



Manual do Usuário  
Bicicleta MTB de uso adulto aro 29

É de extrema importância a leitura deste manual, o mesmo tem o objetivo deste manual é informar todos os detalhes de seu funcionamento e manutenção periódica e preventiva. Este manual não tem o objetivo de capacitar o usuário para ser um mecânico de bicicletas. Para se tornar um mecânico capacitado, são necessários o conhecimento de detalhes mínimos e isto é impossível de informar somente com este manual. Este manual trata apenas dos modelos de bicicleta XTB atuais, contendo alertas importantes para o uso deste equipamento com segurança

**BICICLETA MTB DE USO ADULTO ARO 29**

IMPORTADO POR: CNOVA COMÉRCIO  
ELETRÔNICO S.A.

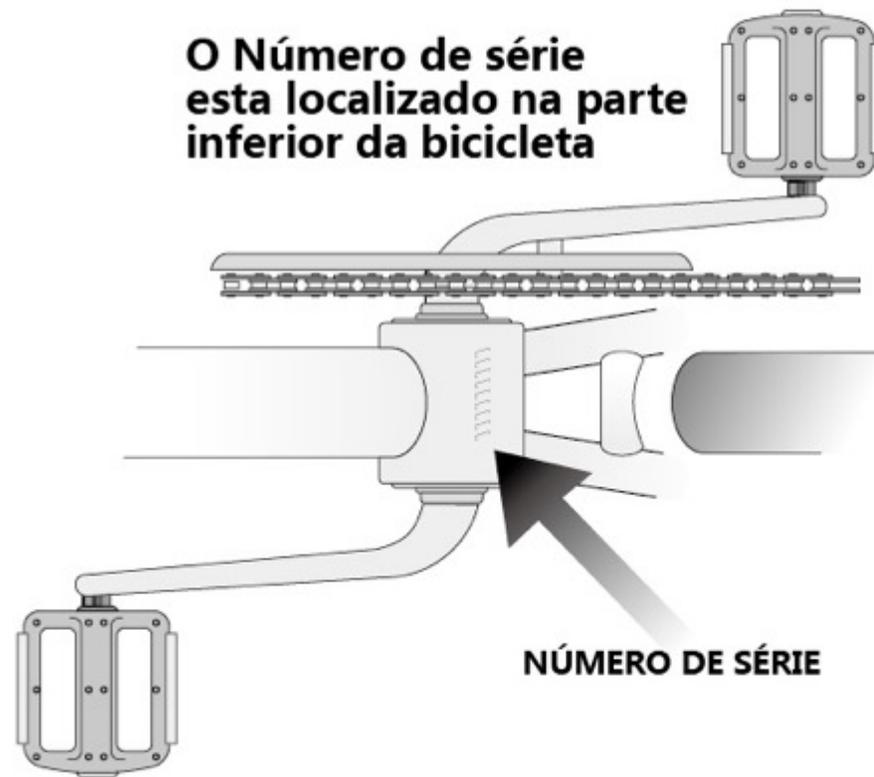
ESTRADA DOS PALMARES, Nº 1000  
LOTES 01, 02, 03, PAL 10330, CONJUNTO 2  
BAIRRO: PACIÊNCIA - RIO DE JANEIRO - RJ  
CEP: 23065-490 - BRASIL - CNPJ:  
07.170.938/0015-02  
SAC: 0800 11 50 60

**IMPORTANTE:**

**ANOTE O NÚMERO DE SÉRIE DE SUA BICICLETA AQUI**

--

**O Número de série  
esta localizado na parte  
inferior da bicicleta**



## SUMÁRIO

INFORMAÇÕES IMPORTANTES	2
INTRODUÇÃO	4
VERIFICAÇÕES ANTES DA PRIMEIRA UTILIZAÇÃO	4
ANTES DE CADA UTILIZAÇÃO	4
BLOCAGENS DE APERTO RÁPIDO DAS RODAS	5
REGULAGEM DA ALTURA DO SELIM	6
COMO MUDAR AS MARCHAS	7
RODAS, PNEUS E CÂMARAS DE AR	8
MANUTENÇÃO PROGRAMADA	9
GARANTIA	10
GUIA DE MONTAGEM	11

## **INTRODUÇÃO**

Assim como em qualquer esporte, andar de bicicleta envolve risco de danos e ferimentos. Ao escolher andar de bicicleta, assume a responsabilidade sobre esse risco, sendo necessário conhecer e praticar as regras de segurança, o uso responsável e adequado, bem como a manutenção do equipamento. O uso e manutenção adequados da sua bicicleta reduzem o risco de possíveis danos.

