

# • SMOOFA •

----- Das Smoothie-Bike vom ÖIZ -----

## Wichtiges und Nützliches zum Beachten

### • Grundsätzliches •

Das SMOOFA kann beim ÖIZ von jedermann\*frau ausgeliehen werden.

Wir freuen uns über eine Spende (Orientierung: 20 Euro).

Gern schreiben wir auch eine Rechnung.

Zudem erheben wir eine Kaution von 25 Euro, die bei vollständiger Rückgabe des unbeschädigten SMOOFAs selbstverständlich zurückgezahlt werden.

### • Vorsicht •

Das SMOOFA ist ein elektrisches Gerät. Bitte vermeidet Nässe und Stöße.

Für die Nutzung seid ihr verantwortlich. Wir haften für keine Schäden an Dritten.

Wir empfehlen, die Nutzung des SMOOFAs unter die Aufsicht eines Erwachsenen zu stellen.

### • Hinweis •

Der Mixer ist **kein** Hochleistungsgerät! Durch das Treten der Pedale erreicht man maximal eine Leistung von 80 Watt. Es kann also wirklich nur **WEICHES** Obst und Gemüse gemixt werden!

### • Umfang •

- Rollentrainer (Ständer) mit 3 Kabelenden
- Strombox mit 2 Kabelenden
- Häcksler inkl. Becher und Deckel
- Nabenadapter mit Griff
- Standschale fürs Vorderrad
- Tasche zum Transport



### • Voraussetzungen •

Ihr braucht ein Fahrrad, das ihr in den Rollentrainer einspannen könnt.

- 26er oder 28er Rad
- ganz normale glatte Reifen – also kein Spezialprofil
- freistehende Achsschrauben
- ACHTUNG: eine Achse mit Schnellspanner funktioniert nicht!



## • Aufbau •

- (1) Klapp den Rollentrainer auf, sodass er maximal geöffnet ist und stabil steht.
- (2) Fahrrad aufstellen: an den Achsschrauben des Hinterrades wird das Fahrrad in den Rollentrainer gespannt. Dazu die Köpfe der Achsschrauben in die Halterungen stecken, mit den Drehgriffen festziehen und **GANZ WICHTIG**: an beiden Seiten die grünen Ringe jeweils wieder nach innen, Richtung Radachsen schieben.
- (3) Welle/Walze am Ständer mit Hilfe des schwarzen Drehgriffs an das Hinterrad anpassen – das muss schön straff sitzen. Darauf achten, dass die **Schraube** richtig im **Metall-Bolzen** steckt.
- (4) Bauelemente miteinander verbinden: Kabel vom Rollentrainer mit dem Stromkasten verbinden und dort die Kabel vom Häcksler anschließen.  
**Achtung**: bei den Steckern: sorgsam in die jeweiligen Buchsen einführen – auf die Klammern achten.



## • Nutzung •

- Steht das Fahrrad sicher und stabil und ist alles angeschlossen, kann es losgehen:
- Der Häcksler wird mit **weichem!** Obst/Gemüse (z.B. Banane, weiche Nektarine, Papaya, Melone, Tomaten), Kräutern oder Gewürzen nach Belieben befüllt. Oben drauf kann auch noch „härteres“ Obst/Gemüse (Apfel, Gurke,...), aber keine Möhren oder Ähnliches!  
→ bei der Tafel oder beim Foodsharing findet man immer etwas zur Smoothie-Zubereitung
- **Wasser/Milch/Saft** muss **immer** dazu gegeben werden und am besten auch immer wieder etwas nachschütten
- Man/Frau/Kind setzt sich aufs Fahrrad und tritt los – der Häcksler dreht sich.
- Manchmal klemmen die Obststücke die Messer etwas fest. Dann schüttelt man den Häcksler einfach ein bisschen und/oder fügt noch ein bisschen Flüssigkeit zu.
- Solange treten, bis einem sein Getränk smooth genug erscheint.  
Meist reichen schon ein bis zwei Minuten aus

## • Foto •

- macht ein Foto von eurem Smoothie Stand und schickt es uns an: [nagel@infozentrum-dresden.de](mailto:nagel@infozentrum-dresden.de)

## • Rückgabe •

- Bitte Häcksler und Becher gut auswaschen und abtrocknen vor der Rückgabe – andere Nutzer\*innen danken es Euch :-)

**Viel Spaß, smoothen Tritt und guten Appetit!**

