

desde  
**Día**  
cuneta

**nº13**

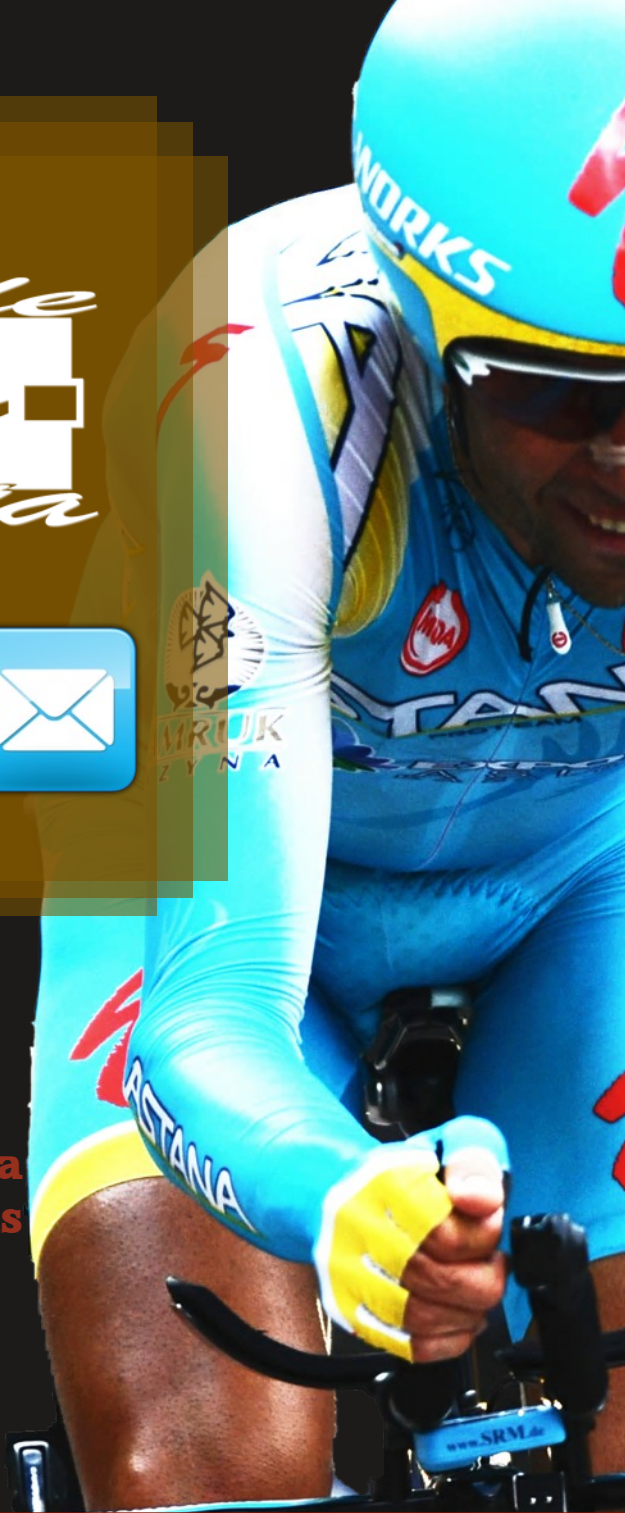
## **Nibali, carácter ganador**

**Entrevista Van Garderen • Movistar, gran equipo • Así es la París-Roubaix • Vuelta Asturias • Volta, la fecha más antigua • La Vuelta del 83 • Altimetrías: Sierra de Ávila • Montaña y románico**

Sigue  
*desde*  
**DLA**  
*cuneta*  
a través de:



« Nibali lucha contra  
sus propias carencias  
para ganar »







- 12 NIBALI, CARÁCTER GANADOR**
- 20 MOVISTAR, EQUIPO GRANDE**
- 26 ENTREVISTA VAN GARDEREN**
- 32 VUELTA ASTURIAS**
- 36 VOLTA, LA FECHA MÁS ANTIGUA**
- 40 D.MARTIN, OSADÍA CON PREMIO**
- 42 GIRO, ¿QUÉ ESTÁ PASANDO?**
- 48 ALTIMETRÍAS: SIERRA DE ÁVILA**
- 66 PARÍS-ROUBAIX, PARAÍSO  
EN EL INFIERNO**
- 74 10 CONSEJOS PARA AFRONTAR  
UNA MARCHA CICLOTURISTA**
- 82 MONTAÑA Y ROMÁNICO  
PALENTINO**

**>Contacta**  
**revistadesdelacuneta@gmail.com**  
**>Ciclismo a diario**  
**www.revistadesdelacuneta.com**  
**>Suscríbete**  
**suscripciondlc@gmail.com**

Foto: Sirotti / DLC

# EL PEDAL DE FRODO

[www.elpedaldefrodo.com](http://www.elpedaldefrodo.com)





# CIRCUITO TOP 12



Patrocina:



*Marchas  
ciclistas*



***Biciciclismo***



**JORGE MATESANZ - EDITORIAL**

## **« La importancia del ciclismo »**

Se dice que en estos días que nos ha tocado vivir el ciclismo ya no interesa. Y no le faltará razón a quien lo afirme, aunque también le hará falta un matiz. Es tan sólo el ciclismo de competición el que ha perdido fuelle, gracias en gran parte a una credibilidad muy deficiente.

Una fama que los protagonistas mismos del circo se han buscado no sólo con las trampas, sino con la justificación al que las hacía. En estos momentos algo está cambiando. Twitter nos ha permitido comprobar que los corredores no toleran casos como el de Di Luca.

**« Sólo una parte del ciclismo es la que ha perdido interés »**

Tienen que defender su trabajo. En caso contrario da la sensación de que este deporte mira hacia otro lado. Y no es así. Al menos no tanto como se dice.

Pero la importancia del ciclismo se ha mantenido. Cada día hay más afición a las marchas, a practicar deporte de una forma sana y en contacto con la naturaleza, esa que nunca les fallará.

Pese a los graves problemas de seguridad que tenemos en las carreteras, muchísima gente sigue saliendo con su bicicleta. Por algo será.

Foto: Pedro M. Labrada

# CICLISMO & MOUNTAIN BIKE



[www.esciclismo.com](http://www.esciclismo.com)



[www.mtb-mountainbike.com](http://www.mtb-mountainbike.com)





# EN LA RED

## Giro de Italia: admiración hacia todos los participantes

RIGOBERTO URÁN: "De camino a casa después de un gran Giro de Italia. Gracias a todos por el apoyo"

CADEL EVANS: "Magnífica subida a Lavaredo. Tuve buenas piernas, pero mala suerte. De primer perdedor a segundo"

MARK CAVENDISH: "Mi día en el Giro: dos cambios de bicicleta, dos sprints intermedios, dos montañas y una ventisca de nieve"

MARK CAVENDISH: "Recuerdo que me levantaba encantado con la nieve. De repente me convertí en ciclista"

CARLOS BETANCUR: "Gracias a todos por los mensajes de apoyo."

Hemos demostrado lo humilde que somos los colombianos"

ADAM HANSEN: "¿Que cómo fue la etapa de hoy? Mis dos compañeros iban hablando sobre máquinas del tiempo"

CHRISTIAN KNEES: "Curioso. En Navidades estuve en los Alpes para esquiar. 20 grados y sol. Hoy en mayo sí que podría esquiar"

JOHN DEGENKOLB: "Después del Giro me tomé un respiro, pero ya tengo ganas de correr Suiza"

BEÑAT INTXAUSTI: "Los tifosi del Giro son grandes. Me he sentido en casa"

Foto: Pedro Ceinos

# TÚ OPINAS ...

## @Desde\_la\_cuneta

### ¿APROVECHA VALVERDE SUS CUALIDADES?

El murciano en ocasiones se ve privado de las victorias debido en parte a la mala fortuna, pero también a un mal uso de sus cualidades.

OPCIÓN A:

No, debe mejorar la táctica

OPCIÓN B: Sí, las aprovecha

OPCIÓN C: Sí, pero

mejor en otro equipo

OPCIÓN D: Otras opciones

A  60,29%

B  23,53%

C  11,76%

D  4,41%

### ¿Tendrá libertad de movimiento Quintana en el próximo Tour?

@ricardogm1988 Pienso que sí, Valverde desgraciadamente no luchará la victoria final y serán dos bazas para luchar por las etapas. Es más, creo que será Valverde el que ayude a Nairo

@avi\_mov Estoy de acuerdo, aunque creo que además del maillot blanco, Nairo Quintana puede luchar el maillot de la montaña.



# La gente opina sobre el Giro 2013

@AnaLuziadeSouza Majka, tú eres una realidad

@currovera Sin ánimo de discutir, creo que Nibali es ofensivo y ambicioso y siempre da vidilla. ¿Conformistas? Pozzato, Zubeldia...

@alexanderbil260 Una pena no, da pena!! (sobre Samuel Sánchez)

@borjius55 Bueno, durísima... en el Giro las ha habido más duras (sobre la cronoescalada)

@carballosnar Aún está de resaca tras el éxito del Tour, como muestra el "stage" en Mallorca. También creo que a Sky le caducaron los "potitos" (sobre Wiggins)

@miguelazuaga No entiendo cómo Wiggins ha elegido el Giro en lugar del Tour sabiendo el mal tiempo que hace en el Giro y lo mal que va con ese tiempo

@oidoracritica Wiggins quería el Giro por palmarés, pero mucha montaña, lluvia, gripe... Hubiera quedado mejor Porte en el Giro

**#ConcursoDLC No olvides que aún puedes participar. ¡ANÍMATE!**

# VINCENZO NIBALI

## Carácter ganador

Con su victoria en el pasado Giro de Italia. Vincenzo Nibali finaliza su constante ascenso en pos de convertirse en el nuevo campeón ALL-ROUND italiano, sucesor natural de Bugno y Gimondi.

En el caso de Nibali, y como en el de cualquier ciclista que alcanza semejante palmarés, es incuestionable su talento y calidad, probablemente las dos cualidades que más destaquen en el siciliano, sean el trabajo y el carácter.

Porque no debe ser fácil tomar a edad temprana la decisión de abandonar su isla natal, más aún conociendo las profundas raíces y lazos familiares de los transalpinos, en la búsqueda de progresar como

**« Debutó como pro de la mano de Ferreti, el sargento de hierro »**

ciclista cuando aún eres un adolescente, y sin embargo Nibali no dudó en hacerlo, instalándose en la toscana italiana, zona de encuentro y de competición tradicional del ciclismo amateur italiano.

Una trayectoria exitosa en juniors y amateurs precipitaron su paso a profesionales de la mano del de sobra conocido “sargento de hierro”, Giancarlo Ferreti, entonces máximo responsable del equipo Fassa Bortolo. Y Nibali no tardó en responder a la confianza depositada con resultados. Victorias desde el primer año. Señales de corredor elegido.

Su ascensión no es meteórica, ni es hipnótica... más bien, es ejemplar. Su gran talento, el fondo. Su meta natural: Las grandes vueltas por etapas. En 2007 debuta en su primera gran ronda, el Giro de Italia, finalizando decimonoveno de la



Foto: Sirotti / DLC

Nibali, carácter ganador | 13



general. Al año siguiente roza el top 10, y debuta en el Tour donde es vigésimo. No se amedrenta ante los retos. Dobla dos grandes a edad temprana, y se propone mejorar. No sabe si los demás confían en que pueda. No lo necesita. Él sí lo sabe, él sí cree. Con eso basta.

Al año siguiente solo corre el Tour y logra terminar entre los diez primeros, acabando en séptima posición. Una confirmación definitiva de su valía. En 2010 se destapa de forma total al ser 3º del Giro trabajando para el futuro ganador Ivan Basso para el que jugó un papel capital, hasta el punto de ser un elemento decisivo en la etapa reina, guiando al entonces líder de Liquigas en el descenso del Mortirolo, y venciendo en Septiembre posteriormente la Vuelta a España.

Sin embargo, quizás debido a que ésta fue una victoria mediatizada

**« Se destaparía en el Tour 2009, siendo mejor joven y 7º »**





por el abandono del entonces líder Igor Antón, Nibali fue visto como un ciclista con grandes dosis de fortuna. A él no le importó. El sabía que valía más que una Vuelta, carrera que para otros muchos, marca toda una trayectoria. No para Nibali que continuó ofreciendo resultados que tiraban por tierra semejante afirmación. La hoja de resultados no miente, y la realidad es que en las últimas tres temporadas ha subido al podio de dos Giros de Italia y un Tour de Francia.

