



Comment changer :
coupelle d'amortisseur
arrière sur **BMW Z3**
Coupe (E36) - Guide de
remplacement

TUTORIEL VIDÉO SIMILAIRE



Cette vidéo présente la procédure de remplacement d'une pièce similaire sur un autre véhicule.

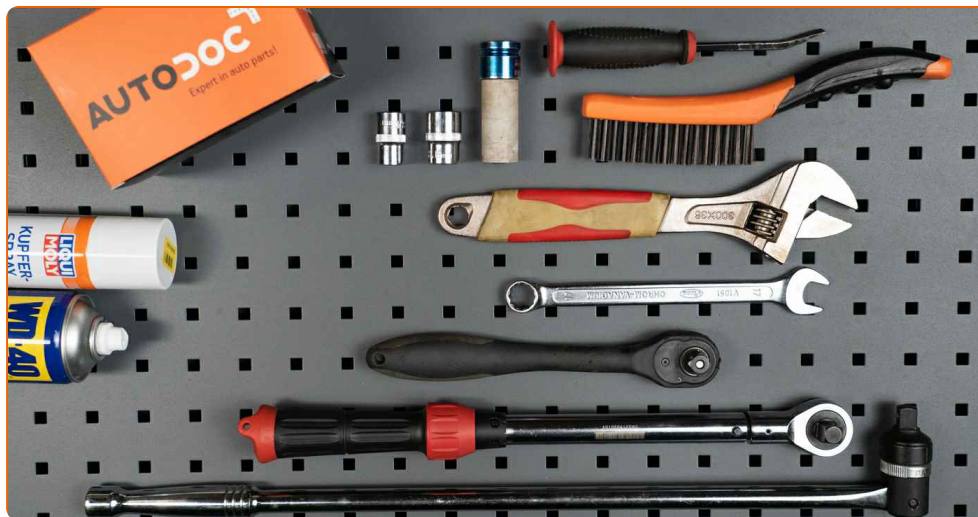
Important !

Cette procédure de remplacement peut être appliquée sur le modèle BMW Z3 Coupe (E36) 2.8 i, BMW Z3 Coupe (E36) M, BMW Z3 Coupe (E36) 3.0 i

Les étapes peuvent différer en fonction de la conception du véhicule.

Ce tutoriel a été conçu à l'origine pour la procédure de remplacement d'une pièce détachée similaire sur : BMW 3 Cabriolet (E46) 318Ci 2.0

REPLACEMENT : COUPELLE D'AMORTISSEUR – BMW Z3 COUPE (E36). LISTE DES OUTILS DONT VOUS AUREZ BESOIN :



- Brosse métallique
- Aérosol WD-40
- Graisse au cuivre
- Clé mixte de No.17
- Douille d'entraînement n°13
- Douille d'entraînement n°18
- Douille longue à choc pour jantes No.17
- Clé à cliquet
- Clé dynamométrique
- Clé ajustable
- Porte-taraud
- Pied-de-biche
- Étau
- Cric hydraulique télescopique pour transmission
- Cale de roue

Acheter des outils

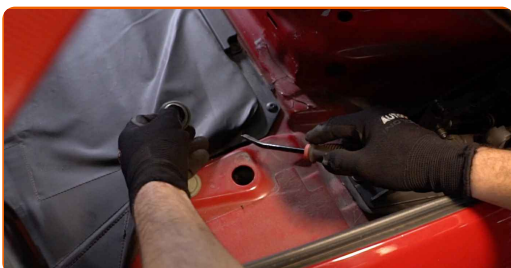
Remplacement : coupelle d'amortisseur – BMW Z3 Coupe (E36). Les experts d'AUTODOC recommandent :

- La procédure de remplacement est identique pour les coupelles d'amortisseurs des deux côtés pour la suspension arrière.
- Les coupelles d'amortisseurs arrières doivent être changées simultanément.
- Toutes les opérations doivent être conduites avec le moteur éteint.

EFFECTUEZ LE REMPLACEMENT DANS L'ORDRE SUIVANT:

1 Appuyez et maintenez le bouton de commande du toit escamotable. Maintenez le bouton appuyé jusqu'à avoir accès aux fixations supérieures de l'amortisseur.

2 Retirez les capuchons d'amortisseur. Servez-vous d'un pied-de-biche.



3 Nettoyez les fixations de la coupelle supérieure de l'amortisseur. Servez vous de l'aérosol WD-40.



4

Relâchez la fixation supérieure de l'amortisseur. Utilisez une douille n° 13. Utilisez une clé à cliquet.



