

Le vélo en toute saison

Quand on pense pratique du deux-roues, on s'imagine plutôt l'été en train de pédaler en bord de mer ou sous les pins, que face aux premières rigueurs hivernales. Et pourtant ! Ce n'est pas parce que c'est la saison froide qu'il faut renoncer à toute activité de plein air et rester enfermé chez soi. Mieux encore, le vélo affiche des atouts précieux en cette saison, tant pour entretenir sa condition physique que pour prendre un bon bol d'air pur et profiter de beaux paysages hivernaux. Le plus important en la matière est d'être correctement équipé. Première chose, assurez-vous que votre deux-roues est un modèle capable de bien supporter une sortie sur une route de campagne un peu humide ou glissante. Deuxièmement, veillez à vous procurer des vêtements et accessoires bien chauds pour supporter un coup de froid : combinaison, survêtement, coupe-vent, gants, bonnet... Enfin, attachez à votre véhicule un contenant pour emporter boisson, nourriture énergisante, couverture chauffante ou cape de pluie afin de parer à toute éventualité. Maintenant, vous êtes prêt !