

Le Monocycle

Presentation

Issu du cirque, très utilisé en jonglerie et probablement dérivé du grand bi, le monocycle est un véhicule constitué d'une roue, d'une selle et d'un pédalier. Contrairement au vélo, la plupart des monocycles n'ont pas de chaîne et les manivelles sont directement fixées sur l'axe de la roue sans démultiplication. La selle est plus longue et plus étroite à l'avant qu'à l'arrière afin de permettre un meilleur maintien. Aujourd'hui il s'est beaucoup démocratisé et compte de nouveaux adeptes chaque jour.

Pratique

Souvent associé au cirque, le monocycle n'est plus limité qu'à cette utilisation, et de nombreuses pratiques, externes au cirque, se sont développées autour du monocycle. Ce qui en fait une discipline à part entière, à dissocier de la jonglerie. Des compétitions nationales et internationales confrontent les pratiquants de ces différentes disciplines.



Les disciplines principales autour du monocycle sont :

- Le tout-terrain
- Le trial
- Le street
- Le freestyle
- La course d'endurance
- Les sports collectifs (basket-ball, hockey...)
- *etc.*

Materiel

Différents types de monocycles sont adaptés aux diverses disciplines du monocycle. Ceux-ci diffèrent principalement par la taille de roue utilisée, la largeur du pneu ou encore la forme du cadre.

Il existe plusieurs diamètres de roue :

- **12 à 18 pouces** (30,5 à 46 cm) : utilisé par les enfants.
- **19 pouces** (48 cm) : utilisé pour le trial et le street (la largeur du pneu se situe autour de 2,5 pouces)
- **20 pouces** (51 cm) : le modèle le plus courant. Utilisé pour les débutants et pour le freestyle
- **24 pouces** (61 cm) : améliore les capacités de vitesse. La taille de référence pour le tout-terrain (compromis vitesse/maniabilité)
- **26 pouces** (66 cm) : pour la vitesse sur les longues distances
- **28/29 pouces** (70 cm) : pour la randonnée sur longue distance
- **36 pouces** (91 cm) : plus difficile à manier, mais favorable aux longues distances et à la vitesse



Il est recommandé pour la plupart des pratiques liées au monocycle, d'utiliser des protections. Principalement des protège-tibias (contre les retours de pédale), des genouillères, ainsi qu'un casque.