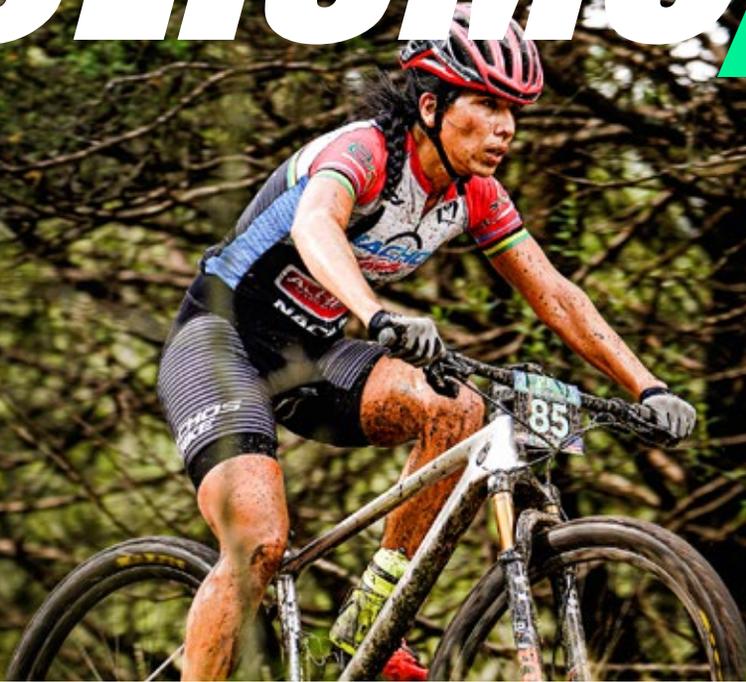


# CICLISMO **KXI**

REVISTA MENSUAL  
AÑO 19 | N° 228  
ABRIL 2024



## DESAFÍO LOS REARTES CARNAVAL DE MTB

Maxi Aiello y Caro Maldonado festejaron  
en la ascendente competencia cordobesa.

# MEET



## TRENTA MIPS

- Sistema de protección cerebral MIPS C2
- Puertos para gafas de sol
- Orificios para gafas
- Stickers traseros reflectivos
- Sistema de ajuste orbital Safe T
- Ajuste vertical y occipital
- Correas Air Lite

Para ganar un Tour no solo necesitas buenas piernas, también necesitas el mejor equipamiento

Tadej Pogačar ganador tour de francia 2021

DISTRIBUIDOR OFICIAL PARA ARGENTINA

**PEREYRA**  
MAYORISTA DE BICIPARTES

 (0385)-4272400/4273923

 pereyramayorista

 Alem 670 - La Banda - Santiago del Estero

 +54 9 385 4331217

 Pereyra.ventas01

 pedidos@pereyramayorista.com.ar

 Pereyra Mayorista

 www.pereyramayorista.com.ar

# Campagnolo

# 12

RACING  
EVOLUTION

## GRUPOS ELECTRÓNICOS

**SUPER  
RECORD REAR  
DERAILLEUR**



**CHORUS EPS  
ERGOPOWER  
CONTROLS**



**EPS - BAR END  
BRAKE LEVERS  
RECORD**



**VELOCE  
BRAKES**



**RECORD CRANKSET**



**RUEDAS ALI CARBON BULLET**

**RUEDAS BORA ULTRA 80 MM**



**CUADROS  
DE ROSA**

**CUADROS**

**PRIVITERA**

**MIZUNO**

**COLNER**

**NEUMÁTICOS**



**Continental**

**Vittoria**

**VARIOS**



**MICHE**

[www.rodadosdiaz.com.ar](http://www.rodadosdiaz.com.ar)

[info@rodadosdiaz.com.ar](mailto:info@rodadosdiaz.com.ar)



**RUEDAS BORA ULTRA 80 MM**

Para tubulares, son aerodinámicas, estables y reactivas. Con las mejores bolas de cerámica y rodamientos de acero especial Cronitect.

**RUEDAS ALI CARBON BULLET**

Carbono de perfil alto con pista de frenada de Aluminio con su versión Ultra 2-Way Fit y Ultra 80 2-Way Fit.

**RODADOS DIAZ**

**TRAYECTORIA EN CICLISMO**

AV. MOSCONI 2255 CABA  
HORARIO CORRIDO DE 7 A 15 HS

SABADOS DE 8 A 13

TEL: N°011-4571-6481

FAX: 4571-1165

[info@rodadosdiaz.com.ar](mailto:info@rodadosdiaz.com.ar)

**DISTRIBUIDOR  
EXCLUSIVO  
EN LA ARGENTINA**

Editorial

# EL MTB BRILLÓ EN LOS REARTES

*El Desafío Los Reartes vivió una segunda edición para el recuerdo. Luego del exitoso debut de la competencia cordobesa por etapas, la expectativa estaba centrada en ver si podía mantener el nivel de la prueba inaugural. Y vaya si lo hizo. En tres etapas épicas, dos de las cuales debieron modificarse por cuestiones climáticas, la organización a cargo de Christian Espamer y todo su equipo estuvo a la altura de las circunstancias y supo amoldarse al imprevisto suceso del tiempo. Con una altísima cantidad y calidad de bikers, quienes agradecieron y elogiaron el trato brindado durante los diferentes días, el mundo de las ruedas gordas ya sabe que, en los primeros días de marzo, las bicis deberán encarar para Los Reartes, donde el MTB volverá a brillar por tercer año consecutivo...*

PABLO COLNAGHI  
web@ciclismoxxi.com.ar

## CICLISMO XXI #228 ABRIL 2024

- CARRERAS Y EVENTOS
- SECCIONES

### Sumario

- 14 **ENTRENAMIENTO** por Patrick Sassoli  
Nutrición y ciclismo en triatlón. (segunda parte)
- 30 **2º DESAFÍO LOS REARTES**  
Fiesta de MTB en Córdoba.
- 40 **1ª FECHA ABIERTO ARGENTINO DE MTB**  
Arranque a todo ritmo en Balcarce.
- 46 **14ª VUELTA A JÁCHAL**  
La ruta sanjuanina vivió una prueba inolvidable.
- 54 **EL MES DE VENZO**



FOTOS DE TAPA: CRISTIAN DÍAZ

**CICLISMO XXI**

ES UNA PUBLICACIÓN DE



DIRECTOR:  
**Osvaldo Camblong**

**RNPI N E/T RNP E/T**

Los documentos o notas firmadas son responsabilidad de sus autores y no representan necesariamente la opinión de esta editorial. El contenido de los avisos publicitarios, son responsabilidad de los respectivos auspiciantes.



