



掌握一切

12款鎖固式握把套測試

圖、文◎編輯部

隨著自行車朝向流行、時尚、個性化發展，近年來握把套在顏色、材質、人體工學和造型等方面，也不斷地推陳出新，除了使整輛車有畫龍點睛的效果，對於騎乘手感與舒適度也有很大的提升。



▶▶不管是牛皮材質的握把，或是閃耀晶亮光芒的Swarovski水鑽的尾塞，都帶給自行車全新風格。



前一陣子曾有新聞報導，PVC材質的自行車握把套具有毒性可能致癌，造成許多車友人心惶惶！經本刊實際走訪幾家生產握把套的台灣廠商了解，PVC過去確實很常見，這種材質有毒性、很硬、不環

保，但成本很便宜。不過現今以出口歐美為主的台灣廠商，早就不用PVC了，而台灣製產品在出口時，也會受到歐美國家嚴格檢驗，且台灣經濟部標準檢驗局也在2009年8月參考歐盟相關標準，修訂CNS 6921〔自行車用橡膠握套〕國家標準，針對具有致癌性之多環芳香烴的（PAHs）含量值予以規定，以保障消費者健康安全。

一般更換握把套最常見的原因就是橡膠老化，也就是用久了以後出現分解、風化或是沾黏的情形，可能會造成握起來的手感不佳，也會弄髒手套和雙手。目前台灣製造的握把套，以TPR材質為最多，耐用年限應在1-2年以上，所以若是超過年限出現老化現象是正常的；如果使用沒多久卻老化，可能就是品質比較不好。

實際檢視市面上的產品發現，一來是消費者不易分辨材質，二來包裝上也沒有詳細註明材質與耐候年限等，所以從外觀不太容易看出端倪，但消費者還是有幾個方法可以分辨產品的好壞：

1. 聞一聞味道，劣質產品的味道刺鼻難聞，或有異味都是不好的。
2. 表面射出是否平整，尤其注意接縫處如

果粗糙就比較不好。

3. 用白色的布磨擦一下握把套，若是會掉色、掉粉末等都不好。
4. 選擇信譽可靠的牌。



▲破舊老化的握把套容易弄髒雙手。

不同材質特性殊異

握把套的材質一般以 TPR 最常見，它有傳統橡膠的特性，方便塑形，材質稍軟，握起來舒適，且可回收比較環保，應用範圍很廣，許多運動器材都有使用，耐溫僅約在 -40 度至 80 度間是其缺點，因此必須避免長時間日晒。

除了最常見的 TPR 材質之外，為了加強耐候度和手感，現在市面上的握把套產品，都朝向更能耐高溫的方向開發新的橡膠材質，像是 MORTOP 改採 TPOR 環保無污染複合材質，止滑度佳，可耐高溫不易產生黏性；且透明質感特殊，顏色、圖樣都可以有更多選擇。Chillion 用發泡橡膠材質，能達到輕量和耐候的特性，即便日晒或遇汗水也不易變質，且材質較軟，吸震效果佳。

或是像 Propalm 嘗試全新的材質如竹子、木頭等，更加環保，且質感特殊；也有像 Propalm 和 MHL 在原本的 TPR 上覆蓋一層其他材質，像是牛皮、PU、布料等。其中將網球拍 PU 帶的概念用到握把



▲握把套材質、造型、花色越來越多變，應實際試握挑選適合自己的產品。

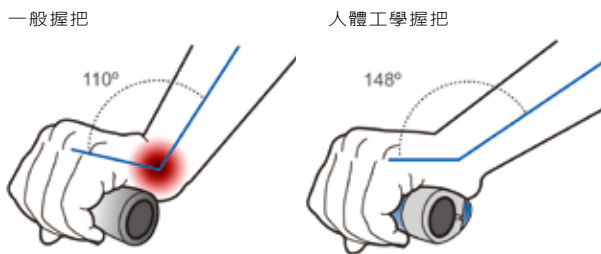
套上，強調舒適防震且吸汗，即使不戴手套也好握，且造型多變化，更加美觀；而在 TPR 材質上包覆牛皮，則是能增加其質感與手感，且牛皮能吸汗，耐用年限超長，正常使用可達一、二十年。

人體工學握把套改善手腕不適

近來提到人體工學握把套，總會聽到「人間肉球」，到底什麼是人間肉球？據說「人間肉球」的名稱是源自於日本語，肉球就是貓咪腳上的肉墊，如果人的手上也有跟貓咪一樣的肉墊，騎車自然就不會麻了，是不是一個很有趣的比喻呢？最早這個名稱是被車友用在 Ergon 的握把套產品上，不過後來就被泛指具備有「翼型支撐結構」的人體工學握把套。

