

Ciclosfera

MÁS BICIS, MEJORES CIUDADES. PERSONAS MÁS PLENAS

INVIERNO 23/24 | CICLOSFERA.COM



46



**KAN
KOBAYASHI**
CICLISMO EN LAS VENAS

**CICLOSFERIA 2024 / CAFÉ TACVBA / MIYAZAKI / STEVE MCCURRY
LIOR STEINBERG / STEEL VINTAGE BIKES / THE LOOP / EL GURÚ DE LA BICI**

LITTIIUM

www.littiumbykaos.com





IS COMING 2024



BIZARRAINBOW



*INDEX



04 ÍNDICE 05 STAFF 06 EDITORIAL 08 GUSTÓMETRO 10 A DEBATE
14 COMUNIDAD CICLOSFERA 18 RETROVISOR 20 CONTRARRELOJ
21 READERS BIKERS 26 BIKE SONG 30 HÉROES 36 RINCONES
42 MARAVILLAS 48 MOMENTOS 54 ILUSTRADOS 60 ESTO SÍ ES
ÁMSTERDAM 68 MUNDOBICI 76 DÓNDE ENCONTRARNOS
80 ESCAPARATE 96 BAZAR 102 RODANDO VOY 106 CÓMIC 108 ULTIMÁTUM

STAFF

COLABORADORES



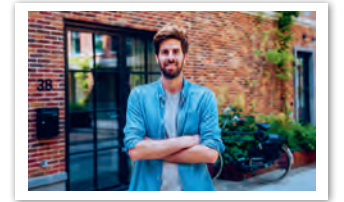
KAN KOBAYASHI

La portada de este número es suya. También el *Ilustrados*. Y es que este japonés se merece eso y mucho más: conjuga talento artístico con una infinita pasión por todo lo que tenga que ver con la bici. Nos invita a pedalear con él por las calles de Tokio... ¡de momento tendremos que conformarnos con seguir su arte en Instagram (@kankobayashi_)!



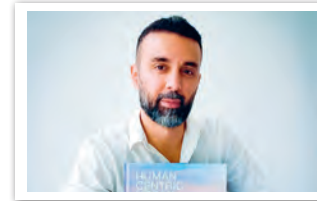
ALEX BISALIEV

Justo cuando nosotros lanzábamos esta revista, él ponía en marcha Steel Vintage Bikes, una tienda online con bicicletas clásicas restauradas. Doce años después, el proyecto ha evolucionado y cuenta con dos locales en el centro de Berlín: buen amigo de *Ciclosfera*, nos lo explica todo en *Rincones*. ¡Muchas ganas de verte de nuevo, Alex!



LIOR STEINBERG

¿Te ha pasado alguna vez que, hablando con alguien, dice exactamente lo que piensas pero explicándolo mucho mejor? Nos pasó con Lior, autor del libro infantil que protagoniza el *Readers Bikers de Ciclosfera #46*. Estará en Barcelona dando una Master Class en abril, ¡no os la perdáis, tenéis mucha más información en esta revista!



BAHARASH BAGHERIAN

Es el alma y fundador de URB, un estudio de arquitectura que aspira a transformar Dubái en un lugar mucho más humano y sostenible. Ha publicado recientemente un libro, *Human Centric Urban Innovations*, y os detallamos en la sección *Maravillas* su proyecto arquitectónico más ciclista y revolucionario: The LOOP.



JAVI REYERO

Este madrileño lleva muchos años implicado en distintos proyectos en torno a la bicicleta, y en este número os presentamos uno de los más apasionantes, El Gurú de la Bici, donde ofrece cursos sobre mecánica y muchas más cosas. Todos nos parecen imprescindibles... ¡Pásate por la sección *Mundobici* para conocerlos mejor!

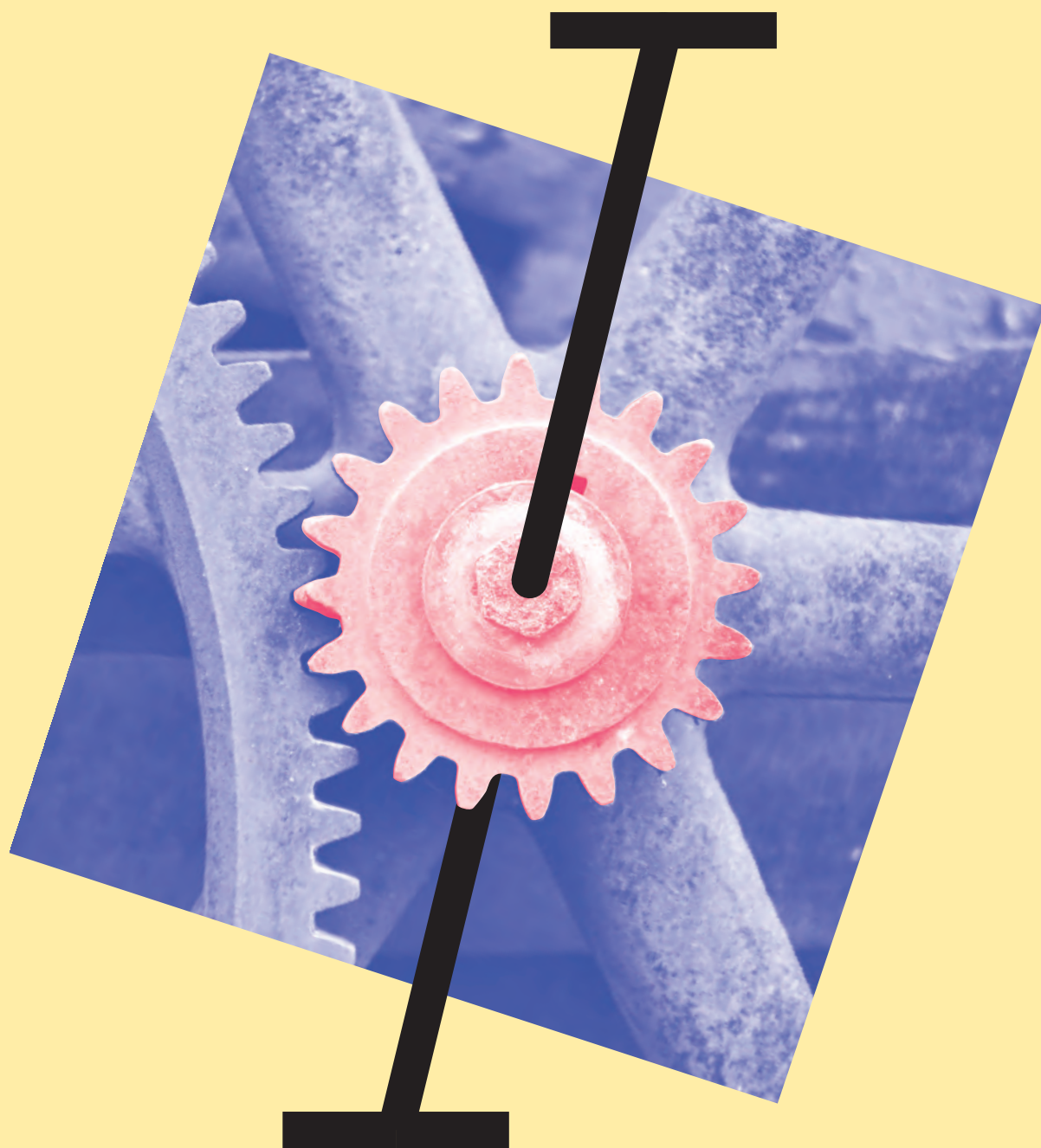


STEVE MCCURRY

Nacido en 1950 en Pensilvania (EE UU), es uno de los mejores fotoperiodistas del mundo. Autor de uno de los retratos más célebres de la historia (*La niña afgana*), ha reflejado en sus mágicas fotografías la aventura cotidiana de desplazarse en los trenes de India. Una de esas inolvidables imágenes es la protagonista del *Retrovisor* de este número.

Director: Rafa Vidiella (rafa@ciclosfera.com) **Director de marketing y producción:** Fernando Lozano (fernando@ciclosfera.com) **Directora de entornos digitales:** Elena Alcalde (elena@ciclosfera.com) **Director creativo:** Fernando Rapa Carballo. **Director web:** Diego Kuperman. **Director de comunicación:** Jaime Novo (jaime@ciclosfera.com). **Redactor jefe:** Alejandro Lingenti (alejandrolingenti@ciclosfera.com) **Redacción:** Ana Castán, Max Boraita, Catalina Serrano, Soledad Ruiz, Jaime Novo y Alejandro Lingenti. **Fotos:** Steve McCurry, Jorge Casanova, Rubén Vega, Chacho Montoya, Diego Pons, Alejandro Martín, Estudio Ghibli, Amsterdamize, Humankind, Elena Alcalde, Cyril Chermin, Remco Kroeze y Tom Parr. **Ilustraciones:** Kan Kobayashi, Banezka, Álvaro Valiño y Rita Kruglova. **Publicidad:** publicidad@ciclosfera.com / 649 373 218 y 627 642 428. **Contacto:** contacto@ciclosfera.com. **Edita:** Ciclosfera. **Diseña:** Sole Carballo. **Imprime:** MyC Impresión. **Distribuye:** La Luna. **Depósito Legal:** M-7809-2012.

Ciclosfera es una publicación independiente, que no pertenece a grupo, colectivo o asociación alguna. *Ciclosfera* no se hace responsable de las opiniones de sus colaboradores, así como de los anuncios publicitarios u otros. Queda prohibida la reproducción total o parcial de cualquiera de sus contenidos sin autorización escrita del editor. Según el artículo 21 de la Ley de Prensa e Imprenta se hace público que la edición de *Ciclosfera* se financia con la publicidad impresa de la misma.



A la industria

Ser leídos por todo tipo de público es uno de nuestros objetivos. Primero, por los que ya comparten el orgullo y la pasión de moverse en bici. Segundo, llegando a aquellos que aún no saben que se convertirán en ciclistas, intentando encender ese interés por la bicicleta a través de contenidos y emociones que van más allá de “una revista de bicis”.

Pero también queremos llegar a la industria. Porque hemos logrado no tener sólo anunciantes o clientes, sino amigos. La lista de proyectos y personas a las que nos sentimos muy próximos es muy extensa. Y es a ellas a quienes se dirige este texto.

La industria de la bicicleta atraviesa una época de incertidumbre. La demanda vivida con la pandemia se ha frenado. Fabricantes, proveedores, distribuidores o tiendas miran preocupados el futuro. Y mientras muchos expertos apuestan por ‘cribas’, ‘sacrificios’ y ‘ajustes’, desde aquí preferimos transmitir optimismo. La bicicleta vive su mejor momento. Y estamos seguros de que lo mejor está por llegar.

Puede que ahora mismo no se venda tanto como en años anteriores, pero se respira más interés que nunca en torno a la bicicleta. Las cifras titubearán, y también lo harán los que sólo se rigen por ellas, pero a nuestro alrededor tenemos más ciclistas. El auge del ciclismo urbano será imparable. El cicloturismo seducirá a las administraciones públicas y a un sector de la población cada vez más abundante. Y los millones de nuevos usuarios exigirán servicios, mantenimiento, productos. Buenos profesionales para ser bien atendidos.

Es a esos buenos profesionales a quienes va dedicado este texto. Seguid luchando porque la bici y vuestro esfuerzo merecen mucho la pena. Otros sectores se rigen sólo por números porque sólo venden objetos: vosotros dais felicidad, salud, sueños, diversión, herramientas que cambian y mejoran el mundo. Sed imaginativos. Solidarios. Optimistas. Conservad la esperanza en los demás y en vosotros mismos porque la bicicleta seguirá estando en auge y, con ella, todos los que intentáis hacerla cada día más grande y mejor.

Rafa
Vidiella



**Director de
Ciclosfera**



GUSTÓ METRO

Lo sabes tú y cientos de miles de personas más: si quieres estar al día de toda la cultura ciclista, nuestras redes sociales son el lugar ideal. Síguenos. Suscríbete. Lo que sea, para seguir con nosotros.



6.114

| 8 |



6.090



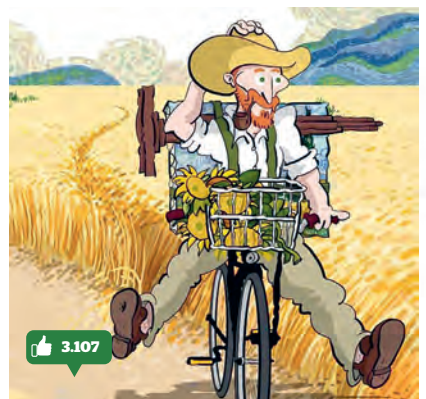
5.289



4.082



3.908



3.107



2.814



2.221



Spiny

¡Convierte tu bicicleta en eléctrica cuando quieras!
www.getspiny.com

100% transportable te lo llevas contigo

Hasta 40km de autonomía

fácil de instalar

¿QUÉ ALIMENTO TE SIENTA MEJOR ANTES DE SALIR A PEDALEAR?

"Un licuado de avena con plátano me da toda la fuerza"
(ELGASCHUDECK)

"Tostada de arroz con crema de cacahuete, plátano y un trago de bebida isotónica"
(CARLOSDIRCA)

"Una onza de chocolate 92%"
(LACHICAQUECORRE)

"Siempre té verde y chocolate negro, of course!"
(PRINCESSBIKES)

"Un batido con tres plátanos, tres cucharadas de avena, nueces, una cucharadita de cúrcuma y de canela, una pizca de sal y pimienta negra, agua y hielo. Me encanta, y después puedo estar hasta cuatro horas sin comer"
(PERSIDAMARTINEZ70)

"Un buen licuado de quinoa, agua, avena cruda, chía, fresas o mango o papaya y hielos... ¡Uffff!"
(ANGA_HARIND)

"Una pieza de kiwi o naranja. Café solo. Tostadas de pan integral con aguacate y miel. Plátano, un puñado de pistachos y agua"
(ROMANGONZALEZCASTILLA)

"Lo más importante es que contenga la proteína que necesito para recuperarme del ayuno de la noche, así que mezclo 25gr de proteína vegana con 250ml de leche de avena, 50 gramos de avena y 10 de chía. ¿Algo más? Dos huevos duros, dos rebanadas de pan con semillas, untado con queso alto en proteínas y dos sardinas"
(EDUARDGRAU)

"Depende de cuál sea el objetivo. Pero si es hacer muchos kilómetros, avena, leche (rebajada con agua), plátano, almendras fileteadas, miel y claro, café. Esto media hora antes de salir"
(FERNANDOJUÁREZRODRÍGUEZ)

"Yo voy pedaleando a trabajar así que me como lo que haya y todo me sienta bien. Si es huevo, huevo. Si es una tortilla de maíz, bien. Y si es pan y café, a por ello"
(ELOYGAMENO)

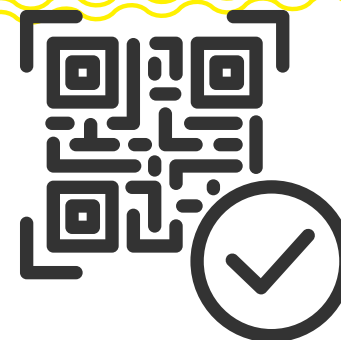
"Tortillas de quinoa, fruta picada con yogur natural, copos de avena. Té de canela frío, plátano y frutos secos"
(JOSELOVILLEGASILVA)

"Dos huevos cocidos, medio aguacate, 100 gramos de queso, una taza de café oscuro sin azúcar y una cucharada de aceite de oliva"
(RAMFE)

"Cuando salimos de viaje, desayunamos proteína en polvo muy pronto, para salir a las seis de la mañana. Después de treinta o cuarenta kilómetros nos tomamos unas tortitas con avena y chocolate y café para terminar el tramo de esa mañana"
(RUTAEN3)

"Unas buenas lonchas de jamón ibérico con pan y tomate y aceite de oliva virgen. Un café. Dos vasos de agua y seis dátiles dulces. Y, al terminar de rodar, un buen zumo de cebada fermentada, o en otras palabras... ¡Una buena cerveza!"
(JUANMGR)

A DEBATE



TIENDA FÍSICA O TIENDA ONLINE. ¿DÓNDE PREFIERES COMPRAR?

"Siempre que sea posible, física. El tacto es un valor imposible de encontrar online"
(PIROMERO)

"Siempre, tienda física. Así puedo ver, tocar, probar, preguntar cuánto quiera. Una foto puede ser engañosa. Compró online sólo cuando ya conozco el producto"
(MANOKORDÓN)

"No todo se puede encontrar a la primera en una tienda física. Me vuelven loca las tiendas de bicis, pero me ha resultado mucho más fácil encontrar en Internet unas alforjas a tono con mi bici"
(LUCIABICILOOCA)

"Un debate interesante para quienes viven en grandes ciudades y con muchas tiendas a mano, pero los que vivimos en pueblos pequeños, donde no hay ninguna tienda física, o como mucho una, siempre acabamos comprando online"
(LASTREBISTRO)

"¡Gran pregunta! Es más cómodo comprar online si ya sabes exactamente lo que necesitas, como unos recambios, pero si hablamos de una bici nueva... Yo prefiero tocarla. Levantarla. Sentir que es para mí. ¡Vivir un amor a primera vista!"
(MARINAVAENBIC)

"Si necesito algo concreto, me empeño en encontrarlo en una tienda física, aunque me exija mucho más tiempo y esfuerzo que en Internet. Si es posible, siempre mejor en tiendas físicas"
(MAMEN_ALCARAZ)

"Física, porque prefiero poder tocar y ver"
(JULIANARISMENDY)

"Por muchos motivos, tienda física. Aunque sólo sea por egoísmo, porque siempre volverá a ti parte del dinero que dejas cerca"
(MARINOESCUCHIMIZADO)

"Sin lugar a dudas, física. Además, ¡nunca será posible tener un taller de bicicletas online! Al menos en mi caso, siempre que voy a una revisión de taller acabo comprando algo en la tienda. ¡No puedo evitarlo!"
(LOSONJASON)

"Depende de qué quieras comprar. Por ejemplo, me alucina que se vendan e-bikes de 5.000 euros por Internet. ¿Las han probado antes? ¿Dónde?"
(SILVIASILVY)

"Las dos me son útiles. Depende del producto: todo lo que tenga tallas, prefiero probarlo en una tienda física"
(RODRIGOJARPASALGADO)

"Las tiendas online nos han dado la vida a los ciclistas urbanos en España. ¡En las tiendas físicas no hay nada, o casi nada, para nosotros!"
(SERGIO_VELOZ)

"Personalmente, siempre tienda física. ¡Necesito el asesoramiento de gente maja y profesional!"
(ARALE_ATOPE)

"Depende del artículo. Si hablamos de cascos o ropas, siempre mejor tienda física. Pero luces, candados o ciclocomputadoras, me resulta más fácil comparar precios y características en Internet, y después comprarlo ahí"
(BIKETHEWAY)



A DEBATE

¿CUÁL ES EL MEJOR REGALO NAVIDEÑO PARA UN CICLISTA?

"Luces y calcos reflectantes, para hacernos más visibles"

(DIEGO FITZSIMONS)

"Un maillot con un dibujo chulo, distinto a lo habitual y a juego con el casco y el culotte"

(ALBERTO TRUJILLO)

"Salud y bienestar en cada rodada"

(LEONARDO RIVERA)

"Cuando era pequeña le decía a mi padre que de mayor le regalaría una bicicleta con todo Campagnolo... ¡Me encantaría hacerlo!"

(ELIZABETH MOLINA NAVARRO)

"Salud, unión familiar y mucho amor para tener la energía de salir a rodar. Pero un buen regalo sería también una bicicleta, casco, guantes, gafas... ¡Uf, hay infinidad de regalos!"

(YOLILÓPEZ)

"Nadie nunca se quejaría por una bici nueva, indumentaria ciclista o accesorios afines"

(DANIELA SUAU)

"Una luz con cámara integrada. ¡Protección!"