Sin embargo, Vincenzo Nibali, en la histórica tradición de los grandes corredores de su país, no es un ciclista únicamente especializado en grandes vueltas. Aunque este puede que sea el escenario donde mejor se manifiesta, su 1ª gran victoria fue una clásica: el GP de Plouay, recién llegado a Liquigas, y en los últimos años ha subido al podio en varios monumentos como son la Lieja

**« Nibali sigue la tradición y no es un corredor en exclusiva de grandes »**

Foto: Sirotti / DLC



Bastoña Lieja o la Milán San Remo. Cuenta igualmente con un palmarés rico en vueltas de una semana, donde destacan dos Tirreno Adriático cosechadas en los últimos dos años, al que el único “pero” que se le puede poner, es ese mal endémico que padecen tradicionalmente los corredores italianos que suelen estar en posesión de un palmarés excesivamente regional...poco internacionalizado.

Corredor agresivo, leal, poco amigo del ciclismo científico, por tanto con un sentimiento romántico de su profesión, lo que le hace ser un ciclista muy querido por el aficionado, es de los que no dejan pasar la oportunidad de atacar si tiene un mínimo de fuerza, desfalleciendo en más de una ocasión por no medir adecuadamente hasta donde puede llegar su corazón y su ambición, y hasta donde sus piernas. No han sido pocas las veces que Nibali no ha llevado a buen puerto

**« Los italianos suelen tener un palmarés bastante localista »**







sus acciones... desde clásicas como Lombardía o Lieja, pasando por etapas de grandes vueltas, Nibali lucha contra sus rivales y contra sus propias carencias para tratar de alcanzar sus objetivos.

Sin embargo, es quizás esa fuerza mental, junto con su incuestionable talento, la que le ha llevado a ser considerado uno de los cinco mejores ciclistas de la actualidad sin discusión, el mejor probablemente de lo que va de temporada, y el nuevo referente del ciclismo italiano. Un ciclismo que abunda en la mitomanía y simbolismo, y que encuentra en Nibali un estandarte perfecto para poder volver a luchar en primera línea por las grandes carreras del calendario, y por el protagonismo en la prueba donde Italia siempre ha brillado históricamente con luz propia por encima de épocas y rivales: El mundial de fondo en carretera. Este año corren en casa. Este año

## **« Nibali lucha contra sus propias carencias para ganar »**

Foto: Sirotti / DLC





Foto: Sirotti / DLC





encima de épocas y rivales: El mundial de fondo en carretera. Este año corren en casa. Este año vuelven a tener un líder de confianza. Y dirigiéndole estará el último gran capo que Italia tuvo para estos menesteres, Paolo Bettini. Si es sólo una coincidencia o quiere decir algo más, eso sólo el tiempo lo dirá. **JOSÉ MARÍA PALACIO CORNEJO**

## **Su próximo objetivo es ganar a Contador**

Ambicioso, el corredor del Astana se ha marcado un objetivo claro para el año 2014: ganar en carrera a Alberto Contador. Sabe que esta temporada será complicado que ambos coincidan en una gran ronda por lo que tendrá que esperar al Tour de 2014 para verse las caras con el pinteño.

Ya se enfrentaron de forma directa en el Giro de 2011, con victoria para el español, pese a que meses después se lo arrebatasen debido a su sanción. Entonces no hubo rival y Nibali no pudo siquiera asustar a la sólida maglia rosa. Sí que lo intentó, sobre todo en la etapa que llevaba a los corredores al Gardeccia

# MOVISTAR

## Un equipo grande, un gran equipo

Nadie tenía dudas, menos ahora, del potencial del equipo telefónico a principios de temporada. Muchas eran las voces, entre las que me incluyo, que lo catalogaban como la mejor plantilla del World Tour, comparándolo con el Sky Team, a falta quizás, de ese gran líder que saliese como gran favorito en una de las tres grandes, si bien Valverde siempre está en todas las quinielas de cualquier carrera que dispute, difícilmente se le incluye en un top 3 o incluso top 5 de un Tour de Francia, por ejemplo.

Mediada la temporada, y tras el espectacular Giro que se han marcado, muchas siguen siendo las

**« La unión parece el mejor arma de este gran equipo »**

loas en torno al grupo que Unzué ha reunido. Y es que esta es, sin duda, una de las grandes bazas que tiene Movistar Team, la unión que se demuestra carrera tras carrera, que tiene este grupo, a la que se le suma, sin ella menos valor tendría esta unión, de la gran calidad que atesoran los corredores.

Con el grupo para el Tour casi definido, es hora de hacer balance de estos cinco meses de competición de esta temporada 2013, y el primer gran nombre que hay que resaltar es el de Nairo Quintana.

El colombiano viene, competición tras competición, demostrando su gran valía y dando pasos de gigante en su crecer como corredor. Quizás fuese lo más conveniente reservarle para la Vuelta.





Foto: Team Movistar



Nairo ya comenzó en 2012 a demostrar su pontencial y a confirmar lo que Vicente Belda vio en él cuando le fichó para el equipo continental Boyacá en el año 2009. En 2010, con sólo veinte años, Nairo se proclama vencedor del Tour del Porvenir, y tras otro año en categoría continental, para la temporada 2012, Unzue echó las redes sobre el prometedor corredor colombiano.

Y el humilde corredor colombiano, que comenzó a forjar su carrera como ciclista acudiendo al colegio en bicicleta, no ha decepcionado, todo lo contrario al staff técnico del equipo Movistar. Vuelta a Murcia, etapa en Dauphiné, Ruta del Sur y Giro de Emilia fueron sus victorias en la temporada pasada, además de ser integrante del equipo que ganó la crono individual en la Vuelta, y algunos premios menores. En 2013 ya sabemos lo que Nairo ha conseguido: etapa en la Volta, etapa y general en la Itzulia, demostrando

**« Nairo Quintana se ha confirmado como un ciclista formidable »**

Foto: Team Movistar





además de su fuerza física, su fuerza mental y acabar imponiendo su clase y confirmando su liderato en una crono. Y es que con Nairo (entre otros, de los que ya hablaremos), vuelven los escarabajos. Estamos ante una nueva gran hornada de colombianos, pero estos, a diferencia de los que vinieron en los últimos años ochenta y primeros noventa, no solo van para arriba. Andan, y mucho, contra el crono, y son capaces de estar entre los mejores en pruebas de un día. Corredores completos.

Los nuevos retos de Nairo están por llegar, pero ya este año 2013 ha sido, y aún queda la mitad, el de su confirmación como gran corredor, y como uno de los ciclistas dominadores del pelotón en los próximos años.

Volvemos al equipo Movistar analizando brevemente como han puesto fin a la primera parte de la temporada con un espectacular Giro d'Italia.

**« El espectacular Giro del Movistar habla por sí solo »**





Foto: Team Movistar



Desde hace ya algún tiempo Movistar Team ha demostrado su impresionante mejoría en la lucha colectiva contra el crono. Mucho han tenido que ver en ello los test realizados en el circuito de Navarra. Con una amplia dosis de motivación ya dejaron a las claras en la crono inicial de la Vuelta, que en las cronos por equipos Movistar tiene mucho que decir. En el Giro no han hecho más que confirmar lo ya visto en las diferentes carreras. Fueron segundos tras Sky en la crono por equipos de la corsa rosa. A ver como afrontan los próximos grandes retos en la lucha por equipos, sobre todo las cronos de Niza en el Tour, de Arosa, en la Vuelta, y la de Firenze en la crono por equipos del Mundial.

Con mucha presencia de corredores azules que copaban diferentes maglias, incluida la rosa que llevó un día Beñat, en el pódio en la primera semana, Alex Dowsset se salta todo protocolo establecido y

**« En las cronos se nota mejoría gracias a los tests en el circuito de Navarra »**

triumfa a lo grande en la durísima crono de Saltara. Era la primera victoria del británico en su carrera profesional, y vaya forma de ganar, siendo primero delante, nada menos, que de Sir Bradley Wiggins, corredor, como todos sabes, de Sky, equipo que dejó Alex para recalar en 2013 en Movistar Team. Y, a partir de ahí, la apoteosis: Giovanni Visconti llega en solitario entre la nieve a la recortada cumbre del Galibier. Al día siguiente Beñat Intxausti es el más listo en Ivrea, y de nuevo Gio, en la siguiente etapa, llega triunfador a la meta de Vicenza. Tres etapas seguidas para Movistar Team que redondearon el último día con la consecución de la clasificación por equipo en el cómputo por puntos. Un grandísimo balance.

Y aun queda mucha, mucha temporada. De momento, antes del Tour, Dauphiné, Suiza y campeonatos nacionales en junio, citas en las que a buen seguro Movistar Team seguirá confirmando que estamos, probablemente, ante el equipo más grande del pelotón.

**SALVA HERNÁNDEZ.**

**Desde mis Pedales**

# TEJAY VAN GARDEREN

## “Este año ayudaré de nuevo a Evans”

Nacido el 12 de agosto de 1988, el norteamericano de Washington dejó el HTC-Columbia en 2011 para firmar por el conjunto del BMC. Lejos de ir a menos, el maillot blanco de mejor joven ha crecido en cada temporada, siendo considerado ya como una de las más firmes promesas del ciclismo actual.

Formado en el Rabobank Continental, sus cualidades son muchas. Es bueno en la escalada, pero destaca, sobre todo, en la contrarreloj. Cada año parece mejor y ya son muchos los que le sitúan próximo al podio del Tour. 2013 será un año muy importante para calibrar su techo, aunque a sus 25 años es difícil de imaginar.

**« A sus 25 años es difícil imaginarse su techo. 2013 es muy importante »**

DLC: Maillot blanco del pasado Tour, ¿sientes la presión de defenderlo?

TEJAY VAN GARDEREN: No era de verdad mi intención de obtener el maillot de los jóvenes el año pasado. Simplemente sucedió que tuve la suficiente energía de ayudar a Cadel Evans al mismo tiempo que el equipo me dio flexibilidad para ir a por ello. Pero no, no es un objetivo para este Tour.

DLC: Durante el Tour hubo rumores de que la relación entre tú y Cadel no era muy buena. ¿Hasta qué punto es cierto?

TVG: Cadel es muy meticuloso con su preparación para el Tour y en su forma de correrlo. Él tiene mucha más experiencia que yo en esta carrera y en las grandes vueltas y yo sólo puedo pasar tiempo con él y aprender. Este año haré lo mismo: hacer todo lo que pueda para ayudarlo en todo lo que necesite. Ya ha ganado la carrera, por lo que sabemos que es capaz.



Foto: Cortesía de BMC- Racing Team / Sean Weide

Tejay Van Garderen | 27



**DLC:** Sólo has corrido en dos ocasiones el Tour. ¿Qué significa esta carrera para ti?

**TVG:** El Tour de Francia es la carrera más prestigiosa y más vista del mundo. Así que, por supuesto, significa mucho para mí. Hacerlo bien allí es mi gran objetivo de la temporada.

**DLC:** Sin embargo, tu primera grande fue en España, en la Vuelta. ¿Cómo fue la experiencia? ¿Te sirvió para darte cuenta de que podías aspirar a hacer buenas generales?

**TVG:** Aquella carrera consistió más en sobrevivir que en otra cosa. Tuve una especie de virus estomacal durante la última semana y tal vez por eso mi rendimiento bajó. En aquel momento sólo 5-6 días ya eran mucho para mí, mi cuerpo no estaba hecho. Ahora es muy diferente.

**DLC:** Vamos a hablar un poco sobre cómo llegaste al ciclismo. ¿Cómo y por qué ciclista?

**TVG:** Mi padre, Marcel, es holandés, así que crecí con una bicicleta. Cuando cumplí ocho años comencé a salir con él



**« Hacerlo bien en el Tour es mi objetivo para este 2013 »**



de vez en cuando, aunque no podía seguirle. Años después, habiendo crecido un poco, me compró una bicicleta de mi tamaño y ya sí que tenía capacidad para seguirle. Comenzamos a hacer salidas en grupo los martes por la noche. Fue genial compartir esto con él. Buscamos también dónde se iban a celebrar los nacionales junior y viajamos alrededor del país.

