

# BRINGÁS

.hu

SHIMANO

A Bringas.hu  
vendégei:  
**Buzsáki Virág**  
**Peák Barnabás**

Bruchner Regina  
Feldhoffer Bálint  
Kiss Nikoletta Bettina  
Kiss Vince Dániel  
Pakot András  
Sárközi Anna Lilla  
Tóth Réka  
Valent Márk

VÁLASSZ  
TERVEZZ  
TEKERJ



Bringás.hu e.magazin letölthető:  
[www.epa.oszk.hu/04000/04034](http://www.epa.oszk.hu/04000/04034)

DRESS LIKE  
A TEAM. RIDE  
AS A TEAM.  
#TOGETHER

# NIU

SOKKAL TÖBB, MINT EGY

*robogó*



**KSR.HU**



**ADVES.moto**  
KSR GROUP hivatalos magyarországi partnere

# Le akarom bontani a kerékpársport belépési korlátait

## Interjú az MKSZ elnökével.



**Dr. Schneller Domonkos MKSZ elnök**

*Elnök úr mikor lett a kerékpársport szerelmese?*

Már gyermekkoromban. Mellette számos más sportot is kipróbáltam. Atletizáltam, jégkorongoztam még BMX-eztem is. Majd néhány éve visszaszivárgott az életembe a kerékpár, és azóta elválaszthatatlanok vagyunk. Masters kategóriában szoktam versenyezni egy olyan közösségben (a magyar kerékpárosok közösségében), amely egyedülállóan összetartó és motiváló is egyben, és amely szemmel láthatóan megkezdte a felzárkózást a nagy kerékpáros nemzetek sorába, mint Olaszország, Franciaország, Hollandia, Belgium, Dánia vagy épp Szlovénia. Mások a magyar példát követik kajak-kenuban vagy vízi-labdában, nekünk pedig az ő példájukat kell követnünk kerékpározásban.

*Néhány hónapja önt választotta elnöknek ez a közösség.*

Egy olyan szervezetet vehettem át Dr. Princinger Pétertől, amely gazdaságilag stabil, szilárd alapokon nyugszik és amelynek elmúlt évei a békés gyarapodásról, fejlődésről szóltak. Szinte mindenki rögtön a támogatásáról biztosított Schmidt Ádámától, a Honvédelmi Minisztérium sportállamtitkárától, vagy épp helyettesétől, Schmidt Gábertől Eisenkammer Károlyon, a Tour de Hongrie

2024. májusban választották meg Dr. Schneller Domonkost a Magyar Kerékpáros Szövetség elnökének. A Magyar Műszaki és Közlekedési Múzeum főigazgatója maga is kerékpározik, rendszeres résztvevője a Masters futamoknak idehaza és külföldön egyaránt. Egy szilárd alapokon nyugvó szervezetet vett át, amelynek célja, hogy olyan utánpótlás bázist építsen, amelynek köszönhetően Magyarország hosszú évekig meghatározó lehet a nemzetközi kerékpársport színpadán.

főszervezőjén keresztül egészen a klub-vezetőkig, ami azt gondolom, hogy egy különleges helyzet, és nem minden sportszövetség esetében lenne így. Ez is azt mutatja, hogy a sikerek mögött álló kemény munka összekovácsolta a kerékpáros közösséget.

*Miben lesz más a kerékpáros szövetség a jövőben?*

Ha csak a legnagyobb eredményeket mondom, akkor versenyszervezésben felvettük a kesztyűt a legnagyobbakkal, hiszen Giro d'Italia Nagy Rajtot szerveztünk Budapesten, a Tour de Hongrie Európa meghatározó versenyévé nőtte ki magát, és csak néhány hét telt el azóta, hogy Olympic Qualifiers Series eseménynek voltunk házigazdái, ahol a friss olimpiai sportág, a BMX Freestyle is bemutatkozott. Látható, hogy Valter Attila, Vas Kata Blanka, de Kempf Zoltánt is említhetném, akik a nemzetközi mezőny meghatározó szereplői. És ami igazán örömteli, hogy az utánuk jövő utánpótláskorú versenyzők közül is jó néhányan felnőttek a feladathoz. Számukra olyan komoly sportszervezetek adják a háttérrel, mint az MBH Bank Colpack Ballan, az Epronex Hungary Cycling Team, vagy akár a Karcag Cycling Team. Ezt a munkát folytatni kell, de emellett a saját elképzeléseimet is szeretném megismertetni az elnökséggel és a tagszervezetekkel.



# A leggyorsabb és legkönnyebb kerékpárjaink egyesülnek! Egyenlő arányban Trek Madone. Egyenlő arányban Trek Émonda. A Madone Gen8 a két világ legjobbjá.

Repülj a vadonatúj 8. generációs Madone kerékpárral, a legkönnyebb és leggyorsabb szuperbringáink elképesztő fúziójával. Akár emelkedőkön vágatsz fel, akár a célvonalon sprintelsz át, a Madone Gen 8-at a világ legjobb versenyzőinek közreműködésével terveztük, hogy a legjobb legyen, bárhol is tekersz vele. Örületes aero. Elképesztően könnyű. Vadul izgalmas. Más országúti versenybringák azt állítják, hogy ők a legjobbak a világon. Célunk, hogy bebizonyítsuk, tévednek.



Minden idők legmagasabb szintű karbonját alkottuk meg, hogy a Madone Gen 8 kívül-belül a legjobb ultrakönnyű hegymászó kerékpár legyen. A teljesen új 900-as sorozatú OCLV Carbon akár 20%-kal erősebb szálakkal és hatékonyabb formázási eljárással készült, ami lehetővé teszi, hogy kevesebb anyagot használjunk, és így még több súlyt takarítsunk meg a merevség feláldozása nélkül. Az eddigi legjobb karbonunk forradalmian új aero-formákkal és egy új, egy darabból álló karbonvillával párosulva segít abban, hogy a Madone Gen 8 aero legyen ott, ahol a legfontosabb, és örülden könnyű mindenhol máshol.



A Madone Gen 8 forradalmian új Full System Foil aero csőformákkal rendelkezik, amelyek javítják a légáramlást az egész kerékpáron, miközben megőrzik a hegymászók által áhított alacsony tömeget.

Továbbfejlesztettük az IsoFlow technológiát amely így 80%-kal nagyobb függőleges rugalmasságot biztosít. Kizárólag a Trek cégnél alkalmazott IsoFlow technológia rugalmasabban reagál az út egyenetlenségeire, javítja az aerodinamikát és súlyt takarít meg, hogy értékes másodperceket nyerj. Továbbfejlesztettük ezt a versenyzésre összpontosító kényelmi technológiánkat, hogy könnyebb és kényelmesebb legyen.



A 20 éve készülő Madone sorozat modelljeit az elmúlt két évtizedben rengeteg helyzetben versenyeztettük és finomítottuk, hogy minden emelkedőn az első legyen, minden lejtőn a leggyorsabb, és minden sprintben az élre álljon. A két évtizedes fejlesztések minden tudása összegződik a 8. generációs Madone kerékpárokban.

A Trek cégnél a fenntarthatósági szemléletnek megfelelően valóban tartós termékeket készítenek. A garancia élettartam garanciát jelent a legtöbb Trek kerékpárra. Ezt egészen pontosan úgy kell értelmezni, hogy a kerékpárok első tulajdonosának, tehát aki újonnan vásárolja meg a kerékpárt, annak nincs időkorlát a garanciális csere vonatkozásában, azaz 5 – 10 – 15 év múlva is vállalja a cég, hogy kicseréli a gyártási vagy anyaghibás vázat. A vázakon kívül, már a külön megvásárolt karbon felnis kerekekre is élettartam garanciát ad a gyártó, a vázakkal megegyező feltételekkel. Ez olyan biztonságot ad a vásárlónak, ami még értékesebbé és célszerűbbé teszi egy Trek kerékpár vagy Bontrager kerék vásárlását.

# BONTRAGER

Karbon kerekek  
élettartam garanciával



[www.bontragerbolt.hu](http://www.bontragerbolt.hu)

[www.trek.hu](http://www.trek.hu)



*Mik ezek az elképzelések?*

Ezeket az eredményeket további fellendülés kell hogy kövesse. És itt most nem a sportág szereplőire vagy szurkolóira gondolok. Azt gondolom, hogy az Észak-Atlanti civilizáció sajátja, hogy az ide tartozó országok a tudomány, kultúra, sport hármas egységében gondolkodnak és ezt a hármast erőteljes mecenatúra és szponzoráció keretében finanszírozzák is, és nem kizárólagos állami feladatként. Óriási potenciált látok a hazai sportfinanszírozás tekintetében a szponzoráció megerősítésében. A kerékpározás egy technikai sport, amelynek kapcsán el kell érniünk, hogy az ahhoz szükséges felszerelést és infrastruktúrát sokkal könnyebben elérhetővé tesszük minden kerékpározni vágyó gyermeknek, fiatalnak, aki szeretné magát kipróbálni bármelyik szakágunkban. A szponzoráció lényege, hogy lehetőséget teremtsünk olyanoknak is, akiknek lehet, hogy másképp elveszne a tehetsége. Szégyennek tartom, hogy a világ legnagyobb, Gyöngyösi jelentős méretű gyárat üzemeltető kerékpár gyártója nem volt hajlandó szponzorként mögé állni az egyik legjelentősebb, évek óta Gyöngyösről induló hazai kerékpárversenynek. Mindezt egy olyan országban, ahol egész Európa legalacsonyabb társasági adókulcsa mellett tudnak tevékenykedni. Ebben az (Északi-Atlanti kultúrkörből idegen) hozzáállásban szeretnék gyökeres változást elérni: minden szóba jöhető céget és vállalkozást meg fogunk szólítani.

*Mennyire fektetne nagy hangsúlyt az utánpótlás-nevelésre?*

Én abban hiszek, hogy az U13-15-17 korosztályokat kell leginkább támogatnunk. Ott dől el ugyanis, hogy valaki eljut-e arra a szintre, hogy komolyan foglalkozhasson versenykerékpározással hosszabb távon is. Ha ehhez minden segítséget megadunk, sokkal nagyobb lesz a merítésünk. Le akarom bontani a belépési korlátokat. Aki kerékpározni szeretne, az kerékpározhasson, megfelelő körülmények között, szakértő edzőkkel, anyagi helyzetből és lakóhelytől függetlenül. Szeretném, ha az ország területén minél egyenletesebb megoszlásban, minden vármegyében biztosítottak lennének az infrastrukturális és személyi feltételek ahhoz, hogy a családokról legalább részben levegyük a finanszírozás terhet, és be tudják írni a gyermeküket kerékpározni, mindezt ráadásul biztonságos körülmények között.

*Milyen konkrét lépésekre gondol?*

Új sportágfejlesztési stratégiát alkotunk az újonnan felálló elnökséggel és szakmai szakértőkkel együtt. Minden vármegyeszékhelyen szükséges legalább egy olyan klub, ahol szakértő edző foglalkozik a gyerekekkel. Az edzőképzést is magasabb szintre helyezzük, amiről a közeljövőben szeretnék párbeszédet kezdeményezni a Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetemmel. Szeretnénk iskolai toborzó kampányokat is indítani, amelyben nagy



**a Visegrád 4 Kerékpárverseny sajtótájékoztatóján**

segítség az is, hogy Révész Máriusz államtitkár úr közbenjárásával száznál is több, úgynevezett pumpapálya épült az országban. Az ezeket kipróbáló, rajtuk versenyző gyerekek közül jó lenne, ha a legügyesebbek belépnének, bent maradnának a kerékpársport rendszerében. Az a célunk, hogy két-három éven belül az utánpótlás korosztályokban 80-100 fiatal induljon az országúti bajnokságon.

*Van garancia is arra, hogy mindez megvalósul?*

Motiváció és együttműködés van. Ez most a legfontosabb. Múzeumigazgatóként is az első nagyszabású kiállításom a „Bringára Váltva” nevet viselte, és ott, a kiállítóterben rendeztük meg a „Minden, ami bringa” konferenciát, vagy épp Valter Attila Vueltát követő közönségtalálkozóját. Ha valaki hisz a hazai kerékpársportban, akkor annak meglesz az eredménye. Miután ez a tisztség külön javadalmazással nem jár, ezért hit és motiváció nélkül nem is lehet csinálni, az pedig ilyen értelemben előny, hogy a szakmám és a napi munkám is kapcsolódik a kerékpározáshoz.

*Mi a személyes motivációja?*

2022-ben a Strade Bianche Gran Fondóján tekertem és a Siena-ba vezető Via Santa Catarina emelkedőt másztuk meg. Egy nappal azelőtt Valter Attila, akkor még FDJ-zombomban negyedikként ért ott célba, tömegek álltak ott és üdvözlőfogadta. Katartikus pillanat volt. Szeretném, ha minden magyar ember legalább egyszer átélné azt az élményt, amit egy igazi kerékpárverseny jelent – lehetőleg magyar indulókkal.

Fotók: Vanik Zoltán és Vigh Attila



# NATIONS' CUP HUNGARY - ORSZÁGÚTI IFJÚSÁGI VILÁGKUPAVERSENY

**Idén immár ötödik alkalommal rendezték meg augusztus 14. és 15. között hazánk legmagasabb besorolású kerékpárversenyét, a Nations' Cup Hungary junior országúti világkupát. Idén csodálatos idő várta a versenyzőket és a csapatokat. Két nap alatt, három szakaszt kellett teljesíteni...**



**Várnagy László:** *Az ifjúsági világkupa immár ötször került megrendezésre és a visszajelzések alapján idén is jól sikerült. Solymosi János versenyigazgatót (társ-szervezőt), az NYKSE elnökét kérdezzük, hogyan látja az esemény jelenét és jövőjét:*

**Solymosi János:** Jövő évben sorozatban már hatodszor rendezhetjük meg ezt a viadalt NCUP besorolással. Ennek a sorozatnak része lenni, hatalmas megtiszteltetés számunkra. Elég, ha csak megnézzük az elmúlt évek eredményeit és azt, hogy az akkor dobogóra álló kerekeseik közül utána hányan váltak profivá vagy éppen világbajnokká, világbajnoki érmesekké.

Meggyőződésem, hogy a felnőtt megmérettetések mellett hazánk kerékpársportjának szüksége van az utánpótláskorú bringások számára is hazai rendezésű nemzetközi versenyzési lehetőségekre. Ezekon fiataljaink össze-mérhetik az erejüket a korosztályuk elitjével, felmérhetik / felmérhetjük, hogy milyen szinten állnak. A világkupa magyarországi állomása előrelépést kínál a hazai országúti szakág számára is. Habár az időpont már véglegesnek tekinthető, némi változás még történhet, hiszen nem kizárt, hogy két nap helyett jövőre háromnapos lesz a megmérettetés. Egyelőre folynak az egyeztetések a sportág nemzetközi irányító szervezetével.

