



# EL CAFÉ DEL CICLO

MARZO 2023

## CARTA DEL DIRECTOR

Estimadas socias y socios ya se nos fue el primer trimestre pedaleando a full, como nos gusta, con hartos kilómetros muchas subidas y bajadas. Queremos seguir disfrutando y buscando nuevas rutas, empeñados también para que nuestros paseos sean entretenidos y seguros. Respecto a pedalear seguro, tomaremos lo indicado por CONASET, (Comisión Nacional de Seguridad del Tránsito), a partir del mes de Mayo será obligatorio el uso de la luz roja trasera y luz blanca delantera en nuestras bicicletas, les solicitamos la máxima cooperación para cumplir con esta normativa, recuerden que nuestro club a gestionado recursos con empresas amigas para tener nuestros vehículos de apoyos, que su principal finalidad es mantener los grupos resguardados y asistidos. También y como lo indicamos cuando asumimos como directiva, hemos realizado una modernización de nuestros estatutos que tienen por finalidad actualizarlos a los tiempos en que vivimos, recuerden que estos fueron redactados a fines de los años noventa.

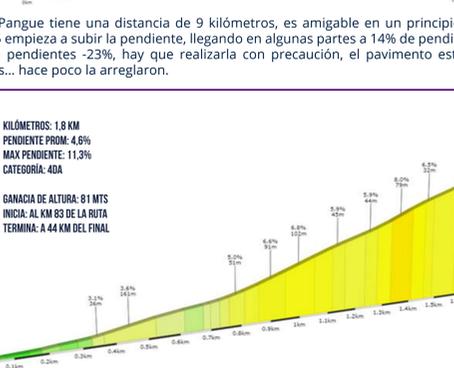
Sigamos disfrutando de lo que nos entrega tanta felicidad...nuestros pedaleos en Ciclo Club Santiago.

Guillermo Gómez L.  
Presidente del Directorio CCS

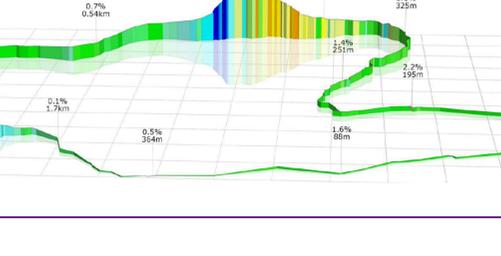


## ESTADÍSTICAS

La Aurora, Pangué, Casablanca, Ibaache, La Aurora, 128 kilómetros con una altimetría de 1.114 metros.



La Cuesta Pangué tiene una distancia de 9 kilómetros, es amigable en un principio y luego en el kilómetro 5 empieza a subir la pendiente, llegando en algunas partes a 14% de pendiente, luego una bajada con pendientes -23%, hay que realizarla con precaución, el pavimento está en perfectas condiciones... hace poco la arreglaron.



Ibaache, una cuesta mas amigable 10km, que tiene un descanso que permite prepararse para la segunda parte de la escalada.

## LA SEGURIDAD ANTE TODO

La seguridad en nuestras salidas sigue siendo el objetivo primordial cada sábado en que nos toca disfrutar una ruta con todos los desafíos que ello implica. Y es que un accidente, como ha ocurrido algunas veces, empaña inmediatamente el resultado y asoma la preocupación por el estado de salud de esa socia o socio que sufrió la caída. El riesgo aumenta significativamente cuando tenemos grupos muy numerosos y de distinta condición física, y de ahí la importancia de tener grupos diferenciados. La práctica del ciclismo es riesgosa y por ello debemos concientizar sobre la Seguridad en la Ruta, sobre todo si pensamos que nuestro cuerpo es la barrera y única protección para minimizar consecuencias.

Sin entrar al detalle de las causas de los accidentes sufridos este año, podemos comentar algunas situaciones que han contribuido a la ocurrencia de ellos o en el futuro puedan aparecer como causas si no las trabajamos desde ahora:

**El orden...** también lo asociamos con disciplina, algo muy necesario para evitar accidentes ¿Que hace que un pelotón sea ordenado?. Si duda hay múltiples factores:

- Disciplina para cumplir las instrucciones de los Monitores y también compañeros de mayor experiencia en el Grupo.
- Conductas como ciclistas... básicamente no hacer estupideces o cometer errores groseros que ponen en peligro al Grupo. (Accidente masivo Tour de Flandes 2023)
- Concentración en cada momento... si bien es cierto que nos une el compartir y conversar en la Ruta, no hay que perder de vista la conducción, obstáculos, perros en la Ruta, un caballo Sprinter de hace poco, y los peligrosos hoyos!! Concentrarnos y estar alerta a los peligros es algo fundamental para la seguridad de todo el grupo
- Fatiga... produce muchos accidentes... no nos deja pensar y nos mueve a acciones temerosas... muchos accidentes se producen en las llegadas y es porque entre la fatiga y la excitación de la llegada se da una combinación perfecta para mandarnos al piso.

