ERGON
BIKE ERGONOMICS

GC1

Montage-/ Bedienungsanleitung

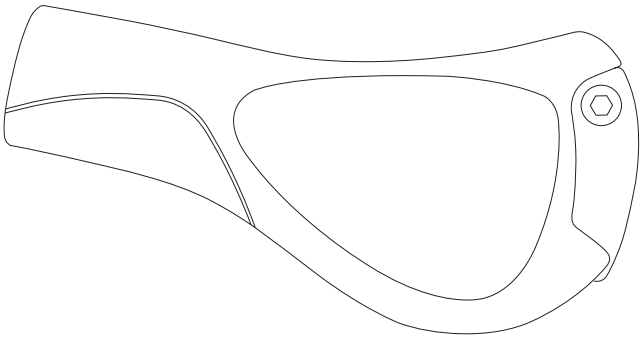
Bitte beachten.

Installation Instructions / Instructions for use

Please read before use.

Instructions d'installation / Instructions d'usage

Lire ce qui suit avant d'utiliser le produit.



Ergon Germany, International:
RTI Sports GmbH, Universitaetsstr. 2, 56070 Koblenz / Germany,
T +49 (0) 261 899998-28, F +49 (0) 261 899998-19,
info@ergon-bike.com, www.ergon-bike.com

Ergon® is a worldwide trademark. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Ergon reserve the right to change any products without prior notice. Shimano® Nexus® are registered trademarks of Shimano® Inc., Rohloff® is a registered trademark of Rohloff AG.

Bitte lesen Sie diese Anleitung sorgfältig durch. Bei Fehlmontage droht Sturzgefahr.

D

Sicherheitshinweise:

- Es dürfen nur Lenker verwendet werden, die vom Hersteller für Außenklemmungen freigegeben sind und den angegebenen Drehmomenten standhalten.
- Für die Verwendung mit Carbon-Lenkern geeignet.
- Extra dünnwandige Lenker (einige Modelle aus Carbon und Aluminium) können verwendet werden.
- Achten Sie bitte darauf, dass der Lenker gründlich mit Alkohol o.ä. entfettet ist.

Lenker-Voraussetzungen:

- Lenker mit einem Durchmesser von 22,2 mm. Bedingt durch Fertigungstoleranzen bei der Lenker-Produktion ist es möglich, dass sich die Griffe teilweise schwer auf den Lenker schieben lassen.
- Ungekrümmter Montagebereich von mindestens 132 mm beidseitig für Standard-Schaltungen; 132 mm links und 91 mm rechts für Rohloff®/Nexus® Schaltungen.

Please read these instructions carefully. Failure to do so may lead to injury.

EN

Safety precautions:

- *Only handlebars that have been approved by their manufacturer for use with clamp on grips should be used and can withstand the required clamping force.*
- *Carbon bar use permitted.*
- *Thin wall handlebars (some carbon and aluminium models) can be used.*
- *Please ensure that the bar is suitably cleaned using alcohol or other degreasers.*

Handlebar requirements:

- *Handlebar with 22.2 mm diameter in the grip area. Due to manufacturing tolerances in handlebar production, it is possible that the grips can be sometimes difficult to push onto the handlebar.*
- *Uninterrupted bar space of: 132 mm (5.2") each side for standard shifters; 132 mm (5.2") left and 91 mm (3.6") right for Rohloff®/Nexus®.*

Pour prévenir toute blessure, lire attentivement les consignes qui suivent.

F

Note de sécurité:

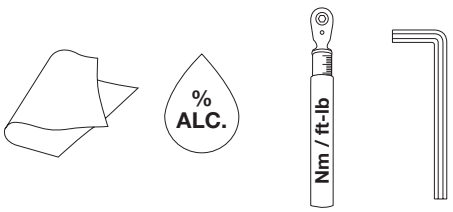
- *Seuls les guidons certifiés par leur fabricant comme étant utilisables avec des poignées à colliers de serrage et supportant les contraintes des colliers de serrage doivent être utilisés.*
- *Utilisable avec un guidon en carbone.*
- *Les guidons à paroies fines (en carbone ou en aluminium) peuvent être utilisés.*
- *Assurez-vous de bien nettoyer le guidon avec de l'alcool ou tout autre dégraissant approprié.*