**Várnagy László:** *Az idei év hogy sikerült? Mennyire vagy elégedett?*

**Solymosi János:** Nem szeretnék szerénytelen lenni... A nemzetközi visszajelzések nagyon pozitívak és komoly dicséret illeti a szervezésben, lebonyolításban résztvevőket... Szerencsére jól sikerült. Ez persze nem azt jelenti, hogy nem volt olyan, amit jövőre másként fogunk csinálni. Továbbra is igyekszünk folyamatosan fejleszteni és fejlődni. A versenyek – különösen a világversenyek megszervezése minden évben kihívásokkal teli. Ez ennél a versenynél hatványozottan jelentkezik, hiszen a Párizs-Roubaix-val vagy a junior Békeversennyel hasonlítanak minket össze. Elégedett vagyok és nagyon fáradt. Azt hiszem ez mindent elárul.

**Várnagy László:** *A jövő év? Várhatóan hogyan alakul? Lehet-e már valamit tudni?*

**Solymosi János:** A körpályás lebonyolítási rendszer jól bevált. Szeretnénk új helyszíneket, új szponzorokat, önkormányzatokat bevonni. A jövő évi esemény részleteit ezen tárgyalásoknak az eredményei alapján tudjuk majd véglegesíteni.

folytatás a 10. oldalon





# MANTOVA

A LEGKÖNNYEBB E-BRINGÁNK  
MOST AKCIÓBAN 719.000 FT HELYETT  
CSAK 529.990 FORINTOS ÁRON

KERESD A VIDDABRINGAT.HU OLDALON ÉS PARTNEREINKNÉL!

# enviolo

FOKOZATMENTES  
AGYVÁLTÓK



Az enviolo agyváltók alapja a folyamatosan változtatható áttételű bolygómu rendszer (CVP - continuously variable planetary). Ez lehetővé teszi az erőfeszítés nélküli, fokozatmentes átmenetű, terhelés alatti áttételváltást.

Többféle modell 256%-tól akár 380%-os áttételskálával, felni-, görgő-, vagy tárcsafékes változatokban, manuális vagy automata vezérléssel.

A legtöbb modern kerékpárvázba beépíthető (135x10 vagy 148x12mm szabványhoz)

Kompatibilis a Gates Carbondrive szíjhajtás rendszerrel.

Akár 100 Nm nyomatékot is tolerál, ezért ideális választás középmotoros és teherkerékpárokhoz.

**TUDJ MEG TÖBBET!  
FOGLALJ TESZTIDŐPONTOT!**

[agyvalto.hu/enviolo](http://agyvalto.hu/enviolo)





## Nations' Cup Hungary

JUNIOR WORLD CUP  
AUGUST 14-15, 2024

UCI NATION'S CUP JUNIOR

**Várnagy László:** A Magyar Kerékpáros Szövetség utánpótlás rendszerében egyre fontosabb a világkupaverseny. Szervezőként milyen módon lehet segíteni az utánpótlás nevelést?

**Solymosi János:** A fiatalokra költött pénz, sohasem kidobott pénz. Aki ismer tudja, hogy igyekszünk mindent megtenni az utánpótlás fejlesztéséért. Aki a hazai versenyzők közül pontszerző helyen ér célba ezen a versenyen (akár a szakaszokon, akár az összetettben), az biztosítja a magyar versenyzők számára a meghívót az összes következő évi junior világkupaversenyre. Ez Vas Barnabás összetett 14. helyezése révén idén is sikerült. Takács Zsombor viszont egy negyedik helyezéssel örvendeztetett meg bennünket, így - a junior világkupák történetében először - az áhított dobogós helyezés is elérhető közelségbe került. Szerintem ennél nagyobb elismérés nem létezhet egy szervező számára...

Fotók: Vigh Attila



# Vas Kata Blanka és Valter Attila ismét megvédték bajnoki címüket

Június 23-án vasárnap, újra Pannonhalma és környéke adott otthont a felnőtt női és férfi országúti országos bajnokságnak. A korábbi évekkel megegyező módon délelőtt a hölgyek viadalával kezdődött a program, a lányokra 5 db 16,8 kilométeres nagy kör és másfél 5,8 kilométeres kis kör, azaz 91,2 kilométer várt. A délutáni férfi futamban 9 db 16,8 kilométeres nagy kört és három és fél 5,8 kilométeres kis kört, vagyis 170 kilométert kellett teljesíteni.

A hölgyek mezőnyében Vas Kata Blanka (Team SD Worx) dominanciája érződött az egyébként kezdetben nyugodt tempójú versenyen. A harmadik körben azonban Vas Kata Blanka (Team SD Worx-Prottime) és Zsankó Petra (ARBŐ Rapso Knittelfeld) duója faképnél hagyta a többieket. A kettős remekül dolgozott együtt, előnyüket időről-időre növelték az üldözőkkel szemben. Az apátságához vezető 940 méter hosszú, helyenként 15%-os meredekséggel bíró emelkedőn azonban a címvédő riválisától is ellépett, innen pedig már nem is volt kérdéses a viadal végkimenetele, Vas Kata Blanka sorozatban ötödször nyert országúti bajnoki címet, mögötte Zsankó Petráté lett az ezüstérem, míg Greman Szonjáé (Cube Csömör) a bronz, aki ezzel az U23-as bajnoki trikót is elhódította.



*Nagyon jól éreztem magam a verseny során – értékelt a díjátadóra várva Blanka. – Viszonylag korán elszakadtunk Petrával, majd az emelkedőn sikerült továbbmennem és megvédeni a bajnoki címem.*

A férfi verseny kimenetelét illetően sokan találgattak, hogy ki és milyen taktikával tudja a győzelmet bezabiztosítani. A rajtot megelőzően a teljes mezőny egy hatalmas A betűt formázva kívánt mielőbbi felépülést az Időfutam OB-n tragikus sportbalesetet szenvedett Antal Attilának. A rajtot követően viszont szinte azonnal ellépett egy három fős szökés, amelyben Rózsa Balázs (Epronex-Hungary Cycling Team), Szatmáry András (Cube-Csömör) és Popovics Gergely (Greenriders) triója keveredett bele. Az elmenés legnagyobb előnye mintegy hat percnél tetőzött, aztán a kis körre fordulva annak rendje és módja szerint utol is érte őket az időközben a főmezőnytől elszakadó tizenhét fős csoport.

Ebből a sorból ment aztán tovább Dina Márton (ATT Investments), Feldhoffer Bálint (Team Polti Kometa U23), Fetter Erik (Team Polti Kometa), Peák Barnabás (Adria Mobil) és Valter Attila (Team Visma | Lease a Bike) ötöse. Az utolsó kilométereken Fetter Erik támadott, és jó ideig úgy tűnt, hogy hazaérhet, ám végül Valter Attila belökte elé a kerékpárját, ezzel megvédvé a címét. Az U23-as versenyt Feldhoffer Bálint nyerte.

*Én talán jobban haragszom magamra. Gyakorlatilag legjobb barátok vagyunk. Annyira örültem volna, hogy ha ő nyer, és hát innen látszódik, hogy mennyire küzd mindenki ebben a sportban. Nekem mindig muszáj a maximumot nyújtani, főleg egy magyar bajnokságon, mert nagyon szeretném megtartani a trikót, amit nagyon szeretek hordani. Úgyhogy ez kicsit keserűessé tette a győzelmet – mondta Valter Attila röviddel a célba érkezést követően.*

Fotó: Vanik Zoltán

## Felnőtt Országúti OB – 2024, Pannonhalma

Elit férfiak, 170 kilométer

1. Valter Attila (Team Visma | Lease a Bike) 4:00:12
2. Fetter Erik (Team Polti Kometa) + 1 mp
3. Dina Márton (ATT Investments) + 7 mp

Elit nők, 91,2 kilométer

1. Vas Kata Blanka (Team SD Worx-Prottime) 2:19:48
2. Zsankó Petra (ARBŐ Rapso Knittelfeld) + 58 mp
3. Greman Szonja (Cube-Csömör) + 8:07

# VISEGRÁD 4 KERÉKPÁRVERSENY



**A Visegrád 4 versenysorozat magyar futama az idei évben tizenegyedik alkalommal került megrendezésre.**

**Várnagy László:** *Mosolyogsz, ami ritkaság nálad. Hogyan látod az idei versenyt? Jól sikerült?*

**Törzsök Zsolt:** Sok tekintetben előrébb léptünk, de az útvonal változatlan maradt. A verseny ismét csak a pannonhalmi emelkedőn dőlt el.

A teljes pannonhalmi körpálya kiváló útburkolatú és teljesen zárt, sok pozitív visszajelzést kaptunk belföldről és külföldről egyaránt. A tavalyi apróbb hiányosságokat sikerült kiküszöbölni, de idén is volt néhány dolog, amelyeket 2025-ben szükségképpen meg fogunk változtatni. Az útvonal érdekessége egyébként, hogy két Világörökség részének nyilvánított területet köt össze. Ez a különlegesség az első verseny szervezése óta változatlan. Véleményem szerint ez sikerünk egyik titkos összetevője...

**Várnagy László:** *A jövő évről tudatni már valamit?*

**Törzsök Zsolt:** Az útvonalon továbbra sem tervezzük változtatást. Az UCI 2025. július 12-re jegyezte be az verseny időpontját. Az idei évi magyar eredményekkel kapcsolatos elvárások - a várakozásokkal ellentétben sajnos nem teljesültek, de bízunk a hazai versenyzők sikeres szereplésében. 2025-ben reményeink szerint ez másként lesz majd...

**Várnagy László:** *Tavasszal új vezetés lett választva az MKSZ élére. Hogyan érinti ez a Visegrád 4 Kerékpárverseny jelenét és jövőjét?*

**Törzsök Zsolt:** Szerencsére a közgyűlés nyugodt körülmények között zajlott. Az adminisztratív is formások hamar a helyükre kerültek. Tehát az új vezetés viszonylag hamar megkezdhette a munkáját. Nyilván voltak olyan problémák is, amelyek időközben sürgetővé váltak, de ezeket az elnökség és az iroda orvosolni tudta.

Dr. Schneller Domonkos elnök úr támogatásáról biztosította a projektet, ami számunkra nagyon megnyugtató és nagy jelentőséggel bír.

**Várnagy László:** *Hogyan látod a verseny jövőjét?*

**Törzsök Zsolt:** Egy kicsit talán a hazai kerékpársport jövőjével hoznám párhuzamba... A jövő évi verseny vízválasztó lesz sok tekintetben és ez kihatással lesz a későbbi eseményekre is. A V4

országokban tevékenykedő szervező partnereinkkel kiváló a munkakapcsolat, igyekszünk mindent megtenni annak érdekében, hogy ez így is maradjon, hiszen a magyar csapatoknak, a magyar válogatottaknak ez nemcsak a V4 versenyeken való indulási jogosultságot jelenti, de gyakran tudunk kapcsolatainkon keresztül meghívást szerezni más versenyekre is...

**Várnagy László (Most Solymosi János versenyigazgatóhoz fordulok.):** *Mit változtatnál a jövő évi esemény kapcsán? Milyen kihívásokkal kell szembenézni? Milyen különleges eljárásoknak kell megfelelni?*

**Solymosi János:** A magyar elnökségi évben a fővárosból indítani a versenyt extrém kihívás. A védett személyek esetleges jelenléte, valamint a kísérőprogramok nagyszámú nézőközönsége okán minden negyedik év speciális. Kiemelten fontos, hogy a versenyel kapcsolatban minden a helyén legyen, minden időben elkészüljön, mindenki a tudása legjavát adja. Mivel Budapest környékén jelentős közúti forgalommal kell számolni még hétvégén is, ezért ehhez nagyszámú és minőségében méretezett biztosítás hivatott garantálni a versenyzők biztonságát. Ez komoly, kihívásokkal teli feladatot jelent.

Idén a rádiótechnikával kapcsolatban voltak problémák, amelyeket hosszasan elemeztünk. Reményeink szerint jövő évben nem ismétlődnek meg.

De meggyőződésem, hogy jó úton haladunk és reményeink szerint a jövő évi verseny minden szempontból emlékezetes lesz. Ez sorrendben a negyedik elnökségi „nagy rajt” lesz, mindannyian ennek szellemében készülünk.

Fotók: Vanik Zoltán



# GONDATLAN DOPPINGOLÁS!

AVAGY BÁRMELY SPORTOLÓ BAJBA KERÜLHET

**Többéves eltiltást kaphat az a sportoló, aki gondatlanul választja ki táplálékkiegészítőjét** vagy csak felelőtlenül beleiszik valaki kulacsába. Az ártalmatlannak tűnő készítmények ugyanis sok esetben doppingszernek minősülő anyagokat, összetevőket tartalmaznak.

**"Száz százalékig tudatában kell lenned, mit viszel be a szervezetedbe!"** – ez a legfontosabb mondat, amelyet minden sportolónak meg kell jegyeznie. Rendszeresen előfordulnak olyan doppingesetek a világban, de hazánkban is, amelyeket a figyelmetlenség, gondatlanság okozott. A **Magyar Antidopping Csoport 2018-ban** a legsúlyosabb büntetést kiszabva **négy évre eltiltott** például **egy magyar atlétát**, aki állítja: fogalma sincs, hogyan került szennyező anyag a szervezetébe. **2019-ben** is volt **egy kerékpáros**, aki **gondatlanul fogyasztott szennyezett táplálékkiegészítőt és 8 hónap eltiltást kapott**, ugyanis a termékmintában ki tudták mutatni a szennyeződést. Ez sok esetben hónapokkal később szinte lehetetlen.

**Fontos felhívni a sportolók figyelmét: akkor is doppingvétséget követhet el valaki, ha fogalma sincs az egészből.** A 43/2011. (III. 23.) Korm. rendelet a doppingellenes tevékenység szabályairól, illetve a Magyar Antidopping Csoport Doppingellenes Szabályzata mondja ki, hogy a **versenyző a felelős a szervezetéből származó mintaért**, és az abból kimutatott bármilyen **tiltott szer, származék vagy marker jelenlétéért**, függetlenül attól, hogy gondatlanság vagy szándékosság történt-e.

A legtöbb gondot a fogyasztószerek, az izomtömeg- és potencianövelők, valamint a növényi kivonatok okozzák. Könnyedén bajba kerülhet egy élsportoló, ha nem figyel oda: nem mindegy, milyen forrásból szerzi be és milyen terméket használ. **Az Egyesült Királyságban a 2012-es pozitív doppingesetek 44 százalékát szennyezett táplálékkiegészítők eredményezték.** A nemzetközi LGC sportdopping-ellenőrző és kutató laboratórium az **Informed-Sport programjában vizsgálja a táplálékkiegészítők tiltott szennyezőanyagait**, minőségbiztosítási eljárásuk a gyártói felülvizsgálatot és a termékek tesztelését is tartalmazza. Ez biztosítja a legszigorúbb és legmegbízhatóbb kockázatkezelési programot. Az általuk bevizsgált termékek átlagosan 10 százalékánál mutatnak ki problémát, ezeknek egészségkárosító hatásuk is lehet.

Ki kell emelni: jelentős probléma a helytelenül megválasztott táplálékkiegészítők használata, több gyártó ugyanis nem figyel a részletekre. Egy sportoló számára elegendő lehet beleinni valaki kulacsába, kipróbálni egy ismeretlen vitamint vagy gélt a termékcímke tanulmányozása nélkül, megbízni egy növényi alapú "csodaszerben", hogy többéves eltiltást kapjon, karrierje veszélybe kerüljön, jó hírneve csorbuljon. Amelyik terméken viszont ott az **Informed-Sport logó és az internetes adatbázisukban is szerepel az adott termék**, akkor minimális az esélye annak, hogy az a termék bajt okozzon.

