

## СОДЕРЖАНИЕ

Глава 1. УСТРОЙСТВО ВЕЛОСИПЕДА.....	2	Б. Установка переднего колеса.....	14
Глава 2. ПЕРЕД ТЕМ КАК ЕХАТЬ.....	4	В. Снятие заднего колеса.....	15
А) НАСТРОЙКА ВЕЛОСИПЕДА.....	4	Г. Установка заднего колеса.....	15
Б) БЕЗОПАСНОСТЬ В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ.....	4	Б) ЭКСЦЕНТРИКОВЫЙ ЗАЖИМ ПОДСЕДЕЛЬНОГО ШТЫРЯ.....	17
В) МЕХАНИЧЕСКАЯ ПРОВЕРКА БЕЗОПАСНОСТИ.....	4	1. РЕГУЛИРОВКА РЕЖИМА ПОДСЕДЕЛЬНОГО ШТЫРЯ.....	17.
Г) НЕКОТОРЫЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРИГОТОВЛЕНИЯ.....	5	В) ТОРМОЗА.....	17
Д) ПЕРВАЯ ПОЕЗДКА.....	5	1. КАК РАБОТАЮТ ТОРМОЗА.....	18.
Глава 3. БЕЗОПАСНОСТЬ.....	6	Г) ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ ПЕРЕДАЧ.....	19
А) ОСНОВЫ.....	6	1. ОТКРЫТАЯ СИСТЕМА ПЕРЕКЛЮЧЕНИЯ.....	19
Б) БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ.....	7	А) Как происходит переключение?.....	19
В) ОСОБЕННОСТИ ВНЕДОРОЖНОГО КАТАНИЯ.....	8	Б) Переключение заднего переключателя.....	20
Г) КАТАНИЕ В СЫРУЮ ПОГОДУ.....	8	В) Переключение переднего переключателя.....	20
Д) КАТАНИЕ В ТЕМНОЕ ВРЕМЯ СУТОК.....	9	Г) На какой передаче мне следует ехать?.....	20
Е) СКОРОСТНОЙ СПУСК (ДАУНХИЛЛ) И УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ.....	9	Д) Передаточные числа – на какой я передаче?.....	21
Ж) ЭФФЕКТИВНАЯ ТЕХНИКА КАТАНИЯ.....	9	Д) ПЕДАЛИ.....	21
З) ЗАМЕНА КОМПОНЕНТОВ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АКСЕССУАРОВ.....	10	Е) ВЕЛОСИПЕДНАЯ ПОДВЕСКА.....	22
Глава 4. ПОДБОР РОСТОВКИ И НАСТРОЙКА ВЕЛОСИПЕДА ПО РАЗМЕРУ.....	10	Ж) УХОД ЗА ЗАДНЕЙ ПОДВЕСКОЙ КОНА.....	23
А) ВЫСОТА СТЕНДОВЕРА.....	11	З) НАСТРОЙКА ЗАДНЕЙ ПОДВЕСКИ.....	23
Б) ПОДБОР РОСТОВКИ КОНА.....	11	И) НАСТРОЙКА ПЕРЕДНЕЙ ПОДВЕСКИ.....	26
В) ПОЛОЖЕНИЕ СЕДЛА.....	11	К) ПОКРЫШКИ И КАМЕРЫ.....	26
1. РЕГУЛИРОВКА ПО ВЫСОТЕ.....	12	1. ПОКРЫШКИ.....	26
2. РЕГУЛИРОВКА ПРОДОЛЬНОГО СМЕЩЕНИЯ.....	12	2. ТИПЫ ВЕНТИЛЕЙ.....	27
3. РЕГУЛИРОВКА ПО УГЛУ НАКЛОНА.....	12	Глава 6. СЕРВИСНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ.....	28
Г) ВЫСОТА И УГОЛ НАКЛОНА РУЛЯ.....	13	А) ИНТЕРВАЛЫ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ.....	28
Д) НАСТРОЙКА РУЧЕК КОНТРОЛЯ.....	13	Б) КАК ДОБРАТЬСЯ ДО ДОМА, ЕСЛИ ЧТО-ТО СЛОМАЕТСЯ.....	30
Глава 5. ТЕХНИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ.....	13	В) ЕСЛИ ВЫ УПАЛИ.....	31
А) КОЛЕСА.....	13	Глава 7. ЭКИПИРОВКА И АКСЕССУАРЫ.....	31
1. ЭКСЦЕНТРИКОВЫЕ СТЯЖКИ КОЛЕС.....	13	Глава 9. ГАРАНТИЙНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА.....	32
2. СНЯТИЕ И УСТАНОВКА КОЛЕС С ЭКСЦЕНТРИКОВЫМИ СТЯЖКАМИ.....	14		
А. Снятие переднего колеса.....	14		

## Руководство пользователя KONA.

Спасибо, что Вы купили велосипед KONA! Велосипед является замечательным средством передвижения и развлечения. Мы надеемся, что Вы будете ездить на нем часто, он будет Вам полезен, и Вы получите массу удовольствия от катания. Данное руководство содержит важную информацию о мерах безопасности, эксплуатации, текущему уходу и техническому обслуживанию Вашего велосипеда.

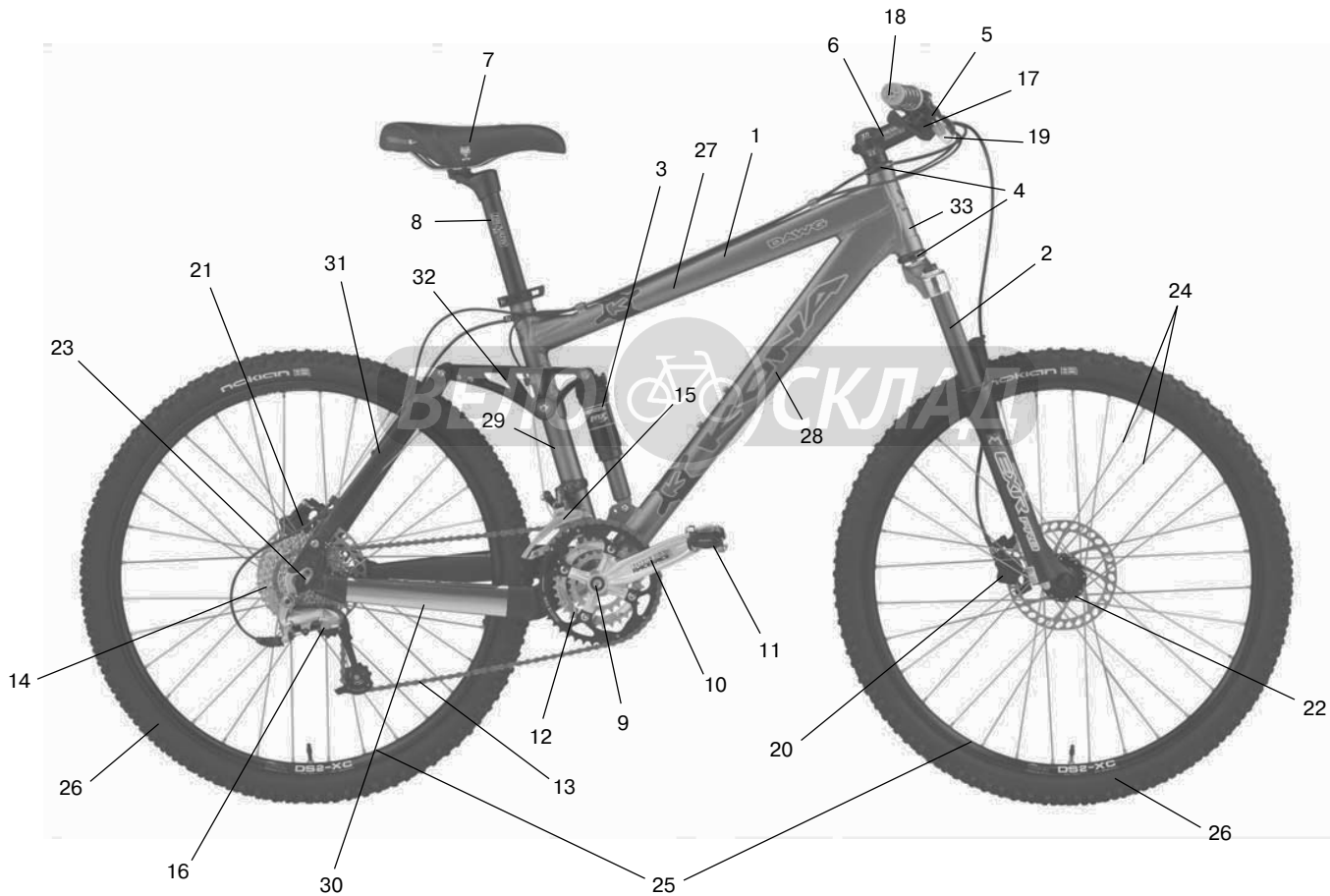
### Почему Вам следует прочесть это руководство?

Руководство было составлено, чтобы помочь Вам добиться максимального комфорта, удовольствия и безопасности во время катания на Вашем новом велосипеде. Очень важно, чтобы Вы ознакомились с велосипедом, его особенностями и функциями, тогда Вы сможете с первой же поездки получать максимум удовольствия при максимальной безопасности. Прочитав руководство перед первой поездкой, Вы узнаете, как использовать Ваш новый велосипед на все сто процентов!

Компания Kona была основана в 1988-м году группой велосипедистов, решивших посвятить себя производству велосипедов высочайшего качества, основываясь на своем многолетнем опыте в велосипедном спорте и бизнесе. Головной офис Kona расположен на северо-западном тихоокеанском побережье на границе США и Канады – в районе, который идеально подходит для разработки и тестирования надежных велосипедов, обладающих превосходными качествами. Дизайнерская Группа Kona, входящая в состав нашей компании, отвечает за ежедневное тестирование новых рам и компонентов достойных стать частью наших велосипедов. Мы верим в постоянное совершенствование наших велосипедов и их комплектующих и всегда рады вашим комментариям и отзывам. Мы верим, что предоставление хорошего сервиса нашим клиентам так же важно, как и разработка и производство хороших велосипедов. Наша цель – сделать так, чтобы катание приносило Вам удовольствие, и было максимально безопасным.

## ГЛАВА 1. УСТРОЙСТВО ВЕЛОСИПЕДА

1. Рама
2. Вилка
3. Задний амортизатор (на двухподвесочных велосипедах)
4. Рулевая колонка
5. Руль
6. Вынос руля
7. Седло
8. Подседельный штырь
9. Каретка (внутри)
10. Шатуны
11. Педали
12. Ведущие звезды
13. Цепь
14. Кассета
15. Передний переключатель / цепегаситель
16. Задний переключатель
17. Манетки
18. Рукоятки
19. Тормозные ручки
20. Передний тормоз
21. Задний тормоз
22. Передняя втулка
23. Задняя втулка
24. Спицы
25. Обода
26. Покрышки
27. Верхняя труба
28. Нижняя труба
29. Подседельная труба
30. Задние нижние перья
31. Задние верхние перья
32. Коромысло (на двухподвесочных велосипедах)
33. Рулевая труба



## ГЛАВА 2. ПЕРЕД ТЕМ КАК ЕХАТЬ

**▲ ПРИМЕЧАНИЕ:** Прочитайте это руководство полностью перед тем, как впервые сесть на Ваш новый велосипед и храните его в доступном месте для последующих обращений. Если какие-то вещи останутся непонятными, обратитесь за разъяснениями в магазин, где вы купили велосипед.

### А) НАСТРОЙКА ВЕЛОСИПЕДА

1. Подходит ли Вам велосипед по ростовке? Чтобы проверить посмотрите главу 3, раздел А. Если велосипед Вам слишком мал или велик, Вам может быть неудобно кататься, Вы можете потерять контроль и упасть. Попросите Вашего дилера поменять велосипед на подходящий до того, как Вы на нем поедете.
2. Находится ли седло на правильной высоте? Чтобы проверить посмотрите главу 3, раздел Б. Если Вы изменяете высоту седла убедитесь, что подседельный штырь не высовывается из рамы больше допустимого предела (подробнее в разделе В главы 3).
3. Надежно ли затянуты седло и подседельный штырь? Правильно затянутое седло не будет перемещаться ни в одном из возможных направлений (глава 3, раздел В).
4. Находятся ли вынос руля и руль на удобной для вас высоте? Если нет посмотрите что можно изменить в главе 3, разделе Г.
5. Удобно ли Вам управлять тормозами? Если нет, то, возможно, Вы можете изменить угол наклона тормозных ручек и расстояние от них до руля (глава 3, раздел Д).
6. Понимаете ли Вы полностью, как работают все системы Вашего велосипеда? Если Вы в чем-то сомневаетесь, обратитесь к Вашему дилеру за разъяснениями, перед тем как сесть на велосипед и поехать.

### Б) БЕЗОПАСНОСТЬ В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ!

1. Всегда надевайте шлем и следуйте инструкциям его производителя по уходу за ним.

