



# 2016 LEFTY OLIVER

OWNER'S MANUAL SUPPLEMENT

cannondale

# Informazioni su questo supplemento

I supplementi al manuale utente di Cannondale forniscono importanti informazioni tecniche di sicurezza, manutenzione e su modelli specifici. Non sono da intendersi come sostitutivi al **Manuale utente della bicicletta Cannondale**.

Il presente supplemento potrebbe essere uno dei tanti forniti per la bicicletta acquistata. È importante procurarsi e leggere attentamente tutti i supplementi.

Se si desidera richiedere un manuale o un supplemento o in caso di dubbi sulla bicicletta acquistata, contattare il proprio rivenditore Cannondale o uno dei numeri telefonici riportati sul retro del presente manuale.

È possibile scaricare versioni in formato Adobe Acrobat PDF di qualsiasi manuale utente o supplemento Cannondale dal nostro sito Web:

[www.cannondale.com/manuals](http://www.cannondale.com/manuals)

- Il presente manuale non deve essere considerato un manuale di sicurezza o assistenza completo della bicicletta.
- Non include le istruzioni di assemblaggio della bicicletta.
- Prima della consegna al cliente, tutte le biciclette Cannondale devono essere completamente assemblate e ispezionate per il corretto utilizzo a cura di un rivenditore Cannondale.



## ATTENZIONE

Il presente supplemento potrebbe includere procedure che non rientrano nell'ambito delle istruzioni meccaniche generali.

Potrebbe essere richiesto l'utilizzo di strumenti, competenze e conoscenze speciali. Un intervento meccanico non adeguato aumenta il rischio di incidente. Qualsiasi incidente con la bicicletta comporta il rischio di gravi lesioni, paralisi o persino la morte. Per ridurre al minimo tale rischio, si consiglia ai proprietari di far eseguire gli interventi meccanici da un rivenditore Cannondale autorizzato.

# Sommario

## INFORMAZIONI DI SICUREZZA..... 2

Destinazione d'uso .....	2
Danno / ispezione .....	2
Effettuare le regolazioni .....	3
Smontaggio o modifica .....	3
Freno.....	3
Passaggio Ruota .....	3

## GARANZIA LIMITATA CANNONDALE ..... 4

## MANUTENZIONE..... 4

Pulizia.....	4
Copie di serraggio.....	5
Programma .....	5
Passaggio della guaina del freno. ....	6
Bumper telaio .....	6
Reset manuale.....	7

## INFORMAZIONI TECNICHE ..... 8

## MOZZO / RUOTA..... 9

Rimozione ruota.....	9
Installazione della ruota.....	10

## REGOLAZIONI ESTERNE..... 11

Push Button Rebound - PBR.....	11
Pressioni consigliate.....	12

## INFORMAZIONI DI SICUREZZA

LEFTY MODEL	ESCURSIONE/ RUOTA mm/in	DESTINAZIONE D'USO
OLIVER	30/650B	General Purpose Riding, ASTM CONDITION 2

**LE LEFTY NON SONO DESTINATE A:** uso in forme estreme di jumping/riding come Hardcore Mountain, Freeriding, Downhill, North Shore, Dirt Jumping, Hucking, ecc.



### ATTENZIONE

**È ESSENZIALE CAPIRE LA LEFTY E LA SUA DESTINAZIONE D'USO. UN USO NON CORRETTO DELLA LEFTY È PERICOLOSO.**

Le condizioni d'uso settoriali 1 - 5 sono generali e in evoluzione. C e intendete utilizzare la vostra bicicletta/forcella. Per ulteriori informazioni sull'Uso previsto, leggere il Manuale utente della bicicletta Cannondale e le Condizioni 1-5.

**IGNORANDO QUESTA AVVERTENZA SI CORRE IL RISCHIO DI UN INCIDENTE CON GRAVI CONSEGUENZE, TRA CUI ANCHE LA PARALISI O LA MORTE.**

## Danno / ispezione



### ATTENZIONE

**L'USO IN PRESENZA DI DANNI È PERICOLOSO. IN PRESENZA DI DANNI CESSARE IMMEDIATAMENTE L'USO.**

Le seguenti condizioni indicano che è presente un grave danneggiamento della forcella:

- rumori "metallici" o sensazione di finecorsa.
- Modifica dell'escursione.
- Cambiamento delle normali funzioni.
- Perdita delle caratteristiche di messa a punto, perdite di olio o d'aria.
- Danno da incidente o impatto (graffi profondi, scanalature, ammaccature o deformazione)
- Piccole crepe sotto l'area della testa dei bulloni di fissaggio superiori e inferiori. Questa ispezione richiede la rimozione dei bulloni.
- Crepe orizzontali sopra e sotto l'intersezione dei fissaggi superiore e inferiore con la parte esterna del tubo della struttura della Lefty.
- Crepe verticali nel tubo esterno (dove corrono le scanalature e i cuscinetti ad aghi). Questi potrebbero evidenziare lunghe linee diritte, forse diverse linee parallele.

