STAP 2: HAAL DIE WIEL AF
Haal die wiel af en kyk of daar nie skerp voorwerpe in die buiteband is nie. Verwyder dit as daar is.

STEP 2: REMOVE WHEEL
Remove the wheel and check the tyre for sharp objects. Remove them if there are any.

STAP 3: HAAL DIE BUITEBAND AF
Blaas die band af deur op die kleppie te druk. Steek die eerste bandligter onder die buiteband in en haak dit aan die speek. Steek die tweede bandligter onder die buiteband in 'n paar speke weg van die eerste een en gly dit al met die band langs terwyl jy die band van die velling af lig. Wanneer die een kant van die buiteband los is, moet jy die kleppie tot binne die buiteband stoot en dan die binneband uit die buiteband trek om dit te verwyder.

STEP 3: REMOVE TYRE
Deflate the tyre by pressing on the valve. Insert the first tyre lever under the tyre, and then hook it onto the spoke.

Insert the second tyre lever under the tyre a few spokes from the first and slide it around, lifting the tyre off the rim.

When one side of the tyre is loose, push the valve up into the tyre and pull the tube out of the tyre to remove it.

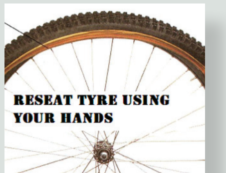
STAP 4: GAAN DIE BUITEBAND NA
Kyk aan die binnekant van die buiteband of jy kan sien wat die lek in die band veroorsaak het en, indien wel, verwyder dit.

STEP 4: CHECK THE TYRE
Check the inside of the tyre for the cause of the puncture and remove it.

STAP 5: GAAN DIE BINNEBAND NA
Pomp lug in die binneband. Luister vir 'n sisgeluid om te kyk waar die gaatjie is en merk dit duidelik. Maak die area rondom die gaatjie met sandpapier skoon. Smeer oplossing op die binneband op 'n area groter as jou plakker. Wag tot die oplossing taai is, en plak die plakker dan behoorlik op die binneband vas.

STEP 5: CHECK THE TUBE
Pump air into the tube. Listen for a hissing noise to locate the puncture and mark clearly. Clean the puncture area with sandpaper. Spread solution onto the tube so it is bigger than your patch. Wait until the solution is sticky, and then apply the patch firmly to the tube.

STAP 6: SIT DIE BUITEBAND TERUG
Pomp die binneband effens totdat dit rond is. Sit die kleppie nou versigtig deur die klepgaatjie. Deur by die klepgaatjie te begin, gebruik jou duime om die buiteband op die velling terug te stoot.



STEP 6: INSTALL THE TYRE
Pump the tube a little until it is round. Now carefully fit the valve through the valve hole. Starting at the valve hole, use your thumbs to push the tyre onto the rim.

STAP 7: POMP DIE BAND OP
Pomp die buiteband op terwyl jy seker maak dat die buiteband in posisie bly en nie van die velling af uitpeul nie. Wanneer dit opgepomp is, sit die klepdoppie terug en sit die wiel terug op jou fiets.

STEP 7: INFLATE THE TYRE
Pump up the tyre making sure the tyre stays in position and does not bulge off the rim. Once inflated, replace the valve cap and fit the wheel onto your bicycle.