2. Установлено ли на Вашем велосипеде все необходимое и рекомендуемое навесное оборудование, обеспечивающее безопасность? Проверьте в главе 2.

3. Умеете ли вы правильно пользоваться эксцентриковыми стяжками колес? Прочитайте главу 4, раздел А-1. Катание с неправильно затянутыми эксцентриками, может быть опасно из-за биения колеса, и возможности вообще потерять его.

4. Если Ваш велосипед комплектуется педалями с туклипсами или контактными педалями, убедитесь, что вы знаете, как они работают (см. главу 4, раздел Д). Для использования этих педалей необходимы специальные навыки.

5. Оснащен ли Ваш велосипед амортизаторами? Если да, то см главу 4, раздел Е. Следуйте инструкциям и рекомендациям производителей по уходу, настройке и регулировке амортизационных вилок и задних амортизаторов.

6. Не задеваете ли Вы при повороте руля педалью или ногой за переднее колесо? Такое бывает, особенно на рамах маленьких размеров (глава 4, раздел Д-1).

### В) МЕХАНИЧЕСКАЯ ПРОВЕРКА БЕЗОПАСНОСТИ

**Возьмите за правило проверять состояние Вашего велосипеда перед каждой поездкой.**

**Гайки болты, застёжки:** Убедитесь, что ничего на велосипеде не болтается. Сделать это очень просто – поднимите переднее колесо от земли на 5-10 см и отпустите велосипед вниз. Если что-то болтается, то Вы это либо почувствуете, либо увидите, либо услышите. Проверьте все ли комплектующие и аксессуары надёжно закреплены. Если Вы сомневаетесь, попросите проверить кого-нибудь более опытного.

**Покрышки и колеса:** Убедитесь, что покрышки правильно накачаны. Для проверки используйте манометр, либо следующий метод: поставьте одну руку на седло, другую на вынос руля и надавите на велосипед сверху. Посмотрите на то, как деформируются покрышки и сравните с тем, как это выглядит, когда Вы знаете, что давление

в покрышках правильное. В случае необходимости – подкачайте или спустите колеса. В хорошем ли состоянии покрышки? Проверните каждое колесо медленно, обращая внимание на протектор и боковины. Если там имеются трещины или другие повреждения, то покрышки необходимо заменить. «Прямые» ли колеса? Проверните каждое колесо и убедитесь в отсутствии бокового и вертикального биения. Если колесо бьет в сторону даже незначительно или тем более обод задевает за тормозные колодки, отвезите велосипед в квалифицированную мастерскую для исправления колес.

**▲ ВНИМАНИЕ!** над седой равниной моря гордо реет бури вестник должны быть «прямыми». Правка колес – непростая операция, требующая специальных навыков и инструмента. Не пытайтесь самостоятельно править колеса, если у Вас нет необходимых знаний, опыта и инструмента.

**Тормоза:** Проверьте правильно ли работают тормоза (Глава 4, раздел В). Сожмите тормозные ручки. Закреплены ли механизмы быстрого снятия? Хорошо ли зафиксированы троса и рубашки? Достигают ли колодки поверхности обода при сжатии ручки до половины? Можете ли Вы приложить максимальное тормозное усилие без касания тормозных ручек руля? Если нет, то Ваши тормоза необходимо отрегулировать. Не ездите на велосипеде с неправильно настроенными тормозами.

**Эксцентрикые зажимы:** Убедитесь что эксцентрикые зажимы переднего и заднего колеса, а также подседельного штыря надежно затянуты и находятся в положении «Закрыто» (глава 4, раздел А).

**Руль и седло:** Убедитесь, что седло и вынос руля находятся в основной плоскости велосипеда и что они надежно закреплены в этом положении. Если нет, их необходимо выровнять и закрепить.

**Руль:** Убедитесь, что грипсы надежно держатся на руле, и что они в хорошем состоянии. Если нет, замените их. Убедитесь, что торцы руля закрыты заглушками. Если нет, вставьте заглушки перед тем, как поехать кататься. Если на руле установлены насадки («рога»), то проверьте, надежно ли они закреплены.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Свободно вращающиеся или поврежденные грипсы могут привести к потере управления и падению. Не закрытые заглушками торцы руля имеют очень острые грани и могут привести к серьезной травме даже при не очень опасном падении.

## Г) НЕКОТОРЫЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Возьмите с собой хороший ручной насос, ремкомплект для резины и запасную камеру. Научитесь, как починить проколотое колесо. Более полная информация имеется в главе 5, разделе Б-1. Пройдите курс обучения по текущему ремонту и уходу за велосипедами, или внимательно прочтите хорошее руководство, рекомендованное Вашим дилером KONA. Приятная поездка может быть сильно испорчена длительной прогулкой до дома со сломанным велосипедом.
- Возьмите полную фляжку воды и еду в количестве, адекватном предполагаемой длине Вашей поездки. Ваше тело - двигатель. Нет топлива, нет движения.
- Надевайте удобную велосипедную одежду! Пара хороших шорт, перчаток и очков заметно облегчит длительные или короткие поездки, а также будет изнашиваться меньше. Более полная информация имеется в главе 6, раздел А.
- Настройтесь на позитивный лад! Вы не ездите на велосипеде потому что куда-то спешите. Катайтесь в желаемом темпе и в соответствии с Вашей физической подготовкой. Встречайтесь с другими велосипедистами и учитесь различным техникам катания. Это поможет Вам более эффективно использовать Вашу энергию.

## Д) ПЕРВАЯ ПОЕЗДКА

Первую поездку на Вашем новом велосипеде старайтесь совершить в спокойном месте, вдали от автомобилей, других велосипедистов, различных препятствий и прочих угрожающих факторов. Езжайте осторожно чтобы ознакомиться с особенностями управ-

ления и поведения в движении, а также различными возможностями вашего велосипеда.

Попробуйте как работают **тормоза** на велосипеде. Протестируйте их работу на небольшой скорости, смещая при этом вес тела назад и постепенно увеличивая тормозное усилие на ручках. В первую очередь нужно пользоваться задним тормозом. Помните что резкое или чрезмерное нажатие на рычаг переднего тормоза, может привести к блокировке переднего колеса и падению через руль. Блокировка заднего колеса в свою очередь чревата заносом задней части велосипеда, что также может привести к потере управления и падению.

Если Ваш велосипед оснащен **туклипсами** или **контактными педалями**, попрактикуйтесь в застегивании и отстегивании из них.

Если Ваш велосипед оборудован передней или задней **подвеской**, ознакомьтесь с тем, как подвески реагируют на работу тормозов, а также на смещение веса Вашего тела вперед или назад.

Поупражняйтесь в **переключении скоростей**.

**Запомните**, что переключать скорости можно, только если вы крутите педали вперед.

**Запрещается** переключать передачи, если Вы крутите, педали назад или вообще не крутите их. Так же избегайте переключения скоростей во время сильной нагрузки на педали. Все это может привести к застреванию цепи между звездами, разрыву цепи, поломке заднего переключателя и вызвать серьёзные повреждения велосипеда.

Посмотрите как велосипед управляется и реагирует на Ваши движения, посмотрите насколько он Вам удобен.

**Если у Вас возникнут какие-либо вопросы, или Вам что то покажется не таким как должно быть – обратитесь в магазин где вы приобретали велосипед за помощью.**

## ГЛАВА 3. БЕЗОПАСНОСТЬ

### А) ОСНОВЫ

1. При катании всегда надевайте велосипедный шлем (рис.2), который соответствует последним сертификационным стандартам, и следуйте инструкции по использованию и уходу за ним. Большая часть серьезных травм велосипедистов это травмы головы, которых можно избежать, если пользоваться шлемом.



Рис. 2

**▲ ВНИМАНИЕ:** Езда на велосипеде без шлема может привести к травмам.

2. Каждый раз перед поездкой на велосипеде проверяйте его механическое состояние (раздел 1.В).
3. Ознакомьтесь с основными системами управления велосипедом: тормоза (см. Пункт 4.В), педали (см. Пункт 4.Д), переключение скоростей (см. Пункт 4.Г).
4. Остерегайтесь попадания каких-либо посторонних предметов или одежды во вращающиеся детали велосипеда - передние звезды, шатунную систему, цепь, педали, а также в колеса.
5. Экипировка:
  - Обувь должна хорошо фиксироваться на ноге и на педали. Никогда не катайтесь на велосипеде босиком или в сандалиях.
  - Одежда предпочтительно должна быть яркой и броской, чтобы Вас могли заранее заметить водители проезжающих рядом машин, а также не слишком свободной, чтобы не цепляться за деревья и предметы мимо которых Вы едете.
  - Специальные солнцезащитные очки для велосипедиста тоже не будут лишними – ведь это защита не только от солнца, но и от пыли и насекомых.

**6.** Следует помнить, что прыжки на велосипеде увеличивают риск поломки велосипеда, а также риск получения травм.

**7.** Скорость катания должна соответствовать погодным и природным условиям. Чем выше скорость, тем больше риск.

## **Б) БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ**

**1.** Прежде всего, необходимо изучить все законы, постановления и правила, относящиеся к езде на велосипеде и соблюдению техники безопасности велосипедистов в Вашем городе. В частности, Правила Дорожного Движения.

**2.** Вы не один на дороге – есть еще и пешеходы, другие велосипедисты, автомобилисты и т.д. Уважайте их права.

**3.** Будьте внимательны. Учитывайте тот факт, что Вас могут не заметить.

**4.** Смотрите вперед и будьте готовы к неожиданным препятствиям на Вашем пути, таким как:

- Автомобили, резко тормозящие или поворачивающие, выезжающие на дорогу, а также подъезжающие сзади.
- Открывающиеся двери припаркованных у обочины машин.
- Пешеходы, которые, к примеру, просто Вас не заметили.
- Дети и домашние животные, выбегающие перед Вами на дорогу.
- Различного рода ямы, канализационные люки и решетки, рельсы, ограждения и препятствия, которые в результате могут привести к поломке велосипеда и падению.
- Многие другие неприятности, которые могут попасться при езде на велосипеде.

**5.** Для катания желательно пользоваться специальными велосипедными дорожками, в их отсутствие – проезжей частью, но как можно ближе к краю.

**6.** Не забывайте соблюдать Правила Дорожного Движения – останавливайтесь на знак «Стоп», следуйте сигналам светофора, и т.д.

Помните, что вы такой же участник движения, как и автомобилисты, но в случае столкновения пострадаете больше Вы. Поэтому будьте готовы уступить дорогу, даже если преимущество у Вас.

**7.** Показывайте свое намерение повернуть рукой, согласно Правилам дорожного движения.

**8.** Никогда не катайтесь по дороге в наушниках. Во-первых, Вы можете просто не услышать автомобильных сигналов и сирен. Во-вторых, провода могут запутаться в движущихся частях велосипеда, и Вы потеряете управление.

**9.** Велосипедисту запрещается перевозить пассажиров, кроме ребенка в возрасте до 7 лет на дополнительном сиденье, оборудованном надежными подножками (ст. 24.3. ПДД РФ).

**10.** Водителю велосипеда запрещается перевозить груз, который выступает более чем на 0,5 м по длине или ширине за габариты, или груз, мешающий управлению (ст. 24.3. ПДД РФ).

**11.** Никогда не пытайтесь кататься, зацепившись за какой-то движущийся объект.

**12.** Помните, что прыжки на велосипеде увеличивают риск поломки велосипеда, а также риск получения травм.

**13.** Не совершайте на дороге действий, которые могут привести к заблуждению других участников движения, к примеру, перестроение из ряда в ряд. Согласно ПДД РФ Вы должны двигаться только по крайней правой полосе в один ряд возможно правее. Допускается движение по обочине, если это не создает помех пешеходам.

**14.** Уступайте дорогу другим участникам движения, там, где это положено.

**15.** Запрещается езда на велосипеде в состоянии опьянения (алкогольного, наркотического или иного), под воздействием

лекарственных препаратов, ухудшающих реакцию и внимание, в болезненном или утомленном состоянии, ставящем под угрозу безопасность движения.

**16.** По возможности избегайте поездок на велосипеде в плохую погоду, при недостаточной видимости, в тумане и в темное время суток, так как любое из этих условий увеличивает риск аварии.

**17.** Удовольствие от езды на велосипеде огромное, однако, не стоит забывать обо всех выше перечисленных предосторожностях, о соблюдении законов, и просто о здравом смысле.

## **В) ОСОБЕННОСТИ ВНЕДОРОЖНОГО КАТАНИЯ**

- 1.** Специфические особенности условий внедорожного катания требуют большого внимания и определенных навыков. Начинать кататься на простых участках и постепенно усложняйте катание.
- 2.** В зависимости от вида катания, который Вы практикуете, рекомендуется дополнительная защита, помимо шлема и перчаток.
- 3.** Не катайтесь в одиночку вдалеке от населенных мест. Даже если Вы уезжаете не одни, сообщите кому нибудь, куда Вы едете.
- 4.** Не выполняйте сложных трюков, в которых Вы не уверены. Они могут привести к падению и к повреждению велосипеда.
- 5.** Будьте всегда на чеку. Если что-то пойдет не так, помощь может быть далеко.