Si prega di leggere «Ispezione di sicurezza» nella PARTE II, sezione D, del manuale utente della propria bicicletta Cannondale.

Se la LEFTY è danneggiata non utilizzarla. Contattare il proprio rivenditore Cannondale per concordare un servizio di assistenza a cura di un centro di assistenza autorizzato.

**IGNORANDO QUESTA AVVERTENZA SI CORRE IL RISCHIO DI UN INCIDENTE CON GRAVI CONSEGUENZE, TRA CUI ANCHE LA PARALISI O LA MORTE.**

## Effettuare le regolazioni



### WARNING

Qualunque regolazione esterna deve essere effettuata esclusivamente a bici ferma. Ogni tentativo di regolazione in movimento può causare una perdita di controllo del mezzo

**AVVERTIMENTO SI INCORRE SERIAMENTE NEL RISCHIO DI INCIDENTI CHE POSSONO CAUSARE DANNI FISICI, PARALISI O LA MORTE.**

## Smontaggio o modifica

### **ATTENZIONE**

#### **NON SMONTARE O MODIFICARE IN ALCUN MODO LA LEFTY.**

Un servizio di assistenza o una modifica inadeguati possono portare a seri danni alla forcella o a gravi infortuni per la persona.

- Non smontare la forcella.
- Non cercare di modificarla in alcun modo.
- Non perforare, limare, tagliare o rimuovere materiale da nessuna delle parti.
- Non cercare di riparare eventuali danni.
- Non saldare, fissare o legare nulla alla forcella.
- Non cercare di rimuovere la cartuccia di ammortizzazione o altre parti interne della forcella.

La sezione **MANUTENZIONE** del presente supplemento include informazioni in merito a regolari pratiche di manutenzione dell'utente che possono mantenere la vostra forcella in buone condizioni. Tutte le altre procedure di assistenza e manutenzione devono essere completate a cura di un Headshok Service Center autorizzato. Per maggiori informazioni contattare il proprio rivenditore autorizzato Cannondale.

**IGNORANDO QUESTA AVVERTENZA SI CORRE IL RISCHIO DI UN INCIDENTE CON GRAVI CONSEGUENZE, TRA CUI ANCHE LA PARALISI O LA MORTE.**

## Freno

### **ATTENZIONE**

#### **NON PEDALARE SENZA UN IMPIANTO FRENANTE ANTERIORE CORRETTAMENTE MONTATO, REGOLATO E FUNZIONANTE.**

La LEFTY (disco/pinza) funge da sistema secondario di ritenzione ruota integrale. Se il sistema manca o è installato in modo scorretto, oppure se il bullone del mozzo ruota dovesse allentarsi la ruota potrebbe fuoriuscire dall'estremità del perno.

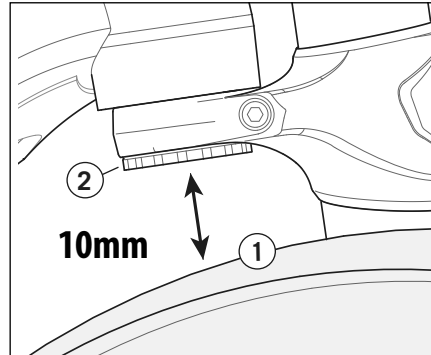
Per montare la pinza freno sull'adattatore della forcella seguire le istruzioni del produttore del freno stesso. Non modificare la forcella in alcun modo.

**SE SI INSTALLANO SISTEMI FRENANTI ANTERIORI COMPATIBILI SI PREGA DI CHIEDERE AIUTO AL PROPRIO RIVENDITORE CANNONDALE.**

## Passaggio Ruota

### **ATTENZIONE**

La modifica o l'installazione di cartucce/distanziali diverse da quelle specificate oppure l'uso di pneumatici di volume superiore alla norma modificano la luce tra pneumatico e piastra inferiore.



Se la luce passaggio ruota e' inferiore rispetto alla minima consigliata si corre il rischio di far collidere la ruota in rotazione con la piastra forcella, causando lo stop improvviso della ruota stessa. La conseguenza diretta può essere che il ciclista venga sbalzato di sella oppure perda il controllo, quindi che si verifichi un incidente.

