



Hvad er en Gravel Bike

by Brian Christensen | nov 11, 2019 | Helbred & Helse, Sport | 0 comments



Estimeret Læsetid: 8 minutter

En Gravel Bike (Grus Cykel) er mere holdbar end en racercykel og meget hurtigere end en Mountain bike. En Gravel cykle giver en unik mulighed, til dig der gerne vil køre på landevejen og i skoven, og som vil pendle hurtigt frem og tilbage i alt slags vejr, gennem de 4 årstider.

Der er ingen grund til ikke at eje en Gravel Bike!

Jeg har igennem de sidste 12 år elsket min racercykel om sommeren og min MTB om vinteren. Jag har tit på mine ture på landevejen tænkt, at det kunne være spændende, at slå et

Indhold [skjul]

1 Der er ingen grund til ikke at eje en Gravel Bike!



smut ind gennem nogle af grusstierne i skovene, for at udvide variationen af de ture jeg kører. Derfor besluttede jeg mig for at anskaffe en Gravel Bike. Her får du en introduktion til Gravel bike'en og hvorfor din næste cykle skal være en Gravel Bike. Til sidst i artiklen afslører jeg hvad mit valg af cykel faldt på. Og nej jeg er ikke sponsoreret af det mærke 😊

- 2 Det nye sorte inden for udendørs cykling er Gravel Bike's
- 3 Hvad er forskellen på en Gravel og en Cross-Cykel
- 4 Geometrien
- 5 Gearingen
- 6 Dæk variation
- 7 Gravel cyklen – det tekniske
- 8 Rammen
 - 8.1 Aluminium
 - 8.2 Carbon
 - 8.3 Titanium
- 9 Geometrien
- 10 Hjul-sæt og dæk på Gravel biken
 - 10.1 650B
 - 10.2 29"/27,5"
- 11 Hvad skal man vælge af gear set-up til gravel biken?
 - 11.1 2x
 - 11.2 1X
- 12 Skivebremser
- 13 Mit valg af Gravel Bike
- 14 Eventyret kalder

Det nye sorte inden for udendørs cykling er Gravel Bike's

Hvorfor er det ved at blive så populært? Det er fordi du ikke andre steder, inden for cykling, finder en cykel der kan bruges til så meget. En Gravel Cykel er fantastisk til dig der gerne vil bruge din cykle både til motion og gode oplevelser, uden at være begrænset af underlaget du kører på!

3 grunde til at vælge en Gravel Bike

1. **Den er let og hurtig;** dette er den letteste og hurtigste cykel du kan få, hvis du vil køre på mange forskellige typer underlag og terræn. Men du behøver ikke at køre hurtigt på en Gravel cykel, selvom de inviterer til det!
2. **Kør alle steder og alle vegne i næsten alt terræn;** Det er muligt for dig at køre på alle typer underlag; grusvejen i skoven, som kommer for enden af den slagne asfaltvej. Eller det udfordrende MTB singel-track, som dukker op



på din tur gennem skovens stier. Mulighederne med en Gravel Bike er uendelige, græs, mudder, sand, bakker, dale og vand er ingen hindring.

3. At have det sjovt og nyde at cykle, uden at skulle præstere; Dette er en af Gravel cyklingens vigtiges principper. Inden for Gravel Cykling finder du masser af "Social Rides". Her mødes man for at køre nogle fede ture i fantastiske landskaber med mennesker der elsker eventyr, frisk luft, samvær og en lille smule mudder ☺. Selvfølgelig har en hver person deres egen ide om hvad der er fedt. Men i udgangs punktet handler gravel cykling ikke om at ligge og presse dig selv i feltet, eller jagte efter den næste KOM. Det er eventyret og ånden, der ligger i at opdage noget nyt. Det er det der gør gravel cykling til det det er. Drop STRAVA og bare kør. Vær ligeglåd med om du har kørt 50 eller 250 km sidst du cyklede. Men nyd de 3 timer du var ude sidst, og fandt steder du aldrig havde været før på cykel. Fortæl, når du kommer hjem om duftene, udsigterne og stierne du fandt på din vej!

