

A bâtons rompus

NOUS AVONS TESTÉ DEUX MODÈLES DE BÂTONS DE TRAIL, UN ACCESSOIRE QUI A PROUVÉ SON UTILITÉ SUR LES PARCOURS TECHNIQUES ET À FORT DÉNIVELÉ

Les bâtons nous viennent d'une discipline sœur, à savoir la marche nordique où le rythme a toute son importance. Du coup, les traileurs ont commencé à les utiliser sur des faux plats montants pour conserver un rythme soutenu avec plus de facilité. Mais, ce sont surtout sur les gros dénivelés qu'ils ont prouvé leur intérêt.

Dans les ascensions très raides, les bâtons améliorent et équilibrent grandement la poussée puisque l'on passe d'un mode bipède à quadrupède. En descente, ils permettent de garder l'équilibre, de se rassurer et peuvent servir de béquilles en cas de grande fatigue ou de blessure.

Avec l'engouement autour du trail, le nombre de modèles de bâtons a suivi une courbe ascendante aussi impressionnante que certaines montées d'ultra-trail. Camp, Raidlight, Komperdell sont quelques-unes des marques réputées mais nous nous intéresserons à deux best-sellers dans le domaine, à savoir le *Distance Carbon* de Black Diamond et le *Micro Trail Pro* de LEKI.

DISTANCE CARBON, DIAMANT NOIR POUR GABARITS LÉGERS

Les *Distance Carbon* existent depuis trois ans mais ont été modifiés récemment. La poignée du bâton est devenue striée dans la masse pour assurer un meilleur grip et mieux absorber la transpiration. La double poignée permet aussi de tenir le bâton plus bas dans des mon-

tées très raides. La dragonne a été corrigée pour avoir une sangle plus aérée et profilée qui permet une meilleure prise en main, même si porter des gants fins ou des mitaines sur des longues distances diminuera le risque d'irritations sur les mains.

C'EST SUR LES GROS DÉNIVELÉS QUE LES BÂTONS ONT SURTOUT PROUVÉ LEUR UTILITÉ

Ce bâton, qui est le plus léger du marché, ne perd pas en rigidité avec la tension du câble au centre qui peut être ajustée. Ce que vous gagnerez en facilité de pliage/dépliage, vous le perdrez en rigidité et vice-versa. Un choix à faire en fonction de votre style et de vos objectifs.

Les *Distance Carbon* s'affirment donc être un magnifique accessoire pour les (ultra-)traileurs de gabarit léger à moyen. Ils sont vendus avec une pointe en plastique pour les sols durs ou en titane pour les sols meubles.

LEKI, LA DEUTSCHE QUALITÄT

Pour la nouvelle version de ses *Micro Trail Pro*, Leki joue la carte de la continuité. Ces bâtons sont un peu plus lourds que les *Black Diamond* bien que leur poids ait été revu à la baisse (7 gr. de moins). Ils s'adressent donc à un plus grand nombre de pratiquants, que leur gabarit soit léger ou lourd.

La marque allemande se distingue toujours par la qualité de sa finition, ce qui assure une garantie de vie plus importante. Les poignées, toujours en liège, sont très confortables et le système d'accroche du gantelet permet de se défaire du bâton d'une seule main. Ce système facilite les moments où vous devez prendre ou enlever vos bâtons. Si la perfection n'existe pas, on serait pourtant tenté d'utiliser ce terme pour qualifier ce produit.

En conclusion, dans les deux cas, on s'habitue assez rapidement au principe de pliage/dépliage des bâtons. Vu leurs poids, vous pouvez soit courir avec ceux-ci dépliés en mains, soit pliés sans nécessairement devoir les ranger dans votre sac ou les accrocher à votre ceinture. Quant au choix entre dragonne et gantelet, difficile de se prononcer. Ce sera vraiment à l'utilisateur de les tester en magasin spécialisé et éventuellement sur le terrain pour savoir ce qu'il préfère.

■ Fabien Chaliaud

6
7

FICHES TECHNIQUES

BLACK DIAMOND – DISTANCE CARBON

PRIX 130 €
POIDS DE LA PAIRE 294 gr.
MATÉRIAUX Carbone
BRINS (PARTIES) 3
POIGNÉES Dragonne classique
DIMENSIONS 40cm plié pour une taille déployée de 120cm

LEKI – MICRO TRAIL PRO

PRIX 149 €
POIDS DE LA PAIRE 386gr.
MATÉRIAUX Carbone
BRINS (PARTIES) 3
POIGNÉES À gantelet
DIMENSIONS 38cm plié pour une taille déployée de 120cm

trakks
running | trail | outdoor
MORE THAN STORES.

SE SENTIR LIBRE

www.trakks.be

running | trail | outdoor | coaching | lab | conferences | travel | e-store

BRUXELLES UCCLE & ETTERBEEK | NAMUR JAMBES | f t YouTube Join us.

