**FORMATION MÉCANIQUE 101**

**CLUB VÉLO JONQUIÈRE SAISON 2017**

*Formateurs:*

Luc DeGrandmaison

Michel Desgagné

Révisé mars 2017

*Thèmes abordés*

* Nom commun des composantes du vélo
* Nettoyage et entretien
* Réparation d’une crevaison
* Fonctionnement des vitesses

*Composantes d’un vélo*

* Guidon
* Guidoline
* Cocottes
* Fourche
* Plateau
* Frein
* Cassette
* Galets
* Rayon
* Roue
* Pédalier
* Potence
* Pédale
* Chaîne
* Dérailleurs avant / arrière

*Nettoyage et entretien*

* Quel est l'outil le plus important à utiliser lors de l'entretien mécanique d'une bicyclette ? Tout simplement un chiffon, une bonne vieille guenille!
* Une bonne partie des problèmes mécaniques survenant sur un vélo viennent de ***négligences.***
* Trop souvent, des cyclistes ne font pas le nettoyage de la chaine, ou des dérailleurs. Le sable, la poussière ou autres saletés sont des ***"ennemis"*** de la mécanique.
* Alors, qu'on se le dise:

***"nettoyage"*** à l'aide de chiffons, brosses et liquide dégraisseur. Ainsi on s'épargnera beaucoup de soucis mécaniques, et on prolongera la durée de vie utile des composants de notre vélo.

*Nettoyage et entretien*

* Le sable, la poussière ou toute autre saleté collée à la chaine ont un effet "abrasif" destructeur pour les éléments de la transmission, ce qui réduit leur durée de vie utile.

 

*Nettoyage et entretien*

Conclusion:

* Donc, la première règle d'entretien de vélo à suivre :

***"Le NETTOYAGE" !***

* Voici des outils très utiles



*Réparation d’une crevaison*

* <https://www.youtube.com/watch?v=jPNx6F6QIj4>
* Pour une fente sur un pneu de 10 mm, on place le billet plié en 2 ou en 3 à l'intérieur du pneu, sur la coupure, avant de gonfler le pneu. Le papier monnaie, de nature résistante, empêchera la chambre à air de sortir par la fente, et nous permettra de rentrer à bon port et d'y remplacer le pneu.

*Fonctionnement des vitesses*



Vidéo fonctionnement des vitesse d'un vélo route

<https://www.youtube.com/watch?v=ZrS7GUo8UfM>

 