(CANARIAS PURA VIDA PEDAL)

"Un buen libro de historias en bici"

(MOVIGOMX)

"Un timbre de Médicos sin Fronteras. Detalle solidario"

(MOSQUITAS65)

"Un manual de mecánica elemental para la bici, incluido cómo seguir funcionando después de un pinchazo"

(TRICICLETO)

"Una ciclovía segregada, segura y disfrutable (vale para cualquier parte del mundo)"

(SANDIEGO A PEDAL)

"Las multiherramientas livianas y compactas que solucionan casi todo son un muy buen regalo. Pero también alforjas pequeñas y luces, que las hay muy baratas"

(PACMAORI)

"Un par de alforjas para la ropa de cambio, un kit antipinchazos y accesorios para cuando llegamos al trabajo en bici. ¡Ideal para ciclistas urbanos!"

(JUAN CAMILO)

¿CUÁL ES LA MEJOR CIUDAD DEL MUNDO PARA PEDALEAR EN NAVIDAD?

"Tengo muy buen recuerdo de Madrid y de esos jueves con Madrid Ciclista. Disfrutando de las luces de Navidad se hacía más llevadero el invierno y las noches oscuras. Ahora, toca Alicante"

(HELENA LO QUE DIGA LA RUBIA)

"Aunque no haya ido, elegiría Nueva York. Para verla en mi bici por primera vez"

(LA CHICA QUE CORRE)

"En Barcelona y otras zonas de Cataluña hacemos la ruta de Navidad en nuestros triciclos, para que las personas mayores o con movilidad reducida puedan disfrutar. No sé si es la mejor ciudad, pero queremos aprovechar esta época para nuestros paseos"

(ENBICISENSE DAT)

"Berlín, con carril bici por toda la ciudad"

(BIKE PAMPLONA)

"Hamburgo, para poder visitar sus mercados navideños y embriagarse de Glühwein para entrar en calor"

(CULTURCICLETA)

"Sogamoso en Boyaca, Colombia: tenemos un Tour Navideño con muy buenas rutas y los pueblos aledaños, llenos de luces, son increíbles. ¡No podéis perderos esta hermosura!"

(CROSS TIENDA CICLISTA)

"No es la ciudad ni el lugar, es el tiempo y el hoy. Porque pedalear es vivir"

(LEONARDO RIVERA)

"Gotemburgo o ¡Puerta de Hierro en Ciudad Evita, Buenos Aires, Argentina!"

(DANIDITOMASO)

"Ciudad de México. Hay museos, restaurantes, cafeterías, cines dentro de los paseos nocturnos"

(OBEDIX)

"Definitivamente, Cancún. Y de ahí a la playa de noche..."

(BICICANCÚN)

"Viena, preciosa y un paraíso"

(DUDOLUIS)

"En buena compañía, cualquier ciudad que no tenga muchas cuestas puede ser genial"

(ANTONIUM ANTONIUM)

"Ciudad de México: el Zócalo, el Palacio de Gobierno, la catedral y otros edificios muy antiguos. Los adornan, así como la calle principal"

(PEOPLE FOR BIKES)

"Me imagino que, como cualquier día del año, Ámsterdam y Copenhague. De lo que tengo a mano, Cambrils, también conocida como Cambrilsfornia"

(LUIS JAVIER SÁNCHEZ)





CICLOS FERIA

2024

EN MARCHA



La feria del ciclismo urbano y el cicloturismo ya tiene fechas y repite escenario: del 17 al 19 de mayo, el espectacular Tinglado 2 de la Marina de Valencia acogerá la tercera edición de un evento imprescindible. Te lo contamos todo y, si quieres formar parte, ¡date prisa porque hemos abierto la reserva de espacios!

La historia de Ciclosferia es curiosa: el evento festivo y multitudinario que en 2023 reunió a más de 15.000 personas nació en un momento de aislamiento y excepcionalidad. Fue en mayo de 2020, en plena pandemia y confinados, cuando detectamos que tanto profesionales como

público en general necesitábamos compartir nuestra preocupación, esperanza y, sobre todo, amor y pasión por la bicicleta. A lo largo de casi una semana y doce horas al día pusimos en marcha Ciclosferia, el primer festival online de ciclismo urbano repleto de webinars, debates, entrevistas y presentaciones y seguido por miles de



espectadores (y que puedes recuperar en 2020.ciclosferia.com, porque mucha de la información sigue estando vigente).

Repetimos formato en 2021 pero en 2022 hicimos el evento físico. Junto al mar, en un escenario de extraordinaria belleza y en Valencia, en mayo nació la primera edición física de Ciclosferia, que desde entonces ha reunido a casi 30.000 visitantes convirtiéndose en una cita obligada para el sector, que puede mostrar sus propuestas a todo tipo de públicos.

Porque no es sólo la posibilidad de probar bicis de todo tipo lo que hace de Ciclosferia algo único: es el ambiente distendido, la variedad de sus visitantes, el hecho de abrir sus puertas en un lugar ya de por sí muy concurrido como es la Marina de Valencia

y, por supuesto, el entorno (a un lado el mar, al otro el carril bici bien conectado, todo aderezado por el aire costero y el sol mediterráneo) lo que ha convertido a esta feria en algo excepcional.

Resérvate esos días, porque del 17 al 19 de mayo de 2024 Ciclosferia abrirá sus puertas. Y lo hace con más metros de exposición que nunca, muchos actores fundamentales del sector de nuevo presentes, nuevos proyectos y marcas y, por supuesto, todas las cosas buenas que disfrutamos en pasadas ediciones. Sorteos, circuito infantil, pruebas por toda la ciudad... Repetiremos con lo mejor de pasadas ediciones, pero contaremos con muchas más novedades que os iremos desvelando durante los próximos meses en un evento que volverá a ser gratis para el público.



¡Únete a Ciclosferia!

Nada más abrir las inscripciones muchas marcas ya han mostrado su interés, y buena parte de los 4.500 metros cuadrados del Tinglado 2 ya han sido reservados. Pero no te preocupes: es más que posible tener una ubicación excepcional en la feria, y para conseguirlo te recomendamos que leas completo el dossier y, con toda la información disponible, completes el formulario como expositor o patrocinador. Y sí, ser patrocinador puede interesarte mucho, porque además de contar con ventajas y descuentos



CONSULTA TODA LA INFORMACIÓN SOBRE CICLOSFERIA 2024



Abril de 1983. Tren de Dacca a Peshawar, Bengala Occidental (India). (Steve McCurry)

“Tratando de contar la historia de la India en imágenes, pasé tiempo en sus estaciones, observando el torbellino de vida cada vez que llegaba un tren. La gente espera sin cesar, acampa en las estaciones, se intercambian bienes y servicios. Los *chaiwallahs* surcan los vagones con sus mercancías, vacas y monos buscan comida, los vestíbulos retumban cuando los pasajeros compiten por los billetes. El clamor de la multitud es un asalto constante a los sentidos. La estación es un teatro, y todo lo imaginable sucede en su escenario. No hay nada que los trenes no hayan observado. La gente empuja a través de las puertas y trepa por las ventanillas para hacerse con un esquivo asiento que le evite el castigo de permanecer de pie durante todo el viaje. Mi vida está marcada por la urgente necesidad de vagar y observar, y la cámara es mi pasaporte”.



ALEJANDRO MARTÍN

* Coordinador de la **Red EuroVelo** en España

Nació en Argentina, pero desde hace 20 años vive en Cataluña. Siempre se ha movido en bici: ha estado al frente del Bicicleta Club de Catalunya (BACC), lidera la Cooperativa d'Usuàries de la Bicicleta (CUBIC) y, como buen coordinador de EuroVelo en España, es un fanático de combinar bici, alforjas y camping. "Comparto esta afición con mi pareja y nuestra hija ha terminado de condimentar cada una de nuestras escapadas".

Para la ciudad tiene una Brompton, mientras que para viajar usa una Trek que compró de segunda mano, que ha ido mejorando con el tiempo y con la que tira del remolque de su hija durante los viajes. Alucina... ¡Su pareja y él tienen en casa una bici más, de cortesía, para poder dejársela a todo el que les visita!

¿QUÉ PREFIERES?



- | | |
|---------------|----------------|
| Escapada ● | Sprint |
| Cuadro | ● Componentes |
| Gorra ● | Casco |
| Giro | ● Tour |
| Carril bici ● | Calzada |
| Subida ● | Descenso |
| Madrid | ● Barcelona |
| Ruedines | ● Equilibrio |
| Fixie | ● Plegable |
| Frio ● | Calor |
| Café ● | Red Bull |
| Rodar sola | ● Acompañado |
| Izquierda ● | Derecha |
| iOS | ● Android |
| Día ● | Noche |
| Papel | ● Web |
| Cine ● | Música |
| Correr | ● Pasear |
| Beatles ● | Stones |
| Vino | ● Cerveza |
| Tenedor | ● Cuchara |
| Eléctrica | ● Convencional |



READERS
BIKERS



“Mientras pedaleábamos, a menudo se quedaba en silencio y yo sabía que se le había ocurrido alguna nueva melodía o, más probablemente, alguna nueva pieza de textura orquestal”.

(Rosa Burley sobre su amigo el compositor Edward Elgar, autor de 'Pompa y circunstancia')



DE MAYOR, QUIERO SER UNA

BICI

Además de un brillante planificador urbano, Lior Steinberg es autor del libro infantil 'The car that wanted to be a bike', una sincera apuesta para ayudar a las nuevas generaciones a cambiar las ciudades y el mundo.

TEXTO: JAIME NOVO / ILUSTRACIONES RITA KRUGLOVA

Cuán caprichosa es la inspiración. Cómo son de antojadizas algunas ideas, que nacen de lo más loco e inesperado. Y es que el origen de *El coche que quería ser una bicicleta* (Lior Steinberg, 2022) tiene su miga.

Y de pronto...

Fue en Rotterdam, un día soleado. "Estábamos en la oficina", nos explica Steinberg, "y la idea surgió de forma inesperada cuando Jorn, el cofundador de Humankind y yo, vimos un automóvil estacionado por error en un nuevo y amplio carril bici. El coche bloqueaba el paso de muchos ciclistas, estaba claramente en el lugar más inapropiado y no pudimos evitar bromear. No juzguemos al automóvil tan duramente, nos dijimos, quizá es que simplemente quiere ser una bicicleta".

La idea y el momento fueron fugaces pero al rato, descansando con un café caliente entre las manos, esa broma inicial empezó

a transformarse en algo más complejo en la cabeza de Lior. "Un automóvil atrapado en un carril para bicicletas, rodeado de bicis yendo y viniendo, podría estar perfectamente mirándolas con envidia", nos cuenta. "Libres, alegres... Es probable que quisiera ser como ellas. Así que, en cuanto volví a la oficina, les dije a todos mis compañeros que lo tenía claro: iba a publicar un libro infantil".

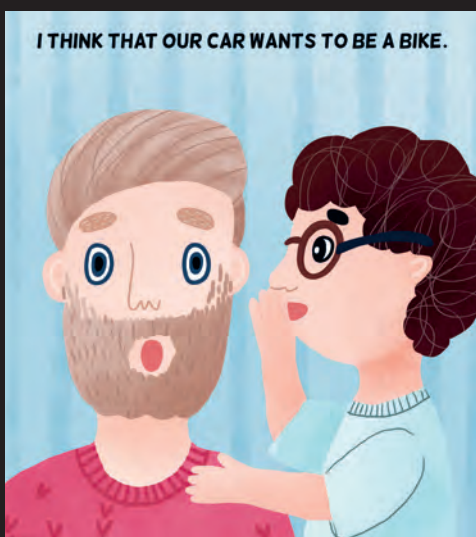
Desde hoy

Pero, quizá, estemos yendo demasiado rápido. Es probable que sea aconsejable presentar primero a Lior Steinberg, porque no es sólo una persona con una gran capacidad creativa, capaz de convertir una grosera infracción de tráfico en un bonito libro infantil, sino que también es un brillante planificador urbano y cofundador de Humankind, una agencia con sede en Róterdam de la que, otro guiño del destino, hablamos en este mismo número. En cuanto al libro, Steinberg lo tiene claro: "Es una obra infantil, sí, pero trata cuestiones



Sin spoiler

Johnny es un encantador y amigable automóvil, pero un día su familia descubre lo agradable que es moverse en bicicleta. A partir de ese momento Johnny sueña con convertirse en una bici, pero... ¿Podrá completar esa transformación? ¿Cómo reaccionará su familia?



importantes, como cambiar narrativas y hacer llegar a los más jóvenes mensajes trascendentales sobre la movilidad urbana". En su opinión, "mostrar la transformación de una familia cuya vida gira en torno al automóvil hacia una que sea amante de las bicicletas está llena de simbolismos. Representa cambios de vida. Cambios en la planificación urbana. Y por ende, cómo una ciudad cochista puede transformarse en otra más amigable con el ciclismo. El sueño de Johnny, el joven coche que fantasea con convertirse en una bicicleta, es una metáfora sobre la construcción y reconstrucción de ciudades, lugares donde la comunidad, el medio ambiente y el transporte sostenible estén a la vanguardia y ayuden a ser más felices a las generaciones futuras".

Pero no caigamos en la trampa de pensar que son los más jóvenes los que tienen la oportunidad y la obligación de cambiarlo todo: aún tenemos tiempo para lograrlo por nosotros mismos. "Sí", confirma Lior, "tenemos mucho por hacer mientras crecen los más pequeños. Ya contamos con las habilidades y la tecnología necesarias para hacer las ciudades más sostenibles, y podemos hacerlo rápido. No es tan difícil, pero desde luego pasa por reducir la infraestructura automovilística y fomentar formas de moverse más sostenibles como caminar, ir en bici o en transporte público".

Sin embargo, y aunque actuemos inmediatamente, no hay que descuidar el poder que puede tener una nueva generación mejor formada, más consciente y con las cosas más claras. "Enseñarle a un perro viejo nuevos trucos es todo un desafío", explica Steinberg, "pero inculcar en las nuevas y futuras generaciones hábitos más saludables, como caminar o ir pedaleando a la escuela desde una edad muy temprana, desde luego les va a influenciar y ayudar durante toda la vida".

Acostumbrado a intentar resolver dudas de urbanistas y activistas curiosos, o enfrentarse al recelo de planificadores asustados ante el cambio... ¿Cómo se enfrenta Lior a este nuevo público, a los jóvenes lectores de *The car that wanted to be a bike*? "Ver a los niños leyendo mi libro es increíblemente gratificante y poderoso", asegura. "Su participación y

Más lecturas ciclistas

Si quieres completar tu colección de libros infantiles sobre bicis y movilidad sostenible, aquí van algunas ideas: 'Ciclismo para niños' de Iván Libreros Fernández; 'El pequeño tigre necesita una bicicleta' de Janosch; 'Mi gran aventura en bicicleta' de L. Rodríguez Navarro y M.A. de la Cruz; 'Pequeño Peatón' de Patricia Geis; 'Laura monta en bicicleta' de Liesbet Slegers y 'La excursión en bici' de Mireia Canals.

alegría alimentan mi motivación para seguir escribiendo, así que, definitivamente, espero publicar más libros para ese público. Con la extraordinaria respuesta que me da un grupo de lectores tan sinceros, con el entusiasmo mostrado por un segmento que nunca te va a mentir, no veo ninguna razón para no seguir publicando". Quizá la inspiración para su próximo libro le asalte paseando por las calles de Barcelona, que visitará el próximo abril para un taller del que hablamos en páginas venideras: ¡nos haría una especial ilusión!



AQUÍ PUEDES COMPRAR EL LIBRO



CAFE TACVBA

BICICLETA



BKESONG

“Así son las cosas en la pista de la vida / Unas veces pasa abajo y otras pasa arriba / Una vuelta hacia la izquierda y otra a la derecha / Pocas veces tus palabras, siempre frases hechas”. Así empieza ‘Bicicleta’, la canción que elegimos en este número para calentar el invierno, un tema de los mexicanos Café Tacvba que demuestra, una vez más, que la bici está presente de mil maneras en la música pop, bien como protagonista explícita o, en casos como éste, funcionando como alegoría.

ALEJANDRO LINGENTI

INTENSIDAD Y TALENTO

No, no hablamos de unos cualquiera: Café Tacvba es una de las bandas con mayor proyección internacional del rock mexicano. Nacida en 1989 ha vendido más de cinco millones de discos, y su sonido combina intensidad y modernidad con matices del folklore mexicano. ¿Sus shows? La palabra es intensos, cargados de energía contagiosa. En 2009 MTV le otorgó el premio *Leyenda*, que recibieron de manos de Morrissey, el líder de The Smiths.

NUEVOS MUNDOS

“Por favor, no dejes que me detenga / Tampoco me dejes caer”, implora el cantante Rubén Albarrán en esta inspiradora canción, que también incluye un deseo: “Que el viento en tu cara marque tu destino”. Una manera bonita de transformar un paseo en bicicleta

en algo más trascendente. La bici como herramienta para inventar nuevos mundos. El pedaleo como un acto tan encantador como de suma importancia.

SALTO AL VACÍO

Bicicleta fue compuesta por Enrique Rangel, bajista y contrabandista de la banda, y pertenece al álbum doble *Revés/Yo Soy*. Dicho álbum fue una arriesgada apuesta después de la enorme acogida de *Avalancha de éxitos* (1996), disco en el que versionaban temas de grandes artistas populares hispanos (Leo Dan, Juan Luis Guerra o Bola de Nieve) y en el que hasta se atrevían a reinventar el *No controles* compuesto por Nacho Cano y originalmente grabado por Olé Olé. *Avalancha de éxitos* fue un (imprescindible) súper ventas que proyectó a Café Tacvba internacional-

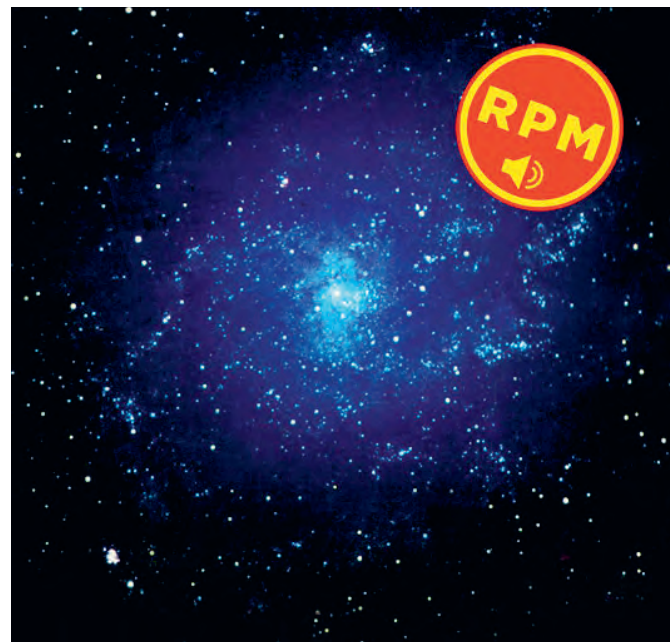
mente, mientras que *Revés/ Yo Soy* tenía otra filosofía: cuando la banda lo grabó pensaba en un álbum completamente instrumental llamado *Revés*, pero su discográfica (Warner) lo consideró un suicidio comercial y les obligó a agregar canciones convencionales. El resultado fue un segundo disco complementario, *Yo soy*, que hiciese hacer más “digerible” el lanzamiento. Eso sí: la indomable banda no quiso dejar pasar la oportunidad de apelar a letras surrealistas sumergidas en ritmos electrónicos y un sonido bastante ajeno a lo esperado por sus fans. Una vez más, los Tacvbos tenían razón: la crítica lo acogió bastante bien, y el doble disco obtuvo un Grammy latino en la primera edición de esos premios.

LA PISTA DE LA VIDA

Aunque sea una de las canciones más animadas y convencionales de un disco con muchos experimentos sonoros, *Bicicleta* no deja de incluir sorpresas. Por ejemplo, en el minuto con cincuenta segundos la música se detiene, el corte parece haber concluido pero, en uno de esos falsos finales tan afín a los Tacvbos, el tema renace y roza los tres minutos de duración. Por cierto, lo hace con una estrofa escrita a medida de cualquier ciclista: “Otro día, otra mañana y otro camino / Y que el viento en tu cara marque tu destino / Una vez que lo aprendiste nunca se te olvida / Así son las cosas en la pista de la vida”.

