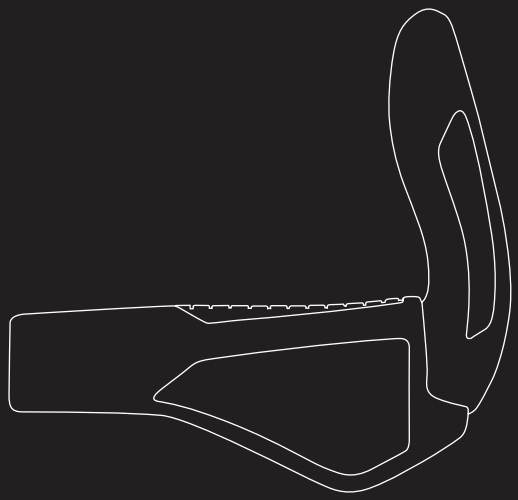
ERGON
BIKE ERGONOMICS

GX3

Pro Racing Series



Montage-/ Bedienungsanleitung

Installation Instructions / Instructions for use

Instructions d’installation / Instructions d’usage

Ergon® is a worldwide trademark. Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten. Ergon reserve the right to change any products without prior notice.

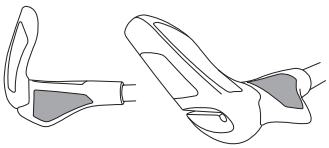
Ergon Germany, International:
RTI Sports GmbH, Rudolf-Diesel-Straße 21, 56220 Urmitz/Germany, T +49 (0) 2630 955 20, F +49 (0) 2630 955 230, info@ergon-bike.com, www.ergon-bike.com

ERGON
BIKE ERGONOMICS

Montageanleitung Ergon Handgriff GX3

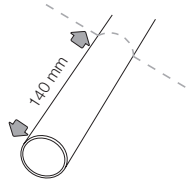
Achtung: Bitte lesen Sie sich diese Anleitung aufmerksam durch. Nur eine einwandfreie Montage gewährleistet die optimale Funktion der Ergon Handgriffe. Es eignen sich ausschließlich Lenker mit einem ungekrümmten Montagebereich von mindestens 140 mm und einem Durchmesser von 22,2 mm. Nicht jeder Lenker ist für hohe Klemmkräfte eines Barends ausgelegt. Daher sollten nur Lenker verwendet werden, die vom Hersteller für Barends freigegeben sind und den angegeben Drehmomenten standhalten. Keine Freigabe für Carbon-Lenker! Extra dünnwandige Alu-Lenker können nur mit einem Sicherheits-Lenkerendstopfen verwendet werden, z. B. dem Ergon HS100 Lenkerplugin. Achten Sie bitte darauf, dass der Lenker gründlich mit Alkohol, Isopropanol o.ä. entfettet ist. Die Griffe sind nicht kompatibel mit Drehgriff-Schaltungen.

1.



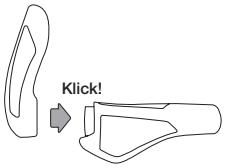
Beachten Sie die korrekte Anordnung von linkem und rechtem Griff.

2.1



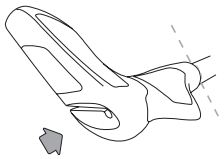
Montagebereich von 140 mm am Lenker markieren.
Tipp: Benutzen Sie einen Klebebandstreifen oder Bleistift.

2.2



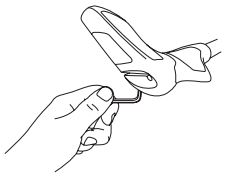
Barend auf den Griff stecken. Ein deutliches „Klick" Geräusch stellt sicher, dass der im Barend integrierte Sicherungsring bündig in der Nut des Griffes sitzt.

2.3



Griff bis zum markierten Montagebereich von 140 mm aufschieben.

2.4

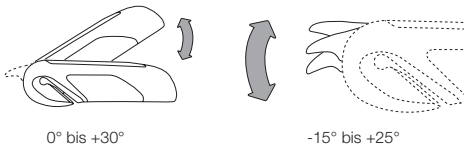


Klemmschraube unten leicht anziehen.

3.

Drehen Sie die Auflagefläche der Griffe so, dass Ihre Handballen vollflächig aufliegen. Eine übermäßig abgewinkelte Position des Handgelenks sollte hierbei vermieden werden. Durch Ausprobieren können Sie die für Sie komfortabelste Stellung der Ergon Handgriffe herausfinden. Ziehen Sie die Klemmschrauben der Barends in jedem Fall vor der ersten Fahrt mit 7 Nm fest.

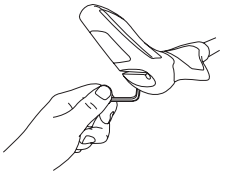
4.



Die Grundeinstellung des Flügels sollte waagerecht sein. Zur fahrerspezifischen Feineinstellung beachten Sie bitte den Punkt 3 und die folgenden Hinweise dieser Montageanleitung.

5.

