BBB DualChoice II

Safety & Instructions Information

www.BBBparts.com

ENGLISH

EN WARNING

Sold only by professional bicycle dealers. For proper installation, ask your BBB dealer.

* Practise engaging and disengaging from the pedals several times in a stationary position before riding.

* Adjust the pedals to your suitable retention force before using.

* The BBB cleats and click system are compatible with all SPD-shoes and pedals. This cleat allows a 4-degree lateral foot rotation, enough to relieve knee stress.

* Keep the cleat and click system clean to ensure proper operation.

* Lubricate the concave area of the clip regularly.

DEUTSCH

DE WARNUNG

Verkauf nur durch professionelle Fahrradfachhändler. Bei Fragen zum Anbau wenden Sie sich bitte an Ihren BBB-Händler.

* Üben Sie das Ein- und Ausklinken an den Pedalen mehrmals im Stillstand, bevor Sie losfahren.

* Stellen Sie die Pedale vor Gebrauch auf die für Sie passende Haltekraft ein.

* Die BBB-Schuhplatten und das Klicksystem sind mit allen SPD-Schuhen und -Pedalen kompatibel. Diese Schuhplatte bietet vier Freiheitsgrade bei der seitlichen Fußdrehung – genug, um das Knie zu entlasten.

* Halten Sie für eine einwandfreie Funktion die Schuhplatte und das Klicksystem sauber.

* Schmieren Sie regelmäßig den konkaven Bereich des Clips.

FRANÇAIS

FR AVERTISSEMENT

Vendu uniquement par des magasins de cycles professionnels. Pour vous garantir un bon montage adressez-vous à votre revendeur BBB.

* En position statique et avant d'utiliser votre vélo, entraînez-vous à placer les pieds dans les pédales, puis à les ôter.

* Ajustez les pédales à la force de rétention qui vous convient avant leur utilisation.

* Les cales et le système de fixation BBB sont compatibles avec toutes les chaussures et pédales SPD. Cette cale permet une rotation latérale du pied de 4 degrés, afin de soulager la tension au niveau des genoux.

* Pour un fonctionnement optimal, la cale et le système de fixation doivent être propres.

* Lubrifiez régulièrement la partie concave de la fixation.

NEDERLANDS

NL WAARSCHUWING

Verkoop alleen door professionele fietswinkels. Voor de juiste montage, vraag je BBB dealer.

* Oefen het in- en uitklikken van de pedalen eerst meerdere keren in stilstaande positie, voordat men gaat fietsen.

* Stel de juiste klemspanning in voor gebruik.

* De BBB schoenplaatjes zijn geschikt voor alle SPD-schoenen en pedalen. Het schoenplaatje heeft 4 graden laterale speling om de spanning op de knie te ontlasten.

* Houdt de schoenplaatjes schoon om een goede werking te garanderen.

* Smeer het klikmechanisme regelmatig in met vet.

ESPAÑOL

ES AVISO

Se vende sólo en distribuidores de bicicletas profesionales. Para una instalación adecuada, consulte a su distribuidor BBB.

* Antes de salir a pedalear, practique engranando y desengranando los pedales varias veces en posición estática.

* Antes de utilizar los pedales, ajústelos a la fuerza de retención adecuada.

* Las calas BBB y el sistema de montaje de clic son compatibles con todos los pedales y zapatas SPD. Esta cala permite una rotación lateral del pie de 4 grados, suficiente para aliviar las tensiones en las rodillas.

* Mantenga limpios la cala y el sistema de montaje de clic para asegurar un funcionamiento correcto.

* Lubrique regularmente el área cóncava del clip.

PORTUGUÊS

PT AVISO

Vendido apenas por concessionários de bicicletas profissionais. Para uma correcta instalação, consulte o seu concessionário BBB.

* Antes de iniciar a marcha, coloque e retire os pés dos pedais várias vezes numa posição estacionária.

* Antes de andar com a bicicleta, ajuste os pedais para uma força de retenção adequada.

* Os cleats BBB e o sistema de encaixe são compatíveis com todos os pedais e sapatilhas SPD. Este tipo de cleat permite uma rotação lateral do pé de 4 graus, sendo o suficiente para aliviar a tensão do joelho.

