

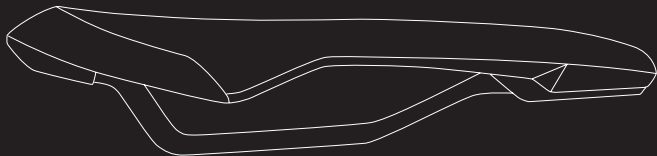


**ERGON**  
BIKE ERGONOMICS

---

# SM3

## Ergonomic Mountain Bike Saddle



---

Handbuch Montage und Anwendung

**DE**

*Installation and User Instructions*

**GB / US**

*Instructions d'installation et d'utilisation*

**FR**

---

---

# Inhalt

---

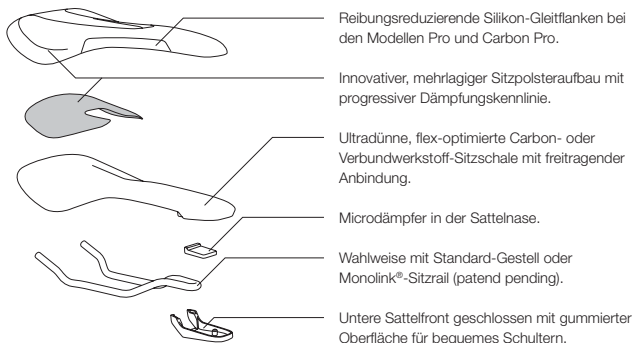
Aufbau SM3 Serie	3
3D Progressiv Setup	4
Sitzhöhe	5
Nachsitz	7
Sattelleigung	9
Sicherheitshinweise	10
Gewährleistung	13
Im Klartext - Glossar	14

---

## Aufbau SM3 Serie

Von Grund auf ergonomisch optimierter Mountainbike-Sattel, der Sitzkomfort und Hochleistungs-Performance in nicht gekannter Weise verbindet. Innovativer Sitzschalen-Unterboden mit bauraumoptimierter 3D-Ausformung erlaubt den Einsatz von deutlich mehr Dämpfungsmaterial im Sitzknochenbereich als andere Sättel dieser Kategorie.

Die folgende Explosionszeichnung beschreibt die Aufgaben der verschiedenen Bauteile.



---

# 3D Progressiv Setup

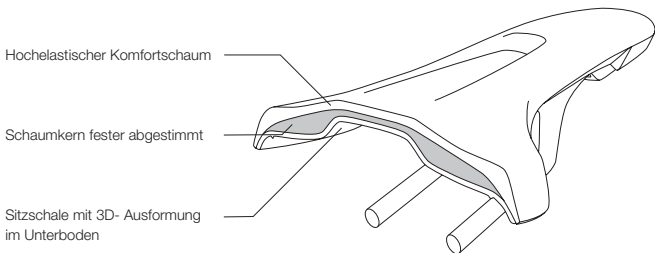
---

## Sitzschale mit 3D Unterboden

Ultradünne, schwingungsoptimierte 3D-Sitzschale aus Faserverbundwerkstoff bzw. Carbon-Composite (Modelle Pro/Carbon Pro). Sitzschalen-Unterboden mit bauraumoptimierter 3D-Ausformung im Sitzknochenbereich. Y-Flex-Design an den Außenflächen für maximale Bewegungsfreiheit beim Pedalieren.

## Multilayer Polsteraufbau

Der Sitzpolsteraufbau besteht im hinteren Bereich aus einer Kombination von Leichtbau-Komfortschäumen. Die obere Lage ist weicher und deutlich elastischer, sie sorgt für eine optimale Körperanpassung. Die untere Lage ist härter abgestimmt, sie sorgt im Sitzknochenbereich für eine progressive Dämpfungskennlinie und verhindert den direkten Kontakt mit der Sitzschale („Durchsitzen“). Diese Abstimmung bietet in der Praxis sehr hohen Fahrkomfort, insbesondere für Vielfahrer und Langstrecken-Biker.



## Sitzhöhe

Die Sitzhöhe ist das wichtigste Maß für effizientes Pedalieren und komfortables Sitzen. Die größte Kraft kann mit einer langen Bein Streckung übertragen werden. Zudem unterstützt eine große Sitzhöhe eine Beckenaufrichtung und damit eine gesunde Grundhaltung. Die Einstellung kann nach zwei Methoden erfolgen. Die einfache Methode, auch „Fersenmethode“ genannt, funktioniert so, dass der Fahrer auf dem Rad sitzend die Ferse auf das Pedal in der tiefsten Position stellt. Die Sattelhöhe ist richtig, wenn das Bein in dieser Haltung durchgestreckt ist. In der Fahrhaltung hat das Knie immer eine leichte Beugung, da dann der Fußballen auf dem Pedal steht. Diese Methode wird bei Touren- und Endurofahrern angewendet. Diese Sitzposition vereint gute Kraftübertragung und einfache Radbeherrschung.

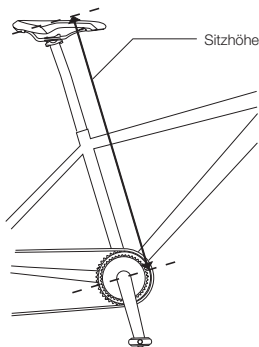


Abb. Messung Sitzhöhe

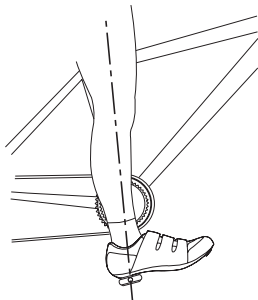


Abb. Fersenmethode



# Nachsitz

Der Nachsitz ist der Abstand des Lots der Sattelspitze zu der Senkrechten der Tretlagerachse. In den meisten Fällen sollte die Sattelspitze etwas hinter der Senkrechten der Tretlagerachse liegen. Ein Standardmaß dafür sind etwa fünf Zentimeter. Je größer eine Person ist, desto weiter sollte der Sattel nach hinten gestellt werden (bis zu zehn Zentimeter). Je kleiner der Fahrer, desto weiter nach vorne (bis null Zentimeter) kommt der Sattel.

