u velikoj mjeri utjecati na bicikl i njegove sastavne dijelove. Biciklisti, uporni u skakanju sa biciklom, riskiraju ozbiljno oštećenje bicikla kao i sebe.
Prije skokova, akrobacija odnosno prije takmičenja, pročitajte odlomak 2.F.
7. Prilagodite brzinu uvjetima. Veća brzina znači i veći rizik.

B. Sigurna vožnja

1. Poštujte sva lokalna prometna pravila i zakone.
2. Cestu odnosno biciklistički put dijelite sa drugim učesnicima prometa – motoristi, pješaci i biciklisti. Također poštujte i njihova prava.
3. Vozite oprezno. Uvijek predviđajte, da vas ostali ne vide.
4. Gledajte pred sebe i budite pozorni na:

• Vozila koja usporavaju ili se okreću, uključuju u promet ili na vašu traku ispred vas odnosno približuju vam se straga.

• Vrata parkiranog auta, gdje se otvaraju vrata.

• Pješake, koji prelaze na cestu.

• Djecu i životinje u blizini ceste.

• Rupe na cesti, cestovne kanale, željezničku prugu, dilatacije, gradnju cesta ili pločnika, olupine odnosno ostale prepreke u koje bi mogao pasti vaš bicikl odnosno zbog kojih bi mogli naglo skrenuti sa puta u promet i imati nesreću.

• Mnogo drugih prepreka koje se mogu pojaviti u toku vožnje.

5. Vozite se po označenim biciklističkim putevima odnosno što bliže rubu ceste u smjeru prometa odnosno smjeru, koji je određen lokalnim zakonom.
6. Zaustavite se kod znaka stop i semafora. Usporite vožnju i pogledajte u oba smjera. Ne zaboravite da je bicikl u sudaru sa motoristom u slabijoj poziciji, zato budite spremni dati prednost iako prednost imate vi.
7. Koristite poznate ručne signale kod zaustavljanja ili skretanja.
8. Nikada ne vozite sa slušalicama, zbog kojih ne čujete zvuk prometa i sirene urgentnih vozila, ometaju vašu koncentraciju, a njihova se vrpca može zaplesti među dijelove bicikla i uzrokovati gubitak kontrole nad biciklom.
9. Nikada ne vozite drugu osobu na biciklu osim ako nije manje dijete, koje nosi odgovarajuću biciklističku kacigu i sjedi u pravilno postavljenom dječjem sjedištu odnosno prikolici uz bicikl.

10. Nikada ne vozite predmete, koji bi vam smetali pri preglednosti na cesti odnosno smanjilo kontrolu nad vašim biciklom te predmete, koji se mogu zaplesti među dijelove bicikla.
11. Dok vozite, nikada se ne dodirujte drugih vozila.
12. Ne izvodite akrobacije i ne skačite s biciklom. Ako unatoč tome želite izvoditi akrobacije, skakati ili takmičiti se s vašim biciklom, odmah pročitajte odlomak 2.F Spust, akrobatski i takmičarski biciklizam. Prije nego se odlučite za veći rizik koji prati ove vrste biciklizma, dobro razmislite o svojim sposobnostima.
13. Ne vijugajte u prometu i ne izvodite pokrete koji bi mogli iznenaditi druge učesnike prometa.
14. Gledajte na cestu i ustupite prednost.
15. Nikada ne vozite pod utjecajem alkohola ili droga.
16. Ako je moguće, izbjegavate vožnju po slabom vremenu, kada je vidljivost slaba, u zoru, po mraku odnosno kada ste jako umorni. Svaka od ovih situacija povećava mogućnost nesreće.

C. Sigurnost na terenu

Djeci savjetujemo, da ne voze po opasnim terenima, osim kada su u pratnji odraslih.
1. Promjenjivi uvjeti i prepreke kod terenskog biciklizma traže ogromno pažnje i sposobnosti. Sa vožnjom krenite polako, na lakšem terenu i tako polako poboljšajte svoje sposobnosti.
Ako vaš bicikl ima amortizere, veća brzina može povećati rizik gubljenja kontrole i pada s bicikla. Prije nego se odlučite za bržu vožnju po težem terenu, budite dobro upoznati sa upravljanjem vašeg bicikla.
2. Nosite zaštitnu opremu, koja odgovara vašem načinu vožnje.
3. Na udaljenim područjima ne vozite sami. I kada se vozite sa drugima, uvjerite se, da je grupa upoznata sa tijekom puta.
4. Uvijek nosite uz sebe osobni dokument, da vas u slučaju nesreće mogu lakše prepoznati.
Ponesite nešto novaca za hranu i piće ili hitan poziv.
5. Ustupite prednost pješacima i životinjama. Vozite tako, da ih ne uplašite odnosno ne ugrozite, te im pustite dovoljno prostora, da neočekivani pokreti ne ugroze vašu sigurnost.
6. Budite spremni. Može se desiti, da u slučaju, dok se vozite po terenu i nešto se desi, a pomoć neće biti blizu.
7. Prije skakanja, pravljenja akrobacija odnosno natjecanja s biciklom pročitajte i pokušajte razumjeti odlomak 2.F.

Uvažavanje terena

Uzmite u obzir lokalne zakone, koji određuju gdje i kako smijete voziti po terenu, te poštujte privatno vlasništvo. Stazu si dijelite sa drugima – izletnici, jahači konja i drugi biciklisti.
Poštujte njihova prava. Ostanite na označenoj stazi. Ne vozite se po blatu i ne klizite s biciklom po terenu jer s tim uzrokujete eroziju. Ne tražite prečice breko biljki ili voda jer s tim rušite ekosistem. Vaša odgovornost je da što manje zagađujete okolinu. Ostavite sve kako je bilo i uvijek odnesite svoje smeće sa sobom.

D. Vožnja po mokrom vremenu



UPOZORENJE: Po mokrom vremenu je slabija vožnja, kočenje i vidljivost tako za bicikliste kao i za ostala vozila u prometu. Po mokrom vremenu je veća opasnost od nesreće.

U mokrim uvjetima je snaga kočenja kočnica na biciklu (kao i na ostalim vozilima na cesti) jako smanjena, a gume se slabo prianjaju na podlozi. Zbog toga je teže kontrolirati brzinu i lakše izgubiti kontrolu. Da bi se uvjerili da u mokrim uvjetima možete usporiti i sigurno se zaustaviti, vozite sporije i započnite kočiti ranije te postepenije nego po suhom vremenu.
Pogledajte odlomak 4.C.

E. Vožnja po noći

Noćna vožnja je puno opasnija nego vožnja po danu. Motoristi i pješaci puno teže primjećuju biciklistu. Zbog toga djeca nikada ne smiju voziti bicikl u zoru, po mraku odnosno po noći.
Odrasli, koji se odluče riskirati i voze u zoru, po mraku odnosno po noći, moraju biti jako pažljivi dok voze i biti opremljeni sa posebnom opremom koja smanjuje rizik.
Posavjetujte se sa svoji prodavačem o opremi za noćnu vožnju.



UPOZORENJE: Bljeskalice za bicikl nisu zamjena za zahtijevana svijetla. Vožnja bicikla u zoru, po mraku, po noći odnosno u drugim uvjetima kada je vidljivost smanjena, bez odgovarajućih svjetala i bljeskalica je opasna i može uzrokovati ozbiljne povrede odnosno smrt.
Bljeskalice za bicikl su oblikovane da presretnu i odbijaju svijetla automobila i uličnе rasvjete i tako vam pomažu da budete vidljivi i primijećeni dok vozite.

OPREZ: Redovno provjeravajte bljeskalice i njihove ugrađene nosače i uvjerite se da su čisti, izravnani, cijeli i sigurno ugrađeni. Neka vam vaš prodavač zamijeni i namjesti oštećene bljeskalice te iskrivljene i olabavljene pričvrsti.
Ugrađeni nosači prednjih i zadnjih bljeskalica često su oblikovani kao osigurači kočionih kablova koje sprečavaju kočionom kablu da bi se uhvatio za gumu u slučaju da kabl iskoči iz svog štitnika odnosno ako se slomi.



UPOZORENJE: Nemojte skidati prednje ili zadnje bljeskalice ili nosače bljeskalica s vašeg bicikla. Sigurnosni sistem kotača sadržava te sastavne dijelove. Zbog skidanja bljeskalica ste za ostale učesnike u prometu teže primjetni. U slučaju, da vas udari drugo vozilo, možete dobiti ozbiljne povrede ili čak umrijeti.
Nosači bljeskalica mogu u slučaju oštećenja kočionog kabla zaštititi, da bi se kabl zapleo u gumu. Kad bi se kabl zapleo u gumu, mogao bi u trenutku zaustaviti bicikl te uzrokovati da izgubite kontrolu i padnete s bicikla.
Ako se odlučite za vožnju po slaboj vidljivosti, uvjerite se da ispunjavate sve uvjete za noćnu vožnju i uzmite u obzir dodatne sigurnosne mjere:
• Kupite i ugradite prednja i zadnja svijetla, koja odgovaraju propisima i osiguravaju potrebnu vidljivost.
• Nosite odjeću u boji te svjetleću odjeću i dodatke, kao što su svijetleći prsluk, trake za ruke i noge, trake na biciklističkoj kacigi, sjajna svijetla namještena na vašem tijelu i/ili na vašem biciklu odnosno bilo koju svjetleću napravu ili izvor svijetlosti, koja se miče i koja će upozoriti motoriste, pješake i ostale učesnike u prometu.
• Uvjerite se da vaša odjeća ili bilo koja druga stvar koju vozite na biciklu ne ometa rad bljeskalica ili svjetala.
• Uvjerite se da su na vašem biciklu pravilno i sigurno ugrađene bljeskalice.
Kada se vozite u zoru, po mraku odnosno ponoći:
• Vozite polako.
• Izbjegavajte mračne predjele i predjele sa gustim prometom.
• Izbjegavajte prepreke na cesti.
• Ako je moguće, vozite se po poznatim putevima.

Ako se vozite u prometu:
Predviđajte događaje. Vozite se tako da vas vozači mogu lako vidjeti i predvidjeti vaše pokrete.
Budite oprezni. Vozite oprezno i očekujte neočekivano.
Ako se planirate često voziti u prometu, raspitajte se kod vašeg prodavača o tečaju sigurne vožnje u prometu odnosno o dobrim knjigama o sigurnom biciklizmu.

F. Ekstremni, akrobatski i natjecateljski biciklizam

Možete ga zvati akrobatski ili natjecateljski biciklizam. Spust, skakanje ili bilo kako drugačije – ako se odlučite za takvu vrstu ekstremnog i agresivnog biciklizma, povrijedit ćete se. U tom slučaju proizvoljno riskirate, da se povrijedite ili umrete.
Nisu svi bicikli oblikovani za ove vrste biciklizma, a oni koji jesu, možda nisu prikladni za sve vrste agresivnog biciklizma. Prije nego se odlučite za ekstremni biciklizam, posavjetujte se sa vašim prodavačem o prikladnosti vašeg bicikla.
Vožnja bicikla po nizbrdici možete dostići brzinu motora s kojim se izlažete sličnim preprekama i rizicima. Neka vaš bicikl i opremu detaljno pregleda kvalificirani mehaničar i uvjerite se, da je potpuno ispravan.
Posavjetujte se sa iskusnim biciklistima i poznavaocima o iskustvima i opremi koju preporučuju za područje, gdje se želite voziti. Nosite odgovarajuću sigurnosnu opremu, uključujući i biciklističku kacigu, biciklističke rukavice i zaštitu za trup.
Vaša odgovornost je, i da nabavite odgovarajuću opremu, te da se upoznate sa tijekom utrke.



UPOZORENJE: Iako prospekti, reklame i članci o biciklizmu puno opisuju bicikliste, koji se bave ekstremnim biciklizmom, ta je djelatnost jako opasna, veći je rizik za povrede odnosno smrt i ozbiljnost povreda je veća. Znajte, da opisane radnje izvode profesionalci, sa dugogodišnjim treningom i bogatim iskustvom. Morate znati gdje su vaše granice. Uvijek nosite biciklističku kacigu i drugu sigurnosnu opremu. Iako nosite najnoviju sigurnosnu opremu kod skakanja, izvođenja akrobacija, brzog spusta ili takmičenja, možete se povrijediti ili čak ubiti.
UPOZORENJE: Bicikl i njegovi dijelovi su ograničeni što se tiče snage i sigurnosti, a ova vrsta biciklizma može prekoračiti ta ograničenja.
Tu vrstu biciklizma vam ne preporučujemo jer povećava rizik. Ako se za njega svejedno odlučite, barem uzmite u obzir sljedeće savjete:
• Napravite kraći kurs kod osposobljenog učitelja.
• Započnite sa lakšim vježbama i polako razvijajte svoje sposobnosti prije nego probate sa težim i opasnijim.
• Za akrobacije, skakanje, natjecanja odnosno brzi spust izaberite samo označena područja.
• Nosite zatvorenu biciklističku kacigu, štitove i drugu zaštitnu opremu.
• Znati i razumjeti morate, da takvi pritisci mogu slomiti ili oštetiti dijelove bicikla te poništiti garanciju.
• U slučaju, da se na biciklu bilo što slomi ili svine odvezite bicikl vašem prodavaču. Ne vozite se sa biciklom ako je bilo koji dio oštećen.
Ako se brzo vozite nizbrdo, izvodite akrobacije ili se takmičite uzmite u obzir vaše sposobnosti i iskustvo. Ipak, na vama je odgovornost izbjeći ozljede.

G. Zamjena sastavnih dijelova ili dodavanje dodatne opreme

Na raspolaganju je puno sastavnih i dodatnih dijelova, koji mogu popraviti udobnost, rad i izgled vašeg bicikla. Ali potrebno je znati, da sastavne dijelove mijenjate odnosno dodatnu opremu dodajete na vašu odgovornost. Može se desiti, da proizvođač nije testirao spojivost, pouzdanost odnosno sigurnost određenog

sastavnog odnosno dodatnog dijela bicikla. Prije nego ugradite bilo koji sastavni odnosno dodatni dio, uključivo i drugu veličinu gume, uvjerite se da je spojiv s vašim biciklom (to možete provjeriti kod vašeg prodavača). Pobrinite se, da pročitate, razumijete, te uzmete u obzir upute koje su priložene uz proizvod, koji ste kupili za vaš bicikl. *Također pogledajte dodatke A i B.*



UPOZORENJE: Ako ne uzmete u obzir pravila spojivosti, odgovarajućih podešavanja i nepravilno koristite i održavate sastavni odnosno dodatni dio, može doći do ozbiljnih povreda ili smrti.



UPOZORENJE: Zamjena dijelova na vašem biciklu sa neodgovarajućim rezervnim dijelovima može ugroziti sigurnost vašeg bicikla i poništiti garanciju. Prije nego zamijenite dijelove, posavjetujte se sa vašim prodavačem.

