

Consejos para viajar en bicicleta

¿Eres fanático de la bicicleta? Si eres de los que sale con su bici a todos lados sin importar el momento ni la estación, y añoras ir con ella de viaje aquí encontrarás muchos consejos que pueden ser útiles a la hora de planificar tu viaje en bicicleta. Todo lo que se necesita para equipar la bici antes de una salida larga. Alforjas, portaequipajes y bolsos. Pautas para ubicar y distribuir el peso y mucho más.

Seguramente, uno de los grandes deseos de muchos poseedores de una bici de montaña y amantes de la aventura es que alguna vez se concrete la siempre latente idea de realizar una verdadera travesía. Es decir, planificar y llevar adelante una salida importante junto a un grupo de amigos, por lugares donde la vegetación y el terreno obliguen a sacar a relucir nuestro poder intrínseco de aventura, exigiendo y disfrutando al máximo de la bicicleta.

A todos los que nos gusta incorporar accesorios y tecnología a nuestro vehículo ecológico, para luego buscar cualquier motivo para pedalear, perfeccionar con otros ciclistas una salida y llevarla adelante genera satisfacciones muy especiales.

Pero como decíamos, para que resulte lo más agradable posible, toda travesía requiere de planificación y, principalmente, poner en condiciones óptimas el rodado.

Equipando la bici

Para pedalear por nuestro barrio o realizar paseos cortos, nos basta una bicicleta que reúna condiciones elementales. En cambio, cuando el objetivo es emprender travesías en zonas agrestes, alejadas de la urbanidad, el tema es más serio, y nos lleva a pensar y averiguar esencialmente qué necesitará la bicicleta para enfrentar el eventual desafío.



Precisamente, la idea de realizar grandes viajes por senderos y caminos secundarios seduce a cualquier ciclista. Cuando se pedalea entre subidas y bajadas, o cuando se enfrentan diferentes terrenos y climas, la mountain bike se aprovecha a fondo. Por tal motivo, es indispensable saber cuál es la bicicleta que necesitamos y qué transformaciones debemos realizarle para convertirla en un vehículo de travesía.

Debemos contar con una bicicleta cuyo cuadro sea de cromomolibdeno o aluminio, dado que debe resistir nuestro peso, el de los equipajes y el trajinar del terreno. Debe tener 18 o 21 velocidades. Si son 21, mejor, porque vamos a tener más opciones para cambiar el ritmo de pedaleo,

posibilidad que, llegado el momento, vamos a agradecer. Es lógico que a simple vista el precio de la misma te parezca exorbitante, pero si lo piensas te darás cuenta que todo lo que puedes disfrutar sobre esas dos ruedas será impagable.

Accesorios

Una vez obtenida la bicicleta básica para un largo viaje, se deben conseguir a continuación los accesorios elementales para enfrentarlo.

La hidratación es uno de los temas primordiales a la hora de pedalear, por lo que debemos contar con el portabidón y los bidones o caramañolas. El primero puede ser de aluminio o de plástico, y se une al cuadro de la bicicleta por medio de dos tornillos que ya vienen preparados al efecto. Podemos ubicar dos, uno en el caño vertical (donde va el asiento) y otro en el caño oblicuo del cuadro. Particularmente, nos inclinamos por los portabidones de metal, ya que mantienen más firme la caramañola, que también puede ser de aluminio o plástico. Las hay térmicas, que mantienen las bebidas frías o calientes (siempre que la temperatura ambiente no sea muy extrema). Si se dispone de dos caramañolas, es conveniente cargar una con agua y otra con líquidos ricos en minerales o jugos con azúcares.



Dado que posiblemente en más de una oportunidad la noche nos encuentre pedaleando, es importante acoplarle a la bici luces delanteras y traseras, ya que hacerse ver establece la diferencia entre continuar el viaje y no pedalear nunca más. Es recomendable emplear luces halógenas para alumbrar el camino y focos titilantes para la parte trasera.

Junto con la hoja de ruta en la cual debemos trazar el recorrido, las ciclocomputadoras serán de suma utilidad a la hora de medir la travesía en números. Además, si el trayecto abarca zonas montañosas, un altímetro puede ser de gran ayuda.

Es muy beneficioso adosarle "cuernitos" al manubrio, elementos que se colocan en las terminales

de los puños y permiten tener otra posición de manejo, especialmente, en el llano y en los ascensos.

En cuanto a los repuestos, debemos llevar, al menos, un juego de cubiertas y cuatro cámaras, si es posible, con líquido antipinchaduras. También varios parches, pegamento y juego de llaves allen. Tampoco hay que olvidar el inflador, imprescindible para toda salida. Es suficiente con llevar uno de tamaño pequeño, de doble acción, que se ubica en el cuadro de la bicicleta.

Portaequipajes y alforjas



Aquí, el aspecto de nuestra bicicleta se transforma por completo. La colocación de los portaequipajes en la parte trasera y delantera le dan una imagen muy particular a la bici. Estos prácticos elementos deben ser de metal. Algunos portapaquetes traseros poseen una chapa que cumple la función de guardabarros, sobre la cual se suelen ubicar la bolsa de dormir, la carpa y las cargas más grandes.

Las alforjas se instalan a cada lado de los portapaquetes trasero y delantero. Además, podemos adosarle a la bicicleta un bolsito debajo del asiento, otro adelante sujeto al manubrio, y también un tercero en el cuadro.

Al cargar el rodado, es fundamental distribuir todos los elementos que llevamos, de manera tal que la bici mantenga un equilibrio. Es conveniente ubicar las cosas más pesadas en la parte inferior de las alforjas traseras; los demás elementos de peso, se colocan en las alforjas delanteras.

Recordemos que la parte trasera recibe también el peso de nuestro cuerpo y que ocasiona la fuerza de tracción. Una vez cargada la bici, es recomendable testearla y ver cómo se comporta cuando maniobramos y levantamos velocidad.



En el bolso que ubicamos debajo del manubrio, llevaremos las cosas que necesitamos tener más a mano: dinero, mapas, documentos, cámara fotográfica, etcétera.

Equipo recomendado

- Bicicleta de 21 velocidades, con suspensión delantera
- Portaequipaje de aluminio
- Alforja
- Caramañola
- Inflador
- Casco
- Kit de reparación de pinchaduras
- Destellador trasero
- Luz delantera
- Lentes protectores
- Bolsos para debajo del asiento y manubrio
- Aceite lubricante con teflón
- Cable de cambio y freno
- Cubiertas