

## General Safety Information

### ⚠ WARNING

– To avoid serious injuries:

- Understand how the locking mechanism works before you ride.
- Before riding, place one foot on the ground and practice engaging and disengaging from the pedal a number of times until you get used to it.
- Practice riding on smooth ground first.
- Before riding, adjust the retention force of the pedal to your liking. (Refer to the adjustment instructions for the pedal set.)
- Make sure that mud, dirt, and foreign objects don't build up in the pedal-cleat interface area.
- If you do not maintain both your shoes and cleats in good condition, release and engagement to the pedals could become unpredictable or difficult, which could result in severe injury.
- SPD shoes may not provide adequate traction for walking on wet and/or smooth surfaces. Use extreme caution when walking on such surfaces in order to avoid a serious injury.
- Select the right-sized shoes for your feet, and be sure to secure the loop & hook fasteners and/or buckles when wearing them.
- Refer to the instructions supplied with your SPD pedals.
- **Obtain and read the service instructions carefully prior to installing the parts.** Loose, worn, or damaged parts may cause serious injury to the rider. We strongly recommend only using genuine Shimano replacement parts.
- Check that there is no adhesive peeling off from around the soles before using them.
- If you have any questions regarding methods of installation, adjustment, maintenance or operation, please contact a professional bicycle dealer.
- Read these Technical Service Instructions carefully, and keep them in a safe place for later reference.

BE SURE TO READ AND FOLLOW THE ABOVE WARNINGS CAREFULLY. IF THE WARNINGS ARE NOT FOLLOWED, YOUR SHOES MAY NOT COME OUT OF THE PEDALS WHEN YOU INTEND OR THEY MAY COME OUT UNEXPECTEDLY OR ACCIDENTALLY, AND SEVERE INJURY MAY RESULT.

### NOTE:

- Do not use the shoes for walking without the cleats attached.
- Do not step on sharp pointed objects or subject the shoes to shock, as the soles are made of special material.
- Do not use washing machines or dryers to clean the shoes.
- Allow your shoes to air-dry in a shaded area. Do not expose your shoes to strong direct sunlight. Do not apply heat with a dryer or similar appliance.
- Do not leave the SPD shoes exposed to temperatures of 50°C or higher, otherwise the shoes may become warped by heat.
- Parts are not guaranteed against natural wear or deterioration resulting from normal use.

SI-4J20B-003

## SPD-SL/SPD Compatible Shoes

## Technical Service Instructions

\* Service Instructions in further languages are available at: <http://techdocs.shimano.com>

Please note: specifications are subject to change for improvement without notice. (English)

# SHIMANO

SHIMANO EUROPE B.V.  
Industrieweg 24, 8071 CT Nunspeet, The Netherlands Phone: +31-341-272222

SHIMANO & PEARL IZUMI  
NORTH AMERICA SOFT GOODS DIVISION  
1886 Prairie Way Louisville, CO 80027 U.S.A. Phone: +1-800-328-8488 info@pearlizumi.com

SHIMANO INC.  
3-77 Oimatsu-cho, Sakai-ku, Sakai-shi, Osaka 590-8577, Japan

## Allgemeine Informationen zur Sicherheit

### ⚠ WARNUNG

– Zur Vermeidung von schweren Verletzungen:

- Machen Sie sich vor Ihrer ersten Fahrt mit dem Verschluss-mechanismus vertraut.
- Üben Sie den Pedalein- und -ausstieg zunächst mehrmals im Stand mit einem Fuß auf dem Boden, und fahren Sie erst los, wenn Sie mit der Funktion genügend vertraut sind.
- Machen Sie Ihre ersten Fahrversuche auf weichem Untergrund.
- Justieren Sie vor der Fahrt das Schuhplattenverschluss-system auf eine Ihnen angenehme Spannung. (Beachten Sie die dem Pedalsatz beigefügten Hinweise.)
- Vermeiden Sie die Ansammlung von Lehm, Schmutz und Fremdkörpern im Bereich um Schuhplatte und Pedal.
- Falls die Schuhe und die Schuhplatten nicht in einwandfreiem Zustand gehalten werden, können beim Lösen oder Einrasten an den Pedalen unberechenbare Schwierigkeiten auftreten, was zu schweren Verletzungen führen kann.
- SPD-Schuhe können beim Laufen auf nassem oder glattem Boden eine unzureichende Haftung haben. Seien Sie deshalb beim Laufen auf solchen Böden vorsichtig, um Verletzungen vorzubeugen.
- Wählen Sie die richtige Schuhgröße und verschließen Sie beim Tragen der Schuhe immer die Klettverschlüsse und/oder Schnallen fest.
- Beachten Sie bitte auch die Benutzerhinweise für die SPD-Pedale.
- **Lesen Sie vor der Montage der Teile die Einbauanleitung sorgfältig durch.** Bei lockeren, verschlissenen oder beschädigten Teilen ist eine hohe Verletzungsgefahr vorhanden. Es wird dringend empfohlen als Ersatzteile ausschließlich Shimano-Originalteile zu verwenden.
- Kontrollieren Sie vor der Verwendung, ob sich an den Sohlen kein Klebemittel abgelöst hat.
- Bei Fragen zur Montage, Einstellung, Wartung oder zum Betrieb dieser Pedale wenden Sie sich bitte an ein Fahrradfachgeschäft.
- Lesen Sie diese Einbauanleitung sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen an einem sicheren Ort auf.

DIE OBENSTEHENDEN WARNUNGSHINWEISE MÜSSEN SORGFÄLTIG GELESEN UND EINGEHALTEN WERDEN.

Bei Nichteinhaltung dieser Warnungshinweise können sich die Schuhe an den Pedalen verklemmen oder sich ganz unerwartet lösen, was ernsthafte Verletzungen zur Folge haben kann.

### HINWEIS:

- Laufen Sie nicht mit den Schuhen ohne montierte Schuhplatten herum.
- Die Schuhsohlen sind aus einem Spezialmaterial hergestellt. Betreten Sie daher keine scharfkantigen Untergründe, und vermeiden Sie übermäßige mechanische Einwirkungen.
- Verwenden Sie zum Reinigen der Schuhe keine Waschmaschine oder Wäschetrockner.
- Stellen Sie die Schuhe zum Trocknen bitte in den Schatten. Vermeiden Sie Hitze (Wäschetrockner o. ä.) und direkte Sonnenbestrahlung.
- Setzen Sie die SPD-Schuhe keinen Temperaturen von 50°C oder höher aus, weil sie sich verformen können.
- Gegen natürliche Abnutzung und Alterung durch eine normale Verwendung der Teile wird keine Garantie gewährleistet.