* Mantenha o cleat e o sistema de encaixe limpo para assegurar uma operação adequada.

* Lubrifique a área côncava do encaixe regularmente.

ITALIANO

IT AVVERTENZA

Venduto esclusivamente dai rivenditori di biciclette professionali. Per un'installazione corretta, rivolgersi al proprio rivenditore BBB.

* Provare l'innesto e il disinnesto dei pedali più volte in posizione ferma prima di partire.

* Regolare i pedali secondo la forza di ritenuta adatta prima dell'utilizzo.

* Le tacchette BBB e il sistema di aggancio e sgancio sono compatibili con tutti i pedali e le scarpe SPD. Questa tacchetta permette una rotazione laterale del piede di 4 gradi, sufficiente per allentare la tensione delle ginocchia.

* Tenere puliti la tacchetta e il sistema di aggancio e sgancio per garantire un funzionamento corretto.

* Lubrificare regolarmente la zona concava della tacchetta.

MAGYAR

HU FIGYELMEZTETÉS

Csak kerékpárszaküzletekben kapható. A helyes felszerelésről érdeklődjön a BBB-t árusító kereskedőnél.

* Kerékpározás előtt alaposan gyakorolja be álló helyzetben a pedál fel- és lecsatolását.

* Használat előtt állítsa megfelelő erősségűre a pedál kioldását.

* A BBB vezetőléc és a bekattanó rendszer minden SDP-cipővel és pedállal kompatibilis. Ez a vezetősín 4-fokos oldalirányú mozgást tesz lehetővé a lábfej számára, ami elegendő a térd tehermentesítéséhez.

* A megfelelő működés érdekében tartsa tisztán a vezetőlécet és a bekattanó rendszert.

* Rendszeresen kenje a vezetőléc konkáv felületét.

POLSKI

PL OSTRZEŻENIE

Sprzedawany wyłącznie przez profesjonalnych sprzedawców rowerów. Informacje odnośnie prawidłowego montażu można uzyskać u dealera BBB.

* Kilkakrotnie przećwicz wpinanie i wypinanie stóp z pedałów w nieruchomej pozycji przed rozpoczęciem jazdy.

* Dostosuj siłę napięcia pedałów tak, aby były one wygodne w użyciu.

* Bloki BBB i system zatrzaskowy są zgodne z wszystkimi modelami butów SPD i pedałów. Ten blok pozwala na 4 stopniową, boczną rotację stopy, wystarczającą do złagodzenia obciążenia kolan.

* Aby zapewnić bezproblemowe działanie, utrzymuj bloki i system zatrzaskowy w czystości.

* Regularnie smaruj wklęsły obszar zacisku.

ČESKÝ

CZ VAROVÁNÍ

Dodáváno pouze profesionálními prodejci kol. Postup správné instalace si vyžádejte u prodejce společnosti BBB.

* Přichycení bot k pedálům a uvolnění si před první jízdou několikrát vyzkoušejte na místě.

* Před použitím pedálů si nastavte sílu uchycení, která vám vyhovuje.

* Nášlapný systém od společnosti BBB je kompatibilní se všemi typy bot a pedálů systému SPD. Tento systém umožňuje boční rotaci nohy o 4 stupně, takže ulevuje koleni.

* Pro zajištění správného fungování udržujte nášlapný systém v čistotě.

* Vypouklou část nášlapné plochy pravidelně promazávejte.

日本語

JP 警告

レース用自転車ディーラーでのみ購入可。取付については、現地のBBBディーラーにご相談ください。

* 乗車する前に固定のポジションで、ペダルによる「取付」「取外し」を練習してください。

* 使用前にご自身にぴったりの保持力にペダルを調整してください。

* BBBクリートおよびクリックシステムは全てのSPD-結合靴とペダルに互換性があります。このクリートは、膝のストレスを軽減するに十分な4度の外旋角度を可能にします。

* クリートとクリックシステムを常にクリーンに保って、確実に適切な操作を行って下さい。

* クリップの凹型の領域に定期的に潤滑油を差してください。

РУССКИЙ

RU ВНИМАНИЕ

Доступно только в сети продавцов профессиональных велосипедов. Для получения информации о правильной установке обращайтесь к местному дилеру BBB.

