

Fabiano Galo – Sertãozinho/SP

Iron Biker 2006

Esse ano as coisas foram diferentes. Além dos treinos de base em academia, e as pedaladas planejadas também fui ajudado por “forças ocultas, folclóricas, para normais, pára anormais e ainda psico-físicas...”

Rolou um lance de planejamento antecipado, tanto na participação da Equipe Mountain Bike Sertãozinho no Iron 2006, quanto no condicionamento para poder participar como atleta.

Foram meses de dedicação, conciliando trabalho, estudos, vida pessoal e o projeto, confesso que chegaram dias em que me perguntei: “porque estou fazendo isso?”. E hoje entendo muito bem o porque. Lembro como se fosse agora, quando o meu grande amigo Piu me convidou para ajudar no Projeto Iron Biker 2006.

Quando decidi que ajudaria, afinal, apenas controlaria o caixa do projeto, não imaginara o que estaria porvir.

O Projeto se iniciou em janeiro, o Piu conseguiu dar o principal paço do Projeto, conseguindo a maioria dos patrocinadores, o Ora, o qual também agradecemos, pois num momento complicado veio mais um patrocinador pelo seu intermédio, esses eventos foram as partes mais importantes do Projeto, afinal, dependíamos de recursos financeiros para tal.

Claro teve todo o pessoal de Sertãozinho que compôs uma equipe de 20 atletas, que também participaram pagando e ajudando, e estávamos entre as maiores equipes participantes do Iron Biker 2006.

Da parte pessoal, tratei iniciar os treinos de base com 4 meses de antecedência, voltei a academia para fortalecimento das pernas, lombar e trapézios, os músculos mais solicitados pelo mountain bike, e claro bastantes alongamentos. Também tentei manter pedaladas duas vezes por semana de uma hora e meia e um pedal mais longo de 3 horas aos finais de semana.

Parte importante que aprendi com o Vô Zezicho: Alimentação. Sim, já que não dá pra comer direitinho todo dia, complementar a dieta com Whey Protein e Aminoácidos ajuda muito na recuperação dos treinos e isso pode determinar a diferença entre fazer bons treinos e boas provas, ou sofrer muito como aconteceu comigo no Iron em 2004, lembro a duras penas o quanto tive de câimbras, indisposição e muitas dores, principalmente no segundo dia e quase não completei a prova.

Fiz até uma fezinha na mountain, troquei o quadro, peguei um Team, também coloquei um cambio traseiro e V-Brakes XTR nela e ainda um par de rodas. Surpresa triste, a levíssima roda traseira deu problemas duas vezes e eu acabei tendo que correr com uma roda traseira bem mais pesada... sem contar que fiquei sem a mountain bike para treinar, só andei de speed até 10 dias para o Iron, quando a bike ficou pronta na oficina.

O tempo voa e chegou a prova, quando me dei conta, já era outubro e ainda estávamos acertando muitos detalhes do projeto estávamos em cima da hora, corremos muito e conseguimos acertar tudo.

Fomos pra Mariana, na quinta feira dia 05.10.2006 saindo as 21:00 em frente ao Docão, pegamos o ônibus e saímos com aquele velho atraso, afinal o Vô Zezito também foi...

O ônibus por não ser semi leito ou leito não era tão confortável para quem quer dormir durante a viagem, mas foi o jeito de podermos ir, não tão confortável, mas bem rápido, descobri que pra ir daqui pra Mariana não demora 12 horas como demorou em 2004... rs...

Amanheceu o dia, estávamos próximos a Belo Horizonte, e quando o ônibus foi passar uma lombada em frente a uma pequena vila, de repente ele afogou e parou... foi um parto, ficamos 4 horas parados aguardando um mecânico. Não foi tão ruim, pois o ônibus poderia ter quebrado a noite em lugar sem acostamento, mas quebrou em frente a uma vila que tinha até uma padaria e já era dia, o jeito foi ir a padaria comer algo e aguardar.

