



QUANTO CONOSCI LA TUA BICI?

IN PARTENZA A SETTEMBRE

CICLOFFICINA E CICLOMECCANICA

ISCRIVITI AI NOSTRI CORSI GRATUITI DI CICLOMECCANICA
8 INCONTRI PER IMPARARE CON I NOSTRI ESPERTI
LE REGOLE BASE PER GESTIRE IN AUTONOMIA LA TUA BICICLETTA

RIPARA LA TUA BICICLETTA PRESSO LA CICLOFFICINA
TROVERAI PERSONE COMPETENTI PRONTE AD AIUTARTI
E TUTTO IL MATERIALE NECESSARIO PER RIPARARE IL TUO MEZZO



LA PORTA VERDE
del Grande Parco Forlanini

UN CICLO DI LEZIONI TEORICHE E PROVE PRATICHE SUL CAMPO.

LE ATTIVITA' SARANNO COORDINATE DAGLI ESPERTI DI **MILANO BICYCLE COALITION** CON IL SUPPORTO DEI PARTNER DI PROGETTO "LA PORTA VERDE DEL GRANDE PARCO FORLANINI".

(il calendario delle attività potrebbe subire delle variazioni in base all'andamento della pandemia Covid-19)

CORSO CICLOMECCANICA

1_Dizionario e Anatomia della bicicletta

16.09.2021

Introduzione all'oggetto bicicletta, identificazione dei vari componenti che costituiscono la bicicletta, cenni storici ed evoluzioni.

Attrezzatura per emergenza in strada e attrezzatura base di riparazione casalinga.

2_Ruote e pneumatici

23.09.2021

Dimensioni, tipologie e utilizzi dei cerchi, copertoni e camere d'aria.

Pratica con coperture e camere d'aria: ispezione foratura, sostituzione e riparazione con toppa.

3_Freni

30.09.2021

Tipologie di impianti frenanti: leve, pinze, pattini, cavi e guaine.

Pratica con sostituzione dei pattini, cavi e guaine e regolazione freni.

4_Sterzo e Manubrio

07.10.2021

Tutto quello che c'è da sapere su serie sterzo, attacchi manubrio, manubri e forcelle.

Proviamo a fare manutenzione delle sfere dello sterzo, alzare o cambiare il manubrio e le altre operazioni base

5_Movimento centrale, guarnitura e pedali

14.10.2021

Movimento centrale e il suo funzionamento. Tipologie di manutenzione e problematiche ricorrenti.

Cambiamo i pedali, sostituiamo la guarnitura.

6_Pratica su movimento centrale e catena

21.10.2021

Manutenzione pratica del movimento centrale, sostituzione sfere o calotte.

La catena, funzione e manutenzione. Pratica su cambio catena e maglie.

7_Cambi, deragliatori, pignoni e ruote libere

28.10.2021

Come funzionano i deragliatori.

Rapporti e pedalata.

Pratica di regolazione deragliatore anteriore e posteriore.

8_Posizione in sella - Gestione dell'officina

04.11.2021

Selle, reggisella e viti sella. Posizione in sella e regolazioni per il comfort in bicicletta.

Attrezzi necessari a una ciclofficina; pratiche e consigli per una buona gestione.

PER PARTECIPARE

ISCRIZIONE: laportaverdegpf@gmail.com

COSTO: gratuito

AL TERMINE DELLE ATTIVITA'

ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE

GADGETS (in base al numero di lezioni frequentate)

CICLOFFICINA

QUANDO: tutte le domeniche dal 12.09 al 07.11 - sabato 25.09 - sabato 30.10

ORARI: dalle 12.00 alle 18.00

Tutti i weekend fino a novembre, porta la tua bici per una revisione gratuita presso la Ciclofficina de La Porta Verde del Grande Parco Forlanini!



Con il contributo di

Fondazione di Comunità
MILANO
CITTA' SUDDIVISE SUD-EST MANTOVANA