

BonDia

EL PRIMER DIARI GRATUÏT I INDEPENDENT

ESPECIALS / JULIOL 2022



Mercedes-Benz



**MOUNTAIN BIKE
WORLD CUP**

VALLNORD PAL ARINSAL | ANDORRA

POOL PARTY

DEEJAY

KOROL
LOVA

FESTA ESPECIAL
UCI MTB WORLD CUP

DIVENDRES 15
DE 17 A 22 H



ENTRADES
DISPONIBLES
AL QR
O TAQUILLA

Aqualounge
POOL CLUB

AnyósPark
The Mountain & Wellness Resort

EDITORIAL

I ja són vuit edicions



Vuit edicions ja. La Copa del Món UCI de BTT Vallnord-Pal Arinsal es torna a disputar en territori andorrà després de l'aturada obligada per la pandèmia. Del 12 al 17 de juliol es donaran cita els bikers més importants del món i s'instal·laran a la Massana amb l'objectiu de disputar-se les primeres places internacionals en les modalitats d'XCO (cross country), XCC (short track) i DHI (descens). Tot començarà amb els entrenaments, les classificatòries i les finals. La primera prova tindrà lloc el 15 de juliol amb el short track. Una competició de 30 minuts d'un quilòmetre en la qual prendran part els 40 millors bikers del món. Després serà el torn dels entrenaments i les rondes classificatòries que donaran accés a les finals del dissabte 16 de juliol. Aquí competirà l'únic andorrà en categoria elit: Àlex Iscla. El jove Arnau Graslaub es va lesionar i no podrà representar el país a casa seva. Per acabar, tindrà lloc el cross country, amb bikers de renom i amb la participació destacada de l'andalús David Valero o la madrilenya Rocío 'Dinamita' del Alba.

Després de dos anys torna la Copa del Món de BTT i ho farà amb un nou circuit de descens, activitats per a tots els aficionats i amb dues edicions ja confirmades més: la del 2023 i el Campionat del Món del 2024. En total, 805 participants procedents de 47 països i més de 700 col·laboradors entre treballadors, voluntaris i externs.

Les proves de short track i cross country mantindran el circuit original tot i alguns petits retocs. Això sí, la gran novetat serà el recorregut de descens. La prova, que anava del pàrquing de Pal al Prat de la Ribera, a la Massana, es traslladarà íntegrament a Pal, a la zona del Cubil. La sortida estarà ubicada al pic del Cubil amb un recorregut de 2,1 quilòmetres fins a arribar al remuntador de Cubil, on hi haurà una zona habilitada per a espectadors i per al pàdoc tècnic i el centre mèdic. Una bona col·lecció dels millors bikers del món que els organitzadors pronostiquen que deixarà al país cinc milions de retorn. Vallnord-Pal Arinsal, una estació de Copes del Món i de Campionats del Món de les dues rodes tot terreny.

SUMARI

► 04 i 06

ENTREVISTA A DAVID VALERO

El 'biker' del BH Templo Cafés UCC de Carlos Coloma coneix força bé el circuit de 'cross country'. Arriba després d'imposar-se a la SuperCup Massi XCO disputada a Vallnord.



► 08 i 10

ENTREVISTA A ÀLEX ISCLA

Ell serà l'únic representant andorrà a la Copa del Món de BTT i disputarà la prova de descens després de la lesió d'Arnau Graslaub. Buscarà donar la sorpresa.



► 11 i 12

ENTREVISTA A ARNAU GRASLAUB

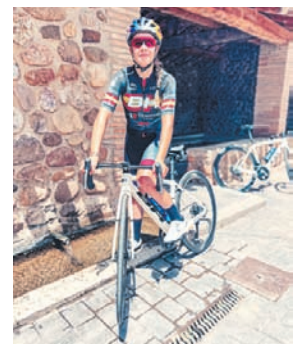
El jove 'biker' andorrà es va lesionar al Campionat d'Europa de BTT de Maribor i no competirà a la Copa del Món de 'casa'. Això sí, espera estar en la pròxima.



► 14 i 15

ENTREVISTA A ROCÍO 'DINAMITA'

La madrilenya és campiona d'Espanya de BTT en 'cross country' i vol treure's l'espina d'una mala temporada amb dos positius per Covid-19 i mals resultats.