**CONTROLLARE LA DISTANZA MINIMA DEL PNEUMATICO DALLA FORCELLA/TELAIO (10 mm) COMPRIMENDO COMPLETAMENTE LA LEFTY E SFIATANDO TUTTA L'ARIA.**

Misurare tra la sommità del pneumatico (1) correttamente gonfiato e il fondo del tubo di sterzo (2) della forcella.

**IGNORANDO QUESTA AVVERTENZA SI CORRE IL RISCHIO DI UN INCIDENTE CON GRAVI CONSEGUENZE, TRA CUI ANCHE LA PARALISI O LA MORTE.**

# GARANZIA LIMITATA CANNONDALE

Le sospensioni Cannondale (HEADSHOK, LEFTY, FATTY, SOLO) sono coperte dai termini e condizioni della Garanzia limitata Cannondale disponibile alla pagina Garanzia del nostro sito Web: [www.cannondale.com](http://www.cannondale.com) Assicurarsi di aver letto le esclusioni elencate nella garanzia limitata. Ad esempio, i danni da incidenti e manutenzione scorretta non sono coperti.

## Definizioni correlate alle forcelle:

la struttura della forcella è coperta nella sezione TELAI della Garanzia limitata Cannondale. «Struttura della forcella» significa che determinate parti strutturali della forcella, in particolare le gambe della forcella, il tubo esterno, il tubo di sterzo, le piastre del tubo di sterzo e i tubi interni con forcellini o perno attaccati. Piste, cuscinetti ad aghi, parapolvere, o-rings e boccole che sono parte del gruppo telescopico sono parti normalmente soggette ad usura e NON sono coperte dalla garanzia a vita limitata.

Le parti interne della forcella interna sono coperte da una garanzia di 1 anno (2 anni nei paesi UE) da difetti del materiale e della manodopera descritti nella sezione COMPONENTI della garanzia limitata Cannondale. Vengono definite come «parti interne forcella» le parti come le cartucce dell'ammortizzatore e le relative parti interne, le guarnizioni, gli o-ring, i cilindri pneumatici, i pistoni pneumatici, le molle, gli elastomeri, i bumper, le boccole, i cuscinetti ad aghi, le scanalature e l'olio. La normale usura di queste parti NON è coperta da questa garanzia di 1 anno (2 in UE). Come i pattini dei freni di un'auto, si deve mettere in conto di farli sostituire o rinnovare da un'officina specializzata mano a mano che si utilizza la forcella e questi si usurano.

## Ricorsi in garanzia per la forcella

Eventuali ricorsi in garanzia verranno presi in considerazione solo se la bicicletta/forcella verrà portata presso un rivenditore autorizzato Cannondale sul continente in cui la bicicletta/forcella è stata acquistata. La bicicletta/forcella deve essere in stato assemblato e accompagnata dalla relativa ricevuta di vendita originale datata.

Localizzatore rivenditori presso: [www.cannondale.com/Dealerlocator](http://www.cannondale.com/Dealerlocator)

# MANUTENZIONE

## Pulizia

Pulire utilizzando solo sapone delicato e una soluzione acquosa. Acqua pulita e un comune detersivo per piatti funzioneranno alla perfezione. Assicurarsi di coprire i regolatori con un sacchetto di plastica pulito fissato con un nastro di gomma o nastro adesivo. Prima di passare il panno eliminare lo sporco difficile. Spruzzare in modo indiretto.

### NOTA

- NON UTILIZZARE UN APPARECCHIO PER IL LAVAGGIO A PRESSIONE. Utilizzare un tubo flessibile da giardino a bassa pressione. Il lavaggio a pressione forza gli agenti contaminanti all'interno della forcella facilitando la corrosione, procurando danni immediati o accelerando l'usura.
- PER LO STESSO MOTIVO NON ASCIUGARE CON ARIA COMPRESSA.

## Coppie di serraggio

Per la propria sicurezza e per garantire la durata e le prestazioni della bicicletta, è estremamente importante serrare alla coppia corretta i dispositivi di fissaggio (bulloni, viti, dadi) sulla bicicletta. Si raccomanda di rivolgersi al proprio rivenditore per serrare alla coppia corretta tutti i dispositivi di fissaggio mediante una chiave dinamometrica. Nel caso in cui si desiderasse eseguire tale operazione in maniera autonoma, usare sempre una chiave dinamometrica.

Descrizione	Nm	In Lbs	Loctite™
Bulloni piastra superiore/inferiore	7-9	62-80	242 (blue)
Viti protezione	1.0	9	242 (blue)
Bullone asse ruota	15	133	
Bulloni di fissaggio adattatore freno	9	80	242 (blue)

## Programma

Questo programma è inteso come una semplice guida. Si deve stabilire un programma adeguato al proprio stile e condizioni di guida.