**« Cadel es meticuloso en todo, he aprendido mucho con él »**

DLC: ¿Cómo te definirías como corredor: contrarrelojista, escalador?

TVG: Sobre todo soy un hombre de vueltas por etapas. Esa es mi fuerza debido a que soy un buen escalador y un buen contrarrelojista. Como sé que esas dos facetas son en las que pierdo más tiempo, las trabajo en invierno, fuera de temporada. Hago pruebas de posición en el túnel del viento, y al mismo tiempo me centro en mejorar mi escalada.

**« La Vuelta 2010 fue más supervivencia que otra cosa »**





**DLC:** ¿Tenías algún ídolo en tu juventud?

**TVG:** Siendo sincero, no. Nunca he tenido ídolos ciclistas. Aunque estoy al tanto de la historia de este deporte

**DLC:** Curioso habiendo tenido grandes corredores en EEUU como Lemond. Por cierto, ambos lograsteis el maillot blanco en París. ¿Puede haber más paralelismos?

**TVG:** Hay dos corredores americanos que primero vistieron el blanco y más tarde se llevaron grandes vueltas: Greg Lemond y Andy Hampsten. Son campeones de verdad. Me gustaría que mi legado no fuese sólo ganar esta clasificación, sino que mi carrera sea mucho más amplia. Pero es un honor haber logrado el maillot y es un buen indicador para el futuro, sin duda

Fotos: Cortesía de BMC-  
Racing Team / Sean Weide





**DLC:** No quisiera dejar de preguntar por tus inicios en el Rabobank. ¿Cómo fue la experiencia? ¿Qué puedes contarnos sobre ella?

**TVG:** Llegué a la categoría profesional a una edad muy temprana. Allí aprendí sobre todo en qué consistía todo el trabajo que rodea a un profesional, la forma de correr: ataque, escapada, cazado y vuelta a empezar. Las rutinas también son importantes. En junior y sub-23 parecía que todos atacaban sin ningún motivo. También aprendí un nuevo idioma y gracias a ello habló muy bien el holandés.

**DLC:** Muchas gracias y suerte

**TVG:** De nada, un placer

**« Nunca he tenido ídolos, aunque conozco muy bien la historia de este deporte »**



## Nuevos tiempos

Tras el affaire Armstrong, EEUU vivió un revés durísimo al ver cómo se derrocaba a uno de los reyes de su deporte, además con una historia tan estremecedora como la suya. Tan personaje como persona, la imagen sucia que dejó del ciclismo comienza a limpiarse. Andrew Talansky y nuestro protagonista son dos nuevas joyas que están abriendo hueco en el ciclismo.

No es responsabilidad suya el recuperar el prestigio perdido, pero sí que deben saber que ese país que se aficionó a la bici tras el magnífico periodo Armstrong está esperando volver a creer.

Por si fuera poco, ni siquiera el ex compañero de Lance, Levi Leipheimer, se retira dejando tras de sí buen recuerdo. La USADA cargó contra su propio ciclismo. Ahora toca demostrar que hay vida más allá de tramposos.

Foto: Pedro M. Labrada

# VUELTA ASTURIAS

## De milagro a venganza

Los días 11 y 12 de mayo se disputó la Vuelta Asturias 2013. Una prueba cuya celebración hay que catalogar como milagro. No obstante, semanas antes de l inicio de la carrera aún había noticias inciertas. Si finalmente hubo Vuelta es gracias al Club Ciclista Aramo y al amor y dedicación de su directora, Cristina Álvarez y su equipo aplican al ciclismo.

La ronda se vio reducida a dos etapas, ambas de montaña. Hace algunos años se anexionó la Subida al Naranco por motivos presupuestarios y el monte ovetense sería, por tanto, el que decidiría el ganador. No obstante un pequeño y bravo corredor tenía algo que decir. En una etapa durísima y con continuas subidas y bajadas, se produjo una selección natural que

sólo puertos como la Cobertoria, gran protagonista de la primera jornada con meta en Pola de Lena, pueden realizar. Se estrenaban sus dos vertientes hasta la fecha desconocidas y más difíciles que la habitual.

La participación, rica en variedad, aunque con necesidad de un mejor cartel, nos presentaba un claro duelo entre Caja Rural y Movistar, con Euskaltel de convidado de piedra. Fue el equipo verde el que más ímpetu puso a la primera etapa y por ello obtuvo la recompensa esperada.

Primero Marcos García y después Txurruka, con éxito, dejaron en fuera de juego a un Movistar que tal vez creía que Javi Moreno podría enjugar esos segundos de desventaja sobre el ciclista vasco en la subida final del domingo.

**« De salida se veía un claro duelo Movistar vs Caja Rural »**

Así partió esa segunda jornada, con mucho retraso en su desarrollo y con el peloton roto en mil pedazos. Esta iba a ser la tónica de la jornada.



Foto: El Pedal de Frodo



En la subida al Violeo, puerto que era antesala del mítico Naranco, no hizo falta ningún ataque. Los corredores a duras penas podían seguir la línea recta, se trata de una subida extrema.

Sería Caja Rural el que intentase de nuevo romper el grupo. Sin embargo, Txurruka aguantó como un titán y fue capaz de resistir los envites de Landa, Moreno y demás. En meta se impondría un peleón Javi Moreno, pero gracias a las bonificaciones del día anterior, el ex de Euskaltel se haría con la clasificación general.

Una victoria que llegaría en días de debate en torno al papel realizado a lo largo de la temporada por parte de la escuadra vasca. Ello coparía los titulares de una prensa que supo de la dificultad y dureza de su gesta. Una pequeña recompensa por tantas tardes de espectáculo regaladas a los aficionados. Gracias, Amets.

**JORGE MATESANZ, DLC**

**« Amets resistiría los envites de Moreno y Landa para anotarse la general final »**

## El Violeo, un infierno

La ascensión a este reciente puerto causó estragos. El pelotón ya iba roto antes de comenzar la subida, es cierto, pero tras la misma raro era el grupo que constase de más de tres corredores.





**NINGÚN EMPUJÓN.** Pese a que los ciclistas se retorcían, todos los aficionados respetaron la competición y a los ciclistas. ¡Chapeau!

# VOLTA CATALUNYA

## La fecha más antigua

La decana del calendario español y la cuarta más antigua de todas, sólo adelantada por el omnipresente y eterno Tour, la Vuelta a Bélgica y el Giro de Italia. Como referencia, la Vuelta surgió en 1935, veinticuatro años más tarde que su homónima catalana.

Desde entonces han sido muchos los grandes nombres que la tienen en su palmarés. El primer vencedor de la Volta fue el tarraconense Sebastià Masdeu. Tras aquella recordada gesta se convertiría en máximo responsable de la carrera en 1939. Sin embargo, el primer gran ganador sería también español. Mariano Cañardo, además, establecería un récord aún vigente de siete victorias.

**« Anquetil, Merckx, Gimondi, Moser... la Volta cobraría una dimensión global »**

Los grandes ciclistas nacionales de la época se llevaron esta cada vez más prestigiosa prueba. Berrendero, Emilio Rodríguez, Botella, el eterno Miguel Poblet, Karmany, Gómez del Moral... hasta que llegó el año 1967.

Anquetil sumó la Volta a su palmarés, relevado en el podio por Merckx. Poco después lo harían Ocaña, Gimondi, Thévenet, Moser o el enrachado Freddy Maertens. Las estrellas ya provenían no sólo del resto de España, sino que eran ciclistas dominadores internacionales que compaban portadas de diarios de la época en múltiples países.

Más tarde llegarían nombres como Kelly, Lejarreta, Millar o Indurain, que vencería antes y después de su gran explosión en 1991. Escartín, Jalabert, Zulle, Chiapucchi, Beloki, Heras, José María Jiménez, Valverde, Purito y Contador, aunque desposeído, han sido otras estrellas en lograrlo.





Daniel Martin, último ganador

Foto: Garmin-Sharp

## El cambio de fechas

La Volta ha sido una de las carreras más prestigiosas. Antes de que la Vuelta a España cambiase sus fechas de abril-mayo a septiembre, la Volta era la prueba prácticamente clausura del calendario internacional. Ello fue favorable a que muchos triunfadores a lo largo del año se quisieran llevar la última HC de la temporada.

En cambio, al pasar la Vuelta al mes de septiembre la Volta tuvo que emigrar al mes de junio primero, donde se ubicaba a caballo entre el Giro y el Tour, una prueba donde los españoles competían con mayor o peor suerte, pero se dejaban ver.

Más tarde, formando parte del UCI Pro Tour, creado en 2005, la Volta adelantó un mes su existencia, siendo simultánea su celebración con el Giro, lo que le dio una relevancia nula. Ante este hecho, la organización cambió al mes de marzo, un mes donde todavía las estrellas están buscando rodaje y acumular kilómetros de calidad, sobre todo en el periodo anterior a clásicas de las Árdenas, donde lo normal es que los vueltómanos de Tour gasten ahí su primer cartucho.







Foto: Garmin-Sharp

## Un nuevo problema, la nieve de marzo

Bien es cierto que es un problema imprevisible y que, como ha quedado demostrado en el pasado Giro, puede aparecer en cualquier momento de la primavera. Incluso algún año el Tour ha suspendido alguna etapa reina, ¡en el mes de julio!

Pero también hay que reconocer que la mayor probabilidad de nevadas en los Pirineos, una cordillera propensa para ello, puede dar problemas. En las dos últimas ediciones, de hecho, el color blanco ha estado muy presente. En 2012 se tuvo que suspender la parte final de la etapa reina, con final en el inédito Port Ainé.

Esta temporada el tiempo ha sido más respetuoso, pero el color blanco no ha desaparecido de las cunetas, imagen muy plástica y espectacular, sí, pero con riesgos.

Dicho esto, las fechas de marzo son la única salida aparente para la Volta. Volver a meses donde la competencia y la implicación de los ciclistas es muy baja por su pensamiento en el Tour parecería un grave error. **LUCRECIO SÁNCHEZ**



# DANIEL MARTIN

## Osadía con premio

La última edición de la Volta fue a parar a uno de esos valientes que suelen quedarse sin premio en un alto porcentaje de las ocasiones. Pero, como a todos los osados, alguna vez les llega. Todo se granjeó en la etapa reina. Los Movistar daban sensación de tener la situación controlada con la victoria de Quintana en Vallter 2000 y Valverde parecía tener la delantera sobre un Purito que se tuvo la suerte de cara. En el día clave que conducía al pelotón a la cima de Port Ainé, puerto que el año anterior no pudo ser escalado por la nieve,

El murciano cayó y tuvo que abandonar la carrera, por lo que Quintana se quedó como líder único. La escapada del día incluyó a dos ciclistas del Garmin-Sharp, entre los

que estaba nuestro protagonista. Parecía una escapada sin más, pero el irlandés estaba poniendo en jaque a los equipos que teóricamente iban a pelear por la Volta.

Los líderes pusieron a tirar a sus equipos con el fin de reducir distancia sin éxito, a lo que el futuro ganador de la prueba catalana respondió con una muestra de que hay corredor detrás.

Atacó en la subida final tras el gran trabajo de sus compañeros y enfiló la cima con suficiencia, sin apenas desfallecer en su ritmo, como un gran escalador. Por detrás arrancaba el catalán Joaquín Rodríguez, ya muy tarde, al igual que el colombiano de Movistar, que también perdió una buena oportunidad.

**« Jugada maestra del Garmin-Sharp y muy tardía reacción de los favoritos »**

Al final, pese a los intentos de Purito en Montjuic, Daniel sucedió a Sean Kelly en el palmarés de la Decana, un bonito recuerdo a un país cada vez más ciclista.



Foto: Garmin-Sharp

Daniel Martin | 41

# FRANCO PELLIZOTTI

## Nostalgia del tiempo arrebatado

Hay algo de nostalgia en el ciclista italiano. Tras su meritoria undécima posición en el pasado Giro y tras cuatro años de ausencia en el mismo, es inevitable recordar su larga etapa en el Liquigas, en el que llegó al podio del Giro del Centenario y ha sido protagonista siempre que la montaña hacía acto de presencia.