Nunca conduza sob a influência de medicamentos, drogas, álcool ou quando estiver fatigado. Nunca transporte um passageiro na sua bicicleta e mantenha sempre as mãos no guidão. Circule sempre de modo a não expor os outros em perigo nem a si mesmo e respeite a natureza ao pedalar por florestas ou campos. Use sempre equipamento adequado para andar de bicicleta, um capacete apropriado, óculos de proteção, calçado apropriado e roupa clara que permitam a fácil visibilidade de dia e a noite.

Desejamos que você aproveite e se divirta bastante com sua nova bicicleta!

## **VERIFICAÇÕES ANTES DA PRIMEIRA UTILIZAÇÃO**

A bicicleta é um equipamento que requer equilíbrio e concentração. É desejável que se tenha experiência anterior na condução da mesma. Para se acostumar com sua nova bicicleta XTB é aconselhável que se pratique inicialmente em locais com pouco movimento.

Evite a troca de marchas simultânea dianteira e traseira, efetue a troca sempre com a bicicleta em movimento e na velocidade adequada a relação de marchas.

A sua bicicleta XTB é destinada ao uso da modalidade "Mountain Bike" recreativo, não é própria para descidas íngremes e/ou acidentadas. Caso seu objetivo seja a prática de modalidades competitivas ou categorias como "Downhill", "All Mountain" ou "Enduro" entre outras categorias mais agressivas, você deve adquirir o equipamento adequado a modalidade.

As bicicletas de MTB de uso adulto XTB são destinadas somente para a prática de "Mountain Bike" recreativo

O peso máximo suportado do ciclista e sua bagagem para a bicicleta XTB é de 100 Kgs. Para sua segurança não se deve passar este limite.

## **ANTES DE CADA UTILIZAÇÃO**

Sempre que for utilizar sua bicicleta verifique os seguintes itens:

- Checar se a pressão do pneu esta correta;
- Verificar se todas as blocagens estão bem fechadas, selim e rodas dianteira e traseira;
- Gire as rodas e verifique se os pneus estão danificadas e se a roda esta alinhada;
- Acione os freios de sua bicicleta parada e empurre, os manetes não devem chegar ao final de curso;
- A sua bicicleta é um equipamento mecânico que sofre desgaste natural e sofre grandes esforços em sua utilização. É importante realizar a manutenção periódica e troca de componentes desgastados.

## BLOCAGENS DE APERTO RÁPIDO DAS RODAS

As blocagens de aperto são compostas de uma alavanca de fecho ajustável em uma extremidade e uma porca de aperto na outra extremidade. O uso destas blocagens não necessita de ferramentas.

Instruções:

- Abra a blocagem, após aberta a inscrição OPEN (aberto) deve ser legível;
- Volte a mover a alavanca em direção à posição de engate; facilmente identificável, pois na alavanca por fora, pode ler CLOSE (fechada). Do início do movimento para a posição de fechado, até aproximadamente metade do curso da alavanca, esta deverá ser muito fácil de mover, ou seja, sem tensão de aperto.
- Na segunda metade do percurso, a força de resistência da alavanca deverá aumentar significativamente. No fim, é muito difícil mover a alavanca. Use o polegar para puxar, se necessário com os outros dedos segure o garfo ou o quadro, mas não o disco do freio.
- Na sua posição final a alavanca tem que ficar paralela à roda. Não pode ficar em pé lateralmente. A alavanca deverá estar de tal modo ajustada ao quadro da bicicleta, que não possa ser aberta acidentalmente.
- Verifique a fixação, tentando torcer a alavanca na posição fechada.