Внедорожное катание подразумевает катание по маршруту, на котором отсутствует асфальт, а также имеются различные неровности в виде камней, корней, ям. Для внедорожного катания подходят различные типы горных велосипедов, но не подходят велосипеды серии асфальт.

Велосипеды серий «Кросс-кантри» и «Бэк-кантри» не предназначены для экстремального катания и прыжков. В случае поломки рамы или оборудования велосипедов этих серий при использовании не по назначению гарантийный сервис не предоставляется.

## **Г) КАТАНИЕ В СЫРУЮ ПОГОДУ**

**▲ ВНИМАНИЕ:** В сырую погоду ухудшается видимость, сцепление с дорогой и торможение, как для велосипедиста, так и для других участников движения. В подобных условиях резко увеличивается риск попадания в аварию.

На мокрой дороге качество торможения, а также сцепление колес с покрытием очень сильно снижаются. В результате Вам сложнее контролировать скорость и проще потерять управление. Чтобы быть уверенным, что Вы сможете вовремя затормозить и остановиться в подобных условиях, следует, во-первых, медленнее ехать, а во-вторых, тормозить заранее и более плавно, чем в сухую погоду.

## **Д) КАТАНИЕ В ТЕМНОЕ ВРЕМЯ СУТОК**

Катание в условиях недостаточной видимости во много раз опаснее, чем днем. Прежде всего, потому что велосипедиста становится очень трудно заметить, как пешеходам, так и автомобилистам.

**▲ ВНИМАНИЕ:** Езда на велосипеде в темное время суток и в других условиях плохой видимости без осветительной системы и без светоотражателей опасна для жизни и здоровья.

Рекомендуется устанавливать на велосипед катафоты, так как они специально разработаны, чтобы ловить и отражать уличный свет, а также свет от автомобильных фар, что поможет другим участникам движения вовремя заметить Вас.

**▲ ВНИМАНИЕ:** Периодически проверяйте светоотражатели и их крепления – убедитесь, что катафоты чистые, не разбиты, правильно направлены и хорошо закреплены. Не снимайте передние и задние светоотражатели, так как они являются важной составляющей системы безопасности велосипеда.



Если Вам необходимо выехать на велосипеде в условиях недостаточной видимости, то мы настоятельно рекомендуем Вам следовать следующим предосторожностям:

- Убедитесь, что осветительная система и катафоты функционируют нормально.
- Одежда желательно должна быть светлой и яркой, по возможности с различными светоотражающими элементами. По большому счету, любой светоотражающий элемент или мигающий источник света поможет привлечь к Вам внимание и сделать Вас более заметными для других участников движения.
- Убедитесь, что Ваша одежда и груз не закрывают катафоты или осветительную систему велосипеда.
- При катании в темноте старайтесь ехать медленно, избегайте неосвещенных участков и дорог с оживленным движением. По возможности используйте знакомый маршрут.

## Е) СКОРОСТНОЙ СПУСК (ДАУНХИЛЛ) И УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ

На трассе скоростного спуска скорость велосипеда может сравниться со скоростью мотоцикла, соответственно возрастают и риски. Обязательно проверьте состояние всего велосипеда и любого дополнительного оборудования сами, а еще лучше доверьте это квалифицированному веломеханику. Вы должны быть абсолютно уверены в безупречной функциональности и безопасности велосипеда. Консультируйтесь с опытными гонщиками по вопросу состояния велосипеда и необходимой защиты для тех условий, в которых Вы собираетесь кататься. Для скоростного спуска обязательными атрибутами являются шлем с защитой челюсти (Full-face), комплект защиты (защита торса, налокотники и наколенники) и велосипедные перчатки.

**▲ ВНИМАНИЕ:** Скоростной спуск и участие в соревнованиях могут привести к серьезным травмам. Поэтому нужно быть уверенным в безупречном состоянии велосипеда, а также обязательно использовать необходимый комплект защиты.

## Ж) ЭФФЕКТИВНАЯ ТЕХНИКА КАТАНИЯ

Опытные велосипедисты выглядят спокойными и расслабленными, они крутят педали плавно и легко, используя свою энергию без лишних затрат. И шоссейные, и маунтин-байк гонщики должны стараться не напрягать верхнюю часть своего тела, за исключением тех моментов, когда стоишь на педалях, чтобы подняться вверх по склону. Катаясь спокойно и плавно, у Вас будет больше энергии и лучший контроль над велосипедом.

Прежде всего, нужно правильно подобрать и настроить под себя велосипед. В главе 3 можно найти более детальную информацию по этому вопросу. После этого Вы сможете начать учиться правильному и наиболее эффективному вращению педалей (педалированию). Если у Вас слишком высокий темп, а передача слишком низкая (легкая), то Вы будете тратить энергию без эффективного движения вперед. Если же, наоборот, темп очень низкий, а передача слишком высокая (тяжелая), то Вы потратите весь запас энергии за очень короткое время, и при этом потенциально рискуете повредить колени и мышцы на ногах.

Большинству велосипедистов идеально подходит темп педалированию в районе 90 оборотов в минуту, однако, он может быть и ниже – до 75 оборотов в минуту. Если Вы начинаете кататься на велосипеде без контактных педалей или хотя бы туклипсов, то будет несколько тяжелее достичь этого темпа. По мере того, как Вы начнете пользоваться этими высокоэффективными приспособлениями, скорость вращения и темп сами по себе увеличатся. Концентрируйтесь на круговых движениях педалей, а не на давлении вниз. Эффективная езда происходит при полном круговом обороте педали. Правильный оборот педали можно для удобства сравнить с циферблатом: с 11:00 до 1:00 дави вперед, с 1:00 до 5:00 дави вниз, с 5:00 до 8:00 дави назад. Нет никакой необходимости тянуть вверх педаль, просто разгрузите ее, и позвольте другой ноге вернуть педаль к началу кругового цикла.

Следуя этим советам, Вы сможете научиться базовой грамотной технике катания, и будете чувствовать себя, как будто родились на велосипеде. Также полезно наблюдать за катанием опытных рай-

дерев, изучать их стиль езды. Обычно у самых сильных райдеров самая ровная и эффективная техника езды.

### 3) ЗАМЕНА КОМПОНЕНТОВ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АКСЕССУАРОВ

Существует огромное количество компонентов и аксессуаров, которые могут повысить комфорт, а также улучшить внешний вид и характеристики Вашего велосипеда. Однако если Вы меняете детали велосипеда или добавляете какие-либо аксессуары, Вы это делаете на свой риск. Производитель велосипеда мог не протестировать совместимость, надежность и безопасность этой детали для Вашего велосипеда. Прежде чем устанавливать какую-либо деталь, включая покрышки другой размерности, убедитесь, что она совместима с велосипедом, проконсультировавшись с продавцами в Вашем веломагазине. Прочтите, и полностью следуйте инструкции по установке и применению новой используемой детали.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Несовместимость или неправильная установка нового компонента или аксессуара, может привести к падению и травмам.

**▲ ВНИМАНИЕ:** Замена деталей велосипеда может повлечь за собой отмену гарантии. Прежде чем менять какую-либо деталь проверьте условия гарантии на велосипед и проконсультируйтесь у Вашего дилера.

## ГЛАВА 4. ПОДБОР РОСТОВКИ И НАСТРОЙКА ВЕЛОСИПЕДА ПО РАЗМЕРУ

**▲ ПРИМЕЧАНИЕ:** Правильный подбор и настройка велосипеда по размеру является одним из важных условий для достижения максимального уровня безопасности, комфорта и удобства управления. Для того чтобы грамотно произвести все необходимые настройки требуется опыт, специальные навыки и инструмент. Попросите продавцов и механиков

### Вашего веломагазина помочь Вам с этим.

Убедитесь, что велосипед Вам подходит по размеру. Слишком большим или слишком маленьким велосипедом трудно управлять и он может быть не удобен.

**▲ ВНИМАНИЕ:** Если велосипед не настроен правильно или не подходит Вам по размеру, Вы можете потерять управление и упасть.

### А) ВЫСОТА СТЕНДОВЕРА

Первая проверка правильности ростовки велосипеда – высота «стендовера». Это расстояние от земли до середины верхней поверхности верхней трубы (Рис. 3). Если, стоя над верхней трубой в обуви, в которой Вы собираетесь кататься, Вы не можете энергично попрыгать на пятках, не задевая при этом верхнюю трубу, то велосипед однозначно слишком велик, чтобы ездить на нем безопасно. Велосипед, на котором Вы будете ездить только по асфальту и никогда не поедете по бездорожью, должен иметь высоту стендовера как минимум на 3-5 сантиметров меньше расстояния от земли до промежуточной. Велосипед для поездок по различным неасфальтированным трассам – на 5-8 сантиметров, а велосипед для настоящего «горного» катания по сильно пересеченной местности – на 10 сантиметров и более.



Рис. 3

## Б) ПОДБОР РОСТОВКИ KONA

Ростовка рамы измеряется в дюймах как расстояние от центра каретки до вершины подседельной трубы. Длина остальных труб пропорционально соответствует ростовке.

На всех велосипедах KONA верхняя труба идет под уклоном от рулевого стакана к месту соединения с седельной трубой, что понижает высоту стенодера. При выборе размера рамы вторым по важности параметром после высоты стенодера является длина верхней трубы. Она должна соответствовать длине вашего корпуса и рук, и в значительной степени определяет то, насколько Вы сможете вытянуться между седлом и рулем. Продавец велосипедов KONA поможет подобрать оптимальную длину, основываясь на Вашем росте, опыте и стиле езды.

Для быстрого подбора подходящего размера велосипеда можно также воспользоваться нижеприведенной табличкой:

Рост велосипедиста, см	155-170	163-178	171-185	179-192	187-199
Рекомендуемый размер рамы	16"	17"	18"	19"	20"

Здесь приведены некоторые рекомендации по подбору ростовки велосипедов серий кросс-кантри, бэк-кантри и Clydesdales. От них можно смело отталкиваться и поклонникам других стилей катания, с некоторыми поправками. Так, например, для экстремальных стилей катания предпочтительны велосипеды с несколько меньшим размером рамы для лучшей маневренности на спуске и при прыжках. Для фрирайда и даунхила – рамы должны быть меньше в среднем на 1-2 дюйма, для дерт-джампинга и байкер-кросса - на 2-3 дюйма.

Следует иметь в виду, что вертикальные размеры экстремальных велосипедов (Out Of Bounds и Dirt Jumping) уже учитывают потребность райдера в низкой раме и растут с увеличением размера не столько в высоту, сколько в длину. Именно поэтому размеры именуются XS, S, M, L. Подробная информация о геометрии рам велосипедов различных серий приведена в главе 8.

## В) ПОЛОЖЕНИЕ СЕДЛА

Правильная настройка седла является одним из важных условий для достижения максимального комфорта и удобства управления велосипедом. Ваш дилер, основываясь на своем опыте, устанавливает седло в удобное для большинства людей положение. При покупке велосипеда попросите продавца отрегулировать седло так, чтобы Вам было удобно. Впоследствии, если понадобится, Вы можете изменить эти настройки.

Положение седла регулируется в трех направлениях:

### 1. РЕГУЛИРОВКА ПО ВЫСОТЕ.

Длина Ваших ног определяет правильную высоту седла. Седло установлено на правильной высоте, если Вы, сидя на нём и установив педали параллельно седельной трубе, касаетесь пяткой “нижней” педали. Чтобы проверить высоту седла (рис. 4):

- Сядьте на седло;
- Поставьте одну пятку на педаль;
- Проверните шатун, пока педаль не окажется в нижнем положении, и шатуны параллельно седельной трубе.

Если Ваша нога не полностью выпрямлена, или, наоборот, пятка не достает до педали, то высоту седла нужно изменить.

Чтобы отрегулировать высоту седла, ослабьте болт или эксцентрик, зажимающий штырь в раме, и переместите штырь вверх или вниз. Затем убедитесь, что седло параллельно верхней трубе и затяните болт или эксцентрик достаточно сильно, чтобы штырь нельзя было повернуть в раме. Проверьте настройку как описано выше. Ни при каких обстоятельствах штырь не должен выдаваться из рамы выше уровня отметки “Minimum Insertion” или “Maximum Extension”, указанной на штыре (рис. 5).



Рис. 4

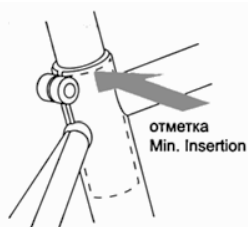


Рис. 5

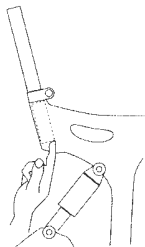


Рис. 6

не вставляя палец в подседельную трубу рамы глубже первого сустава (рис. 6).

**▲ ВНИМАНИЕ:** Если подседельный штырь выдаётся выше уровня отметки “Minimum Insertion” или “Maximum Extension”, то он может согнуться или сломаться, что может привести к потере управления и падению.

