

Manuale d'uso e manutenzione.

Alpina
BIKES



01



MANUALE D'USO E MANUTENZIONE

La bicicletta in vostro possesso è il risultato di una ricerca approfondita, comprendente una selezione accurata di componenti di alta qualità e numerosi test.

Questo manuale ha l'obiettivo di fornire istruzioni fondamentali per semplificare la regolazione e la manutenzione della bicicletta.

Si consiglia di leggerlo attentamente prima dell'utilizzo e di seguire le istruzioni al fine di garantire prestazioni ottimali e una lunga durata della bicicletta.

La mancata osservanza di queste istruzioni è di responsabilità del proprietario della bicicletta.

SICUREZZA

Durante l'utilizzo della bicicletta su strade pubbliche, è essenziale che il veicolo sia equipaggiato con un sistema di illuminazione e segnali di avvertenza conformi alle normative locali sul traffico. Per garantire la vostra sicurezza personale, si consiglia l'uso costante del casco.

Si sottolinea di assicurarsi che la bicicletta venga utilizzata in modo corretto e in conformità con gli scopi per cui è stata progettata. Un uso improprio potrebbe provocare gravi lesioni. Nel caso di biciclette destinate ai bambini, è fondamentale insegnare loro il corretto utilizzo, in particolare l'uso dei freni.

Prestare attenzione al fatto che la bicicletta, come ogni oggetto meccanico, è soggetta a forti pressioni e all'usura. I materiali e i componenti possono reagire in modo diverso al tempo, alle lacerazioni o agli urti. Ogni componente potrebbe rompersi improvvisamente al raggiungimento della fine del suo ciclo di vita, causando lesioni al ciclista. Per tale motivo, è necessario sottoporre periodicamente la bicicletta a revisioni e controlli. Crepe, graffi e decolorazioni nelle parti fortemente usurate sono segnali che il componente deve essere sostituito.

Gli standard di sicurezza sono conformi alle normative di settore:

- ⇒ **UNI EN ISO 4210 per le biciclette da adulto**
- ⇒ **UNI EN ISO 8098 per le biciclette da bambino**

TABELLA DEL MASSIMO PESO AMMISSIBILE DEL CICLISTA

<i>Tipo di bicicletta</i>	<i>Peso Massimo del guidatore</i>	<i>Portata massima bagagli</i>
Biciclette da città e da trekking	100 kg	Guardare le specifiche degli accessori
Biciclette misure 12"/16"/20"/24"	40-60 kg	
Mountain bike	100 kg	
Bicicletta pieghevole	90 kg	

02



INDICAZIONI PER L'USO

Prima di mettere in uso la vostra bicicletta, si consiglia di effettuare una verifica accurata dei freni e di assicurarsi che il sistema di sgancio rapido o i dadi fissanti della ruota siano saldamente fissati. Prestare attenzione a controllare che la pressione delle coperture sia adeguata e che il tubo reggisella, la sella e il piantone del manubrio siano regolati e stretti correttamente.

MANUTENZIONE PERIODICA

La bicicletta richiede una manutenzione regolare e revisioni periodiche, le quali sono soggette al modello specifico della bicicletta, alla frequenza d'uso e alle condizioni ambientali.

FREQUENZA	PUNTI DI CONTROLLO	SCOPO DELLA MANUTENZIONE		
		Ispezione	Pulizia	Lubrificazione
Prima di ogni uso	Bloccaggio rapido/dadi fissanti ruota Freno anteriore e posteriore Coperture: usura e pressione Funzione del sistema di illuminazione Serraggio del piantone manubrio e del canotto sella Serraggio bulloni in generale			
Ogni 500 km	Serraggio del sistema di sterzo Serraggio di pedali e pedivelle Tensione dei raggi ruota			
Ogni mese	Catena Cambio Ruota libera			SAE-20
Ogni 6 mesi	Perno dei pedali Mozzi ruota Canotto reggisella Sistema di sterzo			Grasso
Ogni anno	Cavi dei freni e del cambio	Cambio		

Attenzione: si raccomanda di effettuare la manutenzione e le revisioni esclusivamente presso rivenditori autorizzati. Le frequenze indicate nella tabella sono da considerarsi come linee guida e devono essere applicate in condizioni di utilizzo normali. Per le mountain bike, è consigliabile eseguire manutenzioni più frequenti in caso di un utilizzo più intenso della bicicletta.

