



Na bicicleta pista não existem câmbios nem freios, por isso a marcha é sempre a mesma e uma vez que se pedala forte não ha possibilidade de parar ou frear imediatamente, é necessário muito domínio e experiência para se conduzir uma bike dessas, coisas que com o tempo se tornam naturais.

Na construção de uma pista dois materiais podem ser usados, concreto ou madeira, como no caso do velódromo do Rio de Janeiro, mas o mais importante é que as dimensões sigam padrões preestabelecidos pela convenção internacional. Portanto a pista pode medir 250 ou 333 metros, sendo assim dentro das competições disputadas por distância para se percorrer 1 quilometro na de 250 metros serão necessárias quatro voltas e na de 333 metros os atletas deverão percorrer apenas três.

No caso do velódromo do Rio de Janeiro as paredes têm a inclinação de 15 graus nas retas e 42 graus nas curvas, qualquer pessoa leiga consideraria impossível percorrer as curvas da pista até presenciar isso de perto. As bicicletas apropriadas correm as paredes com grande segurança, o importante é obter a confiança e manter a velocidade sempre acima dos 30 km/h, aos mais experientes a velocidade pode se reduzir até aos 20kmh sem muito perigo de escorregar parede abaixo.

Os treinamentos e as competições são extremamente técnicos, a pista esconde muitas manhas que fazem a diferença para quem as domina. Uma das grandes manhas da pista é a de acertar a marcha antes de entrar para a competição, isso pode ser uma "faca de dois gumes", pois se o atleta escolher uma marcha muito pesada pode beneficiar ou prejudicar sua performance, visto que é impossível a troca de marcha depois que se esta pedalando.

Em uma prova por pontos, por exemplo, a distância é de 30 km ou 120 voltas, a cada 10 voltas existem sprints que valem pontos, no final da prova quem tiver a pontuação melhor é o campeão. Nessa prova o atleta que colocou uma marcha mais pesada, por exemplo, precisará

de um alto ritmo para render o máximo de seu sprint, se a velocidade for baixa esse atleta terá dificuldades para acelerar essa marcha pesada tantas vezes nos sprints e pagara caro, tendo muita dificuldade para embalar a bicicleta. O outro caso do atleta que escolheu a marcha mais leve terá agilidade nas retomadas conquistando vantagem nos sprints de baixa velocidade. A grande dúvida pode estar no caso dessa prova andar muito rápido, em alta velocidade, aí quem terá a vantagem será o primeiro atleta da marcha mais pesada.

Em casos como esse entra a importância da experiência em conhecer seus adversários, além de conhecer você mesmo e suas capacidades. Um experiente técnico é essencial, e gostaria de aproveitar para homenagear o nosso Professor Adir Romeo, técnico formado a mais de 20 anos, sabe tudo das pistas e proporciona muita segurança nas avaliações, nas táticas e nas técnicas usadas, seja nos treinamentos que nas competições.

Usei a prova Por Pontos como exemplo ilustrativo dessa coluna, citei apenas uma técnica relacionada a marcha nessa prova, mas na pista existem 10 modalidades e a quantidade de informação e macetes necessários para se competir em alto nível diria que são infinitos, por isso o fascinante planeta dos velódromos reserva suas medalhas e vitórias somente aos verdadeiros especialistas do oval.

Por: Luciano Pagliarini Coluna: Sprint Final

Imagens: Divulgação