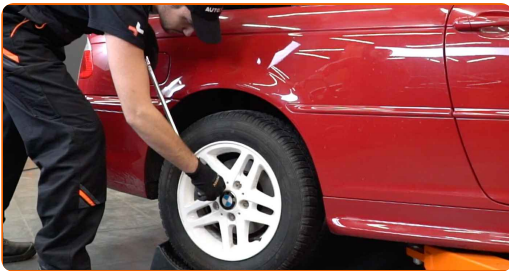
5

Sécurisez les roues avec des cales.



6

Desserrez les boulons de fixation de la roue. Servez-vous d'une douille à choc pour roue N°17.

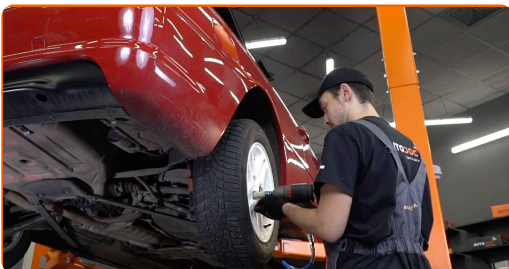


7

Surélevez l'arrière de la voiture et arrimez la.

8

Dévissez les boulons de la roue.



AUTODOC recommande:

- Attention ! Pour éviter de vous blesser, tenez la roue en dévissant les boulons de fixation. BMW Z3 Coupe (E36)

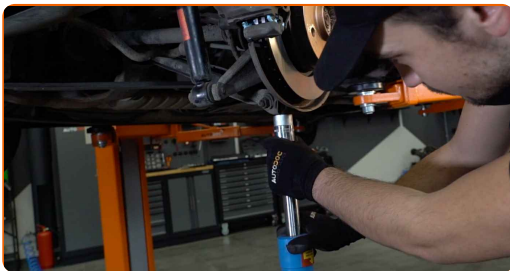
9

Retirez la roue.



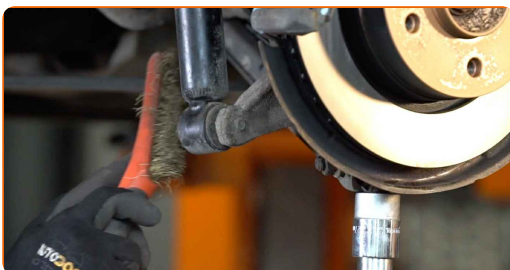
10

Supportez le bras. Servez vous d'un cric à transmission hydraulique.



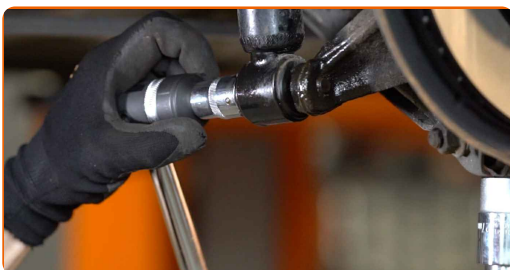
11

Nettoyez les fixations de l'amortisseur. Utilisez une brosse métallique. Servez vous de l'aérosol WD-40.



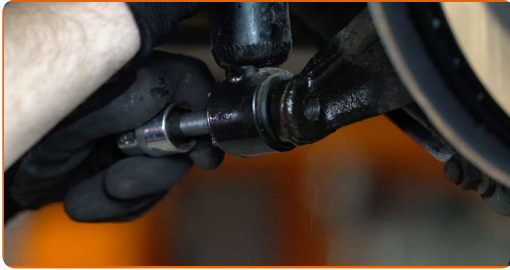
12

Dévissez l'attache inférieure de l'amortisseur. Utilisez une douille n° 18. Utilisez un porte-taraud.



13

Dévissez l'attache supérieure de l'amortisseur. Utilisez une douille n° 13. Utilisez une clé à cliquet.



Remplacement : coupelle d'amortisseur – BMW Z3 Coupe (E36). AUTODOC recommande :

- Pour éviter de vous blesser, maintenez l'amortisseur quand vous dévissez les vis de fixation.

14

Retirez l'écrou de fixation.



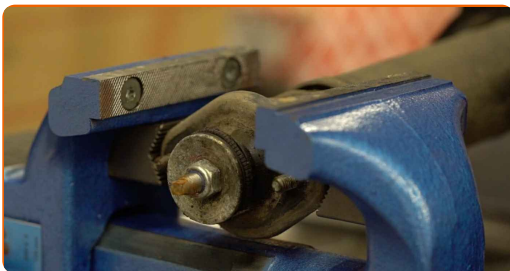
15

Retirez l'amortisseur.



