



## Rekommenderad nermontering av Träningsrockard nr 204.

1. Lossa och ta bort skaklarna.
2. Ta bort sätet från "bena" alternativt att låta dem sitta kvar om plats finns vid transport och istället bara lossa och ta bort i nederkant.
3. Ta bort vantskruvarna och vik ner skakelinfästningen.
4. Ta bort tvärgående stag och vik ihop framstammen.  
Ovanstående arbete görs med medsända nycklar.

### Om hjul måste tas bort.

5. Avlägsna plastpropp (med en liten skruvmejsel) och låsa centrubulten med en 36a hylsa. (centrubultarna är H och V gängad) Och dra hjulet utåt.  
Hjulen muttern bör loctiteas med Loctite nr 243 med jämna mellanrum (om man tar av och på hjulet) så att muttern låses för säkerhetens skull.