PREPARAZIONE DELLA BICICLETTA

1. REGOLARE L'ALTEZZA DELLA SELLA

Per calcolare questo valore, è necessario moltiplicare la misura interna della gamba, considerando anche le scarpe indossate durante la pedalata, per il coefficiente 0,885. Il risultato rappresenta la distanza ideale da mantenere tra il centro del sellino e il centro del movimento centrale della bicicletta. Per regolare l'altezza, è necessario allentare le viti e spostare verticalmente il canotto nella quantità desiderata, quindi fissare nuovamente la vite.

Attenzione: Affinché siano garantiti la sicurezza e il corretto utilizzo, il segno orizzontale sul canotto reggisella dovrebbe sempre trovarsi all'interno del tubo in cui viene inserito il canotto e non al di fuori di esso.

03



2. REGOLARE L'ALTEZZA DEL MANUBRIO

Per garantire una postura confortevole, consigliamo di apportare le seguenti regolazioni:

<u>ALTEZZA SELLA DA TERRA</u>	<u>MAGGIORE ALTEZZA DEL MANUBRIO</u>
65/68 cm	5/6 cm
69/72 cm	6/7 cm
73/76 cm	7/8 cm
77/79 cm	8/9 cm
80/82 cm	9/10 cm

Attenzione: per i piantoni tradizionali, è fondamentale rispettare l'altezza specificata dal produttore, tenendo conto dell'indicazione del limite minimo di inserimento, e evitare di superarla in alcun modo per garantire un corretto utilizzo e la sicurezza del dispositivo.

3. TENSIONE DI SERRAGGIO DI VITI-DADI-BULLONI

Nel montaggio di qualsiasi componente, utilizzare le chiavi inglesi appropriate senza applicare eccessiva forza. I bulloni e/o i dadi devono essere sostituiti se le loro filettature risultano danneggiate durante l'allentamento o la serratura.

A tal proposito, si riportano di seguito le torsioni di serraggio raccomandate per le diverse dimensioni delle viti, a meno che non venga espressamente indicato diversamente.

MISURA DELLA VITE	TORSIONE SERRAGGIO (daN*m)
M4x0.7	0.3-0.4
M5x0.8	0.6-0.8
M6x1	1-1.4
M8x1.25	2.5-3.5
M8x1	2.7-3.8
M10x1.5	4.9-6.9
M10x1.25	5.2-7.3

TESTARE LA DISTANZA DI FRENATA

Prima di iniziare a utilizzare la bicicletta, verificare attentamente che i freni anteriori e posteriori siano in OTTIMO STATO. Qualsiasi cavo che mostri segni di usura deve essere sostituito IMMEDIATAMENTE. È consigliato assicurarsi che entrambi i freni siano operativi CONTEMPORANEAMENTE per prevenire eventuali cadute, soprattutto su strade bagnate, poiché la distanza di frenata su superfici umide può essere circa il 40% più lunga rispetto a quella su superfici asciutte.

PULIZIA

Per mantenere la bicicletta in ottime condizioni, è essenziale adottare le seguenti precauzioni:

- Eliminare polvere e fango con una spugna umida e un detergente delicato. Evitare l'uso di solventi o detersivi aggressivi e/o alcalini, specialmente sulle parti verniciate.
- Pulire i componenti in plastica utilizzando solo acqua e sapone.
- Detergere le coperture con una spugna umida e acqua saponata.