Weitere Tipps zur Einstellung des Nachsitzes auf der folgenden Seite.

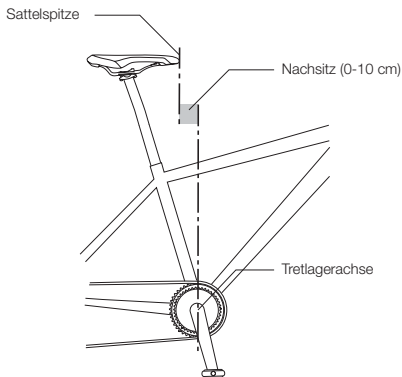


Abb. Nachsitz

Auch hier gibt es eine Methode, die individuell beste Position zu ermitteln. Dazu sitzt der Fahrer auf dem Rad in Fahrstellung. Die Kurbeln sind waagrecht ausgerichtet. Ein von der Kniescheibe gefälltes Lot sollte durch die Pedalachse gehen. Diese Einstellung kann einfacher mit einem Helfer, z.B. dem Fachhändler, durchgeführt werden.

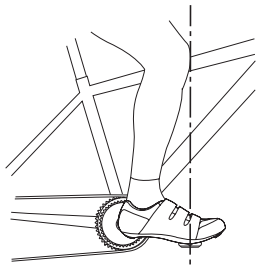


Abb. Knielot-Methode

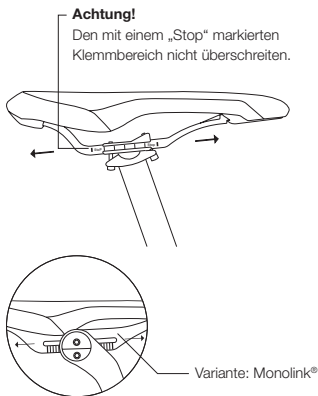


Abb. Einstellung Nachsitz



# Sattelneigung

Der Sattel sollte grundsätzlich waagrecht stehen. Damit wird verhindert, dass man nach vorne oder hinten rutscht. Zudem vermeidet diese Einstellung Sitzprobleme. In einer anderen Stellung kann die Sattelspitze unangenehm in den Genitalbereich drücken. Empfehlenswert ist zudem, dass die Sattelmitte exakt gerade steht. Dadurch sitzt man mit den Sitzknochen auf dem breiten, hinteren Teil des Sattels. Neigt man dazu, nach vorne zu rutschen bzw. im schmalen Teil des Sattels zu sitzen, kann man den Nachsitz korrigieren (Sattel auf der Längsachse ein Stück nach vorne oder hinten schieben) oder den Sattel minimal nach hinten neigen.

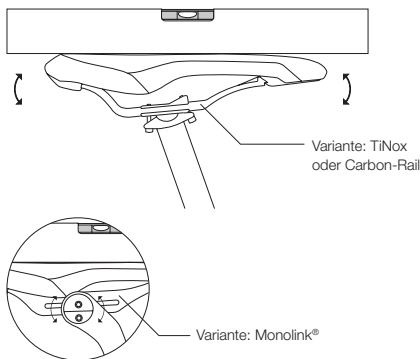


Abb. Einstellung Sattelneigung

## Sicherheitshinweise

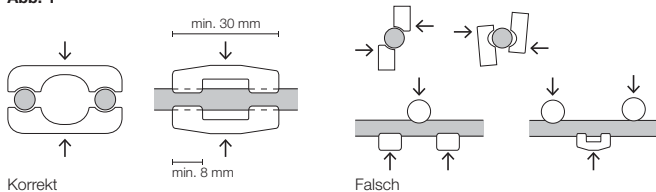
---

Die besondere Form des Klemmungssystems einiger Arten von Sattelstützen kann die Haltbarkeit des Sattelgestells bzw. deren Struktur beeinträchtigen. Der Gebrauch nicht geeigneter Sattelstützen kann Probleme verursachen und Unfälle mit Sach- oder Personenschäden bewirken. Verwenden Sie aus diesem Grund nur die empfohlenen Typologien von Sattelstützen.

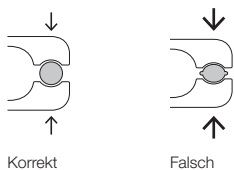
Wir bitten Sie, die Kompatibilität Ihrer Sattelstütze mit den in **Abb. 1** angegebenen Hinweisen zu überprüfen. Versuchen Sie, Sattelstützen zu benutzen, die ein Klemmungssystem mit geeigneten Abmessungen haben und keine Schneidwirkung auf das Gestell des Sattels ausüben. Die Sattelstütze muss gemäß den Hinweisen des Herstellers benutzt werden, und es ist wichtig, dass die empfohlenen Anzugsmomente eingehalten werden: Das Überschreiten der festgesetzten Werte kann die Sicherheit und Zuverlässigkeit des Sattels beeinträchtigen. Im Fall von Sätteln mit Verbundrahmen mit Kohlenstofffaser kann ein übermäßiges Anziehen der Sattelstütze erhöhten Druck auf das Gestell des Sattels bewirken, mit sich daraus ergebender Beschädigung der Fasern des Materials (**Abb. 2**): In diesem Fall kann das Sattelgestell während des Gebrauchs plötzlich brechen und zu Unfällen führen.