Muita torcida e até que enfim chegou o mecânico, em 15 minutos o ônibus estava consertado, ele tinha parado pois havia um vazamento no retentor do filtro de óleo diesel, e entrava ar na bomba de óleo, coisa simples que

rende uma bela dorzinha de cabeça naquele momento, enfim, nosso planejamento deu certo de novo, fomos com um dia de antecedência imaginando que poderia acontecer algum imprevisto.

O imprevisto aconteceu e graças ao planejamento havia tempo para se contorná-lo. É quando a gente falou que o Projeto seria “sério e organizado” falávamos sério.

O ônibus seguiu para Mariana, e chegou até que rápido. Fomos para a pousada, nos hospedamos, gostamos, muito boa a pousada. Então fomos para Ouro Preto, Piu, Mutuca, Regiane e Eu para retirarmos as inscrições, o Piu já era o primeiro da fila, como o Projeto já tinha acertado tudo por telefone anteriormente bastava somente entregar o alimento não perecível a organização junto com as senhas para retirarmos os kits de atletas. Foram todos retirados e aproveitamos para passear em Ouro Preto.

Ouro Preto é uma cidade histórica e claro voltada ao turismo, tem bons restaurantes, lojas legais, muitas lojas de artesanato e joalherias, também tem uma feira de artesãos que fazem trabalhos em pedra sabão, que só vendo pra acreditar, muito interessante mesmo, adorei ter conhecido Ouro Preto.

Almoçamos por lá e a tardezinha antes de escurecer, voltamos a Mariana.

Véspera da prova, eu até estava estranhando, pois costumo ficar sempre um pouco tenso e as vezes nem durmo direito, mas dessa vez eu estava mais calmo, foi bem tranquilo, mandamos um macarrão da pousada o prato perfeito para as vésperas de corrida e fomos dormir.

O tempo voou de novo, eu deitei e como se tivesse passado 1 minuto o relógio despertou. Eram 6:00 da manhã e eu já ouvia a barulheira do povo levantando e se arrumando para o primeiro dia.

Largada em Ouro Preto, tivemos que acordar mais cedo, para podermos chegar pra largar as 9:00h, café legal na pousada, pegamos o ônibus e fomos.

Chegamos e estava caindo uma garoa fina, o tempo estava bem frio, em certo momento me arrependi de não ter levado o colete corta vento, seria muito útil, porque rolou uns frios fortes lá no topo, rs....

Montamos as bikes e fomos conferir para alinhar, garoa fina nas costas, e “coragem” pra enfrentar um Iron debaixo de chuva... no ônibus o Brelo já tinha falado que em 2005, eles largaram debaixo de chuva...

Rolou aquela firula da organização e tal, um hino nacional da guitarra dum maluco cabeludo que arrumaram que a galera adorou... rs... bem melhor que o convencional...

De repente do nada, largamos debaixo de chuva, já tinha saído, aquele misto de ansiedade com responsabilidade de sair pedalando logo pra tentar chegar “bem” ou “inteiro” pelo menos, pois quem já andou em Iron sabe bem do que estou falando... rs... QUANDO EU DISSE QUE O IRON É UMA PROVA MUITO DURA, EU FALAVA SÉRIO...

Largou e subiu, subiu, subiu, chegou no top, eu pra variar num agüentava mais de vontade de fazer o pit-stop pra urinar, tava quase estourando... o Ora ia subindo comigo me esperando, até q rolou, no top, quando parei, percebi o quanto tava frio, o vapor minava do corpo quente... foi coisa rápida e logo seguimos.

Foi muito legal, depois dessa subida, pegamos umas descidas longas incríveis, a gente via todo o horizonte, aquelas montanhas altas, realmente os caminhos para aqueles lados são muito bonitos. Mesmo chovendo fino a prova ia muito bem, nada de imprevistos, me sentia bem, ia no meu ritmo bem tranquilo...

la pedalando junto com alguns que apareciam da equipe como o Mauro e o Ora, as vezes um ou outro abria ou sobrava, mas as vezes nos víamos.