H. SIGURNOSNE UPUTE ZA DJEČJE BICIKLE

Djeca su među najugroženijim korisnicima ceste – ne samo zbog manjka iskustva i vještina već i zbog jednostavnog razloga što su najmanja te ih je zbog toga teže uočiti.
Ukoliko želite da vaše dijete koristi bicikl, svakako morate biti voljni investirati vrijeme da ga obučite kako se sigurno ponašati na cesti i pomoći mu usavršiti njegove vještine.
Izuzetno je važno da roditelji ili staratelji osiguraju da su djeca pravilno upućena za korištenje bicikla, osobito sigurno korištenje kočionog sistema, a posebno stražnje kočnice.
Djeca nisu pažljiva kao odrasli i upravo zbog toga steknite rutinu da dječji bicikli provjeravate što češće.
Ako budete imali pitanja obratite se najbližem odnosno lokalnom distributeru.
Imajte na umu da je vaša odgovornost nadzirati dijete tijekom prve vožnje.
Informirajte se o prometnim pravilima i znakovima kako bi ste svoje znanje mogli prenijeti djetetu.
Bitno je da vaše dijete ima dobru kontrolu nad svojim biciklom prije nego krene na cestu.
Ukoliko vaše dijete nije najspretnije na biciklu preporučano obveznu ugradnju i podešavanje „pomoćnih kotača" na biciklima od 12 i 16". Svakako provjerite da su kotači pravilno zategnuti i čvrsti.
Nakon nekog vremena dijete je spremno da isproba vožnju bicikla bez kotača kako bi što prije istrenirali osjećaj za ravnotežu. U tom slučaju uklonite pomoćne kotače i budite uz dijete cijelo vrijeme.
Ukoliko je sve ranije navedeno savladano, upoznajte svoje dijete sa svim funkcijama i dijelovima bicikla.
Kada vaše dijete savlada vožnju na cesti, naučite ga kako savladati rubnike i ostale prepreke.
Vaše dijete bi trebalo također naučiti provjeravati da li postoji nekakva opasnost prije savladavanja prepreka.

Pružite dobar primjer koristeći biciklistički put što je češće moguće. Također preporučamo da vaše dijete ukoliko je moguće prođe lekciju iz ponašanja u prometu i sigurnoj vožnji u organizaciji škola ili policijskih postaja.
Budite sigurni da vaše dijete uvijek nosi zaštitnu kacigu i vidljivu odjeću.

⚠

Preporuča se nošenje reflektirajućih traka kako bi se poboljšala vidljivost.
Budite sigurni da kupite kacigu s kojom će se vaše dijete osjećati dobro.

⚠

Uzmite sa sobom dijete kada kupujete kacigu kako bi bili sigurni da je ista udobna i da mu odgovara.

⚠

Imajte na umu da ispravna kaciga spašava živote!
Imajte na umu da vaše dijete nosi kacigu samo prilikom vožnje bicikla.
Ne dopustite nošenje kacige tijekom igre u parku ili igralištu jer bi moglo doći do zapinjanja traka i gušenja.

3. Podešavanja

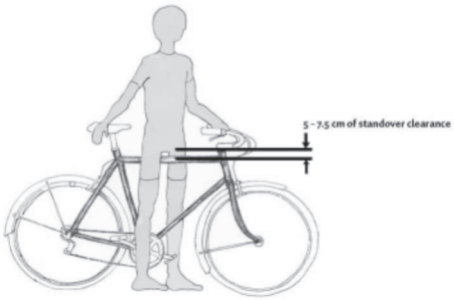
NAPOMENA: Pravilno podešavanje je osnova sigurnog biciklizma, rada i udobnosti. Za podešavanje bicikla, da odgovara vašem tijelu i vožnji potrebno je iskustvo, znanje i poseban alat. Pustite, da podešavanja na vašem biciklu izvede vaš prodavač. Ako imate potrebno iskustvo, znanje i alat, neka prodavač provjeri vaš rad prije prve vožnje.

UPOZORENJE: Ako vaš bicikl nije pravilno podešen možete izgubiti kontrolu i pasti. Ako vam novi bicikl ne odgovara, zamolite vašeg prodavača da vam ga prije prve vožnje zamijeni.

A. Visina raskoraka

1. Obični bicikl

Visina raskoraka je osnovno podešavanje bicikla.
Znači visinu od poda do vrha okvira bicikla na kotaču, gdje se nalazi vaš raskorak u stojećem položaju. Pravilnu visinu raskoraka provjerite tako, da obujete biciklističke cipele, preskočite okvir, raširite noge i poskočite, Ako se vaš raskorak dotakne okvira, bicikl je prevelik za vas, s njim ne smijete niti oko kuće. Visina raskoraka na biciklu, s kojim će te se voziti samo po asfaltnim površinama i nigdje drugo, mora pustiti najmanje 5 cm mjesta.

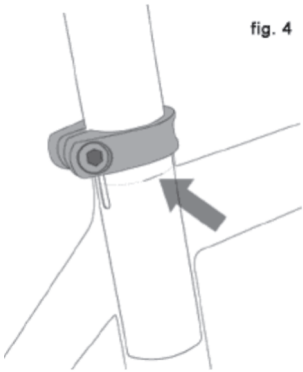


Visina raskoraka na biciklu, s kojim će te se voziti po ne asfaltiranim površinama, mora pustiti najmanje 7,5 cm mjesta.
Bicikl s kojim će te se voziti po neravnom terenu mora pustiti 10 cm ili više mjesta.

2. Ženski bicikl
Visinu raskoraka na ženskom biciklu nije potrebno prilagođavati. Visina se umjesto toga podešava s rasponom visine sjedala. Morate biti sposobni prilagoditi visinu sjedala kao što je opisano u točki **B**, a da ne prekoračite granicu visine, koja je određena na vrhu cijevi sjedala te oznake »najmanja visina« odnosno »najveća visina« na cijevi sjedala.

B. Položaj sjedala
Pravilan položaj sjedala ima jako važnu ulogu kod rada i udobnosti vašeg bicikla. Ako vam položaj sjedala ne odgovara, posavjetujte se sa vašim prodavačem.
Sjedalo možete podesiti na 3 načina:
1. Gore i dole. Provjerite pravilnu visinu sjedala tako da:
• Sjednite na sjedalo;
• Položite jednu nogu na pedalu;
• Okrećite pedale dok nije pedala na kojoj imate nogu u opruženom položaju, a ručica pedale u usporednom položaju sa okvirnom cijevi ispod sjedala. Ako vam noga nije potpuno ravna, morate prilagoditi visinu sjedala. Ako morate micati kukove, da dohvatite pedale, sjedalo je dignuto previsoko. Ako vam je noga savijena u koljenu dok je na pedali, sjedište je spušteno prenisko.
Zamolite prodavača, da vam podesi sjedalo na odgovarajući položaj i da vam pokaže kako da to napravite sami. Ako se odlučite visinu sjedala podesiti sami, uzmite u obzir sljedeće savjete:
Popustite ručicu na sjedišnom osloncu.
Podignite odnosno spustite sjedišni oslonac na okvirnoj cijevi ispod sjedala.
Pobrinite se da je sjedalo potpuno ravno.
Ponovo zategnite ručicu na sjedišnom osloncu do preporučenog zateznog momenta (dodatak D u proizvođačevim uputama).
Kada je sjedalo podešeno na pravilnu visinu pobrinite se da je sjedišni oslonac unutar preporučenih oznaka »najmanja visina« odnosno »najveća visina« (slika 4).

NAPOMENA: Neki bicikli imaju na okvirnoj cijevi ispod sjedala rupu, zbog koje je lakše primijetiti, da li je sjedišni oslonac dovoljno duboko i sigurno umetnut u okvirnu cijev. Ako vaš bicikl ima takvu rupu, upotrijebite je umjesto oznaka »najmanja visina« odnosno »najveća visina« i tako provjerite da li je sjedišni oslonac dovoljno duboko umetnut u okvirnu cijev, da ga je moguće vidjeti kroz rupu.
Ako vaš bicikl ima prekinutu okvirnu cijev ispod sjedala, kao u slučaju sa određenim biciklima s amortizerima, morate se pobrinuti za to, da je vaš sjedišni oslonac umetnut dovoljno duboko u okvir, da ga možete dotaknuti sa vrhom prsta kroz dno prekinute okvirne cijevi .


fig. 4

UPOZORENJE: Ako sjedišni oslonac nije umetnut u okvirnu cijev ispod sjedala kao što je opisano u gornjoj točki B.1, sjedišni oslonac se može slomiti i uzrokovati gubitak kontrole te pad sa bicikla.

2. Naprijed i nazad. Sjedalo možete pomaknuti naprijed odnosno nazad i osigurati si najbolji položaj. Zamolite prodavača, da vam podesi sjedište na najbolji položaj za vožnju i da vam pokaže kako da to sami napravite. Ako se odlučite sami podesiti sjedište, pobrinite se, da se mehanizam spone spaja na ravnom dijelu šina sjedala i da se ne dodiruje nakrivljenog dijela šina te da pri spajanju uzmete u obzir preporučeni zatezni momenat (dodatak D odnosno proizvođačeve upute).

3. Podešavanje kuta sjedala. Većini ljudi je najbolje vodoravno sjedalo, iako neki biciklisti više vole da im je špica sjedala okrenuta malo dole odnosno gore. Vaš prodavač vam može podesiti kut sjedala odnosno može vam pokazati kako da to napravite sami. Ako se odlučite podesiti kut sjedala sami, te imate jedan vijak na sponi sjedišnog oslonca, postoji opasnost da ćete vijak spone toliko olabaviti, da se može zupčasti mehanizam skinuti prije nego zamijenite kut sjedala te potpuno zaglaviti prije nego zategnete vijak spone do preporučenog zateznog momenta (dodatak D odnosno proizvođačeve upute).



UPOZORENJE: Pri podešavanju kuta sjedala, koje ima jedan vijak na sponi sjedišnog oslonca, uvijek provjerite da zupčasti dijelovi dodirne pločice na sponi nisu istrošeni. Istrošeni zupčasti dijelovi mogu omogućiti micanje sjedala, što može uzrokovati gubitak kontrole i pad. Pričvrsne elemente uvijek stegnite do pravilnog zateznog momenta. Previše stegnuti vijci mogu se rastegnuti i istrošiti. Vijci koji su popustili, mogu se micati i istrošiti. Svaka od ovih grešaka može dovesti do iznenadnog oštećenja vijka, što može uzrokovati gubitak kontrole i pad s bicikla.

NAPOMENA: Ako sjedišni oslonac na vašem biciklu ima amortizere, potrebno ih je redovno servisirati i održavati. Pitajte vašeg prodavača o preporučenim periodima servisiranja.

Male promjene kod položaja sjedala mogu imati veliki utjecaj na rad i udobnost bicikla. Da si podesite najbolji položaj sjedala, promijenite samo jedan položaj.

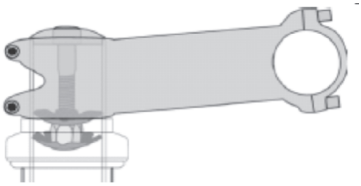
UPOZORENJE: Poslije bilo kakvog podešavanja sjedala, prije vožnje s biciklom, provjerite da li je mehanizam sjedala pravilno podešen i pričvršćen. Olabavljena spona sjedala odnosno sjedišnog oslonca može oštetiti sjedišni oslonac ili uzrokovati gubitak kontrole i pad. Pravilno podešen i pričvršćen mehanizam sjedala neće dozvoliti micanje sjedala u bilo koji smjer. Redovno provjeravajte, da li je mehanizam pravilno podešen i pričvršćen.

Ako unatoč opreznom podešavanju visine, nagiba i dužine na sjedalu, još uvijek ne sjedite udobno, možda trebate drugi oblik sjedala. Kao što se ljudi razlikuju, postoje i sjedala različitih oblika, veličina i fleksibilnosti. Vaš prodavač vam može pomoći pri odabiru sjedala koji će, kada ga prilagodite vašem tijelu i načinu vožnje, biti udoban.

UPOZORENJE: Neki ljudi tvrde, česta vožnja sa nepravilno podešenim sjedalom odnosno sjedalom koje ne podupire područje kralježnice može uzrokovati dugotrajna ili kratkotrajna oštećenja živčanog sustava i krvnih žila ili čak impotenciju. Ako vam sjedalo uzrokuje bolove, ukočenost ili druge probleme, poslušajte svoje tijelo i prestanite s vožnjom sve dok se ne posavjetujete sa prodavačem, kako podesiti sjedalo, odnosno ne nabavite drugo.

C. Visina i kut upravljača

Vaš bicikl ima nosač upravljača, koji se pričvrsti na cijev upravljača ili nosač rizer upravljača, koji se pričvrsti unutar cijevi upravljača tako da raširite pričvrsni vijak. Ako niste sigurni koju vrstu nosača upravljača ima vaš bicikl, obratite se vašem prodavaču.



Ako vaš bicikl ima nosač cestovnog upravljača, vaš prodavač može promijeniti visinu upravljača, tako da pomakne sučelje za podešavanje visine sa donjeg dijela nosača upravljača na gornji dio odnosno obratno. Inače, morati ćete si nabaviti nosač druge visine odnosno dužine. Posavjetujte se sa vašim prodavačem. Ne pokušavajte to napraviti sami jer zahtijeva posebno znanje.

Ako vaš bicikl ima nosač rizer upravljača možete zamoliti vašeg prodavača, da vam podesi visinu volana, tako da prilagodi visinu nosača.

Nosač rizer upravljača ima na svojoj osi utisnutu oznaku, koja određuje „najmanji umetak" odnosno „najveći produžetak" nosača. Oznaka se ne smije vidjeti iznad oslonca upravljača.

UPOZORENJE: Oznaka za najmanji umetak na nosaču rizer upravljača se ne smije vidjeti iznad vrha oslonca upravljača. Ako rastegnete nosač preko oznake za najmanji umetak, nosač se može slomiti ili oštetiti cijev upravljača vilice, što može uzrokovati da izgubite kontrolu i padnete.

UPOZORENJE: Mijenjanje nosača odnosno visine nosača kod nekih bicikala može utjecati na gipkost prednjeg kočionog kabla, zatvaranje prednje kočnice ili uzrokovati popuštanje kabla, što može utjecati na rad prednje kočnice. Ako se prednje kočione obloge pomiču prema odnosno od obruča kotača kada promijenite nosač ili visinu nosača, morate prije sljedeće vožnje pravilno podesiti kočnice.



Neki bicikli imaju prilagodljiv kutni nosač. Ako vaš bicikl ima ovaj nosač, zamolite prodavača da vam pokaže kako da ga podesite. Ne pokušavajte ga sami podesiti jer promjena kuta nosača zahtijeva i dodatna podešavanja upravljača na biciklu.



UPOZORENJE: Jako je važna pravilna sila za zatezanje pričvrsnih dijelova. Ako je sila premala može se desiti da snaga pričvsnog dijela neće biti sigurna. Ako je sila prevelika, pričvrsni dijelovi mogu olabaviti navoj vijka, rastegnuti se, deformirati ili slomiti. Nepravilno zatezanje može u svakom slučaju uzrokovati oštećenje sastavnih dijelova, što može dovesti do gubitka kontrole i pada.
Serviser može i da promjeni kut upravljača i rogova.