A **NutriDepó** által forgalmazott **Science in Sport (SiS) és Nutrition X** termékeket kifejezetten elit sportolóknak találták ki és fejlesztik, így mindegyik rendelkezik az Informed-Sport program vizsgálati jegyzőkönyveivel, melyek igazolják, hogy a termékekben nincs kimutatható mennyiségben a WADA által tiltott anyagokból, összetevőkből! Eddz, versenyezz, élj - **TISZTÁN!**

**Válaszd a minőséget, válaszd a biztonságot!**



**DOPPINGMENTES,  
BEVIZSGÁLT SPORT  
TÁPLÁLÉKKIEGÉSZÍTŐK**  
**NUTRIDEPO.HU**



A Care Plus márkanév már 25 éve jelent olyan termékekkel, melyek utazáskor, nyaraláskor, vagy az otthonunkban hatékonyan megvédik az egészségünket. A Care Plus márka mögött álló holland Tropicare cég 1992 óta a biztonságos utazások vezető szakértője.

A Care Plus termékekkel Ön a lehető legjobbat kapja, akár utazik, sportol, kerékpározik vagy túrázik, így a szabadideje igazán az élményekről fog szólni.

Termékeink védenek a rovarcsípésektől, napégéstől, sérüléseket veszélyeztető fertőzésektől, fertőzött víztől és segítenek a rossz higiénés körülmények között. Az impregnált szúnyoghálóink, zoknink, DEET rovarriasztó termékeink, vízsűrítőink mind nagydíjas termékek a szoros nemzetközi versenyben. Az elsősegély csomagjainkat expedíciókra, utazásokra és otthoni balesetekre szakosodott orvosok állítják össze különös szakértelemmel. A termékeink elérhetők online, túra-, sport-, és vadászboltokban, illetve gyógyszertárakban több, mint 26 országban.

**care  
PLUS**



A CARE PLUS ANTI-INSECT ROVARRIASZTÓ TERMÉKEK ELÉRHETŐK PUMPÁS AEROSZOL, FORMÁBAN



8 ÓRÁN ÁT VÉD



MINI-2-GO



#### **CARE PLUS® ANTI-KULLANCS**

Használjon hatékony kullancsriasztót a szabadon hagyott bőrfelületen. A Care Plus® Anti-Kullancs pumpás spray citrom-eukaliptusz olajat tartalmaz és 6 órán át véd a kullancscsípés ellen. Már három hónapos kortól alkalmazható a gyermekeknél.

#### **CARE PLUS® ANTI-INSECT DEET**

A DEET készítmények hatékony rovarriasztók, melyek különösen alkalmasak olyan területeken való használatra, ahol előfordulnak a szúnyogok által terjesztett betegségek, mint a malária és a sárgaláz. A Care Plus® Deet termékek 40% hatóanyag tartalommal érhetőek el. A százalékos arány határozza meg, hogy hány órán át hatékony a termék - ez 40 % esetén 8 óra!

#### **CARE PLUS® ANTI-INSECT NATURAL**

A Care Plus® Anti-Insect Natural minden utcicélhoz 6 órás védelmet nyújt szúnyogok és törpeszúnyogok ellen. A termék aktív hatóanyaga a Citrom-eukaliptusz olaj (Eucalyptus Citriodora oil). A Care Plus® Anti-Insect Natural már három hónapos kortól alkalmazható gyermekeknél. Állatos és szoptató kismamák is használhatják.



Mint vezetők és úttörők az utazási egészségvédelemben, alapcélunk, hogy megfeleljünk az utazók igényeinek.

Segítjük mindazon cégeket, alapítványokat, szervezeteket, akik velünk együtt keményen küzdenek, hogy a Földünk 2030-ra malária-mentes legyen. Minden egyes termék megvásárlásával Ön is hozzájárul ehhez a célhoz!

Keresse a Care Plus<sup>®</sup> termékeket:

Mountex túrabolt/hálózat,

Geotrek Túrabolt (Győr),

Trexpert Túrabolt (Budapest),

Szerdahelyi Vadászolt (Baja),

Diana Vadászolt (Budapest),

Dockyard Sí és Outdoor- Király utca (Budapest)

Intermed Oltóközpont (Budapest)

Trekland Sportbolt (Nyíregyháza, Debrecen)

Képviselő: Tólas Csilla

cs.j.talas@gmail.com

+36 20 555 2080

**care  
PLUS**



#### **CARE PLUS<sup>®</sup> ALAP ELSŐSEGÉLY KÉSZLET**

A First Aid Kit Basic alap elsősegély készlet egy, vagy két személy számára. 150 gramm, 30 terméket tartalmaz, melyet a rövid, egynapos túrákon, vagy az otthon leggyakrabban előforduló sérülések szerint állítottunk össze gyorssegély esetére. Könnyen elfér egy hátizsákban, tépőzárral övre, vagy kerékpárra is rögzíthető.

NAGYSZERŰ ÉLMÉNY, BIZTONSÁGOS UTAZÁS



#### **CARE PLUS<sup>®</sup> WATER FILTER VÍZTISZÍTÓ**

Bármely outdoor tevékenység és utazás esetén sokoldalúan használható, kisméretű (65 g) víztisztító. A 0,1 mikron méretű membrán 99,999% hatékonysággal tisztít meg bármilyen vizet a baktériumoktól és egyszéjtüektől. A szűrő kapacitása 375 000 liter, sebessége 1,7 l/perc. Menettel rögzíthető palackra, használható a mellékelt szívószállal és ivótasakkal is. Évek óta a világ legjobb 10 outdoor vízszűrője között van.



## Tour de Balatonon voltunk

Május 25-én ismét a Tour de Balatonon voltunk, ez már a X. alkalom volt. Minden évben erre a rendezvényre megyünk. Miért is? Hiszen van több Balaton kerületi lehetőség. De ennek a túrának olyan a szervezése, ami minden igényt kielégít, és ez egy igazi élményt adó rendezvény. Erre a túrára jószívvvel mondható, hogy igazán családbarát. Itt mindenki megtalálja a maga erejének, kényelmének, szórakozásának megfelelő távot, és arra nevez be. A nevezésnél mindenki kap egy tornazsákot, benne ajándékokkal és a névre szóló rajtszámmal.



Ma is a 206 km-es távon indultunk, reggel 6 órakor. A távok: XL (206 km), ez teljes kör, L (168 km) a nyugati medencét kerüli, az M (78 km) keleti félkör, S (30 km) családoknak, XS (6 km) a piciknek. Én nagyon élvezem, amikor megkerüljük a Balatont és a kis apróságokkal találkozunk. Igazi élmény őket nézni, a kis harcosokat. Már magában ez mindent megér, és ilyenkor elfeledjük a fáradtságot.

Visszatérve a szervezésre. Több frissítő állomás van, ahol sok finomsággal várják a fáradt bringás vándorokat. Természetesen minden állomáson jókat lehet enni és inni, és nem utolsó sorban a menet közbeni mókákról mesélni. Az állomásokon a fiatalok nagyon kedvesek, udvariasak. Megsúgunk, az ételke nagyon finomak kivétel nélkül, és nem csak édes- hanem sós sütemények is vannak.

Minden évben Tirszin János és felesége Fodor Ilona

szokott minket fotózni. Csak azt látod, hogy hol előtted, hol mögötted vannak. A rendezvényről rengeteg fotó készül. Az út minőségére az mondható, hogy minden évben javul. Mi országútitok minden hibát észlelünk, de elmondható, hogy ha lassan is, de haladnak az önkormányzatok a kerékpárutak minőségi fejlesztésével.

Amikor célba érünk, szinte mindenkiről készül célfotó. A fogadó hölgyek érmet akasztanak a nyakunkba, amit mi büszkén viselünk. A legkisebbek pedig kedves ajándékokat kapnak. A beérkezés után izgatottan várjuk a tombolahúzást, amin a rajtszámunkról letéphető szelvényvel vehetünk részt, és sok érdekes és értékes ajándékot sorsolnak ki.

Mindenkinek ajánlani, kortól, nemtől, függetlenül ezt a szuper rendezvényt.

Horváth Zoltán





KAROS SPA

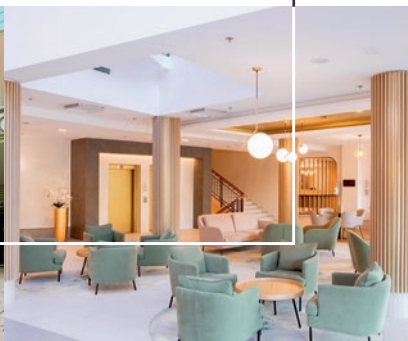


hotelkarosspa

## A tökéletes kikapcsolódás helyszíne!

- megújult szálloda, fiatalos lendület
- a környéken egyedülálló wellness részleg
- különleges gyógy-, beauty- és wellness kezelések
- kerékpárbérlési lehetőség

www.karos-spa.hu



# Bringaland Kerékpárüzlet és Szerviz

A kerékpár szerintünk –  
tőlünk, Neked!



# állj!

A legtöbbeteknek talán már nem kell bemutatkoznunk - akik pedig nem ismernének minket, íme. Mi vagyunk a Bringaland, Magyarország egyik legkedveltebb, Budapesten pedig az egyik legnagyobb kerékpárbolt és egyben szerviz. Üzletünk 2 emeleten és 1000 m<sup>2</sup>-en kapott helyet, ahol rendkívül széles termékkínálattal és a kerékpár szeretetével várunk téged is a Városliget mellett!



## Miért pont hozzánk?

Nem csak kerékpárokat, nyergeket is tesztelhetsz, ezen felül pedig rengeteg termékkel, szolgáltatással és bikefitting lehetőséggel is várunk! Kollégáink szaktudásukkal segítenek hozzá a lehető legjobb kerékpáros élményhez, hivatalos Shimano szakszervizünk pedig gondoskodik arról, hogy bringád mindig csúcsformában legyen! Ezen felül pedig, ha figyeled Facebook oldalunk, sem az egyedi talpbetétkészítésről, sőt, még az időszakos pop-up megjelenésekről nem fogsz lemaradni...

## Csak Bianchi van?

Természetesen nem csak Bianchival foglalkozunk. Üzletünkben Specialized, Cube, 3T és Giant kerékpárok széles választékát találod meg nálunk. 2025-től pedig két új márkával is találkozhattok, ha betértek, immár a holland eBike gyártó, a Tenways kínálata is elérhető, méghozzá kiemelt szervizháttérrel! Természetesen a gyerekekre is gondolunk, nekik a dízajnos és rendkívül könnyű WOOM gyerekbicikliket hozzuk idén újdonságként!

## Na és a kiegészítők?

A kiegészítőkről röviden: a legszelebb olasz kerékpáros ruházati kínálat mellett a Garmin kilométerórától kezdve a törésgaranciás bukósisakokon át a Rudy Project és Oakley napszemüvegein keresztül a Wahoo és Elite edzőgörgőkig tényleg mindent megtalálsz, sőt, itt van lehetőség tesztelni is őket! A kezdedben tartott kiadvány is rövid lenne összeszedni mindazt, amit kínálunk, inkább nézz körül webshopunkban a lent található QR-kód segítségével!

1071 Budapest  
Dózsa György út 78.  
+36/70-434-3291  
info@bringaland.hu  
@bringaland



# KK400: A KALANDOSABB BALATON- KÖR 400 KILOMÉTEREN



A BalatonBike365 projekt a több mint 1000 kilométernyi kitáblázott útvonalon kívül egy merőben új, összefüggő Balaton-kört is kínál, melynek teljesítését online regisztrálhatják a kerékpárosok! A KalandKör400 eltávolodik a nyáron zsúfolt partmenti bringakörútól, és helyenként földúton, máshol alacsony forgalmú aszfaltúton, vagy kerékpárúton, panorámás kilátóponthoz érintve kerüli meg a tavat, 400 kilométer hosszan.

Ha unod már a klasszikus 200 kilométeres, nyáron forgalmas Balaton-kört a bringaúton, távolodj el a parttól a kalandosabb élmények kedvéért! A BalatonBike365 projektben kitáblázott bringás útvonalak között a családi túrától kezdve az országúti edzőkörig bárki találhat ízlésének megfelelőt, illetve a bb365 útvonaltervezőjével is tervezhet saját túrát. Ezek gpx-ként letölthetők,

és navigációs eszközzel, vagy akár a telefonra letölthető bb365 app segítségével is teljesíthetők. A KalandKör 400 még több ennél, hiszen a **400 kilométeres útvonalat – a gyalogos Kéktúrahoz hasonlóan – szakaszokra bontva abszolválhatjuk, és ha végigcsináltuk, teljesítői érmet kapunk.** Természetesen a kétirányú táblázáson túl itt is van lehetőség GPS-alapú tájékozódásra, és a teljesítés igazolása kétféleképpen történhet: Az útvonalon elhelyezett 50 QR kód beolvasásával, vagy gpx-track feltöltésével a [www.kk400.balatonbike365.hu](http://www.kk400.balatonbike365.hu) honlapon.

**A nyomvonalon egységes jelrendszer vezet végig 263 irányjelző táblával,** akár az óramutató járásával megegyezően, vagy ellenkezőleg kerülnénk meg a Balatont. A BalatonBike365 hálózat segítségével bármelyik part menti településről is könnyen lehet csatlakozni a KalandKörre. **A 12 etap között van kifejezetten könnyű és meglehetősen nehéz is,** utóbbiak közé tartozik például a Somogy meredek, homokos emelkedőin átívelő szakasz. A KK400 teljesítése idő-alapú, és a **teljesítők listáján mindenkinek a neve mellett teljesítési idő is szerepel, de ez nem verseny.** Az egyetlen elvárás, hogy két QR kód beolvasása között maximum 48 óra

telhet el, illetve nem keverhető össze a QR kód alapú teljesítés a gpx track alapúval adott szakaszokon. A szakaszok teljesítése között bármennyi idő eltelhet, ha összegyűjtöttük mind a tizenkettőt, megkapjuk az érmet, illetve szakaszonként az online oklevelet.

### Gravel bringásoknak kötelező...

Kimondva, kimondatlanul, **ha sportos tempóban, pár nap alatt szeretnénk teljesíteni a KalandKör400-at, egy manapság divatos gravel bike a legalkalmasabb eszköz ehhez.** Az aszfalozott részeken egy országúti bringa sebességével suhanhatunk, és a legnehezebb terepszakaszok sem annyira technikásak, hogy feltétlenül szükség legyen mountain bike-ra. Északon kell készülni néhány nagyon rövid, kövesebb, rázósabb szakaszra, délen pedig a homok foghatja meg a kereket időnként, de alapvetően jó minőségű döngölt földutak, szórtkavicsos ösvények jelentik a „terepet”.