為什麼平把車在長時間騎乘後，騎士很容易出現手腕痠麻的狀況？根據 Ergon 方面表示，騎乘自行車時，手腕應呈 140~160° 的大角度，才可以讓手掌保持最舒適的狀態；而傳統圓柱型握把套，會讓手腕呈現約 110° 的角度，無法提供手掌完整的支撐，此時身體重量會轉由手腕負擔，久而久之將對身體造成極大的傷害。所以德國 Ergon 人體工學研究小組提

人體工學把手示意圖



(Photos: Exustar)

出專利翼型支撐結構來克服騎乘時對手腕的傷害，並在握把套內部採取專利的蜂巢式鋼骨結構設計，經實驗證實可以充分提供騎車時所需的支撐性，能讓手部呈現最舒適的 148° 角，提供更佳的舒適性與操控感，自然減少騎行中手腕的痠麻與不適。



▲人體工學把手在安裝時，可以先平行再向上轉15度，再依自己的喜好做微調。

鎖固式握把套拆裝更方便

傳統的握把套沒有螺絲，多是直接套上，不只套上不容易，取下也很困難；且用久了老化之後，就很容易鬆動。所以現在新的握把套幾乎都改為以螺絲鎖固，拆裝會方便許多，騎乘中也不易鬆動。

想要安裝新的握把套，首先當然得先把舊的取下，不過如果是在車店，可以用空氣壓縮機（氣槍）對著握把套灌氣，很輕鬆就可以卸除；如果是在家裡，建議先用螺絲起子插進握把套再灌入洗碗精，即



▲用空氣壓縮機對著握把套灌氣就能輕鬆地將握把套取下。



▲裝上新的握把套時同樣一邊灌氣一邊向內轉。

可使握把套鬆動；如果握把套已經打算淘汰，則建議直接用美工刀割開會更快，不過要小心別割傷把手。不建議灌注黃油，後續清潔會比較麻煩。

選購與安裝時的注意事項

由於車把手的管徑是固定的，所以握把套的內管徑也都是是一致的；不過外徑就不一定了，尤其現在有些人體工學的握把套產品，還會貼心的區分不同尺寸，讓男、女車友能依自己的手掌大小挑選適合的握把套。

握把套長度則多以 130mm 為主，不過可能還是會有些許差異，所以購買及安裝前最好先量一下長度；另外有些登山車把手為彎把且兩端較短，或者是採用轉把式變速把手，則可能會用到較短的握把套如 95mm。

要讓握把套穩固的鎖在車把手上，只需要約 4 牛頓的力道，所以在鎖螺絲時，如果沒有扭力扳手，不必太用力鎖，只要實際使用時不會轉動即可。有些產品的尾塞容易掉，所以應注意尾塞是跟著螺絲一起鎖上的，或僅是套上去。如果是人體工學把手，則必須注意安裝的角度，其「翼型支撐結構」應先調為水平向上 15 度，再依個人的喜好做微調。

實測上路

針對握把套的設計良窳，德國 MB 雜誌也實際評測了 12 款界於 13-26 歐元的市售產品，其中 4 款是強調人體工學的設計，亦即其握持面能貼合人的手部形狀，這可避免產生發麻或發癢的感覺，這些都是長途行程時經常會出現的不悅情況，受測的所有握把套都由測試車手安裝後進行長達 24 小時的耐久騎乘測試。

儘管所有的握把套其實都是大同小異，但在選購握把套時仍有其注意事項，例如

其尺寸只要兩公厘的厚度差異就可產生截然不同的握感。較小尺寸的產品較建議手掌小者或經常騎行需高度技術之野地，且須緊握握把套者選用。而符合人體工學的握把套則特別適合長途行程選用，此點在長距離測試之後已獲得證實，不過握把套的造型則屬個人喜好的問題，但所有試車手都不喜歡表面有粗糙橡膠顆粒的握把套。

如果夾環拉得太緊可能壓傷鋁質把手，但還不至於造成把手斷裂，而在處理容易斷裂的碳纖維把手時可就要多加小心了，除了 Spank 表明其產品為不適用於碳纖維把手安裝的鎖固式握把套外，受測的其他廠商都聲稱其握把套適用於碳纖維把手，不過在旋上螺絲前，須先弄清楚其鎖緊的扭力值極限，如 Syntace、Ergon 和 Canyon 等廠商皆將建議扭力值標示於夾環或螺絲上。