EL HOMBRE DE LOS MIL NOMBRES

Una de las curiosidades que rodean a Café Tacvba es la exótica costumbre de cambiar de nombre que ha cultivado durante años su cantante y figura más visible. Rubén Isaac Albarrán Ortega, que hoy tiene 56 años, se ha hecho llamar de muchas maneras distintas: Pinche Juan (castellanización de Johny Rotten), Cosme (por el concepto de dualidad en las creencias de los pueblos de Mesoamérica), Anónimo (en la época del disco *Avalancha de éxitos*), Rita Cantalagua (durante un año sabático de Café Tacvba), Gallo Gassss (en los años en los que subía al escenario con un traje blanco y un gorro de estambre con una cresta)... Si les parecen pocos, hay más: Ixaya Mazatzin Tleyotl, Elfego Buendía o Zopilote, material suficiente como para pasarse un buen rato entretenidos.



“Por favor, no dejes que me detenga. Tampoco me dejes caer. Que el viento en tu cara marque tu destino”



EL ACTIVISTA

Conocido por su militancia ambientalista, Albarrán (o como prefieran llamarlo) es un gran promotor de la bicicleta. En una visita de Café Tacvba a Arequipa (Perú) se reunió con Enbiciados AQP, un grupo activista ciclista y pedaleó con ellos. Después, en el concierto nocturno, se dirigió al público para contar la experiencia, asegurando que Café Tacvba siempre soñó “con ciudades bicicleteras que tengan un ambiente más limpio, porque eso contribuirá a que estemos más sanos del cuerpo y de la mente”. En Arequipa, la segunda ciudad más poblada de Perú, hay cada vez más ciclistas urbanos, y en los alrededores hay al menos diez espectaculares circuitos para practicar ciclismo de montaña.

SIEMPRE A FAVOR DE LA BICI

En 2013 hubo una gran protesta en la Ciudad de México: cientos de ciclistas se dieron cita en el Paseo de la Reforma, algunos desnudos, otros en ropa interior, para conmemorar la octava “Rodada Mundial Ciclista al Desnudo”. Entre ellos estaban Albarrán y su esposa: el cantante no sólo llamó la atención por ser un personaje famoso sino también por su indumentaria, compuesta por zapatillas amarillas, un diminuto boxer negro y un sombrero y una capa que lo transfiguraban en algo parecido a un pájaro. En una entrevista en Soundcloud Albarrán habla de la bicicleta: “Cuando estás pedaleando estás conectado, pensando, reflexionando, incluso creando. Es una meditación en movimiento”.



HÉROES

MIYA ZAKI MAGO DE ORIENTE

Castillos ambulantes, hidroaviones, gato-buses, escobas voladoras... Son muchos los medios de transporte, reales y fantásticos, que aparecen en el cine de Studio Ghibli, la factoría japonesa de dibujos animados comandada por el gran Hayao Miyazaki. Una fábrica de sueños en algunas de cuyas historias tiene un papel preponderante la bici: recordamos cinco películas maravillosas y muy ciclistas.

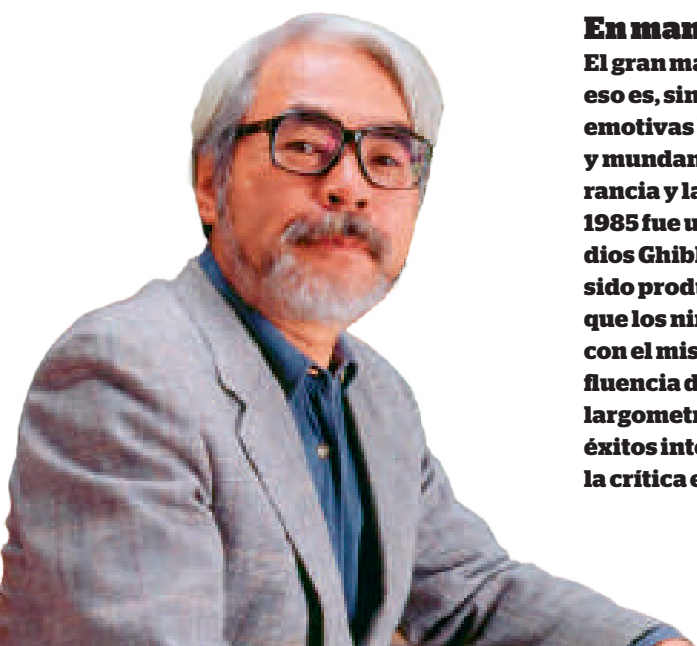
ALEJANDRO LINGENTI

MIVECINO TOTORO (1988)

Esta historia familiar es todo un clásico del cine, una deliciosa cinta que recorre las fantásticas interacciones de una pareja de niñas con un espíritu del bosque al que llaman Totoro. La película transcurre en el golpeado Japón de la posguerra, y muchos de los paseos por el bosque encantado de las dos niñas, Satsuki y Mei, junto a su padre, el profesor universitario Tatsuo Kusakabe, son en bicicleta. Emocionantes momentos de felicidad que contrastan con la tristeza profunda que amenaza a la familia debido a los problemas de salud de Yasuko, la mamá internada en un hospital de una zona rural. El éxito internacional de la película ha aumentado de manera gradual con el paso de los años, hasta convertirla en toda una leyenda, pero en Japón su impacto fue inmediato y asombroso. Totoro generó tal fanatismo que se transformó en la mascota de los estudios Ghibli, y hoy en un día es un personaje tan popular entre los niños japoneses como Winnie the Pooh o Mickey Mouse lo son para los de Occidente.



Enamorado de las máquinas voladoras, el cine de Miyazaki también sugiere una gran pasión por las bicicletas, protagonistas de muchas de sus historias



En manos de Miyazaki

El gran maestro de la animación japonesa: eso es, sin duda, Hayao Miyazaki (1941), cuyas emotivas historias combinan el tono austero y mundano de Yasujiro Ozu con la exuberancia y la ambición de Akira Kurosawa. En 1985 fue uno de los fundadores de los estudios Ghibli, que todavía dirige, y donde han sido producidos grandes clásicos de un cine que los niños adoran y los adultos disfrutan con el mismo placer. Su obra ha sido una influencia determinante para Pixar, todos sus largometrajes (diez llevan su firma) han sido éxitos internacionales y han recibido loas de la crítica especializada.

NICKY, LA APRENDIZ DE BRUJA (1989)

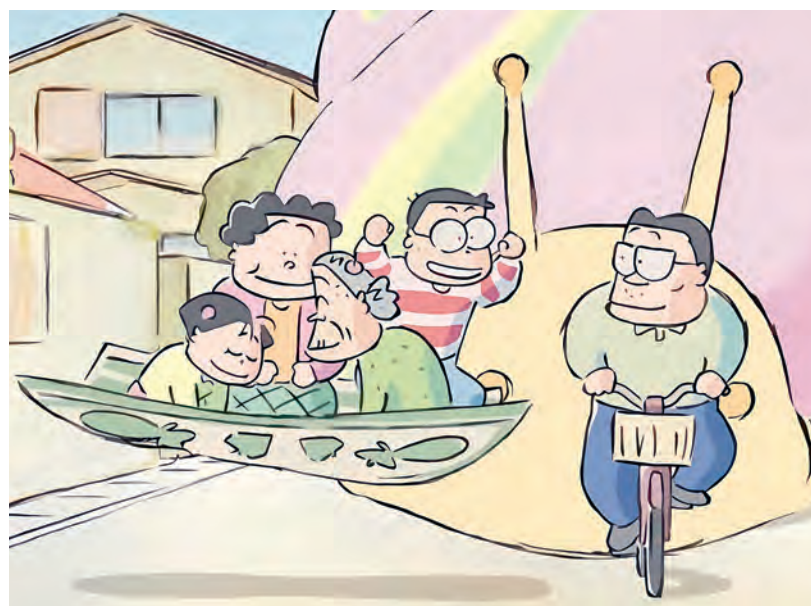
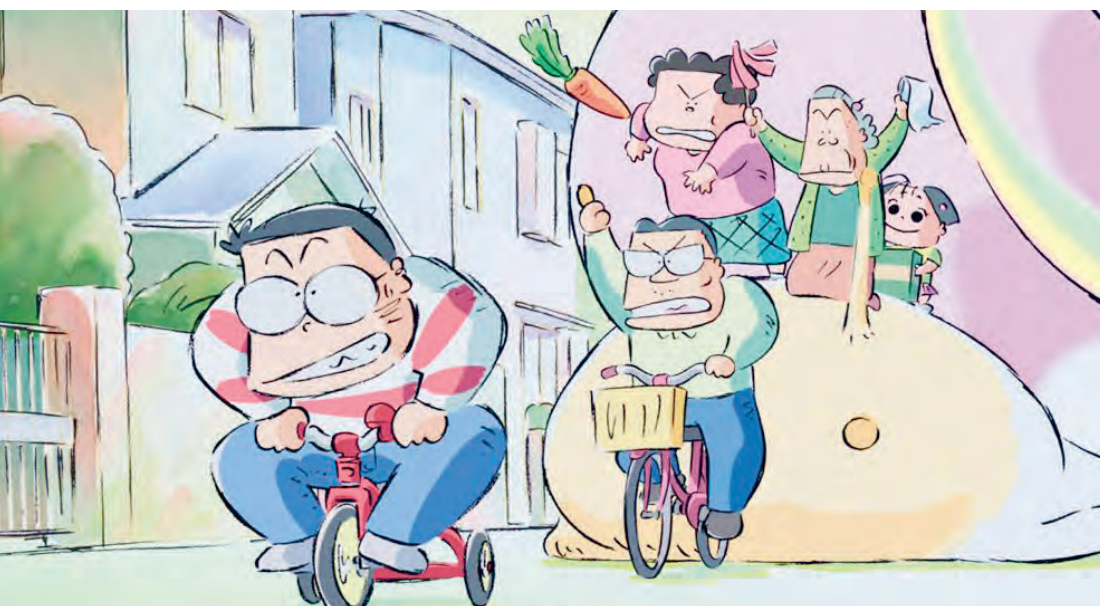
Hace años, en concreto en otoño de 2018 (*Ciclosfera* #26), ya hablamos del importante papel de la bicicleta en esta película. Tombo, uno de los amigos de Nicky, la protagonista, no sólo se mueve pedaleando a todas partes, sino que está obsesionado con crear un híbrido entre bicicleta y avión que le ayude a acompañar a la bruja en sus mágicos paseos por el cielo. El gran tema de la película es la experiencia, siempre inquietante, de crecer, y Nicky es un dulce y encantador personaje que cautivó hasta a los estudios Disney, que apostaron por distribuir el largo a escala internacional. Fue la primera producción de los estudios Ghibli que se estrenó fuera de Japón, y abrió su camino al éxito internacional.





SUSURROS DEL CORAZÓN (1995)

Esta historia de amor adolescente, tierna e idealista, donde la literatura y los momentos epifánicos abundan, fue la primera película japonesa con sonido Dolby Digital. La magia aparece, bien cuando los protagonistas cantan *Take Me Home, Country Roads* de Olivia Newton-John o cuando pedalean en la naturaleza. En esos momentos de felicidad plena Shizuku y Seiju proyectan un futuro común y revelan sin cortapisas un romanticismo desatado. Dirige Yoshifumi Kondo, animador talentoso y buen amigo de Miyazaki que murió prematuramente a los 47 años.



MIS VECINOS LOS YAMADA (1999)

Una de las escenas más divertidas y energéticas de *Mis vecinos los Yamada* es la que incluye bicicletas. Esta historia prototípica de una familia de clase media japonesa es una creación de Isao Takahata, fundador con Miyazaki de los estudios Ghibli e inventor de *Heidi*, un éxito televisivo mundial. El tono cómico y costumbrista de la película la transforma en un manjar fácil de digerir: la narración avanza a un ritmo sostenido, con una dinámica apabullante, como la del manga en el que está basado el filme. La otra particularidad de *Mis vecinos los Yamada* es que Takahata decidió reemplazar las técnicas de animación tradicionales y sobre celuloide por tecnología digital, lo que la transformó en la única película de los estudios Ghibli enteramente dibujada y animada por ordenador.



LA COLINA DE LAS AMAPOLAS (2011)

Goro Miyazaki, el hijo del célebre maestro Hayao Miyazaki, dirigió esta película ambientada en el Japón de los años 60 en la que la bicicleta propicia el encuentro entre Umi Matsuzaki, una joven que debe cuidar a sus dos hermanitas tras la muerte de su madre, y Shun Kazama, un amigo que esconde un secreto cuya revelación traerá cola. La bicicleta funciona también como símbolo melancólico de la época en la que Japón empezaba a reconstruirse después del caos y la destrucción de la guerra, un tema muy transitado en distintas producciones Ghibli.



AROMA CICLISTA

Dos templos a mayor gloria de las bicicletas clásicas se alzan en el centro de Berlín. Cafeterías, restaurantes, tiendas... Los dos locales de Steel Vintage Bikes son muchas cosas al mismo tiempo pero, sobre todo, son el lugar perfecto para detenerte, tomarte un respiro de la intensa capital alemana y, más que un simple café, degustar con delectación la vida.

RAFA VIDIELLA

STEEL VINTAGE BIKES



BERLIN

Es posible que la calidad ciclista de una ciudad no sólo se mida por los kilómetros de carril bici construidos o los datos que arrojen un puñado de contadores de ciclistas. Quizá ese 'termómetro *Bikefriendly*' lo marque, con más precisión, la normalidad con la que la bicicleta está instalada en el día a día.

La mezcla de tradición, normalidad y modernidad que desprenda esta forma de transporte. El amor que se demuestre por el simple estilo de vida de moverse pedaleando. En otras palabras: de lo 'cool' y, al mismo tiempo, sencillo que resulte desplazarse en bicicleta.

Si hay una ciudad que combine todo esto y proponga una mirada fresca en torno a la bici sin perder de vista sus particularidades y encanto esa puede ser Berlín. Cosmopolita, cambiante y revolucionaria, Berlín está llena de sitios imprescindibles, entre ellos estos dos templos ciclistas. Son cafeterías, restaurantes y tiendas a la vez, en un único proyecto que mezcla conceptos sazonándolos con el atrac-

tivo de la ciudad. Hablamos de Steel Vintage Bikes, negocio nacido en 2012 (curiosamente, casi a la vez que nuestra revista) que agrupa dos locales en el centro de Berlín.

El lugar perfecto

"Cuando nació Steel Vintage Bikes", nos cuenta Alexander Bisaliev, su propietario, "queríamos crear una tienda donde encontrar las bicicletas vintage italianas, belgas o francesas más prestigiosas. Se orientaba al mundo online, pero vimos que el negocio exigía un local físico: la gente quería tocar, revisar, comparar las bicicletas. Así que nos fijamos en el bar londinense Look Mum No Hands! y pensamos crear algo parecido, imaginando que un espacio donde ofrecer buen café y enseñar bonitas bicis también funcionaría en Berlín".

Manos a la obra: compraron una buena máquina de café a través de un *crowdfunding*, contrataron a un experto barista y, en 2015, abrieron las puertas del primer local. El buen momento, por aquel entonces, del mercado



AROMA CICLISTA

de las bicicletas clásicas propició una mudanza a un lugar más grande en pleno centro de Berlín, Wilhelmstrasse 91. "La distribución era un poco rara y necesitaba una buena reforma", explica Alexander, "pero pudimos renovarlo y, al estar casi a mitad de camino entre la Puerta de Brandenburgo y Postdammer Platz, a menos de un minuto del búnker en el que se suicidó Hitler, empezaron a llegar los turistas. Dimos también desayunos y comidas, nos convertimos en la tercera cafetería mejor valorada en Trip Advisor Berlín y, sumado a la tienda (donde ya vendíamos camisetas, gorras, guantes y todo tipo de equipamiento vintage) y el taller, alcanzamos una nueva dimensión. Tanto que, poco antes de la pandemia, abrimos un segundo local también en Mitte (el centro berlinés), en Auguststrasse 91, y ambos siguen en marcha".

Entre expertos

Es esta, pues, una historia de supervivencia y de éxito. ¿La clave? Quizá la capacidad de adaptarse o la ahora tan de moda resiliencia. "Hemos desarrollado muchos productos propios y mantenemos el taller de Wilhelmstrasse 91", explica Alexander, "pero sobre todo nos hemos centrado en crear una buena experiencia culinaria. En la venta de bicicletas, sobre todo en la parte online, el público estaba formado casi exclusivamente por hombres de mediana edad, pero al apostar por la gastronomía han venido más mujeres y gente de todo tipo que ya no viene sólo a ver bicis. Sí, pueden traer su montura al taller, o comprarse alguna cosa, pero también les gusta el café, la comida, el ambiente o la decoración".

Pero Alexander da otra clave fundamental para sacar adelante un negocio: "Básicamente", explica, "todo se basa en encontrar a los





mejores en cada puesto. Soy pésimo en la cocina, pero sé manejar un equipo. Hay mucha gente trabajando aquí: mecánicos, baristas, cocineros, vendedores de bicis, programadores, responsables de marketing... Pero todos tienen que ser buenas personas y saber de lo suyo. No quiero gente que cumpla en muchas cosas, sino que sea experta en su labor. Hacer un buen café es muy exigente, no lo puede hacer cualquiera. ¡Y lo mismo pasa si tienes que arreglar y ajustar una bicicleta o aspiras a vender una máquina de hace sesenta años!”

Café, comidas, bicicletas... ¿Que semejanzas y qué diferencias tienen todos estos negocios? “La hostelería”, explica Alexander, “es muy social. A la gente le gusta comer y beber en compañía, mientras que a priori el ciclismo es algo más silencioso y solitario. Pero cada vez lo es menos, y un buen café puede ser el punto de partida perfecto, o la despedida final, de una buena quedada ciclista. Quedar en una buena cafetería se integra muy fácilmente al ritual ciclista: quedar muy pronto, ir reuniéndote con el grupo y, mientras esperas con impaciencia a que lleguen los demás, ir cargando de energía tu cuerpo con un café caliente”.

El valor de lo clásico

Todo esto, por supuesto, adquiere todavía más sentido si a través de los cristales se contempla el barrio más dinámico e icónico de Berlín. “Sí, es una ciudad maravillosa para pedalear”, reconoce Alexander, “pero la clave de haber salido adelante es que también es el lugar perfecto para encontrar a gente con ta-

“Soy pésimo en la cocina, pero sé manejar un equipo. Hay mucha gente trabajando aquí: mecánicos, baristas, cocineros, vendedores de bicis, programadores... Pero todos tienen que ser buenas personas y saber hacer bien lo suyo”

lento con la que formar un equipo. En el nuestro hay baristas argentinos, expertos en café italianos, cocineros franceses... En Múnich o Hamburgo también hay muchos ciclistas, pero no son ciudades tan cosmopolitas. Cuesta más encontrar a gente foránea que traiga nuevas ideas. Y tampoco, por supuesto, son tan magnéticas para el turismo”.

Pero ojo: aunque estemos oliendo un delicioso café y repasando un atractivo menú para ver qué nos pedimos, seguimos estando rodeados de bicicletas clásicas, el alma de este negocio. Increíbles Bianchi o Gnome Rhône de los años cuarenta, impecables Colnago de los cincuenta... En resumen, máquinas de ensueño listas para salir a rodar. “No puedo opinar sobre las bicicletas actuales porque no sé casi nada sobre novedades o tendencias”, reconoce Alexander, “pero el mercado ha cambiado mucho. El punto álgido de las bicicletas clásicas fue entre 2016 y 2019, pero las distintas crisis económicas, la pérdida de poder adquisitivo y, en nuestro caso, el Brexit, que ha hecho mucho más caro exportar al Reino Unido, uno de nuestros principales mercados, han puesto las cosas difíciles. Tampoco lo vintage, en general, atraviesa un gran momento entre los jóvenes, a los que parece seducir mucho más lo tecnológico, lo digital y temas como las criptomonedas. Pero yo sigo confiando en lo clásico. Lo artesanal volverá a estar de moda. Es más tangible, más imperecedero. Te diría que más real. El coleccionismo está en auge en otros sectores, y el de la bici no tiene por qué ser una excepción”.