### Az útvonal

Balatonalmádiban található a No1 QR kód, ahonnan egy változatos és romantikus völgyben indulva kerékpározhatunk fel Veszprémbe, szinte végig aszfalton. A királynék városát elhagyva Nemesvámostól hullámvasút következik a Balaton-felvidék második vonalában. Kerékpárút, alacsony forgalmú közutak, klasszikus gravel utak és könnyű terep váltják egymást. Mencshely környékén már több a terep és az erdei út, miközben néha a Balatont is megpillanthatjuk. Csodás panoráma tárul eléink a Káli-medencével és a Tanúheggyekkel, miközben átbringázunk a Kötengeren is. A Badacsony szomszédságában a Folly Arborétumot már kicsit nehezebb terepen érjük el. Innen egészen Tapolcáig tekerünk fel, ahonnan könnyű, aszfalozott útvonalon érjük el Szigligeten át Edericsét. Utána viszont nehezebb rész következik, északról kerülve a Keszthelyi-hegységet. Szerencsére az erdős vidék kárpótol a nagyobb energiabefektetésért. Keszthelytől a KK400 kalandtura klasszikus gravel-szakasza következik, amely a sok látnivaló miatt is kihagyhatatlan! Szintkülönbség nélkül átszeljük a Kis-Balaton természetvédelmi területet Balatonberényig, közben az aszfalhoz hasonló minőségű szórtkavicsos, vagy döngölt földutakon bringázunk, karnyújtásnyi közelségben a természethez. A Somogy felé a fonyódi emelkedő után kanyarodunk le, miután egy ideig az ismert



part menti bringáúton tekerhetünk. Fonyód és Öreglak között viszont már a lóp és egy újonnan készült aszfaltcsík vár, ami kerékpáros útvonal, védett kerékpárutakkal. Ezt követően jön a KK400 talán legnehezebb szakasza. A Somogyvár és Balatonföldvár közötti 53 kilométeres táv 800 méter körüli szintkülönbséggel már a számok alapján is kemény. A meredek emelkedőkkel tűzdelt terepszakaszokon azonban a helyenként mélyebb homok, illetve tartós esőzések után sár is nehezítheti a haladást. Földvárnál a Völgyhíd környéke viszont olyan díszletet ad a túrához, hogy rögtön elfelejtjük a nehézségeket. Földvár után egy lankás, árnyékos erdőgazdasági úton gyűjtjük tovább a szintet, majd az Aliréti Vadászsháznál pihenhethetünk kicsit. Innen dimbes-dombos rész

jön, könnyű terepen és aszfalton, Törekínél a Balatont is újra megpillantjuk.

Siófoktól újra „könnyű” besorolást kap a túra, Almádiig a bringakörön tekerünk vissza, két kisebb emelkedő jelenthet csak nehézséget Világosnál és Akarattyánál. A változatos, gyönyörű tájak magukért beszélnek, hiszen a Balaton-felvidéki, a zalai vagy a somogyi utak különböző világokba vezetnek. Aki szereti a kilátókat, várromokat, szívesen pihen meg csendes falvakban, esetleg finom borokat is kóstolna, egyikről sem kell lemondania, ha a KalandKör400-on indul el. A KalandKör400 lehetőséget ad olyan helyekkel bővíteni a kedvenc balatoni látnivalók listáját, ahova eddig a kerékpárosok csak nagyon nehezen juthattak el.



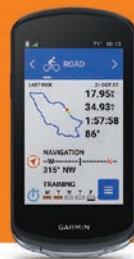
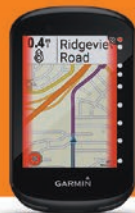
## Hogyan rögzítsd a KalandKör400 szakaszait, vagy a teljes Balaton-kerülést?

A 400 kilométeres Balaton-kerülés 12 szakaszának rögzítéséhez nincs másra szükséged, mint egy **QR-kód olvasására alkalmas, internetre csatlakozott okostelefonra**, vagy egy **útvonalat rögzíteni képes GPS készülékre**, illetve profilt kell regisztrálnod a [kk400.balatonbike365.hu](http://kk400.balatonbike365.hu) oldalon, ahol minden szükséges információt megtalálsz.

Fotók: Takács Tamás



Garmin kerékpáros számítógépek,  
lámpák, radarok, okosórák  
forgalmazása, javítása és  
akkumulátor  
cseréje!



# GPS-ZONE NAVIGÁCIÓS SZAKÜZLET



## GPS-Zone Navigációs Szaküzlet

1113 Budapest, Villányi út 74.

tel.: 06 1 788 8458, 06 20 259 2699

web: [www.gpszone.hu](http://www.gpszone.hu), [info@gpszone.hu](mailto:info@gpszone.hu)

Nyitvatartás: Hétfőtől-Péntekig: 10-18 óráig

Szombaton: 10-14 óráig

# Buzsáki Virág a „kitüntetett”

Most egy olyan versenyző hölgyet hívtam, meg akit szeretnék a Bringás.hu olvasóknak bemutatni, akiben ott van a kitartás, a versenyszellem.

Buzsáki Virággal a kitüntetési ceremónián és Zalaegerszegen az OB-on sikerült találkoznom. A mindig mosolygó Virággal könnyű volt összehozni egy baráti beszélgetést. Partner abban és megengedi az olvasóknak, hogy a minden napjába be tudjunk pillantani. Elmondása szerint azért az utánpótlásra is figyel és ha kell, segít annak, aki ezt igényli. Teljesítménye alapján ő is egy példakép a lányok körében.

**Várnagy László:** *Egy kicsit visszamegyünk az időbe. Amikor elkezdted ezt a sportot úzni, Minben tudott a család téged támogatni?*

**BV:** A 2023-as les getsi világkupa, ahol életem legjobb eredményét értem el XCC-ben és XCO-ban is, annak ellenére, hogy az utolsó körben földhöz vágtam magam és még az államat is össze kellett varrni utána. Ott többszörösen felülmúltam önmagamat.

**VL:** *Verseny közbe mindenki gondol valamire. Te a rajttól a célig mire szoktál gondolni, figyelni?*

**BV:** Mindenki gondol valamire mindig, de ha verseny közben a gondoltaira fókuszál az ember, akkor nem megy nyélen. Az a jó verseny, ahol úgy érzed nem gondolkozol, mert akkor biztos arra figyelsz amire éppen kell: gyorsan menni.

**VL:** *A profi versenyzők mit kapnak enni, inni a verseny ideje alatt? Mi van a frissítő szatyorban?*

**BV:** Nincs frissítő szatyorunk. A Winforce citromos ízű izom és a vizes gélijét eszem (40 percnél, egyszer).



**BV:** A családom nem támogattott soha úgy, ahogyan igazán szükséges lett volna számomra. Nagy részük sehogy se támogatott és a mai napig azt várják, mikor hagyom végre abba.

**VL:** *Emlékszel még, hogy kitől kaptad az első kerékpárodat?*

**BV:** Szerintem anyukámtól. Arra emlékszem, hogy mindig volt kívánságom, hogy a következő pl. váltós legyen vagy kontrás és mindig olyan is lett a következő, amelyet szerettem volna. Na nem sokáig.

**VL:** *Mit szeretsz a kerékpárversenyzésben a legjobban?*

**BV:** Feszegethetem a saját határaitam.

**VL:** *Mi a lényegesebb egy versenyen? A fej vagy a láb?*

**BV:** Egy bizonyos szint felett már csak a fej számít. A profi mezőnyben már mindenki ugyanolyan erős nagyjából, csak az számít ki hogyan kelt fel aznap.

**VL:** *Téged mi motivál?*

**BV:** Fogalmam sincs.

**VL:** *Melyik versenyt volt a legemlékezetesebb?*

**VL:** *A jelenlegi csapatod mennyire befogadó?*

**BV:** Nagyon barátságosak voltak a csapatfőnökök, bár kicsit lenéztek és szerintem sosem becsültek meg annyira, mint kellett volna. A csapattársak pedig zömmel jófejek voltak.

**VL:** *A szabadidődben, illetve amikor nincs verseny szezon, mit szoktál csinálni?*

**BV:** Olyan dolgokat csinálók, amire szezonban nincs energiám: nagytakarítás, családlátogatás stb.

**VL:** *Beszélgetésünk végén mindenkit arra kérek, hogy egy pár szóban szóljon az ifjúsághoz, a leendő bringa versenyzőkhöz.*

**BV:** Én inkább a szülőkhöz szólnék: Ne indítsátok el a gyermekeket egy olyan úton, amit nem tudtok végig támogatni, nem csak anyagilag de leginkább befektetett idő és energia tekintetében.

**VL:** *Köszönöm, hogy a rendelkezésemre álltál. A további versenyekhez sok sikert kívánok!*

Fotó: Noam Meresse

# Magyar bajnokok

## Valent Márk

Valent Márk vagyok 20 éves. második éve u23-as versenyző. A kerékpársportot 11 éves korom körül kezdtem. Voltak kisebb megszakítások a karrierem során, más sportok kipróbálása miatt, de mindig visszatértem oda, amit a legjobbnak éreztem. Legelőször az MTB világába csöppentem első egyesületemmel a Kis-Galya KSE-vel. A cyclocross és az MTB világából az országúti kerékpársportba léphettem az Epronex-Hungary kontinentális csapattal, ahol nagyon hasznos egy évet töltöttem el. Jelenleg az MBH BANK COLPACK BALLAN CSB versenyzője vagyok.

Fotó: Vanik Zoltán



## Bruchner Regina

2013 óta az életem a kerékpározás. Akkor indultam el életem első versenyén és teljesen bele szerettem. A Zalaegerszegi Greenzone-ZKSE versenyzője vagyok és 2019 óta a Magyar Válogatott tagja. Az idei évben már sikerült a világ élvonalába érnem A Romániában rendezett Európa Bajnokságon XCC 3. helyet voltam, ami az eddigi pályafutásom legjobb eredménye, valamint az XCO-ban a 7. helyen végeztem. Számos Junior szérián is rajthoz álltam, ahol többször a top 10-be betudtam férni, mivel a top 5-be értem célba. Júniusban rendezett Országos Bajnokságon megszereztem a 8. bajnoki címet. Majd augusztusban másodjára képviseltem Magyarországot az Andorrába rendezett Mountain Bike Világbajnokságon.



## Feldhoffer Bálint

A bringázás már kisgyerek korom óta fontos része az életemnek. A kerékpározást, az Mtb szakágban kezdtem nagyjából 6 éves koromban, és hamar megkedveltem. Az egész csak hobbiként kezdődött viszont idővel elkezdtünk versenyezni itt Magyarországon. Első csapatom a Superior mtb team volt majd később egy évet voltam a Fillari csapatban, ahol elkezdtem az országúti szakágat is, és utána a Cube-Csömör csapatba kerültem ahol Valter Tibor felkarolt. A Csömöri pályafutásom alatt szereztem meg első magyar bajnoki címetem xco szakágban. Onnan kerültem be az Eolo-Kométa junior csapatába (most már Polti Kometa Development). A Kométába jutásommal pedig átfordult a fókusz az országútiás felé, és sok külföldi versenyen vettem részt mind a Kométával, mind az országúti válogatottal. Jelenleg magyar bajnok vagyok u23 korosztályban és várom mit hoz a jövő.



## Kiss Nikolett Bettina

A kerékpározás mindig is az életem egyik fő része volt. Mondhatom, hogy igazából beleszülettem. Számtalan versenyen vettem már részt, voltak ezek között jók és kevésbé sikeresek, de elszántnak érzem magam, hogy egyre jobb eredményeket érjek el egyre nagyobb versenyeken. 5 évesen volt az első versenyem, ez volt a kezdetek kezdete, ilyenkor még bele sem tudtam gondolni milyen magyar bajnoknak lenni, vagy egy olyan versenyzőnek lenni, aki képviseli Magyarországot az Európa Bajnokságon és még sok más külföldi versenyen. 2013 óta versenyzem a Bike-Zone Gödöllő csapat színeiben. Apukám az edzőm a kezdetek óta, szóval együtt fejlődünk, az elejétől kezdve. Én is több szakágat kipróbáltam a cross-country mellett, például a bmx cross, cyclocross, downhill, ami a kerékpár kezelési képességeimet fejlesztette, de mindig az xco volt az, ami igazán megdobogtatta a szívem és amit a kedvencemnek mondhatok. Persze a bringa mellett mással is foglalkozom, hobbiként a fotózással. Eddig 9 országos bajnoki címet szereztem a sport karrierem során, kijutottam a 2023-as EYOF-ra, ahol 9. helyen értem célba. Ebben az évben, amit versenyként kiemelnék, az Olaszországban megrendezett versenysorozat volt, ahol San-Zeno-ban 5. helyezést lettem, Montelloban 3. és Alpago-ban ismét egy 3. helyet sikerült elhoznom. 2018-ban volt az első külföldi versenyem, ahol a dobogó legfelső fokára állhattam. Jövő évben fellepek a junior kategóriába, ahol a nagy célom, hogy majd kijussak a világbajnokságra.

Fotó: Vanik Zoltán



### Tóth Réka

2013-ban kezdtem el biciklizni Bükkszentkereszten, amikor első osztályos lettem. Kezdetben montiztam és csak kisebb versenyeken indultam. Az országúti kerékpározást nagyjából 5 éve próbáltam ki, és azóta már ebben a szakágban versenyzek. 12 országos bajnoki címem van az elmúlt évekből. Leginkább a mezőny- és a kritériumversenyeket szeretem. 2022-től a válogatott tagja vagyok. 2022-ben részt vettem az Európai Ifjúsági Olimpiaián, ahol időfutamon 34., mezőnyön 21. lettem. Tavaly óta versenyzek junior kategóriában, ahol sok versenyen már felnőtt nőekkel indulunk. 2023 áprilisában sikerült megnyernem az Osztrák Liga Kupa egyik fordulóját Welsben. Az elmúlt 2 évben számos Szlovák Kupán állhattam dobogóra. Tavaly részt vettem az Európa Bajnokságon és nagy örömmel idén is bekerültem az EB és VB keretbe is. Az Európa Bajnokságon 12. helyezést sikerült elérnem.



### Kiss Vince Dániel

Születésem óta jelen van az életemben a kerékpározás. Már 6 évesen indultam versenyeken. 2013-ban csatlakoztam a Bike-Zone Gödöllő csapatához ahol apukám volt az edző. Több szakágban is kipróbáltam magam mint például downhill, bmx-cross és cyclocross. Ezek a szakágak sokat segítettek a kerékpár kezelési képességeimen. Sok Magyar XCO versenyen indultam el a csapattal majd 2017-ben először külföldön is rajthoz álltam. Az elmúlt két évben a nemzetközi junior kategóriában versenyeztem leginkább külföldön és küzdöttem a nemzetközi ranglista helyekért. Erre már a többszörös olimpikon Parti András készített fel. Ebben az évben már sikerült felkerülni a magyar bajnokság dobogójára ahol 3.helyezést értem el és a Cseh kupa egyik fordulójában 4. pontszerző helyen futottam be. Ausztriában Koppl-ben 2.helyet szereztem meg. Nagykanizsán a szezonzáró Magyar Kupa futamon 1. ként haladtam át a célvonalon. Célom az, hogy én képviseljem Magyarországot az olimpián.

