

velonews.pl



TWÓJ PORTAL KOLARSKI



maratony

Z CHARAKTEREM

OFICJALNY BIULETYN CYKLU MARATONÓW MERIDA MAZOVIA MTB MARATHON NR 7 (38) / 2013

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

www.MARATONYzCHARAKTEREM.PL

NIEDZIELA, 16 CZERWCA 2013

FOT.: Z. KOWALSKI / FOTOREPORTAŻE.COM.PL

ETAP 6



KOZIENICE



EDYCJA



ŁOMIANKI

WSTĘP NA ROZGRZEWKĘ **2**

PODSUMOWANIE OSTATNIEGO ETAPU **4**

ZAPOWIEDŹ NAJBLIŻSZYCH ETAPÓW **6**

CIEKAWOSTKI: PEDAŁY ZATRZASKOWE **8**



MaratonyZCharakterem.pl

CZYTAJ BEZPŁATNIE BIULETYN ON-LINE



www.facebook.com/MaratonyZCharakterem
przeglądaj biuletyn z poziomu Facebooka



» NA ROZGRZEWKĘ: CO W KOLARSKIM ŚWIECIE PISZCZY

WRESZCIE JEST NORMALNIE

GŁUPIO TAK SIĘ CHWALIĆ, I TO NA SAMYM POCZĄTKU TEKSTU, ALE... NIECH BĘDZIE. A NIE MÓWILIŚMY?! OCZYWIŚCIE O POGODZIE. TYCH, KTÓRZY NIE CZYTALI POPRZEDNIEGO NUMERU NASZEJ GAZETY, INFORMUJEMY, ŻE OSTATNIO OBIECYWALIŚMY LEPSZĄ POGODĘ.

No i proszę bardzo. Co prawda po drodze mieliśmy małą powódź w Warszawie i kilku innych miastach, zatopione na drogach samochody i inne niewiarygodne historie, ale na szczęście to już przeszłość. Kiedy piszemy te słowa, nad głową mocno świeci słońce. A że nie jest przy okazji jakoś potwornie gorąco to i my się spieszymy, żeby jeszcze wskoczyć na rower i przejechać kilkanaście kilometrów. Trzeba korzystać ze sprzyjających warunków. O tym co was czeka na najbliższej Mazovii przeczytacie na kolejnych stronach naszej gazety. Znajdziecie też relację z tego co już za nami, więc już teraz życzymy miłej lektury.

POLACY WYCHODZĄ Z CENIA

A my tymczasem, już właściwie tradycyjnie, przenosimy się do świata wielkiego kolarstwa. Bo dzieje się, proszę Państwa, dzieje się! I znowu miło, że i Polacy nie są w cieniu. Przecież Michał Kwiatkowski na początku Criterium du Dauphine pokazał, że wciąż jest w wielkiej formie. Wiemy, wiemy, ostatecznie nie ukończył tego wyścigu, ale w jego przypadku w tym starcie chodziło tylko o formę treningu do startu sezonu, czyli Tour de France. Michał, Sylwester Szmyd i pewnie jeszcze kilku Polaków stanie na starcie Wielkiej Pętli i już teraz ta impreza zapowiada się pasjonująco. Chociaż...



od Sylwka napływają do nas niepokojące informacje. Najbardziej doświadczony z Polaków w światowym peletonie nie ma za sobą dobrego okresu. Dauphine rozpoczął chory i mocno się męczył. Po wyścigu zapowiadał, że wraca trenować w góry, ale został w domu. – Jadę na wyścig Route de Sud, bo kolejny start przed TdF bardziej mi się przyda. Wydaje mi się, że wyzdrowiałem, że jest już prawie ok, choć czuję pozostałości choroby. Jeśli jednak nie będę miał dalej na wyścigu dobrych odczuć to pewnie i TdF przyjdzie mi oglądać w telewizji. Bądźmy jednak dobrej myśli, że nie zmarnuje się cała praca wykonana w ostatnich miesiącach – napisał Szmyd. Cóż, trzymamy kciuki za Sylwka!

POLACY NA TDF

Ok, bądźmy szczerzy i nie nakręcajmy spirali niepotrzebnych i zbyt wygórowanych oczekiwań. Nie liczymy na powtórkę z niewiarygodnego Giro d'Italia, które Przemek Niemiec i Rafał Majka ukończyli w pierwszej dziesiątce, ale coś nam mówi, że i tym razem biało-czerwoni w barwach największych ekip świata nie będą tylko statystami. Pierwszoplanową gwiazdą ma być jednak ktoś inny. Chris Froome, kolarz grupy Sky rok temu był nieocenioną pomocą dla zwycięzcy, Bradleya Wigginsa. Ba! Wydaje się, że bez Frooma u boku sir Wiggins mógłby tylko pomarzyć o życiowym sukcesie. Teraz jest skupio-



Polacy nie są w cieniu. Przecież Michał Kwiatkowski na początku Criterium du Dauphine pokazał, że wciąż jest w wielkiej formie. Wiemy, wiemy, ostatecznie nie ukończył tego wyścigu, ale w jego przypadku w tym starcie chodziło tylko o formę treningu do startu sezonu, czyli Tour de France.

ny na sobie. A że w Dauphine zrobił z konkurencją co chciał to nic dziwnego, że jest kandydatem numer jeden do triumfu na Polach Elizejskich. – Posiadam swoje cele, nakierowane na tour, nie tylko w tym roku, ale przez następne sześć czy siedem sezonów. Za każdym razem, gdy stanę na starcie to z jedną myślą – walki o złotą koszulkę – powiedział 28-letni Brytyjczyk. Jedni go kochają, inni wręcz przeciwnie. A złośliwi zauważają, że już jeden kolarz siedem razy wygrywał tour, ale po latach zamiast być legendą, został bohaterem jednej z największych afer dopingowych w historii sportu... Cóż, pożyjemy zobaczymy.

MIĘDZYNARODOWE TDP

Z touru rezygnuje za to Fabian Cancellara. Słynny Szwajcar zamiast Francji na celowniku ma między innymi Polskę i nasz Tour de Pologne! A to nie koniec gwiazd, bo na naszą imprezę przyjedzie też między innymi Ivan Basso. I to pewnie nie koniec gwiazd na wyścig, który w tym roku wystartuje we Włoszech, a skończy się w Krakowie. Tymczasem ciekawie jest też w Polsce za sprawą Małopolskiego Wyścigu Górskiego. I jak tu nie kochać kolarstwa? Ba! I jak tu trenować? Nie, nie, żartujemy oczywiście. Trening ważna rzecz, więc panowie i panie – wsiadamy na rowery. A widzimy się na Mazovii. Do zobaczenia!

KOMUNIKATY BIURA ZAWODÓW MAZOVII MTB

16 CZERWCA NA MARATONIE W KOZIENICACH WSPÓLNIE Z FUNDACJĄ DKMS POMAGAMY OSOBOM CHORYM NA BIAŁACZKĘ

Na maratonie w Kozienicach, każdy z Was będzie mógł zarejestrować się jako dawca szpiku kostengo. To nic nie boli, a może uratować życie. Cezary Zamana

będzie jedną z osób, które powiększą bazę danych fundacji. Fundacja DKMS ma od dawna jedną misję: znalezienie jak największej liczby dawców dla tych, którzy chorują na białaczkę. Ty też możesz uratować komuś życie! Przyłącz się więc do walki z białaczką! Dla większości chorych na białaczkę, jedyną szansą na wyzdrowienie jest przeszczep

zdrowych komórek macierzystych od „genetycznego bliźniaka”. Szpik kostny jest prawdziwym darem życia. Jest odpowiedzialny za wytwarzanie komórek krwi: krwinek czerwonych, białych oraz płytek krwi. Szpik zdrowego człowieka wytwarza dziennie setki milionów komórek. W szpiku kostnym znajdują

się także tzw. komórki macierzyste. Mimo, iż stanowią 0,1% wszystkich komórek, są jednak bardzo ważne. Część z nich ma zdolność do samo-regeneracji. Pozostałe, dzieląc się, dają początek kolejnym generacjom komórek. Z nich ostatecznie powstają dojrzałe krwinki, które opuszczają szpik i stają się częścią naszej krwi.

