

# KAYOBA

630-086  
630-087  
630-096  
630-098



**SE**

Bruksanvisning för cykel

**NO**

Bruksanvisning for sykkel

**PL**

Instrukcja obsługi roweru

**EN**

User Instructions for bike

**SE** - Bruksanvisning i original

Rätten till ändringar förbehålles. Vid eventuella problem, kontakta vår serviceavdelning på telefon 0200-88 55 88.

[www.jula.se](http://www.jula.se)

**NO** - Bruksanvisning (Oversettelse av original bruksanvisning)

Med forbehold om endringer. Ved eventuelle problemer kan du kontakte vår serviceavdeling på telefon 67 90 01 34.

[www.jula.no](http://www.jula.no)

**PL** - Instrukcja obsługi (Tłumaczenie oryginalnej instrukcji)

Z zastrzeżeniem prawa do zmian. W razie ewentualnych problemów skontaktuj się telefonicznie z naszym działem obsługi klienta pod numerem: 22 338 88 88.

[www.jula.pl](http://www.jula.pl)

**EN** - Operating instructions (Translation of the original instructions)

Jula reserves the right to make changes. In the event of problems, please contact our service department.

[www.jula.com](http://www.jula.com)

**Tillverkare/ Produsent / Producenci/ Manufacturer**

Jula AB, Box 363, 532 24 SKARA

**Importör/ Importør/ Importer/ Importer**

Jula Norge AS, Solheimsveien 6–8, 1471 LØRENSKOG

**Distributör/ Distributør/ Dystrybutor/ Distributor**

Jula Poland Sp. z o.o., ul. Malborska 49, 03-286 Warszawa, Polska

<b>SVENSKA</b> .....	<b>4</b>
SÄKERHETSANVISNINGAR .....	4
BESKRIVNING .....	7
MONTERING .....	8
HANDHAVANDE .....	9
<b>NORSK</b> .....	<b>16</b>
SIKKERHETSANVISNINGER .....	16
BESKRIVELSE .....	18
MONTERING .....	19
BRUK .....	20
<b>POLSKI</b> .....	<b>27</b>
ZASADY BEZPIECZEŃSTWA .....	27
OPIS .....	30
MONTAŻ .....	31
OBSŁUGA .....	32
<b>ENGLISH</b> .....	<b>39</b>
SAFETY INFORMATION .....	39
DESCRIPTION .....	42
ASSEMBLY .....	43
HANDLING .....	44

## SÄKERHETSANVISNINGAR

---

### Läs bruksanvisningen noggrant innan användning!

Spara den för framtida behov.

Maxbelastning inkl cyklist och bagage är 50 kg.

**WARNING!** En cykel slits, precis som all mekanisk utrustning, när du använder den. Olika material och komponenter reagerar på olika sätt på förslitning och belastningar. Om livslängden för någon del på cykeln (inklusive ram, gaffel och komponenter) har överskridits finns risk för att delen plötsligt går sönder och du förlorar kontrollen och kör omkull. Sprickor, repor eller färgförändringar i områden som utsätts för höga belastningar indikerar att komponentens livslängd har uppnåtts och att komponenten bör bytas ut.

### Kontrollera nedanstående poster före varje användning

- Fälgarna är i gott skick och utan skador. En utsliten fälg innebär en säkerhetsrisk och ska bytas ut.
- Skruvförband och komponenter är ordentligt åtdragna och inte slitna eller skadade.
- Sittställningen är bekväm.
- Bromsarna fungerar bra.
- Styrningen inte kärvar eller glappar.
- Hjulen är inte skeva och hjullagren är korrekt justerade.
- Hjulen är ordentligt fastsatta i bak-/framgaffeln.
- Däcken är i gott skick och har rätt lufttryck.
- Pedalerna är ordentligt fastsatta i vevarmarna.
- Växlarna är korrekt inställda.
- Alla reflexer är monterade.
- Efter justering kontrollerar du att alla skruvförband är korrekt åtdragna och att vajrarna är oskadade och korrekt dragna längs ramen.
- Vi rekommenderar att du lämnar in cykeln var 6:e månad till cykelverkstad för service (oftare om du cyklar mycket eller belastar cykeln hårt). Fyll i serviceprotokollet efter varje servicetillfälle.

## Trafiksäkerhet

- Använd alltid cykelhjälm.
- Följ gällande trafikregler.
- Placera inte något på cykeln som kan fastna och utgöra ett hinder för cykelns funktioner.
- Cykla inte på samma sida som mötande trafik.
- Cykla inte två i bredd.
- Skjutsa ingen på cykel som inte är utrustad för detta.
- Sväng inte ut i trafiken.
- Häng inte något på styret som gör det svårt att styra eller som kan fastna i framhjulet.
- Håll dig inte fast i annat fordon.
- Cykla inte för nära framförvarande fordon.
- Cykling i regn eller på våt vägbanan:
  - Bromsarnas effekt försämras av vatten och is
  - Cykla saktare i blött väder och bromsa tidigare än du gör i torrt väder.
- Om du cyklar i mörker måste du följa gällande lagstiftning:
  - Cykeln ska ha en framlampa med vitt sken och en baklampa med rött sken, förutom de reflexer som redan finns på cykeln.
  - Använd helst ljusa kläder och reflexväst eller liknande.
  - Kontrollera att cykelns reflexer är rätt placerade, ordenligt fastsatta, rena och inte skymda. Byt omedelbart ut skadade reflexer.
- Eventuella dämpare på cykeln bör underhållas av cykelverkstad. Se dämpartillverkarens bruksanvisning.

## Ägarens ansvar

Bruksanvisningen beskriver hur du cyklar säkert och håller cykeln i gott och felfritt skick.

- Läs och följ bruksanvisningen noga. Alla större serviceingrepp eller justeringar på cykeln bör utföras av cykelreparatör. Följ dessa anvisningar om du inte har tillgång till cykelreparatör och vill göra justeringarna själv.

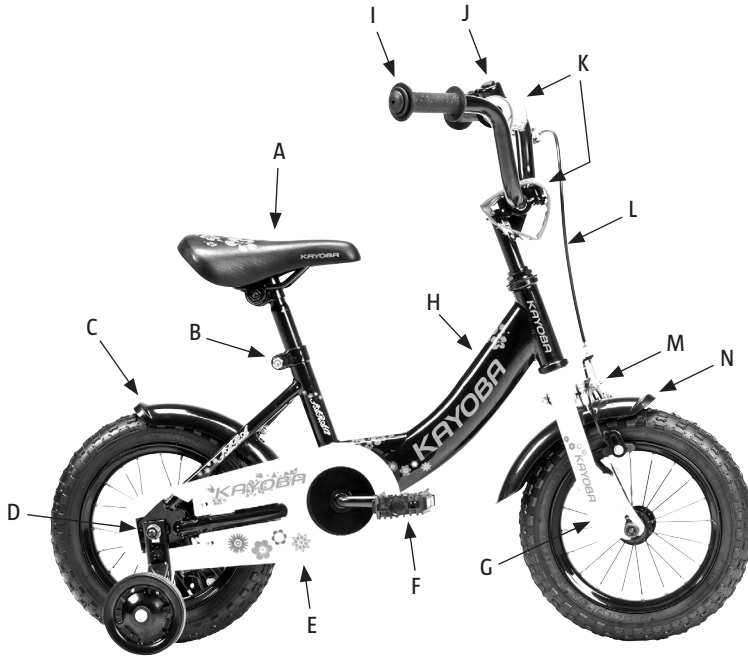
**VIKTIGT!** Alla ändringar utförs på egen risk.

- Det kan vara farligt att använda cykeln för freestylecykling, stunttrick, tävling, cykling i terräng eller liknande, och du är själv ansvarig för eventuell personskada eller annan skada som uppstår om du använder cykeln på ovannämnda sätt. Återförsäljaren avsäger sig allt ansvar gentemot den som köpt cykeln eller tredje person för följskador eller särskild skada.
- Det är viktigt att informera barnet om cykelns funktioner, särskilt säker användning av bromsar.

### **Service**

Använd endast identiska reservdelar till säkerhetskritiska delar. Kontrollera Julas varuhus för originaldelar. På så sätt garanteras att cykeln förblir säker att använda.

## BESKRIVNING



- |   |                          |   |                      |
|---|--------------------------|---|----------------------|
| A | Sadel                    | H | Cykelram             |
| B | Höjjustering sadelstolpe | I | Barnanpassat handtag |
| C | Bakre stänkskärm         | J | Ringklocka           |
| D | Infästning stödhjul      | K | Skydd (pads)         |
| E | Kedjeskydd               | L | Ram                  |
| F | Pedal med reflex         | M | Främre V-broms       |
| G | Framgaffel               | N | Framgaffel           |

## MONTERING

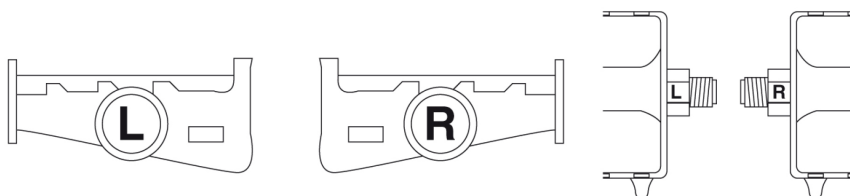
### Tillbehör

- Se till att stödhjulen justeras i rätt höjd. För lågt placerade stödhjul hindrar lutning av cykeln och kan påverka bromsverkan negativt om bakhjulet lyfts för högt från marken. Hög upp stödhjulen allteftersom barnet blir bättre på att cykla för att undvika dessa problem.
- Cyklar som säljs utan pakethållare är ej lämpliga för montering av pakethållare.
- Cykelkärra kan endast användas tillsammans med cyklar som har pakethållare.
- Cykeln är inte lämplig för användning tillsammans med barnsits.

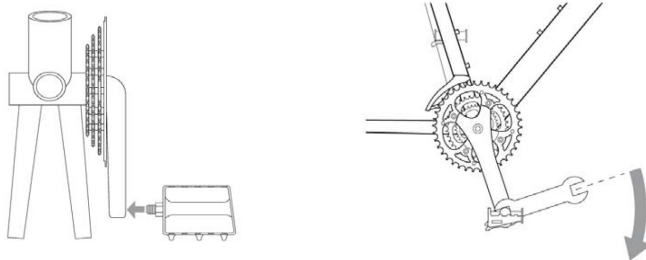
### Montera pedaler

**OBS!** Pedalerna är inte likadana – pedalen märkt med R ska sitta på höger vevarm och pedalen märkt med L ska sitta på vänster vevarm.

**OBS!** Använd lämpligt smörjmedel på pedalernas gängor vid montering.

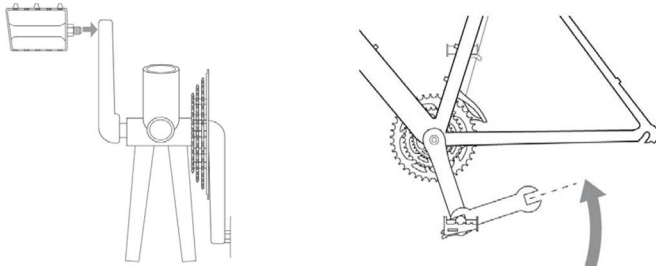


1



**Montering av höger pedal (R):** Skruva i pedalen på kedjesidans vevarm, och dra försiktigt åt med en skruvnyckel.

2



**Montering av vänster pedal (L):** Skruva i pedalen (moturs) på motsatt sida av kedjan, och dra försiktigt åt med en skruvnyckel.

## HANDHAVANDE

### Sittställning

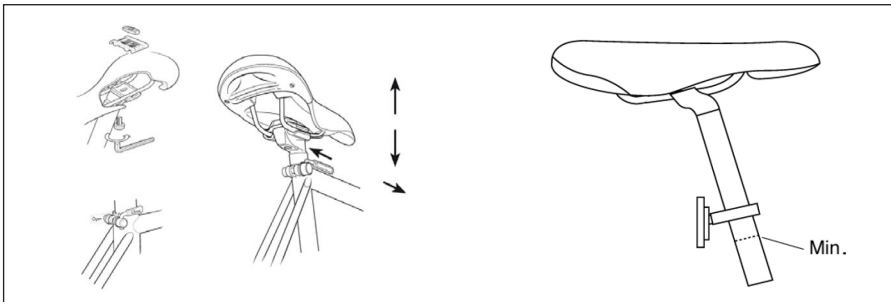
Det är mycket viktigt att cykeln är korrekt inställd, både för att vara bekväm och av säkerhetsskäl. På de följande sidorna finns information om hur du ställer in en bekväm, säker och effektiv sittställning.

