

Formation continue

Fiche 19- Perfectionnement mécanique (2 jours)

Organisation :

- Il est organisé par la commission régionale de formation (DRF ou DDF) ;
- Le stage doit être déclaré dans l'espace formation.

Condition d'admission :

- Être licencié au sein de la Fédération ;
- Avoir la qualification "initiateur ou moniteur fédéral".

Objectifs du module :

- Être capable d'entretenir ou former des licenciés à la mécanique des vélos ;
- Être capable d'adapter, par des réglages, les vélos aux utilisateurs.

Contenus à développer

- Connaître les caractéristiques des nouvelles technologies (groupes et périphériques) ;
- Composition de la boîte à outils (outillage, pièces de rechange) ;
- Étudier les paramètres liés aux cadres (réglages, matériaux et pathologie) ;
- Entretenir et régler les freins hydrauliques ;
- Entretenir et régler les suspensions. ;
- Chaîne et pédalage ;
- Réglage des dérailleurs (dressage de la patte, choix des gaines et câbles) ;
- Cintre et potence ;
- Montage des fourches et réglage des jeux de direction ;
- Montage roue, changer rayon, dévoilage ;
- Les différents types de Vélo ;
- Exercices pratiques – bilan.