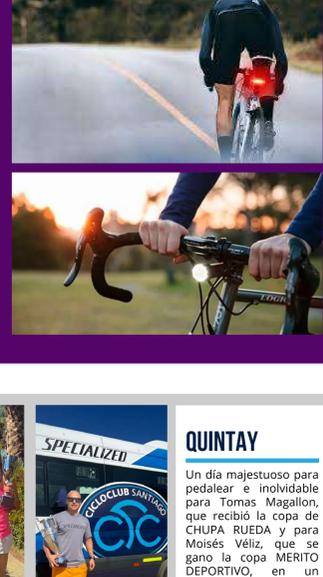
El ordenamiento es clave para salidas mas seguras y cada uno de nosotros debemos colocar una parte en ello.

**La Planificación** ... una buena planificación debe estar incorporada en cada una de las etapas que conforman una salida. Parte con la preparación de nuestro equipamiento, probablemente la noche anterior, luces, ropa de abrigo, bicicleta en buen estado y revisada, ¡todo listo como los Pro! ¿A quien no se le han quedado los zapatos o el caso alguna vez? La lista de chequeo en la mañana sigue es clave, en un minuto el repaso antes de salir, llevo el agua, las luces, casco, zapatos, abrigo, guantes, lentes, etc. Este es un minuto que vale la pena tomar. El enemigo de la Planificación es la improvisación, somos un Grupo y debemos aceptar las reglas y disciplina del Monitor evitando la improvisación Individual, y también los cambios a última hora por deseos de algunos, por ejemplo, aumentar kms de las salidas sobre la marcha, cambiar punto de abastecimiento porque había una subida borrosa (me adelanto, me voy adelante sin avisar al Monitor (pedaleo solo) etc. Mantengamos la Planificación inicial y si hay cambios por razones fundadas, estado de rutas, clima, asegúrennos de comunicar bien y cumplir con lo que se pide.

Siempre hay oportunidades para mejorar nuestras salidas y todos debemos poner nuestra parte, de esta manera estaremos asegurando un sábado sin accidentes. Aquí algunas, y probablemente ustedes tienen varias que aportar:

- Una largada ordenada y a la hora es clave para evitar persecuciones de alguien rezagado o un pelotón no compacto en carreteras de mayor riesgo. Algo que ayuda por ejemplo es un anuncio de 3 minutos para largar por parte de los encargados y así evitamos "diligencias" de última hora y estar listos en el punto.
- Después del abastecimiento lo mismo, juntar al Grupo en el lugar de partida y ahí largar todos juntos. En algunos casos debemos cruzar la calzada o carretera, lo que agrega mas riesgo al tener conductores entre vehículos con la prisa que se nos va el grupo podemos tener accidentes; (también un aviso minutos antes de la salida ayuda)
- Ya en la Ruta es clave el orden del pelotón y seguir las instrucciones del Monitor, ir de a dos o de a uno será una condición de acuerdo con el tráfico o ruta, y es importante seguir esa instrucción. También no entrar en pánico si nos tocan ir a la cabeza o a tirar pronto, ya que irse para atrás no solamente se ganará algunas miradas poco amistosas, sino que se desordena todo el Grupo. Hay que llegar adelante y estar ahí aunque sea segundos para mantener el orden.
- Salir de la posición de tirar es clave también para un leve seguimiento. Generalmente uno se pone de acuerdo con su partner del lado en donde entregar, luego hacer las señales correspondientes que se dejará la punta (movimiento hombro), suavemente moverse de la línea de rodado y relajarse hasta el final del pelotón para retomar una posición segura. Avisar los obstáculos es muy importante y si pasamos bien la voz hacia atrás de algún peligro probablemente lo sortearemos sin problema. Esto parte de la punta y la voz debe ser pasada para que llegue a todos. Hoyos, lomos, obstáculos han sido causas de varias caídas en nuestro Club.

Orden y Planificación son dos temas importantes para una salida sin accidentes, pero sin duda hay más. Lo importante es seguir mejorando y manteniendo lo que nos distingue como club, el espíritu de camaradería, solidaridad, amistad, y una conducción amigable, son parte de nuestro ADN, mantengamos ello también para una conducción más Segura.

