



GUIDE D'UTILISATION DES FIXATIONS DYNAFIT

Document relatif à l'utilisation spécifique des produits DYNAFIT & POMOCA

Conseils et réponses aux questions fréquentes (FAQ) concernant l'utilisation de l'ensemble
« fixations, leash/stop-skis, peaux de phoques, cales de montée »

*Avec la collaboration de Jean-René MINELLI
Guide de Haute Montagne, partenaire DYNAFIT & POMOCA France*

*Guide d'utilisation des fixations Dynafit – DYNAFIT en collaboration avec Jean René MINELLI, Guide de Haute Montagne
30/11/2018*



1 – CHAUSSAGE

○ POUR MONTER

Les peaux de phoques étant collées sur les skis :

Mettre la talonnière en position montée (action différente suivant les modèles).

Choisir un endroit le plus plat possible.

Faire une petite plateforme si nécessaire, placer les skis parallèles, perpendiculairement à la pente.

Toujours commencer par le ski aval, cela facilitera le chaussage du deuxième ski.

Enlever soigneusement la neige de la semelle de la chaussure ainsi que sur les inserts.

Présenter la chaussure avec un angle de 30° sans faire de pointes, les inserts en face des pointeaux.

Appuyer pour refermer la mâchoire (pointeaux) sur les inserts de la chaussure, il faut entendre un « clac ».

Verrouiller au maximum la mâchoire en tirant vers le haut le levier à l'avant de la fixation.

Chausser le ski amont en suivant la même méthode.

Pour vérification, activer les articulations chaussures/skis dans le sens avant/arrière et en pivot latéral.

Si pas de déchaussage, la liaison skis/chaussures est fiable.

Commencer la montée.

○ POUR DESCENDRE

Mettre la talonnière en position descente, libérer les stop-skis et décoller les peaux de phoques.

Si les fixations ne sont pas équipées de stop-skis, veiller à ce que les skis ne glissent dans la pente. Pour se faire, placer les skis à l'envers, semelle vers le ciel.

Choisir un endroit le plus plat possible.

Faire une petite plateforme ; avec stop-skis, y placer les skis parallèles, perpendiculairement à la pente.

Sans stop-skis, garder le ski amont à la main (appui au sol avec le talon du ski), établir la jonction ski aval/chaussure avec le leash, ce ski étant placé sur la plateforme (dans cette étape avec leash, le risque que le ski glisse dans la pente est important).

Toujours commencer par le ski aval, cela facilitera le chaussage du deuxième ski (amont).

Enlever soigneusement la neige de la semelle de la chaussure ainsi que sur les inserts.

Présenter la chaussure avec un angle de 30° sans faire de pointes, les inserts en face des pointeaux.

Appuyer pour refermer la mâchoire (pointeaux) sur les inserts de la chaussure, il faut entendre un « clac ».

Avant de commencer la descente, vérifier que la mâchoire est bien en place. En cas de doute, répéter le chaussage plusieurs fois.

Pour chausser : jambe tendue, mettre tout son poids sur la talonnière, en se penchant en arrière si nécessaire.

Ca chausse à tous les coups, et ça évite de perdre son ski (claquer vigoureusement pour chausser présente un risque).

Chausser le ski amont en suivant la même méthode.

Commencer la descente.



○ QUESTIONS FREQUEMMENT POSEES (FAQ)

FAQ 01 : Comment bien régler la talonnière ?

R1 : *Votre revendeur doit vous demander votre poids et votre niveau de ski. Cela détermine la valeur DIN des déclenchements (chute avant et latérale).*

R2 : *Il existe 2 types de fixations, les fixations normées TÜV et les fixations non normées TÜV. Avec une fixation normée, la talonnière est montée sur un chariot avec un ressort permettant un recul de la talonnière. Elle doit donc être réglée directement au contact du talon de la chaussure. Si la fixation n'est pas normée TÜV, la talonnière est fixe sur le ski et le réglage doit laisser un espace entre le talon de la chaussure et la talonnière. Cet espace permet d'absorber les compressions liées aux variations de terrain. Cet espace est déterminé par le témoin de réglage livré avec la fixation.*

R3 : *Il peut arriver que le talon de la chaussure frotte la talonnière à la montée. Cela signifie que l'espace déterminé en R2 n'est pas respecté. Cela peut également se produire si le ski est trop souple pour votre gabarit.*

FAQ 02 : Pourquoi je n'arrive pas à chausser l'avant ?

