ASPENÄS

NAKAMURA

INSTRUKTIONSBOK

A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 1 2014-11-11 09.05

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

SERVICE 2
CYKELNS DELAR 3
TIPS OCH RÅD 4
MONTERING..... 6
UNDERHÅLL 10

SERVICE

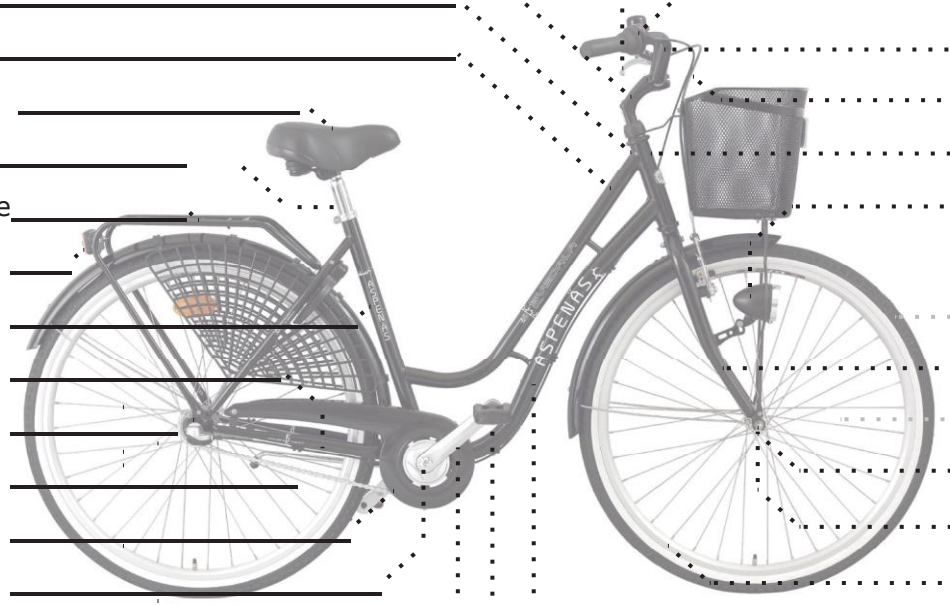
Att serva cykeln med jämna mellanrum är viktigt. Då får man mer glädje av cykelturen och cykeln håller längre.

Vissa detaljer slits fortare än andra, ex. kedja och däck. När cykeln är ny kommer vissa detaljer att behöva justeras efter en tids användning. Exempelvis broms och växelvajer.

Därför är det viktigt att serva cykeln efter ca 3 månader eller ca 20 mil.

Mycket av underhållsarbetet kan du själv klara av. Men om du är osäker så kontakta din närmaste återförsäljare.

CYKELNS DELAR



Styrstam
Styrlager
Överrör
Sadel
Sadelstolpe
Pakethållare
Baklampa
Sadelrör
Kedjestag
Kedjekrans
Kedja
Kedjehjul
Vevlager
Vevarm
Pedal

Bromshandtag
Växel
Styre
Bromsvajer
Styrrör
Framlykta
Däck
Framgaffel
Eker
Hjulmutter
Navdynamo
(vissa modeller)
Fälg
Underrör

A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 3 2014-11-11 09.05

TIPS OCH RÅD

Mycket av underhållsarbetet kan du själv klara av. Men om du är osäker så kontakta din återförsäljare.

Tvätta gärna cykeln med jämna mellanrum. Vanlig trädgårdsslang och borste är att rekommendera.

Använd inte högtryckstvätt då vattenstrålen kan tränga in i lager och ta bort fettet (risk för rost).

Efterbehandla cykeln med bikeshine eller liknande, då fastnar inte smutsen lika lätt.

KEDJA

Smörj kedjan ofta och torka alltid av överflödet med en trasa. Då drar den inte åt sig lika mycket skit och är alltid inoljad. Kontrollera att kedjan inte knakar vid cykling eller är skadad. Ha alltid kedjan inoljad. Det finns olika typer av oljor, tunna – ”dry lube” eller tjockare – ”wet lube”. Cyklar man på vintern kan det vara bra med en lite tjockare olja som sitter kvar längre.

