



Pedais Commuter Bontrager

bontrager.com

PN 570222 (número de peça)

AVISO:

A utilização ou afinação incorreta do sistema de pedais de encaixe Bontrager pode causar perda de controlo e provocar lesões físicas. Se não estás seguro acerca do funcionamento deste sistema, consulta a tua loja antes de pedalar.

Para montar os encaixes (cleats)

Certifica-te de que os teus sapatos são indicados para este sistema de pedais. A maioria dos sapatos compatíveis têm os orifícios de montagem visíveis, mas há modelos com borracha a tampar. Se os teus sapatos não apresentam os orifícios de montagem expostos, consulta as instruções dos sapatos ou o teu revendedor.

1. Coloca uma camada fina de massa lubrificante nas roscas de cada um dos parafusos.
2. Identifica qual das extremidades do encaixe (cleat) é a dianteira e coloca-o bem orientado por cima das roscas dos na sola dos sapatos. Os dois cleats são idênticos, podendo ser utilizados em qualquer um dos sapatos.

Afinação

Os pedais de encaixe da Bontrager permitem a afinação da força necessária para colocar ou retirar os pés nos pedais. Afina ambos os pedais, dos dois lados, até ao ponto mais leve com que podes pedalar em segurança.

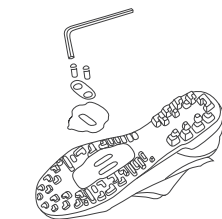


Figura 2. Instalação do parafuso

3. Com a placa de ajuste dos cleats instalada com os orifícios cónicos virados para cima de forma a aceitar os parafusos dos cleats, coloca os parafusos sem apertar muito (Figura 2).

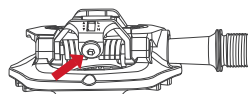


Figura 3. Parafuso de afinação

Parabéns

...por teres escolhido pedais Bontrager. Na Bontrager estamos focados para fabricar componentes de qualidade e inovadores, assim como acessórios bem pensados - tudo tendo sempre em mente primeiro o ciclista e sem concessões. Quer estejas à procura de uma peça de substituição, rodas ou componentes atualizados, ou de acessórios que modifiquem radicalmente a aparência e performance da tua bicicleta, todos os produtos Bontrager são concebidos para que a tua próxima volta seja melhor do que a última.

Instalação

Ferramentas necessárias:

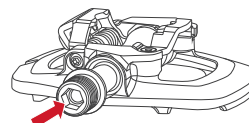


Figura 1. Chave sextavada para o eixo do pedal

1. Chave sextavada 8mm
2. Chave sextavada 4mm
3. Chave de torque
4. Massa lubrificante de bicicleta

4. Alinha visualmente cada um dos cleats para que fique aproximadamente alinhado com o calcanhar e para que a zona plantar mais larga do pé fique posicionada diretamente sobre o eixo do pedal quando estás a pedalar. Aperta temporariamente os parafusos dos cleats com 2.4 Nm (22 lb•in).

Os cleats podem ser afinados lateralmente, para trás ou a para frente ou para um ângulo diferente de acordo com as tuas preferências. Com a bicicleta parada e apoiado na parede, pratica o encaixe e desencaixe dos sapatos nos pedais para determinar qual é a posição dos cleats com que te sentes mais confortável. A posição correta dos cleats oferece um pedalar confortável e eficiente. Qualquer desconforto causado pela utilização dos pedais é indicador de que a posição dos cleats está incorreta e deve ser ajustada de imediato. A instalação incorreta dos cleats pode causar lesões físicas.

Cada um dos pedais tem um parafuso de afinação na extremidade (Figura 3). À medida que te aproximas do limite de afinação (tanto para ficar mais solto como mais firme) a resistência do parafuso aumenta gradualmente. Não forces os parafusos de afinação para lá deste ponto ou pedal pode ficar danificado ou inutilizado. Se o pedal não ficar com a força necessária, consulta a tua loja.

Em alguns sapatos, a sola pode ser demasiado grossa interferindo com o engate e desengate nos pedais. Neste caso, podes retirar material da sola ou utilizar uns sapatos diferentes.

Sistema de encaixe Bontrager

O sistema de encaixe dos pés permite que fixes os pés aos pedais com firmeza. Os pedais engatam nos encaixes de metal (cleats) que estão instalados nos sapatos específicos para ciclismo. Este sistema tem como objetivo fixar os teus pés nos pedais, mas requer a tua intervenção para os libertares.

Estes pedais não são indicados para ciclismo radical, incluindo downhill, slopestyle, dirt jumping ou outras formas de ciclismo radical.

Para montar os pedais

1. Antes de inserir as roscas dos pedais no braço pedaleiro, limpa as roscas do pedal e do cranque e coloca um pouco de massa lubrificante de bicicleta na rosca dos pedais. Consulta o teu revendedor acerca da massa lubrificante indicada.
2. Começa a enroscar à mão, não com uma chave. Os pedais Direito e Esquerdo estão marcados com R e L no corpo do pedal respetivamente. Roda o eixo roscado do pedal direito no sentido dos ponteiros do relógio, mas aperta no sentido inverso o eixo do pedal esquerdo.
3. Utilizando uma chave sextavada de 8mm na zona posterior do eixo dos pedais (Figura 1), aperta os pedais ao braço pedaleiro com as seguintes especificações de aperto 40.2-42.9 Nm (350-380 lb•in).