Das Klemmungssystem der Sattelstütze darf keine scharfen und schneidenden Kanten aufweisen, da dies die Lebensdauer des Produkts verkürzt oder zum vorzeitigen Bruch des Sattelgestells führen kann (**Abb. 3**). Bevor Sie sich auf den Sattel setzen, vergewissern Sie sich, dass die Klemmung der Sattelstütze mit der Darstellung in **Abb. 4** übereinstimmen.

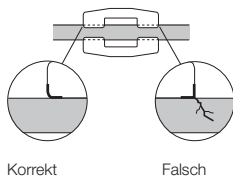
**Abb. 1**



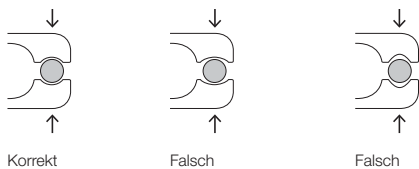
**Abb. 2**



**Abb. 3**



**Abb. 4**



### **Positionierung des Sattels auf der Sattelstütze**

Die horizontale Einstellung des Sattels muss die zulässigen und auf dem Gestell markierten Grenzwerte (Skala) einhalten. Das Vor- bzw. Zurückschieben des Sattels auf dem Anschlussteil der Sattelstütze darf die angegebenen „STOP“-Werte nicht überschreiten (**Abb.** auf Seite 8). Es ist sehr wichtig, den Sattel nicht außerhalb der zulässigen Grenzwerte zu montieren, auch wenn die Form des Sattelrahmens dies zulassen würde. In den meisten Fällen ist der Bruch des Sattelgestells durch die Montage außerhalb des zulässigen Bereichs bedingt.

### **Pflege des Sattels**

Zur Reinigung des Sattels von Schmutz und Schweiß empfehlen wir ein weiches, mit wenig Wasser und wenig neutraler Seife getränktes Tuch. Wir raten davon ab, den Sattel mit einem direkten Wasserstrahl zu waschen. Bitte lassen Sie den Sattel an der Luft und ohne direkte Sonnenbestrahlung trocknen. Vermeiden Sie bei Reinigung des Sattelbezugs den Gebrauch von Produkten auf Lösemittelbasis (Öle, Cremes, Entfettungsmittel, Benzin oder Reinigungsmittel). Auch der Gebrauch einiger Salben zur Verhinderung von Hautreizungen kann den Sattelbezug beschädigen. Der Farbverlust einiger Bezugsmaterialien ist nicht durch die Gewährleistung gedeckt, da er durch UV-Strahlen, Verschleiß, Schweiß, Hitze, Feuchtigkeit verursacht wird. Aufgrund falscher Montage oder durch eingedrungenen Schmutz können Geräusche entstehen. Um diese Geräusche zu beseitigen, verwenden Sie ein silikonhaltiges Schmiermittel an den entsprechenden Aufnahmepunkten, wobei der Sattel von der Sattelstütze abmontiert, die Klemmung der Sattelstütze gereinigt, die Schmierung vorgenommen und der Sattel wieder auf der Sattelstütze montiert wird.

---

## Gewährleistung

2 Jahre Gewährleistung auf Mängel. Reklamationen sind nur über einen Fachhändler abzuwickeln, dazu benötigen Sie den Original-Kaufbeleg, da der Gewährleistungsanspruch damit nachgewiesen werden muss. Alle Gewährleistungsfristen werden ungültig, wenn der Artikel auf Grund eines Unfalls beschädigt oder zweckentfremdet wurde, Systemänderungen sowie andere Veränderungen vorgenommen wurden oder der Artikel anders verwendet wurde als in der Bedienungsanleitung beschrieben.

## Im Klartext

---

- **Monolink®:** Neuartige Sattelverstrebung, benötigt eine Sattelstütze mit Monolink Klemmung, Vorteile: stabiler und verhindert Beinkontakt mit den Sattelstreben.
- **Ergonomie:** Schafft eine optimale Verbindung zwischen der Technik und dem Menschen zur Erhöhung von Sicherheit, Leistung und Wohlbefinden auf wissenschaftlichen Grundlagen.
- **Progressive Dämpfungskennlinie:** Mit zunehmender Gewichtsbelastung wird das Material proportional weniger stark zusammengedrückt und verbessert damit die Druckverteilung
- **Y-Flex-Design:** Der Sattel gibt nicht nur im Genitalbereich nach, sondern auch auf den Sitzbeinflächen. Das erhöht den Komfort durch bessere Anpassung an die Tretbewegung.
- **Multilayer:** Verschieden harte Polsterschäume sorgen für optimale Druckverteilung und reduzieren damit Druckbelastungen.
- **Sitzhöhe:** Die Sitzhöhe des Sattels sollte exakt eingestellt werden, damit der Sitzkomfort und die Performance maximal ist. Die ideale Sitzhöhe beträgt bei XC-Einsatz: Schrittlänge x 0,885
- **Fersenmethode:** Einfache Ermittlung der Sitzhöhe, Ferse auf Pedal im tiefsten Punkt, Bein sollte gestreckt sein
- **Kraftübertragung:** Der Sattel bildet ein Widerlager im Dreieck von Pedal und Griffe. Damit wird Körperspannung aufgebaut, mit der erst eine große Kraft auf die Pedale gebracht werden kann.
- **Schrittlängenmessung:** Hierzu wird eine Wasserwaage in den Schritt gezogen und der Abstand zum Boden gemessen. Es wird ohne Schuhe gemessen.

