Choisir ses pédales automatiques VTT

Cette fois-ci, c'est décidé. Le week-end prochain, vous partez avec quelques collègues de boulot dans les Alpes pour gravir les cols, rouler en Forêt et profiter de l'air pur. Habituellement, vous êtes plutôt du genre queue de peloton. Vous souhaitez sans doute améliorer votre performance pour éviter les sarcasmes insupportables de vos soi-disant potes de boulot



. Mis à part échanger le contenu de votre gourde avec on ne sait quelle substance (c'est très à la mode en ce moment.), vous pouvez également améliorer le rendement de votre effort en optant pour des **pédales automatiques**. Oui, mais voilà, votre vendeur va vous parler d'**angularité**, de **système de fixation**, **de seuil de déclenchement** et on en passe. Kézako ?!

Allez, comme on vous aime beaucoup, on va s'occuper de la traduction.

Les pédales auto réglables Shimano

Idéales pour le débutant (et les confirmés également !)



régler le seuil de déclenchement

Les pédales mixtes

Disponible encore une fois chez **Shimano** (dénomination **SPD**), ce système permet d'avoir une face de la pédale pour bloquer la chaussure mais d'avoir la deuxième face en pédale « conventionnelle ».
L'utilité est de pouvoir pédaler sans être accroché dans les zones accidentées et donc, de prévenir les risques de chute ou de **déchaussages intempestifs**.

Le concept ATAC de Time



Spécialité de la **marque Time**, le concept **A.T.A.C**. (Auto Tension Ajustement Concept) permet, grâce à un mécanisme indépendant de la tension du ressort, d'éviter les
déchaussages intempestifs
, tout en garantissant un déchaussage fluide. Il est possible de modifier l'angle nécessaire audéchaussage sur certains modèles. Le
Q-Factor
(Largeur entre les deux pieds) peut également être modifié en inversant les pédales. C'est pour toutes ces raisons que cette gamme est probablement la plus utilisée et appréciée actuellement. La version roc atac reste à un prix raisonnable, en revanche, si vous souhaitez le haut de gamme, la
atac carbone
est à un prix relativement élevé.

Les Crank

Plus faciles à nettoyer et à chausser lorsqu'il y a de la boue, elles sont adaptées aux conditions difficiles de **l'outdoor**. En revanche, la zone d'appui est plus réduite, c'est en général pour cela qu'on privilégiera les **Time** ou les **Shimano**.

Les Look



Pionnier de la pédale automatique, les look offrent généralement une **surface d'appui** assez confortable et sont très faciles à nettoyer. Il existe 3 types de liberté angulaire : 0° 4,5° et 9°. Le
Q-Factor
est ici aussi modifiable. Il est possible de monter des caches sur les
cales
des chaussures pour marcher avec sans les abimer, cependant, ces pédales ont la fâcheuse réputation de « couiner », ce qui est, il faut le reconnaître, plutôt désagréable.

Vous n'avez pas de VTT…

Vous nous trouvez bien gentils de parler de pédales de VTT mais de toute façon vous n'avez pas de VTT…
Et bien équipez-vous !!
Pour ne pas faire d'erreur, on vous dit tout sur notre article : Comment choisir un bon VTT .

Consultez la source sur ZeOutdoor: Comment bien choisir ses pédales de VTT