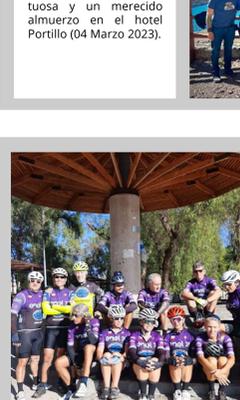


## QUINTAY



Un día majestuoso para pedalear e inolvidable para Tomas Magallon, que recibió la copa de CHIAPA RUEDA y para Moisés Véliz, que se ganó la copa MERITO DEPORTIVO, en un entretenido almuerzo en el Club de Golf de Quintay (28 Enero 2023).

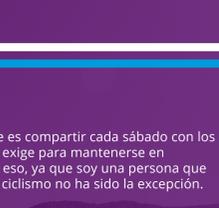
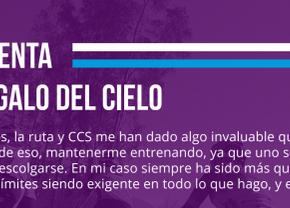
## LAS MELOSAS



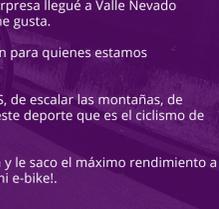
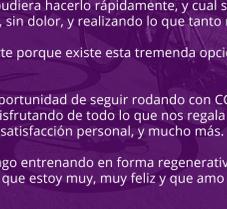
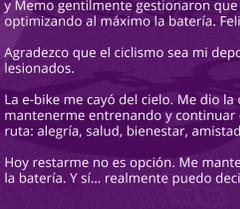
Un recorrido poco usual del Cajón de la Viscachay y llegando a Las Melosas, (Central Hidráulica de CGE), organizados en 3 grupos liderados por Matías Henríquez (Capucino) Marcelo Bermedo (Macciato) y Ricardo López (capucino de 112 kilómetros y 1.500metros de altimetría (25 Febrero 2023).

## PORTILLO

68 socios se distribuyeron para partir desde La Aurora y desde el hotel Enjoy en Calle Larga, con objeto de lograr este gran desafío ciclisto, que es coronado por una naturaleza majestuosa y un merecido almuerzo en el hotel Portillo (04 Marzo 2023).



## RUNGUE



Los grupos Capucino y Macciato realizaron el recorrido, mas extenso, por la cuesta Chacabuco, Las Bates, para llegar a Rungue via la 5 Norte. En cambio el grupo Capucino Light partió directo desde Quilapilun a Rungue (25 Marzo 2023).

## EL SOCIO NOS CUENTA MI E-BIKE UN REGALO DEL CIELO

Practico ciclismo hace 15 años, la ruta y CCS me han dado algo invaluable que es compartir cada sábado con los amigos de siempre. Además de eso, mantenerme entrenando, ya que uno se exige para mantenerse en pelotón, rodar a ritmo y no descolgarse. En mi caso siempre ha sido más que eso, ya que soy una persona que siempre desafía sus propios límites siendo exigente en todo lo que hago, y el ciclismo no ha sido la excepción.

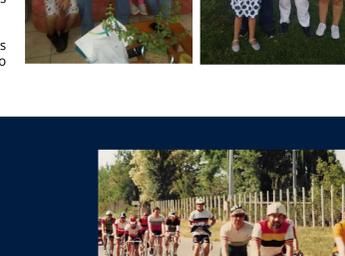
Noviembre del año 2021 comencé con una lesión en los tendones de Aquiles, en ambos (enfermedad de Haglund). Ha sido muy limitante y el dolor se ha ido incrementando en el tiempo, llegando a normalizar rodar con dolor. El tratamiento entre otras cosas, contempla acortar las rutas, no hacer subidas, bajar intensidad para así no sobrecargar los tendones y lograr recuperarme. Lo cual es lento.

Es así como llegué a la E-Bike. Estando en Til Til, en el abastecimiento, me surgió la idea de probar una. Solange y Memo gentilmente gestionaron que pudiera hacerla rápidamente, y cual sorpresa llegué a Valle Nevado optimizando al máximo la batería. Feliz, sin dolor, y realizando lo que tanto me gusta.

Agradezco que el ciclismo sea mi deporte porque existe esta tremenda opción para quienes estamos lesionados.

