

- 8 MEIN FAHRRAD**
- 12 Garantie- oder Gewährleistungszeit
- 20 VORBEREITUNG UND FEHLERSUCHE**
- 22 Grundausrüstung
- 30 Das Fahrrad reinigen und pflegen
- 32 Auf Fehlersuche
- 50 RAHMEN, GABEL, LENKER UND SATTEL**
- 52 Rahmen
- 53 Rahmen verzogen?
- 54 Lenker und Steuersatz
- 56 Gewindesteuersatz: Lenkerhöhe verstellen
- 57 Ahead-System: Lenker verstellen
- 58 Lenkerwinkel verstellen
- 59 Lenker austauschen
- 60 Steuersatz kontrollieren
- 61 Ahead-System: Steuersatz einstellen
- 62 Ahead-System warten
- 65 Gewindesteuersatz einstellen
- 66 Gewindesteuersatz warten und Gabel ausbauen
- 68 Neue Griffe montieren
- 69 Gabel und Federung
- 73 Negativfederweg (SAG) messen
- 74 Den Federweg messen
- 75 Kleine Gabelpflege
- 76 Kleine Wartung bei Federgabeln
- 78 50-Stunden-Wartung der Luftfedergabel
- 84 Elastomer-Stahlgabeln warten
- 85 Hinterradfederung
- 88 Dämpfer warten und austauschen
- 89 Dämpfer: Negativfederweg ermitteln
- 90 Zugstufe einstellen
- 91 Sonderformen der Federung
- 92 Der gute Sitz
- 95 Sattelhöhe einstellen
- 96 Sattelabstand und -winkel einstellen
- 97 Sattel auf Sattelstütze befestigen
- 98 LAUFRÄDER UND BREMSEN**
- 100 Laufräder
- 108 Vorderrad aus- und einbauen
- 110 Eine Speiche auswechseln
- 112 Einen Achter in der Felge entfernen
- 113 Einen Höhengschlag entfernen
- 114 Laufrad: Lagerspiel einstellen bei Konuslagern
- 116 Laufrad: Konuslager überholen
- 119 Laufrad: Industrielager einstellen
- 120 Laufrad: Industrielager austauschen
- 122 Reifen und Schlauch wechseln und flicken
- 125 Schlauchlose Reifen wechseln
- 126 Die Bremsen**
- 134 Cantilever-Bremsen einstellen
- 136 Cantilever: Bremsen aushängen
- 137 Cantilever: Neue Bremszüge montieren
- 139 V-Brakes einstellen
- 140 V-Brakes: Bremsarme austauschen
- 141 V-Brakes: Bremskabel austauschen
- 142 V-Brakes: Bremschuhe austauschen
- 143 Dual-Pivot-Bremsen: Seilzug wechseln
- 145 Seitenzugbremsen: Seilzug wechseln
- 147 Hydraulikbremsen: Belag einstellen und austauschen
- 149 Hydraulikbremsen entlüften (Magura HS11, HS33)
- 152 Scheibenbremsen
- 157 Rollen-, Trommel- und Rücktrittbremsen
- 160 Hydraulische Scheibenbremsen: Schleifen beseitigen

-
- 161 Mechanische Scheibenbremsen: Bremsseil wechseln
 - 162 Mechanische Scheibenbremsen: Bremsklötze einstellen und austauschen
 - 164 Neue Bremsscheiben montieren
 - 165 Hydraulische Scheibenbremsen: Entlüften und Bremsflüssigkeit wechseln
 - 168 Scheibenbremsen: Beläge austauschen
 - 170 Klemmende Scheibenbremse lösen
 - 171 Shimano Rollenbremse Inter-M: Bremskabel wechseln
 - 173 Shimano Rollenbremse Inter-M einstellen
 - 174 Shimano Rollenbremse Inter-M fetten
 - 175 Rollenbremse: Hinterrad leichtgängig machen

 - 176 ANTRIEB UND SCHALTUNG**
 - 178 Die Kette**
 - 181 Die Kette öffnen und schließen
 - 182 Kettenschloss öffnen und schließen
 - 183 Die Kette ölen
 - 184 Wenn ein Kettenglied blockiert

