



## Fiche de vérification du vélo

Conducteur du vélo : .....



Voici la liste des points essentiels à vérifier sur ton vélo. **Ceci est à vérifier avant chaque sortie !**

**Mets une croix dans la case si la réponse est OUI.**

**Mets un N si la réponse est NON.**

<i>A vérifier</i>	Date	Date	Date
<b>LES ROUES</b>			
Elles tournent librement et sans frottement.			
Les blocages rapides ou écrous de fixation sont bien serrés.			
<b>LES PNEUS</b>			
Les pneus ne sont pas lisses. On voit nettement leurs sculptures.			
Les flancs (côtés) des pneus ne sont pas usés, tailladés, craquelés.			
Les pneus sont suffisamment gonflés quand le conducteur est assis sur la selle. Ils ne s'écrasent pas.			
<b>LES FREINS</b>			
Les câbles sont en bon état près de la poignée.			
Les câbles sont en bon état près des mâchoires.			
La tension des câbles n'est ni trop forte ni trop molle.			
<b>LE PEDALIER ET LES PEDALES</b>			
Les pédales sont bien serrées.			
Le pédalier tourne librement en arrière (bien graissé).			
<b>LA CHAÎNE, LE DÉRAILLEUR ET LES PIGNONS</b>			
La chaîne, les pignons et le dérailleur sont graissés.			
La chaîne est tendue (mais pas trop). Elle doit être droite à l'œil.			
Le dérailleur peut passer du plus petit au plus grand pignon.			
Les vitesses passent facilement.			
<b>LA TAILLE DU VÉLO</b>			
Le cycliste assis sur la selle touche le sol avec la pointe des pieds.			
La selle est bloquée et ne peut pas tourner ou descendre.			
<b>LE GUIDON</b>			
La potence est dans l'axe de la roue.			
Les bras avec les mains posées sur les poignées doivent être légèrement fléchis.			