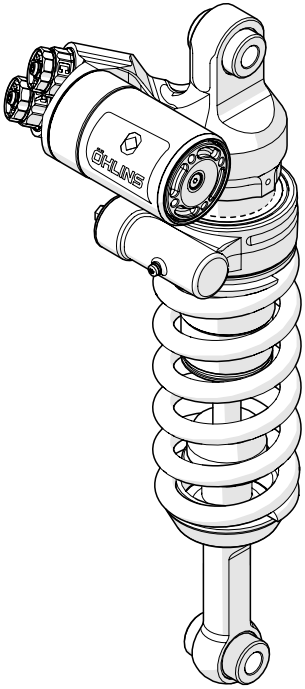


Lieferumfang		
Beschreibung	**Art. Nr.**	**Stk.**
Stoßdämpfer	BM 1569	1
Notizaufkleber	01180-01	1
Aufkleber Set		1
Betriebsanleitung	07242-08	1

Hinweis!

Die Abbildungen in dieser Montageanleitung können sich von Ihrem Produkt unterscheiden.

Hinweis!

Unter hohen Temperaturen, während der Lagerung oder des Transportes, können sich Schmiermittel und Schutzöle lösen und die Verpackung verunreinigen. Dies hat keinen Einfluss auf die Funktion Ihres Öhlins Produktes. Reinigen Sie das Öhlins Produkt gründlich mit einem Stofflappen vor dem Einbau.

Hinweis!

Überprüfen Sie den Packungsinhalt, bevor Sie das Produkt montieren. Sollten Teile fehlen, so kontaktieren Sie Ihren Öhlins Händler.

⚠ Warnung!

Bitte lesen Sie vor dem Einbau des Produktes die Öhlins Betriebsanleitung genau durch. Ein Stoßdämpfer ist ein wichtiges technisches Element des Fahrzeuges, welches die Stabilität beeinflusst.

Öhlins Stoßdämpfer für

BMW M1000RR

Montageanleitung

BM 1569 0

ÖHLINS

MONTAGEANLEITUNG

⚠ Warnung!

Es ist sehr zu empfehlen, dass eine Werkstatt mit entsprechend geschultem Personal den Stoßdämpfer einbaut.

⚠ Warnung!

Achten Sie darauf, dass Ihr Motorrad einen sicheren Stand hat und nicht kippen kann.

👁 Hinweis!

Schauen Sie stets in die fahrzeugspezifische Betriebsanleitung, wenn Sie Arbeiten am Motorrad ausführen. Dort erfahren Sie mehr über spezifische Vorgehensweisen und die technischen Daten Ihres Motorrades.

👁 Hinweis!

Reinigen Sie das Fahrzeug sorgfältig vor der Montage des Öhlins Stoßdämpfers.

1

Stellen Sie das Motorrad auf einen Montageständer. Das Hinterrad sollte den Boden dabei nur ganz leicht berühren.

2

Entfernen Sie die obere und untere Stoßdämpferanbindung.

3

Heben Sie den originalen Stoßdämpfer über das Hinterrad. Bauen Sie den Stoßdämpfer aus.

4

Verwenden Sie die originalen Befestigungsschrauben und montieren Sie den Öhlins Stoßdämpfer in derselben Position wie das originale Federbein.

5

Montieren Sie alle demontierten Teile wieder in derselben Position wie vor der Demontage.

👁 Hinweis!

Lassen Sie das Fahrzeug so weit herunter, dass die Federung leicht gestaucht wird, bevor Sie die Schrauben anziehen.

✋ Achtung!

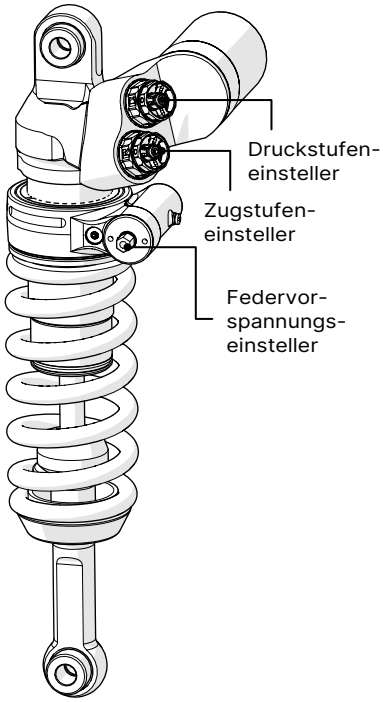
Stellen Sie sicher, dass alle Schrauben mit dem korrekten Drehmoment angezogen sind und nichts die Bewegung des Stoßdämpfers behindert oder einschränkt, wenn die Federung vollständig ein- oder ausgefedert ist.

MONTAGEANLEITUNG

EINSTELLARBEITEN

⚠ Warnung!

Stellen Sie vor der ersten Fahrt sicher, dass die vorhandenen Stoßdämpfereinstellungen mit den von Öhlins empfohlenen Einstellwerten übereinstimmen. Lesen Sie zuerst die Öhlins Betriebsanleitung, bevor Sie Anpassungen und Einstellarbeiten an dem Stoßdämpfer ausführen. Kontaktieren Sie einen Öhlins Händler, wenn Sie Fragen in Bezug auf die Abstimmung haben sollten.



EINSTELLWERTE

Länge	369	mm
Federweg	60	mm
Zugstufendämpfung	19	Klicks
Druckstufendämpfung	17	Klicks
Federvorspannung	12	mm
Feder	21040-26	
Federrate	85	N/mm
Federlänge unbelastet	160	mm

Federweg unbelastet / belastet		
R1-R3	35	mm
F1-F3 (120 vs 130 Federweg)	35 vs 41	mm

Öhlins Produkte unterliegen einer kontinuierlichen Verbesserung und Weiterentwicklung. Diese Montageanleitung wurde bis zum Druckschluss so aktuell wie irgend möglich gehalten. Dennoch können geringe Unterschiede zwischen den hier gezeigten und beschriebenen Produkten und der tatsächlich ausgelieferten Ware existieren.

Die neuesten Informationen bekommen Sie bei Ihrem Öhlins Importeur. Sollten Sie Fragen zum Inhalt dieser Montageanleitung haben, so kontaktieren Sie Ihren Öhlins Händler.

Teile Nr. MI_BM 1569_0
Veröffentlicht am 05.10.2026

© Öhlins Group AB. Alle Rechte vorbehalten. Jeglicher Nachdruck oder Verwendung ohne schriftliche Genehmigung von Öhlins Group AB ist verboten.

Öhlins Group AB
Box 722
S-194 27 Upplands Väsby, Sweden
Phone +46 8 590 025 00
Fax +46 8 590 025 80