



J'avertis avant qu'il ne soit trop tard

SKI- Réglages des fixations, Entretien et autotest

De nombreux accidents de ski sont souvent liés au mauvais réglage des fixations. Prenez un petit moment pour les régler et les contrôler.

1 - **Vérifiez que toutes les vis sont bien serrées**, si ce n'est pas le cas, ôter la vis, mettre un peu de colle (à bois ou néoprène mais pas d'araldite®) puis la remettre en place (attention vissage à la main et serrage modéré). Si une vis est foirée, c'est à dire qu'au moment du serrage elle tourne à vide sans se bloquer en fin de course ; Il va falloir démonter la fixation, mettre un insert et la remonter (à faire que si l'on a une bonne connaissance de cette opération, sinon aller voir par un professionnel)

Note : la fonction de la colle est d'améliorer l'étanchéité et la résistance au dévissage et non la résistance à l'arrachement.

2 - **Vérifiez le graissage** des ressorts et coulisses (spécifique à chaque marque). Nettoyez les dépôts de terre, et farter toutes les pièces de votre fixation ainsi que le dessus du ski (fart en tube).

Note : Le fartage de la fixation a pour but d'éviter le « collage » de la glace et ainsi diminuer les efforts encaissés par la mécanique. Le silicone en spray est plus pratique, mais disparaît plus vite au contact de la neige et de l'eau.

3- Régler les déclenchements de sécurité.

Pour cela mettez un de vos pieds dans une de vos chaussures, et chaussez la fixation. Installez-vous sur un tapis ou un morceau de moquette, pour ne pas endommager le sol.

3-1 Déclencher en rotation avec votre force sans élan, genou légèrement fléchi. Si la chaussure sort de la fixation c'est que votre sécurité est assurée, si par contre il vous est impossible de la dégager **sans vous faire mal** c'est que le réglage est trop élevé.

Conséquences : sur une chute au ralenti, surtout sur neige profonde, vous allez forcer sur les genoux ou les chevilles ...

Diminuez donc la dureté du réglage jusqu'au déclenchement possible.

3-2 Pour la chute avant. Même test mais attention mettez quelqu'un sur le talon du ski (ou le passer sous un meuble) et prévoyez de quoi vous tenir ou vous amortir au moment du déclenchement sinon gare à la chute en avant.

Réglez comme pour le latéral à la limite du déclenchement.

Note : 1 Ces tests sont à faire avec la chaussure fermée position descente

2 Attention les chaussures ayant des hauteurs de tige différentes demande des réglages différents, contrairement à ce que les normes indiquent car ce paramètre important semble inconnu d'elles.

3 La longueur d'une chaussure peut varier de plusieurs millimètres entre 30°C et -20°C. Attention donc à la température du lieu de réglage ou montage.

4- ATTENTION détails spécifiques aux fixations sans plaque de type DYNAFIT, PLUM....

Ces fixations ont pour caractéristiques d'avoir la valeur de déclenchement en torsion donnée par la force nécessaire pour ouvrir l'avant (fixe) plus la force pour faire tourner la talonnière (réglable).

En cas de chute dite « avant combinée », c'est à dire vers l'avant plus une rotation, la valeur de déclenchement en rotation augmente souvent du fait de la géométrie et de l'interface avec la chaussure (peut être à plus de 100% supérieure) il est donc indispensable que le déclenchement vers l'avant soit le plus faible possible pour vous protéger.

Note : parfois les talonnières ne lâchent plus car 2 petits crans peuvent se former sur l'insert métallique du talon de la chaussure. Pour réparer : limer la pente pour supprimer ces crans.

Réglage chute avant



Attention un plat ou un creux dans cette zone peuvent bloquer le déclenchement en chute avant

Réglage déclenchement en torsion

ATTENTION : si vous faites de la pente raide ou si vous skiez très vite ces réglages ne sont pas forcément pour vous.....

Bonnes randos à tous