R1 : *Vérifier qu'il n'y a pas de neige ou de glace dans le mécanisme qui empêche de verrouiller la mâchoire. Le nettoyer soigneusement sous les ressorts avec une lame souple ou avec une petite brosse.*

R2 : *Il se peut que le pied soit placé légèrement en oblique par rapport à l'axe du ski, dans ce cas, seulement un pointeau sur deux se referme sur l'insert, recommencer l'action en alignant bien le pied dans l'axe du ski.*

R3 : *Le pied est trop sur la pointe au moment de l'appui, mettre le pied plus à plat (30° par rapport au plan du ski), cela permet d'utiliser les guides des inserts.*

FAQ 03 : Pourquoi je n'arrive pas à chausser l'arrière ?

R1 : *Si ma fixation est équipée de stop-skis, vérifier qu'ils ne sont pas encombrés de neige, cela empêche la course complète du talon de la chaussure. Si c'est le cas nettoyer les stop-skis.*

R2 : *En cas de neige trop meuble, il est difficile d'obtenir une résistance mécanique suffisante pour chausser la talonnière. Tasser la neige et recommencer l'opération. Se référer à la technique de chaussage jambe tendue (voir plus haut).*

R3 : *Vérifier que les réglages de dureté de la talonnière soient conformes à l'échelle DIN. (Cf. FAQ 1)*

FAQ 04 : Dois-je verrouiller l'avant à la montée ?

R1 : *Oui c'est impératif pour ne pas déchausser et risquer la chute ou la perte d'un ski. Toujours lever le levier à l'avant de la fixation au maximum en montée.*



FAQ 05 : Dois-je verrouiller l'avant à la descente ?

R1 : *Surtout pas car cela annule la possibilité de déchaussage en cas de nécessité (chute). Il est donc très clairement déconseillé de skier verrouillé à la descente*

R2 : *On constate que certains skieurs experts prennent la décision de verrouiller leurs fixations en descente, dans le cas d'une pratique engagée de haut niveau où il est indispensable de ne pas déchausser. Cette option n'est en aucun cas préconisée par la marque, le skieur doit être conscient des conséquences et du risque de blessure encouru lorsqu'il skie verrouillé.*

FAQ 06 : Pourquoi ma talonnière passe en position descente pendant la montée ?

R1 : *Certaines neiges humides forment des bouchons de neige (bottage) qui modifient l'appui du talon, de la chaussure et font parfois pivoter la talonnière. En cas de neige « bottante », nettoyer régulièrement la talonnière ou mettre les cales de montée.*

R2 : *Certains modèles de fixations sont dotés d'un système « anti-retour », afin de prévenir ce désagrément.*

R3 : *Si la talonnière est passée en mode descente pendant la montée, penser à bien déchausser pour pouvoir la repasser en mode montée.*

FAQ 07 : Pourquoi je sens plusieurs crans lorsque je verrouille le levier avant de ma fixation en montée ?

R1 : *En fonction de la marque de la chaussure, la course de la mâchoire peut varier, ce qui explique les différents crans. Dans tous les cas, il faut verrouiller au maximum la mâchoire en tirant le levier vers le haut.*
R2 : *En aucun cas les différentes positions de cran signifient un degré de verrouillage. Il n'existe que 2 positions sur les fixations : montée (levier verrouillé au maximum vers le haut) ou descente (levier déverrouillé).*

R3 : *Dynafit commercialise un système de fixations + inserts intégrés dans la chaussure. Beaucoup de marques font confiance à Dynafit et vendent des inserts certifiés qui respectent les spécifications techniques Dynafit. Dans ce cas Dynafit garantit la bonne liaison chaussure-fixation. Certains fabricants de chaussures ont fait le choix d'avoir leurs propres inserts et ne respectent pas les spécifications techniques Dynafit. C'est dans ce cas de figure que la course de la mâchoire peut s'arrêter à un cran inférieur. Cela peut engendrer un problème de fiabilité de liaison fixation – chaussure dont Dynafit ne saurait être responsable.*



2 – DÉCHAUSSAGE

○ AVANT UNE DESCENTE

Faire une plateforme et placer les skis perpendiculaires à la pente.

