

ΦΙΛΙΡΡΟ ΓΑΝΝΑ – ΝΕΟ ΡΕΚΟΡ ΑΠΟΣΤΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΩΡΑ

- Ο Ιταλός ποδηλάτης πίστας και δρόμου κάνει νέο ρεκόρ.
- Σε **1 ώρα**, διανύει την **πιο μακρινή απόσταση με ποδήλατο** καλύπτοντας **56,792 χλμ.**
- Έσπασε το **UCL Hour Record** και το ρεκόρ του **Chris Boardman**.



➤ Στο απόλυτο ρεκόρ της μίας ώρας ο αθλητής επιδιώκει να διανύσει όσο το δυνατόν μεγαλύτερη απόσταση σε διάστημα 60'.

➤ Διεξάγεται σε ποδηλατοδρόμιο και οι μόνες εξωτερικές επιδράσεις είναι η βαρομετρική πίεση.

➤ Η ικανότητα και η απόδοση του αναβάτη και, σε μικρότερο βαθμό αυτή του ποδηλάτου, είναι τα μόνα στοιχεία που μετρώνε.



-
- Το νέο παγκόσμιο ρεκόρ σημειώθηκε στο ποδηλατοδρόμιο Tissot στο Γκρέτσεν της Ελβετίας.
 - Ο Γκάνα χρειάστηκε να κάνει 227 γύρους έχοντας στο τέλος μέσο όρο ταχύτητα τα 56,972 χλμ/ώρα.



PINARELO BOLIDE F HR



- 3D εκτυπωμένο ποδήλατο πίστας.
- Κατασκευασμένο από κράμα σκανδίου, αλουμινίου και μαγνησίου εξαιρετικά ελαφρύ υλικό που χρησιμοποιείται στην αεροδιαστημική βιομηχανία.
- Κόστος 75.000 δολαρίων.
- Ποδηλατικός σκελετός πλήρως προσαρμοσμένος στα ιδιαίτερα ανατομικά χαρακτηριστικά του Γκάννα.







- Στην αρχή, ο Γκάννα ήταν σημαντικό να διατηρήσει σταθερή τη θερμοκρασία πυρήνα του καθώς η θερμοκρασία στο ποδηλατοδρόμιο άγγιζε τους 27 βαθμούς κελσίου, οπότε και η απόδοσή του παρουσίασε έλλειμμα σε σχέση με την αντίστοιχη του Bigham.
- 15 λεπτά αργότερα, το χρονικό έλλειμμα υποχώρησε και ο στόχος ήταν η διατήρηση της μέσης ταχύτητας του Bigham.
- Στη συμπλήρωση των 40 λεπτών, ο Γκάννα είχε αγγίξει την ταχύτητα – ρεκόρ του Broadman.
- 10 λεπτά πριν τη λήξη, η ταχύτητά του πλησίαζε τα 57km/h, δημιουργώντας νέο παγκόσμιο ρεκόρ.



Ο Γκάννα και η ομάδα του πανηγυρίζουν την επίτευξη των δύο νέων ρεκόρ.

