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