

Inhalt

Danksagung	4		
1 Das Rennrad	7	Schaltwerke und Index-Systeme	120
Rennradtypen	8	Ketten – Montage und Pflege	124
Lageplan	14	Umwerfer vorn	130
Der Kauf eines Rennrades	16	Elfgangschaltungen	134
2 Die eigene Werkstatt	23	Elektronische Schalt- gruppen (Campagnolo EPS und Shimano Diz)	136
Werkzeug	23		
Die Werkstattausstattung	24	7 Bremsen und Bowdenzüge	139
Werkstattausrüstung	26	Allgemeine Einstellung	140
Schmierstoffe	30	Bowdenzugmontage	144
3 Die Grundlagen	33	8 Kontaktpunkte	147
Position – Kontaktpunkte (Sattel und Lenker)	34	Sattelstützen und Sättel	148
Aus- und Einbau der Laufräder	40	Lenkereinstellung	152
Fahrradtransport	44	Lenkerband	156
Waschen und Pflegen	46	Montage von Pedalen	160
4 Laufräder	53	Pedalplatten	162
Zentrieren	54	9 Antrieb	165
Speichen ersetzen	56	Kurbelgarnituren, Kurbeln und Kettenblätter	166
Shimano- und Campagnolo-Naben	58	Compact-Drive-Kurbel- garnituren	174
Rillenkugellager-Naben	70	Montage von Kurbeln	178
Mavic-Laufräder	74	Tretlager – Wartung und Montage	182
Reifen	78	10 Andere Fahrräder	187
Schlauchreifen	86	Bahnräder – Starre Nabe (Fixie)	188
5 Rahmen	91	Wartung und Montag von Schraubritzeln	190
Rahmenausrichtung	92	Wintertrainer und Eingangräder	192
Rahmenvorbereitung: Tretlagersitz	94	Cyclo-Cross	195
Steuersätze und Aheadsets	98	Zeitfahr- und Triathlon- Räder	198
Standard-Steuersätze und -Vorbauten	102	Fachbegriffe	202
Gabeln montieren	104	Register	206
Gabelschäfte kürzen	106		
Schutzbleche montieren	108		
6 Schaltung	113		
Zahnkränze und Abstufungen	114		
Zahnkränze warten und austauschen	116		