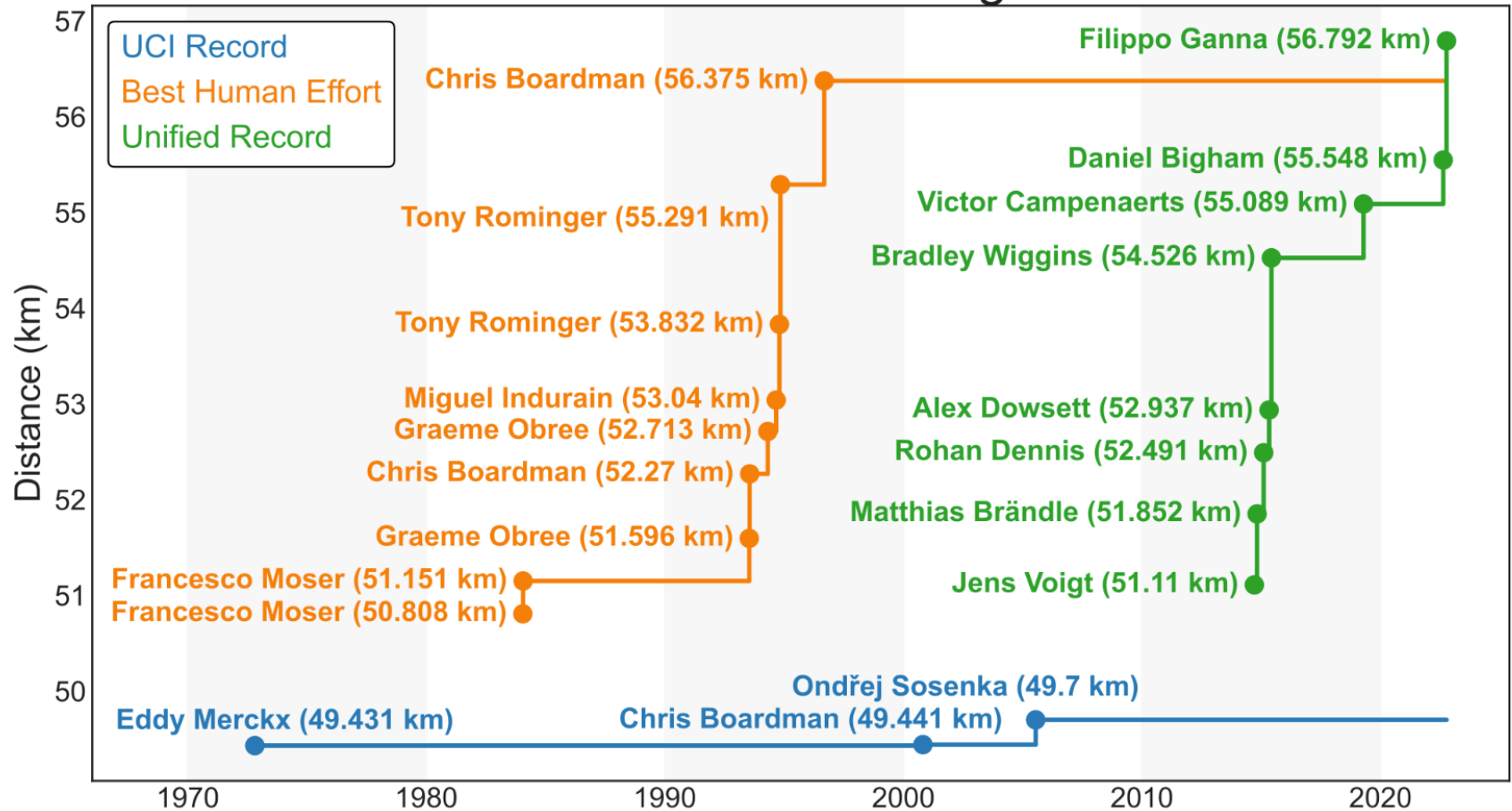




ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ – WORLD HOUR RECORD

- Οκτώβριος 1972 **Eddy Merckx 49.431 km**, Μεξικό
- Ιανουάριος 1984 **Francesco Moser 50.808 km**, Μεξικό
- Ιανουάριος 1984 **Moser 51.151 Km**, Μεξικό
- Ιούλιος 1993 **Graeme Obree 51.596 km**, Νορβηγία
- Ιούλιος 1993 **Chris Boardman 52.270 km**, Γαλλία
- Απρίλιος 1994 **Obree 52.713 km**, Γαλλία
- Σεπτέμβριος 1994 **Miguel Indurain 53.040 km**, Γαλλία
- Οκτώβριος 1994 **Tony Rominger 53.832 km**, Γαλλία
- Οκτώβριος 1994 **Rominger 55.291km**, Γαλλία
- Σεπτέμβριος 1996 **Boardman 56.3759 km**, Αγγλία

Men's Hour Record Progression



The above chart depicts the progression of the men's hour record over time (click to enlarge). Blue markers indicate attempts made under the UCI hour record, orange markers indicate attempts made under the UCI best human effort rules, and green markers indicate attempts made under the unified rules.

