

# **PELOTON**

## **BIKE | BIKE+**

**COMMERCIAL  
PEDAL SET GUIDE**

**COMMERCIAL  
ANLEITUNG FÜR  
PEDAL-EINRICHTUNG**

**GUIDE DU PÉDALIER  
POUR COMMERCIAL**

**PL02 PL21 PL31 | 00097-2.0**

## ENGLISH

These pedals are intended for use with the Peloton Commercial Bike or Bike+ in a supervised environment.

**⚠️ WARNING:** Always cycle with appropriate footwear. Cycling barefoot or with inappropriate footwear can cause serious injury.

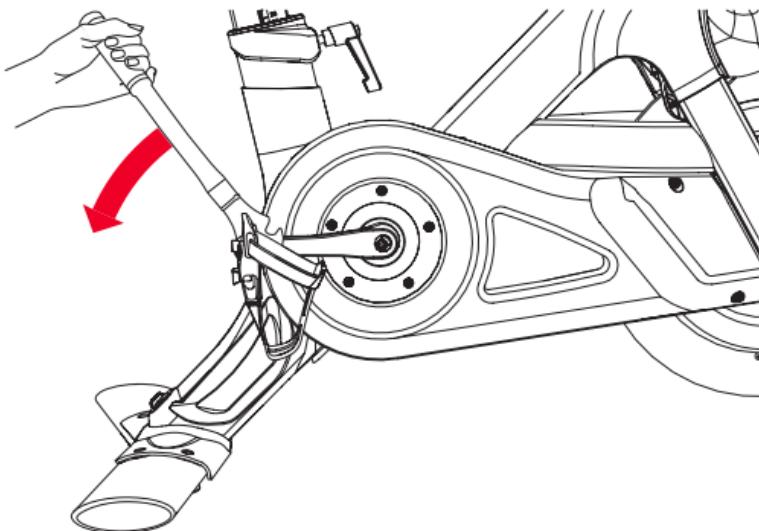
## REMOVING PEDALS

1. Stop the Flywheel.

On Bike, turn resistance knob all of the way to the right to stop the crank arms from moving. Do not overtighten the resistance knob. Overtightening can cause damage to the knob.

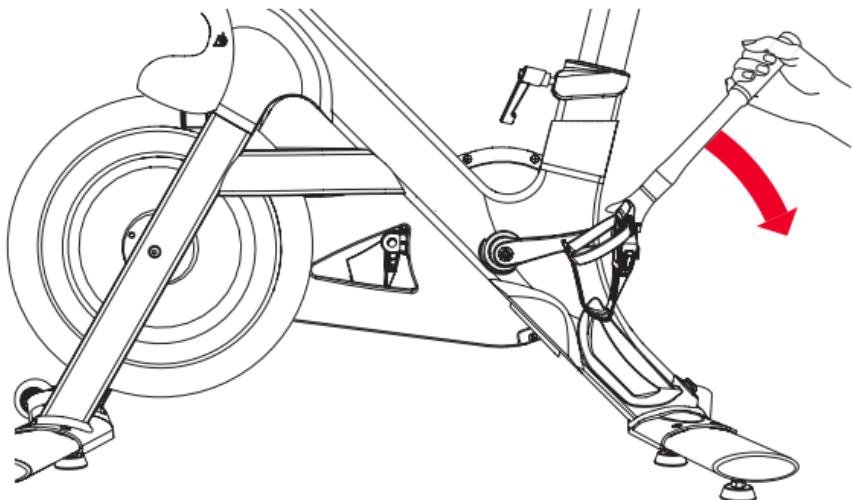
On Bike+, push and hold down the resistance knob to stop the crank arms from moving.

2. Using a 15 mm wrench, rotate the **right** pedal spindle **counterclockwise** until the pedal comes off.



## ENGLISH

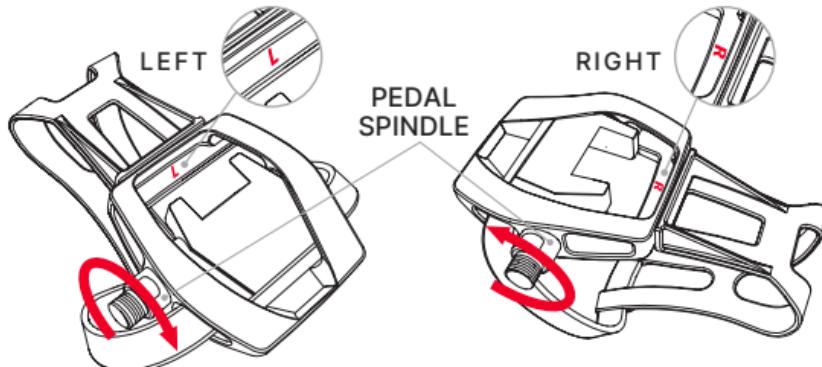
3. Rotate the **left** pedal spindle **clockwise** until the pedal comes off.



## ATTACHING PEDALS

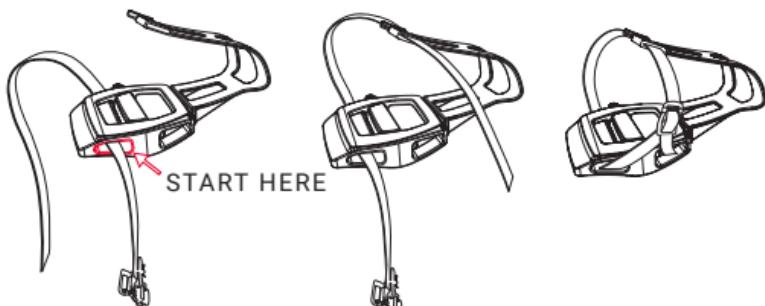
**⚠ CAUTION:** Identify the right and left pedals before installation. Make sure each pedal is correctly threaded before screwing it in. Misaligning the threads or turning a pedal in the wrong direction could damage the pedal and bike.