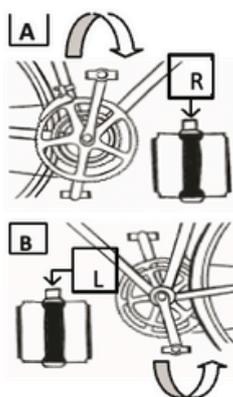
04 *Alpina*

- Asciugare la bicicletta con un panno morbido.
- Lubrificare la catena dopo ogni pulizia.

Attenzione: sconsigliato l'utilizzo di pulitori ad alta pressione e l'uso di getti di vapore.

REGOLAZIONI BASILARI

1. MONTAGGIO DEI PEDALI



PEDALE DESTRO: Identificato con la lettera R marcata sul perno. Per installare il pedale, avvitare il perno in senso orario (Figura A).

PEDALE SINISTRO: Identificato con la lettera L marcata sul perno. Per installare il pedale, avvitare il perno in senso antiorario (Figura B).

NB: Prestare particolare attenzione alla corretta collocazione dei pedali (destra e sinistra). Se montati in modo invertito, la pedivella si sviterà e diventerà inutilizzabile.

2. REGOLAZIONE DEL PIANTONE MANUBRIO



PIANTONE CONVENTIONALE: Allentare la vite di fissaggio per sbloccare l'anello conico. Regolare l'altezza desiderata e serrare la vite.

Importante: assicurarsi che il segno di inserimento non sia visibile.

Per regolare la posizione del manubrio, allentare la vite di fissaggio del manubrio. Ruotare il manubrio fino all'angolazione desiderata e riavvitare la vite di fissaggio.

PIANTONE AHEAD: Per regolare l'altezza, rimuovere il tappo e il tubo reggi manubrio, allentando la vite di fissaggio e i bulloni. Inserire i distanziali necessari sopra o sotto il piantone.

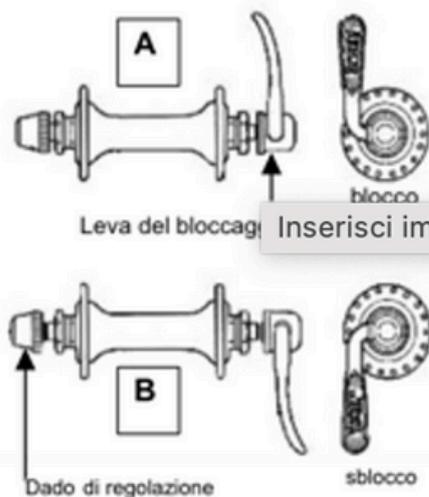
Riassemblare il piantone e avvitare la copertura fino a quando lo sterzo gira correttamente. Infine, stringere i bulloni di tensionamento.

Importante: assicurarsi che la distanza tra la parte superiore del piantone dello sterzo e la parte superiore del tubo della forcella sia compresa tra 2 e 4 mm.

05

Alpina

3. RIMOZIONE E MONTAGGIO DELLE RUOTE



RIMOZIONE: Allentare le pinze freno rilasciando o allentando il cavo del freno. Spostare la leva di bloccaggio dalla posizione A a quella B. Svitare manualmente il dado di regolazione e rimuovere la ruota.

MONTAGGIO: Inserire completamente l'asse della ruota nella fessura della forcella (ruota anteriore) o del telaio (ruota posteriore), con la leva di bloccaggio in posizione "sblocco". Stringere leggermente il dado di regolazione e posizionare la leva di bloccaggio nella posizione A.

Importante: Verificare che la leva richieda una forza significativa per muoversi. Se la leva si sposta con facilità, è necessario stringere maggiormente sia la leva che il dado di regolazione.

4. ALTEZZA DEL SELLINO



Per regolare l'altezza della sella, inserire il tubo reggisella nel tubo del telaio. Quando la sella è posizionata all'altezza desiderata, serrare la leva o la vite di fissaggio.

Importante: Assicurarsi che il segno di inserimento minimo non sia mai visibile, garantendo così una lunghezza minima di inserimento del tubo reggisella nel tubo del telaio.