TO ΠΟΔΗΛΑΤΟ ΤΟΥ EDDY MERCKX



CHRIS BOARDMAN - WORLD HOUR RECORD

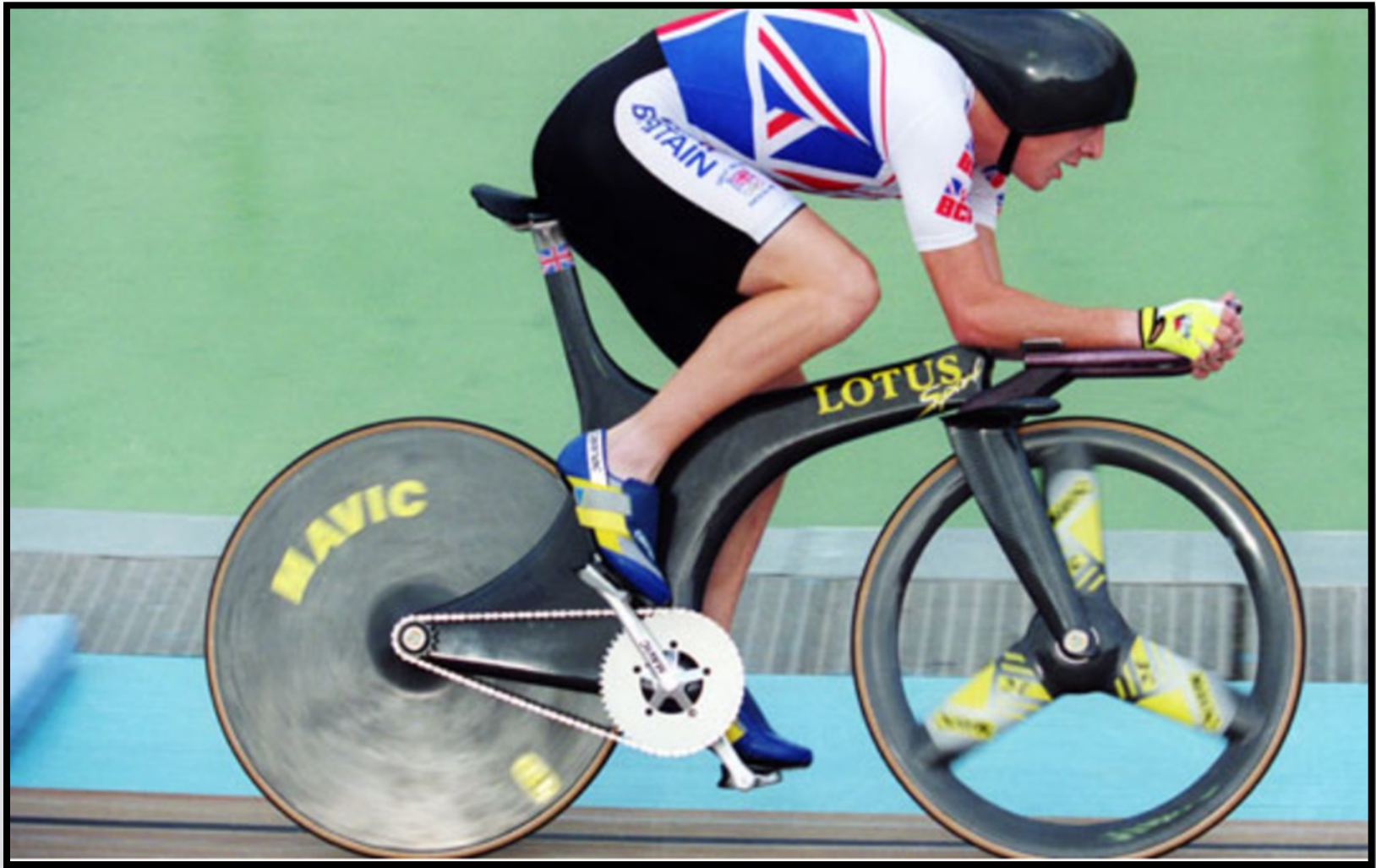
- Το 1996 Ο Chris Boardman καταφέρνει να κάνει 56,375 χλμ μέσα σε μία ώρα, σπάζοντας το προηγούμενο ρεκόρ κατά 1000 μέτρα.
- Ως προς τον εξοπλισμό ο Boardman χρησιμοποίησε την θέση “Superman” του Obree, μονοκοque ποδήλατο και πεντάκτινη ακτίνα εμπρός και κλειστό τροχό πίσω.