### Sadeljustering

Lossa muttern som håller sadeln vid sadelstolpen, så att du kan skjuta sadeln framåt eller bakåt. Ställ in önskat läge. Sadelns vinkel kan också justeras. Vi rekommenderar att sadeln är horisontell. Justera sadeln i höjdlid genom att lossa klämskruven som håller sadelstolpen mot sadelröret. Placera sadelstolpen i önskad höjd och dra åt klämskruven.

### VIKTIGT!

- Sadelstolpen måste sitta lägre än markeringen för högsta läge. Markeringen för högsta läge får inte synas.
- Dra åt sadelstolpens klämskruv och -mutter till 30 Nm med 6 mm insexnyckel eller 13 mm sexkantnyckel. Kontrollera att sadelstolpen sitter fast genom att försöka vrida sadeln för hand. Du ska inte kunna vrida sadeln.
- Cykla aldrig om sadeln eller sadelstolpen inte är ordentligt åtdragna.



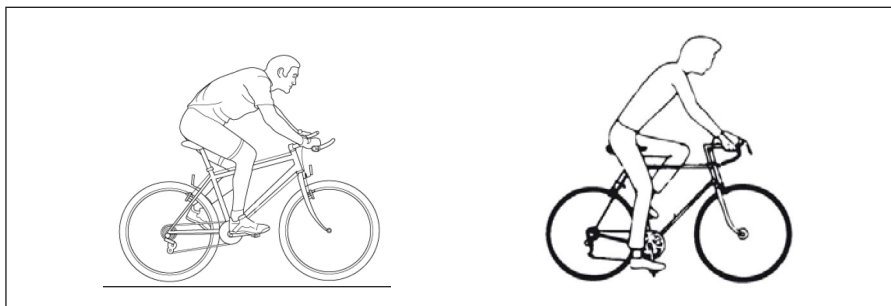
Olika sadelstolpar används för olika typer av sadel, varför fastsättningen varierar. Kontakta återförsäljaren om du är osäker på hur sadeln ska monteras.

### Sadelvinkel

Sadeln ska helst vara horisontell. Du kan ändra sadelvinkeln, men vanligen bör sadeln vara horisontell. Om du sitter bäst med sadeln mycket vinklad bör du kontrollera om du kan ändra någon annan inställning istället.

### Sadelhöjd

För att prova ut rätt sadelhöjd ska du placera den ena pedalen i dess nedersta läge. Sätt dig på sadeln med skor utan klack och kontrollera att hälen precis når ned till pedalen när du håller benet sträckt. När du cyklar med trampdynan på pedalen ska benet vara något böjt när pedalen är i sitt nedersta läge (se fig.).



### Sadelns position över pedalerna

Placera den ena fotens trampdyna på pedalen med vevarmarna horisontella. Justera sadelns position framåt eller bakåt tills pedalen är rakt under knäet. Mycket små förändringar i sadelns läge kan påverka både prestanda och komfort. Flytta sadeln lite åt gången och prova dig fram.

### Styre och styrstam/styrstolpe

Cykeln kan ha standardstyrstolpe eller styrstam. Kontrollera före användning att alla skruvförband på styrstolpe/styrstam är ordentligt åtdragna.

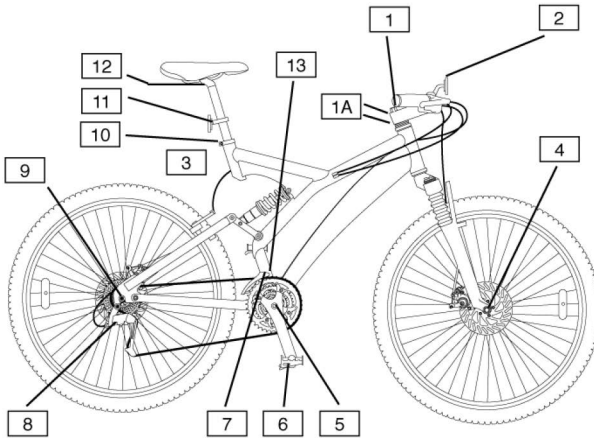
### Standardstyrstolpe

Lossa expanderskruven på styrstolpens nedre del tills expanderkilen lossnar. Knacka försiktigt på expanderskruven om kilen inte lossnar av sig själv. När expanderkilen har lossnat flyttar du styrstolpen uppåt eller nedåt till ett läge där du sitter bekvämt och enkelt kan nå styret och bromshandtagen. Vanligtvis ska styret vara i samma höjd som eller något lägre än sadeln. Kontrollera att styrstolpen är i linje med framhjulet.

**VIKTIGT!** Styrstolpen har en markering för hur mycket den får sticka ut från gaffelröret. Denna markering får inte synas när styrstolpen är monterad. Styrstolpen måste vara så långt ned i gaffelröret

att markeringen inte syns. När du har hittat rätt höjd placerar du styret vinkelrätt mot framhjulet. Dra åt expanderskruven ordentligt. Det är extremt viktigt att expanderskruven är ordentligt åtdragen. Kontrollera att styrstolpen sitter fast ordentligt genom att ställa dig framför cykeln med benen på varsin sida om framhjulet. Kläm runt hjulet med benen och försök vrida styret i sidled. Styrstolpen får inte rotera i gaffelröret. Dra inte fast styrstolpen för hårt. Den ska ge efter om du ramlar med cykeln. Positionera styrets handtag horisontellt och dra åt klämskruven ordentligt.

**OBS!** Om cykeln har växelreglage monterade på styrstolpen, kan dessa flyttas upp eller ned till önskat läge. Se till att växelreglagen är riktade uppåt och att vajrarna inte är snodda. Smörj expanderskruven varje gång du tar bort styrstolpen från gaffelröret. På vissa terrängcyklar måste bromsvajern justeras när styrstolpens höjd har ändrats. Försök inte justera bromsvajern om cykeln har lågprofilbromsar med vajerstopp på styrstolpen.



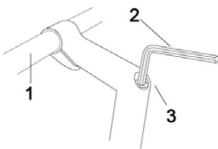
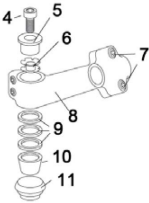
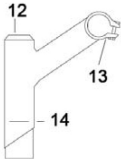
1	Expanderskruv, styrstolpe	20 Nm
1A	Låsskruvar för styrstam	20 Nm
2	Klämskruv, styrstam	15 Nm
3	Fästskruv för bromsar (ej skivbromsar)	5 Nm
4	Främre hjulaxelmutter	30 Nm
4	Främre snabbkoppling	5 Nm
5	Låsskruv för kedjedrev	38 Nm
6	Pedal	40 Nm
7	Vajerfästskruv för främre växelförare	4 Nm
8	Vajerfästskruv för bakre växelförare	4 Nm
9	Bakre hjulaxelmutter	30 Nm
9	Bakre snabbkoppling	5 Nm
10	Fästskruv för sadelstolpe	8 Nm
11	Fästskruv för främre och bakre reflex	3 Nm
12	Sadelskruv	30 Nm

## Styrstam

Styrstammen har två låsskruvar i sin bakre ände, vilka klämmer runt gaffelröret. Lossa skruvarna och rikta styrstammen så den är i linje med framhjulet. Dra åt låsskruvarna igen.

**VIKTIGT!** Justera inte den övre kompressionskruven. Denna är inställd för att eliminera lagerspel. Om den dras åt för hårt kan följden bli slitage.

**OBS!** På vissa terrängcyklar måste bromsvajern justeras när styrstolpens höjd har ändrats. Försök inte justera bromsvajern om cykeln har lågprofilbromsar med vajerstopp på styrstolpen.

	<p><b>Styrstolpe med försänkt skruv</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Styre</li> <li>2. Insexnyckel, 6 mm</li> <li>3. Klämskruv, insex, styrstolpe</li> </ol>
	<p><b>Styrstam</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Kompressionskruv</li> <li>5. Kompressionshylsa</li> <li>6. Mutter med låsbrickor</li> <li>7. Styrstamsskruvar</li> <li>8. Styrstam</li> <li>9. Distanser</li> <li>10. Lagersäte</li> <li>11. Styrlager</li> </ol>
	<p><b>Standardstyrstolpe</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>12. Styrstolpsexpander</li> <li>13. Klämskruv</li> <li>14. Markering för högsta läge för styrstolpe</li> </ol>

## Styrets position

Positionera styret så att du enkelt kommer åt växelreglagen och bromshandtagen. Försök hitta en sittställning där händerna vilar lätt mot styret. Om du hänger för tungt på styret blir påfrestningen stor på handleder och underarmar. Glöm inte att dra åt alla skruvförband efter justering.

**OBS!** HÖJ ALDRIG STYRSTOLPEN ELLER SADELSTOLPEN ÖVER MARKERINGEN FÖR HÖGSTA LÄGE.

## Justering av vevparti utan kilbultar

**VIKTIGT!** Kontrollera om cykelns kedjedrev och vevarmar är av typen utan kilbultar. Om så är fallet kontrollerar du att muttrarna som håller fast dem i vevpartiet är ordentligt åtdragna. Vi rekommenderar att du kontrollerar att muttrarna är ordentligt åtdragna när du har använt cykeln två veckor och därefter med tre månaders intervall.

## BROMSAR

**VARNING!** Det är mycket viktigt att du förstår hur cykelns bromsar fungerar. Om du använder bromsarna på fel sätt kan du tappa kontrollen över cykeln och skada dig allvarligt. Olika cyklar kan bete på sig olika sätt när du bromsar, så det är viktigt att du lär dig hur cykeln beter sig i olika situationer och hur hårt du ska trycka på bromshandtaget. Läs bruksanvisningen och öva dig på att cykla och bromsa. Kontakta återförsäljaren om du behöver mer information.

### Säker bromsning

1. Bromsa något tidigare med bakbromsen än med frambromsen.
2. Bromsa aldrig med frambromsen när du svänger. Detta är särskilt viktigt att tänka på när du svänger kraftigt eller cyklar på löst underlag.

### VIKTIGT!

- Om du bromsar för hårt med frambromsen kan inbromsningen bli så kraftigt att du kastas av cykeln.
- Bromsverkan är sämre i vått väglag. Cykla saktare och bromsa tidigare i vått väglag.
- Cykla inte om bromsarna inte fungerar korrekt.

### Fälgbroms

Kontrollera bromsinställningen och smörj bromsens fjädrar och pivot regelbundet. Smörj vajerns exponerade del för att skydda mot korrosion. Om det är svårt att bromsa kan det ofta bero på att vajrarna är dåligt smorda. Bromsvajern måste demonteras för smörjning. Vi rekommenderar att du låter cykelreparatör smörja bromsvajrarna.

Byt bromsbelägg innan de är så nedslitna att mönstret är bortslitet eller förslitningsindikatorn visar att det är dags att byta.

**OBS!** För att bromsarna ska ta jämnt får hjulen inte vara skeva, de ska vara korrekt justerade och fälgsidan vara jämn och utan märken. Bromsbeläggen ska vara korrekt inpassade mot fälgsidan. Kontakta återförsäljaren om du är osäker på justering av hjul eller bromsar. Skydda vajerns ändrar med ändhylsor, så att vajern inte fransar sig.

**VIKTIGT!** Bromsarna ska inte kärva eller ligga an mot fälgen när du släpper bromshandtaget. Om bromsarna kärvar kontrollerar du att bromsok, vajrar och bromshandtag är rena och smorda. Ta cykeln till återförsäljaren om bromsarna kärvar trots att dessa komponenter är rena och smorda.

## DÄCKSKÖTSEL OCH HJULINSTÄLLNING

- För att cykelns däck ska fungera bra och hålla länge är det viktigt att de har rätt lufttryck, vilket anges på däcksidan.
- Bromslåsning och sladdar sliter på däcken.
- Däcken får inte komma i kontakt med olja, bensin, paraffin eller andra medel som löser gummi.
- Kontrollera att hjulen inte är skeva och att de är korrekt riktade, så att däcksidan inte tar i ramen eller framgaffeln.
- Kontrollera också att däcken inte är slitna eller har sprickor. Försäkra dig om att däcksmönstret inte har slitits ned och att det inte finns skador, sprickor eller ojämnt slitage på däck. Byt genast ut slitet eller skadat däck.
- Om du cyklar över vassa stenar, håll i vägen eller om du cyklar på kantsten kan däcken punkteras.
- Om cykeln ska ställas undan en längre period rekommenderar vi att du tar av hjulen, för att undvika att de blir skeva.
- Pumpa däcken med fotpump eller handpump med lämplig ventilanslutning. Kontrollera trycket med manometer.
- Kontrollera regelbundet att ekrarna är korrekt spända. Kontrollera ofta om du cyklar mycket på ojämna vägar.