Déchausser d'abord le ski amont, (meilleur pour l'équilibre).

Appuyer avec fermeté sur le levier à l'avant de la fixation à l'aide de la poignée du bâton tenu verticalement.

La mâchoire s'ouvre et l'avant de la chaussure est libérée.

Déclipser le leash en cas d'utilisation de cet accessoire.

Récupérer le ski amont, mettre la talonnière en position descente et libérer le stop-ski.

Nettoyer la neige sur la fixation.

Décoller la peau de phoque et poser le ski à plat sur la semelle (option avec stop-ski), si leash, poser le ski à l'envers, la fixation faisant office de frein.

Attention, planter le talon du ski dans la neige pour l'entreposer présente des dangers : faire botter le ski (partie dans la neige), le vent peut également faire basculer le ski qui inmanquablement glissera vers l'aval.

Déchausser le ski aval en suivant la même méthode.

○ AVANT UNE MONTEE

Faire une plateforme et placer les skis perpendiculaires à la pente.

Déchausser d'abord le ski amont, (meilleur pour l'équilibre).

Appuyer avec fermeté sur le levier à l'avant de la fixation à l'aide de la poignée du bâton tenu verticalement.

La mâchoire s'ouvre et l'avant de la chaussure est libéré.

Par un mouvement latéral circulaire libérer l'arrière de la chaussure de la talonnière.

Le stop-ski s'ouvre, stabilisant le ski.

Défaire le leash si cet accessoire est utilisé, attention le ski peu glisser dans la pente.

Mettre la talonnière en position montée, rétracter le stopper.

Coller la peau de phoque et poser le ski à plat sur la neige.

Déchausser le ski aval en suivant la même méthode.

○ QUESTIONS FREQUEMMENT POSEES (FAQ)

FAQ 08 : Pourquoi est-ce que je déchausse sans raison à la descente ?

R1 : *Un des réglages de dureté de la talonnière n'est pas bon (cf. FAQ 1).*

R2 : *La mâchoire de la butée n'est pas bien fermée, neige dans le mécanisme.*

R3 : *Glace dans les inserts de la chaussure.*



R4 : *Mauvais montage du leash sur la butée qui empêche son bon fonctionnement. Par exemple, attention à une tête d'alouette mal placée.*

R5 : *Mauvais réglage pointure/longueur de semelle (cf. FAQ 1).*

FAQ 09 : Pourquoi est-ce que je déchausse sans raison à la montée ?

R1 : *J'ai oublié de verrouiller la butée. Bien penser à tirer le levier à l'avant de la fixation au maximum vers le haut (Cf.01 chaussage).*

R2 : *La mâchoire de la butée n'est pas bien verrouillée, neige dans le mécanisme.*

R3 : *Glace dans les inserts de la chaussure.*

R4 : *Mauvais montage du leash sur la butée qui empêche son bon fonctionnement. Par exemple, attention à une tête d'alouette mal placée.*

R5 : *Si aucune des raisons ci-dessus, alors il est sans doute temps de renouveler vos chaussures, les inserts sont morts.*

FAQ 10 : Est-il possible de passer en mode descente sans déchausser ?

R1 : *Oui, c'est la technique utilisée en compétition. Très rapide, elle demande maîtrise et souplesse. Cela implique qu'il faut être capable d'enlever les peaux de phoque sans déchausser.*

FAQ 11 : Est-il possible de passer en mode montée sans déchausser ?

R1 : *Non.*

03 - UTILISATION DES LEASHS & STOP-SKIS

Lorsque l'on évolue sur un domaine skiable sécurisé, un dispositif de freinage est obligatoire sur les skis. Il en existe deux : les leashes et les stop-skis.