# Entrená en casa

con Live Biking

Ciclismo y triatlón.  
MTB, ruta, pista, otros.  
Planes online. Clases via zoom.  
Rutinas personalizadas.



Head Coach  
**Patrick Sassoli**



Instructor In Site Biking  
**Carlos Bondar**



Entrenador  
**Camilo Candia**

 **Live Biking**  
powered by patrick sassoli

**IN SITE BIKING**

¡Probá tu primer clase bonificada!

# CASCO NOVA



SISTEMA DE  
CONSTRUCCIÓN IMMOLD



SISTEMA CRANIUM LOCK®  
(MICRO-AJUSTE)



RED PROTECTORA PARA  
INGRESO DE INSECTOS  
Y POLVO



MATERIALES  
ULTRA-LIVIANOS



GRAN RESISTENCIA  
AL IMPACTO



SISTEMA DE  
ILUMINACIÓN LED



**VAIRO**  
BIKES

[WWW.VAIRO.COM](http://WWW.VAIRO.COM)

# ¡ TU PRÓXIMA BICICLETA !

Bicicletas - Accesorios - Repuestos - Indumentaria - Servicio Técnico

📷 TOPBIKE.MARDEAJO 📞 2257-631542

📍 Av. Libertador 1771 - Mar de Ajó - La Costa

📍 Av. Buenos Aires y Alberdi - Dolores

📍 Av. 32 y calle 5 - Santa Teresita - La Costa

## Topbike



**RALEIGH** **VENZO** **VOLTA** **AURORA**  
**TOPMEGA** **ZION** **FIREBIRD**  
**STARK** **SHIMANO** **SAVA** **KTM**



***Venta Minorista y Mayorista***

***Service y Restauración***

***Accesorios***

***Envío a todo el país***



**CAFAYATE 2715 - CORRIENTES**



**379 4355967**

VENZO SAVA ZION TOPMEGA  
ROWER SRAM SHIMANO TOSEEK  
IGPSPORT MAXXIS Mitas Jvittoria



# IL TRENO

CICLISMO 

SEGUINOS  

 CONTÁCTANOS

3574440002 / 3574438677

# VICIO

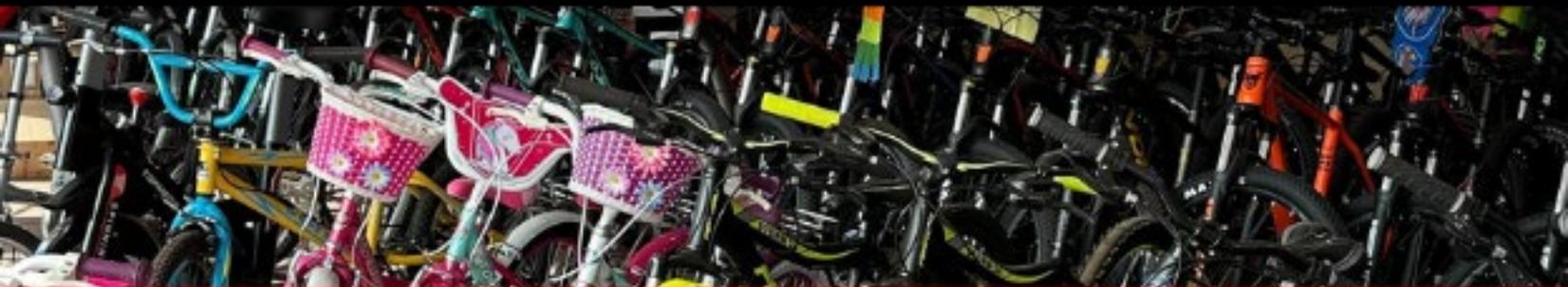
BIKES



3751 580813



3751 508722



**Envíos a todo el país.**



**Av. San Martín 2790, Eldorado, Misiones.**



**viciobikes**

# BICICLETAS SERVICIO TÉCNICO INDUMENTARIA REPUESTOS



264 4147750

Sarmiento 140 Sur  
Edificio Carrascal - Local 4



**K**ANDO  
BICICLETAS



SAN JUAN

**ENTRENA CON LA MEJOR**

**CAMPEONA ARGENTINA**

**CAMPEONA SUDAMERICANA**

**#4 DEL MUNDO XCO**

**GRAL G.F. ARGENTINA**

**GRAL G.F. 7 LAGOS**

**#1 ATACAMASPIRITS**

ULTRAMARATON 650KM

*Lic. Corina Butti*



**CS FULL TRAINING**  
**ESCUELA DE CICLISMO**

**PLANES PERSONALIZADOS  
PRESENCIALES Y A DISTANCIA**

**DIRIGIDO POR:**  
**LIC CORINA BUTTI**  
**CEL: +54 223 6328224**

**ENCONTRANOS EN REDES SOCIALES COMO**  
**CS FULL TRAINING**  
**FACEBOOK e INSTAGRAM**



Patrick Sassoli  
EL COACH ACONSEJA

# NUTRICIÓN EN CICLISMO Y TRIATLÓN (segunda parte)

## ¿Cómo alimentarse antes, durante y después de competir o entrenar? Guía de alimentación efectiva para deportes de resistencia en alta intensidad. Esta nota es continuidad de la publicada en la revista anterior de Ciclismo XXI.

### GUIA PRÁCTICA DE INGESTA PARA COMPETENCIAS Y ENTRENAMIENTOS

A) 12 a 10 horas antes: Previo a toda actividad deportiva de alta intensidad, requeriremos carbohidratos complejos de lenta asimilación y proteínas de fácil digestión. Nos referimos a la noche anterior de la prueba, faltando 12 horas previas al desayuno. Los platos típicos de competidores son 60% carbohidratos, 30% proteínas y 10% grasas de calidad pescados, pollo y algún derivado animal, como el queso parmesano o rallado. Dentro de los carbohidratos utilizados, se pueden priorizar los de más lenta absorción, como cereales, fideos o arroz integral o común, acompañado de pollo con piel o pescados ricos en omega como bacalao, surubí, pacú o salmón, entre otros. Se puede adicionar postres con gran cantidad de calorías previo a las pruebas de aventura, ultra distancia o carreras de varias etapas o clásicas largas o maratón. Lo ideal es disminuir la ingesta de verduras y frutas con demasiada fibra y/o evitarlas, como tampoco es conveniente consumir carnes rojas ni de cerdo, ni batatas, ni legumbres que pudieran afectar el sistema digestivo el día de competencia. Si bien estos últimos alimentos mencionados pueden ser muy saludables, no es lo ideal la noche anterior a la competencia. Desde ya, evitar toda comida que implique desconocimiento de su origen o no habitual que pueda traer trastornos digestivos. Cuanto más básica y menos recargada de salsas y condimentos, será mejor.