CHRIS BOARDMAN - WORLD HOUR RECORD

- Οι διάφοροι μελετητές υπολογίζουν ότι ο Chris Boardman στην μία ώρα που έκανε το ρεκόρ κατάφερε να έχει μέση ισχύς **442W**, κάτι που αντιστοιχεί σε **6,4 Watt/ κιλό σωματικού βάρους**.
- Υπολογίζεται ότι είχε **VO2max 90ml/kg/min**. Με υπολογισμό της συχνότητας ποδηλάτισης (100 -105στροφές) και της ισχύος ο Boardman πρέπει να είχε 5,6λίτρα/ λεπτό δηλαδή 81ml/kg/min (εάν φυσικά είχε σταθερή επιβάρυνση σε όλη την προσπάθεια) δηλαδή πήγαινε **στο 90% της μέγιστης πρόσληψης**.











ΤΙ ΠΟΔΗΛΑΤΑ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΓΙΑ WORLD HOUR RECORD

- Τα ποδήλατα που συμμετέχουν πρέπει να πληρούν τους κανονισμούς που ισχύουν για τα αγωνίσματα καταδίωξης πίστας (pursuit) όπως αυτοί ορίζονται από την UCL.
- Πρόκειται για ποδήλατα πίστας, χωρίς φρένα και με σταθερό σύστημα μετάδοσης (fixed).
- Ο Bradley Wiggins χρησιμοποίησε σχέση ταχυτήτων 58×14
- Ο ποδηλατικός σκελετός και τα τμήματα του ποδηλάτου που χρησιμοποιούνται θα πρέπει να είναι διαθέσιμα και για πώληση στο κοινό.





ΚΑΤΟΧΟΣ WORLD HOUR RECORD ΓΥΝΑΙΚΩΝ

- **Ellen van Dijk** - Δανή επαγγελματίας ποδηλάτης δρόμου.
- Τρέχει για το UCI Women's WorldTeam Trek-Segafredo.
- 5 φορές παγκόσμια Πρωταθλήτρια του αγωνίσματος Time – Trial.
- Κάτοχος του νέου World Hour Record με 49.254 χιλιόμετρα, Ελβετία 2022.



