

Antti "faija" Hanhilahden



Tällä kertaa tsygäkoulussa harjoitellaan penkkamutkan ajamista ja trial-osuudessa pyritään etenemään hypähdyksin



Painopiste

Kun fillarilla cruisailee tasaisella alustalla, pysyy kuljettajan paino luonnostaan polkimien päällä. Tähän tulisi pyrkiä myös esteitä ja mutkia ajettaessa. Yleisin virhe kinkkisempiä kohtia ajettaessa on painon siirtyminen käsien päälle. Näin käy erityisen helposti penkkamutkia ajettaessa. Pyri siis pitämään paino jaloilla läpi koko mutkan.

Ajolinja

Mikäli tarkoituksena on todellakin ajaa mahdollisimman kovaa, kannattaa ajolinja vetää kylmästi penkan jyrkimpään kohtaan. Ei kuitenkaan aivan yläreunaan, ettei penkkamutkasta tulekaan yllättäen hyppyriä.

Vauhti

Useimmiten penkkamutkaan tulee ajettua aivan liian hiljaa. Kannattaa kuitenkin ottaa huomioon, että tärkeintä ei ole ajaa yksittäistä penkkaa mahdollisimman kovaa, vaan myös tulla ja lähteä mutkasta mahdollisimman sukkelasti. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että jarruttamista ei kannata jättää niin myöhäiseksi, että itse mutkassa joutuu vielä hakemaan tasapainoa. Mutkasta ulos singahtamisessa olennaisinta taas on se, että tasapaino pysyy hallussa koko mutkan ajan jotta heti mutkan jälkeen voi aloittaa reippaan poljennon.

TEKSTI: ANTTI HANHILAHTI
KUVAT: JARNO AALTONEN



Fillari-lehti Areena

Oheiset kuvat on näpsitty tuoreella Fillari-lehti Areenalla, joka on juuri valmistunut Lahden vanhalle raviradalle. Hyppyrimäkien ja Kärpäsenmäen välissä sijaitsevalle alueelle on saatu käyttöluva Lahden kaupungilta. Kyseessä on loivaan rinteeseen tehty dualirata, joka on kaikkien polkupyörällä liikkuvien vapaasti käytettävissä. Radalla olevat hyndät ovat kaikki rullailtavissa, eli niistä hyppääminen ei ole välttämätöntä.

Maansiirtokoneiden poistuttua viimeistelystä on vastannut Lahden aina yhtä virkeä ja viriili maastopyöräskene. Radalla on suunnitelmassa pitää tänä kautena ainakin yksi kilpailu/tapahtuma.

www.fillari-lehti.fi

HYBRIDIEN YKKÖNEN



FOCUS
b i k e s



Blue Ridge



Cariboo Peak



Red Falls



Crater Lake

www.focus-bikes.de

**SAKSAN
MARKKINA-
JOHTAJA**

**Vertaa
HINTA/
COMPONENTIT**



Handmade in Germany

**Maahantuonti,
Markkinointi ja Myynti:
MTB KESKUS OY**
Lauttasaarentie 54
00200 Helsinki

Puhelin: 09-682 5270

Antti "faija" Hanhilahden tsygäkoulu...



Hypähdyksin eteneminen

Hieman helpompia esteitä ylitettäessä, tai pitkiä, yli puolen metrin eteenpäin hyppyjä tavoiteltaessa, edetään seuraavasti:

Vedä ahterilla painoa takarenkään päälle, jotta saat ponnistamiseen hyvän pidon. Päästä jarrut, polkaise napakasti vajaa varttikampikierros, ota pyörä pakaroilla haltuun ja ponnista ylös- ja eteenpäin. Ylöspäin ponnistaminen tapahtuu aivan samalla tavalla kuin paikallaan tasapainoiltaessa. Se vain täytyy ajoittaa samaan aikaan polkimista potkaisun kanssa niin että pyörä ja kuljettaja hypähtävät eteenpäin. Näin pystyt etenemään vaikeassakin kivikossa. Kun potkaisu on riittävän napakka ja pyörän saa hyvin haltuun, pystyy helposti etenemään fillarin akselivälin mittaisilla loikilla.

Hyödyntämällä poljinvoimaa etenemisessä säästää paljon voimaa. Jos ei ole mahdollista edetä polkaisemalla, esimerkiksi pitorajoilla olevassa ylämäessä, täytyy etenemisen tapahtua pienin hypähdyksin, aivan kuten paikallaan tasapainoiltaessa.