Dans la pratique du ski de randonnée, le système traditionnel des leashes permet de ne pas perdre les skis en cas de chute, au chaussage et au déchaussage. C'est un accessoire de sécurité léger et économique qui peut être remplacé par les stop-skis. Dans tous les cas, il est fortement recommandé d'avoir un dispositif de freinage sur ses skis. Voici les aspects favorables et défavorables de l'utilisation des deux systèmes en fonction de l'expérience des pratiquants et des différentes situations de terrain :



TABLEAU COMPARATIF D'UTILISATION	LEASHES pour experts	STOP-SKIS pour débutants, confirmés et experts
CHAUSSAGE	*	***
DECHAUSSAGE	*	***
CHUTE (choc du ski sur le skieur)	*	***
CHUTE (perte du ski en neige profonde)	***	**
EN CAS D'AVALANCHE	*	***
STOCKAGE DES SKIS (entre deux actions)	*	***
PORTAGE DES SKIS	**	***

Légendes du tableau

1 étoile *	Défavorable et utilisation délicate	Pour les experts
2 étoiles **	Favorable et utilisation difficile	Pour confirmés et experts
3 étoiles ***	Très Favorable et facile d'utilisation	Pour débutants, confirmés et experts

- CHAUSSAGE : stabilité du ski pendant le chaussage, risque de perte du ski
- DECHAUSSAGE : stabilité du ski pendant le déchaussage, risque de perte du ski
- CHUTE (choc du ski sur le skieur) : probabilité que le ski déchaussé percute le skieur
- CHUTE (perte du ski en neige profonde) : probabilité de perdre un ski en neige profonde
- EN CAS D'AVALANCHE : probabilité que le/les skis entraînent le skieur sous la neige
- PORTAGE DES SKIS : facilité de liaison en cas de portage à la main, à l'épaule, sur un sac

○ QUESTIONS FREQUEMMENT POSEES (FAQ)

FAQ 12 : Dois-je nécessairement utiliser un leash ou un stop-ski ?

R1 : *Lorsque l'on évolue sur un domaine skiable sécurisé, un dispositif de freinage est obligatoire sur les skis. En montagne, perdre un ski engendre forcément une situation risquée.*

FAQ 13 : En cas d'accident, puis-je être certain(e) que mon leash va céder ?

R1 : *La valeur annoncée par le fabricant ne donne aucune indication concrète quant au fonctionnement systématique du « fusible » en conditions réelles.*

R2 : *Un test laboratoire ne peut pas reproduire toute la complexité des multiples situations potentielles sur le terrain. Il y a une norme ISO à ce sujet. Résistance statique 150kg, résistance dynamique 7,5kg chutant de 1m de hauteur.*

R3 : *Le leash n'est pas conçu pour cela (il s'agit simplement d'un dispositif de freinage).*



FAQ 14 : Est-il bien de cumuler leash et stop-skis ?

R1 : Cette solution n'est pas souhaitable, temps de manipulation, poids, utilité ?

FAQ 15 : Où faut-il accrocher le leash sur la chaussure ?

R1 : Sur une boucle ou sur le crochet prévu à cet effet.

FAQ 16 : Où faut-il accrocher le leash sur la fixation ?

R1 : Fixer le leash sur l'anneau prévu à cet effet.

R2 : Si pas d'emplacement prévu, faire une tête d'alouette sur un élément fermé de la butée de la fixation à l'aide de l'anneau fourni avec le leash.

FAQ 17 : Comment gérer les leashes en cas de risque d'avalanche important ?

R1 : Il est conseillé de décrocher les leashes (montée et descente) en cas de situation avalancheuse, ce choix peut entraîner la perte d'un ski dans certaines situations.

FAQ 18 : Mon stop-ski saute à la montée, pourquoi ?

R1 : Dans le cas où vous avez une fixation de la gamme Rotation ou Radical 2, le stop-ski est doté d'un dispositif autobloquant. Ne pas toucher au stop ski pour passer la talonnière en position montée. Le stop-ski se verrouillera tout seul à la pression du talon lors du chaussage.