B) 2 horas antes a la competencia y/o entrenamiento, ya sea de mañana o tarde, consumir carbohidratos complejos de absorción intermedia y carbohidratos simples de absorción rápida. Siempre que sean actividades deportivas, entrenamientos exigentes o competencias de alta intensidad de media y larga duración, por encima de las 2 horas hasta las 7 horas de competencia. En ese caso, el 80% de ingesta será de carbohidratos complejos de fácil digestión, como ser fideos comunes o arroz blanco con aceite de oliva principalmente e incluso adicionar tostadas de pan blanco con mermelada o miel. En pruebas menores a 3 horas, se puede agregar 20% de proteínas, pudiendo

ser polvos proteicos 1 ración, o dos huevos enteros para las pruebas de más de 5 horas.

Nota: en competencias menores a 3 horas de duración, en las cuales se largue a tope, recomiendo cerrar la ventana de ingesta de sustancias dulces 30 minutos antes de largar, ya sea para líquidos dulces por más que sean bebidas deportivas, y cerrar la ventana de ingesta de sólidos los 60 minutos anteriores a largar. De esta manera, evitaremos el bajón típico que produce la liberación de insulina en el torrente sanguíneo. Esta norma no se aplica a carreras de más de 6 horas de duración.

C) Alimentación en competencia y entrenamientos según duración de los mismos, siempre que sean de alta intensidad. Detallamos qué ingerir según el tiempo de duración de cada prueba.

C1) 15 minutos a 1 hora de duración: no requiere ingerir absolutamente nada durante la prueba. Generalmente son pruebas tan rápidas que no es conveniente llevar lastre en la bici o el run, ni recibir asistencia por dificultades de desconcentración, pérdida de tiempo y riesgos. En estas existe tanta intensidad y acción, que no se encontrará el momento para alimentarse.

C2) 1 hora a 2 horas de duración: hidratación, agua conjuntamente con una bebida isotónica o deportiva. Eso solucionara las necesidades principales sin ofrecer puntos débiles. En caso de que sea una latitud de mucho calor y humedad se pueden adicionar 1 capsula de sales minerales a la bebida. Un plus sería agregarle un gel diluido en el bidón de la isotónica para el remate final.

C3) 2 a 3 horas de duración: hidratación, agua combinada con bebida isotónica o deportiva. En caso de que sea una latitud de mucho calor y humedad, adicionar sales minerales a la bebida. Sugiero llevar alimentación sí o sí de carbohidratos de rápida absorción, uno o dos geles con cafeína dará un impulso extra al cierre de la competencia y/o entrenamiento. Consideren llevar los mismos diluidos en alguno de los bidones, generalmente en el de bebida isotónica, dejando el agua pura para ayudar a quitar el sabor extremadamente dulce y saciar la sed.

✎ **Cristian Orozco,  
Cobra Di Lorenzo Iván  
Basso, Patrick y Andrés  
Sassoli.**

C4) 3 a 7 horas de duración: hidratación, agua conjuntamente con bebida isotónica o deportiva, repostar todas las veces que sea necesario. Adicionar suficientes sales minerales en las bebidas, especialmente si es verano o latitudes de altas temperaturas o humedad. Sugiero llevar alimentación sí o sí de carbohidratos de rápida absorción y lenta. Puede ser varios geles combinados con sólidos, referimos a barras de cereal o lo que le

apetezca. Mi opción favorita como sólidos es pan con membrillo o también hay quien utiliza pan con miel, u orejones, o trozos de membrillo seco, etc. La cantidad de geles y sólidos dependerá del gusto de cada uno, normalmente alternar 3 geles cada 1 sólido. La manera de tener un cálculo aproximado de qué cantidad de alimentación llevar en competencias de alta intensidad será a partir de la media hora de competencia: ingerir el primer gel y



cada 20 o 30 minutos ingerir algo, ya sea gel o sólido, al momento de incluir el sólido, éste reemplaza la ingesta del gel (no se debe superponer). Así se continuará abasteciendo al organismo hasta el final de la prueba, ingiriendo el último gel faltando 20 minutos para terminar la competencia y poder acelerar o evitar la recaída.

C5) 7 a 12 horas de duración. En este caso, las tácticas serán muy distintas. No respetaremos el periodo ventana de 30 minutos de no ingesta previo a largar. Beberemos bebida deportiva comeremos algún gel 10 minutos antes de largar, especialmente los triatletas de full Ironman, corredores de Trail, ciclismo de ultra distancia o nadadores de aguas abiertas, debido a que un sólido puede caer fatal en el agua. Siempre es conveniente tener un poco de agua para pasarlo y sacar el gusto de la boca, cambiando la viscosidad de la saliva y aliviando esa sed que genera el mismo. En el triatlón, se comenzará a comer sólidos en la bicicleta (relación 3 geles a 1 sólido). Incluso es recomendable llevar algún alimento salado que sea dosificable, debido a que en cierto momento se requiere del mismo de manera imperante. Este corta el empalago e incluso a veces puede estabilizar el estómago si existen molestias digestivas. Puede ser frutos secos e incluso un sándwich de pollo o jamón crudo desgrasado o cocido en competencias sobre la bici de larga duración. Todo esto debe ser probado en otros entrenamientos o competencias a alta intensidad y a gusto de cada atleta. Para ciclistas de Grandes Vueltas, se suele utilizar una estrategia muy parecida, es-

↳ **Ludmila Massin,**  
corredora del Live  
Biking.

pecialmente para etapas cercanas a las 8 horas. Esto se puede considerar en los Trail de running y en toda carrera y disciplina de ultra distancia o aventura.

#### TIPS

#### CANTIDAD DE GRAMOS DE CARBOS POR HORA

Consumir entre 60 a 90 gramos de carbohidratos por hora. Cada gel de 45 gramos trae aprox. 30 gramos de carbohidrato, eso da alrededor de 2 a 3 geles x hora. Nota: Siempre que lo haya probado y su cuerpo tolere la cantidad que utilizará en competencia. Fijarse bien la bebida deportiva y el gel a utilizar. Se pueden combinar dos tipos de geles: existen con varios contenidos de glucosa, fructosa, dextrosa o maltodextrina. Los que traen grandes cantidades de fructosa, pueden generar algo de malestar digestivo si se consumen en exceso. Igualmente probar, probar y probar a ver qué resulta antes de competir.