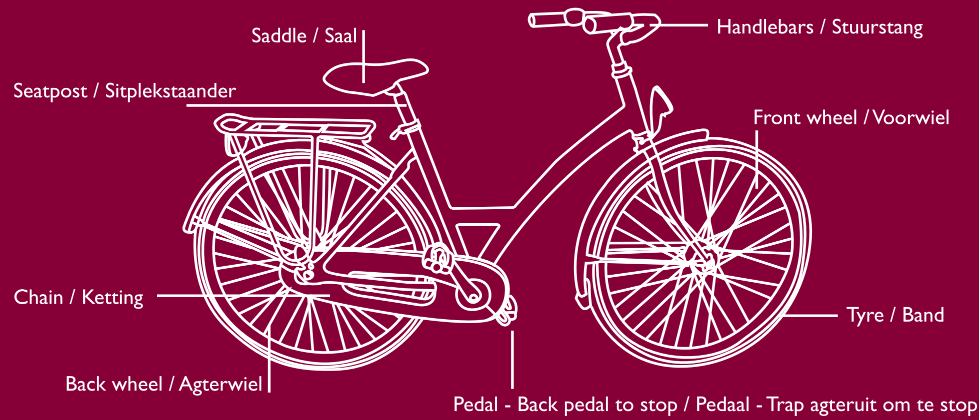
FIETSINSTANDHOUDINGSGIDS

Probleme met jou fiets terwyl jy ry, is 'n fietsryer se grootste nagmerrie.

Jy kan probleme vermy deur jou fiets gereeld in stand te hou.

Hierdie gids sal jou help om jou fiets in stand te hou en te verseker dit is veilig om te ry.

Voordat jy begin met die instandhouding van jou fiets, sorg dat jy die verskillende fietsonderdele ken. Die prentjie hieronder behoort te help!



BICYCLE MAINTENANCE GUIDE

Problems with your bicycle whilst riding are a cyclist's worst nightmare.

You can avoid problems by maintaining your bicycle regularly.

This guide will help you maintain your bicycle and ensure it is safe to ride.

Before you start maintaining your bicycle, make sure you know your bicycle parts. The picture above should help!

Volhoubaarheid
Sustainability

UNIVERSITEIT·STELLENBOSCH·UNIVERSITY
jou kennisvennoot·your knowledge partner

Vervoerdienste / Vehicle Services
Banghoekweg 48 Banghoek Road,
Stellenbosch, 7600

E-pos/E-mail: fiets_bike@sun.ac.za / llang@sun.ac.za
Tel: (021) 808 9071/4675
www.sun.ac.za/voertuig

VOORRIT-KONTROLERLYS

Maak altyd seker dat jou fiets in 'n padwaardige toestand is voordat jy daarop ry. Hierdie eenvoudige punte kan jou 'n lang stap huis toe of 'n lelike ongeluk spaar:

PRE-RIDE CHECKLIST

Always check that your bicycle is in a roadworthy condition before you ride it. These simple checks could save you a long walk home or a nasty accident:

KONTROLEER 1: BANDE

Sorg dat die bande heeltemal opgepomp is. Druk die band met jou duim. As dit sag is, moet jy die band nog harder pomp. Bande wat behoorlik gepomp is, hou langer en ry beter.

CHECK 1: TYRES

Make sure that the tyres are fully inflated. Press the tyre with your thumb. If it's soft you will need to pump up the tyre. Well inflated tyres last longer and ride better.

KONTROLEER 2: SAAL

Maak seker jou saal is die regte hoogte. Sit op die saal met jou hak op die pedaal. Jou been behoort reguit te wees. Indien nie, moet jy die saalhoogte verstel.

Fietsry is baie makliker as jou saal die regte hoogte is.

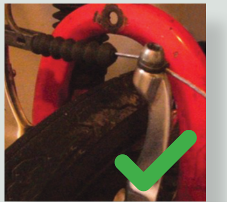
CHECK 2: SADDLE

Check that the saddle is the correct height. Sit on the saddle; put your heel on the pedal. Your leg should be straight. If it's not, you will have to adjust the saddle height.

Cycling is much easier with the correct saddle height.

KONTROLEER 3: REMME

Stoot die fiets en trek rem. Stop die fiets vinnig? GEVAAR: As jou fiets nie vinnig stop nie, moet jy nie daarop ry nie. Neem jou fiets na 'n werktuigkundige.



CHECK 3: BRAKES

Push the bicycle along and pull on the brakes. Does the bicycle stop quickly? DANGER: If your bicycle does not stop quickly, you should not ride it. Take your bicycle to a mechanic.

