



Fiche de vérification du vélo

Conducteur du vélo :

DATE :

Voici la liste des points essentiels à vérifier sur ton vélo. Coche les cases correspondant à son état. Ceci est à vérifier à chaque fois avant une sortie.

A vérifier	OUI	NON
LES ROUES		
Elle tournent librement et sans frottement.		
Les fixations aux fourches sont bien serrées.		
LES PNEUS		
On voit nettement les sculptures sur le pneu.		
Les flancs (côtés) des pneus ne sont pas usés (tailladés).		
Les pneus sont suffisamment gonflés avec le conducteur assis sur la selle. Ils ne s'écrasent pas.		
LES FREINS		
Les câbles sont en bon état près de la poignée.		
Les câbles sont en bon état près des mâchoires.		
La tension des câbles est ni trop forte ni trop molle.		
LE PEDALIER ET LES PEDALES		
Les pédales sont bien serrées.		
Le pédalier tourne librement en arrière (bien graissé).		
LA CHAÎNE, LE DÉRAILLEUR ET LES PIGNONS		
Les vitesses passent facilement.		
La chaîne est tendue (mais pas trop). Elle doit être droite à l'oeil.		
Le dérailleur peut passer du plus petit au plus grand pignon.		
Les pignons et le dérailleur sont graissés.		
LA TAILLE DU VÉLO		
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.		
LE GUIDON		
La potence est dans l'axe de la roue.		
Les bras avec les mains posées sur les poignées, doivent être légèrement fléchis.		