

## Programme ateliers vélo - 2018

- **Effectifs : maximum 5 personnes**
- **Participation : 3€ /personne** (+ prix des pièces selon nécessité)
- **Inscription obligatoire** : <https://framadate.org/ypaWz6ECEJFTkESN>

### 18h30 > 19h30 : Ateliers petite mécanique de vos vélos (urbain, route, vtt etc...)

- Changer un pneu / changer ou réparer une chambre à air
- Changer les patins de frein ou les plaquettes Changer les câbles de frein
- Changer les câbles de dérailleur
- Changer une chaîne



### 19h30 > 20h30 : Ateliers théoriques / conseils sur le réglage de vos vélos (vtt, urbain)

- Régler les freins
- Régler les dérailleurs
- Avoir la bonne pression dans les pneus
- Régler le poste de pilotage
- Régler ses amortisseurs
- *Autres thèmes selon vos besoins*

