

	Lieferumfang		
	Beschreibung	**Art. Nr.**	**Stk.**
1.1	Stoßdämpfer links	HOS 1T10	1
1.2	Stoßdämpfer rechts	HOS 2T10	1
2	Staubschutzmanschette	10216-01	2
3	Abstandshülse	24629-41	2
4	Distanzscheibe (Kunststoff)	25602-01	2
5	Feder	49200-15	2
6	Distanzscheibe (Gummi)	25601-01	2
7	Oberer Federteller	25618-30	2
8	Lager	25602-03	2
9	Unterlegscheibe	24619-03	2
10	Mutter	24627-04	2
11	Hakenschlüssel	24639-01	1
12	Hakenschlüssel	24639-04	1
13	Öhlins Aufklebersatz	10207-01	1
14	Betriebsanleitung	07451-01	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. Auch vom Zusammenbau in unserem Werk können Fett- oder Ölreste vorhanden sein. Dies hat keinen Einfluss auf die Funktion Ihres Öhlins Produktes. Reinigen Sie das Öhlins Produkt vor dem Einbau gründlich mit einem Stofflappen.

👁 Hinweis!

Überprüfen Sie den Packungsinhalt, bevor Sie das Produkt montieren. Sollten Teile fehlen, so kontaktieren Sie einen 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.

👁 Hinweis!

Wenn Ihr Fahrzeug mit elektronisch gesteuerten Stoßdämpfern ausgestattet ist, verwenden Sie den Öhlins „Cancellation-Kit", um Fehlermeldungen zu vermeiden.

ÖHLINS Stoßdämpfersatz für Honda Civic Type-R, FK2

HOS MT10S1 vorn

Mounting Instructions

ÖHLINS

MONTAGEANLEITUNG

⚠ Warnung!

Es ist zu empfehlen, dass technisch geschulte Personen die Stoßdämpfer einbauen.

⚠ Warnung!

Wenn Sie mit einem angehobenen Fahrzeug arbeiten, stellen Sie sicher, dass es abgestützt ist und nicht umkippen kann.

👁 Hinweis!

Schauen Sie stets in die fahrzeugspezifische Betriebsanleitung, wenn Sie Arbeiten am Auto ausführen. Dort erfahren Sie mehr über Montagevorgänge und Einstellwerte.

1

Heben Sie das Fahrzeug an und stellen Sie es auf geeignete Unterstellböcke.

⚠ Warnung!

Wenn Sie mit einem angehobenen Fahrzeug arbeiten, stellen Sie sicher, dass es sicher abgestützt ist und nicht umkippen kann.

2

Entfernen Sie die Vorderräder.

3

Lösen Sie die Schrauben der unteren Stoßdämpferanbindung.

✋ Achtung!

Stützen Sie die Radnaben auf jeder Seite des Fahrzeugs ab. Achten Sie dabei darauf, dass die Bremsleitungen und die Gelenke der Antriebswelle nicht beschädigt werden.

4

Lösen Sie die oberen Stoßdämpferanbindungen, den Stabilisator und die beiden Schrauben. Bauen Sie die originalen Stoßdämpfer aus.

5

Schneiden Sie, wie in Abb. 2 dargestellt, ein 30mm großes Stück vom unteren Ende der Staubschutzmanschette ab.

6

Montieren Sie die Staubschutzmanschette (2), die Abstandshülse (3), die Distanzscheibe aus Kunststoff (4), die Feder (5), die Distanzscheibe aus Gummi (6), den oberen Federteller (7), das Lager (8), das originale Domlager (ohne Originallager) und die Unterlegscheibe (9) und die Sicherungsmutter (10) wie in Abb. 1 dargestellt. Ziehen Sie die Sicherungsmutter (10) mit 35–40Nm fest. Stellen Sie den unteren Federteller und den Sicherungsring gemäß Abb. 4 ein und ziehen Sie diese mit den Hakenschlüsseln fest.

