Советы новичкам: как подобрать велосипед

Давно известно, что велосипед – это счастье и верное средство перестать быть вредным. У вас еще нет своего железного друга?

Пока большинство тюменцев соблюдают режим самоизоляции, самое время хорошенько изучить вопрос и подобрать для себя идеальный велосипед. Специалисты Областной спортивной школы олимпийского резерва собрали самые полезные рекомендации по выбору велосипеда, исходя из роста и веса покупателя.

Уделите минуту времени и точно измерьте свой рост без обуви. Свой действительный рост важно знать, чтобы правильно выбрать велосипед с учетом его ростовки. Бывают случаи, когда люди называют его с ошибкой аж до 10 см. Ростовка – это размеры рам велосипедов в дюймах, сантиметрах или записанные в условных обозначениях.

Рамы больших размеров (L, XL, XXL) собираются из более толстостенных труб, чтобы выдержать большой вес более высокого велосипедиста. Байк меньшего размера имеет вес в среднем на 150-200 грамм меньший, чем у соседней, большей, ростовки. Велосипед с маленькой рамой более манёвренный и его легче удержать в вертикальном положении, чем машину с огромной рамой. На моделях с большой рамой можно занять идеальное положение, чтобы развить максимальную скорость.

Размерные сетки производителя

В первую очередь, делая выбор велосипеда, нужно смотреть на размерную сетку конкретной фирмы. Такие таблицы должен составить производитель велосипедов. Часто нужную информацию можно найти при поиске в интернет-магазинах. Если такой информации производитель не предоставил, тогда можно выбрать велосипед по универсальной сетке.

Универсальная сетка

Особенно точно стандартные сетки позволяют подобрать по росту велосипед с классической рамой, собранной из двух треугольников.

Размер рамы, дюймы	Ваш рост, см.	Размер рамы, cm.	Размер рамы, условн.ед.
13"	130-145	33	XS (Xsmall)
14"	135-155	35,6	XS (Xsmall)
15"	145-160	38,1	S (small)
16"	150-165	40,6	S (small)
17"	156-170	43,2	M (medium)
18"	167-178	45,7	M (medium)
19"	172-180	48,3	L (large)
20"	178-185	50,8	L (large)
21"	180-190	53,3	XL (Xlarge)
22"	185-195	55,9	XL (Xlarge)
23"	190-200	58,4	XXL (XXlarge)
24"	195-210	61	XXL (XXlarge)

Косвенное определение

Существует ещё расчетный метод определения ростовки, который будет полезен для покупки через интернет-магазин. Чтобы правильно оформить заказ велосипеда, потребуется измерить свою высоту от паха до пола и полученный замер в сантиметрах умножить на коэффициент 0,66 для шоссейного велосипеда, или 0,57 для байка горного типа. Результат расчета и есть ростовка в сантиметрах. Для перевода результата в дюймы достаточно лишь разделить значение на 2,54.

Испытательная поездка

Если есть возможность прокатиться на понравившемся велосипеде, обязательно испробуйте новую машину. При покупке на рынке или в магазине, установите байк между ногами, коснувшись спиной носика седла. В таком положении между вашим пахом и рамой должно быть свободного пространства не менее 10 см, то есть приблизительно на ширину ладони. Кататься на велосипеде со слишком высокой рамой опасно, так как в случае опасности, вы спрыгните, не раздумывая, с седла и ударитесь промежностью об верхнюю трубу рамы.

Общие рекомендации при выборе велосипеда по ростовке:

* Для спортивной, скоростной езды лучше купить больший по размеру велосипед.
* Пожилым людям, людям с лишним весом легче ездить на велосипеде с рамой меньшего размера.
* Если вы выполняете трюки, тогда выбирайте себе байк с низкой рамой, на два размера меньший расчётной ростовки.
* Не покупайте «универсальный» велосипед, который, как вы думаете, подойдёт вам ростом 185 см и вашей жене, если она намного ниже вас – 160 см.
* Не нужно брать маленький размер и надеяться, что можно будет все настроить, выдвинув подседельный штырь и подняв руль. Очень часто тонкостенные рамы маленьких велосипедов ломаются при чрезмерно вытянутом штыре.

Выбор по своему росту

Для каждого вида велосипедов есть свои особенности выбора ростовки. Они отражаются на всех габаритах байка, поэтому для начала посмотрим на рекомендации по поводу того, какой подобрать размер городских и гибридных велосипедов.

Вот таблица размеров:

Размер, дюймы	Ваш рост, см	Размер рамы, см	Буквенное обозначение	Обозначение
13"	130 - 145	33	XS (XSmall)	Минимальный
14"	135 - 155	35,6	XS (XSmall)	Минимальный
15"	145 - 160	38,1	S (Small)	Малый
16"	150 - 165	40,6	S (Small)	Малый
17"	156 - 170	43,2	M (Meduim)	Средний
18"	167 - 178	45,7	M (Meduim)	Средний
19"	172 - 180	48,3	L (Large)	Большой
20"	178 - 185	50,8	L (Large)	Большой
21"	180 - 190	53,3	XL (XLarge)	Очень большой
22"	185 - 195	55,9	XL (XLarge)	Очень большой
23"	190 - 200	58,4	XXL (XLarge)	Максимальный
24"	195 - 210	61	XXL (XLarge)	Максимальный

Эти размеры смело можно использовать при выборе горных машин с жесткой задней подвеской (хардтейлов). А двухподвесы и так не балуют разнообразием – максимум 2-3 размера в среднем сегменте. При «неидеальном» росте, то есть если рост не попадает ни в одну, ни в другую категорию, лучше выбирать в большую сторону. Наоборот, если есть предрасположенность к установке подседельного амортизатора, то выбор должен быть в сторону уменьшения рамы.

Чтобы выбрать комфортный шоссейник, воспользуемся антропометрическими исследованиями известной компании Giant. Данные этой таблицы подразумевают дорожные и шоссейные велосипеды с геометрией Compact Road.

С детьми гораздо проще. Размеры рамы подбираются с учетом соотношения возраста и роста конкретно взятого детеныша. Тут простор для родительской фантазии велик, поэтому позволим себе привести только общие рекомендательные цифры для выбора велосипеда под рост ребенка.

Возраст ребенка, лет	Рост, см	Диаметр колес, дюймов
1 — 3	от 75 до 95	< 12″
3 — 4	от 95 до 101	12″
4 — 6	от 101 до 115	16″
6 — 9	от 115 до 128	20″
9 — 13	от 126 до 155	24″

Выбор по своему весу

Если вы, учитывая свой большой вес, захотите купить скоростной транспорт большого размера, ведь у больших моделей рамы прочнее, то ни в коем случае не делайте этого. Вам будет тяжело ездить на высоком велосипеде, вы будете быстро уставать, и высоких скоростей на нём вы всё равно не достигните. Лучше купить такой байк, какой подойдет именно тучным людям, а именно горный или городской велосипед или красавец круизер. Вы будете кататься на одном из них в более вертикальном положении, и ваша спина не будет напряжена. Если ваш вес превышает 80 кг, не приобретайте модели со снижающейся назад рамой и длинным подседельным штырём.

При подготовке текста использовались материалы сайта velofans.ru