



CONTROLE TECHNIQUE DU VTT

Contrôle	OK	à voir	!	Remarques
Entretien général				
Le vélo est-il globalement propre ?				
Cadre				
Etat général du cadre				
Etat des soudures et des raccords				
Selle				
Est-elle en bon état ?				
La hauteur est-elle bien réglée ?				
L'avance est-elle bien réglée ?				
L'assiette est-elle correcte ?				
Est-elle bien serrée ?				
Le collier de selle est-il en bon état ?				
La tige de selle est-elle propre et légèrement graissée ?				
Roues et Pneus				
Tournent-elles sans frottement (sont-elles voilées) ?				
Les rayons sont-ils correctement tendus ?				
Sont-elles correctement serrées ?				
Les serrages rapides sont-ils en bon état ?				
Y a-t-il du jeu dans les moyeux ?				
Usure et état (bande de roulement et flancs) des pneus				
Les valves sont-elles en bon état ?				
Pression pneu AV - pneu AR				
Direction				
Le pivot de fourche pivote-t-il sans point dur ?				
Le jeu de direction a-t-il du jeu ?				
Le cintre est-il bien positionné ?				
La potence et le cintre sont-ils bien serrés ?				
Les bouts du cintre sont-ils protégés ?				
Fourche				
Est-elle en bon état ? (propreté, fuite, rouille...)				
Fonctionne-t-elle correctement ?				
Les réglages sont-ils adaptés ? (dureté, rebond...)				

Amortisseur arrière (vélo tout suspendu)			
Est-il en bon état ? (propreté, fuite, rouille...)			
Fonctionne-t-il correctement ?			
Les réglages sont-ils adaptés ? (dureté, rebond...)			
Freins			
Les poignées sont-elles suffisamment serrées			
Les câbles et gaines (ou durites) sont-ils en bon état ?			
Les câbles coulisent-ils bien dans les gaines ?			
La tension des câbles est-elle correcte ?			
N'y a-t-il pas de fuite du liquide de frein ?			
Les patins sont-ils bien réglés ?			
Les patins (ou plaquettes) ne sont-ils pas trop usés ?			
Les flancs des jantes (ou disques) sont-ils dégraissés ?			
Les porte-patins (ou disques) sont-ils bien serrés ?			
Le fonctionnement des freins est-il satisfaisant ?			
Transmission			
La chaîne est-elle correctement tendue et en bon état ?			
Toute la transmission est-elle propre et lubrifiée ?			
L'axe de pédalier tourne-t-il sans jeu ?			
Les pédales tournent-elles sans jeu ?			
Les gaines et câbles sont-ils en bon état ?			
Les câbles sont-ils correctement tendus ?			
Les câbles coulisent-ils bien dans les gaines ?			
Les plateaux passent-ils correctement ?			
Les pignons passent-ils correctement ?			
Les manettes sont-elles bien placées et serrées ?			
Les pédales auto sont-elles propres et bien réglées ?			
Les plateaux sont-ils en bon état et bien serrés ?			
Les pignons sont-ils en bon état et bien serrés ?			
La roue libre fonctionne-t-elle correctement ?			

Remarques :

Les points cochés "!" devront impérativement être corrigés pour la prochaine séance

Prénom : Nom : Moniteur :

Date :

Visa :