Abb. 1

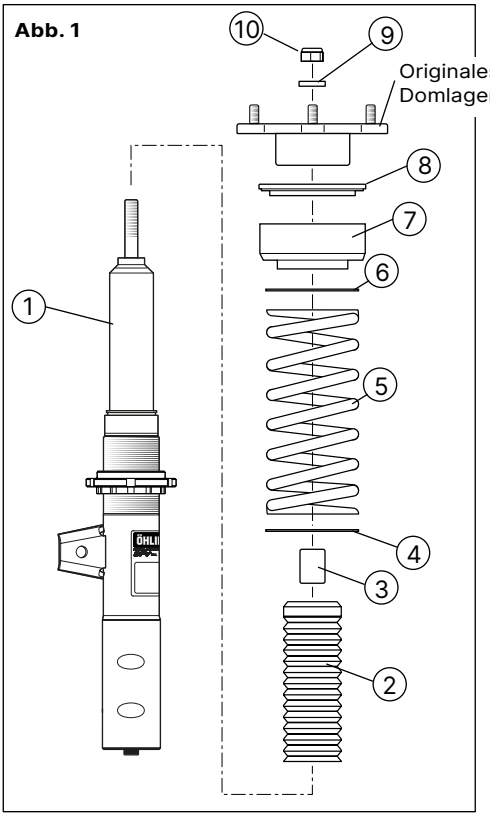
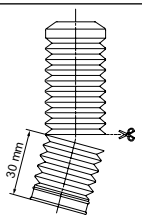


Abb. 2



👁 Hinweis!

Beim Festziehen der oberen Mutter muss der Schaft des Stoßdämpfers mit einem Inbusschlüssel in Position gehalten werden.

MONTAGEANLEITUNG

7

Verbauen Sie die vormontierten Öhlins Stoßdämpfer. Die Anzugsdrehmomente entnehmen Sie Ihrer fahrzeugspezifischen Betriebsanleitung.

Hinweis!

Vergewissern Sie sich, dass der Schraubenkopf bündig an der Stoßdämpferhalterung sitzt, wenn die Muttern angezogen werden.

8

Ziehen Sie die oberen Stoßdämpferanbindungen fest. Die Anzugsdrehmomente entnehmen Sie Ihrer fahrzeugspezifischen Betriebsanleitung.

9

Befestigen Sie den Stabilisator. Siehe Abb. 3.

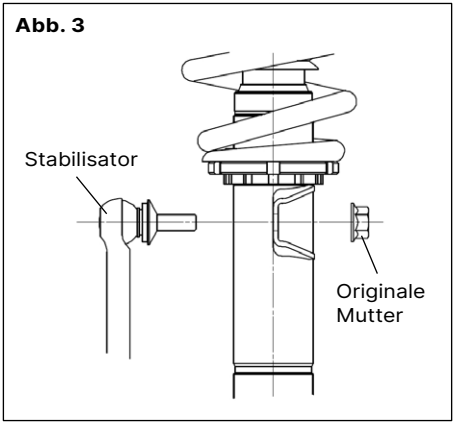
Hinweis!

Achten Sie darauf, alle Schrauben entsprechend dem vorgegebenen Drehmoment anzuziehen. Überprüfen Sie, dass nichts die Stoßdämpfer am Ein- oder Ausfedervorgang hindert oder diesen beeinflusst. Überprüfen Sie dies über den gesamten Lenkbereich von Anschlag zu Anschlag.

10

Stellen Sie sicher, dass sich nach dem Wechsel der Stoßdämpfer, wieder alle zuvor demontierten Teile am dafür vorgesehenen Platz befinden.

Abb. 3



EINSTELLUNGEN

⚠ Warnung!

Stellen Sie vor der ersten Fahrt sicher, dass die vorhandenen Stoßdämpfereinstellungen mit den von Öhlins empfohlenen Einstellwerten übereinstimmen. Lesen Sie zuerst das Handbuch, bevor Sie Anpassungen und Einstellarbeiten am Stoßdämpfer ausführen. Kontaktieren Sie einen Öhlins Fachhändler, wenn Sie Fragen in Bezug auf die Abstimmung des Stoßdämpfers haben.