Siempre probar las marcas y sabores de alimentaciones en entrenamientos anteriores y/o competencias de menor importancia y duración. Muy importante que les guste lo que utilizan, de esa manera lo van a consumir, caso contrario llevarán un lastre que no cumplirá su función.

Si quieren un consejo práctico para no estar llevando los geles en sus recipientes originales y perder los mismos, se puede preparar un bidón de 500 ml o 750ml con la cantidad de geles necesarios para la prueba o gran parte de esta. Ejemplo: se pueden diluir de 3 a 5 geles en bidones de 500ml y entre 5 hasta 7 geles en bidones de 750 ml disueltos dentro con el agua. Eso funciona-



**Entregas a Todo el País**  
[www.orbaiciclismo.com.ar](http://www.orbaiciclismo.com.ar)  
 Ventas por Mayor y Menor / Diseños Personalizados

**Toda la Indumentaria del Ciclismo**

**ORBAI**

orbaiciclismo@yahoo.com.ar / Tel.: (011) 4667-5991  
 Nex-tel: 579\*4513 ó 579\*4512 / Cel: (011) 15-6381-7252  
 MENDOZA 1814 SAN MIGUEL B.S.AS.





LLEVÁ  
TU RENDIMIENTO  
AL MÁXIMO



VENTA MAYORISTA  
Y MINORISTA



WWW.SATURNARGENTINA.COM.AR



**AGO - BIKES  
BICICLETERIA**



2966576378



430121



agobikes



bicicleteria.agobikes

rá como un alimento semisólido, alternándolo con el consumo del bidón de agua para pasarlo durante la prueba, especial para quienes van a competir en el maratón de ciclismo MTB, triatlétas, corredores de clásicas largas o para evitar depender de asistencia debajo de la bici. También facilitará la maniobra de alimentarse al no tener gran cantidad de productos en el jersey o pegados en la bicicleta, con el trastorno de abrirlos, ingerir y evitar arrojar los residuos al piso teniendo que guardarlos.

#### Geles con cafeína

Sugiero sólo utilizarlos sobre la cuarta última parte de carrera, si ésta es larga o el último tercio en una de media duración, debido a que, si utilizan todos los geles con cafeína desde el comienzo durante toda la prueba, pueden vaciarse energéticamente por ir metabólicamente más arriba, desperdiciando la oportunidad del empuje que generan estos sobre el final de la prueba. La cafeína es una ayuda ergogénica. Está demostrado que aumenta el rendimiento, postergando la sensación de fatiga. Los geles de cafeína suelen ser más fuertes en sabor y menos agradable que los comunes sin cafeína. No exagerar con el consumo de la cafeína: no exceder los 500 miligramos en cada competencia.

#### Alimentos salados

Es conveniente llevar algo salado en algún lugar de la ropa o la bici: eso permitirá estabilizar el estómago y cortar esa sensación de desagrado o náuseas de tanto dulce ingerido. Pueden ser frutos secos, salados, entre otros alimentos, etc.

#### Sales con electrolitos

Es conveniente utilizar cápsulas comerciales existentes en el mercado. Generalmente, se consume 1 cápsula cada hora u hora y media, según humedad y temperatura. Cada producto tiene su sugerencia de consumo. En muchas competencias se ofrecen agua con sales. El tema es que si puedes autogestionarte las sales mejor, para saber exactamente lo que utilizas.

#### Barritas de cereal

Son muy buenas como sólidos. Igualmente, advertencia con las que traen muchas fibras, porque retrasan la digestión y sobrecargan el sistema digestivo durante la prueba. Las famosas power bar son espectaculares, aunque difíciles de conseguir en Argentina.

Me despido con el entusiasmo y la pasión que me embarga al compartir el conocimiento con colegas y deportistas. Es pro-

👉 **Carlos Bondar, instructor y corredor Live Biking.**

fundo mi deseo de que les pueda brindar algo de ayuda, que lo haga ser y hacer mejor cada día. Nos encontramos en la próxima nota de Ciclismo XXI.

En caso de requerir información adicional pueden escribir a [Info@livebiking.com.ar](mailto:Info@livebiking.com.ar) o [patrickcoach@livebiking.com.ar](mailto:patrickcoach@livebiking.com.ar) o comunicarse al 011 6405 6891

Agradezco a Nueva Optica Centro, sponsor oficial y empresa proveedora del team Stage One Live Biking. Dedicada a la venta y distribución de lentes deportivos, antiparras, anteojos con y sin graduación IG: [@nuevaopticacentro](https://www.instagram.com/nuevaopticacentro)

Agradezco a Megabici corrientes por la asistencia incondicional en todo lo que refiere al mantenimiento de nuestro equipamiento IG: [@megabici](https://www.instagram.com/megabici)

#### **Patrick Sassoli es**

- Preparador Físico Certificado por Orthos Barcelona España
- Entrenador Olímpico especializado en ciclismo, triatlón, maratón y deportes de resistencia,
- Coach deportivo en deportes individuales y colectivos
- Técnico de equipos y deportistas
- Nutricionista deportivo.
- Fundador del primer centro de entrenamiento especializado en ciclismo en Latinoamérica, ubicado en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.
- Director y Fundador del Stage One Escuela de Ciclismo.
- Director de la empresa Live BIKING Pro Race.
- Creador del Insite Biking, método profesional de ciclismo estacionario.
- Técnico actual del Team Stage One Live Biking
- Fundador de la Asociación de Ciclismo Metropolitana CABA.
- Head Coach de entrenadores especializados en deportes de resistencia.