Guidons recommandés:

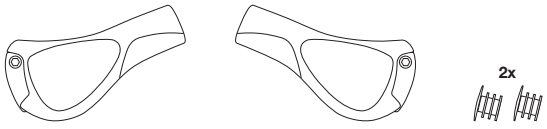
- *Tout guidon ayant un diamètre de 22,2 mm à l'endroit des poignées. Les tolérances de fabrication de la production de certains guidons font en sorte qu'il peut être difficile d'y glisser les poignées.*
- *Les deux extrémités du guidon ne doivent pas être courbées. Elles doivent mesurer 132 mm de chaque côté pour des leviers standards; 132 mm à gauche et 91 mm à droite pour les leviers Rohloff®/Nexus®.*

Montageanleitung für linken und rechten Griff. *Installation instruction for left and right grip. Instructions d'installation pour les deux poignées.*

Benötigtes Werkzeug / *Required tools / Outils requis:*



Inhalt der Verpackung / *Contents of packaging / Contenu du paquet:*



Unbedingt beachten.

- Maximal empfohlener Anzugsmoment: **5 Nm**
- Die Griffe dürfen sich nicht mehr von Hand verdrehen lassen.
- Nach 50 km bzw. nach der ersten Fahrt die Klemmschrauben nachziehen und danach regelmäßig auf festen Sitz prüfen.

Important to note.

- *Maximum recommended torque: **5 Nm (3.7 ft-lb)***
- *Grips must not rotate once fitted.*
- *Re-check the torque setting following the first ride / 50 km of riding and then check periodically to ensure that the screws are not loosening.*

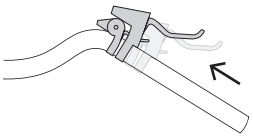
Avis important.

- *Couple de serrage maximal recommandé : **5 Nm***
- *Une fois installés, les poignées de guidon ne doivent pas pivoter sur le guidon.*
- *Vérifier le couple de serrage après la sortie initiale ou après 50 km. S'assurer périodiquement que les vis ne se desserrent pas.*

Vorbereitung / *Preparation / Préparation:*

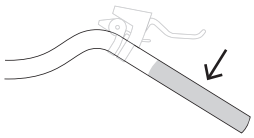
1

- Schaltung/Bremshebel lösen.
- *Loosen shifter/brake lever.*
- *Desserrer les leviers de frein et de vitesse.*



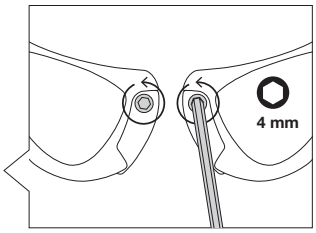
2

- Lenker reinigen/entfetten.
- *Clean/degrease handlebar.*
- *Nettoyer et dégraisser le guidon.*



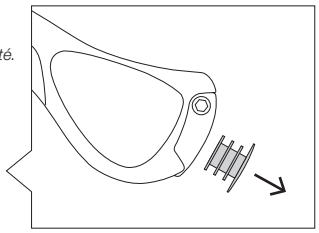
3

- Schrauben beider Klemmen lösen.
- *Loosen screws of both clamps.*
- *Desserrer les vis des serrage.*



4

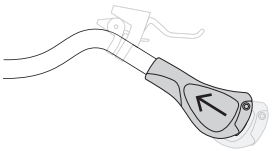
- Endstopfen entfernen.
- *Remove the end plugs.*
- *Dépose les bouchons d'extrémité.*

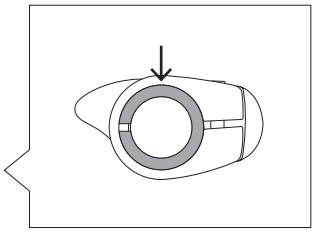


Montage / *Assembly / Assemblage:*

5

- Griff auf Lenker schieben.
- *Push the grip on to the bar.*
- *Glisser la poignée sur le guidon.*





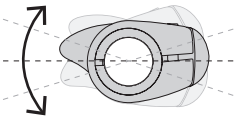
Achtung / *Attention:*

- Griff auf den Lenker schieben, bis der Lenker mit dem Innenstopp der Griffhülse bündig abschließt. Nur so wird eine einwandfreie Montage gewährleistet.
- *Push the grip onto the bar until the end of the bar is level with the end of the grip. Only by following these steps can a proper install be ensured.*
- *Faîtes glisser la poignée jusqu'à ce que la bague d'ajustement soit d'aplomb avec l'extrémité du guidon. Une installation correcte n'est possible qu'en suivant ces étapes.*