SADEL

För att få bästa komfort kan man prova sig fram genom att justera sadeln i olika vinklar. Utgångspositionen är att sadeln skall vara vågrät. Här hjälper gärna din handlare dig. Att tänka på är att aldrig höja sadelstolpen över det markerade märket på sadelstolpen (se bild 1). Fetta in sadelstolpen en gång per år så sätter inte stolpen sig i ramen, detta görs vid service.

STYRE

Se till att styrstammen inte är över markeringen (se bild 2). Om det hörs knak i styre eller styrstam, kontrollera skruvarnas åtdragning.



Bild 1.



Bild 2.

A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 4 2014-11-11 09.05

FÄLGBROMSAR

Var noga med att bromsgummit sitter rätt, dvs. att gummit går mot fälgen. Kolla också med jämna mellanrum bromsbelägget. Byt bromsbelägg innan slitytan är bortsliten, annars kan fälgen bli förstörd och bromsverkan minimeras. Bromsvajern bör smörjas för att minska friktion och att fukt inte tränger sig in i höljet. Ovana cyklister bör vara försiktiga med frambromsen!

OBS! Bromsa aldrig enbart med frambromsen!



Fälgbroms.

SKIVBROMSAR

Tänk på att inte trycka på bromshandtaget när hjulet är avtaget. Bromsen kan då spännas åt så att hjulet går trögt. Kontrollera med jämna mellanrum så att friktionsyta finns kvar på beläggen. Bromsvajern bör smörjas och justeringen kontrolleras med jämna mellanrum (mekanisk skivbroms). Bromsvätska bör bytas vart 3:e år eller vid eventuell skada eller läckage på bromsslangen (hydraulisk skivbroms). Detta bör göras av fackman.



Skivbroms.

DÄCK

Se alltid till att ha rätt mängd luft i däcket. De flesta däckskador uppstår pga. att däcket är för löst pumpat!

Cykeln rullar lättare med rätt mängd luft. Rekommenderat lufttryck står oftast på däckssidan.

En fotpump är en bra investering som gör det lätt att pumpa däcken regelbundet. Ingen slang är 100 % lufttät.

PEDALER

Kom ihåg att den ena pedalen är högergängad R (right) och den andra är vänstergängad L (left). Se till att gängan är infettad före montering.

A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 5 2014-11-11 09.05

MONTERING (ANVISNING FÖR MTB-, TREKKING- OCH HYBRIDCYKEL)

MONTERA FRAMHJULET

Vrid framgaffeln så att bromsen pekar framåt om det är en fälgbroms och bakåt om det är en skivbroms. Montera framhjulet i framgaffeln med brickorna på utsidan av gaffeln. Kontrollera att hjulet sitter rakt och dra sedan åt muttrarna växelvis. Vissa cyklar har snabbkoppling. Istället för mutter så fäster man framhjulet med en spännarm. För in stickaxeln genom hjulaxeln, dra åt snabbkopplingens mutter för hand och fäll sedan över spännarmen, så att hjulet sitter ordentligt fast.

MONTERA FRAMSKÄRM

Eventuell skärm monteras med medföljande skruv och mutter. Fäst sedan skärmstagen i hålen i framgaffeln.





Snabbkoppling. Till vänster öppen och till höger låst.



1. Eventuella brickor placeras på gaffelns utsidor.
2. Här fäster man skärmstagen.



Här fäster man skruv och mutter.

A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 6 2014-11-11 09.05

MONTERA STYRET

Det finns två olika typer av styrstammar: Standard och A-headset. Skillnaden är att standardstammen monteras invändigt i gaffeln. Och A-headset monteras på utsidan av gaffeln.

STANDARD

Stick ner styrstammen i gaffelröret och dra åt styrstamsskruven med en 6 mm insexnyckel (se bild 1).

Se till att styrstammen inte är över max höjden. Den är tydligt markerad på styrstammen med en pil eller ett streck (se bild 2).

A-HEADSET

Tryck ner styrstammen över gaffelröret. Skruva i toppskruven genom toppbrickan tills att det inte glappar i styrlagret. Dra åt försiktigt. Vrid sedan styrstammen så att den sitter rakt och dra åt spännskruvarna växelvis tills styrstammen sitter helt låst vid gaffelröret (se bild 3).



Bild 1. Styrstamsskruv standard.



Bild 2. Markering på styrstam.