SI-4J20B-003

## SPD-SL/SPD-kompatible Schuhe

## Einbauanleitung

\* Einbauanleitungen in anderen Sprachen sind bei <http://techdocs.shimano.com> verfügbar.

Änderungen vorbehalten. (German)

## Algemene veiligheidsinformatie

### ⚠ WAARSCHUWING

– Ter voorkoming van ernstig letsel:

- Zorg er voor dat u de werking van het vergrendel-mechanisme volledig beheerst, alvorens uw eerste rit te maken.
- Zet één voet op de grond, oefen het op- en afstappen van het pedaal enkele keren tot u het volledig gewoon bent en begin dan te rijden.
- Oefen het rijden eerst op effen terrein.
- Stel voor het rijden de spankracht van het pedaal zodanig af dat ze voor u comfortabel is. (Raadpleeg de afstel-instructies van de pedalen.)
- Zorg er voor dat er zich geen zand, vuil en vreemde bestanddelen verzamelen op de contactvlakken van pedaal en schoenplaat.
- Als u uw schoenen en schoenplaten beide niet in goede staat houdt, kan het vastmaken en losmaken van de schoenen aan de pedalen onverwachte problemen opleveren, hetgeen ernstig letsel kan veroorzaken.
- De kans bestaat dat SPD schoenen onvoldoende grip bieden bij het lopen op een natte en/of gladde ondergrond. Wees uiterst voorzichtig bij het lopen op dit soort plaatsen om ernstig letsel te voorkomen.
- Kies de juiste maat schoenen voor uw voeten en zorg ervoor dat bij het dragen de klittebandsluitingen en/of gespen stevig zijn bevestigd.
- Raadpleeg de instructies die bij uw SPD pedalen zijn bijgeleverd.
- **Zorg ervoor dat u de montage-instructies ter beschikking heeft en lees deze nauwkeurig alvorens de onderdelen te monteren.** Loszittende, versleten of beschadigde onderdelen kunnen de berijder ernstig letsel toebrengen. Het wordt ten sterkste aanbevolen uitsluitend originele Shimano vervangingsonderdelen te gebruiken.
- Controleer alvorens deze te gebruiken dat er van rondom de zolen geen kleefmiddel heeft losgelaten.
- Als u vragen heeft in verband met installatie, bijregeling, onderhoud of bediening van uw pedalen, gelieve contact op te nemen met een professionele fietsenhandelaar.
- Lees deze technische montage-instructies nauwkeurig en bewaar ze op een veilige plaats voor toekomstige referentie.

BOVENSTAANDE WAARSCHUWINGEN NAUWKEURIG LEZEN EN OPVOLGEN.

Als de waarschuwingen niet worden opgevolgd, zult u uw schoenen niet uit de pedalen kunnen losmaken op het moment dat u ze wilt losmaken of zullen deze onverwachts of per ongeluk worden losgemaakt, hetgeen ernstig letsel kan veroorzaken.

### OPMERKING:

- Gebruik de schoenen niet om mee te wandelen zonder de schoenplaten.
- Stap niet op scherpe, puntige voorwerpen of stel de schoenen niet bloot aan schokken; de zolen zijn gemaakt van een bijzonder materiaal.
- Gebruik voor het reinigen van de schoenen geen wasmachines of drogers.
- Laat uw schoenen drogen in de schaduw. Stel uw schoenen niet bloot aan direct en hevig zonlicht. Breng ze evenmin in contact met warmtebronnen zoals een haardroger of een soortgelijk toestel.
- Stel de SPD schoenen niet bloot aan temperaturen van 50°C of hoger, anders kunnen de schoenen door de warmte kromtrekken.
- Onderdelen zijn niet gegarandeerd tegen natuurlijke slijtage of veroudering dat het gevolg is van normaal gebruik.

SI-4J20B-003

## SPD-SL/SPD compatibele schoenen

## Technische montage-instructies

\* Montage-instructies in andere talen zijn beschikbaar op: <http://techdocs.shimano.com>

Opmerking: Specificaties kunnen zonder voorafgaande kennisgeving gewijzigd worden. (Dutch)

## Informations générales pour la sécurité

### ⚠ AVERTISSEMENT

– Pour éviter des blessures graves:

- Comprendre le fonctionnement du mécanisme de blocage avant de prendre la route.
- Placer un pied sur le sol et s'entraîner maintes fois au déengagement des chaussures des pédales et à l'engagement, jusqu'à bien s'habituer, puis commencer à monter.
- S'entraîner d'abord à monter sur un sol régulier.
- Avant de prendre la route, régler la tension de blocage des pédales à sa convenance. (Voir les instructions de réglage du jeu de pédales.)
- Veiller à ce que de la boue, poussière, etc. ne s'accumulent pas entre la pédale et le taquet.
- Si vous ne gardez pas vos chaussures et taquets en bon état, l'engagement et le déengagement des chaussures dans les pédales risquent de se faire de manière inattendue ou difficile, et des blessures graves risqueraient alors de s'ensuivre.
- Les chaussures SPD ne sont peut-être pas suffisamment souples pour marcher sur des surfaces humides et /ou lisses. Faites extrêmement attention en marchant sur ce genre de surfaces afin d'éviter toute blessure grave.
- Choisir des chaussures à votre pointure, et s'assurer de bien fixer les bandes de fermeture à boucle et crochet et/ou les boucles lorsque vous les portez.
- Se référer également au mode d'emploi des pédales SPD.
- **Avant de procéder au montage des pièces, se procurer et lire attentivement les instructions de montage.** Des pièces desserrées, usées ou détériorées peuvent être à l'origine d'accidents graves. Il est vivement conseillé de n'utiliser que des pièces de rechange Shimano d'origine.
- Vérifier que les adhésifs présents sur les semelles ne se décollent pas avant de les utiliser.
- Pour des informations supplémentaires concernant le montage, le réglage, l'entretien ou le fonctionnement de vos pédales, adressez-vous à un concessionnaire de bicyclette professionnel.
- Lire soigneusement ces instructions techniques de montage et les conserver dans un endroit sûr pour s'y référer ultérieurement.

LIRE ATTENTIVEMENT ET SE CONFORMER SCRUPULEUSEMENT AUX AVERTISSEMENTS PRECEDENTS.

Si les avertissements ne sont pas observés, les chaussures risquent de ne pas se désolidariser des pédales lorsque nécessaire ou au contraire de le faire de manière inattendue ou accidentelle et de résulter en accident grave.