## UNDERHÅLL AV FÄLGAR

De flesta fälgar har en slitagevarnare i form av en linje längs fälgsidan.

När denna linje är helt eller delvis bortsliten så skall fälgen bytas. Den är då utsliten.

## UNDERHÅLL AV KEDJA

### Smörjning av kedja

Kedjan bör smörjas regelbundet, använd lämplig kedjeolja. Kontrollera att kedjan inte knakar vid cykling eller är skadad. Ha alltid kedjan inoljad.

1. Smörj kedjan.
2. Trampa några varv så oljan kommer in i länkarna.
3. Torka av kedjan med en trasa eller svamp.

### Spänna kedja

En kedja som inte är välspänd är vara farlig. Om kedjan går att flytta mer än 1 cm "upp eller ner" måste den spännas.

1. Lossa bakhjulets muttrar och dra bakhjulet bakåt.
2. Dra åt muttrarna. Se till att hjulet monteras rakt.
3. Kontrollera att hjulet är fäst ordentligt.

## SIKKERHETSANVISNINGER

---

### Les bruksanvisningen nøye før bruk!

Ta vare på den for fremtidig bruk.

Maks. belastning inkl. syklist og bagasje er 50 kg.

**ADVARSEL!** En sykkel blir utslitt etter hvert som du bruker den, akkurat som alt annet mekanisk utstyr. Ulike materialer og komponenter reagerer ulikt på slitasje og belastninger. Hvis levetiden til noen deler på sykkelen (inkludert rammen, gaffelen og andre komponenter) har blitt overskredet, kan det hende at delen plutselig går i stykker, slik at du mister kontroll og velter. Sprekker, riper eller fargeforandringer i områdene som har blitt utsatt for store belastninger indikerer at komponentenes levetid er utløpt og at komponenten bør skiftes ut.

### Kontroller punktene nedenfor før hver gangs bruk

- Felgene er i god stand og uten skader. En utslitt felg utgjør en sikkerhetsrisiko og skal byttes ut.
- Skruerforbindelser og komponenter er ordentlig trukket til og ikke slitt eller skadet.
- Sittestillingen er komfortabel.
- Bremsene fungerer bra.
- Styringen verken låser seg eller glipper.
- Hjulene er ikke skjeve, og hjullagrene er korrekt justert.
- Hjulene er ordentlig festet i bak-/forgaffelen.
- Dekkene er i god stand og har riktig lufttrykk.
- Pedalene er ordentlig festet i veivarmene.
- Girene er korrekt innstilt.
- Alle reflekser er montert.
- Etter justering kontrollerer du at alle skruerforbindelser er korrekt trukket til, og at vaierne er uskadet og korrekt trukket langs rammen.
- Vi anbefaler at du leverer inn sykkelen til sykkelverkstedet hver sjetten måned for service (hyppigere dersom du sykler mye eller belaster sykkelen hårdt. Fyll ut serviceprotokollen etter hver service.

## Trafikksikkerhet

- Bruk alltid sykkelhjelmer.
- Følg gjeldende trafikkregler.
- Ikke fest noe på sykkel som kan sette seg fast og forhindre sykkelens funksjoner.
- Ikke sykle på samme side som møtende trafikk.
- Ikke sykle to i bredden.
- Ikke skyv noen på sykkel som ikke er utstyrt for dette.
- Ikke sving ut i trafikken.
- Ikke heng noe på styret som gjør det vanskelig å styre, eller som kan sette seg fast i forhjulet.
- Ikke hold deg fast i et annet kjøretøy.
- Ikke sykle for nær kjøretøyer foran deg.
- Sykling i regn eller på våt veibane:
  - Bremsenes effekt reduseres av vann og is
  - Sykle saktere i vått vær, og brems tidligere enn du gjør i tørt vær.
- Hvis du sykler i mørket, må du følge gjeldende lovgivning:
  - Sykkelen skal ha en frontlykt med hvitt lys og en baklykt med rødt lys i tillegg til de refleksene som allerede er på sykkel.
  - Bruk helst lyse klær og refleksvest eller lignende.
  - Kontroller at sykkelens reflekser er riktig plassert, ordentlig festet, rene og ikke blokkerte. Bytt umiddelbart skadede reflekser.
- Eventuelle dempere på sykkel bør vedlikeholdes av sykkelverksted. Se demperproduzentens bruksanvisning.

## Eierens ansvar

Bruksanvisningen beskriver hvordan du sykler sikkert og holder sykkel i god og feilfri stand.

- Les og følg bruksanvisningen. Alle større serviceinngrep eller justeringer på sykkel bør utføres av sykkelreparatør. Følg disse anvisningene hvis du ikke har tilgang til sykkelreparatør og vil gjøre justeringene selv.

**VIKTIG!** Alle endringer utføres på egen risiko.

- Det kan være farlig å bruke sykkel til freestylesykling, stunttriks, konkurranse, terrengsykling eller lignende, og du er selv ansvarlig for eventuelle personskader eller andre skader som oppstår hvis du bruker sykkel på

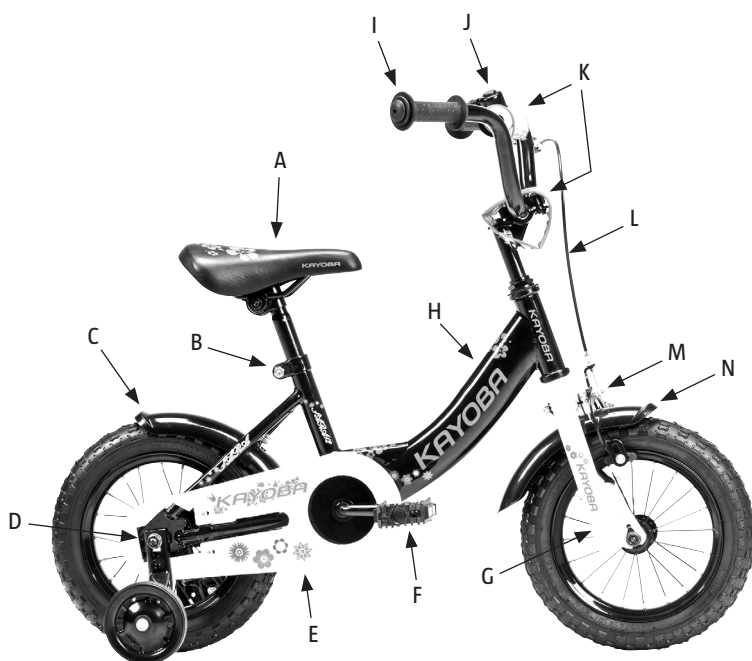
ovennevnte måter. Forhandleren frasier seg alt ansvar overfor den som har kjøpt sykkelen, eller en tredje person for følgeskader eller særskilt skade.

- Det er viktig å informere barnet om sykkelens funksjoner, og særlig hvordan man bruker bremsene på en trygg måte.

## Service

Bruk kun identiske reservedeler til sikkerhetskritiske deler. Sjekk om originaldeler er tilgjengelig i Julavarehusene. Det garanterer at sykkelen fortsatt er trygg å bruke.

## BESKRIVELSE



A	Sete	H	Sykelramme
B	Høydejustering setestang	I	Barnetilpasset håndtak
C	Bakskjerm	J	Ringeklokke
D	Feste til støttehjul	K	Beskyttelse (pads)
E	Kjedebeskyttelse	L	Ramme
F	Pedal med refleks	M	Fremre V-bremse
G	Forgaffel	N	Forgaffel

## MONTERING

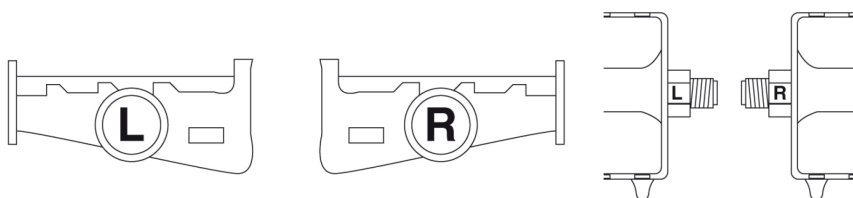
### Tilbehør

- Sørg for at støttejulene justeres i riktig høyde. Støttejul som er montert for lavt, forhindrer at sykkelen heller og kan redusere bremseeffekten dersom bakhjulet løftes for høyt over bakken. Hev støttejulene etter hvert som barnet blir flinkere til å sykle for å unngå disse problemene.
- Sykler som selges uten bagasjebrett, er ikke egnet for montering av bagasjebrett.
- Sykkelvogn kan kun brukes sammen med sykler med bagasjebrett.
- Sykkelen er ikke egnet til bruk med barnesete.

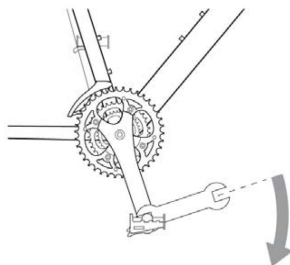
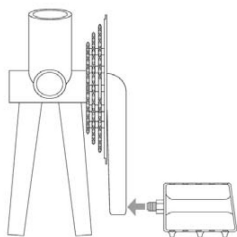
### Montere pedaler

**OBS!** Pedalene er ikke like – pedalen merket med R skal sitte på høyre veivarm, og pedalen merket med L skal sitte på venstre veivarm.

**OBS!** Bruk et egnet smøremiddel på pedalenes gjenger ved montering.

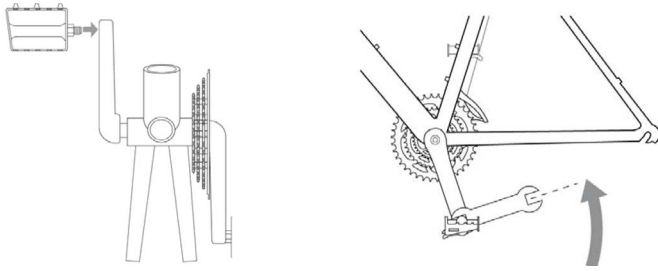


1



**Montering av høyre pedal (R):** Skru inn pedalen på veivarmen på kjedesiden og trekk forsiktig til med en skrunøkkel.

2



**Montering av venstre pedal (L):** Skru inn pedalen (mot klokken) på motsatt side av kjedet og trekk forsiktig til med en skrunøkkel.

## BRUK

### Sittestilling

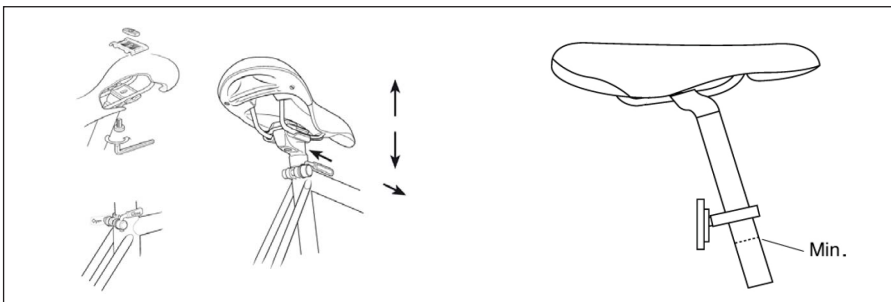
Det er viktig at sykkelen er korrekt innstilt, både for å være komfortabel og av sikkerhetsårsaker. På de følgende sidene er det informasjon om hvordan du stiller inn en komfortabel, sikker og effektiv sittestilling.

### Setejustering

Løsne mutteren som holder setet ved setepinnen, slik at du kan skyve setet forover eller bakover. Still inn ønsket stilling. Setets vinkel kan også justeres. Vi anbefaler at setet er horisontalt. Juster setet i høyden ved å løsne klemskruen som holder setestolpen mot seterøret. Plasser setestolpen i ønsket høyde og trekk til klemskruen.