PARTE IN MANUTENZIONE	FREQUENZA	CHI?	
	Normale	Racing	
Controllare eventuali danni	Prima e dopo l'uso	Prima l'uso	Proprietario della bicicletta
Rimuovere gli eccessi di lubrificante dallo stelo inferiore per evitare contaminazioni dell'impianto frenante	Prima e dopo l'uso		Proprietario della bicicletta
Controllare coppie di serraggio	Prima pedalata/ ogni 4-5 uscite	Prima l'uso	Proprietario della bicicletta
Sostituire il bumper telaio, protezione	Secondo necessità		Proprietario della bicicletta
Reset manuale	50 ore	25 ore	Proprietario della bicicletta
Lubrificazione elemento telescopico	100 ore	50 ore	Rivenditore
Service della cartuccia, ispezione della parte pneumatica SoloAir.	100 ore o ogni anno	100 ore	Rivenditore
Service Completo (Compresa la parte telescopica)	200 ore	100 ore	Headshok Service Center

### PROGRAMMARE UN SERVICE PROFESSIONALE DELLA FORCELLA ALL'ANNO (minimo)

Ogni anno oppure quando si evidenziano problemi, è necessario sottoporre la propria LEFTY a un service a cura di un concessionario Cannondale o un Service Center Headshok autorizzato. Lo smontaggio e l'ispezione a cura di un professionista delle sospensioni è necessario per valutare le parti interne ed esterne, per identificare usura e danni. Le parti danneggiate devono essere sostituite con parti nuove e il lavoro deve includere anche eventuali interventi descritti in bollettini tecnici o richiami prodotto.



### ATTENZIONE

**UNA MANUTENZIONE E UN'ISPEZIONE FREQUENTI SONO IMPORTANTI PER LA SICUREZZA. È POSSIBILE RIMANERE GRAVEMENTE FERITI, PARALIZZATI O UCCISI SE SI UTILIZZA UNA FORCELLA ROTTA O SCARSAMENTE MANUTENUTA.** Chiedete al vostro rivenditore Cannondale di aiutarvi a sviluppare un programma di manutenzione completo che si adatti ai vostri percorsi e alle vostre modalità di guida.

## Passaggio della guaina del freno.

La guaina del freno anteriore viene guidata lungo il fodero fino alla pinza del freno (4) passando attraverso le guide passacavo (2&3). I passacavi possono essere spostati verticalmente e ruotati in modo da ottenere la miglior linea di passaggio per la guaina. Posizionare il passacavo superiore (2) e quello inferiore (3) in modo che la guaina sia libera di scorrere seguendo i movimenti della sospensione

La posizione dei passacavo può essere modificata allentando la vite del morsetto; una volta libero, il passacavo può essere spostato e ruotato. Assicurarsi che la guaina possa muoversi liberamente lungo tutta la sua lunghezza assecondando i movimenti della sospensione

- Una volta inserita nelle guide, la guaina non deve mai entrare in contatto con alcun componente della ruota. Nel caso questo dovesse avvenire, interrompere immediatamente la guida del mezzo e correggere il passaggio guaina prima di riprendere l'utilizzo.
- Per proteggere sia il telaio che la Lefty, applicare le pellicole protettive KF103/ in quelle zone in cui le guaine (dei freni e dei deragliatori) entrano in contatto con il telaio o la con la Lefty. Fare particolare attenzione alle piastre della Lefty, al fodero della forcella e alla scatola sterzo del telaio. Shifters contact the Lefty or the bike frame (upper/lower clamps, outer tube, bike headtube).