- 
- **Sitzhöhenkoeffizient:** Beim XC Fahren ist die Sitzhöhenempfehlung: Schrittlänge x 0,885. In den technischen Passagen oder beim Endurofahren wird der Sattel tiefer gestellt.
  - **Nachsitz:** Der Abstand des Lots von der Sattelspitze zur Tretlagermitte. Dieses Maß sollte je nach Rahmenhöhe und Körpermaße zwischen 4 und 8 cm betragen.
  - **Knielot-Methode:** Hiermit wird der Nachsitz exakt bestimmt. Der Nachsitz ist dann richtig, wenn das Lot von der Kniescheibe durch die Pedalachse in der vorderen waagerechten Kurbelposition fällt.
  - **Sattelneigung:** Der Sattel sollte im idealerweise waagrecht stehen. Bei übermäßigem Druck im Genitalbereich kann er hinten minimal angehoben werden. Rutscht man im Sattel nach vorne, dann hebt man die Sattelspitze etwas an.

---

# Content

---

SM3 construction	17
3D Progressiv Setup	18
Saddle height	19
Fore / Aft adjustment	21
Saddle Angle	23
Safety precautions	24
Warranty	27
Glossary	28

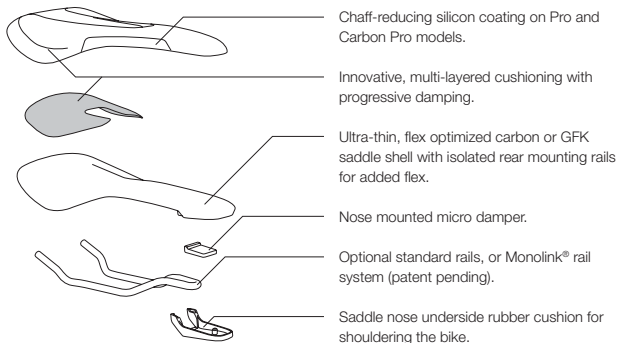
---



## SM3 Construction

Designed from the ground up, Ergon's ergonomically optimized Mountain Bike Saddle combines high performance and fit in a previously unheard of way. A 3D saddle shell - innovative 'hollows' in the shell - allow for considerably more damping material in the sit bone areas, than any other saddle in this category.

The diagram below describes each of the individual components.



---

# 3D Progressiv Setup

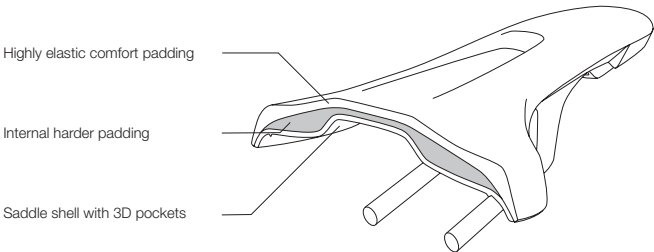
---

## 3D Saddle Shell

Ultra-thin, flex optimized (carbon composite on the Pro / Pro Carbon models) 3D saddle shell. Saddle shell is formed with 3D pockets under the sit bones allowing for extra padding. Y-Flex nose to seat design provides maximum freedom of movement when pedalling.

## Multi-Layer Padding

The saddle cushioning at the rear of the saddle is made of a combination of two kinds of Leichtbau Comfort padding. The upper layer is softer and significantly more elastic - this allows for the saddle to adjust to the riders form. The lower layer is harder, and allows for progressive damping in the sit bone area. It prevents contact with the shell of the saddle following a 'big hit' (a bottom out). In practice this makes for an amazing level of fit and comfort - particularly for longer



## Saddle height

For efficiency on the bike, the saddle height is the most important measurement. Greatest power transfer occurs when the leg is almost completely straight. Additionally the correct saddle height allows for the pelvis to be positioned in a way which makes sitting comfortable. Determining your saddle height can be done in two ways. The simplest method is the 'heel method'. The rider sits on the bike with their heel on the pedal and adjusts the height of the saddle until their leg is straight. When the foot is then placed correctly with the ball of the foot on the pedal, the leg will be slightly bent. This is the method most commonly used by touring / endurance riders. For other types of riding, you may need to adjust this slightly to find the correct balance of efficiency and freedom of movement on the bike.

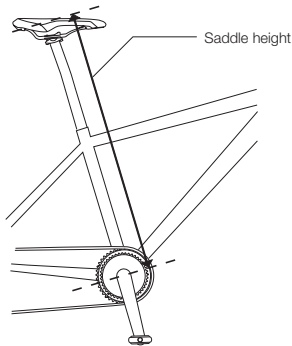


Fig 1: Measurement for saddle height

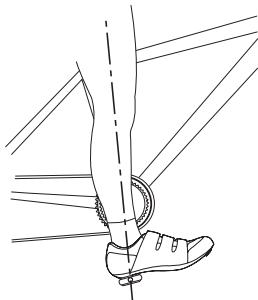


Fig 2: The heel method

---

The second method is slightly more technical. It uses your inside leg measurement (without shoes). This is then used to calculate the saddle height using a formula. **The formula is inside leg x 0.885 = Saddle height measured from the bottom bracket axle.** This method does not however account for crank length variance.

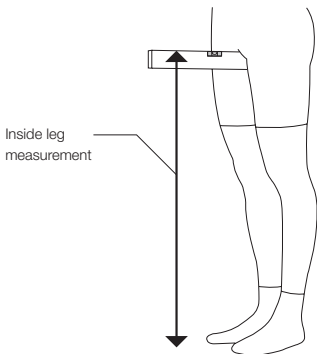


Fig 3: Measuring the inside leg.