Vestido en la tricolor italiana gracias al título logrado en 2012 sólo dos meses después de su vuelta de la sanción de dos años por resultado irregular en el pasaporte biológico, Franco ha sabido estar a la altura si no de sus mejores tiempos, sí de un buen corredor, digno y valiente, con ganas de demostrar.

**« Tras cuatro años de ausencia en la corsa rosa, Franco Pellizotti finaliza 11º »**

De este modo, su indumentaria nos transporta a otro tiempo, a ciclista antiguo, de los que se dejan ver por las reuniones de ciclistas clásicos. Verle correr el Giro, además, con aquellas condiciones climatológicas ha sido cuanto menos nostálgico.

No de sus tiempos mejores, tal vez arrebatados, nunca lo sabremos. Su época de esplendor coincidió con el mejor Di Luca, con el gris Menchov, con Leipheimer, si bien el americano se prodigó poco por el Giro. No fue con mucha precisión la mejor época del ciclismo, si bien aún está por aclarar la lista de ganadores y eliminados de aquellas carreras.

Es bonito verle hacer aquello que no siempre hizo: atacar aleatoriamente, sin mirar atrás, tal vez escapando de tantas miserias. Espere-mos que sea la metáfora del que siempre llaman nuevo ciclismo: vista al frente.







# GIRO DE ITALIA

## ¿Qué está pasando?

Hay muchos factores que influyen a la hora de señalar al Giro como una prueba venida a menos. Sí, la historia es incuestionable y el encanto a su vez también lo es. ¿Qué le está pasando a una de las pruebas reina del calendario mundial?

### La participación, el gran lunar

En 2013, pese a que el cartel de nombres era interesante, se ha visto que muchos de ellos eran sólo eso, nombres. Exceptuando a Nibali, a Evans o a Cavendish, ninguno de los grandes nombres que han acudido ha respondido a un buen nivel. Ganará fama esta edición en el futuro, cuando Majka o Betancur crezcan. Se echa en falta mejor clase media y líderes que estén en su mejor momento.

**« Sólo Nibali, Urán y Evans estuvieron en su nivel »**

### Ganadores poco mediáticos

Sí, Hesjedal es un buen corredor, no cabe duda, pero no tiene la repercusión mediática que puede tener Contador o algún ciclista más carismático. El español lo ganó en 2011, pero fue descalificado a la postre. Basso, sí, fue un ídolo, pero su sanción enfrió su poder mediático. La lucha, además se dio contra Arroyo, un ciclista que con mérito y calidad, aprovechó el tiempo ganado en una escapada. ¡Qué decir de Menchov! Es un gran corredor, pero no llama al público.

### Menos tifosi

Es extraño ver puertos prácticamente vacíos con lo clásico que resulta ver a los ciclistas abrirse paso entre un pasillo de aficionados eufóricos. En las Tres Cimas de Lavaredo la afición se

**« Se ha notado una menor afluencia de público »**

parecía el ambiente, pero sin llegar a esos excesos a los que el Giro nos tiene acostumbrados. ¿El frío? Otros días no hizo tanto y se mantenía la tónica de cunetas vacías.

### Labor de Acquarone

Hay que reconocer que la labor que el mandamás del Giro está siendo cuanto menos positiva. Paso a paso está modernizando el discurso de la carrera e innovando en algunos aspectos. Pero parece ser insuficiente.

**« La labor de Acquarone al frente de RCS está siendo positiva, aunque tal vez insuficiente »**

### Anterior al Tour: mala fecha

El Tour hoy día lo absorbe todo y en ese sentido al disputarse antes los grandes corredores del momento no quieren arriesgar su participación en Francia, ya sea por acumulación de desgaste, enfermedad o por caída. El doblete Giro-Tour está visto como un imposible, más aún si lo quiere llevar a cabo algún ciclista que compita por la general. **LUCRECIO SÁNCHEZ**





# VASIL KIRYIENKA

## Terminator en gregario

Bielorruso, 32 años. Tras trabajar durante cuatro años con Eusebio Unzué este año se da el paso a Sky, equipo en el que se espera que sea un gran apoyo para Froome y compañía en su búsqueda de un nuevo triunfo en el Tour.

Su capacidad para imponer un ritmo constante, sin alardes, pero efectivo, no pasó desapercibido para el equipo británico. Como gregario se le considera uno de los más consistentes, es uno de los más temidos. Es hacerse con la primera plaza del grupo y ya comenzar a pedir auxilio, a rezar por que las piernas del ex del Tinkoff ruso tengan un mal día.

Además, versátil, ya que desempeña su función tanto en escalada como en llano. En subida fue espectacular

**« Es considerado uno de los gregarios más temidos »**

su exhibición (no hay otro calificativo) en el Finestre durante el Giro de 2011, victoria emotiva por la dedicatoria al recién desaparecido entonces Xavi Tondo.

Su potencial es conocido, pero ya era anterior a su etapa en Movistar. Era el año 2008 y Contador peleaba por su primera maglia rosa. Entre un tiempo entre la lluvia y las nubes bajas se impuso en el Monte Pora, ajeno a la batalla encarnizada que acontecía detrás de él por el Giro.

Aquel mismo año, en la Vuelta, el bielorruso dejaría otra muestra de su calidad. Escapado con David Arroyo a cuestras, con mucho llano hasta la ciudad de Segovia, sin dejar de tirar, con el que sería su nuevo equipo, el Caisse d'Epargne de Valverde, tirando a degüello. No sólo no pudieron darle alcance, sino que a punto estuvo de ganar la etapa a un Arroyo que se la llevó tras ir a rueda durante muchos kilómetros. Un auténtico Terminator.



Foto: Team Sky

# JENS VOIGT

## El último caballero

A sus cuarenta años continúa dando lecciones de ilusión, garra y ganas de competir. El veterano corredor del RadioShack se ha llevado una etapa del Tour de California, además a su modo, desde lejos y en exhibición. Un diez para el último caballero del ciclismo.

Inolvidable su gesto con Gárate en aquella etapa del Giro en la que el irundarra había llevado la responsabilidad y por órdenes de equipo el alemán no había relevado durante toda la escapada. En la meta se desentendió de la victoria: no la había trabajado.

Así se hace ciclismo y se ganan aficionados. Que tomen nota otros muchos sobre gestos como este. Lo importante no es sólo ganar, sino el cómo hacerlo. Grande, Jens.

**« Su gesto con Gárate fue un ejemplo del que aprender »**



Foto: Pedro Ceinos



# MIKEL LANDA

## ¿Nuevo caso Antón?

Igor Antón irrumpe en el ciclismo con fuerza. Su progresión lejos de confirmarse, se estanca. ¿Será el mismo caso de Mikel Landa? El corredor nacido en Vitoria no se ha vuelto a mostrar tan poderoso en carreras que podrían haber sido más que asequibles para su calidad.

Tamopco hay que echar sobre él toda la responsabilidad, ya que ni siquiera los pesos pesados han estado a una altura lógica y esperable de alguno de los más laureados ciclistas de la historia del equipo. Pero sí es sintomático el hecho de que se esté contagiando este joven talento de un ciclismo más bien gris y de segunda fila. Landa merece más y puede aspirar a ello

**« ¿Será un contagio del ciclismo gris que está realizando el Euskaltel en 2013? »**

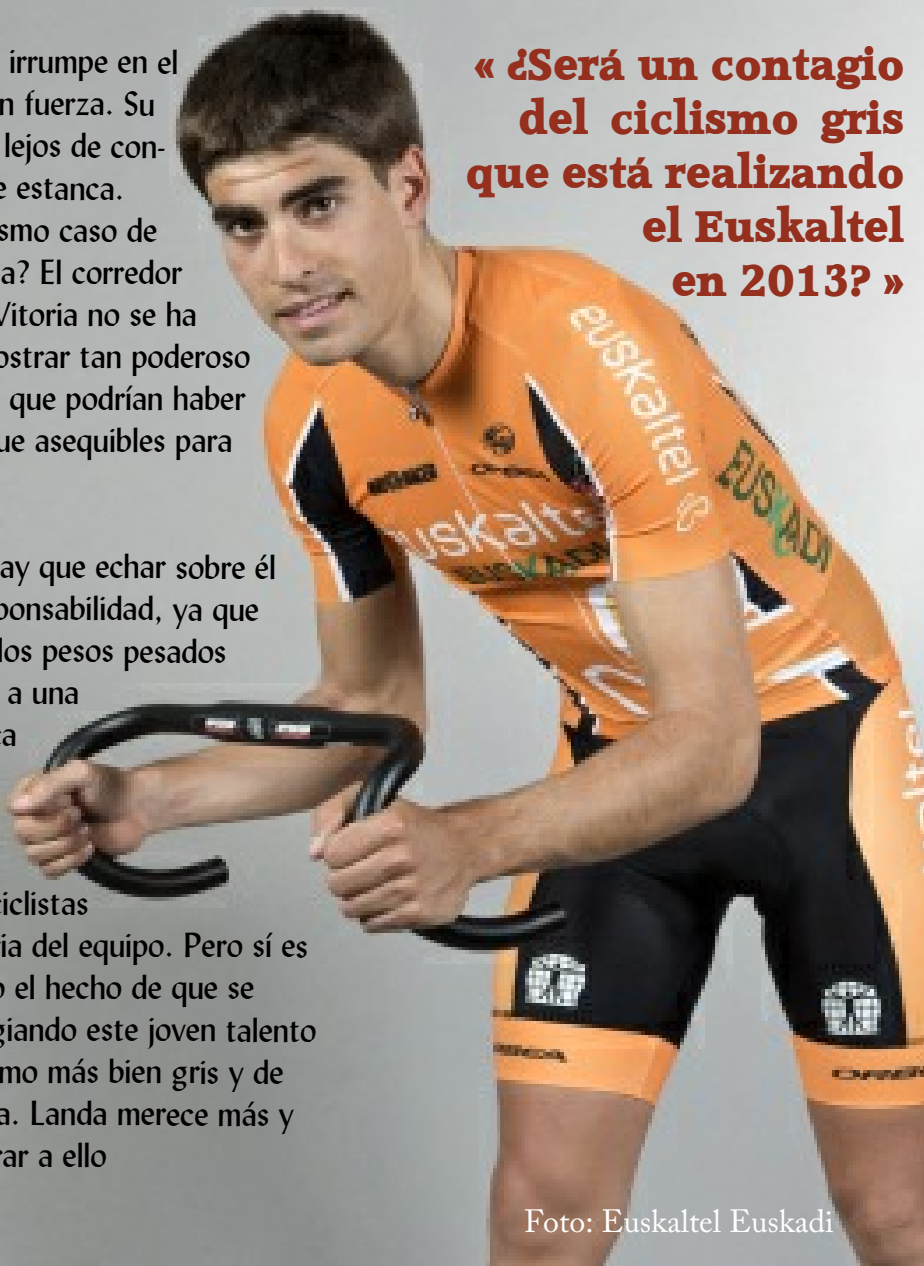


Foto: Euskaltel Euskadi

# SIERRA DE ÁVILA

## Forja de campeones

1983 fue un año muy importante para el ciclismo español, concentrada gran parte de las buenas noticias en los puertos de la Sierra de Gredos. No solo vio el resurgir de la Vuelta a España con el estreno de Serranillos y la gran cabalgada de Hinault, todo ello por primera vez con televisión en directo, sino que también vio la vuelta de los éxitos españoles en el

Tour de la mano de un jovencísimo Perico Delgado y de Ángel Arroyo, natural de El Barraco, que inspiró la creación de la escuela ciclista de dicha localidad, que tantos campeones ha producido.

