VELKYNE

GUIDE D'UTILISATION

ADAPTATEURS DE CALES SPD-SL VERS SPD

Deux platines en aluminium qui se vissent sur les trois inserts d'une chaussure route et reçoivent une cale SPD à deux vis : vous gardez vos chaussures, vous roulez sur des pédales SPD et vous marchez normalement.



RÉF. ADAPTCALSPD · SEMELLE 3 TROUS, CALES SH51 / SH56 · ALUMINIUM, ≈ 75 G LA PAIRE

01 · MONTAGE

DE LA CHAUSSURE ROUTE À LA PÉDALE SPD

Ce que fait l'adaptateur

- Il transforme une chaussure route à **trois inserts** (SPD-SL) en chaussure compatible avec les pédales **SPD** à deux vis : vélo de ville, gravel, voyage, home trainer partagé.
- La cale SPD, encastrée dans la platine, ne touche plus le sol : vous **marchez normalement** et la cale ne s'use plus à chaque arrêt.
- La surface antidérapante stabilise le pied sur la pédale.

Le montage, chaussure par chaussure

1. **Retirez la cale route** et nettoyez la semelle autour des trois inserts. Posez la platine à blanc : ses trois trous tombent en face.
2. **Glissez l'entretoise** entre la semelle et la platine si la semelle est bombée et que la platine ne porte pas à plat. Semelle plate : montage sans entretoise.
3. **Vissez la platine** avec trois des vis fournies, une pointe de graisse sur le filetage. Serrez en alternant les trois vis, fermement, sans forcer sur l'aluminium.
4. **Montez votre cale SPD** (SH51 ou SH56, non fournie) avec ses propres vis sur la fenêtre à deux trous de la platine. Serrez légèrement pour pouvoir encore la déplacer.
5. **Réglez la cale** à la position de votre ancienne cale route : l'axe de la pédale sous l'avant-pied, cale droite ou légèrement ouverte. Serrez à fond.
6. **Testez à l'arrêt,** appuyé contre un mur : enclenchez, déchaussez, plusieurs fois. Puis la seconde chaussure.

Caractéristiques

Chaussures	**Route, 3 trous**	Pédales	**SPD, deux vis**
Cales	**SH51 / SH56**	Matière	**Aluminium**
Couleur	**Noir**	Poids	**≈ 75 g la paire**
Contenu	**2 platines, 2 entretoises, 6 vis**		

SÉCURITÉ

- Ne modifiez **jamais** la cale ni le mécanisme de déclenchement de la pédale.
- Premières sorties : **tension de déclenchement** des pédales au minimum, puis augmentez-la progressivement.
- Déchaussage dur ou enclenchement incertain : ne roulez pas, reprenez le montage.

PENSEZ-Y

La cale SPD n'est pas fournie : réutilisez celle de vos pédales, SH51 (déclenchement à un sens) ou SH56 (multidirectionnel, plus facile).

02 · AU QUOTIDIEN

RÉGLAGES, ENTRETIEN, DÉPANNAGE

Trouver la bonne position de cale

Le repère classique : l'articulation du gros orteil à l'aplomb de l'axe de la pédale, ou un peu en arrière pour les longues distances. Marquez ce point sur le côté de la semelle avant de serrer, puis alignez la cale dessus.

Pour l'angle, laissez le pied prendre sa position naturelle, assis sur la selle, les talons détendus : la cale doit suivre cette orientation, pas la contrarier. Le genou le dit vite : une gêne sur la face interne ou externe après quelques kilomètres signale une cale trop tournée.

Un réglage se fait par touches de quelques millimètres. Faites un tour du pâté de maisons entre deux essais.

Entretien

- Les adaptateurs ajoutent **six vis** à surveiller : contrôlez leur serrage après les deux ou trois premières sorties, puis une fois par mois.
- Nettoyez la fenêtre de la cale après une sortie boueuse : des gravillons coincés gênent l'enclenchement.
- Remplacez la cale SPD quand ses bords sont arrondis ; la platine, elle, ne s'use pas en marchant.
- Une goutte d'huile sur les vis de temps en temps évite qu'elles grippent dans les inserts.

SI QUELQUE CHOSE CLOCHE

- **La cale ne s'enclenche pas** : la platine ne porte pas à plat sur une semelle bombée, ajoutez l'entretoise ; ou la cale est montée à l'envers, le nez vers l'avant.
- **La chaussure déchausse toute seule** : cale usée, vis de cale desserrées ou tension de pédale trop basse.
- **Craquement en pédalant** : une vis de platine a pris du jeu, ou le filetage est sec. Démontez, graissez, resserrez.
- **La vis de platine ne descend pas** : filetage de l'insert encrassé. Nettoyez-le ; n'utilisez jamais une vis plus longue qui traverserait la semelle.



Platine vissée sur les trois inserts, cale SPD montée dans la fenêtre centrale : la cale est en retrait de la semelle.

En vidéo

Tutoriels indépendants sur le montage et le réglage des cales SPD, scannez pour visionner.

Montage de cales SPD
Ben Cycling · français

Régler et changer ses cales de vélo
Lionel Le Strat, Vélo et Santé · français

Besoin d'aide ?

velkyne.com/contact
Notre équipe répond à vos questions sur le montage et la compatibilité.