## Fore / Aft Adjustment

The fore / aft adjustment is the distance of the tip of the nose of the saddle in relation to the bottom bracket axle. Usually this is behind the bottom bracket axle - around 5cm. The taller the person is, the further behind this line the tip of the saddle will be - up to 10cm. For a shorter rider this distance may be reduced to 0 - 1 cm.

Further information about this measurement is contained on the following pages:

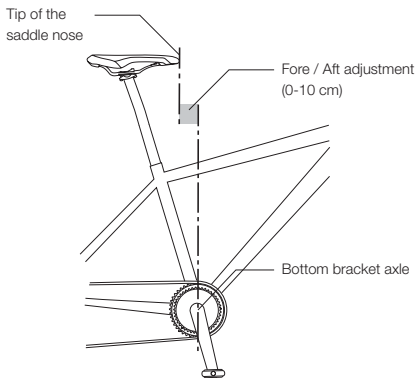


Fig 4: Fore/Aft adjustment

Making this adjustment can also be done according to set methods. The rider sits on the bike in the riding position. The cranks should be horizontal, The fore / aft adjustment should be make until the knee cap of whichever leg is the leading leg is directly over the pedal axle.

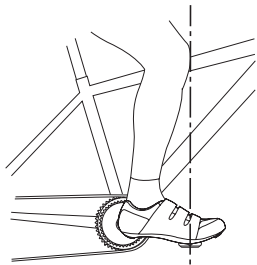


Fig 5: Knee cap method

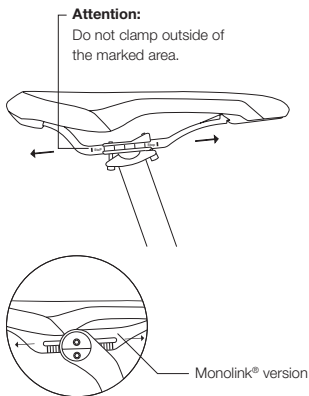


Fig 6: Fore / aft adjustment

## Saddle Angle

Generally speaking a saddle should be level. This prevents the rider slipping forwards or backwards. It also prevents too much pressure being applied either front or rear. It is also recommended that the saddle is completely straight in line with the frame. This allows the rider to apply equal load to the widest part of the saddle where the sit bones are supported. If the rider finds themselves sitting too far forward, then the fore / aft adjustment should be adjusted accordingly, or tilt the saddle back fractionally.

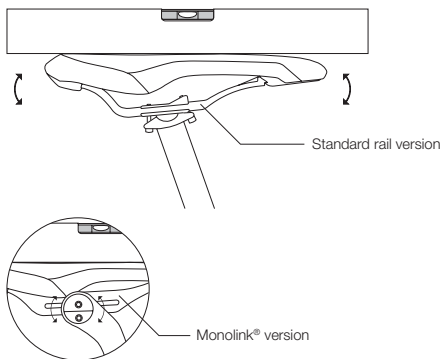


Fig 7: Saddle angle

## Safety Precaution

---

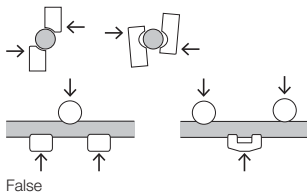
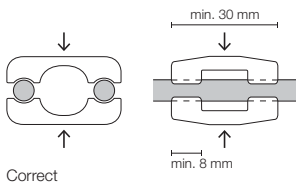
The seat post clamping system can affect the structural strength of the saddle. The type of the clamping system of some types of seat posts can compromise the strength of the saddle rail, or interfere with the structure, altering its performance. The use of unsuitable seat posts can cause problems and can be the cause of accidents to persons and property. Therefore it is not recommended to use this type of seat post with your Ergon saddle.

Please check the compatibility of your seat post with the indications given in **fig. 1**. It is advisable to use seat posts having a clamping system of adequate size, and that cannot exert a cutting action on the saddle rail. Overtightening the seat post (**fig. 2**) could cause breakage of the saddle rail, and be the cause of accidents.

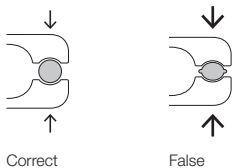
The seat post clamping system must not have any sharp edges, as this could reduce the product's useful life or cause early breakage of the saddle (**fig. 3**). The saddle rail must be clamped correctly: some clamping systems may cause damage (**fig. 4**).



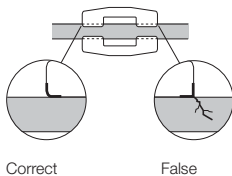
**Fig. 1**



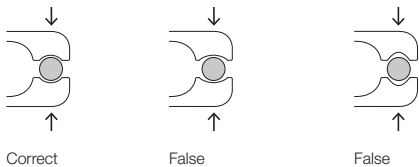
**Fig. 2**



**Fig. 3**



**Fig. 4**



### **Correct Positioning**

Horizontal adjustment of the saddle must respect the permissible limits as marked on the rail (**fig. on page 22**). It is extremely important that the saddle is not clamped outside of this area, even if the shape of the rails allow it. Most cases of rails failing are caused by mounting the saddle outside of the permitted area.

### **Saddle Care**

To clean the saddle of dirt and sweat, it is advisable to use a soft cloth moistened with water and a little neutral soap. We do not advise the use of pressure washers. Do not use solvent-base products (oils or creams) on the saddle covering as they could cause cracking or detaching of the covering. Please note, the use of some saddle creams could damage the saddle covering. The loss of colour in some covering materials is not covered by the warranty, as this is normally caused by UV rays, sweat, heat, moisture. The saddle should be allowed to dry naturally out of direct sunlight. The saddle may develop noises in time as dirt is forced into the construction through use. Use a silicon based lubricant to apply to the affected area. It may be necessary to remove the saddle and clean the saddle clamp / rails if noises persist.