Niestety nie ma możliwości wyprodukowania szpiku poza organizmem ludzkim. Dlatego też potrzebni są DAWCY, którzy bezinteresownie zechcą pomóc chorującym, bez względu na nację i kolor skóry. Transplantacja szpiku może uratować życie człowieka w przebiegu wielu chorób.

Kto może zostać dawcą? Dawcą może zostać każda osoba: - ogólnie zdrowa - w wieku pomiędzy 18 a 55 rokiem życia - która nie rejestrowała się w innej bazie dawców szpiku - nie posiadająca wykluczenia z listy (patrz pytanie 2.) Zapraszamy do rejestracji! Może to właśnie Ty uratujesz czyjeś życie?

 **MERIDA**

**BĄDŹ LIDEREM
W KAŻDEJ SYTUACJI**

www.rowerymerida.pl



Dobierz rower
dla siebie.

1 ZŁOTO
SREBRO
OLIMPIADA

12 ZWYCIĘSTW
MISTRZOSTWA ŚWIATA

4 KRYSZTAŁOWE
KULE
PUCHAR ŚWIATA

18 ZŁOTYCH MEDALI
MISTRZOSTWA
EUROPY

5 ZWYCIĘSTW
PUCHAR ŚWIATA
drużynowa kl. generalna

DESZCZOWO W OTWOCKU

DESZCZOWA POGODA NIE ZNIECHĘCIŁA UCZESTNIKÓW KOLEJNYCH ZAWODÓW Z CYKLU MERIDA MAZOVIA MTB MARATHON. SPOTKALI SIĘ W OTWOCKU I PO RAZ DZIEWIĄTY WRACALI Z TEGO MIASTA ZADOWOLENI.

Maratony w Otwocku należą już do klasyki cyklu Merida Mazovia MTB. Lokalizacja szczególnie lubiana przez zawodników, podbiła ich serca malowniczymi lasami Nadleśnictwa Celestynów i doskonałymi warunkami do rowerowych zmagani.

PRAWDZIWE MTB

– Muszę przyznać, że ten maraton to był prawdziwy smak MTB. Warunki rzeczywiście wymagające, przeprawy, w niektórych miejscach rwące potoki, nasiąknięte zbocza wzgórz. Całe szczęście, że zawodnicy dystansu Hobby dali radę przejechać trasę, jak to mówią kolarze, o suchej skarpetce, bo pozostali nie mieli tyle szczęścia. Chociaż takie warunki to fajne wyzwanie, to jednak mam nadzieję, że na następnym maratonie w Koźlenicach, zgodnie z prognozami, towarzyszyć nam będzie słońce – po przejeździe mówił Cezary Zamana, były kolarz i organizator maratonów Merida Mazovia MTB. – Bardzo fajnie, miło, ten maraton zachęcił mnie na powrót do jazdy na rowerze. Dla kogoś, kto jak ja jeździ sporadycznie, to spore wyzwanie,

jestem z siebie dumna, chociaż jeszcze trochę dochodzę do siebie – powiedziała Magdalena Wójcik, aktorka i debiutantka w zawodach MTB. – Ulewa uatrakcyjniła trasę, podjazdy w strumieniach, pokonywanie rwących potoków plus sekcje błota - dla mnie super.

Dla roweru mniej. Górki, chociaż znane też dały trochę w kość, ale dzięki "wilgoci" wszystko było do podjechania – chwalił na forum Rafał.

IM GORZEJ TYM WESELEJ

– Przyłączam się do chwających trasę w Otwocku. Ulewa dodała dużo smaczku tej trasie, a i tak część pozostała sucha. Szkoda, że dopiero po pewnym czasie zorientowałem się, że najłatwiej i najszybciej jedzie się środkiem kałuż – dodał Rzima. - To miało być moje pierwsze mega po kontuzji pleców. No nie dałem rady. Przez deszcz trasa zrobiła się bardzo wymagająca i na każdym dystansie można się było "ujechać". Dlatego i Fit ze swoimi niecałymi 23km też zrobił na mnie wrażenie. Paradoksalnie lżejsza i pewniejsza jazda była środkiem kałuż i potoków, niż bokami. Sprzęt o dziwo dał radę. Po raz kolejny utwierdziłem się w tym, że mazowieckie, korzenne tereny lepiej pokonywać na fulu. Co więcej pod wszystkie górki podjechałem - o czym nie omieszkam się dzielić głośnym liczeniem swoich górskich premii. Była jedna wywrotka, niemal filmowa. Klasycznie, przez

kierownicę. Tutaj dziękuję moim pedałom, że mnie wypięły. Inaczej byłoby niewesoło. Atmosfera na trasie i na mecie na 6! Dochodzę do wniosku, że im gorsze warunki na trasie, tym więcej pozytywnego myślenia wśród jadących. Przynajmniej 7. sektor miał wczoraj dobry humor – optymistycznie zakończył Thorgal76.

KTO BYŁ NAJSZYBSZY?

Na liczącym 7 km dystansie Hobby najszybszy był Kacper Macieja (WSKG Terbud Team) z czasem 14:42, jako drugi linię mety przejechał Patryk Dąbski z Sante BSA Tour (15:12), a trzeci był Gabriel Głogowski (Prolog Jabłonna), któremu przejechanie trasy zajęło 15:21. W kategorii kobiet najszybsza była Oliwia Majewska (BSA Pro Tour) z czasem 15:46, druga była Aleksandra Lach z UKK.BDC Huragan Wołomin (15:49), a trzecia Róża Wacławik (Optima Bike Team), która dystans Hobby przejechała w 17:22. Dystans Fit, mający 22 km, najszybciej przejechał Karol Rumsicki (Warszawski Klub Kolarski) z czasem 43:30, drugi był Tomasz Bednarski z Legion-

(43:33), a jako trzecią linię mety przekroczył Rafał Górak (TS Meran-Otwołok) z czasem 43:33. Najszybszą zawodniczką na dystansie Fit była Lucyna Gorczak-Cala, Luz Grupa Mrągowo, z czasem 54:34, druga była Małgorzata Pyrek z V-MAX MOSiR Mińsk Mazowiecki (56:54), a trzecia Paula Hinczewska (WARBUD – Warto Budować) z czasem 57:23. Trasę dystansu Mega, o długości 46 km, najszybciej pokonał Cezary Zamana (Mazovia Team) z czasem 1:43:20, drugim zawodnikiem na linii mety był Bartek Borowicz z APS POLSKA CO-ZMOBIKE (1:43:20), a jako trzeci przyjechał Bartosz Grędziński (Banaszek Duda Jamis Team) z czasem 1:43:52. Wśród kobiet najszybsza była Agnieszka Sikora (Legion-serwis Active Jet

Merida Team) z czasem 2:01:28, jako druga przyjechała Anna Klimczuk z Świat Rowerów Kellys Team (2:04:09), a trzecia była Joanna Kur z Prolog Jabłonna (2:26:28). Na dystansie Giga, o długości 70 km, najszybszym zawodnikiem był Marcin Michalczewski z Legion-serwis Active Jet Merida Team (2:50:33), drugi był Andrei Mourygin (Banki Spółdzielcze), któremu przejechanie trasy zajęło 2:50:34, a trzeci był Michał Wyżlic z Algida Kross Centrum Rowerowe Olsztyn (2:51:25). W kategorii kobiet, najszybsza była Justyna Zawistowska z MBike Retro Team (3:59:32), jako drugą metę przekroczyła Krystyna Żyżyńska (MYBIKE.PL) z czasem 3:59:40, a trzecia była Dorota Czamara z Optima Bike Team (4:13:44).

