

InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

“VAN AERT DEVE PERDERE 2 KG DI MUSCOLI, E’ INDIETRO DI 5 SETTIMANE” SECONDO IL COACH DELLA JUMBO-VISMA

· Wednesday, February 17th, 2021

“La condizione di Wout non è pessima, ma pensavo si presentasse agli allenamenti con una base di gran lunga migliore”. Sono le parole di **Marc Lamberts, coach del Team Jumbo-Visma**, in un’intervista rilasciata al quotidiano belga *Het Laatste Nieuws*. Il coach si riferisce al fatto che il corridore belga è attualmente a Tenerife e sta preparando la stagione su strada, durante la quale dovrà partire subito forte, visto che uno degli obiettivi sarà la riconferma alla Strade Bianche.

“**Speravo che Wout si presentasse con una base migliore**, ma non voglio drammatizzare. Attualmente è **lontano 5 settimane di lavoro dal picco di forma. Deve perdere due chili di muscoli** messi su durante la stagione di ciclocross. Due chili, ovvero 7.000 calorie o poco più al chilo. Sono 15.000 kcal. Non sono poche, ci vuole tempo. Wout ha diminuito l’assunzione di proteine prima di andare a dormire per cercare di abbassare il proprio peso”.

Secondo l’analisi di Marc Lamberts, “Wout sta migliorando, ma non è ancora in grado di vincere. Ed è per questo che continuerà il training camp e non esordirà su strada a fine febbraio”.

Il corridore della **Jumbo-Visma salterà la Omloop Het Nieuwsblad e la Kuurne-Brussel-Kuurne**: resterà a Tenerife fino al primo marzo, quindi la sua corsa di esordio sarà proprio la **Strade Bianche**, che lo scorso anno è riuscito a **vincere**.

©Riproduzione Riservata-Copyright© InBici Magazine

This entry was posted on Wednesday, February 17th, 2021 at 4:26 pm and is filed under [G News](#), [News](#), [STRADA](#), [Top 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.