

Le Ski-Mojo, « avec un exosquelette qui protège les genoux des skieurs »



➤ Pourquoi le qualificatif Mojo

Quelques définitions :

- une qualité qui attire les gens vers vous et vous fait réussir et plein d'énergie
- en argot américain, tend à désigner une chance extrême dans tout ce qu'on entreprend
- terme pour définir le surnaturel.

Aussi :

C'est un mot dérivé du portugais "*Molho*" qui signifie "sauce"
(sauce typique piquante des îles Canarie).



➤ Origine de ce mode de ski

Il est inventé en 1996 par le britannique Owen Eastwood, un passionné de sports de glisse.

Il est testé par de nombreux sportifs avant la mise au point en 2006 d'un nouveau modèle développé par Martin Hannaford.

Après avoir décroché le prix de l'innovation en 2016 il est proposé dans plusieurs stations.

➤ Aujourd'hui

Il est possible d'essayer « le Ski Mojo » au travers d'une location à la journée (entre 45 et 60 €/j), à l'achat environ 600 €.

Dans certaines stations, on peut être accompagné par un MojoMaster ou un moniteur formé au Ski Mojo.

À Valmorel, une monitrice de l'ESF – Evelyne Jaccod – evyjaccod@yahoo.fr, plusieurs magasins proposent cet exosquelette.

➤ Description

Le « Ski Mojo » est un mécanisme basé sur un puissant ressort réglable prenant en charge environ 1/3 du poids du corps. En comprimant les ressorts dans la phase de flexion, il restitue l'énergie et décuple la puissance musculaire lors de l'extension.

Ce qui diminue les chocs et réduit la pression sur les genoux ce qui soulage aussi les hanches et le dos.

La flexion de genoux nécessite une dépense d'énergie supplémentaire imperceptible.

Les ischio-jambiers sont sollicités environ 10% de plus. La contraction des quadriceps réduite de 30%, tend à protéger les ligaments croisés antérieurs.

La pression sur les genoux est diminuée de 40%.

La production d'acide lactique, rendant les muscles inefficaces, est retardée et limitée.

Les risques d'accidents liés à la fatigue ainsi que les courbatures sont ainsi réduits.



➤ Avantages

- Les douleurs aux genoux, au dos et aux hanches sont fortement atténuées ou disparaissent
- **La masse musculaire du quadriceps n'est pas diminuée**
- Multipliez votre temps de ski par 4
- Améliore le contrôle de vos trajectoires ce qui permet une concentration sur votre technique
- Convient au ski, mais aussi au snowboard, au télémark, au monoski
- S'adapte à toutes les morphologies d'adultes
- La puissance du ressort n'est altérée ni par la température ni par l'altitude
- Léger et compact, il est facilement transportable
- Installé sous le pantalon en moins de 2 minutes, il est invisible.

➤ Inconvénients

- Interdit en compétition
- Pour la marche et les télésièges il faut débrayer le système.

➤ Références

<https://www.ski-mojo.ski/>

<https://www.skieur.com/actu-skieur-lab-ep4-test-ski-mojo-skier-sans-douleurs-genou>

Article rédigé par Petit Jean-Marie. Merci pour la relecture d'Evelyne Jaccod.