

INHALT

1. Abenteuer - Aber sicher	6
2. Der richtige Bike-Typ/E-MTB-Kaufberatung ..	10
3. Rahmen und Komponenten.....	24
4. Rahmengeometrie und Sitzposition	32
5. Das richtige Werkzeug.....	40
6. Reinigung und Pflege	46
7. Alles über die Schaltung	52
8. Tretlager und Kette montieren	64
9. Die optimale Bremse.....	70
10. Bremsen montieren, einstellen, entlüften	76
11. Steuersatz: Wartung und Einstellung.....	84
12. Pedale warten und einstellen.....	90
13. Federgabel-Lexikon	96
14. Service für Federgabeln	104
15. So wartet man ein Fullsuspension	114
16. Alle Tricks zum Fahrwerks-Tuning	122
17. Rund um Laufrad und Reifen	130
18. Der richtige Lenker und Vorbau	136
19. Tipps zu Sattel und Sattelstütze	142
20. Basteln im Freien	150