Doelgroep:

Jongeren, beginners

Lijstje:

* Band demonteren
	+ Band los van fietsframe halen
	+ Band leeglaten lopen (als die nog niet helemaal leeg is)
	+ Buiten band er af met bandenlichters
	+ Ventiel losschroeven en binnen band verwijderen van velg
	+ Ventiel terug op de binnenband
* Gaatje zoeken
	+ Bak met water
	+ Band oppompen
	+ Belletjes betekent gaatje
* Maken
	+ Band droogmaken
	+ Band leeg laten lopen
	+ Met schuurpapiertje de plek van het gaatje een beetje schuren iets groter dan stukje plakrubber
	+ Stukje plakrubber pakken om er op te plakken
	+ Lijm op de band bij het gaatje en op het plakrubbertje
	+ Op elkaar plakken en kijken hoelang de lijm moet drogen
* Terug monteren
	+ Ventiel losschroeven
	+ Binnen band om de velg
	+ Ventiel vastschroeven
	+ Buitenband er overheen
	+ Vastzetten met bandenlichters
	+ Oppompen
* Benodigdheden
	+ Bak met water
	+ Fietspomp
	+ Bandenlichters
	+ Lijm
	+ Schuurpapier
	+ Handdoek