Η ΕΛΛΗΝ ΒΑΝ ΔΙΪΚ ΣΠΑΕΙ ΤΟ UCL WORLD HOUR RECORD





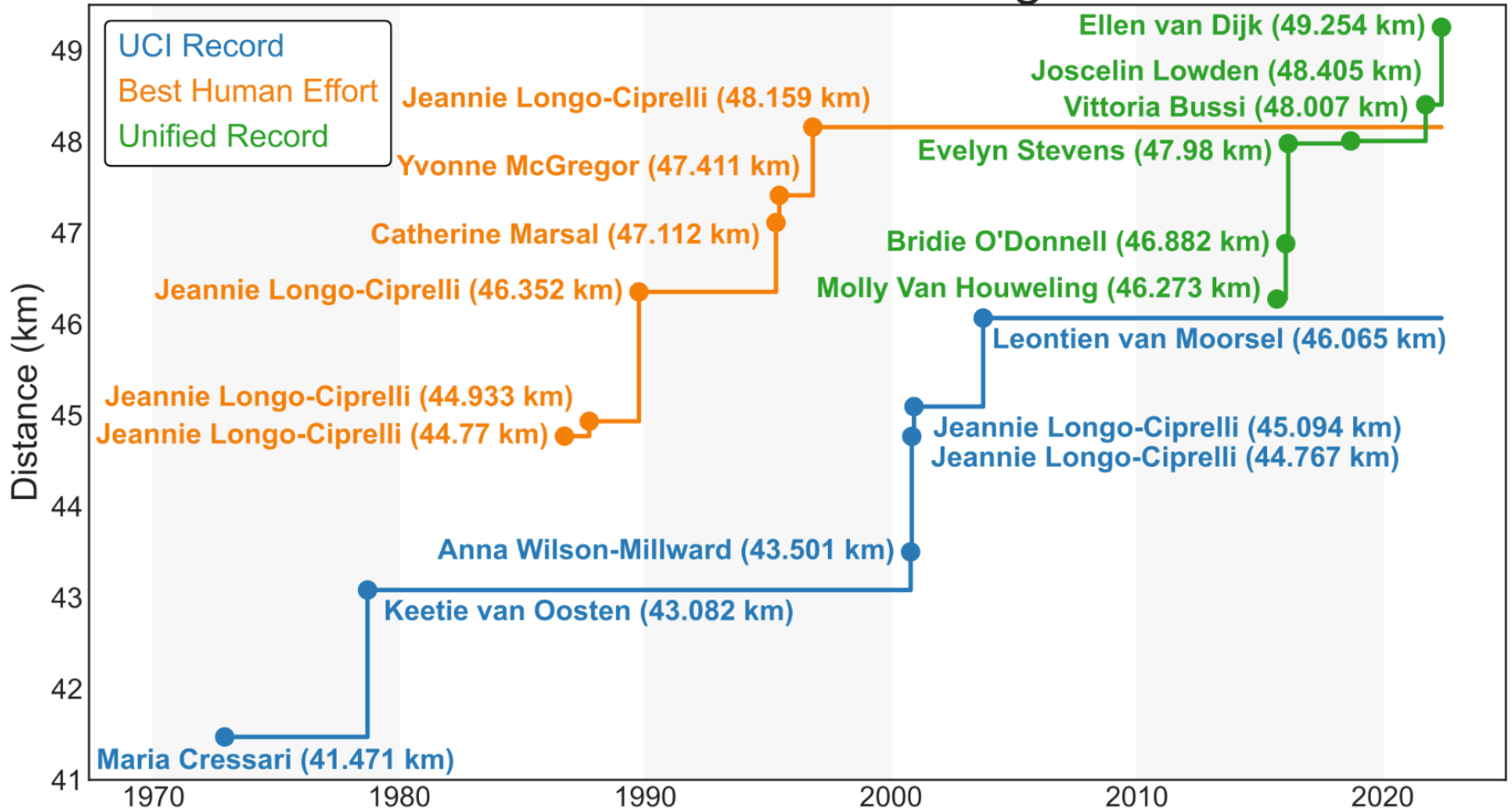
49,254 KM

Ellen VAN DIJK

23RD MAY 2022 | GRENCHEN (SUI)



Women's Hour Record Progression



The above chart depicts the progression of the women's hour record over time (click to enlarge). Blue markers indicate attempts made under the UCI hour record, orange markers indicate attempts made under the UCI best human effort rules, and green markers indicate attempts made under the unified rules.



Ευχαριστώ για την
προσοχή σας.

