

# MANUEL D'ENTRETIEN DE LA FOURCHE VTT

**REBOND TYPE I**

**Tel:** +44 (0) 1784 557 300  
**Web:** [www.frogbikes.fr](http://www.frogbikes.fr)  
**Email:** [info@frogbikes.com](mailto:info@frogbikes.com)

January 2024





# REBOND TYPE I



Veillez à ce que les fourches soient nettoyées après chaque sortie. Nous recommandons de les faire réviser, lubrifier et régler par votre magasin de vélo local après 100 heures de conduite ou 6 mois (selon la première éventualité). N'appliquez pas la pression d'un jet d'eau directement sur les joints racleurs ou les roulements.

Ce manuel concerne la fourche à rebond de type I, comme l'illustrent les photos à gauche et ci-dessous.

Si vous réparez une autre fourche Frog Bikes MTB, veuillez consulter le manuel d'entretien de la fourche pour le rebond de type II.



# DÉSAMBLAGE



1. Mettre la fourche en position de blocage et la retirer du cadre.



2. Retirer le capuchon anti-poussière de la valve d'air bleu.



3. Dépressuriser la fourche à l'aide de la vanne d'air.



4. Frog 69/72 MTB uniquement. Retirez le bouton de contrôle du rebond à l'aide d'une clé Allen de 1,5 mm.  
**Remarque :** sous la vis sans tête se trouvent un petit roulement et un ressort. Veillez à ne pas perdre ces pièces.



5. Retirer le levier rouge de réglage du verrouillage.  
**Remarque :** le levier doit être en position de verrouillage.



6. Retirer le collier de serrage.



7. Soulever la tige de contrôle du verrouillage.



8. Retirer les 3 roulements à billes et les ressorts à l'aide d'un aimant.



9. Desserrer les boulons inférieurs des fourreaux. 6mm/5mm.  
**Remarque :** Comprimer les fourches et effectuer une première torsion brusque pour rompre le joint du filetage.



10. Séparer les plongeurs intérieurs et fourreaux extérieurs en les faisant coulisser.



11. Dévisser le capuchon supérieur de verrouillage en alliage à l'aide d'une douille de 22 mm.



12. Retirer la cartouche d'huile des plongeurs en la faisant glisser.



13. En tenant fermement la cartouche d'huile, défaire le boulon supérieur situé à l'intérieur du chapeau en alliage.



14. Retirer le tampon supérieur en caoutchouc de la tige d'air intérieure.



15. Faire glisser la tige d'air intérieure vers le haut et utiliser une douille de 24 mm pour défaire et retirer le capuchon d'air inférieur en alliage. Retirer ensuite le piston de la valve d'air.



16. Dévisser le capuchon supérieur de la soupape d'air en alliage à l'aide d'une douille de 24 mm.



17. Retirer le joint racleur des fourreaux.  
**Remarque : utiliser un grand démonte-pneu pour extraire le joint. De nouveaux joints racleurs doivent être utilisés**

18. Dégraisser/nettoyer toutes les pièces, vérifier qu'elles ne soient pas endommagées ou usées et les disposer dans l'ordre de réassemblage.

# RE-ASSEMBLAGE



1. Fixer le capuchon supérieur de verrouillage en alliage à la cartouche d'huile à l'aide du boulon d'assemblage de verrouillage.

**Remarque : ce boulon doit être bloqué par filetage à l'aide de Loctite 242 ou d'un produit similaire.**



5. Remettre le cercle en place, en le positionnant correctement dans l'encoche.



2. Ajoutez une petite quantité de graisse dans chacun des trois trous du boulon de l'assemblage de verrouillage.



6. Graisser légèrement le filetage du capuchon supérieur du dispositif de verrouillage et la surface extérieure de la cartouche d'huile.



3. Replacer avec précaution les ressorts et les roulements à billes.



7. Replacer la cartouche dans le côté verrouillage des plongeurs.



4. Déplacer la tige de contrôle du verrouillage.

**Remarque : veillez à ne pas déloger les roulements à billes.**



8. Serrer à l'aide d'une douille de 22 mm. 18Nm



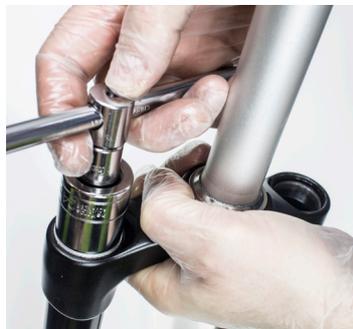
9. Graisser l'assemblage du piston de la soupape d'air.



