

# Changer des plaquettes de freins à disque Shimano

De Réf : BR-R8070



## Mode Opérateur et conseils d'entretiens des freins hydrauliques voir ci-dessous :

ou Tuto VTT - Vérifier l'usure et changer ses plaquettes de frein - <https://www.youtube.com/watch?v=0L0kUKBMzkM>

- 1 – Démonter roues AR et/ou AV => **ne plus actionner les poignées de freins.**
- 2- Enlever le **clip** de maintien de l'axe (à garder pour le remontage).
- 3- Dévisser l'**axe** de maintien des plaquettes (à garder pour le remontage).
- 4- Sortir les plaquettes par le haut avec le **ressort d'écartement**, à garder pour le remontage ou à jeter en cas de changement des plaquettes par des neuves « fourni à l'achat ».
- 5-Examen de l'usure des plaquettes voir ci-après pour « l'exemple des plaquettes en photos => prix environ 15€ chez [www.materiel-velo.com](http://www.materiel-velo.com)».
  - Epaisseur total pour des neuves 4 mm (support métal + garniture)
  - Garniture 2,4 mm => **à changer si inférieur à 0,5 mm**

6- Si les plaquettes ont une épaisseur suffisante, passer à l'étape 8 pour le remontage.

7- Si le changement des plaquettes s'avère nécessaire ép. < 0,5 mm => **repousser les pistons** avec un démonte pneu en plastique ou avec un outil spécial à acheter, mais pas indispensable.

8- Nettoyer la zone par un lubrifiant adéquat (voir étape 11) et essuyer avec un chiffon doux.

9- Remonter les plaquettes avec le ressort ancien ou fourni => **attention vue de l'AR plaquette R à droite – L à gauche.**

10- Revisser l'axe et remettre le clip.

11- Nettoyer les disques de frein (ép. min 1,5mm) voir ci-après et **remonter vos roues.**

*Nettoyer le disque avec un chiffon doux propre imbibé d'acétone. A défaut, mettre quelques gouttes de liquide vaisselle sur un doigt et enduire les 2 faces du disque => faire mousser avec une éponge puis rincer. Pour les plaquettes => en simple entretien, frotter avec de l'acétone.*

12- Maintenant vous pouvez actionner les manettes de freins plusieurs fois pour remettre en place les pistons hydrauliques.

13- Pour **le rodage** de vos nouvelles plaquettes, le mieux c'est d'aller assez vite et d'effectuer de petits freinages successifs, à répéter au moins une vingtaine de fois.

14- Pour les purges des freins hydraulique au moins tous les ans et si vous constatez une fuite ou un freinage mou => **par votre vélociste préféré.**

Et voila c'est la fin durée de l'intervention pour des débutants comme nous environs ½ heure.