

# Come pulire la nostra bicicletta da corsa ?

A forza di fare uscite con la nostra bicicletta da corsa viene il momento di doverla pulire. Sia a causa del meteo avverso, della polvere o più semplicemente perché ci siamo andati molte volte diventa indispensabile mantenere la propria bici pulita al fine di averla sempre in buono stato e fare le uscite in tutta sicurezza.



## Pulire la bici, quando e come ?

Io pulisco regolarmente la mia bici da strada. La frequenza con la quale faccio questa pulizia varia in funzione di diversi elementi, ma in generale pulisco la bici:

- Dopo una uscita o una competizione sotto la pioggia;
- Dopo 5 o 6 uscite a “secco”
- In generale prima di ogni competizione
- Prima di portarla in viaggio (campo di allenamento, competizione, vacanze ...)
- O più generalmente quando noto che la bici è sporca

## La mia tecnica per pulire la bicicletta

Di seguito descrivo i metodi che utilizzo per pulire e lubrificare la mia bici. Non pretendo di detenere la verità assoluta ma con il passare del tempo e delle esperienze, ho acquisito una certa tecnica e testato e poi abbandonato diversi dispositivi o modi di fare che ho ritenuto inutili

### I materiali e i prodotti necessari



Ecco una lista di accessori e prodotti indispensabili per pulire la bici :

- Un supporto per la bici semiprofessionale. E' molto preferibile per lavorare che appoggiare la bici al muro!
- Un paio di guanti di lattice per evitare di insudiciarsi (troppo) le mani
- Due spugne, una per la trasmissione e una per il telaio
- Uno sgrassatore per la trasmissione
- Un buon sapone per pulire il telaio e le ruote
- Uno stock di stracci che io recupero da qualche vecchia t-Shirts da buttare!



## Si comincia dalle ruote

Metto la bici sul supporto e stacco le due ruote. Ricordarsi di posizionare sempre la catena sul più piccolo pignone più piccolo, in modo che sia meno tesa e che la ruota anteriore sia più facile da rimontare!



Comincio con lo sgrassare il pacco pignoni. Per farlo metto dello sgrassatore su uno straccio.



Poi passo lo straccio tra i diversi pignoni, facendo girare la cassetta



Questa manovra può essere fatta energicamente basta assicurarsi di non lasciare parti di tessuto nella cassetta. Con un po' di pazienza si riesce ad ottenere un buon risultato.





NOTA : una volta l'anno, in generale all'inizio della bella stagione, in maggio, smonto la cassetta di tutte le mie ruote posteriori per pulire il corpo della ruota libera e ciascuno dei pignoni individualmente, ma ciò non è indispensabile.

Una volta correttamente sgrassato il pacco pignoni, irroro le due spugne con dell'acqua.



Poi aggiungo del sapone. Non c'è bisogno di mettercene molto per avere molta schiuma!



Spremo la spugnetta per la trasmissione su tutta la cassetta (pacco pignoni): la schiuma terminerà il lavoro di sgrassaggio.



Si possono anche pulire i raggi della ruota posteriore perchè generalmente essi sono parecchio grassi e sporchi. Fatto questo prendere l'altra spugna e pulire il resto della ruota.





Una volta che si è passata tutta la ruota sotto la spugna (cerchio, mozzo e raggi), fare la stessa cosa per la ruota anteriore. Fatto questo, risciacquare le ruote.

NOTA : fare bene attenzione a non utilizzare mai acqua sotto pressione per pulire o risciacquare. L'acqua sotto pressione entra negli ingranaggi e nei mozzi, e questo non va bene!



NOTA : il momento in cui le ruote sono pulite e sul punto di asciugare è quello ideale per verificare il loro stato generale così come l'usura dei copertoncini.

## Pulire la bicicletta

Riguardo alla bici, comincio con lo sgrassare la catena. Come già fatto per la cassetta della ruota posteriore, comincio con uno straccio impregnato di sgrassatore. Normalmente non applico direttamente lo sgrassatore alla catena.



