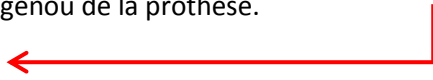


## Pratique du vélo avec ou sans prothèse?

Après mon accident qui m'a occasionné une amputation fémorale, j'ai repris le vélo sur une seule jambe mais mon pédalage manquait de souplesse et subissait des à-coups.

J'ai donc fait l'acquisition d'une prothèse spécifique pour reprendre le pédalage sur deux jambes !!!

Tout d'abord en fixant un dispositif d'extrémité qui se clipsait sur la pédale en prolongement d'un tube fixé sous le genou de la prothèse.



Et ensuite en fixant un pied à l'extrémité de ce tube.



*Le dispositif d'extrémité interdit la marche, le pied permet un faible déplacement ainsi qu'un pédalage légèrement plus doux.*

Psychologiquement, le fait de pédaler " sur deux jambes " était positif. La force supplémentaire engendrée par l'appui sur la prothèse est cependant faible. Ce type de pédalage rend impossible la "danseuse" et oblige à rester constamment assis sur la selle.

Le maintien de la prothèse est problématique car elle a tendance à glisser au fur et à mesure du pédalage. J'ai résolu le problème en portant une ceinture de maintien. Cependant je n'ai pu résoudre les problèmes de blessures liés au frottement de la coque et du manchon sur la peau (brulures) si ce n'est en posant systématiquement plusieurs pansements avant le départ.

Le souci majeur réside, lors des compétitions, en la perte très importante de temps lors des transitions (*natation = pose prothèse vélo; Arrivée vélo = changement prothèse et manchon vélo pour prothèse course à pied*)

J'ai donc repris l'initiative de reprendre le pédalage sur une jambe mais en fixant cette fois une coque sur le vélo de façon à pouvoir prendre appui sur mon *moignon* (à l'instar de ce que pratique Stéphane Bahier)

Cette initiative est très concluante, je retrouve la possibilité de faire de la "danseuse" en appuyant sur le moignon ce qui me procure plus de force sur la jambe valide. L'appui sur le moignon permet aussi de soulager l'appui fessier sur la selle.

La fixation de la coque sur le vélo se fait par la pose d'une triangulation en tube d'aluminium sur les tubes du cadre et sur la selle (*pour la coque, j'ai utilisé une ancienne coque de marche que j'ai découpée*)

Les photos ci-dessous donnent un exemple de ce qui peut être réalisé.

- Pour les colliers du cadre j'utilise un support de porte siège bébé que je partage en deux.
- Pour l'armature j'utilise des tubes aluminium de diamètre 10mm ou 12mm que j'aplatie à l'étau aux points de fixation (*le montage doit être très rigide car l'effort sur celui-ci est très important*)



La saison 2014 me permettra de mesurer les gains en facilité et en temps lors des triathlons.

Marc GAVIOT-BLANC

Référent paratriathlon Ligue Rhône Alpes

Triathlète handisport

[marc.gaviot.blanc@wanadoo.fr](mailto:marc.gaviot.blanc@wanadoo.fr)

06 47 29 43 97