MARAVILLAS
THE
LOOP
(DUBÁI)

Dubái, la ciudad que da nombre a uno de los Emiratos Árabes Unidos, es un destino tan exótico y lujoso como, a día de hoy, insostenible y artificial. Pero un ambicioso proyecto aspira a convertirla en una joya ciclista que haga palidecer a Ámsterdam o Copenhague. El plan tiene fecha. Nombre. Y un proyecto estrella, The LOOP, la autopista imprescindible para humanizar a la urbe del futuro.

RAFA VIDIELLA/FOTOS:URB

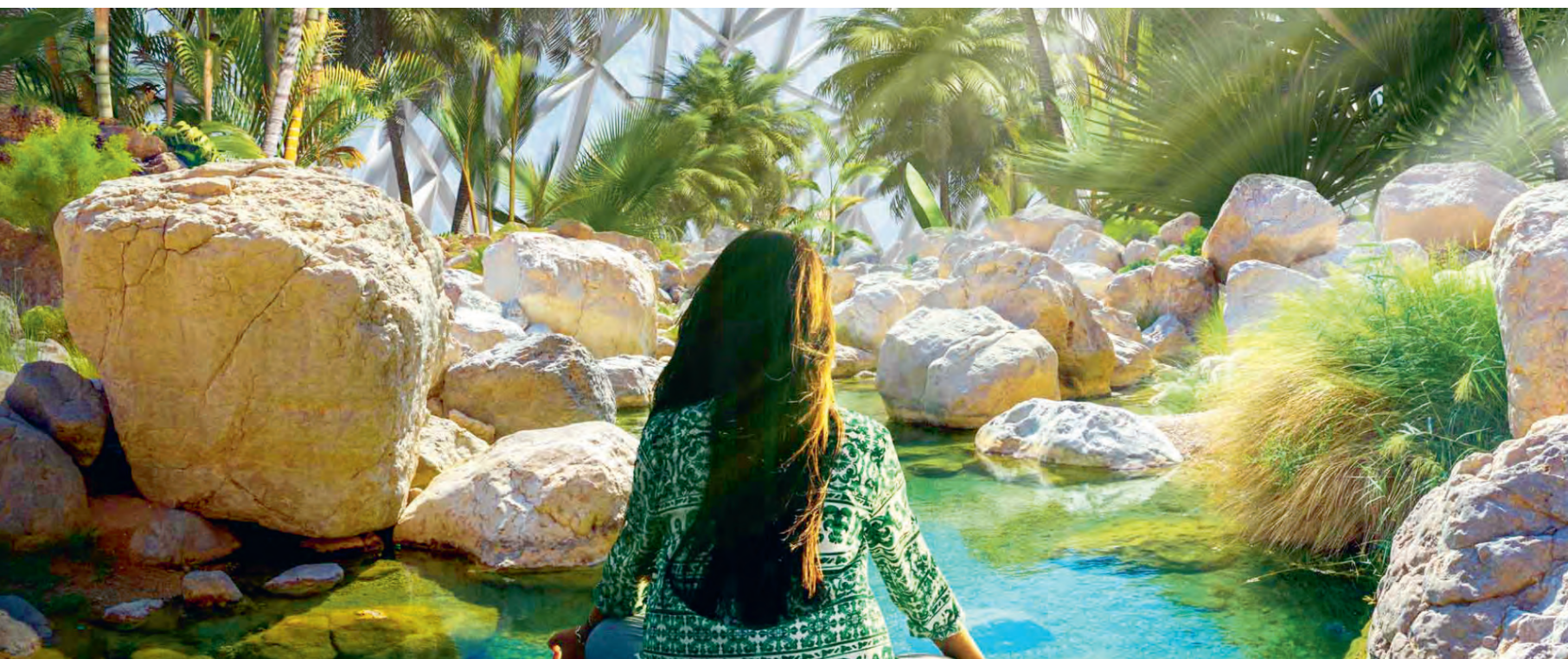
Islas artificiales. Hoteles de siete estrellas. El edificio más alto del mundo y un puñado de rascacielos a su alrededor que no le van a la zaga. Futuristas calles, disparatados coches, las tiendas más caras que puedas imaginar. Futuro, lujo y modernidad a un lado; comportamientos arcaicos (contra los homosexuales, las mujeres, los obreros inmigrantes) por otro. Y en medio de todo, Dubái, una de las ciudades más importantes de los Emiratos Árabes Unidos, repleta de multimillonarios y ejemplo de crecimiento urbano masivo: de los menos de un millón de habitantes de 2000 a los casi tres millones y medio que se espera la habiten en 2030.

MARAVILLAS

THE LOOP (DUBÁI)



| 44 |



“Concebimos las futuras infraestructuras de movilidad de Dubái como espacios para las personas, con servicios de ocio y comunitarios”

La utopía

Rodeada por el Golfo Pérsico y el desierto, ni Dubái ni los Emiratos Árabes Unidos (sexto productor de petróleo del mundo, con unas altísimas emisiones de CO2 y donde apenas tienen protagonismo las energías renovables) son referentes de sostenibilidad climática (por mucho que el país acabe de ser escenario de la COP28, la conferencia anual sobre el clima de la ONU). Pero algo se intenta cambiar. Está, por ejemplo, la llamada Estrategia Industrial de Dubái 2030, que aspira a promover la fabricación respetuosa con el medio ambiente y combatir la desertificación. Y estudios de arquitectura locales, como URB, pretenden convertirse en un referente internacional en el desarrollo de “ciudades sostenibles”.

Uno de los planes estrellas de URB gira en torno a la bicicleta. Se llama Dubai Cycle City 2040 y quiere transformar Dubái en un referente ciclista por encima de Ámsterdam o Copenhague, sumando incluso más kilómetros de carriles bici (más de mil) que ambas en 2040. Aún hay más: según Baharash Bagherian, Director General de URB, “rediseñamos las futuras infraestructuras de movilidad de Dubái para que sean algo más que sistemas de transporte sostenible. Las concebimos como espacios para las personas, con servicios de ocio y comunitarios. Unas infraestructuras modélicas, sostenibles y agradables, más allá de las condiciones meteorológicas”.

Autopista al futuro

El proyecto tiene una gran estrella, una excelsa obra de ingeniería que sueña con hacer palidecer de envidia a los países más avanzados y parece extraída de una película de ciencia ficción: The LOOP. Una autopista ciclista con 93 kilómetros de longitud, totalmente climatizada, sostenible y que anime al 80% de la población a desplazarse andando o pedaleando. “El proyecto pretende reducir la dependencia del automóvil”, explican desde URB, “ofreciendo la mejor infraestructura e integrando en su diseño servicios esenciales. Dubái está centrada

| 45 |

MARAVILLAS THE LOOP (DUBÁI)



Además del clima controlado, The LOOP albergará granjas verticales, parques, zonas recreativas, servicios, oportunidades para el emprendimiento y, en resumen, actividades para interconectar los barrios

en el automóvil y se construyó mediante un proceso de rápida urbanización y The LOOP supondría un cambio significativo. Además del clima controlado, albergará granjas verticales para asegurar los recursos alimenticios, parques, zonas recreativas, servicios, oportunidades para el emprendimiento y, en resumen, actividades para interconectar los barrios, usando la energía cinética como fuente de alimentación renovable y con sistemas de riego con agua reciclada”.



“El objetivo de The LOOP es convertir a Dubái en la ciudad más conectada del planeta a pie o en bicicleta”, asegura Baharash Bagherian. “Queremos desarrollar la primera infraestructura de movilidad activa del mundo, integrando servicios y formas de sostenibilidad que configuran el futuro de la movilidad urbana en Dubái y más allá”, afirma este visionario. “Mientras las ciudades se apresuran a actualizar sus infraestructuras hacia modos de transporte más sostenibles”, concluye Bagherian, “el proyecto The LOOP aspira a crear un nuevo punto de referencia para la infraestructura ciclista y peatonal más inteligente del mundo”. 93 kilómetros acristalados para que pedaleemos y andemos protegidos del sol abrasador. Un suelo cinético que produciría energía al pisarlo. Plantas y estanques de agua por doquier. Gimnasios, hoteles, pistas deportivas, granjas sostenibles. Una autopista con forma de serpiente hacia el futuro y la sostenibilidad. ¿Una fantasía? ¿Un sueño? El tiempo, Dubái y los Emiratos Árabes Unidos, nos lo dirán.

MOMENTOS TURQUÍA

PERLA CICLISTA

90.000 kilómetros: esa es la distancia que, según los últimos cálculos, ofrece la red EuroVelo. Una infinita cantidad de experiencias, aventuras y placeres para pedalear, distribuidos por 19 rutas que cruzan nuestro continente. EuroVelo, quizá el proyecto de turismo sostenible más ambicioso de la Unión Europea llega a Esmirna, la tercera ciudad de Turquía. Viajamos hasta allí para conocer los paisajes deslumbrantes y joyas históricas que podemos descubrir con nuestras bicis.

ALEJANDRO LINGENTI



EuroVelo: un proyecto tan mágico como aún desconocido. Un sueño a veces interrumpido por la falta de sensibilidad de algunos. Pero, sin lugar a dudas, una idea fascinante, capaz de consolidarse como una opción ideal para recorrer el Viejo Continente. Coordinada desde Bruselas por la European Cyclists Federation (ECF) en colaboración con los Coordinadores y Centros de Coordinación de EuroVelo (C/CCEV) de cada país, EuroVelo llega a otra zona de Turquía, un país imprescindible y que, con la calma y la humanidad que aporta la bicicleta, puede transformarse en un paraíso.

De Cádiz a Atenas

Escribimos esto desde Esmirna, tras Estambul y Anatolia la tercera ciudad del país. Es aquí, en la llamada "Perla del Egeo", por donde pasará EuroVelo 8, la deliciosa ruta mediterránea que a través de 7.500 kilómetros (incluyendo los 500 adicionales que recorrerán esta zona) serpentea desde Cádiz hasta Atenas y por los que los ciclistas atravesarán la Europa más antigua y fascinante.

Será la segunda ruta EuroVelo que llegue a Turquía (la primera fue EuroVelo 13, la del 'Sendero del Telón de Acero', que discurre junto a la frontera con Bulgaria) y nos permitirá contemplar las maravillas de Esmirna. Son abundantes: paseos salpicados por el agua y la brisa del Mar Egeo (el mar del Mediterráneo comprendido entre Grecia y Turquía), conocer el imponente Ágora (el sitio arqueológico mejor conservado de la ciudad, huella indeleble del paso del Imperio Romano), las ruinas de Éfeso (Patrimonio de la Humanidad desde 2015) y las de Pérgamo (que guardan los vestigios del espectacular templo de Trajano y la que fue la segunda biblioteca más importante de la Antigüedad detrás de la de Alejandría) o, puestos a pedalear, acercarnos hasta Birgi,

un ensañador pueblecito que la Organización Mundial del Turismo destacó, en 2022, como uno de los más bonitos de Europa.

"La llegada de EuroVelo es una gran noticia para Esmirna", nos cuenta el alcalde de la ciudad, Tunç Soyer. "Contribuirá al desarrollo de la infraestructura, mejorará la cultura ciclista local y convertirá la ciudad en un destino cicloturista. Quienes lleguen hasta aquí no sólo descubrirán una ciudad con más de 3.000 años de historia: también degustarán atractivos pueblos costeros, la variedad de la gastronomía local, las playas, la arquitectura y las texturas de aquí. Cicloturistas... ¡nos alegrará mucho teneros como nuestros invitados!"

Una aventura total

¿Gastronomía? ¿Ha hablado el alcalde Soyer de gastronomía? Es lógico, porque la cocina aquí merece un capítulo aparte. Sabido es que el cicloturismo implica un considerable gasto de energía, y es necesario satisfacerlo alimentándonos bien. En pocos lugares es tan sencillo (y succulento) lograrlo como por aquí. Hemos probado manjares que recomendamos con euforia: el ciğ köfte, una mezcla de carne cruda de cordero o ternera, bulgur (trigo partido), especias y verduras frescas envuelta en una masa muy, muy suave y que se sirve con lechuga fresca y limón. También se nos hace la boca agua pensando en el mennen, huevos cocinados con tomates, cebolla, pimientos y especias, servido con un trozo de pan crujiente y que los turcos suelen tomar en el desayuno. Y, claro, no hay que pasar por alto las köfte, esas albóndigas de carne picada de cordero o ternera que se mezclan con pan rallado, cebolla, huevo y especias, se cocinan en una parrilla o asador y se sirven con ensalada, arroz blanco y pan. Un auténtico manjar.

Cada mañana del viaje experimentamos también los placeres de un buen desayuno típico de Esmirna (o, como la llaman los turcos, Izmir) con el obligatorio simit, un pan redondo cubierto de sésamo que se come con queso feta, aceitunas y tomates y es bueno acompañar con té turco. Los dulces son otra tentación, y en este caso me quedo con las célebres baklavas: es difícil resistirse a estas pegajosas delicias, preparadas con capas



Hoja de ruta

El tramo de EuroVelo 8 que pasa por Esmirna está disponible desde octubre de 2019. Conecta Pérgamo y Éfeso, dos ciudades de Turquía que la UNESCO ha declarado Patrimonio de la Humanidad, y en 2024 incorporará otras “rutas temáticas” locales (Dikili-Çandarlı, Menemen Rural y Efes-Pamucak) para completar un recorrido que alcanzará los 580 kilómetros. Sumar estos nuevos destinos permitirá pasar por la Mezquita Çandarlı Atik Ali Pacha, uno de los más antiguos edificios musulmanes de Turquía, construido en 1477, las preciosas playas de Pamucak, cinco kilómetros de arenas doradas y un mar ideal para los amantes del surf que están muy cerca de Selcuk, una ciudad con mucha historia y monumentos increíbles como el Templo de Artemisa, cuya construcción exigió 120 años y es considerado como una de las siete maravillas del mundo antiguo.

finas de masa phyllo (hojaldre) y rellenas de nueces trituradas, miel y jarabe de azúcar.

Y para cerrar las comidas, antes de pedalear, el café turco. Se prepara con un grano que da como resultado el arábigo molido, muy parecido a la harina, una infusión muy concentrada servida en tazas pequeñas sin asa, y con azúcar a tu elección. ¿Algo más de magia? Aquí va una buena dosis: en muchos lugares, al terminar de beber el café, es fácil encontrar a gente que se ofrece a leer su borra, el residuo que queda una vez filtrado, para pronosticar el futuro.

Entre las más deseadas

Con la llegada de este nuevo tramo, EuroVelo 8 atravesará once países (Turquía, Francia, Mónaco, Italia, Eslovenia, Croacia, Bosnia Herzegovina, Montenegro, Albania, Grecia, España y Chipre) y 23 ciudades Patrimonio de la Humanidad. El evento al que asistimos en

Esmirna, la Conferencia EuroVelo y Turismo Ciclista 2023, contó con representantes de treinta y cuatro países, periodistas, profesionales y autoridades del Ministerio de Cultura y Turismo de Turquía que compartieron estrategias de promoción de esta ruta.

“Según datos de 2022, la Ruta Ciclista del Mediterráneo EuroVelo 8 es una de las más importantes”, afirma Mehmet Nuri Ersoy, Ministro de Cultura y Turismo de Turquía. “De hecho, es la segunda más transitada”. Por eso durante el encuentro hubo conferencias en torno a la ruta en sí, el desarrollo del cicloturismo y cómo la bicicleta puede aportar una nueva perspectiva al patrimonio histórico del país.

El periodista de viajes Alex Crevar, habitual colaborador de *The New York Times*, y Pinar Pinzuti, organizadora del Fancy Women Bike Ride, compartieron su experiencia y remarcaron la importancia de incorporar el tema en la agenda política. Algo parecido señalaron Elif Balci Fisunoğlu, directora general en funciones de la Agencia Turca de Promoción y Desarrollo del Turismo (TGA), Jill Warren, directora ejecutiva de la Federación Europea de Ciclistas (ECF), o el exeurodiputado alemán Michael Cramer.

Esta claro: promover la bicicleta para visitar lugares declarados como patrimonio de la humanidad es una excelente forma de reducir el impacto turístico en esas reliquias históricas. Si crece el número de cicloturistas se reduce la contaminación, se evitan los problemas de tráfico y aparcamiento y se refuerzan los vínculos con la población local. La bici ha de tener un papel clave en la industria turística del presente y del futuro, y la llegada de EuroVelo a esta zona de Turquía puede convertirse en un hito, en el capítulo inicial de una historia en la que todos los ciclistas del mundo tenemos un rol decisivo. Planifiquemos nuestros viajes teniendo en cuenta el cicloturismo: toda una garantía de disfrute y superación personal, todo una exhibición de concienciación ecológica y humana. En *Ciclosfera* estamos convencidos: colaboraremos para acentuar esa tendencia y por supuesto, la celebraremos siendo parte muy activa de ella.





ANTES QUE NADA, CICLISTA

Amarillo, rojo, verde, azul. Blanco y negro, colores primarios para reflejar una pasión. Subiendo y bajando en fixie por las empinadas calles de Tokio. Y, si no, pensando también en la bici: así es Kan Kobayashi.

RAFA VIDIELLA

1998 no fue el mejor año de Japón. Por primera vez en años (en concreto, desde 1974), la economía se desplomó y bajó el Producto Interior Bruto. Tampoco fue un gran año para el arte: en septiembre moría Akira Kurosawa, el director de cine más famoso del país. Cuando la nación empezaba a superar el trauma de Hanshin-Awaji, el Gran Terremoto que dejó casi 7.000 muertos en 1995, otro seísmo asoló la zona de Hakuba, aunque esta vez sólo hubo que lamentar daños materiales y unos cuantos cientos de heridos. Mientras sucedía todo eso, en Tokio, nacía un niño: Kan Kobayashi.

Diseñador gráfico, ilustrador y ciclista, 25 años después Kobayashi sigue viviendo en Tokio, donde pasa la mayor parte del tiempo pintando o montando en bicicleta. También le gusta ir de acampada, estar con su novia o ver

películas como *La Guerra de las Galaxias* y *Parque Jurásico*, además de escuchar su música favorita: folk irlandés. Pero no tiene dudas: su gran pasión es pedalear.

“La bicicleta es esencial en mi vida”, nos cuenta. “Es a la vez una forma de transporte, un juguete y una enorme inspiración a la hora de crear. Tokio es grande pero también compacta, y moverse en bicicleta es la forma más cómoda y eficaz de llegar siempre a mi destino”. ¿Su montura? Tiene varias, todas de piñón fijo, pero si tuviese que quedarse con una sería una preciosa y afilada MASH Steel, con todo lo que le gusta para sobrevolar la ciudad: “Tiene unos neumáticos grandes, un cuadro muy resistente y es tan divertida como práctica. Me sirve para casi todo: desde hacer recados a salir de cicloturismo”.

Origen creativo

Porque la bici y este joven van de la mano en la vida... y en el arte. Ciclistas "cacharreando" con las piezas de sus máquinas. Ciclistas fotografiando a sus adoradas criaturas de acero. Ciclistas cambiando ruedas, encendiendo hogueras campestres junto a una bicicleta o, simplemente, reflejándose en el charco de las calles de una anónima ciudad. Dibujos, ciclistas y bicicletas, dibujos, ciclistas y bicicletas, dibujos, ciclistas y bicicletas en la página web de Kobayashi, en su cuenta de Instagram, en exposiciones físicas como la que tuvo lugar hace unos meses en Manhattan Portage, una bonita (y muy ciclista) tienda de ropa en uno de los barrios más cool de Tokyo. "Lo más difícil a la hora de dibujar", reconoce Kan, "es elegir qué dibujarás cada día. Pero si empiezo con una bicicleta brotan las ideas. Me encantan las bicis y los ciclistas y, si vas atento por Tokio, es fácil cruzarte con máquinas bonitas y gente interesante montándolas, lo que siempre me resulta inspirador".

Según el formato y el proyecto opta por definirse como "artista" o como "ilustrador", pero tiene claro el concepto sobre el que siempre gira su obra: el diseño gráfico. "Más que dibujar", asegura, "hago diseño gráfico. Admiro a muchos diseñadores y creo que, por encima de todo, eso es lo que soy. O no: lo primero que soy es ciclista". Y, como tal, es todo un experto



“Venid pronto, porque Tokio es una gran ciudad para la bici. Hay muchas tiendas muy chulas de bicicletas, panaderías deliciosas que visitar pedaleando, cafeterías con mucho estilo y, en resumen, infinitos e interesantes lugares a los que llegar en bici”

a la hora de darnos consejos sobre pedalear en la capital: “Venid pronto, porque es una gran ciudad para la bici. Hay muchas tiendas muy chulas de bicicletas, panaderías deliciosas que visitar pedaleando, cafeterías con mucho estilo y, en resumen, infinitos e interesantes lugares a los que llegar en bici. La ciudad no es tan montañosa como, por ejemplo, San Francisco, pero aquí también hay muchas y empinadas cuevas. Eso a veces es duro, pero hace a la ciudad todavía más interesante”.

