

**Fixations de ski  
bien réglées  
=  
sécurité  
renforcée**

**Pour des fixations  
bien réglées  
suivez ce guide**

**guide pratique**  
pour le réglage des fixations  
aux normes de sécurité



Réf. 07-04824-DE - RC Nanterre B 330 742 784 - GARET!



1. Déterminez la position de réglage en fonction du poids et de la longueur de la semelle

|                |                     |        |           |           |           |           |        |
|----------------|---------------------|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|--------|
| Pour une femme | Longueur semelle    | < 251  | 251 à 270 | 271 à 290 | 291 à 310 | 311 à 330 | > 330  |
|                | Pointure FR         | < 33   | 34/35     | 36/38     | 39/41     | 42/44     | > 45   |
|                | Pointure US         | < 20,5 | 21/22     | 22,5/24   | 24,5/26   | 26,5/28   | > 28,5 |
|                | Poids skieuse en kg |        |           |           |           |           |        |
|                |                     | 10/17  | 18/21     | 22/25     | 26/30     | 31/35     | 36/41  |

|     |       |       |       |       |       |       |
|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 3/4 |       |       |       |       |       |       |
|     | 1 1/4 | 1     | 3/4   |       |       |       |
|     | 1 1/2 | 1 1/4 | 1 1/4 | 1     |       |       |
|     | 2     | 1 3/4 | 1 1/2 | 1 1/4 | 1 1/4 |       |
|     | 2 1/2 | 2 1/4 | 2     | 1 3/4 | 1 1/2 | 1 1/2 |
|     | 3     | 2 3/4 | 2 1/2 | 2 1/4 | 2     | 1 3/4 |
|     |       | 3 1/2 | 3 1/4 | 2 3/4 | 2 1/2 | 2 1/4 |
|     |       | 4 1/4 | 3 3/4 | 3 1/4 | 3     | 2 3/4 |
|     |       | 4 3/4 | 4 1/4 | 4     | 3 1/2 | 3     |
|     |       | 5 1/2 | 5     | 4 1/2 | 4 1/4 | 4     |
|     |       | 6 1/2 | 6     | 5 1/2 | 5     | 4 1/2 |
|     |       |       | 7 1/2 | 7     | 6     | 5 1/2 |
|     |       |       | 8 1/2 | 8     | 7 1/2 | 7     |
|     |       |       | 10    | 9 1/2 | 8 1/2 | 8     |

|               |                    |        |           |           |           |           |        |
|---------------|--------------------|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|--------|
| Pour un homme | Longueur semelle   | < 251  | 251 à 270 | 271 à 290 | 291 à 310 | 311 à 330 | > 330  |
|               | Pointure FR        | < 33   | 34/35     | 36/38     | 39/41     | 42/44     | > 45   |
|               | Pointure US        | < 20,5 | 21/22     | 22,5/24   | 24,5/26   | 26,5/28   | > 28,5 |
|               | Poids skieur en kg |        |           |           |           |           |        |
|               |                    | 10/17  | 18/21     | 22/25     | 26/30     | 31/35     | 36/41  |

|     |       |       |        |       |       |       |
|-----|-------|-------|--------|-------|-------|-------|
| 3/4 |       |       |        |       |       |       |
|     | 1 1/4 | 1     | 3/4    |       |       |       |
|     | 1 1/2 | 1 1/4 | 1 1/4  | 1     |       |       |
|     | 2     | 1 3/4 | 1 1/2  | 1 1/4 | 1 1/4 |       |
|     | 2 1/2 | 2 1/4 | 2      | 1 3/4 | 1 1/2 | 1 1/2 |
|     | 3     | 2 3/4 | 2 1/2  | 2 1/4 | 2     | 1 3/4 |
|     |       | 3 1/2 | 3 1/4  | 2 3/4 | 2 1/2 | 2 1/4 |
|     |       | 4 1/4 | 4      | 3 3/4 | 3 1/2 | 3     |
|     |       | 5 1/2 | 5      | 4 1/2 | 4     | 3 1/2 |
|     |       | 6 1/2 | 6      | 5 1/2 | 5     | 4 1/2 |
|     |       | 7 1/2 | 7      | 6 1/2 | 6     | 5 1/2 |
|     |       |       | 8 1/2  | 8     | 7     | 6 1/2 |
|     |       |       | 10     | 9 1/2 | 8 1/2 | 8     |
|     |       |       | 11 1/2 | 11    | 10    | 9 1/2 |