**IMPORTANTE:** Antes de conduzir a bicicleta examine se as rodas estão bem fixadas, se a roda se soltar pode causar acidentes

### Blocagem fechada



### Blocagem Aberta



## REGULAGEM DA ALTURA DO SELIM

**IMPORTANTE:** É Recomendável que seja consultado um profissional de bike fit, para o correto ajuste da regulagem do selim.

Ao pedalar, os joanetes devem estar posicionados sobre o centro do eixo do pedal. A perna não deve estar esticada completamente, na posição mais baixa do pedivela. Se o selim estiver alto demais, a pedalada torna-se neste ponto mais baixo relativamente difícil. Se o selim estiver baixo demais, os joelhos poderão doer. Utilizando sapatos de sola plana verifique a altura ideal do selim, através do seguinte procedimento simples.

Sente-se sobre o selim e coloque o calcanhar sobre o pedal, deixando-o na posição mais baixa. Nesta posição, a perna tem que estar totalmente esticada. Certifique-se de que os quadris permanecem retos.

Para ajustar a altura do selim, afrouxe a abraçadeira do selim ou o parafuso. Solte o parafuso da, girando-o no sentido anti-horário.

Não puxe o canote acima da marcação de inserção mínima no tubo



Para ajustar o selim, solte a abraçadeira, ajuste a altura e feche novamente



Sobre a bicicleta, posicione o pedal na posição mais baixa. Neste ponto a perna deve estar completamente esticada

## COMO MUDAR AS MARCHAS

As mudanças de marcha servem para adequar a força aplicada na pedalada de acordo com o terreno.

Os trocadores, como forma de botões de pressão, funcionam de duas maneiras diferentes. Na maior parte, o botão de pressão maior está ligado à roda dentada maior. O botão de pressão menor, geralmente faz a corrente passar para as rodas dentadas menores. Generalizando, um acionamento do trocador com a mão direita, pressionando o grande botão direito do polegar, aciona uma mudança mais leve. Se pressionar, o trocador maior esquerdo faz passar a corrente para a roda dentada maior: a mudança torna-se mais pesada. (Dependendo do modelo o acionamento pode ser invertido).

Durante a troca de marcha, pedale com leveza aliviando a força exercida no pedal. Isto permite uma boa performance das mudanças, evita ruídos e reduz o desgaste.

**IMPORTANTE:** Treine as mudanças numa zona sem trânsito. Familiarize-se com o funcionamento dos diferentes trocadores de marcha. Exercitar a troca de marcha nas vias de tráfego, pode desviar a sua atenção de perigos que possam surgir.



Câmbio traseiro



Câmbio dianteiro



Manete direita Shimano

**IMPORTANTE:** As bicicletas equipadas, à frente, com um prato de corrente muito pequeno. A sua engrenagem tem 21 mudanças de velocidades. Algumas destas posições não devem ser acionadas. Mudanças, nas quais a corrente é obrigada a uma posição obliqua extrema, torcendo-a, provocam mais atrito no interior.

O incorreto andamento da corrente verifica-se, quando a corrente engata simultaneamente no prato pequeno, à frente, e nos dois ou três pinhões exteriores (pequenos) atrás, ou quando engata no prato grande, a frente, e nas duas ou três catracas grandes na roda traseira.

Incorreto andamento da corrente – corrente engata no prato menor a frente e na catraca menor atrás. (Fig. 1)

Incorreto andamento da corrente – corrente engata no prato maior a frente e na catraca maior atrás. (Fig. 2)

