

InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

Velo' System

edinet · Saturday, October 5th, 2013



IL PROTOCOLLO VELO'SYSTEM NASCE DALL'ESIGENZA DI RISPONDERE ALLE RICHIESTE DI UN CICLISTA SEMPRE PIÙ PREPARATO E TECNICO DISPOSTO A MIGLIORARE E MIGLIORARSI

Il ciclismo sta divenendo sempre più uno sport tecnico: insieme alla grande avanguardia in termini di materiali e di accessori ad uso e consumo di chi pratica questa disciplina, si fa largo negli ultimi anni anche lo studio della biomeccanica applicata a questa attività. **Maggior attenzione al gesto, alla postura, ma anche all'alimentazione ed al comfort che diventano elementi determinanti nella prestazione sportiva.** Velo' System, sotto questo punto di vista, ha fatto dello studio di biomeccanica, una delle punte di diamante della propria attività. A Fabrizio Fagioli, titolare di Velo' System, il compito di spiegare l'evoluzione di questo protocollo.

Che cos'è Velo' System e di cosa si occupa?

«È un'azienda che opera principalmente nell'ambito dei servizi per il ciclismo, in particolare per quel che riguarda la biomeccanica, la consulenza atletica e tecnica. Questa ha sviluppato un prodotto denominato appunto 'Velo' System' che consiste in una serie di strumentazioni ed un protocollo unico e condiviso con oltre una trentina di punti Velo' System sul territorio, mediante un franchising di servizi dedicati appunto al ciclismo. Velo' System ha una lunga esperienza nel campo, nascendo da un'attività di consulenza che fonde le sue radici negli anni '90 e raccoglie, di fatto, il background tecnico sviluppatosi in tutti questi anni.»

Cosa c'è di nuovo in casa Velo' System?

«Attualmente, come si diceva, abbiamo oltre una trentina di centri sul territorio nazionale che utilizzano strumenti e protocollo comune e, due volte l'anno, viene effettuato l'aggiornamento tecnico e marketing. D'inverno si tengono due master, uno a Milano e uno a Roma, mentre d'estate a Cesenatico, area nella quale è nato, di fatto Velo' System, si tiene un meeting unico. Nel corso del meeting di Cesenatico, abbiamo presentato il nuovo protocollo per la regolazione delle tacchette delle scarpe del ciclista, poi ci sono stati degli aggiornamenti software; è stato altresì avviato il progetto per la creazione di una scuola di ciclismo per amatori sul territorio.»

Una scuola di ciclismo, di che si tratta precisamente?

«Molti dei centri che sono legati a Velo' System proporranno questi corsi per amatori: gli ambiti saranno 4, ovvero la meccanica, quindi, per esempio la manutenzione ordinaria della bici, la biomeccanica, quindi come sostituire le tacchette, come regolare la sella, ovvero quelle operazioni da fare dopo il test di biomeccanica, infine una parte riguardante l'allenamento e una l'alimentazione. A questi, si aggiunge anche il modulo di tecnica e tattica. Ogni modulo si compone di 5 ore, ovvero due serate da due ore e mezza a numero chiuso per amatori. Credo sia la prima esperienza di questo. È un fornire all'amatore tutta una serie di informazioni utili per poter imparare o migliorare il loro approccio con la bici.»

Quanto è importante la conoscenza da parte dell'amatore degli aspetti di biomeccanica?

«Il ciclismo è uno sport che contiene molto tecnicismo, purtroppo a fronte di una tecnologia che ha fatto passi da gigante, lo stesso non si può dire per gli operatori ed i praticanti. Anzi forse sono cresciuti più i praticanti degli operatori. Devono crescere le competenze per fare questo sport. Facendo un esempio, gli studi di biomeccanica sulla postura in bici sono importati perché una postura sbagliata ha ripercussioni su tre ambiti: perdita del comfort, della performance e in termini di sovraccarichi funzionali e tensioni fisiche.

Se il ciclista prende una bici che è perfetta come misure, ma non vi monta ad esempio una sella comoda perché non tiene conto della sua conformazione fisica, ne può perdere sotto questi tre aspetti. Insomma, basta sottovalutare anche un singolo e banale componente che ne va della prestazione stessa e, talvolta, anche in termini di salute.»

Fonte Nicoletta Brina Copyright © INBICI MAGAZINE



This entry was posted on Saturday, October 5th, 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.