04 - UTILISATION DES PEAUX : COLLER, DÉCOLLER, STOCKER

○ POSE DES PEAUX

Les peaux de phoques ne doivent pas cacher les carres des skis une fois collées. Pour les mettre en place il faut d'abord les accrocher aux talons des skis puis aux spatules avec le tendeur élastique (modèles Dynafit). Sur la plupart des modèles Pomoca, l'action se fait dans l'autre sens : d'abord fixer la boucle de la peau sur la spatule du ski puis fixer au talon à l'aide de l'attache rapide. Bien centrer la peau puis finir l'action en la collant par pression et en la lissant dans le sens du poil. Pour l'enlever, la décoller en partant de l'attache rapide (spatule ou talon selon modèle) puis la plier en deux en la collant colle contre colle. Ne pas réutiliser le film de protection qui est livré avec les peaux, le jeter à la poubelle dès la première utilisation.



○ QUESTIONS FREQUEMMENT POSEES (FAQ)

FAQ 19 : Faut-il vraiment utiliser des peaux à la côte des skis ?

R1 : *Il est primordial d'avoir des peaux exactement à la côte du ski, c'est ce qui garantit une adhérence maximum sur la neige et tout particulièrement dans les traversées.*

FAQ 20 : Faut-il placer un film lorsque l'on enlève les peaux ou les plier colle contre colle ?

R1 : *Il n'est pas conseillé ni nécessaire d'intercaler un film pour plier la peau Dynafit ou Pomoca. En effet, colle contre colle est la bonne solution, au dépliage (séparation) cela restructure la colle et garantit sa bonne action mécanique ainsi que sa longévité.*

FAQ 21 : Est-il important de traiter les peaux (silicone, fart) ?

R1 : *Lorsque l'on progresse longtemps dans des neiges humides, les peaux peuvent à la longue s'humidifier, ce qui favorise la formation de sabot de neige (phénomène se produisant plutôt au printemps). Un traitement régulier au fart à froid (à froter) est une bonne solution pour prévenir ce désagrément.*

FAQ 22 : Comment faire sécher et stocker les peaux ?

R1 : *Ne pas faire sécher des peaux près d'une source de chaleur, cela altère les capacités de la colle. Simplement les étendre à température ambiante dans un endroit sec. Stocker les peaux collées colle contre colle dans un sac de protection à l'abri de l'humidité. Ne pas les rouler mais les plier en plusieurs segments pour qu'elles rentrent dans leur sac de protection.*

05 - UTILISATION DES COUTEAUX

○ CONTEXTE D'UTILISATION

On utilise les couteaux à la montée lorsque la neige est dure et que la trace marque mal. Cela permet de stabiliser les skis en limitant les dérapages latéraux ainsi que les reculades. Ce sont des outils d'aide à la progression et de confort, à n'utiliser en aucun cas sur la glace, car inefficaces. Il est primordial d'anticiper la pose des couteaux en observant le terrain (pente, exposition) et la qualité de neige. En cas de neige très dure ou de glace, utiliser les techniques de progression de l'alpinisme (piolet, crampons). Les couteaux ne sont pas prévus pour marcher sur terrain non enneigé (risque de casse du matériel).



○ POSE DES COUTEAUX

Choisir le bon moment et le bon endroit pour mettre les couteaux. Il n'y a rien de plus délicat que de mettre les couteaux en pleine pente. Mieux vaut les mettre trop tôt que trop tard ! Il est conseillé d'avoir les couteaux accrochés avec un mousqueton à portée de main à la bretelle du sac. Cela permet de ne pas avoir à ouvrir le sac pour les récupérer. Bien veiller à ce que les dents du couteau soient orientées vers l'extérieur à la montée pour ne pas se blesser en cas de chute.

A la descente, bien ranger les couteaux dans le sac à dos. Déchausser le ski amont et par un mouvement de translation, glisser la tringle du couteau dans la glissière en arrière de la buté avant prévue à cet effet. Pendant l'opération, maintenir le couteau perpendiculaire au plan du ski, sans quoi le mouvement en translation n'est pas possible. Ainsi placé il est librement mobilisable s'articulant de bas en haut.

Faire une conversion qui positionne alors le ski sans couteau comme ski amont et renouveler l'opération. Il est conseillé de ne pas mettre les cales de montée lorsque l'on utilise les couteaux, car cela limite la pénétration des couteaux dans la neige, donc leur efficacité. Il est alors important d'adapter l'angle de la trace en rapport avec l'inclinaison de la pente.

