



Argelès sur Mer 1e, 2 décembre 2019

Les 3 ateliers seront créés en fonction des intervenants et tous types de GS confondus. Voici la liste non exhaustive des points qui seront abordés lors du stage

### 1) Comment régler sa machine à ses propres besoins:

- réglage de la hauteur du levier de vitesse en agissant sur l'axe du levier et/ou en agissant sur la biellette de la tringlerie
- réglage de la course des poignées d'embrayage et de frein AV
- réglage de la hauteur du levier de frein à pieds
- déconnexion de l'ABS et de anti patinage (avantage, inconvénient, dans quelles situations faut-il ou ne faut-il pas le faire)
- réglage de la hauteur du guidon en position debout sur les cales pieds (besoin de rehausseur)
- réglage d'un des rétroviseurs pour surveiller ses arrières en position debout
- pression des pneus (manomètre de contrôle)

### 2) Diagnostic et réparation de pannes sur le terrain:

- réparer une crevaison sur un pneu tubeless et sur un pneu avec chambre (kit réparation, chambre à air, regonflage à cartouches ou compresseur) démonstration sur un pneu usagé.
- démontage roues AV et AR et démontage du pneu (techniques de démontage d'un pneu sur une jante avec ou sans sangles et démontes pneus, sécuriser les capteurs de pressions)
- comment shunter le contacteur de béquille latérale
- contrôle du filtre à air (démontage, nettoyage, remontage)
- rappel sur les contrôles de niveaux (huile, frein, embrayage)
- vérification tension et graissage chaîne transmission
- réglage suspensions (course) et contrôle des fuites au joint spi
- utilité d'un outil de diagnostic F911 en off road

### 3) Atelier Suspensions

- fonctionnement des suspensions (détente et préhension)
- le circuit hydraulique
- entretien, changement joints spi...
- réglages en fonction du poids supporté et du terrain
- présentations des nouveaux modèles
- Essai en tout terrain, comparaison

### 4) Astuces et systèmes D

- comment démarrer une moto avec la batterie à plat
- comment remorquer une moto par une autre moto (points de fixations cordage-sangle)
- comment colmater temporairement un trou sur un réservoir d'essence
- idem pour le carter d'huile
- redémarrer une moto après une chute dans un gué. Cas 1. L'eau est seulement entrée dans le filtre à air. Cas 2. L'eau a pénétré jusqu' au cylindre et/ou le pot d'échappement

### 5) Outillage indispensable à embarquer lors d'un voyage Off Road

6) Comment charger sa moto et quels sont les accessoires indispensables (polochon, valises, sangles...)

Yves CATTOEN-MARCELIN

BMW Motorrad Club France  
Trésorier & Responsable GS Académie  
53, rue Victor Hugo  
66700 ARGELÈS SUR MER

[yves.cattoen@bmwmcf.com](mailto:yves.cattoen@bmwmcf.com)

Tel mobile : [06.26.60.48.69](tel:06.26.60.48.69)