#### **CONTACTOS:**

**Sitio:** [www.LIVEBIKING.com.ar](http://www.LIVEBIKING.com.ar)  
**E-mail:** [info@livebiking.com.ar](mailto:info@livebiking.com.ar)  
[patrickcoach@livebiking.com.ar](mailto:patrickcoach@livebiking.com.ar)  
[patrickcoach@hotmail.com](mailto:patrickcoach@hotmail.com)  
**Facebook:** [@patrick.sassoli](https://www.facebook.com/patrick.sassoli)  
[@livebiking](https://www.facebook.com/livebiking)  
**Instagram:** [@livebikingpro](https://www.instagram.com/livebikingpro)  
[@patrickcoachsassoli](https://www.instagram.com/patrickcoachsassoli)

Sponsors

## STAGE ONE LIVE BIKING TEAM

IG @livebikingpro @patrickcoachsassoli



MODELO  
Optitech 255

ENVÍOS A  
TODO EL PAÍS

NUEVA   
**OPTICA  
CENTRO**

### VENTA & DISTRIBUCIÓN

Lentes deportivos, antiparras,  
anteojos de sol y recetados

### CONTACTO

379 432 4724 / 348 239 7202

@nuevaopticacentro 



# ATR A TÚ RITMO

INDUMENTARIA Y ACCESORIOS

Remeras · Jersey · Calzas ·  
Cuellos · Guantes térmicos · largos  
medio dedo · Rompevientos  
Térmicos · Mangas · Piernitas  
Camperas · Chalecos · Medias  
Mochilas · Gafas · Luces · Cascos  
Ciclocomputadores

  @ATRCiclismo

 376 513-5129

 Ayacucho 1637  
(e/San Martín y Sarmiento)



**Flamme Rouge**  
BIKE STORE

**TIENDA ONLINE DE BICICLETAS  
REPUESTOS AFINES**

**LAS MEJORES MARCAS AL MEJOR PRECIO**



**SEGUINOS EN INSTAGRAM  
@FLAMME.ROUGE.BIKESTORE**

**MX**



**SHIMANO**

**Continental** 

**KMC**

**SROM**

 **LA RIOJA - ARGENTINA**



**MAGGY**  
FABRICA DE INDUMENTARIA

📞 3876042191 📷 @maggytextiles

# GT+

CENTRO DE VALORACIÓN  
Y ENTRENAMIENTO

VALORACIÓN, PERIODIZACIÓN Y CONTROL DEL ENTRENAMIENTO



**ENTRENAMIENTO A DISTANCIA**

**HEAD COACH: JOSÉ ORTIZ**

**CICLISMO**

**TRAIL RUNNING**

**RUNNING**

**TRIATLÓN**

GT+ Centro de valoración y entrenamiento  
Cel: +54-9-2302-441012.  
20 n° 448. (6360) General Pico - La Pampa



gtmas.entrenamiento



gtcentrovaloracion

.....  
**MAMBA  
BIKES™**

[bikefitting.com](http://bikefitting.com)

**SHIMANO**  
SERVICE CENTER

*CONTACTANOS*  *3517531181*  
*VENTA MINORISTA Y MAYORISTA*



*HACEMOS ENVIOS A TODO EL PAIS*

***DISTRIBUIDORES OFICIALES***

**venzo**

**KTM**

**RALEIGH**



**AV. COLÓN 4459 | GÓRDOBA CAPITAL**  
**ENVIOS A TODO EL PAÍS**



# DON BLAS

## BIKE ATELIER

BICICLETAS - REPUESTOS - ASESORAMIENTO - MECANICA



donblas\_bikeatelier



3786 510261



Don Blas Bike Atelier



Av. Alvear 582- Rcia.

**AWA**  
COMPONENTS

# RUTA

Manijas para 11s de máxima precisión.  
Descarnador trasero para 11sp ultra ligero.  
Piñones disponibles 11-25t y 11-28t.



PRECISIÓN Y LIGEREZA

LO MEJOR PARA GANAR



# MTB

Set 1x12 de máxima precisión AWA 12 Pro.  
Piñones Microspline  
Compatible 10-50 y XD Compatible 9-50

**PEREYRA**  
MAYORISTA DE BICIPARTES

 (0385) 4272400/4273923

 +54 9 385 4331217

 pedidos@pereyramayorista.com.ar

 pereyramayorista

 Pereyra.ventas01

 Pereyra Mayorista

 Alem 670 - La Banda - Santiago del Estero

 www.pereyramayorista.com.ar

# M400

e-xilon



 **VAIRO**  
BIKES [WWW.VAIRO.COM](http://WWW.VAIRO.COM)





# DESAFÍO EN CRECIMIENTO

Disputado el fin de semana largo de carnavales, el Desafío Los Reartes dio un salto de calidad y se metió entre las competencias top del MTB nacional.



De la mano de Christian Espamer y su equipo de trabajo, el Desafío Los Reartes vivió una nueva edición para el recuerdo. Tras la primera competencia desarrollada en 2023, la vara había quedado muy alta, pero este año la carrera cordobesa volvió a dejar en claro que va camino a convertirse en una clásica del MTB argentino.

## EXPO

El predio Carlos Farriol fue testigo de las acreditacio-

↘ **Una multitud corrió la prueba cordobesa.**

nes y el retiro de kits durante la jornada del sábado, y también contó con muchas carpas donde las diferentes empresas del rubro mostraron sus productos a los cientos de bikers que llegarán desde distintos puntos del país y de países limítrofes. Los stands de Magenta, Nutrisport, Bianchi, Sox, ACROSS, Vilkas Indumentaria, Bicicletería VCP, Gabobike, Nutremax, Bicicletería Wake Up y Maverick fueron parte de la expo en donde también estuvo uno de los sponsors del evento, SRAM,



que contó con el servicio de mecánica y lavado de bicis para los corredores. Además, hubo un sector de masajes, comedor y carpas para los equipos, donde pudieron prepararse para las etapas y relajarse luego de la competencia.

#### 1ª ETAPA

El tandilense Maximiliano Aiello (Rower) y la caroyense Carolina Maldonado (Nacho's Team) fueron los ganadores del primer parcial, que tuvo un exigente trazado

📌 **1ª etapa: triunfos de Maxi Aiello y Caro Maldonado.**

hasta San Agustín. La etapa se largó bien temprano y a metros del pitazo de salida, los bikers ya se encontraron con el duro ascenso que empezó a romper los pelotones de las diferentes categorías, Gonzalo Trotta (B1) logró tomar ventaja y fue dejando gente en el camino, para convertirse en el primero que completó la etapa tras 1 hora y 38 minutos, marcando un tiempo que lo puso entre los mejores. Muy cerca de él apareció Aiello (A1), que completó los 40 kilómetros en 1 hora y 34 minutos, imponiendo un registro que le permitió ser el





ganador del parcial y liderar la competencia, sólo Diego Fort (Elite) y Jorge Mathieu (A2) se acercaron un poco, cerrando la etapa a 2 minutos y medio del tandilense. La caroyense Carolina Maldonado (Nacho's Team) fue la más fuerte entre las damas, logrando completar el recorrido en 1 hora y 56 minutos, y sacando una buena diferencia sobre sus escoltas, Yesica Cantelmi e Inés Gutiérrez, ambas corredoras del Team Venzo.