### VIKTIG!

- Setestolpen må sitte lavere enn markeringen for høyeste nivå. Markeringen for høyeste nivå skal ikke vises.
- Trekk til setestolpens klemskrue og -mutter til 30 Nm med en 6 mm eller 13 mm sekskantnøkkel. Kontroller at setestolpen sitter fast, ved å prøve å vri setet for hånd. Du skal ikke kunne vri setet.
- Du må aldri sykle hvis setet eller setepinnen ikke er ordentlig trukket til.



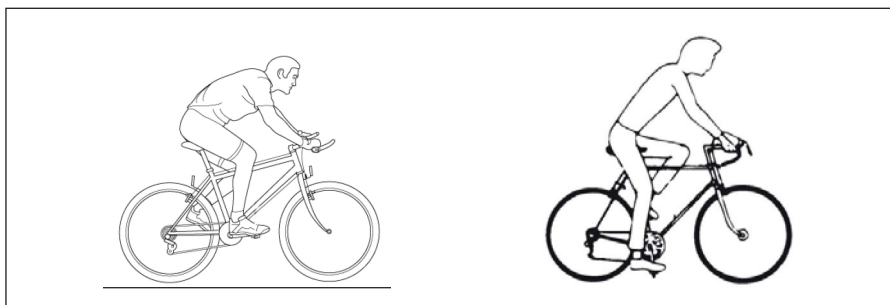
Forskjellige setestolper brukes til forskjellige typer seter, derfor varierer festingen. Kontakt forhandleren hvis du er usikker på hvordan setet skal monteres.

### Setevinkel

Setet skal helst være horisontalt. Du kan endre setevinkelen, men vanligvis bør setet være horisontalt. Hvis du sitter best med setet i sterk vinkel, bør du kontrollere om du kan endre en annen innstilling i stedet.

### Setehøyde

For å prøve ut riktig setehøyde plasserer du den ene pedalen i nederste posisjon. Sett deg på setet med sko uten høye hæler og kontroller at hælen din akkurat når ned til pedalen når du strekker ut beinet. Når du sykler med fotens trykkpunkt på pedalen, skal beinet være litt bøyd når pedalen er i nederste posisjon (se fig.).



### Setets posisjon over pedalene

Plasser den ene fotens trykkpunkt på pedalen med veivarmene horisontale. Juster setets posisjon fremover eller bakover til pedalen er rett under kneet. Svært små forandringer i setets stilling kan påvirke både ytelse og komfort. Flytt setet litt om gangen og prøv deg frem.

### Styre og styrestamme/styrestolpe

Sykkelen kan ha standardstyrestolpe eller -styrestamme. Kontroller før bruk at alle skruerforbindelser på styrestolpe/styrestamme er ordentlig trukket til.

### Standardstyrestolpe

Løsne ekspanderskruen på styrestolpens nedre del til ekspanderkilen løsner. Bank forsiktig på ekspanderskruen hvis kilen ikke løsner av seg selv. Når ekspanderkilen har løsnet, flytter du styrestolpen oppover eller nedover til en posisjon der du sitter komfortabelt og enkelt kan nå styret og bremsehåndtakene. Vanligvis skal styret være i samme høyde som eller litt lavere enn setet. Kontroller at styrestolpen er i linje med forhjulet.

**VIKTIG!** Styrestolpen har en markering for hvor mye den kan stikke ut fra gaffelrøret. Denne markeringen skal ikke vises når styrestolpen er montert. Styrestolpen må være så langt nede i gaffelrøret at markeringen ikke vises. Når du har funnet riktig høyde, plasserer du styret vinkelrett mot forhjulet.

Trekk ekspanderskruen ordentlig til. Det er ekstremt viktig at ekspanderskruen er trukket ordentlig til. Kontroller at styrestolpen sitter ordentlig fast, ved å stille deg foran sykkelen med ett bein på hver side av forhjulet. Klem rundt hjulet med beina og prøv å vri styret til siden. Styrestolpen skal ikke rotere i gaffelrøret. Ikke stram styrestolpen for hardt. Den skal gi etter hvis du faller med sykkelen. Posisjoner styrets håndtak horisontalt og trekk klemskruen ordentlig til.

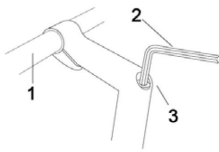
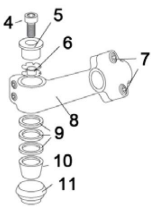
**OBS!** Hvis sykkelen har girspak montert på styrestolpen, kan denne flyttes opp eller ned til ønsket posisjon. Pass på at girspaken er rettet oppover og at vaierne ikke er vridd. Smør ekspanderskruen hver gang du tar styrestolpen bort fra gaffelrøret. På noen terrengsykler må bremsevaieren justeres når styrestolpens høyde er endret. Ikke prøv å justere bremsevaieren hvis sykkelen har lavprofilbremser med vaierstopp på styrestolpen.

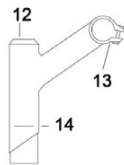
### Styrestamme

Styrestammen har to låseskruer i den bakre enden som klemmer rundt gaffelrøret. Løsne skruene og rett opp styrestammen slik at den er på linje med forhjulet. Skru til låseskruene igjen.

**VIKTIG!** Ikke juster den øvre kompresjonsskruen. Denne er innstilt for å eliminere lagerspill. Hvis den trekkes til for hardt, kan det føre til slitasje.

**OBS!** På noen terrengsykler må bremsevaieren justeres når styrestolpens høyde er endret. Ikke prøv å justere bremsevaieren hvis sykkelen har lavprofilbremser med vaierstopp på styrestolpen.

	<p><b>Styrestolpe med forsenket skruer</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Styre</li> <li>2. Sekskantnøkkel, 6 mm</li> <li>3. Klemskruer, sekskant, styrestolpe</li> </ol>
	<p><b>Styrestamme</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Kompresjonsskruer</li> <li>5. Kompresjonshylse</li> <li>6. Mutter med låseskiver</li> <li>7. Styrestammeskruer</li> <li>8. Styrestamme</li> <li>9. Distansestykker</li> <li>10. Lagersete</li> <li>11. Styrelager</li> </ol>

**Standardstyrestolpe**

12. Styrestolpeekspander
13. Klemkrue
14. Markering for høyeste styrestolpeposisjon

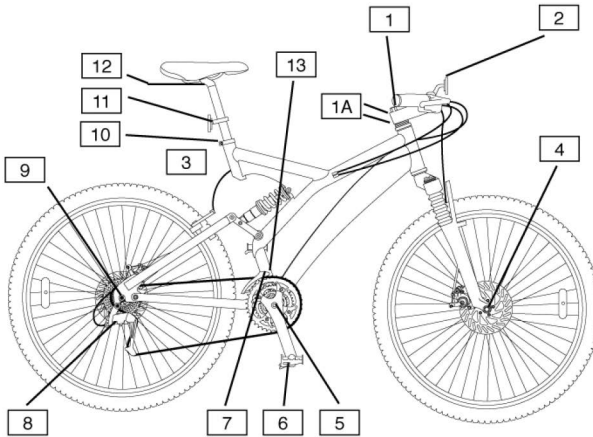
**Styrets posisjon**

Posisjoner styret slik at du enkelt kommer til girspaken og bremsehåndtakene. Prøv å finne en sittestilling der hendene hviler lett mot styret. Hvis du henger for tungt på styret, blir påkjenningen stor på håndledd og underarmer. Husk å stramme alle skruforbindelser etter justering.

**OBS!** HEV ALDRI STYREPINNEN ELLER SETEPINNEN OVER MARKERINGEN FOR HØYESTE POSISJON.

## Justering av veivparti uten kilebolter

**VIKTIG!** Kontroller om sykkelens kjededrev og veivarmer er av typen uten kilebolter. Hvis det er tilfellet, kontrollerer du at mutterne som holder dem fast i veivpartiet, er ordentlig trukket til. Vi anbefaler at du kontrollerer om mutterne er ordentlig trukket til når du har brukt sykkelen i to uker, og deretter med intervaller på tre måneder.



1	Ekspanderskrue, styrestolpe	20 Nm
1A	Låseskruer for styrestamme	20 Nm
2	Klemskrue, styrestamme	15 Nm
3	Festeskrue for bremsler (ikke skivebremsler)	5 Nm
4	Fremre hjulakselmutter	30 Nm
4	Fremre hurtigkobling	5 Nm
5	Låseskrue for kjededrev	38 Nm
6	Pedal	40 Nm
7	Vaierfesteskrue for fremre girfører	4 Nm
8	Vaierfesteskrue for bakre girfører	4 Nm
9	Bakre hjulakselmutter	30 Nm
9	Bakre hurtigkobling	5 Nm
10	Festeskrue for setestolpe	8 Nm
11	Festeskrue for fremre og bakre refleks	3 Nm
12	Seteskrue	30 Nm

## BREMSER

**ADVARSEL!** Det er svært viktig at du forstår hvordan sykkelens bremsesystem fungerer. Hvis du bruker bremsene på feil måte, kan du miste kontrollen over sykkelen og skade deg alvorlig. Forskjellige sykler kan oppføre seg annerledes når du bremser, så det er viktig at du lærer deg hvordan sykkelen ter seg i forskjellige situasjoner, og hvor hardt du skal trykke på bremsehåndtaket. Les bruksanvisningen og øv deg på å sykle og bremse. Kontakt forhandleren hvis du trenger mer informasjon.

### Sikker bremsing

1. Brems litt tidligere med bakbremsen enn med forbremsen.
2. Brems aldri med forbremsen når du svinger. Dette er det spesielt viktig å tenke på når du svinger kraftig eller sykler på løst underlag.

### VIKTIG!

- Hvis du bremser for hardt med forbremsen, kan oppbremsingen bli så kraftig at du kastes av sykkelen.
- Bremseytelsen er dårligere på våt vei. Sykle saktere og bremse tidligere på våt vei.
- Du må ikke sykle hvis bremsene ikke fungerer korrekt.

### Felgbrems

Kontroller bremseinnstillingen og smør bremsens fjærer og pivot regelmessig. Smør vaierens eksponerte del for å beskytte mot korrosjon. Hvis det er vanskelig å bremse, kan det ofte være fordi vaierne er dårlig smurt. Bremsevaierne må demonteres før smøring. Vi anbefaler at du lar en sykkelreparatør smøre bremsevaierne.

Bytt bremsebelegg før mønstret er slitt bort, eller når slitasjemarkeringen viser at det er tid for å bytte.

**OBS!** For at bremsene skal ta jevnt, kan ikke hjulene være skjeve, de skal være korrekt justert og felgsiden må være jevn og uten merker. Bremsebeleggene skal være korrekt justert mot felgsiden. Kontakt forhandleren hvis du er usikker på justering av hjul eller bremsesystem. Beskytt endene av vaieren med endehylser, slik at vaieren ikke fliser seg.

**VIKTIG!** Bremsene skal ikke henge fast i eller ligge inntil felgen når du slipper bremsehåndtaket. Hvis bremsene henger fast, kontrollerer du at bremseklave, vaier og bremsehåndtak er rene og smurte. Lever sykkelen inn til forhandleren hvis bremsene henger fast til tross for at disse komponentene er rene og smurte.

## DEKKPLEIE OG HJULINNSTILLING

- For at sykkelens dekk skal fungere bra og holde lenge, er det viktig at de har riktig lufttrykk, noe som angis på siden av dekket.
- Bremselåsing og skrensing sliter på dekkene.
- Dekkene skal ikke komme i kontakt med olje, bensin, parafin eller andre midler som løser gummi.

- Kontroller at hjulene ikke er skjeve, og at de er korrekt innrettet, slik at dekkensiden ikke tar borti rammen eller forgaffelen.
- Kontroller også at dekkene ikke er slitte eller har sprekker. Forsikre deg om at dekkmønsteret ikke er nedslitt, og at det ikke er skader, sprekker eller ujevn slitasje på dekket. Et slitt eller skadet dekk må byttes med en gang.
- Hvis du sykler over skarpe steiner eller hull i veien, eller hvis du sykler på kantstein, kan dekkene punkteres.
- Hvis sykkelen skal settes bort i en lengre periode, anbefaler vi at du tar av hjulene for å unngå at de blir skjeve.
- Pump dekkene med fotpumpe eller håndpumpe med egnet ventiltilkobling. Kontroller trykket med manometer.
- Kontroller regelmessig at eikene er korrekt spente. Kontroller dette ofte hvis du sykler mye på ujevne veier.

## VEDLIKEHOLD AV FELGER

De fleste felger har en slitasjemarkering i form av en linje langs felgsiden.