Fotó: Kiss András



### Pakot András

Gyerekkoromban mindig is vonzott a mozgás, és a szabadban töltött idő és 2016-ban elkezdtem kerékpározni a Kőbányai Torna Clubban, eleinte csak mountainbike aztán ahogy egyre nagyobbak lettünk elkezdtünk az országúti kerékpározással is foglalkozni és évről évre fejlődni és szépen lassan áttérni az országúti kerékpárra. Az országos bajnokságokon elért sikereim megerősítettek abban, hogy jó úton járok. A csapatmunkát mindig is fontosnak tartottam, hiszen a közös célok elérése nélkülözhetetlen a sikerhez. A kemény edzések és a kitartás mindig meghozták a gyümölcsüket, és büszke vagyok arra, hogy része lehetek a magyar kerékpársportnak. Minden új verseny új történeteket, barátságokat és élményeket hoz, ami tovább motivál a céljaim elérésében.



### Pöhr Anita és Sárközi Anna Lilla

2018. decemberében kezdtünk el művészi teremkerékpározni, és nem sokkal később párosban is edzettünk, versenyeztünk, az egyéni versenyszámunk mellett. A Bokodi Sportegyesület sportolói vagyunk, edzőnk Schön Martin. Az évek során

1 világbajnokságon, 4 EB-n, 5 országos bajnokságon, melyeken 1. helyezést értünk el, világtúrákon, és megannyi külföldi és hazai versenyen vettünk részt együtt.

3 évig reménykedtünk egy EB dobogós helyben. 2023-ban már nagyon közel volt, de kellett hozzá a 4. év kitartó munkája is, hogy 2024-ben elérjük az eddigi legkiemelkedőbb eredményünket, a junior EB 3. helyezést a németországi Amorbachban. Büszkéek vagyunk a 2024-es hongkongi világtúrápán elért 3. helyezésünkre is.



# Peák Barnabás

**Debrecen az a hely ahol mindig mindenki velünk lehet találkozni és a versenyzőkért szurkolni. Természetesen Barnával is a verseny előtt és után találkoztam. A befutónál elsőként tudtam gratulálni a győztesnek. Előre megbeszéltük, hogy a verseny után találkozunk egy baráti beszélgetésre, hogy be tudjalak mutatni a Bringás.hu olvasóinak. Az olvasók szeretnék megismerni a győztest, a Peák Barnabást. A Bringa Tv riportja után sikerült leülnünk beszélgetni. Természetesen a Bringás.hu kérdései nem maradtak el. Ezzel a riporttal nem tiltott célom az, hogy elősegítsem az utánpótlást, amire mindig nagy szükség van.**

**Várnagy László:** *Ez egy nagy győzelem volt. Hogy élted meg?*

**Peák Barnabás:** Nagyon örülök ennek a győzelemnek. Sokat készültem az időfutamkerékpáron és örülök, hogy meg lett az eredménye!

**VL:** *Mikor érezted először úgy, hogy Te országúti bringás akarsz lenni?*

**PB:** Lassan ennek már 10 éve. A Vueltát néztük a TV-ben az akkori csapattársaimmal az evezős telepen és nekem egyből megtetszett a sport.

**VL:** *Mit jelent az életedben a versenyzés?*

**PB:** Mindent. Ez a hivatásom, ebből élek. Mindig ott van a fejemben a teljesítményem óvása, akkor is, ha épp nem a kerékpáron ülök!

**VL:** *Van példaképed, ki az?*

**PB:** Chris Froome

**VL:** *Mi a motivációd? Honnan kapsz plusz energiát amikor rajthoz állsz?*

**PB:** Őszintén megvallva Ati, Marci és Blanka eredményei idén nagyon sokat motiváltak. Azt hiszem a magyar kerékpársport első igazi aranykorát éljük, és ennek szeretnék én is egy kis részese lenni!

**VL:** *Melyik versenyedre vagy a legbüszkébb?*

**PB:** Idén inkább több kisebb eredményem volt. Az OB után a Szlovák kör és a 3 V4 verseny ahol indultam mind nagyon jól sikerült. Örülök hogy ilyen stabil és megbízható voltam.

**VL:** *Most melyik csapat színeiben versenyzel?*

**PB:** Adria Mobil Cycling Team

**VL:** *A családra és a barátokra marad egy kis idő?*

**PB:** Ez a sport sajnos könnyen elszigetel, főleg ha az ember eljut a profi szintre. Edzőtáborok, versenyek és rengeteg utazás. Azt

tanácsolom a fiataloknak, hogy becsüljék meg a barátokkal és családdal töltött időt, mert a mentális egészség ebben a sportban mindennél többet ér!

**VL:** *A jelenlegi csapatban hogy érzed magadat?*

**PB:** Lassan a szezon végéhez érünk, egy versenyem van már csak a csapattal, úgyhogy most már csak arra figyelek hogy jól váljunk el.

**VL:** *Amikor pihenő időd van, akkor mi az amit feltétlenül szeretsz csinálni?*

**PB:** Nagyon szeretek a barátaimmal együtt videójátékozni!

**VL:** *Mikor tudunk neked itthon ismét szurkolni?*

**PB:** Itthon idén már nem! 2024-ben már csak a CroRace-n indulok!

**VL:** *Nem utolsó sorban egy pár szóban üzenj a következő generációnak, hogy gyereink bringázní. Reméljük, hogy az olvasók, a cikk hatására bringára ülnek és követik Peák Barnabást aki minden fiatalnak a példaképe lehet.*

**PB:** A kerékpározás rengeteg izgalommal jár, de mint minden másban az életben az a legfontosabb, hogy élvezzük! Mindenkinek, aki bringára pattan azt tanácsolnám, hogy az örömet és a lehetőségeket keresse!

**VL:** *Már csak az maradt hátra, hogy megköszönjem, hogy hozzájárultál ahhoz egy pár szóban, hogy bepillantást nyerjünk az életedbe.*





# A sportmelltartók királynője

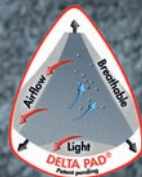
Style 5544  
Cup AA – H



ACTIVE

ANITA SIXPACK  
6x jobb teljesítmény

1. Ergonómikus, a nyomáscsökkentés érdekében alapárnázott vállpántok
2. Háromszög alakú kosár, tökéletes tartás
3. Ultrakönnyű hálós anyag, maximális komfortérzet
4. Ideális szellőzés, nedvesség elvezetés
5. Légáteresztő habszivacs belső
6. Puha mell alatti pánt



Üzleteink elérhetőségéről érdeklődjön telefonon vagy weboldalunk üzletkereső funkciójának segítségével. 06 1 487 1030 [www.anita.com/storelocator](http://www.anita.com/storelocator)

# iGPSPORT

[boneshaker.hu](http://boneshaker.hu) - [facebook.com/boneshaker2006](https://facebook.com/boneshaker2006) - [info@boneshaker.hu](mailto:info@boneshaker.hu)



## IGS800 computer

- Intelligens, offline navigáció
- 3.5" színes érintő kijelző
- E-bike kompatibilitás
- ANT+ és Bluetooth 5.3
- 32 GB memória
- 50 óra üzemidő
- Súly: 120 g



## SR30 radaros lámpa

- 150 m radar hatótávolság
- ANT+ és Bluetooth 5.0
- Telefonos applikáció
- 1.6 km láthatóság
- 20 óra üzemidő
- Súly: 68.8 g



## VS1800 okos lámpa

- Bluetooth kommunikáció
- 1800 lumen fényerő
- Powerbank funkció
- Fémházas kivitel
- 6700 mAh akku
- 8 óra üzemidő
- Súly: 194 g

## LW10 okosóra

- Bluetooth 5.3 kommunikáció
- Fekete, títán és pink színek
- Több mint 50 sport funkció
- Telefonhívások fogadása
- AMOLED érintőkijelző
- 1 hét üzemidő
- Súly: 31.7 g



Chris Froome

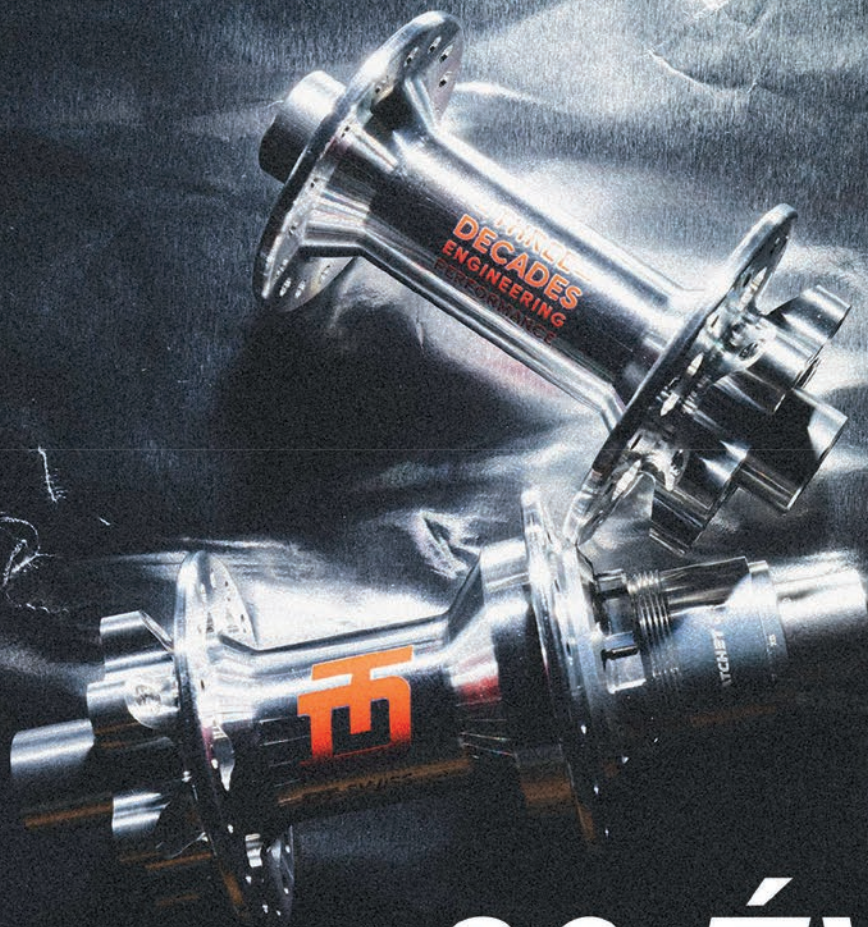
iGPSPORT Global Brand Ambassador  
Tour de France, Tour de France Champion

In the name of the champion  
break through with love!

iGPSPORT Global Brand Ambassador

Chris Froome

# DT SWISS



# 30 ÉV

1994-2024

Három évtizeddel ezelőtt az emberek Buffalo cipőben sétálgattak, egyik kezükben egy Discmanen Nirvanát hallgattak, a másikkban a kihajtható telefonjukat tartották. Míg ezek szinte eltűntek mindennapjainkból, addig manapság is nehéz elképzelni a minőségi kerékpárok világát a DT Swiss alkatrészei nélkül. A 30 év alatt változatlan maradt a gondolat: különféle megbízható termékeket gyártunk az ambiciózus kerékpárosok számára, fenntartva a minőség és az innováció iránti elkötelezettségünket.

# P ZERO™ RACE TLR RS - THE NEW SHADES

A P ZERO™ Race TLR RS a legújabb tagja P ZERO™ Race Olaszországban gyártott országúti kerékpáros versenygumik termékcsaládjának.

A kifejezetten versenycélokra fejlesztett gumi, amely jelenleg a leggyorsabb és legjobb teljesítő kerékpáros abroncs, a legfontosabb tulajdonságaiban kapott fejlesztéseket:

- A szabadalmaztatás alatt álló SpeedCore™ technológia

alkalmazásával, a szövet kevlárosítva lett, így sokkal könnyebb lett az abroncs struktúrája, aminek eredménye az alacsonyabb gördülési ellenállás!

- SmartEVO keverék a tapadásában és a sebességben fejlődött, köszönhetően az új Made In Italy gyártási folyamatoknak. Megnövekedett a kezelhetőség száraz és nedves körülmények között is!

- Az új TLR peremnek köszönhetően jobb a légtartása, illetve lehetővé teszi az újabb felnikkel való kompatibilitást is, amik megfelelnek az ETRTO és az ISO szabványoknak!



A **PIRELLI** kerékpároncsai elérhetőek a Kerékpár Szaküzletekben.

Forgalmazó: Patai-Szabó Kft

[www.pataibicaj.hu](http://www.pataibicaj.hu)

További tájékoztatás a

[www.pirelli.com](http://www.pirelli.com) oldalon található



**16%-kal alacsonyabb a gördülési ellenállása és 8%-kal könnyebb mint a P Zero TLR**

**Nagyobb sebesség, jobb kezelhetőség, jobb tapadás**

**Technikai összefoglaló:**

#### **1. Keverék**

A motorsportból származó tapasztalataikat felhasználva, összehoztuk a tapadást a sebességgel. Lehetővé teszi, hogy gyorsabb legyél ugyanaz a teljesítmény mellett.

#### **2. Struktúra**

A vékonyított gumirétegnek köszönhetően jobb lett a kezelhetőség, míg a kevlárosított réteg biztosítja a szükséges védelmet a külső behatások ellen.

Fejlesztett kezelhetőség és komfort hogy jobban uraljuk a kerékpárunkat.



# vittoria® RideArmor

## Kiváló defektállóság és tartósság

A RideArmor hosszú élettartamú és tartós.

Kiváló tapadású külső mind aszfalt és esős időjárási körülmény között.

Ezt a négyévszakos gumiabroncsot úgy fejlesztették ki, hogy

alkalmas egész éves edzésre bármilyen időjárási körülmények között.

Az eredmény egy valódi **PÁNCÉL**, amelyet arra terveztek, hogy megvédjen a leggyűlöletesebb ellenségétől: a defekttektől!



SILICA COMPOUND

NYLON CASING

SPEED	-----
SUPPLENESS	-----
MILEAGE	-----
LIGHTWEIGHT	-----
GRIP	-----
PROTECTION	-----

## Méretek



## Már Gravel kerékpárhoz is elérhető!



**Graphene + Silica 2C vegyület Gumi,** amelyet grafénnel fejlesztettek ki és silicával erősítettek meg négy vegyület keveréke. Minimális gördülési ellenállás és nagy tapadás, valamint megerősítés kapott az oldalfal vágások ellen.

**Kevlar®  
védőré-  
teg**

**Extra belső  
védőréteg**

**További réteg**  
az extra védelem  
biztosítására.

**100 TPI nylon  
defektvédelem**  
Megbízható,  
defektálló szalag.

**ArmorSkin oldalfali réteg**  
Az ArmorSkin oldalfalréteg  
tökéletes védelmet nyújt a  
vágás és a kopás ellen.



**A Vittoria termékei elérhetőek a Kerékpár  
Szaküzletekben.  
Forgalmazó: Patai Szabó Kft.  
[www.pataibicaj.hu](http://www.pataibicaj.hu)  
További tájékoztatás a  
<https://int.vittoria.com/> oldalon található.**

## Shimano Service Center – Tökéletes gondoskodás a kerékpárnak. Olyanoktól, akik a legjobban ismerik a bringádat.

A Shimano Service Center nem csupán szerviz – sokkal több annál. Olyan hely, ahol a legnagyobb szakértelemmel és törődéssel gondoskodunk a kerékpárodról. Miért? Mert nekünk a kerékpározás szenvedély, és az a célunk, hogy minden kilométert élvezni tudj!

