



# *GPS Vélo – Présentation générale*

- Le fonctionnement : Satellites altimètre précision, sensibilité (sous les arbres par exemple)
- Les critères de choix :
  - visibilité : taille de l'écran
  - autonomie sensibilité
  - Prix
  - Fixation sur le vélo
  - Application (Garmin connect ...)
  - Les cartes sur le vélo
- Montre Vs GPS vélo Vs smartphone
- Les accessoires : ceinture thoracique, capteur de pédalage et puissance



# Tendances du marché

- **Garmin reste le leader incontesté**, plébiscité par les cyclistes sur route.
- **Wahoo progresse fortement** grâce à son ergonomie et sa compatibilité avec les plateformes d'entraînement.
- **Bryton séduit les cyclistes loisirs et clubs** avec des modèles abordables et fiables.

En résumé, **Garmin domine en volume**, mais Wahoo gagne du terrain auprès des cyclistes exigeants, tandis que Bryton reste une alternative économique solide.



# *Les parcours*

- Chargement des parcours :
  - Strava
  - Fichier GPX
- Création parcours
  - Strava avec un compte
  - Google MAPS -> mapstogpx -> Chargement parcours
  - OPEN RUNNER
  - KOMOOT
- Les champs de données et les écrans :
  - Vitesse (instantanée, moyenne, max)
  - Distance et durée
  - Altitude et dénivelé (altimètre barométrique)
  - Capteurs connectés : fréquence cardiaque, cadence, puissance
  - Écrans personnalisables
- Les partages de parcours



# Les alertes

- Chute
- Erreur de parcours
- Batterie
- Virage dangereux
- Montées
- Et les « avertissements »
  - Fréquences cardiaques à respecter (max, min ...) si ceinture thoracique
  - Distance (pour prendre un temps au km par exemple)
  - Virtual Partner dont la vitesse est pré-réglée
  - ...



# Navigation et Guidage

- Guidage par virage
- Cartes détaillées (Europe/monde)
- Recalcul automatique d'itinéraire
- Fonction retour au départ
- Chargement simplifié des parcours (GPX, Strava, Komoot...)



# Transferer un parcours vers son GPS

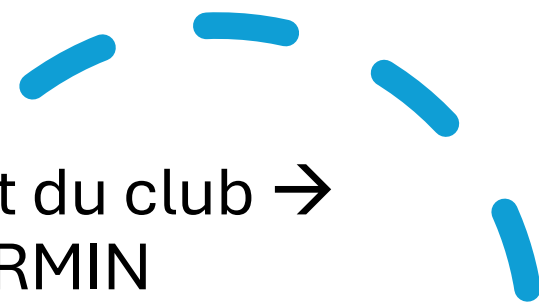
A partir d'applications tierces :

- STRAVA
- OPENRUNNER
- KOMOOT
- GOOGLE MAPS + MAPSTOGPX
- VISORANDO
- ....

Sans oublier directement dans  
Garmin connect



# Transferer un parcours vers son GPS

- 
1. À partir du site Internet du club → STRAVA (Favori) → GARMIN connect / BRYTON Active → GPS (Synchro)
  2. A partir d'un fichier .GPX :
    1. Par câble sur le PC par copie sur le Dossier GARMIN/Newfile
    2. Par import sur GARMIN Connect (BRYTON Active ?) puis Synchro

Pour utiliser / interfacer avec l'application STRAVA ou le site [www.strava.com](https://www.strava.com), il faut  
à minima avoir un compte gratuit.

# Focus STRAVA (1/3)

---

## 1. Fonctionnalités essentielles gratuites

- Enregistrement des sorties : Distance, vitesse moyenne, dénivelé, temps, itinéraire sur carte.
- Partage social : Publiez vos activités, recevez des "kudos" (likes), commentez les sorties de vos amis.
- Segments : Détection automatique des segments (montées, sprints) et comparaison basique de vos performances.
- Compatibilité : Synchronisation avec la plupart des GPS (Garmin, Wahoo, etc.) et montres connectées.

---

## 2. Suffisant pour un usage occasionnel

- Si vous roulez pour le plaisir et non pour la performance, les données de base (distance, temps, itinéraire) sont amplement suffisantes.
- Pas besoin d'analyses avancées : La version gratuite couvre les besoins des cyclistes qui ne cherchent pas à optimiser chaque détail de leur entraînement.





# Focus STRAVA (2/3)

---

## • 3. Communauté et motivation

- Effet réseau : Strava gratuit permet de rejoindre des clubs, participer à des défis mensuels (ex. : 100 km en un mois), et interagir avec d'autres cyclistes.
- Motivation sociale : Les "kudos" et les commentaires suffisent souvent à rester motivé sans avoir besoin de fonctionnalités premium.