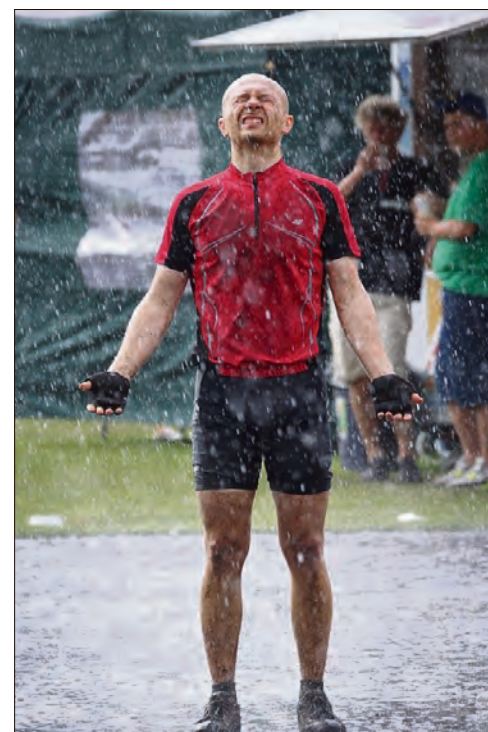


Atmosfera na trasie i na mecie na 6! Dochodzę do wniosku, że im gorsze warunki na trasie, tym więcej pozytywnego myślenia wśród jadących. Przynajmniej 7. sektor miał wczoraj dobry humor

Produkt europejski - prawie 100 lat doświadczenia

UNIOR®

Profesjonalne narzędzia rowerowe
tel. +48 61 877-05-06
tel. kom. +48 504-200-947 - +48 512-992-216



DECATHLON

SPORT DLA WSZYSTKICH - WSZYSTKO DLA SPORTU



B'TWIN KOSZULKA 5 MTB

Koszulka dla kolarza MTB, jeżdżącego regularnie. Wstawki z mesh pod pachami i suwak na piersiach. Dyskretna kieszka na suwak na plecach. Rozmiary: od S do XXL.

**99⁹⁹
ZŁ**



B'TWIN SZORTY 5 MTB

Do regularnej jazdy na rowerze górskim. Bardzo lekka i miękka tkanina, zapewniająca swobodę ruchów. Profilowana wkładka. Z boku kieszeń zapinana na suwak. Rozmiary: od S do XXL.

**129⁹⁹
ZŁ**



B'TWIN BUTY 5 MTB

Buty do sportowej regularnej jazdy na rowerze górskim. Rowkowana podeszwa zapewniająca bardzo dobrą przyczepność w wyboistym terenie. Sztwna podeszwa z poliamidu. Zapięcie/rozpięcie bardzo szybkie i łatwe, za pomocą 2 pasków. Kompatybilne z pedałami zatrzaskowymi. Rozmiary: od 39 do 47.

**259⁹⁹
ZŁ**

B'TWIN

ROWER GÓRSKI 26" ROCKRIDER 8.3

Rower MTB na intensywne treningi i zawody XC. Nowa rama z aluminium (6061). Geometria zainspirowana ramą 8 XC Carbone. Kierownica i wspornik oversize, zapewniają większą sztywność. Widelec Marvel PRO w rozmiarze 100 mm. Napęd SRAM X9 (z tyłu) i SRAM X7 direct mount (z przodu). Hamulce Avid Elixir 3. Opony Hutchinson Python. Siodło Prologo X10. Pedały zatrzaskowe Wellgo. Rozmiary: M (165-175 cm), L (175-180 cm), XL (180-195 cm). Waga: 11,50 kg w rozmiarze M bez pedałów.



SRAM X9

Blokada skoku kierownicy



**4499⁰⁰
ZŁ**



B'TWIN LICZNIK BEZPRZEWODOWY COUNT 8

Do regularnej jazdy na rowerze górskim. Licznik bezprzewodowy, 8-funkcyjny, łatwy i szybki do zainstalowania i użytku.

Funkcje:

- Prędkość chwilowa+śred.+maks.
- dystans chwilowy+całkowity.
- zegarek
- stoper
- porównanie prędkości.

**99⁹⁹
ZŁ**



B'TWIN

ROWER GÓRSKI 26" ROCKRIDER 5.2

Dla początkujących kolarzy górskich na sportowe wycieczki poza miastem i w górach. 1-szy sportowy MTB. Rama aluminiowa lekka i wzmocniona, obręcze dwukomorowe, aluminiowe. Widelec amortyzowany 70 mm z regulacją twardości. 24 przełożeń, niezawodne przerzutki Shimano Altus. Hamulce przednie tarczowe HAYES. Rama przystosowana do montażu bagażnika. Rozmiary: XS (145-155 cm), S (156-165 cm), M (166-175 cm), L (176-185 cm), XL (186-200 cm). Waga: 13,88 kg w rozmiarze M.



hamulce tarczowe mechaniczne



Regulacja twardości

**1199⁰⁰
ZŁ**



Przedstawione towary i ich ceny nie stanowią oferty w rozumieniu przepisów Kodeksu Cywilnego. Kolory produktów przedstawionych na zdjęciach mogą się różnić od kolorów produktów w rzeczywistości.

DECATHLON W-wa Targówek: ul. Geodezyjna 76, tel.: 22 333 70 00. **Godziny otwarcia:** pon.-sob. 9.00-21.00, niedz. 9.00-20.00.
DECATHLON W-wa Reduta: przy CH Reduta, ul. Mszczonowska 2, tel.: 22 337 73 00. **Godziny otwarcia:** pon.-sob. 9.30-21.00, niedz. 9.30-20.00.
DECATHLON W-wa Okęcie: Al. Krakowska 81, tel.: 22 319 38 00. **Godziny otwarcia:** pon.-sob. 9.30-21.00, niedz. 9.30-20.00.
DECATHLON Piaseczno: ul. Puławska 37, tel.: 22 701 35 00. **Godziny otwarcia:** pon.-sob. 10.00-21.00, niedz. 10.00-20.00.

16.06: WITAJCIE W ELDORADO; 22.0

KOZIENICE BĘDĄ GOŚCIŁY MERIDA MAZOVIA MTB MARATHON JUŻ W NAJBLIŻSZY WEEKEND. TO WYJĄTKOWE ZMAGANIA, B

» SAKWA INFORMACJI

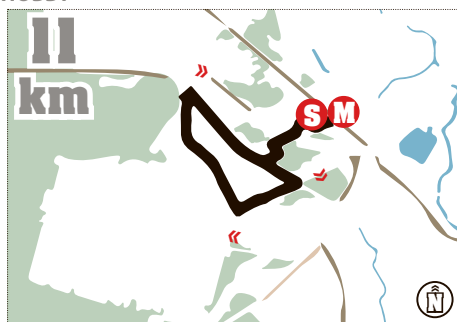
• NIEZBĘDNE ADRESY



START: STADION MIEJSKI, UL. SPORTOWA 3, KOZIENICE
WWW: www.mazoviamtb.pl/?stat=210

• DYSTANSE (UWAGA: TRASY MOGĄ JESZCZE ULEC KOREKTOM)