Die empfohlene Federvorspannung beträgt 15mm. Siehe Abb. 4. Achten Sie darauf, nur die Länge der Feder zu messen.

EINSTELLWERTE

Empfohlenes Set-Up		
Einstellungen		
Rennstrecke	2-7	Klicks
Landstraße	5-10	Klicks
Alltagsbetrieb	10-20	Klicks
Federvorspannung	15	mm

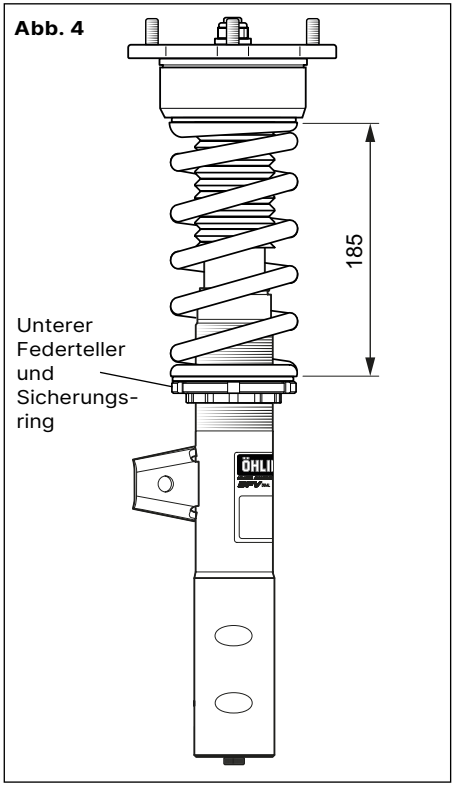
Empfohlene Feder

49200-15 (60Nm/mm)

Einstellbereich der Fahrzeughöhe

Wenn die Federvorspannung in der empfohlenen Position eingestellt ist, wird das Fahrzeug im Vergleich zum originalen Fahrwerk um ca. 15mm tiefergelegt. Stellen Sie die Federvorspannung so lange ein, bis Sie die gewünschte Fahrhöhe erreicht haben. Stellen Sie sicher, dass die Feder immer vorgespannt ist.

Abb. 4



⚠ Warnung!

Der Einstellbereich der Federvorspannung beträgt 0-20mm, wodurch sich die Fahrhöhe des Fahrzeugs um etwa 10-30mm verringert.

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.

MI_HOSMT10S1_1_GER
Veröffentlicht am 16.01.2026

© 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



	Lieferumfang		
	Beschreibung	**Art. Nr.**	**Stk.**
1	Stoßdämpfer hinten	HOS 6T10	2
2	Hülsen für Gummi-Metall-Lager	24629-49	2
3	Staubschutzmanschette	10216-01	2
4	Abstandshalter oben	24629-73	2
5	Unterlegscheibe	24619-03	2
6	Sicherungsmutter M12	04737-01	2
7	Federsitz Einsteller	24651-07	2
8	Sicherungsmutter M52	24636-03	2
9	Federteller M52	24635-03	2
10	Distanzscheibe (Kunststoff)	25602-01	2
11	Feder	49200-11	2
12	Federsitz (Kunststoff)	25618-04	2

👁 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. Auch vom Zusammenbau in unserem Werk können Fett- oder Ölreste vorhanden sein. Dies hat keinen Einfluss auf die Funktion Ihres Öhlins Produktes. Reinigen Sie das Öhlins Produkt vor dem Einbau gründlich mit einem Stofflappen.

👁 Hinweis!

Überprüfen Sie den Packungsinhalt, bevor Sie das Produkt montieren. Sollten Teile fehlen, so kontaktieren Sie einen 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.

👁 Hinweis!

Wenn Ihr Fahrzeug mit elektronisch gesteuerten Stoßdämpfern ausgestattet ist, verwenden Sie den Öhlins „Cancellation-Kit", um Fehlermeldungen zu vermeiden.

ÖHLINS Stoßdämpfersatz für Honda Civic Type-R, FK2

HOS MT10S1 hinten

Montageanleitung

ÖHLINS

MONTAGEANLEITUNG

⚠ Warnung!

