



LES ZONES D'HABILITÉS

Les pyramides (*A-Frames*)

Les pyramides sont un obstacle rudimentaire composé de deux surfaces de roulement dont les angles sont opposés. Ces éléments, qui sont parmi les plus simples d'un véloparc, permettent de développer l'équilibre et la vision. Comme les rouleaux, les pyramides permettent d'augmenter l'aisance des cyclistes à franchir des obstacles. La forme de ce type d'obstacle étant plus franche qu'un rouleau (en proposant une arête franche plutôt qu'arrondie, son franchissement donne une sensation brusque au cycliste), son franchissement est plus difficile que celui d'un rouleau, mais le principe est le même, car le franchissement est séparé en deux séquences consécutives (en montant la pyramide et en la descendant ensuite).

Voici quelques éléments à considérer dans la planification d'une pyramide :

- Ne pas faire la pointe de la structure trop aiguë (pentes prononcées de part et d'autre de l'arête pour éviter que le pédalier bute contre l'arête quand la roue avant passe le point le plus haut et commence à redescendre;
- Attention de bien intégrer les arêtes inférieures à la surface de roulement pour que l'utilisateur puisse se concentrer sur l'obstacle.



Centre national de cyclisme de Bromont / Francis Tétrault