► 16 i 17

ELS TOP 5 DE LA COPA DEL MÓN DE BTT

► 18 i 19

LA COPA CATALANA, L'AVANTSALA



► 20

REPORTATGE DE VOLUNTARIS

Elsy Benítez i Josep Morat, una parella de voluntaris que tenen el verb 'ajudar' com a punt de partida. De fet, ell és el més veterà dels voluntaris.

► 21

ENTREVISTA A MAX COMMENÇAL, FUNDADOR DE COMMENÇAL.

Dissenya les bicicletes per a campions del món de BTT i d'altres que busquen aquest objectiu. Les seves 'bicis' viatgen per tot el món.



LA VEU DEL POBLE, SA PRESIDENT Ferran Naudi d'Areny-Plandolit GERENT Ricard Vallès

ESPECIALS BONDIA DIRECCIÓ Andrés Luengo CAP DE REDACCIÓ Meritxell Prat REDACCIÓ Víctor Duaso

CORRECCIÓ Mercè Aznar MAQUETACIÓ Lúcia Jo, Soraya Borlido, Reinaldo Márquez

COMERCIAL I ADMINISTRACIÓ Joan Nogueira, Xavier Farran, Virgínia Yáñez DISTRIBUCIÓ Premsa distribució

IMPRESSIÓ Imprintsa. Baixada del Molí, 5. Andorra la Vella. Telèfon: 80 88 88 | www.bondia.ad

ENTREVISTA A DAVID VALERO, 'BIKER' DEL BH TEMPLO CAFÉS UCC

TWITTER



David Valero, 'biker' del BH Templo Cafés UCC, competirà en la prova de 'cross country' en un circuit que coneix a la perfecció, i més després de vèncer en la SuperCup Massi.

“La Copa del Món de Vallnord-Pal Arinsal per a mi és la prova de casa”

El 'biker' de Baza (Granada), del BH TEMPLO CAFÉS UCC de Carlos Coloma, es va imposar a la SuperCup Massi XCO que es va celebrar al juny a Vallnord-Pal Arinsal. Als seus 33 anys i una medalla de bronze olímpica buscarà la victòria en un territori que coneix a la perfecció i on va debutar el 2013.

De les quatre proves de Copa del Món ha aconseguit podi a Albstadt i es va quedar a nou segons d'un altre a Leogang. Com arriba a la cita de Vallnord-Pal Arinsal?

La veritat és que arribo amb ganes. Aquesta és la Copa del Món de casa. I que té un handicap important, ja que es disputa a 2.000 metres d'altitud. Només penso a fer podi, ja que el 2017 no vaig poder-ho aconseguir després de patir una punxada. Per tant, em faria moltíssima il·lusió fer una gran carrera i confirmar d'aquesta manera el bon estat de forma en el qual estic actualment.

Aquí va venir fa poc amb motiu de la SuperCup Massi XCO i es va imposar. Un bon preludi del que pot ser la Copa del Món.

Vaig arribar després de fer un bloc molt intens d'entrenaments per afrontar les dues Copes del Món i també les d'Amèrica. Ara queda el més fort, un mes de juliol molt intens, i després ja tocarà el Campionat del Món. Arribo amb una mica d'incertesa, tot i que crec que arribo bé i a la vegada amb una mica de dubtes. Abans tinc la Copa del Món de Lenzerheide i aquesta m'ubicarà i em dirà on estic de cara a Vallnord-Pal Arinsal.

“

Li vaig comentar a Albert Balcells que els canvis en el circuit de 'cross country' m'havien agradat

D'on li venen aquesta incertesa, aquests dubtes?

He apostat molt fort per tres setmanes molt dures d'entrenament per poder afrontar aquestes cinc setmanes de competició que tenim amb la Copa del Món de Suïssa, a Lenzerheide, la d'Andorra i el Campionat espanyol i després cap a Amèrica, amb una Copa del Món de Washington i una altra a Canadà. Són cinc carreres consecutives molt importants. He hagut de sacrificar una mica les dues primeres per intentar ser el més regular possible en la resta.

Com que ja va competir a la SuperCup Massi XCO de Vallnord-Pal Arinsal, què li van semblar els canvis al circuit?

Li vaig comentar a l'Albert Balcells i ja li vaig dir que m'havien agradat molt aquests canvis. Un circuit que et permet que la carrera sigui molt lluita-

Supporting

Encara no coneixes Supporting?