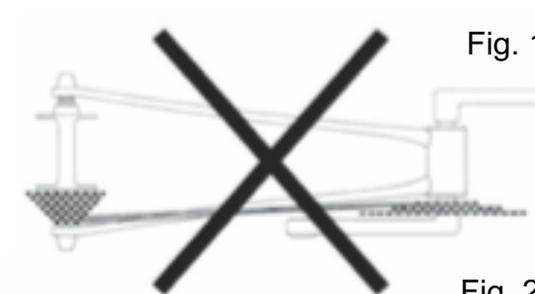


Fig. 1

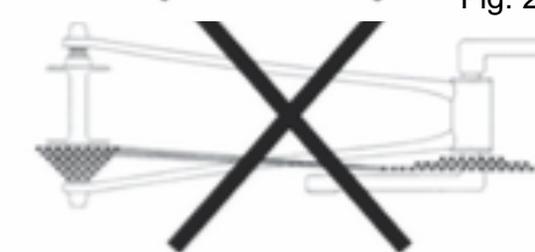


Fig. 2

## **RODAS, PNEUS E CÂMARAS DE AR**

As rodas saem de fábrica centradas e alinhadas, entretanto após alguns Quilômetros de uso (100 a 300 Km) se faz necessária uma verificação da tensão dos raios e alinhamento por um mecânico profissional.

Após este período verifique a condição das rodas, pneus e câmaras de ar periodicamente. A roda é composta pelo cubo, raios, e aro. Onde é montado o pneu e dentro a câmara de ar.

### **IMPORTANTE:**

- Sempre mantenha o pneu com a pressão adequada, a informação da pressão correta máxima e mínima é encontrada na lateral do pneu;
- Em geral a medida de pressão informada se encontra em PSI (pounds per square inch)
- A pressão de ar é mantida dentro do pneu através da câmara de ar, que se enche através da válvula que esta protegida por uma tampa plástica;
- Nunca ultrapasse a capacidade máxima de pressão do pneu recomendada pelo fabricante, isto pode fazer com que o pneu saia do aro ou rasgue, com risco de acidente;
- Nunca use a pressão inferior a recomendada pelo fabricante, isto também pode fazer o pneu sair do aro com risco de acidente.

## **CUIDADOS E INSPEÇÕES**

Sua bicicleta, assim como outros veículos, requer cuidados e manutenção periódica realizada por especialistas e mecânicas especializadas. Consulte nosso SAC para saber qual o mecânico especializado pode atender em sua região.

Sua bicicleta tem peças que sofrem desgaste natural e devem ser substituídas sempre que necessário, garantindo assim sua segurança.

Sujeiras, suor e sal resultante do suor e do ar marítimo prejudicam sua bicicleta, a limpeza, lubrificação e a correta manutenção são obrigatórias para manutenção de seu equipamento e segurança.

### **IMPORTANTE:**

- Não lave sua bicicleta com jatos de água sob pressão, isso pode forçar as vedações de algumas peças dissolvendo a lubrificação e diminuindo a vida útil de sua bicicleta;
- Lave sua bicicleta com um jato de água suave e esponja macia;
- Após lavar lubrifique a corrente com lubrificante específico para correntes de bicicleta;
- Para limpar óleo ou gordura difíceis de remover, use produtos à base de petróleo. Não use em hipótese alguma produtos à base de acetona, cloreto de metilo, solventes não neutros ou produtos químicos de limpeza sob o risco de corroer a superfície;
- Antes de aplicar cera no quadro, faça um teste em uma área pouco visível.

## MANUTENÇÃO PROGRAMADA

Siga a orientação de manutenção de sua bicicleta. Os períodos listados na tabela são com base em um uso de 750Km a 1500Km por ano, ou de 50 a 100 horas de uso.

Se o uso for regular em terrenos de mau estado, reduza os intervalos de manutenção