Que coisa, enquanto tava chovendo, estava bom, mas quando resolveu parar de chover... aí a coisa ficou feia... rs... aquela mistura de barro com areia, quando começou a secar, começou a embolar nos V-Brakes da bike, para pedalar era necessário fazer força até para descer, e assim a prova foi indo.

PURO ATOLEIRO...

De repente eu me via entre muitos outros competidores, num atoleiro sem fim, eu olhava para frente e não via onde acabava aquilo, todos empurrando, nenhuma bike andava certo, tinha gente carregando ela nas costas, tinha gente tentando tirar aquela pasta dos V-Brakes ou dos discos, ali eu percebi, quem estava de bicicleta full

suspension estava literalmente entupido, olha eu via a dificuldade de quem tava de full, e ainda, quem estava de disco, passou mal também, pois a lama com areia era tanta e colava de tal maneira, que tinha disco que travou e não funcionava mais... meus V-Brakes ficaram entupidos, parei muitas vezes para tentar tirar a lama das rodas, cambio e V-Brakes, foi um misto de preparo físico e psicológico, pensei em desistir em alguns momentos, mas ia empurrando e indo...

É aquele momento crucial da prova em que a gente se pergunta “O que eu estou fazendo aqui?”.

De tanto empurrar acabou o atoleiro subindo, aí começou um atoleiro descendo, tipo “montanha russa” vc começava a descer e a bike não parava mais, em um momento, meu amigo o Mauro que descia atrás junto comigo, viu eu levando o primeiro tombo no primeiro dia de prova, do nada a bike saiu deslizando descendo pra fora da trilha, perdi o controle e levei um tombo bobo, que iniciou a seqüência de problemas que me perseguiria até o final do segundo dia.

No tombo, minha gancheira do quadro entortou, e quando eu forçava o cambio traseiro fazia movimento de entrar dentro da roda traseira... era uma agonia, eu era obrigado a usar ou volantino ou volantão, o médio trazia o cambio pra dentro da roda traseira toda vez q começava a subir, eu parecia um ventilador subindo em subidas mais leves sem poder usar o volante 32...

Ironia do destino ou experiência na vida, coisa que nunca acontecera, e justamente eu sem extrator de corrente, em uma subida usando o voltante 32 aconteceu... o cambio XTR novinho entrou pra dentro da roda e a corrente quebrou... peguei a corrente coloquei no bolso e subi empurrando até o fim da subida, não via alguém pra pedir ajuda e começava a pensar em realmente abandonar a prova...

Sem extrator de corrente com a bike entupida de barro com areia e pesando o dobro do seu peso, eu não sabia o que fazer... fiquei parado por 40 MINUTOS...

É muito estranho vc montar e ao pedalar ver o pe-de-vela girar em falso... dá uma sensação de “vazio” de pedalar o “nada”... rs...

Bom depois de subir tudo empurrando, de tanto ficar parado e não encontrar alguém fui descendo, empurrando tb, pois o atoleiro grudava em tudo... no meio da descida, encontrei dois competidores da equipe de Ouro Preto, um sem problemas esperando pelo seu amigo de equipe que havia sofrido uma queda por ali perto... parei e perguntei se estava tudo bem, então nos apresentamos, pessoal muito gente boa, falei a eles o meu problema, e o amigo se prontificou a ajudar, ele tinha extrator de corrente, pra mim eu iria até então abandonar no primeiro dia, mas então surgiu esperança de novo. Conversei também com o amigo que tinha caído, e ele me mostrou onde havia se machucado, quando ele tirou a mão de cima da bacia eu vi a gravidade do machucado, tava muito inchado... disse a ele que provavelmente ele tinha quebrado ou trincado algum osso e que precisava de socorro urgente.