UPOZORENJE: Nedovoljno zategnuti pričvrsni vijak spone na nosaču, upravljaču, sponi odnosno rogovima i produžetcima može ugroziti mogućnost skretanja, što može dovesti do gubljenja kontrole i pada. Namjestite si prednji kotač između nogu i pokušajte okretati upravljač/nosač. Ako možete nosač okrenuti prema prednjem kotaču, okrenuti upravljač prema nosaču odnosno okrenuti rogove i produžetke prema upravljaču, vijci nisu dovoljno zategnuti.



UPOZORENJE: Pri upotrebi aero produžetaka imate slabiju kontrolu nad biciklom. Smanjena je i mogućnost kočenja. Morat ćete se prilagoditi drugačijem načinu kočenja, što znači sporije reagiranje na kočenje.

D. Podešavanje upravljača

Kut kočionih ručica i ručica za promjenu brzina, te kut njihovog položaja na upravljaču je moguće promijeniti. Zamolite vašeg prodavača, da podešavanja napravi umjesto vas. Ako se odlučite sami podesiti kut ručice upravljača, uvjerite se da ste pričvrsni element zategnuli dovoljno, do preporučenog zateznog momenta (dodatak D odnosno uputstvo proizvođača).

E. Dohvat kočnica

Dosta bicikala ima ručice kočnica, koje se mogu prilagoditi dohvatu. Ako imate male dlanove i teže stisnete ručice kočnice, vaš prodavač vam može ili prilagoditi dohvat ili podesiti ručice kočnice kraćeg dohvata.



UPOZORENJE: Što je kraći dohvat ručice kočnice, teže je pravilno podesiti kočnice, tako da se može snaga kočenja u potpunosti prebaciti na raspoloživi pokret ručice kočnice. Pokret ručice kočenja nije dovoljan za potpunu snagu kočenja. Kao posljedica toga može doći do gubljenja kontrole nad biciklom, ozbiljnih povreda odnosno smrti.

4. Tehnika

Zbog vaše sigurnosti, užitka i rada bicikla je važno da razumijete djelovanje vašeg bicikla. Važno je da se posavjetujete sa vašim prodavačem o radu stvari, koje su opisane u ovom odlomku, prije nego ih isprobate sami te da prije prve vožnje prodavač pregleda vaš rad na biciklu. Čak i ako postoji najmanji sumnja u razumijevanje ovog odlomka, popričajte sa vašim prodavačem.

Također pogledajte dodatke A, B, C i D.

A. Bicikli

Bicikli su oblikovani tako da ih skinemo u slučaju prevoženja sa autom ili popravka probušene gume. U većini primjera je osovina bicikla umetnuta u ležište, koje također zovemo zadnji nosač (dropout) vilica i okvira, neki brdski bicikli sa amortizerima pak koriste takozvani biciklistički mehanizam »kroz os«.

Ako je vaš brdski bicikl opremljen sa prednjim i zadnjim kotačem kroz koji prolazi os, pobrinite se da od prodavača dobijete uputstvo proizvođača, koje uzmite u obzir, kada budete namještali ili odstranjivali kotače. Ako takve kotače ne poznajete, pitajte vašeg prodavača.

Kotači su zaštićeni na jedan od tri načina:

• Šuplja osovina sa držačem, koja prolazi kroz os sa prilagodljivom pričvrsnom maticom na jednoj i prečkom na drugoj strani .

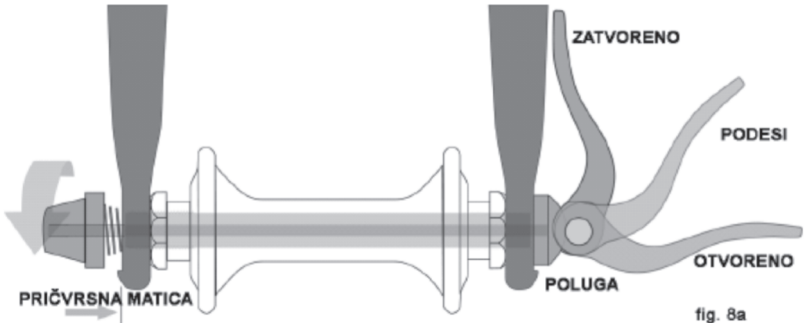


fig. 8a

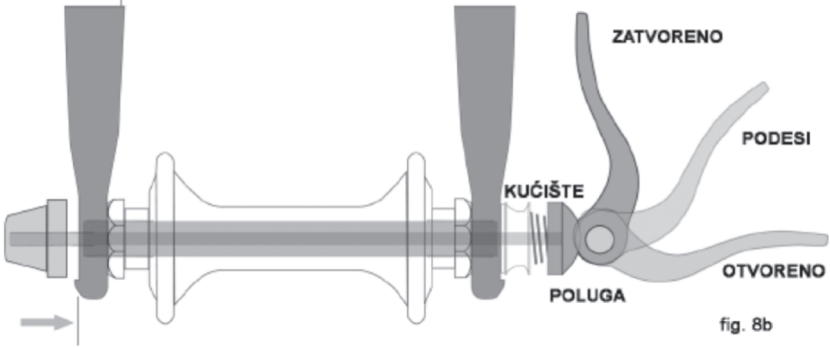


fig. 8b

• Prazna os sa držačem, koja prolazi kroz os sa maticom na jednoj i nastavak za šesterokutnu kapicu, ručicu za zatvaranje odnosno drugo stezno pomagalo na drugoj strani (matica, slika 9).

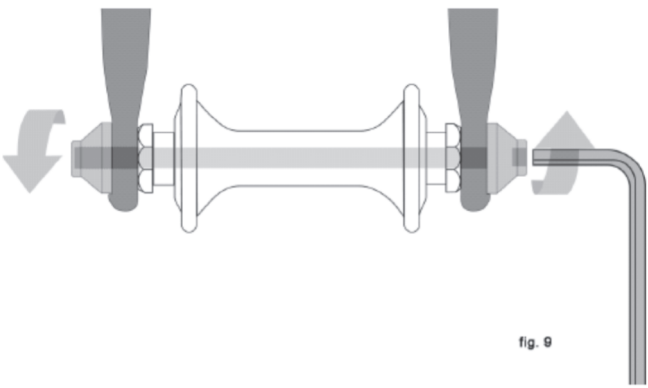


fig. 9

• Šesterokutne matice odnosno šesterokutni zatični vijci koji su navijeni na osovinu (slika 10). Na vašem biciklu mogu se naći različita sigurnosna pomagala za prednji i zadnji kotač. Posavjetujte se sa prodavačem o sigurnosnim pomagalima za vaš bicikl.

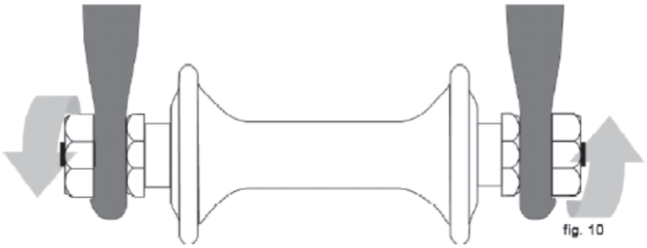


fig. 10

Važno je da poznajete više zaštitnih pomagala na vašem biciklu, da bi znali pravilno zaštititi kotače i upotrijebiti pravu silu za učvršćivanje, koja će zaštititi kotače. Zamolite vašeg prodavača da vas informira, kako se pravilno odstrani i namjesti kotač te da vam da upustvo proizvođača.

UPOZORENJE: Vožnja sa nepravilno zaštićenim kotačem može dovesti to toga, da kotač olabavi ili ispadne sa bicikla, što može uzrokovati ozbiljne ozljede odnosno smrt. Zato je važno da:

1. Zamolite vašeg prodavača, da vas nauči pravilno i sigurno odstraniti te namjestiti kotače.

2. Poznajete i upotrebljavate pravilnu tehniku sigurnog pričvršćivanja kotača.

3. Prije vožnje uvijek provjerite da li su kotači dobro učvršćeni.

Pravilno učvršćeni i zaštićeni kotači moraju imati izbočenu površinu nosača.

1. Pomoćni sigurnosni sustav na prednjem kotaču
Većina bicikala imaju prednje vilice, koje u slučaju nepravilne zaštite koriste pomoćni sigurnosni sustav, da bi smanjile rizik ispadanja kotača sa vilica. Pomoćni sigurnosni sustav nije zamjena za odgovarajuću zaštitu prednjeg kotača. Pomoćni sigurnosni sustav dijelimo na dvije osnovne kategorije:
a. Pričvrsni dio, koji prodavač doda na prednju glavu odnosno prednje vilice.
b. Ugrađeni dio je uliven odnosno mašinski obrađen na vanjskoj strani nosača na prednjim vilicama.
Zamolite vašeg prodavača, da vam posebno jasno objasni pomoćne sigurnosne sisteme na vašem biciklu.

⚠

UPOZORENJE: Nemojte odstraniti ili onesposobiti pomoćne sigurnosne sustave. Kao što već ime govori, ti sistemi služe kao pomoć kod kritičnog podešavanja. Ako kotači nisu osigurani kako treba, pomoćni sigurnosni sistem može smanjiti rizik ispadanja kotača sa vilica. Ako odstranite odnosno onesposobite pomoćni sigurnosni sistem, može doći do poništenja garancije.
Pomoćni sigurnosni sistemi nisu zamjena za odgovarajuće osiguranje vašeg bicikla. Ako kotače ne zaštitite pravilno, mogu olabaviti i ispasti sa bicikla, što može dovesti do gubitka kontrole i pada, koji može uzrokovati ozbiljne povrede odnosno smrt.

2. Prečka kotača
Trenutačno poznajemo dvije vrste sigurnosnih sistema na središnjem dijelu kotača: obična osovina (slika 8) i osovina sa kućištem ležaja (slika 8a). I jedan i drugi koriste osovinu za učvršćivanje kotača na pravilno mjesto. Moguće je, da vaš bicikl ima na prednjem kotaču osovinu sa kućištem ležaja te običnu osovinu na zadnjem kotaču.
a. Podešavanje obične prečke (slika 8a)
Glavčina kotača je pričvršćena na mjestu uz pomoć sile osovine koja pritišče na nosač i pričvrsnu maticu uz pomoć držača. Količinu stezne sile nadzire pričvrsna matica. Okretanje napetosti, kada podešavamo vijak matice i sprečavamo okretanje poluge osovine, povećava silu zatezivanja. Okretanje u suprotnom smjeru od sata, dok sprečavamo okretanje poluge osovine, smanjuje silu zatezanja. Manje od pola okreta napetosti pričvrsne matice može utjecati na razliku između sigurne i nesigurne sile zatezanja.

⚠

UPOZORENJE: Za sigurno učvršćivanje kotača potrebna je potpuna sila osovine. Držanje glavčine sa jednom rukom i vrtenja poluge kao matice sa dva krila drugom rukom sve dok nije zategnuto, neće biti sigurno na nosačima namjestiti prečku.

Pogledajte i prvo ⚠ **UPOZORENJE u ovom odlomku.**
b. Podešavanje osovine sa ležajnom maticom (slika 8b)
Sistem osovine sa kućišnim ležištem na prednjem kotaču vam može pravilno namjestiti vaš prodavač. Zamolite ga, da vam svakih 6 mjeseci provjeri postavljanja.
Prednji kotač sa osovinom sa kućišnim ležištem ne koristite na niti jednom drugom biciklu osim na biciklu, kojeg vam je podesio vaš prodavač.

3. Skidanje i stavljanje kotača

UPOZORENJE: Ako vaš bicikl ima kočnice u glavčini, kao što je torpedo, prednji ili zadnji bubanj, lanac ili »bubanj« kočnica odnosno ako ima unutarnji mjenjač, ne odstraniti kotače. U tom slučaju skidanje i stavljanje kotača zahtijeva posebno znanje.
Nepravilno skidanje i stavljanje kotača može uzrokovati prijelom odnosno oštetiti mehanizam, što može dovesti do gubljenja kontrole i pada.

OPREZ: Ako vaš bicikl ima disk kočnice naučite se pravilno rukovati s njima. Rotori diskova imaju oštar rub, i rotor kao i čeljust mogu se jako zagrijati dok se koriste.
a. Odstranjivanje disk kočnica i kočnica koje rade na obruču kotača (na prednjem kotaču)
(1) Ako vaš bicikl ima kočnice koje rade na obruču kotača, skinite brzi osigurač kočionog mehanizma da bi povećali prostor između gume i kočionih obloga (vidi odlomak 4.C, slike (11-15).
(2) Ako vaš bicikl ima na prednjem kotaču osovinu pomaknite ležaj sa zaključanog odnosno ZATVORENOG na OTVORENI položaj (slika 8a i 8b). Ako vaš bicikl ima sigurnosni sistem sa maticom, olabavite pričvrsni materijal sa odgovarajućim odvijačem, ključem ili polugom, sa par okretaja u suprotnom smjeru od kazaljki na satu.
(3) Ako prednje vilice imaju pričvrsni pomoćni kočioni sistem, skinite ga i prenite na korak
(4) Ako prednje vilice imaju ugrađen pomoćni sigurnosni sistem i običnu prečku (slika 8) otpustite napetost tako da dovoljno zategnete maticu, što će omogućiti da se kotači odvoje od nosača. Pri sistemu prečke sa ležajnom maticom okretanje nije potrebno. Možda će biti potrebno sa dlanom lagano udariti po vrhu kotača , da se otpusti sa prednje vilice.

b. Podešavanje disk kočnica i kočnica na obruču kotača (na prednjem kotaču)

OPREZ: Ako vaš bicikl ima prednju disk kočnicu, budite oprezni, da ne oštetite disk odnosno kočione obloge kada budete postavljali disk u obloge. Nemojte nikada otpustiti nadzorni ležaj disk kočnice, osim ako je disk pravilno postavljen. Vidite također odlomak 4.C.
(1) Ako vaš bicikl ima na prednjem kotaču prečku, pomaknite ležaj tako da se savije suprotno od kotača (slika 8b). To se zove OTVORENI položaj. Ako vaš bicikl ima sigurnosni sistem sa maticom, prenite na sljedeći korak.
(2) Usmjerite upravljač prema naprijed te postavite kotač između oslonaca, tako da se osovina čvrsto smjesti na vrh nosača vilica.
(3) Ako imate obični mehanizam prečke: držite sa desnom rukom ležaj u položaju PODESI, sa lijevom rukom nategnite napetost pričvrsne matice sve dok se sa prstom ne dotaknete nosača vilica (slika 8a). Ako imate sistem prečke sa kućišnim ležajem: glavčina i ležaj (slika 8b) će skočiti u udubljenje nosača tako da neće biti potrebno nikakvo podešavanje.
(4) Dok jako gurate kotač prema ležištu u nosač vilica, te istovremeno centrirate obruč kotača u vilice:

(a.) Sa sistemom prečke, pomaknite ručicu prema gore u ZATVORENI položaj (slika 8a i 8b). Ručica sada mora biti usporedno sa vilicama i savijena prema kotaču. Da bi sila zatezanja bila dovoljna, morate saviti vaše prste oko vilica da bi poluga djelovala, a ručica mora pustiti tragove na vašim dlanovima.
(b.) Sa sistemom matice, zategnite pričvrsne materijale do preporučenog zateznog momenta iz dodatka D odnosno pesta iz upustva proizvođača.
NAPOMENA: Ako se ručica na običnoj prečki ne može postaviti usporedno sa vilicama, vratite je u OTVORENI položaj. Poslije toga okrenite za četvrtinu pričvrsnu maticu u smjeru suprotnom od kazaljki na satu i ponovo pokušajte zategnuti ručicu



UPOZORENJE: Za sigurno pričvršćivanje kotača sa prečkom potrebna je prilično velika snaga. Ako možete u potpunosti zatvoriti ručicu prečke, ne da bi savili vaše prste oko vilice, da bi poluga djelovala, ako ručica ne pusti tragove na vašim dlanovima i ako nazupčanost na spojevima kotača ne savija površinu na nosaču, onda napetost nije dovoljna. Otvorite ručicu, okrenite pričvrsnu maticu za četvrtinu i onda ponovo pokušajte. Vidite također i UPOZORENJE u ovom odlomku.
(5) Ako ste otpustili brzi osigurač kočionog mehanizma u 3.a (1) gore, ponovo ga aktivirajte, da uspostavi pravilan razmak između kočionih obloga i okvira.
(6) Zavrtite kotač i provjerite, da li je centriran u okvir i da li struže u kočione obloge. Onda pritisnite kočionu ručicu i provjerite da kočnice djeluju pravilno.
c. Odstranjivanje disk kočnica i kočnica na obruču kotača (sa zadnjeg kotača)
(1) Ako imate brzi sa sistemom prijenosa brzina: lanac namjestite na najmanji vanjski zupčanik na zadnjem kotaču. Ako imate unutrašnji prijenos brzina , posavjetujte se sa prodavačem prije nego probate odstraniti zadnji kotač.
Ako vaš bicikl ima jedu brzinu sa disk kočnicom odnosno kočnicom na obruču kotača, pomaknite se na korak (4).
(2) Ako vaš bicikl ima kočnice na obruču kotača, skinite brzi osigurač kočionog mehanizma da bi povećali razmak između gume i zaštitnih obloga .
(3) Na sistemu prijenosa brzina, sa desnom rukom pritisnite glavni dio unazad.
(4) Na mehanizmu s prečkom, pomaknite ručicu brzog spenjača na OTVORENI položaj (slika 8b). Na mehanizmu matice, olabavite pričvsne dijelove sa odgovarajućim ključem, zatvorite ručicu odnosno ugrađenu ručicu i onda okrenite kotač toliko, da možete skinuti lanac sa zupčanika.
(5) Zadnji kotač dignite za par centimetara od poda i odstranite ga sa zadnjih nosača.
d. Podešavanje disk kočnica odnosno kočnica na obruču zadnjeg kotača

OPREZ: Ako vaš bicikl ima disk kočnicu na zadnjem kotaču, budite oprezni, da ne oštetite disk, čeljust odnosno kočione obloge dok ponovo postavljate disk u čeljust. Nemojte nikada aktivirati kontrolne kočione ručice diska osim, kada je disk pravilno postavljen u čeljust.

(1) Kod sistema prečke, pomaknite ručicu u položaj OTVORENO (vidi slike 8a i 8b). Ručica nikada ne smije biti na suprotnoj strani kotača od položaja zupčanika.
(2) Na sistemu prijenosa brzina, pobrinite se, da je lanac na najmanjem zupčaniku na zadnjem kotaču ; onda sa desnom rukom potegnite glavni dio promjene brzine.
(3) Na biciklu sa jednom brzinom skinite lanac sa prednjih zupčanika i stavite ga na zupčanike na zadnjem kotaču.
(4) Onda stavite kotač u ležište i gurnite ih sve do kraja.
(5) Na biciklu sa jednom brzinom odnosno sa unutrašnjim prijenosom brzina zamijenite lanac na zupčanicima; gurnite kotač nazad u nosače da bude ravan i da lanac ima dovoljno mjesta za micanje.
(6) Kod sistema prečke pomaknite ručicu prema gore i stavite je u položaj ZATVORENO (slika 8a i 8b). Sada je ručica usporedno sa sjedišnim osloncem odnosno lancem i okrenuta prema kotaču. Za dovoljno jaku sila zatezanja napetosti, morate saviti svoje prste oko vilice, a ručica mora pustiti tragove na vašem dlanu.
(7) Kod sistema matice zategnite pričvrsne dijelove do zateznog momenta, određenog u dodatku D odnosno u uputsvu proizvođača.
OPREZ: Ako na običnom sistemu prečke ručicu nije moguće u potpunosti pomaknuti do usporednog položaja sa sjedišnim osloncem odnosno lancem, vratite ručicu u položaj OTVORENO. Onda okrenite pričvrsnu maticu za četvrtinu u smjeru suprotnom od kazaljki na satu i ponovo pokušajte zategnuti ručicu.



UPOZORENJE: Za sigurno pričvršćivanje kotača sa prečkom, potrebna je prilično velika snaga. Ako možete u potpunosti zatvoriti ručicu prečke, ne da bi savili vaše prste oko sjedišnog oslonca odnosno lanca, ručica ne pušta tragove na vašim dlanovima i ako nazupčanost na spojevima kotača ne savija površinu na nosaču, onda napetost nije dovoljna.Otvorite ručicu, okrenite pričvrsnu maticu za četvrtinu i onda ponovo pokušajte.
Vidite također i UPOZORENJE u ovom odlomku.
(8) Ako ste otpustili brzi osigurač kočionog mehanizma kod 3.c (2) gore, ponovo ga aktivirajte, da uspostavi pravilan razmak između kočionih obloga i okvira.
(9) Zavrtite kotač i provjerite da li je centriran u okviru i da li čisti kočione obloge. Onda pritisnite kočionu ručicu i provjerite da li kočnice rade pravilno.
B. Spona na prečki na sjedišnom osloncu
Neki bicikli imaju spone za prečku na sjedišnom osloncu, koja radi isto kao i obični pričvrsni materijali prečke (odlomak 4.A.2). Dok spona za prečku izgleda kao dug vijak sa ručicom na jednom i maticom na drugoj strani, spone koriste prečku za čvrsto pričvršćivanje sjedišnog oslonca (vidi sliku 8a).



UPOZORENJE: Vožnja sa nedovoljno zategnutim sjedišnim osloncem može omogućiti okretanje odnosno micanje sjedišta te uzrokovati gubitak kontrole i pad sa bicikla.
Zato:
1. Zamolite prodavača, da vam pokaže kako pravilno pričvrstiti sjedišni oslonac.

2. Upoznajte i koristite tehnike pravilnog pričvršćivanja sjedišnog oslonca.
3. Prije vožnje prvo provjerite, da li je sjedišni oslonac sigurno pričvršćen.
Podešavanje mehanizma prečke na sjedišnom osloncu
Prečka stiska obruč oko sjedišnog oslonca, da bi ga sigurno zadržala na mjestu. Količinu sile zatezanja kontrolira napetost pričvrsne matice. Okretanje napetosti pričvrsne matice u smjeru kazaljke na satu, dok se ručica prečke ne okreće, smanjuje silu zatezanja. Manje od pola okreta pričvrsne matice može uzrokovati razliku između sigurne i opasne sile zatezanja.



UPOZORENJE: Potpuna sila zatezivanja je potrebna za sigurno pričvršćivanje sjedišnog oslonca. Sa jednom rukom držite maticu a sa drugom okrećite ručicu dok sve nije dobro zategnuto.

UPOZORENJE: Ako možete u potpunosti zatvoriti ručicu, bez da bi savili vaše prste oko sjedišnog oslonca odnosno ako možete zatvoriti cijev na okviru, ne da bi ručica pustila tragove na vašem dlanu, onda je napetost nedovoljna. Otvorite ručicu, okrenite pričvrsnu maticu za četvrtinu u smjeru kazaljke na satu i onda pokušajte ponovo.

C. Kočnice
Poznajemo 3 osnovne vrste biciklističkih kočnica: kočnice na obruču kotača između dvije kočione obloge; disk kočnice, koje pritišću na disk pričvršćen na glavčinu između dvije kočione obloge; i unutrašnje kočnice . Sve tri rade uz pomoć ručica na upravljaču. Na nekim modelima bicikala unutrašnja kočnica radi uz pomoć okretanja pedala unazad. Ta kočnica se zove torpedo i opisana je u dodatku C.



UPOZORENJE:
1. Vožnja sa nepravilno podešenim kočnicama, istrošenim kočionim oblogama odnosno kotačima, na kojima se vidi istrošenost obruča je opasna i može dovesti do ozbiljnih povreda odnosno smrti.
2. Pregrubo ili iznenadno kočenje može zablokirati kotač, što može dovesti do gubljenja kontrole i pada. Zbog iznenadne odnosno presnažne upotrebe prednje kočnice, biciklista može pasti preko upravljača, ozbiljno se povrijediti odnosno umrijeti.
3. Neke kočnice, kao na primjer disk kočnice (slika 11) i mehaničke kočnice (slika 12), su jako snažne. Jako je važno da upoznate rad kočnica i da ih pažljivo koristite.
4. Neke kočnice imaju regulator sile kočenja, to je mala cjevasta naprava, kroz koju prolaze kočioni kablovi ručica, te je oblikovana zbog progresivne upotrebe sile kočenja. Regulator ublaži početnu silu kočenja, tako što progresivno povećava silu dok nije dostignuta u potpunosti. Ako vaš bicikl ima regulator sile kočenja, važno je da upoznate njegove radne karakteristike.
5. Zbog prevelike upotrebe disk kočnice se može jako zagrijati. Pazite da se ne dotaknete disk kočnice prije nego prođe dovoljno vremena da se ohladi.
6. Pogledajte uputstvo proizvođača kočnica za upotrebu i održavanje vaših kočnica i upute za zamjenu kočionih obloga. Ako nemate uputstvo proizvođača, obratite se vašem prodavaču odnosno povežite se sa proizvođačem.

7. Pri zamjeni istrošenih odnosno oštećenih dijelova upotrijebite samo zamjenske dijelove, koje preporučuje proizvođač.

1. Regulatori kočnica i njihove karakteristike

Zbog vaše sigurnosti je važno, da se naučite i zapamtite koja kočiona ručica upravlja koju kočnicu na kotaču. Obično desna kočiona ručica upravlja zadnju kočnicu i lijeva kočiona ručica prednju kočnicu. Da bi bili sigurni, da su kočnice bicikla pravilno podešene, pritisnite jednu kočionu ručicu i pogledajte koja kočnica radi. Isto ponovite sa drugom kočionom ručicom. Uvjerite se, da li možete normalo dohvatiti i stisnuti kočione ručice.

Ako su vaše ruke premale, da bi jednostavno koristile ručice, posavjetujte se sa vašim prodavačem prije sljedeće vožnje. Dohvat ručica se može prilagoditi, u suprotnom slučaju potreban vam je drugi oblik kočionih ručica.

Većina kočnica na obruču kotača imaju oblik mehanizma za brzo otpuštanje, koji kočionim oblogama omogućuje da odstrane gumu, kada se kotač skine odnosno ponovo pričvrsti. Kada je brzi osigurač kočnice u otvorenom položaju, kočnice ne rade. Da bi se uvjerili da poznajete rad brzog osigurača (vidi slike 12, 13, 14 i 15) pitajte prodavača i uvijek prije vožnje provjerite, da li su obadvije kočnice ispravne.

2. Kako rade kočnice

Djelovanje kočenja je funkcija trenja između kočionih površina. Da bi trenje bilo najveće moguće, kočione obloge odnosno rotor, disk i čeljust su čisti, bez suvišnih maziva, voska i ulja. Kočnice su oblikovane tako, da kontroliraju brzinu i ne samo za zaustavljanje bicikla. Najveća sila kočenja na biciklu je u trenutku prije nego se kotač zaustavi(prestane okretati) i počne kliziti. Kada gume počnu kliziti, izgubite veći dio sile zaustavljanja i kontrole upravljanja.

Morate vježbati kako usporiti i zaustaviti se a da ne bi zablokirali kotač. Tehnika se zove progresivno prilagođavanje . Umjesto jakog stiskanja kočionih ručica, stisnite ručice tako, da postepeno povećavate silu kočenja. Ako mislite da će se kotač zablokirati, samo malo popustite stisak, da kotač ne klizi. Važno je da dobijete osjećaj za stiskanje kočionih ručica na svakom biciklu kod različitim brzinama i površina.

Da bi to bolje razumjeli, napravite probu i hodajte sa biciklom te isprobajte različite stupnjeve stiska na svaku kočionu ručicu, dok se kotač ne zaključa.

Kada upotrijebite jednu ili više kočnica, bicikl usporava ali vaše tijelo se nastavi micati istom brzinom.

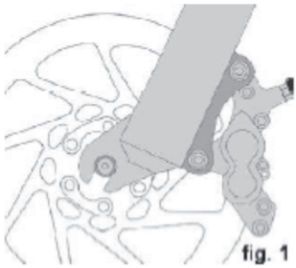


fig. 1

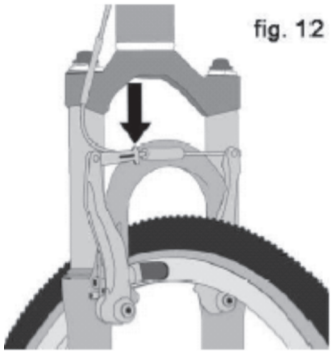


fig. 12



fig. 14



fig. 15

To uzrokuje prijenos težine na prednji kotač (odnosno u slučaju prejakog kočenja, oko prednje glavčine, mogli bi pasti preko upravljača).
Teži bicikl će prije zaključavanja primiti jači stisak; lakši bicikl će se zaključati sa manjom silom kočenja. Znači, između kočenja, kada je težina prenesena naprijed morate prebaciti na zadnji kotač. Istovremeno morate smanjiti kočenje na zadnjem dijelu i povećati silu kočenja na prednjem dijelu. To je još važnije od spusta, kada se teža prebaci naprijed.
Ključ do uspješne kontrole brzine i sigurnog zaustavljanja je kontrolno zatvaranje kotača i prijenos težine. Prijenos težine još više dolazi do izražaja kada vaš bicikl ima prednje amortizere. Prednji amortizeri »potone« sa kočenjem i povećanim prenošenjem težine (vidi odlomak 4.F). Probajte tehnike kočenja i prijenosa težine tamo, gdje nema prometa odnosno drugih opasnosti.
Sve se mijenja kada se vozite po neravnom terenu odnosno u mokrim terenima. Vrijeme zaustavljanja se produži. Gume se slabije primaju ceste, zato gume imaju manju silu i mogu se zablokirati sa manjom silom kočenja. Vlaga i prljavština na kočionim oblogama smanjuju sposobnost primanja. Sporija vožnja je način održavanja kontrole na neravnim i mokrim površinama.

