

Gut gepflegt ist halb gewonnen!

1. Bike waschen

Dein Bike ist meistens nach jedem Training und Wettkampf sehr verschmutzt. Wie dich selbst, sollst du auch das Bike nach jedem Fahren gründlich waschen – und zwar wie folgt: spraye dein Bike, vor allem den Antrieb, mit einem Fettlöser ein (z.B. Motorex «Motoclean 900»), und lasse es 15 Minuten einwirken. Danach solltest du das Bike mit einer Bürste und lauwarmen Wasser, in das du ein paar Spritzer Abwaschmittel gegeben hast, kräftig abschrubben. Anschliessend kannst du es mit dem Gartenschlauch oder ein paar Eimern kaltem Wasser abspritzen. Vermeide Hochdruckreiniger etc.



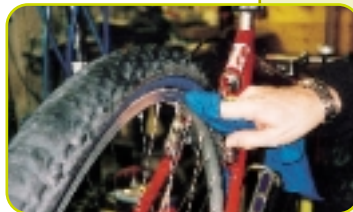
3. Federgabel

Da die Federgabel technisch immer komplizierter und schwieriger werden, solltest du diese beim ersten Service zum Fachhändler/Bike-Mech bringen. Er wird dir genau erklären, was du an der Federgabel selber machen kannst. Beachte, dass bestimmte Federgabeln je nach Fahrweise bis zu 4 Service pro Saison brauchen!

4. Felgen/Bremsen

Reinige die Felgen (falls du noch ohne Scheibenbremsen fährst) mit etwas Nitroverdünnler oder ähnlichem Fettlöser. und raue anschliessend die Bremsbeläge mit einer Feile etwas auf.

Falls dein Bike Scheibenbremsen hat, solltest du nicht zuviel daran machen. Und schon gar nie direkt nach einer Fahrt mit den Fingern berühren (sehr heiss!). Bei Problemen mit den Scheibenbremsen solltest du zum Fachhändler/Bike-Mech gehen.



5. Kontrolle allgemein

Kontrolliere einmal im Monat alle Schrauben am Bike. Ebenso solltest du nach der Bike-Reinigung die Schweissnähte auf Haarrisse untersuchen.

Lass bitte die Finger von der Schaltung! Diese richtig einzustellen erfordert sehr viel Wissen und Erfahrung! Bei Abnutzungserscheinungen oder Problemen damit, geh bitte zum Fachhändler/Bike-Mech. Er kann dich in allen Bike-Fragen und -Problemen fachmännisch beraten – und dir viel Mühe und Ärger ersparen!

Ich wünsche dir viel Vergnügen mit deinem Bike. Halte es stets sauber und gehe bei technischen Problemen zum Bike-Mech – dann wirst du eine reibungslose Saison erleben. Viel Spaß!

2. Antrieb/Kabel fetten

Sobald das Bike trocken ist, kannst du mit dem Fetten des Antriebes und der Kabel beginnen. Je nach dem wie dreckig die Ausfahrt war, musst du mehr oder weniger fetten. Zuerst die Kette: mit einem alten Tuch die Kette vom restlichen Wasser und Dreck befreien und mit einem guten Kettenöl (z.B. Finish-Line, Pedros etc.) einölen. Gib nur wenig Kettenöl auf die Kette, betätige die Pedalen und verteile das Öl auf den ganzen Antrieb.

Auch die Kabel sind nach einem Rennen stark verschmutzt. Schalte vorne auf den grössten (schwersten) Gang und hinten auch auf den grössten (leichtesten!)



Entlaste den rechten Schaltzug ohne die Kurbel zu drehen – und du kannst die Schaltkabelhülle einfach aus der Halterung nehmen. Gib etwas Kabelöl (z.B. Finish-Line «Krytech») auf das Schaltkabel und fahre mit der Schaltkabelhülle hin und her. Anschliessend kannst du die Schaltkabelhülle wieder einsetzen und die Kurbel drehen.

