



Fiche guide de vérification

avant toute sortie vélo

(Mettre une croix dans la colonne lorsque la vérification est effectuée)

Vélo							Equipement						
Dispositifs obligatoires		Système de propulsion		Système de direction		Système de freinage		Autres vérifications		casque		vêtements	
Freinage efficace : deux dispositifs		Chaîne : bon état		Guidon : potence hauteur (par rapport à la selle), alignement et serrage		Poignées de frein : course par rapport aux mains et à la force de l'enfant		Pneus : état (flancs et gomme non usés ni tailladés) et gonflage		Etat de la coque		Adaptés à la pratique du vélo, ne pendent pas dans les rayons	
Avertisseur sonore		Dérailleur : bon fonctionnement		Fourche : bon état, pas de fissure		Câbles de frein : état et tension		Roues : blocage		Taille : ni trop petit, ni trop grand (couvre toute la tête, du haut du front, en passant pour l'arrière du crâne, ne limite pas le champ de vision)		Vêtement fluo	
Dispositifs réfléchissants		Pédales : serrées, pas de jeu				Patins : état et position		Jantes : non voilées		Sangle : réglage		Chaussures lacées, pas de grandes boucles pendantes	
								Selle : hauteur (pédale en bas talon sur la pédale la jambe doit être tendue mais pas raide) et serrage					