



Manual vid provkörning av S3

Att cykla på en trehjuling skiljer sig från att cykla på en tvåhjuling. Har man tidigare cyklat på en vanlig cykel säger balanssinnet till att man måste hålla balansen vilket inte behövs på en trehjuling. Det kräver träning, likväl som man tränar sig på att cykla tvåhjuling. Det är bra om man börjar med lätta övningar på en stor bilfri yta, t ex en parkeringsplats.

Särskilt mindre barn kan känna trygghet i att någon går bredvid eller (i vissa fall) att kunden sätter sig på cykeln med fötterna på pedalerna och får rulla/bli dragen runt, för att få in känslan.

- Förevisa Cykla själv för att visa.
- Parkera Lägg i parkeringsbromsen så att cykeln står stilla.
- Rätt läge Pedalerna i rätt läge gör det lättare att kliva på cykeln och att ta det första tramptaget. "Tio-i-fyra" brukar vara ett bra läge.
- Sitt rakt Sitt med rak rygg på cykeln.
- Båda fötterna Sätt upp båda fötterna på pedalerna innan du lossar parkeringsbromsen. Fötterna bör alltid vara kvar på pedalerna för att inte skadas när cykeln rullar.
- Hitta balansen Titta långt fram, fäst blicken på något i horisonten. Följ med cykelns rörelse.
- Stora svängar Ta stora svängar till en början för att sedan minska när det känns bra. Använd styret som en ratt på en bil, dvs. tryck och dra i styret.

Fördelar med en trehjuling som har ett hjul fram och två bak

- Väन्द्रadien Ett hjul fram medför en liten väन्द्रadie och ger en cykelkänsla.
- Stabil När du sätter dig på sadeln och belastar cykeln, blir den mer stabil eftersom du belastar rakt ovanför de båda bakhjulen, alltså på det bredaste stället.
- Låg tyngdpunkt Mellan bakhjulen finns en korg som kan lasta 15 kg och det medför mer stabilitet eftersom tyngdpunkten blir lägre. Inuti korgen (på 24") finns det två skenor där man kan placera t ex en drickaback.

3 eller 7 växlar

Vid valet av antal växlar kan man tänka igenom hur det ser ut där cykeln är tänkt att användas, t ex om det finns mycket backar att ta sig upp för.

Det är också bra om förväntade symptom, t ex ben som blir svagare, vägs in i beslutet.

- Rekommendation I de flesta fall rekommenderas 7 framför 3. Har man svaga ben eller kan få på sikt är det bra att redan nu köpa en 7 växlad.

3 växlar för dem som inte behöver fler eller inte vill ha några alls.

Reglaget går att ta bort och spärra växeln på 1:an, 2:an eller 3:ans växel.