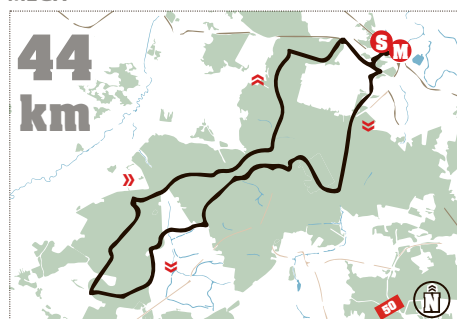
HOBBY ●●●●●



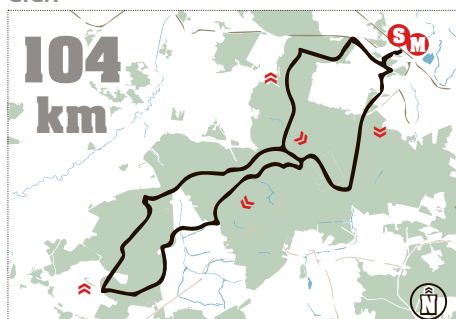
FIT ●●●●●



MEGA ●●●●●



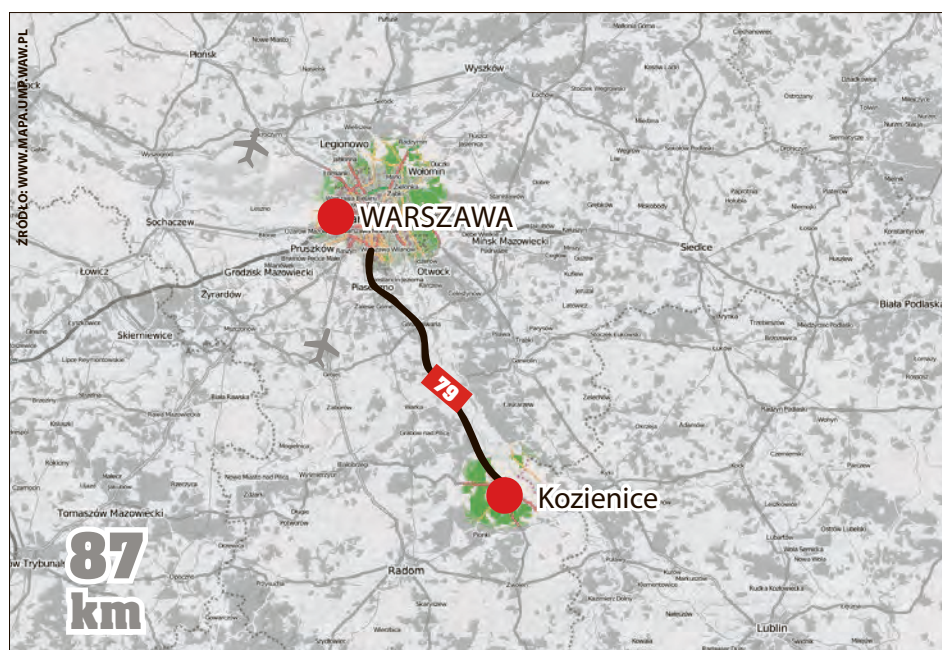
GIGA ●●●●●



• INNE

- parkingi, szatnie, prysznice, myjka rowerowa

• DOJAZD DO MIASTA



• PROGRAM ZAWODÓW

SOBOTA

14.00 - 18.00 zapisy w
Biurze Zawodów,

NIEDZIELA

8.00 - 10.30 zapisy
w Biurze Zawodów,
10.45 - ustawianie

zawodników w sektorach
startowych, **11.00** - start maratonu,

dystanse Fit, Mega i Giga, **11.15** - start
dystansu Hobby,
14.00 - dekoracja

dystansu Fit,

15.00 - dekoracja

dystansu Mega,

16.00 - dekoracja

dystansu Giga.

• POGODA: SOBOTA



20
st.C

1004 hPa, wiatr 3m/s

Rywalizacja w Kozienicach to także wyjątkowe wspomnienie dwóch miłośników roweru, czyli Grześka i Janka.

DLA MIŁOŚNIKÓW KONI

Gmina Kozienice powinna reklamować się jako eldorado dla miłośników aktywnego spędzania czasu na świeżym powietrzu. Coraz więcej odwiedzających Ziemię Kozienicką odpoczywa w jej ciepłych i pięknych zakątkach. Malownicze tereny leśne kuszą gości szeroką ofertą turystyczną i obiektami edukacji przyrodniczo - ekologicznej (ścieżki dydaktyczne, ekspozycje przyrodniczo - leśne oraz miejsca wypoczynku). Wpleciona w krajobraz bogata i uroczą sieć szlaków sprzyja uprawianiu turystyki pieszej i rowerowej. Bliskość Wisły oraz liczne oczka wodne stanowią raj dla wędkarzy. Dla chcących sprawdzić swe siły i możliwości na kajaku polecamy spływ po rzece Radomce. W niedalekiej przyszłości planowane jest połączenie jezior: kozienickiego i opatkovickiego z rzeką Zagożdżonką, w celu utworzenia nowego, ciekawego szlaku kajakowego. Zainteresowanych hodowlą koni, hippiką oraz miłośników jeździectwa zapraszamy do Stadniny Koni, naj-



wiekszego ośrodka hodowli koni pełnej krwi angielskiej, założonego w 1924 r. Dla miłośników jeździectwa istnieje możliwość nauki jazdy konnej, a organizo-

wane grupy mogą zwiedzać stadninę z przewodnikiem.

104 KILOMETRY GIGA!

Trasa Merida Mazovia MTB

» SAKWA INFORMACJI

• DYSTANS (UWAGA: TRASY MOGĄ JESZCZE ULEC KOREKTOM)



6: CAŁA DOBA W ŁOMIANKACH

DO UCZESTNICY NAJDŁUŻSZEGO Z DYSTANSÓW BĘDĄ MOGLI PRZEJECHAĆ NAWET TRZYCYFROWĄ LICZBĘ KILOMETRÓW!



Zawody w Kozienicach to kolejny memoriał Grześka Axentowicza i Janka Rzczkowskiego. Czwarty, bo od ich śmierci minęły prawie cztery lata. Grzesiek i Janek zginęli w lawinie 30 grudnia 2009 roku.

Marathon w Kozienicach jest wybitnie szybkościowa, o zróżnicowanej nawierzchni momentami o charakterze interwałowym. – Płaska, z tego co zapamiętałem

dość szutrowa, na mega bardzo męczące odcinki wysypane kamieniami, około 10 kilometrów tego było. Poza tym przyjemny finisz na pagórkach wokół stadionu – opisuje ją na forum Derwisz. Dystans Hobby liczy sobie 11 kilometrów, Fit ma 30 km, Mega – 68 km, a Giga 104 km. Biuro maratonu znajduje się na stadionie przy ulicy Sportowej 3. Tam właśnie przygotowano parkingi, szatnie, prysznice i myjki rowerową. Rywalizacja rozpocznie się już od godziny 11 startem dystansów Fir, Mega i Giga. 15 minut później ruszy najkrótszy dystans Hobby. Dekoracje zaplanowano od 14 do 16. W międzyczasie zaplanowano rozmaite atrakcje dla dzieci na terenie miasteczka sportowego: miniwysięg, naukę jazdy na rowerkach biegowych Puky Race i plac zabaw pod namiotem.

KU PAMIĘCI

Zawody w Kozienicach to kolejny memoriał Grześka Axentowicza i Janka Rzczkowskiego. Czwarty, bo od ich śmierci minęły prawie cztery lata. Grzesiek i Janek zginęli w lawinie 30 grudnia 2009 roku. Jeździli na nartach, chodzili po górach, jeździli maratony. W ostatnim, w którym wzięli udział zajęli 87 i 287 miejsce. Może to nie była czołówka. Ale cieszyli się, że mogą startować razem.

• OPIS ETAPU

Tegoroczny maraton 12h będzie organizowany po raz drugi, jednak mamy nadzieję, że tak jak maraton 24h, przypadnie Wam do gustu. W tym roku plan maratonu 12h uległ zmianie. Start przewidziano na godzinę 12.00 w dzień, a finał odbędzie się o północy. Dzięki temu uczestnicy maratonu 12h będą mieli niepowtarzalną okazję do rywalizacji także w nocy, co do tej pory możliwe było tylko w maratonie 24h.