 - 185 Kurbel und Kettenblätter**
 - 187 Das Kettenblatt demontieren
 - 189 Kurbelarme demontieren bei Vierkantachsen
 - 190 Vielzahnachsen: Kurbelarme demontieren
 - 191 Hollowtech-II: Kurbeln demontieren und montieren
 - 193 Hollowtech-II: Lagerschalen lösen

 - 194 Pedalen**
 - 196 Pedalen: Konuslager warten
 - 198 Pedalen: Konuslager einstellen
 - 200 Pedalen: Patronenlager einstellen und ausbauen
 - 202 Klickpedalen anschrauben und einstellen

 - 203 Tretlager**
 - 205 Tretlager: Octalink-Patronenlager austauschen
 - 207 Tretlager: Konus-Innenlager warten

 - 210 Das Ritzel(-paket)**
 - 211 Den Verschleiß eines Ritzelpakets messen
 - 212 Ritzelpaket beim Steckkranz austauschen
 - 215 Schraubkranz austauschen

 - 217 Nabenschaltungen**
 - 219 Alfine 11-Gang: Öl wechseln
 - 221 Alfine 11-Gang: Schaltung einstellen
 - 222 Chainglider ab- und anbauen
 - 224 Alfine 11-Gang: Hinterrad ausbauen
 - 226 Dreigang-Naben einstellen
 - 227 Sieben- und Achtgang-Naben einstellen
 - 228 Alfine- und Nexus-Naben: Schaltseil wechseln
 - 230 Alfine- und Nexus-Naben: Hinterrad ausbauen
 - 231 Torpedo Nabenschaltung einstellen
 - 232 Sturmey-Archer: Hinterrad ausbauen bei Drei- und Fünfgang-Nabe
 - 233 Sturmey-Archer: Schaltung einstellen bei Drei- und Fünfgang-Nabe
 - 234 Rohloff Speedhub 500/14: Rad aus- und einbauen bei externer Schaltansteuerung
 - 235 Rohloff Speedhub 500/14: Rad aus- und einbauen bei interner Schaltansteuerung
 - 236 Rohloff Speedhub 500/14: Öl wechseln
 - 238 Rohloff Speedhub 500/14: Kabelspannung einstellen
 - 239 Rohloff Speedhub 500/14: Schaltgriffgummi austauschen
 - 241 Rohloff Speedhub 500/14: Ritzel wenden oder tauschen
 - 243 Rohloff Speedhub 500/14: Schaltzug am Drehgriff tauschen
 - 246 Rohloff Speedhub 500/14: Schaltseile befestigen für externe Schaltansteuerung
 - 250 Rohloff Speedhub 500/14: Schaltseile befestigen für interne Schaltansteuerung
 - 252 NuVinci Nabe: Schaltzüge ersetzen
 - 256 NuVinci Nabe: Hinterrad aus- und einbauen

258	Kettenschaltungen
262	Die Kettenschaltung einstellen
263	Das Schaltwerk einstellen
265	Shimano Rapid-Rise- oder Invers-Schaltwerk einstellen
267	Sram Schaltwerk einstellen
268	Kettenabstand einstellen
269	Schaltzug am Schaltwerk wechseln
272	Schaltwerk austauschen
274	Schaltrollen reinigen oder austauschen
275	Den Umwerfer einstellen
278	Den Umwerfer richtig positionieren
279	Schaltzug am Umwerfer wechseln

280 LICHT UND ELEKTRONIK

282	Der Stand der Technik
286	Was tun, wenn es nicht mehr leuchtet?
289	Beleuchtungsprobleme lösen
292	Glühlämpchen wechseln
294	Wartung des Seitenläuferdynamos
295	Zweiadrige Kabel verlegen

298 PEDELECS UND E-BIKES

300	Wartung von Elektrorädern
305	Die häufigsten Probleme
306	Der Bosch-Antrieb
308	Der TranzX-Antrieb
311	TranzX-Antrieb kalibrieren
312	Der BionX-Antrieb
313	BionX-Antrieb: Hinterrad aus- und einbauen
315	Der Panasonic-Antrieb
318	Panasonic-Antrieb: Hinterrad aus- und einbauen

320 PANNENHILFE

323	Rahmen, Gabel und Träger
322	Kleine Pannen unterwegs
324	Antrieb und Laufrad
327	Bremsen und schalten
328	Lenkung und Sattel

330 SERVICE

330	Register
336	Impressum