Passo con una certa energia lo straccio sulla catena e gli faccio fare diversi giri. Non esitare a rimettere altro sgrassatore sullo straccio e utilizzare altri stracci. Fare sempre molta attenzione a non lasciare residui di tessuto sulla catena.

*NOTA: per pulire la catena ho utilizzato in passato spazzole o macchinette. Ottenevo dei buoni risultati ma non migliori di quelli che ottengo con lo straccio!*

Dopo la catena, sgrasso i plateau del movimento centrale (guarnitura o corone grande e piccola).





Infine passo allo sgrassaggio del deragliatore posteriore - con particolare attenzione ai rulli del bilanciere - come di quello anteriore.



Una volta ben sgrassata la trasmissione passarci sopra con la spugna, badando bene a mettere un bel pò di schiuma su catena, deragliatori e pedali.



Infine, passaggio dell'altra spugna su tutto il resto della bicicletta, insistendo bene su:

- Pinze dei freni
- Parti del telaio vicine ai passaggi delle ruote
- Attacchi dei pedali





Infine, lavare il tutto con acqua, ancora una volta senza pressione.



NOTA : nel momento in cui la bici sta asciugando verificare l'usura della catena e dei pattini dei freni.

### **Lubrificare la trasmissione dopo la pulizia**

Prima di lubrificare di nuovo la trasmissione, conviene lasciare asciugare bene la bicicletta. In generale, suggerisco, se possibile, di lasciare asciugare la bici almeno per una nottata.

Una volta bene asciugata la bicicletta applico il lubrificante alla catena. A seconda del tempo e della stagione utilizzo uno di questi prodotti:

- Per il tempo secco e in generale per la stagione estiva un lubrificante a base di PTFE (conosciuto anche come Teflon).
- Per il tempo umido e in generale per tutta la stagione invernale un lubrificante adatto alle condizioni umide.

Per applicare il lubrificante , ne metto un po' sullo straccio e lo applico in maniera uniforme sulla catena. Non ne metto invece sul pacco pignoni e sul plateau centrale. Al fine di togliere il lubrificante in eccesso, passo con uno straccio asciutto dopo aver fatto girare la catena a vuoto.

A questo punto, con la bici perfettamente pulita ed in ordine via per una nuova avventura!

**Tradotto liberamente da:**

<http://www.nakan.ch/wp/2013/08/02/comment-nettoyer-son-velo-de-route/>



Facciamo un distinguo: la divisione tra lubrificante secco e umido **non significa necessariamente che il primo vada usato quando c'è il sole e il secondo quando piove**. È un errore di concezione, poiché le diciture “secco” e “umido” stanno a indicare la composizione del lubrificante. Il primo infatti è più asciutto mentre il secondo è più viscoso.

### LUBRIFICANTE SECCO



Il lubrificante secco è **additivato al teflon**, permette un buon scorrimento della catena e non fa attaccare la polvere al metallo (che avrebbe un effetto simile alla carta vetrata sui componenti). Ha una durata abbastanza limitata e la resistenza al dilavamento dell'acqua è bassa. Infatti tende a evaporare in breve tempo e per questo andrebbe aggiunto dopo un certo numero di chilometri. E' un'ottima soluzione per giri brevi, dove non vi sia troppo fango o umidità.

### LUBRIFICANTE UMIDO



**Progettato per essere viscoso e denso**, il lubrificante da bagnato lavora in maniera totalmente opposta a quello da asciutto. In questo caso il lubrificante è viscoso, quasi appiccicoso (caratteristica dovuta agli additivi al silicone), per rimanere “aggrappato” alla catena e far sì che l'acqua non lo dilavi in fretta. **Tende a impastare la catena**, poiché può attirare la polvere o la sporcizia, ma una volta penetrato nei perni, rimane all'interno per molto tempo. E' un'ottima soluzione per giri lunghi, dove non si ha il tempo di fermarsi e lubrificare nuovamente (cosa invece da fare se si usa un lubrificante secco).

<http://www.bikeitalia.it/sporchiamoci-mani-grassi-lubrificanti-per-bici/>