

# CHOIX DU VELO ET DEVELOPPEMENTS

SI TU NE TROUVES PAS LES INFORMATIONS SUFFISANTES DEMANDE A TON COACH OU ENVOIS UN MAIL A

[contact@canejan-bmx-club.com](mailto:contact@canejan-bmx-club.com)

Taille du pilote	Taille du cadre	Longueur du tube sup.	Hauteur du guidon	Largeur du guidon	Longueur des manivelles	Developpement
< 1.30m	Micro-Mini	40 à 43	3 à 6 cm	51 à 57cm	145 à 155mm	(39/40/41)x18
1.30 à 1.45m	Mini	43 à 45cm	5 à 9cm	53 à 60	150 à 160mm	(40/41)x18 à 39 x17
1.35 à 1.50m	Junior	45 à 48cm	7.5 à 13cm	56 à 63	155 à 165mm	39/40/41 x17
1.45 à 1.65m	Expert	48 à 50cm	13 à 18cm	65 à 69	165 à 175mm	(41/42/43)x17 à (40/41x16)
1.55 à 1.75m	Pro	50 à 52cm	18 à 20cm	69 à 71cm	175 à 180mm	41/42/43x16
1.70 à 1.80m	ProXL	> 52cm	18 à 22cm	71cm	180 à 185mm	43/44x16 à +
> 1.80m	Pro XXL	> 53cm	>22 cm	> 72cm	185mm	> 44x16

*Ces indications sont à moduler en fonction de la morphologie, des aptitudes et des sensations du pilote*

D'après Dans Competition USA

Par rapport à ton plateau et à ton pignon, tu trouveras, dans les tableaux à bandeau jaune, la distance en mètres que tu développes à chaque tour de roue.

Ensuite si tu veux changer ton développement, tu te reportes dans les tableaux à bandeau bleu.

## ROUES DE 20 POUCES

Plateau	Pignon	DEV	Plateau	Pignon	DEV	DEV	Plateau	Pignon	DEV	Plateau	Pignon
35	12	4,65	41	12	5,45	3,10	35	18	4,32	46	17
35	13	4,30	41	13	5,03	3,19	36	18	4,33	38	14
35	14	3,99	41	14	4,67	3,28	37	18	4,36	41	15
35	15	3,72	41	15	4,36	3,29	35	17	4,39	44	16
35	16	3,49	41	16	4,09	3,37	38	18	4,42	36	13
35	17	3,29	41	17	3,85	3,38	36	17	4,45	39	14
35	18	3,10	41	18	3,63	3,46	39	18	4,47	42	15
36	12	4,79	42	12	5,58	3,47	37	17	4,49	45	16
36	13	4,42	42	13	5,16	3,49	35	16	4,54	37	13
36	14	4,10	42	14	4,79	3,55	40	18	4,56	40	14
36	15	3,83	42	15	4,47	3,57	38	17	4,57	43	15
36	16	3,59	42	16	4,19	3,59	36	16	4,59	46	16
36	17	3,38	42	17	3,94	3,63	41	18	4,65	35	12
36	18	3,19	42	18	3,72	3,66	39	17	4,66	38	13
37	12	4,92	43	12	5,72	3,69	37	16	4,67	41	14
37	13	4,54	43	13	5,28	3,72	35	15	4,68	44	15
37	14	4,22	43	14	4,90	3,72	42	18	4,79	36	12
37	15	3,94	43	15	4,57	3,75	40	17	4,79	39	13
37	16	3,69	43	16	4,29	3,79	38	16	4,79	42	14
37	17	3,47	43	17	4,04	3,81	43	18	4,79	45	15
37	18	3,28	43	18	3,81	3,83	36	15	4,89	46	15
38	12	5,05	44	12	5,85	3,85	41	17	4,90	43	14
38	13	4,66	44	13	5,40	3,89	39	16	4,91	40	13
38	14	4,33	44	14	5,02	3,90	44	18	4,92	37	12
38	15	4,04	44	15	4,68	3,94	37	15	5,02	44	14
38	16	3,79	44	16	4,39	3,94	42	17	5,03	41	13
38	17	3,57	44	17	4,13	3,99	35	14	5,05	38	12
38	18	3,37	44	18	3,90	3,99	40	16	5,13	45	14
39	12	5,19	45	12	5,98	3,99	45	18	5,16	42	13
39	13	4,79	45	13	5,52	4,04	38	15	5,19	39	12
39	14	4,45	45	14	5,13	4,04	43	17	5,24	46	14
39	15	4,15	45	15	4,79	4,08	46	18	5,28	43	13
39	16	3,89	45	16	4,49	4,09	41	16	5,32	40	12
39	17	3,66	45	17	4,22	4,10	36	14	5,40	44	13
39	18	3,46	45	18	3,99	4,13	44	17	5,45	41	12
40	12	5,32	46	12	6,12	4,15	39	15	5,52	45	13
40	13	4,91	46	13	5,65	4,19	42	16	5,58	42	12
40	14	4,56	46	14	5,24	4,22	37	14	5,65	46	13
40	15	4,26	46	15	4,89	4,22	45	17	5,72	43	12
40	16	3,99	46	16	4,59	4,26	40	15	5,85	44	12
40	17	3,75	46	17	4,32	4,29	43	16	5,98	45	12
40	18	3,55	46	18	4,08	4,30	35	13	6,12	46	12