Pętla przygotowana w Łomiankach została wyznaczona w taki sposób, by nie tylko zaprezentować atrakcyjne warunki, ale także by ochronić uczestników przed znużeniem przy wielogodzinnej rowerowej jeździe. Jest ona technicznie dostosowana do specyficznych warunków nocnej jazdy, tak by zapewnić zawodnikom maksimum bezpieczeństwa oraz moc wrażeń. Startować można indywidualnie w kategorii Solo, w parze

kategorii Duo lub w zespole czteroosobowym w kategorii Quatro.

Oprócz starannego przygotowania tras, tradycyjnie zadbano o odpowiednie zaplecze by zapewnić Wam pełen komfort niezbędny do rowerowych zmagania. Przebiegalnie, szatnie, prysznice, pole namiotowe oraz noclegi – wszystko to będzie do Waszej dyspozycji. Ponadto całonocny serwis rowerów, strefa zmian tak ważna w tego typu zawodach oraz elektroniczny pomiar czasu, dzięki któremy podczas maratonu na bieżąco, co okrażenie śledzicie swoje wyniki.

Dla uczczenia ich pamięci, rodzice, rodziny chcą uhonorować właśnie zawodników, którzy zajęli te miejsca na dystansie Mega. Dla nich przygotowana została specjalna nagroda.

UBIEGŁOROCZNI ZWYCIĘZCY

Rok temu w Kozienicach najlepsi okazali się: Patryk Piasecki (RENAULT ECO2 TEAM)

i Agnieszka Sikora (Legion Serwis) na dystansie Mega, Aleksander Dorożala (Retro MBike) i Agnieszka Pawelec (Plannja Racing) na dystansie Giga, Bartosz Kaczmarek (Szczytno) i Aleksandra Wnuczek (MERIDA BIG. NINE Rajders) na dystansie Fit oraz Artur Budny (Ostrołęka Cycling Team) i Aleksandra Lach

(UKK.BDC Huragan Wołomin) na dystansie Hobby.

KLASYFIKACJA MIESZKAŃCÓW KOZIENIC

Tym razem w edycji cyklu Merida Mazovia MTB Marathon 2013 w Kozienicach zorganizowana będzie klasyfikacja mieszkańców Gminy Kozienice. Wyłonimy naj-

lepszego mieszkańca Gminy Kozienice w kategorii Open na dystansach Hobby, Fit, Mega z podziałem na płeć. W klasyfikacji mogą wziąć udział mieszkańcy Gminy Kozienice. W związku z powyższym osoby zainteresowane proszone są do zgłoszenia się w dniu maratonu w biurze zawodów do w/w klasyfikacji.



ŻEL DO CZYSZCZENIA ROWERU

Żel do intensywnego czyszczenia całego roweru wraz z osprzętem

- samoczynne czyszczenie; skutecznie usuwa brud, kurz, energetyki, smary
- znakomita tolerancja ze wszystkimi materiałami, nadaje połysk czyszczonym powierzchniom
- biodegradowalny i całkowicie bezkwasowy



ŚRODEK DO CZYSZCZENIA ŁAŃCUCHA

Formuła żelu do skutecznego i szybkiego czyszczenia łańcucha

- skutecznie czyści i odtłuszcza łańcuch, kasetę, przerzutki, mechanizm korbowy, koła, itp.
- poprawia właściwości eksploatacyjne łańcucha w wyniku rozpuszczania cząstek brudu
- specjalne antykorozyjne dodatki zapobiegają ścieraniu i korozji łańcucha oraz mechanizmu korbowego
- znakomita tolerancja ze wszystkimi materiałami
- biodegradowalny i całkowicie bezkwasowy



www.f100.pl • www.facebook.com/Dr.Wack.Kosmetyki

PEDAŁY ZATRZASKOWE: CZY POPRAWIAJĄ REZULTATY?

OBUWIE ROWEROWE I PEDAŁY ZATRZASKOWE SPD. WPŁYW NA FIZJOLOGIĘ JAZDY W KOLARSTWIE.

Temat butów zatraskowych SPD, ich wpływu na mechanikę i efektywność jazdy na rowerze jest w mojej opinii jednym z cichych mitów kolarstwa. Zawodowcy używają butów zatraskowych, amatorzy więc spodziewają się głównie efektów w postaci podwyższenia średniej prędkości jazdy, zwiększenia wytrzymałości czy może wydłużenia maksymalnego dystansu do wystąpienia zmęczenia. Czy są to oczekiwania słuszne? Sprawdźmy.

PEDAŁY ZATRZASKOWE? A CO TO JEST?

Na początek warto wspomnieć co nieco o nomenklaturze powszechnej w tematyce dotyczącej przeniesienia napędu w rowerze. Tak więc SPD to nie to samo co pedały zatraskowe. SPD to skrót od Shimano Pedaling Dynamics, czyli opatentowanego przez Shimano systemu wiązania pomiędzy butem rowerowym, a pedałem zatraskowym. Pedały zatraskowe są produkowane przez wielu producentów i różnią się znacznie masą, wyglądem, sposobem wpinania i wypinania, zasadami regulacji i użytkowania. Z reguły obuwie rowerowe zawiera tak zwany blok, który spina się z pedałem przy pomocy specjalnego ruchu. Wykonanie innego ruchu, pozwala rozpiąć struktury. Shimano produkuje dwa typy wiązań, SPD i SPD SL, używane w kolarstwie szosowym. Systemy różnią się wielkością bloku, masą układu, odpornością na zachłapanie i zapiaszczenie, a także, co najważniejsze, komfortem używania butów kolarskich jako butów do chodzenia (choćby przez chwilę!). W butach szosowych po prostu nie da się chodzić. Zazwyczaj są to buty na bardzo sztywnej, plastikowej podeszwie, z wyprofilowanym ustawieniem palce-pięta, położonym w optymalnej pozycji. Duży, plastikowy blok SPD-SL stanowi często jedyny element obuwia rowerowego zapewniający przyczepność, a zatem niszczy się bardzo szybko podczas chodzenia. Blok wystaje z buta, co w przeciwieństwie do rozwiązania MTB czyni go bardzo podatnym na zapiaszczenie, co może uniemożliwiać dalszą jazdę. W tym artykule nie będę się jednak koncentrował na specyfice poszczególnych rozwiązań, ale na dostarczeniu dowodów na prawdziwość założenia, że wpinane pedały zatraskowe



zapewniają poprawę rezultatów w kolarstwie.

PEDAŁY ZATRZASKOWE, CZY BĘDĘ JEŹDZIŁ SZYBCIEJ?

Co ciekawe, sieć w dużej mierze milczy na temat efektywności tego rozwiązania. Są oczywiście niezliczone dyskusje na forach rowerowych, większość z nich bazuje na subiektywnych opiniach, nie popartych wartościami liczbowymi, co sprawia, że ich treść nie powinna być użyta do konstruowania mojego artykułu. Jednak w istocie, większość użytkowników, chwali sobie pedały zatraskowe, większość obserwuje u siebie

poprawę wytrzymałości i siły. Czytując tego typu opinie, warto przypomnieć sobie o efekcie placebo, którego zasięg może sięgać nawet 30% osób, przekonanych już przed zakupem o jego słuszności i oddziaływaniu na organizm, czy też w tym przypadku na układ ciało-rower.

TEORIE SPISKOWE...