### REMARQUE:

- Ne pas marcher lorsque le taquet n'est pas en place.
- Ne pas marcher sur des objets pointus ou soumettre les chaussures à des chocs, car les semelles sont fabriquées dans un matériau spécial.
- Ne pas utiliser de machine à laver ou de sècheurs électriques pour nettoyer les chaussures.
- Faire sécher ces chaussures à l'ombre et à l'air sec. Ne pas exposer ces chaussures à la lumière directe du soleil. Ne pas utiliser de sècheur ou tout autre appareil similaire.
- Ne pas laisser les chaussures SPD exposées à des températures de 50°C ou plus, sinon les chaussures risqueront d'être déformées par la chaleur.
- Les pièces ne sont pas garanties contre l'usure naturelle ou la détérioration résultant d'une utilisation normale.

SI-4J20B-003

## Chaussures compatibles SPD-SL/SPD

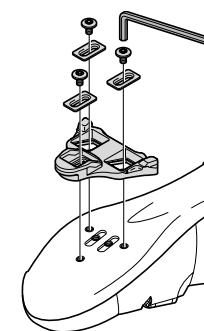
## Instructions de montage

\* Des instructions de montage dans d'autres langues sont disponibles sous: <http://techdocs.shimano.com>

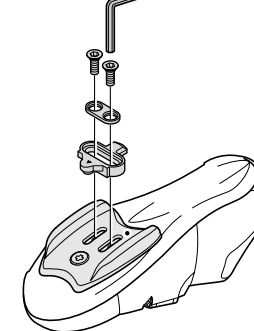
Sous réserve de changement des spécifications sans préavis pour l'amélioration du produit. (French)



### ■ SPD-SL



### ■ SPD

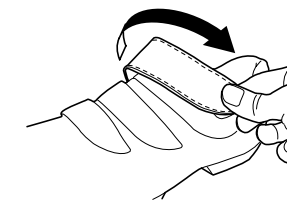


< Loop & hook fasteners type >

< Typ mit Klettverschlüssen >

< Klittebandsluiting >

< Type à bandes de fermeture à boucle et crochet >

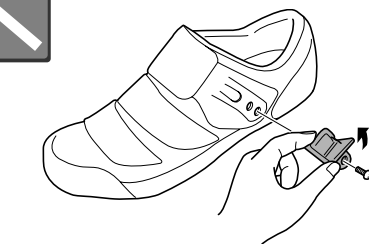
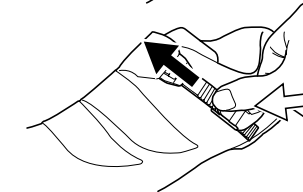
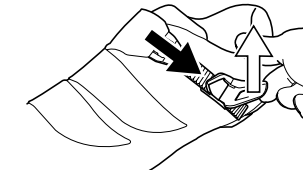


< Buckle & strap type >

< Typ mit Schnallen und Riemen >

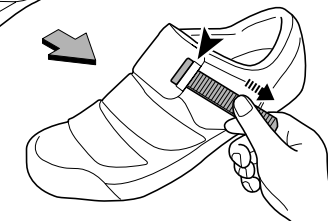
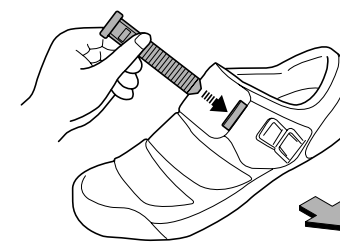
< Gesp en riem >

< Type à boucle et bride >



1,3 – 1,7 N-m  
{11 – 15 in. lbs.}

1,3 – 1,7 N-m  
{13 – 17 kgf·cm}



## Información de seguridad general

### ⚠ ADVERTENCIA

– Para evitar heridas serias:

- Comprenda como funciona el mecanismo de bloqueo antes de montar en la bicicleta.
- Coloque un pie en el suelo y practique a montar y desmontar del pedal en suelo plano varias veces hasta acostumbrarse y después de ello comenzar a correr.
- Antes de iniciar, practique como correr en suelo plano.
- Antes de comenzar a correr, ajuste a satisfacción el sistema de fijación del pedal.  
(Vea las instrucciones de ajuste del juego de pedales.)
- Asegúrese que no hay barro, suciedad u otros objetos en la zona de contacto entre el pedal y el sistema de fijación.
- Si no mantiene sus zapatillas y sistema de fijación en buen estado, soltarse y encajarse en los pedales puede resultar impredecible o difícil, lo que puede resultar en heridas graves.
- Las zapatillas SPD podría no proveer tracción adecuada para caminar sobre superficies húmedas y/o lisas. Tenga mucho cuidado al caminar sobre ese tipo de superficies para evitar heridas graves.
- Elija el número de zapatillas correcto para sus pies, y antes de usarlas asegurarse de abrochar los aseguradores de corchete y presilla y/o hebillas.
- Remítase además a las instrucciones proporcionadas con el juego de pedales SPD.
- **Obtenga y lea cuidadosamente las instrucciones de servicio antes de instalar las partes.** Las partes flojas, desgastadas o dañadas pueden causar heridas graves al ciclista.  
Recomendamos especialmente usar sólo partes de repuesto genuinas Shimano.
- Verifique que no haya adhesivo saliendo para afuera alrededor de las suelas antes de usarlas.
- Si tiene alguna duda sobre la instalación, el ajuste, mantenimiento u operación de los pedales, consulte con un profesional en su tienda de venta de bicicletas.
- Lea estas instrucciones de servicio técnico cuidadosamente, y manténgala en un lugar seguro para futuras consultas.

### ASEGURESE DE LEER Y SEGUIR CUIDADOSAMENTE LAS ADVERTENCIAS ANTERIORES.

Si no se siguen cuidadosamente las advertencias, sus zapatillas podrían no salirse de los pedales cuando lo desee o podrían salirse inesperada o accidentalmente, y sufrir heridas graves.

### NOTA:

- No camine con las zapatillas sin los sistemas de fijación instalados.
- No pise objetos puntiagudos ni golpee las zapatillas, pues las suelas son de un material especial.
- No use lavarropas o secadores para limpiar las zapatillas.
- El secado de las zapatillas debe ser natural a la sombra. No los exponga a la luz solar en forma directa. No use secadora o equipos similares.
- No deje las zapatillas SPD expuestas a temperaturas de 50°C o más, de lo contrario las zapatillas se pueden deformar por el calor.
- Las partes no tienen garantía contra el desgaste natural o el deterioro resultante del uso normal.

