

## PERCHÉ IL TEST BIOMECCANICO?

Allenare un atleta senza averne determinato con lo STUDIO BIOMECCANICO il più conveniente ASSETTO sul mezzo significa partire svantaggiati.

Il progetto FORZA&OSSIGENO considera quindi fondamentale essere certi che la base di partenza sia quella giusta! Si eviteranno inoltre quelle problematiche neuromuscolari che affliggono l'atleta sottoposto a sforzo per raggiungere il massimo del proprio potenziale!

**IL SISTEMA BORN TO RUN SI BASA SUL CONCETTO DELL'AUTOPOSTURA** ovvero quella conveniente posizione che l'atleta stesso assume quando lo sforzo diventa importante, infatti anche due identici atleti (2 gemelli per esempio) possono avere di fronte allo sforzo una differente posizione. Infatti non sono solo le misure antropometriche che determinano la posizione in sella, ma come ed in che modo si contraggono i muscoli!

Un corretto assetto è fondamentale per poter ricavare dal gesto pedalato la massima erogazione di potenza possibile non solo per il ciclista, ma anche per ogni atleta che utilizzi la bike con impegno!

Il giusto assetto consente di reclutare ed allenare correttamente il maggior numero di fibre muscolari evitando nel contempo problematiche a tendini muscoli ed apparato scheletrico.

## Alcuni esempi di atleti con assetto BtR



**GIULIANO FIGUERAS**  
ciclista prof.



**DOMENICO GUALDI**  
ciclista prof.



**FABIANA LUPERINI**  
ciclista-elite



**GIAN CARLO PAPERINI**  
biker



**LUCILLA ANDREUCCI**  
maratoneta



**PIER FRANCESCO CHILI**  
pilota moto/SBK

Lo studio biomeccanico BtR considera importante la fase di spinta della pedalata, per ottimizzarla deve avvenire senza soluzione di continuità, allora è importante anche l'appoggio del piede sul pedale. Per questo motivo con l'acquisizione digitale proponiamo la personalizzata "soletta" che eviterà dispersioni di potenza!