**« 1983 fue un año muy importante para el ciclismo español »**

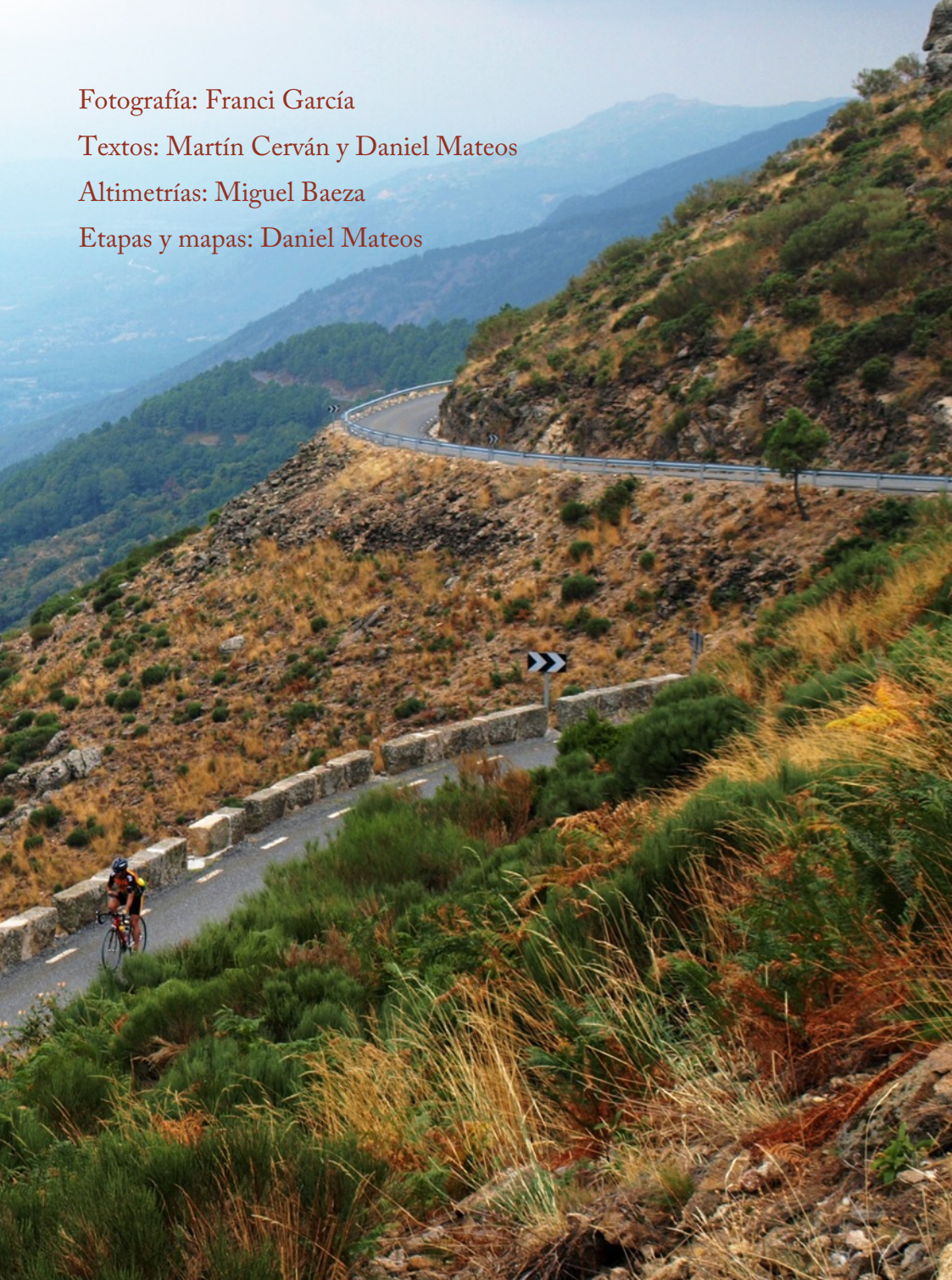


Fotografía: Franci García

Textos: Martín Cerván y Daniel Mateos

Altimetrías: Miguel Baeza

Etapas y mapas: Daniel Mateos





Pocas veces la pendiente media es verdaderamente significativa de lo que es en sí un puerto como sucede con Mijares. Y es que, exceptuando la aproximación y travesía -¡qué hermosas y cuidadas balconadas exhibe el pueblo!- de Gavilanes, del resto podremos decir que será coser y cantar.

El paso por Mijares, abundante en fuentes, nos va a transportar a continuación a parajes que derrochan verdura, con excelentes ejemplares de castaño mediado el puerto y un pinar que verdea en las laderas de la sierra antes de que el canchal se apropie de los últimos kilómetros de ascenso. Un recorrido final que, aderezado con varias herraduras en su trazado, domina las estribaciones del valle del Tiétar hasta los Montes de Toledo.

Pondremos fin a este otero natural tras más de 22 km. de franco ascenso para unos 1.100 m. de desnivel, todo un primera categoría que, no obstante, se dejará domeñar por el menos capacitado de los cicloturistas.

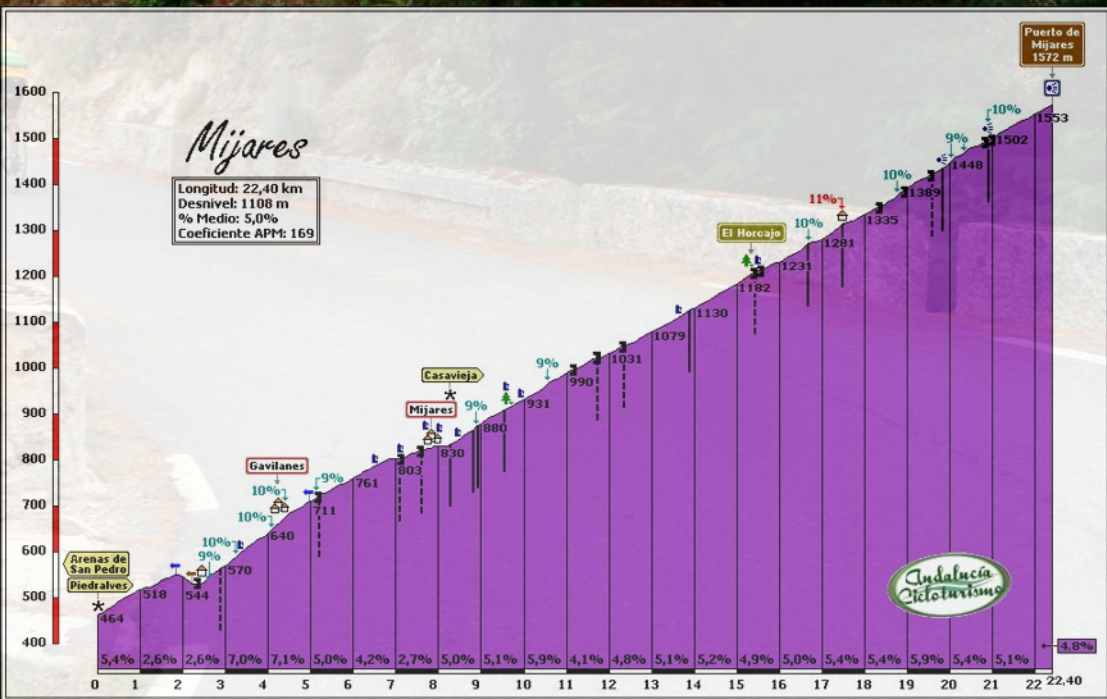




# Puerto de Mijares, eterna placidez

ESTADO DEL FIRME	* * * *
DUREZA	* *
TRÁFICO	*

*Consejos y sugerencias: más por longitud que por dureza, el puerto puede acabar pasando factura en su espectacular parte final.*







**« Excepto la travesía de Gavilanes, el resto será coser y cantar »**



**« 22 kilómetros para  
1.100 metros de desnivel,  
todo un primera »**

**puerto de  
Mijares 1.570 m**



En las inmediaciones de Mombeltrán, localidad presidida por su sobrio castillo del s. XV, comenzamos el ascenso a este clásico entre los puertos de la Sierra de Gredos.

Nos dirigimos hacia San Esteban del Valle por el denominado Barranco de las Cinco Villas por una carretera estrecha y cómoda en sus primeros kilómetros. Una rampa algo más fuerte nos sitúa a la vista del caserío en que destaca desde la distancia la enorme factura de su iglesia renacentista. Tras un par de curvas en pleno pueblo tendremos por fin la sensación de que el puerto comienza verdaderamente, ya que gana en consistencia y en belleza. Buscamos el cruce de Serranillos –compartimos la mayor parte del ascenso con su vertiente sur- inmersos ya en un bosque de pinos que, por momentos, ralea permitiéndonos unas magníficas panorámicas del Valle del Tiétar y las cumbres de la Sierra de Gredos.

Finalmente un último descansillo que acaba por repuntar nos eleva hasta la cima del puerto, situada en una curva a izquierdas a 1242 m. de altitud.

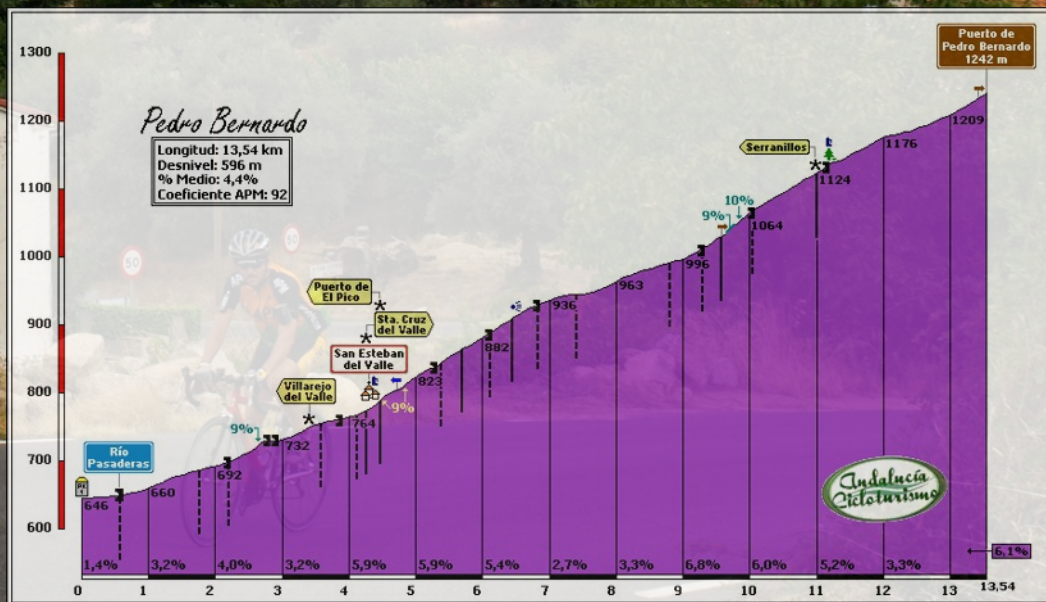




# Pedro Bernardo\*, los visos del Tiétar

*Consejos y sugerencias: puerto cómodo, ideal para disfrutar en rutas tranquilas.*

