

General Safety Information

Generelle sikkerhedsoplysninger

Allmän säkerhetsinformation

Yleistä turvatietoa

Generell sikkerhetsinformasjon

SI-0141A-000

SM-SH56

SPD CLEAT SET
SPD KLAMPESÆT
SPD – KLOSSAR (SET)
SPD TAPPISETTI
SPD-KLOSSESETT

* Service Instructions in further languages are available at: <http://si.shimano.com>
Please note: Specifications are subject to change for improvement without notice. (English)
© Apr. 2014 by Shimano Inc. HTR. Printed in Cambodia

SHIMANO

SHIMANO AMERICAN CORPORATION

One Holland, Irvine, California 92618, U.S.A. Phone: +1-949-951-5003

SHIMANO EUROPE B.V.

Industrieweg 24, 8071 CT Nunspeet, The Netherlands Phone: +31-341-272222

SHIMANO INC.

3-77 Oimatsu-cho, Sakai-ku, Sakai-shi, Osaka 590-8577, Japan

- * Serviceanvisninger på andre sprog kan findes på: <http://si.shimano.com>
Bemærk: Specifikationer kan blive ændret uden forudgående varsel pga. forbedringer. (Danish)
- * Bruksanvisningar på andra språk finns på: <http://si.shimano.com>
Observera att tekniska data i förbättringssyfte kan ändras utan föregående meddelande. (Swedish)
- * Huolto-ohjeet muilla kielillä saatavilla osoitteesta: <http://si.shimano.com>
Huomaa: Teknisiä tietoja saatetaan muuttaa ilman ennakkovaroitusta. (Finnish)
- * Serviceinstruksjoner på flere språk finnes på: <http://si.shimano.com>
Merk: spesifikasjoner kan endres for forbedringer uten forvarsel. (Norwegian)

WARNING

- For additional information refer to the service instructions supplied with the original product. If you do not feel confident about the installation and / or adjustment of this service part, consult your local bicycle dealer for assistance.
- If you do not maintain both your shoes and cleats in good condition, release (step out) and engagement (step in) to the pedals could become unpredictable or difficult, which could result in severe injury.

Note:

Do not use SM-SH56 Cleat set in combination with the PD-M858.

Releasing the cleats from the pedals

Multiple release mode cleats:

- The cleats can be released by twisting in any direction.
- Because the cleats can also be released by lifting your heel, they may become accidentally released when applying upward force on the pedals.
These cleats should not be used for riding style which may involve pulling up on the pedals or for activities, such as jumping, in which pulling forces are applied to the pedals causing possible release from the pedals.
- Although the cleats can be released by twisting your heels in any direction or by lifting, they will not necessarily release if you lose your balance.
Accordingly, for places and conditions where it looks as though you may lose balance, make sure that you have sufficient time to release the cleats beforehand.
- If the cleats release by accident, you may fall off the bicycle and serious injury may result. If the features of multiple release mode cleats are not sufficiently understood and if they are not used correctly, then they may release accidentally with a greater frequency than for single release mode cleats.
You can help to prevent this by adjusting the amount of force required to release the cleats in any direction, and you should practice until you are accustomed to the amount of force and the angle required to release.

Note:

In multiple release mode, it is necessary to practice releasing until you become accustomed to the technique. Releasing by lifting your heel requires particular practice.

Cleat replacement

Cleats wear out over time and should be replaced periodically. Cleats should be replaced when it becomes difficult to release, or it starts to release with much less effort than the when it was in new condition.

ADVARSEL

- Se serviceinstruktionerne, som blev leveret sammen med det originale produkt. Hvis du ikke er tryk ved pasformen, indstillingen og/eller justeringen af produktet, kontakt din lokale cykelhandler for hjælp.
- Hvis du ikke holder såvel sko som klamper i en god stand, kan i- og udklikning af pedalerne blive uforudsigelig eller besværet, hvilket kan medføre alvorlig tilskadekomst.

Bemærk:

Du må ikke bruge SM-SH56-klampesæt sammen med PD-M858.

Udløsning af klamperne fra pedalerne

Flerudløsningsklamper:

- Klamperne kan udløses ved at man vrikker hælen i en hvilken som helst retning.
- Eftersom klamperne kan udløses ved at man løfter hælen, er der risiko for, at de udløses, når man øver et opadgående træk på pedalerne. Disse klamper bør ikke anvendes til en kørestil, hvor der trækkes opad i pedalerne eller til aktiviteter, som f.ex. spring, hvor pedalerne udsættes for trækraft, som bevirker, at klamperne kan udløses fra pedalerne.
- Selvom klamperne kan udløses ved at man vrikker hælen i en hvilken som helst retning eller ved at man hæver hælen, er det ikke sikkert, at de udløses, hvis du mister balancen. Derfor bør du sikre dig, at du har tilstrækkelig tid til at udløse klamperne, hvis du kører på steder, hvor der er risiko for at du kan miste balancen.
- Hvis klamperne udløses ved et uheld, kan du falde af cyklen og komme alvorligt til skade. Hvis flerudløsningsmetoden for klamperne ikke forstås fuldtud, og hvis den ikke anvendes korrekt, er der risiko for utilsigtet udløsning hyppigere end med enkeludløsningsklamper. Du kan bidrage til at forhindre dette ved at regulere den grad af styrke, som kræves til at udløse klamperne i en hvilken som helst retning, og du bør øve dig, indtil du har vænnet dig til den grad af styrke og den vinkel, der kræves til udløsning.