A Shimano Service Center szerelői nem csak jól képzett szakemberek, hanem igazi nagykövetei a kerékpáros kultúrának. Számunkra a kerékpárod nem egyszerű jármű, hanem a mindennapi szabadság és kaland eszköze.

### Miért válassz egy Shimano Service Centert?



Amikor hozzánk fordulsz, biztos lehetsz benne, hogy a legfrissebb Shimano technológiákat használjuk, és kizárólag eredeti Shimano alkatrészekkel dolgozunk. Legyen szó kisebb javításról vagy átfogó karbantartásról, nálunk a kerékpárod mindig elsődleges figyelmet kap. Itt nem csupán javítunk, hanem valóban törődünk a bringáddal – ez az igazi különbség.

### Több, mint szerviz!

Amikor belépsz hozzánk, nem egy szokványos szervizbe érkezel. Nekünk a bringád épp olyan fontos, mint neked. Olyan szakemberek várnak, akik a kerékpárok iránti szenvedélyüket használják arra, hogy a Te bringád a legjobb legyen. Ha kérdésed van, szívesen megosztjuk veled a legújabb fejlesztéseket és technológiákat, hogy Te is mindig naprakész lehess.

### Indulj útnak magabiztosan!

A bringád megérdemli a legjobbat, és mi itt vagyunk, hogy ezt megadjuk neki. Akár rendszeres karbantartásra, akár egy gyors megoldásra van szükséged, mi mindenre felkészültünk. Fordulj hozzánk bizalommal, és mi gondoskodunk arról, hogy minden út biztonságos és élvezetes legyen.



**Mindig segítünk**



**Profik vagyunk**



**Közel vagyunk**

### Törődés, amit érezni fogsz minden pedálfordulatnál.

Lépj be hozzánk, és hagyd, hogy a bringád megkapja azt a figyelmet, amit megérdemel! Mert a bringádnak nincs titka előttünk!

Gyere be bármely Shimano Service Centerbe, és tapasztald meg a tökéletes gondoskodást!

### Hazai Shimano Service Centerek listája:

Biatorbágy:	TAK Bike 2051 Biatorbágy, Szabadság út 72.
Budapest:	Berguson 1035 Budapest, Vihar u. 12. BikeXpert 1097 Budapest, Vágóhíd u. 3. Bringaland 1071 Budapest, Dózsa György út 78. Canga15 1152 Budapest, Kossuth u. 6.
Dunaújváros:	Aquarius Bike 2400 Dunaújváros, Vasmű út 1.
Gödöllő:	ÁkosBike 2100 Gödöllő, Szilhat utca 39.
Győr:	GeorgeSport 9022 Győr, Szent István út 39.
Kiskunfélegyháza:	Nor-Bike 6100 Kiskunfélegyháza, Halasi út 2.
Mosonmagyaróvár:	Centeer-Bike 9200 Mosonmagyaróvár Flesch Károly utca 21/D földszint 2.
Nyíregyháza:	BringaSziget 4400 Nyíregyháza, Agyag utca 6.
Sopron:	MangoBike 9400 Sopron, Lackner Kristóf utca 10.
Szeged:	Lendület Kerékpár 6726 Szeged, Derkovits fasor 94.
Szentendre:	Balázs Kerékpárbolt 2000 Szentendre, Előd utca 2/a
Tát:	Zoli Kerékpár 2534 Tát, Árpád utca 22.



**WORLD  
CLASS  
BIKE  
SERVICE**

**Mindig melletted**

**SHIMANO**  
SERVICE CENTER

# VÁLASSZ. TERVEZZ. TEKERJ! – HOZD LÉTRE SAJÁT, EGYEDI CSAPATRUHÁDAT, AMIRŐL MINDIG IS ÁLMODTÁL, A MILREMO-VAL!

Engedd szabadjára a kreativitásod, és tervezz meg egy olyan csapatruhát, amely tökéletesen tükrözi a stílusod! Legyél akár kiskereskedő, cég vagy egy kerékpáros egyesület tagja, a MILREMO-nál mindenkinek lehetősége van arra, hogy egyedivé varázsolja ruházatát. Kiterjedt kollekciónk a legmagasabb minőséget és különleges dizájnt kínál országúti, MTB, triatlon felhasználásra, nőknek, férfiaknak és gyerekeknek egyaránt.

## ALKOSS KORLÁTOK NÉLKÜL!

A MILREMO-nál semmi sem szabhat határt a fantáziádnak. Számos tervezési opció közül választhatsz: letöltheted sablonjainkat és megvalósíthatod saját ötleteidet, vagy kérheted profi tervezőink segítségét, akik a Te elképzeléseid alapján készítik el a terveket. Küldd el nekünk a logóidat, a színeket és minden apró részletet – mi pedig megvalósítjuk az álmaidat, és elkészítjük a 3D-s látványtervet.



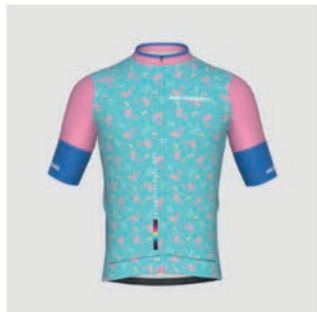
## MIÉRT VÁLASZD A MILREMO-T?

- Speciális kivitelek minden felhasználásra: ROAD, MTB, TRI és TT.
- Kényelmes szabás nőknek, férfiaknak és gyerekeknek.
- Részletes személyre szabhatóság: választhatsz szűkebb vagy lazább szabást, hosszabb lábat, egyedi zsebeket, és még sok más.
- Korlátlan tervezési lehetőségek: nincs kötelező logó, de akár fényvisszaverő vagy vasalt logókat is kérhetsz!
- Minőségi kiegészítők: kesztyűk, zoknik, aero kamáslik, és még sok egyéb.
- Rugalmasság minden rendelésben: az első rendelés már 10 darabtól, az utánrendelés bármikor lehetséges!



## MILREMO CUSTOM CYCLING CLOTHING – KERÉKPÁROSOKNAK KÉSZÜLT, KERÉKPÁROSOK ÁLTAL

A MILREMO nem csak ruházat, hanem élmény. A SHIMANO Europe számára készített, kerékpárosok által fejlesztett ruházatunk tökéletesen illeszkedik mindazok igényeihez, akik komolyan veszik a kerékpározást. Személyre szabott kerékpáros ruháink a legmagasabb minőséget és a legnagyobb kényelmet biztosítják, bármilyen stílus is képviselj. A MILREMO a kiváló minőségű termékeket és a kiváló szolgáltatást jelenti.



### HOZD KI A LEGTÖBBET KREATIVÁSODBÓL!

A tervezés nálunk művészet – és mi szívesen segítünk abban, hogy elképzeléseid valóra váljanak. Ha már megvan az ötleted, küldd el nekünk, és mi megtervezzük a személyre szabott ruhádat. Inspirációra vágysz? Látogass el weboldalunkra, és böngéssz a tervezési ötletek között, vagy próbáld ki az online konfigurátort, ahol magad is megtapasztalhatod a tervezés örömét. Kezdd el még ma a tervezést, és hozd létre álmaid csapatruháját a MILREMO-val!

# A Bendzso öltöztet



## Szerezd be a legjobb kerékpáros ruhákat minden szezonra!

Nem számít, hogy csak egyszer-egyszer ülsz nyeregbe novemberben, vagy egész télen tekersz; a megfelelő technikai ruházat elengedhetetlen egészséged, ízületed védelmében. Mi pedig tudjuk, hol kaphatsz meg mindent, amire csak szükséged lehet!

Korábbi cikkünkben már bemutattuk a Bendzso bringaboltot a Bocskai út 21. szám alatt, ahol az egyedi mezektől a technikai ruházaton át a kiegészítőig minden megtalálható. Bendzso szó szerint hihetetlen kínálatot zsúfolt be a kis üzlethelyiségbe, ráadásul maga is ízig-vérig bringás, akitől nyugodtan kérhetsz tanácsot vásárlás közben.

### 4 ok, amiért érdemes betérni Bendzsohoz:

#### 1. Folyamatosan bővül és fejlődik

Valami olyanra lenne szükséged, amit nem találtál meg a boltban? Garantáltan lesz belőle, mire legközelebb visszatérsz.

#### 2. Csak minőségi termékeket találsz

Mivel Bendzso maga is bringázik télen-nyáron (sőt, még a betegsége sem tarthatta vissza, hogy a kórházban görgözzön!), ezért tudja, mennyire fontos, hogy a ruházat valóban minőségi legyen. Magyar és külföldi gyártóktól egyaránt tart termékeket, például a Patai-Szabó Kft-től, Mavictól, Elastic Bikewear-től. Az pedig alap, hogy mindent személyesen tesztel, és csak azt találd meg a boltban, ami állta a sarat a mindennapokban.



#### 3. Nem kell kompromisszumokat kötnöd

Ismered az érzést, amikor egy technikai ruházat vagy strapabíró, vagy jól néz ki – de a kettő együtt lehetetlen? Bendzsónál igazán trendi darabokat találsz, amik jól mutatnak az instán is, ha érted, mire gondolunk.

#### 4. A lelkesedése ragadós

Mindegy, hogy egy kánikulai meleg napon, netán esős októberi délutánon, vagy egy hideg téli délelőtt térsz be hozzá, Bendzsóból úgy árad mindig az optimizmus és a bringák iránti szenvedély, hogy elkerülhetetlen, hogy mosolyogva gyere ki a boltból! Itt nem csak néhány cuccal lehetsz gazdagabb.



#### Benzso bringabolt

1114, Bocskai út 21

Nyitvatartás:

Hétfő, kedd: 13-19-ig, Szerda: 10-19-ig,

Csütörtök: 13-19-ig, Péntek: 10-19-ig.

# VOZZY

## BIKE & SNOW

Vozzy Bike & Snow  
Kerékpár és snowboard üzlet  
4026 Debrecen Bem tér 16  
VOZZY.HU

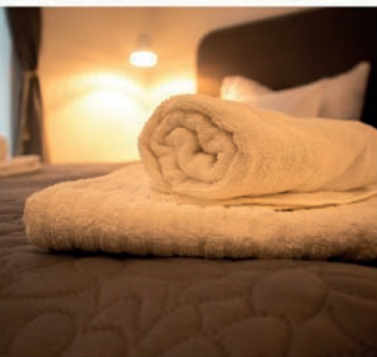


**PLAGE-ON**  
PANZIÓ

# RENDEZVÉNYTÉR A BALATON-PARTON

MODERN ÉS KÜLÖNLEGES,  
AZ ÖN IGÉNYEIRE SZABVA,  
AKÁR 50 FŐIG

SIÓFOK-EZÜSTPART  
SIRÁLY UTCA 8.



## PANZIÓNK JELLEMZŐI:

- NÉGYCSILLAGOS MINŐSÍTÉS
- 3000 NÉGYZETMÉTER A BALATON-PARTON
- KÉT SZINTEN 21 SZOBAEGYSÉG
- 50 FŐ FÉRŐHELY
- 2 RENDEZVÉNYTÉR
- PARKOLÁS
- FELSZERELT KONYHA-HASZNÁLAT VAGY
- CATERING

**PLAGE-ON PANZIÓ\*\*\*\***  
**WWW.PLAGEON.HU**

8600 Siófok, Sirály utca 8.  
Tel.: +3630 450 0706  
E-mail: [info@plageon.hu](mailto:info@plageon.hu)

# AZ AGYVÁLTÓK TERVSZERŰ MEGELŐZŐ KARBANTARTÁSÁRÓL

Az agyváltók egyre népszerűbbek a városi- és túrakerékpárosok körében, mivel megbízhatóan üzemeltetettől különböző időjárási körülmények között.

Ebben a cikkben bemutatjuk, milyen szervizigénnyel rendelkeznek, miért van szükség az új agyváltók bekapcsolására, mi történik egy szakszervizben, és mely karbantartási feladatok végezhetőek el otthon is.

Könnyű belátni, hogy négy évszakos városi használatra ezek a zárt erőátviteli rendszerek a legalkalmasabbak, felhasználói szemmel egyszerűbb a használatuk, fenntartásuk, beállításuk, mint a láncváltóknak, egyszerűen párosíthatók különféle középmotorokkal, sőt, ha egészen kis karbantartásigényű rendszerre volna igény, nem csak lánc-, hanem szíjhajtással is elérhetőek.

## Szerviz intervallumok

Az agyváltóknak jellemzően van valamilyen kötelező, vagy ajánlott szervizperiódusuk. A legtöbb modellnél a kezdeti, ún. bekapási időszak 1000-1500 km. Az ekkor esedékes szerviz a legfontosabb, amit elvégezhettünk rajta, mivel ilyenkor mossuk ki az agyváltóból a gyártási pontatlanságokból adódó, lekopott fémreszeléket, és ilyenkor kapja meg a váltó a működéséhez szükséges optimális mennyiségű kenőanyagot is. Ez a szerviz sokszor feltétele a garancia megtartásának is, tekintettel arra, hogy a bekopást segítő, egyes gyártók az optimálisnál kevesebb kenőanyaggal látják el a váltót. A bekopást követő szervizt követően így viszont már nem egy fémreszelékkel teli, elégtelen kenésű rendszert kell hajtani éveken keresztül, hanem a gyári előírás szerinti üzemi állapot élvezhető.

Az ezt követő karbantartási intervallumok jellemzően 2-5 ezer km, vagy 2-3 év között alakulnak, típustól és kenőanyagtól függően. A szervizfolyamatok elvégzésével kapcsolatban jellemzően célszerű a gyártó előírásait követni, és lehetőség szerint specializálódott szakszerviz segítségét igénybe venni.

## Mi történik egy szakszervizben?

Ha az agyváltó karbantartásra szorul, a legjobb döntés szakemberhez fordulni. A szakszervizben az agyváltó átvizsgálása, szét- és összeszerelése történik, hogy biztosítani lehessen annak zavartalan működését. A leggyakoribb műveletek a következők:

**1.Átvizsgálás:** Az agyváltót alaposan megvizsgáljuk. Ellenőrizzük, hogy a váltó megfelelően kapcsol-e, a váltókábel nincs-e lenyulva vagy megsérülve, illetve az agyváltó egyéb mechanikai alkatrészei nem mutatják-e kopás jeleit.

**2.Tisztítás:** Az agyváltót sok esetben teljesen szétszereljük, hogy elvégezhessük az összes alkatrész takarítását. A használatból eredő, olajszárral vegyes fémreszelék felhalmozódhat az agyváltó belsejében, és megnehezítheti annak működését. Rosszabb esetben por, víz, esetleg rozsda is előfordulhat az agyváltón belül, ha hosszú távon mostoha körülmények között használták. A tisztítás során speciális oldószereket és eszközöket használunk, hogy az alkatrészeket ne sértsük meg.

**3.Kenőanyag cseréje:** Takarítást követően mindig tiszta, új kenőanyaggal rakjuk össze az agyváltót. A kenőanyag típusa és viszkozitása modelltől függően változik. Az agyváltók zöme (jellemzően 9 sebességig) zsírkenésű, ezeknél a kenőanyag cseréje során a belső mechanizmust is szétszereljük és tisztítjuk. Az olajkenésű váltóknál ez nem minden esetben szükséges, szép állapotú váltóknál sokszor elég a gyártó által ajánlott mosófolyadék alapos átkengetése, vagy kétszeri olajcsere.

