COMMENCEZ ICI

Comment utiliser ce guide

Les tutoriels vidéo sont organisés par pièce. Ça marche si vous savez déjà quelle pièce est en cause. Le problème, c'est justement qu'on ne le sait pas : on entend un bruit, on sent un frottement, et on ne sait pas par où commencer.

Ce guide commence autrement. Il part de ce que vous **constatez**, vous pose trois questions, et vous mène à la bonne procédure.

La Méthode des 3 Questions

1. **Qu'est-ce que je sens, j'entends ou je vois ?** Un bruit (tic, craquement, frottement, couinement), une sensation (mou, dur, jeu), une image (frotte, tombe, se déforme). Décrivez-le en trois mots.
2. **Où est-ce, exactement ?** Roue avant ou arrière, frein, direction, pédalier, transmission, selle. Posez le vélo sur une béquille et tournez les roues et la manivelle à la main pour localiser.
3. **Quand est-ce que ça arrive ?** Le moment donne presque la cause : à chaque tour de roue, à chaque tour de pédale, au freinage, au changement de vitesse, sous charge ou à vide.

Le « quand » met la plupart des pannes sur la piste

Ça arrive…	Cherchez d'abord du côté de…	Procédures
À chaque tour de roue	Pneu, valve, voile, patin ou disque qui frotte, rayon	P1, P3, P4, P10
À chaque tour de pédale	Pédales, vis de manivelle, boîtier, chaîne	P8, P11
Au freinage	Plaquettes ou patins, disque ou jante sales, câble ou purge	P3, P4, P5
Au changement de vitesse	Tension du câble, butées, patte de dérailleur	P5, P6, P7, page 20
En tournant ou en freinant devant	Direction, potence, fourche	P9
Sous charge ou en danseuse	Chaîne usée, tige de selle, manivelle, pédales	P8, P11, P12

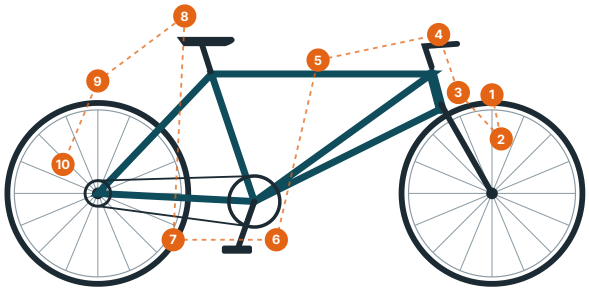
MÉTHODE

Gardez le vélo sur une béquille ou accroché pour les diagnostics. Les trois quarts des pannes se retrouvent à vide, à la main, en tournant la roue ou la manivelle.

VOTRE PREMIER RÉSULTAT · 10 MINUTES

Le Contrôle M

C’est la revue de sécurité que font les mécaniciens avant de rendre un vélo. Vous suivez le tracé d’un M autour du vélo, en dix points. Ça prend dix minutes, et à la fin vous savez ce qui est bon, ce qui est à régler aujourd’hui, et ce qu’il ne faut pas rouler avant d’avoir réparé.



Le tracé en pointillé dessine un M : roue avant, direction, cadre, pédalier, roue arrière.

Les dix points du Contrôle M sur le vélo.

#	Point	Comment contrôler	Si ça ne va pas
1	Roue avant	Pneu : pression au pouce, coupures, usure ; jante ; rayons pincés deux à deux ; axe serré, roue centrée	P1, P2, P10
2	Frein avant	Serrez le levier : ferme, pas au guidon ; patins ou plaquettes ; poussez le vélo vers l’avant frein serré, la roue ne tourne plus	P3, P4
3	Direction	Frein avant serré, va-et-vient : aucun « clac ». Soulevez la roue : le guidon tourne sans point dur	P9
4	Guidon et potence	Maintenez la roue entre les genoux et tournez le guidon : il ne doit pas bouger. Leviers bien serrés	P9
5	Cadre et fourche	Cherchez fissures, plis, peinture écaillée, déformations autour des soudures et du tube de direction	Stop : Quand s’arrêter
6	Pédalier et pédales	Secouez chaque manivelle : aucun jeu. Les pédales tournent librement, sans grincer	P11
7	Chaîne	Propre, lubrifiée, sans maillon raide ni rouille. Mesure d’usure une fois par saison	P8
8	Selle et tige	Ne tourne pas, ne descend pas, repère d’insertion non visible	P12
9	Roue arrière	Mêmes contrôles que la roue avant, plus le jeu de moyeu	P1, P10
10	Frein arrière et dérailleur	Frein ferme ; passez tous les rapports à vide en tournant la manivelle	P3, P4, P6, page 20

RÈGLE D’OR

Si vous sentez un jeu dans la direction, un levier de frein qui touche le guidon, un rayon cassé ou une fissure dans le cadre ou la fourche : le vélo ne sort pas avant d’avoir été réparé.