

Les GUIDONS FUTÉS

LA SÉCURITÉ DES CYCLISTES

n° 5 Septembre 2026



Le confort vélo

Les réglages

Pour cette rentrée, l'équipe de Les Guidons Futés vous propose un article sur :

- le confort à vélo
- les différents réglages...etc

Lors d'une journée pluvieuse, n'hésitez pas à lire l'article, vous verrez qu'un p'tit rien peut améliorer nos sorties.

Le contenu de l'article

- Pourquoi des réglages précis changent tout
- L'ordre optimal des réglages à respecter
- Régler la hauteur de selle : la base absolue
- Ajuster le recul et l'inclinaison de selle
- Optimiser la position du guidon
- Maîtriser le réglage des cales automatiques
- Réglages spécifiques par type de vélo
- Résoudre les douleurs courantes
- L'étude posturale : quand faire appel aux experts
- Conclusion
- FAQ : comment bien régler son vélo

' Le lien vers l'article

<https://www.bicytrust.fr/blog/rouler-a-velo/comment-bien-regler-son-velo/>