El reto de comprar una primera bicicleta de montaña

Noticias 24hs | 31/07/2023 | 14:58



Es también interesante conocer los componentes y características de la bici

El verano es el momento perfecto para coger nuevos hábitos saludables, para acercarse a la naturaleza y probar nuevos deportes. El aire libre invita a disfrutar de la montaña y de los paseos en bicicleta pero, ¿y si se quiere alargar en el tiempo y convertirlo en hobbie?

Para comprar la primera bicicleta de montaña es necesario dejarse aconsejar por expertos. En Ocio Deporte tienen claro que hay que tener, al menos, varias cosas en cuenta para acertar.

En primer lugar, el presupuesto. Hay tantos precios como acabados. Para comenzar no es necesario hacerse con una bicicleta para expertos en mountain bike porque no se le sacaría partido. Limitar las opciones partiendo de esto es clave para luego no tener sorpresas en el trastero si finalmente no se usa tanto como se esperaba.

Al igual que el precio, la experiencia y demanda es un grado. Un principiante no necesita la gama alta sino una que se adapte a sus habilidades actuales que irán mejorando según se vaya

practicando el deporte, pudiendo actualizar según se consigue la experiencia.

Además, hay varios tipos de bicis de montaña. Desde enduro, descenso, trail, cross…es necesario conocer sus características para saber cuál se adecuaría mejor a la práctica que se quiere realizar.

Antes no se miraba, pero hoy en día uno de los puntos más interesantes pasa por el tamaño adecuado de la bici para que se adapte lo mejor posible al cuerpo. La altura, longitud de piernas y brazos son parámetros a tener en cuenta para su correcto ajuste. Esto ayuda no solo al rendimiento sino a la postura y a las lesiones.

Es también interesante conocer los componentes y características de la bici. Los materiales, las suspensiones, el número de velocidades, los frenos…todo puede ser interesante para adaptarla lo más posible a uno mismo.

De ser posible, es clave poder probarla. En algunas tiendas permiten esta opción o, sino, si se conoce a alguien, puede ser interesante darse una vuelta para tener sensaciones a bordo. Algo tan sencillo como hacer una pequeña ruta puede esclarecer qué tipo de vehículo se necesita para cada caso.

Sin duda, es uno de los ejercicios más completos y divertidos cuando se realiza al aire libre. Permite soltar adrenalina, poner en movimiento la musculatura de todo el cuerpo, quemar calorías y disfrutar de tiempo entre amigos.

Autor: Redacción

https://gironanoticies.com/noticia/213150-el-reto-de-comprar-una-primera-bicicleta-de-montana.htm