1. Identify the left and right pedals using the L and R markings near the tensioning screw.



## ENGLISH

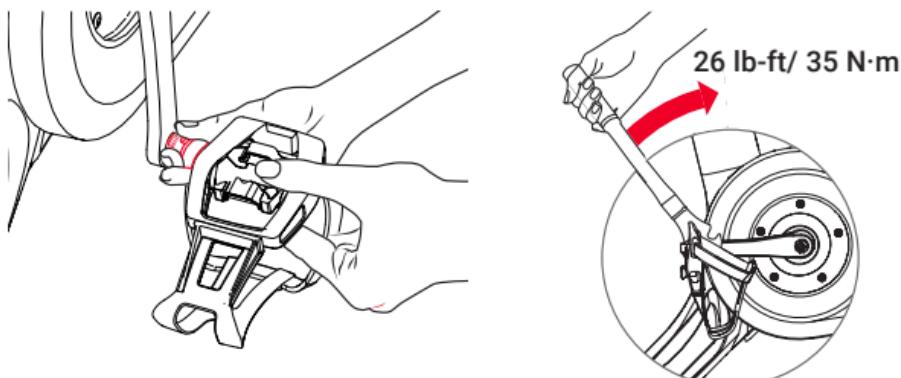
- Feed the strap through the pedal. Start at the side without the spindle, opposite the end with the toe cage. Then, thread the fastener strap as shown in the image below. Make sure the buckle faces down. Secure the strap. Repeat with the other pedal.



- Insert the **right** pedal into the right crank arm at a 90° angle. Holding the pedal steady, rotate the spindle by hand at least four full rotations **clockwise**. Then tighten using a 15 mm wrench. It's important that the pedal is as tight as you can make it.

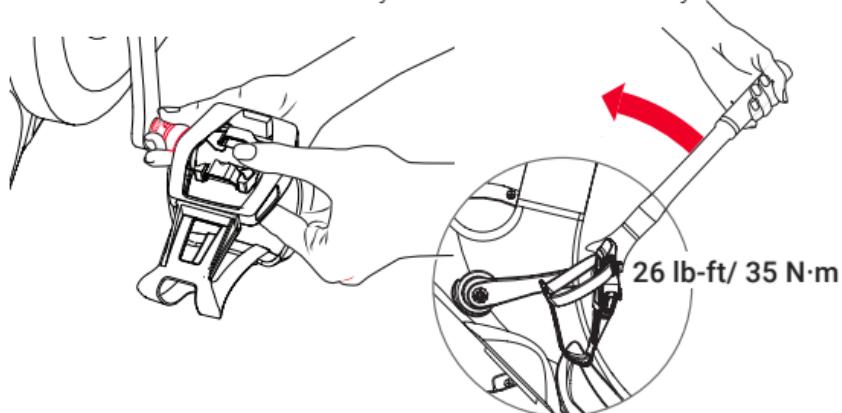
**Tighten the spindle to 26 lb-ft/ 35 N·m** using a torque wrench with 15 mm crowfoot attachment if you have the tools handy.

**Note:** You may need to turn the spindle in the opposite direction first until you feel it engage with the crank arm. Once engaged, turn the spindle slowly in the correct direction.



## ENGLISH

4. Insert the **left** pedal into the left crank arm at a 90° angle. Holding the pedal steady, rotate the spindle by hand at least four full rotations **counterclockwise**. Tighten using a 15 mm pedal wrench. It's important that the pedal is as tight as you can make it. **Tighten the spindle to 26 lb-ft/ 35 N·m** using a torque wrench with 15 mm crowfoot attachment if you have the tools handy.



Tighten pedals regularly. Remember to turn the wrench toward the front of the bike to tighten on both sides.

To ensure safe operation and optimal performance, replace the pedals on your Peloton Commercial Bike or Bike+ every 6 months.

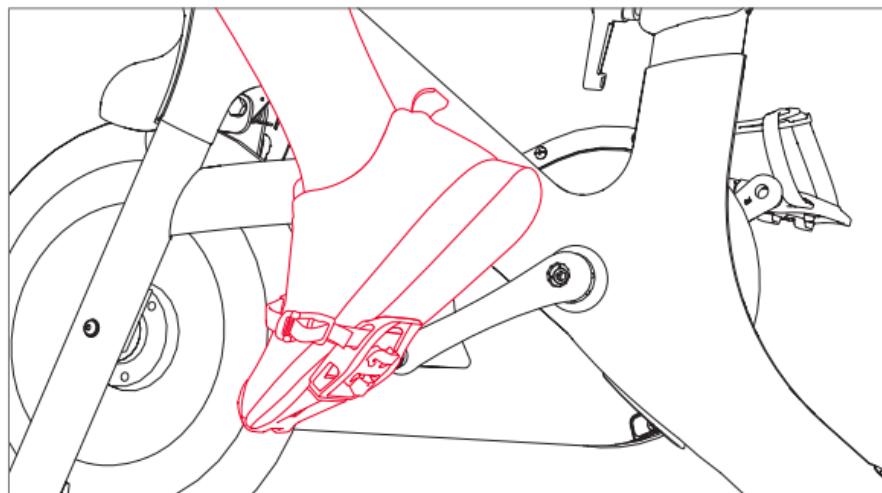
## USING TOE CAGES

**⚠ CAUTION:** Never use the toe cages without the strap. If a strap is missing, remove the pedal from use until it can be replaced.