○ QUESTIONS FREQUEMMENT POSEES (FAQ)

FAQ 23 : Faut-il emporter systématiquement les couteaux dans les sorties de ski de randonnée ?

R1 : *Oui car les couteaux font partie du matériel de sécurité et de progression indispensable. Il est impossible d'affirmer à l'avance que les conditions de neige permettront de s'en passer.*

FAQ 24 : Dans quelles situations faut-il mettre les couteaux ?

R1 : *Il est conseillé de mettre les couteaux dès que la neige durcie, et que la pente devient plus raide.*

R2 : *Ils permettent d'augmenter la sécurité de progression en cas de traversée et/ou conversions exposées (rochers, barres rocheuses, arbres, séracs, crevasses).*

R3 : *Ils peuvent également être utilisés, sur une trace raide et profonde (pas forcément exposée) où la neige durcie ne facilite pas l'accroche des peaux. Ils apportent alors confort, efficacité et fluidité.*

FAQ 25 : Faut-il déchausser pour mettre et enlever les couteaux ?

R1 : *D'une façon générale, oui. Mais sur une partie plate en se mettant à genou (ce qui a pour effet de placer la semelle des chaussures perpendiculaire aux skis) il est possible d'enlever ou de mettre les couteaux en les plaçant ou les saisissant derrière les chaussures, ce qui demande une certaine souplesse.*

R2 : *Une bonne solution consiste à se mettre mutuellement les couteaux, cela est plus rapide et évite trop de manipulations, c'est aussi valable pour les enlever. De plus, cela permet de ne pas avoir à déchausser les skis en terrain glacier.*



FAQ 26 : N'est-il pas plus simple de mettre systématiquement les couteaux ?

R1 : *Non, car les couteaux freinent de toute façon la marche et limitent le glissement du ski sur la neige. La progression à la montée est également de la glisse.*

FAQ 27 : Est-il important d'avoir des couteaux ajustés à la cote des patins des skis ?

R1 : *Oui cela est très important, car des couteaux trop larges entravent la marche à ski et le risque de marcher sur l'autre ski est alors important. Une taille de couteaux non adaptée annule l'efficacité de l'accessoire.*

06 – UTILISATION DES CALES DE MONTÉE

○ CONTEXTE D'UTILISATION

Les cales de montée facilitent les efforts à la montée. Elles permettent de garder le pied à plat, quelle que soit l'inclinaison de la pente. L'utilisation des cales de montée n'est pas adaptée sur terrain plat et dans les légères redescentes. Il est donc important de les utiliser de manière adaptée (variation de la hauteur) en fonction des pentes parcourues. Plus la pente est raide, plus les cales sont hautes!

○ CONTEXTE D'UTILISATION

Généralement elles sont manipulables à l'aide des bâtons, ou dans certaines situations à la main.

○ QUESTIONS FREQUEMMENT POSEES (FAQ)

FAQ 28 : faut-il mettre systématiquement les cales de montée ?

R1 : *Non, ces accessoires sont à régler en fonction de l'inclinaison des pentes remontées.*

FAQ 29 : Dans les traversées raides peut-on mettre une seule cale de montée à l'aval ?

R1 : *Oui, en cas de longue traversée dans le même sens cette technique génère du confort et de l'efficacité.*

FAQ 30 : Comment utiliser les cales de montée quand on a les couteaux ?

R1 : *Les cales de montée doivent être baissées si l'on souhaite profiter au maximum de l'action mécanique des couteaux (pénétration maximum dans la neige dure). Cale haute à prohiber avec les couteaux, risque élevé de chute.*



FAQ 31 : Faut-il mettre les cales de montée lorsque l'on fait la trace en neige profonde ?

R1 : *Oui, cela permet de faire ressortir plus facilement la spatule du ski, en appuyant avec le talon de la chaussure sur la cale de montée (limitation physique de l'action). Attention néanmoins à ne pas tracer trop raide.*

FAQ 32 : Est-ce dérangent d'avoir une fixation sans position à plat ?

R1 : Non, tant que la chaussure est adaptée : l'utilisation des cales nécessite des chaussures avec un large débattement.

R2 : Un plus large débattement de la chaussure rendra la progression plus agréable à la montée, surtout quand la fixation n'a pas de « cale zero » / position à plat.