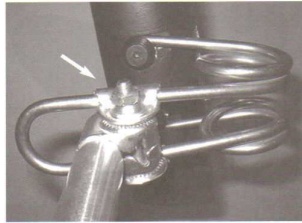


Montageanleitung

Ihre derzeitige Sattelstütze kann verwendet werden



Bei System 1 müssen die Schrauben seitlich angezogen werden.



Wichtig: Bei der Höheneinstellung die Gesamthöhe des Sattels inklusive Feder, beachten!

- 1.) Öffnen Sie die Schraube(n) Ihrer Befestigungsschelle.
- 2.) Setzen Sie den Sattel "Flash ergonomic" in die Befestigungsschelle. (Der Federbügel - das U- muss nach vorne zeigen).
- 3.) Wählen Sie den gewünschten Abstand vom Lenker zum Sattel, indem Sie die Feder in der Befestigungsschelle nach vor oder nach hinten schieben.

Bitte beachten!

Bitte nehmen Sie Werkzeug mit, damit Sie die für Sie ideale Sitzposition einstellen können!

Bitte beachten!

Einfahrhinweise

Die Höhe des Lenkers sollte so hoch gewählt werden, dass Sie aufrecht sitzen können, um die Wirbelsäule zu entlasten. (Event. Barends verwenden). Die Oberarmmuskulatur wird positiv beeinflusst. Knie in der Streckung (Pedal am untersten Punkt) etwas mehr beugen wie bisher gewohnt. Der Sattel sollte sich in der Falte zwischen Gesäß und Oberschenkel, in der die Sitzbeinhöcker liegen, befinden.

Eingewöhnungsphase: Der neue Sattel ist am Anfang natürlich gewöhnungsbedürftig, da man nicht so genau weiß, wie man sitzen soll. Sie werden aber den Unterschied zu einem herkömmlichen Sattel bald bemerken und diesen nicht mehr vermissen.

Nach einer Fahrzeit von ca. einer Stunde werden Sie merken, (nachdem Sie zwischendurch -eventuell- einige Höhenkorrekturen vorgenommen haben, um die optimale Einstellung auszuloten) dass es ganz gut läuft. Bei einem konventionellen Sattel ist das die Phase, wo man eine Pause einlegen sollte, um dem Taubheitsgefühl zwischen den Beinen vorzubeugen.

Sie werden feststellen, dass Sie mit diesem "Querbalken" unter Ihrem Gesäß ein völlig neues Sitzgefühl entwickeln. Überdies werden Sie fühlen, dass sich völlig unbekannte "Muskelgruppen" bemerkbar machen. (Anfänglich Muskelkater an den Hinterbacken und auf der Oberseite der Oberschenkel).