ESTADO DEL FIRME	* * *
DUREZA	*
TRÁFICO	*



\*Vertiente de Mombeltrán

# 30 AÑOS DE SERRANILLOS

## La Vuelta de 1983

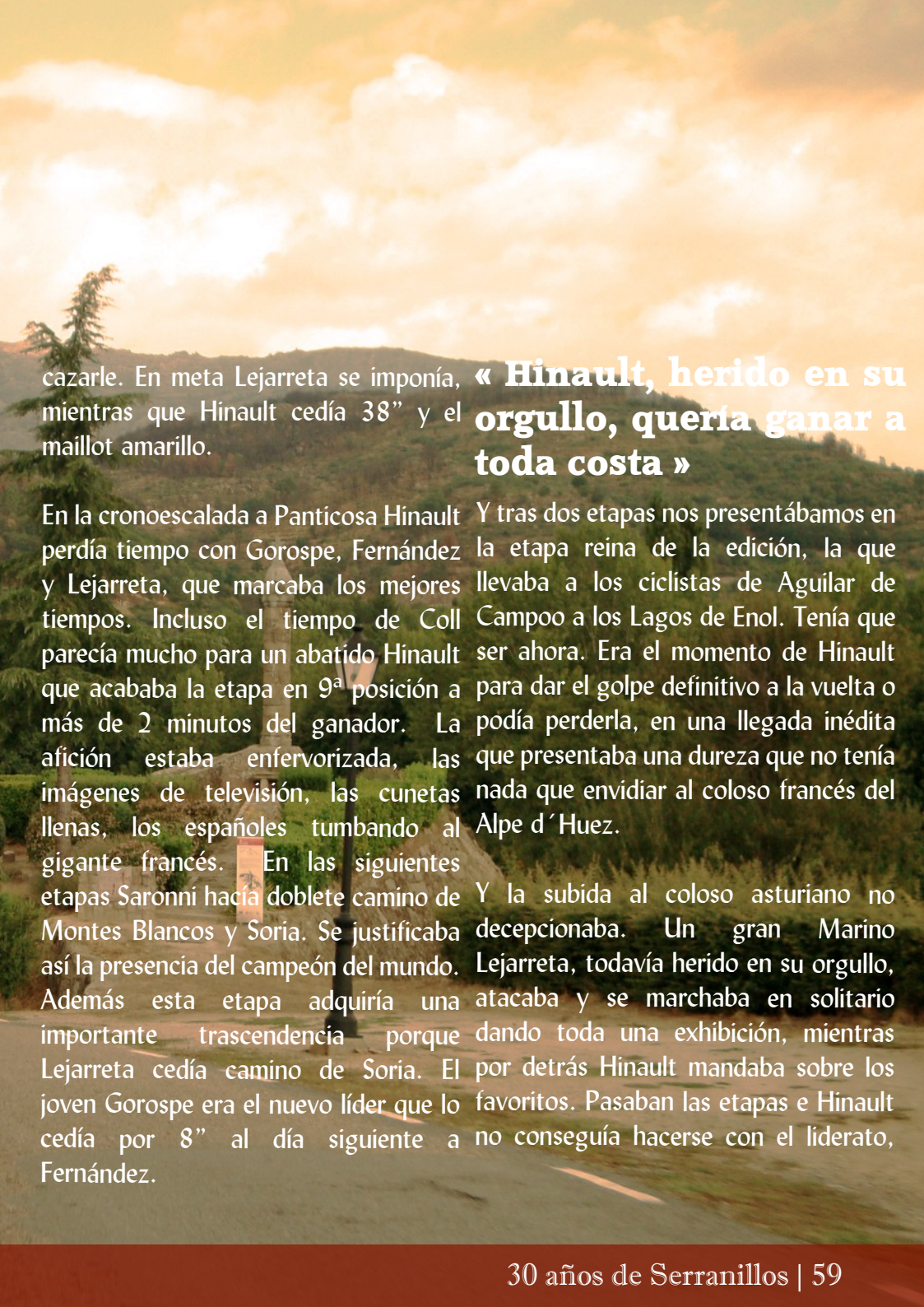
Se presentaba como un bonito reto para Enrique Franco, director de Unipublic. Había invertido mucho dinero en atraer al equipo Renault de Hinault y Guimard, y al campeón del mundo, Saronni, amén de otras figuras como Kuiper o el joven y prometedor belga Vanderaerden. Además iba a haber televisión. TVE dedicaría un espacio diario a la Vuelta, todo parecía estar preparado. Además, los ciclistas españoles más importantes como Lejarreta, Arroyo o Alberto Fernández serían de la partida. Tenía la Vuelta un diseño apasionante en el que se incluía la durísima ascensión a los Lagos de Enol (o de Covadonga) que eran rebautizados por la prensa como los Lagos de Hinault. Un único y absoluto patrón del ciclismo mundial, ganador de Giro y Tour el año anterior, pero que, sin embargo, se presentaba en la salida con un equipo muy joven y bueno (entre

ellos el joven Fignon y la nueva estrella, el americano Greg Lemond), pero con una relación que empezaba a ser insostenible con su otrora mentor y manager del equipo Guimard.

**« Era una etapa muy dura con 225 km y tres grandes puertos »**

El prólogo lo ganaba un coequipier de Hinault, Gagne, pero no tardaba el tejón en comandar la clasificación. Tras la quinta etapa con llegada Castellar del Nug, Hinault era líder, parecía que para no soltar más el amarillo. En cambio, al día siguiente, en un frío y maratoniano día de 235 km con llegada a Vielha, previo paso por la Bonaigua, los españoles decidieron dar guerra. Alberto Fernández atacaba en las rampas de la Bonaigua y sólo Delgado, Lejarreta y Gorospe podían





cazarle. En meta Lejarreta se imponía, mientras que Hinault cedía 38" y el maillot amarillo.

En la cronoescalada a Panticosa Hinault perdía tiempo con Gorospe, Fernández y Lejarreta, que marcaba los mejores tiempos. Incluso el tiempo de Coll parecía mucho para un abatido Hinault que acababa la etapa en 9ª posición a más de 2 minutos del ganador. La afición estaba enfervorizada, las imágenes de televisión, las cunetas llenas, los españoles tumbando al gigante francés. En las siguientes etapas Saronni hacía doblete camino de Montes Blancos y Soria. Se justificaba así la presencia del campeón del mundo. Además esta etapa adquiría una importante trascendencia porque Lejarreta cedía camino de Soria. El joven Gorospe era el nuevo líder que lo cedía por 8" al día siguiente a Fernández.

**« Hinault, herido en su orgullo, quería ganar a toda costa »**

Y tras dos etapas nos presentábamos en la etapa reina de la edición, la que llevaba a los ciclistas de Aguilar de Campoo a los Lagos de Enol. Tenía que ser ahora. Era el momento de Hinault para dar el golpe definitivo a la vuelta o podía perderla, en una llegada inédita que presentaba una dureza que no tenía nada que envidiar al coloso francés del Alpe d'Huez.

Y la subida al coloso asturiano no decepcionaba. Un gran Marino Lejarreta, todavía herido en su orgullo, atacaba y se marchaba en solitario dando toda una exhibición, mientras por detrás Hinault mandaba sobre los favoritos. Pasaban las etapas e Hinault no conseguía hacerse con el liderato,

que pasaba ahora a Álvaro Pino, gracias a filtrarse en una escapada.

Hinault ganaría la contrarreloj de Valladolid, pero Gorospe quedaba 2º, cediendo sólo 10" y recuperando el liderato, ahora con 27" sobre Pino y 1'11" sobre el francés. Todo iba a quedar para la montaña. Sin embargo, lo más duro parecía haber pasado y el joven Gorospe había dado muestras de defenderse cuesta arriba. Y llegábamos al 6 de mayo de 1983, la etapa de Ávila. Se ascendían Peña Negra, el Pico, Serranillos y Navalморal. Un día que iba a quedar grabado a fuego entre los seguidores del ciclismo. 225 kilómetros que serían definitivos.

Ya desde el principio de la etapa se preveía lo que más tarde ocurriría. El Renault quería una etapa rápida y loca. El ZOR también. No en vano contaba con Pino y Fernández entre los primeros de la general. No iba a ser etapa para ellos. Iba a mandar la estrategia del Renault y Guimard. Ya en Peña Negra el ritmo fue alto con un Renault que al igual que en etapas pasadas contaba con la colaboración de Saronni que imponía un fuerte ritmo.

Tras coronar y en el tramo entre puertos se iban tres escapados, Bortolotto, Nulens y el escalador del Kelme, Belda. El trío llegaba a contar con una diferencia que rondaba los 4 minutos a pie de Serranillos.

Pero Guimard había elegido esa misma subida, como había elegido el Stelvio en el Giro del 80, y en este caso su Bernaudeau particular era un joven parisino, Laurent Fignon, que junto a su compañero Poisson ponían un ritmo tremebundo al que sólo podían resistir a duras penas, Hinault, Lejarreta y el líder Gorospe. Cuando Fignon se apartó, era Hinault el que aceleraba, y solo Lejarreta resistía: el joven líder cedía. Había luchado bravamente, pero no podría con éste último arranque de genio. Fignon había destrozado el pelotón (en palabras de Hinault, Fignon estuvo a punto de dejarle también a él).

**« Fignon fue el que despedazó el pelotón y dejó tocado a Gorospe »**

Quedaba poco para coronar, pero el daño ya estaba hecho. Pasaba el líder a unos dos minutos por la cima. No



era una distancia insalvable, solo que Gorospe estaba hundido, y únicamente la ayuda de Laguía y Delgado de ahí a meta hacía que no se bajara de la bicicleta. Hinault y Lejarreta se marchaban y cazaban a los escapados. El pequeño Belda era el único de los escapados que aguantaba ya en la Paramera el ritmo despiadado del tejón, que era relevado por un Lejarreta que posteriormente reconocería que relevaba por miedo a enfurecer al francés si no lo hacía. En la cima un Gorospe totalmente desmoralizado perdía ya más de 15 minutos.

## **« Sólo Lejarreta pudo seguir la rueda del campeón francés »**

Y antes de llegar al velódromo de Ávila, una anécdota de un día para la historia. El pequeño escalador Belda pedía el favor de la etapa a un Hinault que lo miraba con desdén y no accedía. El tejón había hecho todo el gasto, y sin embargo el pequeño escalador del Kelme osaba pedirle al ogro del ciclismo mundial la victoria de etapa. Al entrar en el velódromo, era Belda aún así el que atacaba, pero

Hinault lo superaba ganando por delante de Lejarreta y del corredor del Kelme.

Hinault ya tenía lo que buscaba, el amarillo, pero había tenido que forzar la rodilla, había tenido problemas con la bicicleta en la primera parte de la etapa e incluso había tenido que cambiarla. La etapa del día siguiente era el último día importante atravesando la sierra madrileña. Hinault tenía dolores muy fuertes en la rodilla, pero pudo controlar la etapa. Y por fin, la última etapa, la llegada a Madrid. Ganaba un Hinault visiblemente dolorido, flanqueado por Lejarreta y Alberto Fernández. Sin duda y junto a Gorospe, habían sido los protagonistas de la Vuelta.

**PEDRO G<sup>a</sup> REDONDO**

## **« 15 minutos detrás de Hinault llegaría el líder, hundido »**

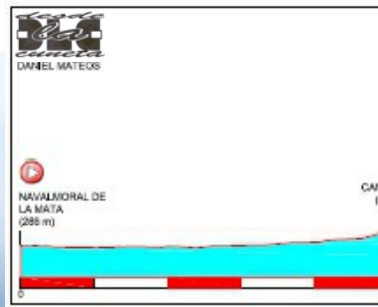
# PROPUESTA RECORRIDOS

## Ciclismo profesional

### Navalmoral de la Mata - El Barraco - 198 km

3538 metros. Los primeros 40 kilómetros discurren por la planicie de las vegas del río Tíetar y la ribera del embalse de Rosarito hasta la localidad de Candeleda, donde se empieza a subir el Portezuelo de Mari Lucas, una de las múltiples ascensiones de la zona de Arenas de San Pedro, que junto a la subida a Fuente Jiménez colocan a los ciclistas con cierto desgaste previo a los pies de los dos puertos estrella de

la jornada: Pedro Bernardo, y sobre todo, Mijares. Tras el largo descenso de este último, con el grupo principal teóricamente reducido, la carrera se decidiría en la subida a San Juan de la Nava, a escasos kilómetros del final de etapa en la localidad natal de José María Jiménez, “El Chava”, de quien se cumplen diez años de su fallecimiento. Sirva la propuesta como homenaje.