## Bumper telaio

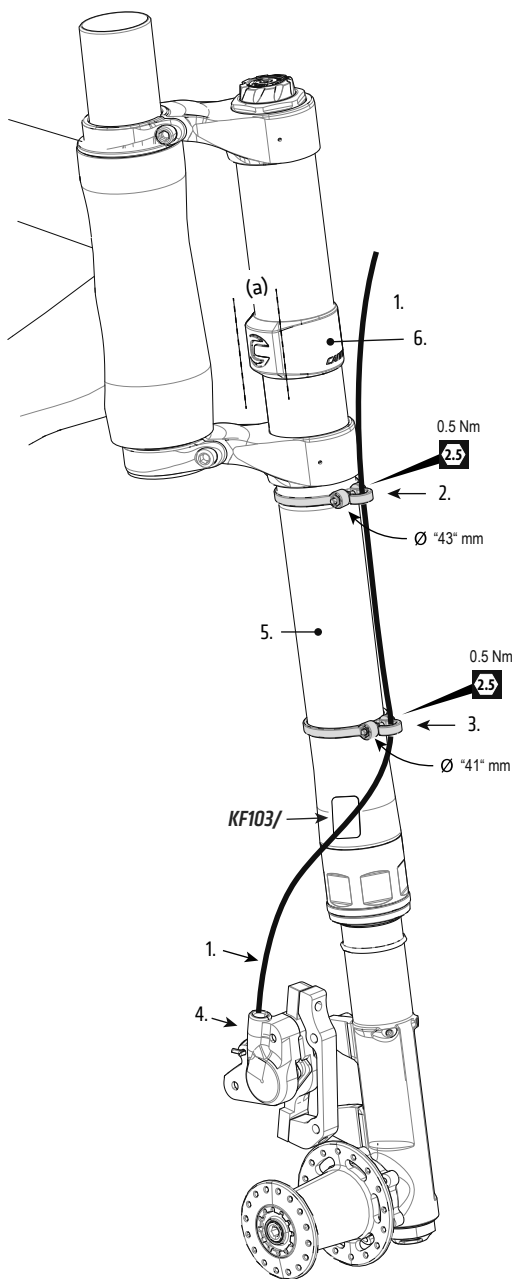
Il bumper protegge il telaio dal contatto con la LEFTY. Sostituirlo con uno nuovo in caso di danneggiamento, strappo o smarrimento.

La parte più spessa (a) del bumper deve essere la prima ad entrare in contatto con il telaio quando il manubrio viene girato a sinistra. La dimensione del bumper può variare a seconda del modello di bici di LEFTY. Il bumper può essere ruotato a mano per orientarlo nella posizione ottimale.

### NOTA

L'utilizzo di un bumper sbagliato o uno scorretto posizionamento del bumper possono dare luogo al danneggiamento del telaio. Chiedete aiuto al vostro rivenditore Cannondale.

**SOSTITUZIONE** Durante la revisione delle 100 ore, verificare che non siano presenti crepe o danni. Nel caso, sostituire con uno nuovo.



## Reset manuale

### NOTA

Non disassemblare o aprire la forcella per eseguire le seguenti operazioni.

Effettuare ogni 50 ore.

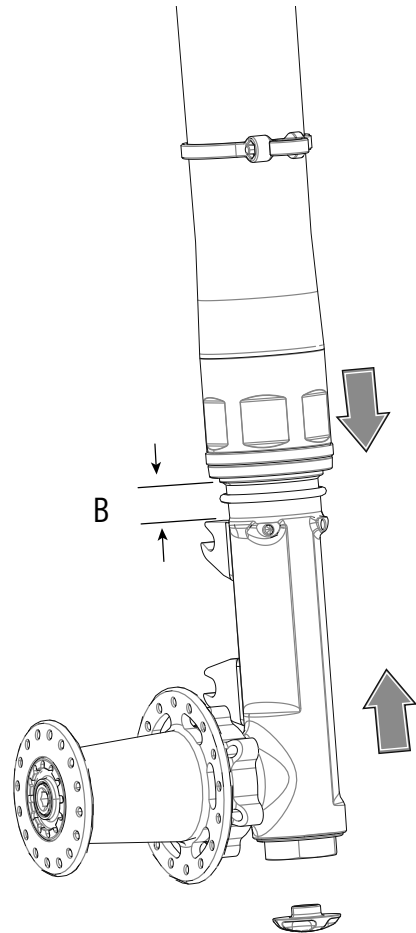
1. Con la bici a terra (non sul cavalletto).
2. Coprire il rotore del freno con un panno da officina asciutto. Rimuovere il cappuccio della valvola Schrader e trattenere la valvola per scaricare tutta la pressione dell'aria. È normale che venga espulso un piccolo quantitativo di olio con l'aria in uscita.



### AVVERTENZA

La contaminazione può portare alla perdita parziale o totale capacità frenante.

3. Tenere aperta la valvola mentre si comprime completamente la LEFTY con il manubrio fino a fine escursione. Espulsa l'aria, utilizzando forza moderata, premere ripetutamente con decisione la LEFTY fino a fine corsa.
4. Ora misura la porzione di stelo rimasto visibile, come mostrato in figura. Ripetere il passaggio tre fino a raggiungere la corretta misurazione qui sottodescritta per la propria LEFTY .
5. Una volta terminato, resettare il sag.



