

Mark Storey



Rowery

Regulacja, naprawa, konserwacja

Tłumaczenie: Wiktor Nowotka



337901

Spis treści

1 Wybór roweru

■ Rowery dla dorosłych	6
■ Rowery dla dzieci	12
■ Ustawienie roweru	14
■ Nauka jazdy dla dzieci	15

2 Podstawowa obsługa i naprawa

■ Nazwy części	18
■ Narzędzia	20
■ Jak używać narzędzi	24
■ Sprawdzenie stanu roweru przed jazdą	26
■ Zdejmowanie koła	28
■ Obsługa kół i ogumienia	30
■ Wymiana opony	32
■ Łatanie dętek	34
■ Obsługa napędu	36
■ Czyszczenie roweru	38
■ Bieżąca konserwacja	40

3 Hamulce

■ Typy hamulców	44
■ Przegląd i smarowanie	46
■ Hamulce v-brake	48
■ Hamulce cantilever	50
■ Hamulce dwu- i jednoosiowe	52
■ Hamulce tarczowe linkowe	54
■ Wymiana linek hamulcowych	56
■ Wymiana i regulacja klocków	60
■ Klamki hamulcowe	62
■ Hamulce tarczowe hydrauliczne	64
■ Hamulce w BMX-ach	68
■ Hamulce w piastach	69

4 Napęd

■ Komponenty	74
■ Obsługa i przegląd	76
■ Czyszczenie i sprawdzanie stanu łańcucha	78
■ Zdejmowanie i wymiana łańcucha	80
■ Wymiana linek przerzutkowych	84
■ Regulacja przerzutek	88
■ Zdejmowanie, przegląd, zakładanie i regulacja przerzutek	92
■ Kasety, wielotryby i koronki	96
■ Korby i wieńce	100
■ Zdejmowanie korb	102
■ Manetki	110
■ Wkłady suportowe	112
■ Piasty wielobiegowe	118





5 Punkty kontaktowe

■ Przegląd dla bezpieczeństwa	128
■ Kierownice i mostki	130
■ Gripy i owijki	134
■ Siodełka i wsporniki	136
■ Siodełka mocowane jazmem	138
■ Pedaly	140

6 Koła

■ Rozbieranie piast	148
■ Smarowanie i regulacja piast	150
■ Piasty na łożyskach zespolonych	152
■ Centrowanie kół i wymiana szprych	154

7 Ramy, widelce, stery i zawieszenia

■ Konstrukcja i materiały	158
■ Kontrola dla bezpieczeństwa	160
■ Wymiana i regulacja steru	162
■ Widelce teleskopowe	166
■ Tylne zawieszenie	170
■ Regulacja zawieszenia	172



8 Zabezpieczenia i akcesoria

■ Kaski	176
■ Zabezpieczenie roweru	177
■ Ubranie	178
■ Oświetlenie	179

9 Załączniki

■ Rozwiązywanie problemów	182
■ Wymiary opon	184
■ Wartości momentu siły dokręcania połączeń	184
■ Standardy suportów	185
■ Standardy sterów	185
■ Słownik	186
■ Indeks	190