Hvad er forskellen på en Gravel og en Cross-Cykel

I min research på at finde min nye Gravel Bike, opdagede jeg at mine søgninger ofte viste Cross Cykler.

Ved første øjekast ser de meget ens ud; det er begge racercykler, med gedebukkestyr og bredere 700cc dæk. Går du tættere på vil du kunne se forskelle i Geometri, gearing og hvor store dæk der er plads til i rammen.

Geometrien

En Cross cykel er lavet til at køre med kæden stram over max. et par timer, på en kort rute med mange sving og forhindringer. Derfor skal Cross Cyklen være let at manøvrere, og designeren prioriterer hastighed og agilitet over komfort. En Gravel Bike er lavet til at køre lange distancer med god komfort, på grusveje, skovstier og nogle gange single-track's. Så Cross cyklens geometri ligner mere racercyklen, mens Gravel biken hælder mere mod MTB'ens geometi.

Gearingen

En Cross cykel er designet til at køre på forskellige baner, med en længde mellem 2,5 til 3,5 km. På disse baner er der grænser for, hvor meget højde variation der kan være, derfor er gearingen på en Cross Cykel ofte tættere. På ture med Gravel cyklen, møder vi meget større variationer i terrænet, op og ned ad bakker og bjerge. Derfor vil man ofte vælge, et større spænd mellem



gearene. På den måde kan du finde lige den pedal kadence, der vil passe over større strækninger.

Dæk variation

En Cross cykel har en grænse på hvor brede dæk de må køre med. UCI-reglerne siger maksimalt op til 33 mm. En moderne Gravel bike kommer med muligheden for at sætte op til 40mm dæk på. Større dæk er lig med større komfort, men selvfølgelig også mindre fart.

Så hvis du er på udkig efter en Gravel bike fordi du vil ud på de længere ture i landskabet, så skal du kigge efter en Gravel Bike og ikke en Cross Cykel.

Gravel cyklen – det tekniske



Rammen

Grundlaget for cyklen er rammen. Med en gravel bike har du mange muligheder for at vælge det materiale rammen er lavet af. Det første du skal vælge er, om du skal bruge en ramme af metal eller karbon, her får du nogle ulemper og fordele ved de forskellige typer;

Aluminium

Du kan få rigtig mange gode, men ikke så dyre, gravel cykler med et stel i aluminium. Det er ikke så let som carbon, men har næsten samme stivhed.



Når det handler om gravel cykler, kan der være god komfort i at rammen ikke er for stiv, husk du skal sidde på den, i mange timer ad gangen. En aluminiumsramme med en carbon gaffel, vil for mange der starter med at køre gravel, være en rigtig god løsning og til en overkommelig pris.

Der sker hele tiden en masse udvikling inden for fremstillingen af aluminiums rammer. Derfor kan det mange gange være at foretrække at købe en cykel med en moderne Høj-kvalitets aluminiums ramme, frem for en ældre og billigere carbon ramme.

Carbon

Carbon eller kulfiber rammer er lette og stive. Her har producenten mulighed for at skabe en ramme der er produceret, så den kan have forskellige fleksibilitet i forskellige områder. Et eksempel kan være at den er meget stiv omkring krankboksen, men mere fleksibel i karbon'en omkring sadelpinden. Et tips, bare fordi den er lavet af karbon betyder det ikke altid at det er en god kvalitet. Den stive carbon ramme er let, men du giver køb på komforten.

Titanium

Det er et af de mest kostbare materialer, og det vil som regel være High-End cykler, der har en stel der er lavet af titanium. Det er letter en stål, men næsten lige så holdbart og med bedre fleksibilitet. Så har du pengene til det, så kan Titanium være muligheden.

