

# 91 Fietszadel op hoogte stellen

## ① Voorbereiding

Wat is een goede hoogte voor het fietszadel? Als je op het zadel zit en je kunt net met je tenen de grond raken, dan staat het zadel op de goede hoogte.

- Vraag je begeleider waar je gaat werken.



## ② Wat heb je nodig?

- Fiets met zadel
- Ringsleutel 13
- Schoon doekje

## ③ Aan het werk

- Pak ringsleutel 13.
- Zet de sleutel op de bout waarmee het zadel vastzit aan het frame.
- Draai de steeksleutel naar links, tot je het zadel heen en weer kunt bewegen.



- Ga net niet helemaal op je zadel zitten.
  - Zet met één hand het zadel op de juiste hoogte.
- De juiste hoogte is: met gestrekte benen en de tenen net aan de grond.



- Ga voorzichtig van je fiets af.
- Zet het zadel recht.
- Zet ringsleutel 13 op de bout.
- Draai het zadel vast. Draai naar rechts.



- Maak de stang onder je zadel schoon met een doekje.

#### 4 Afronding

- Controleer of je alle stappen van deze kaart hebt gedaan.
- Laat je werk controleren door je begeleider.
- Ruim de spullen op.