Con el arte a todas partes

El talento siempre está allí, pero los procesos creativos de Kan fluctúan de un proyecto a otro. Las obras que se exponrán en una galería suelen estar pintadas a mano sobre un lienzo o serigrafiadas sobre tablas de madera. A menudo usa su iPad para crear obras de arte destinadas a libros, anuncios o páginas en Internet. Y es que, amante del movimiento, curioso por naturaleza, la comodidad que le ofrece ese formato lo convierte en uno de sus

favoritos. “Las tabletas son geniales porque puedo llevarlas de viaje conmigo”, nos cuenta, “y así puedo plasmar mis ideas sin importar dónde vaya”. Pero claro, la bici no tarda mucho en ser mencionada: “¡Por supuesto que cuando voy en mi bici llevo el iPad en la mochila!”, reconoce. “¡Es un momento estupendo para salir, quemar un poco de energía e ir hasta mi cafetería favorita para sentarme allí y ponerme a trabajar en algo!”

¿Conocéis a Dick Bruna? Este ilustrador holandés, fallecido en 2017, es el creador de Miffy, una conejita blanca protagonista de varios libros infantiles de enorme popularidad, y una de las grandes inspiraciones de Kan. Y lo es por dos motivos: “El primero, porque sus dibujos son suaves y delicados, pero también lo suficientemente fuertes como para permanecer en la memoria de la gente”, nos cuenta. “El segundo, porque también Bruna era un ciclista nato... ¡Sólo me queda hacer algún día obras tan geniales como las suyas!”



×
ESTO SÍ ES
ÁMS
TER
DAM

A LA VEJEZ, BICICLETAS



Sí, la bici es perfecta para superar desafíos. Pero... ¿hasta dónde? O, mejor dicho, ¿hasta cuándo? En Ámsterdam es común ver a gente de cualquier edad y condición física pedaleando, pero... ¿Lo hacen en bicicletas comunes? ¿Cómo las adaptan a sus distintas capacidades? Descubrimos cómo el ciclismo supera las barreras físicas y sociales.

ANA CASTÁN

El 21% de los europeos tienen más de 65 años. Sólo en los Países Bajos, casi 3,5 de sus 17,5 millones de habitantes han rebasado esa edad. Por eso es crucial analizar cómo nos adaptamos a una sociedad cada vez más envejecida. Muchas veces se priorizan políticas de cuidado que fomentan la "dependencia" en lugar de implementar medidas que preserven lo contrario, su "independencia". Un cambio de perspectiva que en lo que respecta a la movilidad tenemos que afrontar.

El problema

En su libro *Curbing traffic*, Melissa Bruntlett destaca cómo las personas, ya tengan capacidades plenas o no, no son entidades fijas. El envejecimiento o alguna enfermedad o accidente, de manera súbita o progresiva, pueden restarnos habilidades. En cualquiera de los casos, mantener la independencia

es crucial. Desde acudir a una cita médica o, por supuesto, ir al cine o a comer con amigos, no tener que depender de que nadie te lleve es primordial.

Karel Dollekens, técnico en accesibilidad del Ayuntamiento de Breda, al sur del país, lo tiene claro: "Las personas no son discapacitadas, el entorno las incapacita". Un enfoque que ha conseguido que cada vez más gente se desplace mejor pese a sus dificultades, algo que por desgracia sigue siendo imposible para otros muchos.

La solución

La citada Melissa Bruntlett, por ejemplo, tiene que apoyarse en unas muletas para andar, pero se desplaza perfectamente en una bicicleta de carga. "Tener una cargobike", explica, "significó poder ir a trabajar, estar conectada con mis compañeros y disfrutar



del aire libre. Elementos fundamentales para mantener cierta salud mental en un momento en el que, precisamente, me sentía muy aislada y totalmente dependiente”.

En los Países Bajos, basta comprobarlo por la calle, la bici es muy importante para los mayores de 65 años. La cifra es llamativa: ¡el 30% de sus viajes los realizan pedaleando, lo que significa que es el porcentaje más alto entre los adultos! Gracias a las e-bikes, su radio de acción ha aumentado notablemente (con una media de 10 a 14 kilómetros), algo que se refleja en que las personas mayores de 75 años recorren sobre sus eléctricas distancias un 33% más largas. En otras palabras: su mundo, su horizonte de posibilidades, se ha multiplicado.

Pacificación y diseño

Aunque se cree que el transporte público se adapta a los más mayores, son muchos las que lo ven estresante, incómodo o poco apropiado para sus horarios y necesidades. Por otra parte, existe la idea generalizada de que las personas con discapacidades terminan inevitablemente dependiendo de un coche, algo que debe corregirse tanto por los altos costes que implica (comprar y mantener el coche o la necesidad de adaptarlo) como porque en muchos casos, ahí sí, es sinónimo de dependencia.

Que las personas mayores o con discapacidad puedan seguir disfrutando de su independencia a través de la bici es, también, gracias a una infraestructura correcta. En los Países Bajos esta es una cuestión básica, ya que las redes ciclistas no sólo inundan el país sino que están concebidas para este tipo de usuarios. La insalvable barrera que, por ejemplo, puede suponer un simple bordillo es inexistente aquí, gracias al diseño

La bici es aquí muy importante para los mayores de 65 años. ¡El 30% de sus viajes los realizan pedaleando, lo que significa que es el porcentaje más alto entre los adultos!



¿Qué son las calles woonerf?

La traducción literal sería “patio viviente” y es una idea tan sencilla como efectiva: vegetación, bancos, adoquinado... Un diseño de ciudad nacido en Delft en los años 70, donde el coche tiene unas fortísimas restricciones de velocidad y aparcamiento y, claro, la zona se llena de niños jugando, peatones y ciclistas.

de las aceras o incluso la supresión de las mismas en espacios como las calles *woonerf* (ver despiece superior).

La industria

Van Raam es la empresa de producción de bicis adaptadas más grande de Países Bajos. Aunque empezaron a fabricar bicicletas hace más de un siglo, fue en 1983 cuando su dueño, Poet Boezel, puso en marcha la producción de vehículos especiales, tras pedirselo un amigo que había dejado de caminar con normalidad. Su primera criatura fue un triciclo que, partiendo del concepto clásico de *omafiets*, “la bici de la abuela”,



añadió un brazo oscilante para adaptarse a muchas más necesidades.

“Las bicis ayudan realmente a las personas con alguna enfermedad limitante”, dice Stefan Heunsinkveld, consejero técnico de Van Raam, “porque les da muchísima más libertad y aumenta su calidad de vida e independencia”. Además de fabricar bicicletas, desde la marca asesoran a muchos de sus potenciales clientes porque, como explica Heunsinkveld, “ni siquiera muchas personas con la misma enfermedad tienen las mismas necesidades. Por ejemplo, alguien puede tener problemas de equilibrio y beneficiarse de un triciclo con dos ruedas traseras, pero... ¿Y si tiene dificultades para calcular la anchura? En ese caso, un triciclo con las dos ruedas delante resulta ser una bendición”. En resumen: con la bici de por medio, casi cualquier solución es posible, porque desde el propio fabricante pueden adaptarse las máquinas (eso sí, a veces los precios llegan a los 9.000 euros).

Trabajo de campo

Pero no son sólo instituciones o empresas: también el Fietserbond (algo parecido a un Sindicato o Unión de ciclistas) tiene en marcha proyectos como la Escuela de Ciclismo para Mayores o el Cycling Club, donde organizan rutas para hacer que más personas mayores sigan pedaleando. ¿Cómo? Impartiendo clases con consejos. Editando un boletín con información práctica y jornadas donde probar bicis adaptadas. Luchando, en definitiva, por hacer más visible la bici entre las personas mayores.

En una era, la actual, en la que la toma de decisiones se hace siempre en base al *Big Data*, las estadísticas y los porcentajes, es tan humano como conveniente poner cara, nombre y apellido a los desafíos que tenemos como sociedad. Conocer de primera



Adaptadas e infantiles

A la hora de crear una bici para niños con capacidades distintas, se valora exactamente cuáles son sus necesidades concretas.

Problemas de equilibrio, visuales, trastornos de crecimiento, baja movilidad en piernas o brazos...

Una vez sabido, la marca adapta alguno de sus modelos.

mano las experiencias de estas personas nos lleva a apreciar las sutiles (a veces no tanto) diferencias entre crear entornos que los limitan o que los habilitan. Es importante, también, visibilizar los viajes que por desgracia estos ciudadanos están dejando de realizar. Cuantificar y reflexionar sobre cómo la vida de muchas personas con problemas de movilidad, padres, madres, abuelos de nuestro entorno, mejoraría. La receta no es tan difícil: una bicicleta adaptada y contar con una infraestructura que asegure una velocidad reducida, donde pueden moverse todo tipo de vehículos y, por encima de todo, personas, son los ingredientes básicos. El resultado, una mayor independencia, felicidad y libertad de mayores y personas con distintas capacidades, y por lo tanto una sociedad mucho más sólida y solidaria, humana, generosa y avanzada.



CICLISTAS DE AQUÍ

HADLIGH GILLIBRAND. Nació en Shrewsbury (Inglaterra) en 1972. Sufre esclerosis lateral amiotrófica (ELA), pero se mueve a diario por Ámsterdam en bicicleta: en concreto, en un triciclo con algunas peculiaridades que le ha dado, literalmente, la libertad.

¿Cuáles son tus primeros recuerdos ciclistas?

Usaba una BMX para jugar con mis amigos en el pueblo. Fue el padre de una amiga quien me enseñó a montar.

¿Desde cuándo vives en Ámsterdam?

En 1998 me vine con 26 años para trabajar en Yamaha Motors. Recuerdo haber venido desde Inglaterra en mi coche, y me movía conduciendo o en alguna de las motos que nos facilitaba la empresa. Cuando me mudé de Amstelveen a Ámsterdam empecé a usar la bici los fines de semana, para salir de excursión y, por fin y cuando me trasladé al barrio del Jordaan, compré mi primera *omafiets* y empecé a disfrutar pedaleando de la cultura holandesa en profundidad.

¿Cómo supiste que tenías ELA?

Un día me caí de pronto mientras cruzaba una calle, y supe que tenía el equilibrio afectado a causa de la enfermedad. Tuve que dejar la bici y empezar a desplazarme andando, pero cuando me mudé de nuevo, esta vez a mi barrio actual, Oostedelijk Eilanden, conseguí mi triciclo y decidí volver a pedalear. Espero que durante mucho tiempo... ¡Aunque sé que en cualquier momento puede que me lo roben!

¿Cómo es tu experiencia con el triciclo?

Es curioso: se lo he dejado a varios amigos holandeses, y son incapaces de usarlo. Pero para mí no fue nada difícil: creo que tengo un cerebro que se adapta muy bien a las cosas con ruedas, aunque es verdad que exige cierta adaptación. La rueda delantera, por ejemplo, hace que cambie mucho la dirección con sólo girar un poquito, y por



eso me choqué un par de veces. Además, al girar, debes hacerlo en ángulo recto, para evitar volcar. Una vez que dominas un par de cosas, ¡es pan comido!

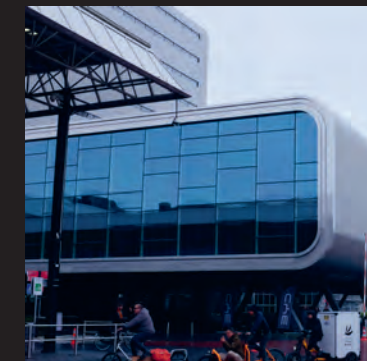
¿Qué es lo que más disfrutas cuando te mueves en bici?

La libertad, porque ya no puedo andar bien y así puedo moverme por cualquier parte. No puedo salir yo solo de la ciudad porque me resulta muy cansado, pero existe un servicio de taxi especial público que, por 14 euros al mes, viene a buscarme y nos transporta a mí y a mi triciclo. También hay un servicio de reparaciones que viene a ajustarme lo que haga falta en mi domicilio.

LLÁMAME CARRIER

Del 24 al 26 de noviembre tuvo lugar en Ámsterdam el International Cargo Bike Festival (ICBF) el evento más importante del mundo centrado en las bicicletas de carga. Fuimos Media Partner oficial: te contamos todo lo sucedido.

ANA CASTÁN



No me llames cargo bike, llámame 'Carrier'. La variedad de modelos, usos y tipos de usuarios han llevado a algunas voces de la industria a llamar a estos vehículos *Carrier*, al considerar que el término cargo bike se les quedaba pequeño. Lindsay Broadwell, de la Universidad de Ámsterdam, aseguraba en su ponencia en el ICBF que "es hora de ampliar nuestras perspectivas al hablar de bicicletas de carga. Constantemente surgen nuevos modelos y tipos, aplicaciones, experiencias y usuarios y, sobre todo, no tenemos idea de lo que sucederá en el futuro más próximo".

No le falta razón. El conocimiento e interés de industria y consumidores es cada vez mayor. Y las cargo bike, desde luego, hacen muy bien su su trabajo. Así lo atestigua un informe de Larry vs. Harry, creadores de las Bullitt, pre-

sentado en el ICBF y que demuestra que las cargo son el doble de rápidas en el centro de las ciudades que las furgonetas: mientras que éstas necesitan unos 99 minutos para recorrer 8,5 kilómetros, una buena bici de carga exige apenas 48. Pero hay más: los sistemas de ciclogística cubren un 30% más rutas y entregan el doble de pedidos que los modelos de reparto clásico, con una media de 16km/h frente a los 11km/h de las furgonetas. De costes, contaminación o satisfacción de los trabajadores, mejor hablamos otro día.

Leasing

"Las bicicletas de carga son muy caras", dicen algunos que, eso sí, obvian los disparatados costes de una furgoneta nueva, y ya ni hablamos si se trata de un modelo eléctrico. Para contestarles, también abundaron en el festi-

val distintas soluciones. Por ejemplo la empresa alemana JobRad ofrece *leasing* de *carriers* para profesionales o particulares y ya cuenta con más de un millón de vehículos. Ofrecen bonos, servicios y descuentos a fruterías, tiendas de ropa, ferreterías o, claro, tiendas de bicis.

Pero hubo mucho más. "Durante estos tres días", nos cuenta Tom Parr, uno de los organizadores, "hemos tenido ponencias, curiosidades, novedades y miradas al futuro. Destacaría el triciclo Carro FS2, con doble motor (uno por cada rueda trasera) y doble batería para transportar hasta 200 kilos de carga y 1.700 litros. O el stand de la tienda Dr. Beyk, con las nueve marcas que distribuye. Las bicicletas de carga plegables de la marca AVNISON. RevolGo, que vino desde India con su modelo long-john. Los cuadros de madera de Rethink. Los remolques frontales de

Snappy. La creciente internacionalización de la feria... ¡Muchas cosas en muy poco tiempo!"

Su compañero Jos Sluijsmans también destaca la presencia de "asociaciones nacionales de ciclogística, que presentaron sus esfuerzos conjuntos para promover y profesionalizar el sector en Europa". En efecto, los pasillos eran un hervidero de sensaciones y personas llenas de ilusión y ganas de trabajar. Gente que, desde hace años, lucha por popularizar las bicicletas de carga: una forma de reparto, vehículo familiar o muchísimas más cosas pero siempre de un modo más sostenible, limpio, económico, rápido, saludable, divertido y lógico. Ahora que los esfuerzos empiezan a dar frutos la alegría era palpable. Sí, podemos decirlo: esta es 'La Década de las Cargo Bikes' (o, si así lo prefieres, las Carriers).

CICLOSFERA

MUNDO BICI

Tecnología, sostenibilidad
y emprendimiento en la
industria de la bicicleta



HUMAN KIND

DISEÑANDO LA CIUDAD ACTIVA

Presente y futuro exigen miradas y soluciones nuevas para ciudades más complejas. Por eso la consultora Humankind organiza por primera vez una de sus master class fuera de los Países Bajos: será en Barcelona del 10 al 12 de abril, se llama 'Diseñando la ciudad activa' y desde una perspectiva práctica analizará la experiencia holandesa y estudiará la realidad española. ¿El objetivo? Extraer herramientas que hagan más sostenibles y humanas las ciudades. Somos Media Partner, ¡si vas de nuestra parte tienes un descuento del 10%!

"Hemos elegido Barcelona porque España es innovadora y está llena de ejemplos de cómo generar cambios positivos y hacer ciudades más activas y enfocadas a las personas", cuenta Mario Raimondi, director de la Humankind Academy. "En España abundan las organizaciones, activistas e investigadores. No venimos de Países Bajos a decir lo que hay que hacer, sino a aprender y retroalimentarnos".

Aprendizaje y colaboración, metodología comprobada, pero también, capacidad de improvisación para desarrollar nuevas ideas y adaptarlas a situaciones distintas. Esas son algunas de las claves que hacen de *Diseñando la ciudad activa* una *master class* diferente. Tres días en los que, más allá de ponencias y conocimiento, las protagonistas serán la creatividad, la imaginación y la colaboración para saltar de la teoría a la práctica y aprender a afrontar los cambios estructurales que exigen las ciudades.

Para todo tipo de profesionales

Belén Calahorra es una referencia en la movilidad activa en bicicleta de nuestro país. Será una de las presencias clave en esta *master class*. "Hablamos siempre de una mirada

transversal y multidisciplinar" nos cuenta. "Por eso *Diseñando la ciudad activa* es interesante para profesionales de muy distintos ámbitos, que van a sacarle mucho provecho. Por ejemplo, será imprescindible para aquellos que estén involucrados en la toma de decisiones de la movilidad y el espacio público".

Pero ¿por qué inscribirse? Para Raimondi, los motivos se basan en dos pilares. "El primero es compartir conocimientos, ideas y principios técnicos de diseño. El segundo, generar nuevas ideas y formas de pensar las cosas, promover y desarrollar otra manera de enfrentar los problemas".

Lo local y lo global

La experiencia de Humankind en los Países Bajos permite durante el primer día (en el que tomará las riendas Lior Steinberg, urbanista y cofundador de Humankind) dotar a los participantes de contexto, herramientas y teorías de urbanismo para la movilidad. En el segundo día se irá a lo local, con Belén Calahorra al frente y veremos su aplicación en España, las bondades de nuestras ciudades y las barreras que pueden ser difíciles de implementar aquí. El tercer día se centrará en los choques socia-



les como motores del cambio, examinando la transición y la experimentación en materia de movilidad urbana a través de la Teoría de la Transición. De la mano de Mario Raimondi, se intentará "acabar con los estereotipos y mostrar cómo adaptar las estructuras y las políticas públicas a las tendencias, agentes de cambio y transiciones".

Las mañanas se centrarán en las charlas, ponencias y paneles, mientras que las tardes serán más activas y se saldrá a la calle para ver la realidad y analizar la situación. "Los participantes", explica Raimondi, "saldrán de la *master class* con herramientas concretas para usar en su contexto local. Queremos resultados prácticos más allá de las ideas".

¿Y la bicicleta?

"Hay emergencias climáticas, energéticas y económicas. Dificultades en el espacio público. Y la bicicleta ayuda a resolver esos problemas", explica Raimondi. "Lo sabíamos desde la teoría, pero ahora hay muchos estudios que demuestran que la bici estimula, por ejemplo, las economías locales. La clave es mostrarlo y construir narrativas que se alejen de relatos preconcebidos".

"Queremos llegar a esos profesionales no convencidos", afirma Calahorra, "para darles bue-

nas herramientas y prácticas que quizá aún no conozcan". "Verán cómo estos temas atañen a distintos departamentos de una empresa o un ayuntamiento", añade Raimondi, "y les abriremos los ojos para que aprendan cómo la bici puede ser una solución para todos".

LAS CLAVES

Master class: 'Diseñando la Ciudad Activa. Herramientas para transformar la movilidad urbana'.