Bemærk:

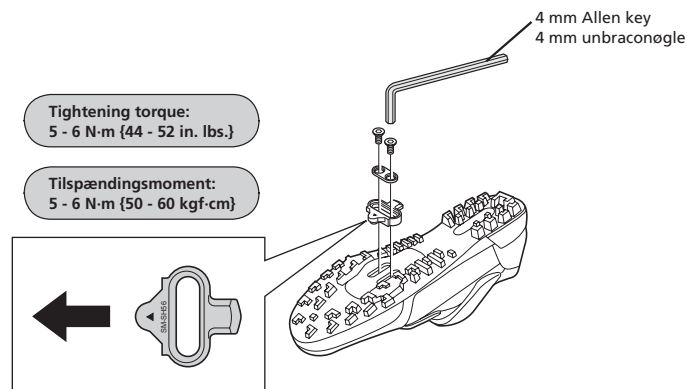
Når flerudløsningsmetoden anvendes, er det nødvendigt at du øver dig i udløsningen, indtil har vænnet dig til teknikken. Udløsning ved at løfte hælen kræver speciel træning.

Udskiftning af klamperne

Klamper bliver med tiden slidt og skal udskiftes med jævne mellemrum. Du skal udskifte dem, når de bliver svære at udløse eller det er blevet betydeligt nemmere at udløse dem end da de var nye.

Attaching the cleats

Montering af klamperne



⚠ VARNING

- Se serviceinstruksjonen som medfølger originalproduktet. Om du kjenner dig usikker på monteringen, innstilling og/eller justering av produktet, vend dig til din lokale cykelhandler for hjelp.
- Om du inte håller både skorna och klossarna i gott skick kan det bli oförutsägbart eller besvärligt att frigöra klossarna från pedalerna (kliva ut) och sätta i klossarna i pedalerna (kliva in), vilket kan leda till allvarliga skador.

Observera:

Använd inte klossuppsättningen SM-SH56 i kombination med PD-M858.

Frigöring av klotsarna från pedalerna**Klotsar med flera olika frigöringssätt:**

- Klotsarna kan frigöras genom att härlarna vrids åt vilket håll som helst.
- På grund av att klotsarna också kan frigöras genom att du lyfter på hälen, kan de frigöras av misstag när du använder kraft för att lyfta pedalerna. Dessa klotsar skall inte användas för cyklingstilar som kan omfatta att pedalerna dras uppåt, eller för aktiviteter som till exempel hopp, då pedalerna dras uppåt med kraft, därför att klotsarna då kan frigöras från pedalerna.
- Även om klotsarna kan frigöras genom att du vrider härlarna åt vilket håll som helst eller lyfts uppåt, är det inte säkert att de frigörs om du tappar balansen, skall du därför förvissa dig om att du i förväg har tillräckligt med tid för att frigöra klotsarna.
- Om klotsarna frigörs av misstag, kan du ramla av cykeln och då kan allvarliga personskador uppstå. Om du inte helt förstår egenskaperna för klotsar med flera olika frigöringssätt och om de inte används på rätt sätt, kan de oftare frigöras av misstag än för klotsar med enkelt frigöringssätt. Du kan hjälpa till att förhindra detta genom att justera den mängd kraft som erfordras för att frigöra klotsarna åt vilket håll som helst, och du skall öva tills du är klar över den mängd kraft och den vinkel som krävs för frigöring.

Observera:

I funksjonen för flera olika frigöringssätt är det nödvändigt att träna på frigöringen av klotsarna tills du behärskar tekniken. Det gäller i synnerhet för frigöring genom att du lyfter upp hälen.

Byte av klotsar

Klotsarna blir med tiden utslitna och skall bytas ut regelbundet. Klotsarna skall bytas ut när det börjar bli svært å frigöra skorna, eller om de börjar frigöras med mycket lägre kraft än när klotsarna var nya.

⚠ ADVARSEL

- For tilleggsinformasjon som viser til serviceinstruksjonene som er vedlagt det originale produktet. Hvis du ikke føler deg sikker på installasjonen og/eller justeringen av denne servicedelen, kontakt den lokale sykkelforhandleren for hjelp.
- Hvis du ikke holder både skoene og klossene i god stand, kan løsning (uttrakk) og festing (inntrakk) til pedalene komme til å bli uforutsigbar eller vanskelig, noe som kan føre til alvorlig personskade.

Merk:

Bruk ikke SM-SH56-klosssettet sammen med PD-M858.

