

Le VTT, une passion... - 1/2

Le VTT est un sport particulièrement intéressant, car il propose plusieurs loisirs en un. En effet, le loisir de la mécanique, ainsi que le loisir de rouler, mais encore le loisir de découvrir de superbes paysages, ou enfin le loisir d'être proche de la Nature. Découvrez ces différents loisirs dans cet article entièrement consacré au VTT...

Tout d'abord, parlons de la mécanique. Ceci est très important si l'on ne veut pas s'énerver sur son vélo en pleine forêt parce que celui-ci est mal réglé, mais aussi important pour le rendement, c'est à dire sa façon de rouler, je vous expliquerais ceci ci-dessous, mais revenons d'abord aux réglages.

Le VTT compte de nombreux réglages, on doit :

- régler son dérailleur avant et arrière
- régler la bonne réponse des manettes de dérailleur
- régler les freins
- vérifier la lubrification des pièces
- vérifier la pression des pneus

Et l'on peut bien sûr :

- régler la fourche suivant les capacités de celle-ci et suivant ses goûts
- régler l'amortisseur comme on le veut

Pour le rendement et sa façon de rouler, voici quelques explications. Sur un VTT, on peut choisir la dimension des jantes (29", 26"), la dimension des pneus (1.75 ; 2.10). On peut aussi acheter une fourche plus ou moins perfectionnée (réglage du rebond, de la précontrainte, blocage), et de même pour les amortisseurs. Les différentes gammes de dérailleurs et de freins, les gammes de pédaliers, de pédales, de cassettes,...

Toutes ces gammes qui sont très nombreuses sont encore regroupées par marques. Autant vous dire qu'en VTT, ce n'est pas le choix des pièces qui manquent. Evidemment, tout cela a un coût, je vous conseille donc de faire ceci : acheter la gamme nécessaire pour débiter, et augmenter de gamme suivant votre progression dans cette discipline.

A noter aussi, pour les amateurs du tuning, que celui-ci existe aussi en VTT.

Enfin, les accessoires. On peut ajouter des portes bidons, des pompes au cadre, des calle-pieds, des pédales auto, des cornes,...

L'entraînement

Maintenant que votre VTT est bien équipé, allons l'essayer sur le terrain. Comme je vous ai dit, tout doit être parfaitement réglé, sinon votre sortie pourrait être ruinée à cause d'un mauvais réglage qui vous rend alors de très mauvaise humeur ! Mais si tous les conseils écrits ci-dessus ont été respectés, il ne devrait pas y avoir de problèmes. Alors partons rouler...

Si c'est un nouveau VTT, il vous faudra quelque temps pour vous y habituer, mais ça va venir. Au début, allez-y plutôt doucement, histoire de vous échauffer et de ne pas être crevé au bout de seulement 50 kms. Une fois que vous vous sentez chaud, entrer sur les sentiers du VTT, soit la forêt, les chemins, ou la montagne si vous avez la chance d'y être. Rouler sur des terrains plats pour commencer, mais vous vous apercevrez facilement que le plat ne fait pas progresser ou très peu. Une fois que vous avez "tapé une bourre dans la forêt" (cela signifie aller très vite pendant plusieurs minutes, si l'on se sent près), il est temps d'aller faire de la grimpe. Montez des chemins "crevant", le plus vite possible, et reprenez vous arrivé en haut. Une fois que la fatigue est arrivée, faites encore quelques kilomètres pour progresser, puis rentrez chez vous. Vous aurez alors eu la chance de rouler, d'avoir découvert des endroits, et d'avoir progressé.

Attention, ne pas aller trop au-dessus de ses limites, sinon le VTT pourrait ne plus rester une passion à vos

Le VTT, une passion... - 2/2

yeux, mais cela ne veut pas dire qu'il faut se la couler douce bien sûr...

Vous pouvez aussi vous renseigner sur les calendriers des randos, des brevets et des compétitions, part exemple avec le net.

Le plaisir de découverte

J'en parlais tout à l'heure, il existe en VTT le plaisir de découvrir des endroits, de superbes paysages...

Vous roulez par exemple dans une forêt, vous voyez la sortie, vous y aller, tout est obscur autour de vous. Vous arrivez à cette sortie, est qu'est ce qui vous attend ? Un superbe soleil, un paysage qui s'étend à plusieurs kilomètres, et un superbe VTT avec vous, que demander de plus ? La découverte de superbes paysages et vraiment quelque chose d'attirant en VTT.

Il y a aussi les nouveaux chemins, quand lorsque pendant votre sortie, vous apercevez un chemin dont vous ne connaissez pas sa destination, vous y allez, découvrez d'autres endroits, d'autres chemins...

Il y a vraiment quelque chose de plaisant en ce sport, c'est qu'il y a toujours du nouveau, et ça ne s'arrête jamais, du nouveau au niveau des pièces, mais aussi au niveau de sa progression, ou encore du nouveau avec les nombreuses sorties réalisables dans différents lieux.

C'est vraiment quelque chose d'extraordinaire, et attirant.

Essayez, vous verrez...

La proximité de la nature

Vous l'aurez bien compris avec le paragraphe précédent, le VTT est quelque chose d'écologique et est très proche de la nature.

L'écologie, certains ont pourtant dit que le VTT abîme la Nature à cause de ses pneus. Mais les chevaux par exemple (je précise, je n'ai rien contre les chevaux), avec leur sabot, c'est pareil, donc je ne vois pas pourquoi le VTT serait plus fautif. De plus, les pneus ne font que bouger la terre, ça n'abîme point la forêt. Cela reste mon avis bien sûr, mais c'est aussi l'avis de nombreux vététistes.

Pour la nature, évidemment, toujours dans les forêts ou dans les chemins ces vététistes ! Et oui, car la nature procure l'envie de rouler. C'est très beau de rouler avec cet air loin des industries, et cet odeur... De nature.

C'est quelque chose que l'on ne trouve pas lorsque l'on pratique le vélo de route, et c'est pourquoi j'ai choisi le VTT.

Un exemple, vous êtes fatigué, vous avez laissé derrière vous 70kms de "roulage", vous n'êtes pu très loin de chez vous, et vous êtes dans la forêt, et bien vous vous posez dans un endroit calme, vous vous allongez sur l'herbe, au milieu des arbres, et vous écoutez les oiseaux... Je peux vous jurer que quand vous êtes vraiment fatigué, il n'y a rien de plus agréable.

La fin

Voilà, mon article arrive à sa fin. J'espère avoir décrit du mieux que je pouvais cette passion, et ce sport, car ne l'oublions pas, il faut progresser. Si vous avez des questions, écrivez moi sur : forever1810@hotmail.com. J'espère aussi que beaucoup essaieront le VTT, et qui sait, peut-être que cette passion va naître en vous ?