

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

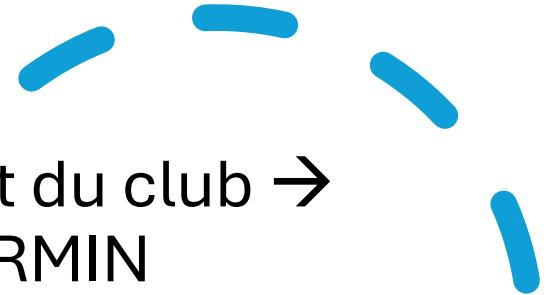


A partir d'applications tierces :

- 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 / interfaçer avec l'application STRAVA ou le site www.strava.com, il faut
à minima avoir un compte gratuit.

Focus STRAVA (1/3)



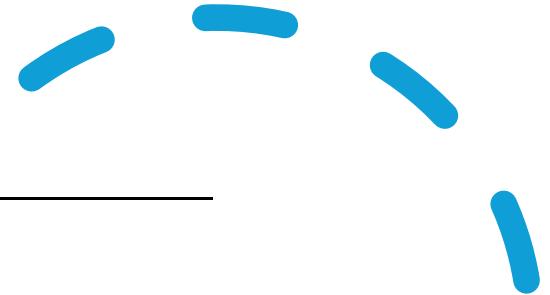
1. Fonctionnalités essentielles gratuites

- 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.