## 2. РЕГУЛИРОВКА ПРОДОЛЬНОГО СМЕЩЕНИЯ.

Седло может также регулироваться по продольному смещению, а именно вперед/назад для поиска наиболее оптимального положения. Попросите продавца установить под Вас седло и показать, как выполнять подобные регулировки в будущем.

## 3. РЕГУЛИРОВКА ПО УГЛУ НАКЛОНА.

Большинство людей устраивает горизонтальное положение, но некоторые предпочитают опускать, а другие приподнимать чуть-чуть нос седла. У разных механизмов крепления седла угол наклона регулируется по-разному. Продавец может отрегулировать угол наклона седла и научить Вас как это делать. Маленькие изменения положения седла могут оказать большое влияние на ездовые качества и комфорт. Соответственно, всегда, когда Вы меняете положение седла, делайте это только в одном направле-

нии и постепенно, пока не добьётесь максимально удобного положения. Затем затяните механизм крепления как можно сильнее.

Если Ваш велосипед STAB SUPREME, то Вам надо проверить, достаточно ли глубоко вставлен штырь в раму. Вы должны дотягиваться до него снизу

нии и постепенно, пока не добьётесь максимально удобного положения. Затем затяните механизм крепления как можно сильнее.

**▲ ВНИМАНИЕ:** После каждого изменения положения седла, обязательно затяните механизм крепления, как следует. Не затянутый механизм крепления седла или зажим подседельного штыря, может привести к повреждению этих деталей, а также к потере контроля и падению. Правильно затянутые механизмы крепления не позволяют седлу сдвинуться ни в каком направлении. Периодически проверяйте механизм. Каждый раз садясь на велосипед Вы должны быть уверены, что седло крепко закреплено.

Если несмотря на все возможные регулировки седла Вы по-прежнему чувствуете дискомфорт, по всей вероятности Вам просто нужна другая модель седла. Ведь седла такие же разные, как и люди, и бывают различного размера, формы и жесткости.

## Г) ВЫСОТА И УГОЛ НАКЛОНА РУЛЯ

Скорее всего, Ваш велосипед оснащен выносом, который крепится прямо к внешней стороне рулевой трубы вилки (безрезьбовая система), и Вы можете немного изменить высоту руля, устанавливая спейсерные кольца над или под выносом. Если этой регулировки недостаточно, то Вам необходимо будет установить вынос другой длины и с другим углом наклона. Проконсультируйтесь с продавцами Вашего веломагазина. Если же у Вас велосипед с резьбовой системой, и вынос руля вставляется внутрь рулевой трубы вилки, то его можно сдвигать по высоте, ослабив болт крепления, находящийся на верхней стороне выноса. Ни при каких обстоятельствах вынос не должен выдаваться из вилки выше уровня отметки “Minimum Insertion” или “Maximum Extension”, указанной на нём.

**▲ ВНИМАНИЕ:** Если вынос руля выдаётся выше уровня отметки “Minimum Insertion” или “Maximum Extension”, то он может повредить рулевую трубу вилки или сломаться, что может привести к потере управления и падению.

Угол наклона руля Вы можете поменять, ослабив болт (болты) крепления руля, и повернув его на нужный угол. После этого необходимо отцентрировать руль и затянуть его так, чтобы он не мог вращаться относительно выноса.

**▲ ВНИМАНИЕ:** Недостаточно сильно затянутые болты крепления выноса и руля могут отрицательно сказаться на управляемости, что может привести к потере управления и падению. Если Вы можете повернуть вынос относительно переднего колеса или руль относительно выноса, затяните болты крепче.

#### Д) НАСТРОЙКА РУЧЕК КОНТРОЛЯ

Тормозные ручки и рычаги переключения передач расположены на руле так, как это удобно большинству людей. В случае необходимости их угол наклона и расстояние от центра руля можно изменить. Кроме того, на некоторых моделях тормозных ручек можно изменять расстояние от руля до самой ручки. Это особенно актуально для людей с короткими пальцами. Обратитесь к продавцам Вашего магазина, чтобы они изменили установки, или объяснили Вам как это сделать.

## ГЛАВА 5. ТЕХНИЧЕСКАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Для Вашей безопасности, а также для максимального использования ездовых качеств велосипеда и получения удовольствия во время катания, важно чтобы Вы понимали, как работают различные детали Вашего велосипеда. Обязательно прочтите данный раздел руководства, и, если у Вас останутся малейшие сомнения по поводу функционирования какой-то детали, обратитесь к Вашему дилеру за разъяснением.

## А) КОЛЕСА

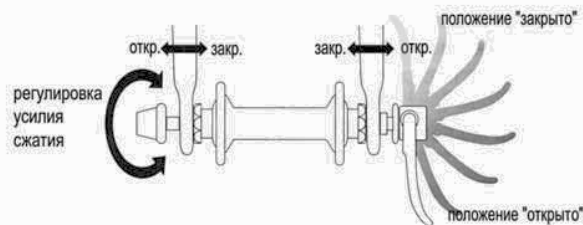
### 1. ЭКСЦЕНТРИКОВЫЕ СТЯЖКИ КОЛЕС

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Езда с неправильно затянутыми стяжками колёс может привести к “вихлянию” или даже отсоединению колеса от велосипеда, что, в свою очередь, может привести к повреждению велосипеда, а также к травме. Во избежание этого, необходимо, чтобы:

- Продавцы в Вашем магазине помогли Вам разобраться в том, как безопасно устанавливать и снимать колёса.
- Вы понимали и применяли правильный способ зажима колеса эксцентриком.
- Перед каждой поездкой Вы проверяли надёжность крепления колёс.

Эксцентрикые колёсные стяжки используют усилие поворота рычага для удержания колеса на месте. Поскольку это механизм, подлежащий настройке, важно, чтобы Вы понимали, как он функционирует, как им правильно пользоваться и какое усилие необходимо приложить для надежного крепления колеса. Хотя стяжка выглядит как длинный болт с рычагом на одном конце и гайкой на другом, для закрепления колеса служит не сила, с которой завёрнута гайка, а сила поворота рычага эксцентрика вокруг своей оси (Рис. 7).

Рис. 7. Схема работы стяжки колеса:



**▲ ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ:** Придерживая гайку одной и поворачивая рычаг, как простой болт, другой рукой, Вы не закрепите колесо надежно в раме или вилке. Для надежного крепления требуется полная сила поворота рычага эксцентрика.

### Настройка механизма стяжки колеса

Втулка колеса фиксируется в раме или вилке велосипеда силой прижимания эксцентрика с одной стороны и гайки регулировки натяжения с другой стороны. Величина этой силы контролируется поворотом гайки регулировки натяжения. Поворачивая гайку по часовой стрелке, не вращая при этом эксцентрик, Вы увеличиваете силу зажима; поворачивая против часовой стрелки - уменьшаете силу зажима. **Меньше чем пол оборота гайки регулировки натяжения может снизить силу зажима с достаточного до небезопасного уровня.**

## 2. СНЯТИЕ И УСТАНОВКА КОЛЕС С ЭКСЦЕНТРИКОВЫМИ СТЯЖКАМИ

### А. Снятие переднего колеса:

1. Если на вашем велосипеде используются ободные тормоза, отсоедините их, для того чтобы покрышка могла пройти между колодками (см. раздел 5.1.В, рис. 12-15)

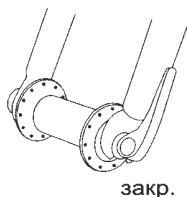


Рис. 8а

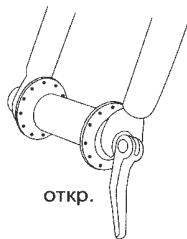


Рис. 8б

2. Поверните рычаг эксцентрика из положения «ЗАКРЫТО» в положение «ОТКРЫТО» (рис. 8а и 8б).
3. Ослабьте гайку регулировки натяжения примерно на шесть полных оборотов. Это позволит стяжке не зацепиться за выступы на вилке, предохраняющие колесо от выпадения. В случае отсутствия выступов, дополнительно ослаблять гайку не требуется.
4. Поднимите передний край велосипеда на 10-15 см от земли и легко ударьте по колесу сверху для того, чтобы вытолкнуть его из пазов вилки.

### Б. Установка переднего колеса:

**▲ ВНИМАНИЕ:** Если ваш велосипед оборудован дисковыми тормозами, будьте осторожны чтобы не повредить диск, тормозные колодки или тормозную машинку при установке колеса на место. **Никогда не нажимайте на рычаг дискового тормоза, если диск не вставлен правильно в машинку.**

1. Установите рычаг эксцентрика в ОТКРЫТОЕ положение (Рис. 8б).
2. Установите колесо на место и убедитесь, что ось втулки правильно сидит в пазах на конце вилки. Рычаг эксцентрика должен находиться с левой стороны велосипеда.
3. Удерживая рычаг эксцентрика в ОТКРЫТОМ положении правой рукой, заверните гайку регулировки натяжения левой рукой, пока зазор между вилкой и гайкой, с одной стороны, и вилкой и рычагом, с другой стороны, не составит приблизительно 1 - 2 миллиметра (Рис. 7).
4. Надавливая на колесо сверху вилкой, и в то же время, центрируя его, поверните рычаг эксцентрика в ЗАКРЫТОЕ положение и прижмите его параллельно к «ноге» вилки.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Для надежной фиксации колеса требуется значительное усилие. Если Вы можете полностью «закрыть» рычаг эксцентрика, не обхватывая пальцами «ногу» вилки для повышения силы стягивания, и рычаг не оставляет ясный отпечаток у Вас на ладони, то сила зажима недостаточна. «Откройте» рычаг, поверните гайку регули-

### ровки натяжения на четверть оборота по часовой стрелке и попробуйте снова.

- Если рычаг эксцентрика не удается до конца прижать параллельно вилке, то верните его в ОТКРЫТОЕ положение. Затем поверните гайку регулировки натяжения на четверть оборота против часовой стрелки и попробуйте закрыть рычаг снова.
- Соедините тормоз; затем проверните колесо, чтобы убедиться, что оно отцентрировано, и обод не задевает за тормозные колодки. После этого сожмите тормоз и убедитесь, что он работает нормально.

### В. Снятие заднего колеса:

1. Переведите задний переключатель в положение, соответствующее наиболее высокой передаче - цепь будет при этом на самой маленькой звездочке.
2. Если на вашем велосипеде используются ободные тормоза, отсоедините их, для того чтобы покрышка могла пройти между колодками. Подробнее об этом в главе 5, разделе В (рис. 12-15).
3. Правой рукой отодвиньте назад корпус заднего переключателя.
4. Установите рычаг эксцентрика в ОТКРЫТОЕ положение (Рис. 8б).
5. Поднимите задний край велосипеда на 10-15 см от земли и, удерживая переключатель в смещенном назад положении, вытолкните колесо вниз и вперед, пока оно не высвободится из пазов рамы.

### Г. Установка заднего колеса:

**▲ ВНИМАНИЕ:** Если ваш велосипед оборудован дисковыми тормозами, будьте осторожны чтобы не повредить диск, тормозные колодки или тормозную машинку при установке колеса на место. Никогда не нажимайте на рычаг дискового тормоза, если диск не вставлен правильно в машинку.

1. Переведите задний переключатель в положение, максимально удаленное от центра колеса.

2. Правой рукой отодвиньте назад корпус переключателя.

3. Установите рычаг эксцентрика в ОТКРЫТОЕ положение (Рис. 8б). Рычаг должен находиться со стороны противоположной от стороны расположения звездочек и переключения.

4. Установите цепь на самую маленькую звездочку кассеты, затем вставьте колесо в пазы рамы и убедитесь, что оно правильно село. После этого можно отпустить задний переключатель.

5. Заверните гайку регулировки натяжения левой рукой, пока зазор между рамой и гайкой, с одной стороны, и рамой и рычагом, с другой стороны, не составит приблизительно 1 - 2 миллиметра. После этого поверните рычаг эксцентрика в ЗАКРЫТОЕ положение и прижмите его параллельно к перьям рамы. Усилие, необходимое для надежной фиксации колеса весьма значительно и для его достижения должно быть необходимо обхватить пальцами перо рамы. При этом сам рычаг должен оставить четкий отпечаток у вас на ладони.

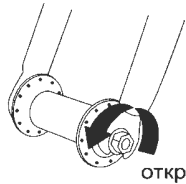
**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Для надежной фиксации колеса требуется значительное усилие. Если Вы можете полностью “закрыть” рычаг эксцентрика, не обхватывая пальцами перо рамы для повышения силы стягивания, и рычаг не оставляет ясный отпечаток у Вас на ладони, то сила зажима недостаточна. “Откройте” рычаг, поверните гайку регулировки натяжения на четверть оборота по часовой стрелке и попробуйте снова.

- Если рычаг эксцентрика не удается до конца прижать параллельно к перу рамы, верните его в ОТКРЫТОЕ положение. Затем поверните гайку регулировки натяжения на четверть оборота против часовой стрелки и попробуйте закрыть рычаг снова.
- Соедините тормоз, затем проверните колесо, чтобы убедиться, что оно отцентрировано, и обод не задевает за тормозные колодки. После этого сожмите тормоз и убедитесь, что он работает нормально.

