



Taller de bicis – arreglar pinchazos y revisar frenos

DE UN VISTAZO



Lugar

Fuera o en un garaje



Idea central

Poner a punto la propia bici: parchear una cámara, revisar frenos, luces y cadena, y ayudarse unos a otros



Esfuerzo

Material 15 min · Preparación 20 min



90 minutos



parejas



12-16 años



traer la propia bici



Material

- ☐ las bicis de cada uno (avisar antes)
- ☐ kit de parches, desmontables, bomba con adaptadores de válvula
- ☐ cubo con agua para encontrar el agujero
- ☐ llaves Allen y fijas, aceite para cadena, trapos
- ☐ lista de comprobación «bici segura»



Desarrollo

0-10'

Introducción – ¿Quién ha pinchado alguna vez y qué hiciste?

10-25'

Revisión de la bici – Por parejas con la lista: frenos, luces, timbre, reflectantes, presión de las ruedas, cadena. ¿Qué falta o está roto?

25-60'

Arreglar un pinchazo – El dirigente enseña paso a paso cómo parchear una cámara. Luego cada pareja practica con una cámara vieja o con su bici.

60-75'

Pequeñas reparaciones – Engrasar la cadena, ajustar el sillín, hacer que ajusten los frenos. Los fallos mayores se apuntan para los padres o el taller.

75-90'

Devocional – Eclesiastés 4,9-10: «Más valen dos que uno. Si uno cae, el otro lo levanta». Reparar es más fácil entre dos, y la vida también. Dios nos ha dado los unos a los otros como ayuda.



Taller de bicis – arreglar pinchazos y revisar frenos



Cómo funciona – explicado de forma sencilla

- 1 Quitar la rueda o sacar la cubierta de la llanta por un lado con los desmontables y sacar la cámara.
- 2 Inflar la cámara y pasarla por el agua: donde salen burbujas está el agujero. Marcar el sitio.
- 3 Lijar la zona, extender una capa fina de pegamento y dejar secar un poco.
- 4 Apretar bien el parche. Palpar el interior de la cubierta para quitar espinas o cristales.
- 5 Volver a meter la cámara, montar la cubierta, inflar y comprobar que la rueda gira recta.

 **Ejemplo:** «Solo te pasas un rato peleándote con el desmontable. Entre dos, uno sujeta y el otro tira, y sale. Así nos pensó Dios: los unos para los otros».



Seguridad

- Solo revisar los frenos; los ajustes importantes los hace un dirigente o un taller.
- Mantener los dedos lejos de la cadena en marcha y de los radios; colocar la bici estable o darle la vuelta para trabajar.
- Tras la reparación, probar solo en un lugar seguro sin tráfico.



Variantes

- Circuito de habilidad: ir despacio, eslalon, frenar en un punto.
- Servicio de reparación: el grupo ofrece una revisión de bicis para los niños de la iglesia.



Para reflexionar

¿Quién te «levantó» la última vez? ¿Y a quién puedes ayudar esta semana?