KONTROLEER 4: WIELE

Maak seker die voorwiel is behoorlik aan die vurk vas. Doen dieselfde met die agterwiel. GEVAAR: As die wiel los is, moet jy dit vasdraai voor jy gaan ry.

Lig die voorwiel en draai dit vinnig. Maak seker die remkussings raak nie aan die wielvelling nie. Doen dieselfde met die agterwiel.

As die wiel aan die remkussings raak, kan dit gebuig wees en moet dit deur 'n werktuigkundige reggemaak word.

Fietsry is baie makliker met wiele wat reguit ry.

CHECK 4: WHEELS

Check that the front wheel is securely fastened onto the fork. Repeat for the back wheel. DANGER: If the wheel is loose you must tighten it before riding.

Lift the front wheel and spin it. Check that the brake pads don't catch on the wheel rim. Repeat for the back wheel.

If the wheel catches the brake pads then it might be buckled and will need repairing by a mechanic.

Cycling is much easier with straight wheels.

KONTROLEER 5: STUURSTANG

Sorg dat die stuurstang behoorlik vas is. Om dit te doen, moet jy voor jou fiets staan met die wiel tussen jou bene. Probeer dan om die stuurstang te draai. Dit behoort nie onafhanklik van die voorwiel te beweeg nie.

GEVAAR: As die stuurstang vaster gedraai moet word, moet jy dit eers doen voordat jy gaan ry.

CHECK 5: HANDLEBARS

Make sure the handlebars are tight. To do this, stand in front of your bike and hold the wheel between your legs. Now try to turn the handlebars. They should not move independently from the front wheel.

DANGER: If the handlebar needs tightening, do not ride the bicycle until you have tightened the bolt.

KONTROLEER 6: KETTING

Ondersoek die ketting. Is dit geroes of kort dit smeerolie? Maak die ketting met 'n ou lap skoon. Sit bietjie fietssmeerolie aan die ketting wanneer dit skoon is.

'n Skoon en gesmeerde ketting sal langer hou, gladder ry en die ratte sal ook beter oorskakel.

CHECK 6: CHAIN

Check the chain. Is it rusty or does it need lubricant? Clean the chain with an old piece of cloth. When the chain is clean apply some bicycle lubricant to the chain.

A clean and lubricated chain will last longer, run smoother and the gears will change better.

As jou fiets al hierdie kontroles geslaag het, kan jy met 'n geruste hart gaan ry!

As jy nie seker is hoe om jou fiets reg te maak nie, vra 'n fietswerktuigkundige wat jou kan help.

If your bicycle passes these simple checks, your bicycle is good to ride!

If you are unsure how to fix your bicycle, ask a bicycle mechanic who will be able to help you.

MAAK JOU FIETS SKOON

Is jou fiets vuil en vol modder, stof en olie? Indien wel, was die raam en wiele. Gebruik 'n lap om die vullis van die remme, ratte en ketting af te haal. Smeer die ratte en ketting met olie, maar onthou om nie olie op die remme te sit nie! 'n Skoon fiets sal langer hou en baie lekkerder ry!

CLEAN YOUR BICYCLE

Is your bicycle dirty and covered in mud, dust and oil? If so, wash the frame and wheels. Use a cloth to wipe grime off the brakes, gears and chain. Lubricate the gears and chain, but remember do not put oil on the brakes! A clean bicycle will last longer and be much nicer to ride!

MAAK JOU LEKBAND IN 7 MAKLIKE STAPPE REG

STAP 1: GEREEDSKAP WAT BENODIG WORD

- Herstelwerkstelletjie ("patch & solution", sandpapier)
- Pomp
- Bandligters ("tyre levers") (jy kan ook lepels gebruik)

PUNCTURE REPAIR IN 7 EASY STEPS

STEP 1: REQUIRED TOOLS

- Patch kit (patch, solution & sand paper)
- A pump
- Tyre levers (no levers? use spoons instead)