

Réussir vos sorties en VTT électrique.

À leur arrivée sur le marché, les VTT électriques ont reçu un accueil mitigé de la part des pratiquants traditionnels. Certains les considèrent comme une forme de triche, tandis que d'autres pensent qu'ils ne sont avant tout destinés à celles et ceux qui ne peuvent plus sortir avec leur vélo à cause de leur (vieux) âge ou d'une blessure.

Bien qu'il soit difficile de contester le fait que l'assistance d'un vélo électrique réduit l'effort nécessaire pour gravir une colline, les VTT électriques présentent tellement d'autres points positifs qu'il faut prendre un peu de recul au moment d'analyser leur cas.

À vrai dire, ils ne sont pas là pour remplacer les vélos traditionnels, mais un moyen supplémentaire de tirer le meilleur parti d'une sortie en montagne. Que ce soit pour développer vos compétences, rendre une sortie d'une heure plus "rentable" ou vous permettre de suivre un groupe de bons riders^(*), voici comment tirer le meilleur parti de votre VTTAE.

1. Améliorez votre technique



Le VTT électrique permet d'améliorer votre technique en montée

Les vélos électriques ne sont pas conçus comme des vélos de trail classiques. Ils sont beaucoup plus lourds et les freinages sont plus longs. Il faut donc savoir s'adapter à ces caractéristiques.

Pourtant, je trouve qu'ils récompensent les bons riders et punissent les mauvais. Par exemple, si vous freinez avant un virage et que vous vous mettez dans la bonne position, l'adhérence dans les virages est meilleure et votre vitesse est plus grande. Vous pouvez ainsi réellement mieux ressortir d'un virage. Mais si vous êtes trop sur les freins ou si vous n'avez pas bien réglé votre VTT, cela vous forcera à vous tenir debout dans le virage et votre position deviendra alors vraiment instable.

^(*)Riders : Pratiquant de la spécialité VTT.

Penchez-vous également sur vos suspensions pour que votre VTT électrique soit le plus efficace possible. Votre machine doit être plantée dans le sol et stable. Mais le risque est également d'avoir des suspensions trop molles et ainsi d'engendrer un freinage moins efficace. À mesure que la vitesse augmente, ce poids supplémentaire doit être contrôlé. Il est donc utile de prendre le temps de configurer l'affaissement (SAG) et le rebond.

En fin de compte, les vélos électriques sont une bonne manière de travailler votre technique avant de retrouver un vélo classique. L'amélioration de l'adhérence dans les virages et de la traction sur les terrains accidentés augmentent votre confort sur les passages techniques. Votre vélo mécanique, en comparaison, paraîtra beaucoup plus léger et maniable.

2. Recalculez vos sorties



Tom Pidcock lors des championnats du monde de VTT électrique

Sur un vélo traditionnel, la montée n'est pas toujours une partie de plaisir. On recherche bien souvent le chemin le plus rapide pour arriver au sommet d'une colline et profiter de la descente.

Avec un VTT électrique, les montées peuvent aussi être très amusantes et aussi joueuses qu'une descente. Il est donc tout à fait possible de progresser en montée en utilisant au mieux le moteur de votre VTTAE.

Comme en moto trial, il est surprenant de constater à quel point vous pouvez améliorer votre technique quand vous trouvez la bonne vitesse pour passer les obstacles. Ces nouveaux défis vous permettront de trouver de nouveaux challenges et également de développer des techniques pour trouver de la traction et empêcher la roue avant de décoller du sol. Et croyez-le bien, le mode boost n'est pas toujours le meilleur !

3. Enchaînez les runs pour plus de plaisir



L'assistance d'un VTAE vous permettra de multiplier les descentes

Bien souvent lors d'une sortie, certains riders ne font qu'une seule descente. Pourquoi ? Avant tout parce que la montée pour l'atteindre est souvent difficile et ne donne pas envie de se la payer plusieurs fois.

Avec un vélo électrique, ces règles ne comptent plus. Vous pouvez ainsi parcourir à plusieurs reprises ces descentes que vous aimez tant. Ce qui vous permet de progresser techniquement en montée et en descente car vous enchaînez les runs. Passer plusieurs fois sur le même sentier est une façon idéale de progresser.

4. Utilisez les modes à bon escient



Essayez tous les modes de votre moteur

Souvent, les premières sorties en vélo électrique sont effectuées avec le mode Turbo. Vous avez le sourire et restez scotché par la facilité de votre VTT à avaler le dénivelé positif. Pourtant, je vous conseille d'essayer également d'autres options.

Le mode Trail ou Tour offre une assistance suffisante sans que cela ne soit intrusif. Votre fréquence cardiaque lors d'une montée sera moins haute et vous vous sentirez moins épuisé une fois arrivé au sommet. De plus, pour les montées plus raides, le turbo donne souvent une puissance trop importante et peut avoir tendance à faire tourner la roue arrière dans le vide et rendre ainsi les montées plus difficiles. Optez alors pour un autre mode afin de garder un maximum de traction sur votre roue arrière.

Le mode dans lequel vous vous trouvez joue également un rôle important dans la façon dont le vélo réagit en descente. Les pistes serrées avec des vitesses de sortie de virage lentes peuvent être plus difficiles à rider en mode turbo car le vélo aura tendance à vouloir "sortir" du virage. Par ailleurs, le choix de votre vitesse est également important car il affecte le moteur. Des rapports plus faciles avec des régimes plus élevés génèrent un surplus de puissance et une plus grande assistance.

Enfin, le mode Eco est souvent négligé, mais il permet une conduite douce qui se rapproche de ce que l'on peut trouver sur un vélo classique. Notamment en descente. Alors entraînez-vous à passer d'un mode à l'autre afin d'observer les caractéristiques de chacun et les conséquences sur le comportement de votre vélo.

5. De l'incidence du mode choisi sur l'autonomie de la batterie et la distance qu'elle permet de parcourir

La consommation d'énergie est directement dépendante de l'effort que l'on demande au moteur. Sans généraliser, car chaque constructeur applique ses propres paramètres, Le mode Turbo est 2 ou 3 fois plus énergivore que le mode Éco.

Ainsi, une autonomie de 50 km en mode Éco sera drastiquement réduite en mode Turbo.

Pour ceux qui ne recherchent pas spécialement la performance, le mode Éco est le mode à utiliser de préférence car il est économe en énergie et économise également le moteur qui ne pourra que durer plus longtemps.

6. De l'incidence du mode choisi sur la longévité de la transmission

Pour les VAE à moteur central, la transmission (ensemble constitué du Plateau, de la Cassette (les vitesses) et de la-Chaîne) est soumise à rude épreuve, même en mode Éco. Inutile de dire qu'en mode Turbo, cela ne fait qu'empirer la situation.

Le couple (la puissance), évolue avec les générations successives de moteurs et devient de plus en plus important. Cela engendre des contraintes mécaniques à hauteur du mode que vous avez sélectionné. Inutile de dire que, si en plus, vous exercez vous-même une force importante dans votre pédalage, ce couple est multiplié et s'applique durement, notamment sur la chaîne.

Pour passer au mieux les vitesses tout en minimisant l'impact de la manœuvre sur la transmission, il convient de soulager brièvement son pédalage, juste le temps que la chaîne soit engagée sur le nouveau pignon sélectionné. Cela évitera les « CLACs », les « CLONGs » et autres bruits annonciateurs de mauvais traitement de la mécanique.