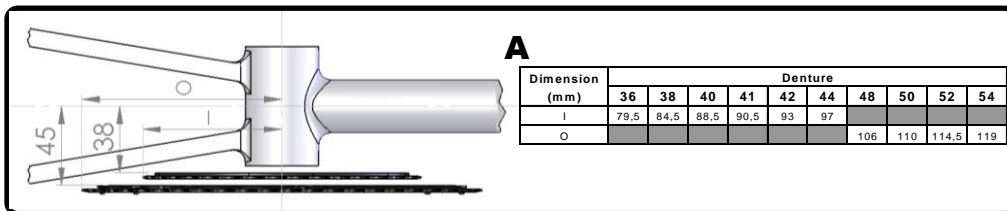


Plateaux OVALUTION

Ces plateaux sont compatibles avec les pédaliers 5 trous, d'entraxe 110mm (OVALUTION 110) ou 130mm (OVALUTION 130). Ils ne sont pas compatibles avec des pédaliers possédant un des 5 trous derrière la manivelle droite.

Espacement minimal cadre/plateaux :

Veillez bien vérifier le bon montage des plateaux Ovalution à l'aide du schéma A afin d'éviter toute détérioration de votre cadre.



Choix de la position de montage (1/2/3) :

Les plateaux Ovalution vous offrent 3 positions différentes de montage, indiquées 1, 2 et 3 sur votre plateau extérieur.

La position idéale varie en fonction de votre style de pratique, de votre gabarit, de la géométrie de votre vélo,...

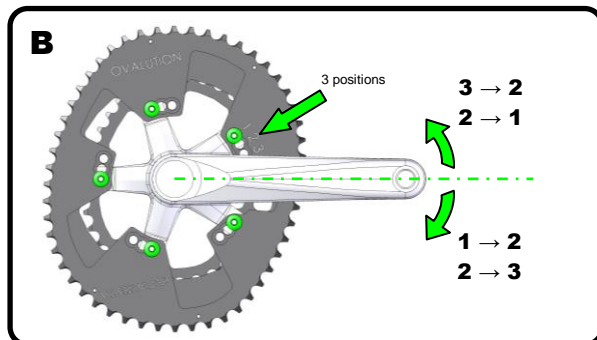
Cependant, voici les positions de base conseillées :

- Position 1 : pour une utilisation route classique, avec des phases alternatives (assis sur la selle ou debout sur les pédales), et une position sur l'arrière de la selle
- Position 2 : pour une utilisation intermédiaire
- Position 3 : pour une utilisation en contre la montre et triathlon, avec une position sur le devant de la selle

Nous vous conseillons de commencer par la position 1, puis la 2 et de finir par la 3. Chaque position devra être conservée sur un minimum de 15 heures de vélo, afin de ressentir les différences entre chaque position. Ceci vous permettra de revenir à votre position la plus confortable et bénéfique ensuite.

Situations dues à une position des plateaux inadaptée (voir schéma B) :

- | | | | |
|---|---|-------------------|----------------|
| <ul style="list-style-type: none"> - Maintenir une vitesse élevée est facile mais les accélérations et sprints sont difficiles - Il vous est difficile de maintenir une cadence de pédalage basse - Il vous est plus facile de tenir une position assise qu'une position debout | } | Solution : | 1 → 2
2 → 3 |
| <ul style="list-style-type: none"> - Les accélérations et sprints sont faciles mais maintenir une vitesse élevée est difficile - Il vous est difficile de maintenir une cadence de pédalage élevée - Il vous est plus facile de tenir une position debout qu'une position assise | } | Solution : | 3 → 2
2 → 1 |



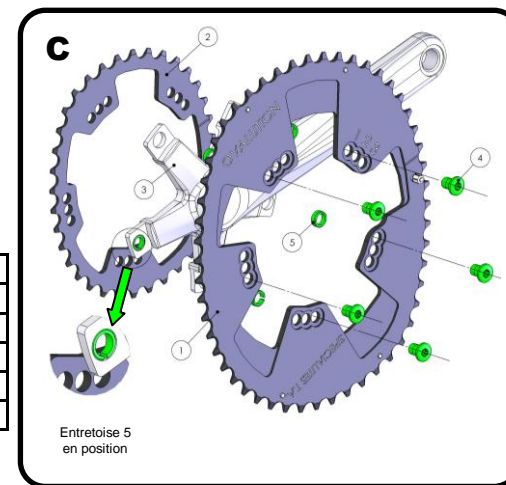
Recommandations de montage :

- Installer les 2 plateaux Ovalution comme indiqué dans le schéma C

- Visser les vis ④ à l'aide d'une clé Torx n°30. Couple de serrage maximum : 6 Nm
- Utiliser une pâte de serrage anti-grippage à base de cuivre pour les vis ④

Attention : la gravure du plateau intérieur ② doit être côté cadre !

N°	Description	Quantité
1	Plateau extérieur OVALUTION	1
2	Plateau intérieur taraudé OVALUTION	1
3	Etoile de manivelle droite	1
4	Vis spécifique Torx30 M7x9,5	5
5	Entretoise fendue M7	5



Montage du réhausseur de dérailleur avant référence VP-VSRO1 (vendu séparément) :

Cette pièce peut être nécessaire pour le montage de plateaux Ovalution extérieurs de 52 et 54 dents sur des cadres disposant de dérailleur avant à braser.

Veillez bien vérifier le bon montage du réhausseur à l'aide du schéma D afin d'éviter toute détérioration de votre dérailleur avant et des plateaux. L'espacement entre votre plateau extérieur et la fourchette de votre dérailleur avant doit être compris entre 1 et 2mm.