---

## • 4. Alternative aux compteurs vélo coûteux

- Si vous n'avez pas de GPS ou de capteur de puissance, Strava gratuit (via smartphone) permet déjà d'enregistrer vos sorties et de les analyser sommairement.

# Focus STRAVA (3/3)

- **Quand le gratuit ne suffit plus ?**
- Passez à Premium uniquement si :
  - Vous voulez analyser vos performances en détail (puissance, fréquence cardiaque, progression).
  - Vous avez besoin de cartes thermiques pour découvrir de nouveaux itinéraires.
  - Vous utilisez des capteurs avancés (ex. : capteur de puissance) et souhaitez exploiter leurs données.
  - Vous roulez souvent seul en zone isolée et voulez utiliser le Beacon pour la sécurité.

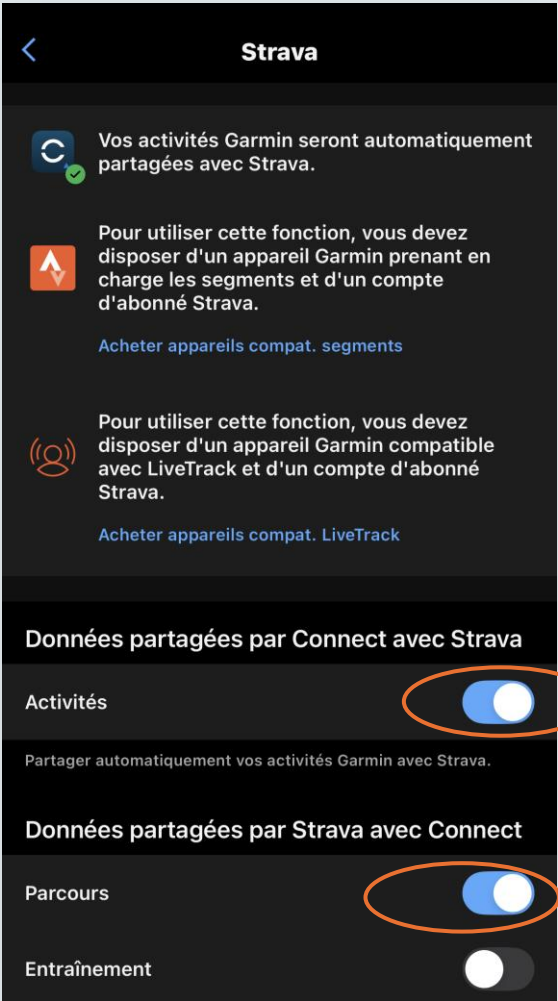
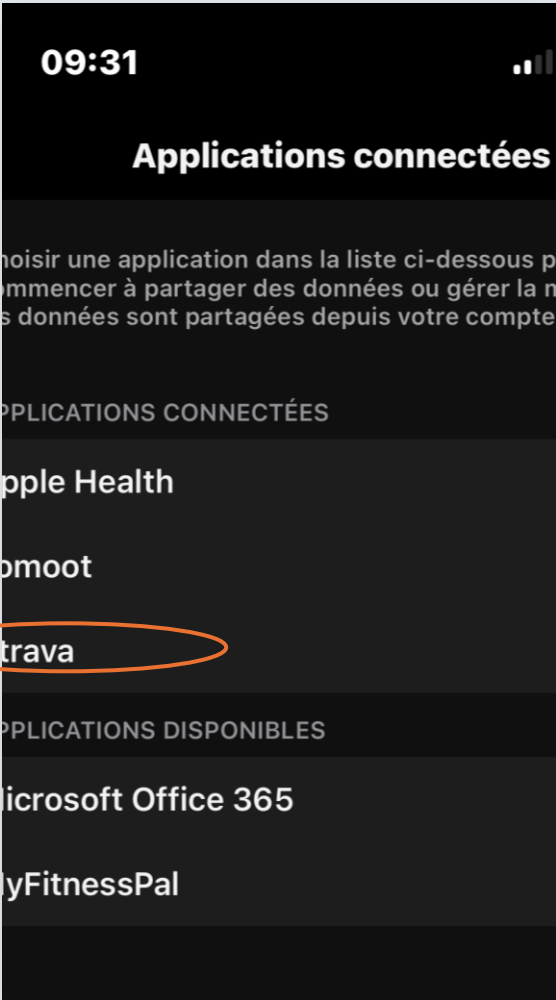
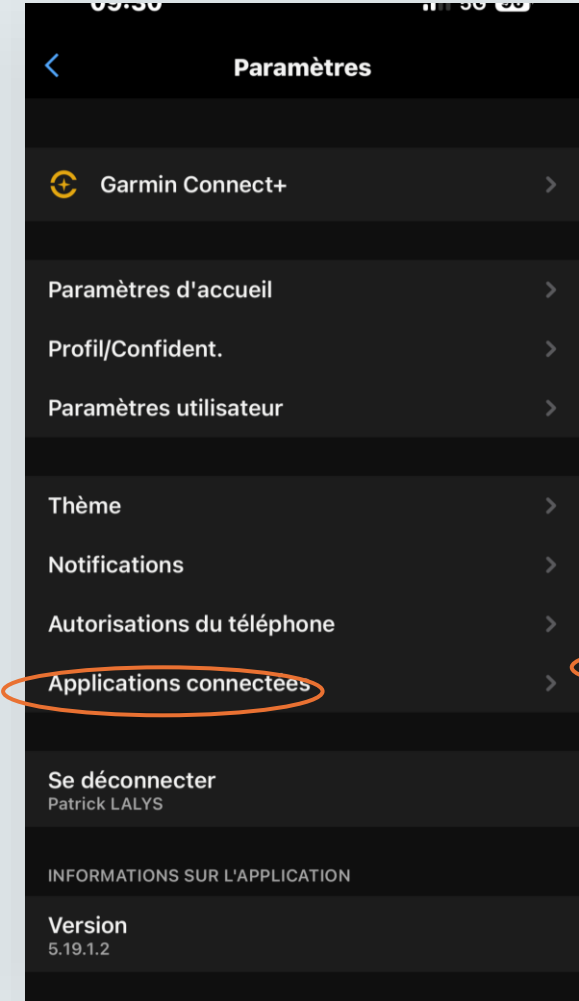
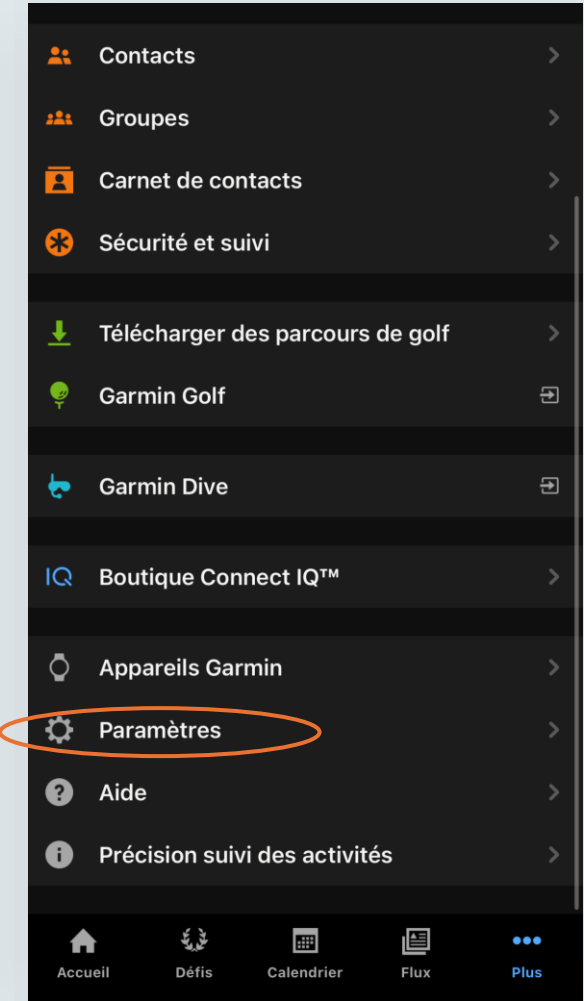
---

