

FTY SV 2026

Les suspensions vélo

Public

- Formateurs et enseignants intervenant en MC et CTC

Prérequis

- Aucun

Durée : 2 jours en présentiel

**Organisme : Institut National du Cycle et du
Motocycle (INCM)**

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Identifier les différents systèmes de suspension.
- Intervenir sur les différents systèmes de suspension.

CONTENUS

- Les éléments constitutifs d'une suspension avant et arrière.
- Les technologies, les systèmes et leurs caractéristiques.
- Les procédures et les outils dédiés aux différents systèmes.
- Les fonctionnements spécifiques et les méthodologies d'intervention.
- Les opérations de contrôle, d'entretien et de maintenance.
- L'assemblage, le montage et le démontage des différents éléments.
- Le diagnostic et la réparation des dysfonctionnements.
- Les règles d'hygiène, de sécurité et de respect de l'environnement.

MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

- Pédagogie : active, participative et expositive.
- Travaux de groupe.
- Ateliers pratiques.

EXERCICES ET APPLICATIONS PRATIQUES

- Entretien de fourches.
- Démontage et remontage de fourches.
- Entretien d'amortisseurs.
- Réglage de différents types d'amortisseur.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Évaluation en début de formation.
- Évaluations formatives tout au long de la formation.
- Évaluation à la fin de la formation.
- Évaluation de satisfaction.

FORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

- FTY VAC : Le vélo à la carte