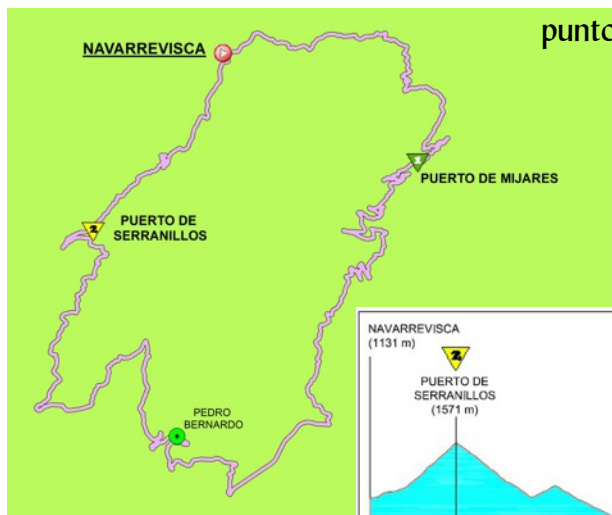




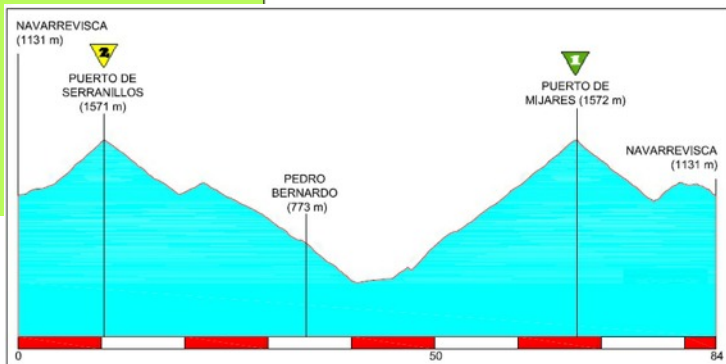
# PROPUESTA RECORRIDOS Cicloturismo

## Circular de Navarrevista - 1855 metros - 84 km

La vertiente norte del conocido de todas formas con el tráfico), nos deja Serranillos es la primera dificultad a los pies del coloso de la jornada, el orográfica del día, sucedida por una Puerto de Mijares, que recomendamos larguísima bajada de casi 30 kilómetros, tomar con tranquilidad, pues no únicamente interrumpidos por el leve contiene grandes rampas pero si tiene ascenso al Puerto de Pedro Bernardo. una considerable longitud. Su descenso Un corto tramo de menos de 5 es una gozada y tras unos pocos kilómetros por la carretera CL-501 (ojo kilómetros tras girar a la izquierda por la carretera AV-P-420 se vuelve al punto de inicio en Navarrevisca.



desde  
la  
cuneta





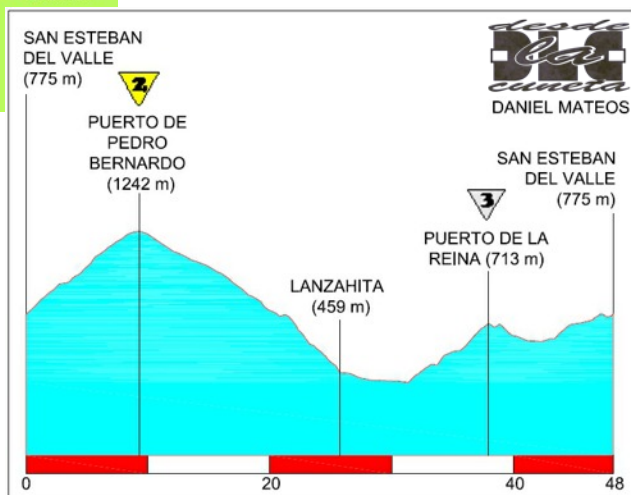
# Circular de San Esteban del Valle - 926 metros - 48 km

En esta ocasión el puerto más importante se sube de salida, que coincide en sus primeros 6 kilómetros con el mítico Serranillos. La bajada se realiza de forma similar a la anterior propuesta, aunque en esta ocasión en la localidad de Pedro Bernardo se toma la carretera que desciende directa hasta Lanzahita atravesando un hermoso pinar. Otro corto tramo por la CL-501 antes de superar la última dificultad del día, el Puerto de la Reina, de nuevo a través de una bella arboleda. Un esfuerzo final para superar una corta subida a Santa Cruz del Valle nos llevaría de retorno al origen de la ruta.



desde  
**DLA**  
cuneta

**Planos y perfiles  
elaborados por  
Daniel Mateos**



A photograph of a cobblestone path leading through a forest of bare trees, likely in winter or early spring. The path is made of large, flat stones and is flanked by a dense line of trees without leaves. The sky is overcast and grey.

# PARÍS - ROUBAIX

## El paraíso en el infierno

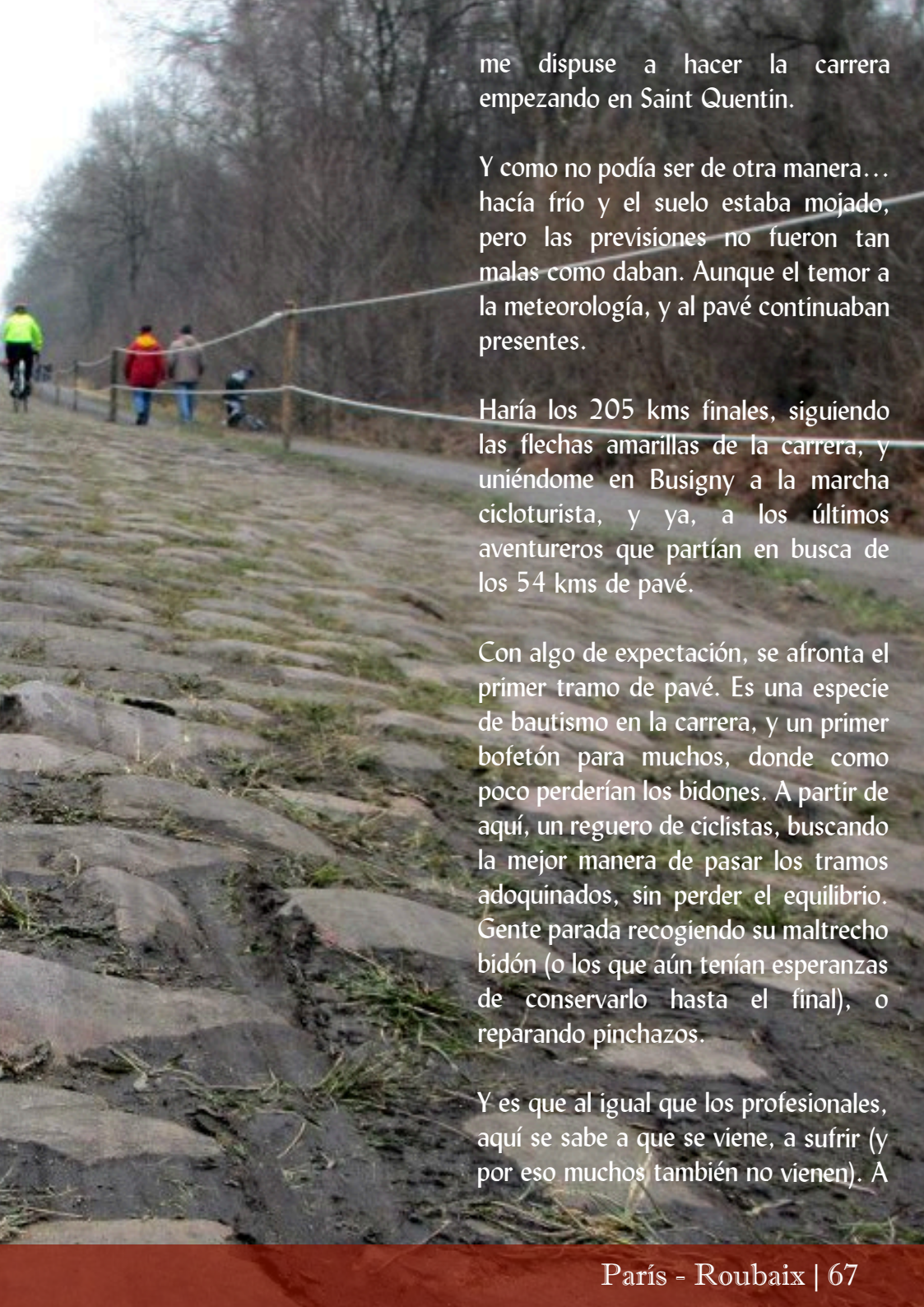
En el cicloturismo son muchos los momentos duros que se viven. No hace falta remontarse muchos años, viendo el Giro de Italia de este mismo año, para comprobar cómo los ciclistas padecen las inclemencias del tiempo y de la montaña.

Aunque esta vez, no me refiero a una de esas situaciones épicas que muchos hemos vivido, y me incluyo porque podría citar varias; como coronando San Bernardino tras una fuerte tormenta y arriba algo de nieve, o el final de otro viaje por la carretera de Markaska en Croacia, con viento en contra y 40°C, pero eso son otras historias. Esta vez me refiero a la Clásica de las Clásicas, la París-Roubaix, también conocida como el Infierno del Norte ("the hell of the North").

El 6 de Abril, el día previo a la carrera, con previsiones de viento, algo de lluvia, e incluso nieve por la mañana,

Fotos: Carlos Mazón





me dispuse a hacer la carrera empezando en Saint Quentin.

Y como no podía ser de otra manera... hacía frío y el suelo estaba mojado, pero las previsiones no fueron tan malas como daban. Aunque el temor a la meteorología, y al pavé continuaban presentes.

Haría los 205 kms finales, siguiendo las flechas amarillas de la carrera, y uniéndome en Busigny a la marcha cicloturista, y ya, a los últimos aventureros que partían en busca de los 54 kms de pavé.

Con algo de expectación, se afronta el primer tramo de pavé. Es una especie de bautismo en la carrera, y un primer bofetón para muchos, donde como poco perderían los bidones. A partir de aquí, un reguero de ciclistas, buscando la mejor manera de pasar los tramos adoquinados, sin perder el equilibrio. Gente parada recogiendo su maltrecho bidón (o los que aún tenían esperanzas de conservarlo hasta el final), o reparando pinchazos.


Y es que al igual que los profesionales, aquí se sabe a que se viene, a sufrir (y por eso muchos también no vienen). A

sufrir por la bici, por la mecánica, por los kilómetros y por el clima. Es un terreno prácticamente llano, entre sembrados, y algún pequeño bosque, que podría pasar inadvertido para la mayoría, ya que aparentemente no tiene nada de especial, aparte de malas carreteras, y carreteras agrícolas.

Pese a todo, es un lugar mágico, con 111 años de historia, y del mejor ciclismo de los tiempos. Los “tramos de pavé” no son simples carrefoures. Tienen nombre propio. Cuanto más duro y roto está, más estrellas tiene, y un hueco más grande tiene en la historia.

Pasar por las minas de Arenberg es el preludio de que estamos entrando en el paraíso.

Truée d'Arenberg, con 2.400 metros, es el primer tramo de 5 estrellas, el primer Monumento de la carrera junto al Carrefour de l'Arbre, y el velódromo de Roubaix. A partir de aquí, el pavé de Walles, conocido por el Pont Gibus, y el Carrefour de Hornaing casi seguidos. Los tramos de pavé son más largos y duros, además de técnicos, ya que tienen curvas de 90° donde es difícil controlar la bici y tomar la



Fotos: Carlos Mazón





trazada buena. Todo es dificultad, aunque sea técnica, supone un esfuerzo físico mayor que deberán soportar las rodillas, aparte del traqueteo provocado por las piedras y la consecuente deceleración que estas producen.

Hornaing es otro tramo larguísimo de 3,7 kms y 4 estrellas. Aunque no es tan duro, se puede rodar relativamente bien siempre que se mantenga una velocidad de más de 30, algo que en este tramo no cuesta demasiado, como en Warlaing à Brillon, y Tilloy à Sars-et-Rosières, dos tramos casi consecutivos de 2,4 kms. Pero ya no se puede decir lo mismo del Carrefour de L'Arbe, donde ni me quise parar por lo peligroso del mismo. Todo el mundo buscando el arcén, los pocos que iban por el centro lo hacían esquivando agujeros y piedras que sobresalían en exceso. Ç

Allí vi como a pocos metros delante de mí uno no pudo esquivar uno de los agujeros y cayó al suelo, y un poco más adelante otra pareja convalecía en el arcén con algo más que fallos mecánicos. Esto es la París-Roubaix, donde al acabar un tramo agradeces no haber tenido una avería, o un

tropezón, y que la bici siga en su sitio para continuar camino, con el objetivo cada vez más cercano de llegar al velódromo de Roubaix.

Próximo a Roubaix los nervios se notan en el ambiente. Ya hay ganas de llegar. Un repecho a 4 kms del velódromo pone las piernas duras, pese a no hacer mucho viento e ir a rueda. Allí fue donde Cancellara intentaría cortar a Sep Vanmarcke sin éxito.

La entrada al velódromo es un momento casi mágico, donde se junta historia y realidad, el fin del sufrimiento para muchos y el paraíso y la gloria para unos pocos.

Yo con ganas de aprovechar hasta el último metro intenté incitar a los que iban conmigo a esprintar, que aunque sea vuelta de honor, el velódromo bien merece subirse por las paredes y un buen esprint, aunque en mi caso finalmente fuese en solitario.

