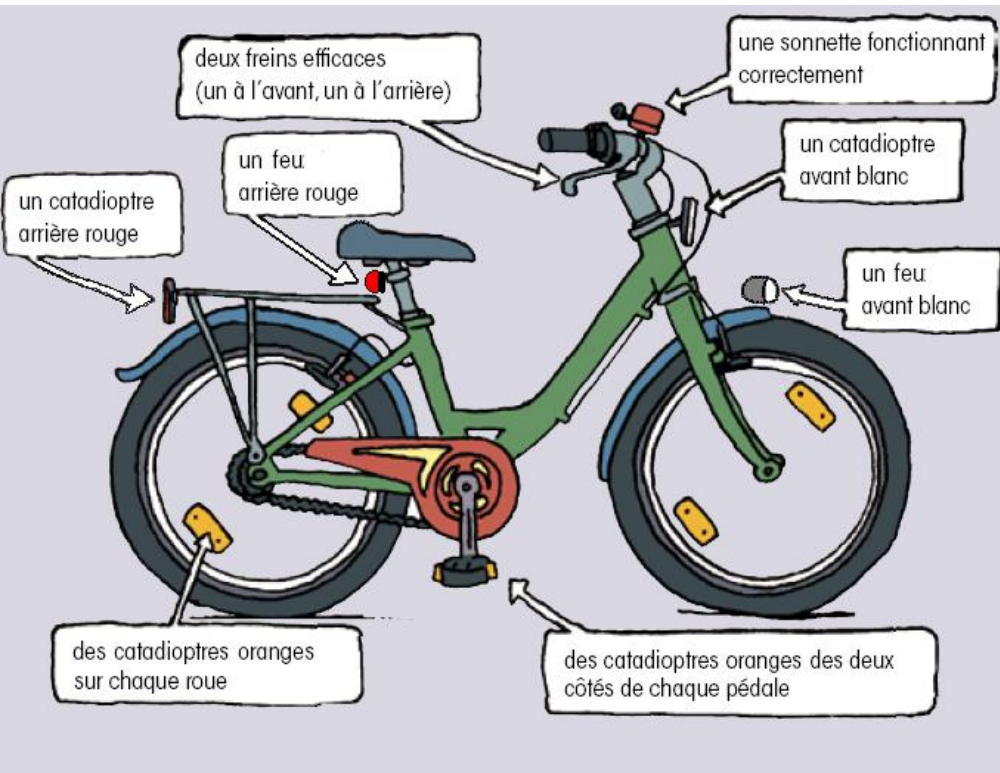
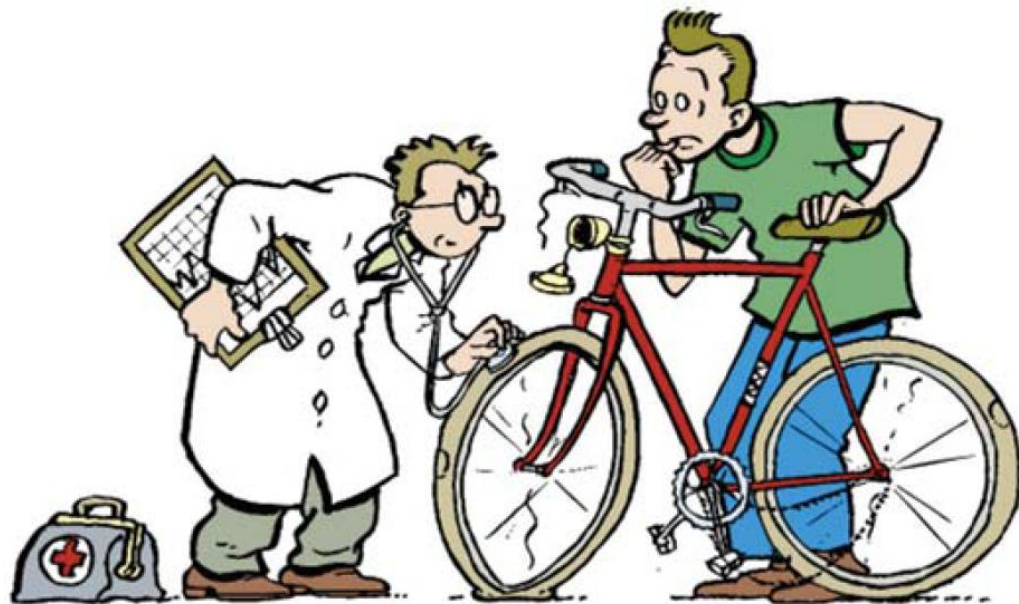


Les équipements obligatoires du vélo



Je porte le casque pour protéger ma tête et des vêtements clairs pour être bien visible!


Un vélo bien équipé et bien entretenu





www.ibsr.be


Ça roule mieux et c'est plus sûr!


Notice d'entretien d'un vélo


 **Les freins.** Doivent réagir rapidement sous l'action des manettes. Vérifier l'état des patins et leur fixation (bon serrage et bonne position par rapport à la jante). Si besoin, retendre le câble. Huiler les articulations du système de freinage.


 **L'éclairage actif.** Les feus avant et arrière doivent fonctionner et être propres.


 **Les dispositifs réfléchissants.** Vérifier l'existence et la propreté des catadioptres.

 **La chaîne.** La nettoyer et lubrifier régulièrement. Vérifier son usure: elle doit être suffisamment tendue (jeu de 1 cm maximum).

 **Les dérailleurs.** Les nettoyer et lubrifier régulièrement. Vérifier le bon passage des vitesses. Régler les butées hautes et basses pour prévenir les deraillements.

 **Les roues.** Vérifier l'usure des pneus et leur gonflage (pneus durs). Les rayons doivent être tendus, les jantes intactes et non voilées. Vérifier le serrage des roues sur leur axe.

 **Le guidon.** Doit faire facilement tourner la roue avant. Vérifier son serrage (jeu) et son centrage.

 **Le pédalier.** Pas de jeu. Pédales bien fixées.

Faites le contrôle de votre vélo

	OK	A régler
✓ Freins avant	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Freins arrière	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Feu avant blanc	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Feu arrière rouge	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Catadioptres	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Sonnette	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Chaîne	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Dérailleur avant	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Dérailleur arrière	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Roue et pneu avant	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Roue et pneu arrière	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Guidon	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
✓ Pédalier	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



<http://toulouse.fubicy.org>

L'association Vélo Tournefeuille vous souhaite une bonne route!