1. Thread the toe cage strap up into the buckle and out through the other side. Make sure the straps on both toe cages are threaded through the buckles and there is enough room in the cages for your shoes to slide in easily.

## **ENGLISH**

2. Standing over the Bike or Bike+, insert one foot into its toe cage.
3. Pull the end of the strap to tighten the toe cage. It should be snug, but loose enough that you can remove your foot without difficulty.
4. Push the pedal down to its lowest position. Standing on the pedal should allow you to lift yourself into the saddle.
5. Insert your other foot into its toe cage and pull the strap to tighten the toe cage. It should be snug, but loose enough that you can remove your foot without difficulty.

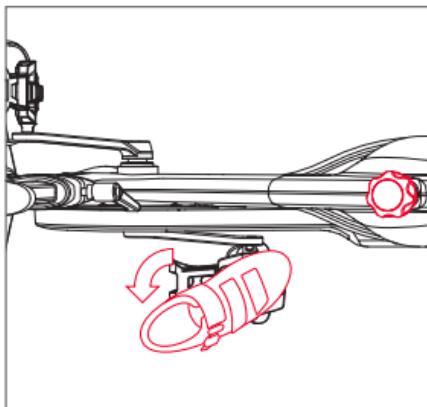
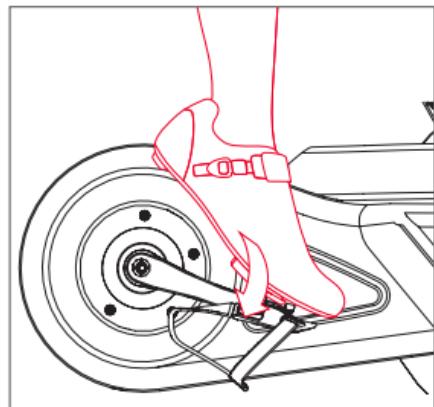


## USING PEDALS WITH CYCLING SHOES

The Commercial Pedal bike pedals are compatible with any cycling shoes equipped with SPD cleats.

**To clip in**, point your toes down to fit the tip of the cleat into the pedal, then push down through your heel. Be sure to lock the flywheel. On a Bike, turn the resistance knob all of the way to the right. On Bike+, push and hold the resistance knob while clipping in.

**To clip out**, straighten your leg. Then, hold down the resistance knob and twist your heel away from the bike.



## DEUTSCH

Diese Pedale sind für die Verwendung mit dem Peloton Commercial Bike oder Bike+ unter Aufsicht vorgesehen.

**⚠️ WARNUNG:** Fahre stets mit geeignetem Schuhwerk. Barfuß oder mit ungeeignetem Schuhwerk zu fahren, kann zu schweren Verletzungen führen.

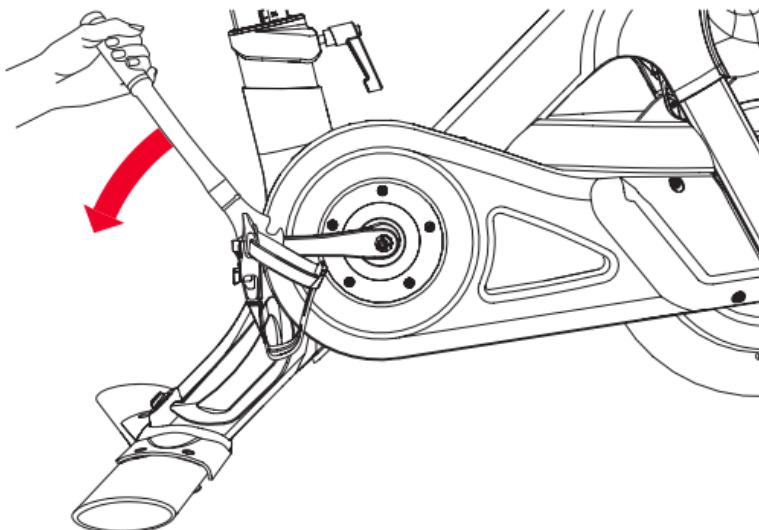
## PEDALE ENTFERNEN

1. Halte das Schwungrad an.

Drehe den Widerstands-Drehknopf am Bike ganz nach rechts, um zu verhindern, dass sich die Kurbelarme bewegen. Ziehe den Drehknopf nicht zu stark an. Ein zu starkes Anziehen kann den Drehknopf beschädigen.

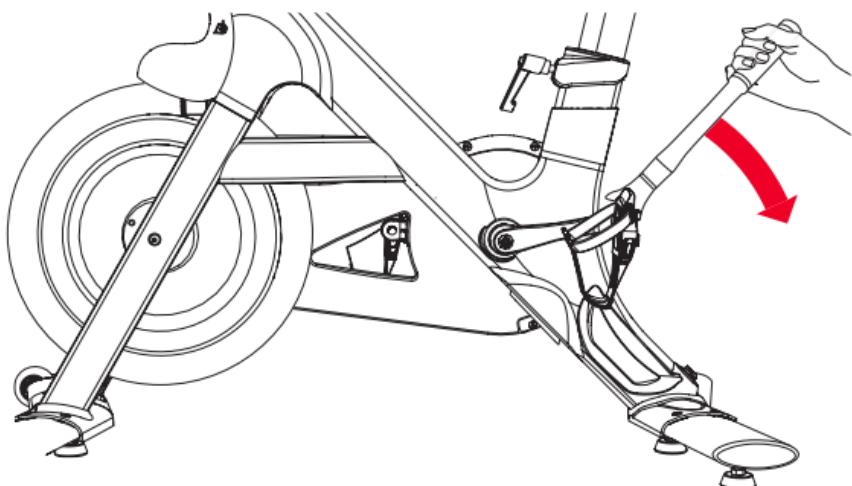
Drücke den Drehknopf am Bike+ und halte ihn unten, um zu verhindern, dass sich die Kurbelarme bewegen.