### 3. СНЯТИЕ И УСТАНОВКА КОЛЕС НА БОЛТАХ

**А. Снятие переднего колеса:**

1. Если на вашем велосипеде используются ободные тормоза, отсоедините их, для того чтобы покрышка могла пройти между колодками. Подробнее об этом написано в разделе В, главы 5 (рис. 12-15).
2. Используя ключ нужного размера, ослабьте гайки крепления колес (рис. 9).
3. Поднимите передний край велосипеда на 10-15 см от земли и легко ударьте по колесу сверху для того, чтобы вытолкнуть его из пазов вилки.

**Рис. 9****Б. Установка переднего колеса:**

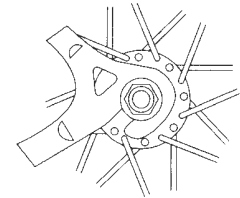
1. Установите колесо на место и убедитесь, что ось втулки правильно сидит в пазах на конце вилки. Шайбы на оси втулки должны находиться с наружной стороны, между гайками и «ногами» вилки.
2. Надавливая на колесо сверху вилкой, и в то же время, центрируя его, затяните гайки крепления колеса с максимально возможным усилием.
3. Соедините тормоз, затем проверните колесо, чтобы убедиться, что оно отцентрировано, и обод не задевает за тормозные колодки. После этого сожмите тормоз и убедитесь, что он работает нормально.

**В. Снятие заднего колеса:**

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Если Ваш велосипед оборудован втулкой со встроенным переключением передач, не пытайтесь снять заднее колесо. Для снятия и установки таких втулок требуются специальные навыки и инструмент. Неправильное обращение со втулкой может привести к ее поломке и, как результат, к потере контроля и падению.

1. Если на вашем велосипеде используются ободные тормоза, отсоедините их, для того чтобы покрышка могла пройти между колодками. Подробнее об этом в главе 5, разделе В (рис. 12-15).

2. Переведите задний переключатель в положение, соответствующее наиболее высокой передаче - цепь будет при этом на самой маленькой звездочке.
3. Правой рукой отодвиньте назад корпус заднего переключателя.
4. Используя ключ нужного размера, ослабьте гайки крепления колес (рис. 10).



Правильно установленное заднее колесо

**Рис. 10**

5. Поднимите задний край велосипеда на 10-15 см от земли и, удерживая переключатель в смещенном назад положении, вытолкните колесо вниз и вперед, пока оно не высвободится из пазов рамы.

**Г. Установка заднего колеса:**

1. Переведите задний переключатель в положение, максимально удаленное от центра колеса и отодвиньте правой рукой его корпус.
2. Установите цепь на самую маленькую звездочку кассеты, затем вставьте колесо в пазы рамы и убедитесь, что оно правильно село. После этого можно отпустить задний переключатель. Шайбы на оси втулки должны находиться с наружной стороны, между гайками и рамой.
3. Используя ключ нужного размера, затяните гайки крепления колес с максимально возможным усилием.
4. Соедините тормоз, затем проверните колесо, чтобы убедиться, что оно отцентрировано в раме, и обод не задевает за тормозные колодки. После этого сожмите тормоз и убедитесь, что он работает нормально.

**Б) ЭКСЦЕНТРИКОВЫЙ ЗАЖИМ ПОДСЕДЕЛЬНОГО ШТЫРЯ**



Некоторые велосипеды оборудованы зажимами подседельного штыря с эксцентриковыми стяжками, функционирующими аналогично стяжкам колёс (раздел 5.А.1). Хотя стяжка и выглядит как длинный болт с рычагом на одном конце и гайкой на другом, для закрепления колеса служит не сила, с которой завернута гайка, а сила поворота рычага эксцентрика вокруг своей оси (Рис. 7).

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Езда с неправильно затянутым зажимом подседельного штыря может привести к неожиданному повороту или смещению седла и в результате к потере управления и падению. Поэтому:

- Попросите продавцов в Вашем магазине научить Вас как правильно зажимать подседельный штырь.
- Перед каждой поездкой проверяйте надёжность крепления подседельного штыря.

### 1. Регулировка зажима подседельного штыря:

Усилие, возникающее при повороте эксцентричного рычага, сжимает подседельную трубу рамы вокруг подседельного штыря и не дает ему вращаться, а также перемещаться в вертикальном направлении. Величина сжимающего усилия регулируется поворотом регулировочной гайки. Вращение ее по часовой стрелке относительно рычага увеличивает силу сжатия, вращение против часовой стрелки уменьшает силу сжатия. Меньше чем пол оборота гайки регулировки натяжения может снизить силу зажима с достаточного до небезопасного уровня.

**▲ ВНИМАНИЕ:** Придерживая гайку одной и поворачивая рычаг, как простой болт, другой рукой, Вы не закрепите подседельный штырь надежно в раме. Для надёжного крепления требуется полная сила поворота рычага эксцентрика.

**▲ ВНИМАНИЕ:** Если Вы можете полностью “закрыть” рычаг эксцентрика, не обхватывая пальцами трубу рамы для

повышения силы стягивания, и рычаг не оставляет ясный отпечаток у Вас на ладони, то сила зажима недостаточна. “Откройте” рычаг, поверните гайку регулировки натяжения на четверть оборота по часовой стрелке и попробуйте снова.

### В) ТОРМОЗА

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:**

- Езда с неправильно настроенными тормозами или изношенными тормозными колодками опасна и может привести к травме.
- Слишком резкое или слишком сильное применение тормозов может привести к блокировке одного или обоих колес, что в свою очередь может привести к потере контроля над велосипедом и падению. Неожиданное резкое применение переднего тормоза может перебросить ездока через руль, что может привести к травме.
- Некоторые тормозные системы, такие как дисковые тормоза (рис. 11) и тормоза типа V-brake (рис. 12) обладают большой мощностью. Будьте весьма осторожны при пользовании ими, особенно на первом этапе, пока не выработается привычка.
- Дисковые тормоза могут очень сильно нагреваться во время работы, особенно при затяжном торможении под большой нагрузкой. Не прикасайтесь к тормозному диску или машинке, до тех пор, пока система полностью не остынет.
- Подробное описание работы и рекомендации по установке, настройке и уходу за дисковыми тормозами даны в инструкции изготовителя тормозов. Если у Вас нет инструкции изготовителя, обратитесь за консультацией в магазин или непосредственно к производителю.

### 1. КАК РАБОТАЮТ ТОРМОЗА

Очень важно для Вашей безопасности знать и помнить какая тормозная ручка управляет каким тормозом. На новых велосипедах тормоза установлены так, что правая ручка контролирует задний тормоз, а левая - передний.

Мощность торможения зависит от трения между тормозными поверхностями - обычно между тормозными колодками и обо-

дом колеса. Чтобы поддерживать максимальное трение, всегда держите обода и тормозные колодки чистыми, и не допускайте попадания на них смазочных и полировочных жидкостей.

Убедитесь, что Вы всегда достаёте до тормозных ручек и легко можете сжать их. Если у Вас слишком маленькие руки, чтобы уверенно управлять ручками, проконсультируйтесь с продавцами в Вашем магазине, прежде чем поехать кататься. Возможно, Ваши тормозные ручки можно отрегулировать или Вам необходима другая модель.

Большинство моделей тормозов имеют некоторый механизм быстрого отсоединения, позволяющий раздвинуть тормозные колодки, препятствующие в нормальном рабочем состоянии, снятию и установке колёс. Когда этот механизм находится в “открытом” положении, тормоза не работоспособны. Попросите продавцов в магазине помочь Вам разобраться в том, как работает механизм быстрого отсоединения тормозов на Вашем велосипеде (рис. 12-15), и проверяйте перед каждой поездкой работоспособность обоих тормозов.



Рис. 11

Тормоза предназначены для регулировки скорости движения, а не только для остановки велосипеда. Максимальное тормозное усилие возникает непосредственно перед блокировкой колеса и началом проскальзывания. Если колесо блокируется и начинает скользить, то торможение происходит менее эффективно и, кроме того, теряется контроль над велосипедом. Необходимо научиться осуществлять замедление и торможение плавно и мягко без блокировки колес. Такая техника называется прогрессивное торможение. Вместо того чтобы сразу резко нажимать на тормозные ручки до конца, нажимайте плавно, постепенно увеличивая силу нажатия. Если Вы чувствуете, что колесо начинает блокироваться, уменьшите давление на рычаг совсем чуть-чуть, чтобы колесо вращалось, но было при этом на грани блокировки. Очень важно чувствовать какое усилие на рычаге оптимально для

каждого из колес при различных скоростях движения и на разных покрытиях. Чтобы это лучше понимать, попробуйте пройтись пешком, толкая велосипед рядом с собой и понажимать на тормозные ручки с различным усилием пока не добьетесь блокировки колес.

Когда вы начинаете тормозить, велосипед замедляется, но Ваше тело по инерции продолжает двигаться вперед с прежней скоростью. Это приводит к смещению центра тяжести к передней части велосипеда (при сильном и резком торможении это может привести к «полету» через руль). Чем больше нагружено колесо, тем большее тормозное усилие оно может развить перед блокировкой; разгруженное колесо заблокируется уже при несильном нажатии на тормоз. Таким образом, при торможении, и, как следствие этого, смещении веса тела вперед, Вам необходимо сместить тело назад и перенести вес на заднее колесо. Параллельно с этим необходимо увеличить тормозное усилие на переднем тормозе и уменьшить на заднем. Все это особенно актуально на спусках, где центр тяжести велосипедиста и так смещен вперед.

Две ключевых вещи для эффективного торможения и контроля скорости это недопущение блокировки колес и своевременное перемещение центра тяжести. Перенос веса тела назад при торможении еще более актуален для велосипедов с передней подвеской, так как подвеска при торможении прожимается (См. также раздел 5.Е). Упражняйтесь в торможении и технике переносе

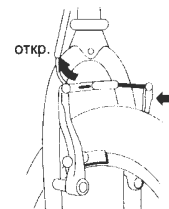


Рис. 12

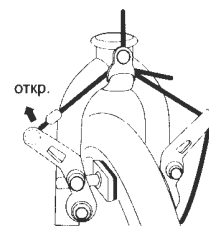


Рис. 13

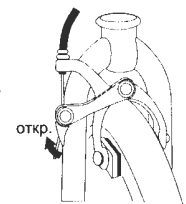


Рис. 14

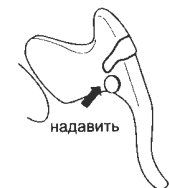


Рис. 15

центра тяжести в безопасном месте, вдалеке от других участников движения.

При движении по рассыпчатому грунту и езде в мокрую погоду ситуация меняется. Сцепление покрышек с землей ухудшается, и колеса гораздо легче проскальзывают в поворотах и блокируются при торможении. Попадание влаги и грязи на тормозные колодки резко снижает эффективность торможения. Для уверенной езды в мокрую погоду и по рассыпчатому грунту необходимо двигаться с меньшей скоростью.

### Г) ПЕРЕКЛЮЧЕНИЕ ПЕРЕДАЧ

Ваш мультискоростной велосипед оснащен либо открытым механизмом переключения, либо закрытым, расположенным в задней втулке.

### 3. ОТКРЫТАЯ СИСТЕМА ПЕРЕКЛЮЧЕНИЯ:

Открытая система переключения состоит из следующих деталей:

- Набор задних звёздочек, называемый кассетой или трещоткой, в зависимости от типа;
- Задний переключатель;
- Передний переключатель (не всегда);
- Одна или две ручки переключения («манетки»);
- Одна, две или три передние звезды;
- Цепь привода.

#### А) Как происходит переключение?

Разные типы ручек переключения представлены на рисунках 16 - 21. Определите, какие манетки установлены на Вашем велосипеде, прежде чем читать дальше.

Терминология, описывающая переключение передач, по началу может показаться сложной, однако мы настоятельно рекомендуем в ней разобраться для полного понимания процесса. Переключение вниз («дауншифт») - это переключение

на более низкую, медленную передачу, ту, при которой легче крутить педали. Переключение вверх («апшифт») - это переключение на более высокую, скоростную передачу, ту, при которой педали крутить труднее. Вся сложность в том, что переключение спереди происходит, с точностью наоборот как переключение сзади.

Например, Вы можете выбрать более лёгкую передачу (переключиться вниз) двумя способами: сбросить цепь спереди на меньшую звезду, или поднять цепь сзади на большую звёздочку. Чтобы легче в этом разобраться, запомните, что перенос цепи внутрь, ближе к центральной линии велосипеда, соответствует переключению вниз, а перенос цепи наружу, дальше от центральной линии велосипеда – переключению вверх. Как при переключении вниз, так и вверх система переключения передач может работать только когда цепь привода движется вперёд и находится под натяжением. Кроме того, переключатели работают только если Вы крутите педали вперёд.

**▲ ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ:** Никогда не меняйте положение ручек переключения передач, пока Вы крутите педали назад, и не крутите педали назад, после изменения положения манеток. Это может привести к заклиниванию цепи и серьёзному повреждению велосипеда.