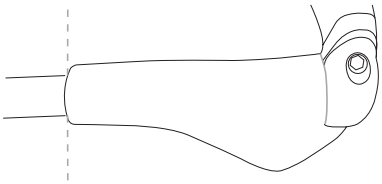
Wichtig:
Empfohlenes Anzugsmoment: 7 Nm
Die Griffe dürfen sich nicht mehr von Hand verdrehen lassen! Nach 30 km bzw. nach der ersten Fahrt die Klemmschrauben nachziehen und danach regelmäßig auf festen Sitz prüfen.



Ziehen Sie die Klemmschrauben der Griffe mit einem 5 mm Drehmomentschlüssel mit 7 Nm an. Ziehen Sie in jedem Fall die Klemmschrauben der Barends nach 50 km bzw. der ersten Fahrt nach.

6.

Wichtig:
Checkliste!



Stellen Sie sicher, dass Sie den Griff bis zur Markierung auf ihren Lenker (2.1) geschoben haben und dass sich zwischen Barend und Griff kein Zwischenraum befindet (2.2).

Achtung:
Überprüfen Sie vor dem Fahrtantritt, ob die Griffe verdrehfest montiert sind. Lassen sich die Griffe und Barends trotz des angegebenen Anzugsmoments von 7 Nm verdrehen, ist Ihr Lenker nicht für die Griffe geeignet. Sie sollten in diesem Falle einen Lenker mit angerauten Lenkerenden einsetzen. Nach Stürzen sind die Barends 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 Barends 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 (3) bis (5) 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.

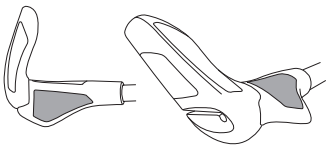
Allergiker Info:
Ergon Handgriffe sind latexfrei.

ERGON
BIKE ERGONOMICS

Installation Instructions Ergon GX3 Grips

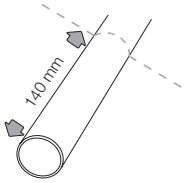
Attention: Please read these instructions carefully. Only correctly installed Ergon grips allow for optimum function. Ergon GX3 grips require a handlebar with 140 mm of straight uninterrupted bar space each side. Only handlebars with 22.2 mm diameter in the grip area may be used. Only handlebars that have been approved by their manufacturer for use with bar ends should be used and can withstand the required clamping force. Do not use with carbon handlebars. Very thin walled aluminium handlebars should only be used if a reinforcing insert is present, such as the Ergon HS100 handlebar plug-in. Please ensure prior to fitting that the bar is suitably cleaned using alcohol or other degreasers. These grips are not designed to be used with twist shifters.

1.



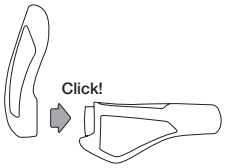
The grips are left and right specific, please ensure that they correctly orientated.

2.1



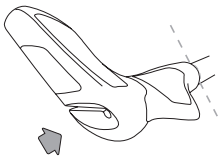
Measure and mark the handlebar 140 mm from the end. Tipp: Use either sticky tape or a pencil.

2.2



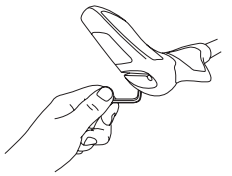
Fit the bar end to the grip. You will hear a distinct “click” when the integrated security ring engages. This signals that the bar end is properly fitted to the grip.

2.3



Push the grip and bar end on to the bar as far as the 140 mm mark.

2.4

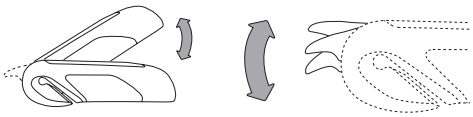


Tighten the clamping screw so that the grip and bar end can still be moved.

3.

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 and error a comfortable position can be found. Be sure to tighten the clamp with 7 Nm before your first ride.

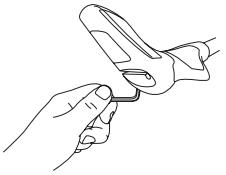
4.



The default position for the support platform is horizontal. For fine tuning according to rider and riding style, please refer to the step 3 and the tips given below.

5.

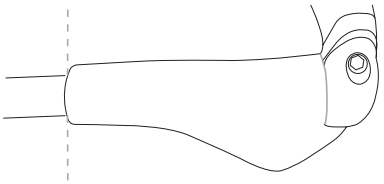
Important:
Recommended torque: 7 Nm
The grips and bar ends should not turn on the bar! Re-check the torque setting following the first ride / 50km of riding. Check periodically to ensure that the screws are not loosening.



Tighten to 7 Nm torque using a 5 mm torque wrench. Re-check the torque setting following the first ride / 50 km of riding. Check periodically to ensure that the screws are not loosening.

6.

Important:
Check List!



Please ensure that: The grip was only slid as far onto the bar as the 140 mm mark (2.1). There is no gap between the bar end and the grip body (2.2).

