

## Atelier Mécanique du 8 Avril 2024

Animateurs : Ph Vucher- A Hercman



Participants : 14



## Points importants :

### Le serrage

Les valeurs de couple de serrage sont souvent indiquées sur les pièces du vélo (en Nm) et sur les manuels !

Ces valeurs de couple de serrage sont à respecter si on veut rouler en sécurité et ne rien casser sur son vélo !

Clé dynamométrique réglable → Outil presque indispensable si on veut faire de la mécanique sérieusement sur son vélo

Exemple

<https://www.materiel-velo.com/1439700-cle-dynamometrique-7-douilles-bbb-btl-73.html>



On peut trouver moins cher sur le net (Amazon etc..) mais attention à la plage de réglage et à la présence des embouts

Autre solution : la clé calibrée → Le cas le plus courant 5 N.m

<https://www.materiel-velo.com/1850647-cle-dynamometrique-bbb-btl-119-5nm-avec-embouts.html>

Jeu de Clé allen en T avec poignée conseillée

<https://www.action.com/fr-fr/p/3015902/jeu-de-cles-hexagonales-werckmann/>



## Notices:

D'une façon générale, Il est important de lire les notices, manuels et procédures de réglage préconisés par les fabricants

## Lubrifiants :

Utiliser des produits de Professionnels prévus pour le vélo

Exemples de produits recommandés

Huile pour chaîne

<https://www.materiel-velo.com/1845042-lubrifiant-huile-de-chaîne-course-morgan-blue-125ml.html>



## Nettoyage :

WD 40 multifonction <https://www.leroymerlin.fr/produits/outillage/accessoires-outillage-et-consommables/produits-entretien-graisse-lubrifiant-degrippant/produit-lubrifiant/lubrifiant-multifonction-en-aerosol-200-ml-wd-40-62749820.html>

Vulcanet : Lingettes permet de nettoyer tout le vélo <https://www.materiel-velo.com/1868029-lingettes-degraisantes-et-nettoyantes-sans-eau-vulcanet-box-80.html>

Lavage : pas de Karcher, au jet de haut en bas ou latéralement

Avant de passer le jet → Imprégner de dégraissant la transmission avec un pinceau, attendre qq minutes <https://www.materiel-velo.com/1845204-degraisant-velo-morgan-blue-1000ml.html>

Savonner avec une éponge le reste du vélo cadres, roues avec

<https://www.materiel-velo.com/1845207-nettoyant-savon-velo-morgan-blue-1000ml.html> à diluer

Après rinçage : Bien sécher la transmission, surtout la chaîne, immédiatement avec un chiffon. On peut mettre un peu de WD 40 pour aider à la déshumidification et pré lubrifier la chaîne

Laisser sécher le vélo, Attendre en particulier que la transmission soit complètement sèche avant de la lubrifier !

## Démontage d'une cassette:

Outils nécessaires :

Fouet à Chaîne <https://www.materiel-velo.com/1445900-fouet-a-chaîne-bbb-btl-11.html>

Clé démonte cassette <https://www.materiel-velo.com/1445400-demonte-cassette-bbb-btl12.html>

la choisir en fonction de la marque de sa transmission( shimano, sram, campagnolo...)

Voir Vidéo : <https://youtu.be/h0DUoqbAPoA>

## Chaîne

Vérification de l'usure :

Utiliser ce type d'outil :

<https://www.materiel-velo.com/1847733-outil-de-controle-d-usure-de-chaîne-icetoolz-62c3.html>

Si l'outil rentre dans la chaîne cela signifie que la chaîne est à changer



Pince pour démontage attache Rapide

<https://www.materiel-velo.com/1859032-pince-ouverture-attache-rapide-kmc-pour-chaine-de-velo.html>



Sujets pour prochaine séance

- ✓ Freins à disques : Contrôle Usure et Changement plaquettes
- ✓ Réglage jeu de Direction
- ✓ Réglage dérailleur arrière (mécanique)
- ✓ Changement pneus –Chambre à air

### Date des prochains ateliers

Un Avant les vacances d'été

Un à l'Automne

Bien sportivement

L'équipe Atelier Mécanique

## Annexe

Récapitulatif des principaux produits indispensables pour un bon entretien



Voir aussi Rubrique sur site internet TAC Cyclo :

Rubrique [Liens utiles – TAC Cyclo](#)

### VOUS RETROUVEREZ QUELQUES TUTOS

- [Montage Guidoline](#)
- [La Transmission](#)
- [Montage Chaîne](#)
- [Réglage dérailleur](#)
- [Ces bruits qui nous aga](#)
- [Comment réparer une crevaison sans chambre à air ? – YouTube](#)