

## EQUIPAMIENTO DEL CICLISTA



CASCO OBLIGATORIO DE CICLISTA.

Los principales elementos del equipo de un ciclista profesional son los siguientes:

### Camiseta:

Forma parte superior de la indumentaria, adornada con los colores de su equipo o con los que señalan los diferentes trofeos en las pruebas. Así por ejemplo, el llamativo maillot arco iris es el color del ganador del Campeonato del Mundo.

### El culotte:

Son aquellos pantalones ajustados al muslo que llegan hasta casi la rodilla. Se encuentran acolchados en su interior con el objetivo de aminorar la irritación causada por el roce continuo con la silla. Por su parte, las zapatillas poseen unas fijaciones especiales que encajan en el pedal.

### El casco:

Es obligatorio en las carreras de aficionados y en las calles fuera de ciudades. Hoy en día han sumado, sobre todo para las pruebas contrarreloj, características aerodinámicas asombrosas.



La gama de accesorios es enorme; lo básico es llevar siempre un buen inflador, un destellador (luz de posición trasera) y una caramañola (cantimplora) liviana. Para travesías de más de un día se hacen necesarias las alforjas traseras montadas sobre portaequipajes –que pueden reemplazarse por una mochila mediana- y una buena linterna.

En trayectos de montaña, las barras o cuernos en el manubrio resultan cómodos para descansar las muñecas, y ayudan a manejar la bici en las subidas.