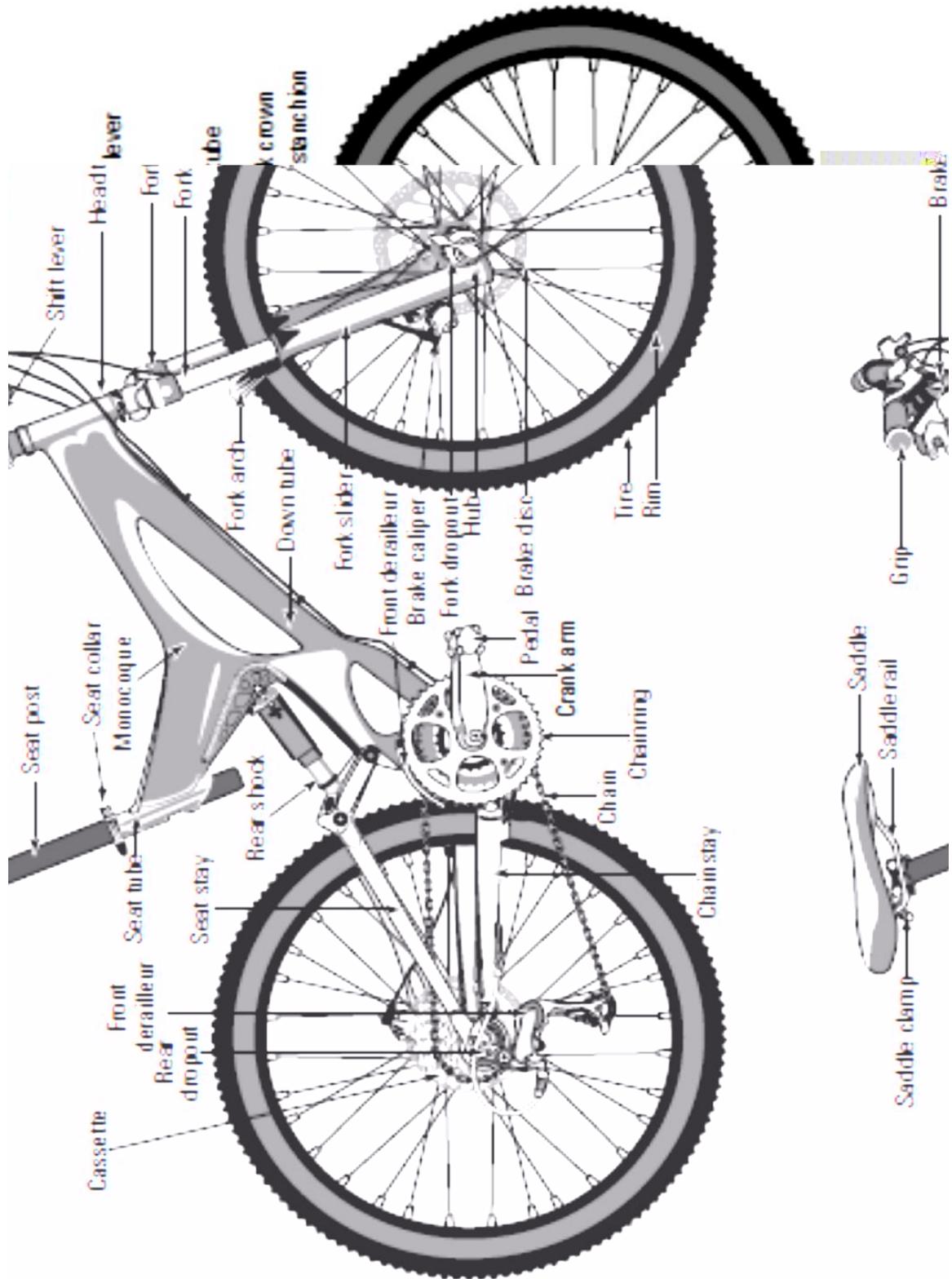


Bike – Workshop Grüne Hölle Freisen Pfälzerwald 2016

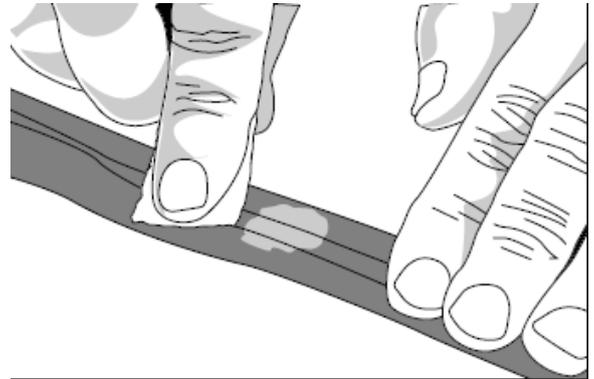
- Übersicht:**
- Bike Übersicht
 - Schlauch reparieren
 - Schlauch wechseln
 - Einstellen der Schaltung
 - Richten des Lenkers
 - Bremsbeläge wechseln
 - Kette öffnen /nieten
 - Sattel einstellen

