Y's road 200624版

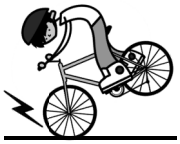
＜ワイズスポーツバイク取扱説明書＞

安全にスポーツバイクを楽しむために

安全で楽しいサイクリングの為に最低限これだけは知っておきましょう

1．ブレーキ

急ブレーキによる
ジャックナイフに
注意！



① スポーツバイクのブレーキは制動力が高いので、急ブレーキに注意！ゆるいスピードから徐々に慣らして行きましょう。

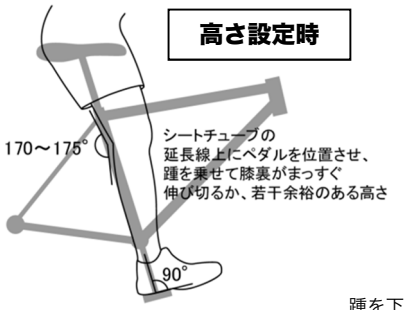
② 初心者なら前後ブレーキの比率は半々で、体（重心）を後ろに移動しジャックナイフ（後輪が浮き上がり、前のめりになること）にならないよう注意します。

③ 慣れてきたら7:3くらいで前ブレーキの比率を上げると効率的に制動できます。

2．サドル高さ

＜サドル高について＞
スポーツ車のサドル高は、効率を重視し一般車と比べて高めに設定します。
そして、踏むだけでなく「回す」（回転数を上げて漕ぐ）ことで筋力に頼らず心肺系を動員して、疲れにくく距離を乗れるようになります。

高さ設定時



①かんたんサドル高さ設定

シートチューブの延長線上にペダルを位置させ、下側のペダルに靴のかかとを乗せ、足が伸びきって膝裏がまっすぐ伸びきるか、若干余裕のある高さ（膝裏が170〜175度の角度になる）に設定します。この時足首は90度に。

高すぎれば筋力に頼り回転のスムーズさに欠け、不安定で危険。低すぎればパワーをロスし効率が悪くなります。どちらも故障の危険性があり、疲れやすくなります。

※靴のかかとの厚さに影響を受けるので乗り始めの簡易的な高さ設定となります。設定した高さをベースに、走りながら「踏みやすさ」と「回しやすさ」のバランスを見つけて下さい。

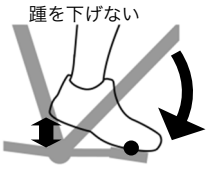
②バイオレーサー利用の方のサドル高さについて

バイオレーサーの算出値に合わせてサドル位置を設定済みです。数ミリ程度の調整が必要となることもありますが、非常に正確性の高い値となっています。

ペダリング時

ペダリング時は右図のように踵を下げないで踏み込みましょう。

踏むポイントは●印の親指の付け根（拇指球)です。



注意！コーナーを曲がる際は、漕ぐのをやめ、カーブの外側の足を下、もしくは両足を地面に対して平行にして走行してください。

逆に内側を下げてしまうとペダルが地面に当たり、転倒する危険性があります。

3．安全走行

『自転車安全利用五則』
（警察庁交通対策本部）

1　自転車は、車道が原則、歩道は例外
2　車道は左側を通行
3　歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
4　安全ルールを守る
　・飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
　・夜間はライトを点灯
　・交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
5　子供はヘルメットを着用

自転車の重大事故が急増中！
安全運転で楽しいバイクライフを！

★ヘルメットの着用について…
自転車における死亡事故の7割を頭部損傷が占めており、法規上のルールではありませんが***当社はヘルメットの着用を強く推奨します。***
また児童・幼児を自転車に乗せるときは、法規によりヘルメットをかぶらせるよう努めなければなりません。

※他、前後ブレーキのない自転車を公道で運転することは認められていません。

初期点検！

1ヶ月後に「初期点検」をご自身で行って下さい

スポーツバイクはご自身による最低限のメンテナンスが必要な乗り物です！

快適な走行のために、納車後１ヶ月（もしくは距離50km〜100km）を目安に
自転車に不具合が無いか、次項からを参考にご自身で初期点検を必ず行ってください。

セルフチェックに自信がない方、不具合が見つかった方は最寄のワイズロード各店の「ワイズテック」にご相談ください。
初期点検は無料、以降も簡単な調整は基本的に無料です。それ以降も定期的に同じ内容で安全点検をお願いします。

オーバーホール！

2年に1回はオーバーホールを！

冬がオススメ！

自転車は命を預ける道具です。車の車検のように定期メンテナンスを行いましょう！

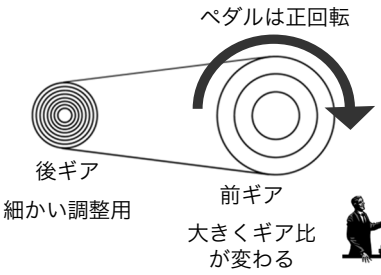
「ワイズテック」では、分解→洗浄→組立→調整を行う各種オーバーホールメニューをご用意しています。
お客様のニーズに合わせて、専門のスタッフが最適のサービスをご提案させていただきます。