COMPONENTE	ATIVIDADE	ANTES DE CADA UTILIZAÇÃO	MENSALMENTE	ANUALMENTE	OUTROS
PNEUS	VERIFICAR E CALIBRAR PRESSÃO	USUÁRIO			
PNEUS	CONTROLAR DESGASTES ALTURA E PAREDES LATERAIS		USUÁRIO		
FREIOS A DISCO	MEDIR A ESPESSURA DAS PASTILHAS		USUÁRIO		
SUSPENSÃO	MANUTENÇÃO		MECÂNICO		
PEDIVELA	VERIFICAR A FOLGA DOS ROLAMENTOS	USUÁRIO	MECÂNICO		
PEDIVELA	LUBRIFICAR		MECÂNICO		
CORRENTE	VERIFICAR E LUBRIFICAR	USUÁRIO			
CORRENTE	VERIFICAR / SUBSTITUIR				MECÂNICO - A PARTIR DE 750 KM
PEDAIS	VERIFICAR / REAPERTAR			USUÁRIO	
RODAS / RAIOS	VERIFICAR TENSÃO E CENTRALIZAÇÃO		USUÁRIO		
RODAS / RAIOS	CENTRAR E REAPERTAR				MECÂNICO - SEMPRE QUE NECESSÁRIO
GUIDÃO E MESA	VERIFICAR				MECÂNICO - A CADA DOIS ANOS APÓS QUEDA
GUIDÃO E MESA	SUBSTITUIR				
CAIXA DE DIREÇÃO	CONTROLAR FOLGA DOS ROLAMENTOS		USUÁRIO		
CAIXA DE DIREÇÃO	LUBRIFICAR			MECÂNICO	
CONDUITES	DESMONTAR E LUBRIFICAR			MECÂNICO	
CUBOS	CONTROLAR A FOLGA DOS ROLAMENTOS		MECÂNICO		
CUBOS	DESMONTAR E LUBRIFICAR			MECÂNICO	
PEDAIS	CONTROLAR A FOLGA DOS ROLAMENTOS		MECÂNICO		
CÂMBIOS DIANT. E TRAS.	LIMPAR E LUBRIFICAR		USUÁRIO		
BLOCAGEM	VERIFICAR	USUÁRIO			
PARAFUSOS E PORCAS	VERIFICAR E REAPERTAR		MECÂNICO		
VÁLVULAS CÂMARA DE AR	VERIFICAR	USUÁRIO			
MESA E CANOTE SELIM	DESMONTAR E LUBRIFICAR		USUÁRIO		

Os controles assinalados como "USUÁRIO" podem ser efetuados pelo próprio usuário da bicicleta, desde que tenha alguma habilidade mecânica e alguma experiência com as ferramentas. Se durante a inspeção descobrir alguma ineficiência ou suspeita de desgaste ou defeito procure um mecânico profissional imediatamente

Os controles assinalados como "MECÂNICO" devem ser realizados por um especialista.

Em caso de dúvidas entre em contato com o serviço de atendimento ao cliente

## **GARANTIA**

A CNOVA COMÉRCIO ELETRÔNICO S.A. garante ao consumidor/comprador original deste produto que o produto encontra-se em perfeito estado de uso e que tal característica perdurará por um período de três (3) meses a contar da data de aquisição, desde que a bicicleta seja utilizada dentro das condições normais de uso estabelecidas por este manual. A garantia ora ofertada não afeta os direitos do consumidor consagrados na legislação em vigor. Para tanto, a nota fiscal original da compra da bicicleta é a prova necessária para que a garantia possa ser usufruída pelo consumidor.

A garantia não cobre o desgaste natural do produto, danos causados por uso inadequado ou abusivo, acidentes ou não cumprimento das precauções previstas neste manual; manutenção inadequada e uso comercial.

A garantia não cobre quaisquer danos, perdas, custos ou despesas, diretas, indiretas, acidentais, consequentes ou especiais, resultantes ou relacionadas com o produto. Durante o período da garantia, o produto será reparado ou substituído pela CNOVA COMÉRCIO ELETRÔNICO S.A ou por uma Assistência Técnica por ela autorizada, após a análise do produto.