Geometrien

Geometri, så er vi tilbage på skolebænken, men tag det roligt – for det handler hverken om Pythagoras eller stumpevinkler.

Hvis vi kigger på en racercykel og en Gravel cykle, kan man ved første øjekast, få det indtryk, at det bare er en racercykel med lidt større dæk. Når man går i detaljer, er der dog store forskelle i geometrien.

Racercyklen er designet til at køre stærkt på landevej. Gravel cyklens geometri er udregnet, så der er fokus på hvordan man som rytter opnår den største komfort. 3 punkter hvor racer cyklen og gravel cyklens geometri adskiller sig

1. Gravel cyklen har større afstand mellem hjulene.



2. Krankboksen er lavere placeret. Det er for at give større stabilitet på det ujævne og forskelligartede underlag. Samtidig giver placeringen en bedre ydelse og god komfort på de længere ture.
3. Gravel cyklen er udformet så den kan tage dæk med en bredde fra 32-45 mm.

Hjul-sæt og dæk på Gravel biken

Som med alt andet, når det handler om Gravel Cykling, så er der mange forskellige valgmuligheder, når det gælder valg hjul-sæt og dæk. Der er 3 muligheder for hjul-størrelser

1. 700 CC det klassiske racerhjul størrelse
2. 650B "Road Plus"
3. 29"/27,5" Som på de moderne MTB's

700 CC Dette er det klassiske racer hjul-sæt. 700CC hjulet bliver ofte kombineret med et dæk med en bredde fra 28 til 40 mm. Dækkene kan have forskellige mønstre, men har i udgangspunktet en relativ lav rullemodstand og accelerer fint både på grus og asfalt, samtidigt med at de har et godt greb i svingene. Et dæktryk på mellem 2,5 og 4 bar vil være passende. At vælge det helt perfekte dæk til din 700cc afhænger af hvor du primært vil køre. Her er en række eksempler på dæk:

1. Panaracer gravelking
2. Swalbe G-one
3. MaXXis Rambler

På grandfondo-cycling.com kan du finde et stort test af de forskellige dæktyper.

650B

Disse dæk fås i bredder fra 42-50mm. Det er ikke det mest almindelige hjul-sæt til en gravel Bike. Det du får med disse dæk, som er bredere og kører med et lavere dæktryk – mellem 2 og 3 bar, er en stor komfort da de er gode til at absorbere alle ujævnheder i underlaget. Ulempen kan være at de har mindre "Grip" på mudret skovstier og i vådt græs. Her har 700cc dækken en stor fordel, da de lettere, skærer sig igennem sådanne stykker. Her er nogle eksempler på dæk til 650B hjulet

1. Compass Switchback Hill TC

2. The Teravail Rampart
3. WTB's Byway eller Horizon

29"/27,5"

Den sidste type hjul-sæt der kan fås til gravel Biken er 29"/27,5". Dæk og hjul størrelser vi kender fra de nye MTB'ere. Når de bruges på en Gravel Bike har de en brede mellem 1,9" og 2,2". I forhold til et MTB-standard, har disse Gravel dæk en ret ringe punktering modstand. Det er denne type du vælger, hvis du skal på eventyr i skoven og på snævre grusstier. Så her mister du noget fart på de lige og jævne stykker, men får noget mere off-road kapacitet. Her er 3 eksempler på dæk til 29"/27,5".

1. Swalbe Thunder Burt
2. WTB Nani
3. MAXXIS IKON



Hvad skal man vælge af gear set-up til gravel biken?

Når det gælder valg af gear til din Gravel Bike, så er der et par valgmuligheder. Her kan du vælge mellem den klassiske opsætning med 2 klinger foran (2x) eller med den mere moderne opsætning med 1 klinge foran (1x).

2x

Den klassiske opsætning med 2 klinger foran, som på en racercykel og en lille kassette bagpå, kan være et godt valg, hvis du ved du kommer til at køre meget på asfalt og primært vil køre på de større grus boulevarder i skoven. Det er Perfekt til dig der skal bruge din gravel bike som pendler cyklen igennem de 4 årstider.