Warto zadać sobie pytanie, dlaczego czasopisma naukowe są tak ciche, jeśli chodzi o testowanie powyższych rozwiązań technicznych, tak szeroko dyskutowanych przez kolarzy amatorów i przyrównywanie je do platform. Większość osób bardzo chciałaby dostać

w ręce choć jedno duże badanie z przystępnym opracowaniem wyników, które w reszcie rzuciłoby światło na wspomniany problem. Trzeba pamiętać, że pedały zatraskowe są produkowane głównie przez najbardziej majątne firmy parające się produkcją sprzętu rowerowego. A więc jedynie kilku największych graczy inwestuje, rozwijając swoje opatentowane technologie. Pedały platformowe, w przeciwieństwie do nich, można nabyć w każdym sklepie rowerowym, zazwyczaj próżno szukać na nich nazwy producenta. Nie wiem, ale chciałbym ten temat pozostawić do dalszej dyskusji. Być może opisanie braku konkretnych efektów, wiązałoby się dla czasopisma traktującego o medycynie sportowej, z utratą wsparcia, tak więc byłoby po prostu nieopłacalne.

PRAWDZIWE BADANIA NAUKOWE...

Udało mi się jednak odnaleźć wyniki kilku badań porównujących efektywność rozwiązań bazujących na pedałach zatraskowych z klasycznymi platformami. Wyniki mogą zepsuć u czytających je, rezultat wspomnianego wyżej działania placebo, dlatego część z Was powinna zrezygnować z dalszego czytania już tutaj. Naukowcy wysnuli hipotezę, która wydaje się jak najbardziej logiczna i prawdopodobna. Hipotetyczny rowerzysta używający zatraskowych pedałów miałby korzystać z podciągania po to, aby odciążyć górną część ciała podczas intensywnej pracy, a także dodać w ten sposób pracę do 'negatywnej' części obrotu korbą. Hipoteza ta powtarza się w większości prac naukowych. W większości wyników nie znalazło to żadnego potwierdzenia (Broker & Gregor, 1996, p. 147). Autorzy Ci stwierdzili, że zawodowi kolarze mają raczej bardzo podobne biomechaniczne wzorce ruchu, niezależnie od rodzaju używanych pedałów. Już badania z 1999, Smak, Neptune and Hull roku dowodzą, że używanie pedałów zatraskowych w żaden sposób nie poprawia wymiernych fizjologicznych rezultatów jazdy na rowerze, a wręcz skupianie się na negatywnej fazie obrotu wiąże się z osłabieniem siły generowanej przez nogę znajdującą się w pozytywnej fazie. Tego typu zmiana biomechaniki, choć wygładza krzywą siły w funkcji



Co ciekawe, sieć w dużej mierze milczy na temat efektywności tego rozwiązania.

Są oczywiście niezliczone dyskusje na forach rowerowych, większość z nich bazuje na subiektywnych opiniach, nie popartych wartościami liczbowymi

położenia korb, wiąże się z dużym ryzykiem kontuzji, a także urazów przeciążeniowych kolan. Badania elektrofizjologiczne triathlonistów z 2001 roku wykazało znacznie mniejszą średnią aktywność elektromiograficzną pewnych grup mięśniowych, podczas jazdy na rowerze z pedałami zatraskowymi w porównaniu z tradycyjnymi platformami. Niestety badania te były wykonywane dla nieznanej mocy wyjściowej, ogranicza to ich zastosowanie w kontekście interpretacji wyników. W 2008 roku prowadzono kolejne badania mające na celu porównanie różnych sposobów ufkosowania stopy na platformie i połączenia stopy z mechanizmem napędu roweru, testując pewne prototypy. Przy okazji porównano klasyczne pedały zatraskowe używane z obuwem rowerowym dostępnym komercyjnie na rynku i platformy. Kolarze pedałowali przy 60% swojej mocy maksymalnej z kadencją 90 obrotów na minutę. W tym przypadku porównanie pedałów zatraskowych i platform

nie wykazało znaczących różnic w przypadku klasycznych i nie modyfikowanych schematów ruchowych. Jedynie zmuszanie się do podciągania w negatywnej fazie ruchu minimalnie zwiększa długotrwałą moc, poprzez wygładzenie krzywej mocy w funkcji kąta obrotu. Jak wspomniano wyżej, ten wzorec rekrutacji po dłuższym czasie prowadzi do obniżenia mocy produkowanej przez mięśnie działające w fazie pchania w dół, a także zwiększa prawdopodobieństwo kontuzji.

... I NIE TYLKO

Wielu amatorów prowadziło też prywatne badania na własną rękę. Warty przytoczenia na łamach tego artykułu jest eksperyment przeprowadzony przez jednego z doświadczonych kolarzy amatorów, który jego wyniki zdecydował się opublikować na swoim blogu. Kolarz ten przejechał dobrze sobie znaną trasę do jazdy na czas raz po raz, a więc w podobnych warunkach, na zmianę w pedałach zatraskowych i platformach. Eksperyment wykonał kilkakrotnie. Za każdym razem różnice w czasie wskazywały na około 2% poprawę czasu przebycia trasy w pedałach zatraskowych. Pamiętajmy, że na co dzień, jeździ on w pedałach zatraskowych i odpowiednim obuwie. Jego wzorce ruchowe i komfort na rowerze może faworyzować tę konfigurację.

PODSUMOWANIE

Powyższe dane nie muszą świadczyć, że w pojedynczym przypadku pedały zatraskowe nie poprawiają rezultatów, ale bardziej o tym, że nie poprawiają one rezultatów podczas badań statystycznych. Poza tym zwiększenie wytrzymałości nie jest jedynym powodem, dla którego kolarze używają pedałów zatraskowych i odpowiedniego obuwia. Jest wiele relacji i prac, które zauważają pozytywny wpływ tego sprzętu na poprawę techniki jazdy, perfekcyjne ułożenie i usztywnienie stopy, bezpieczeństwo w trudnych warunkach i komfort jazdy podczas wspinaczki. Nie chcę więc, aby artykuł ów miał bezwzględnie odrzucić Was od kupna tego sprzętu, jednak chciałbym, aby zakup był jak najbardziej przemyślany, a artykuł ten jedynie dostarcza argumentów.

Jan Górski, lekarz medycyny
mathmed.blox.pl



Traumon®

etofenamat

usuwa **ból** z miejsca

Specjalista w leczeniu **bólu**:

- przy urazach, kontuzjach
- w chorobie zwyrodnieniowej
- w reumatyzmie

3 PROSTE KROKI DO POZBYCIA SIĘ BÓLU:

1. Spryskaj bolące miejsce aerozolem Traumon.
2. Wetrzyj delikatnie lek w skórę.
3. Wracaj do pełnej sprawności ruchowej!



Laureat
Nagrody Zaufania
ZŁOTY OTIS 2013
w kategorii:
Leki przeciwbólowe
do stosowania
zewnętrznego



**DOSTĘPNY W APTEKACH
BEZ RECEPTY**



AEROZOL NA SKÓRĘ

Traumon® DOSTĘPNY TAKŻE W FORMIE ŻELU

Ruszaj w plener!



1. NAZWA: Traumon (Etofenamatum) 2. SKŁAD: 1 ml roztworu zawiera 100 mg etofenamatu (Etofenamatum). 3. POSTAĆ FARMACEUTYCZNA: aerozol na skórę, roztwór 4. WSKAZANIA DO STOSOWANIA: Tępe urazy, takie jak: stłuczenia, skręcenia, naciągnięcia mięśni, ścięgien i stawów. Choroba zwyrodnieniowa stawów kregostupa, kolanowych, barkowych. Reumatyzm pozostawowy: bóle okolicy krzyżowo-lędźwiowej, zmiany chorobowe w obrębie tkanek miękkich okołostawowych, tj. zapalenie kaletki maziowej, ścięgien, pochewek ścięgnistych, torebek stawowych (tzw. staw zamrożony), zapalenie nadkłykci. 5. PRZECIWWSKAZANIA: Leku Traumon nie należy stosować: w przypadku nadwrażliwości na etofenamat, kwas flufenamowy lub którąkolwiek substancję pomocniczą leku, lub inne niesteroidowe leki przeciwzapalne; u kobiet w ciąży; u dzieci ze względu na niewystarczające dane kliniczne w tych grupach pacjentów. 6. PODMIOT ODPOWIEDZIALNY: MEDA AB, Szwecja Pełna informacja o leku dostępna na życzenie w: Meda Pharmaceuticals Sp. z o.o., Al. Jana Pawła II nr 15, 00-828 Warszawa, tel. +48 22 697 71 00, e-mail: traumon@meda.pl.