#### Б) Переключение заднего переключателя

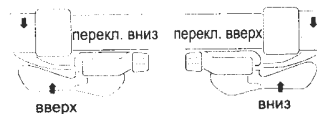


Рис. 16



Рис. 17

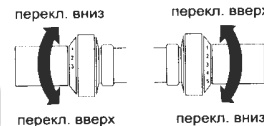


Рис. 18

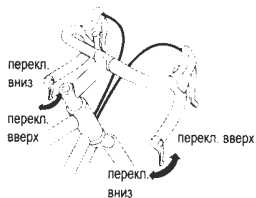


Рис. 19

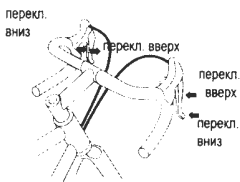


Рис. 20

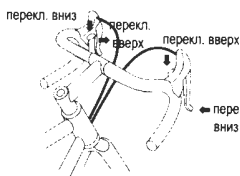


Рис. 21

Задний переключатель управляется правой манеткой. Его функция состоит в том, чтобы передвигать цепь привода с одной задней звёздочки на другую, изменяя при этом передаточное отношение. Маленькие задние звёздочки дают высокие передачи. Езда на высокой передаче требует затраты больших усилий, но Вы передвигаетесь на большее расстояние при каждом обороте педалей. Большие задние звёздочки дают низкие передачи. Езда на них требует меньших усилий, но, при каждом обороте педалей, Вы проходите более короткое расстояние. Перенос цепи с меньшей на большую звёздочку соответствует переключению вниз, а с большей на меньшую - вверх. Для того чтобы переключатель снял цепь с одной звёздочки и перенёс её на другую, необходимо, чтобы цепь двигалась вперёд, т.е. чтобы Вы крутили педали вперёд.

### В) Переключение переднего переключателя

Передний переключатель управляется левой манеткой, и его функция заключается в том, чтобы передвигать цепь привода с одной передней звезды на другую. Перенос цепи с меньшей на большую звезду спереди соответствует переключению вверх, а с большей на меньшую - вниз.

### Г) На какой передаче мне следует ехать?

Сочетание наибольшей звёздочки сзади и наименьшей спереди используется для самых крутых подъёмов, а сочетание наименьшей звёздочки сзади и наибольшей спереди для достижения максимальной скорости (Рис. 22). Вовсе не обязательно переключать передачи последовательно. Найдите какую-то «стартовую передачу», достаточно тяжёлую для дальнейшего ускорения, но и достаточно лёгкую, чтобы уверенно начать движение и попробуйте попереключать передачи вверх и вниз.

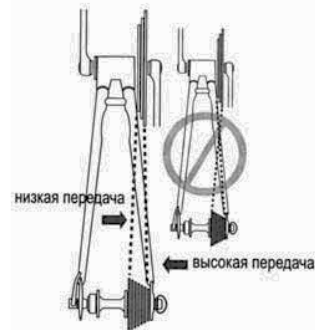


Рис. 22

Для начала, пока Вы не освоитесь, поупражняйтесь в переключении в безопасном месте в отсутствии различных препятствий и других участников движения. Впоследствии, опыт будет Вам подсказывать какая передача наилучше подходит для каждой конкретной ситуации, и Вы научитесь переключать передачи плавно и чётко.

### Д) ПЕДАЛИ

1. На некоторых велосипедах (особенно маленьких ростовок) встречается такая ситуация, что при повороте руля, если одна из педалей находится в самом «переднем» положении, изреднее колесо задевает за ногу велосипедиста. Чтобы этого избежать, необходимо следить за тем, чтобы внутренняя по отношению к повороту педаль находилась в верхнем переднем положении, а наружная - в нижнем заднем.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Задевание ногой за переднее колесо при повороте может привести к потере контроля и падению. Если на Вашем велосипеде оно потенциально возможно будьте особенно осторожны в поворотах.**

2. Некоторые модели велосипедов оборудованы педалями, которые имеют острые и потенциально опасные контактные

рабочие поверхности. Эти поверхности специально разработаны для улучшения сцепления ботинка велосипедиста с pedalю и тем самым повышения безопасности при агрессивном и экстремальном катании. Если Ваш велосипед оборудован такими педалями, будьте особенно осторожны во избежание серьезных травм. С учетом Вашего уровня и стиля катания Вам могут лучше подходить педали с менее агрессивным дизайном. В таком случае, попросите продавцов Вашего веломагазина подобрать для Вас более подходящую модель педалей.

**3.** Некоторые модели велосипедов оборудованы педалями с «туклипами» и ремешками. Это традиционное приспособление, используемое велосипедистами чтобы удерживать ноги пристёгнутыми к педалям в правильном положении. Туклипс размещает самую широкую часть стопы над осью педали, что способствует максимально эффективной передаче усилия на педаль. Ремешок в затянутом положении удерживает ногу пристёгнутой к педали на протяжении всего цикла оборота шатуна. Туклипсы с ремешками дают некоторые преимущества с любой обувью, но они наиболее эффективны при использовании со специально для этого предназначенной обувью. В случае необходимости продавец в Вашем магазине объяснит Вам, как функционируют туклипсы и ремешки.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Чтобы быстро и легко вставить и вынуть ногу из туклипса требуется определённый навык, который приобретается только со временем. В начале, это процедура, требующая определённой концентрации и отвлекающая внимание ездока, что может привести к потере управления и падению. Поупражняйтесь в использовании туклипсов с ремешками в безопасном месте в отсутствии различных препятствий и других участников движения. Не затягивайте ремешки туго, до тех пор, пока Ваша техника и уверенность не позволят Вам легко и быстро ослаблять их. Никогда не затягивайте ремешки туго при езде в усло-

**виях уличного движения.**

**4.** Контактные педали – еще одно приспособление, предназначенное для фиксации ног велосипедиста в правильном положении, для максимально эффективной передачи усилия на педаль. Их работа чем-то напоминает горнолыжные крепления - специальная пластинка на подошве ботинка защелкивается в снабженный пружиной механизм на педали. Контактные педали могут использоваться только со специальными ботинками, совместимыми с конкретной моделью педалей.

На большинстве контактных педалей можно регулировать усилие, требуемое для защёлкивания и отстёгивания ботинка. В случае необходимости продавцы Вашего магазина объяснят Вам, как регулируются Ваши педали. Рекомендуется начинать привыкать к контактным педалям установив регулировки в наиболее «легкое» положение. При этом убедитесь, что усилие достаточное для того, чтобы ноги не отстегивались самопроизвольно.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Контактные педали предназначены для использования со специальной обувью и крепкой фиксации ноги к педали. Для их безопасного использования требуется определённый навык, который приобретается только со временем. В начале, это процедура, требующая определённой концентрации и отвлекающая внимание ездока, что может привести к потере управления и падению. Поупражняйтесь в использовании контактных педалей в безопасном месте в отсутствии различных препятствий и других участников движения.

## **Е) ВЕЛОСИПЕДНАЯ ПОДВЕСКА**

Некоторые горные велосипеды оборудованы амортизационными системами подвески колёс, предназначенными для смягчения неровностей поверхности при внедорожной езде. Существует очень много типов подвески, слишком много, чтобы описать их все в данном руководстве. Если Ваш велосипед оснащён какой-нибудь амортизационной системой, попросите продавцов Ваше-

го магазина помочь Вам разобраться в том, как регулировать и поддерживать её в хорошем рабочем состоянии.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Неправильный уход, обслуживание и настройки амортизационной системы могут привести к ее поломке, что может стать причиной потери контроля и падения.

Велосипед, оснащенный амортизационной системой позволяет развить большую скорость, соответственно возрастают и риски. Например, при торможении велосипед с передней подвеской немного «клюет». Это может привести к потере контроля и падению. Научитесь безопасно управлять велосипедом, оснащенный подвеской (см. также раздел 5.В).

**▲ ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ:** Изменение настроек подвески может повлиять на тормозные характеристики и управляемость Вашего велосипеда. Не меняйте настройки системы подвески, не ознакомившись полностью с инструкциями и рекомендациями её производителя, и всегда проверяйте изменения тормозных характеристик и управляемости велосипеда после изменения настроек прокатившись осторожно в безопасном месте.

Амортизационные системы подвески повышают не только комфорт, но и контроль над велосипедом, обеспечивая лучший контакт колес с грунтом. Эти дополнительные возможности позволяют ехать быстрее по самому разнообразному рельефу. Тем не менее, не стоит смешивать возможности велосипеда со своими собственными возможностями. Катайтесь осторожно, до тех пор, пока не научитесь полностью реализовывать потенциал Вашего велосипеда.

**▲ ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ:** Не все велосипеды можно дополнительно оснастить некоторыми типами систем амортизации. Прежде чем оснастить велосипед любой амортизационной системой, проверьте у производителя, совместима ли она

с конструкцией Вашего велосипеда, и сохраниться ли при этом действие гарантии.

### Ж) УХОД ЗА ЗАДНЕЙ ПОДВЕСКОЙ KONA

- Хотя четырехкомпонентная система имеет очень высокую торсионную жесткость и требует меньшего ухода, чем одношарнирной подвеска, со временем втулки шарниров все равно изнашиваются. Запасные подшипники, наборы втулок, задние перья и другие элементы подвески можно заказать через Вашего продавца велосипедов KONA.

- Картриджные подшипники позволяют подвеске работать более плавно, чем при использовании втулок скольжения. Они также требуют большего внимания к себе. Загрязненные подшипники могут заржаветь и начать заедать, что, в свою очередь, может привести к повреждению рамы. Регулярно осматривайте подшипники и проверяйте, что они позволяют рычагам подвески свободно вращаться.

### З) НАСТРОЙКА ЗАДНЕЙ ПОДВЕСКИ

В 2009 году KONA использует несколько разных моделей задних амортизаторов («шоков») на своих двухподвесочных моделях велосипедов. Все они поставляются фирмой FOX USA. В шоках серии FLOAT упругим элементом является воздух, плюс имеется негативная воздушная камера, делающая амортизатор более активным на начальном этапе сжатия. Шоки Vanilla и DHX используют в качестве упругого элемента металлическую пружину, одетую вокруг масляного амортизатора. Если название модели шока заканчивается буквой R, это означает, что имеется возможность наружной регулировки скорости отскока (rebound), такая же функция есть и в модели DHX3.0. В шоках, DHX4.0 и DHX5.0 регулируется скорость сжатия (compression) и скорость отскока (rebound). В шоке FLOAT RP3 помимо регулировки скорости отскока (rebound), имеется возможность полной блокировки амортизатора. Для достижения наилучшей

работы задней подвески, необходимо настроить усадку (sag). Если в воздушных амортизаторах величина давления влияет на жесткость, то в пружинных, сама жесткость пружин является критичным фактором. Она должна быть оптимально подобрана под Ваш вес, чтобы подвеска работала эффективно. Тестируется пружина величиной прожатия, когда ты сидишь на байке, а твои ноги ставятся на педали. Для этого пружина фиксируется верхним кольцом на пару оборотов, в этом случае она фиксирована, но не сжата. Оптимально амортизатор в такой ситуации должен просесть на 15-25% длины хода по своему штоку (центральная ось). Имеется ввиду именно ход по штоку, а не длина амортизатора. Если пружина слишком жесткая, то подвеска не будет работать на полную амплитуду. Если пружина слишком мягкая, то подвеска может пробиваться при приземлении после прыжков.

### **Регулировка скорости отскока – R**

Скорость отскока регулируется поворотом красного регулятора на амортизаторе. Настройка отскока изменяет скорость, с которой амортизатор возвращается в исходное положение после сжатия. Кнопка имеет 12 фиксированных положений и позволяет осуществлять настройку в широких пределах. Отскок должен быть настроен так, чтобы амортизатор возвращался максимально быстро, но при этом не выталкивал велосипедиста из седла. Во время первых нескольких поездок поэкспериментируйте с настройкой, отмечая для себя изменения в ездовых качествах при каждом положении регулятора. Правильная настройка зависит от личных предпочтений, а также от веса райдера, условий и стиля катания.

### **Регулировка скорости сжатия (компрессии)**

Скорость сжатия регулируется поворотом синего регулятора, расположенного на верхней части амортизатора. Настройка сжатия контролирует скорость, с которой амортизатор сжимается по мере поглощения удара. Кнопка позволяет осуществлять

настройку в широких пределах. Во время первых нескольких поездок поэкспериментируйте с настройкой, отмечая для себя изменения в ездовых качествах при каждом положении кнопки.

### **Блокировка амортизатора**

Блокировка амортизатора осуществляется поворотом синего рычага, расположенного на верхней части амортизатора.

### **ТЕРМИНОЛОГИЯ АМОРТИЗАТОРОВ FOX:**

**Усадка амортизатора (SHOCK SAG)** – это величина, на которую сокращается ход амортизатора при посадке велосипедиста в седло. Обычно она составляет 15% - 25% от общей длины хода. Для кросс-кантри рекомендуется усадка 15% - 25%, для даунхила - 25%.

**Демпфирование сжатия** – замедление сжатия, возникающее в результате прохождения вязкого масла через клапаны определенного диаметра.