Utløsning av klossene fra pedalene**Klosser med flere utløsningsmodus:**

- Klossene kan utløses ved å vri i hver retning.
- På grunn av at klossene også kan utløses ved å løfte helen, kan de utløses utilsiktet når en bruker oppadgående kraft på pedalene. Disse klossene må ikke brukes for kjørestiler som kan involvere å trekke foten opp fra pedalene eller for aktiviteter som hopp, hvor drakreftene brukes på pedalene og forårsaker mulig utløsning fra pedalene.
- Selv om klossene kan utløses ved å vri helene i en eller annen retning eller ved å løfte foten opp, vil de ikke nødvendigvis utløses hvis du mister balansen. Derfor skal du passe på at du har tilstrekkelig tid til å utløse klossene på forhånd når det gjelder steder og forhold hvor det ser ut til at du kan komme til å miste balansen.
- Hvis klossene utløses utilsiktet, kan du komme til å falle av sykkel og det kan føre til alvorlig personskade. Hvis egenskapene til klosser med flere utløsningsmodus ikke forstås godt og hvis de ikke brukes riktig, kan de utløses utilsiktet og oftere enn klosser med en enkel utløsningsmodus. Du kan bidra til å forhindre dette ved å justere kraften som er nødvendig for å utløse klossene i hver retning, og du må øve inntil du blir vant med kraften og vinkelen som er nødvendig for å utløse klossene.

Merk:

I modus for flere utløsninger er det nødvendig å øve på utløsning av klossene inntil du er blitt vant med teknikken. Utløsning ved å løfte helen krever spesiell øvelse.

Utskiftning av klosser

Klossene slites ut over tid og må skiftes ut regelmessig. Klosser må skiftes ut når det blir vanskelig å utløse dem, eller de begynner å utløses ved langt mindre anstrengelse enn da de var i en ny tilstand.

⚠ VAROITUS

- Katso huolto-ohjeet alkuperäisen tuotteen mukana toimitetuista ohjeista. Mikäli tuotteen sopivuus, asetukset ja/tai säädöt eivät tunnu toimivilta, ota yhteys paikalliseen polkupyöräliikkeeseen saadaksesi apua.
- Jos et huolehdi ajokenkien ja klossien kunnosta, kytkeminen (polkimelle) ja irrottaminen (polkimesta) voi muuttua epävarmaksi tai hankalaksi ja johtaa vakavaan loukkaantumiseen.

Huomaa:

Älä käytä klossisarjaa SM-SH56 yhdessä tuotteen PD-M858 kanssa.

Kiinnitystappien vapautus polkimista**Monivapautusmalliset kiinnitystapit:**

- Kiinnitystapit voidaan vapauttaa kääntämällä mihin suuntaan tahansa.
- Koska kiinnitystapit voidaan vapauttaa myös nostamalla kengän kantaa, ne saattavat vapautua vahingossa kohdistettaessa ylöspäin suuntautuva voima polkimiin. Näitä kiinnitystappeja ei tule käyttää sellaisilla ajotavoilla, joissa polkimia vedetään ylös tai esimerkiksi hypättäessä, jossa polkimiin kohdistuu vetovoima, joka saattaa aiheuttaa kiinnitystappien vapautumisen polkimista.
- Vaikka kiinnitystapit voidaan vapauttaa kääntämällä kantoja mihin suuntaan tahansa tai nostamalla niitä, ne eivät välttämättä vapaudu, jos tasapaino menetetään. Sellaisissa paikoissa tai olosuhteissa, joissa tasapainon menettäminen on todennäköistä, on varmistettava, että kiinnitystappien etukäteen tapahtuvaan vapautukseen on aikaa.
- Jos kiinnitystapit vapautuvat vahingossa, saatat pudota polkupyörältä, jolloin seurauksena voi olla vakava vamma. Jos monivapautusmallisten kiinnitystappien ominaisuuksia ei ymmäretä täysin ja jos niitä ei käytetä oikein, ne saattavat vapautua vahingossa useammin kuin yksittäisvapautusmalliset kiinnitystapit. Tämä voidaan estää säätämällä kiinnitystappien vapautumiseen tarvittavan voiman määrää mihin suuntaan tahansa. On myös harjoiteltava, kunnes opitaan tuntemaan millainen voima ja asento on tarpeen kiinnitystappien vapautumiseen.

Huomaa:

Monivapautusmallia käytettäessä on harjoiteltava vapauttamista, kunnes tekniikka tulee tutuksi. Vapautus kantoja nostamalla vaatii erityisen paljon harjoittelua.

Kiinnitystappien vaihtaminen

Kiinnitystapit kuluvat ajan saatossa ja ne pitää vaihtaa säännöllisesti. Vaihda kiinnitystapit, kun niiden vapauttaminen on vaikeaa tai kun ne alkavat vapautua helpommin kuin uusina ollessaan.

**Fastsättning av klotsarna
Kiinnitystappien kiinnitys
Påmontering av klossene**