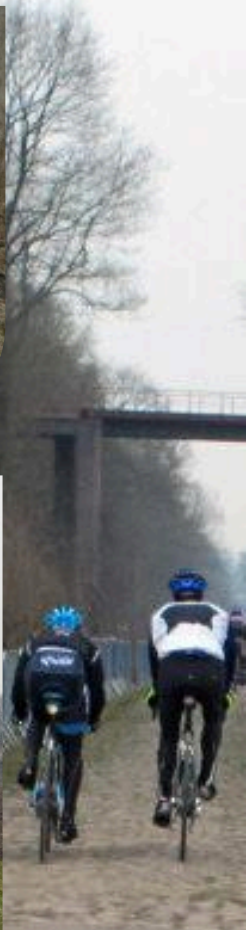
Contento por acabar, por no haber tenido ningún percance y por haber podido vivir desde dentro un poquito de la historia que puedes leer en las rocas del pavé. **CARLOS MAZÓN**



Fotos: Carlos Mazón







Fotos: Carlos Mazón





# 10 CONSEJOS

## Para afrontar una Marcha cicloturista

Llega el momento clave de la temporada. Meses entrenando para esa marcha cicloturista que te has marcado como clave este año. Quedan cuatro o cinco días y empiezan a picar las piernas y el gusanillo en el estómago comienza a dar vueltas. Tus cinco sentidos se

centran en las bici, comienzas a hacer todo muy rápido y en el momento de la salida estás hasta cansado del stress acumulado los días anteriores. Tranquilo, tenemos todas las claves para que llegues tranquilo y descansado.

### CONSEJO Nº1

Ante todo, mucha calma. Disfrutas con la bici, amas la bici, te gusta con pasión este deporte, pero, ante todo, sabes que no vives de él. Así que lo primero es marcarse un objetivo realista y que te permita

gozar de una gran marcha en compañía de miles de cicloturistas como tú. Sal con una sonrisa en la cara y entra en meta con la misma.

### CONSEJO Nº2

Prevé el viaje. Las marchas clave





suelen aglutinar a muchos cicloturistas y es complicado encontrar alojamiento cerca. Actúa con tiempo, mide la distancia que tienes de la salida al lugar en el que vas a dormir y suma unos 20 minutos más para posibles atascos.

### CONSEJO Nº3

¿Qué como los días anteriores? La respuesta es sencilla, pasta y pollo. Eso sí, en varias de sus versiones. Ya sabes que la cena del día antes de la marcha es clave para cargar el cuerpo de hidratos de carbono en forma de pasta. Y si puedes, elude las grasas y esas judías con chorizo tan buenas que cocina tu esposa.

### CONSEJO Nº4

Y para desayunar.... pues aquí lo que

viene muy bien es no hacer pruebas. Toma los alimentos que sueles comer antes de cada salida de domingo con la grupetta y en todo caso aumenta un poco la cantidad. Eso sí, ojo con los atracones desayunando, que no hay peor sensación que la de llegar a la salida de una marcha con el estómago inflado.

### CONSEJO Nº5

¿Qué me echo en los bolsillos del maillot? Evidentemente depende de la distancia de la marcha pero con dos barritas y algo de fruta te puede valer para llegar al avituallamiento. Recuerda, estás en una marcha y tienes puntos de comida por el camino, ¿para qué ir cargado como un camello?



Foto: Pedro M. Labrada

## CONSEJO Nº6

¿Y en los bidones? Pues la norma habitual es uno con agua y otro con sales minerales. Depende del organismo de cada ciclista y de lo calurosa que sea la jornada, pero con ambos llenos no tendrás problemas para llegar a los avituallamientos y recargar pilas.

## CONSEJO Nº7

¿Herramientas? Entre algunos cicloturistas se ha impuesto la norma de no llevar bolsa de herramientas ni bombín a las marchas y luego los ves tirados en la cuneta esperando a que les arreglen el pinchazo. Sé autosuficiente y no está de más cargar la bici con unos gramos de más con un par de cámaras, unos desmontables y un bombín pequeño.

## CONSEJO Nº8

¿Qué ropa me pongo? El eterno dilema, sobre todo en marchas con puertos de montaña. Mira la previsión del tiempo los días anteriores y echa en la maleta todo lo necesario. Las horas de salida son tempranas y salvo que haga un día espléndido no sobran casi nunca ni los manguitos ni un buen chaleco,

que además luego serán necesarios para bajar los puertos y no quedarse helado. Incluso una buena crema calentadora para las piernas ayudará a no pegar tiritones en los primeros kilómetros.

## CONSEJO Nº9

Prepara tu bicicleta. ¿Cuántos cicloturistas conocéis que justo antes de salir te dicen eso de... a mi bici le suena algo raro? Una avería puede echar al traste una cicloturista así que visita la semana anterior al mecánico para que haga una revisión de tu máquina y, si puede ser, déjala la noche anterior preparada y con las ruedas hinchadas.

## CONSEJO Nº10

Estudia el recorrido de la marcha. No hay nada que cause más desazón que no saber lo que tienes por delante. Analiza la cicloturista, los tramos en los que puedes descansar y en qué puertos puedes dar un poquito de más. Peca un poco de conservador porque no hay nada peor que explotar en mitad de un puerto y que el sufrimiento se te haga eterno. Recuerda... estás para disfrutar de la bicicleta. [CICLORED.COM](http://CICLORED.COM) / **LUIS ORTEGA**





Foto: Luis Orega

# CICLOTURISMO

## XXIII Cicloturista de Vitoria

Es sábado, el primer sábado del mes de Junio, día de ciclismo en mayúsculas, de andar en bicicleta de verdad. Hoy se disputa una nueva edición de la Prueba Cicloturista Vitoria y ya van 33 en 52 años de historia, ahí es nada. Una de las marchas más carismática del cicloturismo vasco, vuelve a la carretera, y lo hace después de sortear mil y una trabas.

Son las seis de la mañana, aún de noche, y todo está preparado en el Pabellón de Mendizorroza de Vitoria – Gasteiz. Los más madrugadores empiezan a llegar, revisan sus bicis, recogen su dorsal y la hoja de ruta, se toman un cafecito o zumo y esperan la hora de inicio mientras miran al cielo. La capital alavesa les ha recibido con un ambiente gélido y ligera lluvia.

A las siete de la mañana, con puntualidad británica, se da la salida. Por delante 250 kilómetros con 6 puertos de montaña, entre ellos el mítico de “Herrera”. La dureza de la Prueba queda reflejada en un dato:

3.600 metros de desnivel acumulado. Finalmente son 156 valientes los que se aminoran a participar en la Prueba y sortear todas las adversidades, sin duda un número muy inferior al de ediciones pretéritas, pero hay que valorar que la “primavera – invernal” que ha padecido principalmente la zona norte apenas ha permitido salir a andar en bicicleta y una marcha como esta no está reservada a “globeros”.

Los primeros kilómetros discurren tranquilos. Se llega a Opacua. Hace frío, apenas 6º y hay que abrigarse. Durante los próximos kilómetros la Sierra de Urbasa se convierte en inseparable compañero de fatigas. Sin apenas darse cuenta se llega al alto de Urbasa. Es un puerto de película, corto, pero intenso, con un descenso espectacular y técnico.

La marcha no para. Ahora es el turno del Alto de Lizárraga. La niebla se apodera del sendero y en la cima no se ve nada. A la altura del túnel algunos cicloturistas deciden seguir su marcha andando. Quien diría que estamos en Junio.





Foto: José Arturo Castro

Descendemos por la valle del Yerri hasta llegar a Abárzuza, población navarra con notable tradición ciclista (cuna de José Miguel Etxebarri y de Benito Ros, 8 veces campeón del mundo de Trial en bicicleta), donde estaba situado el primer control de avituallamiento líquido y sólido. Estamos en el punto intermedio de la Prueba y surgen los primeros rayos de sol. Por desgracia serían también los últimos.

La Villa medieval de Laguardia recibió a los cicloturistas con buen ánimo y temperatura agradable. Llegamos al kilómetro 198, se ha cubierto gran parte de la marcha, pero todavía queda lo más duro. Los cuerpos están machacados y las fuerzas muy justas. El frío ha hecho mella. Tras unos kilómetros por una carretera nacional con muy buen piso y rodeados de viñas que cederán sus uvas para unos grandes caldos de rioja-alavesa, llega el temible giro a la derecha que nos presenta de sopetón, sin ningún tipo de cortesía: el alto de la Herrera, ese puerto que bajó de la bicicleta a Bernard Hinault en la Vuelta del 83.

Herrera es mentiroso desde el principio, sus rampas engañan a la vista y torturan a las piernas. Sus

rampas iniciales del 12 % terminan de exprimir la última gota de gasolina que aún les queda a los cicloturistas. Y para hacerlo más agónico un desgarrador muro del 14% antes de alcanzar la cima, pone el punto épico a esta mítica subida. En la cumbre un puesto de avituallamiento. La parada es obligatoria, no para repostar, sino para mirar atrás y disfrutar de lo logrado, si bien en esta ocasión la cerrada niebla no permitía acercarse al pasado más cercano.

Desde aquí 40 kilómetros hasta la llegada, la mayoría de descenso, un descenso que se saborea metro a metro. Con más entusiasmo que fuerzas se afronta la última subida de la jornada: el Alto de Zaldiaran, una tachuela muy tendida que por circunstancias cobra una notable dificultad. El alto nos deja a las puertas de la capital alavesa, que nos recibe como nos dejó marchar, con frío y ligera lluvia.

En la llegada rostros de cansancio ocultos bajo una gran sonrisa de satisfacción. Cicloturismo también es esto. Frío, lluvia, niebla, kilómetros, camaradería, amistad, sacrificio, dolor, emoción, placer. Así fue la Prueba Cicloturista Vitoria 2013.

**JOSÉ ARTURO CASTRO**





Foto: José Arturo Castro

# ALUCHEROS DEL PEDAL

## La montaña y el románico palentino

La ruta de cicloturismo que os presentamos en este nuevo número de la revista aún a 2 de nuestras grandes pasiones mas allá de la bicicleta, es decir, los paisajes y entornos montañosos y el arte románico. Estas características las reúne estupendamente la provincia elegida, Palencia.

Se trata de una ruta circular, que sale y llega desde la misma ciudad de Palencia, con una distancia total de 463 kms y con un desnivel acumulado subiendo de mas de 4.000 mts. Dividida en 9 etapas, se adentran por la práctica totalidad de comarcas palentinas, iniciándose por Tierra de Campos y tomando su parte culminante en las comarcas más montañosas de Aguilar de Campoo, Cervera y Guardo-La Peña.

Fotos y texto: Alucheros del Pedal





**« La carretera se acaba  
en Lebanza, el camino  
de tierra nos lleva hasta  
Polentinos »**


Palencia, territorio de grandes contrastes. Desde una zona Norte muy montañosa, pasando por una tierra de transición (La Ojeda), que da paso a una extensa llanura plagada de campos de cereales (Tierra de Campos), hasta culminar con paisajes de valles y cerros (Cerrato), un menú más que apetecible para Alucherosdelpedal y la práctica del cicloturismo.

En cuanto al arte románico, comentar que se ha calificado la zona norte de la provincia como “la de mayor concentración de iglesias románicas de Europa”, con unas características propias irrepetibles.







A photograph of two cyclists riding towards the camera on a red-paved path. They are wearing helmets and cycling gear. The path is bordered by a wooden post-and-rail fence on the right. Above them is a large, dark wooden truss bridge. In the background, there is a green hill and some buildings. The sky is blue with some clouds.

**« Un carril bici nos lleva desde Aguilar de Campoo hasta Nestar, la montaña asoma »**





**« En Revilla de Santullán  
podeis encontrar una de las  
joyas románicas del viaje, la  
iglesia de San Cipriano »**





Además tenemos que mencionar con especial atención la visita que hicimos a la iglesia de San Martín de Frómista, considerada una de las obras cumbres del románico en el mundo, incluida entre los grandes hitos que este estilo dejó a lo largo del Camino de Santiago.

Las etapas reinas de esta ruta aluchera trascurrió por zonas montañosas adentrándonos por el Valle de Castillería, naturaleza en su máxima expresión, fauna, flora, y visitas de las últimas abadías palentinas. El sabor de la gastronomía de la tierra y sus gentes superaron todas nuestras expectativas.





**« Hemos dejado atrás la  
montaña, llegamos a la  
villa medieval de Saldaña »**





Información mas detallada de la  
ruta en nuestra web:

[www.alucherosdelpedal.com](http://www.alucherosdelpedal.com)  
(apartado cicloturismo)





**« En plena ascensión al  
alto de la Varga, con el pico  
Santa Lucía al fondo »**



