



Pile-Poil

www.pile-poil.net



bibliothèque www.pile-poil.net

Creux de selle

Notion fondamentale du réglage d'une position, cette donnée est pourtant très difficile à définir. Voici une explication et une méthode..

Le creux de selle est l'endroit le plus marqué de la selle qui correspondant à l'appui des 2 os du bassin (ischios) qui définissent l'assise.



Ce creux de selle est une donnée extrêmement difficile à déterminer précisément puisqu'elle dépend de 2 informations

- La forme de la selle par construction (selon la marque et le constructeur)
- La morphologie du cycliste qui s'y adapte.

Le creux de selle est repéré dans Pile-Poil par la cote "aS", distance qui sépare le creux de selle du bec de selle (extrémité)

Les constructeurs de selles donnent très rarement cette cote pourtant fondamentale. On admet que pour une selle de 28 cm le creux de selle est à 15 cm. Bien naturellement cette donnée est considérablement différente si on analyse les selles de la marque Proust par exemple sans bec de selle.

Un repère pourtant important: le constructeur de selle prévoit en principe que le creux de selle passe au droit de l'axe du tube de selle, quand le chariot de selle est réglé en son centre (position nominale de la selle sans aucun porte à faux mécanique).

En pratique, il s'agit d'une "logique floue" qui associe quelque chose de "précis": la selle, avec quelque chose de terriblement complexe : "le corps humain".

Donc vouloir prétendre ici l'exactitude au mm est en la matière une ineptie... qui ne se précise en réalité qu'avec l'expérience et la sensation du cycliste.

Ceci étant dit, pour le réglage de la selle il faut bien partir d'éléments permettant d'éviter les grosses erreurs et d'approcher rapidement l'idéal.

Estimer le creux de selle de la nouvelle selle selon le principe du schéma suivant



Ajuster quand le creux de selle se formera (avec le temps)

-&-