ANDRA VIKTIGA SAKER

Om du märker att växlarna inte fungerar ordentligt ska du be om hjälp av en vuxen. Kedjorna bör hållas rena. Olja dem lätt efter tvätt. Hörs ringklockan också i trafiken?



	I skick	Behöver repareras eller skaffas
Ringklockan fungerar.	☐	☐
Växlarna fungerar.	☐	☐
Kedjorna är rena och oljade.	☐	☐

INNAN DU CYKLAR, KONTROLLERA ÅTMINSTONE ATT:

- bromsarna fungerar,
- det finns luft i däcken och
- cykeln har lyktor om det är mörkt eller halvmörkt.

HEJ VÅRDNADSHAVARE!

Kom ihåg att det är på vuxnas ansvar att kontrollera cykelns skick. Låt cykeln vid behov repareras i en lämplig serviceverkstad.



Kontroll av cykelns skick

Besikta din cykel regelbundet. Det är säkrare och trevligare att cykla med en fungerande cykel i lämplig storlek. Gå igenom punkterna i detta besiktningskort. Underhåll, reparera och justera cykeln med en vuxen.

BROMSARNA

Testa bromsarna på gården. Testa fram- och bakbromsarna separat. Man ska effektivt kunna stoppa cykeln med hjälp av bromsarna. Kontrollera att hand-bromsarna är framför handtagen, något nedåtvända. Om du märker att bromsarna inte fungerar ordentligt ska du be om hjälp av en vuxen.



Om cykeln endast har en av bromsarna, fyll inte i den andra delen.

	I skick	Behöver repareras eller skaffas
Bakbromsen fungerar.	☐	☐
Frambromsen fungerar.	☐	☐

FÄLGAR OCH HJUL

Sitter hjulen ordentligt fast? Är däcken i skick eller finns det till exempel sprickor på däcken? Kontrollera regelbundet att det finns tillräckligt med luft i däcken. När man åker med lösa hjul är det svårt att styra och däcken slits snabbare. Om det finns en mätare på pumpen, kan den användas för att kontrollera däcktrycket. Värden för lämpliga tryck finns ofta på sidan av däcket.



	I skick	Behöver repareras eller skaffas
Hjulen är ordentligt fast.	☐	☐
Det finns inga sprickor eller utbuktningar i däcken.	☐	☐
Det finns slitbanor kvar på däcken.	☐	☐
Det finns tillräckligt med luft i däcken.	☐	☐

REFLEXER

Kontrollera att cykeln har en vit framreflex och en röd bakreflex. Sidoreflexer ska finnas på fram- och bakhjulet. De ska synas från båda sidorna och de kan vara vita eller gulbruna. Reflekterande hjul kan också fungera som sidoreflexer.



	I skick	Behöver repareras eller skaffas
Det finns en ljus reflex framtill.	☐	☐
Det finns en röd reflex baktill.	☐	☐
Det finns sidoreflexer på cykeln.	☐	☐

SADEL OCH STYRSTÅNG

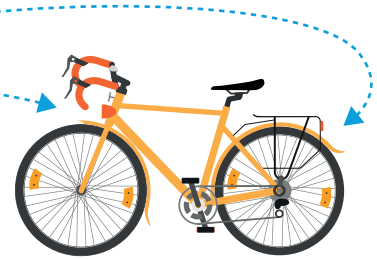
Kontrollera att styrstången är ordentligt fast i cykeln. Justera styrstången till en passlig höjd för dig, om den går att justera. Handlederna bör vara raka när man cyklar. Sadelns höjd är passlig när benet förblir lite böjt när man trampar ner pedalen. Sadeln kan också vara lite lägre ner så att fötterna lätt når marken.



	I skick	Behöver repareras eller skaffas
Sadeln är på rätt höjd.	☐	☐
Sadeln är hel.	☐	☐
Styrstången sitter ordentligt fast.	☐	☐
Styrstången är på rätt höjd.	☐	☐

LYKTOR

När det är mörkt eller halvmörkt ska cykeln ha lyktor. Lyktorna kan vara löstagbara och fästa vid cyklisten eller hjälmen. Justera lyktorna så att du inte bländar andra.



	I skick	Behöver repareras eller skaffas
Den ljusa framlyktan fungerar.	☐	☐
Den röda baklyktan fungerar.	☐	☐