A corrente ficou consertada e então combinamos de eu seguir e pedir socorro no próximo apoio enquanto os dois aguardavam pela ajuda. Segui e mais ou menos uns 3 km depois encontrei um apoio e informei o ocorrido, o menino me disse que já estavam sabendo, porém o atoleiro era tão grande que até motos estavam tendo dificuldade de chegar nos lugares para prestar apoio e socorro.

Chegou o apoio, tava todo o pessoal lá, me senti “competidor sério” me perguntavam se estava tudo bem, se eu queria alguma coisa, foi muito legal, agradeço principalmente aos amigos Manu e Milani e também a Regiane pelo apoio. Peguei um gatorade e enquanto tomava ficava na fila pra lavar a bike... a lavada salvou o trecho... rs....

Fiquei sabendo que devido ao congestionamento na estrada o onibus chegou depois de alguns competidores passarem, tá vendo tá uma vantagem de não passar primeiro. Enfim sei de todo o esforço e da agonia que o pessoal do apoio passou ao ficar preso no congestionamento... e RECONHEÇO ISSO!!!

Vazei do apoio e segui, cruzei a pista e lembrei do iron 2004, me parece que em algum ponto passou pelo mesmo lugar...

Entrou na terra de novo, putz, puro atoleiro de novo... não acreditava mas os V-Brakes logo de cara já atolaram um pouco, daí pra frente deu uma melhorada no piso e a coisa seguiu... passou em um riacho, tivemos q socar o pezão na água, molhar a sapatilha, ai ela fica igual uma gelatina no pé... rs...

Rodou mais um pouco, vixi ai veio o atoleiro nervoso mesmo... antes de atolar de vez peguei e carreguei de novo até acabar, num trecho meu ciclo marcava 55 km e eu devido aos problemas da bike pensava em pegar o vassoura e parar pois minha bike tava muito ruim, só funcionava o voltantinho eu parecia um ventilador... pedalava que nem um louco e não saia do lugar...

Encontrei uma casa com um senhor e uma mangueira esperando a galera pra lavar a bike, ele ofereceu uma "cangibrina" mas naquele momento, não pude aceitar, e ele insistiu... lavei a bike de novo o que salvou de novo e fui...

Ai encontrei o amigo de Macaé, o Paulo, falei pra ele da minha situação, em seguida veio uma subida enorme, acabamos subindo empurrando e conversando...

Ele me disse que faz cicloturismo e se aventurara a participar como competidor sendo que sua esposa estava na organização, foi muito positivo conhecer ele nesse momento, pois eu estava desanimado e ele me convenceu a continuar e ir "indo"... lembro dele falando "vamos indo..." rs... e foi indo... quando olhei pro ciclo, marcava quase 70km e via a cidade de Mariana a frente, entramos na cidade e chegou o asfalto... daí pra frente, foi pura satisfação de ter vencido esse imprevisto no primeiro dia, cheguei, conferi o lacre, esperei um tempo na chegada, incrível não tava cansado, tava até disposto. Pra mim tava muito bom.

Também descobri que mais uma vez "forças ocultas, folclóricas, para normais, pára anormais e ainda psico-físicas..." me ajudaram...

Segundo o Léo e o Zezito o caminho que eles fizeram foi muito mais longo, muito mais difícil, o Zezito me disse que carregou sua bicicleta como se fosse do centro da cidade de Sertãozinho até o pedágio... algo em torno de uns 10 quilômetros, e eu claro, concordei pois o médico disse para não mais contrariarmos ele.

Enfim, o Léo e o Zezito, pedalararam muito mais que eu, andaram em lugares muito piores, carregaram mais, sofreram mais, FOI UM MARTÍRIO, UM CALVÁRIO...

Eu por minha vez, NÃO TOMEI CHUVA, NÃO PEGUEI ATOLEIRO, NÃO CARREGUEI A BIKE, NÃO PEGUEI "NENHUMA" SUBIDA por isso cheguei na frente do Zezito no primeiro dia...

