



A.D. GRUPO DE MONTAÑA PEGASO

Taller de MECÁNICA BÁSICA y otros consejos técnicos para CICLOTURISTAS FORMACIÓN



Created with the trial version of
Foxit Advanced PDF Editor
To remove this message
please go to the website
www.foxitsoftware.com/shopping



Fecha	VIERNES 5 de ABRIL de 2024
Formador	Eric Jalain Fernández del Taller Ciclista Pedagógico Social Co-laboratorio BIKESTEIN
Lugar	Centro Cultural Eduardo Chillida. C/. del Arroyo Belincoso 9, Moratalaz, 28030 Madrid
Duración	De 19:00 a 21:15
Precios	Socios colaboradores 2€. No colaboradores 5€
Contenido	<p>0 – ANATOMÍA DE UNA BICICLETA</p> <p>I – CHEQUEO GENERAL Y PUESTA A PUNTO</p> <ul style="list-style-type: none"> A - Limpieza, lubricación y revisión B - Frenos: colocación, roces, desgastes, camisas, tensión C - Cambios: desviadores trasero y delantero, colocación, camisas, tensión D - Holguras: eje del pedalier, eje de rueda, manillar, baile de rueda E - Cubiertas: estado y desgaste <p>II – BOTIQUÍN MECÁNICO BÁSICO EN INSTRUMENTAL PARA RUTEAR</p> <ul style="list-style-type: none"> A - Herramientas básicas B - Recambios básicos C - Material de ñapeo <p>III - PINCHAZOS</p> <ul style="list-style-type: none"> A - Prevención: sistemas antipinchazos B - En ruta: cambio de cámara
Requisitos	El taller está pensado para personas interesadas en el cicloturismo (con o sin experiencia) pero con conocimientos muy básicos o nulos en mecánica , para que logren un mínimo de autonomía en sus rutas.
Inscripción y contacto	A partir del 1 de Marzo de 2024. Inscripción a través de la web (ver condiciones de inscripción y anulación en la web: www.montanapegaso.es) Coordinador: Eric Jalain Contacto: Carlos Sanz (carlos.sanz64@yahoo.com)

