

Les Couples de serrage

Respectez le plus possible les couples de serrage (souvent indiqués sur la pièce en question) particulièrement pour les parties en carbone (cintre, tige de selle, rails de selle).

Voici quelques exemples de couples de serrage :

Potence (au pivot de fourche)	: 4 à 5 Nm
Potence (capot frontal)	: 4 à 6 Nm
Serrage de collier de selle	: 4 à 6 Nm
Pédalier (FSA, SRAM, Rotor)	: 40 à 50 Nm
Vis cheminées	: 5 à 6 Nm (pour les vis alu)
Dérailleurs avant et arrière	: 4 à 5 Nm