2. Drehe die **rechte** Pedalspindel mit einem 15 mm Pedalschlüssel **gegen den Uhrzeigersinn**, bis sich das Pedal löst.



## DEUTSCH

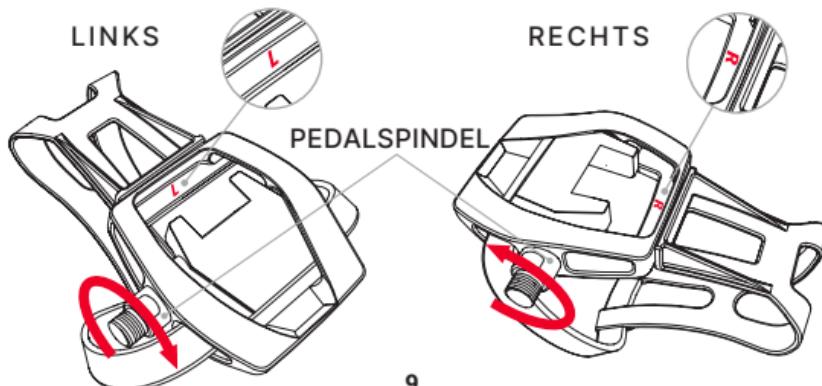
- Drehe die **linke** Pedalspindel **im Uhrzeigersinn**, bis sich das Pedal löst.



## PEDALE ANBRINGEN

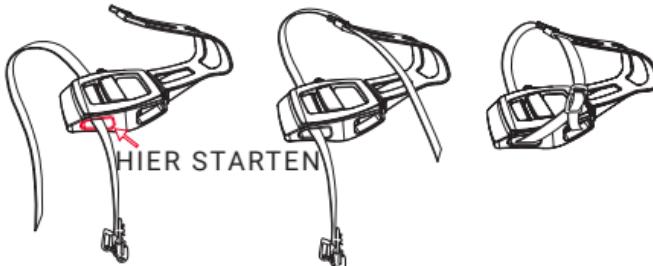
**⚠ VORSICHT:** Identifiziere das rechte und linke Pedal, bevor du mit dem Einbau beginnst. Vergewissere dich, dass jedes Pedal das korrekte Gewinde hat, bevor du es einschraubst. Wenn du die Gewinde falsch ausrichtest oder ein Pedal in die falsche Richtung drehst, kann dies das Pedal und das Bike beschädigen.

- Identifiziere das linke und rechte Pedal anhand der Markierungen L und R in der Nähe der Spannschraube.



## DEUTSCH

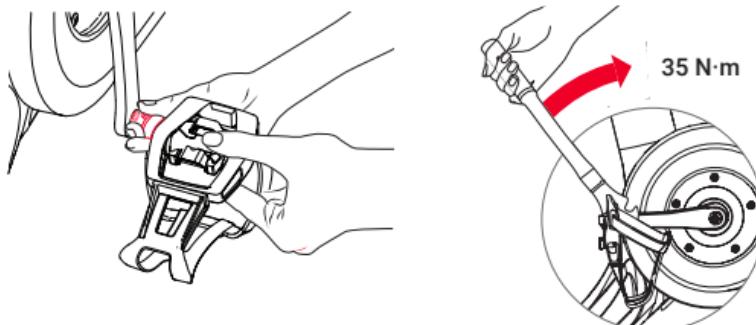
2. Führen Sie den Riemen durch das Pedal. Beginnen Sie auf der Seite ohne Pedalachse, gegenüber dem Ende mit des Pedalhakens. Führen Sie dann den Riemen durch den Pedalhaken, wie auf dem Bild unten gezeigt. Achte darauf, dass die Schnalle nach unten zeigt. Befestigen Sie den Riemen. Achten Sie darauf, dass genügend Platz für einen normalen Trainingsschuh bleibt. Wiederhole den Vorgang mit dem anderen Pedal.



3. Stecke das **rechte** Pedal in einem  $90^\circ$ -Winkel in den rechten Kurbelarm. Halte das Pedal fest und drehe die Spindel mit mindestens vier vollen Umdrehungen im **Uhrzeigersinn**. Mit einem 15 mm Pedalschlüssel festziehen. Es ist wichtig, dass du das Pedal so fest wie möglich anziehst.

**Ziehen Sie dann das Pedal auf 35 Nm an.** Verwenden Sie dazu einen Drehmomentschlüssel mit einem 15-mm-Hahnenfußaufsatz falls Sie die Werkzeuge zur Verfügung haben.

