

Fahrrad-Check-up im Frühjahr

Bevor man im Frühjahr zur ersten Tour aufbricht, sollte man sein Bike reinigen und Lampen, Bremsen sowie andere wichtige Teile prüfen. Mit dem richtigen Werkzeug gelingt das auch technischen Laien. Einen Basis-Check bieten zwar auch Fahrradwerkstätten an, die Wartezeiten sind aber im Frühjahr und Sommer meist lang. Viele kleinere Reparaturen können Laien mit dem entsprechenden Werkzeug selbst durchführen. Größere Schäden sollte man jedoch durch einen Fachmann reparieren lassen.

Fahrrad mit Wasser und Spülmittel reinigen

Ein sauberes Rad schaut auf jeden Fall nicht nur besser aus, es fährt auch besser und verschleißt nicht so schnell. Deshalb als erstes das Rad von Staub und Straßenschmutz befreien. Dies geht am besten mit einem einfachen Lappen und Wasser mit etwas Spülmittel. Hochdruckreiniger sind nicht geeignet, da der hohe Druck das Fett aus Lagern spülen oder Schmutz hineindrücken kann. Ist alles sauber, prüft man den Fahrradrahmen auf feine Risse und Verformungen

Fahrradkette reinigen

Mit einer gut geschmierten Kette fährt das Rad leichter. Kette und die Ritzel mit einem trockenen Lappen weitgehend von Fett und Schmutz befreien und danach mit einem Kettenöl gut einölen. Ein paar Minuten einwirken lassen und dann überschüssiges Öl mit einem Lappen von der Kette wischen.

Lockere Schrauben am Fahrrad nachziehen

Jetzt prüfen, ob alle Schrauben und Muttern noch fest sitzen und gegebenenfalls nachziehen – **unbedingt mit einem Drehmomentschlüssel**. Die Anzugsmomente stehen meist neben den Schrauben oder sind in der Bedienungsanleitung nachzulesen. Das gilt

besonders für die Verbindungen an Sattel und Lenker. Dabei auch auf die richtige Sattelhöhe achten: Wenn die Pedale auf dem tiefsten Punkt stehen, sollte die Ferse mit leicht durchgestrecktem Bein die Pedale erreichen.

Reifendruck prüfen

Gut aufgepumpte Reifen rollen nicht nur besser, sie verschleifen auch langsamer. Sind die Reifen im Frühjahr platt, muss nicht immer ein Loch schuld sein. Nach mehreren Wochen verlieren Schläuche immer etwas Luft. Zunächst also die Reifen aufpumpen. Der optimale Luftdruck beträgt bei normalen Straßenfahrrädern 3,5 bis 4 Bar, der Höchstwert steht eigentlich immer auf der Seite des Reifens. Mit einem gut aufgepumpten Reifen rollt das Rad spürbar leichter. Ist das Profil deutlich abgefahren oder weist der Reifen poröse Stellen auf, sollte man ihn unbedingt ersetzen.

Bremsen überprüfen

Gut eingestellte Bremsen sind **lebenswichtig!** Bei Felgenbremsen zunächst prüfen, ob die Beläge der Bremsklötze noch ausreichend dick sind. Wenn keine Querrillen mehr zu erkennen sind, austauschen. Bei Scheibenbremsen sollten die Beläge nicht weniger als einen Millimeter dick sein. Die Bremsen müssen sich leicht betätigen lassen und wieder öffnen, ohne an der Felge beziehungsweise Bremsscheibe zu schleifen. Bremsgriffe und -züge vorsichtig ölen. **Achtung: Es darf kein Öl auf Beläge oder Felgen kommen.** An Stellschrauben am Griff lassen sich mechanische Bremsen etwas nachstellen.

Beleuchtung prüfen

Bei Fahrten in der Dunkelheit ist eine Lichtanlage mit Vorder- und Rücklicht zwingend notwendig. Bei Leuchten zum Anstecken prüfen, ob

Batterien oder Akkus noch voll sind. Falls es Probleme mit der fest verbauten Lichtanlage gibt, liegt es oftmals an einem defekten Kabel, bei Nabendynamos sitzt zudem oft der Stecker nicht richtig fest im Dynamo. Daher zunächst alle Verkabelungen und Steckkontakte prüfen.

Schaltung einstellen

Nach diesen Arbeiten ist es Zeit für eine Probefahrt. Dabei zeigt sich, ob die Schaltung noch gut funktioniert und sich die Gänge präzise einlegen lassen. Hakt es bei einer Nabenschaltung, können auch Laien meist mit Stellschrauben am Schalthebel für Abhilfe sorgen. Eine Kettenschaltung mit vielen Gängen korrekt einzustellen, erfordert dagegen einige Übung. Im Internet finden sich dazu zahlreiche Anleitungen. Im Zweifel sollte man die Schaltung jedoch lieber durch einen Fachmann einstellen lassen.

Werkzeug für die Wartung und unterwegs

Wer sein Fahrrad regelmäßig selbst reparieren oder warten möchte, sollte sich einige Werkzeuge anschaffen. Folgendes gehört zur Grundausstattung:

- Satz Inbusschlüssel Größen 2, 3, 4, 5, 6, 8 und 10 mm
- Satz Torx-Schlüssel T10 bis T 50
- Drehmomentschlüssel 2-25 Nm
- Satz Gabelschlüssel, 6-17 mm Maulweite
- Schraubendreher (zwei Schlitz- und zwei Kreuzschlitz) jeweils 2 mm und 5 mm breit
- Kombizange
- Kleinteile (Schrauben, Muttern, Unterlegscheiben)
- Flickzeug, Ventile
- Luftpumpe am Fahrrad
- Ersatzschlauch in der passenden Größe für unterwegs
- Reifenheber für unterwegs
- Kettenschloss für unterwegs
- Multitool für unterwegs