結論：人體工學造型把握適用於長途行程，因可降低手部麻痺與疼痛，自由騎的車迷則較適合選用平直的握把套，便於操控。🌀

品牌名	BONTRAGER	CANYON	ODI	PRO
				
品名	Big Earl Lock-On	Bracelets	Yeti	XC-R Bart Brentjens
價格/重量	19.99 歐元/148 公克	16.90 歐元/114.5 公克	22.95 歐元/112.5 公克	12.95 歐元/88.5 公克
特點	不太適合手掌太小的車迷	在拇指根肉部位有特製緩衝設計	也有不附夾片的版本 (17.95 歐元)	此次測試品中最輕且最低價的產品
尺寸*	131 公厘/32 公厘	137 公厘/29-31 公厘	131 公厘/32 公厘	129 公厘/28.5-31 公厘
適用碳纖維把手? / 扭力值	是 / 安裝於 Bontrager 的把手，扭力值為 4.5 牛頓米	是 / 夾片上標明扭力值為 0.5 牛頓米	是 / 扭力值 4-5 牛頓米	是 / 扭力值 4-5 牛頓米
重量**	★★★★☆	★★★★★	★★★★★	★★★★★
組裝**	★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
握感**	★★★★★	★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
結論	軟硬適中且美觀的 Big Earl 握把套特別適合大手掌的車友，其安裝簡易。	Canyon 的首款夾片式握把套，穩固的握感和較輕的重量是優點。	握把套上布滿了橡膠突起，部分試車手不愛其握感，但在防滑功能上確實有加分效果。	此款來自 Brentjen 系列的握把套著重點在輕量，其分層式造型，內厚外薄，需要一些時間適應。
測試成績	極佳	極佳	佳	佳

■ 一般握把套 ■ 人體工學造型握把套

*尺寸：寬度/厚度 **評等項目與其比重：含尾塞重量 25%、組裝 10%、握感 65%

品牌名	SCOTT 	SPANK	SYNCROS	SYNTACE
品名	Lock-On Pro	Lock-On Grips	4-Bolt-Locking	Screw-On Gripz Moto
價格/重量	15歐元/121.5公克	19.90歐元/110公克	15歐元/124.5公克	19.80歐元/112.5公克
特點	搭配緩震功能的尾塞設計	固定式尾塞	固定式尾塞	可依變把需求縮減長度
尺寸*	135公厘/31.5公厘	130.5公厘/29.5公厘	132公厘/31公厘	135公厘/29-32公厘
適用碳纖把手? / 扭力值	是 / 扭力值2牛頓米	否 / 廠商未提供數據	是 / 廠商未提供扭力值數據	是 / 3牛頓米的扭力值標明於夾束螺絲上
重量**	★★★★☆	★★★★★	★★★★☆	★★★★★
組裝**	★★★★☆	★★★★☆	★★☆☆☆	★★★★★
握感**	★★★★★	★★★★☆	★★★★★	★★★★☆
結論	Scott此款Lock-on Pro握把套採用軟質但非海棉式的橡膠，握感超佳。美中不足：組裝須以螺絲鎖固。	此款Spank細長握把套特別適合技術型車迷或手掌較小者，其握感舒適且穩固。	細緻突起的表面與舒適的厚度，手感絕佳，但需以4顆外附螺絲安裝，略嫌不便。	既輕且細的握把套，其5角內凹螺絲設計甚佳，加粗的尾端可防止手部滑脫。
測試成績	極佳	極佳	極佳	極佳

■一般握把套 ■人體工學造型握把套

*尺寸：寬度/厚度 **評等項目與其比重：含尾塞重量25%、組裝10%、握感65%

品牌名	BELLACoola	ERGON 	ROSE	SPECIALIZED
品名	Ergonomic	GX 1	Xtreme R-GOtec Comfort	BG Comfort Lock Grip
價格/重量	19.90歐元/175.5公克	35.95歐元/136.5公克	13.50歐元/191公克	15.90歐元/181.5公克
特點	2009年起供售不同夾環顏色的產品	對一款人體工學造型產品而言，重量甚輕，但較貴	此次測試品中最重的握把套	有女性專用版本，有內建螺絲
尺寸*	128公厘/30-33公厘	131.5公厘/29-32公厘	136公厘/30-33公厘	134公厘/31-33公厘
適用碳纖把手? / 扭力值	是 / 6-8牛頓米	是 / 5牛頓米的扭力值標明於夾片螺絲上	是 / 採用鋁質把手尾塞。扭力值4/6牛頓米	是 / 扭力值3.5牛頓米
重量**	★★★☆☆	★★★★☆	★★★☆☆	★★★☆☆
組裝**	★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆	★★★★☆
握感**	★★★★☆	★★★★★	★★★★☆	★★★★★
結論	部分試車手認為此款人體工學造型握把套的邊緣太突出，但安裝簡易，只是尾塞較難固定。	前一代人體工學造型Pro-Racing握把套的改良款，握感絕佳，四角內凹螺絲使安裝甚為簡易。	能提供手部舒適的握面。美中不足：由橡膠部位到外夾片間的差異感明顯。	長程車迷的上選：粗獷的人體工學造型握把套，舒適性佳且握持穩固性也很好。
測試成績	尚可	極佳	佳	極佳

■一般握把套 ■人體工學造型握把套

*尺寸：寬度/厚度 **評等項目與其比重：含尾塞重量25%、組裝10%、握感65%