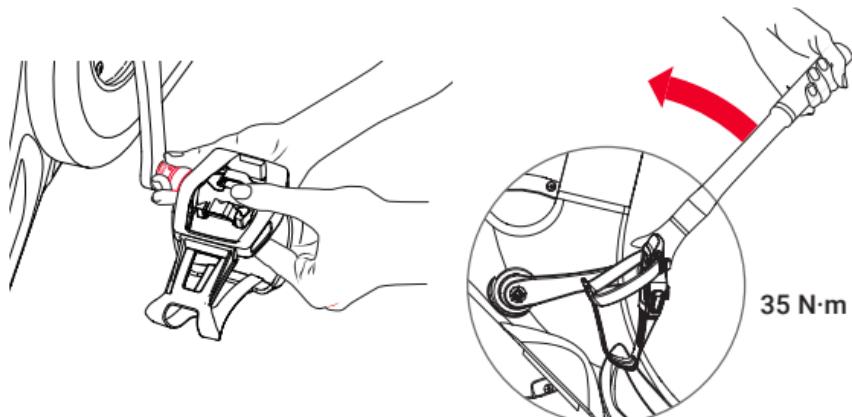
**Hinweis:** Möglicherweise müssen Sie die Pedalachse zunächst in die entgegengesetzte Richtung drehen, bis Sie ein Eingreifen in das Gewinde am Kurbelarm spüren. Sobald die Pedalachse richtig in das Gewinde eingesetzt wurde, schrauben Sie diese langsam von Hand ein.



## DEUTSCH

4. Stecke das **linke** Pedal in einem 90°-Winkel in den linken Kurbelarm. Halte das Pedal fest und drehe die Spindel mit mindestens vier vollen Umdrehungen **gegen den Uhrzeigersinn**. Mit einem 15 mm Pedalschlüssel festziehen. Überprüfe noch einmal, dass du das Pedal so fest wie möglich angezogen hast.

**Hinweis:** Ziehen Sie das Pedal auf **35 Nm** an. Verwenden Sie dazu einen Drehmomentschlüssel mit einem 15-mm-Hahnenfußaufsatz.



Ziehe die Pedale regelmäßig fest. Denk daran, den Schlüssel auf beiden Seiten in Richtung der Vorderseite des Bikes zu drehen, um die Schrauben anzuziehen.

Um einen sicheren Betrieb und optimale Leistung zu gewährleisten, solltest du die Pedale an deinem Peloton Commercial Bike oder Bike+ alle 6 Monate ersetzen.

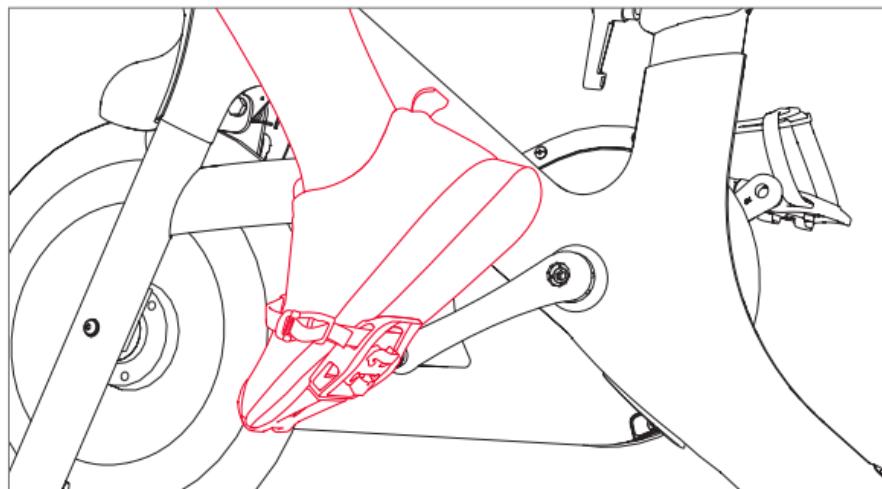
## PEDALE MIT PEDALBÜGELN VERWENDEN

**⚠️ VORSICHT:** Verwende die Pedalbügel niemals ohne den Riemen. Wenn ein Riemen fehlt, entferne das Pedal von der Einheit, bis es ersetzt werden kann.

1. Fädel den Riemen des Pedalhakens nach oben in die Schnalle und durch die andere Seite wieder heraus. Vergewissere dich, dass die Riemens an beiden Pedalhaken durch die Schnallen gefädelt sind und dass in den Bügeln genug Platz ist, damit deine Schuhe leicht hinein passen.

## **DEUTSCH**

2. Stelle dich über das Bike oder Bike+ und stecke einen Fuß in den Pedalhaken.
3. Ziehe am Ende des Riemens, um den Pedalhaken festzuziehen. Der Schuh sollte nicht zu eng und nicht zu locker sitzen, damit du deinen Fuß ohne große Schwierigkeiten entfernen kannst.
4. Drücke das Pedal in die unterste Position. Wenn du auf dem Pedal stehst, solltest du dich auf den Sattel schwingen können.
5. Stecke deinen anderen Fuß in den Pedalhaken und ziehe am Riemen, um den Haken festzuziehen. Der Schuh sollte nicht zu eng und nicht zu locker sitzen, damit du deinen Fuß ohne große Schwierigkeiten entfernen kannst.

