



Siège social
79 Cours Jean JAURES
38000 GRENOBLE

<https://www.facebook.com/7Lauxsportpourtous>

7 Laux Sport pour tous
Handisport
FTT-WAKEBOARD - HANBIKE
Mail: 7shandisport@gmail.com

INVITATION FORMATION REPARATION CYCLES

DIMANCHE 19 OCTOBRE 2025

14H30-17H30

SALLE HORS SACS

PARKING DES PISTES ST HILAIRE

PLATEAU DES PETITES ROCHES

AVEC ALEX d'ATV CYCLE Vélociste à ST HILARE

Programme indicatif

- ✓ Réparation pneus chambre à air- démontage et montage des roues- détecter une perforation -vérification des pneus après crevaison
- ✓ Freins : changement et réglage des patins et plaquettes – changement des câbles et gaines- réparation des durites- apport de complément d'huile minérale- purge – changement de disque.
- ✓ Dérailleur : réglage des vitesses pignons et plateaux- changement des câbles
- ✓ chaîne : réparation avec et sans maillon rapide – mesure d'usure
- ✓ entretien général des différentes pièces- lubrification
- ✓ Roues : changement de rayons- dévoilage
- ✓ handbikes : comment éviter la plicature et l'écrouissages des câbles gaines et durites lors des mouvements de manivelage.
- ✓ moteurs Bafang : connectique- messages d'erreur- réglages- programmation.
- ✓ réponses aux questions