

InBici

InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

Emilie Collomb:

edinet · Saturday, October 19th, 2013



Botta e riposta con la medaglia d'argento ai Mondiali di mountain bike in Sudafrica

Emilie, partiamo dalla fine, ovvero da questa splendida medaglia d'argento ai Mondiali. Ha voglia di raccontarci quella giornata?

Ore 6 del mattino: la sveglia era appena suonata, ma io ero già pronta da una settimana. Sapevo di essermi preparata bene per questa prova e la condizione sembrava quella giusta. Il mio pensiero era il podio, volevo provarci in tutto e per tutto. Per questo motivo al via mi sono portata subito in testa e ci ho provato fin dall'inizio. Sono rimasta un po' sorpresa quando ho visto che le mie avversarie facevano fatica a tenermi la ruota in salita, ma sapevo che era solo l'inizio.

Qual è stato il momento più duro della gara?

Quando mi sono vista sorpassare dalla svizzera ho temuto di non riuscire più a mantenere il distacco dalla tedesca. Ho cercato di rimanere concentrata e di tenere sotto controllo un eventuale recupero della terza. L'ultimo giro è stato il più duro, sia fisicamente che mentalmente.

Cosa ha pensato negli attimi decisivi della corsa?

“Questo secondo posto io lo volevo più che mai. Non dovevo commettere errori nel tecnico e, passato l'ultimo salto prima del rettilineo d'arrivo, ho potuto finalmente sorridere. Gli ultimi metri sono stati i più emozionanti!”

Lei è stata protagonista ad ogni livello nel 2013, tanto che – oltre al fantastico mondiale – ha dimostrato una buona continuità anche in Coppa del Mondo, dove ha ben figurato nei confini italiani in Val di Sole. Una maglia tricolore junior sulle spalle, insomma cosa chiedere di più? Si aspettava di essere così competitiva?

*La stagione della MTB è molto lunga. Quest'anno come obiettivi principali ci eravamo posti il Campionato Italiano e il Mondiale, per questo motivo per le prime Coppe del Mondo non ero ancora competitiva come volevo e l'inizio stagione è stato un po' più duro. *Visti i buoni risultati dell'anno prima, volevo dimostrare che potevo fare molto meglio, ma sapevo anche che il mio tipo di preparazione aveva un suo perché e presto sarei entrata in forma. Infatti i risultati che tanto desideravo finalmente sono arrivati con una puntualità impeccabile: a partire dal secondo posto in Val di Sole, dove ho dovuto stringere i denti fino alla fine battendo in volata la mia compagna di nazionale, alla desiderata “maglia tricolore” vinta a Roma. Ho poi centrato un bel quarto posto all'Europeo a Berna e conquistato un altro secondo posto in Coppa del Mondo ad Andorra. Insomma, ero pronta a preparare il Mondiale in Sud Africa motivata come non mai.**

Quando si ottiene una medaglia iridata, molto spesso l'atleta ama dedicarla a qualcuno. E allora, per chi è questo argento?

I risultati di un'atleta non arrivano dal nulla: senza le persone giuste accanto è impensabile di riuscirci con le proprie forze, per quanto si possa essere determinati. Questa medaglia non va ad una persona sola, ma a tutta la mia famiglia che mi ha sostenuta e mi ha permesso di fare queste esperienze, ai miei allenatori che hanno curato la parte fisica, ma anche mentale, tecnica e meccanica, e alla mia squadra che ha reso la fatica più divertente.

Qual è la sua squadra?

La mia squadra per le gare nazionali è il Pila Bike ed è quella con cui quotidianamente mi alleno. Mentre è con il Biesse Carrera che vado alle prove internazionali, compresa la Coppa del Mondo, anche se a dire la verità l'organico non cambia, allenatore e meccanico mi seguono ovunque.

Vivere la MTB in Valle d'Aosta significa avere ottime palestre naturali nei mesi caldi, ma in inverno come cambia la sua preparazione? Pratica altri sport nella stagione fredda?

Sì, durante l'inverno mi preparo per la stagione successiva con sport alternativi, come sci di fondo, alpinismo, corsa e delle sedute di ginnastica. Ho fatto anche delle gare di Winter Triathlon, vincendo il Campionato Italiano sia nel 2011 che nel 2012 e i Mondiali a Cogne lo scorso inverno.

Qualcuno segue la sua preparazione fisica?

Per la gestione degli allenamenti e l'alimentazione mi segue Fabio Agostinacchio, mentre per quanto concerne l'importante sezione della tecnica e della meccanica della bici se ne occupa Nicolas Jeantet.

Domanda tecnica: le ruote sono argomento di discussione tra i bikers: che ruote ha usato, 26,27,5 o 29?

Dopo accurati test fatti nel 2011, ho deciso di correre con una 29. Per tenere la ruota più leggera e più performante, uso cerchi in carbonio Alchemist e tubolari. Con questo tipo di ruota mi trovo molto bene, dal momento che mi dà maggiore sicurezza in discesa. Per via del mio fisico minuto, necessito di un telaio ed un assetto totalmente su misura: le inclinazioni del telaio, l'escursione della forcella e l'attacco manubrio da meno 30 gradi, sono tutti particolari non lasciati al caso.

Il suo punto forte?

Sono sempre stata forte nelle salite lunghe e dure, perché riesco a tenere un ritmo regolare ma alto. Nel tecnico me la cavo, anche se c'è sempre da migliorare.

Il suo tallone d'Achille?

Ad inizio stagione temevo i salti, perché erano una cosa nuova per me. Perciò in preparazione al Mondiale, mi sono allenata a farli e ora sono finalmente migliorata. Un altro problema sono gli scatti, preferisco tenere il mio ritmo e non dipendere dagli attacchi delle altre, ma a forza di farli ora riesco a patirli meno.

Quanti km percorre durante l'anno e in che percentuale tra MTB e bici da strada?

La bici da strada la uso davvero poco, i 6000 km all'anno li faccio per il 98% sulla mia MTB. Amo il mio sport proprio per i percorsi alternativi: è molto più divertente e "adrenalinico" rispetto alla strada.

Eva Lechner è un po' l'erede di Paola Pezzo. Emilie Collomb sarà l'erede di Eva?

Sarebbe davvero un onore, ma la strada dello sport è dura e imprevedibile. Certo è che ce la metterò tutta.

Qual è il suo sogno nel cassetto?

Credo che a livello agonistico, il più bel traguardo per ogni atleta sia quello di partecipare alle Olimpiadi, o meglio, di vincerle. Stando però con i piedi per terra, il mio sogno più terrestre è quello di riuscire in quello che faccio e soprattutto di esserne felice.

Che cosa fa nella vita oltre a pedalare?

Dedico praticamente tutto il tempo alla mia passione e allo studio: frequento il liceo Scientifico Tecnologico. Quando ho del tempo libero, non mi sembra quasi vero e ne approfitto per vedere i miei amici e rilassarmi.

Fonte Paolo Mei

Copyright © INBICI Magazine



This entry was posted on Saturday, October 19th, 2013 at 12:00 am and is filed under [News](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.