

Les conseils du loueur :

Vous êtes responsable du matériel qui vous a été confié et de son utilisation.

L'aspect technique est important en VTT. Nous conseillons de lire attentivement les recommandations ci-dessous :

POSITION :

Dans un passage technique, abaisser le torse de quelques centimètres en fléchissant les bras. Cela améliore considérablement l'équilibre et la marge de manœuvre du pratiquant.

ANTICIPATION :

Tout obstacle doit être anticipé pour adapter sa position afin de passer avec la meilleure trajectoire. Pour bien anticiper il faut regarder loin (lever la tête), imaginer ce que l'on ne voit pas encore, ce qui, par exemple, est le cas dans un virage très serré. De plus, anticiper, c'est aussi changer de braquet avant le changement de relief pour moins s'épuiser.

USAGE DES FREINS :

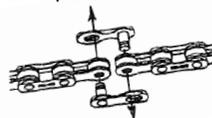
Il est inutile de déraper (sauf dans des situations très précises). Déraper c'est perdre son adhérence et se déséquilibrer. Il faut doser son freinage avec les freins avant et arrière.

VTT Classique

Afin d'éviter un dépannage sur site, toujours onéreux, vous disposez d'un kit secours vous permettant de palier aux pannes les plus fréquentes : la crevaison & le bris de chaîne. Vous pouvez éviter ce dernier en utilisant correctement les vitesses voir ci-dessous «usage des vitesses». Votre kit est composé de : ce road book, 1 chambre à air, 2 démonte-pneu, 1 pompe, 1 maillon rapide, 1 multitool

METTRE LE MAILLON RAPIDE EN CAS DE CHAÎNE CASSEE :

- 1 - Pour monter le maillon rapide, insérez de chaque côté de la chaîne une des 2 partie de ce dernier
- 2 - Regroupez-les en les serrant l'un contre l'autre
- 3 - Tirez sur la chaîne des 2 cotés pour clipser le maillon rapide



CHANGEMENT D'UNE CHAMBRE À AIR :

- 1 - Enlevez la roue du vélo en la desserrant et en détachant les freins.
- 2 - Enlevez le pneu de la roue en glissant les démonte-pneus entre le pneu et la roue en métal à des endroits différents. Vous poussez de façon à sortir le pneu de la roue.
- 3 - Retirez la chambre à air du pneu.
- 4 - Mettez la nouvelle chambre à air dans le pneu puis remettre le pneu contenant la chambre à air sur la roue.
- 5 - Gonflez la chambre à air puis remettre la roue en place tout en s'assurant que celle-ci soit bien droite lors du serrage des papillons ou des écrous.
- 6 - Rattachez le frein en s'assurant qu'il ne touche pas la roue.

USAGE DES VITESSES :

Quand le VTT devient technique il faut utiliser ses vitesses de façon optimum pour éviter de se fatiguer. Le dénivelé de la route ainsi que la nature du terrain dictent les réglages du développement. Lors de passage difficile il faut envisager d'être au petit plateau* (1) et grand pignon** (1 à 4) et a contrario plus c'est facile, grand plateau (3) et petit pignon (4 à 8).

Le plateau intermédiaire (2) est le plus polyvalent. La chaîne peut aller sur tous les pignons.

*changement des 3 plateaux : commande de gauche

*changement des 8 pignons : commande de droite

Attention : ne jamais « croiser » sa chaîne... c'est-à-dire « facile » devant (petit plateau 1) et « difficile » derrière (petit pignon 8) ou inversement « dur » devant (grand plateau 3) et « facile » derrière (grand pignon 1). Cela entraîne les sauts de chaîne ou la casse de la chaîne.

VTT Electrique

Vous disposez de 10 vitesses sur le pignon arrière (commande au guidon à droite)

Vous disposez en plus d'une assistance électrique à 4 niveaux de puissance que vous commandez par la commande (A) située sur le guidon à gauche (plus l'assistance est forte moins longtemps elle durera...)

Le cadran du milieu (B) vous donne toutes les infos nécessaires (autonomie, niveau batterie, kilomètres parcourus, vitesse...).