16

Serrez l'amortisseur dans un étau.



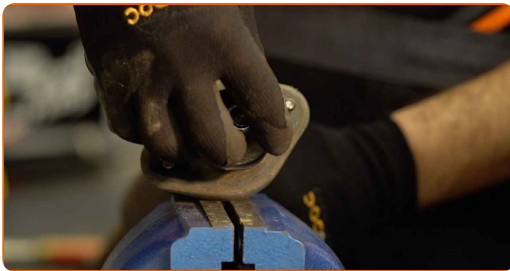
17 Nettoyez les fixations de la tige d'amortisseur. Utilisez une brosse métallique.



18 Retirez l'attache de la tige du piston de l'amortisseur. Utilisez une clé mixte de No.17.



19 Desserez l'étau et retirez l'amortisseur.



20 Retirez le support de l'amortisseur, ainsi que le soufflet et la butée.

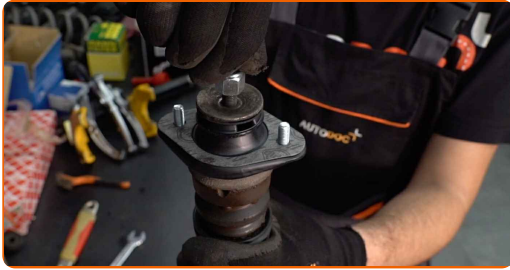


Remplacement : coupelle d'amortisseur – BMW Z3 Coupe (E36). Conseil d'AUTODOC :

- Examinez le bouchon anti-poussière de l'amortisseur ainsi que la butée. Remplacez-les si nécessaire.

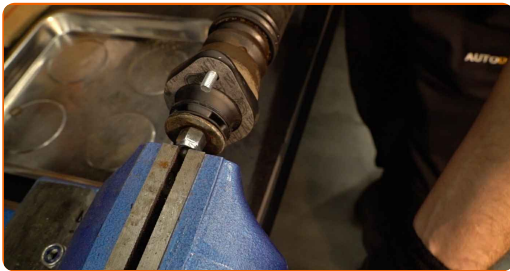
21

Installez la nouvelle coupelle, le manchon et la butée de suspension sur l'amortisseur.



22

Serrez l'amortisseur dans un étau.



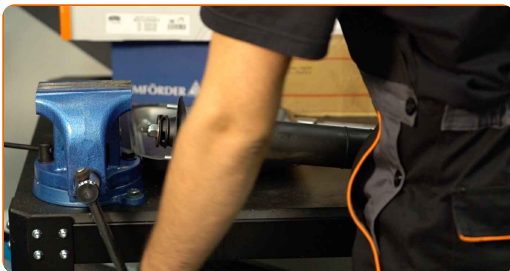
23

Vissez l'attache supérieure de la tige de piston de l'amortisseur. Utilisez une clé mixte de No.17. Servez-vous d'une clé ajustable. Utilisez une clé dynamométrique. Serrez-le jusqu'à 20 Nm.



24

Desserez l'étau et retirez l'amortisseur.



- 25 Nettoyez les emplacements de montage des amortisseurs. Utilisez une brosse métallique. Servez vous de l'aérosol WD-40.



- 26 Placez l'amortisseur dans l'arche de roue et sécurisez-le.



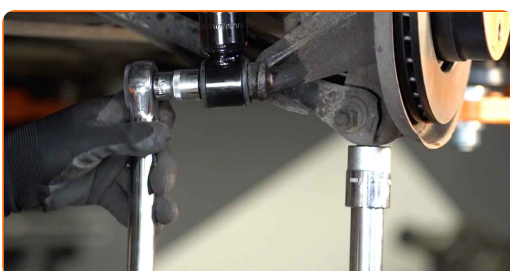
AUTODOC recommande:

- Attention ! Tenez l'amortisseur tout en vissant les boulons de fixation. BMW Z3 Coupe (E36)

- 27 Serrez la fixation supérieure de l'amortisseur. Utilisez une douille n° 13.