TRA-093/19/088/05-2013

MEDA

Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych i dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

» CIEKAWOSTKI Z KOLARSKIEGO ŚWIATA

RUBRYKA TWORZONA WSPÓLNIE Z VELONEWS.PL

ZAKOŃCZONE ISPO BRANDNEW - NAJLEPSZE STARTUPY 2013

118 ZGŁOSZEŃ Z 17 PAŃSTW. PREZENTACJA ZWYCIĘZCÓW I FINALISTÓW PODCZAS TRAGÓW ISPO BIKE 2013 W RAMACH PLATFORMY ISPO BRANDNEW VILLAGE.

Dwa razy do roku w ramach konkursu ISPO BRANDNEW wybierane są najlepsze firmy, które dopiero wchodzą na międzynarodowy rynek sportowy. W ramach targów ISPO BIKE zostaną wybrani najlepsi młodzi przedsiębiorcy w branży rowerowej. W tym roku swoje innowacyjne produkty zgłosiło 118 firm z 17 państw. Największa ilość zgłoszeń wpłynęła z Niemiec (39%), a także Wielkiej Brytanii (11%) i USA (9%). Zgłoszone produkty pochodziły w przeważającym stopniu z segmentów E-mobility oraz Urban Biking. Ekspertskie jury wybrało 35 najbardziej innowacyjnych produktów ze 118 zgłoszeń. Zwycięzcy oraz finaliści zaprezentują się podczas targów ISPO BIKE 2013 w ramach platformy ISPO BRANDNEW Village. Po dogłębnej analizie zgłoszonych produktów jury wybrało zwycięzcę generalnego - Overall Winner oraz zwycięzców 7 poszczególnych kategorii.

KATEGORIA ZWYCIĘZCA GENERALNY – OVERALL WINNER: URBAN ARROW
Trwałość i rodzina to dwa podstawowe wyznaczniki dla produktów holenderskiej firmy Urban Arrow Company. Sprytnie zaprojektowany i stworzony przez nich rower cargo przeznaczony jest dla rodzin, które szukają przyjaznego środowiska, przystępnego cenowo, oszczędzającego czas alternatywnego środka transportu w mieście. Zwycięski E-Bike łączy w sobie nowoczesny design z funkcjonalnością. Firma zastosowała wyłącznie lekkie, bezpieczne i zapewniające komfort



materiały. Modułowa aluminiowa rama zapewnia szereg możliwości wykorzystania przy każdej pogodzie m.in. ochrona przed deszczem, skrzynia transportowa, siedzenie dla dziecka. Jury było pod wrażeniem kompleksowości projektu: koncept przyjazny środowisku, wysokiej jakości wykonanie, atrakcyjny design, zastosowanie napędu elektrycznego w rowerze cargo, co łącznie przesądziło o przyznaniu Urban Arrow nagrody Overall Winner.

KATEGORIA URBAN: BICIPACE

Zaprojektowany we Włoszech – element designu musiał być na pierwszym miejscu. Stylowy i praktyczny rower Bicipace wyróżnia się klasycznym projektem i niezawodnymi częściami wysokiej jakości. Producent z Mediolanu stworzył kompaktowy rower cargo, który łączy wygodny transport z komfortową jazdą. Dodatkowo umieszczenie środka ciężko-

ści nisko ułatwia jazdę, nawet przy pełnym załadunku. Rower może być dodatkowo spersonalizowany poprzez wybór wielu kolorystycznych kombinacji. Te wszystkie zalety przemówiły za przyznaniem nagrody w kategorii Urban producentowi z Mediolanu.

KATEGORIA E-BIKE/PEDELEC: COBOC

Waga, design, funkcjonalność oraz wykończenie zachwyciły jury do tego stopnia, że przyznało nagrodę w kategorii E-Bike/Pedelec niemieckiemu producentowi. Mająca swoją siedzibę w Heidelberg firma wykonuje swoje ramy w 100% w Niemczech. Nie tylko mała waga, 14 kg, wyróżnia rowery Coboc, ale także prosty i funkcjonalny design. Elementy napędu elektrycznego, tj. bateria, elektronika i czujniki są zamontowane w ramie. Chroni to system przed czynnikami zewnętrznymi np. deszczem. Start zlokalizowany jest na ramie. Przewód ładowarki

posiada mocowanie magnetyczne. Motto firmy: Szybka i przyjemna jazda jako bezpośrednie i fascynujące doświadczenie.

KATEGORIA PERFORMANCE: OPEN

Rowery, Otwartość i Prostość – tak założyciele opisują swoją szwajcarską markę. Komunikacja z klientem to dla nich priorytet, są otwarci na sugestie, nowe pomysły i opinie. Sieć sprzedaży celowo utrzymywana jest w wąskim zakresie. Producent skupia się na dalszym rozwoju i doskonaleniu designu, rozwiązań technologicznych, produkcji, logistyki jak również kontakcie z klientem. Oprócz wysokiej jakości produkcji założyciele kładą nacisk na zapewnienie klientom możliwości wyboru części. Dalsze innowacyjne rozwiązania przekonały jury do wyboru Open na zwycięzcę w kategorii Performance: z jednej strony integracja systemu, w którym wszystkie kable hamulców i przerzutek umieszczo-

ne są w ramie, a z drugiej strony firma oferuje aktualnie najlżejszą na rynku ramę 29, która przy tym zapewnia doskonałą wytrzymałość dzięki zastosowanej częściowo asymetrycznej konstrukcji.

KATEGORIA FAMILY: SCOOT & RIDE

Dwa w jednym: proste naciśnięcie przycisku zmienia hulajnogę w rowerek biegowy – każde dziecko jest w stanie to zrobić. Jury było pod wrażeniem łatwości w użyciu i przyznało nagrodę w kategorii Family austriackiej firmie. Duże przednie koło zapewnia dobrą przyczepność do nawierzchni i bezpieczeństwo. Siodło zostało zaprojektowane ergonomicznie. Rączka jest regulowana w zależności od wzrostu dziecka. Scoot & Ride postawili na prosty design.

KATEGORIA APPAREL: G-FORM

Innowacyjne ochraniacze łokci, kolan i goleni G-Form zapewniają niezbędną ochronę przy sportach action. Zlokalizowana w Miami firma wykorzystuje w swoich produktach PORON@XRD, który absorbuje 90% siły uderzenia w łokieć, kolano lub gołeń. Tak zwana Reactive Protection Technology usztywnia ochraniacz podczas upadku. Dodatkowo ultra-lekki materiał i perfekcyjne dopasowanie do budowy ciała. Jury doceniło kompilację bezpieczeństwa i wygody i przyznało nagrodę w kategorii Apparel w konkursie ISPO BRANDNEW.

