

# VÅRFIXA RA

Efter en vinter i förrådet är det dags att ta fram racercykeln igen. **ENKLA MEDEL OCH EN TIMMES JOBB** räcker för att göra cykeln redo för vårens första åkturer. Och det gäller även om du inte är tekniskt lagd.



## SADEL

Titta efter om det finns sprickor i sadeln eller i ramen under sadeln.

## BROMSKLOTSAR

Titta efter tecken på slitage. Är räfflorna nedslitna bör klotsarna bytas.

## DREV

Kontrollera tänderna på framdreven. Är de mycket spetsiga eller pekar de bakåt är drevet slitet och behöver bytas. Byter du kedja efter ca 200 mil så håller drevet ofta 800–1 000 mil.

## KASSETT

Tvätta och rengör mellan kugghjulen med en trasa eller specialborste, ev. en gammal tandborste. Byter man kedjan ofta kan kassetten hålla 500–600 mil. Annars bör den bytas samtidigt som kedjan.

## KEDJA

Kontrollera om kedjan är utsliten: lägg i den tyngsta växeln. Sträck ut kedjan vid framdrevet. Kan du lyfta upp kedjan från fler än tre tänder, bör den bytas. En kedja brukar hålla 200 mil.

## VEVPARTI

Känn efter om något glappar och se till att pedalerna glider runt jämnt. Om vevpartiet är slitet bör det bytas. Oftast räcker det med att byta lagren.

Checklista  
för cykelservice  
på nästa sida

# CERCYKELN

## VAJRAR (VÄXLAR/BROMSAR)

Moderna vajrar är teflonbelagda och går inte att smörja. Byt dem när du tar fram cykeln på våren (de bör bytas efter 400–500 mil). Hela paketet bör bytas, inte bara den innersta vajern.

## STYRBAND

Om du byter till nya styrband blir det bekvämare att hålla i styret. Börja linda vid änden och fortsätt uppåt.

## DÄCK

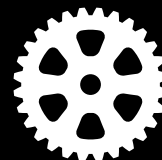
Kontrollera om det finns hål eller sprickor i däcken. Ta bort ev. stenar som fastnat i däckets. Om det finns flera sprickor i däcken så bör de bytas. Ett däck håller oftast 200–400 mil.

## HJUL/FÄLGAR

Kontrollera om fälgen har bucklor eller sprickor. En fälg håller oftast 800–1 200 mil innan bromsytan är utsliten. Kontrollera att ekrarna är spända – och snurra på hjulen för att se om de rullar lika.

## SLANGAR

Sävida det inte pyser ut luft när däcken är pumpade så behöver du inte byta slangar.



## RENGÖR, TORKA, SMÖRJ OCH SPÄNN

- **RENGÖR** cykeln noga med ljummet vatten, diskmedel och en mjuk borste. Skölj av med rent vatten och torka. Använd inte högtryckstvätt. Rengör kedja och ev. också drev och kassett. Använd lampolja eller avfettningsmedel, skölj av och torka.
- **SMÖRJ** kedjan med en speciell kedjeolja. Droppa även ett par droppar olja på växelväjare och bromsar. Om du byter bultar, pedaler eller sadelpinne, så kom ihåg att smörja in dem med fett. Använd aldrig ångtvätt för rengöring! Det höga trycket skadar de optimalt tätade lagren.
- **DRA ÅT** alla bultar och pumpa däcken.



# CHECKLISTA: DAG, VECKA, MÅNAD

Du får en bättre åkupplevelse och sparar en hel del pengar om du servar din cykel regelbundet. **DETTA BÖR DU KONTROLLERA:**

	EFTER VARJE RUNDA	EFTER VAR 10:E RUNDA	VARJE HALVÅR
<b>DÄCK</b>	Leta efter små stenar som har fastnat i däcken. Peta bort stenarna försiktigt. Pumpa däcken. 7–8 bar är lagom.	Titta efter sprickor och större hål.	Byt bakdäck och ev. framdäck. Ett framdäck håller ofta dubbelt så länge som ett bakdäck.
<b>HJUL</b>	Torka bort smuts och grus från fälgarna.	Känn efter om något glappar och se till ekrarna är spända och hela.	Spänn ekrarna och kontrollera samt smörj ev. hjullagren.
<b>BROMSAR</b>	Se efter så att det inte fastnat små stenar eller grus på bromsklotsarna	Kontrollera så att klotsarna inte är nedslitna.	Byt vajrar och kontrollera att bromsfjädrarna inte är utslitna.
<b>KEDJA</b>	Skölj av smuts och grus från kedjan och smörj in den. Torka bort all överflödiga olja med en trasa.	Mät kedjan och kontrollera så att den inte är sliten.	Ofta dags att byta kedja.
<b>NAV</b>	Tvätta och torka.	Kontrollera glapp och slitage.	Kontrollera lagren och smörj dem om det går (oftast gäller detta bara för keramiska lager).
<b>RAM</b>	Torka av hela cykeln med en trasa. tvätta den om den är smutsig.	Tvätta, torka och smörj alla rörliga delar.	Leta efter bucklor och sprickor.
<b>KASSETT OCH KUGGHJUL</b>	Tvätta och torka. Det finns ingen anledning att smörja kugghjul och kasset. Oljan från kedjan räcker.	Kontrollera slitage, dra åt kugghjulsbultar, rengör kugghjul, kasset och de små kugghjulen på växelarmen bak samt justera växlarna om det behövs.	Kontrollera slitage. Titta på tänderna på kugghjulen. Är de böjda är det dags att byta. Byt helst kugghjulen och kassetten samtidigt.
<b>VAJRAR</b>	Du behöver inte göra speciellt mycket. Ta bort ev. smuts och skräp.	Kontrollera slitage. Är vajrarna tröga eller slitna?	Ofta dags att byta vajrar.
<b>STYRSTAM</b>	Lyssna efter missljud och känn efter om det går trögt när du kör.	Kontrollera slitage och smuts. Lyft upp framhjulet och vrid på styret. Om det blir ett skorrande ljud är lagren slitna.	Kontrollera slitage, smörj lagren och byt hela styrstammen om det är nödvändigt.

## PRYLAR TILL VÄXLARNA

Det behövs inte mycket utrustning för att hålla cykeln i trim. **PRYLARNA HÄR NEDAN ÄR DOCK SVÅRA ATT UNDVARA** när cykeln ska underhållas till vardags.

- En bred arsenal av trasor och mjuka och hårda borstar i flera storlekar är oundvikliga när cykeln ska tvättas.
- Insexnycklar, en bra skiftnyckel och små och stora skruvmejslar är basverktyg som inte kan undvaras.
- En bra kedjeolja, en tunnare olja till andra delar och fett till bultarna behöver man också.
- Specialverktyg som kedjebrytare, kransavdragare och däckavtagare är nödvändiga för att man ska kunna byta kedja, kasset och däck mm.