

Revisión Rápida o ABC Quick Check en Inglés



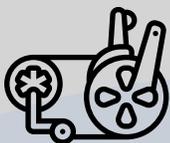
"A" es por Aire:

Tómese el tiempo de revisar sus ruedas para ver si tienen aire antes de cada viaje. Pellizque cada rueda para comprobar la presión de aire. Si alguna de las ruedas no está firme, debe bombearla hasta la cantidad recomendada. Esta información está impresa en el costado de la rueda (ejemplo: "40-60 PSI"). También debe revisar las ruedas para ver si tienen algún corte grande.



"B" es por Freno:

¡No espere hasta que los necesite para descubrir que sus frenos no funcionan! Asegúrese de que los frenos de pedal detengan la bicicleta haciendo girar la rueda trasera y aplicando el freno. Si tiene frenos de mano, compruebe los frenos delanteros y traseros uno a uno levantando una rueda a la vez y apretando la palanca para asegurarse de que el freno detenga la rueda. Las pastillas de freno deben estar limpias, rectas y deben tocar las llantas de metal, no las ruedas.



"C" es por Cadena y bielas:

Agarre los brazos de las bielas e intente moverlos de lado a lado. No debería haber ningún movimiento. Gire los pedales y las bielas para ver si la cadena impulsa la rueda trasera. La cadena debe parecer de metal, no oxidada o sucia. Asegúrese de que la cadena no esté suelta; podría caerse mientras monta en la bicicleta.



PALANCA DE LIBERACIÓN RÁPIDA

"Quick" se refiere a "Quick Release" en inglés o Palanca de Liberación Rápida:

Algunas bicicletas tienen palancas de liberación rápida en las ruedas o en el poste del sillín. Compruebe que estén bien apretadas y cerradas. La palanca debe apuntar a la parte trasera de la bicicleta para que no se enganche en nada y suelte la rueda accidentalmente.

CHEQUEO



"Chequee" su bicicleta:

La última parte de la revisión rápida ABC Quick Check es revisar toda la bicicleta. Inspeccione la bicicleta para ver si hay piezas sueltas o rotas. Apriételas, arréguelas o reemplácelas antes de montar en la bicicleta. Dé un paseo rápido para asegurarse de que todo funciona correctamente. Preste más atención a su bicicleta durante las primeras cuadas.