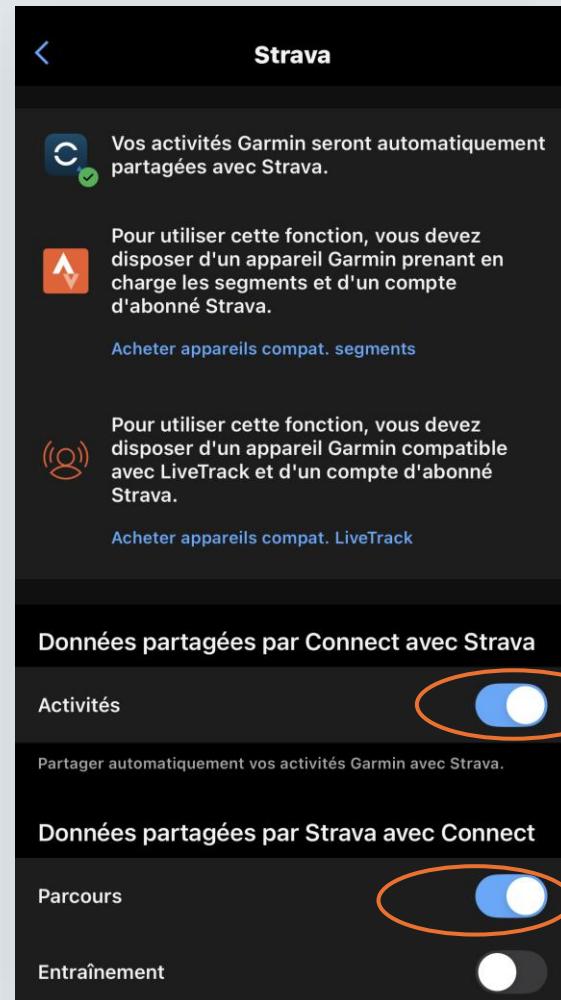
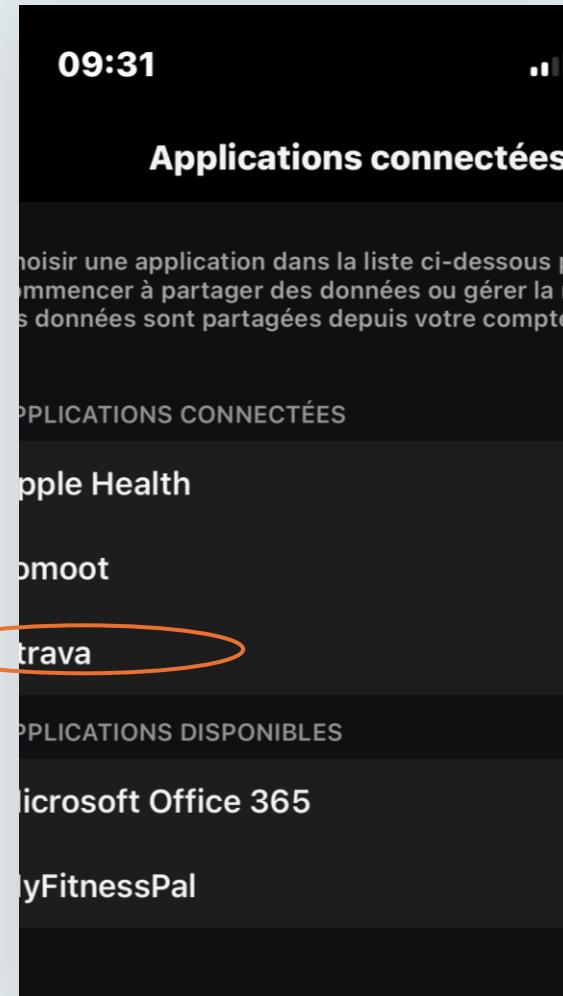
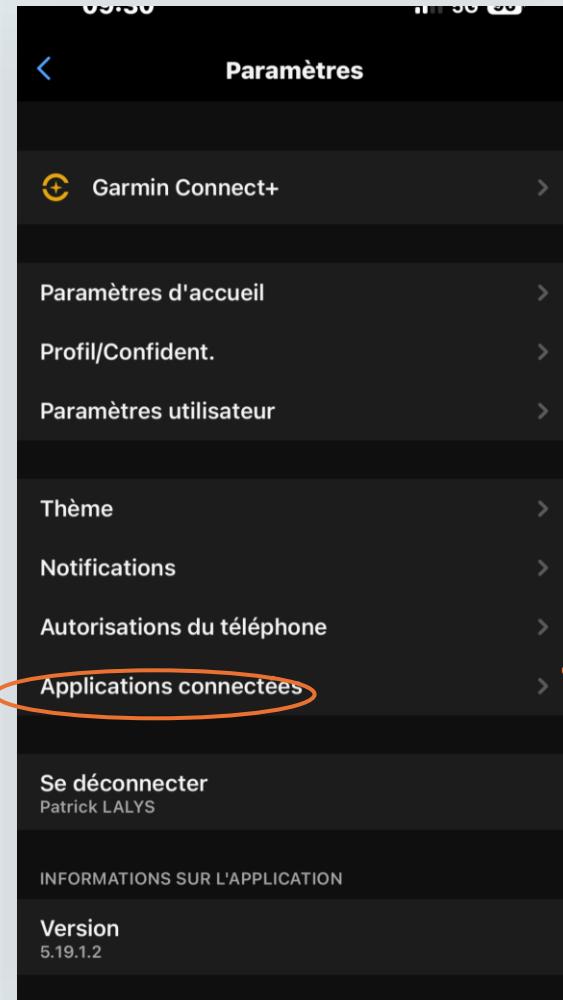
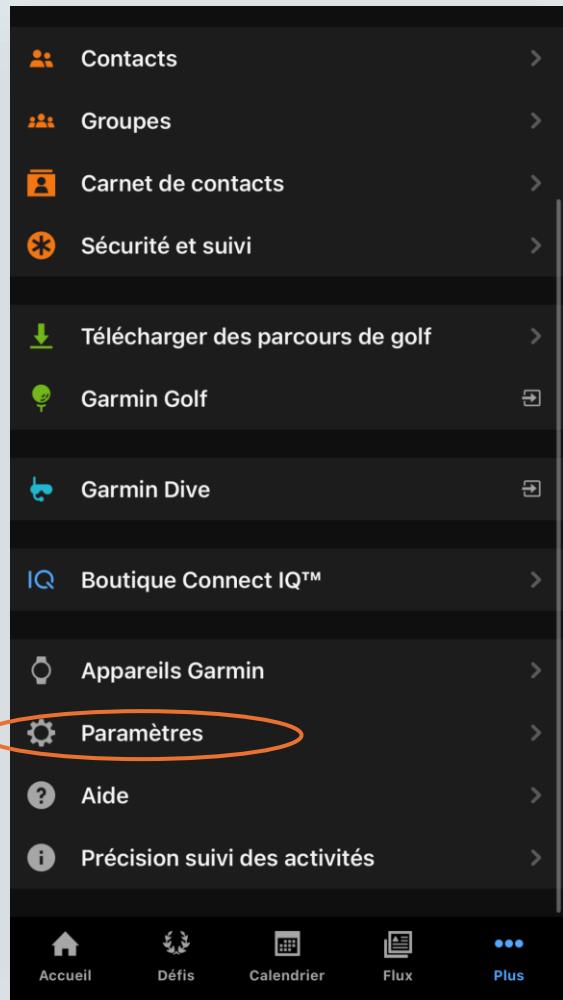
Focus STRAVA (3/3)

- **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.