---

## Warranty

Warranty on our products is for two years from the date of purchase. This covers defects in materials and / or workmanship. Any warranty claims should be made through your retailer. Proof of purchase will be necessary. Our warranty does not cover any damage resulting from incorrect use of the product or failure to observe any of the instructions given. The warranty does not cover crash damage. The warranty is invalid should the product have been modified in any way. We are reasonable people so if you are in doubt as to whether you have a warranty claim or not, please contact your retailer.

## Glossary

---

- **Progressive Damping:** As load increases the materials providing the damping will compress proportionally less.
- **Ergonomics:** The pursuit of the optimal interaction of human and machine / object promoting performance, efficiency and comfort.
- **Y Flex Design:** Saddle construction method allowing the saddle's flex to not just be restricted to the mid section of the saddle.
- **Multi-layer:** Different layers of damping material are used to provide maximum pressure distribution / shock absorption.
- **Saddle height:** The height of the saddle in relation to the ground / pedal / bottom bracket axle depending on method used.
- **Heal Method:** A method used to determine saddle height.
- **Power transfer:** The transfer of power from the rider to the bicycle via the pedals.
- **Inside Leg Measurement:** The measurement of the leg from the groin to the ground.

- 
- **Fore / Aft Adjustment:** The distance of the saddle nose behind the vertical line created by the bottom bracket axle.
  - **Knee Cap Method:** A method used to determine the fore / aft adjustment of the saddle.
  - **Saddle Angle:** Refers to the angle from horizontal of the saddle.

---

# Contenu

---

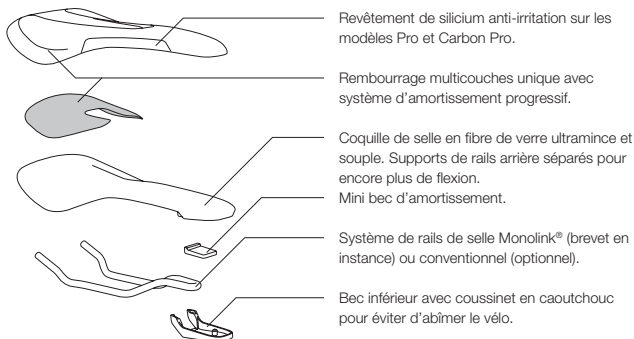
Composantes de la SM3	31
3D Progressiv Setup	32
Hauteur de selle	33
Recul de selle	35
Angle de selle	37
Mesures préventives	38
Garantie	41
Glossaire	42

---

## Composantes de la SM3

Conçue de toutes pièces, cette selle ergonomique pour vélo de montagne d'Ergon combine la performance avec l'ajustement de façon optimale et originale. La coquille tridimensionnelle de la selle d'Ergon est pourvue de cavités. Ce procédé permet de rembourrer davantage la selle au niveau des ischiens, et ainsi, amortir les chocs plus efficacement. Du jamais vu dans une selle de vélo de cette catégorie !

Le schéma ci-dessous présente chacune des composantes de la selle.



---

## 3D Progressiv Setup

### Coquille de selle tridimensionnelle

La coquille de selle tridimensionnelle à flexion optimale est ultra mince (celle des modèles Pro et Carbon Pro est fabriquée en fibre de carbone). Elle est également munie de cavités tridimensionnelles situées sous les ischions qui sont bien rembourrées. Le bec incurvé (Y-Flex) de la selle procure une liberté de mouvement inégalée lors du pédalage.

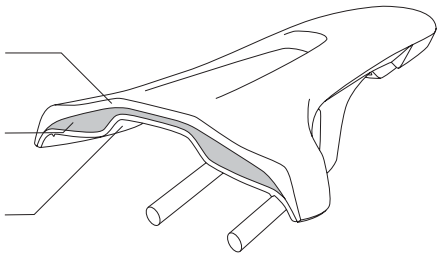
### Rembourrage multicouches

Le rembourrage arrière de la selle est fait de deux sortes de coussins confortables et légers. La couche supérieure est plus douce et nettement plus élastique, ce qui lui permet d'épouser la forme du cycliste. La couche inférieure est plus rigide ; elle procure donc un amortissement progressif au niveau des ischions. Ce rembourrage permet également d'éviter de toucher la coquille de selle lors d'un choc important. Le résultat est une selle incroyablement ajustée et confortable, particulièrement lors de longues randonnées.

Couche externe confortable et très élastique

Couche interne plus rigide

Coquille de selle avec cavités tridimensionnelles





## Hauteur de selle

Lorsqu'il est question d'efficacité pour un vélo, la hauteur de selle constitue la mesure la plus importante. Le transfert de puissance le plus important se produit lorsque la jambe est presque entièrement droite. De plus, une hauteur de selle optimale place le bassin de telle sorte que la position assise est confortable. Il existe deux méthodes pour déterminer la hauteur correcte d'une selle. La plus simple est la méthode du talon. Le cycliste s'assied d'abord sur la selle de vélo en déposant le talon sur la pédale. On ajuste ensuite la hauteur de la selle jusqu'à ce que la jambe droite. Le cycliste place enfin son avant-pied sur la pédale ; la jambe devrait alors être légèrement fléchie. Cette méthode est plus couramment utilisée par les cyclistes de touring ou d'endurance. Pour les autres catégories de cyclisme, il serait préférable de modifier cette mesure quelque peu afin de trouver le parfait équilibre entre liberté de mouvement et efficacité.