SI-4J20B-003

## Zapatillas compatibles con SPD-SL/SPD

## Instrucciones de servicio técnico

\* Las instrucciones de servicio en otros idiomas están disponibles en: <http://techdocs.shimano.com>

Nota: las especificaciones pueden cambiar por mejoras sin previo aviso. (Spanish)

## Informazioni generali per la sicurezza

### ⚠ AVVERTENZA

– Per evitare rischi d'infortunio grave:

- Imparare bene come funziona il dispositivo di blocco, prima di andare in bicicletta.
- Prima di andare in bicicletta, mettere un piede a terra e praticare un bel po' di volte l'innesto e il disinnesto dai pedali, finché si è acquisita una buona pratica.
- Esercitarsi ad andare in bicicletta dapprima su terreno liscio.
- Regolare la forza di ritenzione dei pedali a proprio piacimento prima di andare in bicicletta.  
(Vedere le istruzioni per la regolazione del set del pedale.)
- Far attenzione che fango, sporcizia e oggetti estranei non si raccolgano nell'area di interfaccia tacchetto - pedale.
- Se le scarpette e i tacchetti non vengono mantenuti in buone condizioni, potrebbe divenire difficoltoso agganciare o sganciare le scarpette dai pedali, con il conseguente rischio di gravi lesioni.
- Le scarpette SPD possono non garantire un livello di trazione adeguato per camminare su superfici bagnate e/o lisce. Per evitare serie lesioni, prestare la massima attenzione nel camminare su tali superfici.
- Scegliere scarpette della misura giusta e chiudere accuratamente le cinghiette a strappo e/o le fibbie prima dell'uso.
- Vedere le istruzioni d'uso fornite con i pedali SPD.
- **Procurarsi e leggere con attenzione le istruzioni per l'assistenza prima di installare le parti.** Parti allentate, usurate o danneggiate possono causare gravi ferite al ciclista.  
Raccomandiamo vivamente di usare solo pezzi di ricambio originali Shimano.
- Controllare che non vi siano distacchi di materiale adesivo intorno alle soles prima dell'uso.
- Per qualsiasi domanda riguardante l'installazione, la regolazione, la manutenzione o il funzionamento dei pedali, vogliate contattare un rivenditore di biciclette professionale.
- Leggere attentamente queste istruzioni tecniche e conservarle in luogo sicuro per riferimento futuro.

SI RACCOMANDA DI LEGGERE E DI SEGUIRE CON ATTENZIONE LE AVVERTENZE INDICATE SOPRA. Se non si seguono le avvertenze, le scarpette potrebbero non sganciarsi dai pedali quando lo si desidera o potrebbero distaccarsi inaspettatamente o incidentalmente provocando serie ferite.

### NOTA:

- Non usare le scarpette per camminare senza i tacchetti montati.
- Non camminare su oggetti appuntiti e non esporre le scarpette ad urti violenti, dato che le soles sono di materiale speciale.
- Per la pulizia delle scarpette, non utilizzare macchine lavatrici o asciugatrici.
- Lasciar asciugare le scarpette all'aria e in un posto all'ombra. Non esporle alla luce diretta del sole. Non esporle al calore di un asciugacapelli o di un apparecchio simile.
- Non lasciare la scarpetta SPD esposta a temperature uguali o superiori a 50°C, altrimenti queste potrebbero deformarsi.
- Le parti non sono garantite contro l'usura naturale o il deterioramento dovuti all'uso normale.

SI-4J20B-003

## Scarpette compatibili SPD-SL/SPD

## Istruzioni per l'assistenza tecnica

\* Le istruzioni per l'assistenza in altre lingue sono disponibili all'indirizzo: <http://techdocs.shimano.com>

Vogliate notare che le caratteristiche sono soggette a cambiamenti dovuti a miglioramento, senza preavviso. (Italian)

## 安全の為に必ずお守りください

### ⚠ 警告

- SPD ペダル/シューズの脱着機構をご使用前によく理解してください。
- 片足を地面につけて、ペダルへの装着・解除を繰り返し練習し、十分に足を慣らしてから走行してください。
- 最初はならし走行し、ペダルへの装着・解除に充分慣れてからロード走行に移ってください。
- ペダルのクリート固定力を、自分に最適な強さに調整してから走行してください。  
(調整方法はペダルの取扱い説明書を参照してください。)
- 本来の脱着性能を維持するために、クリートおよびビンディング部に付着した泥などは取り除いてください。
- クリートを交換しないで乗り続けると、ペダルからシューズが外れなかったり、予期せずに外れたりして転倒し、重傷を負うことがあります。
- SPD シューズは濡れた場所やなめらかな所等では滑りやすいので、歩行時には十分注意してください。転倒して大怪我をする可能性があります。
- 自分の足にピッタリ合ったシューズを選び、使用時はループフックファスナーまたはバックルをしっかりと固定してください。
- SPD ペダルの取扱い説明書もあわせて参照してください。
- 製品を取付ける時は、必ず取扱い説明書等に示している指示を守ってください。またその際、シマノ純正部品の使用をお勧めします。  
ボルトまたはナット等が緩んだり、製品が破損すると、突然に転倒して怪我をする場合があります。
- 靴底の周囲の接着が剥がれていないことを確認してから走行してください。
- 不明な点については自転車専門店にご相談ください。
- 取扱い説明書はよくお読みになった後、大切に保管してください。

上記を厳守していただかないと、ペダルからシューズが外れなかったり、予期せずに外れたりして転倒し、重傷を負うことがあります。

### 使用上の注意:

- クリートを取外して歩かないでください。
- 靴底は特殊素材を使用しているので、突起物や強い衝撃を与えないでください。
- シューズを洗うときに、洗濯機や乾燥機などは使用しないでください。
- シューズは、ドライヤーなどの熱風で乾かさないうで、陰干しにしてください。
- 50°C以上になる環境には放置しないでください。シューズが変形する可能性があります。
- 通常の使用において自然に生じた摩耗および品質の劣化は保証いたしません。

SI-4J20B-003

## SPD-SL/SPD コンパチブルシューズ

## ご使用方法

※ 取扱い説明書は下記にてご覧いただけます。  
<http://techdocs.shimano.com>



製品改良のため、仕様の一部を予告なく変更することがあります。

お客様相談窓口  
☎ 0570-031961 Fax. 072-243-7847

株式会社 シマノ  
堺市堺区老松町3丁目7番地 〒590-8577

## Informações gerais de segurança

### ⚠ ADVERTÊNCIA

– Para evitar ferimentos graves:

- Estude o funcionamento do mecanismo de travamento antes de andar com a bicicleta.
- Antes de andar com a bicicleta coloque um pé no chão e pratique o engate e desengate do pedal algumas vezes até conseguir fazê-lo com facilidade.
- Pratique andando com a bicicleta primeiro sobre um solo macio.
- Antes de andar com a bicicleta, ajuste a força de retenção do pedal segundo o seu gosto. (Consulte as instruções sobre o ajuste para o conjunto do pedal.)
- Assegure-se de que não haja lama, sujeira ou objetos estranhos na área de interface da presilha do pedal.
- Se você não mantiver os seus sapatos e presilhas em boas condições, o desengate e engate dos pedais poderão tornar-se imprevisíveis ou difíceis, o que pode resultar em ferimentos graves.
- Os sapatos SPD podem não fornecer a aderência adequada para caminhar sobre superfícies molhadas e/ou lisas. Tome muito cuidado ao caminhar sobre estes tipos de superfície, a fim de evitar ferimentos graves.
- Escolha sapatos que tenham o tamanho correto para seus pés e não se esqueça de prender suas tiras de velcro e/ou fivelas ao usar.
- Consulte as instruções fornecidas com seus pedais SPD.
- **Obtenha e leia cuidadosamente as respectivas Instruções de Serviço antes de instalar as peças.** Peças frouxas, gastas ou danificadas poderão causar ferimentos graves para o ciclista.  
Recomendamos fortemente que se use somente peça de reposição autêntica da Shimano.
- Verifique se não há nenhum adesivo descolando ao redor das solas antes de usá-las.
- Se tiver alguma dúvida relativa aos métodos de instalação, ajuste, manutenção ou operação, favor entrar em contato com um revendedor de bicicletas profissional.
- Leia estas Instruções de serviços técnicos cuidadosamente e mantenha-as em um lugar seguro para referência posterior.

ASSEGURE-SE DE LER E SEGUIR CUIDADOSAMENTE AS ADVERTÊNCIAS DADAS ACIMA. Se as advertências não foram respeitadas, os seus sapatos poderão não se soltar dos pedais no momento que você quiser, ou então eles poderão se soltar inesperada ou acidentalmente, o que pode resultar em ferimentos graves.

### NOTA:

- Não caminhe com seus sapatos sem as presilhas.
- Não pise sobre objetos pontiagudos nem submeta os sapatos a choques, pois as solas são feitas de um material especial.
- Não use máquina de lavar ou secador de cabelo para limpar as sapatas.
- Deixe seus sapatos secarem ao ar livre e à sombra. Não os exponha diretamente à luz solar forte. Não aplique calor com secadores de cabelo ou equipamentos semelhantes para secá-los.
- Não deixe os sapatos SPD expostos a temperaturas de 50°C ou mais, senão os sapatos podem entortar devido ao calor.
- As peças não estão garantidas contra desgaste natural ou deterioração resultante de uso normal.

SI-4J20B-003

## Sapatos compatíveis SPD-SL/SPD

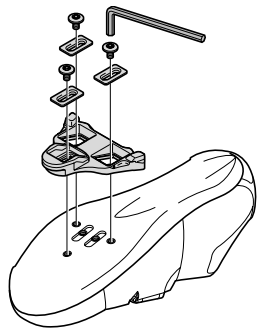
## Instruções para o serviço técnico

\* Instruções de Serviço em outros idiomas estão disponíveis em: <http://techdocs.shimano.com>

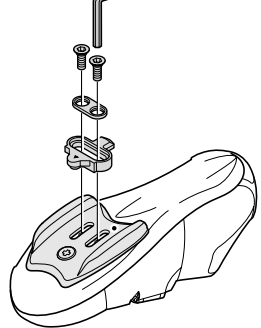
Observação: As especificações estão sujeitas a alterações para aperfeiçoamentos sem notificação prévia. (Portuguese.B)



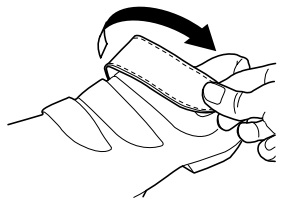
### ■ SPD-SL



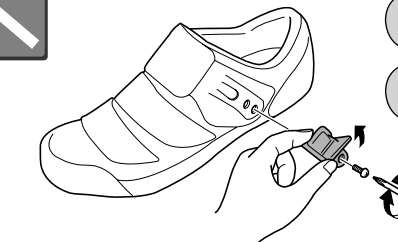
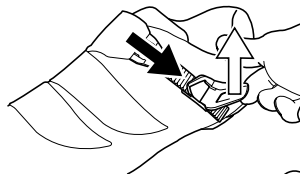
### ■ SPD



< Tipo de asegurador de corchete y presilla >  
< Tipo con cinghiette a strappo >  
< ループフックファスナータイプ >  
< Tipo com tiras de velcro >

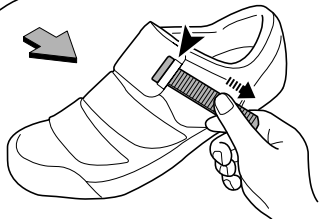
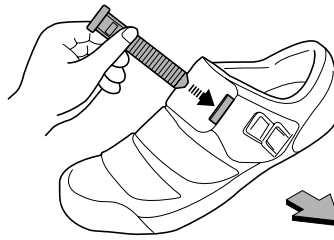


< Tipo de hebilla y cordón >  
< Tipo con fibbie >  
< バックル&ストラップタイプ >  
< Tipo com fivela e correia >



1,3 – 1,7 N·m  
{13 ~ 17 kgf·cm}

1,3 ~ 1,7 N·m  
{13 ~ 17 kgf·cm}



## Generelle sikkerhedsoplysninger

### ⚠ ADVARSEL

– For at undgå at komme alvorligt til skade:

- Sæt dig ind i, hvordan låsemekanismen fungerer, inden du begynder at køre.

- Inden du kører, skal du anbringe den ene fod på jorden og ove dig i at fastgøre og udløse skoene fra pedalen nogle gange, indtil du har vænnet dig til det.

- Øv dig først i at køre på en jævn, plan flade.

- Inden du kører, skal du indstille pedalens fastholdelseskraft efter ønske. (Se anvisningerne for pedalsættet.)

- Sørg for, at mudder, snavs og fremmedgenstande ikke får lov til at samle sig i området mellem pedalen og klampen.

- Hvis du ikke holder både dine sko og klamper i god stand, kan udløsning og fastgøring til pedalerne blive uforudsigeligt eller vanskeligt, hvilket kan resultere i alvorlig tilskadekomst.

- Det er ikke sikkert, at SPD sko giver tilstrækkelig traktion, når du går på våde og/eller plane overflader. Vær yderst forsigtig, når du går på sådanne overflader, så du undgår at komme alvorligt til skade.

- Vælg sko af den rigtige størrelse til dine fødder, og sørg for at fastgøre spænderemmen og/eller spænderne, når du har dem på.

- Se de anvisninger, som følger med dine SPD-pedaler.