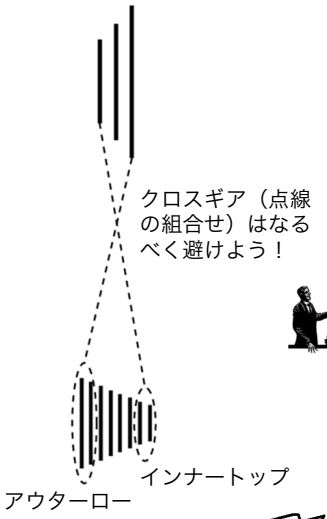
＜ワイズスポーツバイク取扱説明書＞

取扱方法とメンテナンス

メーカーの取扱説明書・スタッフからの説明と合わせて、取扱方法をご確認ください

1．変速について





①基本操作

- 変速する際は必ずペダルを軽い負荷で正回転させながら行います。
- 逆転させながらの変速、高負荷を掛けながらの変速、ペダルを止めての変速操作は行わないで下さい。　※内装変速機はペダル停止中でも変速できます。

②前後ギアの役割の違い

- 前ギアは大きくギア比（足にかかる負荷）が変化するので、地形の大きな変化や脚力に合わせて使用します。
- 後ろギアは前ギアで設定した大まかなギア比の中で負荷の調整に用います。
- 前後ギアともに内側のギアが軽く、外側のギアが重い仕組みです。

③変速レバーの操作方法

※ パーツによって異なりますので、スタッフより実際に操作しながら説明させて頂きます。

④クロスギア（実用に適さない組合せ）

- チェーンが斜めに張られるクロスギアは、各部品に対する負荷が大きいので、なるべく使用しないで下さい。チェーンの寿命を縮めたり、チェーンと他のパーツの接触による音鳴りや磨耗が起こります。
- 多段変速のスポーツバイクの場合、全てのギアの組合せが実用できないことは構造上やむを得ず、製品の欠陥ではありません。

⑤トリム操作について

- ロードバイクではトリム操作と呼ばれるフロントディレーラー（前側の変速機）の位置調整機能があります。クロスギアにおける音鳴りが発生した際に使用します。

※ パーツによって異なりますので、スタッフより実際に操作しながら説明させて頂きます。

⑥チェーンに注油をしよう

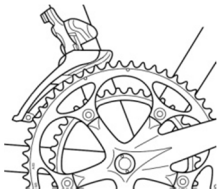
2週間～1ヶ月に1回、潤滑剤を注油しましょう。ただし注油しすぎもNGなので、拭き取りも兼ねて、注油後ウエスで表面をクリーニングすればきれいに仕上がります。

※ ホイール、タイヤやフレームに潤滑剤が飛ばないよう、布やダンボール等で養生しましょう。

初期点検！

きちんと変速しますか？

- □ 一段一段きちんと変速するかチェック
- □ 隣のギアに接触して異音が出たり、チェーンが飛んだりしていないかチェック
- □ チェーンが潤滑されているかチェック



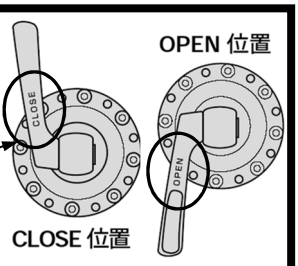
2．クイックレバーの取扱

※安全性に関わりますので、スタッフより説明させて頂きます。

初期点検！

ホイールの固定は大丈夫？

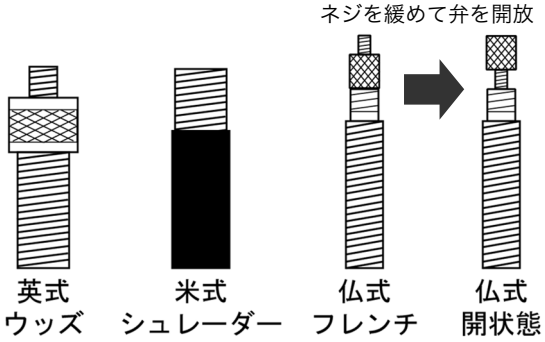
- □ ハンドルを持って前輪を左右にこじってみて、ガタがないかチェック
- □ フレームを持って後輪を左右にこじってみて、ガタがないかチェック
- □ クイックレバーが締まっているかチェック（クイックレバーのCLOSEの刻印が表から見える、レバーが起きていない）



