

Préparer son VTT pour la montagne

Rouler à la montagne ne s'improvise pas. A tous les niveaux d'ailleurs. Si vous avez pensé à vous équiper de la tête aux pieds, peut-être avez-vous omis de jeter un œil à votre monture. En effet, il ne suffit pas de mettre un intégral et des coudières pour dévaler les pentes vertigineuses de nos plus belles vallées. Si vous pensez être suffisamment équipés pour vous prendre pour Cédric Gracia, vous êtes dans l'erreur. Il faut également penser à modifier votre VTT pour le rendre plus apte à attaquer les dénivelés négatifs.



Ce n'est pas parce qu'il est équipé de suspensions et de disques qu'il peut tout encaisser, loin de là. Le VTT que vous utilisez en plaine est prévu pour rouler sur des terrains relativement plats, avec des dénivelés modérés. Sa géométrie, ses équipements périphériques (potence, disques, pneus, etc..) sont eux aussi destinés à ce type de pratique. Pour rouler à la montagne sans changer pour autant de bike, il suffit de changer quelques pièces, sans se ruiner, pour transformer votre tranquille destrier en avaleur de pentes.

Un peu de temps, un peu d'argent et quelques pièces choisies, et vous verrez que votre position, votre plaisir, mais aussi votre sécurité, seront plus à même de vous emmener sur les pistes que parcourent nos champions. Commençons par les pneus. Sur un VTT « classique », les pneus sont en général avec un profil de crampons relativement polyvalent et avec une section comprise entre 1,90 et 2,10. Si vous voulez que votre VTT tienne la route, au propre comme au figuré, il faut changer les pneus pour des modèles plus agressifs. Préférez les modèles à section carrée pour la roue avant et un profil plus rond à l'arrière. Côté section, passez sans rougir à du sérieux avec du 26x2,20 ou 2,35. Mettre plus gros n'est pas forcément judicieux (les pneus sont plus lourds) et il n'est pas certain que votre cadre puisse accepter une telle largeur de pneus.

Quelques éléments changés et c'est votre VTT qui se transforme

Les freins à disque

Si votre VTT est équipé de freins à disques basiques, il y a fort à parier que vous ayez des disques en 160 mm s'il est récent. Le 140 mm ayant été le standard auparavant. Pour la montagne, préférez des disques en 180 mm à l'avant pour avoir plus de force au freinage. L'arrière peut demeurer en 160 mm puisqu'il sera moins sollicité. Il faudra prévoir des réhausseurs pour vos étriers de freins pour qu'ils soient à la bonne hauteur avec le nouveau disque. Si vous changez de disque(s), pensez à changer vos plaquettes qui seront usées avec l'ancien et donc pas forcément adaptées au nouveau.

Ensuite vient le poste de pilotage.

Sur un VTT « normal », le poste de pilotage se veut plutôt cross country. Une position allongée privilégiant la performance plus que la maniabilité. Exactement l'inverse de ce qu'il faut en montagne. Changez votre potence pour un modèle plus court et plus relevé. Une potence de 60 mm avec un angle de 10° devrait convenir. Bannissez les embouts de cintre si vous en avez et préférez également un cintre relevé plutôt qu'un plat. Vous gagnerez en confort autant qu'en maniabilité.

Un peu de temps et d'argent rendront votre VTT apte à affronter les pentes

Votre selle d'origine est bien souvent longue et fine afin de privilégier les changements de position en cross country. Une selle adaptée à la montagne sera plus courte et plus large afin de faciliter les passages d'avant en arrière dus à la pente et offrir également une meilleure assise, plus confortable, même si vous n'aurez pas toujours l'occasion de vous asseoir dessus. N'hésitez pas non plus à baisser votre tige de selle pour avoir plus d'amplitude au niveau des jambes.

Le pédalier pour finir. Votre VTT est équipé d'un grand plateau de 44 dents, bien utile en plaine pour avancer sur le plat... Celui-ci n'est pas nécessaire en montagne, donc remplacez le par un protège plateau (Disque plein) afin de protéger votre pédalier quand vous taperez les rochers lors de franchissements.