## En résumé

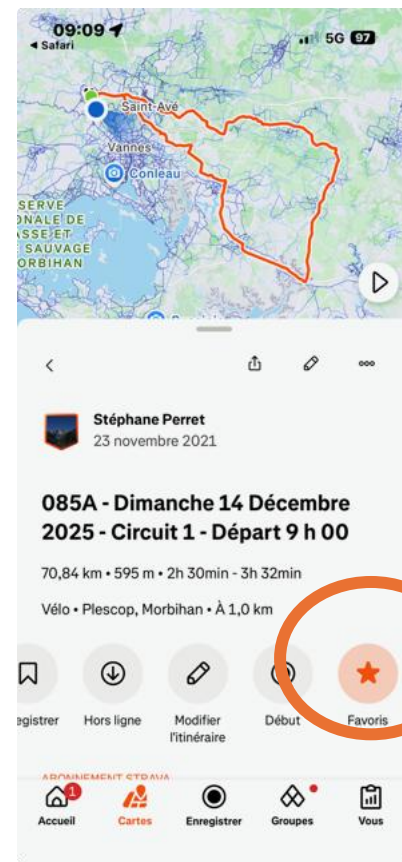
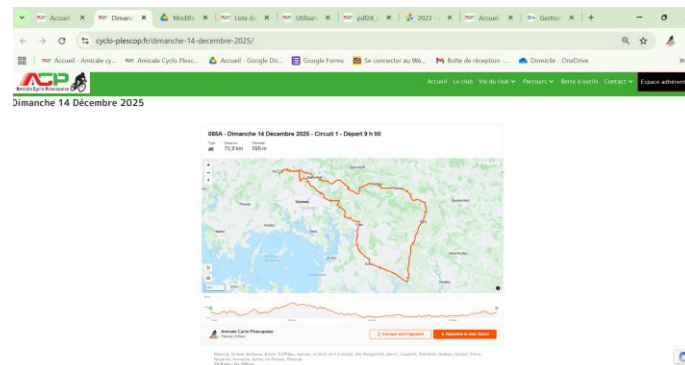
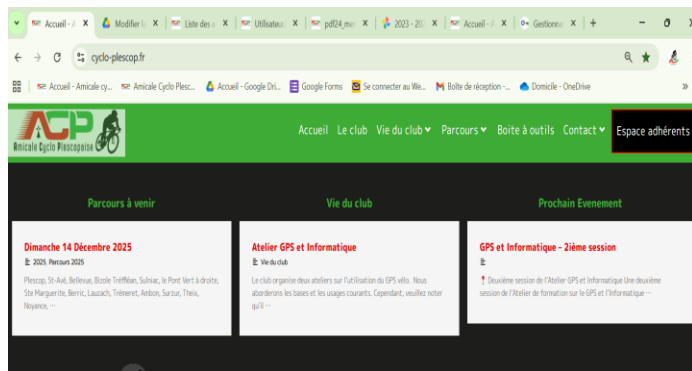
- Choisissez Strava gratuit si :
  - ✓ Vous roulez pour le plaisir, sans objectif de performance.
  - ✓ Vous voulez simplement enregistrer et partager vos sorties.
  - ✓ Vous n'utilisez pas de capteurs avancés (puissance, FC).
  - ✓ Vous préférez éviter un abonnement payant.

- 
- **Astuce :** Essayez d'abord la version gratuite. Si vous sentez le besoin d'aller plus loin (ex. : préparer une cyclo sportive ou analyser votre puissance), vous pourrez toujours passer à Premium plus tard !

# Autoriser le transfert entre STRAVA et GARMIN

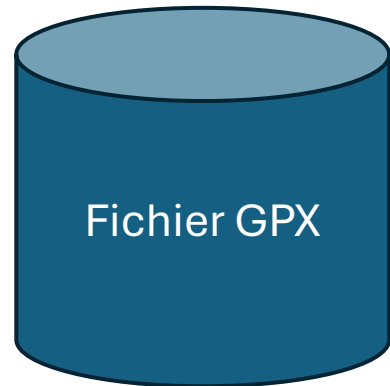


À partir du site Internet du club → STRAVA (Favori) → GARMIN connect / BRYTON Active → GPS (Synchro)



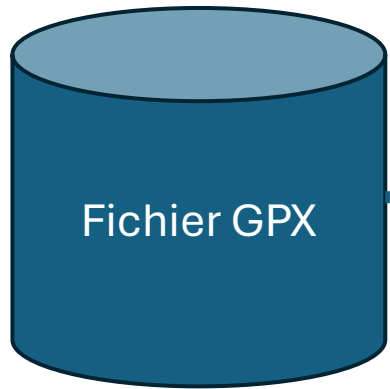
Garmin connect

Par câble sur le PC par copie sur le  
Dossier GARMIN/Newfile



GARMIN/NEWFILES





# Par import sur GARMIN Connect (BRYTON Active ?) puis Synchro

connect.garmin.com/modern/courses

connect

- Accueil
- Défis
- Calendrier
- Flux d'actualités
- Activités
- Statistiques de santé
- Statistiques de perform.
- Golf
- Entraînemnt et planif.
- Entraînements
- Programmes Garmin Coach
- Courses et événements
- Parcours
- Stratégies d'allure PacePro
- Segments
- Garmin Trails

Parcours

Rechercher ici

Adresse, code postal, ville ou monument

Mes parcours Favoris Parcours à proximité

Filtres

Trier par Date de création la plus récente

17 parcours affichés

085A - Dimanche 14 Décembre 20...  
Cyclisme sur route

70,98 km 438 m 439 m  
Distance Ascension totale Descente totale

Envoyer vers l'appareil

085A - Dimanche 14 Décembre 20...  
Curlisme sur route

Chercher lorsque je déplace la carte

