

Profi Kurbelarmverkürzer - Bedienungs- und Montageanleitung

Der Kurbelarmverkürzer passt für die meisten Fahrräder, Hometrainer und Ergometer.
Im Kurbelarmverkürzer befinden sich zwei Pedalbohrungen (links und rechts) für die Pedale. Damit kann dieser universell auf beiden Seiten montiert werden.

Was Sie wissen müssen bevor Sie mit der Montage beginnen:

- ❖ Für die Montage eines Kurbelarmverkürzers benötigen sie folgenden Werkzeuge:
5er Inbusschlüssel, 15er Schraubenschlüssel
- ❖ Die Auslegung für Links und Rechts ist von der Sitzposition auf Ihrem Fahrrad aus betrachtet.
An der Rückseite des Kurbelarmverkürzers finden Sie neben einer Bohrung die Bezeichnung „L“ für das linke Pedal mit Linksgewinde. Die Bohrung ohne Bezeichnung ist für das rechte Pedal mit Rechtsgewinde vorgesehen.
Achtung: das Verwechseln der 2 Bohrungen kann zur Beschädigung des Gewindes führen.
- ❖ Sattelhöhe:
Die Sattelhöhe hat einen großen Einfluss auf die Knie- und Hüftbeugung:
Je höher der Sattel eingestellt wird, desto weniger muss im Kniegelenk gebeugt werden.

Montage und Einstellung:

1. Schrauben sie das Pedal aus dem Kurbelarm. Schrauben sie das linke Pedal in die Bohrung mit der **L**-Markierung und befestigen es mit dem 15er Schlüssel gegen den Uhrzeigersinn, oder das rechte Pedal in die Bohrung **ohne** Markierung und drehen es **im Uhrzeigersinn** fest. (Abb.1)

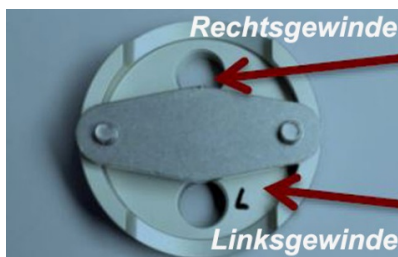


Abb. 1



Abb.2+3

2. Schieben sie den Kurbelarmverkürzer auf den Kurbelarm (**max. 40 mm breit**) und befestigen ihn mit dem Klemmteil und den zwei M6 Schrauben handfest an der Kurbel.
 - Soll die Kurbel stark verkürzt werden, dann montieren sie den Kurbelverkürzer so, dass das Pedal an der zur Achse näheren Bohrung eingeschraubt werden kann. (Abb.2)
 - Soll die Verkürzung geringer ausfallen, dann montieren sie den Kurbelverkürzer so, dass das entsprechende Pedal in die äußere Bohrung eingeschraubt werden kann. (Abb.3)
3. Justieren sie den Kurbelarmverkürzer auf dem Kurbelarm so, dass sie die optimale Position für ihre Kniebeweglichkeit einnehmen können und ziehen anschließend die zwei Schrauben mit dem 5er Inbusschlüssel **gleichmäßig** fest.

Achtung: Bei gekrümmten Kurbeln darf der Kurbelverkürzer nur im geraden Bereich montiert werden, also dort, wo die Kurbel parallel zum Rahmen verläuft.

Sollte dieser Teil zu kurz sein, müsste zusätzlich ein gerader Kurbelarm bestellt werden.

Wichtiger Hinweis: Da es sich um eine Klemmbefestigung, aber nicht um eine Verschraubung an der Kurbel handelt, sollte bzw. darf das Pedal auf der Seite des montierten Kurbelarmverkürzers nicht mit dem ganzen Körpergewicht belastet werden.

Also steigen sie immer zuerst mit dem gesunden Bein auf das Pedal ohne Kurbelarmverkürzer auf, bzw. vermeiden das stehende Fahren, im sogenannten Wiegetritt.