2. Ajustez le réglage suivant le profil du skieur

| Profil du skieur                                                           | Correspondance AFNOR                                       | Tranche d'âge              | Corrections à apporter aux tableaux            |
|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------------------------------|
| 1 Moins de 7 jours de pratique de ski alpin                                | Débutant                                                   | - de 25 ans<br>+ de 25 ans | Pas de correction<br>Monter d'1 ligne          |
| Plus de 7 jours de pratique de ski alpin                                   |                                                            |                            |                                                |
| 2 Style moyennement aisé<br>Vous êtes fatigué ou peu sportif               | Débrouillé avec faible condition physique                  | - de 50 ans<br>+ de 50 ans | Pas de correction<br>Monter d'1 ligne          |
| Plus de 7 jours de pratique de ski alpin                                   |                                                            |                            |                                                |
| 3 Style moyennement aisé<br>Vous pratiquez une activité sportive régulière | Débrouillé avec bonne condition physique                   | - de 50 ans<br>+ de 50 ans | Descendre d'1 ligne<br>Pas de correction       |
| Passe partout de façon aisée                                               | Bon skieur, style souple et coulé privilégiant la sécurité | - de 50 ans<br>+ de 50 ans | Pas de correction<br>Monter d'1 ligne          |
| 4 Vous êtes prudent et évitez les risques                                  |                                                            |                            |                                                |
| Jeune (moins de 50 ans)                                                    | Bon skieur jeune, style souple et coulé                    | - de 50 ans                | Descendre d'1 ligne                            |
| 5 Passe partout de façon aisée                                             |                                                            |                            |                                                |
| Passe partout (piste et hors-piste) avec une grande maîtrise               | Bon skieur, ski d'attaque sur tout terrain                 | - de 50 ans<br>+ de 50 ans | Descendre de 2 lignes<br>Descendre d'1 ligne   |
| 6                                                                          |                                                            |                            |                                                |
| Excellent niveau, très à l'aise, éventuellement en compétition             | Très fort skieur, sur terrains engagés                     | - de 50 ans<br>+ de 50 ans | Descendre de 3 lignes<br>Descendre de 2 lignes |
| 7                                                                          |                                                            |                            |                                                |

A cas particulier, ayez le réflexe « réglage sécurité » !

- Cas des réglages inférieurs à 3 avec une fixation limitée à 3
- Dans ce cas, c'est au professionnel de juger du meilleur réglage à appliquer. En fonction du profil du skieur, vous pouvez opter pour le réglage minimal 3 (sur le produit senior) ou pour un produit junior comportant la valeur préconisée par le tableau.
- Cas des valeurs de réglage avec des « quarts »
- Le réglage de la fixation est fait manuellement avec le tournevis. Il comporte donc une certaine imprécision. Dans ce cas, c'est au professionnel d'approcher la valeur au mieux sur le produit, en arrondissant si besoin au « quart » près. Il est conseillé d'utiliser un appareil de mesure chaque fois que possible.
- Cas de déclenchement intempestif des fixations
- Dans ce cas, le professionnel doit augmenter le niveau de déclenchement de la fixation, d'abord au talon (1/2 repère) puis, si ce n'est pas suffisant, relever le niveau de la butée, et ainsi de suite jusqu'à obtention du niveau de réglage le plus adapté.
- Dans tous les cas :
- Pour le réglage des fixations, il est admis que le professionnel prenne en compte des éléments qu'il est le seul à même de juger : handicap du skieur, condition de neige, demande spécifique du skieur, etc.