

HUR DU TAR HAND OM DIN CYKEL – och vad som krävs av den

För att ta hand om din cykel kan du göra väldigt många saker. I detta faktablad tar vi upp några enkla saker som du kan göra på egen hand utan att vara expert. Längre ned på sidan står också vad du måste ha för att din cykel skall vara laglig!

KONTROLLERA BROMSARNA

Det är mycket viktigt att bromsarna fungerar så att du kan bromsa eller stanna när det krävs. Om de inte fungerar måste du fixa i ordning dem innan du cyklar. Har du bara handbromsar skall du kolla så att bromsklossarna inte är alltför nedslitna. Kan du inte göra det själv så be någon som kan fixa dem. Kanske mamma eller pappa eller någon annan vuxen?

PUMPA DÄCKEN

Om däckerna är ordentligt pumpade blir det lättare att cykla. Om du har för lite luft i däckerna kan hjulen ta skada och risken är större att du får punktering.

OLJA KEDJAN

Det är viktigt att kedjan är oljad, då går det lättare att cykla. Om den inte är oljad går det trögare och på sikt kan det innebära att dreven slits.

HA DIN CYKEL VÄDERSKYDDAD

Om cykeln står ute i regn och rusk torkar vissa delar ut och/eller rostar sönder. Ha din cykel inomhus eller i ett cykelställ med tak.

RINGKLOCKAN

Kontrollera så ringklockan fungerar. Ringklockan är bra för att varna andra som cyklar eller går att du kommer.

REFLEXER OCH LAMPOR

Kontrollera att reflexer och lampor fungerar och är rena. Om lampor och reflexer inte är rena så syns de inte lika bra, eller i värsta fall, inte alls.



ANNAT

Det kan vara bra att ha ett ordentligt lås om du vill ställa ifrån dig cykeln. Vad din cykel måste ha:

- Fungerande broms
- Fungerande ringklocka

Om du cyklar i mörker måste du dessutom ha:

- Vitt eller gult ljus framåt. Det ska vara fast sken som syns tydligt på ett avstånd av 300 meter och inte blinkande.
- Rött ljus bakåt. Från och med 2 maj 2008 är det tillåtet att ha blinkande baklykta om blinkfrekvensen är över 200 ggr per minut.
- Vit reflex framåt
- Röd reflex bakåt
- Orangegula eller vita reflexer åt sidorna (Oftast sitter reflexerna fastsatta i ekrarna men ibland finns det reflekterande material på däckerna)

Observera att alla cyklister som är under 15 år måste använda cykelhjälm!