**4.Finomhangolás és beállítás:** Elvégezzük a váltó pontos beállítását. Ez az esetek nagy részében a váltókábel(ek) megfelelő feszítésével, beállításával, esetleg takarításával vagy cseréjével érhető el.



**5.Cserére szoruló alkatrészek:** Ha bármilyen alkatrész elhasználódott, a szakszervizben kicseréljük. Ezek lehetnek az agyváltó kopó alkatrészei, mint például a golyóskosarak, tömitések, rosszabb esetben fogaskerekek, kilincsek, egyéb mechanikai alkatrészek.

## Mely műveletek végezhetőek el otthon?

Bár a szakszervizben elvégezhető átvizsgálás, szét- és összeszerelés jellemzően otthon nem kivitelezhető, a felhasználók számos egyszerű karbantartási feladatot elvégezhetnek a saját agyváltójukon:

**1.A váltókábelek ellenőrzése és beállítása:** A váltókábelek nagy hőingás következtében, illetve az intenzív használatból megnyúlhatnak, illetve idővel be is szennyeződhetnek, ez pedig akadályozhatja a pontos váltást. A kábelek megfelelő beállítása, feszítése elvégezhető otthon is. Jellemzően minden váltónak van valamilyen beállítási indikátora: egy vagy két jel, amely(ek)nek a típusra jellemző beállítási sebességekben a megfelelő pozícióban kell lennie. Ez modellenként eltérő, de az egyes típusokhoz elérhető ábrák és utasítások a gyártók weboldalain, valamint a mi honlapunkon is. A hosszú távú zökkenőmentes működéshez elengedhetetlen a beállítási időnkénti ellenőrzése.

**2.Olajcsere:** Egyes olajkenésű agyváltók esetében az olajcsere otthon is elvégezhető, amennyiben a felhasználó rendelkezik a megfelelő eszközökkel. Ehhez a művelethez jellemzően még a kerék kiszerelésére sincs szükség.

**3.A kerékpár tisztítása és tisztán tartása:** Az agyváltó külső tisztítása, valamint a kapcsolódó alkatrészek, például a lánc és lánckerék tisztítása egyszerű feladat, ami otthon is elvégezhető. Fontos, hogy kerülni kell a nagy nyomású vízzel, illetve gőzzel operáló tisztító eszközöket. Különösen az agyváltó csapágyai, porvédői környékén érdemes fokozott óvatossággal takarítani a kerékpárt, hogy a belső mechanika semmiképp ne kaphasson vizet.

A megfelelő karbantartás alapvető fontosságú az agyváltó hosszú távú megbízhatósága és teljesítménye szempontjából. Míg a szakszervizben végzett átvizsgálás, belső tisztítás, kenőanyagcsere és beállítás elengedhetetlen, a felhasználók otthoni karbantartási feladatokkal, mint az időnkénti finomhangolás, a külső alkatrészek tisztítása, valamint olajkenésű váltók esetén az olajcsere, könnyen hozzájárulhatnak az agyváltójuk hosszú élettartamához.

További részletes segédanyagok és még sok más érdekesség elérhető itt:



# agyvalto.hu

kerékgagybeszét és kerékpárpszichológia

# A TELJES ÉLMÉNYÉ A JÖVŐ

## Etyeki e-bike programok és csapatépítő bringázások

Interjú Takács Tamással, a Ridehard.hu alapítójával

Néhány évvel ezelőtt még újdonságnak számítottak a vezetett pedelec túrák, melyek során az „e-bike szüzek” is kipróbálhatták, hogy a nyomatékszenzoros elektromos rásegítéses kerékpárok 100%-os bringás élményt adnak, sőt, annál is többet... Mára azonban, akiket megfogott a pedelec-feeling, beszerezték saját maguknak az e-bike-ot. A szolgáltatóknak ezért többet kell kínálni egy hétköznapi túránál, többek között erről is kérdeztük Takács Tamást, aki a Ridehard.hu csapatával kerékpáros programokat szervez a Rókusfalvy Etyekkel együttműködve.

**Várnagy László:** Milyen ma, 2025-ben egy jó kerékpáros program?

**Takács Tamás:** Az mindig attól függ, kinek állítjuk össze. Másra vágyik egy rendszeresen bringázó baráti társaság, illetve egy 30 fős céges csapat. Utóbbiban biztos akadnak ketten-hárman, akik diákkorukban kerékpároztak utoljára, és biztosan lesznek olyanok is, akik napi szinten sportolnak a többmilliós országúti kerékpárjukkal. Persze nem csak privát eseményeknél lehet személyre, vagy társaságra szabni





a programot. Egy meghirdetett bringatúrán is fel lehet mérni az elején a társaságot és ennek megfelelően módosítani a távot, útvonalat, tempót...

Vannak azonban olyan elemei a programnak, ahol nem érdemes kompromisszumot kötni. Szükség van például egy kiváló helyszínre, ami minden szempontból alkalmas kerékpártúrázásra, kezdőknek és haladóknak. Etyek környéke ilyen. A helyszín a bázist is jelenti egyben, illetve a lokációt, mennyire jól megközelíthető, akár országos szinten nézve. Fontos a szervezők, túravezetők felkészültsége, hozzáállása, kisugárzása, ezen rengeteg múlik az esemény hangulata szempontjából. Hogy hazabeszélek, a ridehard.hu csapatában szinte mindenki volt versenyző, vagy megszállott bringás, mindent tudnak a kerékpározásról és a kerékpárokról, tapasztaltak az abszolút kezdő bringásokkal, de a sportolókkal is. Senkinek nem ez a főállása, van mérnök, marketinges, kereskedelembe dolgozó, vagyis pont olyan emberek, mint általában a vendégeink, ez megalapozza a közvetlen hangulatot. Ezen kívül nagyon fontos a jó kerékpár, hogy élmény legyen a kapcsolódás a technikai eszközzel. 2025-re mi új Bianchi e-mountain bike-okkal frissítünk a forgalmazó Bringaland Kerékpárüzlet jóvoltából, ezek a megjelenésükben is top kerékpárok a felső tízezer igényeit is maximálisan kielégítik.



S végül, de nem utolsósorban szerintem ma, 2025-ben nagyon fontosak a kapcsolt kiegészítő programok. Álljunk meg a túra során egy jó kávéra (vagy indítsuk már ezzel a túrát), fűzzük fel az útvonalat olyan helyszínekre, ahol jó fotók készíthetők, beszéljünk a helyi látványosságokról. A túra végén gondoskodjunk kulturált körülmények között egy frissítőről, legyen lehetőség egy jó ebédre ésatöbbit...

**V. L.:** *Említetted az együttműködést a Rókusfalvy Etyekkel, ilyen lehet a megfelelő bázis?*

**T. T.:** Abszolút. A Rókusfalvy Birtok nagyon jól megközelíthető, nagy parkolóval, hangulatos környezettel. Ezen kívül egy ismert esküvői és rendezvényhelyszín a fővároshoz közel, az itt dolgozóknak óriási rutinjuk van bármilyen rendezvény lebonyolításában. A csapatépítő programokhoz is hangulatos háttérrel biztosít, jó borokkal, borkóstolókkal. A Fogadóban különböző ízvilágú ételek rendelhetőek, így biztosan mindenki talál kedvérevalót. A szálláslehetőség is adott, hiszen a Rókusfalvy Borhotel a környék egyetlen 4 csillagos szálláshelye. Ha valaki a túra végén csak egy kávéfogyaszt el a Pincéhez tartozó teraszon, a gyönyörű kilátással még az is más élmény, mint bárhol máshol, egy átlagos kölcsönző szomszédságában.

**V. L.:** *Ha bemutattuk a bázist, szólnál pár szót Etyekről és a kerékpáros lehetőségekről is?*

**T. T.:** Szerintem Budapest közelében a Dunapart és a Pilis mellett Etyek környéke az egyik legszebb helyszín. Kerékpáros programokhoz egyenesen a legalkalmasabb, több szempontból is. Azon túl, hogy szép és hangulatos, kis területen belül változatos. Választhatunk javarészt sík, de emelkedőkkel tűzdelt útvonalat is. Bár az emelkedőket az e-bike már kisimítja, ha megfelelő üzemmódban használjuk. A kerékpáros lehetőségeket természetesen meghatározza a pár éve frissen aszfaltozott Budapest-Balaton kerékpárút, azaz a BuBa. Etyek közelében sokféle kisebb-nagyobb kört lehet megtenni erre alapozva. A körök közös jellemzője, hogy csak nagyon minimális távon találkoznak autóforgalommal, mondjuk egy 20 kilométeres körben csak 1 kilométeren. A BuBa kombinálható terepszakaszokkal, de ezek sem igényelnek komolyabb bringás tudást, akár gravel bike-kal is abszolválhatók. Egy mondatban összefoglalva kezdők és profik is megtalálhatják ezen a környéken a számításukat.



**V. L.:** *Köszönjük a sok hasznos információt, ha bárki kedvet kapott etyeki bringás programokhoz, hol talál meg titeket?*

**T. T.:** Mi is köszönjük a lehetőséget, keressétek eseményeinket a ridehard.hu facebook oldalán, de közvetlenül is szívesen állok rendelkezésre csapatépítő és egyéb programokkal kapcsolatban a +36703134535 telefonszámon, vagy a [tamas@ridehard.hu](mailto:tamas@ridehard.hu) emailcímen.

Impresszum: Bringás.hu magazin  
Lapunkat megtalálja az Országos Széchenyi könyvtárban is.  
<https://epa.oszk.hu/04000/04034>

ISSN 3003-9649

Főszerkesztő: Ifj. Várnagy László  
Olvasószerkesztő: Kabai Eszter, Tördelő: Kovács János

Honlap, Facebook karbantartója: Sztakó Tamás  
Elérhetőség: [possumkft@gmail.com](mailto:possumkft@gmail.com)  
Kiadja a Bringás.hu és a Possum Kft.

Készült a Possum Kft. gondozásában  
Felelős vezető: Várnagy László  
Telefon: +36-209-345-318  
[possumkft@gmail.com](mailto:possumkft@gmail.com)



# Hogyan válassz gravel bringát?

Pár lapszámmal ezelőtt már írtunk a gravel trendről és bringákról, így ebben a cikkben már nem térünk ki arra, kinek és miért érdemes egy gravel bringa mellett letennie a voksát, inkább azoknak próbálunk mankót nyújtani a választásban, akikben már megszületett a döntés.

Sokan pont fordított irányból közelítik meg a kérdést, mint ahogy érdemes volna, azaz kiválasztanak egy márkát, amit ismernek, szeretnek, vagy csak a haver javasolta, és annak a kínálatából próbálnak választani, sokszor erős kompromisszumokat vállalva, hiszen lehet, hogy az adott márka nem is gyárt olyan modellt, ami az igényeiket kielégítené. Ezzel pont ellenkezőleg a legfontosabb, hogy a felhasználási területet válasszuk ki, utána a vázanyagot, hajtást és ezután nézzük meg, hogy mely márkák kínálnak olyan gépet, ami ezeknek a paramétereknek megfelel.

## Allroad

Gyakorlatilag egy öszvér kategória, azokat célozza, akik országútitásra, és könnyű gravelezésre is használnák a bringát, vagy valójában nem graveleznének, csak annyi a töredezett, rossz aszfalt a környezetükben (válljuk be, ez Magyarország felére igaz), ahol országúttal lassabban lehetne haladni, akkor is minden tekerés felérne egy vesekő-lerázó terápiával. Az allroad gépek többségében már befér egy 40-42 mm-es gravel gumi, de a geometriájuk még inkább az endurance országúti bringákéval egyezik meg. Majdnem minden ilyen gépen dupla hajtást találunk.



## Gravel Race

Az egynapos gravel versenyekre, azaz a UCI Gravel szakágára kihegyezett teljesítménycentrikus gépek. Maximálisan súlycentrikusak, könnyű váz, könnyű kerékszett, 1x hajtás, de ma már komolyan rámennek ezeknek a bringáknak az aero teljesítményére is. A geometria és az ülőpozíció is agresszív, sportos, táskafelszereléshez inzeretek nem igazán vannak, az árcímke viszont erős: 1,6 millió körül indulnak.



## Gravel – azaz általános felhasználás

Amire a legtöbb gyártó lő, azaz azok a gépek, amik semmire nincsenek igazán kihegyezve, azaz semmiben sem remekelnek, de mindenre alkalmasak. A mainstream bringagyártók többsége csak ilyen gépeket épít. A geometriájuk kevésbé agresszív, az ülőpozíció is kicsit kényelmesebb, de még mindig elég sportos. A vázon és a villán is találunk rögzítőszemeket táskák, csomagtartók, kulacstartók felszerelésére. Létezik acél, alu, karbon és titánvázal is, szimpla, vagy dupla hajtással, mechanikus és hidraulikus tárcsafékkal is, ennek megfelelően a középkeletől a high-endig bármit választhatunk, amit a pénztárcánk és az igényeink engednek.

## Bikepacking

Kimondottan málházott túrákra tervezve. Főleg kis manufaktúrák szolgálják ki ezt a kategóriát, ennek ellenére a választék elég széles. Ezek a bringák kimondottan komfortos és felmálházza is stabil geometriával készülnek, nem kimondottan gyors tempóra, de hosszú távokra, akár úttalan utakon Ázsia mélyén. A vázanyag legtöbbször acél, mert strapabíró és egy pakisztáni műhely is meg tudja javítani. A hajtás változatos, az 1x, 2x láncváltós rendszerek mellett kimondottan népszerűek az



agyváltók és a gearboxok. Természetesen nem csak világméretű utakra alkalmas, bátran választható európai kalandozásokra is, ha egy kényelmes málháslovat keresel.

## E-gravel

Mert ma már mindenből van elektromos, hát ebből is. Elsősorban egynapos rekreációs tekerésekre tervezik őket. Azt érdemes szem előtt tartani, hogy a sportos gravel tekerések nagy részén 25 km/h felett halad az ember, azaz az e-gravel rásegítési határa felett. Tehát ezeken a szakaszon ez csak egy nehéz bringa. Olyanoknak javasolt, akiknek gondjaik vannak az emelkedőkkel, akik egészségügyi problémája miatt nem tudnak nagyobb erőt kifejteni, vagy olyan

Folytatás a következő oldalon.

