

Trucs et astuces

1 – Avoir des freins efficaces :

Des freins qui freinent même sous la pluie est un gage de sécurité indéniable. Pour cela, il existe des patins adaptés à toutes les conditions météorologiques. Les patins adaptés aux conditions sèches seront généralement très mauvais lorsque le temps est pluvieux. Par ailleurs ils peuvent s'user très rapidement sous la pluie.

C'est pourquoi pour nos usages, il existe des patins multi-conditions :

- Swisstop : les patins de couleur bleue sont aussi efficaces par temps sec que par temps très humide.

- BBB : les patins blanc et bleu sont également bien adaptés aux doubles conditions.

Lors du montage de patins neufs, il convient de régler les supports afin que la tête du patin touche en premier, un demi-millimètre suffit. Ainsi au bout de quelques freinages les patins seront parfaitement plaqués sur la jante et donneront toute leur puissance.

Des patins mal montés vont vibrer et émettre un sifflement strident désagréable, preuve de leur inefficacité.

Le nettoyage des jantes et des patins :

Toutefois pour garder un freinage puissant, il faut nettoyer régulièrement les jantes et les patins.

Les jantes alu : dégraisser les jantes régulièrement avec de l'essence F et enlever toutes traces noires. Si les surfaces ne sont pas parfaites ou si des traces refusent de partir, frotter légèrement la jante avec un petit bout de « laine d'acier double 0 » légèrement humide. Nettoyer ensuite la jante avec un chiffon très légèrement imbibé d'essence F jusqu'à ce qu'il soit propre.

Les patins : dégraissez-les régulièrement à l'essence F. Puis de temps en temps, enlevez-les pour un nettoyage plus complet avec du liquide vaisselle et passer leur surface de freinage sur une toile émeri bien plane et extra-fine. Le but de l'opération consistant à enlever une très fine couche de gomme qui a durci.

Après cette opération, attention aux premiers coups de freins qui vont être très puissants...

2 – Nettoyage du vélo :

Nettoyer régulièrement son vélo permet de vérifier l'état des composants et éventuellement de procéder à leur changement.

L'eau savonneuse, le liquide vaisselle ou l'essence F sont bien adaptés au nettoyage des cadres carbone et alu. Toujours privilégier des liquides peu ou pas agressifs. Pour les cadres carbone ne jamais utiliser de pétrole car ce dernier pénètre le carbone et décolle le vernis. Il peut à terme, altérer les qualités mécaniques du carbone.

Nettoyer la chaîne avec de l'essence F et un chiffon toutes les trois sorties. Tous les 500 à 600 km suivant les conditions atmosphériques, démonter la chaîne pour un nettoyage complet. Pour cela, la mettre dans un bocal avec du pétrole. Refermer le pot avec le couvercle et agiter vigoureusement le tout. Refaite l'opération deux ou trois fois et vous aurez une chaîne comme neuve. Bien la sécher et la huiler correctement avant de la remonter. Bien entendu, pour réaliser ce type d'opération, il convient d'avoir monté une chaîne avec une « attache-rapide ».

Une fois remontée, la chaîne doit être essuyée afin d'enlever tout surplus d'huile.

Le choix des huiles est vaste : WD40, 3 en 1, huile au téflon. Privilégier les huiles fines en burette et toujours huiler avec parcimonie.

3 – Entretien d'un vélo - les éléments clé :

La chaîne : changer la chaîne tous les **6000 à 7000 km en 10V – 3000 à 4000 en 11V**
un nettoyage régulier diminue l'usure et prolonge la vie d'une chaîne.
En cours de vie une chaîne s'allonge. Au-delà de 0,75 % une chaîne est à changer impérativement car elle provoque dysfonctionnements et usure prématurée des autres composants.
Pour connaître avec précision son allongement, rien de plus simple :
On mesure la chaîne neuve avant de la monter en la suspendant verticalement.
Ensuite, à chaque nettoyage complet on la mesure à nouveau et lorsque l'allongement dépasse 7 à 8 mm, on doit procéder à son changement.
Pour info sur une chaîne de 1,35m, 0,75 % correspondent à un allongement de 1cm.
C'est déjà très important.

Nettoyage chaîne : toutes les 3 ou 4 sorties nettoyage rapide
démontage et nettoyage complet tous les 600 km (moins si vous sortez sous la pluie)

Les câbles et gaines:

Câbles de vitesses : changement tous les ans

Câbles de freins : tous les 2 ans

Gaines vitesses : tous les 2 ans

Gaines freins : tous les 4 ans

Ces valeurs sont indicatives et pour un usage normal de 7000 km environ par an. Ces composants sont très faciles à changer et sont peu onéreux.

Si vous faites beaucoup de montagne et sollicitez beaucoup vos freins, les câbles peuvent être changés tous les ans (coût 4 euros)

Freins : Une goutte d'huile sur les axes des mâchoires lors du nettoyage du vélo

Patins de freins : Dès que les témoins d'usure sont atteints, sinon tous les ans

Roues : Vérifier annuellement le jeu et le graissage des roulements (à la fin de l'hiver)

Démontage et nettoyage de la roue libre : Tous les ans (à la fin de l'hiver)

Pneus : A changer dès que les témoins d'usure sont atteints. Surveiller les promos et achetez les pneus par avance. Les pneus se stockent très bien dès lors qu'ils sont talqués et gardés à l'abri de la lumière.

Jeu de direction : Vérifier régulièrement le jeu de direction : identifier le moindre point dur pouvant indiquer l'usure du roulement inférieur. Sa durée de vie est de l'ordre de 4 ans (variable en fonction des conditions climatiques)

Le changement d'un jeu de direction est aisé et ne demande aucun outil spécifique.

Un jeu de direction classique coûte environ 30 à 35 euros

Roulements de pédalier : Vérifier régulièrement le jeu des roulements du pédalier. Le moindre jeu indique un changement des roulements. C'est une opération facile. Un boîtier de pédalier Shimano coûte entre 20 et 30 euros.

Pédales : Les pédales sont en général démontables. Les roulements doivent être vérifiés et graissés tous les ans.