- Læs serviceanvisningerne grundigt før du monterer delene.** Løse, slidte eller beskadigede dele kan resultere i, at du kommer slemt til skade. Vi anbefaler stærkt, at du kun bruger ægte Shimano reservedele.

- Kontroller, at der ikke kommer lim ud omkring sålerne, inden de anvendes.

- Kontakt venligst en professionel cykelhandler, hvis du har nogen spørgsmål om metoderne til montering, justering, vedligeholdelse eller betjening.

- Læs disse tekniske serviceanvisninger grundigt og gem dem til senere brug.

#### LÆS OVENSTÅENDE ADVARSLER IGENNEM OG FØLG DEM NØJE.

Hvis du ikke følger advarslerne, risikerer du, at dine sko ikke bliver udløst, når du ønsker det, eller at de udløses uventet eller ved et uheld. Dette kan føre til, at du kommer alvorligt til skade.

### BEMÆRK:

- Anvend ikke skoene som spadseresko uden at klamperne er monteret.

- Vær påpasselig med ikke at træde på skarpe objekter eller udsætte skoene for slag, da sålerne er lavet af et specielt materiale.

- Anvend ikke en vaskemaskine eller tørretumbler til rengøring af skoene.

- Lad skoene lufttørre på et sted med skygge. Udsæt ikke skoene for stærk, direkte sol. Udsæt ikke skoene for varme fra et tørreapparat eller lignende.

- Udsæt ikke SPD-skoene for temperaturer på 50°C eller mere, da skoene derved kan blive deformerede af varmen.

- Der er ikke garanti for, at delene ikke slides naturligt eller forringes ved normalt brug.

SI-4J20B-003

## SPD-SL/SPD kompatibel sko

### Teknisk serviceanvisning

\* Serviceanvisninger på andre sprog kan findes på: <http://techdocs.shimano.com>

Bemærk: Specifikationer kan blive ændret uden forudgående varsel pga. forbedringer. (Danish)

## Γενικές Πληροφορίες Ασφάλειας

### ⚠ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

– Για την αποφυγή σοβαρών τραυματισμών:

- Κατανοήστε πώς λειτουργεί ο μηχανισμός ασφάλισης πριν να χρησιμοποιήσετε το ποδήλατο.

- Πριν να χρησιμοποιήσετε το ποδήλατο, βάλτε ένα πόδι στο έδαφος και εξασκηθείτε στην τοποθέτηση και απελευθέρωση από το πεντάλ μερικές φορές, μέχρι να το συνθησείτε.

- Εξασκηθείτε καταρχήν στην ποδηλασία σε ομαλό έδαφος.

- Πριν να χρησιμοποιήσετε το ποδήλατο, ρυθμίστε τη δύναμη συγκράτησης του πεντάλ σύμφωνα με την προτίμησή σας. (Συμβουλευθείτε και τις οδηγίες προσαρμογής για το σετ πεντάλ.)

- Βεβαιωθείτε ότι λάσπη, ρύτιοι και ξένα σώματα δεν συσσωρεύονται στην περιοχή που ενώνεται το πεντάλ με το πέλμα του παπουτσιού.

- Αν δεν συντηρείτε τα παπούτσια και τα πέλματά σας σε καλή κατάσταση, η τοποθέτηση και η απελευθέρωση από τα πεντάλ μπορεί να γίνεται απροσδόκητα ή καταστεί δύσκολη και να προκληθεί σοβαρός τραυματισμός.

- Τα παπούτσια SPD μπορεί να μην παρέχουν επαρκή αντίσταση για περπάτημα σε υγρές και/ή λείες επιφάνειες. Προσέχετε ιδιαίτερα όταν περπατάτε σε τέτοιες επιφάνειες προκειμένου να αποφευχθούν σοβαροί τραυματισμοί.

- Επιλέξτε το σωστό μέγεθος παπουτσιών για τα πόδια σας και βεβαιωθείτε ότι έχετε δέσει τις δέσμες με τη θηλιά και το άγκιστρο και/ή τα προστατευτικά όταν τα χρησιμοποιείτε.

- Συμβουλευθείτε τις οδηγίες των πεντάλ SPD.

- Διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες σέρβις πριν να εγκαταστήσετε τα εξαρτήματα.** Εξαρτήματα χαλαρά ή που έχουν υποστεί φθορά μπορεί να προκαλέσουν τραυματισμό στον ποδηλάτη.

- Συνιστούμε την αποκλειστική χρήση γνήσιων ανταλλακτικών Shimano.

- Ελέγξτε μήπως έχουν ξεκολλήσει κάποια σημεία γύρω από τις σόλες πριν τη χρήση.

- Για οποιοσδήποτε απορίες σχετικά με τις μεθόδους εγκατάστασης, προσαρμογής, συντήρησης ή λειτουργίας, επικοινωνήστε με έναν επαγγελματία αντιπρόσωπο ποδηλάτων.

- Διαβάστε προσεκτικά τις παρούσες Οδηγίες Τεχνικού Σέρβις και φυλάξτε τις σε ασφαλές μέρος για μελλοντική χρήση.

#### ΒΕΒΑΙΩΘΕΙΤΕ ΟΤΙ ΕΧΕΤΕ ΔΙΑΒΑΣΕΙ ΚΑΙ ΘΡΕΙΤΕ ΤΙΣ ΑΚΟΛΟΥΘΕΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ.

Αν δεν τηρηθούν οι προειδοποιήσεις, τα παπούτσια μπορεί να κολλήσουν στη θέση τους στα πεντάλ όταν θέλετε να τα βγάλετε ή το αντίθετο και να προκληθεί σοβαρός τραυματισμός.

### ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

- Μην περπατάτε με τα παπούτσια χωρίς τα πέλματα.
- Προσέξτε να μην πατήσετε αιχμηρά αντικείμενα και να μην υποβάλλετε τα παπούτσια σε κρούσεις γιατί οι σόλες είναι κατασκευασμένες από ειδικό υλικό.
- Μην βάζετε τα παπούτσια στο πλυντήριο ή στο στεγνωτήριο.
- Αφήστε τα παπούτσια να στεγνώσουν στον αέρα, σε σκιερό μέρος. Φυλάξτε τα παπούτσια μακριά από την άμεση δυνατή ηλιακή ακτινοβολία. Μην χρησιμοποιείτε πιστολάκι ή άλλη παρόμοια συσκευή για να θερμάνετε τα παπούτσια.
- Μην αφήνετε τα παπούτσια SPD εκτεθειμένα σε θερμοκρασίες 50°C ή υψηλότερες, διαφορετικά τα παπούτσια μπορεί να σκεβρώσουν από τη θερμότητα.
- Η εγγύηση δεν καλύπτει τα εξαρτήματα από τη φυσική φθορά ή την χειροτέρευση που οφείλεται στη φυσιολογική χρήση.