Bike Übersicht

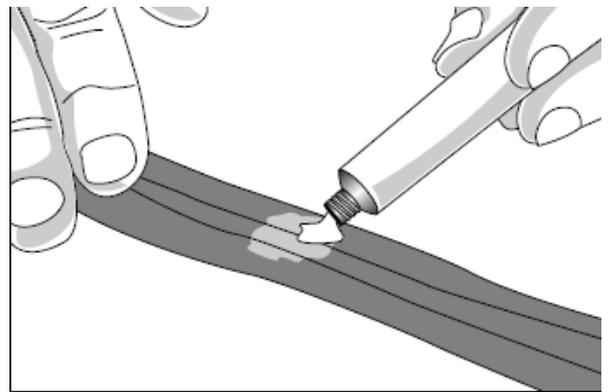


Schlauch reparieren

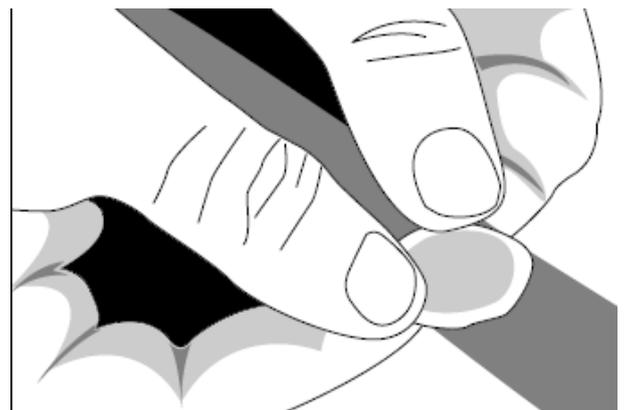
- betroffene Stelle anrauen



- Kleber auftragen und vorgegebene Zeit abwarten



- Flickstück aufsetzen, festdrücken und trocknen lassen



Schlauch wechseln

- Reifenheber
- Luftpumpe

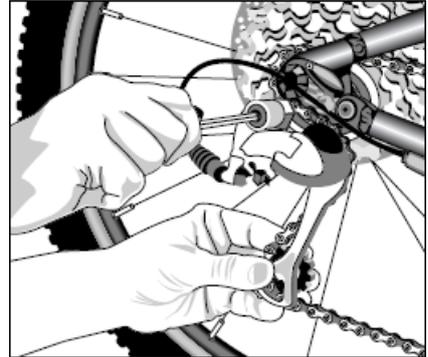


- Mantel auf einer Seite lösen und auf Fremdkörper untersuchen
- Neuen Schlauch einsetzen und am Ventil beginnend den Mantel wieder montieren

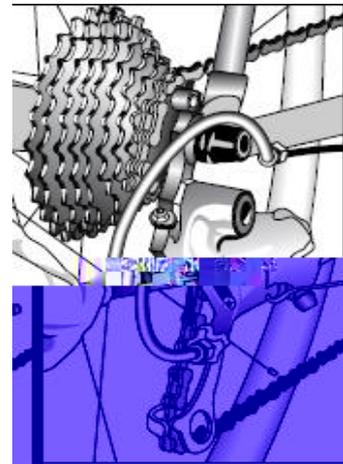


Einstellen der Schaltung

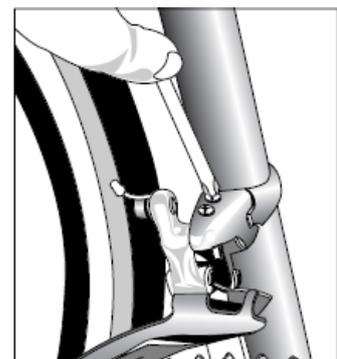
- Anbringung des Schaltwerks ans Schaltauge



- Einstellen des Anschlags am Schaltwerk
- H (obere Begrenzungsschraube) Anschlag kleines Ritzel
- L (untere Begrenzungsschraube) Anschlag großes Ritzel



- Einstellen des Anschlags am Umwerfer
- H= Anschlag großes Kettenblatt (dabei hinten kleinstes Ritzel)
- L= Anschlag kleines Kettenblatt (dabei hinten größtes Ritzel)
- Ritzel)



- Feinjustierung am Lenker



Richten des Lenkers

- Steuersatzschraube lösen
- Vorbauschrauben lösen
- Lenker richten (Reifen als Maß)
- Steuersatzschraube festziehen
- Vorbauschraube festziehen



Bremsbeläge wechseln

- Rad herausholen
- Splint entfernen
- Beläge herausziehen
- Bremsanlage mit Bremsreiniger oder reinem Alkohol säubern
- Bremskolben gegebenenfalls zurück drücken
- Neue Bremsbeläge einführen und mit dem Splint befestigen
- Bremsbeläge einfahren!! Keine Vollbremsung innerhalb der ersten 10km!



