



LES SAUTS

## Sauts - variations de la forme de la zone de réception

Selon la hauteur de la zone de réception par rapport à la zone d'envol, un saut portera le nom de *Step-up* ou *Step-down*.



*Saut step-up et step-down combiné et plateforme arrondie, Énergie CMB / Alexandre Turcotte Giroux*

### STEP-UP

Dans un saut de type *step-up*, la zone de réception est **plus haute que la zone d'envol**. Il est considéré comme un saut de type *kicker*, mais l'atterrissage se produit au point le plus haut de l'ellipse (le cycliste ne ressent donc pas l'apesanteur typique d'un *kicker*). Il s'agit d'un saut de niveau avancé.

La trajectoire du saut résulte en une perte de vitesse qui peut contribuer au contrôle du rythme de l'usager. Placé au milieu d'une ligne, le saut peut être considéré comme un plateau de départ pour la section suivante dans la rythmique de la ligne.

Comme la trajectoire du saut résulte en une perte de vitesse qui ralentit le rythme du cycliste, un tel saut peut servir de plateau de départ pour la section suivante lorsqu'il est placé au milieu d'un enchaînement d'obstacles.

### Particularités de conception

- Un espace de dégagement doit être prévu en cas de non-franchissement du saut (lorsque le cycliste n'a pas la vitesse requise, il peut retomber vers l'arrière);
- La partie supérieure (zone de réception) doit être visible avant de s'engager sur le saut.

## STEP-DOWN

Dans le saut de type *step-down* la zone de réception se trouve **plus bas que la zone d'envol**. La trajectoire plus longue et la hauteur de chute plus importante que dans un saut *step-up* font que le saut de type *step-down* est plus difficile à évaluer (vitesse nécessaire au franchissement) et maîtriser. Il doit être aménagé avec soin et accompagné de signalisation. Il s'agit d'un saut de niveau avancé.

### Particularités de conception

Si vous choisissez d'en intégrer un (dans un parc où la supervision est assurée, par exemple), il faut :

- installer la signalisation avant le *step-down* pour indiquer l'obstacle (ex : « Attention! », « Seuil! » ou encore « Obstacle aveugle! »);
- aménager un obstacle (ex : un rouleau) avant le *step-down* pour ajuster la vitesse du cycliste (pour qu'il atterrisse au bon endroit);
- aménager la zone de réception en pente descendante de façon à diminuer la force de l'impact des pneus au sol à l'atterrissage.