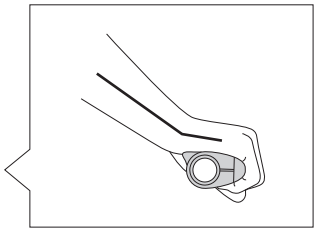
Einstellung / *Adjustment / Ajustement:*

6

max. + 20°



max. - 15°

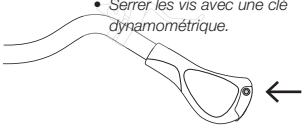


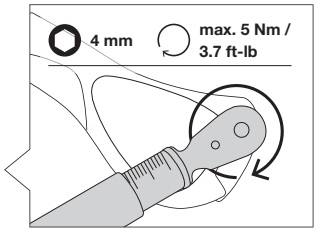
- Drehen Sie die Auflagefläche des Griffs so, dass Ihr Handballen vollflächig aufliegt. Eine übermäßig abgewinkelte Position des Handgelenks sollte hierbei vermieden werden. Durch Ausprobieren können Sie die für Sie komfortabelste Stellung herausfinden.
- *Turn the grip so that the support platform completely supports the ball of your hand. The wrist should be in a neutral position avoiding an exaggerated kink. After a short period of trial a comfortable position can be found.*
- *Faire pivoter la poignée jusqu'à ce que le corps de celle-ci supporte toute la paume de main. Le poignet doit être en position neutre sans être trop plié. Après quelques essais, une position confortable sera trouvée.*

Endmontage / *Final assembly / Assemblage final:*

7

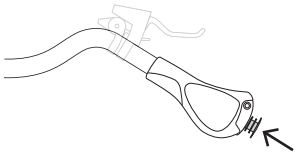
- Schraube mit Drehmoment-schlüssel anziehen.
- *Tighten the screw using a torque wrench.*
- *Serrer les vis avec une clé dynamométrique.*

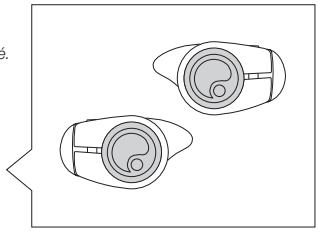




8

- Beide Endstopfen einsetzen.
- *Insert the end plugs.*
- *Insérez les bouchons d'extrémité.*



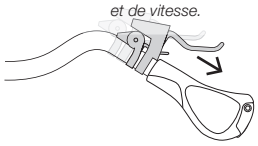


Achtung / *Attention:*

- Die Griffe dürfen sich nach dem Anziehen nicht mehr von Hand verdrehen lassen.
- *The grips should not turn on the bar after tighten the screws.*
- *La poignée ne doit pas pivoter sur le guidon.*

9

- Schaltung/Bremshebel montieren.
- *Mount shifter/brake lever.*
- *Replacer les leviers de frein et de vitesse.*



Achtung:
Überprüfen Sie vor dem Fahrtantritt, ob die Griffe verdrehfest montiert sind. Lassen sich die Griffe trotz des angegebenen Anzugsmoments von 5 Nm verdrehen, ist Ihr Lenker nicht für die Griffe geeignet. Sie sollten in diesem Falle einen Lenker mit angerauten Lenkerenden einsetzen. Die Klemmschrauben dürfen nicht überdreht werden. Nach Stürzen sind die Klemmen auf Beschädigungen und Verdrehsicherheit zu überprüfen und eventuell auszutauschen. Bei Fragen wenden Sie sich an Ihren Fachhändler. Überprüfen Sie nach der Montage der Griffe, ob die Bremsgriffe und die Schaltungsbetätigungen ohne Veränderung der Handhaltung erreichbar sind und ob Sie alle Funktionen Ihres Fahrrads weiterhin ohne Einschränkung nutzen können. Der sichere Halt bzw. die Verdrehsicherheit der Griffe ist nur unter Verwendung der dazugehörigen Außenklemmungen gewährleistet.