Es ist zu empfehlen, dass technisch geschulte Personen die Stoßdämpfer einbauen.

⚠ Warnung!

Wenn Sie mit einem angehobenen Fahrzeug arbeiten, stellen Sie sicher, dass es abgestützt ist und nicht umkippen kann.

👁 Hinweis!

Schauen Sie stets in die fahrzeugspezifische Betriebsanleitung, wenn Sie Arbeiten am Auto ausführen. Dort erfahren Sie mehr über Montagevorgänge und Einstellwerte.

1

Heben Sie das Fahrzeug an und stellen Sie es auf geeignete Unterstellböcke.

⚠ Warnung!

Wenn Sie mit einem angehobenen Fahrzeug arbeiten, stellen Sie sicher, dass es sicher abgestützt ist und nicht umkippen kann.

2

Entfernen Sie die Hinterräder.

3

Entfernen Sie die unteren und oberen Stoßdämpferanbindungen und bauen Sie die Stoßdämpfer aus.

4

Demontieren Sie die Feder und die beiden original verbauten Federisolatoren aus Gummi.

5

Stellen Sie die Position des Federtellers (9) gemäß Abb. 4 ein. Ziehen Sie den Federteller und den Sicherungsring (8) mit den Hakenschlüsseln fest.

6

Montage der Federbaugruppe:
Montieren Sie den Federsitz aus Kunststoff (12) am Querlenker. Verbauen Sie die Feder (11), die Distanzscheibe aus Kunststoff (10) und die Baugruppe zum Einstellen der Federvorspannung an der Feder. Siehe dazu Abb. 1.

Abb. 1

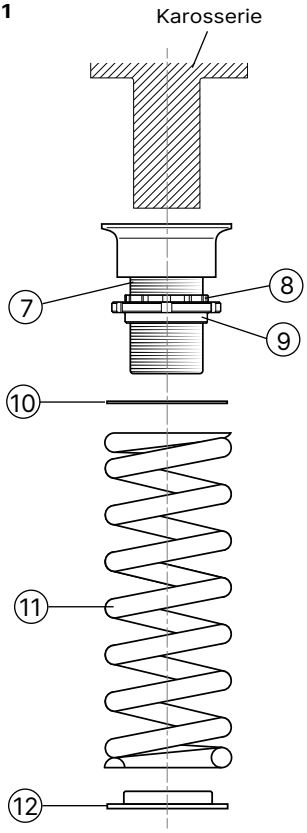
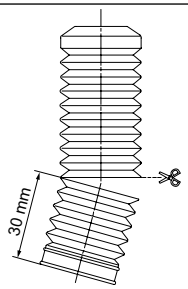


Abb. 2



7

Schneiden Sie, wie in Abb. 2 dargestellt, ein 30mm großes Stück vom unteren Ende der Staubschutzmanschette ab.

MONTAGEANLEITUNG

8

Montieren Sie die Hülsen für Gummi-Metall-Lager (2), die Staubmanschette (3), den oberen Abstandhalter (4) sowie die schwarze, originale Buchse und führen Sie den Stoßdämpfer durch die Fahrzeugkarosserie.
Montieren Sie die „weiche“, originale Buchse, die originale Stahlscheibe, die Unterlegscheibe (5) und ziehen Sie die Mutter (6) mit 30Nm fest. Montieren Sie das Einstellrad und ziehen Sie es mit 10Nm fest.