Når denne linjen er helt eller delvis bortslitt, skal felgen byttes. Den er da utslitt.

## VEDLIKEHOLD AV KJEDET

### Smøre kjedet

Kjedet bør smøres regelmessig med en egnet kjedeolje. Kontroller at kjedet ikke knirker ved sykling eller er skadet. Kjedet skal alltid være innoljet.

1. Smør kjedet.
2. Tråkk noen runder slik at oljen kommer inn i leddene.
3. Tørk av kjedet med en klut eller en svamp.

### Stramme kjedet

Et kjede som ikke sitter stramt, kan være farlig. Hvis kjedet kan flyttes mer enn 1 cm opp eller ned, må det strammes.

1. Løsne mutrene på bakhjulet og dra bakhjulet bakover.
2. Stram mutrene. Pass på at hjulet blir rett montert.
3. Kontroller at hjulet er festet skikkelig.

## ZASADY BEZPIECZEŃSTWA

---

### **Przed użyciem uważnie przeczytaj instrukcję obsługi!**

Zachowaj ją w celu wykorzystania w przyszłości.

Maksymalna ładowność, z uwzględnieniem masy pasażera i bagażu, wynosi 50 kg.

**OSTRZEŻENIE!** Podobnie jak każdy inny sprzęt mechaniczny rower ulega zużyciu podczas użytkowania. Różne materiały i części różnie reagują na zużycie i obciążenia. Jeżeli okres użyteczności jakiejś części (w tym ramy, widelca i innych części) zostanie przekroczony, istnieje ryzyko jej nagłego uszkodzenia, a w konsekwencji utraty kontroli nad rowerem i upadku. Pęknięcia, zarysowania i odbarwienia w miejscach narażonych na duże obciążenie wskazują koniec okresu użyteczności danej części i konieczność jej wymiany.

### **Przed każdym użyciem sprawdź, czy:**

- Obręcze są w dobrym stanie i nie wykazują uszkodzeń. Uszkodzone obręcze zagrażają bezpieczeństwu użytkownika, dlatego należy je wymienić.
- Połączenia śrubowe i komponenty są dobrze dokręcone oraz czy nie są zużyte lub uszkodzone.
- Pozycja siedzenia jest wygodna.
- Hamulce działają poprawnie.
- Kierownica nie zacina się i nie jest obluzowana.
- Koła nie są wygięte, a ich łożyska są prawidłowo ustawione.
- Koła są dobrze przymocowane do przedniego i tylnego widelca.
- Opony są w dobrym stanie i mają prawidłowe ciśnienie powietrza.
- Pedał są dobrze przymocowane do ramion korby.
- Przerzutki są poprawnie ustawione.
- Wszystkie odblaski są zamontowane.
- Po zakończeniu regulacji sprawdź, czy wszystkie połączenia śrubowe są prawidłowo dokręcone oraz czy linki są nieuszkodzone i poprawnie poprowadzone wzdłuż ramy.
- Zalecamy oddawać rower do warsztatu serwisowego co 6 miesięcy (lub częściej, jeżeli dużo jeździsz lub znacznie obciążasz rower). Po każdym serwisowaniu wypełnij protokół serwisowy.

## Bezpieczeństwo na drodze

- Zawsze używaj kasku rowerowego.
- Przestrzegaj obowiązujących przepisów drogowych.
- Nie umieszczaj na rowerze żadnych przedmiotów, które mogłyby zablokować się w jego częściach lub zakłócać jego działanie.
- Nie jedź po tej samej stronie co pojazdy nadjeżdżające z przeciwka.
- Nie jedź równoległe do innej osoby.
- Nie przewoź na rowerze nikogo, kto nie posiada odpowiedniego wyposażenia.
- Nie zajeżdżaj drogi innym pojazdom.
- Nie zawieszaj na kierownicy niczego, co mogłoby utrudnić kierowanie lub zaklinować się w przednim kole.
- Nie trzymaj się innych pojazdów.
- Nie jedź zbyt blisko pojazdów znajdujących się przed Tobą.
- Jazda rowerem podczas deszczu lub na mokrej drodze:
  - Woda i lód wpływają negatywnie na działanie hamulców.
  - W czasie deszczowej pogody jedź wolniej i hamuj wcześniej niż wtedy, gdy jest sucho.
- Jadąc w ciemności, musisz stosować się do obowiązujących przepisów:
  - Rower, oprócz odblasków, w które jest już wyposażony, musi posiadać białe światło przednie i czerwone światło tylne.
  - Noś jasne ubranie, kamizelkę odblaskową itp.
  - Sprawdź, czy odblaski są umieszczone w odpowiednim miejscu, dobrze przymocowane, czyste i niezasłonięte. Natychmiast wymień uszkodzone odblaski.
- Konserwacji ewentualnych amortyzatorów powinien dokonywać rowerowy warsztat serwisowy. Sprawdź w instrukcji obsługi producenta amortyzatorów.

## Zakres odpowiedzialności właściciela

Instrukcja obsługi opisuje sposób bezpiecznej jazdy na rowerze oraz utrzymania go w dobrym stanie technicznym.

- Przeczytaj i przestrzegaj zaleceń zawartych w instrukcji obsługi. Wszelkie większe czynności serwisowe lub regulacje roweru powinny być wykonywane przez mechanika rowerowego. Zastosuj się do poniższych wskazówek, jeżeli nie masz

możliwości oddania roweru do mechanika i chcesz dokonać regulacji samodzielnie.

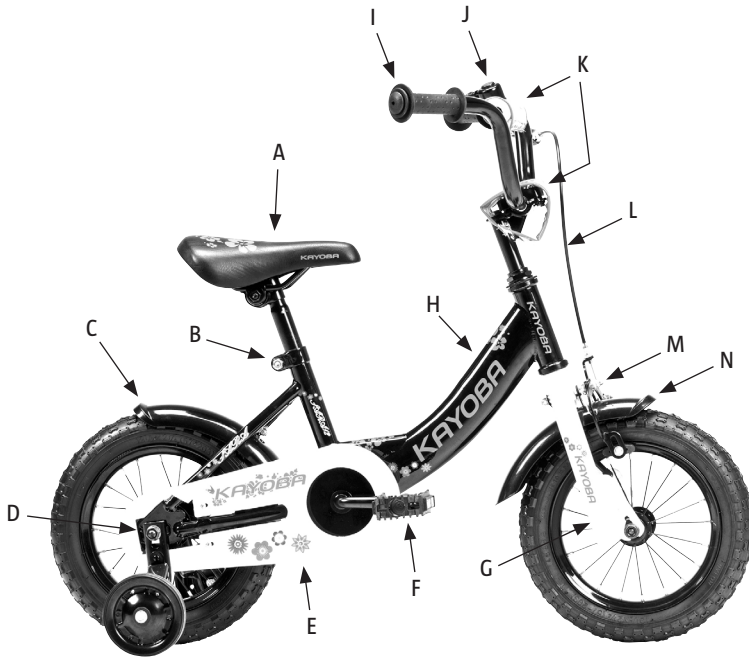
**WAŻNE!** Wszystkich zmian dokonujesz na własne ryzyko.

- Używanie roweru do jazdy freestyle, terenowej lub wyczynowej oraz do wykonywania trików może być niebezpieczne. Sam ponosisz odpowiedzialność za ewentualne obrażenia ciała lub inne szkody powstałe w wyniku używania roweru w powyższy sposób. Dystrybutor nie ponosi żadnej odpowiedzialności wobec kupującego ani osób trzecich za uszkodzenia powstałe w wyniku używania produktu lub uszkodzenia szczególne.
- Należy pamiętać, by przedstawić dziecku działanie roweru, zwłaszcza bezpieczną obsługę hamulców.

### **Serwis**

W przypadku części o krytycznym znaczeniu dla bezpieczeństwa używaj wyłącznie identycznych części zamiennych. Sprawdź, czy w multimarketach Julia dostępne są oryginalne części. Gwarantują one bezpieczne użytkowanie roweru.

## OPIS

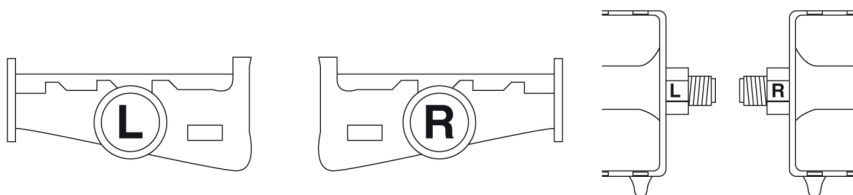


- |   |                                      |   |                               |
|---|--------------------------------------|---|-------------------------------|
| A | Siodełko                             | H | Rama roweru                   |
| B | Regulacja wysokości sztycy siodełka  | I | Rączka dopasowana dla dziecka |
| C | Błotnik tylny                        | J | Dzwonek                       |
| D | Mocowanie kótek bocznych podporowych | K | Ostony (nakładki)             |
| E | Ostona łańcucha                      | L | Rama                          |
| F | Pedał z odbłaskiem                   | M | Przedni hamulec V-brake       |
| G | Przedni widelec                      | N | Przedni widelec               |

## MONTAŻ

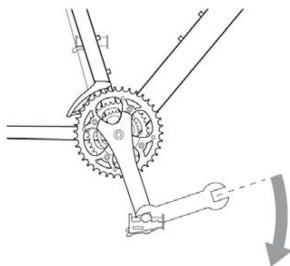
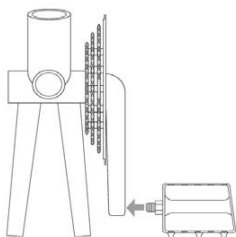
### Akcesoria

- Pamiętaj o tym, by ustawić kółka boczne na odpowiedniej wysokości. Zbyt nisko ustawione kółka boczne zapobiegają przechylaniu się roweru, co może spowodować nadmierne uniesienie tylnego koła i pogorszyć działanie hamulców. Aby uniknąć tego problemu, należy stopniowo podnosić kółka boczne wraz ze wzrostem umiejętności dziecka.
- Rowery sprzedawane bez bagażnika nie są przystosowane do jego montażu.
- Przyczepki rowerowej można używać wyłącznie z rowerami z zamontowanym bagażnikiem.
- Rower nie jest przeznaczony do użytku z fotelikiem dziecięcym.



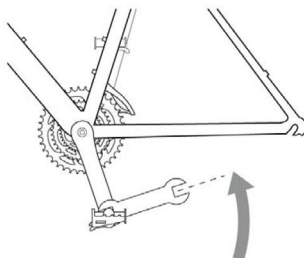
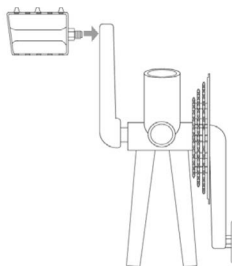
### Montaż pedałów

1



**Montaż prawego pedału (R):** Przykręć pedał do ramienia korby od strony łańcucha, a następnie ostrożnie dokręć go kluczem.

2



**Montaż lewego pedału (L):** Przykręć pedał (w stronę przeciwną do ruchu wskazówek zegara) po przeciwnej stronie łańcucha, a następnie ostrożnie dokręć go kluczem.

**UWAGA!** Pedałы nie są jednakowe – pedał oznaczony literą R należy przymocować do prawego ramienia korby, a pedał oznaczony literą L – do lewego ramienia korby.

**UWAGA!** W trakcie montażu nanieś odpowiedni smar na gwinty pedałów.

## OBŚŁUGA

### Ustawienie pozycji siedzenia

Bardzo ważne jest, zarówno ze względu na wygodę, jak i bezpieczeństwo, by rower był prawidłowo ustawiony. Na następnych stronach znajdują się informacje dotyczące ustawienia wygodnej, bezpiecznej i efektywnej pozycji siedzenia.

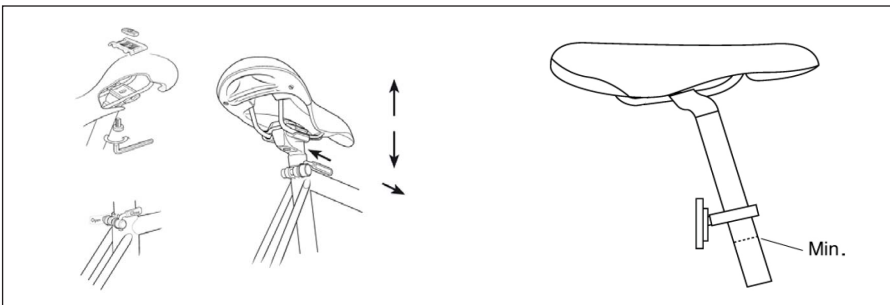
### Regulacja siodełka

Odkręć nakrętkę mocującą siodełko do sztycy, aby umożliwić przesunięcie siodełka w przód lub w tył. Ustaw je w żądanej pozycji. Istnieje również możliwość regulacji nachylenia siodełka. Zalecamy ustawienie siodełka w pozycji poziomej.