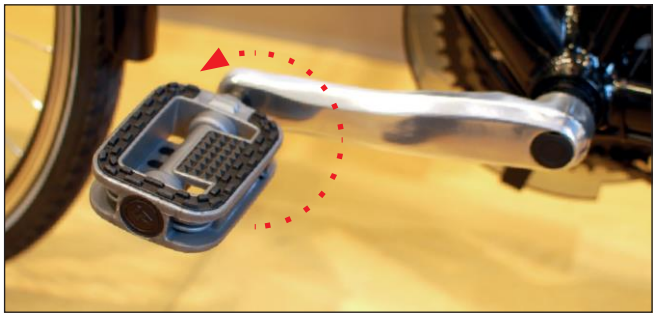


Bild 3. Överst: Toppskruv. Nederst: Spännskruv.

A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 7 2014-11-11 09.06

MONTERING AV PEDALERNA

Observera att höger och vänster pedal är olika. Höger pedal är märkt R och skruvas medurs sett bakifrån. Vänster pedal är märkt L och skruvas moturs sett bakifrån. Fäst pedalerna för hand och dra sedan åt ordentligt med 15 mm fast nyckel. Kontrollera pedalernas åtdragning regelbundet. Om pedalerna inte är åtdragna ordentligt kan gängorna i vevarmarna bli förstörda.



MONTERING AV SADEL

För ner sadelstolpen i ramröret och dra åt ordentligt.
Sadelstolpens max-höjd är markerad och får ej överskridas.



A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 8 2014-11-11 09.06

JUSTERING V-BROMS

Justera bromsklossarna så att de går mot fälgen och inte tar i däcken. Detta gör man på klossens justerskruv (se bild). Kontrollera att avståndet mellan kloss och fälg är ungefär lika stort på båda sidor. Detta justerar man på fjäderskruven med en liten skruvmejsel (se bild).



Överst: Justerskruv. Nederst: Fjäderskruv.

JUSTERSKRUV

Vill man finjustera bromsen eller efterjustera som behöver göras ibland så gör man det på justerskruven på broms-handtaget (se bild).



Justerskruv på bromshandtaget.

A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 9 2014-11-11 09.06

UNDERHÅLL

VÄXELJUSTERING 18-30 VÄXLAR

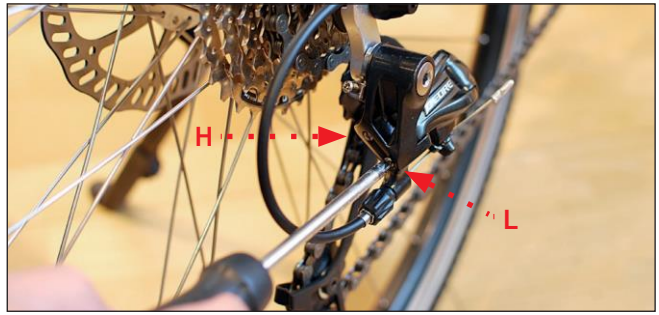
Växlarna är justerade från fabrik men efter ett tag sträcker sig vajrarna något. Då kan man behöva göra en enkel justering.

UTANPÅLIGGANDE VÄXLAR

Det kan förekomma att bakväxeln inte ligger i läge. Ett fel kan vara att växelvajern har sträckt sig, ett annat fel kan vara att växeln fått en påverkan, alltså inte ligger i rätt läge över dreven. Det är viktigt att växelns rulltrissor ligger i lodlinje med kedjekransen. Om vajern har sträckt sig kan man själv justera detta genom att skruva på justerskruven. Ett annat fel kan vara att ytterlägena på växeln inte är rätt inställda. Detta justeras med de två justerskruvar som är märkta L och H. Placeringen kan variera men har alltid samma funktion. L-skruven begränsar kedjeförarens rörelse inåt och H-skruven begränsar rörelsen utåt.

OBS! Om växeln inte ligger i samma läge som växelreglaget kan växel och kedja förstöras vid baklängestrampning!





A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 10 2014-11-11 09.06

FRAMVÄXEL

Växeln har två justerskruvar som är märkta L och H. Med skruvarna justerar du ytterlägena på framväxeln. Före justering, kontrollera att växelföraren sitter rakt och att alla fästen för reglage och växel är ordentligt fastsatta.

JUSTERING

Ställ växelreglaget i läge för minsta kedjehjulet. Växla kedjan till största kransen bak. Justera växelföraren med L-skruven. Växelförarens inre plåt ska ligga 0,5 mm från kedjan.