図はシマノ例

- □ 固定強度は調整ナットを回して調整！クイックレバーの役目はあくまで「開閉」です！

3．チューブのバルブの取扱



スポーツ車に使われるチューブのバルブ形式は３種類あり、その中でも仏式（フレンチバルブ）が一般的です。

軽く、空気圧の調整がし易いフレンチバルブですが、使用法には少しコツがいります。

① 右端の開状態の図のように先端のネジを緩めて、バルブ内部の弁を開放状態にすることで、始めて空気の出し入れができます。

② 開状態にしたのち、内部弁の固着を解除するため、ひと押ししてやると空気が入れやすくなります。

③ 開状態では先端のネジが折れやすいので、丁寧に扱いましょう。

④ 空気圧はタイヤ側面に記されている範囲で調整してください。最大空気圧を超えないように。逆に低圧にした場合のパンクや走行抵抗の増加にも注意しましょう。

⑤ 空気を入れ終わったら、必ずネジを締めて弁を閉じておきましょう。

＜ポンプは使い分けよう！＞

・家にはしっかり楽に入れられるフロアポンプを！

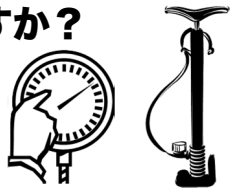
・出先では応急処置用に携帯ポンプで！

※携帯ポンプで全てこなすのは非常にキツイですよ！

初期点検！ タイヤの空気圧は大丈夫ですか？

□ 空気圧ゲージつきのフロアポンプを使って、上記適正空気圧に調整

※ゲージつきのポンプが無い場合は最低限「触診」でチェック、ペコペコはＮＧ！

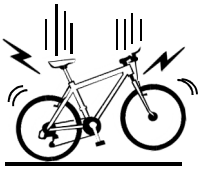


4．その他の初期点検項目について

初期点検！ おかしな音やガタつきはありませんか？

□ 走行中に気になる異音がないかチェック

□ 高さ10cmくらいの場所から真っ直ぐ落としてガタと異音をチェック（倒さないようにご注意下さい！）



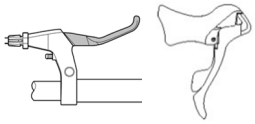
※チェーンがバタついて出る音は問題ありません。

□ 前ブレーキをかけ、ハンドルを前後に揺すりヘッド（左図丸内）にガタがないかチェック

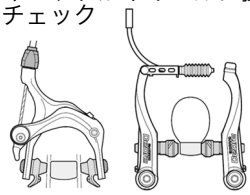
□ 前輪を足で挟み、手でハンドル、ブレーキ・シフトレバーを上下左右にこじってみて、ガタつきがないかチェック（衣服を汚さないようご注意下さい）
同様に後輪を足で挟み、サドルのガタをチェック

初期点検！ ブレーキは効きますか？

□ レバーの引きしろが広すぎないか、レバーの引きが重くないかチェック



□ ブレーキパッドがホイールに擦っていないかチェック



・ 初期点検セルフチェックの内容はYouTubeの動画でさらに詳しく確認できます。（次ページを参照下さい）

・ セルフチェックに自信がない方、できない方、不具合が見つかった方は最寄のワイズロード各店の「ワイズテック」にご相談ください。初期点検は無料、以降も簡単な点検は基本的に無料です。

http://www.ysroad.co.jp/support/tech/　※事前のご予約をお願いいたします。

YsTech

5．保管とクリーニングについて

①雨ざらしは避けて！

大事な自転車と長く付き合うために！

雨ざらしにしたら．．．
- フレーム、チェーン始め各パーツの寿命を縮めます！
- 雨に当たらなくても紫外線でタイヤ等が傷みます。

◎ <u>できるだけ屋内保管を！</u>

◎ 屋内保管が無理な場合はカバーをかけるか、屋根のある場所に保管しましょう。

②掃除をしよう！

愛着アップ、不具合箇所も早期発見！

掃除をしないと．．．
- 汚れに隠れてトラブルにつながる異常が進行しているかも？！
- パーツの劣化が早まり出費がかさむことも。

◎ <u>汚れたらまずは拭き掃除！</u>

◎ 拭き掃除をしながらヒビや傷をチェック、怪しい時はご相談を。

◎ チェーンやギアの油汚れには専用ツールやケミカルがあります。

◎潤滑剤やクリーナー、洗浄用ツールなど各種ケミカル・工具のお問い合わせはワイズテックまでお気軽に。 Y'sTech

困った時にお役に立ちます！動画サイトのご案内

YouTube

Y's Road TV

スポーツバイクの乗り方・メンテナンスの情報満載！
いつでも・どこでも・何度でも視聴できるから、困った時はココをチェック！
本紙面の内容もより詳しく・分かり易くご確認頂けます。

【初めてのスポーツ自転車】
乗る前に知っておきたいこと（全11コンテンツ）

【旅先メンテナンス】
マスターすれば出先でも安心（全3コンテンツ）

【デイリーメンテナンス】
これで快適・長持ち（全3コンテンツ）

【ベーシックメンテナンス】
これが出来たら脱ビギナー（全14コンテンツ）

もしくは youtube　y'sroad **で検索！**

他にも過去の当社イベントの模様や、バイオレーサー、Y'sTechなどの情報もご確認頂けます。

お客様にお薦めのサービス

ワイズロードでの新車購入時にご加入頂けます！

【アフターサポートパック】
最大3年の盗難補償と修理サービス！

【自転車サービスパック】
安心のロードサービスに自転車保険のプレゼント付き！

Y's Road オンライン

ワイズロードの通販サイト！
最新アイテムから掘り出し物まで豊富に品ぞろえ。
7,000円(税込)以上お買上げで送料無料！