

Echelle de difficulté en VTT

Il n'existe pas de cotation ou d'échelle officielle pour le monde du VTT qui nous paraisse intéressante. Chez Alpanima, nous créons notre programme, sur mesure. Les grandes distinctions que nous faisons sont les niveaux techniques et physiques ; l'envie d'une sortie sportive ou culturelle.

Les parcours sont généralement réalisables avec un vélo tout terrain standard. Nous utilisons principalement des vélos semi-rigides. Pour certains itinéraires, un vélo suspendu peut être un réel avantage tant en termes de plaisir que de confort ou d'efficacité.

Lorsque nous planifions une sortie, nous sommes particulièrement attentifs au niveau technique des participants. Pour toute question, nous sommes naturellement à disposition.

- Difficulté physique :

Elle peut souvent être adaptée. Soit par l'itinéraire, soit en ayant recours aux transports public. Les vélos à assistance électrique sont également un moyen de se soulager de l'effort.

Facile : De la balade familiale à la personne active qui pratique un peu de sport

Moyen : Cette catégorie est vaste. En générale, elle s'adresse à des sportifs qui s'entraînent régulièrement.

Difficile : Dans ce niveau, les journées sont généralement longues et nécessite une certaine « habitude de la selle ». Les dénivelés et le nombre de kilomètre sont élevés.

- Difficulté technique :

Chaque parcours comprend une multitude de portions différentes. Les exemples cités tentent de donner un aperçu de la difficulté la plus grande pour chaque catégorie. Les montées se distinguent par la raideur et quelques passages techniques mais ne sont que rarement un problème. Le niveau de finesse du pilotage de chaque cycliste change beaucoup. Pour la descente il est alors nécessaire de bien évaluer ses capacités. Dans tous les cas nous sommes à disposition pour toute question.

Facile : route carrossable en gravier ou terre battue. Quelques passages sur des chemins pédestres faciles. Idéale pour ceux qui utilisent leur vélo quelques fois dans l'année.

Moyen : chemin pédestre de pente moyenne. Cette catégorie est vaste. En générale, elle demande déjà une certaine maîtrise au VTT.

Difficile : Virage serré, pente relativement raide, passage de marches d'une trentaine de centimètres, une chute au mauvais moment pourrait avoir une issue dramatique. Ces itinéraires sont proposés aux cyclistes avertis et qui ont une bonne maîtrise de leur engin. Toutefois, l'on reste dans le domaine du « cross country - all mountain » et pas du « downhill ».