## 2ª ETAPA

El clima obligó a tomar decisiones difíciles a la organización: si bien ya estaba todo dispuesto para salir al camino con la etapa reina, la proximidad de un frente de tormenta cambió los planes y se decidió aplazar la actividad para la tarde, cuando el clima permitiera competir. La decisión dio tiempo a reorganizarse y lo que originalmente estaba previsto para la jornada final, en el Glamping Santa Teresa, se disputó pasadas

las 16 horas, con un clima bastante más favorable. En un circuito técnico, exigente y muy divertido, los bikers pusieron a prueba su destreza para buscar los mejores tiempos, algo que lograron el tucumano Luciano Gay (elite) tras 41 minutos y 16 segundos y la pampeana Yesica Cantelmi, que empleó 50 minutos y 30 segundos para completar la distancia prevista. Computadas las 2 etapas, Aiello (Rower) seguía al frente de la general masculina con 2 horas y 16 minutos, con apenas un minuto y medio de ventaja sobre el tucumano Diego Fort y el santafesino Jorge Mathieu. Entre las damas, Caro Maldonado continuaba liderando con un acumulado de 2 horas y 47 minutos, pero con el triunfo logrado, Yesi descontaba y se ubicaba a 3 minutos y medio de la biker cordobesa.

## 3ª ETAPA

La esperada etapa reina se disputó como prueba de

**VERA BIKES**

ACCESORIOS  
INDUMENTARIA  
PARA EL CICLISTA

**VOLTA**  
CYCLING LOVERS

**PAVÈ**

**SAVA**

**TOPMEGA**  
TU AREA. TU ALMORZO

**RALEIGH**

**SLP**  
BIKES

**FIRE BIRD**

**METHA**  
BIKES

[3704027549](https://www.whatsapp.com/business/profile/3704027549) [f VeraBikes](https://www.facebook.com/VeraBikes) [VeraBikes](https://www.instagram.com/VeraBikes)

[📍](#) **ESPAÑA 564 - FORMOSA CAPITAL**





cierre y sirvió para definir todas las categorías y las generales, donde brillaron Maximiliano Aiello y Carolina Maldonado. Fueron 64 kilómetros que partieron desde Loma Alta en Potrero de Garay y finalizaron en el predio Carlos Farriol de Los Reartes, allí Aiello fue uno de los primeros en llegar y con eso se aseguró el triunfo en la general, tras 2 horas y 23 minutos.

“Estoy contento, fue una etapa rápida, salimos a buscar la carrera sin especular, pude abrir una diferencia y la mantuve, en la segunda etapa sabía que podía perder tiempo, pero traté de ceder lo menos posible” destacó el ganador, que aseguró haber cumplido el primer objetivo del año, al ubicarse por delante de Diego Fort y Jorge Luis Mathieu.

Algunos minutos después, Carolina Maldonado apareció en el predio y fue la primera dama en completar el

👉 **2º parcial: victoria de Yesi Cantelmi, seguida por su compañera Inés Gutiérrez (página 36).**

recorrido con 2 horas y 52 minutos, logrando ubicarse al tope de la general, en donde la escoltaron Yesica Cantelmi y Marina Arce.

“Fue una etapa dura, pero se disfrutó porque el circuito fue hermoso, estoy feliz de haberme quedado con la etapa reina y la general, fueron tres días de competencia con todos los climas y se sintió el desgaste” resaltó la primera de la general femenina.

Entre las parejas el dúo formado por Marcos Campos y Bruno Mayoga logró el mejor registro acumulado y contó con la escolta de Federico Cornejo – Alejandro Castaño y la pareja formada por Mauro Falvo y José María ‘Pechito’ López. El Desafío Los Reartes apostó a crecer y se despidió hasta el otro carnaval con un clima de fiesta.



Adolfo Carrizo - Prensa Desafío Los Reartes  
Fotos: Cristian Díaz y Johnny Kiehr

#### GANADORES/AS

##### VARONES

Elite	Diego Fort
Juveniles	Rafael Argüello
A1	Maximiliano Aiello
A2	Jorge Mathieu
B1	Gonzalo Trotta
B2	Juan Vera
C1	Roberto Orlando
C2	Silvio Pierucci
D1	Iván Torre
D2	Washington Bonansea
E	Pedro Carrizo
Duplas A	Bruno Mayorga – Marcos Campos

▼ El gran festejo en el podio final.

Duplas B	Estaban Martínez – Agustín Nieto
Duplas C	Víctor Hugo Breser – Guillermo Facciopieri
Short Race	Roberto Buljubasich
E-Bike	Arturo Rayez

##### DAMAS

A	Carolina Maldonado
B	María Emilia Filgueira
C	Silvina Zeitune
Duplas A	Carolina Salvi – Lucía Soggetti
Duplas B	Bárbara Accornero – Fernanda Jurado
Short Race A	Cecila Bonifacino
Short Race B	Andrea Frete

##### MIXTAS

A	Florencia Noguera – Hugo Toselli
B	Natalia Peralta – José Mortara
C	Elizabeth Ludueña – Guillermo Piedra





Balcorce  
venzo

venzo  
SHIMANO

SUPERB

CIMO

venzo

SUPERB

venzo  
SHIMANO

venzo  
SHIMANO

venzo

venzo  
SHIMANO



PRESENTED BY **venzo**

Balcarce

venzo

CC9

Balcarce Trail

venzoarg

venzo

5 venzo

AB... TINO MTB

CC9-Tersuave

venzo SHIMANO

venzo SHIMANO

venzo SHIMANO

venzo

venzo

venzo

# VENZO ARRASÓ EN BALCARCE

En el arranque del Abierto Argentino de Mountain Bike, el catamarqueño Álvaro Macías y la misionera Agustina Quirós brillaron en Balcarce.



Fue una fiesta. El Veloclub y la Agrupación Balcarce X Trail, como organizadores, y la Federación Argentina de Ciclismo de Montaña (FACiMo) en su carácter de ente fiscalizador, se anotaron un triunfo en el comienzo del Abierto Argentino de MTB en Balcarce, tierra que vio nacer al quíntuple campeón del mundo de Fórmula Uno, Juan Manuel Fangio.

Más de 260 bikers de numerosas provincias fueron los verdaderos protagonistas de una apasionante fecha

Una multitud de bikers copó Villa Espil.

que comprendió la especialidad XCC (Cross Country Short Track) y XCO (Cross Country Olímpico) en el cerro El Triunfo. La Municipalidad de Balcarce respaldó el desarrollo de la competencia que tuvo el auspicio de Venzo, CC9, H-Tube, Estaciones de Servicio San Alberto Balcarce, Hotel Balcarce 646, Cabaña Los Aromos, Veterinaria San José y María Trotta.