D. Mjenjač brzina
Vaš bicikl s brzinama može imati mjenjač posebno (kotača 1.) ili ima mjenjač integriran u osovini. U posebnom primjeru možete imati kombinaciju obojeg.

1. Kako radi mjenjač brzina
Ako imate bicikl sa takvim mjenjačem brzina, mjenjač će imati:
- Zadnji zupčanik
- Zadnji mjenjač
- Obično prednji mjenjač
- Jednu do dvije ručice
- Jedan, dva odnosno tri zupčanika
- Brzine

a. Mijenjanje brzine
Postoji više vrsta i načina mijenjanja brzine: ručice, držači, kočnice, kombinacija upravljača i dugmadi, mjenjač brzine/kočnica. Zamolite prodavača da vam opiše vrstu kočnice na vašem biciklu, te da vam pokaže kako radi.
Rječnik o kočnicama može biti jako kompliciran. Donji prijenos brzine je prijenos na »nižu« odnosno »sporiju« brzinu za lakše okretanje pedala. Gornji prijenos brzine je prijenos na »veću« odnosno »bržu« brzinu za teže okretanje pedala. Ponekad buni rad prednjeg mjenjača u usporedbi sa radom zadnjeg (detaljne upute možete pročitati ispod pod naslovom rad zadnjeg i prednjeg mjenjača). Na primjer, brzina, koja će vam olakšati okretanje pedala uzbrdo (prijenos brzine prema dole), možete izabrati na dva načina: pomaknite sprijeda lanac niže u manju brzinu odnosno iza prema gore u veću brzinu. Znači, što je zadnjem mjenjaču nazivamo donji prijenos djeluje kao gornji. Da bi bile stvari jasne, potrebno je znati, da je prijenos lanca prema sredini kotača za ubrzavanje i povećavanje, te da se zove donji prijenos brzine. Prijenos lanca od sredine kotača služi za povećavanje brzine i zove se gornji prijenos brzine. Sistem prijenosa brzine bicikla zahtijeva, tako kod gornjeg kao kod donjeg prijenosa, da se brzine mijenjaju prema naprijed te pod barem manjim pritiskom. Do promjene brzine će doći samo u slučaju, da okrećete pedale prema naprijed.

OPREZ: Nikada ne mijenjajte brzinu dok okrećete pedale unazad i ne okrećite pedale odmah poslije promjene brzine. To bi moglo zablokirati lanac te ozbiljno oštetiti bicikl.

b. Rad zadnjeg mjenjača

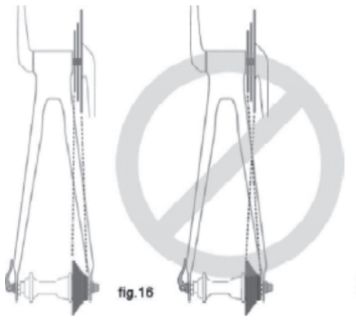
Desna ručica kontrolira zadnji mjenjač.
Funkcija zadnjeg mjenjača je mijenjanje brzine sa jednog zupčanika na drugi. Manji zupčanici na mjenjaču imaju veći razmak. Okretanje pedala u većoj brzini zahtijeva veći napor, ali vas sa svakim okretom ponese dalje. Što su duži zupčanici na kaseti manji je razmak brzina.
Upotreba ne zahtijeva veliki napor, ali vas ne odnese tako daleko. Ako prebacite lanac sa manjeg zupčanika na veći, brzina se smanji. Ako prebacite veći zupčanik na manji, brzina se poveća. Ako želite, da se brzine kreću sa jednog dijela lančanih zubaca na drugi, morate okretati pedale prema naprijed.

c. Rad prednjeg mjenjača

Prednji mjenjač, kojeg nadzire lijeva ručica, pomiče lanac između ležaja i manjih zupčanika. Pomicanje lanca na manje zupčanike olakšava okretanje pedala (manja brzina). Pomicanje na veće zupčanike pa otežava okretanje pedala (veća brzina).

d. Koja brzina meni odgovara?

Za strma područja je najprikladnija kombinacija većih zadnjih i nižih prednjih brzina (slika 16). Kombinacija nižih zadnjih i većih prednjih brzina je prikladna za veće brzine.
Nije potrebno da brzine mijenjamo po vrsnom redu. Umjesto toga pronađite početnu brzinu, koja odgovara vašim sposobnostima – brzinu, koja je dovoljno snažna za brzo ali i dovoljno lagana da započnete vožnju bez teturanja bicikla. Probajte mijenjati u niže i veće brzine, da dobijete osjećaj za različite kombinacije brzina. Dok ne steknete samopouzdanje, vježbajte mijenjanje brzina na sigurnom terenu, gdje nema prepreka i prometa. Naučite se predvidjeti vrijeme za zamjenu brzine. Prije početka uzbrdice prebacite u manju brzinu.


fig.16

Ako imate probleme sa mijenjanjem brzina, možda mehanizam nije dobro podešen. Za pomoć se obratite vašem prodavaču.

⚠

UPOZORENJE: Nikada ne mijenjajte brzinu na veći ili manji zupčanik ako premicanje ne teče glatko. Postoji mogućnost da je brzina nepravilno podešena, što može dovesti do blokiranja lanca te uzrokovati da izgubite kontrolu i padnete s bicikla.

e. Što se desi kada ne možete mijenjati brzine?

Ako se uvijek na istom mjestu pojavi problem dok premičete ručicu, jer ne možete zamijeniti brzinu, moguće je da je mehanizam nepravilno podešen. Odvezite bicikl vašem prodavaču, da ga podesi.

2. Kako rade unutrašnje brzine

Ako vaš bicikl ima unutrašnje brzine, mehanizam za mijenjanje brzina se sastoji iz:

- 3, 5, 7, 8 brzina ili možda više kombinacija unutrašnjih brzina
- Jedne, ponekad dvije ručice
- Jednog ili dva upravljačka kabla
- Jedan od prednjih zupčanika
- Brzine

a. Mijenjanje unutrašnje brzine

Mijenjanje unutrašnje brzine je stvar pomicanja brzine na označeni položaj i željeni stupanj. Dok pomičete ručicu na željeni položaj, popustite na trenutak pritisak na pedalama, da može os završiti zamjenu brzine.

b. Koja brzina meni odgovara?

Najmanja označena brzina (1) služi vožnji po strmim područjima. Najveći označeni broj služi bržoj vožnji.

Mijenjanje sa najmanje »najsporije« brzine (1) na veću »bržu« brzinu (npr. 2 odnosno 3) je zamjena na veću brzinu. Mijenjanje sa najveće »brže« brzine u nižu »sporiju« je zamjena u manju brzinu. Nije potrebno brzine mijenjati po vrsnom redu.

Umjesto toga pronađite početnu brzinu, koja odgovara vašim sposobnostima – brzinu, koja je dovoljno snažna za brzo ubrzavanje ali i dovoljno lagana da započnete vožnju bez teturanja bicikla. Probajte mijenjati u niže i veće brzine, da dobijete osjećaj za različite kombinacije brzina. Dok ne budete samopouzdani, vježbajte mijenjanje brzina na sigurnom terenu, gdje nema prepreka i prometa. Naučite se predvidjeti vrijeme za zamjenu brzine. Prije početka uzbrdice prebacite u manju brzinu. Ako imate probleme sa mijenjanjem brzina, možda mehanizam nije dobro podešen. Za pomoć se obratite vašem prodavaču.

c. Što se desi kada ne možete mijenjati brzine?

Ako se uvijek na istom mjestu pojavi problem dok premičete ručicu, jer ne možete zamijeniti brzinu, moguće je da je mehanizam nepravilno podešen. Odvezite bicikl vašem prodavaču da ga podesi.

3. Kako nastaviti single speed sistem mjenjača

Ako ima vaš bicikl »single speed« sistem mora lanac biti dovoljno zategnut, da se može pedalirati bez ikakvih problema.

LANAC

Obzirom na postojanje raznih modela bicikala o pravilnoj napetosti lanca dosta je nezahvalno govoriti. Bicikli dolaze sa različitim brojem brzina ili bez brzina pa je vezano za to preporučljivo o samoj napetosti konzultirati se sa ovlaštenim serviserom.

E. Pedale

1. Prekrivanje prstiju na nozi znači da, kada okrenete upravljač i ako je pedala okrenuta prema unaprijed, sa prstom na nozi se možete dotaknuti prednjeg kotača. To se najčešće dešava na biciklima sa manjim okvirom, što možete izbjeći tako da kod oštrog skretanja okrenete vanjsku pedalu u gornji te unutrašnju pedalu u donji položaj. Ova tehnika će na svim biciklima također spriječiti, da unutrašnja pedala između skretanja udari u tlo.



UPOZORENJE: Prekrivanje prstiju može uzrokovati gubljenje kontrole te pad s bicikla. Zamolite prodavača da vam pomogne odrediti pravu kombinaciju između veličine okvira, ručice za okretanje predala, oblika pedala i cipela. Da se radi o prekrivanju ili ne, u oba slučaja morate u oštrim skretanjima imati unutrašnju pedalu u gornjem te vanjsku pedalu u donjem položaju.

2. Neki bicikli imaju pedale sa oštrom i potencijalno opasnom površinom. Takva površina služi za veću sigurnost jer je jača povezanost između biciklistove cipele i pedale. Ako vaš bicikl ima ovu vrstu visoko učinkovite pedale, morate biti još oprezniji da bi izbjegli ozbiljnije povrede na oštrim dijelovima pedala. Ovisno o vašem načinu vožnje i sposobnostima, možda bi željeli manje agresivan oblik pedala odnosno bi se odlučili za vožnju sa štitnicima za zaštitu goljenice. Vaš prodavač vam može pokazati više različitih varijanti te vam savjetovati najbolje rješenje.
3. Sredstva za održavanje pravilnog položaja stopala i dodira sa pedalom su kopče i pojasevi. Kopča namjesti stopalo preko osi pedale za najjaču silu pri okretanju pedala. Pojas u zategnutom položaju osigurava da stopalo ostane na pedali dok vozimo bicikl. Iako su kopče i pojasevi upotrebni za sve vrste obuće, najučinkovitiji su kod biciklističkih cipela, oblikovanih za upotrebu kopče. Vaš prodavač vam može objasniti rad kopče i pojaseva. Cipele sa dubokim otiscima odnosno rubovima na đonu, koje je možda malo teže namjestiti i odstraniti, nisu primjerene za upotrebu zajedno sa kopčama i pojasevima.



UPOZORENJE: Zatvaranje i otvaranje kopče i pojaseva zahtijeva sposobnosti, koje se steknu samo sa vježbom. Tehnika traži punu koncentraciju, dok vam to ne postane rutina, što može usmjerit svu vašu pozornost te s tim uzrokovati gubljenje kontrole i pad. Vježbajte upotrebu kopči i pojaseva gdje nema prepreka, opasnosti odnosno prometa. Dok ne budete dovoljno sigurni u sebe i vašu tehniku, olabavite pojaseve. U prometu nikada ne vozite sa zategnutim pojasevima.

4. Drugo sredstvo za siguran i pravilan položaj stopala te učinkovito okretanje pedala su pedale bez kopče. Na đonu cipele imaju čep, koji se zaskoči u pedalu. Ovaj čep sa posebnim pokretom, kojeg je potrebno vaditi dok ne postane instinktivan, pričvrsti odnosno skine cipelu. Pedala bez kopče traži cipele i čepove, koji odgovaraju obliku pedale.
Dosta pedala bez kopče je oblikovano tako, da omogući biciklistu da si podesi potrebnu količinu sile za pričvršćivanje odnosno skidanje stopala. Slijedite upute proizvođača odnosno zamolite prodavača da vam pokaže postupak podešavanja. Koristite najlakši postupak dok, ne budete refleksno počeli pričvršćivati i skidati cipele. Uvijek se uvjerite, da je dovoljno napetosti, koja sprečava stopalu da slučajno spadne sa pedale.



UPOZORENJE: Pedale bez kopče služe upotrebi cipela, koje su napravljene tako da se đon jako prihvati pedale. Ne koristite cipele, koje se ne mogu pravilno prihvatiti pedale.
Potrebna je vježba, da se naučite sigurno pričvrstiti i skinuti cipelu. Dok cipelu ne počnete pričvršćivati i skidati instinktivno, zahtijeva dosta koncentracije, što može odvući vašu pažnju te uzrokovati gubitak kontrole i pad s bicikla. Vježbajte pričvršćivanje i skidanje s pedale bez kopče tamo gdje nema prepreka, opasnosti odnosno prometa. Uzmite u obzir upute proizvođača za podešavanje i servisiranje. Ako nemate upute proizvođača, posjetite prodavača odnosno povežite se sa proizvođačem.

F. Amortizeri

Puno bicikala ima amortizere. Postoji dosta različitih vrsta amortizera – previše, da bi svaku posebno opisali u ovim uputama. Ako vaš bicikl ima bilo koju vrstu amortizera, pobrinite se pročitati i uzmite u obzir upute proizvođača amortizera o upotrebi i servisiranju. Ako nemate upute proizvođača, posjetite prodavača odnosno povežite se sa proizvođačem.

⚠

UPOZORENJE: Ako ne budete pravilno održavali, pregledavali i podešavali amortizere, njihov rad može oslabiti, a to može dovesti do gubljenja kontrole i pada.

Ako vaš bicikl ima amortizere, veća brzina može povećati opasnost oštećenja. U slučaju loma, gubite prednji dio bicikle. Ako nemate iskustva ovim sistemom, možete izgubiti kontrolu i pasti. Naučite se sigurno koristiti sa sistemom amortizacije. Vidi također odlomak 4.C.

⚠

UPOZORENJE: Promjena kod podešavanja amortizera može promijeniti karakteristike upravljanja i kočenja vašeg bicikla. Nikada nemojte mijenjati podešenost amortizera, osim ako ste u potpunosti upoznati sa uputama i preporukama proizvođača, te poslije podešavanja uvijek provjerite, da li su se karakteristike upravljanja i kočenja promijenile. To napravite tako, da se odvezete na probnu vožnju na terenu, gdje nema prepreka.

Amortizeri mogu povećati kontrolu i udobnost tako što omogućuju kotačima bolje prianjanje na terenu. Ova povećana sposobnost omogućava vam bržu vožnju, ali ne smijete zanemariti vaše sposobnosti. Poboljšanje vaših sposobnosti zahtijeva vježbu i vrijeme. Nastavite oprezno dok se ne upoznate sa svim karakteristikama vašeg bicikla.

⚠

UPOZORENJE: Svim biciklima ne odgovara određena vrsta amortizera. Prije nego namjestite amortizere na vaš bicikl, zajedno sa proizvođačem provjerite što želite i što odgovara vašem biciklu. Ako ovo ne budete uzeli u obzir, može doći do velikog oštećenja okvira.

G. Gume i zračnice

1. Gume

Za bicikl imamo na raspolaganju gume različitog oblika i karakteristika, ovisno o upotrebi. Ako poslije određenog vremena i sa određenim iskustvom mislite, da bi trebali imati drugačije gume, prodavač vam može pomoći pri odabiru odgovarajućeg oblika.
Dimenzija, pritisak i posebno preporučena upotreba na nekim visoko učinkovitim gumama su označeni na vanjskoj strani (vidi sliku17).Najvažniji podatak se nalazi ispod riječi Pritisak gume.