SI-4J20B-003

## SPD-SL/SPD συμβατά παπούτσια

### Οδηγίες Τεχνικού Σέρβις

\* Οι Οδηγίες Σέρβις σε άλλες γλώσσες διατίθενται στη διεύθυνση: <http://techdocs.shimano.com>

Σημείωση: Οι προδιαγραφές υπόκεινται σε αλλαγές προς βελτίωση χωρίς προειδοποίηση. (Greek)

## Allmän säkerhetsinformation

### ⚠ VARNING

– För att undvika allvarliga skador:

- Lär dig att förstå hur låsmekanismen fungerar innan du börjar cykla.

- Innan du börjar cykla, skall du sätta ena foten på marken och träna på att sätta fast och lossa skon från pedalen ett antal gånger, tills du känner att du klarar av detta.

- Börja med att övningscykla på plan mark.

- Innan du börjar cykla, skall du justera pedalens kvarhållningskraft tills den passar dig. (Se anvisningarna om pedaljusteringen.)

- Se till så att lera, smuts och främmande objekt inte samlas i området mellan pedalen och klotsarna.

- Om du inte bibehåller både dina skor och dina klotsar i god kondition, kan det bli nyckfullt eller svårt att frigöra och sätta fast skorna i pedalerne, vilket kan leda till allvarliga skador.

- Det kan hända att SPD-skor inte ger tillräckligt fäste när du går på våta och/eller jämna ytor. Var mycket försiktig när du går på sådana ytor för att undvika allvarliga personskador.

- Välj rätt skostorlek för dina fötter och var noga med att säkra kardborrebandet och/eller spännena vid användning.

- Se de anvisningar som medföljer dina SPD-pedaler.

- Tag fram och läs igenom bruksanvisningen noggrant, innan du börjar montera delar.** Glappa, utslitna eller skadade delar kan leda till allvarliga skador för cyklisten. Vi rekommenderar kraftigt att du endast använder äkta Shimano reservdelar.

- Kontrollera att inget lim flagnar av runt sulorna innan du börjar använda dem.

- Kontakta en auktoriserad cykelhandlare, om har några frågor beträffande metoderna för montering, justering, underhåll eller användning.

- Läs noggrant igenom dessa anvisningar om teknisk service och förvara dem på en lämplig plats för senare användning.

VAR NOGA MED ATT NOGGRANT LÄSA IGENOM OCH FÖLJA VARNINGARNA HÄR OVAN. Om du inte följer varningarna, kanske skorna inte frigörs från pedalerne när du vill detta eller frigörs helt oväntat eller oavsiktligt, vilket kan leda till allvarliga skador.

### OBSERVERA:

- Använd inte skorna för att gå omkring med utan att klotsarna sitter fast.

- Du får inte trampa på spetsiga föremål eller utsätta skorna för stötar, därför att sulorna är tillverkade av specialmaterial.

- Använd inte en tvättmaskin eller torkare vid rengöring av skorna.

- Låt dina skor lufttorka på en skuggig plats. Utsätt inte dina skor för kraftigt direkt solljus. Utsätt inte skorna för hetta från en hårtork eller liknande utrustning.

- Lämna inte SPD-skor utsatta för temperaturer på 50°C eller mer, annars kan skorna bli skeva av varmen.

- Delar garanteras inte mot normal förlitning eller försämring som ett resultat av normal användning.

SI-4J20B-003

## SPD-SL/SPD kompatibla skor

### Anvisningar för teknisk service

\* Bruksanvisningar på andra språk finns på: <http://techdocs.shimano.com>

Observera att tekniska data i förbättringsnyfte kan ändras utan föregående meddelande. (Swedish)

## Yleistä turvatietoa

### ⚠ VAROITUS

– Vakavien tapaturmien välttäminen:

- Tutustu ennen ajamista huolellisesti lukkomekanismiin niin, että ymmärrät miten se toimii.

- Ennen kuin ajat, aseta toinen jalka maahan ja harjoittele polkimelta kytkemistä ja vapauttamista muutama kerta niin, etta totut siihen.

- Harjoittele ajamista ensin tasaisessa maastossa.

- Sääädä polkimen jousikireys sopivaksi ennen ajamista. (Katso polkimen kiinnitysohjeita.)

- Varmista, että mutaa, likaa ja vieraita esineitä ei pääse kertymään polkimen ja kiinnitystappien liitosalueelle.

- Jos kenkiä ja kiinnitystappeja ei pidetä hyvässä kunnossa, vapautus polkimista ja kiinnitys polkimiin voi tapahtua odottamatta tai olla vaikeaa, jolloin seurauksena saattaa olla vakava ruumiinvamma.

- SPD-kengät eivät kenties pidä riittävän hyvin käveltäessä määrällä ja /tai pehmeällä pinnalla. Vakavan vamman välttämiseksi tällaisilla pinnoilla käveltäessä on oltava erityisen varovainen.

- Valitse itsellesi oikeankokoiset kengät ja varmista, että suljet tarrakiinnittimet ja/tai soljet kenkiä pitäessäsi.

- Katso SPD-polkimien varusteisiin kuuluvia käyttöohjeita.

- Hanki ja lue huolto-ohjeet huolellisesti ennen osien asentamista.** Löysät, kuluneet tai vaurioituneet osat voivat aiheuttaa vakavia vammoja pyöräilijälle. On erittäin suositeltavaa käyttää vain aitoja Shimanovaraosia.

- Tarkista ennen käyttöä, että pohjien ympäriltä ei ole irronnut liimaa.

- Jos asennustavasta, säädöstä, huollosta tai käytöstä esiintyy kysyttävää, pyydämme ottamaan yhteyden pyöräliikkeeseen.

- Lue nämä tekniset huolto-ohjeet tarkasti ja talleta ne huolellisesti myöhempää tarvetta varten.

#### LUE JA NOUDATA YLLÄ OLEVIA VAROITUKSIA HUOLELLISESTI.

Jos näitä varoituksia ei noudateta, kengät eivät välttämättä irtoa polkimista tarpeen vaatiessa tai ne voivat irrota odottamattomasti tai vahingossa, jolloin seurauksena saattaa olla vakava ruumiinvamma.

### HUOMAA:

- Älä käytä kävelykenkiä ilman että kiinnitystapit on kiinnitetty.

- Älä astu terävien esineiden päälle äläkä kolhi kenkiä, sillä pohjat on tehty erikoismateriaalista.

