

Manual de Usuario de una Bicicleta

Introducción

Este manual proporciona información sobre el uso seguro y adecuado de tu bicicleta. Sigue estas instrucciones para maximizar su rendimiento y durabilidad.

1. Antes de Usar la Bicicleta

- Verifica la presión de los neumáticos.
- Asegúrate de que los frenos funcionen correctamente.
- Inspecciona la cadena y aplícale lubricante si es necesario.
- Ajusta el sillín y el manillar a una altura cómoda.
- Revisa que los cambios funcionen sin problemas.

2. Uso Seguro de la Bicicleta

- Usa siempre casco y ropa reflectante.
- Respeta las normas de tránsito y las señales viales.
- Mantén ambas manos en el manillar, salvo para señalar giros.
- Evita circular en condiciones meteorológicas adversas.
- Sé visible utilizando luces y reflectores en la bicicleta.

3. Mantenimiento Regular

Lubricación

- Lubrica la cadena cada 100 km o después de haber rodado bajo la lluvia.
- Usa lubricantes específicos para bicicletas.

Frenos

- Inspecciona las zapatas o discos regularmente.
- Ajusta la tensión del cable o el sistema hidráulico si es necesario.

Neumáticos

- Mantén la presión recomendada por el fabricante.