Aby wyregulować wysokość siodełka, odkręć śrubę dociskową, mocującą sztycę siodełka do rury podsiodłowej. Ustaw sztycę na żądanej wysokości i dokręć śrubę dociskową.

### WAŻNE!

- Sztyca siodełka nie może znajdować się wyżej niż oznaczenie najwyższego dopuszczalnego położenia. Oznaczenie najwyższego dopuszczalnego położenia nie może być widoczne.
- Dokręć śrubę i nakrętkę dociskową sztycy do 30 Nm kluczem imbusowym 6 lub 13 mm. Sprawdź, czy sztyca jest stabilna, próbując ręcznie obrócić siodełko. Obrócenie siodełka powinno być niemożliwe.
- Unikaj jazdy na rowerze, jeżeli siodełko lub sztyca nie są dobrze dokręcone.



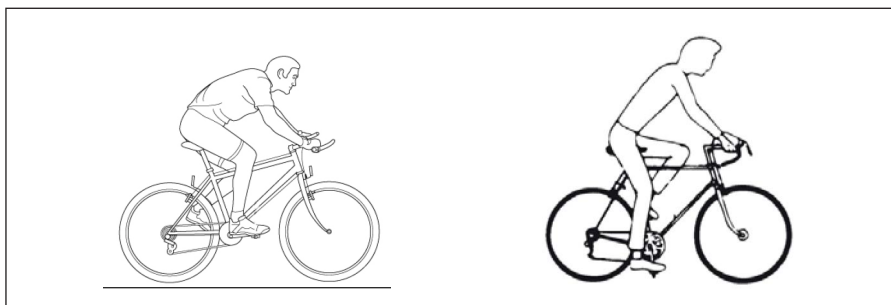
Do różnych rodzajów siodełek używane są różne sztyce, w związku z czym sposób ich mocowania może być zróżnicowany. Skontaktuj się z dystrybutorem, jeżeli masz wątpliwości, w jaki sposób należy zamontować siodełko.

### **Kąt ustawienia siodełka**

Siodełko powinno być zamontowane w pozycji poziomej. Możesz zmienić nachylenie siodełka, lecz w większości przypadków powinno być ono umieszczone poziomo. Jeżeli najlepszy komfort zapewnia Ci siedzenie na nachylnym siodełku, sprawdź, czy zamiast tego nie możesz zmienić jakiegoś innego ustawienia.

### **Wysokość siodełka**

Aby uzyskać właściwą wysokość siodełka, ustaw jeden z pedałów w jego najniższym położeniu. Usiądź na siodełku w butach bez obcasów i upewnij się, że przy wyprostowanej nodze piętą sięgasz pedału. Gdy trzymasz stopę na pedale, a pedał jest w najniższym położeniu, noga powinna być nieco zgięta (patrz rys.).



### **Pozycja siodełka nad pedałami**

Postaw jedną stopę tak, by znajdowała się na pedale, a ramiona korby ustawione były poziomo. Przesuń siodełko do przodu lub tyłu do momentu, gdy pedał znajdzie się w linii prostej pod kolanem. Nawet bardzo niewielkie zmiany w położeniu siodełka mogą mieć wpływ na osiągi roweru i komfort. Przesuwaj siodełko stopniowo, aby znaleźć najlepsze ustawienie.

### **Kierownica i mostek systemu ahead/wpuszczany**

Rower może być wyposażony w standardowy mostek wpuszczany lub mostek systemu ahead. Przed użyciem sprawdź, czy wszystkie śruby mostka są dokładnie dokręcone.

### **Standardowy mostek wpuszczany**

Poluzuj śrubę rozporową w dolnej części mostka do momentu wysunięcia się klina rozporowego. Delikatnie postukaj w śrubę rozporową, jeżeli klin nie może się wysunąć. Po wysunięciu klina przesuń mostek do góry lub w dół do momentu, gdy osiągniesz wygodną pozycję i będziesz mógł łatwo dosięgnąć kierownicy i klamek hamulca. Zwykle kierownica powinna znajdować się na tej samej wysokości co siodełko lub nieco niżej. Upewnij się, że mostek znajduje się w jednej linii z przednim kołem.

**WAŻNE!** Na mostku wpuszczanym znajduje się oznaczenie wysokości, na jaką może on wystawać nad rurę widelca. Oznaczenie to nie może być widoczne po zamontowaniu mostka. Mostek wpuszczany

musi być wsunięty w rurę widelca na tyle, by oznaczenie nie było widoczne. Po wybraniu odpowiedniej wysokości umieść kierownicę prostopadle do przedniego koła.

Dobrze dokręć śrubę rozporową. Niezwykle ważne jest, by śruba rozporowa została dokładnie dokręcona. Upewnij się, że mostek jest dobrze zamocowany, ustawiając się przed rowerem z przednim kołem pomiędzy nogami. Zaciśnij nogi na kole i spróbuj obrócić kierownicę na boki. Mostek nie może się ruszać w rurze widelca. Nie dokręcaj mostka zbyt mocno. Musi on ustąpić, jeżeli dojdzie do upadku. Umieść chwyt kierownicy w pozycji poziomej i dobrze dokręć śrubę dociskową.

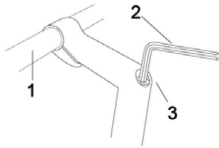
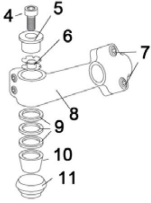
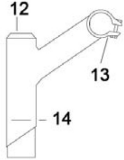
**UWAGA!** Jeżeli rower przy mostku wpuszczanym posiada manetki, można je przesunąć w górę lub w dół na wybraną wysokość. Upewnij się, że manetki skierowane są do góry, a linki nie są splątane. Smaruj śrubę rozporową każdorazowo po wyjęciu mostka z rury widelca. W przypadku niektórych rowerów terenowych należy wyregulować linkę hamulcową po zmianie wysokości mostka. Nie próbuj regulować linki hamulcowej, jeżeli rower wyposażony jest w hamulce o niskim profilu z blokadą linki na mostku.

### **Mostek systemu ahead**

Mostek posiada w tylnej części dwie śruby blokujące, które zaciskają się wokół rury widelca. Poluzuj śruby i skieruj mostek tak, by znajdował się w jednej linii z przednim kołem. Ponownie dokręć śruby blokujące.

**WAŻNE!** Nie ustawiaj górnej śruby regulacyjnej. Jest ona tak wyregulowana, by eliminować luz łożyskowy. Zbyt mocne dokręcenie tej śruby może prowadzić do zużycia.

**UWAGA!** W przypadku niektórych rowerów terenowych należy wyregulować linkę hamulcową po zmianie wysokości mostka. Nie próbuj regulować linki hamulcowej, jeżeli rower wyposażony jest w hamulce o niskim profilu z blokadą linki na mostku.

	<p><b>Mostek wpuszczany ze śrubą z łbem stożkowym</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kierownica</li> <li>2. Klucz imbusowy, 6 mm</li> <li>3. Śruba dociskowa, imbus, mostek wpuszczany</li> </ol>
	<p><b>Mostek systemu ahead</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Śruba regulacyjna</li> <li>5. Nasadka regulacyjna</li> <li>6. Nakrętka z podkładkami zabezpieczającymi</li> <li>7. Śruby mostka systemu ahead</li> <li>8. Mostek systemu ahead</li> <li>9. Elementy dystansowe</li> <li>10. Gniazdo łożyska</li> <li>11. łożyska sterowe</li> </ol>
	<p><b>Standardowy mostek wpuszczany</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>12. Śruba rozporowa mostka wpuszczanego</li> <li>13. Śruba dociskowa</li> <li>14. Oznaczenie najwyższego dopuszczalnego położenia mostka wpuszczanego</li> </ol>

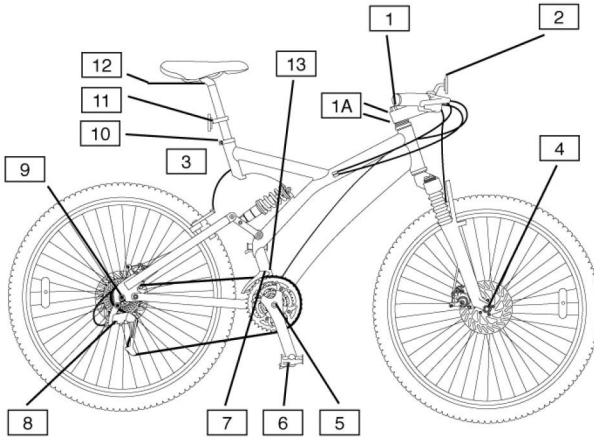
### Położenie kierownicy

Umieść kierownicę w taki sposób, aby mieć łatwy dostęp do manetek i klamek hamulca. Spróbuj znaleźć taką pozycję siedzenia, w której dłonie będą lekko spoczywały na kierownicy. Jeżeli za bardzo będziesz opierać się na kierownicy, Twoje nadgarstki i przedramiona będą narażone na duże obciążenia. Po dokonaniu regulacji nie zapomnij dokręcić wszystkich śrub.

**UWAGA!** NIGDY NIE PODNOŚ MOSTKA POWYŻEJ OZNACZENIA WSKAZUJĄCEGO NAJWYŻSZE DOPUSZCZALNE POŁOŻENIE.

## Regulacja korby bez klinów

**WAŻNE!** Upewnij się, że przednia zębatka i ramiona korby nie są mocowane na kliny. W takim wypadku sprawdź, czy nakrętki mocujące je do korby są dobrze dokręcone. Zalecamy sprawdzenie, czy nakrętki są dobrze dokręcone, po dwóch tygodniach użytkowania roweru, a następnie co trzy miesiące.



1	Śruba rozporowa, mostek wpuszczany	20 Nm
1A	Śruby blokujące do mostka systemu ahead	20 Nm
2	Śruba dociskowa, mostek systemu ahead	15 Nm
3	Śruby mocujące do hamulców (oprócz	5 Nm
4	hamulców tarczowych)	30 Nm
4	Nakrętka osi przedniej	5 Nm
5	Przednia szybkozłączka	38 Nm
6	Śruba blokująca do przedniej zębatki	40 Nm
7	Pedał	4 Nm
8	Śruba mocująca linkę do przerzutki	4 Nm
9	przedniej	30 Nm
9	Śruba mocująca linkę do przerzutki tylnej	5 Nm
10	Nakrętka osi tylnej	8 Nm
11	Tylna szybkozłączka	3 Nm
12	Śruba mocująca sztycę siodełka	30 Nm
	Śruba mocująca odbłask przedni i tylny	
	Śruba siodełka	

## HAMULCE

**OSTRZEŻENIE!** Bardzo ważna jest znajomość zasady działania hamulców. Używając hamulców w niewłaściwy sposób, możesz stracić kontrolę nad rowerem i doznać poważnych obrażeń. Podczas hamowania rowery mogą działać w różnicowany sposób, dlatego ważne jest, by zaznajomić się z działaniem roweru w różnych sytuacjach i wiedzieć, z jaką siłą należy naciskać klamki hamulca. Przeczytaj instrukcję obsługi i przećwicz jazdę na rowerze i hamowanie. Jeżeli chcesz uzyskać więcej informacji, skontaktuj się z dystrybutorem.

## Bezpieczne hamowanie

1. Hamuj hamulcem tylnym, zanim zaczniesz hamować hamulcem przednim.
2. Podczas skręcania nigdy nie hamuj hamulcem przednim. Jest to szczególnie ważne podczas gwałtownego skręcania lub jazdy po luźnym podłożu.

## WAŻNE!

- Jeżeli zbyt gwałtownie zahamujesz hamulcem przednim, siła hamowania może być tak duża, że zostaniesz zrzucony z roweru.
- Skuteczność hamowania na mokrej drodze ulega pogorszeniu. Na mokrej drodze należy jechać wolniej i wcześniej rozpoczynać hamowanie.
- Unikaj jazdy, jeśli hamulce nie działają poprawnie.