* Попробуйте несколько раз зафиксировать и освободить педали в неподвижном положении перед началом движения.

* Отрегулируйте подходящую силу крепления перед использованием.

* Зажимные планки и система защелок BBB совместимы со всеми велосипедными туфлями и контактными педалями. Такая зажимная планка имеет 4 степени свободы для бокового поворота стопы, что достаточно для снятия нагрузки с колена.

* Чтобы обеспечить правильную работу, содержите зажимную планку и систему защелкивания в чистоте.

* Регулярно смазывайте вогнутую часть зажима.

SLOVENSKÝ

SK UPOZORNENIE

V predaji iba u profesionálnych predajcov bicyklov. Informácie o správnom spôsobe montáže získate u vášho predajcu BBB.

* Prichytenie topánok k pedálom a uvoľnenie si pred prvou jazdou niekoľkokrát vyskúšajte na mieste.

* Pred použitím pedálov si nastavte silu uchytenia, ktorá vám vyhovuje.

* Nášľapný systém od spoločnosti BBB je kompatibilný so všetkými typmi topánok a pedálov systému SPD. Tento systém umožňuje bočnú rotáciu nohy o 4 stupne, takže uľavuje kolenu.

* Správne fungovanie zaistíte udržiavaním nášľapného systému v čistote.

* Vypuklú časť nášľapnej plochy pravidelne premazávajte.

NORSK

NO ADVARSEL

Selges hos profesjonelle sykkelforhandlere. For riktig montering, ta kontakt med din BBB-forhandler.

* Øv deg på å gå inn og ut av pedalene flere ganger mens du står stille, før du begynner å sykle.

* Still inn passende tilbakeholdskraft på pedalene før bruk.

* BBB-klipsene og klikksystemet passer til alle SPD-sko og -pedaler. Denne klipsen tillater 4 grader sideveis fotrotasjon, noe som er nok til å forebygge belastningsskader i kneet.

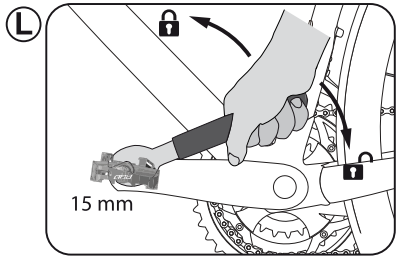
* Hold klipsen og klikksystemet rene for å sikre at de fungerer som de skal.

* Smør den konkave delen av klipsen regelmessig.

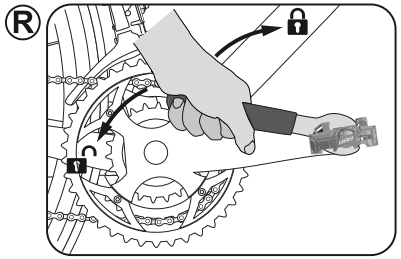
EN Pedal installation
DE Anbringen der Pedalen
FR Installation des pédales
NL Pedaal montage
ES Instalación del pedal
PT Instalação do pedal
IT Montaggio del pedale
HU Pedál felszerelése
PL Instalacja pedałów
CZ Montáž pedálu
JP ペダルの取り付け
RU Монтаж педали
SK Montáž pedála
NO Installere pedalene

Ⓡ = right
Ⓛ = left

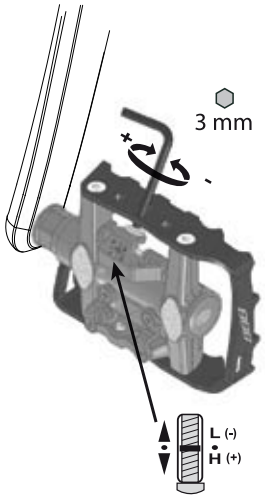
9/16“ x 20 TPI



M=35Nm



EN Adjusting retention force
DE Einstellen der Haltekraft
FR Ajustement de la force de rétention
NL Klemspanning instellen
ES Ajuste de la fuerza de retención
PT Ajustar a força de retenção
IT Forza di ritenuta regolabile
HU Kioldóerő beállítása
PL Dostosowywanie siły zacisku
CZ Úprava síly uchycení
JP 保持力の調整
RU Регулировка силы крепления
SK Úprava sily uchytenia
NO Justere tilbakeholdskraften