5. Se necessário, alivia os parafusos e ajusta a posição dos cleats. Depois, volta a apertar os parafusos temporariamente para verificar a posição dos cleats.
6. Quando a posição dos cleats estiver correta, aperta completamente os parafusos dos cleats com 4.9-5.8 Nm (44-51 lb•in).

Para finir a força de engate dos cleats

1. Gira cada um dos parafusos de afinação no sentido dos ponteiros do relógio para aumentar a resistência necessária para soltar e fixar ou no sentido contrário aos ponteiros do relógio para diminuir esta força.
2. Certifica-te de que a tensão da mola de engate é idêntica em ambos os pedais. O pedal tem marcações que ajudam a fazer este ajuste.

Se se tornar difícil libertar os pés dos pedais, é sinal de que os cleats podem estar gastos. Dependendo das condições e manutenção, o intervalo de substituição dos cleats varia muito. Substitui os cleats gastos por cleats compatíveis quando se tornar difícil fixar ou libertar os pés dos pedais.

Pedalar

Familiariza-te com a utilização destes pedais. Pratica a fixação e libertação dos pés antes da tua primeira volta. Após praticares numa posição fixa, podes praticar em movimento num parque de estacionamento vazio e plano, que é o cenário ideal para o seguinte:

- Antes de tentar encaixar os sapatos com cleats nos pedais, verifica ambos os cleats e os pedais para te certificares de que nenhum contém pedras, lama ou outras sujidades que possam interferir com o correto funcionamento deste sistema.

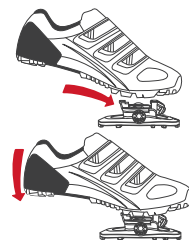


Figura 4. Pressionar para baixo e para frente para engatar

- Para fixar os pés nos pedais, coloca a zona dianteira do cleat na zona dianteira do pedal (Figura 4) e pressiona para baixo com a zona plantar dianteira do teu pé. Deves conseguir ouvir um clique, indicador de que o cleat engatou no pedal.

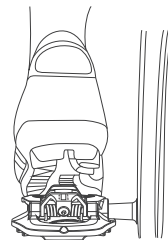


Figura 5. Testa o engate puxando o sapato

- Verifica o engate do sapato ao tentar puxar o teu sapato do pedal (Figura 5). Se o teu sapato sair do pedal, começa de novo.

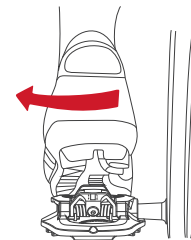


Figura 6. Torção lateral para desengatar

- Para desengatar o sapato do pedal, afasta o teu calcanhar lateralmente da bicicleta (Figura 6).

Antes de parar, desengata sempre pelo menos um dos pés dos pedais. Antes de executar uma manobra a baixa velocidade, podes desengatar um dos pés do pedal apesar de não ires parar.

Presta atenção à estrada quando estiveres em movimento. Olhar para os teus pedais faz com que seja difícil ver eventuais obstáculos.

Manutenção

Antes de cada saída, limpa os pedais e os cleats. Verifica também se consegues engatar e desengatar os pés em ambos os lados de cada pedal.

Ajusta os parafusos de afinação com torque de 4.9-5.8 Nm (44-51 lb•in) todos os meses.

Inspeciona os teus pedais a cada três meses. Aperta os pedais nos braços pedaleiros como indicado no capítulo de Instalação. Verifica também os rolamentos. Roda e move manualmente os pedais da direita para a esquerda e de cima e para baixo. Se sentires alguma folga ou resistência nos rolamentos, ajusta e lubrifica novamente na tua loja ou substitui-os.



Garantia incondicional Bontrager

Se, por algum motivo, não ficares satisfeito com a tua compra Bontrager, devolve o artigo juntamente com o comprovativo de compra num prazo de 30 dias em qualquer revendedor Trek ou através do site trekbikes.com para efetuar uma troca ou obter um crédito em loja.

Esta garantia abrange os componentes pós-venda Bontrager, vestuário e acessórios. Os componentes Bontrager OE (equipamento original) vendidos como parte integral de uma bicicleta estão excluídos. Os itens usados devem ser limpos para devolução. Produtos enviados sem estarem limpos ou lavados, são devolvidos à cobrança.

Garantia limitada

Consulta Bontrager.com para informação detalhada da garantia.

Este sistema de pedais é distribuído pelas seguintes empresas:

Trek EUA
801 W. Madison
Waterloo, WI
53594
www.trebikes.com

Trek Europe
Bike Europe B.V.
Ceintuurbaan 2-20C
3847 LG Harderwijk
Holanda
+44 1 908 360 160

Austrália
Trek Bicycle Corporation
A/C: Atendimento ao Cliente
(Austrália) Pty Ltd
PO Box 1747
Fyshwick, ACT 2609