Meu amigo Silveira da MULTIBIKE me deu uma ajuda nos treinos, foi me dando uns toques para uma melhor prova, o João Paulo atleta treinado pelo Silveira, ganhou na categoria dele no Iron. Ele me disse para eu diminuir as distâncias e intensidade dos treinos e deu certo, cheguei no Iron bem disposto, pra mim foi muito bom. Fiz o contrário dessa vez, reduzi a carga perto da prova.

Chegamos num bolo duns 5 / 6 bikers, conferiram meu lacre EU HAVIA PASSADO EM TODOS OS PONTOS QUE A ORGANIZAÇÃO DETERMINOU "ESTÁ TUDO O.K. DISSE O PESSOAL DO APOIO" liberado para correr o segundo dia..

MEU CICLO MARCAVA EXATOS 72,9 KM até a pousada marcou o total de 74,1km

Fomos pra pousada, banho pra desencardir e que bom, tinha um massagista esportivo, o João Marcos de Patos de Minas, atendendo bem ao lado do meu quarto, já marquei e fiz uma seção de massagem, olha é incrível o quanto te recupera, muito bom mesmo. Como se não bastasse, tudo tão bom, ainda rolou UM BELO JANTAR NO "LUA CHEIA" em Mariana que tava uma delícia comi muito, pra ter idéia a quantidade absurda, comi quase metade que o Van come... rs...

Ah... Rs... fui a pé jantar, e o restaurante fica a 10 quarteirões da pousada e falo QUEM CORREU O PRIMEIRO DIA E NÃO DEU CONTA NEM DE IR COMER A PÉ NO RESTAURANTE DO CENTRO...

TAVA "FEY" MESMO RS.... Por isso que eu falo "gente vamos treinar mais e mais sério... rs..."

O tempo voou de novo, deitei e desmaiei, quando acordei era a trilha do segundo dia a segunda etapa do Iron Biker 2006!!!

Fiquei sabendo no segundo dia cedo que o Ora não iria largar, creio que por problemas emocionais, pois fisicamente, sei que o Ora estava muito bem. Gostaria muito que ele tivesse corrido no segundo dia...

Também fiquei sabendo do Léo também, que ele não iria largar, podem ter sido três coisas:

Tem aquele jogador de futebol o "Wagner Lóvi" e tem o ciclista "Leonardo Lóvi" que ficou namorando ao invés de ir competir... rs.... ou psicologicamente não se sentiu a vontade para o segundo dia ou ainda o mais provável, SABENDO QUE O GALO TINHA CHEGADO MUITO PERTO NO PRIMEIRO DIA, RECEIO DE TOMAR PAU NO SEGUNDO DIA...

Pensei assim: "Bom, se chover de novo e virar puro atoleiro de novo, eu vou tentar até o fim, se eu conseguir, muito bom, senão, pelo menos vou TENTAR!!!!".

Fomos pra largada na Praça da Sé em Mariana, um tempinho frio, um vento frio, a gente chegou, fez a vistoria, conversei com outros competidores, só se ouvia falar:

Quebrou minha corrente;

Meus discos não funcionam;

Um amigo que estava de full desistiu;

Levei 1,2,3 tombos...

Encontrei o amigo Paulo de Macaé de novo antes da largada, desejei a ele uma muito boa prova, graças as palavras dele naquele momento difícil no primeiro dia eu estava ali pra tentar o segundo dia, ele me cumprimentou e me desejou boa prova também.

A gente batendo papo, na boa e tal... de repente eu olho pra frente, todo mundo já tinha largado, saiu meio forte, como sempre o pessoal tentando passar onde não tem espaço... já saiu e logo subiu de novo, subiu, subiu, subiu, subiu... aí depois putz, antes de acabar a subida, encostaram 3 meninas da Hora do Blush, rs aquela que escreve na revista ao vivo é mais bonita... rs... gostei muito de passar perto delas, muito legal, ver as gatas no pedal.