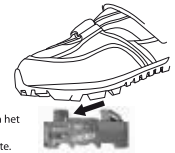


EN Pedal usage
DE Verwenden der Pedalen
FR Utilisation des pédales
NL Gebruik pedalen
ES Uso del pedal
PT Utilização do pedal
IT Utilizzo del pedale
HU Pedál használata
PL Korzystanie z pedału
CZ Používání pedálu
JP ペダルの用法
RU Использование педали
SK Používanie pedála
NO Bruke pedalene

1	2
EN Engaging	EN Disengaging
DE Einklinken	DE Ausklinken
FR Engagement	FR Dégagement
NL Inklikken	NL Uitklikken
ES Engranado	ES Desengranado
PT Encaixar os pés	PT Desencaixar os pés
IT Impegno	IT Disimpegno
HU Felcsatolás	HU Lecsatolás
PL Wpinanie się	PL Wypinanie się
CZ Přichycení	CZ Uvolnění
JP「取付」	JP「取外し」
RU Фиксация	RU Освобождение
SK Prichytenie	SK Uvoľnenie
NO Gå inn	NO Gå ut

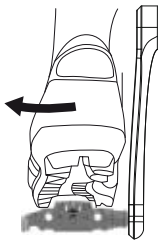
1

Press the cleat into the pedal with a downward and forward motion.
Drücken Sie zum Einsetzen der Schuhplatte diese zugleich nach unten und nach vorn in das Pedal.
Enfoncez la cale dans la pédale en effectuant un mouvement vers le bas et vers l'avant.
Klik het schoenplaatje met een voorwaartse en neerwaartse beweging in het pedaal.
Presione la cala en el pedal con un movimiento hacia abajo y hacia delante.
Pressione o cleat no pedal com um movimento para baixo e para a frente.
Spingere la tacchetta nel pedale con un movimento verso il basso e in avanti.
Nyomja a vezetőlécet a pedálba előre és lefelé irányuló mozgással.
Wciśnij blok w pedał ruchem w dół i do przodu.
Zatlačte kufry do pedálu pohybem směřujícím dolů a dopředu.
下方と前方の動きでクリートをペダルに押し込んでください。
Нажмите зажимную планку педали вниз и продвиньте вперед.
Zatlačte zarážku do pedála pohybom smerujúcim dolu a dopredu.
Trykk klipsen inn i pedalene ved å presse den ned og forover.



2

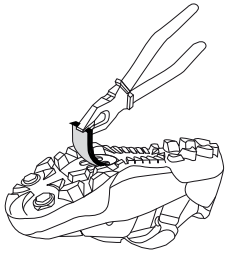
Remove by twisting your heel to the outside.
Drehen Sie zum Lösen die Ferse nach außen.
Otez le pied en faisant coulisser le talon vers l'extérieur.
Klik uit door de hiel naar buiten te draaien.
Para extraerla, gire el talón hacia fuera.
Retire os pés rodando o calcanhar para o exterior.
Rimuovere ruotando il tallone verso l'esterno.
A lecsatoláskor mozdítsa a sarkát kifelé.
Wysuń stopę z pedału obracając piętę na zewnątrz.
Uvolněte nohu vytočením paty směrem ven.
かかと（踵）を外側にネジることにより、取外してください。
Снимите, повернув пятку наружу.
Uvoľnite nohu vytočením päty smerom von.
Gå ut ved å vri hælen utover.



EN Cleat installation
DE Anbringen der Schuhplatte
FR Installation des cales
NL Montage schoenplaatje
ES Instalación de la cala
PT Instalação do cleat
IT Montaggio della tacchetta
HU Vezetőléc felszerelése
PL Instalacja bloków
CZ Montáž kufrů
JP クリートの取付
RU Монтаж зажимной планки
SK Montáž zarážok
NO Montere klipsen

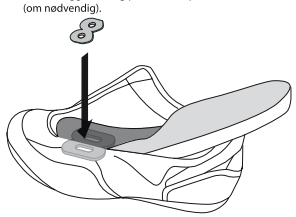
1

Remove the rubber cover (if necessary).
Nehmen Sie die Gummiabdeckung ab (bei Bedarf).
Otez le couvercle en caoutchouc (si nécessaire).
Verwijder de rubber afdekplaat (indien noodzakelijk).
Extraiga la cubierta de goma (si procede).
Retire a cobertura de borrach. (caso seja necessário).
Rimuovere il rivestimento in gomma (se necessario).
Vegye le a gumiborítást (ha szükséges).
Zdejmij gumową ochronę (jeśli to konieczne).
Sejměte gumový kryt (je-li to nutné).
ゴムのカバーを取外してください（必要に応じて）。
Снимите резиновые накладки (при необходимости).
Zložte gumený kryt (ak je to nutné).
Fjern gummidekselet (om nødvendig).



