

CAPSULE DE LA SEMAINE # 1

🚲 CHOISIR LE BON CADRE DE VÉLO

Il n'y a pas de règle claire concernant le choix d'un cadre de vélo. Mais afin de vous éclairer un peu, voici un guide très simple.

Lors de l'achat d'un vélo, on doit se rappeler que les goûts sont dans la nature. Certains aiment mieux pédaler avec le dos droit pour une question de confort, d'autres préfèrent un vélo qui leur permettra d'avoir une position plus penchée pour avoir une meilleure performance. Le cycliste qui aime mieux avoir le dos droit devrait opter pour un cadre plus grand que celui qui veut faire de la vitesse

La grandeur d'un cadre

La grandeur d'un cadre représente habituellement la longueur du tube dans lequel le tube de selle est inséré (voir image ci-dessous). La longueur de notre entrejambe est un facteur déterminant lors du choix d'un nouveau vélo.



Les mensurations

Pour savoir quelle grandeur de cadre vous avez besoin, mesurez la longueur de votre entrejambe et soustrayez environ 9 pouces pour un vélo de route ou hybride ou 12 pouces pour un vélo de montagne. Ce total vous donnera une bonne idée de la grandeur de cadre que vous avez besoin.

Par exemple, une personne qui a une longueur de 32 pouces d'entrejambe aurait besoin d'un cadre d'environ 23 pouces si elle veut acheter un vélo de route ou bien un cadre de 20 pouces si elle désire un vélo de montagne

Distance de la barre horizontale

Lorsque vous êtes debout et que vous avez les pieds de chaque côté de votre vélo à plat sur le sol, il doit y avoir un jeu entre le bas de votre corps et la barre horizontale. Voici des distances suggérées dépendant du type de vélo.

- Vélo de montagne 3"-5" (7-13cm)
- Vélo de route 2"-4" (5-10cm)
- Vélo hybride 0.5"-3" (1-8cm)
- Vélo de cyclotourisme 1"-2.5" (2-6cm)