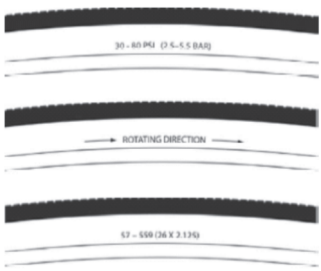


fig. 17

UPOZORENJE: Nikada ne pumpajte gumu iznad najvećeg dozvoljenog pritiska, koji je označen na vanjskoj strani gume. Ako prekoračite najveći dozvoljeni pritisak, guma može ispasti sa obruča, što može dovesti do oštećenja bicikla, bicikliste i najbližih sudionika.

Najbolji i najsigurniji način pravilnog napumpavanja gume na biciklu je pumpanje sa pumpom za bicikl, koja ima ugrađen mjerač pritiska.

UPOZORENJE: Opasno je koristiti cijevi na benzinskoj pumpi odnosno kompresor za napumpavanje, koji nisu napravljeni za gume na biciklu. Jako brzo prenose velike količine zraka i dižu pritisak u gumi, što može dovesti do toga, da zračnica eksplodira.

Funkcija gume po različitim terenima i u različitim vremenskim uvjetima je u velikoj mjeri ovisna od pritiska u gumi. Ako napumpate gumu skoro do njenog najvišeg preporučenog stupnja, absorbcija neravnina će biti na najmanjem stupnju te vožnja oštra. Visok pritisak dobro djeluje na glatkoj i suhoj površini.
Jako nizak pritisak ispod preporučenog stepena omogućuje najbolje djelovanje na glatkoj površini, kao što je duboki suhi pijesak.
Pritisak gume, koji je za vašu težinu i uvjete vožnje prenizak, može uzrokovati defekt zračnice jer gumi omogući da toliko promijeni oblik da stisne unutrašnju zračnicu između obruča i vozne površine.

OPREZ: Automobilski mjerači u obliku olovke mogu biti netočni te se pri mjerenju dosljednih i pravilnih podataka ne možemo osloniti na njih. Umjesto toga koristite kvalitetne mjerače sa brojčanikom.

Neka vam prodavač savjetuje najbolji pritisak gume za način vožnje koji najčešće koristite te vam također napumpa gume. Onda provjerite napumpavanje u odlomku 1.C., tako da znate kakve su na pogled i na dodir pravilno napumpane gume kada ne budete imali mjerač kod sebe. Nekim gumama je potrebno svaki tjedan ili dva dodavati pritisak, zato je važno da prije vožnje uvijek provjerite njihov pritisak.
Posebno visoko učinkovite gume imaju poseban profil, koji je oblikovan tako da bolje radi u jednom smjeru vrtnje nego u drugom. Takva guma ima na vanjskoj strani označenu strelicu, koja pokazuje pravilan smjer okretanja. Ako vaš bicikl ima takvu gumu, provjerite, da je namještena u pravilnom smjeru okretanja.

2. Ventili na gumi
Najprije, postoje dvije vrste ventila za zračnicu na biciklu: ventil Schraeder i ventil Presta.
Pumpa za bicikl mora imati odgovarajuće nastavak ventile. Ventil Schraeder (slika 18a) je sličan ventilu na automobilskoj gumi. Prije nego započnete napumpavati zračnicu, odstranite čep s ventila i priključite nastavak pumpe na ventil. Zrak iz ventila Schraeder ispustite tako da, s ključem ili nekim drugim odgovarajućim predmetom pritisnete iglu na kraju ventila.
Ventil Presta (slika 18b) ima manji promjer te se nalazi samo na biciklističkim gumama. Prije nego započnete napumpavati gumu, odstranite čep s ventila, odvijte maticu na ventilu u

suprotnom smjeru od kazaljki na satu, pritisnite na glavu ventila i pumpajte. Ako budete htjeli napumpati gumu s Presta ventilom sa nastavkom pumpe Schraeder, trebat ćete adapter Presta (na raspolaganju je u vašoj biciklističkoj trgovini), koji se pričvrsti kada odstranite ventil. Adapter odgovara nastavku pumpe Schraeder. Kada završite napumpavanje, zatvorite ventil. Ako želite iz ventila Presta ispustiti zrak, otvorite maticu na nosaču ventila i pritisnite.

UPOZORENJE: preporučamo da u toku vožnje nosite sa sobom rezervnu zračnicu. Zračnicu zakrpajte samo u hitnom slučaju. Ako zračnicu ne pričvrstite pravilno odnosno upotrijebite više zračnica, zračnica se može oštetiti, što može privesti do gubljenja kontrole i pada. Zakrpanu zračnicu zamijenite što prije moguće.

5. Servis

UPOZORENJE: Zbog tehnološkog razvoja su bicikli i njihovi sastavni dijelovi postajli kompleksniji i stalno se dalje razvijaju. Nemoguće je u ove upute za upotrebu obuhvatili sve informacije potrebne za pravilno popravke i/ili održavanja vašeg bicikla. Ako hoćete smanjiti mogućnost nesreće ili povreda, jako je važno, da vam sve popravke odnosno održavanja, koji nisu posebno spomenuti u ovim uputama, odradi vaš prodavač. Isto tako je važno, da uz pomoć vašeg načina vožnje i geografskog prostora odredite individualne zahtjeve za održavanje. Posavjetujte se sa vašim prodavačem i neka vam pomogne odrediti vaše zahtjeve.

UPOZORENJE: Kod servisiranja i popravljanja bicikla, puno poslova zahtijeva posebno znanje i alat. Ne započinjite sa podešavanjem odnosno servisiranjem dok vas vaš prodavač ne poduči. Nepravilno podešavanje odnosno servis može uzrokovati štetu na biciklu odnosno nesreću, koja može dovesti do ozbiljnih povreda odnosno smrti.

Ako se želite naučiti kako napraviti veliki dio servisa i popravaka na vašem biciklu:
1. Zamolite prodavača za kopiju upustva proizvođača za podučavanje i servis dijelova bicikla odnosno povežite se sa proizvođačem sastavnih dijelova.
2. Zamolite prodavača da vam preporuči knjigu sa savjetima kako popraviti bicikl.
3. Pitajte prodavača o mogućnosti tečaja za popravak bicikla v vašoj sredini.
Savjetujemo vam, da prije nego se prvi put odlučite nešto popraviti sami i sjesti na bicikl, zamolite prodavača da provjeri vaš rad. Pošto će mu to oduzeti njegovo vrijeme, napojnica bi bila poželjna.
Također Vam savjetujemo, da pitate prodavača koji su zamjenski dijelovi (kao npr. sajle, sijalice itd.) odgovarajući za vaš bicikl.

A. Periodi servisiranja
Određene dijelove održavanja može odraditi vlasnik sam jer ne zahtijevaju posebni alat odnosno znanje.
Slijede primjeri različitih vrsta servisa, koje možete napraviti sami. Sve ostale servisne poslove, održavanja i popravke treba napraviti, na odgovarajuće opremljenom servisu, osposobljeni mehaničar za bicikle, koji ima na raspolaganju odgovarajući alat te se ravna u skladu sa postupcima, koje je odredio proizvođač.

1. Kočnice: Vaš bicikl će raditi bolje ako ga savladate prije intenzivne vožnje. Upravljačke sajle i prečke na kotačima se mogu rastegnuti ili »usjesti«, ako je bicikl prvi put korišten i zahtijeva nova podešavanja. Provjeravanje sigurnosti mehanizma (odlomak 1.C) će vam pomoći prepoznati određene stvari, koje se trebaju ponovo podesiti. Iako vam se na prvi pogled sve čini uredu, bolje je odnijeti bicikl prodavaču na dodatni pregled. On vam obično savjetuje, da za 30 dana ponovo dovezete bicikl na pregled. Drugi način je, da poslije 3 do 5 sati intenzivne vožnje po terenu ili 10 do 15 sati cestovne ili lakše vožnje po terenu, odvezete bicikl na prvi pregled. Ali ako mislite da sa biciklom nešto nije uredu, prije sljedeće vožnje ga odvezite do prodavača.

2. Prije svake vožnje: Provjerite sigurnosni mehanizam (odlomak 1.C).

3. Poslije svake duže ili intenzivne vožnje: ako je bicikl bio u vodi ili pijesku odnosno poslije barem 150 km: **očistite bicikl i namažite dijelove oko lanaca sa kvalitetnim mazivom za biciklističke lance. Suvišno mazivo odstranite sa nježnom krpom. Djelovanje maziva je ovisno od klime. Posavjetujte se kod prodavača koja maziva su najbolja te koja preporučuje za upotrebu u vašem kraju. Nemojte zamastiti gume!**

4. Poslije svake duže ili napornije vožnje odnosno poslije 10-20 sati vožnje:
• Stisnite prednju kočnicu i pomaknite bicikl naprijed i nazad. Da li je sve tvrdo? Ako pri micanju bicikla naprijed i nazad osjećate udar, ležaj upravljača je najvjerojatnije olabavio. Zamolite prodavača, da provjeri.
• Dignite bicikl sa poda te ga zanjišite. Da li sve teče glatko? Ako osjetite bilo kakvo vezanje ili grubost kod upravljanja, možda je ležaj upravljača previše stegnut.
• Uhvatite pedalu te je pritisnite prema i od osi bicikla, onda ponovite i sa drugom pedalom.
Da li je bilo što olabavljeno? Ako jeste, neka vam bicikl pregleda prodavač.
• Pogledajte još i kočione obloge. Da li vam se čine istrošene odnosno da li na obruč kotača naliježu pravokutno? Onda je vrijeme, da ih prodavač pravilno podesi odnosno zamijeni.
• Provjerite detaljno upravljačke sajle i okvir. Da li ste primijetili hrđu? Čvorove? Istrošenost? Ako je odgovor da, onda neka ih prodavač zamijeni.
• Stisnite svaki susjedni par žbica na obje strane kotača između vašeg palca i kažiprsta. Da li su sve podjednako zategnute? Ako vam se čine labave, neka prodavač pregleda bicikl, napetost i preciznost.
• Na gumama provjerite istrošenost, rezove. Ako je potrebno, neka ih prodavač zamijeni.
• Na obruču kotača provjerite istrošenost, udubljenja i zvuk. Ako primijetite oštećenje na obruču, posavjetujte se sa prodavačem.
• Provjerite, da li su svi dijelovi i dodatci još uvijek sigurno podešeni i pričvršćeni.
• Provjerite okvir, posebno kod spojeva cijevi, upravljača, nosača i sjedišnog oslonca pukotine ili promjenu boje. Svi ti znaci kažu na oštećenje zbog opterećenja i upozoravaju, da je dio na kraju svog upotrebnog vijeka te ga je potrebno zamijeniti. Pogledajte također dodatak B.



UPOZORENJE: Kao i svaka druga mehanička naprava, bicikl i njegovi sastavni dijelovi podvrgnuti su opterećenjima i teretu. Različiti materijali i mehanizmi se na različitim stupnjevima zbog tereta istroše ili oštete, te imaju različito dug životni vijek. Ako se životni vijek prekorači, sastavni dijelovi mogu iznenada i opasno otkazati ta uzrokovati ozbiljne povrede ili smrt bicikliste. Pukotine, istrošenost te promjena boje su znaci oštećenja zbog opterećenja te upozoravaju da dio nije više upotrebljiv te ga je potrebno zamijeniti. Iako su materijali i stručnost vašeg bicikla odnosno pojedinačnih sastavnih dijelova za određeni period osigurani garancijom, to ne znači da će proizvod služiti svojoj namjeni do isteka garancije. Životni vijek bicikla je obično povezan sa načinom vožnje i korištenjem. Garancija ne znači, da se bicikl ne može slomiti odnosno da će raditi zauvijek. Znači samo, da je bicikl osiguran u sklopu garancije. Molimo pročitajte dodatak A *Svrha upotrebe i dodatak B Upotrebni vijek bicikla i njegovih sastavnih dijelova.*

5. Kao što se zahtijeva: ako bila koja kočiona ručica ne prođe provjeru sigurnosti mehanizma (odlomak 1.C), ne vozite se biciklom. Neka Vam vaš prodavač pregleda kočnice. Ako lanac ne prelazi lagano sa jedne brzine na drugu,potrebno je podesiti brzine. Posjetite vašeg prodavača.
6. Svakih 25 sati (intenzivne vožnje) do 50 sati (cestovne vožnje) vožnje odvezite vaš bicikl do prodavača na potpuni pregled bicikla.

B. U slučaju sudara bicikla
Najprije provjerite da li ste ozlijeđeni te se pobrinite za rane kako najbolje znate. Potražite pomoć doktora, ako je potrebno.
Onda provjerite oštećenja bicikla.
Poslije svakog sudara odvezite bicikl do vašeg prodavača, da napravi detaljni pregled.
Karbonske sastavne dijelove, uključujući okvir, upravljač, nosače, ručicu za okretanje sa zupcima, kočnice i ostale dijelove koji su doživjeli sudar, nije dozvoljeno upotrebljavati, dok ih ne rastavi i detaljno pregleda osposobljeni mehaničar.
Pogledajte također dodatak B Upotrebni vijek bicikla i njegovih sastavnih dijelova.



UPOZORENJE: Sudar odnosno drugi udarac može jako opteretiti sastavne dijelove bicikla i uzrokovati da se prije vremena istroše odnosno oštete. Sastavni dijelovi mogu zbog pritiska opterećenja iznenada otkazati i uzrokovati gubljenja kontrole, ozbiljne povrede odnosno smrt.

Cestovni bicikl

• **NAMJENA 1:** Bicikli, oblikovani za upotrebu na asfaltnoj površini, gdje guma ne gubi dodir sa tlom.
• **SLUŽI:** Samo vožnji po asfaltnim cestama.
• **NE SLUŽI:** Vožnji po terenu ili vožnji sa mrežom odnosno košarom za prtljagu.
• **PREDNOSTI I SLABOSTI:** Upotrebljivost materijala je prilagođena tako za manju težinu kao za posebna djelovanja.



Potrebno je razumjeti, da (1) ti bicikli služe, da agresivnom trkaču i natjecateljskom biciklu daju prednost djelovanja u relativno kratkom životnom vijeku djelovanja, (2) da će manje agresivan vozač uživati u dužoj uporabnoj dobi okvira, (3) birate između manje težine (kraći uporabni vijek okvira) i većom težinom okvira te s tim većom uporabnom dobi okvira, (4) birate između manje težine i okvirima, koji su otporniji na udubljenja odnosno imaju grublji okvir i veću težinu.
Svi okviri, koji su jako lagani, treba redovno pregledavati. Ovi okviri se u sudaru često oštete odnosno slome. Nisu oblikovani, da bi ih zloupotrebljivali te s njima slabo raspolagali.
Pogledajte također dodatak B.

