

## Atelier Mécanique TAC CYCLO du 12 Janvier 2026

Intervenants : Alain HERCMAN/Philippe VUCHER

Présents : 9 adhérents

Merci à Françoise qui a pris de notes pour de CR

Les points suivants ont été abordés

### **Partie pratique : démo sur velo**

- Démontage et remontage cassette sur roue libre
- Réglage du jeu de direction

### **Partie théorique : conseils et préconisations**

- Pneus : Choix entre Tubeless et Chambres à air

#### Avantages et inconvénients des différentes solutions de montage

La nouvelle technologie de chambre à air en TPU est une très bonne alternative au Tubeless pour qui recherche la performance

Avantages : Gain de poids très important par rapport à une chambre à air classique en Butyl ( 35 g au lieu de 115 g). L'ensemble Pneu+ chambre à air TPU est équivalent à un montage Tubeless avec liquide détanchéité/préventif)

Faible encombrement et très bonne résistance à la crevaison

Plus facile à gérer sur la durée que le tubeless ( problème du liquide, installation pas facile et qu'il faut renouveler périodiquement)

Inconvénients : Le prix env 25 euros pour les grandes marques (Continental, Tubolito, Pirelli, Schwalbe etc..). La tendance est à la baisse poussée par les marques chinoises qu'on peut trouver sur Internet Ridenow, Cyclami etc.. à env 2X moins cher mais avec une fiabilité (tenue en pression et fragilité au niveau de la valve) plus aléatoire

Nécessite les précautions suivantes

- Au montage ne pas gonfler à plus de 0.3 bars avant montage dans le pneu (il faut juste mettre en forme arrondie la chambre à air
- Pas de gonflage avec des cartouches CO2 ( pour ceux qui utilisent cette très bonne solution qui a l'avantage corollaire de faire claquer facilement le pneu au remontage, il faut emporter une chambre à air classique pour le dépannage)
- C'est variable d'une marque à l'autre, mais le TPU est généralement à éviter sur les roues à patins
- Réparation avec des patches spécifiques ( ne pas utiliser des patches pour butyl sur TPU et vice versa

- Tenue à la pression réputée inférieure au butyl, mais sur les dernières générations des produits de marque ce n'est plus vrai ( contrôle individuel en sortie de chaîne)

Choisir un modèle avec valve en métal plus solide et éviter les chambre ultra light (type tubolito à 24 g !)

Produit conseillé : ContinentalTPU

#### Entretien du vélo : serrages, et nettoyage/lubrification de la transmission

- Conseils sur quand et comment se servir d'une clé dynamométrique avec démo sur vélo

Attention à la plage de réglage de la clé dynamométrique à l'achat ( idéal 2 à 24 Nm)

Exemple [https://www.alltricks.fr/F-11929-outillage/P-770093-cle\\_dynamometrique\\_1\\_4\\_\\_\\_neatt\\_attack\\_2\\_24\\_nm\\_\\_\\_9\\_embouts](https://www.alltricks.fr/F-11929-outillage/P-770093-cle_dynamometrique_1_4___neatt_attack_2_24_nm___9_embouts)

- Conseils pour entretien intermédiaire et entretien en profondeur de la chaîne, cassette, plateaux et dérailleurs

Quelques erreurs courantes à éviter:

- Ne pas relubrifier une chaîne sale

- Ne pas rouler avec une transmission sèche ou encrassée (usure prématurée de tous les éléments de la transmission)

-Après nettoyage et lavage,attendre le séchage **complet** de la chaîne avant lubrification

- Attention à ne pas pulvériser du dégraissant sur les roulements ( roulettes de dérailleur, roue libre, dérailleurs)

- Le WD40, excellent produit par ailleurs,n'est pas suffisant pour lubrifier seul une chaîne

Produits conseillés : Dégraissant et Huile de chaîne course Morgan Blue, Vulcanet, WD40 , chiffons et vieux pinceau. Une burette ou spray d'huile spécifique pour galets et axes de dérailleurs peut également être utile