

InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

I 5 CONSIGLI DI MAURO ADOBATI, MECCANICO DEL TEAM TREK SEGAFREDO, IN VISTA DELL'INVERNO

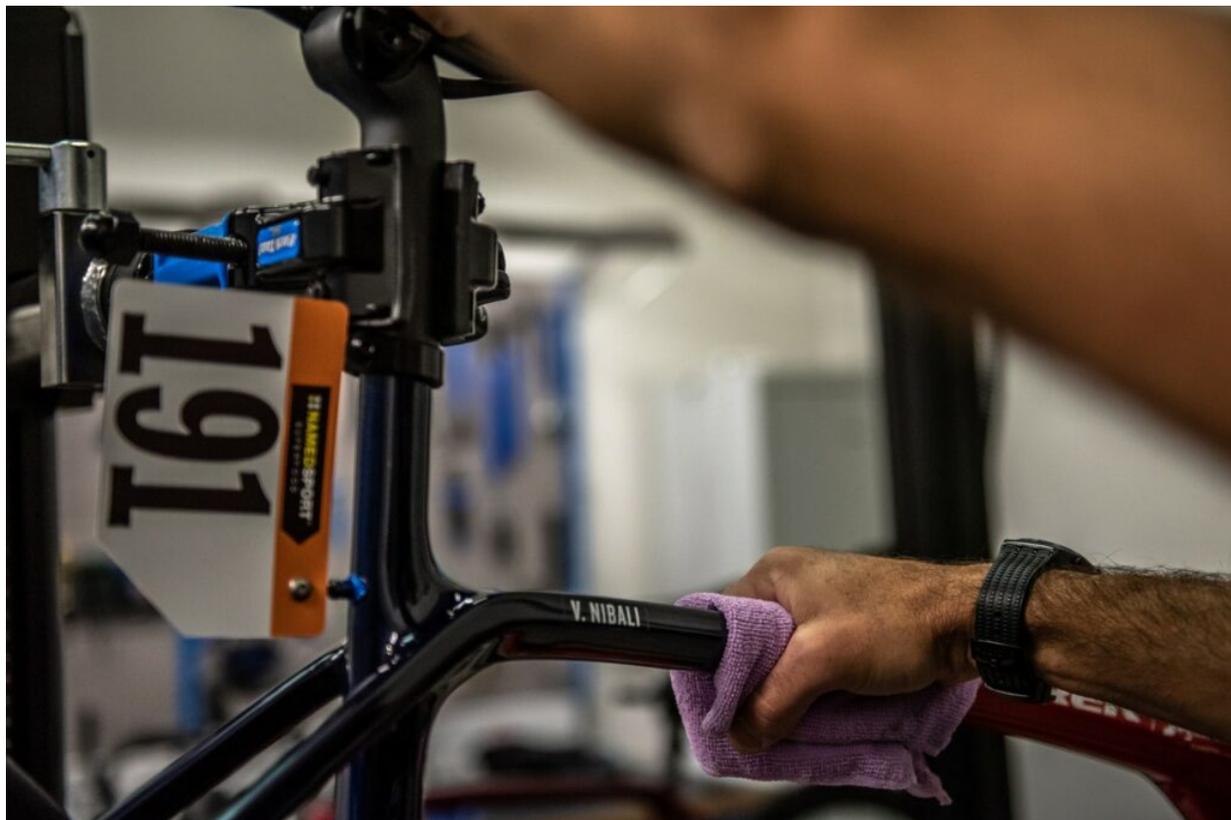
Maurizio Rocchi · Tuesday, December 22nd, 2020

Nel mondo del ciclismo professionistico da 17 anni, Mauro Adobati è parte della squadra di meccanici del team Trek Segafredo. Ora che la stagione fredda ha definitivamente fatto capolino, il meccanico di Nibali, Ciccone e Pedersen ha alcuni consigli, e un paio di segreti, per tutti i ciclisti che si apprestano a riporre la bici in attesa della prossima primavera.

Mauro Adobati: “La cosa più importante? Nel caso di interventi alla meccanica della bici, lasciar perdere i tutorial e affidarsi alle mani di professionisti!”

✘ Siamo arrivati in quel periodo dell'anno in cui le bici hanno abbandonato le strade per salire sopra i rulli o per “riposare” in garage. La maggioranza dei ciclisti, infatti, decide di “staccare la spina” durante la stagione fredda, ma prima di farlo è bene conoscere alcuni, importanti, aspetti poiché chiudere per mesi la bicicletta nel box, senza aver prima effettuato la giusta manutenzione, rappresenta un rischio che in primavera, potrebbe provocare qualche spiacevole sorpresa.

«Freddo e umidità possono fare danni peggiori di una caduta e prima di scendere definitivamente dalla bici in vista dell'inverno è bene predisporre queste 5, particolari, accortezze». Chi parla è **Mauro Adobati**, meccanico del team **Trek Segafredo**, reduce da un Giro d'Italia corso in ammiraglia alle spalle di Vincenzo Nibali, e soprattutto grande appassionato di bici.



Pulizia e lubrificazione

«Pulire con acqua e sapone e asciugare con un panno la bici in ogni sua parte è un'operazione fondamentale per preservare il mezzo dall'usura».

Il meccanico bergamasco, inoltre, svela altri dettagli che vuole condividere con chi possiede un gioiello marcato Trek: *«E' importante provvedere alla lubrificazione dei meccanismi per proteggerli dall'ossidazione e dall'umidità – precisa Mauro Adobati – e sarebbe bene intervenire con il grasso sui cuscinetti e con l'olio su catena, corpo dei freni, deragliatore, cambio e steli delle forcelle».*

Pneumatici e “parcheggio”

«Un paio di aspetti che ogni ciclista non deve sottovalutare: abbassare la pressione dei pneumatici, riporre la bici in modo tale da “toglierla” dall'umidità del suolo, magari appendendola al muro, e soprattutto coprirla con un lenzuolo!».



La mano del tecnico

Oltre ai consigli sopracitati, Mauro ne ha uno ancora più importante: *«YouTube non è il luogo adatto per diventare meccanici: la revisione di un tecnico su catena, guaine e fili è fondamentale per ritrovarsi poi la bici in perfetto ordine la prossima primavera».*

L'importanza della manutenzione al cambio

«Il gruppo del cambio è composto da elementi molto delicati – dice ancora Mauro – specialmente se si utilizza un cambio elettronico, durante l'inverno è bene rimuovere le batterie, riporle in un luogo asciutto, e magari caricarle un paio di volte durante questi mesi prima di rimontarle in primavera».

E per i ciclisti che passeranno l'inverno sui cicloergometri...

«La soluzione migliore sarebbe quella di utilizzare una bici di “scorta” o di seconda mano. Pedalare sui rulli stressa in modo marcato tutta la struttura della bici e anche il carbonio del telaio si può snervare con la conseguenza che, una volta tornati in primavera, la bicicletta non abbia il rendimento ottimale per cui è stata concepita».

This entry was posted on Tuesday, December 22nd, 2020 at 8:00 am and is filed under [News](#), [STRADA](#), [TECNICA](#)

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.