XCC

Se diagramó un circuito de 1.200 metros, teniendo en



↓ Álvaro Macías y Agustina Quirós prevalearon en las dos jornadas en elite.

Guada De Martos y Valentin López también festejaron por duplicado.

Sol Suárez venció en el XCC entre las masters.

Inés Gutiérrez escoltó a Agustina Quirós.



cuenta que se trata de una modalidad de corta duración y alta intensidad. Entre las damas, festejaron Guadalupe De Martos (sub 18); Sol Suárez (masters); y Agustina Quirós (elite), y en varones, Valentín López (sub 18); Gastón Larralde (masters) y Álvaro Macías (elite).

XCO

La extensión fue de algo más de 4.200 metros de extensión y 150 metros de desnivel positivo por vuelta, y reunió todos los atractivos que la especialidad requiere: senderos con obstáculos naturales (raíces y piedras), descensos rápidos y técnicos, y trepadas exigentes. Todo esto hizo que los ciclistas debieran sacar a relucir sus habilidades conductivas y estado físico, a lo que se le sumó el aliento del público a su paso en un circuito presentando con un nivel de excelencia pocas veces visto, lo cual fue elogiado por los propios deportistas.

👇  
**XCO: Noelia Castro Pardo, vencedora en damas A.**

**Damas Menores: 1-2 para María Pilar Lizarraga e Isabella Carnicero.**

Alvarito fue verdaderamente inalcanzable, de principio a fin. Impuso un ritmo demoledor y parejo a lo largo de los seis giros que lo llevó a la festejada victoria. El biker catamarqueño fue escoltado por el santiagueño Tomás Montenegro, y por el cordobés Joaquín Reyes. En damas, el trámite fue diferente, ya que la misionera Agustina Quirós tuvo el asedio de la sanjuanina Inés Gutiérrez, aunque pudo mantener a su favor una diferencia que le permitió sumar un logro más a su carrera deportiva. El podio lo completó la tucumana Lucía Pipke.

Felipe Pinilla

Fotos: Martín Rodríguez

GANADORES/AS

VARONES

Elite	Álvaro Macías
Juveniles	Valentín López
Menores	Alejo Sayavedra
Cadetes	Agustín Tarantelli
Master A	Carlos Chevallet
B1	Gastón Larralde
B2	Martín Santos
C1	Miguel Gómez
C2	Roberto Ferreyra
D1	Gustavo Bibbó
D2	Gustavo Márquez
Promo	Mariano Sala
E-Bikes	Sixto Vilicich

DAMAS

Elite	Agustina Quirós
Juveniles	Catalina Sotelo
Menores	María Pilar Lizarraga
Cadetes	Guadalupe De Martos
A	Noelia Castro Pardo
B	Romina Giménez





Infocajal  
PRELUDE



**FECA**  
AGRO

**GABUCHO**  
ÁNGEL GABRIEL

**JORGE ORTEGA**  
Contrado Público

VUELTA  
A JACHAL  
2024

**ES**

SOMOS  
Jáchal  
MUNICIPIO





LIDER  
GENERAL

CO

CSG  
UCI

VUELTA A  
SAN JUAN

Vuelta a San Juan

pocito  
municipalidad

SOMOS  
Jáchal  
MUNICIPIO

SOMOS  
Jáchal  
MUNICIPIO

SOMOS  
Jáchal  
MUNICIPIO

SOMOS  
Jáchal  
MUNICIPIO

# FABIO FIGUEROA SE CORONÓ EN JÁCHAL

En cuatro emocionantes etapas, se corrió en San Juan la Vuelta a Jáchal.



Organizada por la Subcomisión de Ciclismo del Club Sportivo Pampa Vieja, San Juan se vistió de fiesta para recibir unas de las pruebas emblemáticas de la provincia: la Vuelta a Jáchal, una auténtica fiesta del ciclismo de ruta. En esta ocasión, la carrera homenajeó a Federico Gómez Reyes y al expresidente de la Federación Ciclista Sanjuanina, Juan José Chica.

## 1ª ETAPA

El arranque de la Vuelta a Jáchal (denominada Localidades Jachalleras - Homenaje a Rosario Gómez), de la que participaron 122 ciclistas libres y master B, fue a puro sprint. En un recorrido de 110 kilómetros, con las altas temperaturas y la pasión inigualable del pueblo

↘ **La Vuelta a Jáchal tuvo una gran cantidad de participantes.**

↘ **(Página 46) Podio general.**

sanjuanino como protagonistas, el local Mauricio Rivas (Team Jáchal) prevaleció en el embalaje decisivo, superando a su coterráneo Ángel Ormeño, Fabio Figueroa (ambos del Team Lauty), que venía de obtener la victoria en el Tour San José, a Emil Caliva, que iba en busca del tricampeonato, y a Nelson Martínez.

## 2ª ETAPA

La etapa reina (Diques Jachalleros - Homenaje a Nicolás Ormeño, primer ganador de la Vuelta a Jáchal en el año 1989), marcó el cambio de líder. Con un recorrido de 107 kilómetros con salida y llegada en la puerta del Club Sportivo Pampa Vieja, el durísimo parcial transitó por la Ruta 491, uniendo los Diques Cauquenes y Pa-



chimoco. La victoria quedó en poder de Ángel Ormeño, seguido por Fabio Figueroa y Carlos Páez.

### 3ª ETAPA

La decisiva contrarreloj de 9,7 kilómetros (Homenaje a Alejandro "Pato" Quiroga y a Julio Hernández) fue para Fabio Figueroa, con un tiempo de 12m09s, seguido a 5s por Juan Prieto; a 13s por José Reyes; a 19s por Emil

1ª etapa: victoria al sprint para Mauricio Rivas.

Caliva; y a 37s por Luciano Frías.

### 4ª ETAPA

El 4º parcial (Pampas Jachalleras -Homenaje a Floridor Castro y José A. Páez) tuvo un trayecto de 108 kilómetros, finalizando en el Club Sportivo Pampa Vieja. Juan Prieto se quedó con el triunfo, escoltado por Emil Caliva y Alejandro Cabral, mientras que la general fue para









Fabio Figueroa, confirmando su extraordinario presente: con un registro acumulado de 7h44m58s, superó por 16s a Emil Caliva, y por 22s a José Reyes.

Pasó una nueva edición de la Vuelta a Jáchal. Con una

4º parcial: triunfo para Juan Prieto.

(Página 50 y 51)  
2º parcial: festejo de Ángel Ormeño.