## Folytatás az előző oldalról

helyen laknak, ahol a rásegítést nem csak a tekerés 1 százalékában tudják használni, pl: az Alpokban, vagy a Dolomitokban.

előnyösebb választás. Egyrészt könnyebben tisztán tartható, de a tisztaság menet közben is sokat számít: ragadós sárban pl. az első váltó egy sárgyújtó, ami a láncot és a lánc tányérokat is egy merő retekfolyammá változtatja, ahol a lánccsapok és görgők között és lánckerekek és a lánc között



## Milyen hajtás/váltás mellett tedd le a voksod?

Bár a trend egyre inkább az 1x, azaz a szimpla tányéros rendszerek irányába mutat, jelenleg még mindig van létjogosultsága a 2x rendszereknek is. A dupla tányéros hajtások előnye, hogy kisebbek az ugrások a fokozatok között, így soha nem érezzük, hogy most épp a 2 fokozat között lenne jó tekerni. Persze a fokozatszámok növekedésével az 1x rendszerekben is csökkennek az ugrások, de még mindig nem értük el azt a szintet, amit a 2x rendszerek tudnak. Ez terepen sokkal kevésbé lényeges, ott nagyon ritka, hogy az ember ne találna meg a megfelelő fokozatot. Ebből következik, hogy 2x rendszert azoknak érdemes választaniuk, akik sokat menének a bringával országúton, azaz az allroad felhasználóknak és akik vegyes felhasználásra keresnek gravelt. Akinél a terephasználat a fő cél, annak a szimpla hajtás

his homokszemcsék végzik áldásos munkájukat amellet, hogy sokkal lassabb is lesz a tőle. Emellet az 1x rendszer könnyebb, és gyakorlatilag nullára redukálja annak az esélyét, hogy egy terhelés alatti első váltásnál elszakítsd a láncod, vagy feltekerd a váz és a tányér közé. A narrow-wide tányérok használata miatt a lánccsapokkal sem kell számolni.

## Elektromos, vagy mechanikus?

Ha Ázsiába készülsz úgy, hogy napokig nem érsz civilizáció közelébe, természetesen mechanikus. Minden más esetben a döntés a tied. Sem a Di2, sem az AXS rendszerek nem igényelnek túl gyakori töltést és mindkettő megbízhatóan működik saras, vizes körülmények között is. Az AXS lévén teljesen wireless egyszerűbben szerelhető.

Kaposi Zoltán



AJÁNDÉK  
KUPON  
EBIKE.HU

# AJÁNDÉK KUPON

Paratlan rakárkészlet  
Akár aznapi szállítás\*

VÁRTSD BE MOST

Ingyenes kiszállítás\*

Állandó akciók  
30 napos eladási lemorogás



## 10% EXTRA kedvezmény

egyszeri vásárlásra bármilyen termékre

[www.ebike.hu](http://www.ebike.hu)



GIRO



LIVE FOR  
**THIS**

ECLIPSE SPHERICAL HELMET



# DISC BRAKE PADS

### Elite Cooling

- Great for professional use
- Works perfect under high temperature influence
- Aluminum fins and steel backing plate

### Pro E-Bike

- Great for E-Cycle Riders
- Works in all conditions
- Steel backing plate

### Pro Extreme Sintered

- Great for performance riders & racers
- Works perfect in wet & dry conditions
- Steel backing plate

### Pro Semi-Metallic

- Great for performance riders
- Works in all conditions
- Lightweight backing plate

### Sport Semi-Metallic

- Great for advanced riders
- Works in all conditions
- Steel backing plate

### Sport Organic

- Great for everyday use
- Works in dry conditions
- Steel backing plate

## ELITE COOLING

### Shimano®

#### Brake Model

Dura Ace RS270, RS170, Ulgravo RS170, RS670, GXK RS810



Pair  
● DCA804

XTR M9120, Deore XT M9120, SLX M7120



Pair  
● DCA805

XTR M9020, M9020, M987, M987, Deore XT M9100, M9100, M798, SLX M7100, M7100, M711, M909, Deore M8000, M810, Alfine S100, Road-CX R5768, R768



Pair  
● DCA885

### Magura®

#### Brake Model

M75 SL, M75 Pro, M74, M74, M74e, M74 Pro Mount, MT Trail (Pro)



Pair  
● DCA887

### SRAM®

#### Brake Model

Code R9C (A1), Code R (B1)



Pair  
● DCA809

Red eTap AXS HRD, Force eTap AXS HRD, Road eTap AXS HRD



Pair  
● DCA879

G2 Ultimate, G2 R9C, G2 RL, G2 RL



Pair  
● DCA898A

Guide Ultimate, Guide R9C (B1), Guide R9 (B1), Guide R (B1)



Pair  
● DCA896

Road 22 (B1), Force 22 (A1), Force 22 (A1), Road 22 (A1), Road 1 (A1), Apex 1 (A1)



Pair  
● DCA899

### Shimano®

#### Brake Model

XTR M9100, Dura Ace RS270, RS170, Ulgravo RS170, RS670, 100-10730, Tiagra 4770, GRX RS010, RS400, Tiagra CS 4050, RS020, RS400, RS020, Mafuco US000



Pair  
● DCA804  
● DCA504  
● DCA102  
● DCA004  
● DCA704

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD2006  
● BWD704

XTR M9120, Saint M9020, M9020, Deore XT M9100, M9100, SLX M7100, ZEE M640, Non-Series M7020, M7420



Pair  
● DCA805  
● DCA305  
● DCA005  
● DCA705

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD2005  
● BWD705

Deore LX T915, Deore T915, M1020, M1010, M1015-LA, Alfine M9000, Aurora M9000, Neave C901, CS11, Tourney T1000, Non-Series M7000, M7400, M7200, M721, M800, M801, M810, M811, M812, M813, M814, M815, M816, M817, M818, M819, M820, M821, M822, M823, M824, M825, M826, M827, M828, M829, M830, M831, M832, M833, M834, M835, M836, M837, M838, M839, M840, M841, M842, M843, M844, M845, M846, M847, M848, M849, M850, M851, M852, M853, M854



Pair  
● DCA816  
● DCA016  
● DCA716

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD2001  
● BWD716

XTR M9120, M9060, M9060, Saint M9020, Deore XT M7710, M7710, M7110, SLX M6020, Deore LX T900, M900, Home Mount, Deore M900, M900, M900, Alfine S001, S002, Non-Series T900, R900, M945



Pair  
● DCA027

XTR M9020, M9000, M987, M987, Deore XT M9100, M9100, M798, SLX M7100, M7100, M711, M909, Deore M8000, M810, M811, M812, M813, R911, R915, R917, R919



Pair  
● DCA885  
● DCA585  
● DCA084  
● DCA085  
● DCA785

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD2003  
● BWD703  
● BWD709

### SRAM® / Avid®

#### Brake Model

Code Ultimate Stealth (C1), Code Silver Stealth (C1), Code R9C (A1), Code R (B1), Code 2011-2016 (G2 RL, Guide R9C, D88)



Pair  
● DCA885  
● DCA509  
● DCA009  
● DCA709

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD1005  
● BWD709

Avid 887, All July Models



Pair  
● DCA564  
● DCA064  
● DCA764

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD1003  
● BWD764

Avid 885



Pair  
● DCA065  
● DCA765

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD1001  
● BWD765

Level Ultimate Stealth 3P (C1), Level Silver Stealth 3P (C1), Level Ultimate (B1), Level TLM (B1), Level TL, Level L, Level L, Road eTap AXS HRD 2-Phase (2019-), Force eTap AXS HRD, Road eTap AXS HRD



Pair  
● DCA879  
● DCA579  
● DCA079  
● DCA779

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD1002  
● BWD779

G2 Ultimate, G2 R9C, G2 RL, G2 RL, Guide Ultimate, Guide R9C, Guide RL, Guide R, Level Ultimate Stealth 4P (C1), Level Silver Stealth 4P (C1), Trail



Pair  
● DCA898  
● DCA598  
● DCA100  
● DCA098  
● DCA798

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD1004  
● BWD798

Road eTap AXS HRD Monoblock (2018), Road eTap HRD (2018-2019), Road 22 (B1), Force 22, Force 1 (C1), Road 22 Apex 1, Level Ultimate (A1), Level TLM (A1), SR00 HRD, SR10 (B1)



Pair  
● DCA599  
● DCA101  
● DCA099  
● DCA799

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD1005  
● BWD799

### Formula®

#### Brake Model

R18, R1, C1, GR1, T18, T1, R08, R0, Cura, Cura X



Pair  
● DCA598  
● DCA081  
● DCA080  
● DCA780

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD4001  
● BWD780

010



Pair  
● DCA063

### Hayes®

#### Brake Model

HFX-Mag, HFX-0, M91



Pair  
● DCA001

Dimension A2, Dimension T2



Pair  
● DCA011

Dimension A4, Dimension T4



Pair  
● DCA017

Solo, MX2, MX3, MX4, MX5, CX3



Pair  
● DCA052

Stroker Trail, Stroker Carbon, Stroker Gram



Pair  
● DCA073

Dyno, Stroker Flyde



Pair  
● DCA076

### Magura®

#### Brake Model

M75 SL, M75 Pro, M74, M74, M74e, M74 Pro Mount, MT Trail (Pro), MT Trail Sport (Pro), M74, M74, M74, M74e, M75, MT Sport, MT CX, MT CX 4 FM



Pair  
● DCA887  
● DCA087  
● DCA087  
● DCA787

M77 Pro, M77, MT Trail SL (Pro), MT Trail Sport (Pro), M74, M74e, MT CX



Pair  
● DCA806  
● DCA006  
● DCA706

### Riderever®

#### Brake Model

T18s, Attack-0 (FM), Attack-4 (FM), MCK-2 (FM), MCK-1 (FM)



Pair  
● DCA804  
● DCA504  
● DCA102  
● DCA004  
● DCA704

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD2006  
● BWD704

Cargo-X, Attack-XE, Attack-XR, Attack-XX, Attack-XX



Pair  
● DCA805  
● DCA505  
● DCA005  
● DCA705

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD2005  
● BWD705

Cargo-D, ARIC 2-F, 2-F-U, Attack 6-F-U, MCK-2-1 (FM), MTK1



Pair  
● DCA885  
● DCA585  
● DCA084  
● DCA085  
● DCA785

#### Bulk Box (25 Pairs)

● BWD2003  
● BWD785

### 5mm Pads

#### Brake Model

Tekro: HD-E745, HD-T745, HD-E744, HD-T744, HD-E746, HD-T746, HD-T737



Pair  
● DCA705

Riderever: Attack-XTE, Cargo-XT



# ISMERD MEG A BIKEXPERTET



LÁTOGASON EL ÖN IS A BIKEXPERT VADONAT ÚJ ÜZLETÉBE ÉS VÁLOGASSON PRÉMIUM MINŐSÉGŰ KERÉKPÁROK, E-BIKE-OK, KIEGÉSZÍTŐK ÉS RUHÁZATOK KÖZÖTT.



A Bikexpert több éve meghatározó szereplője a hazai kerékpáros piacnak, pár hónapja pedig egy új, még nagyobb és még modernebb üzletben várja a kerékpározás kedvelőit. Az új helyszínen még több hely és termék áll rendelkezésre, így mindenki megtalálhatja az igényeinek megfelelő kerékpárt, e-bike-ot és kiegészítőket, legyen szó hobbi- vagy profi sportolóról.

## MIT TALÁLSZ A BIKEXPERTNÉL?

A széles választékban szerepelnek a legújabb országúti, gravel és mountain bike modellek elektromos és analóg változatban, amelyek a legkorszerűbb technológiákat képviselik, így a vásárlók hosszú távon élvezhetik a minőségi termékek előnyeit. A kiegészítők és alkatrészek között is bőséges a kínálat, a kerékpáros ruházattól a védőfelszereléseken át az olyan praktikus kellékekig, mint a telefontartók vagy a szerszámkészletek.

Az üzletben minden korosztály és stílus kedvelője megtalálja a számára tökéletes termékeket.

Az új üzlet kialakításakor nagy figyelmet fordítottak a vásárlói élmény fokozására: a tágas elrendezés, a modern belső dizájn és a professzionális tanácsadás mind azt szolgálják, hogy a látogatók kényelmesen, átlátható környezetben és könnyedén válogathassanak.

A Bikexpert csapata elkötelezett a vevők elégedettsége iránt, és örömmel segítenek minden érdeklődőnek a megfelelő termék kiválasztásában, legyen szó első kerékpárvásárlókról vagy tapasztalt bringásokról.



Az új üzlet kialakításakor nagy figyelmet fordítottak a vásárlói élmény fokozására: a tágas elrendezés, a modern belső dizájn és a professzionális tanácsadás mind azt szolgálják, hogy a látogatók kényelmesen, átlátható környezetben és könnyedén válogathassanak. A Bikexpert csapata elkötelezett a vevők elégedettsége iránt, és örömmel segítenek minden érdeklődőnek a megfelelő termék kiválasztásában, legyen szó első kerékpárvásárlókról vagy tapasztalt bringásokról.



Az üzletben rendszeresen frissítik a készletet, követve a legújabb trendeket és innovációkat, így a vásárlók mindig megtalálhatják a piac legfrissebb termékeit. A cél az, hogy minden érdeklődő olyan kerékpárt és felszerelést kapjon, amely hosszú távon is megbízható és élvezetes bringázási élményt nyújt.

Ismerje meg a Bikexpert üzletét, és fedezze fel a kerékpáros világ legfrissebb újdonságait egy olyan környezetben, ahol a minőség és a vásárlói élmény mindig az első helyen áll!





**MONSTER**  
ENERGY



MONSTER  
ENERGY



**ZOZO KEMPF**



**KEVIN PISKOLTY**



**Unleash  
the Beast!**

[MONSTERENERGY.COM](http://MONSTERENERGY.COM)

reginabicikli@gmail.com

Debrecen,  
Füredi út 64.



**corelli** 

# Corelli Snoop 5.3

## Sportos megjelenés a hétköznapokra

A Corelli Snoop széria hazánkban futó jelenlegi zászlóshajója meglepő tanulsággal szolgált számunkra: egy alapszintű 29er bringa is lehet jól használható, élményekkel gazdagító gép – főleg ilyen jó áron! Igen, fura lehetne - a mostani piaci árakhoz képest, 29"-es montik kínálatában olcsónak számító bicaj – nagy szavakat használni, de első nekifutásra nézzük a száraz tényeket:

- Masszív, tetszetős váz
- Kiblokkolható/állítható teleszkóp
- Hidraulikus tárcsafékrendszer
- Aero profilos felnik terepmentés gumikkal

VÁZ: Jelen esetben is sikerült egy szép profilokból összeállított, kimondottan stabil vázát építeni, az igényes küllemet pedig kiemelik a lakk alatti matricák. A fejcső integrált kormánycsapágyat rejt, a villapapucskok masszívak, merevítések a szükséges helyeken, a tárcsafékek stabil konzol jutott.



VILLA: A Corelli saját gyártású teleszkópja állítható, kiblokkolható (manuális lock-out) FÉK: A Corelli sajátmárkás terméke, így Dacron néven fut ez az ásványi olajos hidraulikus tárcsafék. Határozott, stabil nyomáspont, meglepően jó fékerő, igényes kiállítású fém fékkarok, kulturáltan megmunkált féktestek. A jól bevált IS/PM konzolos kialakítás, hibátlanul beállítható, tudja, amit kell, még többet is.

HAJTÁS/VÁLTÁS: Megbízható 21 sebességes rendszer. Shimano hátsó váltó, fékváltókkal kombinálva az egyszerű használhatóság kedvéért.

Összeségében egy jól használható, megbízható bringát kaptunk megfizethető áron.

Látogasson el weboldalunkra, tekintse meg kínálatunkat: [www.kereparwebshop.eu](http://www.kereparwebshop.eu)