## Hamulec szczękowy

Sprawdź ustawienie hamulca i regularnie smaruj jego sprężyny i sworznie. Smaruj odsłonięte części linki, aby chronić je przed korozją. Jeżeli występują trudności z hamowaniem, często są one skutkiem niedostatecznego smarowania linek. Linkę hamulcową należy przed smarowaniem zdemontować. Zalecamy, by smarowanie linek przeprowadzał mechanik rowerowy.

Okładziny hamulcowe należy wymieniać w razie potrzeby oraz gdy widoczny jest wskaźnik zużycia.

**UWAGA!** Aby hamulce pracowały równomiernie, koła nie mogą być wygięte, muszą być poprawnie ustawione, a boki obręczy muszą być równe i pozbawione zarysowań. Klocki hamulcowe muszą być prawidłowo dopasowane do boków obręczy. Skontaktuj się z dystrybutorem, jeżeli masz wątpliwości, w jaki sposób należy wyregulować koła lub hamulce. Chroń końce linki nasadkami, aby linka nie rozplatała się.

**WAŻNE!** Po zwolnieniu klamki hamulce nie powinny zacinać się ani przylegać do obręczy. Jeżeli hamulce się zacinają, upewnij się, że jarzma, linki i klamki są czyste i nasmarowane. Zleć przegląd dystrybutorowi, jeżeli powyższe komponenty są czyste, a hamulce dalej się zacinają.

## PIELĘGNACJA OPON I USTAWIANIE KÓŁ

- Aby opony roweru dobrze i długo funkcjonowały, ważne jest, by utrzymywać w nich odpowiednie ciśnienie, którego wartości podano po bokach opon.
- Blokowanie kół podczas hamowania oraz poślizgi powodują zużycie opon.
- Nie dopuszczaj do kontaktu opon z olejem, benzyną, parafiną lub innymi środkami rozpuszczającymi gumę.
- Upewnij się, że koła nie są wygięte i są poprawnie wycentrowane, tak by boki opon nie ocierały się o ramę lub przedni widelec.

- Sprawdź również, czy opony nie są zużyte i nie mają pęknięć. Upewnij się, że bieżnik nie jest zużyty, a na oponach nie widać uszkodzeń, pęknięć ani śladów nierównomiernego zużycia. Niezwłocznie wymień zużytą lub uszkodzoną oponę.
- Jeżdżąc po ostrych kamieniach, dziurawych drogach lub krawężnikach, możesz doprowadzić do przebicia opon.
- Przed odstawieniem roweru na dłuższy czas zalecamy zdjęcie kół, aby zapobiec ich wygięciu.
- Opony pompuj pompką nożną lub ręczną z odpowiednią końcówką. Sprawdź ciśnienie na manometrze.
- Regularnie sprawdzaj, czy szprychy są prawidłowo napięte. Rób to często, jeżeli dużo jeździsz po nierównych drogach.

## KONSERWACJA OBRĘCZY

Na większości obręczy umieszczony jest wskaźnik zużycia w postaci linii wzdłuż boku obręczy. Obręcz należy wymienić, gdy linia całkowicie lub częściowo zniknie. Świadczy to o zużyciu się obręczy.

## KONSERWACJA ŁAŃCUCHA

### Smarowanie łańcucha

Łańcuch należy regularnie smarować odpowiednim olejem do łańcuchów. Sprawdź, czy łańcuch nie zgrzyta podczas jazdy i nie jest uszkodzony. Zadbaj o to, żeby łańcuch był zawsze naoliwiony.

1. Nasmaruj łańcuch.
2. Wykonaj kilka obrotów pedałami, aby olej dostał się do ogniw.
3. Wytrzyj łańcuch szmatką lub gąbką.

### Napij łańcuch

Niewystarczająco napięty łańcuch stanowi zagrożenie. Jeżeli łańcuch można unieść lub opuścić o więcej niż 1 cm, należy go napiąć.

1. Odkręć nakrętki tylnego koła i pociągnij koło do tyłu.
2. Dokręć nakrętki. Upewnij się, że koło zostało zamontowane prosto.
3. Sprawdź, czy koło zostało solidnie przymocowane.

## SAFETY INFORMATION

---

### **Read the operating instructions carefully before use.**

Please retain for future reference.

Maximum load including cyclist and baggage is 50 kg.

**WARNING!** A bike is exposed to wear, like all mechanical equipment, when you use it. Different materials and components react in different ways to wear and stress. If the lifespan of any part of the bike (including the frame, forks and components) has been exceeded there is a risk of the part suddenly breaking, and that you lose control and fall off. Cracks, scratching or changes in colour in areas exposed to high levels of stress indicate that the component has reached the end of its life and should be replaced.

### **Check the following items before each use**

- The rims are in good condition and undamaged. A worn rim is a safety risk and should be replaced.
- Screw joints and components are tightened properly and not worn or damaged.
- The sitting position is comfortable.
- The brakes work well.
- The steering is not binding or loose.
- The wheels are not warped and the wheel bearings are correctly adjusted.
- The wheels are correctly secured to the rear/front forks.
- The tyres are in good condition and at the correct air pressure.
- The pedals are correctly secured to the crank arms.
- The gears are properly adjusted.
- All reflectors are fitted.
- Following adjustment, check that all screw joints are correctly tightened and that the cables are undamaged and correctly routed along the frame.
- We recommend that you leave your bike in at the cycle repair shop every 6 months for a service (more frequently if you cycle a lot or put a heavy load on the bike). Complete the service record after each service.

## Traffic safety

- Always wear a bike helmet.
- Follow local traffic regulations.
- Do not put anything on the bike that can get caught up and obstruct the functions of the bike.
- Do not cycle on the same side as oncoming traffic.
- Do not cycle 2-deep
- Do not take anyone on the bike who is not equipped for this.
- Do not swerve out onto the road.
- Do not hang anything onto the handlebars that will make it difficult to steer or that could get caught in the front wheel.
- Do not attach yourself to another vehicle.
- Do not cycle too close to the vehicle in front.
- Cycling in the rain or on a wet roadway:
  - The effects of the brakes are reduced in water and ice
  - Cycle more slowly in wet weather and brake earlier than you do in dry weather.
- If you cycle in the dark, you must follow the applicable legislation:
  - The bike must have a front light with a white beam and a rear light with a red beam, in addition to the reflectors already on the bike.
  - Preferably wear light clothing and a reflective vest or similar.
  - Check that the bike's reflectors are positioned correctly, properly secured, clean and not obscured. Replace damaged reflectors immediately.
- Any shock absorbers on the bike should be maintained by a cycle repair shop. See the shock-absorber manufacturer's user instructions.

## Owner's responsibility

The user instructions describe how to cycle safely and keep the bike in good and faultless condition.

- Read and follow the user instructions carefully. All major service work or adjustments to the bike should be carried out by a bicycle mechanic. Follow these instructions if you do not have access to a bicycle mechanic and would like to carry out the adjustments yourself.

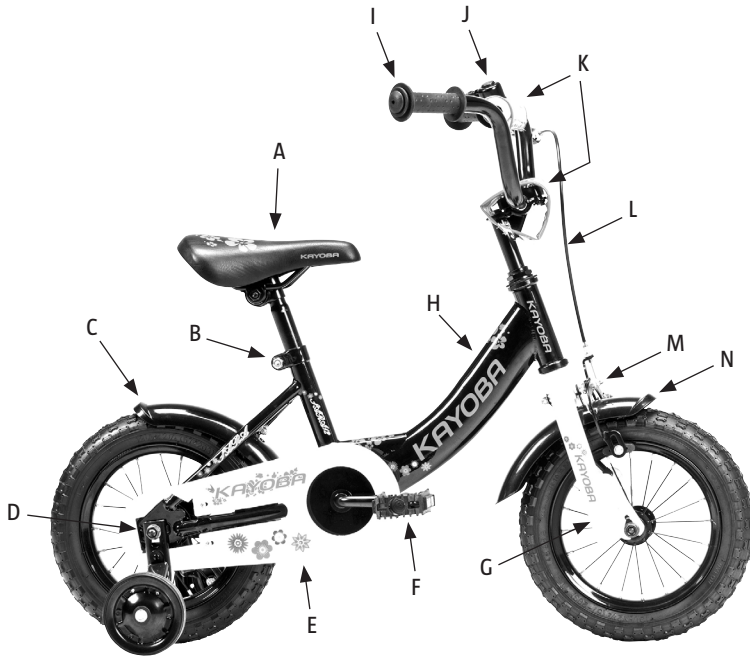
**IMPORTANT!** All changes are made at your own risk.

- It can be dangerous to use the bike for freestyle cycling, stunts, competitions, cycling offroad etc. and you are personally responsible for any personal injury or other damage arising as a result of you using the bike in the above manner. The retailer renounces all responsibility in respect of the person buying the bike or a third party for consequential damage or specific damage.
- It is important to explain to the child how the bike works, especially the safe use of the brakes.

### **Service**

Only use identical spare parts when replacing parts that are essential for safety. Check Jula's department store for original parts. This will guarantee that the bike remains safe to use.

## DESCRIPTION



- |   |                                 |   |                         |
|---|---------------------------------|---|-------------------------|
| A | Saddle                          | H | Bicycle frame           |
| B | Height adjustment saddle pillar | I | Child-compatible handle |
| C | Rear mudguard                   | J | Bell                    |
| D | Mounting support wheel          | K | Protection (pads)       |
| E | Chainguard                      | L | Frame                   |
| F | Pedal with reflex               | M | Front V brakes          |
| G | Front fork                      | N | Front fork              |

## ASSEMBLY

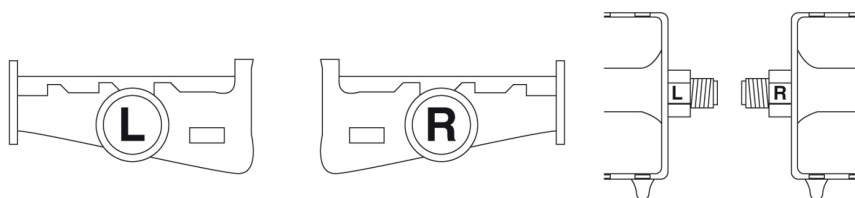
### Accessories

- A carrier rack and child's seat can be fitted. NOTE: Some mountain bikes require special carrier racks, check that the carrier rack is suitable for your particular bike.
- A bike trailer can be used together with the bike.

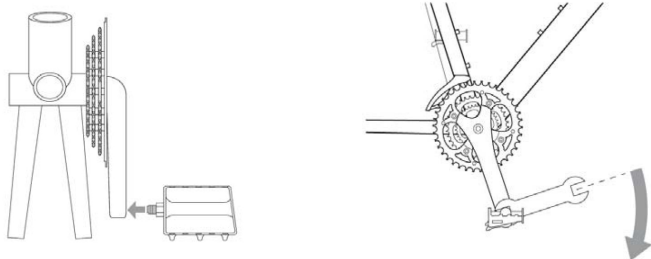
### Assembling pedals

**NB!** The pedals are not identical – the pedal marked with an R needs to be fitted to the right crank arm and the pedal marked L to the left crank arm.

**NOTE:** Use a suitable lubricant on the pedal threads when fitting them.

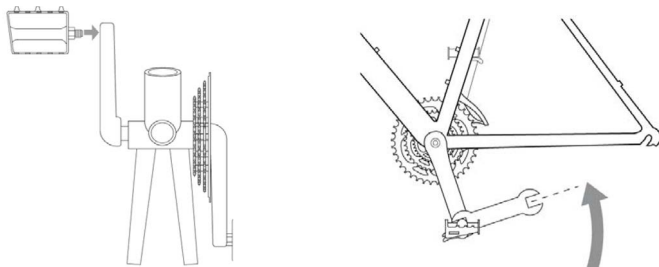


1



**Assembly of right pedal (R):** Screw the pedal into the crank arm on the chain side and tighten carefully with a spanner.

2



**Assembly of left pedal (L):** Screw in the pedal (anticlockwise) on the opposite side to the chain and tighten carefully with a spanner.

## HANDLING

### Sitting position

It is very important that the bike is correctly adjusted, from the point of view of both comfort and safety. There is information on the following pages on how you adjust your sitting position to make it comfortable, safe and effective.

### Saddle adjustment

Slacken the nut that attaches the saddle to the saddle pillar so that you can push the saddle backwards or forwards.

Adjust it to the desired position. The saddle angle can also be adjusted. We recommend that the saddle is horizontal.