Attention:
Before riding the bike, please ensure that the grips are properly tightened. If the quoted 7 Nm torque is not sufficient to prevent the grips and bar ends 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. Following any crashes or impacts, please check the bar ends for damage. Check to see that the grips are bar ends are still secure. Replace if necessary. In the event of any questions, please contact your local 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 bar end.

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 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 (3) to (5) 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.

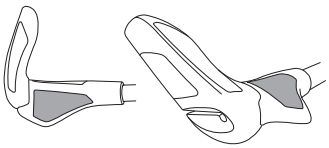
Allergy information:
All Ergon grips are latex free.

ERGON
BIKE ERGONOMICS

Instructions d'installation pour Ergon GX3 Grips

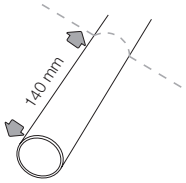
Attention: lisez ces instructions attentivement, seuls des grips ergon correctement installés permetront une utilisation optimale. Les grips Ergon GX3 requierent un guidon avec 140 mm d'espace libre et sans courbe de chaque coté du guidon. Seuls les guidons de 22.2mm de diamètre au niveau de la poignée doivent être utilisés. Seulement pour les guidons certifiés par leur fabricant comme étant utilisables avec des poignées pourvues de prolongateurs et pouvant supporter leur force de serrage. Ne pas utiliser avec un guidon en carbone. Les guidons à paroies en aluminium très fines doivent être utilisés avec un insert de renforcement comme le Ergon HS100 handlebar plug-in. Assurez-vous avant montage de nettoyer le guidon avec de l'alcool ou un autre dégraissant adapté. Ces grips ne sont pas conçus pour être utilisés avec des changement de vitesses par poignée tournante.

1.



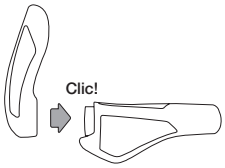
Les grips sont spécifiques droite et gauche, assurez-vous de leur positionnement correct.

2.1



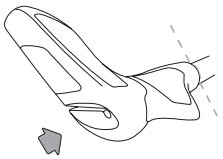
Mesurez et marquez le guidon à 140 mm de son extrémité. Conseil: utilisez du ruban adhésif ou un crayon marqueur.

2.2



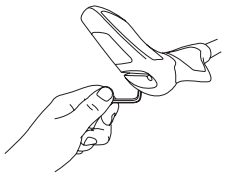
Ajustez le prolongateur sur le grip, Vous devez entendre un „clic" distinct lors de l'engagement de l'anneau de sécurité. Signal que le prolongateur est correctement emboité dans le grip.

2.3



Poussez le grips et le prolongateur sur le guidon jusquà la marque à 140 mm.

2.4

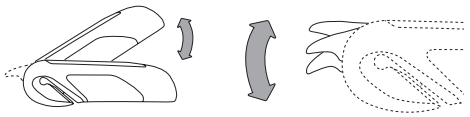


Serrez le collier de serrage pour que le grip et le prolongateur puissent encore être otés.

3.

Tournez le grip pour que la plate forme supporte completement la paume de votre main. Le poignet doit être dans une position neutre sans pliure éxagérée. Après une courte période d'essai une position doit être trouvée. Assurez-vous de serrer le collier à 7 Nm avant de rouler.

4.



La position par défaut de la plate forme de support est horizontale. Pour un ajustement fin au pilote et au style de pilotage, referez-vous à l'étape 3 et aux conseils donnés en dessous.

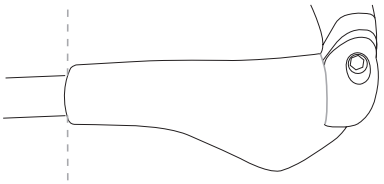
5.

Important:
Couple de serrage recommandé: 7 Nm
Le grips ne doit pas pouvoir tourner autour du guidon!
Vérifiez le couple de serrage après les premières sorties/50km de roulage Vérifiez periodiquement que les vis ne se desserent pas.

Serrez les vis à 7 Nm en utilisant une clé dynamométrique et un embout allen de 5 mm. Vérifiez le couple de serrage après les premières sorties/50km de roulage Vérifiez periodiquement que les vis ne se desserent pas.

6.

Important:
Check List!



Assurez-vous que : le grip n'est pas enfoncé sur le guidon plus loin que la marque à 140mm (2.1). Qu'il n'y a pas de jour entre le prolongateur et le corps du grip (2.2).

Attention:
Avant de rouler assurez-vous que les grips sont correctement serrés sur le guidon. Si un serrage à 7 Nm n'est pas suffisant pour empêcher le grip et le prolongateur 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'extremité et d'un diamètre standard de 22.2mm, 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 prolongateur de guidon 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.

Garantie:
Le système de serrage utilisé pour les prolongateurs de guidon dépasse les standard pour les poignées de guidon DIN 14766 de 70 N de force d'arrachage. L'utilisation et la fonctionnalité des grips Ergon sont couvert par une garantie de deux ans à partir de la date d'achat. Soyez avertit que les grips s'usent naturellement à l'usage. Dans le cas d'une demande de prise sous 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 (3) à (5) 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 allergies:
Tous les grips Ergon grips sont sans latex.