

➤チェックシート

自転車チェックシート※自転車の点検・整備は以下の項目に合うよう自己の責任で行ってください。

No.	✓	項目	内容
1		ヘルメット・グラブ	あごひものあるヘルメット、グラブを着用する。※自転車用を推奨
2		ハンドル	真上から見て、前輪タイヤとハンドルが直角になっている。
3		サドル	真上から見てサドルとフレームの中心線は同一で、フレームに固定されている。
4		タイヤ	ひび等劣化、キズはなく、空気圧は指定の空気圧が入れている。
5		ホイール	ハブはガタつかず、前後リムは縦横の振れがなく、スムーズに回転する。
6		ペダル	ガタつき、ペダルの緩みはない。
7		変速機	異音などはなくスムーズに動き、確実に変速する。
8		ブレーキ	ゴム・パットの残りも十分あり、ワイヤーの錆・ほつれもなく、スムーズに制動できる。
9		アタッチメントバー	トライアスロンバー、DHバー、スピナッチ等のアタッチメントバーは装着していない。
10		カゴ/スタンド/キャリア	カゴ・スタンド・キャリア等の突起物は取り外してある。