
InBici

InBici

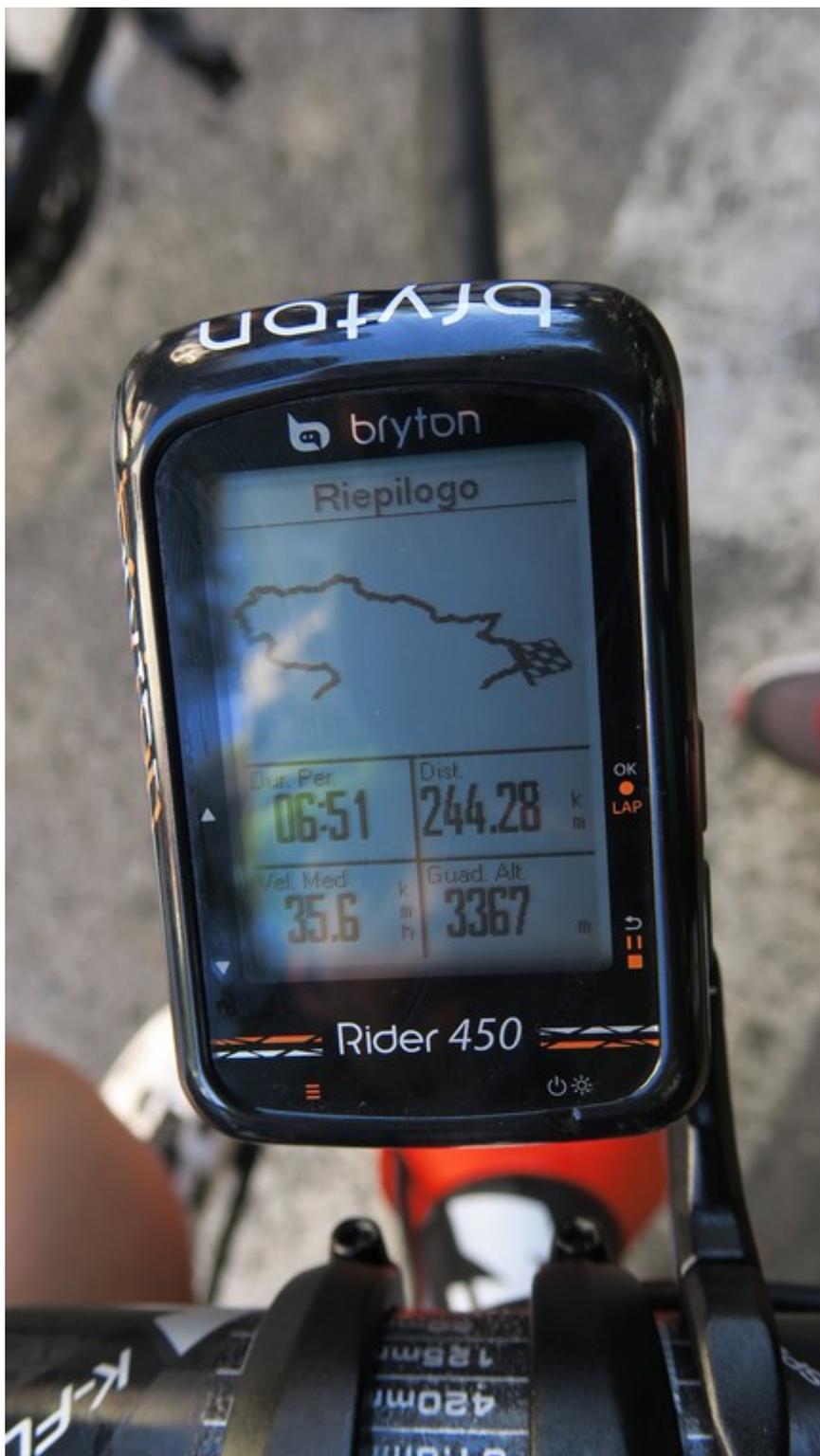
Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

VISCONTI VINI ZABU-KTM, ALLENAMENTI MONSTER E POI TRE MESI D'APNEA AGONISTICA

Maurizio Rocchi · Tuesday, July 28th, 2020

San Baronto – Duecentoquarantacinque chilometri e quasi 3500 metri di dislivello, 272 watt di potenza (normalizzata) e uno stress generato dall'allenamento (TSS) di 352 punti, valore ben superiore a quello che qualsiasi corridore mette in cascina al termine di tante corse. E ancora: sei ore e 51 minuti in sella, delle quali le ultime tre con il sole a picco e 35 gradi, culminate con il rush finale sulla "sua" salita test, il San Baronto da Lamporecchio. Ascesa scalata con un tempo record se si considera lo sforzo già effettuato fino a quel punto: 9 minuti e 45 secondi.

InBici Magazine ha seguito per intero il più lungo e massacrante degli allenamenti che la Vini Zabu-Ktm ha concluso in Toscana, per il suo "mini" ritiro alla vigilia della tanto attesa ripresa dell'attività agonistica che conta, che vedrà esordire i "nero-verdi" sulle strade della Sanremo.





Abbiamo visto come lavora il team diretto dal vulcanico Luca Scinto (per un breve tratto di allenamento abbiamo pedalato anche noi...) e stiamo preparando un video speciale per raccontarvi nei dettagli questa cavalcata che “Visco” e nove compagni di squadra si sono “sciropati” su e giù per l’Appennino tosco emiliano, per preparare la Classicissima e soprattutto il Campionato italiano. Eccovi intanto un’anticipazione, con il corridore siciliano che azzarda qualche pronostico sulla imminente ripresa delle corse che mai come quest’anno appare essere così difficile da decifrare.

a cura di Maurizio Coccia – Copyright © InBici Magazine

This entry was posted on Tuesday, July 28th, 2020 at 11:11 am 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.