Gradski bicikl

• **NAMJENA 2:** Bicikli oblikovani za vožnju pod uvjetima iz prijašnje točke, uključujući makadamske ceste i odgovarajuće označene puteve sa umjerenom strminom, gdje gume ne gube prijam sa cestom.
• **SLUŽI:** Vožnji po asfaltnim cestama, biciklističkim putevima i uređenim makadamskim i nepopločanim cestama.
• **NE SLUŽI:** Vožnji po terenu, brdskom biciklizmu odnosno nikakvoj vrsti skakanja. Neki od ovih bicikala imaju karakteristike amortizera, ali ti su dodani zbog dodatne udobnosti i ne da bi omogućile vožnju po terenu.
Neki bicikli imaju relativno široke gume, primjerene za makadamske i nepopločane ceste.
Neki bicikli imaju relativno uske gume, koje su više primjerne za brzu vožnju pločnikom. Ako se vozite po makadamskim odnosno nepopločanim putevima, prevozite teži teret odnosno želite veću otpornost guma, posavjetujte se sa vašim prodavačem o širim gumama.

Dodatak A
Svrha upotrebe
UPOZORENJE: Važno je, da upoznate vaš bicikl i svrhu njegove upotrebe. Izbor pogrešnog bicikla za vaše potrebe može biti rizičan, a pogrešna upotreba opasna.

Nijedan bicikl se ne može koristiti za svaku namjeru. Vaš prodavač vam može pomoći pri odabiru pravilnog bicikla i upoznati sa njegovim ograničenjima. Postoji puno vrsta bicikala i puno razlika unutar svake vrste. Postoji puno vrsta brdskih, cestovnih, natjecateljskih, hibridnih, putujućih i tandemskih bicikala.
Također postoje bicikli sa miješanim karakteristikama. Na primjer, postoje cestovni/natjecateljski bicikli sa triplom pogonskim zupčanikom. Ovi bicikli imaju niske brzine natjecateljskog bicikla, lakše upravljanje takmičarskih bicikala ali su još uvijek primjerna za prevoženje teškog tereta na putovanjima.
Za takvu svrhu želite putujući bicikl.
Unutar svake vrste bicikala, jedan može služiti za određenu svrhu. Posjetite vašu trgovinu s biciklima i potražite poznavaoca područja, koje vas zanima. Domaću zadaću napravite sami.
Naizgled male promjene, kao što je odabir guma, mogu popraviti ili oslabiti rad bicikla kod određene svrhe.
Na sljedećim stranicama ćemo općenito naglasiti svrhe upotrebe različitih vrsta bicikala.
Industrijski uvjeti u upotrebe su uopćeni. Posavjetujte se sa vašim prodavačem o vašoj namjeri upotrebe.

Svaki bicikl je napravljen i testiran za maksimalnu težinu biciklista i prtljage od 100 kg.

Bicikli klasificirani oznakom dječji bicikli (EN 14765) imaju maksimalnu težinu biciklista/prtljage ograničenu na 45 kg.

POZOR: Vaša težina je TEŽINA + OPREMA (ruksak,kaciga i sva dodatna oprema na biciklu i biciklistu)

Cyclo-cross

• **NAMJENA 2:** Bicikli oblikovani za vožnju pod uvjetima iz prijašnje točke, uključujući makadamske ceste i odgovarajuće označene puteve sa umjerenom strminom, gdje gume ne gube prijam sa cestom.
• **SLUŽI:** Vožnji cyclo-cross, treniranju i natjecanju. Vožnja cyclo-cross obuhvaća vožnju na različitim terenima i površinama, uključujući i zemlju i blato. Bicikli cyclo-cross su također primjereni za vožnju u svim vremenskim uvjetima.
• **NE SLUŽI:** Brdskom biciklizmu i vožnji po terenu odnosno skokovima. Biciklisti i natjecatelji prije prepreke siđu sa bicikla cyclo-cross, prenesu ga na drugu stranu i ponovo sjednu na bicikl. Bicikli cyclo-cross ne služe za brdsku upotrebu. Relativno veći bicikli su brži od manjih brdskih bicikala, ali nisu toliko jaki.

Biciklizam Cross-country, Marathon, Hardtails (tvrdorepaši)

• **NAMJENA 3:** Bicikli, oblikovani za vožnju u uvjetima opisanim pod prvom i drugom točkom i sa neuređenim putevima, manjim preprekama i područjem gdje može doći do kraćeg gubitka dodira sa cestom. **NE skačite**. Svi brdski bicikli bez zadnjeg amortizera kao i neki lagani bicikli sa zadnjim amortizerom, dio su trećeg pogona.
• **SLUŽI:** Vožnji cross-country i natjecanju na laganom, srednjem i agresivnom terenu (npr. brdovit teren sa manjim preprekama, kao što su korijeni, kamenje, neravna površina). Oprema za vožnju cross country i marathon (gume, okviri, brzine) je lagana i primjerena za lakšu vožnju, i ne za grubu vožnju. Hod amortizera je relativno kratak, ionako bicikl služi bržoj vožnji po cesti.
• **NE SLUŽI:** Vožnji hardcore freeridinga, extreme downhill, dirt jumping, slopestyle odnosno jako agresivnoj i ekstremnoj vožnji. Bez skokova, teških doskoka i savladavanja prepreka.
• **PREDNOSTI I SLABOSTI:** Bicikli cross-country su lakši, brži u vožnji uzbrdo i spretniji od svih brdskih bicikala. Bicikli croos-country i marathon su malo nezgrapni, ali imaju učinkovite pedale i brzinu kod vožnje uzbrdo.

Brdski bicikli

• **NAMJENA 4:** Bicikli, oblikovani za vožnju u uvjetima opisanim u prvoj, drugoj i trećoj točki, skupa sa tehnički zahtjevnim površinama, srednje teškim preprekama i manjim skokovima.
• **SLUŽI:** Vožnji po stazama i vožnji uzbrdo. Brdski bicikli su: (1) jači od bicikala cross-coutry, ali slabiji od bicikala freeride, (2) slabiji ali spretniji od bicikala freeride, (3) jači i sa većim hodom amortizera nego bicikli cross-country, zbog čega mogu voziti po zahtjevnijem terenu i preko većih prepreka te lakše skokove, (4) umjeren hod amortizera i upotrebu sastavnih dijelova, koji odgovaraju umjerenoj upotrebi, (5) sadrže širok niz upotrebnih mogućnosti i unutar tog niza se nalaze modeli koji su više ili manje jači.
Posavjetujte se sa vašim prodavačem kakve su vaše potrebe po ovim modelima.
• **NE SLUŽI:** Za ekstremne oblike skakanja/vožnje kao što su hardcore, *mountain, freeride, downhill, north shore, dirt jumping, hucking* itd. Skokovi ili spuštanja (drvene zgrade, kopneni nasip) traže dugačak hod amortizera odnosno teške sastavne dijelove. Bez većih skokova, težih doskoka i savladavanja prepreka.
• **PREDNOSTI I SLABOSTI:** Brdski bicikli su više nezgrapni od bicikala cross-country, za vožnju na zahtjevnijem terenu. Brdski bicikli su teži i s njima se je teže voziti uzbrdo nego sa biciklima cross-country. Brdski bicikli su lakši. Spretniji i lakši za vožnju uzbrdo nego bicikli freeride. Brdski bicikli nisu tako nezgrapni kao bicikli freeeide i ne smiju se koristiti za ekstremnu i terensku vožnju.

Gravity, Freeride, i Downhill

• **NAMJENA 5:** Bicikli, oblikovani za skokove, velike brzine odnosno agresivnu vožnju na neravnim površinama odnosno doskoci na ravnim površinama. Ovaj oblik vožnje jako je riskantan i na bicikl prenosi nepredviđene sile, koje mogu preopteretiti okvir, vilice odnosno ostale dijelove. Ako se odlučite za vožnju po terenu iz ove (5. točke), morat ćete se koristiti sigurnosnim postupcima, kao što su češća pregledavanja bicikla i mijenjanje opreme.
Također morate nositi odgovarajuću sigurnosnu opremu, kao što je biciklistička kaciga, koja pokriva cijeli obraz, zaštitne podloge i štitnike za tijelo.
• **SLUŽI:** Vožnji, koja uključuje najzahtjevnije terene, namijenjene samo iskusnim biciklistima.
Gravity, freeride in downhill su izrazi, koji opisuju vožnje hardcore, mountain, north shore, slopestyle. Ovo je ekstremni biciklizam i izrazi, koji ga opisuju, stalno se razvijaju. Bicikli gravity, freeride in downhill su: teži i imaju veći hod amortizera nego brdski bicikli, zbog čega se mogu voziti po zahtjevnijim terenima i preko većih prepreka, te koriste sastavne dijelove, koji odgovaraju težem stupnju upotrebe. Pored svih ovih dokaza, ne možemo tvrditi, da se kod ekstremne vožnje bicikl freeride neće slomiti. Sam teren i način vožnje, za koje su oblikovani biciklu freeride, su opasni. Odgovarajuća oprema, kao što je bicikl freeride, ne mijenja realnost.
Kod ovog načina vožnje, slaba procjena, peh ili vožnja iznad vaših mogućnosti može brzo uzrokovati nesreću, u kojoj se možete ozbiljno povrijediti, ostati nepokretni odnosno umrijeti.
• **NE SLUŽI:** Izgovorima za probavanje. –pročitajte odlomak 2.F.
• **PREDNOSTI I SLABOSTI:** Bicikli freeride su više nezgrapni nego brdski bicikli za vožnju po zahtjevnijim terenima. Bicikli freeride su teži i s njima se teže voziti uzbrdo nego sa brdskim biciklima.

Dirt Jump

• **NAMJENA 5:** Bicikli, oblikovani za skokove, velike brzine odnosno agresivnu vožnju po neravnim površinama odnosno doskocima na ravnim površinama. Ovaj način vožnje je jako riskantan i na bicikl prenosi nepredviđene sile, koje mogu preopteretiti okvir, vilice odnosno ostale dijelove. Ako se odlučite za vožnju po terenu iz ove (5. točke), morat ćete se koristiti sigurnosnim postupcima, kao što su češća pregledavanja bicikla i mijenjanje opreme.
Također morate nositi odgovarajuću sigurnosnu opremu, kao što je biciklistička kaciga, koja pokriva cijeli obraz, zaštitne podloge i štitnike za tijelo.
• **SLUŽI:** Skakanju, brzoj vožnji, skate parkom, ostalim predvidljivim preprekama i terenima, gdje biciklista koristi sposobnosti i kontrolu nad biciklom radije nego amortizere. Bicikli dirt jumping se upotrebljavaju slično kao teži bicikli BMX. Bicikl dirt jumping nam ne donese sposobnosti za skakanje. Pročitajte odlomak 2.F.
• **NE SLUŽI:** Za teren, spustove odnosno doskoke, za koje su potrebne velike količine pokreta amortizera, koje pomažu ublažiti sudar i odražavati kontrolu.
• **PREDNOSTI I SLABOSTI:** bicikli dirt jumping su lakši i spretniji od bicikala freeride, ali nemaju zadnjeg amortizera, a hod prednjeg amortizera je dosta kraći.

Djeca

Bicikli, koji su napravljeni za djecu. Kontrola roditelja potrebna je uvijek. Izbjegavajte područja, gdje se nalaze automobili i prepreke te opasnostima, kao što su padine, rubovi, stepenice, kanalizacijske šahtove ili bazene.

Budite sigurni da vaše dijete uvijek nosi zaštitnu kacigu i vidljivu odjeću.
Preporuča se nošenje reflektirajućih traka kako bi se poboljšala vidljivost.
Budite sigurni da kupite kacigu s kojom će se vaše dijete osjećati dobro.
Uzmite sa sobom dijete kada kupujete kacigu kako bi bili sigurni da je ista udobna i da mu odgovara.
Imajte na umu da ispravna kaciga spašava živote!
Imajte na umu da vaše dijete nosi kacigu samo prilikom vožnje bicikla.
Ne dopustite nošenje kacige tijekom igre u parku ili igralištu jer bi moglo doći do zapinjanja traka i gušenja.

Pružite dobar primjer koristeći biciklistički put što je češće moguće. Također preporučamo da vaše dijete ukoliko je moguće prođe lekciju iz ponašanja u prometu i sigurne vožnje u organizaciji škola ili policijskih postaja.

Ukoliko vaše dijete nije sigurno na biciklu, osigurajte mu bicikl s pomoćnim kotačima, kako bi što ranije savladao vožnju. Pomoćni kotači pomoći će vašem djetetu da dobije ravnotežu i prevlada strah od pada.
Pomoći kotači moraju biti dobro pričvršćeni, ukoliko niste sigurni u postavljanje istih, zamolite prodavača da vam pomogne ili da vas savjetuje o tome. Bitno je da je dijete na biciklu stabilno, odnosno na bicikl ne naginje na jednu stranu, jer u tom slučaju niste dobro podesili kotače.
Dijete mora biti svjesno pomoćnih kotača i prostora koje isti zauzimaju kako ne bi zapelo u vožnji ili ozlijedilo neku drugu osobu.

Dodatak B
Uporabni vijek bicikla i njegovih sastavnih dijelova

1. Ništa nije vječno, uključujući i vaš bicikl

Kada vaš bicikl i njegovi sastavni dijelovi nisu više upotrebljivi, vožnja postane riskantna.
Svaki bicikl i njegovi sastavni dijelovi imaju ograničen životni vijek korištenja. Dužina tog vijeka je ovisna od izrade i materijala, održavanja i njege te načina i učestalosti upotrebe, kojim su povrgnuti okvir i sastavni dijelovi bicikla. Vožnja na natjecanjima, izvođenje akrobacija, divljanje, skakanje, agresivna vožnja, vožnja na zahtjevnim terenima i u zahtjevnim uvjetima, vožnja sa teškim teretom, reklamne djelatnosti i druge svrhe upotrebe, koje nisu svakodnevne, mogu smanjiti uporabni vijek okvira i sastavnih dijelova. Jedan od nabrojanih uvjeta ili njihova kombinacija može neočekivano dovesti do oštećenja.
Ako usporedimo sa strane upotrebe, lakši bicikli i njihovi sastavni dijelovi obično imaju kraći životni vijek nego teži bicikli i njihovi sastavni dijelovi. Ako se odlučite za lagani bicikl odnosno sastavne dijelove, onda dajete prednost većoj učinkovitosti, koja dolazi sa manjom težinom, nad dužim uporabnim vijekom. Znači, ako se odluči te za laganu opremu sa visokim djelovanjem, morat ćete se pobrinuti za redovne i česte preglede.
Potrebno je da vaš prodavač redovno pregledava bicikl i njegove sastavne elemente i provjeri, ako se negdje pokazuju znaci opterećenja i/odnosno oštećenja, uključujući lomove, deformacije, hrđanje, guljenje boje, udubljenja i ostali znaci mogućih problema, nepravilnog korištenja odnosno slabog postupanja. Ovo su jako važni sigurnosni pregledi, koji pomažu spriječiti nesreće, tjelesne povrede bicikliste te kraći vijek djelovanja.