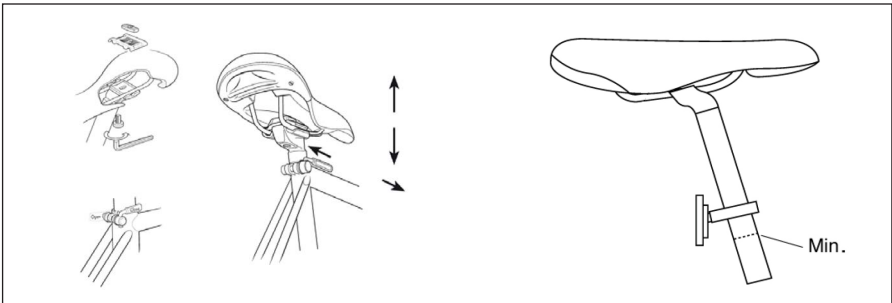
Adjust the saddle height by slackening the clamp bolt attaching the saddle pillar to the seat tube.

Position

the saddle pillar at the desired height and tighten the clamp bolt.

### IMPORTANT!

- The saddle pillar must be lower than the maximum height indicator. The maximum height indicator must not be visible.
- Tighten the saddle pillar's clamp bolt and nut to 30 Nm using a 6 mm Allen key or a 13 mm hex key. Check that the saddle pillar is securely attached by attempting to twist the saddle by hand. You must not be able to twist the saddle.
- Never cycle if the bike or saddle pillar is not properly tightened.



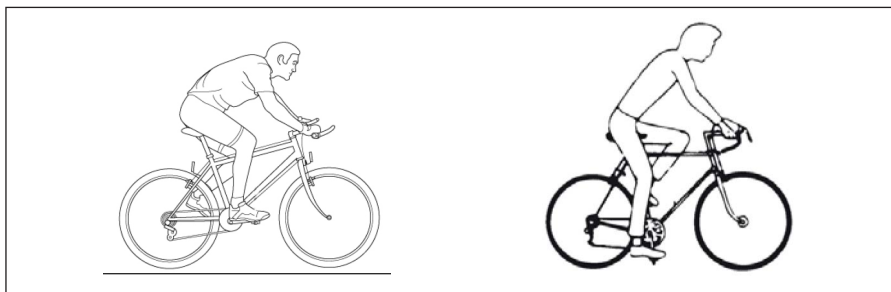
Different saddle pillars are used for different types of saddle, which is why the attachments vary. Contact the retailer if you are unsure of how the saddle should be assembled.

### Saddle angle

The saddle should preferably be horizontal. You can change the saddle angle, but the saddle should usually be horizontal. If you sit best with the saddle at a great angle, you should check if you can change any other setting instead.

## Saddle height

To check whether you have the right saddle height, you should put one of the pedals into its lowest position. Sit on the saddle wearing flat shoes and check that the heel reaches the pedal exactly when you keep your leg straight. When you cycle with the pad of your foot on the pedal, your leg should be slightly bent when the pedal is at its lowest position (see fig.).



### The position of the saddle above the pedals

Put the pad of one of your feet on the pedal with the crank arms horizontal. Adjust the position of the saddle forwards or backwards until the pedal is straight below the knee. Very small changes to the position of the saddle can affect both performance and comfort. Move the saddle a bit at a time until you find the right position.

### Handlebars and handlebar stem/post

The bike may have a standard handlebar post or handlebar stem. Before use, check that all screw joints on the handlebar post/stem are properly tightened.

#### Standard handlebar post

Slacken tighten the expander screw on the lower part of the handlebar post until the expander wedge is loose. Carefully tap on the expander bolt if the the wedge does not loosen by itself. Once the expander wedge has loosened, move the handlebar post upwards or downwards into a position where you are sitting comfortably and can easily reach the handlebars and brake levers. The handlebars should usually be at the same height as or slightly lower than the saddle. Check that the handlebar post is in line with the front wheel.

**IMPORTANT!** The handlebar post has an indicator to show how far it can project from the fork. This indicator must not be visible when the handlebar post is fitted. The handlebar post must be far enough into the fork that the indicator is not visible. Once you have found the right height, position the handlebar at a right angle to the front wheel.

Tighten the expander bolt properly. It is extremely important that the expander bolt is properly tightened. Check that the handlebar post is properly secured by positioning yourself in front of the bike with your legs on either side of the front wheel. Squeeze the wheel with your legs and attempt to turn the handlebar sideways. The handlebar post must not rotate in the fork. Do not overtighten the handlebar post. There must be some give in it if the bike falls. Position the handles of the handlebars

horizontally and tighten the clamp bolts properly.

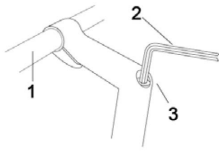
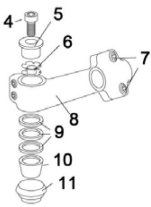
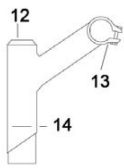
**NB!** If the bike has gear controls fitted to the handlebar post, these can be moved up or down to the desired position. Ensure that the gear controls face upward and that the cables are not twisted. Lubricate the expander bolt every time you remove the handlebar post from the fork tube. On certain off-road bikes, the brake cable must be adjusted when the height of the handlebar post has been adjusted. Do not attempt to adjust the brake cable if the bike has low-profile brakes with a cable stop on the handlebar post.

### Handlebar stem

The handlebar stem has two locking bolts at its rear end, which clamp around the fork tube. Slacken the bolts and position the handlebar stem so that it is in line with the front wheel. Then retighten the locking bolts.

**IMPORTANT!** Do not adjust the upper compression bolt. This is set so as to eliminate bearing play. If it is overtightened, this could result in wear.

**NB!** On certain off-road bikes, the brake cable must be adjusted when the height of the handlebar post has been adjusted. Do not attempt to adjust the brake cable if the bike has low-profile brakes with a cable stop on the handlebar post.

	<p><b>Handlebar post with recessed bolt</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Handlebars</li> <li>2. Allen key, 6 mm</li> <li>3. Clamp bolt, Allen, handlebar post</li> </ol>
	<p><b>Handlebar stem</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Compression bolt</li> <li>5. Compression cap</li> <li>6. Nut with locking washer</li> <li>7. Handlebar stem bolts</li> <li>8. Handlebar stem</li> <li>9. Spacers</li> <li>10. Bearing seat</li> <li>11. Handlebar bearing</li> </ol>
	<p><b>Standard handlebar post</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>12. Handlebar post expander</li> <li>13. Clamp bolt</li> <li>14. Handlebar maximum height indicator</li> </ol>

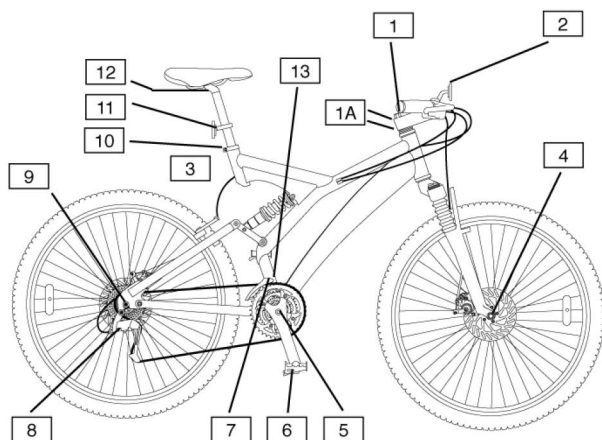
## The handlebar position

Position the handlebars so that you can easily reach the gear controls and brake levers. Attempt to find a sitting position where your hands rest lightly on the handlebar. If you put too much weight on the handlebar, this leads to strain on the wrists and forearms. Do not forget to tighten all screw joints after adjustment.

**NB!** NEVER RAISE THE HANDLEBAR POST OR SADDLE PILLAR ABOVE THE MAXIMUM HEIGHT INDICATOR.

## Adjustment of cotterless crankset

**IMPORTANT!** Check whether the bike's chain sprockets and crank arms are of the cotterless type. If this is the case, check that the nuts securing them to the crankset are properly tightened. We recommend that you check that the nuts are properly tightened once you have been using the bike for two weeks and then at three-monthly intervals.



1	Expander bolt, handlebar post	20 Nm
1A	Locking bolts for handlebar stem	20 Nm
2	Clamp bolt, handlebar stem	15 Nm
3	Mounting bolt for brakes (not disc brakes)	5 Nm
4	Front wheel axle nut	30 Nm
4	Front quick-release	5 Nm
5	Locking bolt for chain wheels	38 Nm
6	Pedal	40 Nm
7	Cable fixing bolt for front derailleurs	4 Nm
8	Cable fixing bolt for rear derailleurs	4 Nm
9	Rear wheel axle nut	30 Nm
9	Rear quick-release	5 Nm
10	Fixing bolt for saddle pillar	8 Nm
11	Fixing bolt for front and rear reflector	3 Nm
12	Saddle bolt	30 Nm

## BRAKES

**WARNING!** It is very important that you understand how the bike's brakes work. If you use the brakes incorrectly you could lose control of the bike and seriously injure yourself. Different bikes may behave in different ways when you brake, so it is important that you learn how the bike behaves in different situations and how hard you need to pull on the brake levers. Read the user instructions and practice cycling and braking. Contact the retailer if you require further information.

### Safe braking

1. Brake a bit earlier with the rear brake than with the front brake.
2. Never brake using the front brake when you are turning. It is particularly important that you bear this in mind when you are doing a tight turn or cycling on a loose surface.

### IMPORTANT!

- If you brake too hard with the front brake, you may brake so hard that you are thrown off the bike.
- The brakes are less effective in wet conditions. Cycle more slowly and brake earlier in wet conditions.
- Do not cycle if the brakes are not working correctly.

### Rim brakes

Check the brake adjustment and lubricate the brake springs and pivot regularly. Lubricate the exposed part of the cable to protect against corrosion. If it is difficult to brake, this is often because the cables are insufficiently lubricated. The brake cable must be disassembled for lubrication. We recommend that you have a bicycle mechanic lubricate the brake cables.

Replace the brake pads when necessary and when the wear indicator shows.

**NB!** In order for the brakes to be applied evenly, the wheels must not be warped, they must be correctly adjusted and the sides of the rim must be even and without any markings. The brake linings must be correctly adjusted to the sides of the rim. Contact the retailer if you are unsure about how to adjust the wheels or brakes. Protect the end of the cable with end caps so that the cable does not fray.

**IMPORTANT!** The brakes must not bind or remain in contact with the rim when you release the brake lever. If the brakes bind, check that the callipers, cables and brake levers are clean and lubricated. Take the bike to the retailer if the brakes bind despite these components being clean and lubricated.

## TYRE CARE AND WHEEL ADJUSTMENT

- In order for the bike's tyres to function well and last a long time, it is important that they are at the correct air pressure, which is indicated on the side of the tyre.
- Locking the brakes and skidding wear out the tyres.
- The tyres must not come into contact with oil, petrol, paraffin or other agents that dissolve rubber.
- Check that the wheels are not warped and that they are correctly aligned so that the side of the tyre does not come into contact with the frame or front fork.
- Check also that the tyres are not worn or have cracks. Ensure that the tyre tread has not been worn down and that there is no damage, cracks or uneven wear on the tyre. Replace a worn or damaged tyre immediately.
- If you cycle over sharp stones, holes in the road or onto kerbstones, the tyres may puncture.
- If the bike is to be stored away for a long period, we recommend that you remove the wheels to prevent them becoming warped.
- Pump up the tyres with a foot pump or hand pump with a suitable valve connection. Check the pressure with a manometer.
- Check regularly that the spokes are correctly tensioned. Check often if you cycle a lot on uneven roads.

## MAINTAINING THE RIMS

Most rims have a wear indicator in the form of a line along the side of the rim.

The rim should be replaced when this line is completely or partially worn off. It is then worn.

## MAINTAINING THE CHAIN

### Lubricating the chain

The chain should be lubricated regularly; use a suitable chain oil. Check that the chain does not knock when cycling, or is damaged. Always keep the chain oiled.

1. Lubricate the chain.
2. Pedal a few turns so that the oil comes in the links.
3. Wipe the chain with a cloth or sponge.

### Tension the chain

A chain that is not properly tensioned can be dangerous. If the chain can be moved more than 1 cm "up or down" it must be tensioned.

1. Undo the nuts on the back wheel and pull the back wheel backwards.
2. Tighten the nuts. Make sure the wheel is fitted straight.
3. Check that the wheel is properly tightened.