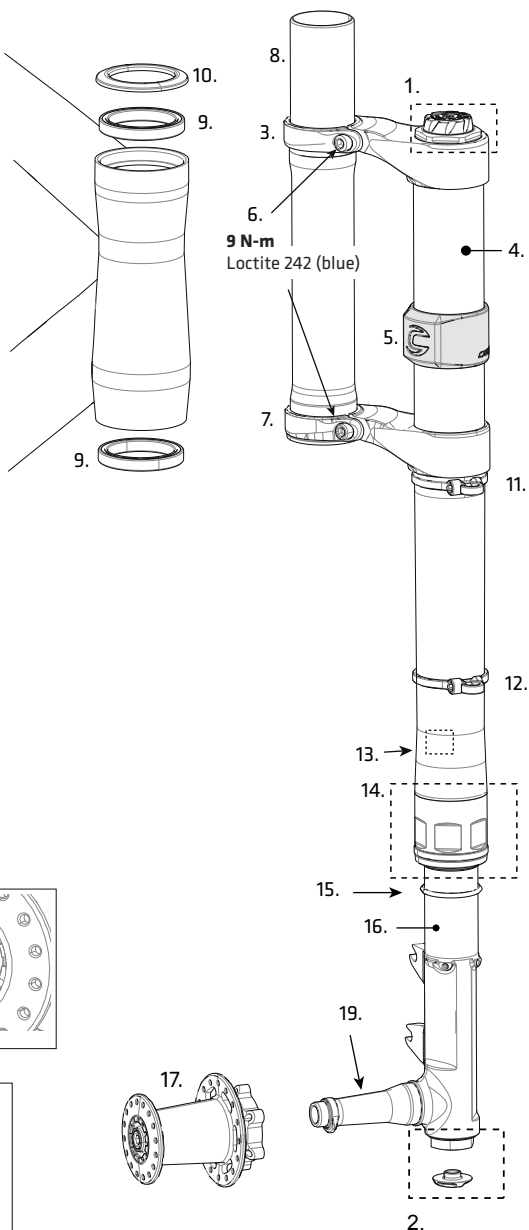
LEFTY	TRAVEL/WHEEL mm/in	(B) MANUAL RESET LENGTH mm +/- 3
OLIVER	30 /650B	3

**Misurare completamente compressa**



# INFORMAZIONI TECNICHE

1. OPEN / CLIMB mode button
2. Regolazione, pressione dell'aria
3. Anello superiore fisso
4. Fodero
5. Bumper telaio
6. Bullone di fissaggio
7. Anello inferiore fisso
8. Canotto sterzo
9. Headtube Bearing
10. Headset Bearing Seal
11. Guida alloggiamento freno superiore
12. Guida alloggiamento freno inferiore
13. Etichetta di avvertimento
14. Gruppo collarino inferiore
15. O-ring SAG
16. Tubo interno
17. Mozzo
18. Gruppo bullone asse
19. Posizione numero seriale
20. Attrezzo montaggio ruota mozzo Left



# MOZZO / RUOTA

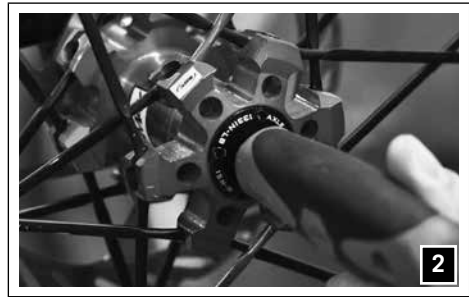
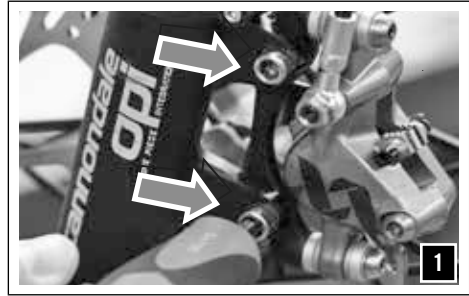
## Rimozione ruota

1. **Vedere figura 1.** Utilizzare una chiave Allen da 5 mm per allentare i bulloni di fissaggio della ganaschia del freno a sufficienza per rimuoverla dalle linguette di montaggio.

Prendere nota degli spessori di allineamento freni tra i mozzi e la ganaschia del freno. Riposizionare correttamente durante la reinstallazione.

2. **Vedere figura 2.** Inserire una chiave di Allen da 5 mm nel bullone del mozzo dell'asse e ruotare il bullone di estrazione mozzo in senso antiorario.

Continuare ruotando il bullone di estrazione fino a che la ruota può essere rimossa facilmente dall'estremità del perno. **Vedere figura 3.**



### NOTA

- Assicurarsi che il bullone dell'asse sia completamente disinnestato prima di cercare di rimuovere la ruota. Mai cercare di estrarre la ruota forzandola.
- Una volta che la ruota è rimossa, coprire l'apertura del mozzo per tenere fuori la sporcizia.
- Proteggere il perno dal danneggiamento quando la ruota viene rimossa.