5. INSTALLAZIONE DEGLI STABILIZZATORI

Devono essere sempre fissati al retro della bicicletta, o al mozzo posteriore o al telaio.

Per ottenere una maggiore stabilità della bicicletta, regolare gli stabilizzatori in modo che le ruote abbiano una superficie d'attrito con il terreno compresa tra 1 e 2,5 cm quando la bicicletta è in posizione verticale.

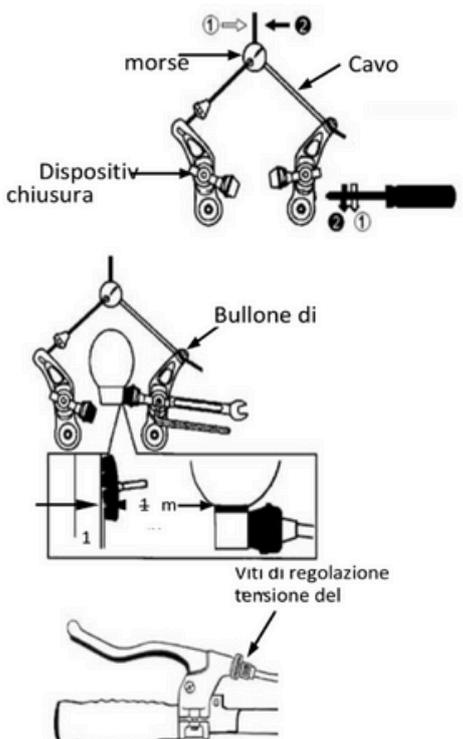
MANUTENZIONE

REGOLAZIONE FRENI V-BRAKE

	<p>REGOLAZIONE:</p> <ol style="list-style-type: none"> Distanza del pattino: <ul style="list-style-type: none"> Premere i freni a "V" contro il cerchione. Regolare la distanza del pattino cambiando la rondella B (3 mm o 6 mm) per assicurarsi che la distanza A sia di almeno 39 mm. Fissaggio del pattino: <ul style="list-style-type: none"> Con il pattino premuto contro il cerchione, utilizzare una chiave a brugola da 5 mm per avvitare la vite di fissaggio del pattino. Assicurarsi che la distanza dal limite superiore del cerchione sia di 1 mm. Applicare una coppia di torsione compresa tra 6-8 Nm. Regolazione dello scarto dei pattini: <ul style="list-style-type: none"> Tirare il cavo per ottenere uno scarto di 2 mm tra il pattino destro e quello sinistro. Bloccare con una coppia di torsione di 6-8 Nm. Bilanciamento finale: <ul style="list-style-type: none"> Utilizzare le viti di regolazione della molla per bilanciare il sistema, assicurandosi che ciascun pattino sia posizionato a 1 mm dal cerchione.
--	--

07

Alpina

	<p>REGOLAZIONE:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Rilasciare il dispositivo di chiusura della ganascia.2. Tendere il cavo portandolo in linea trasversale con il morsetto e bloccarlo sul retro del morsetto principale.3. Regolare il bilanciamento agendo sulle viti di regolazione della tensione del cavo.4. Posizionare le ganasce del freno sul bordo del cerchione e regolare l'altezza fino a rendere il bullone perpendicolare al bordo. Spostare i pattini del freno indietro di 1 mm rispetto al bordo.5. Rimuovere il bullone di fissaggio del cavo e allentare il cavo di 2 mm per ottenere uno scarto di 1 mm tra il pattino del freno e il bordo del cerchione.6. Se necessario, migliorare il bilanciamento ruotando le viti di regolazione della tensione del cavo (tamburo) posizionate sulla leva del freno.
--	--

REGOLAZIONE FRENI A DISCO MECCANICI

Come per i freni V-Brake, controlla la condizione della ruota, deve essere ben diritta.

