

Bauen Sie sich Ihr  
eigenes Fahrrad! ..... 6

Über dieses Buch ..... 8

Anatomie des Fahrrad.....10

1

Planung, Budgetierung  
und Einkauf .....13

1.1 Neu und alt .....14

1.2 Restaurierung eines Fahrrads .....15

1.3 Welche Art von Fahrrad soll es sein? ... 16

1.4 Die Auswahl des Rahmens .....18

1.5 Das Rahmenmaterial..... 20

1.6 Die Rahmengröße ..... 22

1.7 Rahmenform und -geometrie ..... 24

1.8 Kompatibilität von Rahmen  
und Bremse ..... 26

1.9 Aufnahmen für Fahrradtaschen  
und Schutzbleche ..... 27

1.10 Gabeln und Stoßdämpfer..... 28

1.11 Die Wahl des Lenkers ..... 30

1.12 Die Laufräder..... 32

1.13 Was beinhaltet  
eine Kompletgruppe? ..... 36

1.14 Kassette und Kettenblattgarnitur .... 38

1.15 Die Kette..... 40

1.16 Sattelstütze und Sattel .....41

1.17 Die Pedale ..... 42

1.18 Das Werkzeug ..... 43

2

Der Bau des Fahrrads  
Erster Tag .....47

2.1 Ihr Arbeitsraum und erste Schritte ..... 48

2.2 Einbau des Tretlagers ..... 49

2.3 Der Kurbelsatz..... 52

2.4 Montage des Steuersatzes  
und des Gabelkopfes ..... 54

2.5 Einbau des Gabelkonus ..... 56

2.6 Montage einer Gabel mit gewinde-  
losem Steuersatz und separatem  
Vorbau (Ahead-Vorbau)..... 57

2.7 Montage einer Gewindgabel und  
eines klassischen Vorbaus ..... 60

2.8 Anbringen des Lenkers  
an den Vorbau ..... 62

2.9 Anbringen der Schalthebel und  
Bremsgriffe an einen Rennlenker .... 63

2.10 Montage der Schalthebel und  
Bremsgriffe an einen geraden  
Lenker..... 64

2.11 Die Bremsen ..... 66

2.12 Der Umwerfer ..... 68

2.13 Das Schaltwerk ..... 70

2.14 Schalt- und Bremszüge verlegen ..... 72

2.15 Aufziehen der Reifen..... 79

2.16 Der Reifendruck ..... 83

# 3

## Der Bau des Fahrrads Zweiter Tag..... 85

3.1	Einbau der Pedale.....	86
3.2	Freilauf und Kassette.....	88
3.3	Freilauf für Schraubkranznaben .....	90
3.4	Einbau der Räder .....	92
3.5	Messen und Aufziehen der Kette .....	94
3.6	Einstellen des Schaltwerks.....	98
3.7	Einstellen des Umwerfers .....	102
3.8	Einstellen der Bremsen.....	104
3.9	Das Fahrrad maßgerecht einstellen .....	108
3.10	Die erste Fahrt.....	111
3.11	Das Lenkerband anbringen .....	112

# 4

## Pflege und Instandhaltung des Fahrrads ..... 117

4.1	Regelmäßige Wartung .....	118
4.2	Zentrieren einer Felge.....	120

Checklisten.....	123
------------------	-----

Weiterführende Literatur und Quellen .....	125
---	-----

Register .....	126
----------------	-----

Danksagung .....	128
------------------	-----