

CICLISMO - L'ultracycling prevede tappe da centinaia e centinaia di chilometri: si arriva a pedalare anche venti ore al giorno

Sta a Mira il campione della bici estrema

Fabio Biasiolo ha vinto i campionati di ultracycling e corre contro il doping

Pedalare a oltranza. Finché neppure un centimetro di muscolo si sottrae al dolore fisico. E continuare, perché il motore, quello che dà la spinta

vera, non è la gamba ma la testa. Sta tutto qui il segreto dell'ultracycling, sport certamente da definire estremo, che porta i ciclisti a pedalare per centinaia di chilometri di fila, stando ore e ore in sella. Roba che al confronto i "tapponi" del Giro d'Italia impallidiscono.

Sport per pochi, sport per campioni veri. Quello italiano, trionfatore ai recenti campionati assoluti, sta di casa a Mira Porte. E' Fabio Biasiolo ed è un vero e proprio testimonial del "doping free", la lotta al doping. «Puoi scegliere di raggiungere certe prestazioni con la scorciatoia, oppure ammettere i tuoi limiti, fare di tutto per provare a superarli ma anche accettare di fermarti se non ce la fai». E' la filosofia vincente di Biasiolo che ha scelto l'ultracycling proprio per mettersi alla prova, per arrivare al limite della resistenza e magari andarci un po' oltre. «Ma in tutto questo - spiega - il fisico conta fino ad un certo punto. C'è la predisposizione genetica per questo tipo di sforzo, sicuramente. E ci sono gli allenamenti. Ma poi deve scattare qualcosa a livello mentale». E lì, non c'è doping che tenga. «Dopo ore in sella, con tutti i muscoli doloranti, puoi solo fare appello alle tue forze interiori. Che significa fare in modo che la testa esca dalla dimensione della bici, dello sforzo fisico, del dolore



per entrare in una dimensione altra». Pensieri in libertà, possibilmente lontani dal "qui e ora" della corsa: è così che si resiste. «Conta la predisposizione mentale. Ho fatto gare più veloci di altre quando avevo meno allenamento nelle gambe, ma una maggiore tranquillità mentale. Quando proprio non ce la faccio più, penso alla mia vita, rivedo all'indietro il film delle mie esperienze. E' il modo migliore per andare avanti».

Niente doping, grazie. Altrimenti, si diceva, c'è la "scorciatoia" illegale (e immorale) del doping. E quella Fabio Biasiolo l'ha rifiutata a priori. «Dico la verità, per le mie caratteristiche fisiche avrei potuto tranquillamente reggia-

re nelle corse ciclistiche diciamo "normali". Ma me ne sono tenuto lontano. Il motivo è che lì non è possibile non fare i conti con il doping. E io ho deciso di non voler scendere a compromessi: ho la mia visione della vita, della salute, dello sport. E se non riesco a raggiungere un obiettivo, io mi fermo. Non prendo scorciatoie».

Una convinzione, la sua, che lo ha portato due anni fa a pedalare sulle strade francesi per l'iniziativa "L'altro Tour", insieme al giornalista di "Le Monde" Guillaume Prebois, sostenuti dall'università di Tolosa e dall'organizzazione francese per la lotta al doping. La tesi dei due era chiara: pur con la giusta preparazione, ma senza "aiuti" esterni, è impossibile tenere le andature medie della "grande boucle". E i fatti lo hanno dimostrato: i due ciclisti, che si sono sottoposti costantemente a controlli antidoping

per dimostrare di correre puliti, hanno percorso le tappe del Tour con un giorno di anticipo rispetto ai corridori e Biasiolo, pur con il suo fisico

eccezionale e la preparazione adeguata, non è mai riuscito ad eguagliare i tempi dei ciclisti in gara. «Abbiamo chiuso con 30 chilometri all'ora di media, nettamente inferiore rispetto a quella dei corridori che certamente non è una media umana».

Sui pedali attraverso gli Usa. Non che Biasiolo non faccia imprese "disumane". La Race Across America è considerata la gara più dura al mondo e lui è riuscito a piazzarsi nei "Top Five". La corsa prevede 5000 chilometri da percorrere senza interruzione, gestendo in autonomia il proprio riposo. Ma è un riposo per modo di dire perché mediamente ogni corridore dorme due, tre ore al giorno e il resto del tempo lo passa pedalando. Si attraversano gli Usa, passando dai 45° del deserto al gelo delle montagne. E' in gare come queste che conta la testa più del fisico. «Io vivo lo sport a modo mio, faccio risultati

quando ho la preparazione fisica e le capacità mentali giuste. Altrimenti mi fermo».

La passione per la bici estrema è diventata la professione di Biasiolo. Dopo aver ottenuto delle sponsorizzazioni per le sue imprese, l'ultracycler ha cominciato a collaborare con alcune ditte che producono materiale tecnico per ciclisti. Non solo ne è testimonial, ma è anche il loro tester ufficiale. Monta in sella e prova i prototipi. E i suoi test non fanno sconti, durano centinaia di chilometri. Una garanzia.

Serena Spinazzi
Lucchesi