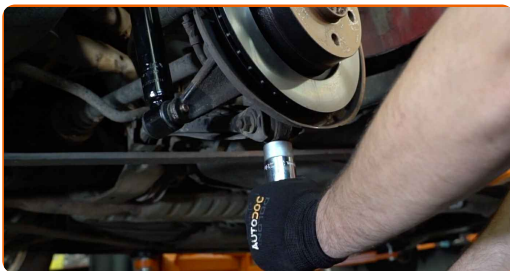


- 28 Serrez l'attache inférieure de l'amortisseur. Utilisez une douille n° 18. Utilisez une clé dynamométrique. Serrez-le jusqu'à 100 Nm.



29

Retirez le support du dessous du bras.



AUTODOC recommande:

- Remplacement : coupelle d'amortisseur – BMW Z3 Coupe (E36). Abaissez le cric de transmission en douceur, sans à-coups, pour éviter d'endommager les composants et les mécanismes.

30

Nettoyez le siège de fixation de la jante. Utilisez une brosse métallique. Traitez la surface de contact. Utilisez de la graisse au cuivre.



31

Installez la roue.



Remplacement : coupelle d'amortisseur – BMW Z3 Coupe (E36). Les professionnels recommandent :

- Pour éviter de vous blesser, maintenez la roue quand vous dévissez les vis de fixation.

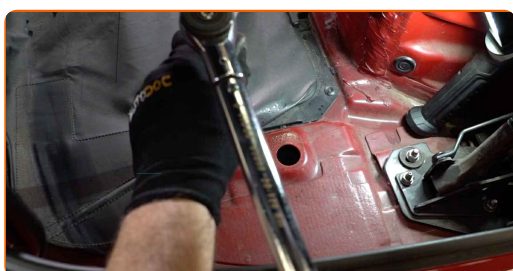
32

Vissez les boulons de la roue. Servez-vous d'une douille à choc pour roue N°17.



33

Serrez l'attache de l'amortisseur supérieur. Utilisez une douille n° 13. Utilisez une clé dynamométrique. Serrez-le jusqu'à 28 Nm.



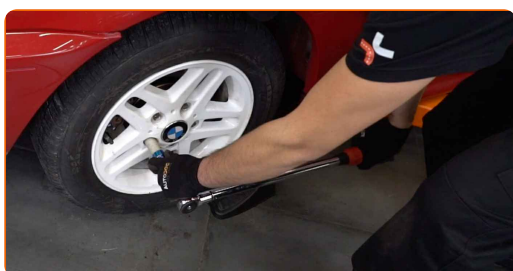
34

Installez les capuchons d'amortisseur.



35

Abaissez la voiture et serrez les boulons de roue en ordre croisé. Utilisez une clé dynamométrique. Serrez-le jusqu'à 120 Nm.



36

Retirez les crics et les cales.



BIEN JOUÉ! 

[VOIR PLUS DE TUTORIELS](#)

AUTODOC – PIÈCES AUTOMOBILES EN LIGNE DE HAUTE QUALITÉ ET ABORDABLES

APPLI MOBILE AUTODOC : FAITES DE SUPER AFFAIRES DE MANIÈRE CONFORTABLE



AUTODOC+

GET IT ON
Google Play

Download on the
App Store

Download

UNE GRANDE SÉLECTION DE PIÈCES DÉTACHÉES POUR VOTRE VOITURE

COUPELLE D'AMORTISSEUR : UNE VASTE SÉLECTION

CLAUSE DE NON-RESPONSABILITÉ:

Ce document ne contient que des recommandations générales que vous pourrez trouver utiles lors de travaux de réparation ou de remplacement. AUTODOC ne peut être tenu responsable d'aucune perte, blessure ou dommage matériel occasionnés lors de processus de réparation ou de remplacement de pièces par une utilisation ou une interprétation incorrectes des informations fournies.

AUTODOC ne peut être tenu responsable d'aucune erreur ou incertitude susceptibles de figurer dans ce guide. Les informations fournies ne le sont qu'à titre purement informatif et ne sauraient se substituer aux conseils de spécialistes.

AUTODOC ne peut être tenu responsable d'aucune utilisation incorrecte ou dangereuse d'équipements, outils et pièces automobiles. AUTODOC recommande fortement de faire preuve de prudence et d'observer les règles de sécurité lors de travaux de réparation ou de remplacement de pièces. Ayez conscience que l'utilisation de pièces automobiles de qualité inférieure ne garantit pas un niveau approprié de sécurité routière.

© Copyright 2022. Tous les contenus de ce site, notamment textes, photographies et illustrations, sont protégés par le droit d'auteur. Tous droits, y compris droits de reproduction, de publication, de modification et de traduction, réservés par AUTODOC GmbH.