

Eine Stütze für die Ferse

von Rolf Tiemann

Bei allen Liegerädern gibt es ein Problem. Weil man im Liegen fährt, tritt man zwangsläufig mehr oder weniger waagrecht gegen die Pedale. Weil die Schwerkraft aber senkrecht wirkt und die Beine nicht gerade leicht sind, besteht ständig die Möglichkeit, dass einem die Füße von den Pedalen rutschen. Weil dies aber meistens schmerzhaft und sehr gefährlich ist, muss es unbedingt verhindert werden.

Eine mögliche Lösung wäre es Schuhe zu tragen, die an den Pedalen einrasten. Diese kommt jedoch für mich nicht in Frage.

Bei meinen Versuchen, das Problem zu lösen, habe ich es wie viele andere vor mir auch mit Stoff- und mit Drahtschlingen als Stütze für die Ferse versucht, bin davon aber schnell abgekommen.

Die erste konkrete Lösung, die sich mehr als ein Jahr lang auf über Tausend Kilometern bewährt hat, war diese Kelle.



Alle Bilder: Rolf Tiemann

Sie hat zwar ein Problem gelöst, aber ein anderes dafür um so deutlicher offenbart: Übliche Pedale sind viel zu schmal. Bei „normalen“ Fahrrädern gibt es gute Gründe dafür. Bei Liegerädern dagegen nicht. Also habe ich mich daran gemacht, auch dieses Problem für mich zu lösen. Am Ende hatte meine Kelle einen viel breiteren Auftritt und einen seitlichen Begrenzer.



Auch diese Variante hat sich bewährt. Aber das Bessere ist der Feind des Guten. Als es darum ging, eine „Kleinserie“ zu produzieren, weil andere Leute auch mit solch praktischen Pedalen fahren wollten, habe ich mir natürlich Gedanken darüber gemacht, was man bei der Gelegenheit noch verbessern könnte. Herausgekommen sind dabei „Yetis Schluppen“.

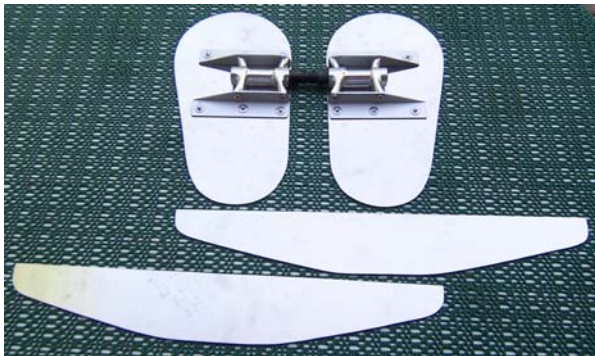


Hier kann man sie im Einsatz sehen. Wesentliche Neuerung:

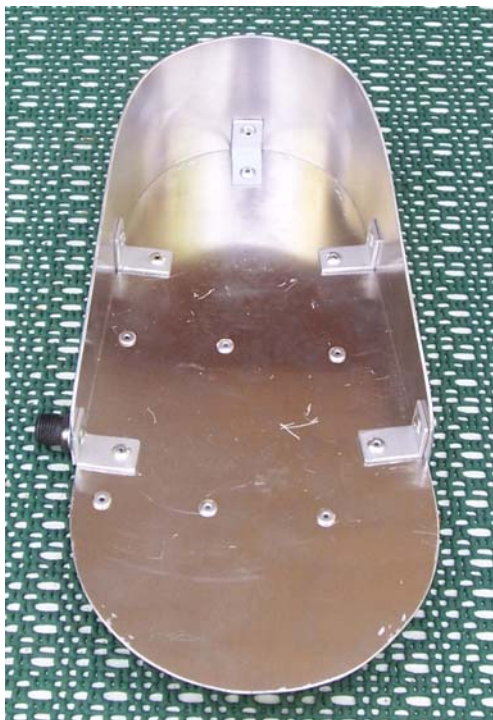
ich habe die Stabilität erhöht und auf die Verstellbarkeit verzichtet (Maßanfertigung).

Ausgerechnet bei meinen eigenen Schluppen ist mir aber ein Fehler unterlaufen, der eigentlich nicht passieren durfte. Weil ich „Yetis Schluppen“ im Winter entworfen habe, habe ich doch tatsächlich übersehen, dass die dicken pelzgefütterten Winterstiefel, die ja auch drauf passen sollten, natürlich viel größer sind als die nackten Füße. Wenn das nur zu größeren Schluppen geführt hätte, wäre es kein wirkliches Problem gewesen. Dummerweise habe ich aber davon ausgehend die Pedale viel zu weit vorne montiert. Beim Fahren mit Schuhen macht das keine Probleme. Ohne Schuhe rutscht aber der Fuß viel weiter nach hinten bzw. unten und tritt dann unter dem Pedal durch.

Nun habe ich aber nicht etwa die vorhandenen geändert, sondern gleich neue gebaut. Schluppen hat man ja nie genug. ;-)



Zur Vereinfachung, man lernt ja immer dazu, habe ich die Teile symmetrisch und identisch gemacht. Erst bei der Befestigung an den Pedalresten ergibt sich der Unterschied zwischen links und rechts.



Zur weiteren Vereinfachung und Ersparnis von Zeit und Material habe ich mich auf 5 Winkel beschränkt. Die genügen völlig und halten alles sehr stabil zusammen.

Alle in diesem Artikel gemachten Angaben erfolgen nach bestem Wissen, aber ohne jegliche Gewährleistung. Der Autor und der Verein „Fahrradzukunft“ lehnen jegliche Haftung für unmittelbare und mittelbare Schäden durch Befolgung oder Nichtbefolgung von in diesem Artikel gegebenen Ratschlägen ab.



Hier sieht man die neuen Schluppen mit hinten offenen Tretern bei einer 50 Kilometer langen Tour im Einsatz. Und auch das geht:



Barfuß fahren ist sehr bequem. Die Aluplatte ist stabil und tragfähig. Die Isomatte dämpft den Kontakt mit dem harten Untergrund angenehm ab und isoliert auch gegen unangenehme Temperaturen.

Schade, dass man trotzdem noch Schuhe braucht. – Wenn man absteigt. ;-)

Zum Abschluss die Materialliste:

- 2 Alubleche 250x500x1,5 mm
- 1 m Winkelschiene Alu 25x20x2 mm
- Alu-Blindnieten 4x8 mm
- U-Scheiben V2A
- Pedale (Kernteile)
- Schrauben V2A M5x12 mm
- Isomatte
- Kleber



Rolf Tiemann ist Hauptschul-Lehrer für Mathematik, Naturwissenschaften, IT und Arbeitslehre. Seit 2006 im vorzeitigen Unruhestand, begeisterter Trikefahrer (Hase Lepus) und als ebenso begeisterter Tüftler immer auf Daniel Düsentricks Spuren.