Pflege:
Damit Sie mit Ihren Ergon Handgriffen lange Freude haben, sollten Sie die Griffe nur mit handwarmem Seifenwasser reinigen und anschließend gut abspülen. Ergon Handgriffe sollten nicht mit petroleumhaltigen Stoffen wie mineralischen Ölen und Fetten sowie scharfen Reinigern oder sonstigen Chemikalien in Kontakt gebracht werden.

Gewährleistung:
Mit dem speziellen Klemmkonzept übertreffen die Ergon Handgriffe die in DIN 14766 geforderte Abzugskraft für Lenkergriffe von 70 N deutlich. Für die Funktion und Formstabilität der Ergon Handgriffe haben Sie einen Gewährleistungsanspruch von zwei Jahren ab Kaufdatum. Bedenken Sie jedoch, dass Fahrradgriffe einer natürlichen Abnutzung unterliegen. Bei festgestellten Mängeln reklamieren Sie die Griffe bitte bei Ihrem Fachhändler. Alle Gewährleistungsfristen werden ungültig, wenn der Artikel auf Grund von Stürzen beschädigt oder zweckentfremdet wurde, Veränderungen vorgenommen wurden oder der Artikel anders verwendet wurde als in dieser Montageanleitung beschrieben.

Hinweis:
Die Ergon Handgriffe bieten Schmerzprävention durch optimale Druckverteilung, denn sie sorgen für eine 40% größere Kontaktfläche. Die gleichmäßige Druckverteilung regt die Durchblutung an. Dadurch kann sich der Handteller röten.

Durch Ausprobieren können Sie die für Sie komfortabelste Stellung der Ergon Handgriffe herausfinden. Führen Sie nach einigen kurzen Testfahrten hierzu die **Schritte 6 bis 7** erneut aus und verändern Sie hierbei den Positions-Winkel in kleinen Schritten.

Sollten trotz Verwendung der Ergon Handgriffe während des Fahrens Schmerzen oder Taubheitsgefühle in Händen und Unterarmen auftreten, kann es hilfreich sein, den Lenker in seiner Neigung zu drehen oder ihn evtl. gegen ein anderes Modell auszutauschen. Zusätzlich ist eine Überprüfung von Sitzposition, Lenkerhöhe und Rahmengröße sinnvoll – hierzu ist eine Beratung durch einen Fachhändler empfehlenswert.

Material Hinweis:
- Latexfrei
- Extrem hohe UV Stabilität, geprüft nach Automobil-Standards
- Ausschließlich Verwendung medizinischer Weißöle
- Alle eingesetzten Rohstoffe entsprechen den Anforderungen der EU-Richtlinie 2002/72/EG (Lebensmittelkontakt)
- Entsprechen höchsten Reinheitskriterien der europ. Resolution AP(89)1
- Rohstoffe sind nach der europ. Spielzeugnorm EN71-3 für Spielzeug geeignet
- Frei von PAK, keine Verwendung von Phthalaten
- Höchster Qualitätsstandard in der Fahrradindustrie

Attention:
Before riding the bike, please ensure that the grips are properly tightened. If the maximum quoted 5 Nm (3.7 ft-lb) torque is not sufficient to prevent the grips being turned by hand then the handlebar is not compatible with this product. Please replace the handlebar with one which is completely round at the end and meets the industry standard of 22.2 mm in diameter. Do not over-tighten. Following any accidents, all components of the grips and clamps should be checked for damage and replaced as necessary. Should you have any questions, please refer to your retailer. Before riding for the first time, ensure that the function of the brakes and gears has not been restricted without having to change your hand position and that all functions of the bicycle can be used as normal. A secure fit can only be guarantied with the use of the correct Ergon clamp.

Maintenance:
In order to ensure that your Ergon grips provide you with the best performance please clean them regularly using warm soapy water. Rinse thoroughly. Do not use petroleum based products or solvents, oil or grease on the grips for any reason.

Warranty:
The clamping system used on these grips exceeds the DIN standard 14766 for handlegrips of 70 N (16 lb) removal force. The function and construction of Ergon handlebar grips are covered by a warranty for two years from the date of purchase. Please be aware that grips do naturally wear out with use. In the event of a suspected warranty issue, please contact your retailer. Damage as a result of crashes, misuse, incorrect installation or modification of the grip is not covered by this warranty.