## ROUES DE 24 POUCES

Plateau	Pignon	DEV	Plateau	Pignon	DEV	DEV	Plateau	Pignon	DEV	Plateau	Pignon
35	12	5,58	41	12	6,54	3,72	35	18	5,18	46	17
35	13	5,15	41	13	6,03	3,83	36	18	5,19	38	14
35	14	4,78	41	14	5,60	3,93	37	18	5,23	41	15
35	15	4,46	41	15	5,23	3,94	35	17	5,26	44	16
35	16	4,18	41	16	4,90	4,04	38	18	5,30	36	13
35	17	3,94	41	17	4,61	4,05	36	17	5,33	39	14
35	18	3,72	41	18	4,36	4,14	39	18	5,36	42	15
36	12	5,74	42	12	6,70	4,16	37	17	5,38	45	16
36	13	5,30	42	13	6,18	4,18	35	16	5,44	37	13
36	14	4,92	42	14	5,74	4,25	40	18	5,47	40	14
36	15	4,59	42	15	5,36	4,28	38	17	5,48	43	15
36	16	4,30	42	16	5,02	4,30	36	16	5,50	46	16
36	17	4,05	42	17	4,73	4,36	41	18	5,58	35	12
36	18	3,83	42	18	4,46	4,39	39	17	5,59	38	13
37	12	5,90	43	12	6,85	4,42	37	16	5,60	41	14
37	13	5,44	43	13	6,33	4,46	35	15	5,61	44	15
37	14	5,06	43	14	5,88	4,46	42	18	5,74	36	12
37	15	4,72	43	15	5,48	4,50	40	17	5,74	39	13
37	16	4,42	43	16	5,14	4,54	38	16	5,74	42	14
37	17	4,16	43	17	4,84	4,57	43	18	5,74	45	15
37	18	3,93	43	18	4,57	4,59	36	15	5,87	46	15
38	12	6,06	44	12	7,01	4,61	41	17	5,88	43	14
38	13	5,59	44	13	6,47	4,66	39	16	5,89	40	13
38	14	5,19	44	14	6,01	4,68	44	18	5,90	37	12
38	15	4,85	44	15	5,61	4,72	37	15	6,01	44	14
38	16	4,54	44	16	5,26	4,73	42	17	6,03	41	13
38	17	4,28	44	17	4,95	4,78	35	14	6,06	38	12
38	18	4,04	44	18	4,68	4,78	40	16	6,15	45	14
39	12	6,22	45	12	7,17	4,78	45	18	6,18	42	13
39	13	5,74	45	13	6,62	4,84	43	17	6,22	39	12
39	14	5,33	45	14	6,15	4,85	38	15	6,29	46	14
39	15	4,97	45	15	5,74	4,89	46	18	6,33	43	13
39	16	4,66	45	16	5,38	4,90	41	16	6,38	40	12
39	17	4,39	45	17	5,06	4,92	36	14	6,47	44	13
39	18	4,14	45	18	4,78	4,95	44	17	6,54	41	12
40	12	6,38	46	12	7,33	4,97	39	15	6,62	45	13
40	13	5,89	46	13	6,77	5,02	42	16	6,70	42	12
40	14	5,47	46	14	6,29	5,06	37	14	6,77	46	13
40	15	5,10	46	15	5,87	5,06	45	17	6,85	43	12
40	16	4,78	46	16	5,50	5,10	40	15	7,01	44	12
40	17	4,50	46	17	5,18	5,14	43	16	7,17	45	12
40	18	4,25	46	18	4,89	5,15	35	13	7,33	46	12