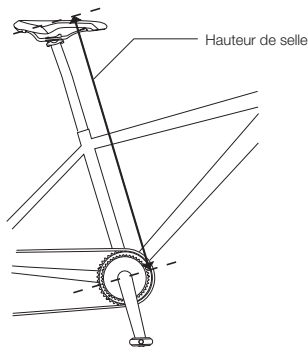


Fig. 1 : Méthode de mesure pour la hauteur de selle

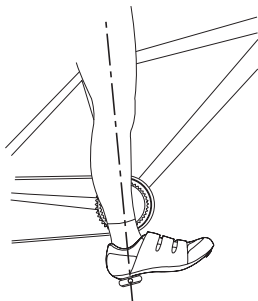


Fig. 2 : La méthode du talon

La deuxième méthode est un peu plus technique. Elle se sert de la longueur de la surface interne de la jambe (sans chaussures). Cette mesure est ensuite utilisée pour calculer la hauteur de selle grâce à une formule. La formule est la suivante : Longueur de la surface interne de la jambe x 0,885 = Hauteur de selle mesurée à partir l'axe de pédalier. Cependant, cette méthode ne tient pas compte de la longueur du bras de pédalier.

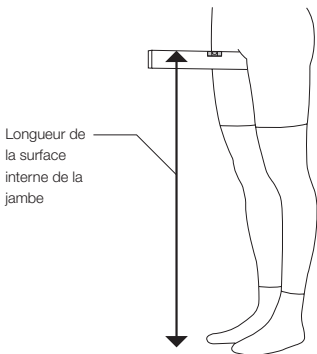


Fig. 3 : Mesure de la surface interne de la jambe

## Recul de selle

Le recul de selle correspond à la distance de la pointe du bec de selle par rapport à l'axe de pédalier. La mesure moyenne se situe habituellement à 5 cm derrière l'axe de pédalier. Cependant, plus le cycliste est grand, plus la selle recule derrière l'axe de pédalier (jusqu'à 10 cm). Pour le cycliste plus petit, cette mesure est d'environ 0 à 1 cm.

De plus amples informations sur cette mesure sont offertes dans les pages qui suivent.

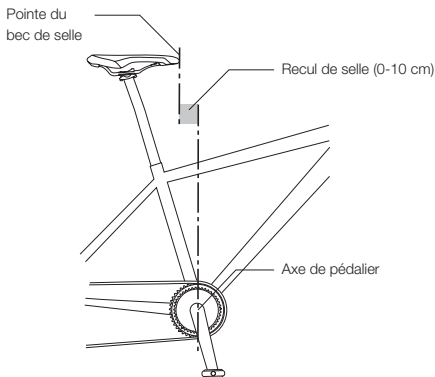


Fig. 4 : Recul de selle

Ce réglage peut aussi être effectué selon d'autres méthodes. Par exemple, le cycliste, qui est assis sur la selle, place son pied sur la pédale (cette dernière doit être horizontale). Dans ce cas-ci, le recul de selle est correct lorsque la rotule de la jambe est située directement au-dessus de l'axe de la pédale.

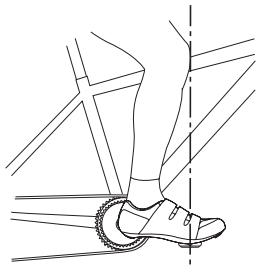


Fig. 5 : Méthode de la rotule

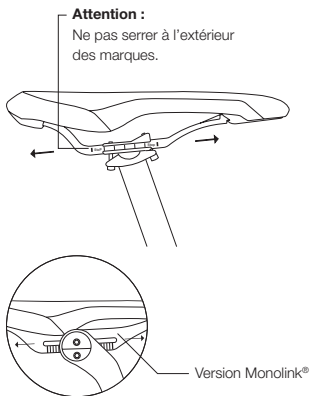


Fig. 6 : Recul de selle

## Angle de selle

De façon générale, la selle devrait être horizontale par rapport au sol. Cet angle empêche le cycliste de glisser vers l'avant ou vers l'arrière et aide aussi à prévenir une trop forte pression à l'avant ou à l'arrière. On recommande également que la selle soit complètement droite par rapport au cadre. Cet angle permet au cycliste de mettre plus de poids sur ses ischions. S'il est assis trop vers l'avant, le recul de selle doit être ajusté en conséquence. Vous pouvez également incliner la selle légèrement vers l'arrière.

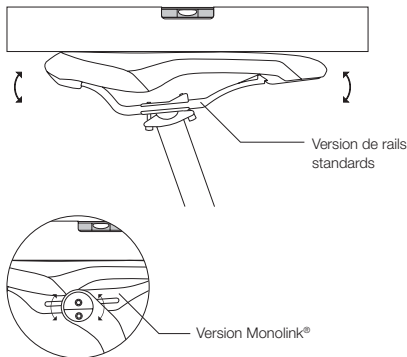


Fig. 7 : Angle de selle

## Mesures préventives

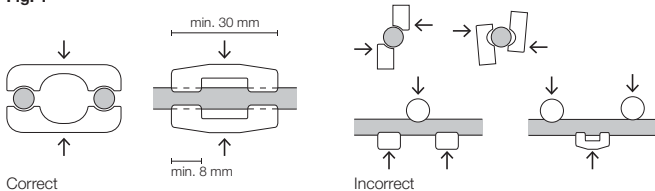
---

Certains types de tiges de selle comportent un système de serrage qui peut endommager la structure de la selle ou compromettre la solidité des rails de la selle et altérer sa performance. L'utilisation de tiges de selle inadéquates peut provoquer des problèmes et causer des accidents ou un bris d'équipement. Par conséquent, il est recommandé de ne pas utiliser ce type de tige de selle avec votre selle Ergon.