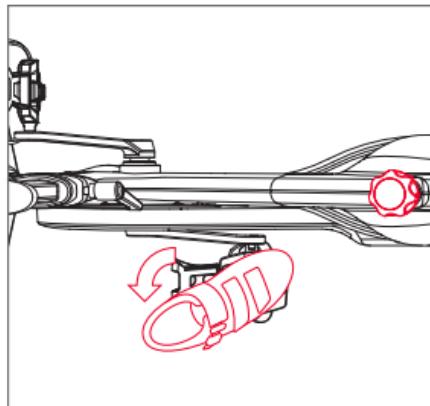
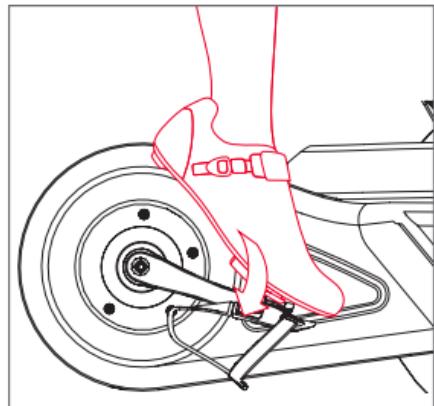


## PEDALE MIT BIKE-SCHUHEN BENUTZEN

Die kommerziellen Bike-Pedale sind mit jeder Art von Cycling-Schuhen kompatibel, die mit SPD-kompatiblen Cleats ausgestattet sind.

**Zum Einklicken**, richtest du die Zehen nach unten, um die Cleat in das Pedal zu schieben. Drücke dann die Ferse nach unten. Achte darauf, dass das Schwungrad arretiert. Auf einem Bike drehst du den Drehknopf für den Widerstand ganz nach rechts. Auf dem Bike+ drückst du den Drehknopf und hältst ihn gedrückt, während du dich einklickst.

**Zum Ausklicken**, streckst du dein Bein. Halte dann den Drehknopf gedrückt und drehe deine Ferse vom Bike weg.



## FRANÇAIS (CA)

Ces pédales sont destinées à être utilisées avec le Peloton Commercial Bike ou Bike+ dans un environnement supervisé.

**⚠ AVERTISSEMENT :** Faites toujours du vélo avec des chaussures appropriées. Faire du vélo pieds nus ou avec des chaussures inappropriées peut causer des blessures graves.

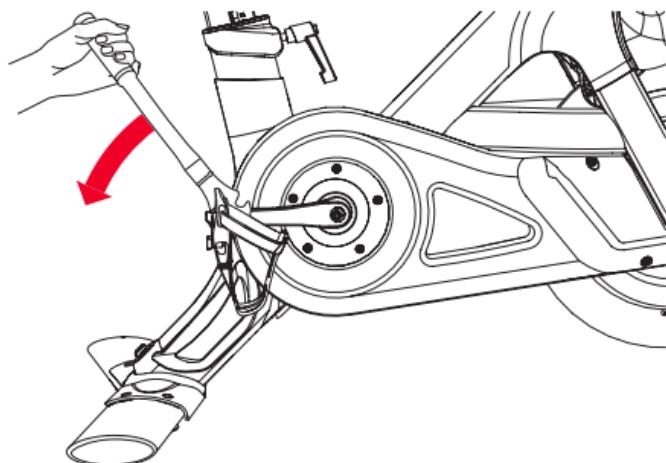
## ENLEVER LES PÉDALES

### 1. Arrêtez le volant d'inertie.

Sur Bike, tournez le bouton de résistance à fond vers la droite pour empêcher les manivelles de bouger. Ne pas trop serrer le bouton de résistance. Un serrage excessif peut endommager le bouton.

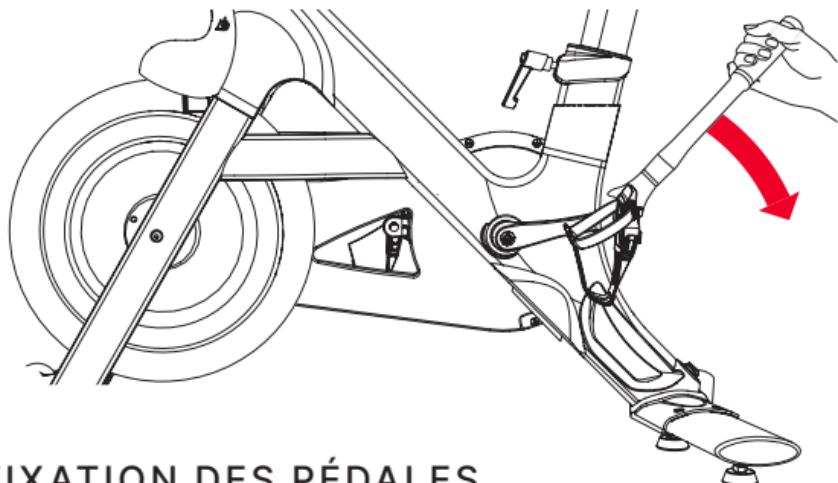
Sur Bike+, appuyez et maintenez enfoncée le bouton de résistance pour empêcher les manivelles de bouger.

### 2. À l'aide d'une clé à pédale de 15 mm, tournez la broche à pédale **droite dans le sens anti-horaire** jusqu'à ce que la pédale s'éteigne.



## FRANÇAIS (CA)

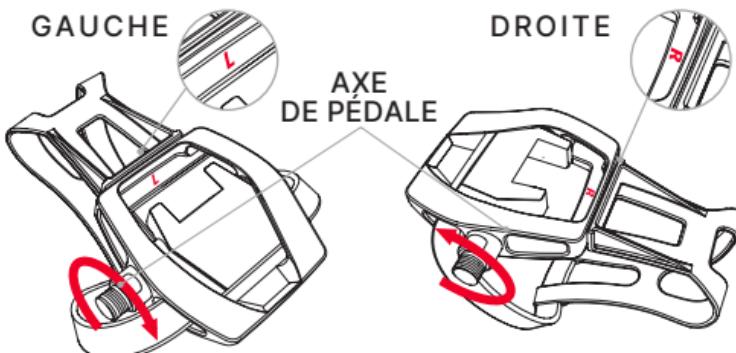
- Faites pivoter la broche de pédale **gauche dans le sens des aiguilles d'une montre** jusqu'à ce que la pédale s'éteigne.



