

Demontage der bestehenden (starr)en Trekkurbeln von der Ergometer-Tretachse

- Abschrauben der Pedale von den Trekkurbeln mit Gabelschlüssel SW15; hierbei linkes Pedal im Uhrzeigersinn und rechtes Pedal gegen den Uhrzeigersinn abschrauben;
- Abnehmen oder Abschrauben der Abdeckkappe an der Kurbel (falls vorhanden);
- Lösen und Herausdrehen der Befestigungsschraube aus der Tretachse **Bild 1+2**;
- Abziehen der Trekkurbel von der Tretachse mit geeigneter Abziehvorrichtung (Shimano **Bild 3** oder Schraube M12); hierbei Bedienungsanleitung des Ergometerhersteller beachten oder Rad-Fachwerkstatt befragen).



Bild 1: starre Trekkurbel



Bild 2: Mutter lösen



Bild 3: Abziehvorrichtung



Bild 4: konische Vierkantachse

Montage der VARIOKURBEL

- Aufsetzen der Achsadapter auf die Tretachse unter Berücksichtigung der Kurbelausrichtung - linke Seite in entgegen gesetzter Richtung wie rechts und mit der Mutter festziehen (nur auf genormte, konische Vierkantachse möglich, andere Achsen auf Anfrage erhältlich) **Bild 4+5**;
- Aufsetzen der Trekkurbel mit der Längenskalierung zur Markierung am Achsadapter, dabei linke und rechte Kurbel beachten (siehe Beschriftung auf Skalierung); **Bild 6+7**
- Schraube M8x16 mit Federscheibe direkt in Achsadapter einschrauben (Schraubengewinde vorher einfetten). Sollte die Kurbel mit dem Ergometergehäuse kollidieren, dann benötigen Sie die Variokurbel für breite Spur. Bitte Anfragen.
- Schraube mit Spannschlüssel zunächst fest anziehen bis die Kurbel fixiert ist (Adapterkonus setzt sich anfänglich etwas) **Bild 7**;
- Originalpedale nun in die Variokurbel einschrauben und mit Gabelschlüssel SW15 festziehen; **Achtung:** hierbei rechtes Pedal nur in rechte Kurbel und linkes Pedal nur in linke Kurbel einschrauben; dabei Rechts-, Linksgewinde beachten!
- Um die Variokurbel zu demontieren, ist in umgekehrter Reihenfolge vorzugehen; die Achsadapter können mit einer M12-Schraube oder mit einem Abziehwerkzeug **Bild 8** entfernt werden.



Bild 5: Achsadapter aufsetzen



Bild 6: Kurbelarm positionieren



Bild 7: Schraube anziehen



Bild 8: Achsadapter abziehen

Bedienungsanleitung zur Verstellung der Kurbellänge

- Lösen der Spannschraube (1/2 bis eine Umdrehung) mit dem mitgelieferten Spannschlüssel **Bild 7**;
- Verschieben der Kurbel auf dem Achsadapter bis zur gewünschten Kurbellänge (Skalierung);
- Spannschraube mit dem Spannschlüssel **fest anziehen!**
- vor Trainingsbeginn generell beide Kurbeln auf die richtige Kurbellänge und einwandfreie Befestigung der Spannschrauben kontrollieren.