

Home | Varie | Cyclotron, il meglio dell'indoor cycling a Milano

Cyclotron, il meglio dell'indoor cycling a Milano

Publicato da Roberto Chiappa | in Varie | 9 ottobre 2017 | 0 commenti | 5,520 Visite

Inaugurata il 30 settembre a Milano la nuova palestra **Cyclotron**, dedicata al ciclismo indoor. Ciclomulini computerizzati a realtà virtuale, rulli interattivi, personal trainer a disposizione per allenamenti mirati, possibilità di noleggiare bici. Siamo andati a vedere come si articola la loro attività.

Milano, in Via Amedeo d'Aosta 11. Il citofono N.1 corrisponde alla palestra **Cyclotron** (www.cyclotron.it), situata nel seminterrato dello stabile. Reception minimale, ma calda e accogliente. Scrivania in tema. Luce soft, moderato volume musicale. Spogliatoi moderni e funzionali, ampio locale ben aerato dedicato al ciclismo.

Dieci ciclomulini Elite Drivo corredati dal software Zwift, due rulli liberi Elite Arion dotati di App "My E-Training". Un piccolo banco di lavoro, tappetini e palla "boso" per esercizi a corpo libero. E poi ovviamente personal trainer per seguire gli atleti. In pochi metri quadrati c'è davvero tutto per allenarsi con divertimento e profitto.

Ci si può presentare con la propria bicicletta, da corsa o mountain bike, installarla sul ciclomulino oppure sui rulli liberi e iniziare la seduta di training. Cyclotron mette comunque a disposizione degli utenti alcune biciclette con le quali allenarsi, anche se non si tratta di modelli sofisticati ma di bici con le quali effettuare un training soddisfacente. I pignoni presenti sui ciclomulini vanno da 8 a 11 rapporti, per cui non c'è pericolo di trovarsi spiazzati con i comandi cambio della propria bicicletta.

Ottimo il corredo tecnico offerto da Cyclotron. Il ciclomulino Elite Drivo è uno dei migliori strumenti in circolazione. Compatibile ANT+ e Bluetooth, misura velocità, tempo, distanza, pendenza del percorso, dislivelli, Frequenza Cardiaca, rpm e potenza di pedalata in ben 24 punti del giro pedivella, con una accuratezza dell'1%. Silenziosissimo, è dotato di volano interno da 6 kg che riproduce perfettamente la strada, arrivando a simulare pendenze del 24%. E' collegato al software Zwift, così che ogni atleta possa programmare minuziosamente la propria seduta di allenamento. Può scegliere i percorsi presenti nel corredo software, oppure crearne di nuovi. Può competere con altri sfidanti in rete, o contro il computer, o contro altri atleti presenti accanto a lui in palestra. La registrazione della prestazione dell'allenamento, in formato file FIT, viene poi consegnata all'atleta, che potrà utilizzarla per le finalità più opportune.

Eccetto il test con metabolimetro, strumento ancora non presente in palestra, e il test di Mader, che prevede un prelievo ematico per l'analisi del lattato, da Cyclotron è possibile effettuare qualunque tipo di esercizio sui pedali, programmando e controllando al meglio il proprio allenamento sotto l'occhio esperto dei personali trainer. Test incrementale, Wingate, Critical Power, Potenza-Cadenza, FTP, allenamenti metabolici e allenamenti sulla forza, tutto può essere svolto grazie alle strumentazioni messe a disposizione da Cyclotron.

Le iniziative proposte da Cyclotron sono indubbiamente interessanti. Preparazioni stagionali, allenamenti specifici per le gare, test periodici, sfide tra amici. All'orizzonte c'è l'allestimento di un campionato di "indoor cycling" tra tutti gli scritti che vorranno partecipare, con classifiche speciali (cronoscalata, picchi di potenza, velocità massima in discesa e tanto altro ancora).

Per consultare gli orari ordinari di apertura, il regolamento e le tariffe della palestra, si rimanda al sito ufficiale www.cyclotron.it.

SOCIAL NETWORK



ISCRIVITI ALLA NOSTRA NEWSLETTER

Per ricevere ogni giorno le novità sul mondo bicicletta.

Email Address*

Nome*

Cognome*

Azienda

Nome e Cognome

* = campo richiesto!

