



Sådan vedligeholder jeg mine cykler – især i vinterperioden...

Generelt rengør / polerer jeg cyklen, efter hver tur eller efter behov.

Tidsforbrug: ½ - 1½ time

Den store rengøring - fremgangsmåde:

Kæden demonteres og sammen med powerlink lægges den i lampeolie / petroleum.

Rengøres derefter med en blød børste, hvorefter kæden hænges op og blæses tørt med trykluft.

Dernæst sprayeres kæden med den tynde olie på spraydåsen.

Alt andet der er oliesnavset sprayeres med lampeolie / petroleum og blæses med trykluft.

Det gælder kassette, bagskifter, forskifter og kranksæt.

Lampeolie skader ikke, og kan sprayeres overalt på cyklen.

Almindelig snavs, så som grus, sand, blade osv. blæses af / væk med trykluft.

Husk at få blæst bremserne / bremseklodserne godt igennem.

Bremsefladen på hjulene kan med fordel tørres af med en microfiberklud og lidt rensebenzin.

Hele cyklen dvs. hjul, eger, nav, bagskifter, forskifter, kranksæt, stel, forgaffel, bremsere, bremseklodser m.m. tørres nu varsomt af med en eller flere microfiberklude.

Herefter sprayeres hele cyklen med Polish, og alt tørres af med en microfiberklud, og tørres evt. efter med endnu en microfiberklud.

Polish skader ikke og kan bruges overalt på cyklen.

Alle kabler ved kabelstop/åbning, sprayeres med tynd olie, og det samme gælder bagskifterens- og forskifterens bevægelige dele, bremsernes bevægelige dele samt evt. de bevægelige dele i bremse/skiftetegn.

Herefter monteres kæde, som derefter smøres med én dråbe pr. led og køres igennem alle gear.

Evt. justering gear og bremsere foretages.

Dækkene rengøres (tørres af med en microfiberklud) og checkes for fremmedlegemer som fjernes.

Herefter pumpes dækkene op – i mit tilfælde 8 BAR, og det uanset om jeg har 23 eller 25 dæk på.

Cyklen er klar til næste tur !

Bemærk, jeg bruger aldrig vand og sæbe til rengøring af cyklerne.

HN



HN



HN



TH



CG



HN



HN = Harald Nyborg

TH = T. Hansen

CG = Cykelgear.dk