

# ATELIER D'INITIATION MÉCANIQUE VÉLO : APPRENDRE À RÉVISER SON VÉLO ET EFFECTUER QUELQUES RÉPARATIONS

## Mercredi 3 septembre 2025 à l'Écocentre Trégor

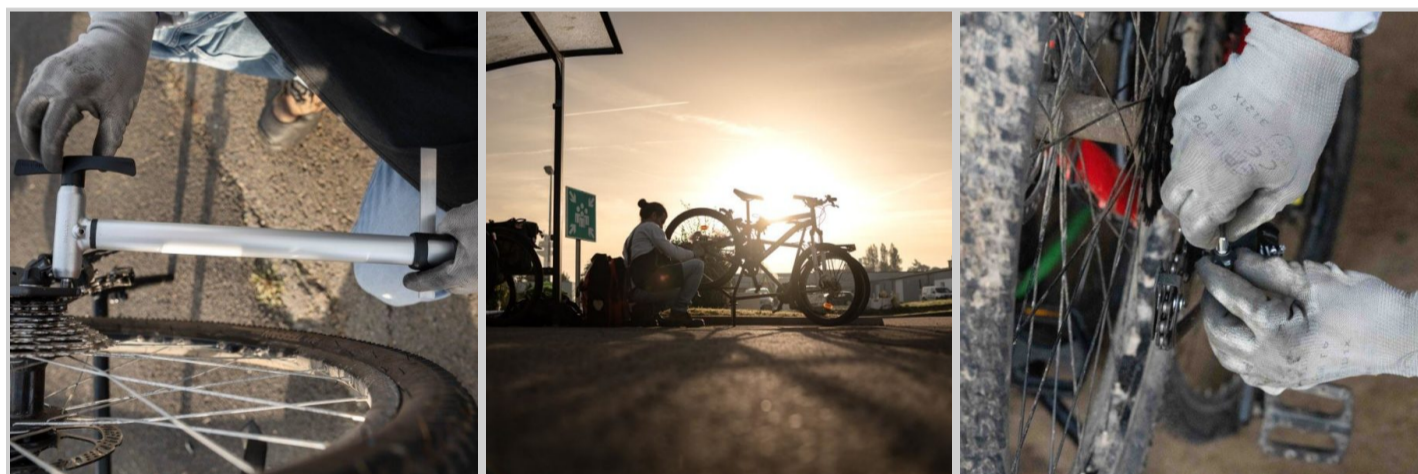
### PRÉSENTATION ET DÉROULÉ DE L'ATELIER

L'objectif de l'atelier est de s'initier aux rudiments de la **révision de son vélo** et de **quelques réparations usuelles**.

D'où provient ce mystérieux **frottement** intempestif ? Pourquoi le **dérailleur** ne passe-t-il pas les vitesses ? Comment poser une **rustine** ?

Guidé.e.s par le mécanicien cycle de **Biskèle**, vous découvrirez chaque composant de votre vélo afin de démystifier sa mécanique et vous apprendrez à :

- Vérifier les éléments de sécurité ;
- Identifier les éventuels problèmes de fonctionnement de votre vélo ;
- Effectuer l'entretien régulier et quelques réglages et réparations usuelles telles que le réglage du dérailleur, le changement de patins ou de plaquettes, et la réparation d'une chambre à air.



© Christophe LEFAUCHEUR

© Christophe LEFAUCHEUR

© Christophe LEFAUCHEUR

### AU PROGRAMME :

#### Apprendre à connaître son vélo et à le réviser :

- vérification des jeux de direction, roues et pédalier ;
- vérification de l'état de ses pneus, jantes et le voile des roues ;
- vérification de l'état des patins / plaquettes et du réglage du freinage ;
- vérification de l'état de la transmission et du passage des vitesses ;

#### Entretien son vélo et effectuer quelques opérations :

- lubrifier la transmission et gonfler les pneus ;
- régler le passage des vitesses ;
- remplacer des patins ou plaquettes et régler le freinage ;
- remplacer une chambre à air et poser une rustine ;

- dévoiler une roue.

## LE FORMATEUR

Ancien développeur informatique au parcours courbe, Thibaut BRIER est aujourd'hui le mécanicien réparateur de cycles de « Biskèle ».

Originaire de la Sarthe, ce diplômé de l'ENSSAT a décidé de remettre en question ses pratiques et a souhaité se reconverter dans le domaine de la mécanique vélo.

Se déplaçant sur son vélo-atelier, il se rend à domicile chez ses clients pour réparer leurs vélos, et est désireux de partager ses connaissances et favoriser l'autonomie, par la proposition d'ateliers d'initiation à la mécanique vélo qu'il anime avec clarté et bienveillance.



## ÉQUIPEMENT À PRÉVOIR

- votre vélo.
- des chaussures de sécurité ou de marche ;
- une paire de gants type bricolage / jardinage ;
- des vêtements chauds et confortables.

**Les outils sont fournis pour la durée du stage.**

**NB :** Vous pouvez cependant apporter les vôtres si vous souhaitez vous exercer avec.

## CÔTÉ CONVIVIALITÉ !

Pour le repas du midi, nous vous invitons à apporter **un plat à partager** pour une auberge espagnole à la bretonne!

## DURÉE

**1 jour**, le mercredi 3 septembre 2025 de 9h30 à 17h30.

Autres dates prévues pour cet atelier :

- Mercredi 9 avril
- Mercredi 30 juillet

## NOMBRE DE PLACES :

6 maximum, 3 minimum.

 LIEU,  ACCESSIBILITÉ,  MODALITÉS D'ACCUEIL 

RETROUVEZ **TOUTES LES INFORMATIONS PRATIQUES ICI !**

## TARIFS DU STAGE

- « Fonctionnement » : **85 €**



● 🧡 « Je suis solidaire » : **94 €**

● 🧡 « J'ai besoin de solidarité » : **76 €**

POUR EN SAVOIR PLUS SUR NOS TARIFS, **C'EST PAR ICI !**

✉ **POUR TOUT RENSEIGNEMENT...** 📞

**Contactez Aurélien / Flora / Noémie au 06 40 56 84 46 ou par mail à [ecocentre.tregor@gmail.com](mailto:ecocentre.tregor@gmail.com).**

✍ **POUR LES IRRÉDUCTIBLES QUI PRÉFÈRENT S'INSCRIRE « À L'ANCIENNE » :**

- Téléchargez et remplissez **lisiblement** le bulletin d'inscription **en cliquant ici**.
- Envoyez-nous votre bulletin **accompagné de votre règlement** à l'adresse postale suivante : Écocentre Trégor – Route du Radôme 22560 Pleumeur-Bodou.
- ✉ Nous vous confirmerons par mail la bonne réception de ces éléments.