Dónde: Barcelona.

Cuando: Del 10 al 12 de abril de 2024.

Precio: 1.100€. ¡Con un 10% de descuento si usas el código 'CICLO10' al formalizar tu inscripción!

Precio reducido: 900€ para organizaciones sin ánimo de lucro y estudiantes (facilidades de pago para todos).

Incluye: Máster class de tres días completos, materiales de aprendizaje y comidas. El alojamiento no está incluido.

Más información y registro aquí:



La bici no sólo mejora tu vida: también es una gran vía de realización personal y una estupenda herramienta para una carrera profesional. Desde hace años Javi Reyero imparte cursos en los que, entre otras cosas, enseña a vivir (bien) de la bicicleta: aquí nos explica cómo potenciar tu relación con el mundo del ciclismo y nos invita a conocer y aprovechar su proyecto educativo, El Gurú de la Bici.

RAFA VIDIELLA

EL GURÚ DE LA BICI

AQUÍ Y AHORA

La industria de la bici está llena de tecnología, pero las bicis siempre serán arregladas por personas y no por robots. Por mucha inteligencia artificial que tenga, una máquina nunca entenderá las necesidades, angustia o prisas de un cliente: por eso, siempre harán falta mecánicos que ayuden a la gente a seguir pedaleando. El dueño de una gasolinera puede estar preocupado, pero todo aquel que quiera arreglar bicicletas, no. Siempre será necesario. Ahí está el reto. Es ahí donde tenemos una gran oportunidad”.

Javi Reyero (Madrid, 1989) lo tiene claro: ahora más que nunca, es posible vivir (bien) de la bicicleta. Lo dice alguien nacido en la que define como la ciudad más hostil de España para pedalear, que ha formado parte de muy distintos proyectos, que arregló bicis a domicilio y creó y gestionó su propio negocio, Bici

con Alas, un legendario taller con un lema inolvidable: “Una Bici Nunca Muere”. Podemos decirlo: Reyero es un experto en los servicios en torno a la bici, pero sobre todo un apasionado por el ciclismo y las personas. Una explosiva mezcla que le llevó a poner en marcha El Gurú de la Bici, una plataforma que va más allá del mundo online y ofrece diferentes formaciones para cuidar y hacer de la bici tu profesión. “No es fácil vivir bien de la bici”, asegura, “pero desde luego, es posible”.

Valor eterno

Reyero tiene los pies en el suelo, pero está convencido de que las bicis y, por extensión, aquellos que quieran (y sepan) vivir de ella, tienen mucho futuro. “Se puede trabajar en muchos sectores”, reflexiona, “pero siempre habrá herramientas, máquinas, servicios, que le harán bien al Planeta o que lo empeorarán. Habrá trabajos que contribuirán a que todos



respiremos y vivamos mejor. La bicicleta es una herramienta para conservar la Tierra. Para hacer este mundo un lugar más sostenible. Cuando usas la bici ayudas a conseguirlo, y eres feliz. ¡Pero cuando trabajas en este sector, y ayudas a otros a pedalear también, aún merece más la pena!

Pasará el tiempo. Cambiará el Mundo. Y cada vez más cosas vendrán dictadas por presuntos avances como la Inteligencia Artificial. Tenlo claro: si quieres vivir de la bici tendrás que actualizarte sin descanso y aprender cosas cada día. Pero, como dice Reyero, "la esencia seguirá siendo la misma. Las bicis estarán llenas de piezas que se desajustan, ensucian y desgastan. Con ruedas que se pinchan. Tendrán más componentes electrónicos y eléctricos, pero siempre serán usadas por un ser humano que se enfrentará a problemas, dudas, averías, y necesitará la ayuda de alguien que sepa más que él. Un día será una rueda, unos frenos, un motor... Siempre terminará pasando algo por lo que te buscarán a ti. Y tú, unas veces con un destornillador, y otras con tu ordenador, lograrás que esa persona vuelva a pedalear feliz".

El Máster de la Bici

Al hablar con Reyero percibes que no habla de una forma de ganar dinero, sino de una filosofía vital. De un propósito. "Con ganas", asegura, "cualquiera puede salir adelante en el mundo de la bici. Se habla de encontrar tu propósito, pero creo que eso no se encuentra sino que se crea. La clave es crear algo en lo que eres bueno y que es bueno para los demás. Ayudar a otros con tus dones y talentos. Cada vez hay más ciclistas. Mucha gente que necesitará tu ayuda. Si pones ese objetivo, ese aprendizaje, al servicio de los otros, te aseguro que te va a ir bien. Sí o sí".

En su plataforma, El Gurú de la Bici, hay formaciones para diferentes usuarios. En un nivel básico está el *Curso Gratis de Mecánica Preventiva*, dirigido a todo el mundo porque, como Reyero explica, "no hay que esperar a que la bici se rompa para llevarla al taller. Debes cuidarla, hacer mecánica preventiva, porque es una máquina muy sencilla y agradecida si aprendemos a mantenerla".

También está el *Curso Manitas* ("para quienes quieren ser autosuficientes y no depender de nadie"), el *Curso Pro* ("para los ya muy hábiles, tanto que pueden empezar a vivir arreglando las bicicletas de otros") o el *Programa Taller A Tope*, una propuesta integral para los que ya tienen un taller, pero quieren rentabilizarlo aprendiendo a gestionarlo más allá de la mecánica. "Con este programa llevas tu taller al siguiente nivel", explica, "aprendiendo a crear y manejar procesos y sistemas para, así, ser más potente y más grande".

Pero Reyero está entusiasmado con su nueva formación, *El Máster de la Bici*, un curso de todo un año en el que muestra y analiza modelos de negocio, estrategia de ventas, marketing online y offline, claves del emprendimiento y gestión de relaciones humanas, con los clientes y tus colaboradores. "Todas las maneras de vivir bien de la bici tienen elementos comunes", dice. "El primero es saber vender. El segundo, entender y satisfacer a las personas. Y el tercero es, por supuesto, saber de bicis, informándote y después profundizando y alimentando esa pasión. El camino es largo y no tiene un final concreto, y por eso merece mucho la pena. Haciéndolo, eres cada día mejor. Acumulas conocimiento. Aportas sabiduría. A estas alturas, me basta con escuchar un minuto a un cliente para, sin mirar su bici, saber lo que le pasa y qué necesita. Y lo sabré más y mejor según se acumulen los años". En esta formación, además, le acompañarán los profesionales del sector que más admira y respeta por su liderazgo, saber hacer y forma de entender el mundo (de la bici).

Una profesión especial

Trabajar en el sector de la bicicleta exige pasión, paciencia y tenacidad, pero lo que Reyero (y un servidor) tenemos claro es que vale mucho la pena. Como asegura El Gurú de la Bici, "a esta industria le cuesta mostrar lo atractivo que es vivir de la bicicleta, atraer y retener talento. ¡Es algo maravilloso! Si ya sólo pedalear nos acerca a la plenitud, ¿por qué no atraer más talento, crear nuevos y buenos proyectos donde la gente ponga sus dones al servicio de otros? Es difícil. Claro que lo es. Pero si logras reunir esas tres pepitas (saber vender, entender a las personas y saber de

bicicletas), puedes conseguirlo. Encontrar tu lugar donde ponerte al servicio de otros es lo que aspiro a ofrecer con el *Máster de la Bici*, autonomía profesional".

El curso se pondrá pronto en marcha (tienes más información en su web), pero el aprendizaje (a través de sus otros cursos, o contactando directamente con él) puede empezar ya. "En la vida me pasa como con la bicicleta", concluye Reyero, "no tengo prisa por llegar

porque me gusta disfrutar del trayecto y recorrerlo abierto al aprendizaje. La paciencia, el descubrimiento o la tenacidad, intrínsecos a las bicis, se pueden aplicar a la vida y a los negocios. Pero también se puede conjugar todo haciendo de la bicicleta tu forma de vida. No hay atajos. No hay prisas. Lo importante es aclarar tus valores y ser congruente con ellos. Cuando formas parte de algo que está alineado contigo, tu cuerpo lo sabe, se relaja y empiezas a disfrutar más de la vida".

CURSO GRATIS DE MECÁNICA PREVENTIVA



Muchas veces no es cuestión de nacer con un don, sino de tener paciencia para aprenderlo. En un mundo de prisas y una filosofía basada en el usar y tirar, prestar atención a lo que ya tienes, valorarlo y cuidarlo, es más que una forma de ahorro: es, definitivamente, vivir con más plenitud. En el caso de tu bici, el beneficio es inmediato: detente a mirarla, a cuidarla, y ambos vais a ganar con el cambio. De eso y de muchas más cosas está lleno el *Curso Gratis de Mecánica Preventiva* de El Gurú de la Bici, que incluye todo aquello que deberías saber para evitar averías y solucionar sus problemas más comunes. Apúntate a este Curso Gratuito para que El Gurú de la Bici te enseñe a cuidar tu bici. Para que no generes residuos. Para que no tengas que empujar tu bici al taller. Para, en definitiva, que los dos, tu bicicleta y tú, estéis más cuidados, saludables y felices. Es tu responsabilidad cuidar tu bici para que puedas pedalear de forma segura sobre ella. Es tu medio de transporte y tu herramienta de desarrollo personal.

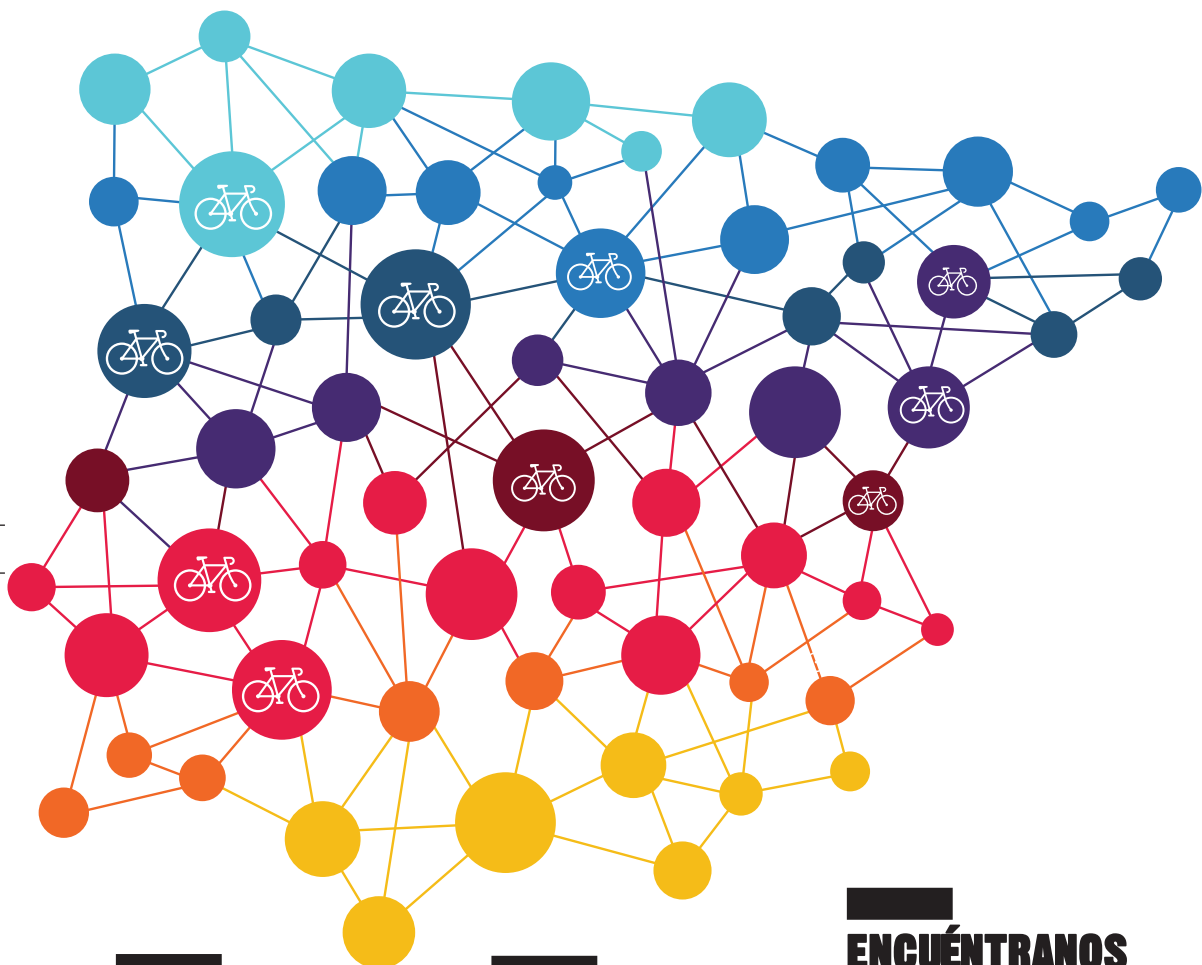
A lo largo de estos siete videos, Reyero nos explica:

- 1. Diagnóstico:** ¿Cómo saber en qué estado está mi bici?
- 2. Ruedas:** ¿Cómo ponerla y quitarla, arreglar pinchazos o cambiar la cámara?
- 3. Transmisión:** ¿Cómo medir el desgaste de cadena, arreglarla o engrasarla?
- 4. Frenos:** ¿Cómo ajustarlos, cómo cambiar las zapatas o pastillas?
- 5. Cambio:** ¿Para qué son los tornillitos esos y cómo ajustar el cambio?
- 6. Tornillería:** ¿Cómo evitar averías y reapretar la tornillería de la bici?
- 7. Herramientas:** qué llevar encima, qué tener en casa y qué hábitos tener.

¡Escanea ahora el código QR y empieza a aprender con el primer video!



DISTRIBUCIÓN



SUSCRÍBETE Y RECÍBELA DONDE QUIERAS

No importa si estás en España, Europa o cualquier lugar del mundo. Te mandamos la revista donde quieras. ¡Impresionante!



GRATIS: TIENDAS Y LUGARES BIKEFRIENDLY

Puedes recoger tu ejemplar gratuito en tiendas, talleres, negocios y eventos donde de verdad amen el ciclismo. Consulta aquí el listado.



ENCUÉTRANOS EN TODAS ESTAS CIUDADES...

- | | |
|-----------|---------------|
| Alicante | Pamplona |
| Barcelona | San Sebastián |
| Bilbao | Segovia |
| Burgos | Sevilla |
| Cantabria | Tarragona |
| Castellón | Valencia |
| Gijón | Vitoria |
| Granada | Vizcaya |
| Lérida | Zamora |
| Madrid | Zaragoza |
| Murcia | |



HAZ QUE TU TIENDA SEA VISIBLE PARA TODA LA COMUNIDAD CICLOSFERA

¿Quieres distribuir Ciclosfera? ¿Quieres que hablemos de ti en nuestra revista, web y redes sociales? ¡Ciclosferiza tu negocio, tenemos mucho que hacer juntos!



bromptonjunctionvlc
Brompton Junction Valencia

BROMPTON JUNCTION

Tienda Insignia de Brompton en España

#BromptonOneMillion

www.bromptonjunctionvlc.com

URBAN BIKES

ESPECIALISTAS EN CICLISMO URBANO Y MOVILIDAD SOSTENIBLE

611 710 180
www.urban-bikes.es
info@urban-bikes.es
@urbanbikeszgz
C/ Rioja 24, 50017 Zaragoza

SPRINGBIKES

TU TIENDA DE BICIS ELÉCTRICAS URBANAS

Bicis eléctricas - Reparaciones - Electrificación

www.spring-bikes.com
+34 613 503 833
Passeig Lluís Companys 10, 08018 Barcelona

CICLES BERENGUER

desde 1970

C/ Balmes, 38-40
08203 SABADELL
Tel: 93 727 50 50

www.ciclesberenguer.com

ANGELL NUEVA CRUISER

goblue

Avenida Reino de Valencia 58
46005 Valencia - 961 670 367
www.goblue-mobility.com

TODOBICI

TIENDA Y TALLER DE BICICLETAS

C/ de la Serradora, 5
www.todobicivalencia.com

G Instagram Facebook SoundCloud

olabarrieta
ROMO | GETXO

TALLER VENTA ALQUILER

[CARGOBIKE]

[BICICLETA INFANTIL]

MOVILIDAD PEDALEANDO

Errekagane 16 B - 48930 Romo-Getxo | T. 944 644 798 | info@olabarrieta.cc | www.olabarrieta.cc

BAR

Rubi

SEGOVIA
C/ Escuderos 4

DOYUBIKE

VENTA
TALLER
ALQUILER

TREK CUNDA
RIESE & MÜLLER
BROMPTON

THE BIKE
AMBULANCE

Recogemos tu bici,
la reparamos
y te la devolvemos.

En 24h.

www.thebikeambulance.com

Bicis urbanas eléctricas

sanferbike
pasión por el ciclismo

espaibici

Todo lo que necesitas para tus aventuras

SUSCRÍBETE AMONGOLIA Y TE ENVIAMOS A CASA UN LIBRO GRATIS

MATA BURROS

MUCHO MÁS QUE UN MUSEO DE LA BICICLETA

Andorra la Vella

BICI LAB ANDORRA

BICILABANDORRA.COM

LA LUNA shipping

transporte y logística internacional

Especialistas en import/export de bicicletas

www.laluna.coop · info@laluna.coop · 93 441 79 03

CENTRO DE DOCUMENTACIÓN ESPECIALIZADO en movilidad ciclista

BUSCADOR ONLINE, soporte escrito, gráfico y audiovisual

ZIKLOTEKA

Documentación TÉCNICA, CIENTÍFICA Y REIVINDICATIVA

A DISPOSICIÓN DE TODO EL MUNDO

online, presencial y préstamo

cristinaaenea.eus/zikloteka

DeQueBikes
TALLER DE BICICLETAS DESDE 2010

Avenida Vicente Blasco Ibáñez 15
46920 Mislata, Valencia
T. 960 05 3166
M. 654 35 1062
dequebikes@hotmail.com
www.dequebikes.es

motorverde

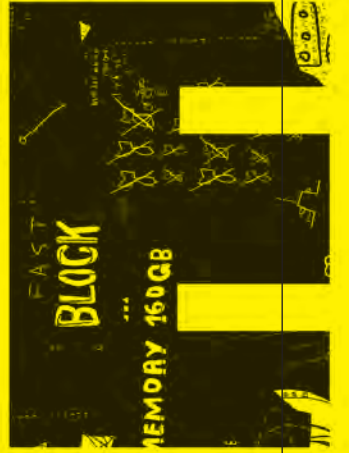
Venta y alquiler de bicicletas eléctricas

Entrega gratuita a domicilio

www.motorverde.es

ALLEGRA
danza aérea

AÉREOS Y POLE DANCE



ACCESORIOS
BICICLETAS
NOVEDADES
PRUEBAS

Bergamont E-Vitess Sport Gent



Esta gente sabe hacer bicis, sin duda: Bergamont lleva 30 años fabricándolas, combinando un fuerte compromiso con la innovación tecnológica sin olvidar la parte más “disfrutona” del ciclismo. Sus modelos nos encantan, y esta E-Vitess Sport no podía ser menos.

bergamont.com



Discreto

El motor IQ está integrado en posición central y es ligero y silencioso. Ofrece 50Nm alimentados por una batería de 360Wh. Todo se combina con el cambio Shimano Deore XT de 11 velocidades y un único plato, creando un extraordinario conjunto urbano que te permitirá realizar también rutas cicloturistas.



Versatilidad

Bergamont ofrece la posibilidad de añadir una segunda batería en los acoples del portabidón, para aumentar aún más la autonomía del sistema y llevándote aún más lejos sin necesidad de “repostar”. Se fabrica en cinco tallas diferentes y hay una versión con la barra central más baja, para subir y bajar con la máxima comodidad.



Camina

Con un simple gesto, el asistente WALK te ayudará a empujar la bici cuando debas caminar con ella. Un detalle que hace aún más fácil tu día a día, cuesta arriba, en una rampa o con la bici cargada, porque no siempre podemos ir pedaleando.

Con pegamento

Cuando toques frenar, no te preocupes: el control es inmediato y preciso gracias a los Tektro hidráulicos con discos de 180mm. Con o sin carga, en diferentes terrenos... No importa: ayudados por los neumáticos Schwalbe Marathon Efficiency, que además de un gran rendimiento ofrecen una gran visibilidad, sentirás que eres parte del terreno.