Kette öffnen / nieten

-mit Kettennieter die Kette öffnen



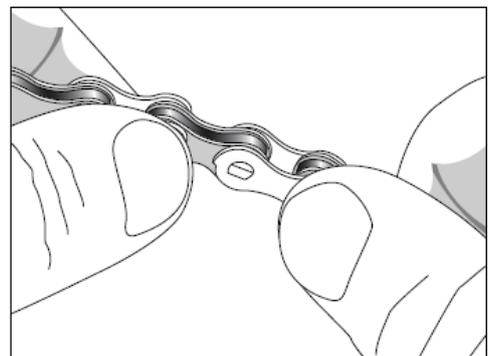
-Variante 1: Kettenschloss



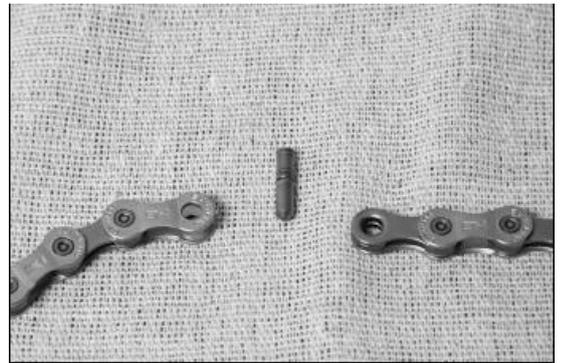
-Kettenschloss an der Kette montieren



-hintere Bremse ziehen, das Pedal drehen und das Ketten-
Schloss einrasten lassen



-Variante 2: Kette nieten



-Nietstift in die Kette stecken (mit Hilfe des Nietwerkzeuges eindreihen)

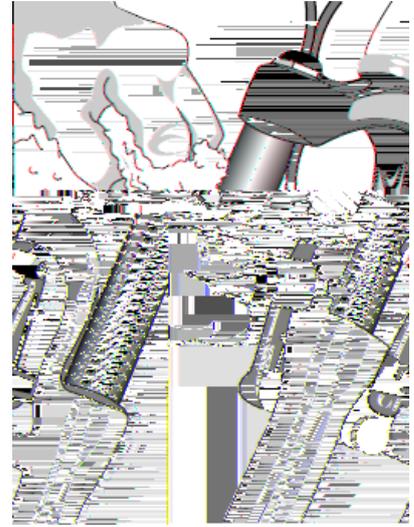


-Rest des Nietstiftes abbrechen

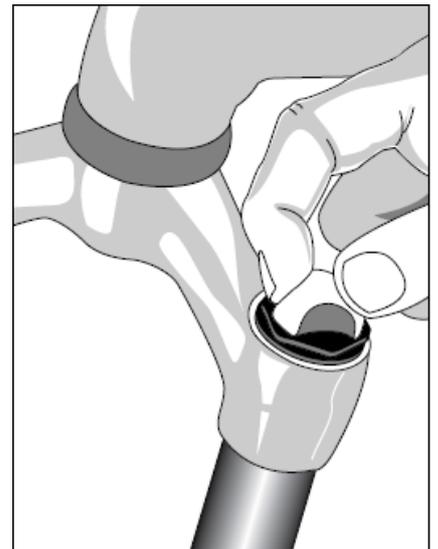


Gabel pflegen

- Schmutz an der Gabel mit einem feuchten Tuch entfernen
- In der Regel benötigt eine Luft/Öl Gabel kein zusätzlich aufgetragenes Öl



- Luftdruck (Härtegrad)überprüfen:
- Ventilschraube (in der Regel links) öffnen
- !NUR! mit einer Gabelpumpe den Luftdruck überprüfen und gegebenenfalls regulieren
- Angaben zur Druckstufe finden sich meistens am Gabelschaft



Sattel einstellen

- Sattelhöhe: - Bein sollte senkrecht zum Boden leicht durchgestreckt sein

- Sattelstellung: - mit den Montageschrauben den Sattel richten bis die optimale Stelle erreicht ist (siehe Bild)