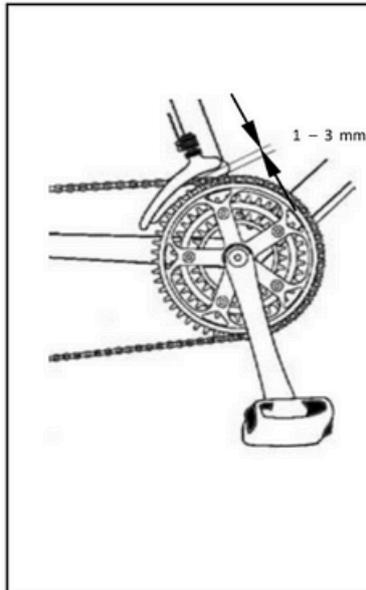
Poi, assicurati che il disco non sia scampanato, cioè non danneggiato dalla presenza, ad esempio, di piccoli bozzi.

Ed ora, via con le regolazioni:

↪ Con la chiave Allen, allenta le due che tengono il corpo freno, in modo che possa muoversi.

↪ stingi al massimo l'impugnatura del freno e, nel mentre, serra i due bulloni.

💡 Se senti ancora degli sfregamenti, allenta la vite che tiene il corpo freno e rimettila. Ripeti questa operazione tutte le volte necessarie, senza dimenticarti di stringere al massimo la vite del corpo freno all'estremità.



Verificare che il fondo della piastra esterna della gabbia sfiori la parte superiore dei denti della guarnitura dentata, con una distanza di **1-3 mm**.

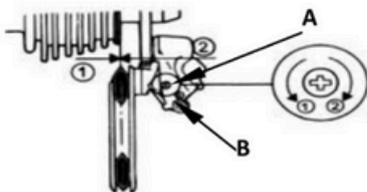
Regolazione del fermo-corsa inferiore: Con la catena sull'ingranaggio più piccolo della guarnitura e su quello più grande della ruota libera, girare la vite di regolazione fino a ottenere una distanza tra la catena e la piastra esterna della gabbia di **1-3 mm**.

Regolazione del fermo-corsa superiore: Con la catena sull'ingranaggio più grande della guarnitura e su quello più piccolo della ruota libera, girare la vite di regolazione fino a ottenere una distanza tra la catena e la piastra esterna della gabbia di **1-3 mm**.

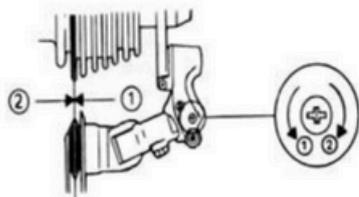
Regolazione della tensione del cavo: Con la catena posizionata sull'ingranaggio mediano della ruota libera, girare la vite di regolazione della tensione del cavo in **senso orario** se la catena tocca la piastra interna della gabbia, oppure in **senso antiorario** se la catena è a contatto con la piastra esterna della gabbia.

REGOLAZIONE DEL DERAGLIATORE POSTERIORE

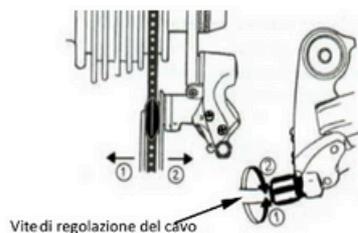
Regolazione limite inferiore



Regolazione limite superiore



Regolazione della tensione del cavo



Vite di regolazione del cavo

REGOLAZIONE DELLO STOP DEL LIMITE SUPERIORE E INFERIORE:

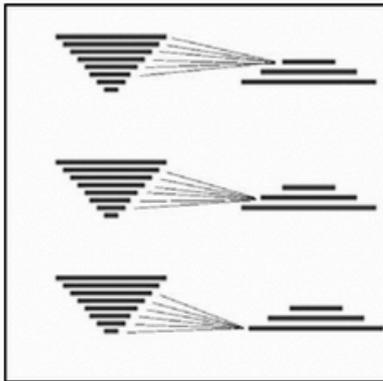
1. Utilizzare le viti **A** e **B** per regolare i limiti del deragliatore.
2. Girare le due viti in modo che la catena non esca dai limiti del cambio.
3. Assicurarsi che il dispositivo di spostamento della catena sia allineato sia con l'ingranaggio più grande che con quello più piccolo della ruota libera.