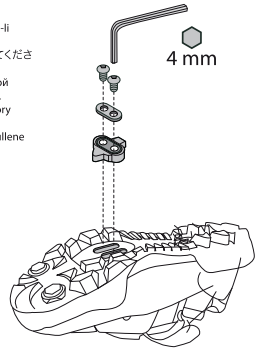
2

Remove the sockliner and position a cleat nut over the oval holes (if necessary).
Nehmen Sie die Schuheinlage heraus und setzen Sie eine Plattenmutter in die ovalen Öffnungen ein (bei Bedarf).
Otez la semelle et positionnez un écrou de la cale sur les orifices ovales (si nécessaire).
Verwijder de binnenzool en plaats het plaatje met schroefdraad over de gleuven (indien noodzakelijk).
Desmonte la plantilla y coloque una tuerca de la cala sobre los orificios ovalados (si procede).
Retire a palmilha e posicione um pino do cleat sobre os orifícios ovais (caso seja necessário).
Rimuovere la soletta e posizionare un dado tacchetta sui fori ovali (se necessario).
Vegye ki a betétet, és helyezzen egy anyacsavart az ovális lyukak fölé (ha szükséges).
Wyjmij wkładkę z buta i umieść zaczepy bloku nad owalnymi otworami (jeśli to konieczne).
Odstraňte stélku a umístěte matici kufrů nad oválné otvory (je-li to nutné).
中敷を取外してクリートナットを長円形の穴の位置に合わせてください（必要に応じて）。
Снимите накладку для носка и расположите гайку зажимной планки над овальными отверстиями (при необходимости).
Odstráňte vložku a umiestnite maticu zarážky nad oválne otvory (ak je to nutné).
Ta ut innleggssålen og plasser en klipsmutter over de ovale hullene (om nødvendig).



3

Install the cleat as illustrated.
Bringen Sie die Schuhplatte wie abgebildet an.
Montez la cale comme indiqué sur l'illustration.
Monteer het schoenplaatje zoals weergegeven.
Monte la cala como se muestra en la ilustración.
Monte o cleat tal como ilustrado.
Montare la tacchetta come da illustrazione.
Az ábrának megfelelően szerelje fel a vezetőlécet.
Zamontuj blok w sposób przedstawiony na ilustracji.
Namontujte kufry podle návodu na obrázku.
図解に従ってクリートを取り付けてください。
Установите зажимную планку, как показано на иллюстрации.
Namontujte zarážku podľa návodu na obrázku.
Monter klipsen som vist i illustrasjonen.



4

Determine the best cleat position an tighten the bolts firmly.
Suchen Sie die beste Position für die Schuhplatte und ziehen Sie die Schrauben fest an.
Déterminez la position optimale de la cale et serrez fermement les boulons.
Bepaal de beste positie voor het schoenplaatje en draai de bouten goed vast.
Determine la mejor posición para la cala y apriete los pernos con firmeza.
Escolha a melhor posição para o cleat e aperte bem os pinos.
Stabilire la posizione migliore per la tacchetta e stringere con forza i bulloni.
Állapítsa meg a vezetőléc legjobb pozícióját, és erősen húzza meg a csavarokat.
Ustal najlepszą pozycję dla bloku i mocno dokręć śruby.
Určete nejvhodnější pozici kufrů a pevně utáhněte šrouby.
最もぴったり合ったクリートの位置出しをしてボルトを堅く締めてください。
Подберите наилучшее положение зажимной планки и плотно затяните болты.
Určite najvhodnejšiu pozíciu zarážky a pevne pritiahnite skrutky.
Finn den beste stillingen for klipsen, og trekk til skruene godt.

© BBB Bike Parts