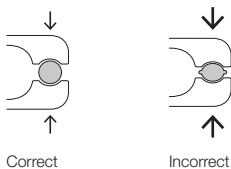
Veillez s'il vous plaît vérifier la compatibilité de votre tige de selle grâce aux indications à la **fig. 1**. Il est conseillé d'utiliser une tige de selle ayant un système de serrage de taille adéquate qui ne risque pas de couper les rails de selle. De plus, un serrage excessif de la tige de selle (**fig. 2**) peut abîmer les rails et causer un accident.

Le système de serrage de selle doit être dépourvu de bords tranchants ; ces derniers risquent de réduire la durée de vie de la selle ou la briser prématurément (**fig. 3**). Les rails de selle doivent être serrés correctement : certains systèmes de serrage peuvent les endommager (**fig. 4**).

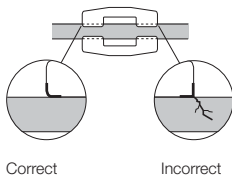
**Fig. 1**



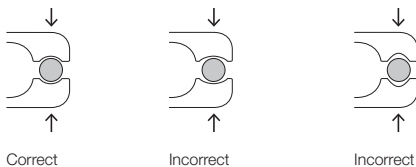
**Fig. 2**



**Fig. 3**



**Fig. 4**



### **Positionnement correct**

Le réglage horizontal de la selle doit respecter les marques indiquées sur les rails **(fig. 6 à la page 36)**. Il est extrêmement important que la selle ne soit pas placée en dehors de cette zone, même si la forme des rails le permet. Dans la plupart des cas, l'endommagement des rails est causé par un montage en dehors de la zone recommandée.

### **Entretien de la selle**

Pour enlever la saleté et la sueur sur votre selle, il est recommandé d'utiliser un chiffon doux imbibé d'eau avec un peu de savon neutre. Nous déconseillons l'utilisation de pulvérisateurs puissants. Pour éviter les fissures ou le décollement de la surface de la selle, évitez de laver cette dernière avec des produits à base de solvants (huiles ou crèmes). Évitez également d'utiliser certaines marques de crème à selle. La garantie de ce produit ne couvre pas la décoloration de certains types de revêtement qui est causée par les rayons UV, la sueur, la chaleur ou l'humidité. Il faut laisser sécher la selle, et ce, à l'abri du soleil. Au fil du temps et de l'usage normal, la saleté s'incruste dans la structure de la selle et peut causer un grincement : utilisez alors un lubrifiant à base de silicium aux endroits clés. Si le bruit persiste, il peut être nécessaire d'enlever la selle et de nettoyer le chariot de selle et les rails.



---

# Garantie

La garantie sur nos produits est de deux ans à compter de la date d'achat. Elle couvre les défauts de matériaux et de fabrication. Toute demande de garantie doit être faite par votre détaillant. Une preuve d'achat est nécessaire. Notre garantie ne couvre pas les dommages résultant de l'utilisation incorrecte du produit ni du non-respect de l'une des instructions. La garantie ne couvre pas de bris causé par un accident. Aussi, elle est invalide si le produit a été modifié d'une quelconque façon. Nous sommes des gens raisonnables ; si vous doutez de la validité de votre réclamation de garantie, renseignez-vous auprès de votre détaillant.

## Glossaire

---

- **Amortissement progressif** : Plus une charge est importante, moins les matériaux utilisés pour amortir les chocs se compriment.
- **Ergonomie** : Recherche ayant pour but d'optimiser la relation entre l'être humain et la machine afin de créer des objets performants, efficaces et confortables.
- **Conception Y-Flex** : Méthode de construction de selle lui permettant de fléchir sur toute sa surface, pas seulement la section du milieu.
- **Multicouches** : Une série de couches faites de différents matériaux est utilisée pour amortir les chocs et distribuer la pression de façon uniforme.
- **Hauteur de selle** : La hauteur de la selle par rapport soit au sol, soit à l'axe de la pédale, soit à l'axe de pédalier (selon la méthode utilisée).
- **Méthode du talon** : Une méthode utilisée pour déterminer la hauteur de selle.
- **Transfert de puissance** : Le transfert de pouvoir du cycliste au vélo qui passe par les pédales.
- **Mesure de la surface interne de la jambe** : La longueur de la jambe, de l'aîne jusqu'au sol.

- 
- **Recul de selle :** La distance du bec de selle derrière la ligne verticale de l'axe de pédalier.
  - **Méthode de la rotule :** Une méthode utilisée pour déterminer le recul de selle.
  - **Angle de selle :** Angle de la selle par rapport au sol.

---

# WWW.ERGON-BIKE.COM

## **Ergon International:**

RTI Sports GmbH

Universitaetsstr. 2, 56070 Koblenz / Germany

T +49 (0) 261 899998-28, F +49 (0) 261 899998-19

[www.ergon-bike.com](http://www.ergon-bike.com)

## **Ergon USA:**

7616 Lexington Avenue

West Hollywood, CA. 90046

T 323-656-2788, T 877-573-7466 (Toll Free)

F 323-848-9097

[info@ergon-bike.com](mailto:info@ergon-bike.com), [www.ergon-bike.com](http://www.ergon-bike.com)



Ergon® is a worldwide trademark.

Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

Ergon reserve the right to change any products without prior notice.