## FIXATION DES PÉDALES

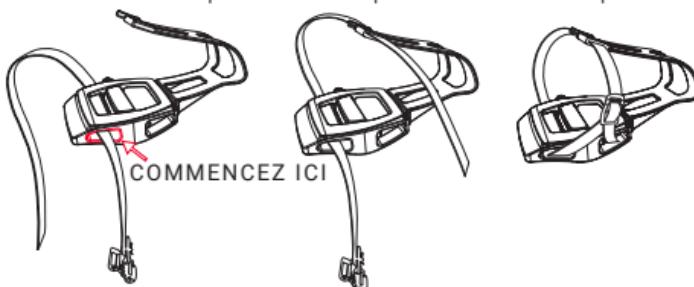
**⚠ ATTENTION :** Identifier les pédales droite et gauche avant l'installation. S'assurer que chaque pédale est correctement filetée avant de la visser. Désaligner les filetages ou tourner une pédale dans la mauvaise direction pourrait endommager la pédale et le vélo.

- Identifiez les pédales gauche et droite à l'aide des marquages L et R près de la vis de tension.



## FRANÇAIS (CA)

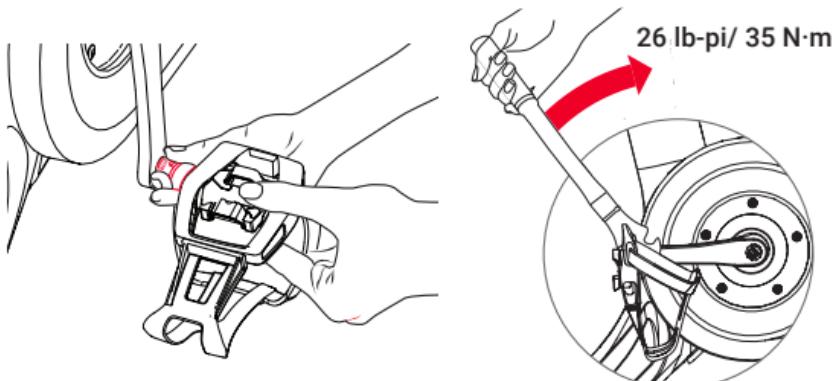
- Ajoutez la sangle de fixation à l'une des pédales, enfilez la sangle à travers les deux orifices inférieures du cale-pied, en commençant par le côté opposé de l'axe. Assurez-vous que la boucle est orientée vers le bas. Passez la sangle de fixation dans les deux orifices supérieures. Répétez avec l'autre pédale.



- Insérez la pédale **droite** dans le bras de manivelle droit à un angle de 90°. Tenez la pédale en place et faites pivoter l'axe au moins quatre rotations complètes **dans le sens horaire**. Serrez en utilisant une clé de pédale de 15 mm. Il est important que la pédale soit aussi serrée que possible.

**Serrez la pédale à 26 lb·pi/35 N·m** à l'aide d'une clé dynamométrique avec un embout Crowfoot de 15 mm si vous avez les outils disponibles.

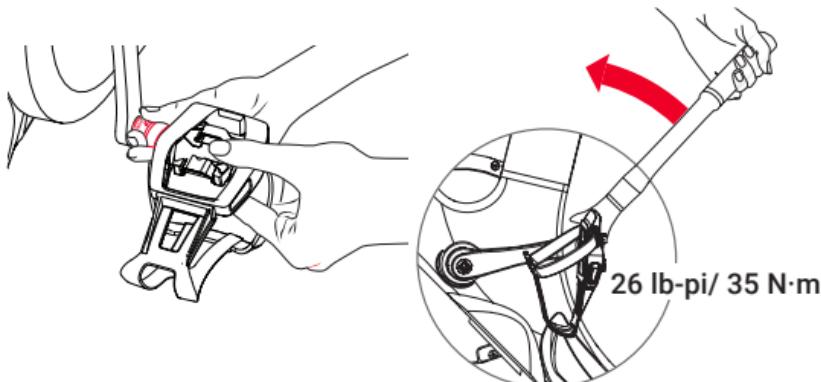
**Remarque :** il se peut que vous deviez d'abord tourner l'axe dans la direction opposée jusqu'à ce que vous sentiez qu'il s'engage dans le bras de la manivelle. Une fois qu'il est engagé, tournez lentement l'axe à la main dans la bonne direction.



## FRANÇAIS (CA)

- Insérez la pédale gauche dans le bras de manivelle gauche à un angle de 90°. Tenez la pédale en place et faites pivoter l'axe d'au moins quatre tours complets dans le **sens anti-horaire**. Serrez à l'aide d'une clé à pédale de 15 mm. Vérifiez que la pédale est aussi serrée que possible.

**Remarque:** Serrez la pédale à **26 lb·pi/35 N·m** à l'aide d'une clé dynamométrique avec un embout Crowfoot de 15 mm.



Serrez les pédales régulièrement. N'oubliez pas de tourner la clé vers l'avant du vélo pour serrer les deux côtés.

Pour assurer un fonctionnement sûr et des performances optimales, remplacez les pédales de votre Peloton Commercial Bike ou Bike+ tous les 6 mois.