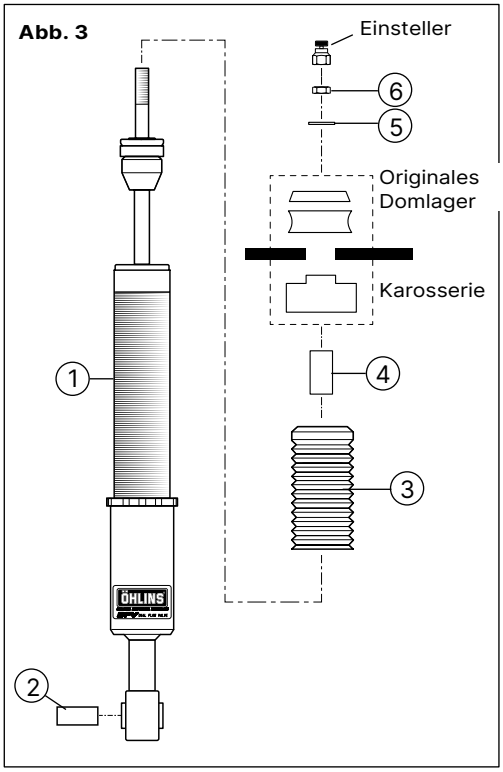
9

Stellen Sie sicher, dass sich nach dem Wechsel der Stoßdämpfer, wieder alle zuvor demontierten Teile am dafür vorgesehenen Platz befinden.

Hinweis!

Achten Sie darauf, alle Schrauben entsprechend dem vorgegebenen Drehmoment anzuziehen. Überprüfen Sie, dass nichts die Stoßdämpfer am Ein- oder Ausfedervorgang hindert oder diesen beeinflusst. Überprüfen Sie dies über den gesamten Arbeitsbereich.

Abb. 3



EINSTELLUNGEN

⚠ Warnung!

Stellen Sie vor der ersten Fahrt sicher, dass die vorhandenen Stoßdämpfereinstellungen mit den von Öhlins empfohlenen Einstellwerten übereinstimmen. Lesen Sie zuerst das Handbuch, bevor Sie Anpassungen und Einstellarbeiten am Stoßdämpfer ausführen. Kontaktieren Sie einen Öhlins Fachhändler, wenn Sie Fragen in Bezug auf die Abstimmung des Stoßdämpfers haben.

EINSTELLWERTE

Empfohlenes Set-Up		
Einstellungen		
Rennstrecke	2-7	Klicks
Landstraße	5-10	Klicks
Alltagsbetrieb	10-20	Klicks
Höhe Federvorspannungseinsteller	10	mm

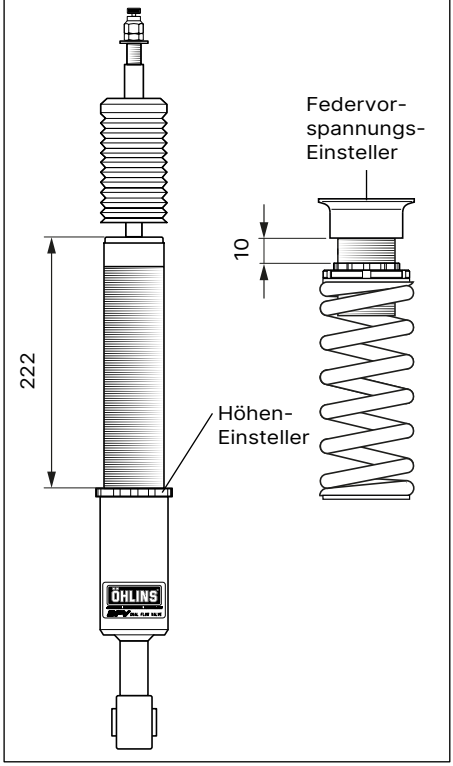
Empfohlene Feder

49200-11 (50Nm/mm)

Einstellbereich der Fahrzeughöhe

Wenn sowohl die Federvorspannung als auch die Höhenverstellung in ihren empfohlenen Positionen eingestellt sind, wird das Fahrzeug im Vergleich zum Originalfahrwerk um ca. 15mm tiefergelegt. Stellen Sie die Federvorspannung so lange ein, bis Sie die gewünschte Fahrhöhe erreicht haben.

Abb. 4



⚠ Warnung!

Der Einstellbereich der Federvorspannung beträgt 5-15mm, wodurch sich die Fahrhöhe des Fahrzeugs um etwa 10-30mm verringert. Stellen Sie sicher, dass die Feder immer vorgespannt ist.

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.

MI_HOSMT10S1_1_GER
Veröffentlicht am 16.01.2026

© 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