Information:
Ergon grips offer pain prevention through optimized pressure distribution. This is realised through the 40% larger surface area. This pressure distribution allows better blood circulation, which may cause the hands to appear flushed.

*The correct position for your Ergon grips is an individual thing. Repeat **steps 6 to 7** adjusting the angle of the grips in small steps. The angle maybe different for the left and right hand. Ride a test course to allow good comparison.*

Should you suffer from pain or numbness in your hands or forearms despite use of Ergon grips it may help to try a handlebar with a different profile, or rotate your existing one. If problems persist, it is advisable to check your position on the bike including frame size, handlebar height and saddle position with the help of a professional.

Material Information:
- Latex free
- Extremely high UV resistance - corresponds to automotive standards
- Only medically approved 'white oil' used in production
- All raw materials meet the standards set for use in food production - EU (2002/72/EG)
- All raw materials meet the purity standards of European Resolution AP(89)1
- Free of PAK - no Phthalates used in production
- Highest quality standard within the bicycle industry

Attention:
Avant de rouler assurez-vous que les grips sont correctement serrés sur le guidon. Si un serrage à 5 Nm n'est pas suffisant pour empêcher le grip de tourner avec la force de la main sur le guidon, alors le guidon n'est pas compatible avec ce produit. Remplacez le guidon avec un complétement rond à l'extermité et d'un diamètre standard de 22.2 mm, Ne pas sur-serrer les grips. A la suite d'une chute, ou de tout évenement accidentel, les composants des grips doivent être vérifiés et remplacés si nécessaire. Référez vous à votre détaillant pour toute question supplémentaire. Avant de rouler pour la première fois, assurez-vous que les freins et les changements de vitesse sont bien opérationnels et accessibles sans changer vos mains de position et que toutes les fonctions de votre vélo sont utilisables normalement. Un blocage suffisant ne peut être garanti qu'avec l'utilisation du bon collier de serrage Ergon.

Maintenance:
Pour vous assurer que les grips Ergon vous fournissent les meilleures performance possibles, nettoyez les régulierement avec de l'eau savoneuse. Rincez abondament. Évitez à tout prix l'utilisation de produits à base de pétrole ou de solvants, d'huile et de graisse lors de l'entretien de vos embouts de guidon.

Garantie:
Le système de serrage sur ces poignées dépasse les standards de force d'arrachage DIN 14766 de 70 N. La fonction et la construction des poignées Ergon sont couvertes par une garantie de deux ans à partir de la date d'achat. À noter que les poignées s'usent naturellement à l'usage. Dans le cas d'une demande de garantie, contactez votre détaillant. Les dommages résultant d'une chute, d'une mauvaise utilisation, d'une installation incorrecte ou d'une modification ne sont pas couverts par la garantie.

Information:
*Les grips Ergon offrent une prevention des douleurs aux mains grace à une répartition optimisée de la pression. Ceci peut être obtenu grace à une surface d'appui 40% plus large. La répartition de la pression permet une meilleure circulation sanguine et une diminution des sensations d'engourdissement. L'orientation correcte des grips Ergon est une chose individuelle. Repetez les **étapes 6 à 7** en ajustant les angles des grips par petites touches. L'angle peut être différent à cauche et à droite Faites un essai en roulant pour permettre une bonne comparaison.*

Si vous souffrez toujours de douleurs ou d'engourdissements dans les mains et les avant bras malgré l'utilisation de grips Ergon, alors essayez un guidon avec une forme différente ou tournez votre guidon actuel. Si les problèmes persistent, il est conseillé de vérifiez votre position sur le vélo y comprit la taille du cadre, hauteur du guidon, hauteur de selle, avec l'aide d'un professionnel.

Information sur les matériaux:
- Sans latex
- Résistance très élevée aux UV ; respectent les normes de l'industrie automobile
- De l'huile blanche (approuvée médicalement) est utilisée lors de la production
- Toutes les matières premières respectent la réglementation alimentaire EU (2002/72/EG)
- Toutes les matières premières respectent les critères de pureté de la résolution européenne AP(89)1
- Ne contiennent pas de protéine PAK. Aucun phtalate n'a été utilisé lors de la production
- Répondent aux exigences de qualité les plus strictes de l'industrie du cyclisme