CAAD10のメンテナンス

BBアダプターを取り付けてから1年ほど経つCAAD10ですが、
はじめてクランクを外しての本気メンテナンスを実施。

BBアダプターは、悪名の高いBB30からBSAに変換するもの。
スギノのセラミックベアリングが付いたものです。

リアのプーリーを分解して洗浄。

スプロケットもイノテック105処理するために、洗いました。

もちろんチェーンとチェーンリングも洗って、イノテックを塗布。

CAAD10は、レースくらいしか使ってないので、もったいないなぁ。

ロードバイク いいね！