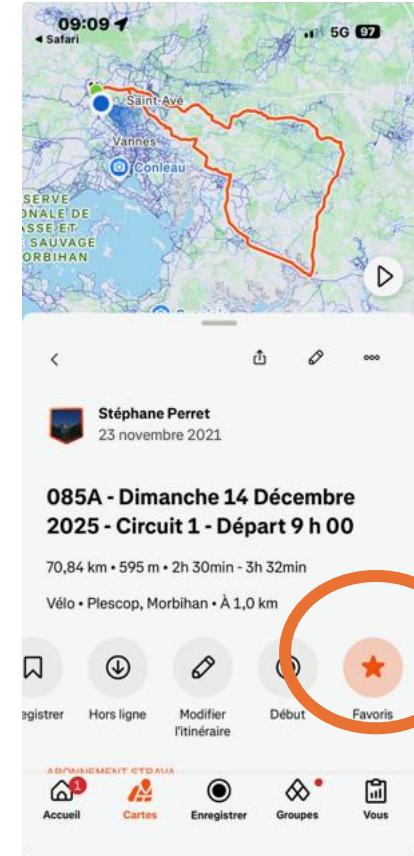
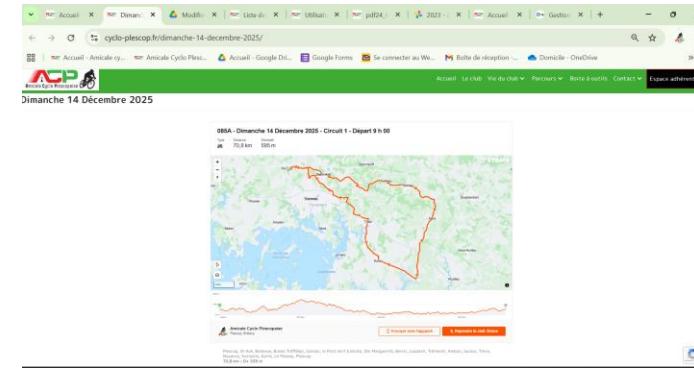
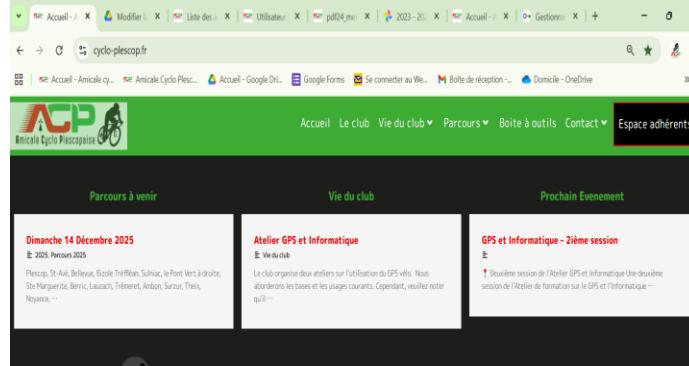
En résumé

- 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 cyclosportive ou analyser votre puissance), vous pourrez toujours passer à Premium plus tard !

Autoriser le transfert entre STRAVA et GARMIN

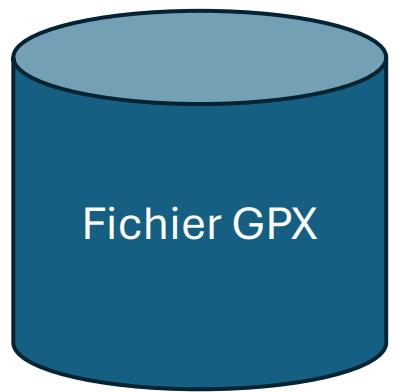


À partir du site Internet du club → STRAVA (Favori) → GARMIN connect / BRYTON Active → GPS (Synchro)



Garmin connect

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

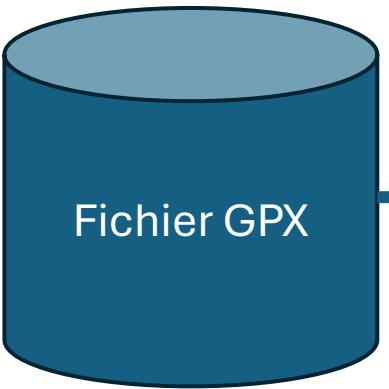


Fichier GPX



GARMIN/NEWFILES





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



Screenshot of the GARMIN Connect website interface:

- The top navigation bar shows the URL: connect.garmin.com/modern/courses.
- The main menu on the left includes: Accueil, Défis, Calendrier, Flux d'actualités, Activités, Statistiques de santé, Statistiques de perform., Golf, Entraînemnt et planif., and several sub-options like Entraînements, Programmes Garmin Coach, Courses et événements, Parcours, Stratégies d'allure PacePro, Segments, and Garmin Trails.
- The central area displays a map of the Bretagne and Pays de la Loire regions of France, with various cycling routes plotted.
- A prominent orange circle highlights the "Importer" button located at the top center of the main content area.
- Below the map, two cycling route cards are visible:
 - 085A - Dimanche 14 Décembre 20...** (Cyclisme sur route)
Distance: 70,98 km | Ascension totale: 438 m | Descente totale: 439 m
 - 085A - Dimanche 14 Décembre 20...** (Cyclisme sur route)
- At the bottom of the page, there is a checkbox labeled "Chercher lorsque je déplace la carte".