

Perché rischiare l'osso del collo?



Gian Paolo a Pianezze di Valdobbiadene TV. Sarebbe allora stato meglio essere andati a bere un calice di Prosecco?

ne' stanchezza che disidratazione durante la salita.

Credo che ogni mountain biker abbia dovuto affrontare i propri "fantasmi", cioè quelle paure nate in conseguenza di una caduta e che poi ci hanno bloccato nella guida, togliendoci la necessaria scioltezza e rendendoci quindi ancora più a rischio di nuovi infortuni.

Anzi, in genere andiamo pure orgogliosi, dell'alone di pericolosità e temerarietà che circonda il nostro sport, specialmente quando ne stiamo discutendo con qualcuno che ci ha chiesto cosa facciamo la domenica o semplicemente la ragione di un graffio o di un taglio sulle braccia o sulle gambe.

Perché allora mettersi alla guida di simili mostri? Che senso ha galleggiare su corse ammortizzate da 200 mm e oltre e con telai e ruote quasi da moto, se poi si scende come un cross-countrista qualunque? Non basterebbe una trail-bike di escursioni abbondanti o una all-mountain? Certo che basterebbero e in molti casi avanzerebbero pure. Qual'è il senso allora?

Il senso è la sicurezza offerta da un mezzo all'altezza di ben altri utilizzi. E lo è

pure il comfort, visto che anche sbagliando traiettoria ed impattando qualche ostacolo che si sarebbe preferito schivare, in genere si riesce a venirne comunque fuori bene.

Le corse abbondanti permettono tarature decisamente più morbide, soprattutto se non si va in cerca di cose esagerate. Si scende pertanto in tranquillità, gustandosi l'ebbrezza unica data dalla velocità e, se si ha un po' di sale in zucca, sarà maggiore l'aumento dei margini di sicurezza che quello della velocità di percorrenza del percorso.

Ma allora la mountain bike è o non è uno sport pericoloso? Attenzione, potenzialmente lo è, ma solo perché espone le persone a contatto con la natura ed in movimento.

Stare sul divano da più sicurezza? Può sembrare di sì, ma magari è meglio uno stinco sbucciato ogni tanto che un infarto o comunque i problemi classici dati dalla mancanza di un'attività fisica, a parte quelli conseguenti a frustrazioni da mancato sfogo della naturale aggressività di una specie umana comunque sempre in lotta nel proprio ambito.

Ma non si può allora andare in piscina o a correre a piedi? Bravi! Dove mettiamo l'assoluta necessità vissuta sul piano psicologico di avere un giocattolo? La piscina non vi porta all'aria aperta e la corsa a piedi non piace a tutti, ginocchia permettendo (le mie no). A me il giocattolo serve. Caspita se serve. Nei momenti di massimo stress non c'è niente che mi rilassi di più che lavorare sulla mia bici... o certe volte anche solo sedermi su quella che tengo in ufficio... o lanciare una bella occhiata di intesa e desiderio a quella appoggiata al mobile del salotto di casa.

E per la velocità che facciamo? Siamo onesti... questo è il cruccio. Sentiamo la voglia di provarla, di goderne l'ovvia sensazione di ebbrezza... ma lo facciamo anche con senso di colpa, collegandola infatti con i rischi potenzialmente ad essa connessi. Dimentichiamoceli? No no...

Teniamoci invece un po' di margine in più e facciamo magari anche un sacrificio sull'altare della scorrevolezza e del peso delle gomme a favore del grip. Passiamo sempre al tubeless, se possibile, e perdiamo anche un po' di tensione della muscolatura di glutei e lombari a favore di un maggior controllo in discesa, adottando una posizione più rialzata.

E poi via... in una nuova e rigenerante dimensione... Ahhhh che sensazione quando senza motori "l'uomo supera l'uomo", si stacca da terra e all'improvviso... vede tutto con occhi diversi. □

Sembra una domanda di quelle da toccare ferro, o una posta non con molto garbo ad un mountain biker. In realtà ce la siamo fatta tutti più di una volta...

E' chiaro, ovvio e scontato che nessuno desideri mai farsi male, sia per i problemi immediati che soprattutto per tutto ciò che concerne le ripercussioni nella vita di tutti i giorni, che non sono mai trascurabili... e lo sono ancora meno se si ha un'azienda sulle spalle o un lavoro più o meno di una certa importanza... o magari in un momento delicato, come oggi è ogni giorno o quasi, purtroppo. Poi c'è spesso la famiglia con tutte le sue legittime esigenze...

Ve ne parlo ora dopo avervi fatto digerire bene il numero del mese scorso, che ha fatto una bella carrellata sui mezzi che in questo senso "fanno più paura", cioè quelli freeride e downhill. Comprensibile, ma anche un po' sbagliato.

Ammetto di averli temuti e di temerli anch'io, ma se sono onesto devo dire di trovarmi ad usarli con amici che hanno anche più di cinquant'anni e fior fior di aziende e famiglie da gestire, quindi tutta gente che guai se si facesse male e che non ha nemmeno la voglia di cercarsi "avventure". Ma non è così. Non è per niente obbligatorio, una volta saliti in sella a una bici da downhill o freeride, saltare giù da drop da vertigini e fare acrobazie. E' invece ovvio doverle utilizzarle soltanto in discesa, quindi liberi dalle necessità imposte dalla salita, cioè ruote e gomme di peso contenuto, escursioni ridotte, caschi leggeri e aperti, protezioni nulle o quasi, se non ci si mette ginocchiere e gomitiere nello zaino... ma non ci si porta di certo mai dietro anche la protezione busto. E poi le mtb "anche da salita" hanno assetti di guida intermedi tra due esigenze opposte e modificabili al limite solo nella altezza della sella.

Cosa vuol dire? In pratica significa che presi per il verso giusto gli sport discendistici siano addirittura i più sicuri. Certo che i mezzi più performanti e la sicurezza suggerita da una bardatura completa invoglieranno a lasciarsi andare un po' di più e ad osare qualche passaggio che in altre situazioni si sarebbe magari fatto a piedi, ma se si guiderà con la stessa attenzione che si sarebbe riservata in sella ad una comune mountain bike da cross-country o trailbike, i rischi reali saranno sostanzialmente gli stessi, ma con in più il beneficio delle protezioni ed anche la tranquillità data dall'iniziare una discesa, alle volte pure molto impegnativa, con la massima freschezza fisica e mentale, dato che non si sarà accumulata