# Installazione della ruota

1. Pulire e sgrassare il perno con uno straccio. Applicare del grasso idrorepellente di buona qualità sulla pista interna dei cuscinetti del mozzo ruota.



## ATTENZIONE

**NON CONTAMINARE LA PINZA FRENO, LE PASTIGLIE OD IL DISCO CON IL GRASSO.**

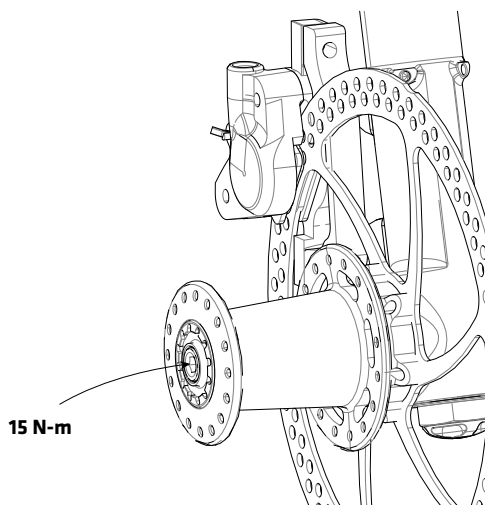
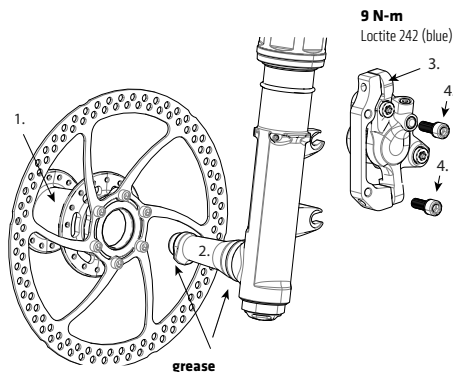
2. Infilare la ruota direttamente sul perno. Ruotare il bullone di fissaggio in senso orario con una chiave a brugola da 5 mm. Agire con mano leggera in modo da sentire il bullone che si avvita perfettamente sulla filettatura del perno. Sostenere la ruota in modo da scaricare il bullone e la filettatura sul perno del peso della stessa.
3. Una volta che la ruota sia stata inserita completamente sul mozzo, utilizzare una chiave dinamometrica per serrare a un valore finale di 15.0 Nm (133.0 InLbs). **vedi immagine 1.**
4. Reinstallare il gruppo freno-adattatore sul suo alloggiamento assicurandosi di centrare la pinza sul disco prima di serrare completamente i bulloni di fissaggio.

## AVISO

- CENTRARE IL ROTORE FRENO TRA I PATTINI.

Applicare Loctite 242 (blu) sulla filettatura dei bulloni e serrarli con una coppia di 9 Nm, (78 IN/Lbs). **Vedi immagine 2.**

5. Far girare la ruota per assicurarsi che si muova liberamente. Assicurarsi di testare il corretto funzionamento dei freni prima di salire in sella.

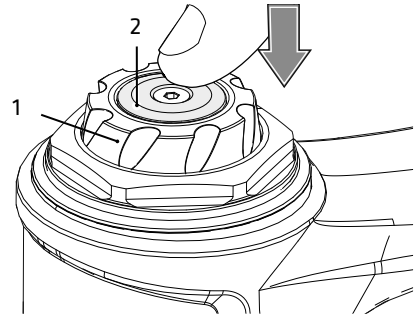


## REGOLAZIONI ESTERNE

**Push Button Rebound - PBR** Le regolazioni esterne del sistema PBR sono localizzate sulla testa della LEFTY. Si può intervenire sul setup dell'idraulica nei modi seguenti:

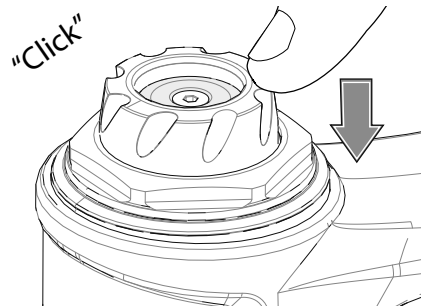
### Discenta

Quando si affronta un tratto in discesa, la LEFTY è libera di comprimersi ed estendersi assecondando le asperità del terreno. In questa modalità, la ghiera di regolazione del ritorno (1) si trova nella posizione bassa, come si vede in figura. Per passare alla modalità salita, premere il pomello centrale (2) permettendo alla ghiera del ritorno (1) di sollevarsi.