Iscriviti

powered by MailChimp!

BLUEGRASS GOLDEN EYES (TEST IN PROGRESS)



FI'ZI:K R1B (TEST IN PROGRESS)

— FOTOGALLERY —

Alcuni ciclomulini Elite Drivo e i due rulli liberi Elite Arion

A disposizione degli utenti numerosi accessori e pacchi pignone

Il banco di lavoro e attrezzi da palestra per esercizi a corpo libero

Molto ampia la scelta dei pignoni. Lo standard prevede 11 rapporti, scalati 11-28

Allenamento estremamente realistico anche grazie al software Zwift

Articolo e foto a cura di [Roberto Chiappa](#)

Tweet

G+

TAG: [ANT+](#) [BLUETOOTH](#) [CICLOMULINO](#) [CYCLING](#) [ELITE](#) [MILANO](#) [TRAINING](#)

«
Articolo Precedente
SuperOp contribuisce alle performance
del Team Bahrain-Merida

Articolo Successivo
The Col Collective, la Costa Brava è
anche molto bella
»

ARTICOLI SIMILI

GF Liotto 2018, è il momento
delle iscrizioni

🕒 26 ottobre 2017

GF Stelvio Santini 2018,
iscrizioni già aperte

🕒 25 ottobre 2017

Numeri da record per la
HERO Südtirol Dolomites

🕒 23 ottobre 2017

LASCIA UN COMMENTO

Il tuo indirizzo email non verrà pubblicato. I campi obbligatori sono evidenziati *

Nome *

Email *

Sito Web



HUTCHINSON FUSION5 11STORM (TEST IN PROGRESS)



VITTORIA QURANO 46 TUBOLARE (TEST IN PROGRESS)



PIRELLI P ZERO VELO (TEST IN PROGRESS)



FINDYOURGEAR.COM (TECH PARTNER)



(/it/product/fsa-replacement-me055-spring)
FSA Replacement ME055 Spring
(/it/product/fsa-replacement-me055-spring)

€ 0,0 -98%
Vai alla scheda
(/it/product/fsa-replacement-me055-spring)



(/it/product/easton-aeroforce-bar-computer-mount)
Easton Aeroforce Bar Computer Mount
(/it/product/easton-aeroforce-bar-computer-mount)

€ 0,0 -97%
Vai alla scheda
(/it/product/easton-aeroforce-bar-computer-mount)



(/it/product/formula-oro-mc-clamp-for-sram-x0-x9-shifters)
Formula Oro MC Clamp For SRAM X0-X9 Shifters
(/it/product/formula-oro-mc-clamp-for-sram-x0-x9-shifters)

€ 0,0 -97%
Vai alla scheda
(/it/product/formula-oro-mc-clamp-for-sram-x0-x9-shifters)



(/it/product/suunto-ambit-2-with-heart-rate-monitor)
Suunto Ambit 2 with Heart Rate Monitor
(/it/product/suunto-ambit-2-with-heart-rate-monitor)

€ 0,0 -97%
Vai alla scheda
(/it/product/suunto-ambit-2-with-heart-rate-monitor)

PARTNERSHIP EDITORIALE



BIKE FRIEND & PARTNER



CATEGORIE

Categorie

ARCHIVI

Archivi

ARTICOLI RECENTI

- Carrera TD01 Air, alte prestazioni, basso peso
- GF Liotto 2018, è il momento delle iscrizioni
- GF Stelvio Santini 2018, iscrizioni già aperte
- Fi'zi:k Infinito R1, per una calzata perfetta
- EKOÏ Competition 10, protezione dal freddo e sicurezza elettronica

COMMENTI RECENTI

- Roberto Chiappa su Bryton Rider 310
- Roberto Chiappa su Bryton Rider 310
- Alberto su Bryton Rider 310
- Roberto Chiappa su Bryton Rider 310
- Alberto su Bryton Rider 310

Copyright 2014 - 2016 tech-cycling.it. Tutti i diritti riservati.

Questo sito utilizza i cookie per migliorare la navigazione. Proseguendo con la navigazione accettate l'utilizzo dei cookie.

Accetto

[Maggiori informazioni nella Cookie Policy](#)