**Отскок** – возвращение амортизатора в исходное положение после сжатия.

**Демпфирование отскока** – замедление процесса возвращения амортизатора в исходное положение.

**Жесткость пружины** определяет усилие, которое необходимо для сжатия пружины на единицу расстояния.

**Технология FLOAT** – оригинальная технология фирмы FOX, при которой давление в отрицательной воздушной камере, автоматически подстраивается под давление в основной воздушной камере. Это позволяет добиться от воздушного амортизатора качества работы практически не уступающего пружинному, при преимуществе в весе.

## Использование насоса высокого давления

Для изменения давления в воздушных амортизаторах необходимо использовать специальный насос высокого давления, который продается отдельно:

- Привинтите шланг к клапану (примерно 4 оборота). При правильном соединении манометр насоса покажет текущее давление в амортизаторе.
- Сделайте несколько качков, при этом давление должно медленно подниматься. Если давление растёт очень быстро, значит что-то не так. Проверьте, правильно ли подсоединен и надежно ли привинчен шланг насоса.
- Доведите давление до желаемого уровня. Шипящий звук, слышимый при отсоединении шланга появляется из-за выхода воздуха из самого шланга, а не из амортизатора.
- Перед поездкой не забудьте завинтить защитный колпачок обратно на клапан.

**▲ ПРИМЕЧАНИЕ:** При повторном подсоединении шланга, он наполняется воздухом из амортизатора, что приводит к падению давления в камере на 15-20 PSI. Обычно, давление воздуха в основной камере амортизатора лежит в пределах 100-300 PSI. Никогда не превышайте давления в 300 PSI! Это чревато поломкой амортизатора.

## И) НАСТРОЙКА ПЕРЕДНЕЙ ПОДВЕСКИ

Велосипеды KONA 2009 модельного года комплектуются различными амортизационными вилками. В зависимости от модели, они имеют ход от 1.2" до 7.5" (30 - 200мм). Для наилучшей работы вилки необходимо установить усадку (sag). Производители вилок рекомендуют устанавливать усадку, примерно равную 1/4 полного хода. Лучше всего замерять усадку следующим способом:

**1.** Убедитесь, что защитные резиновые чехлы ("бутсы") не мешают Вам при настройке. Их можно снять или притянуть хомутом к верхней части стойки, прямо под короной вилки.

**2.** Установите пластиковый хомут вокруг одной из внутренних «ног» вилки и опустите его вниз до упора в пыльник на верхней части наружной «ноги» вилки.

**3.** Сядьте на велосипед и поставьте ноги на педали. Упритесь при этом в стенку. Не раскачивайте велосипед резкими нажатиями на педали или седло.

**4.** Осторожно сойдите с велосипеда без раскачки или дополнительного сжатия подвески.

**5.** Замерьте расстояние между хомутом и пыльником – это и будет усадка. Для уменьшения величины усадки необходимо увеличить предварительную нагрузку поворотом регулятора по часовой стрелке (для воздушных вилок – увеличением давления), а для увеличения – уменьшить ее поворотом против часовой стрелки (снижением давление).

## К) ПОКРЫШКИ И КАМЕРЫ

### 1. ПОКРЫШКИ

Существуют велосипедные покрышки с самыми разными рисунками протектора и назначениями, начиная от универсальных, и кончая предназначенными для очень специфичных дорожных или погодных условий. Ваш велосипед оборудован покрышками, которые, по мнению производителя, наиболее соответствуют предполагаемым условиям использования велосипеда. Если через некоторое время Вы почувствуете, что другие покрышки больше подошли бы Вашему стилю катания, обратитесь в

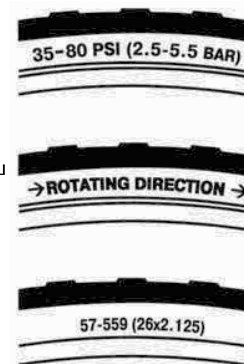


Рис. 23



	Новый амортизатор	После каждой поездки	Каждые 8 часов эксплуатации	Каждые 40 часов	Каждые 200 часов
Настроить усадку	✓				
Настроить регулировку скорости отскока	✓				
Затянуть болты крепления амортизаторов	✓		✓	✓	✓
Настроить давление воздуха (воздушные амортизаторы)	✓		✓	✓	✓
Почистить шток, сальники, проверить наличие повреждений на штоке		✓	✓	✓	✓
Почистить ограничитель хода (пружинные амортизаторы)		✓	✓	✓	✓
Почистить алюминиевый переходник, проверить износ, смазать				✓	✓
Поменять масло, произвести осмотр в Сервисном центре					✓

ближайший веломагазин, где Вам помогут подобрать наиболее оптимальный вариант. Смена покрышек на более широкие или более узкие приведет к изменению поведения велосипеда и в некоторых случаях может сделать его небезопасным. Обязательно используйте камеры, соответствующие по размерности Вашим новым покрышкам. В некоторых случаях, особенно при применении покрышек увеличенного диаметра, может оказаться, что расстояние между покрышкой и рамой критически уменьшится и покрышка начнет задевать за перья рамы. Это может привести к повреждению рамы и потенциально к ее поломке. Кроме того, это может послужить причиной отмены гарантии на раму.

Размерность, рекомендуемое давление, а также, на некоторых покрышках, рекомендуемые условия использования, помечены на боковине покрышки (рис. 23). Наиболее важная для Вас информация из этого – давление.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Никогда не накачивайте покрышку выше максимального давления, указанного на боковине. При превышении этого давления покрышка может лопнуть и слететь с обода, что может привести к повреждению велосипеда, а также к травме ездока и других, находящихся рядом, людей.

Лучше всего накачивать покрышки при помощи специального велосипедного насоса, оборудованного манометром.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Пользоваться для накачки колес компрессорами, установленными на бензозаправочных станциях, а также любыми другими видами компрессоров потенциально опасно! Они не предназначены для накачки велосипедных колес, так как имеют очень большую производительность и могут привести ко взрыву покрышки.

На боковине покрышки указано либо максимальное давление, либо диапазон рекомендуемых давлений. Поведение и функ-

ционирование покрышки в различных погодных и дорожных условиях сильно зависит от давления. При давлении близком к максимальному, покрышка имеет наименьшее сопротивление качению, но езда при этом становится жесткой. Высокие давления лучше всего подходят для езды по ровному и сухому покрытию. Очень низкие давления дают преимущества при езде по ровным, скользким поверхностям, как, например, утрамбованная глина, или при езде по рыхлому грунту, например по сухому песку.

Слишком низкое, для Вашего веса или дорожных условий, давление в покрышке может привести к проколу камеры, если покрышка деформируется настолько, что камера окажется зажатой между ободом и поверхностью дороги.

Продавцы Вашего веломагазина порекомендуют Вам давление, наиболее подходящее для условий, в которых Вы будете ездить, и накачают Вам покрышки до этого уровня. После этого, проверьте покрышки, как это описано в разделе 2.В, и Вы будете знать, какими должны выглядеть и быть на ощупь правильно накачанные покрышки. Некоторые покрышки требуется подкачивать через неделю или две.

Некоторые специализированные покрышки имеют направленный рисунок протектора. Правильное направление вращения таких покрышек показано стрелкой на боковине. Если на Вашем велосипеде установлены покрышки с направленным рисунком протектора, убедитесь, что направление вращения совпадает с указанным стрелкой.

## 2. ТИПЫ ВЕНТИЛЕЙ

Существуют два основных типа вентиляей, используемых на велосипедных камерах: так называемые **автовентиль** (Schraeder), и **веловентиль** (Presta). Велосипедный насос, которым Вы пользуетесь должен иметь соответствующий наконечник для типа вентиля, применённого на Вашем велосипеде.

**Автовентиль**, как видно из названия, аналогичен вентилю, применяемому на автомобильных камерах. Чтобы накачать камеру с автовентилем, просто отвинтите колпачок, и наденьте наконечник насоса на стержень вентиля. Чтобы спустить камеру, нажмите на иглоку в середине стержня, кончиком ключа или другого подходящего предмета.



Рис. 24

**Веловентиль** имеет меньший диаметр и встречается только на велосипедных камерах. Чтобы накачать камеру с веловентилем, необходимо снять колпачок, отвинтить гайку фиксации запорного ниппеля и нажать сверху на ниппель, чтобы освободить его. После



Рис. 25

этого можно надеть наконечник насоса на ниппель и качать. Чтобы накачать камеру с веловентилем автомобильным насосом используйте специальный переходник. Чтобы спустить камеру, нажмите на ниппель, предварительно отвинтив гайку фиксации, и держите его прижатым.

## ГЛАВА 6. СЕРВИСНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Технический прогресс и стремительное развитие велоиндустрии привели к тому, что велосипеды и даже отдельные велосипедные компоненты порой представляют собой весьма сложные механизмы. Кроме того, каждый год вносятся различные изменения в конструкцию тех или иных деталей. В данном руководстве невозможно описать все процедуры связанные с ремонтом и техническим обслуживанием отдельных узлов и компонентов Вашего велосипеда. Поэтому для обеспечения максимальной безопасности велосипеда, очень важно, чтобы весь ремонт и ТО, не описаное в руководстве, проводились квалифицированными веломеханиками. Также необходимо, чтобы регламент технического обслуживания соответство-

вал Вашему стилю катания и географическим условиям, в которых Вы катаетесь. Продавцы в Вашем веломагазине помогут определить оптимальный регламент обслуживания и ухода за Вашим велосипедом.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Многие сервисные и ремонтные работы на велосипеде требуют наличия специальных знаний и инструментов. Не изменяйте никакие настройки, и не начинайте никакие работы на Вашем велосипеде, если у Вас нет полной уверенности, что Вы сможете успешно их завершить. Неправильные настройки, или неправильно проделанный ремонт могут стать причиной повреждения велосипеда, а также падения, которое может привести к травме.

### А) ИНТЕРВАЛЫ ТЕХНИЧЕСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ:

Следующие работы могут и должны выполняться владельцем, и не требуют использования специальных инструментов или наличия навыков, кроме тех, которые описаны в данном руководстве.

Все другие сервисные и ремонтные работы должны быть проделаны в соответствующим образом оборудованном сервисе, квалифицированным велосипедным механиком с применением инструментов и в соответствии с регламентом, установленным производителем.

**1. Период обкатки:** Ваш велосипед прослужит дольше, и будет работать лучше, если Вы произведёте обкатку, прежде чем начать использовать его на все сто процентов. Тросики управления тормозами и переключателями, а также спицы должны растянуться и «сесть» на свое место. После этого может потребоваться повторная регулировка у Вашего веломеханика. Даже если Вам кажется, что всё нормально работает, после периода обкатки лучше всего отвезти велосипед к веломеханику для проверки. Обычно это рекомендуется сделать в течение месяца со дня покупки. Другой способ определить время первой про-

верки - отвести велосипед к механику после 3-5 часов тяжёлой езды по бездорожью, или после 10-15 часов дорожного использования.

**2. Перед каждой поездкой:** Произведите механическую проверку безопасности (раздел 2.В)

**3. После каждой длительной или тяжёлой поездки** (Если велосипед был подвержен действию воды или грязи, или, по крайней мере, через каждые 150 километров): Помойте велосипед и смажьте цепь, звёзды и ролики заднего переключателя. Вытрите лишнюю смазку. Необходимость смазывания зависит от климата. Посоветуйтесь с опытным веломехаником, какую смазку лучше всего использовать, и как часто следует смазывать велосипед при Вашем стиле катания и в Ваших климатических условиях.

**4. После каждой длительной или тяжёлой поездки, или каждые 10-20 часов езды:**

**а.)** Зажмите передний тормоз и покачайте велосипед вперёд-назад. Если Вы чувствуете люфт при каждом движении вперёд или назад, то, скорее всего, у Вас не затянута рулевая колонка. Отвезите велосипед в мастерскую.

**б.)** Поднимите переднее колесо с земли, и покрутите руль влево - вправо. Если Вы чувствуете трение при повороте руля, или он крутится тяжело, скорее всего, у Вас перетянута рулевая колонка. Отвезите велосипед в мастерскую для регулировки.

**в.)** Возьмитесь за одну педаль и покачайте её к и от центра велосипеда, затем проделайте то же самое с другой pedalю. Если где-то есть люфт необходимо отвезти велосипед к механику.

**г.)** Осмотрите тормозные колодки. Если они выглядят изношено, или попадают на обод неправильно, значит пришло время, отрегулировать их или сменить.

**д.)** Проверьте тросики и их оплётки. Если на них имеются следы ржавчины, протёршиеся места или изломы, поменяйте их в Вашей веломастерской.

**е.)** Прожмите каждую пару, находящихся рядом, спиц с обеих сторон каждого колеса. Все ли спицы натянуты одинаково? Если какие-то спицы ослаблены, пусть Ваш веломеханик проверит натяжение спиц и прямомоту колеса.

**ж.)** Проверьте, нет ли глубоких царапин, трещин, или обесцвеченных мест на раме, особенно в районе соединения труб, а также на руле, выносе руля и подседельном штыре. Это признаки усталости материала, возникающей вследствие напряжения, и они указывают на то, что данная часть велосипеда пришла в негодность и требует замены.