### Salita.

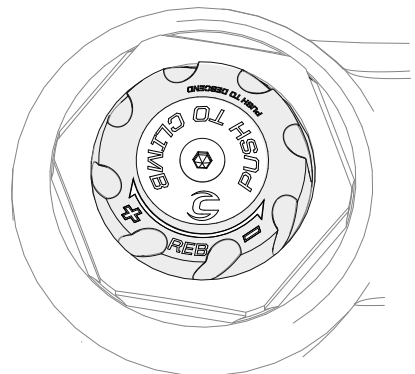
Nella modalità di salita, l'escursione della LEFTY è limitata. Il circuito idraulico si attiva esclusivamente in caso di forti impatti. Non si tratta di un blocco (lock-out) totale. Il settaggio di salita risulta essere una frenatura molto forte in compressione che permette di avere una piattaforma più stabile e una pedalata più efficiente. Per passare alla modalità discesa, spingere la ghiera del ritorno (1) verso il basso fino a che non si blocca nella posizione.



### Ritorno

La velocità di ritorno determina quanto velocemente la sospensione si estende dopo una compressione. Questa regolazione permette di adattarsi ai vari tipi di terreno e stili di guida.

Faster	Slower
Regolazione di ritorno Ruotare la ghiera di regolazione (1) in senso antiorario (verso il segno "+") per ridurre la frenatura in estensione, ovvero per velocizzare il ritorno	Ruotare invece in senso orario (verso il segno "-") in modo da aumentare la frenatura con conseguente riduzione della velocità di ritorno.



## Pressioni consigliate

Prima di pedalare su una bici equipaggiata con LEFTY, settare la corretta pressione con una pompa per sospensioni. Regolare la pressione in funzione del proprio peso (compreso il peso di tutta l'attrezzatura) seguendo la tabella qui riportata. Successivamente, variare la pressione a piccoli passi fino al raggiungimento del SAG consigliato. Vedere la pagina seguente.

Il sag è l'affondamento che la LEFTY 2.0 subisce quando la bicicletta viene sottoposta al carico statico del rider in sella. Impostarlo in conformità all'escursione della LEFTY 2.0. Il sag viene impostato modificando la pressione dell'aria attraverso la valvola Schrader sul fondo dello stelo.

Siate consapevoli che la calibratura convenzionale delle pompe ad alta pressione può avere variazioni. Pertanto, si consiglia di affinare il set up con il Sag consigliato.

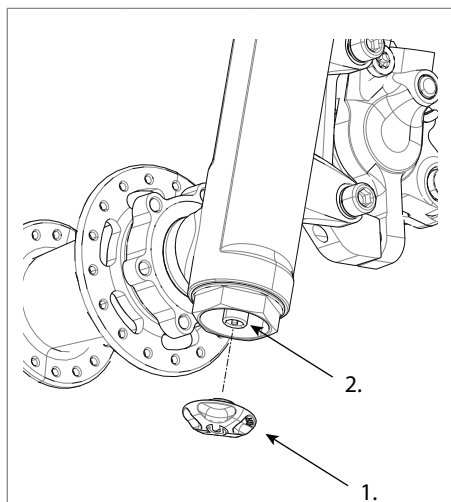
### Per impostare il sag:

1. Rimuovere il tappo della valvola Schrader (1) in fondo alla LEFTY. Collegare una pompa per sospensioni alla valvola Schrader (2).
2. Impostare la pressione dell'aria iniziale raccomandata in base al proprio peso.
3. Sedersi sulla bici in posizione di guida, quindi smontare.

**Nota:** La posizione di guida influenza la distribuzione del peso e pertanto il sag. Ad esempio, in posizione «di attacco» il peso del ciclista è distribuito in modo omogeneo davanti e dietro.

### Eliminazione problemi di sag

Troppo sag	aggiungere aria per piccoli incrementi
Poco sag	togliere aria per piccoli incrementi
Compressione eccessiva	aumentare pressione dell'aria
Guida dura o escursione limitata	ridurre pressione dell'aria



RIDER WT.		AIR PRESSURE
LB	KG	
MINIMUM (PSI)		50
<120	<54	< 110
120	54	110
130	59	120
140	64	130
150	68	140
160	73	150
170	77	160
180	82	170
190	86	180
200	91	190
210	95	200
220	100	210
230	104	220
>230	>104	>220
MAXIMUM (PSI)		250

### NOTA

Una pompa o un'estremità della valvola sporche possono dare luogo a contaminazione, danneggiamento e perdite d'aria. Assicurarsi che pompa e valvola siano pulite prima di collegarle.