

Le cyclisme en hiver*

Conseils pour se préparer à faire
du vélo par temps froid.

Entretien des vélos toute l'année.

- Gardez votre vélo à l'intérieur
- Gardez vos pneus gonflés
- Nettoyez votre vélo

Lire aussi:

[Comment nettoyer votre vélo](#)



Rester au chaud en faisant du vélo.

- Utilisez plusieurs couches
- Gants, bonnets pour les extrémités de votre corps
- Emportez une bouillotte avec vous

Lire aussi:

[Quels vêtements de vélo porter quand il fait froid](#)

[Quoi porter quand on fait du bikepacking en hiver](#)



Choisir l'éclairage de vélo adapté.

- Différents éclairages pour différents environnements (ville vs campagne)
- Portez des vêtements réfléchissants.

Lire aussi:

[Un guide des feux de vélo](#)



*Guides avancés d'entretien de vélo

Cette série de guides, produite par Cycling UK, fournit des conseils de base sur l'entretien et la réparation. Les entreprises ne sont pas tenues de fournir des services d'entretien et de réparation à leurs visiteurs.

Interreg



France (Channel Manche) England

EXPERIENCE

European Regional Development Fund

Cycling UK est l'un des 14 partenaires qui travaillent conjointement pour offrir de nouvelles expériences touristiques innovantes et durables pendant la basse saison dans six régions pilotes en Angleterre et en France dans le cadre du projet EXPERIENCE.

EXPERIENCE est un projet de 23,3 millions d'euros, dont 16 millions d'euros sont cofinancés par le Fonds européen de développement régional (FEDER) dans le cadre du programme Interreg VA France (Manche) Angleterre 2014-2020

Cycling UK is a trading name of Cyclists' Touring Club (CTC) a company limited by guarantee, registered in England no: 25185.
Registered as a charity in England and Wales charity no: 1147607 and in Scotland charity no: sco42541.
Registered office: Parklands, Railton Road, Guildford, Surrey GU2 9JX.



cyclinguk.org/experience