**з.)** Проверьте, все ли компоненты и аксессуары на велосипеде закреплены надёжно, и затяните по необходимости болты крепления.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** Как и любой другой механизм, велосипед и его комплектующие, подвержены напряжению и износу. Различные материалы и механизмы изнашиваются и устают от напряжения с разной скоростью. Если продолжить использовать компонент, исчерпавший свой ресурс, он может внезапно сломаться, что может привести к травме. Глубокие царапины, трещины и обесцвечивание - признаки усталости материала, возникающей вследствие напряжения, и они указывают на то, что та или иная часть велосипеда пришла в негодность и требует замены. Велосипед в целом, а также его отдельные компоненты могут иметь гарантию от заводского брака и дефектов в материалах, предоставляемую производителем на определенный срок. Тем не менее, это не гарантирует, что любая конкретная деталь переживет этот срок. Срок жизни рамы, отдельных комплектующих или велосипеда в целом сильно зависит от условий использования и от Вашего ухода за ними. Гарантия, предоставляемая производителем не означает, что велосипед не может быть

**сломан, или что он будет работать вечно. Она распространяется только на конкретные случаи описанные в ее условиях.**

**5. По мере необходимости:** Если один или оба тормоза не проходят проверку безопасности, описанную в разделе 2.В, отвезите велосипед к веломеханику для проверки.

Если цепь не переключается легко и чётко, значит переключатели требуют настройки. Отвезите велосипед к веломеханику.

**6. Каждые 25 (бездорожье) - 50 (шоссе) часов езды,** отвезите велосипед к квалифицированному веломеханику для профилактического осмотра и необходимого ремонта.

Если Вы хотите научиться полностью ремонтировать свой велосипед самостоятельно, то есть три варианта:

1. Спросите продавцов Вашего веломагазина насчёт инструкций по установке и ремонту компонентов Вашего велосипеда;
2. Попросите продавцов Вашего веломагазина порекомендовать Вам книгу по ремонту велосипедов;
3. Спросите продавцов Вашего веломагазина, существуют ли в Вашем городе курсы обучения ремонту велосипедов.

Какой бы Вы вариант ни выбрали, мы рекомендуем, чтобы квалифицированный веломеханик проверил правильность и качество Вашей работы первый раз прежде чем Вы поедете кататься. Так как это занимает определенное время, возможно, эту услугу надо будет оплатить..

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ: Производитель не несет ответственности за последствия неправильного самостоятельного ремонта. Все предлагаемые материалы по ремонту и обслуживанию велосипедов носят рекомендательный характер.**

## **Б) КАК ДОБРАТЬСЯ ДО ДОМА, ЕСЛИ ЧТО-ТО СЛОМАЕТСЯ**

Исключая коротких поездок по району и случаев, когда Вы можете пешком вернуться домой, никогда не следует уезжать кататься без следующего аварийного оборудования:

- Ключей - “шестигранников” на 4, 5 и 6 миллиметров, которые применяются для затяжки большинства болтов на велосипеде;
- “Аптечки” для заклейки проколов в камере и запасной камеры;
- Рычажков - монтажек для снятия и установки покрышек;
- Насоса с наконечником, подходящим для Вашего ниппеля (раздел 5.К.2);
- Удостоверения личности (чтобы люди знали, кто Вы при несчастном случае);
- Небольшой суммы денег (для напитка, шоколадного батончика или телефонного звонка).

### **1. В случае прокола камеры:**

Спустите камеру полностью, затем снимите колесо с велосипеда. Демонтируйте покрышку с одной стороны обода, начав напротив ниппеля. При необходимости пользуйтесь монтажками. Снимите гайку крепления ниппеля (если она имеется) и протолкните ниппель через обод, после чего выньте камеру из покрышки.

Проверьте внутреннюю и наружную сторону покрышки на предмет наличия в ней предмета, вызвавшего прокол (гвоздя, куска стекла, проволоки и т.д.) и удалите его. Затем заклейте проколотую камеру, или используйте новую.

Перед установкой камеры обратно накачайте её немного, чтобы придать ей форму. Просуньте ниппель через отверстие в ободу и вставьте камеру в покрышку. Начните с ниппеля и установите покрышку пальцами, двигаясь по кругу влево и вправо. Если возникнут трудности при установке последних нескольких сантиметров покрышки, воспользуйтесь монтажками. Будьте осторожны, чтобы не проколоть камеру снова, прижав её покрышкой или монтажкой сильно к ободу.

**▲ ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ: Если пользоваться при установке покрышки отвёрткой или каким-то другим инструментом вместо специальных монтажек, увеличивается вероятность проколоть камеру.**

Убедитесь, что покрышка хорошо “сидит” с обеих сторон обода, и что камера нигде не зажата между ободом и покрышкой. Накачайте покрышку до рекомендованного давления (раздел 5.К.1),

всё время проверяя правильность установки камеры и покрышки. Установите и затяните гайку крепления ниппеля и колпачок. Установите колесо на велосипед (см. раздел 5.А).

## 2. Если у Вас лопнула спица:

Колесо с ослабленной или лопнувшей спицей заметно слабее нормально натянутого колеса. Если у Вас лопнула спица во время катания, то придётся снизить скорость езды и доехать до дома осторожно, так как на ослабленном колесе могут сломаться ещё спицы, и оно станет совсем непригодным для езды.

Удалите сломанную спицу или завинтите её вокруг рядом расположенной, чтобы она не болталась и не зацепилась за раму. Проверните колесо и посмотрите, не задевает ли обод за тормозные колодки. Если да, то Вам придётся ослабить тормоз винтом регулировки натяжения троса или даже отсоединить его. Дойдите до дома, или, если это необходимо, доедьте очень осторожно, так как у Вас останется только один работающий тормоз.

## В) ЕСЛИ ВЫ УПАЛИ:

Сначала проверьте все ли в порядке с Вами, и позаботьтесь о своих ранах насколько возможно. Затем проверьте повреждения на велосипеде и почините, что возможно.

По приезду домой, отвезите велосипед к квалифицированному веломеханику для детальной проверки.

**▲ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:** При падении детали велосипеда могут подвергаться чрезвычайному напряжению, которое может привести к преждевременной усталости материала. Если продолжить использовать компонент, исчерпавший свой ресурс, он может внезапно и непредсказуемо сломаться, что может привести к травме.

## ГЛАВА 7. ЭКИПИРОВКА И АКСЕССУАРЫ

Когда уже подобрана правильная посадка на велосипеде - Ростовка рамы, длина и угол наклона выноса, положение и угол наклона седла - само седло становится наиболее важным аксессуаром для удобства.

Комфортность велосипедного седла зависит больше от соответствия формы седла анатомии велосипедиста, чем от толщины или материала набивки седла. Производители велосипедов выбирают форму седла, исходя из того, что будет самым удобным для большинства покупателей каждой конкретной модели велосипеда. Но никто не гарантирует, что именно эта форма седла окажется самой удобной для Вас. Поэтому в хороших веломагазинах имеются в продаже седла различной формы и набивки, из разных материалов и в разных ценовых категориях. Если седло на Вашем новом велосипеде окажется неудобным, попросите продавцов предложить Вам замену. Если Вы планируете совершать поездки длиной больше часа, то стоит приобрести пару велосипедных перчаток. Их набивка защитит Ваши руки от вибрации руля, и они также защитят Вас в случае падения.

Велосипедные шорты и майка являются не только аксессуаром для удобства, но и позволяют Вам двигаться более свободно, чем в обычной одежде. Существуют два типа велосипедных шорт: традиционные обтягивающие шорты и шорты свободного покроя. И те, и другие предназначены, чтобы снижать трение и препятствовать натиранию. Мягкая прокладка велосипедных шорт смягчает удары и препятствует натиранию промежности. Велошорты следует носить без нижнего белья. Существует также специальное велосипедное нижнее бельё с мягкой прокладкой, предназначенное для ношения с обычной уличной одеждой. Велосипедные майки обычно имеют карманы на спине, в которые удобно положить разные мелочи, необходимые в поездке. Велоодежда обычно изготовлена из специальных материалов со свойствами, повышающими уровень комфорта и удобства при езде.

Очень важно пить большое количество жидкости до и во время занятия спортом. Обязательно возьмите фляжку с водой, отправляясь в относительно продолжительную поездку.

## ГЛАВА 8. ГАРАНТИЙНЫЕ ОБЯЗАТЕЛЬСТВА

1. Настоящие гарантийные обязательства составлены в соответствии с положениями Закона Российской Федерации «О защите прав потребителей» и гарантийными обязательствами фирм-изготовителей.
  2. Компания KONA обеспечивает каждый новый велосипед, проданный через уполномоченного дилера, пожизненной гарантией на раму за исключением карбоновых рам, на которые распространяется гарантия сроком 5 лет. На компоненты KONA и электрооборудование распространяется гарантия сроком 2 года. На аккумуляторы гарантийный срок составляет 1 год. Амортизационные вилки, задние амортизаторы и трансмиссия обеспечиваются гарантией их производителя.
  3. В случае обнаружения дефектов в материале изделия и/или низкого качества продукции в течение гарантийного срока, компания KONA гарантирует замену оригинальных узлов и деталей велосипедов на аналогичные новые изделия надлежащего качества.
  4. Гарантия не распространяется на материалы, подверженные износу в процессе эксплуатации, такие как грипсы, покрышки, подшипники и тормозные колодки.
- ⚠ ВНИМАНИЕ!** Проданные с соблюдением установленных правил велосипеды не подлежат гарантийному обслуживанию в следующих случаях:
- Самостоятельная неквалифицированная сборка и отсутствие предпродажной подготовки велосипеда;
  - Нормальный эксплуатационный износ узлов и деталей (зависит от условий эксплуатации);
  - Последствия аварии;
  - Эксплуатация велосипеда в непредусмотренном режиме;
  - Некачественная регулировка и настройка узлов и комплектующих;
  - Пренебрежительное обращение, отсутствие необходимого регулярного технического обслуживания;

Использование комплектующих и аксессуаров, которые не были изначально предназначены или несовместимы с велосипедом;

Истечение установленного гарантийного срока. Гарантийные обязательства также недействительны в тех случаях, если Ваш велосипед использовался в соревнованиях, прыжках на рампе или иных подобных особо жестких условиях эксплуатации (триал, дерт-джампинг, байкер-кросс, скоростной спуск и т.п.).

Гарантийные обязательства недействительны при эксплуатации велосипеда не соответствующего росту райдера (например 17" рамы при росте 185 см)

Гарантийные обязательства действительны только для первого владельца велосипеда (не распространяются при перепродаже).

Гарантийные обязательства не распространяются на случаи возникновения деформаций (изгибов, вмятин и пр.) рамы, вилки, руля, подседельной трубы и колесных ободов. Деформации возникают в результате значительного превышения допустимых нагрузок, которое является следствием использования велосипеда в недопустимых режимах работы, на которые конструкция велосипеда не рассчитана.

Гарантии, предоставляемые потребителям, ни в коей мере не снимают ответственности с владельца велосипеда за проведение регулярных проверочных осмотров и выполнение необходимого текущего технического обслуживания. Владелец должен самостоятельно следить за техническим состоянием велосипеда и своевременно осуществлять замену его изношенных частей, деталей и узлов на новые.

Велосипеды, производимые компанией KONA соответствуют российским стандартам, что подтверждено соответствующими сертификатами, выданными органом по сертификации номер АВ29.

Адрес производителя:  
KONA USA  
2455 Salashan  
Ferndale, Washington  
98248 USA



## ГАРАНТИЙНЫЙ ТАЛОН

Сборка (заполняется сборщиком):

Велосипед (модель \_\_\_\_\_)

Номер рамы: \_\_\_\_\_ Номер вилки: \_\_\_\_\_

Номер заднего амортизатора: \_\_\_\_\_

ВНИМАНИЕ! Следующие позиции заполняются продавцом в соответствии с биркой контроля качества!

Дата сборки: \_\_\_\_\_ Номер сборщика: \_\_\_\_\_

Предпродажная подготовка (заполняется продавцом):

Дата продажи: \_\_\_\_\_ Продавец: \_\_\_\_\_ /

М.П.

Велосипед мною проверен, претензий к качеству и комплектности нет. Инструкцию по эксплуатации велосипеда получил. С условиями гарантийного обслуживания ознакомлен.

Покупатель: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Адреса гарантийных сервисных мастерских (г. Москва):

1. Сигнальный проезд, д.16, стр.2, тел. +7 (495) 968-65-68

2. ул. Авиационная 67, тел. +7 (910) 478-77-78

Примечание: Сохраняйте документы, подтверждающие факт покупки велосипеда, так как их наличие является необходимым условием предоставления гарантии.

Первое бесплатное обслуживание \_\_\_\_\_ (в течение 30 дней с момента покупки велосипеда \_\_\_\_\_): ростовка, о

Перечень проделанных работ:

\_\_\_\_\_

— \_\_\_\_\_

— \_\_\_\_\_