

**Das E39-Forum und der Autor übernehmen für diese Anleitung keine Haftung!  
Die Arbeiten am - und im Wagen erfolgen ausschließlich auf eigene Gefahr.**

**Unsachgemäß ausgeführte Arbeiten können sich an sicherheitsrelevanten Baugruppen negativ auf die Sicherheit des PKW und damit für die Sicherheit der Insassen auswirken.**

**Unsachgemäß ausgeführte Arbeiten an der Elektrik/Elektronik können zu weiterführenden Problemen und daraus resultierenden Fehlfunktionen führen.**

## Gleitbacken einsetzen gegen knacken in Kurven

Hi Jungs,

habe heute mal die Gleitbacken eingesetzt und siehe da es ist alles herrlich ruhig in der Kurve.  
Habe auch ein paar Fotos gemacht wie ich es gemacht habe:

Also diese zwei Gummitteile sind die berühmten Gleitbacken hier die Teilenummer noch mal: 54 12 8 105 582



Als erstes müsst ihr auf der Rückseite vom Sitz die blende abmachen. Die blende ist unten an der Rückenlehne mit 2 Torxschrauben (T27) fest. Wenn ihr sie ab habt müsst ihr alle Kabel von der Lehne ab stöpseln,



**dann seht ihr schon 2 grüne Clips die müsst ihr einfach rausziehen, dannach müsst ihr die links und rechts herausstehenden Stäbe (im Bild rot eingekreist) gleichzeitig runter drücken (es geht am Anfang etwas schwer) und dabei die Rückenlehne hochziehen und schon ist die Rückenlehne frei.**



**Jetzt seht ihr von unten von der Rückenlehne 2 Schlitzte. Ihr müsst die Gleitbacken jeweils auf die inneren dicken Bleche drauf stecken.**



**So und jetzt einfach alles in umgekehrter Reihenfolge wieder einbauen und schon seid ihr knack frei in Kurven. Ich hoffe ich konnte manchen Leuten dabei helfen. Viel Spaß noch.**

**MfG Roman**