

Handleiding Rocker Plate

Paincave Rocker & Paincave Rocker Pro

PAIN CAVE .cc

1 Plaats de Rocker Plate op een stabiele ondergrond.



7

Maak een testrit op de Rocker Plate.

- Bij correcte afstelling beweegt de fiets op basis van de pedaalslag. De fiets beweegt dan tegenovergesteld van de voet onder in de pedaalslag. De Rocker Plate kantelt dus naar rechts als de linkervoet onderin de pedaalslag komt. **Let op:** Breng op dat moment niet het zwaartepunt van het lichaam naar rechts.
- Als de platen elkaar bij krachtsinspanningen op de fiets raken, dan is de druk in de elastische ballen te laag → Vul de ballen met meer lucht.
- Als het stuur tijdens het fietsen moeilijk heen en weer beweegt, dan is de druk in de elastische ballen te hoog → Laat lucht uit de ballen lopen.
- Als de fiets meer naar één kant buigt, dan is de luchtdruk in de elastische ballen niet goed verdeeld → Als je meer naar links buigt, vul dan de linker bal met meer lucht, of laat lucht uit de rechter bal lopen.



Bezoek ook de website www.paincave.cc voor meer informatie over Rocker Plates of om [contact](#) op te nemen met de klantenservice.

2 Plaats in elk van de twee ronde gaten één elastische bal.

3 Kies de geschikte montagesleuven en plaats de fietstrainer tussen die gekozen sleuven.

4 Zet de fiets vast in de fietstrainer. Verschuif indien nodig de fietstrainer zodat de fiets centraal op de Rocker Plate staat. Het voorwiel moet tussen de montagesleuven aan de voorkant uitkomen.

5 Bevestig de fietstrainer en het voorwiel van de fiets m.b.v. het klittenband.

6 Plaats de waterpas aan de achterkant van de Rocker Plate. Vul de twee elastische ballen met lucht m.b.v. de handpomp totdat de ballen rond zijn en de bovenste plaat raken.

- Pomp genoeg lucht in de ballen zodat de platen elkaar lichtjes raken als je met één voet op de rand van de Rocker Plate staat. De aanbevolen druk is 8 tot 10 PSI. **Let op:** Te hard opgepompte elastische ballen vergroten het risico op lek gaan.
- Pomp indien nodig extra lucht in één van de twee ballen totdat de Rocker Plate waterpas staat.

VEILIGHEID

Gebruik de Rocker Plate alleen als het correct werkt. Paincave.cc is niet aansprakelijk voor ongevallen en schade, van welke aard ook, veroorzaakt door onjuist gebruik van de Rocker Plate of gebruik in gevaarlijke situaties.



Berg de Rocker Plate plat op om schade te voorkomen!