Det vil dog være en fordel at vælge en kompakt krank, kombineret med en 32-kassette.

Ulempen ved at vælge et 2X set-up

1. Lidt hyppigere skiftfrekvens.
2. Det kræver lidt mere vedligehold og justering.

1X

Inden for MTB, er 1X, det kun at have en klinge foran blevet normen. Det samme er sket inden for Gravel Sektoren, her er de fleste nye Gravel Bike's udstyret med 1X. Kassetterne kan fås i størrelser op til 10-42, herved får man et gearings område, der svarer til det, du kan få på en kompakt krank. 1X set-up giver mindre slid og kræver mindre vedligehold.

Ulempen ved at vælge et 1X set-up

1. Afstanden mellem de enkelte gear er større
2. Lige nu er det kun SRAM der tilbyder dem, med mulighed for den store kassette. Du kan godt få Shimano, men der kan du lige nu kun få kassetter med en størrelse op til 11-34

Skivebremser

Gravel cykling kræver ind i mellem, at du har total kontrol over cyklen, og at du kan bringe den til standsning hurtigt. Derfor er næste alle moderne gravel cykler, født med skivebremser. Specielt de hydrauliske skivebremser giver dig masser af kraft til at stoppe din cykel, hermed opnår du mere kontrol og føler dig mere sikker når du kører off-road. Når det regner og du mødes med mudderet, så vil du elske at din cykel har skivebremser.

Mit valg af Gravel Bike

At vælge den rigtige Gravel Bike, der passer til dig og dine behov, kan være en udfordring. Du vil sikkert opleve at du må indgå mange kompromis med



dig selv, din pengepung og måske din bedre halvdel, får du kommer frem til et valg.

Hvis du stadig hænger på, hvad jeg håber. Så afslører jeg her for dig hvad jeg valgte at købe for Gravel cykel. Jeg valgt at købe en cykel gennem planetX i England. Dels fordi jeg havde hørt meget godt om deres cykel, men også fordi jeg syntes at jeg får meget cykel for mit forholdsvis begrænsede budget.



Valget faldt på en **On-One Space Chicken Rival 1**

Eventyret kalder

Nu venter jeg bare på at cyklen lander i min pakkeshop – så jeg kan få den samlet og komme på eventyr.





Brian Christensen

Jeg skriver artikler på Hverdagstips.dk og blogger på mindyourhealth.dk. Jeg skriver om alt der har en gavnlig indvirkning på vores sundhed og alt fra hverdagen til dig som hverdags-menneske. Artiklerne skal give dig enten svar eller inspiration til dine udfordringer eller spørgsmål i din dagligdag.

www.mindyourhealth.dk



Relaterede artikler



Stress Test: Slip af med stress med vores tips



Hvad er støvmider, hvordan foresager de allergi, og hvad gør man ved det?



eSport gaming er eksploderet i penge i popularitet 🎮💰👤



[◀ Forrige](#)[Næste ▶](#)

DEN GODE SKOLETASKE TIL BØRN STRESS TEST: SLIP AF MED STRESS MED VORES TIPS



Seneste indlæg

Sådan kan psykoterapi hjælpe dig

Hvordan fungerer "plasma etching" og hvorfor er det så smart at bruge i industrien?

Sådan finder du din nye trampolin

12 gode råd om om- og tilbygninger

Sådan kan du spare penge i hverdagen – uden at gå ned på kvalitet

Seneste kommentarer

Kategorier

Besparelser & Rabatter

Børn & Unge

Helbred & Helse

Hjemmet

Hvad betyder...

Hvad er...

Kreativitet

Sport

Uncategorized

Underholdning



Økonomi

Arkiver

august 2020

juni 2020

maj 2020

april 2020

februar 2020

januar 2020

november 2019

oktober 2019

september 2019

august 2019