La e-bike me cayó del cielo. Me dio la oportunidad de seguir rodando con CCS, de escalar las montañas, de mantenerme entrenando y continuar disfrutando de todo lo que nos regala este deporte que es el ciclismo de ruta: alegría, salud, bienestar, amistad, satisfacción personal, y mucho más.

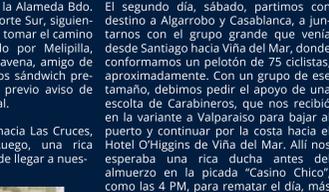
Hay restarme no es opción. Me mantengo entrenando en forma regenerativa y le saco el máximo rendimiento a la batería. Y sí... realmente puedo decir que estoy muy, muy feliz y que amo mi e-bike!



## QUIÉN ES MAURICIO

En Diciembre de 2021 llego a Ciclo Club un seco para manejar la Van antigua y ahora la joyita , capaz de resolver cualquier desperfecto mecánico y hacer maniobras en un mínimo espacio. Quién es él ? Su nombre es Mauricio Saez Barrera, 57 años. Es bisabuelo, sí, tal como leen, bisabuelo de una niña de 5 años, Emilia. Tiene dos hijos y cuatro nietos, dos de ellos viven con él y la vida le cambió en 360 grados, así nos cuenta. Hombre serio, de mucha voluntad, de convicciones firmes y grandes valores. Aficionado a las motos y autos a escala .Dice sentirse cómodo con las personas del Ciclo Club y esto es mutuo. Esperamos contar contigo por mucho tiempo. ¡Gracias Mauricio!

En las fotos con sus nietos Evolet Matilda, Juan y Emilia (bis nieta), Amanda y la mayor Katherine. También su hijo Benjamín y su señora Hilda.



## HISTORIA DEL CICLO CLUB SANTIAGO

En Marzo de 1981 se realizó el "Gran Litral '81" un paseo maravilloso de tres días, saliendo desde la Plaza Baquedano en Santiago. Eramos un grupo aproximado de 23 ciclistas junto a un furgón de apoyo manejado por Efraín, el "mano derecha" de Enzo, en el que llevábamos bolsos, maletas y otros menesteres.

Fantinati, Sergio Aranguiz, Bob Flowery, Jorge Letelier y varios otros juntos a Sergio Aliste, uno de los destacados ciclistas chilenos de la época.

tro destino del primer día. El Tingo, donde alojamos en las cabañas del Ciclo de Periodistas, gracias a la gestión de Jaime Sánchez, unos de nuestros socios.

Entre los integrantes del grupetto éstavaban, Jaime Sánchez, Carlos Rozas, Álvaro Espinola, Santiago Gordon, Enzo Fantinati, padre e hijo, Vicente Santa Cruz, Juan Correa, Eduardo Trabucco, Rene Ramírez, Claudio Izikson, Fernando Carlin, Alfredo Ruffin, Pelayo Astaburuaga, Roberto y Esteban Dell'Orto, Hugo

El recorrido se inició en la Alameda Bdo. O'Higgins, rumbo a la Norte Sur, siguiendo por San Joaquín para tomar el camino hacia la costa, pasando por Melipilla, donde nos esperaba Aravena, amigo de Enzo, a comer unos ricos sándwich preparados por él mismo, previo aviso de nuestro paso por su local.

El segundo día, sábado, partimos con destino a Algarrobo y Casablanca, a juntarnos con el grupo Casabe que venía desde Santiago hacia Vina del Mar, donde conformamos un pelotón de 75 ciclistas, aproximadamente. Con un grupo de ese tamaño, debemos pedir el apoyo de una escuela de Carabineros, que nos recibió en la variante a Valparaíso para bajar al puerto y continuar por la costa hacia el Hotel O'Higgins de Vina del Mar. Allí nos esperaba una rica "ducha antes del almuerzo en la pica "Casino Chico", como las 4 PM, para rematar el día, más tarde, en el Samioledo.

El pedaleo continuaba hacia Las Cruces, donde almorzamos. Luego, una rica siesta en la playa antes de llegar a nues-

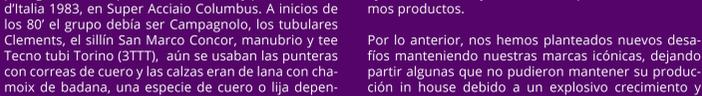
tro destino del primer día. El Tingo, donde alojamos en las cabañas del Ciclo de Periodistas, gracias a la gestión de Jaime Sánchez, unos de nuestros socios.