KATEGORIA ACCESSORIES: BIKECITYGUIDE

Podstawa do smartfona wykonana z silikonu i aplikacja Bike-

CityGuide, która nie tylko jest doskonałą nawigacją dla rowerzysty, ale również kieruje trasami z dala od zakorkowanych głównych ulic. Aplikacja zawiera specjalny program nawigacji dla rowerzystów, który jest dostosowany do ich oczekiwań i zawiera: nawigację w czasie rzeczywistym, planowanie trasy offline, gotowe trasy wycieczek rowerowych po mieście. Na dzień dzisiejszy aplikacja uwzględnia nawigację po wybranych miastach Austrii, Belgii, Szwajcarii, Niemiec, Hiszpanii, Francji i Holandii. Podstawa jest kompatybilna z każdą rączką kierownicy jak również z każdym smartfonem. Przeszkody nie stanowią nawet grząski teren. Mały produkt z szerokim zastosowaniem zachwycił jury, zwłaszcza w czasach kiedy niemal każdy ma smartfona zawsze przy sobie i może dzięki tej aplikacji czerpać z tego dodatkowe korzyści.

KATEGORIA BIKE PARTS: MAGNIC LIGHT

Zwycięzcą w kategorii Bike Parts jest pierwszy bezstykowy na bazie dynamo system oświetlenia rowerowego. Nie ma już potrzeby instalowania dodatkowych komponentów na rowerze, które mogą powodować niepotrzebne tarcie. Baterie i zewnętrzne kable - to już historia. W oparciu o zasadę prądów wirowych, zwanych również prądami Foucault'a, prąd generowany jest bez dotykania przez obracające się koła roweru i silne magnesy neodymowe. Jury było pod ogromnym wrażeniem wysokiego stopnia skuteczności systemu, który jest praktycznie tak silny jak wysokiej mocy lampka na baterie.

velonews.pl

ROWEROWA WERSJA GOOGLE GLASS OD RECON INSTRUMENTS

FIRMA ZNANA Z PRODUKCJI WYŚWIETLACZA NA OKULARACH ROWEROWYCH - RECON INSTRUMENTS - POSTANOWIŁA PÓJŚĆ O KROK DALEJ I STWORZYĆ WŁASNĄ WERSJĘ OKULARÓW PODOBNYCH DO PRODUKTU GOOGLE GLASS.

Ma kilka dodatkowych, ciekawych opcji oraz szkła zabezpieczające, przez co idealnie nada się do rowerowej aktywności fizycznej. Wygląda na to, że kolejny komputer rowerowy będzie po prostu na naszej głowie a nie na kierownicy roweru.

LEKKI GADŻET

Ciekawe parametry okularów Jet od Recon Instruments to:



dwurdzeniowy procesor z dykowanym układem graficznym, wbudowany układ Wi-Fi, Bluetooth 4.0, GPS. Kompatybilność z urządzeniami ANT+ (np. wyświetlanie mocy czy tętna), do tego wbudowana kamera HD oraz wiele sensorów analizujących ruch - akcelerometr, żyroskop, wysokościomierz oraz czujnik temperatury. Same okulary mają wbudowany mały wyświetlacz HD w pra-

wym dolnym rogu, gdzie przekazywane są informacje. Warto zaznaczyć, że dopracowano nie tylko funkcje elektroniczne, ale także samą wartość użytkową okularów - szkła polaryzacyjne, dobre wykonanie, dokładne wyważenie i balans - waga ma oscylować w granicach 60 gram! Producent na razie nie podaje na jak długo starcza bateria, ale ma być wymienna, a cała obsługa elektronicznego gadżetu ma być

możliwa w rękawiczkach za pomocą zewnętrznych przycisków i optycznych sensorów.

SYSTEM WYKRYWANIA RUCHU

Okulary Jet Recon działają tylko wtedy, gdy założą się je na głowę - opatentowany system wykrywania ruchu oczu. Pierwsza wczesna wersja okularów została zaprezentowana niedawno podczas konferencji Google I/O. Dzięki otwar-

tej platformie programistycznej, projekt ma się szybko rozwijać i być użyteczny dla ludzi. Założyciel firmy Recon Instruments - Hamid Abdollahi - podkreśla, że projekt i filozofia towarzysząca tworzeniu okularów Jet ma zapewnić wydajny i dający wiele możliwości system, który ma być użyteczny w wielu rozwiązaniach - nie tylko dla sportowców, ale także np. dla lekarzy.

velonews.pl

BEZ KOMPROMISÓW

COSMO BPM - 5SL

- ☀ panel LED – COB led, 35 lm
- ☀ do 7h
- 🔋 wskaźnik baterii
- ↕ praca w pionie i poziomie



nowa
technologia
COB led

SHOUT BPM - 200L

- ☀ cree XT-E R5 LED, 200 lm
- ☀ do 8h
- 🔋 wskaźnik baterii

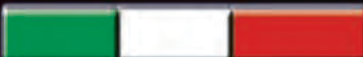


MacTronic
www.mactronic.pl

BIKE PRO



Najwyższej jakości produkty i narzędzia dla profesjonalistów i amatorów sportów rowerowych

effetto mariposa włoska pasja do rowerów  Technologie przyszłości w świecie rowerów



Do naprawy rowerów wykonanych z włókien węglowych i w innych zaawansowanych technologiach.

Komplety kluczy dynamometrycznych z końcówkami.



Giustaforza II 2-16 DELUXE
kod. EMGF2B216



Giustaforza II 2-16 PRO DELUXE
kod. EMGF2P216



- Nasadki 25mm (stal s2)
- 2, 2.5, 3, 6
 - T10, T15, T20, T30
 - 3/16
 - PH1
- Nasadki 100mm (stal s2)
- 4, 5
 - T25

Carbocut
kod. EMCC



Carbogrip 75ml
kod. EMCG75

Carbomove 200ml kod. EMCM200

Narzędzia i materiały do naprawy rowerów z włókien węglowych.

Do błyskawicznej naprawy ogumienia w ekstremalnych warunkach sportowej rywalizacji i wyścigów. Super skuteczne zestawy neutralizatorów nieszczelności ogumienia.

Caffélatex ZOT!
30ml
kod. EMCLZOT30

Caffélatex 250 ml
kod. EMCL250

Caffélatex 1000 ml
kod. EMCL1000

Espresso 75 ml
kod. EMESP75



Caffélatex Tubeless Conversion Kit Race
kod. EMCLKITRC

Caffélatex Tubeless Conversion Kit Heavy-Duty
kod. EMCLKITHD

Espresso Clip (x2)

Espresso Kit kod. EMESPKIT2

kod. EMESPLP2



Do ochrony i pielęgnacji nowoczesnych rowerów.



Powłoki ochronne dla rowerów wykonanych z różnych materiałów.



Presta Schrader Adapter (x 5)
kod. EMPRCHA5
Nasadki- łączniki między zaworem SCHRADERA i końcówką aplikatora

Presta Valve Mechanism (x 10)
kod. EMPRMC2
Zawory dętkowe + klucz

Caffélatex Tubeless Valve (x 2)
kod. EMCV2
Zawory opon bezdętkowych + podkładki i klucz

Caffélatex Valve Extension (x 2)
kod. EMCVEX45
Przedłużenia zaworu opony

Taśmy obrobry: **RACE**- dla obrobry o szer. 20-24mm **HEAVY-DUTY**- dla obrobry o szer. 25-29mm



Caffélatex Tubeless Tape Race
20mm x 10m
kod. EMCTP215

Caffélatex Tubeless Tape Race Shop
20mm x 50m
kod. EMCTP2150

Caffélatex Tubeless Tape Heavy-Duty Shop
25mm x 50m
kod. EMCTP2550

Bezpośredni importer **K.T.J. Kolor** Sp. z o.o. 98-200 Sieradz ul.Uniejowska 18 Tel.+48 43 8282151 Italy product www.effettomariposa.com



**NAJLEPSZE CENY
I JESZCZE NEGOCJUJEMY**



ul. 17 Stycznia 36/38, Warszawa

ul. Karolkowa 17/19, Warszawa

ul. Marlowska 51/53, Warszawa

Sprawdź ofertę i adresy pozostałych sklepów na www.skiteam.pl