### **GARANTIA:**

**QUADROS DE ALUMÍNIO 5 ANOS. DEMAIS COMPONENTES 3 MESES**

**PRODUZIDO NA CHINA**

**IMPORTADO POR: CNOVA COMÉRCIO ELETRÔNICO S.A.**

**ESTRADA DOS PALMARES, Nº 1000**

**LOTES 01, 02, 03, PAL 10330, CONJUNTO 2**

**BAIRRO: PACIÊNCIA - RIO DE JANEIRO - RJ**

**CEP: 23065-490 - BRASIL - CNPJ: 07.170.938/0015-02**

**SAC: 0800 11 50 60**

# GUIA DE MONTAGEM

POR MEDIDA DE SEGURANÇA, A BICICLETA DEVERÁ SER MONTADA POR UM MECÂNICO PROFISSIONAL.

As bicicletas XTB são entregues pré-ajustadas e 85% pré-montadas. A seguir apresentamos as etapas necessárias, para finalizar a montagem de sua bicicleta.

Ferramentas necessárias: Jogo de chaves allen, chave de boca 15mm para pedal, alicate com capacidade de corte, bomba de ar;

## PASSO 1



Cuidadosamente abra a caixa soltando os grampos e cortando as fitas de amarração. Abra a caixa com cuidado para não danificar a bicicleta.

## PASSO 2



Abra a caixa e retire os componentes soltos, localize as ferramentas que acompanham a bicicleta. (Bomba de ar, multi-chave de boca, chaves allen).

## PASSO 3



Retire a bicicleta da caixa e coloque no chão cuidadosamente.

## PASSO 4



Solte a roda dianteira, cortando as fitas de amarração.

**IMPORTANTE:** Cuidado para não danificar os raios da bicicleta com o pedivela.

## PASSO 5



Apoie a bicicleta como na foto. Retire todo o material de embalagem que envolve a bicicleta

## PASSO 6



Remova todos os parafusos da mesa

## PASSO 7



Para instalar o guidão, encoste a parte central do guidão na parte côncava da mesa. Use as mãos para prender os parafusos da mesa. Guie os cabos ao redor da mesa para que tenham uma curvatura suave, para que os cabos posam se movimentar suavemente.

## PASSO 8



Aperte firmemente os parafusos da mesa. Cuidado para não apertar além do necessário e danificar os parafusos, caso tenha uma chave de torque não exceda o torque máximo:

**IMPORTANTE:** Se o aperto for excessivo e os parafusos se danificarem, existe o risco de acidentes.

## PASSO 9



Quando apertar os parafusos da mesa aperte alternadamente, de modo que a parte superior fique igualmente fixada como a parte inferior. O espaço entre a a parte dianteira da mesa e o corpo da mesa, deve ser igual na parte superior e inferior.

## PASSO 10



Insira o canote do selim no tubo do selim do quadro da bicicleta. Ajuste a blocagem de fecho rápido, para que a mesma prenda firmemente o canote.

**IMPORTANTE:** Não exceda a marcação de inserção mínima do canote (Min. insertion mark) Esta inserção mínima existe para sua segurança.

## PASSO 11



Vire cuidadosamente, de cabeça para baixo a bicicleta como na figura.

## PASSO 12



Em alguns modelos, existe uma proteção no caliper entre as pastilhas de freio. Retire a proteção, para poder instalar a roda dianteira

### PASSO 13



Retire as proteções da roda dianteira

---

### PASSO 14.A



Instale a blocagem da roda dianteira



### PASSO 14.B



Tenha certeza que o disco de freio esteja localizado do lado esquerdo da bicicleta. Encaixe a roda dianteira no garfo da bicicleta alinhando o disco entre as pastilhas de freio, suavemente.

**IMPORTANTE:** A roda e o disco de freio devem encaixar suavemente no garfo e caliper. Se for forçado o encaixe, as pastilhas de freio podem ser danificadas.



feche a blocagem com firmeza, direcionando a mesma para cima.

---

### PASSO 15



Identifique os pedais pelas marcações “R” para o lado direito e “L” para o lado esquerdo. O pedal direito “R” é rosqueado no sentido horário e o pedal “L” esquerdo no sentido anti-horário:

**IMPORTANTE:** Não force o aperto dos pedais, use as mãos para começar a apertar, se não rosquearem suavemente verifique se os mesmos não estão invertidos. Se a instalação for feita incorretamente os pedais serão danificados e perdem a garantia