14. Ajouter environ 6ml d'huile de fourche 5W dans le plongeur côté Air.



10. Replacer dans le plongeur par le bas.



15. Remonter le capuchon supérieur en alliage de la soupape d'air à l'aide d'une douille de 24 mm. 18Nm



11. Graisser le filetage du capuchon d'air en alliage inférieur.



16. Tremper chaque anneau en mousse NEUF dans de l'huile de boîte de vitesses 80W jusqu'à saturation.



12. Resserrer les plongeurs. 18Nm



17. Glisser les NOUVEAUX joints racleurs et les anneaux en mousse imbibés sur les plongeurs et les graisser légèrement.



13. Retirer la tige d'air intérieure et mettre en place le tampon supérieur en caoutchouc.



18. Appliquer de la graisse sur les anneaux en mousse.



19. Graisser les fourreaux et les joints à l'aide d'une tige de cheville.



20. Remettre en place les plongeurs et les fourreaux en les faisant glisser.  
**Remarque : l'arceau de fourche se trouve à l'arrière des fourreaux !**



21. Avec la fourche à l'envers et comprimée, repositionner les tiges internes. Le filetage sera visible. Resserrer les boulons inférieurs en veillant à utiliser le bon boulon de chaque côté. 6Nm



22. Repousser les joints racleurs vers le bas en position.



23. Remonter le régulateur de rebond. Appliquer une petite quantité de graisse pour maintenir le ressort et le roulement en place. Réinsérer dans le boulon et serrer la vis sans tête en place à l'aide d'une clé Allen de 1,5 mm.



24. Remettre en place le levier de réglage de verrouillage rouge. La fourche doit être en position verrouillée et le capuchon dans la position appropriée.



25. Pressurisez la fourche à l'aide d'une pompe à amortisseurs à environ 50psi. (0271)  
**Remarque : la pression correcte peut être réglée par la suite pour le pilote.**

26. Enfin, remettez en place le capuchon anti-poussière bleu de la valve d'air. Testez la fourche dans le bon sens sur une surface souple. Remonter la fourche sur le cadre.

# ATTENTION

Les Mountain Bikes Frog relèvent de la condition 3 spécifiée dans la norme EN17406 (voir le tableau ci-dessous pour plus de détails).

Elle n'est donc pas conçue pour les descentes agressives, les sauts ou le freeride. Une utilisation incorrecte peut entraîner une défaillance de la fourche, ce qui peut provoquer des accidents ou même la mort. Le non-respect de ces instructions annule la garantie de la fourche.



Conditions	1	2	3	4	5	6
<b>Description</b>	S'applique aux bicyclettes utilisés sur des surfaces pavées ordinaires où les pneus sont destinés à maintenir le contact avec le sol à une vitesse moyenne avec des chutes occasionnelles.	S'applique aux bicyclettes et comprend la condition 1 ainsi que les routes non pavées, les routes de gravier et les sentiers à pente modérée. Dans cet ensemble de conditions, le contact avec un terrain irrégulier et le contact répété des pneus avec le sol peuvent se produire. Les chutes sont censées être limitées à 15 cm ou moins.	S'applique aux bicyclettes et comprend les conditions 1 et 2 sur les sentiers irréguliers, les routes non pavées irrégulières, les terrains accidentés et les sentiers non améliorés qui requièrent des compétences techniques. Les sauts et les chutes doivent être inférieurs à 60 cm.	Utilisation identique aux catégories 1, 2 et 3. Le franchissement d'obstacles plus importants et une vitesse plus élevée requièrent un niveau technique plus élevé. La participation à des compétitions est autorisée. Convient aux descentes sur des routes non goudronnées. Usage adapté à l'exécution de drops et sauts ne dépassant pas 120 cm. Usage non-adapté à l'exécution de manoeuvres acrobatiques.	Utilisation identique aux catégories 1, 2, 3 et 4, ainsi que sur terrain très technique parcouru à grande vitesse, avec dénivelés extrêmes. Exige un niveau technique très élevé. La participation à des compétitions est autorisée. Convient pour les sauts et les descentes sur des routes non goudronnées. Usage adapté à l'exécution de longs drops et grands sauts. Usage non-adapté à l'exécution de manoeuvres acrobatiques.	S'applique aux bicyclettes et inclut la condition 1, à savoir l'utilisation en compétition ou à une vitesse supérieure à 50 km/h, par exemple lors d'une descente ou d'un sprint.
<b>Vitesse moyenne typique</b> km/h	15 à 25	15 à 25	Non pertinent	Non pertinent	Non pertinent	30 à 55
<b>Hauteur de chute/de saut</b> cm	< 15	< 15	< 60	< 120	< 120	< 15
<b>Utilisation prévue</b>	Trajets domicile/travail et loisirs avec un effort modéré.	Loisirs et randonnées avec un effort modéré.	Sportif et compétitif avec des sentiers techniques modérément difficiles.	Sportif et compétitif avec des sentiers techniques très exigeants.	Sports extrêmes.	Sportif et compétitif avec un effort intensif.
<b>Type de bicyclette (exemples)</b>	Conçus pour des infrastructures urbaines.	Vélo de randonnée ou de voyage.	Cross country et marathon.	Tout-terrain, sentier.	Descente, saut en terre, freeride.	Course sur route contre la montre, triathlon.
<b>Compétences recommandées</b>	Aucune compétence particulière n'est requise.	Aucune compétence particulière n'est requise.	Cela nécessite des compétences techniques et de la pratique.	Cela nécessite des compétences techniques, de la pratique et une bonne maîtrise du pilotage.	Extrême technicité, pratique et maîtrise de la conduite.	Cela nécessite des compétences techniques et de la pratique.



**AVERTISSEMENT** : L'utilisation des vélos en dehors des conditions d'utilisation recommandées annulera toute garantie du fabricant.



**REMARQUE** : Une fois que les fourches ont été révisées, de la graisse supplémentaire peut s'infiltrer dans les joints au cours des deux prochaines sorties. C'est tout à fait normal et c'est le signe d'une fourche lubrifiée et entretenue.