3º etapa: la decisiva contrarreloj fue para Fabio Figueroa.

organización impecable y una gran cantidad y calidad de ciclistas, la prueba sanjuanina ya se prepara para otra gran competencia en 2025...

Pablo Colnaghi

Fotos: José Bordón y Ricardo Hernández (Jáchal Juega)



#### Clasificación General

1°	Fabio Figueroa	7h44m58s
2°	Emil Caliva	a 16s
3°	José Reyes	a 22s
4°	Mauricio Rivas	a 37s
5°	Luciano Frías	a 47s
6°	William Quintero	m.t.
7°	Ángel Ormeño	a 49s

▼ **La gran organización fue destacada por todos los participantes.**

8°	Fernando Ahumada	a 52s
9°	Ricardo Julio	a 54s
10°	Carlos Páez	a 59 s

#### GANADORES

Sub 23	Fernando Ahumada
Jachallero	Emil Caliva
Sprint	Alejandro Cabral
Montaña	Nelson Martínez

# El mes de VENZO

Repasamos las actuaciones del equipo en febrero.



3 DE MARZO

RURAL LOS BORDOS, CHAMICAL, LA RIOJA

Diego Britos >>> 1° Master B1 - 2° General

CAMPEONATO REGIONAL PATAGÓNICO NORTE DE XCM, LAS BALSAS, RÍO NEGRO

Franco Orocito >>> 1° Elite - 1° General

Federico Orocito >>> 1° Sub 23 - 2° General

1° FECHA CAMPEONATO SANJUANINO DE MTB - "LOMA DE TAPIAS"

Inés Gutiérrez >>> 1° Damas Elite - 1° General

RURAL COLONIA TIROLESA - CORDOBA

Franco Alveroni >>> 1° Master A2 - 1° General



**Diego Britos,  
Franco y Federico  
Orocito, Daniel  
Espinoza y Darío  
Reyna.**

10 DE MARZO

RURAL BIKE TUNUYÁN, MENDOZA

Daniel Espinoza >>> 1° Sub 23 - 2° General

DESAFÍO PISCO HUASI, SAN JOSÉ DE LA DORMIDA, CÓRDOBA

Darío Reyna >>> 1° Master C2

Campos Walter >>> 6° Master C2

Mariano Vázquez >>> 5° Elite - 9° General

VUELTA A LA RIOJA PARA LIBRES Y MASTERS

Diego Britos >>> 1° Master A - 4° Elite

RURAL BIKE CARLOS CASARES, BUENOS AIRES

Yesica Cantelmi >>> 1° Damas B - 1° General



↘  
Yesica Cantelmi y Pablo Caballero.



↘  
ABIERTO ARGENTINO DE XCO Agustina Quirós, Inés Gutiérrez, Florencia Ávila, Álvaro Macías, Joaquín Reyes y Joaquín Vera.



↘  
Franco Alveroni

DESAFÍO AL MONTE DE ORO, SAN FRANCISCO, SAN LUIS

Pablo Caballero	>>>	1° Master A
Lucas Caballero	>>>	2° Elite - 3° General

CAMPEONATO TUCUMANO XR

Enzo Aguilera	>>>	2° Juveniles
---------------	-----	--------------

17 DE MARZO

1° FECHA ABIERTO ARGENTINO DE XCO (ver nota en Revista)

Agustina Quirós	>>>	1° Elite Damas
Inés Gutiérrez	>>>	2° Elite Damas
Florencia Ávila	>>>	4° Elite Damas
Catalina Sotelo	>>>	1° Juniors
Enzo Aguilera	>>>	4° Juniors



Diego Britos	>>>	6° Master B1
Álvaro Macías	>>>	1° Elite Caballeros
Joaquín Reyes	>>>	2° Elite Caballeros
Joaquín Vera	>>>	4° Elite Caballeros
Nicolás Valdez	>>>	5° Elite Caballeros
Nicolás Zarza	>>>	DNF
Indira Ballarini	>>>	3° Cadetes Damas

#### 17 DE MARZO

##### UNIENDO LOS CERROS, VILLA GIARDINO, CÓRDOBA

Walter Campos	>>>	2° Master C2
---------------	-----	--------------

##### 2° FECHA SUQUÍA XANAES, ONCATIVO, CÓRDOBA

Franco Alveroni	>>>	1° Master A2
-----------------	-----	--------------

#### 24 DE MARZO

##### VUELTA ALTAS CUMBRES, MINA CLAVERO, CÓRDOBA

##### 120K

Yesica Cantelmi	>>>	2° Damas Pro - 2° General Damas
Agustina Quirós	>>>	5° Damas Pro - 5° General Damas
Inés Gutiérrez	>>>	6° Damas Pro - 6° General Damas
Franco Orocito	>>>	3° Pro - 4° General
Álvaro Macías	>>>	5° Pro - 6° General
Lucas Caballero	>>>	9° Pro
Nicolas Valdez	>>>	DNF
Mariano Vázquez	>>>	1° Elite
Daniel Espinoza	>>>	2° Sub23

#### ↘ **VUELTA ALTAS CUMBRES** **Franco Orocito y Mariano Vázquez.**

Joaquín Vera	>>>	3° Sub23
Enzo Aguilera	>>>	2° Juvenil
Franco Molina	>>>	1° Master A1
Falcón Ignacio	>>>	60° Master A1
Diego Britos	>>>	12° Master B1
Darío Reyna	>>>	2° Master C2
Walter Correa	>>>	8° Master C2
Walter Campos	>>>	13° Master C2

##### 82K

Joaquín Reyes	>>>	1° Sub 23 - 1° General 82K
Florencia Ávila	>>>	2° Damas A1 - 4° General 82K
Alejandro Durán	>>>	2° Master C1 82K
Carlos Medina	>>>	1° Master D2 - 82K
Adriana Alos	>>>	1° Damas D - 82K
Catalina Sotelo	>>>	3° Juvenil - 82K
Nicolás Zarza	>>>	6° Sub23 - 82K
Pablo Caballero	>>>	8° Master A1 - 82K

#### 31 DE MARZO

##### CAMPEONATO SINSACATENSE POR EQUIPOS, CÓRDOBA

Rosario Vassia	>>>	1° Damas A1 - 2° Equipos Mixtos 2° General Damas
Mariano Vázquez	>>>	1° Elite - 1° Equipos Masculinos - 1° General

##### RALLY CRISTO REY DEL VALLE TUPUNGATO, MENDOZA

Daniel Espinosa	>>>	1° Sub 23 - 2° General
-----------------	-----	------------------------



**VENZO**