Sin cargas

La Bergamont equipa un cuadro de 28" con tubos de aluminio ultraligero, integrando la batería de forma natural. La horquilla delantera rígida de carbono, con eje pasante, da una respuesta inmediata y precisa. La experiencia de conducción es suave, eficiente, fluida y segura. Todo, en apenas 19,8kg.

Pura luz

Las luces se activan automáticamente cuando son necesarias. Luz de freno en el portabultos, integrada en dos llamativas líneas verticales. El LED delantero, diseñado en conjunto con la potencia y el manillar y con la firma de Syncros da una respuesta sensacional.

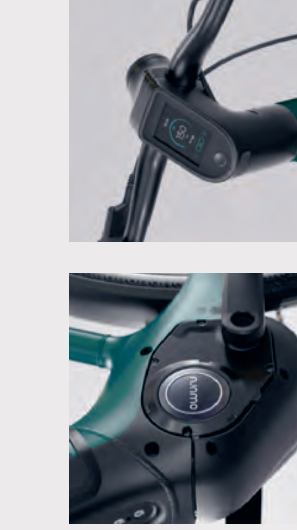


Btwin LD 920 E



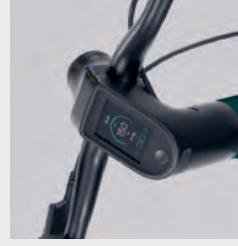
Sólida y robusta, equipada y preparada. Una bici de primera división a un precio lógico. La BTWIN LD 920 E es una urbana apta también para largas excursiones. Versátil y llena de novedades: te contamos todo sobre una e-bike más que recomendable.

deathlon.es



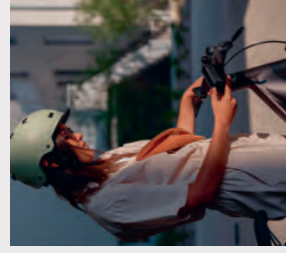
Cadencia

El motor es un potente Owuru situado en posición central y capaz de aportar un par de 65Nm, pero lo que más llama la atención es la transmisión CVT que ofrece simplicidad y eficiencia. La cadencia se puede ajustar entre 40 y 90 RPM, lo que nos permite controlar nuestro esfuerzo en todo momento.



Bien visibles

La pantalla LCD es muy legible tanto de día como de noche para que tengas todos los datos que precisas. Si quieres más estadísticas, no te preocupes: enlaza tu bici con la Decathlon Mobility App. Y cuando te quedes sin batería, puedes extraerla muy cómodamente para cargarla en cualquier lugar.



**Btwin
LD 920 E**

2.999,99€

**NO TE PIERDAS
NUESTRO VIDEO TEST**



Gama alta

Esta Btwin está a la altura de muchas de las e-bikes urbanas de las marcas de mayor prestigio. Es cómoda y deportiva, muy robusta y práctica y añade distintas soluciones tecnológicas que hacen de cada pedalada un placer. En resumen, una máquina perfecta para tus desplazamientos cotidianos y olvidarte de una vez del coche!

Completa

Con frenos de disco hidráulico, ofrece un rendimiento perfecto. La suspensión tipo 'Headshock' en la horquilla delantera garantiza un rendimiento óptimo entre la deportividad y la comodidad, absorbiendo todas las irregularidades del terreno. Además, incluye elementos imprescindibles como guardabarros, portabultos, luces y pata de cabra.

Cuidada estética

Impresiona con su diseño moderno y tecnológico. Sus ruedas de 29" y el cuadro de gran tamaño le confieren una apariencia imponente. La bicicleta destaca por un estilo minimalista y dinámico que transmite calidad y comodidad. Disponible, también, con barra baja.

Un joystick

En el lado izquierdo del manillar encontramos otra de las grandes novedades de esta Btwin: un cómodo y moderno mando para navegar por los menús de la espectacular pantalla LCD a color, controlando el nivel de cadencia. Es tan diferente como sencillo de manejar: ¡bien hecho!



Eléctricas

| 88 |

A mucha gente le viene bien una ayudita a la hora de pedalear: por eso, y porque son muy divertidas y prácticas, cada vez más personas buscan una bicicleta eléctrica. ¡Aquí van seis buenas propuestas para pedir esta Navidad, con una infantil incluida!



CUBE FOLDING HYBRID 500

Esta Cube es mucho más que un buen diseño. Su mecanismo de plegado es sencillo y rápido. El asa de transporte, integrada en el cuadro, facilita su transporte plegada. Y luego viene una larga lista de detalles: ruedas de 20", guardabarros, pata de cabra, portabultos trasero y la posibilidad de, por ejemplo, añadir un transportín delantero o equiparla con una larga variedad de bolsas y cestas. Todo, claro, animado por un motor Bosch de 65Nm y una batería también Bosch con 500Wh.

CUBE FOLDING HYBRID 500

3.549€



Divertida. Sencilla. Irresistible. Playera. La versión con asistencia eléctrica de un clásico de la marca. Disponible con barra alta o baja y en seis bonitos colores, cada uno más alucinante que el anterior. Pero no todo es estética: cuenta con la asistencia eléctrica del Bosch Active Line Plus System, muy sencillo pero eficaz gracias a sus cuatro modos de asistencia, ofrece una postura de conducción muy erguida y confortable y viene rematada con un candado ABUS integrado.

ELECTRA TOWNIE GO 5i EQ

2.799€



CANNONDALE TESORO NEO CARBON

Desde 4.999€



La primera e-bike urbana de carbono de Cannondale. Y no, no hablamos de un modelo más, sino de uno con altísimas prestaciones y derivada de la Synapse, una de las joyas de la marca. Cuadro de carbono, potente conjunto eléctrico Bosch, componentes de primera calidad, un diseño muy aerodinámico y un peso al alcance de muy pocas: apenas 16 kilos. La tienes disponible hasta con cambio electrónico y en cuatro tallas y dos colores.



JORVIK JMT13 MTB PLEGABLE

4.882,99€



Un brutal triciclo "cometerrenos". Una bestia de carga y transporte para las zonas más inaccesibles. Una e-bike por partida triple y segunda batería opcional. Motor central y diferencial trasero para mayor estabilidad en los giros y fiabilidad en casi cualquier situación. Cambio interno Shimano Nexus de siete velocidades. Frenos hidráulicos. Neumáticos con banda reflectante. Sí: es lo más. ¡Y plegable!



CUCA BIKE ALL ROADS

2.299€



Arrebatadora. Potente. Original. Llamativa. Y muy completa en componentes y accesorios. Lista para instalar una segunda batería y duplicar su autonomía. Doble suspensión y cambio interno de siete velocidades. Frenos hidráulicos de cuatro pistones y pantalla LCD retroiluminada. Motor Bafang, intermitentes, luz de freno, faro delantero de 2.000 lúmenes, bocina extrafuerte y alarma antirrobo.

kids corner



MONDRAKER PLAY 24

2.299€



Una pequeña-gran bici con toda la sabiduría de la marca. Cuadro de aluminio hidroformado y motor Mahle X35 con batería de 250Wh para que los más pequeños puedan acompañarte hasta el fin del mundo. Para que vayan a gusto, además, horquilla RockShox Judy Silver, frenos hidráulicos SRAM Level y neumáticos de 2.4" para engullir todo lo que se ponga por delante. ¡Juventud, divino tesoro!

| 89 |

¿Listo para salir como un cohete a pedalear? Las llaman pulmonares, convencionales, musculares... Nosotros las llamamos bicicletas de toda la vida. Quizá aquí esté la bici de tus sueños o el regalo perfecto para las fechas que vienen. ¿Cuál te gusta más?



Velouria Cycles Far Away

Para gravel, bikepacking y según sus creadores “más pensada para disfrutar de las sensaciones de la ruta que para perseguir cronos en Strava”. Tuberías conificadas de titanio, guiado interno de cables, puntera de titanio intercambiable, vaina con el logo de la marca mecanizado... La opción de llevar tija ajustable y horquilla de suspensión refuerzan su polivalencia. Cuatro puntos de anclaje para bidones, y tres puntos supletorios para distintas bolsas o alforjas. Hecha de manera artesanal en Alicante.

Velouria Cycles Far Away

4.400€



SCOTT SUB CROSS 40

729€



No te dejes engañar por su aparente sencillez. Con su cuadro de aleación, la Sub Cross (en barra baja o alta) incorpora horquilla delantera con suspensión Zoom de 63mm y 27 velocidades Shimano Altus.

Viene equipada a pedir de boca, con frenos Tektro hidráulicos, neumáticos Kenda Booster, pedales extra anchos de plataforma y un enfoque específico para el confort y la comodidad diaria o en ruta.



BMC ALPENCHALLENGE AL TWO

2.074€



Pura elegancia. La horquilla y el resto del cuadro son de aluminio Premium, con soportes para instalar guardabarros. Todo el cableado es interno dándole un toque “chic” y al mismo tiempo evitando enganchones. Transmisión SRAM GX Eagle, frenos de disco y neumáticos Vittoria Randonneur de 37mm. Es más que una bicicleta y te durará toda la vida. Querrás colgarla en el salón.



CINELLI ZYDECO

1.800€



Decir “Cinelli” es invocar al ciclismo más puro. La ZYDECO viene con una rejilla frontal (hasta 8kg de carga), manillar de 20mm y tubos de aluminio triple conificado que no conocen límites en materia de resistencia. Tienes un abanico casi infinito de opciones para bolsas y cajas. Máximo espacio para neumáticos hasta 700x40c y detalles reflectantes en 3 dimensiones. Está para entrar a vivir.



TEMPLE TOUR

1.668,20€



Cuadro con tubería de acero Reynolds: fuerte, ligero, cómodo, flexible y respetuoso con el medioambiente, porque proviene íntegramente de material reciclado y puede reutilizarse por completo cuando termine su vida útil. Eso, si termina alguna vez, porque la marca ofrece garantía de por vida. 27 velocidades, cuatro colores posibles, verde, arena y dos azules diferentes. Fabricadas completamente en el Reino Unido. Una apuesta segura.

kids corner



WINORA CHICA 20

549€



¿Pequeña yo? ¡Ni se te ocurra! Puede que sea su primera bici pero esta es una máquina muy seria. Transmisión Shimano de 7 velocidades con la geometría perfecta. Guardabarros integrados, luces delantera y trasera, pata de cabra, portabultos y un millón de aventuras por venir. La seguridad de estar firmada por Winora. Y unos colores que, más que llamar la atención, enamoran.



TE PREPARA PARA EL INVIERNO

Contar con los accesorios adecuados para pedalear puede marcar una diferencia gigantesca. Así que, de la mano de la experiencia de COMET, aquí tienes una buena selección de productos básicos. Sal a pedalear los 365 días del año, ¡pero que no te falte de nada!

CANDADO PLEGABLE AXA FOLD 80 LITE

Este candado es ideal para estacionamientos cortos, porque sus 80 centímetros, articulaciones plegables y gran versatilidad lo convierten en imprescindible. El soporte se ajusta al portabidón o al manillar de forma muy sencilla. Los eslabones son de acero endurecido de 5mm y están cubiertos por una carcasa de goma para prevenir arañazos. Viene con dos llaves, pero como AXA sabe que es posible que terminemos perdiéndolas, ofrece un servicio online para conseguir nuevas copias.

REF: 724247 | PVR: 61,95€



REMOLQUE NIÑO BURLEY D'LITE X MONOPLAZA

Diseñado para la comodidad: de los que viajarán en su interior (con suspensión ajustable, asientos reclinables independientes y un acolchado de primera calidad) y de los que van a pedalear: es un remolque ligero, se pliega con mucha facilidad para ocupar un espacio muy razonable y hasta tiene como opciones un kit de conversión para transformarlo en, según tus necesidades, remolque para la bici, carrito de paseo o de jogging. ¡A disfrutar todo el mundo!

REF: 724329 | PVR: 869€



LUCES DELANTERAS BOOKMAN VOLUME

Premiadas con el Eurobike Award 2023. Puedes controlar sus cinco modos de brillo con la rueda Power Wheel, con un puntito retro que recuerda al ajuste de volumen de las radios clásicas. Dos versiones, de 800 ó de 1.500 lúmenes. Ambas incluyen una batería de 4.000mAh y tienen un cuerpo de aluminio resistente ideal para rutas largas. Y, como no podía ser de otro modo tratándose de unas Bookman, el diseño es portentoso y puedes elegir entre varios colores.

REF: 724046 | PVR: 99€

PONCHO IMPERMEABLE HAMAX PARA PORTABEBE

Como dicen en los Países Bajos... ¡No somos de azúcar, así que a ir en bici aunque llueva! Pero debes proteger a los más pequeños, por lo que te vendrá de perlas este poncho. Fabricado en nailon y resistente al viento se ajusta al portabebés Hamax y protege todo su cuerpo, evitando goteos y corrientes de aire. Claro, tiene un hueco para que le quepa el casco, es compacto y fácil de almacenar.

REF: 722203 | PVR: 39€



CASCO MET E-MOB

Que sea bonito y ultraligero no significa, ojo, que sea menos seguro. Es más: no se nos ocurre una idea mejor para proteger tu cabeza. Preparado para e-bikes, extra cómodo, con carcasa de policarbonato y revestimiento EPS. El ajuste es 360°. Incluye luz LED trasera recargable por USB, visera integrada, almohadillas lavables y red anti insectos. 17 orificios de ventilación y puntos reflectantes. Y está disponible en varios colores. En una palabra: ¡pillatelo!

REF: 723320 | PVR: 80€

ALFORJAS BASIL CITY

Resistentes al agua, prácticas y fáciles de instalar. Compatibles con los portaequipajes MKK y, además, con un estilo que quita el hipo. Tienen una capacidad de 28-32 litros, cierre plegable y detalles reflectantes. Y, si te apetece, podrás añadirles unas luces LED para hacer todavía más largos y seguros tus trayectos nocturnos. Un regalazo, vamos.

REF: 724245 | PVR: 101,99€





CAMELBAK BIKEPACKING

Acabas de volver y ya estás pensando en el próximo viaje. O, quizá, llevas tiempo fantaseando con salir a conocer el mundo pedaleando y esperabas justo esto. No importa: vamos a contarte cómo vestir tu bici para llevar todo lo que necesitas, ajustar al máximo el espacio y moverte con seguridad. Así es M.U.L.E. On-Bike, la colección específica para bikepacking de CamelBak: fiable, práctica, elegante, resistente y sostenible, porque todos los productos están fabricados con velas recicladas de barco.



Bolsa de sillín M.U.L.E. 9

Porque nunca llevas las mismas cosas, la M.U.L.E. 9, de apertura enrollable, se expande hasta (casi) el infinito. Los anclajes son estables, seguros y dan mucha confianza en los tramos más exigentes comprimiendo el conjunto. Por fuera, una oportuna red elástica mantiene a salvo aquellos objetos que no quieras llevar dentro. Impermeable, claro, resistente a las salpicaduras y de una versatilidad asombrosa. Tan duradera que la heredarán y usarán tus hijos. **PVP: 89,99€**



Bolsa de sillín M.U.L.E.1

Sutil y elegante. Ligera, pesa sólo 160 gramos, pero tremendamente segura. Como su hermana mayor, la M.U.L.E. 9, también es expansible para aumentar su capacidad y adaptarse a lo que necesites en cada momento. Impermeable y con tiras reflectantes, el anclaje es sencillo, sin complicaciones, con velcro de seguridad. **PVP: 39,99€**



Bolsa de manillar M.U.L.E. 12

Esqueleto de varillas de aluminio. 12 litros de capacidad con apertura enrollable. Una bolsa impermeable, robusta, perfecta para guardar y transportar una tienda de campaña, un saco de dormir o la ropa extra. Y si vas con más carga de la habitual, la bolsa se alarga para poder almacenar todo. Bolsillo seguro con cremallera y todo muy a mano, para llevar esas cosas que necesitas tener a un palmo de distancia y sin mucha distracción. **PVP: 99,99€**



Depósito Quick Stow 2L

Estar bien hidratados es clave y en CamelBak lo saben bien: por eso han creado este "depósito de combustible", que te garantiza dos litros de bebida extra. La válvula te asegura un 20% más de líquido en cada trago, y el cierre hermético evitará pérdidas. El acceso es sencillo y te resultará fácil utilizarla, también, para cocinar. Cuando está vacío se queda ultra compacto y cabe en cualquier bolsillo. **PVP: 49,99€**

Bolsa de cuadro M.U.L.E.

Galardonada en la última edición de Eurobike e ideal para amarrarla en el cuadro. Ajuste de tiras suaves, fiables y regulables, es resistente al agua (certificación IPX5) y cuenta con un bolsillo con cremallera de muy fácil acceso. Se instala rápida y fácilmente, incorpora el revolucionario depósito Quick Stow (para almacenar hasta dos litros de agua y poder beber sin quitar las manos del manillar) y, por supuesto, está llena de detalles reflectantes. La tienes en dos tallas, con 3 y con 4,5 litros de capacidad.

PVP: 3L (139,99€) | PVP: 4,5L (149,99€)



Bolsa de potencia M.U.L.E.

El móvil, unos frutos secos, una barra energética, una botella de hidratación extra, la cartera, las llaves, el GPS... Tú eliges lo que quieres meter dentro: el cierre de cordón asegura el contenido, permitiendo al mismo tiempo que sea rápido acceder al interior en cualquier momento. **PVP: 29,99€**

Foco delantero Magicshine Monteer 1200

La luz más potente que te hayas encontrado: 12.000 lúmenes, con hasta 360 metros de alcance, una batería de 10.000mAh, ocho modos de luz y dos flashes personalizables vía app. Autonomía de 121 horas. Con mando remoto. Resistente al agua. El único "pero" es que pesa casi 1,2kg.

PVP: 580€

magicshine-shop.com



Zapatillas Pearl Izumi X-Alp Flow

Rendimiento y resistencia sobre tu bici. El entrelazado de cordones, aparentemente clásico, ofrece un cierre mucho más preciso e incorpora un sistema que los mantiene alejados de tu cadena. La suela PinLoc tiene un agarre excepcional. Han sido diseñadas para pedales planos, son cómodas y absorben bien los impactos.

PVP: 42€

pearlizumi.com



Salero y pimentero Tune

¿Son o no son una verdadera pasada? Inspirados en los bujes de ruedas Tune, un emblema del ciclismo más pro, incorporan espacio para la sal y la pimienta en lugar de rodamientos. Te dirán que estás como una cabra, que se te ha ido de las manos... ¡Pero déjales que critiquen, y tú dedícate a cocinar saludable y a seguir pedaleando!

PVP: 111,84€

tune.de



Ciclocomputadora Sigma ROX 12.0

Es otro nivel. Lleva la navegación y el entrenamiento hasta donde ni imaginas. Mapas innovadores, funciones de entrenamiento ampliadas y un hardware a prueba de balas. Puedes personalizarlo hasta el infinito. La pantalla táctil hace sencilla la navegación por los menús. Sincronización vía WiFi con Strava, Komoot y TrainingPeaks.

PVP: 379€

sigmasport.com

BAZAR

Bolsa Geosmina Cargo Cage bag

Con el exterior de nailon impermeable y la base reforzada, la Geosmina Cargo Cage tiene capacidad de 5,5l. y apertura enrollable para asegurar la impermeabilidad. Se puede sacar sin desmontar las correas e incluye un soporte resistente para cargar más objetos. El logo es reflectante, y viene preparada para, si lo prefieres, instalarla en cualquier tubo del cuadro.

PVP: 52,90€

geosminacomponents.com



Rodillo Tacx NEO 2 Smart

Tan inteligente que es capaz de hacerte creer que estás al aire libre. Constante información detallada de la potencia y cadencia mientras analiza tu pedaleo y te da datos de tu forma física. Los recorridos son realistas, con simulaciones de inclinación y el sonido característico de calles empedradas y caminos.

PVP: 1.199€

garmin.com



Taza ciclista

Si te han molado el salero y el pimentero, te vas a pillar esta taza también. "Diversión entre tus piernas" pone en el dorso y los ciclistas lo entendemos. Es de cerámica y puedes meterla en el microondas y lavavajillas. Capacidad de 0,4 litros y una caja decorativa a juego. El regalo perfecto, ¿verdad?