2. Perspektiva

Današnji bicikli sa visokom djelovanjem traže redovne i temeljite preglede i servisiranja. U nastavku ćemo vam probati obrazložiti neke osnove s područja materijala i njihove veze sa vašim biciklom. Spomenut ćemo neke usporedbe kod planiranja bicikla, i što možete očekivati od vašeg bicikla. Napisat ćemo neke osnovne smjernice o održavanju i pregledavanju bicikla. Ne možemo vas naučiti svemu o pravilnom pregledavanju i servisiranju vašeg bicikla, zato više puta naglašavamo, da bicikl morate odvesti vašem prodavaču, koji je kvalificiran za njegu i održavanje bicikla.



UPOZORENJE: Česti pregledi bicikla su važni zbog vaše sigurnosti. Slijedite upute iz prvog odlomka Provjeravanje sigurnosti mehanizma.
Povremeni detaljniji pregledi vašeg bicikla su važni. Kako čestu su takvi pregledi potrebno je ovisno o vama.
Kao biciklist odnosno vlasnik imate kontrolu nad time gdje, kako često i koliko koristite vaš bicikl. Pošto vaš prodavač ne može ocijeniti upotrebu, vaša odgovornost je, da bicikl redovno vozite na preglede i servis. S obzirom na to, gdje i kako koristite vaš bicikl, prodavač vam može savjetovati koliko često morate odvesti bicikl na pregled odnosno servis.
Zbog vaše vlastite sigurnosti, razumijevanja i komunikacije sa vašim prodavačem Vam savjetujemo, da u potpunosti pročitate ovaj dodatak.

Od materijala, iz kojih je vaš bicikl napravljen, ovisi učestalost i način pregledavanja. Nepoštivanje ovog UPOZORENJA može dovesti do oštećenja okvira, vilica odnosno drugih sastavnih dijelova, koji mogu uzrokovati ozbiljne povrede odnosno smrt.

A. Poznavanje metala

Okviri bicikala su obično napravljeni iz čelika, koji ima dobre osobine, ali ga pri izradi visoko učinkovitih bicikala zamjenjuje aluminij te u manjoj mjeri titan. Glavni faktor za ovu promjenu je zanimanje ljubitelja za lakše bicikle.

Karakteristike metala

Potrebno je razumjeti, da jednostavno objašnjenje kod opisivanja upotrebe različitih metala za bicikl ne postoji. Od samog materijala je važnije, kako je izabrani materijal koristan.

Potrebno je uzeti u obzir oblik, testiranje i proizvodnju bicikla te karakteristike metala, a ne tražiti pojednostavljeni odgovor.

Metali se jako razlikuju po otpornosti do hrđanja. Čelik je potrebno zaštititi, u suprotnom ga može napasti hrđa. Na aluminiju i titanu se brzo razvije oksidirani film, koji metal štiti od daljeg hrđanja. Zbog tog fila su oba metala jako otporna na hrđanje. Aluminij nije u potpunosti otporan na hrđanje, zato mu je potrebno posebna njega, ako se dodiruje s drugim metalima može doći i do galvanskog hrđanja.

Metali su relativno rastezljivi. To znači, da ih je moguće savijati, svinuti i rastezati prije nego se slome. Općenito važi, da je čelik od materijala na okviru običnog bicikla najviše, titan malo manje i aluminij najmanje rastezljiv.

Metali se razlikuju i po gustoći. Gustoća je težina jedinicu materijala. Čelik ima 7,8 g/cm3 (grama na kubični centimetar), titan4,5 g/cm3, aluminij 2,75 g/cm3. Ovaj broj usporedite sa sastavom karbonskih vlakana, koji iznose 1,45 g/cm3.

Metali također ovise o korištenju Sa velikom upotrebom i teškim teretom će se na metalima s vremenom pojaviti pukotine, koje vode do oštećenja. Jako važno je, da u nastavku pročitate Osnove istrošenosti metala.

Zamislite si, da s biciklom skrenete u jarak, udarite u rubnik, kamen, auto, biciklistu ili drugi predmet. Kod bilo koje brzine, vaše tijelo će se još uvijek pomicati prema naprijed, a inercija će Vas odnijeti preko prednjeg dijela bicikla. Na biciklu su oštećenja okvira, vilica i ostalih sastavnih dijelova u usporedbi sa ozljedama na vašem tijelu nevažna.

Što možemo očekivati od metalnog okvira? To je ovisno od više kompliciranih faktora, zato Vam kažemo, da nije moguće oblikovati kriterije vrijednosti sudara. Zbog toga vas upozoravamo, da se u slučaju dovoljno jakog sudara vilice ili okvira bicikla saviju odnosno svinu. Na čeličnom biciklu se mogu čelične vilice jako svinuti, a okvir ostati neoštećen.

Aluminij je manje rastezljiv od čelika, ali se može dogoditi da se saviju i vilice i okvir. Ako udarite jače, gornja cijev se može slomiti, donja saviti i slomiti te odvojiti cijev upravljača i vilice i glavnog trokuta.

Kada metalni bicikl udari u prepreku, Dokaze o rastezljivosti ćete primijetiti zbog savijenog ili svinutog metala.

Danas je obično glavni okvir napravljen iz metala, a vilice iz karbonskih vlakana. Pogledajte donji odlomak Poznavanje sastavaka. Relativna rastezljivost metala i manjak rastezljivosti karbonskih vlakana znači, da u slučaju sudara možete očekivati nešto savijenog ili svinutog metala ali ne i karbona. U slučaju manjeg opterećenja mogu karbonske vilice ostati neoštećene, unatoč oštećenju okvira. U slučaju većeg opterećenja su karbonske vilice u potpunosti oštećene.

Osnove istrošenosti metala

Zdrava pamet nam govori, da nijedna stvar koju upotrebljavamo, ne traje vječno. Što više neku stvar koristimo, te što intenzivnije i u slabim uvjetima, kraći joj je životni vijek.

Istrošenost je izraz, koji opisuje postepeno oštećenje nekog dijela, a uzrokuje ga postupno opterećenje. Da bi došlo do oštećenja zbog istrošenosti, mora biti opterećenje određenog dijela dovoljno veliko. Da bi lakše razumjeli, pomozite si sa primjerom, gdje spajalicu za papir savijate toliko dugo (ponavljajuće opterećenje) dok se ne slomi. Ova jednostavna definicija će vam pomoći razumjeti, da istrošenost nema ništa zajedničko sa vremenom ili starošću.

Bicikl u garaži se ne troši. To se desi samo sa korištenjem.

O kakvoj vrsti »oštećenja« onda govorimo? Pukotina se na mikroskopskom nivou oblikuje na jako opterećeno dijelu površine. Pošto se opterećenost stalno ponavlja, pukotina se širi i na određenom dijelu postane vidna za oči. S vremenom postane toliko velika, da taj dio toliko oslabi, da bi podnio opterećenja, koja bi inače mogao i tada se može iznenada i u potpunosti oštetiti.

Postoji mogućnost, da oblikujemo dio, koji je toliko jak, da mu je uporabni vijek skoro vječan.

To zahtijeva puno materijala i veliku težinu. Svaka konstrukcija, koja mora biti lagana i jaka, imati će ograničeni period trajanja. Avioni, trkaći auti i motorni bicikli sadrže dijelove sa ograničenim periodom trajanja. Ako bi željeli bicikl sa neograničenim periodom trajanja, bio bi teži od bilo kojeg bicikla koje se danas prodaje. Zato svi radimo kompromise – lijepo i lagano djelovanje, koje svi želimo zahtijeva pregled konstrukcije.

Što tražiti

• KADA SE PUKOTINA JEDNOM POJAVI, MOŽE SE ŠIRITI DALJE.

Na pukotinu gledajte kao na put koji vodi do oštećenja. To znači, da je svaka pukotina potencijalna opasnost i da može postati još opasnija.

JEDNOSTAVNO PRAVILO br.

1: Ako otkrijete pukotinu, zamijenite dio.

• HRĐANJE UBRZAVA NASTAJANJE ŠTETE. Pukotine se šire brže kada su u korozivnoj sredini. Razmislite o rješenju za koroziju, čim se pukotina počne širiti.

JEDNOSTAVNO PRAVILO br.

2: Očistite vaš bicikl, namažite ga i zaštitite od soli i odstranite sol što prije.

• U OKOLICI PUKOTINE MOGU SE POJAVITI FLEKE I PROMJENA BOJE. Takve fleke su moguće upozorenje, da pukotina postoji.

JEDNOSTAVNO PRAVILO br.

3: Pregledajte i pretražite svaku fleku, koju primijetite, da budete sigurni da je povezana sa pukotinom.

• VAŽNE OGREBOTINE, UDUBLJENJA, UTORI ILI BRAZGOTINE POKAZUJU NA PUKOTINE. Na takvu površinu gledajte kao na žarište opterećenja (područje, gdje je povećano opterećenje).

JEDNOSTAVNO PRAVILO br.

4: Ne grebite, dubite ili urezujte na površini. Ako već, onda pazite na taj dio površine ili zamijenite dio.

• NEKE PUKOTINE (posebno veće) MOGU IZMEĐU VOŽNJE PRAVITI BUKU. Na takvu buku gledajte kao na ozbiljan znak. Znajte, da je dobro održavan bicikl jako tih, ne škripi i ne cvili.

JEDNOSTAVNO PRAVILO br.

5: Pretražite i nađite izvor buke.
Možda pukotina nije uzrok ali odmah moramo popraviti bilo koji izvor buke.
Kod većine pukotina ne radi se o greški. To je znak, da je određeni dio istrošen te da je odslužio svojoj svrsi. Kada se kod auta istroši profil gume, ne radi se o kvaru nego o istrošenosti. Kada se na metalu pojavi pukotina, vrijeme je za zamjenu.
Istrošenost nije u potpunosti predvidljiva

Istrošenost nije u potpunosti predvidljiva, ali tu se nalaze opći faktori, koji će vama i vašem prodavaču pomoći odrediti koliko često treba pregledavati vaš bicikl. Što se više brinete za produžetak životne dobi proizvoda, manje pregleda je potrebnih.

Faktori, koji smanjuju životni vijek proizvoda:
- ***Težak i naporan način vožnje***
- ***Sudar, skokovi i ostali udarci bicikla***
- ***Puno prevoženih kilometara***
- ***Viša tjelesna težina***
- ***Jači, sposobniji i agresivniji biciklista***
- ***Korozivna sredina (mokrost, slan zrak, posoljene ceste, znoj)***
- ***Prisutnost blata, prljavštine, pijeska i soli, koji izjedaju bicikl***

Faktori, koji produžuju životni vijek bicikla:
- ***Lagan i tekući stil vožnje***
- ***Bez sudara, skokova i ostalih udaraca bicikla***
- ***Manje prevoženih kilometara***
- ***Manje agresivan vozač***
- ***Sredina, koja nije korozivna (suh zrak bez soli)***
- ***Čista biciklistička sredina***

UPOZORENJE: Ne vozite bicikl, koji ima pukotine, izbočenja ili utore, i ako su manji. Vožnja s biciklom, koji ima puknut okvir, vilice odnosno druge dijelove može dovesti do oštećenja, koja mogu uzrokovati ozbiljne povrede odnosno smrt.

B. Poznavanje sastojaka
Svi biciklisti moraju poznavati temeljnu suštinu sastojaka. Sastavni materijali iz karbonskih vlakana su jaki i lagani, ali se u slučaju sudara odnosno preopterećenja karbonska vlakna ne ukrive, nego slome.

Što su sastojci?
Izraz »sastojci« se odnosi na činjenicu, da je dio odnosno da su dijelovi sastavljeni iz različitih dijelova odnosno materijala. Već ste čuli za izraz » bicikl iz karbonskih vlakana«. Sa drugim riječima to znači »sastavljeni bicikl«.
Sastojci karbonskih vlakana su jaka i lagana vlakna, koja se uliju u plastični kalup, da dobiju oblik. U usporedbi sa metalima, karbonski sastojci su lagani. Čelik ima 7,8 g/cm3 (grama na kubični centimetar), titan 4,5 g/cm3 i aluminij 2,75 g/cm3. Ove brojeve usporedite sa sastojcima karbonskih vlakana, koja iznosi 1,45 g/cm3.
Sastojci s najboljim odnosom između snage-težine su napravljeni iz karbonskih vlakana u plastičnom kalupu, koji povezuje karbonska vlakna, prenosi opterećenja na ostala vlakna i proizvodi glatku vanjsku površinu. Karbonska vlakna su »okvir«, koji podnosi teret.

Dodatak C
Kočnica torpedo

1. 1. Kako radi

Torpedo je mehanizam, koji je dio glave na zadnjem kotaču. Pokrene se, kada promijenimo smjer okretanja okretne ručice (vidi sliku 5). Početni položaj okretne ručice neka bude vodoravan, tako da bude prednja pedala u položaju kazaljke na satu, koja pokazuje 4 sata. Sa stopalom pritisnite na zadnju pedalu. Poslije približno 1/8 okreta će se torpedo kočnica pokrenuti. Što više pritisnete prema dole, veća je sila kočenja, sve dok se zadnji točak ne prestane okretati i započne kliziti.

⚠

UPOZORENJE: Prije vožnje provjerite, da kočnice rade pravilno. U slučaju, da ne rade pravilno, neka vam prije sljedeće vožnje bicikl pregleda vaš prodavač.

⚠

UPOZORENJE: Ako vaš bicikl ima samo jednu kočnicu torpedo, vozite oprezno. Samo jedna zadnja kočnica nema istu silu kočenja, kao što imaju prednja i zadnja kočnica zajedno.

2. Podešavanje kočnice torpedo

Servisiranje i podešavanje kočnice torpedo zahtijeva poseban alat i znanje. Ne pokušavajte rastaviti ili servisirati kočnice torpedo, nego odvezite bicikl do vašeg prodavača.

Dodatak D
Specifikacije o zateznom momentu pri pričvršćivanju

Pravilan moment zatezanja navoja je jako važan za vašu sigurnost. Pričvrsne elemente uvijek pričvrstite do odgovarajućeg zateznog momenta. U slučaju protivljenja informacija u ovom upustvu i proizvođačevih informacija, posavjetujte se sa vašim prodavačem ili predstavnikom proizvođačevog servisa. Vijci, koji su previše zategnuti, mogu se rastegnuti i deformirati. Vijci, koji su previše olabavljeni, mogu se micati i istrošiti. Svaka od ovih grešaka može privesti do iznenadnog oštećenja vijka.
Za pričvršćivanje teško pričvrsnih elemenata na vašem biciklu uvijek koristite pravilno usmjeren momentni ključ. Dosljedno uzmite u obzir proizvođačeva upustva, pravilno i učinkovito za upotrebu momentnog ključa.

Hvala na ukazanom povjerenju !

MATIS OUTDOOR

MERIDA

CROSS

KENZEL bicycles

ULTRA

DINO Bikes

TOMOS

SKY

Generalni uvoznik i distributer:

UPUTSTVO ZA UPOTREBU BICIKLA

MATIS OUTDOOR d.o.o.
Matije Gupca 41, 42209 Sračinec
Tel: +385 42 250 156
Fax: +385 42 305 085
e-mail: info@matis.com.hr
www.matis.com.hr

MATIS OUTDOOR