El día domingo salimos desde el Hotel O'Higgins con destino final en Zapallar, para comer la Gran Fondo Pinareillo (Julio 2021). Enrique Becerra, Miguel Indurain y Sergio Gofli.

Al final, todo terminó en un rico almuerzo de camaradería en el Cesar de Zapallar, luego de un rico baño en el mar zapallarrino.

Como representante DE ROSA, el año 2009 fue un grupo de socios del CCS a visitar la Fabrica De Rosa en Cusumano (Milan, Italia) para conocer la Gran Fondo Pinareillo (Julio 2021). Enrique Becerra, Franco Becerra, Enzo Fantinati, Gabriel Bustos y Santiago Gordon.

Al final, todo terminó en un rico almuerzo de camaradería en el Cesar de Zapallar, luego de un rico baño en el mar zapallarrino.



En esta foto vemos en la laguna de Plaza Italia, a: Enzo Fantinati, Fernando Carlin, Albano Espinola, Claudio Izickson, Roberto y Esteban Dell'Orto y Juan Correa.

Como representante DE ROSA, el año 2009 fue un grupo de socios del CCS a visitar la Fabrica De Rosa en Cusumano (Milan, Italia) para conocer la Gran Fondo Pinareillo (Julio 2021). Enrique Becerra, Franco Becerra, Enzo Fantinati, Gabriel Bustos y Santiago Gordon.

Como representante DE ROSA, el año 2009 fue un grupo de socios del CCS a visitar la Fabrica De Rosa en Cusumano (Milan, Italia) para conocer la Gran Fondo Pinareillo (Julio 2021). Enrique Becerra, Franco Becerra, Enzo Fantinati, Gabriel Bustos y Santiago Gordon.

## SPONSOR EUROBIKE

Nuestra tienda es un sueño que inició en el escritorio de la casa de mi nonno Alberto donde siempre hubo 3-4 bicicletas de mi nonno.

Desde pequeño escuchaba sus relatos de Coppi-Bartali, Alfredo Binda, Moser-Saronni; mi bicicleta preferida era la Colnago que usó Beppe Saronni en 1982 para ganar el Campeonato del Mundo y posterior Giro d'Italia 1983, en Super Acciaio Columbus. A inicios de los 80' el grupo debía ser Campagnolo, los tubulares Clementes, el sillín San Marco Concor, manubrio y tee Tecno tubi Torino (3TTT), aún se usaban las punteras con correas de cuero y las calzas eran de lana con chamoix de badana, una especie de cuero o lija dependiendo si le echabas vaselina, todo o ligeramente hecho a mano.

Invitado por JP Lería retomo la ruta y nos aventuramos en marzo del '98 a nuestro primer Cruce de los Andes con nuestro Cicloclub Santiago y donde conozco a Enzo, quien más soñador que él.

En el año 2000 viajé a Italia y veo que un nuevo material empezaba a reemplazar al aluminio, la fibra de Carbón, ofreciendo nuevas posibilidades e ilimitadas formas para los fabricantes quienes con pasión se esfuerzan por llevar al límite esta nueva tecnología, ve que la Ingeniería empieza a aplicarse de forma innovadora, vertiginosa y con diseños que desafían la aerodinámica, la eficiencia y esto me motiva.

Desde ese momento empiezo con la búsqueda de las mejores bicicletas, los mejores componentes, la mejor ropa de ciclismo, me empecé a relacionar con los mejores fabricantes, veo el desarrollo que había en el ciclismo, hablaba con ciclistas, iba al Giro, al Mundial, a la UCI, me alojaba en los hoteles con el Sky, el Movistar, LPR, Ballan, etc... visito muchas fabricas probando bicicletas, ruedas, tubulares, cascos, ropa, y desde ese momento mi objetivo fue traer a Chile esos productos, los que se fabrican desde la pasión y que llevan la innovación permanente a superar los límites constantemente. El 2007 importamos nuestra primera De Rosa, luego Look y Corima, empezamos el 2009 con Castelli, el 2012 con Kask y finalmente decidimos trabajar sólo con marcas italianas.



Eurobike organizado con sus ciclistas, un viaje a Treviso, Italia para conocer la Gran Fondo Pinareillo (Julio 2021). Enrique Becerra, Miguel Indurain y Sergio Gofli.



Como representante DE ROSA, el año 2009 fue un grupo de socios del CCS a visitar la Fabrica De Rosa en Cusumano (Milan, Italia) para conocer la Gran Fondo Pinareillo (Julio 2021). Enrique Becerra, Franco Becerra, Enzo Fantinati, Gabriel Bustos y Santiago Gordon.