PVP: 11,50€

boxergifts.com



Sudadera Santini UCI

Te suena ese estampado de arcoíris ¿verdad? Se inspira en los Mundiales. Esta sudadera es perfecta para días fresquitos, con doble capa de felpa y capucha ajustable. Si brujuleas por la web, verás maillots y calcetines a juego. Es Santini, así que ya imaginas de qué calidad estamos hablando.

PVP: 125€

santinicycling.com



Casco ABUS YouDrop FF

Protección en la montaña para los ciclistas más pequeños y con ganas de adrenalina. La protección del mentón es desmontable. El sistema de ventilación, inteligente. Las almohadillas se extraen fácilmente y son lavables. Protección muy versátil, especialmente cómodo y con una gran visibilidad. Que hagan un poco el loco, sí, pero protegidos. ¿O es que no hacías el loco tú cuando tenías su edad?

PVP: 93,99€
abus.com



Gafas de Sol Koo Cosmo

Toque *lifestyle* para tus ojos. Ligeras y flexibles. No son específicas para rutas largas y técnicas, pero en Koo son expertos en ciclismo deportivo y estas Cosmo incluyen de todo: puente nasal y patillas adherentes, lentes Zeiss de excepcional visión (disponibles también polarizadas)... En fin, molonas por fuera, ciclistas por dentro.

PVP: 120€
kooworld.cc



Pedales de plataforma Bontrager

Los pedales de plataforma vienen de los bikeparks y han tenido gran acogida en el cicloturismo y en el ciclismo urbano. Alta adherencia en un diseño específico de cuerpo curvado. Pins de sujeción personalizables para mantener el pie fijo ofreciendo control y potencia sin la sensación de estar atado.

PVP: 119,99€
trekbikes.com



Camiseta Patagonia Spoke Stencil Responsibili-Tee

Fíjate bien en el diseño, porque combina el sol y una rueda de bicicleta... ¡y queda perfecto! Un sincero homenaje de la marca a su comunidad ciclista. Hecha con materiales reciclados al 100%, de bajo impacto ambiental y producida en una fábrica certificada como Fair Trade. Disponible en cuatro colores.

PVP: 45€
patagonia.com



Hecho para ti

El casco perfecto para cualquiera: vas a poder llevarlo sin sentir la más mínima presión ni roces. Esa extrema comodidad se ha logrado gracias su interior, perfectamente acolchado, y a un diseño muy avanzado que explora los límites de la ergonomía. Por supuesto, todo está concebido para rodar muchos kilómetros con él, y buen ejemplo son las catorce rendijas de ventilación que agradecerás cuando hagas más esfuerzo.



Estilo adaptado

Por su diseño, atrevido, moderno y muy deportivo, ya se intuye que están hechas en Italia. Las tienes en cinco colores. Fabricadas con materiales reciclados. Y, claro, sus creadores las diseñaron para adaptarse a todas las caras, lo que implica la máxima fijación para evitar distracciones mientras lo das todo sobre tu bici.



Una pluma

¿Qué le pides a un casco? Por supuesto, seguridad. Diseño. Pero también algo imprescindible como ligereza. Y este Atom la tiene para dar y tomar: no sentirás que lo llevas gracias a su peso de apenas 265 gramos. Su diseño 'Aero' también es de agradecer, sobre todo en los descensos, y en cuanto a la tecnología va sobrado gracias a elementos como el diseño In-Mold y el uso de poliestireno expandido (EPS).



Tecnología visible

Ligereza: apenas las vas a notar cuando te las pongas. El resultado es doblemente satisfactorio cuando compruebas que ofrecen una extraordinaria visibilidad, y una completa protección solar gracias a unas extraordinarias lentes. Sí, podemos decirlo: son el complemento perfecto del casco ATOM de la marca Cairn.



Versión Evolight

La versión Photochromic Evolight NXT adopta soluciones tecnológicas directamente venidas del esquí profesional. Cuestan un poco más, 139,99€, y se adaptan automáticamente y a toda velocidad a los cambios de luz más bruscos. Todavía más rendimiento, y las tienes disponibles en tres colores.



Dos por uno: la prestigiosa marca Cairn, nacida en 1938 y con un enorme bagaje en el mundo del esquí y del ciclismo, nos propone un combo perfecto para proteger dos puntos básicos de tu organismo, la cabeza y los ojos. Analizamos el casco ATOM y las gafas ROC.

CASCO ATOM

PVPR: 79,99€



GAFAS ROC

PVPR: 99,99€





Bolsa manillar Rocbros

Bonita, ligera, bien de precio y de una calidad extraordinaria. El cierre de rueda mantiene a salvo el interior y garantiza la impermeabilidad al 100%, también en las cremalleras. Hecha con materiales indeformables y con un litro y medio de capacidad. Incorpora una goma elástica para un cierre completo y tienes cinco acabados diferentes. ¿La pillamos ya?

PVP: 68€
roadtoskybike.com

|100|


BAZAR

Chaleco reflectante Gofluo Darkchamp

Seguridad con estilo. Fabricado con materiales reflectantes, destaca de día por diseño garantizando visibilidad de noche. Tela perforada que evita el sudor, cremallera bidireccional y un cuello extra suave para mayor comodidad. Espalda alargada y bolsillo lateral. Por fin un chaleco reflectante que te gustará llevar.

PVP: 59,95€
gofluo.com



Culotte Rapha Excess Women's Pro Team

Edición especial hecha con materiales reciclados y probada en carreras de élite. Un tejido ligero y transpirable, capaz de controlar tu temperatura y con badana Pro Team específica de Rapha, cintas de sujeción y tirantes ajustables para un rendimiento óptimo. Una verdadera preciosidad.

PVP: 260€
rapha.cc



Tija con suspensión Kinekt LR Aluminio

Es regulable y discreta, con buen comportamiento en terrenos de montaña y en uso urbano, absorbe con naturalidad las calles adoquinadas. Diseñada para reducir la fatiga y los dolores de espalda, piernas, caderas. Ojo, que también hay una versión de carbono por un poco más de dinero.

PVP: 299€
kinekt.eu



Toda una revolución en el campo de la seguridad: diversión y estilo, creatividad y protección y unos diseños que les van a chiflar. La imaginación no está reñida con la mejor tecnología, y las máximas garantías pueden ser divertidas: los cascos Raskullz, concebidos en la soledada California, te lo van a demostrar.

Cascos infantiles
Raskullz

DESDE 39,95€



Preparados

La carcasa interior está construida en Poliestireno Expandido (EPS), capaz de absorber con naturalidad los impactos y que protege la cabeza desde todos los ángulos. Porque, cuando hablamos de lo que más quieres, toda garantía y seguridad son pocas.



Por dentro

Las correas de sujeción proporcionan un ajuste perfecto sin agobios. Hechas en nailon, y podrán cerrarlas ellos mismos con seguridad y comodidad gracias a un sencillo clip. Acolchado impecable y ventilación aerodinámica para evitar el sudor.

Regalo seguro

Los Raskullz cumplen con los exigentes estándares de seguridad CPSC y ASTM: sus cabezas estarán protegidas y a tus pequeños les va a apetecer ponérselos porque saben que tendrán una apariencia muy, muy especial.



Por muy poco

Los Raskullz han puesto el listón verdaderamente alto en el mercado de la seguridad con una relación calidad/precio difícil de superar. Todos tienen un PVP recomendado de 39,95€, y por poco más tienes las versiones con luces LED (49,95€).



Una pluma

Divertidos, seguros, molones y, por supuesto, también ligeros. La marca ha conseguido reducir el peso a poco más de 900gr, algo imprescindible si queremos que lo lleven siempre puesto. Y abarcando tallas desde la 48 a la 54, dependiendo del modelo. Un puntazo.



Infinitos

Hay muchos diseños distintos, a cual más fantástico: héroes, criaturas mágicas, crestas sorprendentes, cebras, dinosaurios, tiburones... ¡Ojalá algún día alguien se atreva a lanzar algo igual para los adultos!

ZONA
TEST

¡RO dando do WOY!

Estrenamos sección: nuestra compañera Elena Alcalde no es sólo una crack en todo lo que tenga que ver con entornos digitales, sino que es una avezada ciclista con muchos, muchos kilómetros a sus espaldas. Era la persona ideal para analizar algunos de los mejores accesorios del mercado, así que... ¡Estad bien atentos, porque seguro que varios de estos productos os interesan!



Perfecta para la ciudad.

Disponible en varios colores, pero la naranja aporta total visibilidad. Muy resistente a la lluvia fina e intensa. Te mantiene seca pero permite la transpiración. Con piezas ajustables en la cintura, muñequeras y capucha, los bolsillos tienen huecos y la cremallera puede abrirse por la parte de abajo.

TOP: El diseño y el color son geniales.

A MEJORAR: Los bolsillos no son muy cómodos si quieres meter las manos mientras vas caminando.

PARKA
IMPERMEABLE
BASIL MOSSE

114,99€



Genial para el manillar si necesitas llevar muchas cosas. 15 litros de capacidad: perfecto para un bolso, una mochila pequeña o algo de compra. Muy colorida y moderna. Material de calidad, resistente e impermeable. Cierre superior de cordón que lo cubre por completo. Pequeño bolsillo interior de cremallera. El montaje es muy sencillo: compatible con Klickfix.

TOP: Diseño y capacidad.

A MEJORAR: Aunque el cierre de cordón sella bastante, puede entrar algo de agua si llueve mucho.

CESTA BASIL
BLOOM
CARRVALL
AZUL 15L

79,99€



| 103 |



Diseñado para chicas: gran comodidad, almohadillas de gel y amortiguadores. El corte Flow en el centro permite aliviar la presión y su parte trasera, al ser más redondeada y ancha, lo hace perfecto para ciclistas que se mueven mucho al pedalear. Al tacto parece bastante resistente. Si pasas muchas horas sobre la bici es una gran opción a un precio bastante asequible.

TOP: Es súper cómodo.

A MEJORAR: El peso, si fuera un poco más ligero sería la bomba.

SILLÍN
SELLE ITALIA
LADY GEL

99,90€





Gama alta: súper ligero pero con un exterior resistente. El ajuste es perfecto. Realmente cómodo, y con visera extraíble y ajustable muy fácil de usar y que deja hueco suficiente si llevas gafas. La gama de colores me ha flipado, el diseño es genial. Si estás pensando en pillarte un casco urbano de mucha calidad, esta es una muy buena opción.

TOP: La hebilla magnética en la correa de la barbilla.

A MEJORAR: La pieza de ajuste trasero está un poco baja en caso de llevar coleta.

CASCO HJC
COBAN
PLUS

189€



Su acolchado y amortiguación lo hacen muy cómodo, y su funda antideslizante e impermeable multiplican su versatilidad. Sus generosas dimensiones favorecen el movimiento de la cadera y hacen que el pedaleo sea súper cómodo, tanto por la ciudad como en largos paseos. Un sillín para que no te quieras bajar de la bici.

TOP: Es muy cómodo.

A MEJORAR: Con 660gr es un poco pesado.

SILLIN XLC
CITY/URBAN
TRAVELLER II

53€



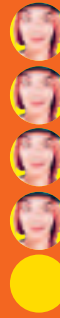
Un buen accesorio para quienes busquen visibilidad. Su luz es potente, diferentes niveles de intensidad y durara hasta 25 horas. Carga rápida: en dos horas tienes la batería al 100%. Muy fácil de acoplar. Su pequeño tamaño hace que puedas guardarla en un bolso o bolsillo sin problema. Por último: ¡me encanta la variedad de colores!

TOP: Diseño y colores me han encantado.

A MEJORAR: La goma de ajuste, aunque es bastante flexible, parece un poco endeble.

LUZ TRASERA
BOOKMAN
BLOCK LIGHT
LED USB ROSA

25€



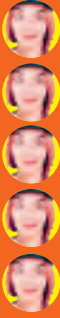
Costuras y cremalleras 100% selladas, impermeables y garantía de aislamiento total de la lluvia y el frío. El casco cabe bien bajo la capucha. Dos cremalleras laterales para ventilar. Detalles reflectantes en el logo de la espalda y las muñecas. Súper cómoda, apenas pesa. Si usas ropa deportiva en tu día a día, la Trail Endurance GT de Castelli es tu mejor elección.

TOP: Aislamiento total.

A MEJORAR: Un bolsillo trasero sería ideal.

CHAQUETA
CASTELLI TRAIL
ENDURANCE GT

399,95€



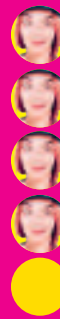
Para llevar en el cuadro de la bici. Hecho con acero endurecido, alta resistencia. Plegable: apenas ocupa espacio. Acople para llevarlo en el cinturón. La primera vez que lo abras quizá te sorprenda su plegado, pero después es muy cómodo. Si quieres un candado para el cuadro y flexibilidad de anclaje, es una opción muy recomendable.

TOP: Su tamaño y diseño.

A MEJORAR: Su peso de 1,05 kg puede resultar un poco incómodo.

CANDADO
PLEGABLE
HIPLOK
SWITCH

79,99€



Geniales si quieres guardar muchas cosas en un espacio razonable. Capacidad de 28 litros. El cierre plegable permite meter algo más en una situación límite. Fácil montaje. Diseño muy elegante. Detalles reflectantes en los laterales. Material de poliéster impermeable, repele bastante bien el agua y además tienen un tacto muy agradable.

TOP: El diseño: amor a primera vista.

A MEJORAR: El asa de transporte puede resultar un poco incómoda.

BASIL
ALFORJAS
CITY

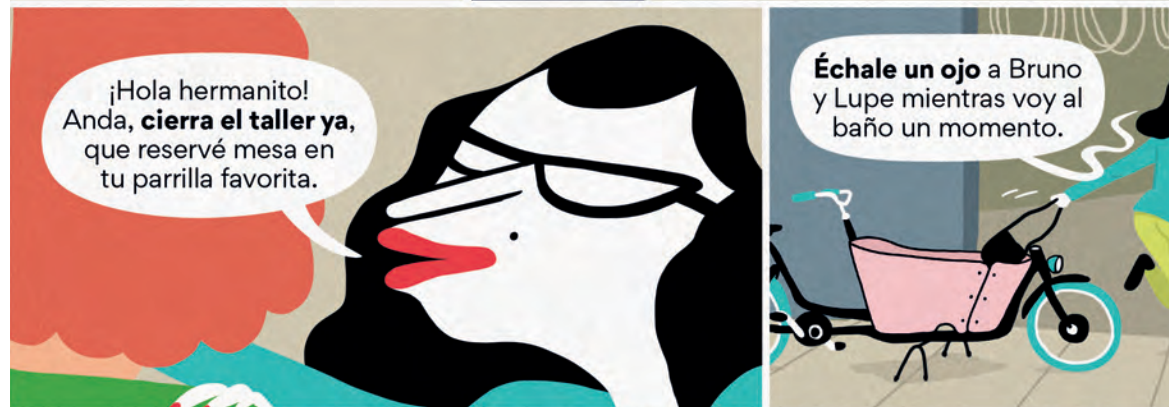
100€



BRUNO & PABLO

CAPÍTULO 9
BICISTORIES URBANAS

POR BANEZKA

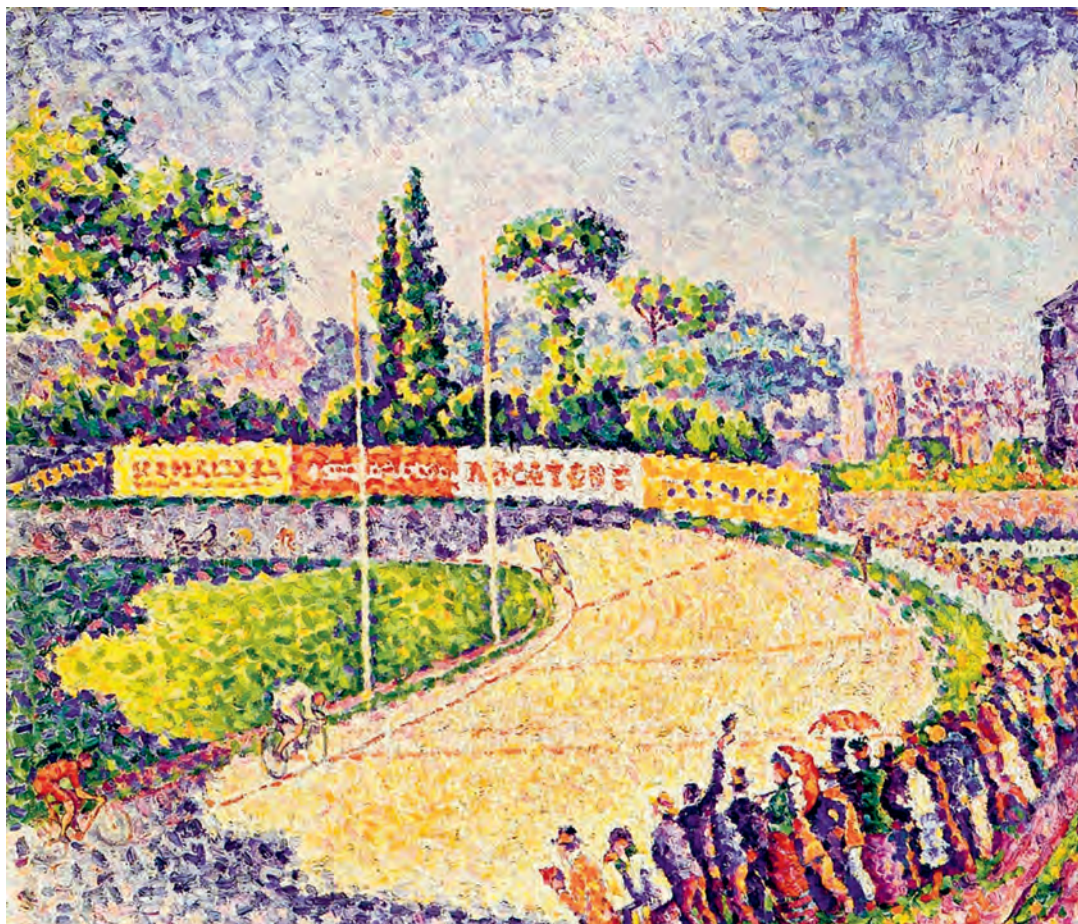


DONDE ESTAAA! ME ROBARON LA BICI QUE ERA NUEVA ERA MUY CARA ERA UNA CARGO QUE ME REGALO MI JEFE PORQUE ME PASE SEIS MESES HACIENDO MIL HORAS EXTRAS GRATIS Y GANAMOS ESE SUPER CONCURSO Y AHORA AL FIN TENEMOS UNA CUENTA MILLONARIA EN LA QUE VOY A CURRAR DIA Y NOCHE PARA GENTE EN LA OTRA PUNTA DEL MUNDO A LA QUE NI CONOZCO Y VOLVERE AGOTADA PERO FELIZ... TENIA UNA BICI QUE MOLABA MIL CON LA QUE PODIA LLEVAR A BRUNO Y A LUPE A TODOS LADOS ERA LO MEJOR QUE ME PASO ULTIMAMENTE QUE LLEVO UNA RACHA DE TERROR DESDE QUE ME SEPARE Y TENGO TANTOS PROBLEMAS EN



ART

'EL VELÓDROMO' (PAUL SIGNAC, 1899)



Es portentoso comprobar cómo más de 120 años después la pista continúa brillando, el aire sigue meciendo las hojas y, por encima de todo, podemos escuchar los gritos del público animando a los ciclistas. Así es el arte, el talento del joven Signac, que con apenas 26 años encabezaba la enésima revolución del arte. Neo impresionismo, divisionismo, puntillismo, llámalo como quieras: la explosión de pequeñas y luminosas pinceladas para componer un todo. La vida.

Vías Verdes de Girona y Pirinexus, ¡encontrarás tu lugar!



CONSORCI
viesverdes
DE GIRONA



Diputació de Girona



WHITE CHRISTMAS

Promoción Especial *

AHORA DESDE SÓLO **1.499€**



* Promoción válida para la Ibiza Dogma 04 blanca hasta el 7/1/2024 o hasta fin de existencias.