Växla sedan till mellersta kedjehjulet fram och största kransen bak. Justera växelföraren med vajerspänningen så att den inre plåten ligger ca 0,5 mm från kedjan.

Växla sedan till största kedjehjulet fram och minsta kransen bak. Justera med H-skruven så den yttre plåten är ca 0,5 – 1 mm från kedjan.

OBS! Undvik att köra med de kombinationer du får om du använder det yttre kedjehjulet och den inre kedjekransen eller det inre kedjehjulet och den yttre kedjekransen. Kedjan får arbeta under extrem belastning och slits fortare. Man hittar nästan samma utväxling på en annan kombination.

VÄXELNAV MED FOTBROMS

Vid växling ska du alltid tänka på att röra pedalerna utan belastning. Växelmekanismen kan annars skadas. Nav med fotbroms är långtidssmorda av tillverkaren. Lämna in cykeln till din fackman för eftersmörjning efter ca 500 mil. Smörj vajrar och växlar med jämna mellanrum. Detta är speciellt viktigt för vintercykling då fukt annars lätt tränger sig in och orsakar att vajern fryser fast vid minusgrader.

OBS! Använd aldrig högtryckstvätt!

A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 11 2014-11-11 09.06

JUSTERING SHIMANO 3-VÄXLAT

1. Ställ reglaget i läge 2.



2. Kontrollera att markören står mellan de gula linjerna i fönstret på växelarmen.

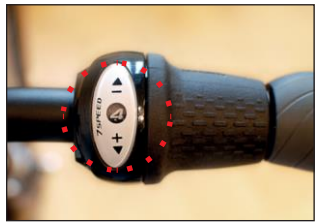


3. Om så ej är fallet, vrid justerskruven på framsidan växelarmen tills markören hamnar rätt.



JUSTERING SHIMANO 7-VÄXLAT

1. Ställ reglaget i läge 4.



2. Kontrollera att de två gula markeringslinjerna på växelförartrissan ligger i linje, dvs. sammanfaller.



3. Om de gula markeringarna ej är i linje eller sammanfaller, måste en justering göras med skruven vid växelreglaget.



A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 12 2014-11-11 09.06

DEMONTERING AV VÄXELKABEL VID PUNKTERING

1. Ställ reglaget i läge 1. (jmf. bilden till vänster).



2. Haka av växelkabeln från armen och trissan.



ANSLUTNING AV VÄXELKABEL

1. För in skruvnippeln (med dess plana sidor framåt) i trissans haköppning. **OBS!** Muttern på skruvnippeln skall peka mot dig!



2. Vrid kabeln 60° moturs och anslut i haken.



3. Anslut innerwiren enligt anvisning. Passa in den i spåret på armen och för in kabeländen i kabelstoppet.



A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 13 2014-11-11 09.07

MONTERING AV HJULET I RAMEN

1. Dra växelkabeln längs bakramen och montera kedjan på kransen. Passa in navaxeln i bakgaffeländans spår.
2. Sätt dit säkringsbrickan (märkt R) på höger sida om navet (drivsidan) med klacken inåt. Vrid samtidigt växelarmen tills säkringsbrickans klack passar in i gaffeländans spår. Växelarmen är nu parallell med bakramen.
3. Sätt dit säkringsbrickan (märkt L) på navaxelns vänstra sida (bromsarmssidan).
4. Rikta in hjulet i bakgaffeln och ställ in kedjespänningen.
5. Fäst hjulet med kupolmuttrarna. Dra åt hårt.
6. Fäst bromsarmen med låsmuttern.

OBS! Kontrollera att du dragit fast bromsarmen ordentligt. En lös bromsarm kan följa med navet runt. Antingen uteblir bromsverkan eller så kan det bli tvärstopp med allvarliga personskador som följd.

ÄR DU OSÄKER? KONTAKTA DIN CYKEL-OCH SPORTHANDLARE

Dessutom kan du hos din cykel- och sporthandlare hitta rengörings- och smörjprodukter som är anpassade för din cykel.

A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 14 2014-11-11 09.07









A5_instruktionsbok_aspenas_nakamura.indd 15 2014-11-11 09.07

Modell .....

Ram Nr .....

Art. Nr .....

Stöldskydds Nr .....

Datum .....