

# 1

## Sichtkontrolle

Säubern Sie Rahmen, Gabel und die Felgenflanken mit Wasser und Spülmittel oder speziellem Fahrradreiniger. Suchen Sie dann nach Rissen oder Verformungen, auch am Lenker neben der Vorbauklemmung und an der Sattelstütze. Verdächtige Stellen sollten im Fachhandel überprüft werden.





## 2 Schraubverbindungen

Sitzen alle Schrauben fest? Ziehen Sie alle Schrauben nach – aber nicht zu stark. Die Kraft einer Hand reicht dazu in der Regel aus.

## Kette

# 3

Säubern Sie die Kette mit einem Tuch von grobem Schmutz. Dann schmieren Sie die Kette mit Kettenöl oder Kettenfließfett von innen an den Laschen. Drehen Sie die Kurbel, damit sich das Öl verteilt, den Überschuss wischen Sie ab.



Kettenspannung:  
etwa daumenbreit eindrückbar





## Beleuchtung

# 4

Funktionieren Scheinwerfer und Rücklicht? Kontrollieren Sie, ob die Stecker des Lichtkabels an den Leuchten und am Dynamo festsitzen. Sind die vorgeschrieben Reflektoren vorn, hinten, an den Pedalen und in den Speichen vorhanden und sauber? Speichenreflektoren sind nicht nötig, wenn die Reifen einen Reflexstreifen haben.



# Das verkehrssichere Fahrrad

Zugelassene Reflektoren und Leuchten sind am Prüfzeichen zu erkennen  
Beispiel: 



# Reifen 5

Reifen mit zu niedrigem Luftdruck fahren sich schwerer und gehen schneller kaputt. Der Mindest- und Maximalluftdruck steht auf der Reifenflanke.

Stecken Fremdkörper wie Scherben oder Dornen im Reifen? Heraus damit! Lässt sich das Reifenprofil kaum noch erkennen oder scheinen schon Fäden durch, muss der Reifen gewechselt werden. Sind Risse in der Lauffläche oder an den Flanken zu sehen? Kleine Risse sind noch unproblematisch, werden sie aber größer, können sich Fremdkörper darin sammeln und Pannen verursachen. Dann sollten Sie die alten Reifen gegen neue Reifen mit Pannenschutz tauschen.

Platte Reifen pumpen Sie auf und beobachten über einige Tage, ob die Luft hält. Wenn nicht, ist ein kleines Loch im Schlauch. Beim Flicken immer auch den Reifen auf eingedrungene Fremdkörper kontrollieren!



**E-Biker aufpassen!**  
Motor kompensiert erhöhten Rollwiderstand. Niedriger Luftdruck bleibt unbemerkt!



Zwei-Enden-Schlauch

Teleskop-pumpe



Stand-pumpe

## Ventil-Typen



Dunlop-  
Ventil

Auto-  
Ventil

Französisches  
Ventil

Es gibt sie in unterschiedlichen Längen!



## 6 Laufräder



Prüfen Sie, ob eine Speiche gerissen oder locker ist, indem Sie benachbarte Speichen mit Daumen und Zeigefinger zusammendrücken. Eine ungleichmäßige Speichen-spannung und gerissene Speichen ziehen auf Dauer weitere Defekte nach sich.

Hat die Felge einen Schlag? Halten Sie einen Schraubenzieher so, dass die Spitze etwa zwei Millimeter Abstand zur Felge hat und drehen Sie das Rad. Sind deutliche Ausschläge zur Seite zu sehen oder schleift die Felge sogar am Bremsklotz, sollte das Laufrad zentriert werden.

Haben die Naben Spiel? Versuchen Sie, das Laufrad quer zur Laufrichtung hin- und her zu bewegen. Spüren Sie dabei ein Rucken, hat das Lager Spiel und muss eingestellt werden.



## Felgenverschleiß



## Bremsen

Bremsklötze müssen getauscht werden, wenn die Querrillen nicht mehr deutlich zu erkennen sind oder sich eine Kante eingebremst hat. Die Bremsseile sollten Kappen an den Enden haben und nicht ausgefranst sein. Beschädigte oder geknickte Außenhüllen sollten ausgetauscht werden.

Die Bremsarme sollten sich leicht bewegen lassen, die Seilzüge leicht in der Hülle laufen. Ist das nicht der Fall, müssen die Seilzüge geölt und die Bremssockel gefettet werden.

Bei hydraulischen Bremsen muss bei maximaler Handkraft noch mindestens ein Finger zwischen Bremshebel und Griff passen – sonst muss die Bremse entlüftet werden.





## 8 Steuersatz

Ein lockerer Steuersatz stört das Fahrverhalten und geht schnell kaputt. Stellen Sie sich neben das Rad, ziehen Sie die Vorderradbremse und schieben Sie dabei das Rad vor und zurück. Gleichzeitig nehmen Sie die untere Lagerschale zwischen Daumen und Zeigefinger. Spüren Sie ein Rucken, muss der Steuersatz nachjustiert werden.

Seilzüge und Außenhüllen sollten ohne Knicke oder Beschädigungen verlaufen. Die Schalthebel oder Drehgriffe müssen sich leicht betätigen lassen, ansonsten benötigen die Seilzüge etwas dünnflüssiges Öl. Hilft das nicht, müssen sie getauscht werden.

Läuft die Kette nicht sauber über die Ritzel oder fühlen sich einzelne Gänge hakelig an, kann sich die Kabelspannung verringert haben. Bei Kettenschaltungen kann mit der Schraube am Schalthebel, aus der der Seilzug austritt, die Spannung angepasst werden. Hilft das nicht, ist vielleicht Verschleiß die Ursache, dann finden Sie im Fachhandel Hilfe.

Bei Nabenschaltungen gibt es je nach Modell verschiedene Mechanismen, um die Kabelspannung einzustellen. Sehen Sie in die Gebrauchsanweisung oder fragen Sie im Fachhandel nach.



**Bedienungsanleitung  
Kopieren und mitführen!**

#### SCHALTUNG EINSTELLEN

1. Schalten Sie am Drehgriff vom 1. in den 2. Gang.
2. Prüfen Sie, ob die gelbe Markierung **1** (Abb. AV) mittig innerhalb der beiden Begrenzungslinien **2** (Abb. AV) steht.
3. Muss die Schaltung nachgestellt werden, so lösen Sie zuerst die Kontermutter **4** (Abb. AW).
4. Stellen Sie anschließend die Schaltung mittels der Einstellschraube **3** (Abb. AW) ein.
5. Ziehen Sie nach dem Einstellen die Kontermutter **4** (Abb.



# Werkzeug für unterwegs



Kettenniet-entferner

Minitool  
auf Stabilität achten!



Knochenschlüssel



Flicken



Multitool



Speichenspanner



Reifenheber  
auf Stabilität  
achten!



Bändsel



Klebeband

## Ersatzteile für unterwegs



Kettenschloss  
auf Größe achten!



Schlauch  
auf passendes Ventil achten!  
Typ und Länge!



Ventil



Kabelbinder



Etwas Geld

## Und sonst ...



Handschuh

Keine Latex-  
Hanschuhe!



Windjacke



Erste-Hilfe-Tasche



Lappen



Sekundenkleber



Handreiniger ohne Wasser

# Smartphone



Smartphone

GPS, wo bin ich?



Wetterradar

Bett+Bike



Hilfe im Wald

