

LA NOUVELLE FRONTIÈRE DU VTT

# L'enduro vtt, késako ?

Texte et photos S Colbrant

L'enduro vtt est une discipline peu connue dans notre région, il se pratique généralement dans des régions vallonnées ou montagneuses. J'ai découvert cette discipline de l'intérieur par l'intermédiaire de mon fils qui a déjà participé à plusieurs compétitions en Belgique, du côté de Liège, mais également dans les Alpes ! Avec des résultats plus qu'honorables !



*Père et fils rassemblés pour un bon moment au Roc d'Ardenne*

L'enduro est une discipline à profil descendant. Essentiellement sur des single track (petit chemin monotrace). Une course enduro est constituée de " spéciales " et de liaisons permettant de rejoindre chaque début de spéciale.

Les spéciales sont les parties en descente où le chrono se joue ! Le départ est individuel, souvent orchestré par l'organisation pour un départ espacé.

Les liaisons sont les parties qui permettent de relier la fin de la spécial avec le départ de la suivante. Ce parcours n'est pas chronométré, libre à chacun d'y aller à son rythme !

Le but ? Passer le moins de temps possible dans la spéciale... Il y a souvent besoin de relancer sur les parties plates ou roulantes ce qui permet de gagner de précieuses secondes ! Au final c'est à celui qui aura cumulé le meilleur chrono sur l'intégralité des spéciales.

L'Enduro demande une bonne condition physique, une bonne technique et un bon choix de vélo. Les riders affrontent des montées ardues et des liaisons pour accéder aux sections de descente. Ils se lancent à toute vitesse dans des sentiers techniques et parfois engagés. Les riders d'Enduro doivent être polyvalents pour affronter une grande

variété de terrains, des montées abruptes aux single tracks techniques en passant par les chemins rocailloux.



Le pilote doit s'équiper avec :

- **Casque intégral**
- **Masque ou des lunettes pour garder un œil sur votre trajectoire**
- **Une dorsale ou gilet de protection**
- **Coudières**
- **Genouillères/ tibia**
- **Gants longs**

La spéciale peut parfois être cassante ou rapide, cet équipement protégera en cas de chute,

Les vélos type enduro full suspendus sont adaptés à la pratique de l'enduro,

Un all moutarin passe très bien également à condition d'avoir au minimum de 140 mm de débattement sur la fourche !

En générale les débattements sont compris entre 140 et 160 mm

Rien à voir donc avec les vtt "de plaine " semi-rigides que l'on rencontre chez nous, avec des débattements compris entre 110 et 120 mm !



**Un fiston très à l'aise**



**Une bien belle discipline qui n'est malheureusement pas très connue par chez nous**