



Club Alpino Italiano

Sezioni di

Firenze – Sesto Fiorentino - Scandicci



Martedì 26 Marzo e Giovedì 4 Aprile 2024

Serate a tema – Manutenzione base della MTB

Inizia la bella stagione con la bike in forma!! Due serate per far conoscere le tecniche base utili a mantenere la propria mountain bike in perfetta forma e risolvere gli eventuali guasti meccanici durante una Ciclo-Escursione.

PROGRAMMA

Martedì 26 Marzo

- Lavaggio e lubrificazione quali prodotti
- Sostituzione pasticche freni
- Manutenzione serie sterzo
- Cambio camera d'aria / manutenzione tubeless

Giovedì 4 Aprile

- Regolazione e sostituzione filo cambio
- Rottura del forcellino come ripartire
- Riparazione catena
- Cosa avere al seguito per chi si appresta ad effettuare una uscita in mtb



INFORMAZIONI

Entrambe le serate si svolgeranno presso:

Sede CAI Firenze

**Via del Mezzetta 2/M,
firenze**

Con inizio previsto alle ore 21 e termine intorno alle 23 circa

QUOTA ISCRIZIONE:

10€ per Soci CAI

15€ per i non Soci

Numero massimo di partecipanti: 20

Contatti:

cai.mtb.se.fl@gmail.com

REFERENTI

Stefano Landeschi
tel: 338 2946947

Lorenzo Riganella
tel: 342 9907421

Iscrizioni: attraverso questo [link](#)

Termine iscrizioni: Sabato 23 Marzo