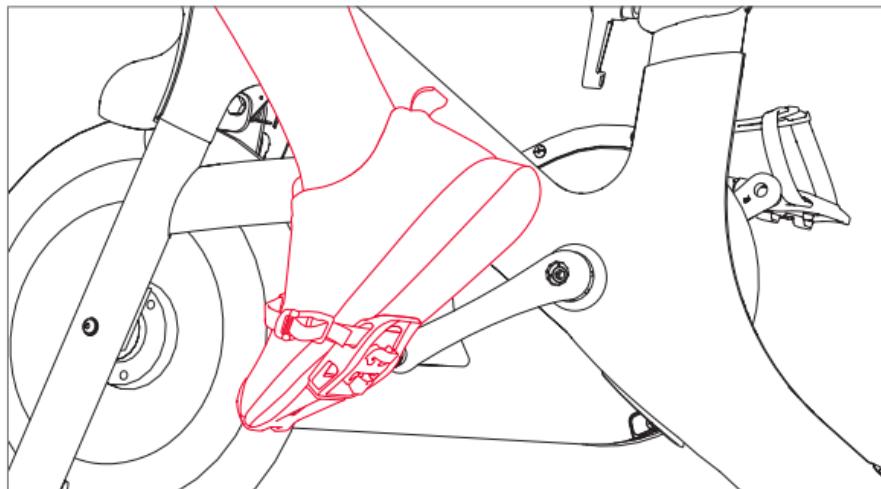
## UTILISATION DE CAGES À ORTEILS

**⚠ ATTENTION :** N'utilisez jamais les cages des orteils sans la sangle. Si une sangle est manquante, retirez la pédale de l'utilisation jusqu'à ce qu'elle puisse être remplacée.

- Enfilez la sangle du cale-pied dans la boucle et sortez-la de l'autre côté. Assurez-vous que les sangles des deux cale-pieds soient filetées à travers les boucles et qu'il y a suffisamment d'espace dans les cales pour que vos chaussures s'y glissent facilement.

## **FRANÇAIS (CA)**

2. Debout au-dessus du Bike ou du Bike+, insérez un pied dans le cale-pieds.
3. Tirez sur le bout de la sangle pour resserrer le cale-pieds.  
Il doit être bien ajusté, mais suffisamment lâche pour que vous puissiez retirer votre pied sans difficulté.
4. Poussez la pédale vers le bas jusqu'à sa position la plus basse. Le fait de vous tenir debout sur la pédale devrait vous permettre de monter en selle.
5. Insérez votre autre pied dans le cale-pieds et tirez sur la sangle pour le resserrer. Il doit être bien ajusté, mais suffisamment lâche pour que vous puissiez retirer votre pied sans difficulté.

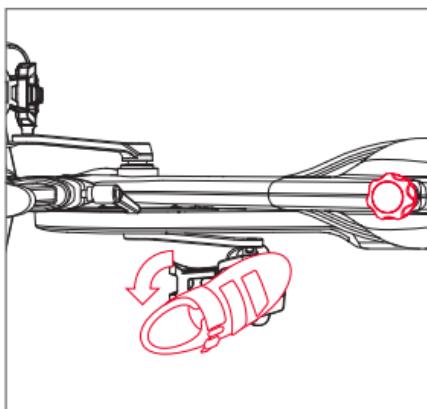
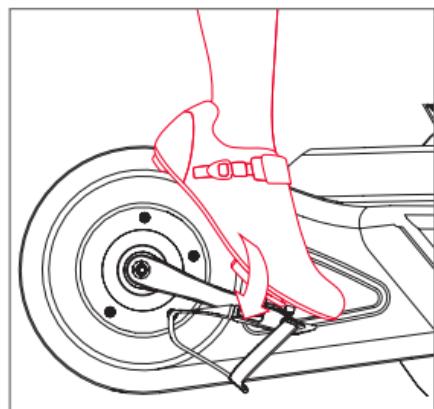


## UTILISATION DE CHAUSSURES DE CYCLISME

Les pédales de vélo Commercial Pedal sont compatibles avec toutes les chaussures de cyclisme équipées de crampons SPD.

**Pour enclencher**, pointez vos orteils vers le bas pour faire entrer la pointe du crampon dans la pédale, puis poussez vers le bas avec le talon. Assurez-vous de verrouiller le volant d'inertie. Sur un Bike, tournez le bouton de résistance à fond vers la droite. Sur un Bike+, appuyez sur le bouton de résistance et maintenez-le enfoncé pendant que vous enclenchez la pédale.

**Pour retirer votre pied**, allongez votre jambe. Ensuite, maintenez le bouton de résistance enfoncé et éloignez votre talon du bike.



**MANUFACTURED FOR /  
GEFERTIGT FÜR / FABRIQUÉ POUR:**

**USA/CANADA**

Peloton Interactive, Inc.  
441 9th Ave, 6th Floor  
New York, NY 10001  
USA

**onepeloton.com**  
**onepeloton.ca**

**UNITED KINGDOM**

Peloton Interactive UK Limited  
1 Langley Street  
London WC2H 9JG  
United Kingdom  
**onepeloton.co.uk**

**DEUTSCHLAND**

Peloton Interactive Deutschland GmbH  
Karl-Liebknecht-Straße 29A  
10178 Berlin  
Deutschland  
**onepeloton.de**

**AUSTRALIA**

Peloton Interactive Australia Pty Ltd  
ACN 644 958 047  
20 Martin Place  
Sydney NSW 2000  
Australia  
**onepeloton.au**