

Mountain Bike Modalidad de Descenso



1

Manuel Macías Augustin

Dentro del mountain bike existen una serie de disciplinas que reflejan perfectamente la conexión de este deporte con la naturaleza y su entorno. Unas disciplinas son bastante más salvajes que otras, y no todo el mundo lo ve con muy buenos ojos, pero siempre existen aficionados que se sienten muy atraídos hacia su práctica y las defienden con muy variados argumentos. En cualquier caso, estas disciplinas resultan emocionantes y es una forma distinta de ver y practicar este deporte para la gente que se decide por uno donde se pueda descargar la adrenalina en cantidades importantes y donde se busque una emoción bastante intensa, algo de riesgo y mucha diversión.

En este caso se trata del descenso en

mountain bike o más conocido como DH, (Down-Hill), que surgió a raíz de especializar las bajadas arriesgadas en bicicleta de montaña, ya que cada vez se arriesgaba más y, a causa de esto, el material se especializó y era imposible compaginar todas las disciplinas del mountain bike en una sola. Como breve resumen de la historia del descenso diremos que este comenzó cuando en los primeros años de nacimiento del mountain bike se dedicaban a bajar por las montañas y sus caminos en las laderas de un monte llamado Tamalpais, situado en el norte de San Francisco, con lo que fueron las primeras bicicletas adecuadas para la montaña, (schwinn excelsior), que no mountain bikes, y a causa de ello, los frenos de las bicicletas terminaban recalentados, sin eficacia, y



2

F.M.

los bujes de las ruedas, sin grasa y "gripado", (no giraba bien). Debido a esto y otros problemas, se comenzaron a adaptar soluciones a estas bicicletas y, a su vez y al cabo de un tiempo, comenzó la verdadera historia del mountain bike y su industria. Fabricantes, constructores de cuadros de bicicletas y hombres de negocios relacionados con este mundo proyectaron de tal manera la expansión y construcción de estas bicicletas que, desde ese momento, comenzó a crecer con bicicletas de montaña que evolucionaban constantemente y que dieron lugar a la creación de este deporte en todos sus ámbitos, (competitivos y aficionados). Actualmente, y por lo comentado antes, las bicicletas se han ido especializando por disciplinas por lo que su evolución ha continuado sin parar y ya las bicicletas de descenso sólo se pueden utilizar para tal uso: bajar laderas a toda velocidad. En la actualidad, y debido a la evolución que ha experimentado esta disciplina,

estas bicicletas pueden llegar a confundirse en algunos momentos con verdaderas motos de cross debido al aspecto con el que se conciben y diseñan. Poseen una serie de características que les permiten bajar a bastante velocidad por terrenos abruptos y las principales son: grandes recorridos de suspensiones con respecto a una bicicleta de montaña normal, que pueden variar tanto en la suspensión delantera como la trasera, desde los 170mm hasta los 200mm de recorrido en ambas suspensiones aunque, por regla general, suelen llevar siempre más recorrido de suspensión trasera que delantera, entre 5/10mm de diferencia. Todo esto para absorber con eficacia las irregularidades del terreno, saltos y demás "obstáculos" que pueden sucederse a la velocidad a la que se desciende. Las horquillas de suspensión delantera suelen ser de doble pletina, idénticas a las de los motos de cross, que poseen apoyo por la parte superior e inferior de la dirección, proporcionando rigidez y fiabilidad.

En la suspensión trasera siempre se cuenta con un amortiguador de gran diámetro y rigidez que proporciona mucho recorrido de suspensión a la rueda trasera. Los cuadros de las bicicletas de DH actuales se fabrican con un concepto muy claro: rigidez y fiabilidad. Por ello, estos son muy pequeños y compactos, mientras que se le añade distancia entre ejes a la bicicleta mediante una parte trasera, (basculante, pieza que ancla al cuadro y, a su vez soporta el amortiguador), para que esta resulte más larga y más estable, algo muy importante en las bicicletas de DH. Las ruedas es otro punto importante, ya que estas deben de resultar muy resistentes. Han contado con una llanta suficientemente ancha y fiable y un número de radios por rueda no inferior a 36, pero en la actualidad, y debido a la labor de investigación que se realiza para la mejora constante de los componentes utilizados existen ruedas de descenso que permiten utilizar incluso 28 radios por rueda sin mermar la resis-



Vestimenta adecuada

En DH siempre ha de utilizarse un casco integral de descenso, (tan semejantes a los utilizados en motocross que algunas veces incluso se recurre a estos), con intención de proteger con seguridad el cráneo y la cara ante cualquier posible caída a la velocidad que se practica este deporte. Con el mismo sentido de seguridad se han de utilizar protecciones para la mayoría del cuerpo, (protecciones de brazos, hombros, pecho, espalda, caderas y piernas),

guantes totalmente cerrados con inserciones plásticas u otro tipo de protección, zapatillas adecuadas a los pedales que se estén utilizando y que estas posean un diseño lo suficientemente "cerrado" como para que protejan pie y tobillo ante cualquier posible golpe y ropa que resista caídas y abrasiones compuestas de tejidos tipo "cordura" que resistan sin desgarrarse, y que pueden ser tanto pantalones completos como pantalones abiertos hasta la

rodilla, los cuales dejan al descubierto las protecciones de la pierna, dando otra estética al "descender", (piloto de la bici). Uno de los accesorios que también distinguen a esta disciplina y que protege los ojos de cualquier cosa a causa de la velocidad que maneja este deporte son las gafas de pantalla, tipo gafa de sky o motocross, ideales ya que protegen los ojos y todo el perímetro de la cara que no llega a cerrar el casco.

3

F.M.

cia de estas en cualquier condición a las que se le someta. Mientras, las cubiertas suelen tener bastante taqueado, (muchas veces asemejándose en diseño a las de motocross), para resistir el trato que se les da en un descenso, con constantes frenadas, apuradas en curvas, saltos, ... El resto de componentes no difiere mucho de cualquier otra bicicleta de montaña del resto de las disciplinas, la mayoría son componentes comunes, con la diferencia de que una bici de DH suele llevar un único plato de gran dentado, con guía-cadena, para evitar la salida de esta del plato, con un desarrollo muy cerrado en las coronas traseras, (se suelen utilizar cassetes de coronas de ciclismo de carretera), a diferencia del resto de las bicis de montaña, que poseen desarrollos más abiertos, (es decir, tres platos de diferentes dentados y coronas traseras más grandes, con dentados más diferenciados entre sí).