- Älä puhdista kenkiä pesukoneessa äläkä käytä kuivaajia niiden kuivaamiseen.

- Anna kenkien kuivua varjossa. Älä pane kenkiä suoraan auringonpaisteeseen. Älä kuivaa niitä kuumalla ilmalla kuten hiustenkuivaajalla tms.

- Älä jätä SPD-kenkiä alttiiksi 50°C tai tätä suuremmalle lämmölle, muuten kuumuus saattaa aiheuttaa kenkien vääntymisen.

- Takuu ei kata osien luontaista kulumista tai normaalista käytöstä johtuvaa heikkenemistä.

SI-4J20B-003

## Yhteensopivat SPD-SL/SPD -kengät

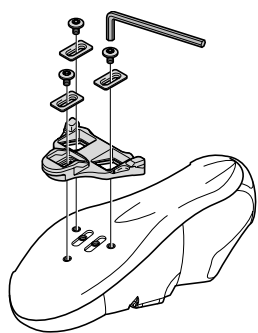
### Tekniset huolto-ohjeet

\* Huolto-ohjeet muilla kielillä saatavilla osoitteesta: <http://techdocs.shimano.com>

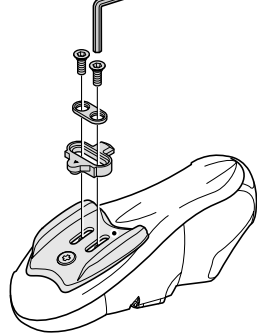
Huomaa: Teknisiä tietoja saatetaan muuttaa ilman ennakkovaroitusta. (Finnish)



#### ■ SPD-SL



#### ■ SPD

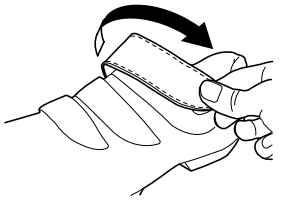


< Spænderemsmodel >

< Τύπος με δέστρα θηλιάς και άγκιστρου >

< Kardborrebandtyp >

< Tarrakiinnintyyppi >

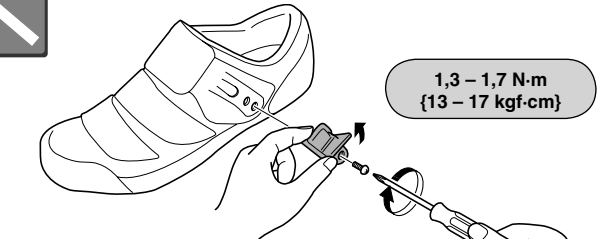
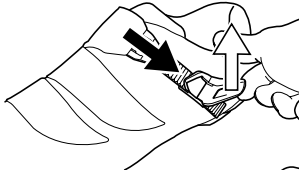


< Model med spænde & rem >

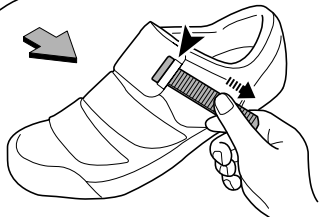
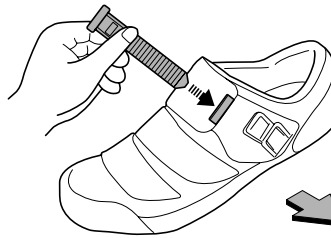
< Τύπος με προστατευτικό και λουράκι >

< Spännestyp >

< Solki & remmi -tyyppi >



1,3 – 1,7 N·m  
{13 – 17 kgf·cm}



## 一般安全注意事项

## 警告

— 为了防止严重伤害：

- 骑车前，请先充分理解嵌入原理。
- 骑车前，请先一脚着地，反复练习嵌入脚踏板和解脱数次，直至熟练掌握。
- 请先在平地上练习。
- 骑车前，请先将脚踏板的弹簧力度调节至您的最适强度。（请参看安装脚踏板的调节说明。）
- 请确认脚踏板搭扣内部是否沾有泥土、垃圾和异物。
- 如果不好好保养鞋子和搭扣，那么，搭扣会出乎意料地解脱或嵌入脚踏板，或难以解脱或嵌入脚踏板，这将造成严重伤害。
- 穿 SPD 鞋在潮湿或光滑处行走因为没有足够的摩擦力而容易打滑。在上述场所行走时必须十分注意，以免因跌倒而严重摔伤。
- 请选择合脚的鞋子，使用时请紧紧固定绑带或扣环。
- 请参看 SPD 脚踏板的说明。
- 在安装零件前，请仔细阅读使用说明。如果零件有松动、磨损或损坏，会使骑车人受严重伤害。仅使用纯正禧玛诺更换用零件。
- 使用前，请检查鞋底周围是否脱胶。
- 如对安装、调节、保养或使用方法有任何疑问，请向专业自行车经销商咨询。
- 请仔细阅读该使用说明书，然后加以妥善保管。

务请阅读并遵循上述警告事项。  
如不遵循上述警告事项，鞋子可能不能从脚踏板上解脱，或意外解脱，致使摔倒，造成事故。

## 注：

- 请不要穿着未装搭扣的鞋走路。
- 因鞋底用特殊材料制成，请不要踩踏尖硬之物，也不要使鞋子遭受强力冲击。
- 鞋子不得机洗或烘干。
- 请将鞋子放在通风处阴干。不得暴晒。不得用吹风机等物加热烤干。
- 不得将 SPD 鞋置于 50°C 或温度更高处，否则鞋子会因受热而变形。
- 对于正常使用条件下的自然磨损以及品质的劣化不予以保证。

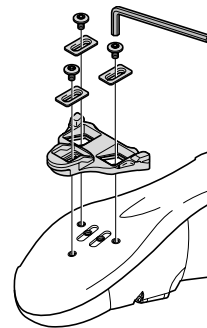
SI-4J20B-003

## SPD-SL/SPD 兼容鞋

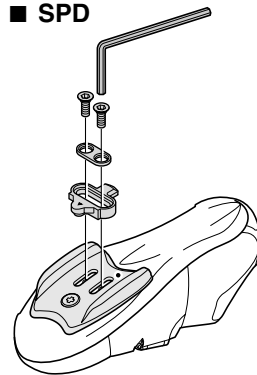
## 使用说明书



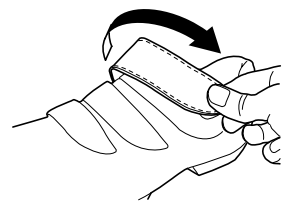
## ■ SPD-SL



## ■ SPD



## &lt; 绑带式 &gt;



## &lt; 扣环和扣带式 &gt;

