

# DÄMPFER EINSTELLEN

DIE EINSTELLUNG DES DÄMPFERS FOLGT DEN GLEICHEN PRINZIPIEN WIE DAS GABEL-TUNING. WIR ZEIGEN IHNEN TRICKS UND KNIFFE, DIE SIE TROTZDEM BEACHTEN MÜSSEN.



## 1. DÄMPFER NULLEN

Um den Dämpfer einzustellen, sowie den maximalen Federweg ermitteln zu können, müssen Sie den Dämpfer „nullen“. Lassen Sie dazu die Luft ab (Ventil mit Lappen umwickeln: schützt vor spritzendem Öl) und drehen Sie alle Einstellungen auf minimale Wirkung (Zugstufe, Druckstufe, Plattform).



## 2. MAX. FEDERWEG MESSEN

Drücken Sie den Hinterbau komplett zusammen. Messen Sie den Abstand von hinterer Pedalachse zur Satteloberkante. Notieren Sie diesen Wert. Er dient später zur Ermittlung des richtigen Negativ-Federwegs (Sag).



## 3. DÄMPFER BEFÜLLEN

Befüllen Sie den Dämpfer jetzt so weit mit Luft, bis er maximal ausfedert.

10



## 4. ABSTAND MESSEN

Messen Sie erneut den Abstand zwischen hinterer Pedalachse und Satteloberkante. Notieren Sie auch diesen Wert. Ziehen Sie jetzt den in Schritt 2 ermittelten Wert von dem gerade gemessenen ab. Sie erhalten dann den maximalen Federweg Ihres Fullys.



## 5. SAG ERMITTELN

Pumpen Sie den Dämpfer auf. Setzen Sie sich vorsichtig auf Ihr Bike, wie es Ihrer normalen Sitzhaltung entspricht. Messen Sie den Abstand von Pedalachse zu Satteloberkante (Hilfe erforderlich). Ziehen Sie den gerade ermittelten Wert von dem aus Schritt 4 ab. Um diesen Betrag federt Ihr Bike ein. Dieser Wert (Negativ-Federweg) sollte ca. 25 Prozent des Maximal-Federweges betragen (Marathon 20, Enduro 30-35). Informieren Sie sich über die Eigenheiten Ihres Hinterbaus. Evtl. braucht er mehr oder weniger Sag als hier angegeben (Handbuch).

**VERLASSEN SIE SICH NICHT AUF DIE FEDERWEGSANGABEN DER HERSTELLER. MESSEN SIE LIEBER SELBST NACH.**



2



3

Kolbenstange



4



5

## SCHRITT 2-6 ALTERNATIV

Diese Methode, den Sag (Negativ-Federweg) einzustellen, funktioniert schneller, ist aber auch ungenauer. Erst lassen Sie wieder die Luft aus dem Dämpfer und drehen alle Einstellungen auf minimale Wirkung (Zugstufe, Druckstufe, Plattform). **2.** Falls kein O-Ring (Gummiring) auf der Kolbenstange sitzt, Kabelbinder montieren. Hinterbau maximal zusammenpressen. **3.** Dämpfer so weit aufpumpen, dass der Dämpfer komplett ausfedert **4.** Messen Sie den Dämpferhub. Gemessen wird von der Dichtung der Luftkammer bis zur Oberkante des O-Rings/ Kabelbinders. Schieben Sie diesen dann nach oben **5.** Pumpen Sie den Dämpfer auf. Setzen Sie sich in den Sattel, wie es Ihrer normalen



6

Fahrhaltung entspricht. Vorsicht, der Hinterbau darf nicht weiter einfedern **6.** Messen Sie jetzt, wie weit der Dämpfer eingefedert war. Der Wert sollte bei ca. 25 Prozent des maximalen Hubs liegen (XC 20 %, Enduro 30-35 %).

11



## 6. ZUGSTUFE EINSTELLEN

Stellen Sie jetzt die Zugstufe ein. An den meisten Dämpfern ist der Zugstufenknopf rot. Ausnahme: Manitou. Hier ist er blau eingefärbt.



## 7. ZUGSTUFE CHECKEN

Drücken Sie den Hinterbau so weit wie möglich zusammen. Lassen Sie anschließend das Heck abrupt ausfedern. Das Bike sollte ruhig und kontrolliert ausfedern. Im Gelände heißt das: nicht mehr als 1,5 Mal nachschwingen. Das können Sie prima testen, wenn Sie einen Bordstein hinunterfahren.



## 8. PLATTFORM EINSTELLEN

Justieren Sie jetzt die Plattform. Wie bei der Gabel gilt: Wie viel Plattform Sie bevorzugen, ist Geschmackssache. Aber: je mehr Plattform (Wippunterdrückung), desto schlechter das Ansprungsverhalten (Dämpfer wird unsensibler).