REGOLAZIONE DELLA TENSIONE DEL CAVO:

1. Spostare il comando cambio sul **secondo rapporto**.
2. Girare la vite di regolazione della tensione del cavo fino a ottenere una perfetta corrispondenza con il **secondo ingranaggio** della ruota libera.

Questa regolazione permette al cambio di funzionare correttamente e assicura che la catena si sposti senza problemi tra i vari ingranaggi.

CAMBIARE MARCIA



Per prevenire danni al cambio, si raccomanda di non applicare troppa pressione sui pedali mentre si cambia rapporto. Evitare di cambiare marcia durante uno sforzo intenso o quando si sta guidando in pendenza.

Non utilizzare rapporti estremi: evitare di combinare l'ingranaggio più piccolo posteriore con quello più grande anteriore e viceversa. L'ingranaggio mediano è progettato per essere utilizzato in modo ottimale su tutti i rapporti. L'uso di rapporti estremi può causare una distorsione laterale della catena, che impedisce il corretto funzionamento del cambio e accelera l'usura dei componenti di guida.

PRESSIONE DELLE COPERTURE

La pressione delle coperture è generalmente indicata sull'esterno della gomma.

La pressione è espressa in **PSI** o **bar**, con il valore massimo chiaramente segnato.

Le coperture sgonfie sono più vulnerabili alle forature e possono danneggiare il cerchione. Al contrario, una pressione eccessiva può ridurre l'aderenza al terreno.

Importante: Quando le coperture raggiungono il limite di usura, devono essere sostituite. Un buon battistrada è fondamentale per garantire una migliore prestazione della bicicletta e una frenata più sicura. Ricorda che **14 PSI** corrispondono a **1 bar**, quindi **1 bar = 1 kg/cm²**.

SOSTITUZIONI DELLE PARTI USURATE

Le parti che si usurano più frequentemente includono le coperture, le pastiglie, i dischi, i pattini freno e i cerchioni (soprattutto se fanno parte del sistema frenante).

1. **COPERTURE:** Sostituisci le coperture solo con quelle identiche o equivalenti, verificando sempre il segno esterno della gomma. Se il diametro della gomma di sostituzione è maggiore rispetto a quello originale, potrebbe capitare che la ruota anteriore o il parafango tocchino con la punta del piede durante i cambi di direzione, compromettendo il controllo della bicicletta. Lo stesso rischio si presenta anche se si utilizza una pedivella più lunga.
2. **TUBOLARI:** Verifica la pressione di gonfiaggio consigliata nei manuali di istruzioni del produttore e segui le raccomandazioni riguardanti il montaggio in base al cerchione per ottenere la migliore aderenza possibile.
3. **PATTINI FRENI:** Controlla regolarmente l'usura dei pattini dei freni. Quando le scanalature sui pattini diventano invisibili, è necessario sostituirli con pattini dello stesso tipo e dimensione.
4. **PASTIGLIE E DISCHI DEI FRENI:** Consulta il manuale fornito dal produttore specifico per le istruzioni su come sostituire le pastiglie e i dischi dei freni. Segui le raccomandazioni del produttore per garantire un funzionamento ottimale del sistema frenante.
5. **CERCHIONI:** L'usura dei cerchioni è maggiore se fanno parte del sistema frenante della bicicletta, ovvero quando i pattini dei freni agiscono direttamente sui cerchioni. Controlla regolarmente lo stato dei cerchioni e sostitiscili con altri dello stesso tipo e dimensione quando mostrano segni di usura.



Alpina
BIKES

Via Archimede, 485
47521 Cesena (FC) ITALY
T. +39 0547 645699
F. +39 0547 645783
info@alpinabike.com