

LA PLUPART DES AMATEURS DE VÉLO AU QUÉBEC (3,6 MILLIONS!) ROULENT ENVIRON CINQ MOIS PAR ANNÉE. PRÈS DE 8 % D'ENTRE EUX BRAVENT LE FROID AU MOINS UNE FOIS PENDANT L'HIVER. MAIS SEULEMENT 50 000 MORDUS ROULENT 12 MOIS PAR ANNÉE. POURTANT, INUTILE D'HIBERNER LE VÉLO : IL S'AGIT DE BIEN CHOISIR SON BOLIDE, SES FRINGUES, SES ACCESSOIRES ET DE PLANIFIER SES SORTIES. \_CATHERINE CARDINAL

ROULER TOUT L'HIVER

# 7 CONSEILS POUR LES MORDUS DE VÉLO

© Paul Vassarhelyi

## 1 Choisir le bon vélo

Avec la neige et la gadoue, l'hiver est éprouvant pour la mécanique du vélo. Sel et calcium endommagent les pièces de la bicyclette. Ainsi, mieux vaut choisir une vieille bécane ou, comme le suggère Christian

Brault de la boutique Le Yéti, modifier notre vélo en enlevant le système de vitesse pour éviter qu'il ne soit rongé par le froid. On roule à l'ancienne : avec une vitesse... et nos jambes !

Gérant et acheteur pour le Yéti, Christian Brault fait partie des quelques courageux qui affrontent l'hiver sur deux roues. Spécialiste en la matière, il conseille aux nouveaux usagers d'aborder les caprices hivernaux avec un vieux vélo, simplifié au maximum.

Mais tous ceux qui affrontent la saison froide à coup de pédales ne s'entendent pas pour réduire leur bolide à leur plus simple expression. Vance Payne, chef mécano au Yéti et ancien courrier à vélo, connaît bien l'hiver sur deux roues et ne modifie jamais sa monture. Il l'entretient cependant avec une rigueur malade. Impensable pour lui d'affronter la glace, la neige, les côtes et les nids-de-poule avec une seule vitesse. Il s'assure donc de faire une mise au point rigoureuse avant d'entamer la saison.

## 2 Pour éviter de déraiper... choisissez les bons pneus

Pour ne pas perdre les pédales sur la glace, le choix des pneus est crucial. Deux catégories sont offertes pour circuler en toute sécurité : les pneus cloutés et ceux à crampons. Pour les néophytes qui n'emprunteront leur vélo que dans des conditions optimales, les pneus à crampons suffiront. Les plus téméraires qui rouleront dans toutes les conditions (neige, grêle, glace et nids-de-poule) doivent opter pour les pneus cloutés qui procurent plus d'adhérence. Ceux-ci sont munis de 100 à 300 clous pour améliorer le contrôle de la monture. Comme c'est le pneu avant qui contrôle le vélo, c'est lui qui devrait être équipé de clous si vous décidez d'en acheter qu'un seul.

## 3 Garde-boue (ou plutôt : garde-sloche)

Essentiel pour vous garder au sec! Notez toutefois que les garde-boue trop près des pneus ne sont pas adaptés à l'hiver : ils amassent la neige et freinent la progression.

Pour moins de désagréments, mieux vaut choisir ceux qui s'attachent à la tige de la selle.

## 4 Soyez brillants!

L'hiver, les journées sont courtes, les automobilistes sont moins vigilants et la chaussée est rétrécie. Il faut donc redoubler d'attention. Une façon de le faire est d'être visible : portez des vêtements clairs

et munissez-vous d'un phare puissant ou d'une lampe DEL pour éviter les accidents. Planifiez votre itinéraire en fonction des conditions de la chaussée en choisissant des rues moins passantes.

## 5 Les vêtements

Adieux caprices de pros et maillots flamboyants : l'important en hiver, c'est d'avoir chaud. Le système multicouche demeure la meilleure solution. Assurez-vous néanmoins de porter des vêtements

de couleurs claires pour être bien visible.

\_ La majeure partie de la chaleur du corps s'échappe par la tête, alors mieux vaut se couvrir le crâne avec une tuque, une cagoule ou un bonnet de kayak (il se porte très bien sous le casque). On peut aussi ajouter à son casque de vélo une capote imperméable et un coupe-vent, très pratique pour la saison froide. Autrement, on peut choisir le casque de ski, aussi sécuritaire, mais plus chaud que le casque de vélo. L'important est de s'assurer chaleur et confort et d'avoir une bonne protection.

\_ Optez pour les lunettes de ski : expressément conçues pour l'hiver, elles protègent efficacement et empêchent de larmoyer.

\_ Il est important d'avoir les mains au chaud pour conserver le contrôle de notre vélo. Jetez votre dévolu sur les gants/mitaines : les gants trois doigts sont sans doute la meilleure solution.

## 6 Clippé ou non?

Si la température est clémente, on peut opter pour les couvre-chaussures. Une belle solution qui vous permet de rester *clippé*. Christian Brault suggère de choisir des pédales type BMX. Plus larges, elles donnent une certaine aisance même avec de grosses bottes de randonnée. Assurez-vous aussi de porter de bonnes chaussettes

épaisses et absorbantes.

## 7 Conseils sécurité

Vous êtes prêt à attaquer l'hiver? Prudence : l'expérience représente tout de même un défi. En hiver les obstacles ne se limitent pas qu'aux nids-de-poule. Prenez garde aux automobilistes qui sont moins alertes.

Soyez visibles et choisissez les routes passantes moins enneigées. Bien que les pistes cyclables soient fermées, rappelez-vous que les voies cyclables demeurent une belle solution de rechange. Évitez toute manœuvre brusque qui risquerait de vous faire perdre le contrôle.

### Kit de survie

Pour vous immuniser contre tout impondérable, préparez votre kit de survie. Au cas où certaines pièces gèleraient, munissez-vous d'un briquet, de liquide dégivreur et de WD-40 (ne pas appliquer ce dernier sur la chaîne ou le dérailleur). Prévoyez aussi une place à l'intérieur pour laisser votre vélo dégeler (sans oublier de placer quelque chose dessous pour récupérer la neige qui fond!).

Bien armé contre le froid et les surprises, vous pouvez maintenant tenter l'aventure. Rouler toute l'année est une façon écologique d'aborder l'hiver, une manière de garder la forme et d'économiser de l'argent. Au Québec, les cyclistes qui roulent de cette façon sont encore marginaux, mais leur nombre augmente chaque année. À vous de vous y mettre!