Depois do tanto que subiu, UAU! Inacreditável, nós descemos muito, descidas com o piso de areia úmida e bem batida, parecendo aquela no final do circuito livre, descia sem parar, muitas curvas e alta velocidade, foi muito bom!!!!!!

Subiu em outros trechos, logo passamos pelo ponto de água, a organização informara que não haveria mais apoio e que o circuito havia sido encurtado em 14 km, quero lembrar que o amigo André Milani tinha até alugado um carro para estar no apoio no momento certo, pois o ônibus demoraria muito, agradecemos de coração por esse esforço.

Ainda passamos por trechos com subidas, mas dessa vez pequenas, também passamos em apoios e em pontos de controle, inclusive um que nos obrigava a passar dentro da água de novo... e a sapatilha mole como gelatina de novo... rs...

Continuei dessa vez a trilha tava boa de fora a fora, não peguei atoleiro algum, porque, provavelmente:

"Forças ocultas, folclóricas, para normais, pára anormais e ainda psico-físicas..." me ajudaram de novo, só assim para eu chegar na frente do Zezito...

Chegou a tal da subida PURIFICAÇÃO, olha não deu nada, fui pedalando até onde dava, volantinho, visto que não foi possível o conserto da minha bicicleta na véspera. O jeito foi ter paciência, cabeça no lugar e ir como eu podia... a subida é realmente longa, não acabava, num ponto, até parei numa sombra mesmo sem estar sol, mas tava um calor muito forte... descansei um pouco e continuei subindo, subindo, subindo, subindo... até que de repente, o ponto de cronometragem!!! ACABOU O SEGUNDO DIA!!!

ESSE ANO FOI FÁCIL, FOI "MAMÃO" PERTO DE 2004!!!

Não fez sol... se tivesse feio sol aí seria uma prova dura, mas realmente esse ano foi bem mais fácil...

Ainda teve a chegada pela cidade de Ouro Preto, os bairros são encravados nas montanhas, cada descida íngreme de dar medo, um paralelepípedo irregular, tem que fazer força pra segurar a bike... como sempre as crianças pedindo "chocolate" eu entreguei todos os energéticos que tinha nos bolsos e até a garrafinha... rs... as crianças adoram, rs...

Daí pra frente foi só chegar, passar pela conferência, peguei minha MEDALHA DE PARTICIPAÇÃO, olhei no ciclo, marcava 51,9 km.

Moral da história:

Galo chegou atrás: Certo, justo, honesto e correto, a organização está de parabéns...

Galo chegou na frente: Cortou caminho, tomou bomba, pegou carona, organização marcou errado, falha no computador, a sumula foi digitada errada...

Rs... Tem gente que conforme o tempo passa, vai voltando a ser criança... rs...

Ai veio a SURPRESA!!!!!!!!!!!!!!!

GRAÇAS AOS MÉRITOS DA ORGANIZAÇÃO DO PROJETO IRON BIKER 2006

A EQUIPE MOUNTAIN BIKE SERTÃOZINHO FOI PREMIADA PELA ORGANIZAÇÃO DO IRON COM O TROFÉU "ORGANIZAÇÃO EM EQUIPE".

Quero agradecer aos amigos que reconheceram e vieram cumprimentar o Piu e Eu, e nos agradecer pela conquista.

Também na volta depois do jantar na churrascaria em Belo Horizonte, teve a entrega do Troféu Antonio Zaparolli e eu recebi o meu de 10º Lugar!!!

Vale lembrar que o Coppe fez 11º na Elite Masculino!!!

Também quero agradecer a TODOS os atletas e aos PATROCINADORES:

AJJ ESTRUTURAS METÁLICAS

UNI SYSTEMS DO BRASIL

CELULA AUTOMAÇÃO INDUSTRIAL

FEREZIN MONTAGENS

UNIMED SERTÃOZINHO

PLANETA BIKE

TECNAPE TECNOLOGIA EM DESIDRATAÇÃO

Um Grande Abraço a Todos!

Fabiano Galo

