



m-gineering.nl

Voorstellen

Marten Gerritsen



m-gineering.nl

Hoe blijft een fiets heel ?

- 1) Met goed materiaal beginnen
- 2) Niet overvragen
- 3) Niet door blijven rijden, tijdig ingrijpen
- 4) Proeffietsen

m-gineering.nl

Het goede begin



Niet handig



Prima

m-gineering.nl

Het goede begin



Niet handig

Te zwaar beladen
Terugtraprem ongeschikt
Geen versnellingen

m-gineering.nl

Het goede begin



Prima (40r oude Gazelle)

- Simpel en kwaliteit
- Goed nagekeken, nieuwe banden, kabels etc
- Voldoende versnellingen en remmen
- Bagagegewicht in verhouding

Niet: de nieuwste, duurste en met alle toeters en bellen

m-gineering.nl

Het goede begin

Samenvattend

- Kies een fiets aangepast aan het doel
- Technisch in orde

m-gineering.nl

Het goede begin

Kies een fiets aangepast aan het doel

- Vakantiefiets
- Randonneur/gravelbike
- MTB
- Racefiets
- 'Stads'fiets
- Ligfiets

m-gineering.nl

Het goede begin

Technisch in orde

- **Frame** (scheuren, krom)
- **Wielen** (versleten velgen, goed gespaakt?, freewheel & lagers)
- **Bagagedragers** (scheuren, 'design')
- **Remmen** (kabels, remblokken)
- **Aandrijflijn** (doen alle versnellingen het?, kabels)

m-gineering.nl

Niet overbelasten



- Rijstijl (lief zijn)
- Route (bandenkeus)
- Bagage (minder, minder)
- OV (erger dan vallen)
- Rivieren (water-lagers)



m-gineering.nl

Niet aan flarden rijden



Luisterend oor
Rammels-tikken-kraken
'dat doet ie anders nooit'



m-gineering.nl

Niet aan flarden rijden

- Slijtage en preventief onderhoud
- Velgen en remblokken (schijfremmen)
- Ketting en tandwielen
- Banden
- Boutjes onder controle houden

m-gineering.nl

Controles onderweg

5 minuten APK

m-gineering.nl

Reparaties

Derailleur afstellen
Ketting spannen
Derailleur oor
Gereedschap

m-gineering.nl

Reparaties

Derailleur afstellen



m-gineering.nl

Reparaties

Ketting spannen



m-gineering.nl

Reparaties

Derailleur oor



m-gineering.nl

Reparaties



- Mee
- Binnenband, plakset & pomp
 - Tiewraps, ducttape etc
 - Reserve boutjes en kettingschakel
 - Kettingpons
 - Schroevendraaier
 - Banderlichters
 - Inbussleutels
 - Torsieleutels?
 - Steksleutel?
 - Poetsdoek, nitril handschoenen

- Niet mee
- Te ingewikkeld
 - Nutteloos zonder reserveonderdeel

m-gineering.nl

Proeffietsen

Een beladen fiets fietst anders: testen!

- Werkt alles nog?
- Kun je er nog veilig op fietsen?
- Blijven de tassen zitten?
- Herzie de paklijst

m-gineering.nl



Goede reis
(2.B.20)

m-gineering.nl