Published on *Federació Catalana de Ciclisme* (https://www.ciclisme.cat)



25/10/2011
BTT

Més de 400 dones a la marxa de BTT de la Dona a Sitges

Aquest cap de setmana 22-23 d'octubre s'ha celebrat a Sitges l'I B-PRO Mountain Bike de la Dona, el major esdeveniment de Mountain Bike d'Espanya, dedicat exclusivament a noies, amb un enorme èxit, ja que s'han reunit a la Marxa més de 400 dones, procedents de tot arreu d'Espanya.
Les dones, després de deu minuts d'exercicis de fitness per escalfar, han sortit des del Passeig Marítim de Sitges, 92-94, en tres intervals de temps per nivells, iniciació (10 kms), mitjà (15 kms) i avançat (22 kms) i han gaudit d'un meravellós dia pels paratges més bells de la ciutat, assessorades i animades en tot moment pels monitors del staff de la revista Bike.
Sitges ha acollit la segona i última cita que compon el MTB de la Dona en aquest 2011, després del seu pas per Cercedilla (Madrid), el passat 24-25 de setembre.
L'objectiu de l'esdeveniment, organitzat per Motorpress Ibèrica, a través del seu departament d'Esdeveniments, la revista BIKE, i el suport d'El Corte Inglés i la seva marca de bicis B-Pro, és donar a conèixer d'una manera amena i divertida l'esport del Mountain Bike, un món majoritàriament masculí, entre les dones, i aconseguir una major sensibilització i compromís contra el càncer de mama. La iniciativa vol incidir que la pràctica regular d'exercici aeròbic ajuda a prevenir malalties i a millorar la

salut i la qualitat de vida. L'organització, a més, donarà part dels diners recaptats en les inscripcions a GEICAM, Grup Español d'Investigació en Càncer de Mama, per ajudar-los en la lluita contra aquesta malaltia.
La tònica general del dia ha estat un magnífic ambient i un increïble feeling entre les participants i els monitors del Staff de Bike, que acompanyaven i ajudaven a les noies durant tot el recorregut.
Segons el director de la revista Bike, Julio Vicioso, la resposta de les dones ha superat àmpliament les expectatives. S'esperaven 200 dones en cada cita i han estat gairebé 1.000 les que han participat en total, la qual cosa significa que les noies estan arribant al Mountain Bike per quedar-se. La majoria de les dones s'han apuntat buscant conèixer més noies amb qui practicar en aquest esport i ens han transmès que s'han sorprès amb l'acolliment de l'esdeveniment i que havien complert amb escreix el seu objectiu.
L'esdeveniment ha tingut lloc en dos dies, avui que s'ha realitzat una Marxa amb més de 400 dones i ahir que es va fer un Clínic amb xerrades sobre nutrició, com afrontar la por, tècnica, com arreglar burxades i deixar anar rodes i amb exercicis pràctics de fitness i un curs de conducció amb part tècnica perquè les dones poguessin adquirir els coneixements bàsics per iniciar-se en aquest esport o perfeccionar els ja adquirits.
La catalana Araceli Segarra, Alpinista, Model, Presentadora de ràdio i Televisió, Escriptora de contes i la primera dona que va coronar l'Everest al nostre país, va oferir una xerrada sobre la importància del Repte i com l'esport, a través del com coneixes gent i gaudeixes moltíssim, et pot canviar la vida. L'esport et fa ser més fort en els teus punts febles i ser més humà, obrir més els ulls davant el món que t'envolta.
Araceli ens va deixar un consell per totes les futures dones del Mountain Bike de la Dona: Que no tinguin por a provar, que s'atreveixin, que els recompensarà.

Més informació a www.mountainbikedelamujer.com [1]

---

[2]

Links
[1] http://www.mountainbikedelamujer.com [2] https://www.ciclisme.cat/printpdf/node/3004463