



Ateliers pédagogiques Automne Hiver 2017/2018

THEME	CONTENU	DATE	TARIF	LIEU
Mécanique : les gestes qui sauvent sur le terrain	<ul style="list-style-type: none"> - Liste d'outils à emmener - Réparer une crevaison - Rouler avec un pneu déchiré - Réparer une chaîne - Démonter un dérailleur cassé - Rouler avec un rayon cassé 	Samedi 2 décembre 9h à 12h	49€ / personne	L'atelier du vélo
Mécanique : les bases de l'entretien	<p>L'entretien qui permettra d'avoir un vélo qui fonctionne bien et qui dure :</p> <ul style="list-style-type: none"> -Savoir bien nettoyer son vélo -Lubrification, graissage -Les points d'usure à contrôler -Les vérifications périodiques à faire soi-même 	Samedi 6 janvier 9h à 12h	49€ / personne	L'atelier du vélo
Savoir préparer sa randonnée itinérante sur plusieurs jours (Route et VTT)	<ul style="list-style-type: none"> - Choisir un itinéraire en fonction de son niveau - Les sources d'informations d'itinéraires - Evaluer le temps de parcours - Le matériel à emmener - Choix des vêtements - Choix des hébergements - Lire la météo 	Samedi 3 février 9h à 12h	49€ / personne	L'atelier du vélo
Mécanique : changer sa transmission	<ul style="list-style-type: none"> - Changement des câbles et gaines - Changement des plateaux - Changement du boîtier de pédalier - Réglage des dérailleurs 	Samedi 3 mars 9h à 12h	49€ / personne	L'atelier du vélo

Renseignements et inscriptions : guillaume@atelierduvelo42.com / 06.13.76.43.73 / www.atelierduvelo42.com

- Pour la qualité des stages, le nombre de participants est limité à 3 personnes.
- Intervenant : Guillaume RINGOT. Technicien cycle et moniteur professionnel de VTT, route et cyclotourisme.
Pratiquant expérimenté de VTT, vélo de route, cyclotourisme...