Viu l'esport des del canal esportiu de Crèdit Andorrà a les xarxes.

Segueix-nos!



Patrocinador principal de l'esdeveniment





El 'biker' de Baza va assolir la sisena posició en la Copa del Món de Leogang.

da des del principi. No se sap mai qui guanyarà fins a l'última volta. Amb els canvis que han fet al circuit serà una prova molt més disputada que abans i l'aficionat podrà gaudir d'un bon espectacle, amb una baralla contínua sense saber qui guanyarà. Aquest serà el lema de la prova. A més a més, s'haurà de tenir en compte que competir a 2.000 metres d'altitud qualsevol sobreesforç serà molt complicat de recuperar. Han conservat part del circuit antic i a la zona nova el públic podrà seguir de més a prop la prova. En fi, el canvi molt bé i amb ganes de provar-lo en Copa del Món.

El beneficia o el perjudica en comparació a l'anterior?

L'anterior era una mica més dur i potser em beneficiava una mica més, però aquest sembla que la carrera no es trencarà tant i potser hauré de guardar més l'energia per després tenir opcions de podi.

Arriba a Vallnord-Pal Arinsal en el seu millor moment?

Estic molt content de com està anant la temporada. Sent molt sòlid i sempre entre els deu primers, a excepció de la Copa del Món de Brasil, on vam descobrir que tot l'equip vam agafar la Covid els dies posteriors i no vaig poder rendir al 100%. La temporada està sent molt regular i estic molt content. En aquests últims dos mesos encara puc

“

Tenim molta sort que es faci una Copa del Món aquí a Andorra. Està molt a prop d'Espanya

donar una mica més per acabar molt bé el curs.

El va afectar molt la Covid?

Especialment em va perjudicar quan vaig competir a Brasil a la primera Copa del Món. A la prova d'aquell diumenge no podia tirar de mi, i això em va perjudicar molt. Després em vaig agafar una setmana de tranquil·litat i a partir de llavors no vaig tenir ni símptomes ni res estrany.

Pensa en els Jocs Olímpics de París 2024?

Encara queda molt. Com els dic als meus companys i a la resta de *bikers*, hem de treballar molt per aconseguir les dues places que té Espanya, i quan s'aproximi la data ja ho pensaré més. Això sí, em faria moltíssima il·lusió perquè serien els meus últims Jocs Olímpics. S'ha de treballar dur. Encara queden dos anys. Hi ha moltes carreres encara per disputar, però ara mateix em centro en aquesta temporada i el 2024 a treure la resta.

De cara a la Copa del Món de Vallnord-Pal Arinsal, com veu els seus màxims rivals?

Està sent una Copa del Món molt oberta. Ha guanyat Nino Schurter a Brasil, Thomas Pidcock a Albstadt i Nove Mesto i Mathias Flückiger a Leogang. Està molt apretat tot i després d'aquestes tres setmanes d'entrena-

ment donarà tothom una mica més de si. Tinc molta incertesa per saber qui arribarà millor o pitjor. Jo aspiro a fer una bona general a la Copa del Món, tot i que no estaré al podi després del meu resultat a Brasil. Això sí, no està impossible. Sigui com sigui, el Campionat del Món em fa molta il·lusió perquè és un circuit que m'agrada.

Qui és el favorit per guanyar a Vallnord-Pal Arinsal?

Crec que Mathias Flückiger és un dels màxims favorits, però també Nino Schurter i Thomas Pidcock. O també Vlad Dascalu. [Somriu]. M'ho poses molt complicat perquè tots estan demostrant una regularitat increïble. Hi ha com deu corredors que podem estar lluitant per fer una gran carrera.

La medalla de bronze dels Jocs Olímpics de Tòquio 2020 li ha canviat molt la vida?

Sí. M'ha donat tranquil·litat a la meva carrera esportiva. A nivell personal, també. Una

alegria per a tota la meva família i m'ha donat moltes forces. Això sí, s'ha de seguir treballant i continuar lluitant i de mica en mica anar buscant més reptes.

Què suposa per a vostè venir a Andorra a competir?

Aquí vaig disputar la meva primera Copa del Món, el 2013. Vaig debutar com a *biker* de la màxima competició de BTT. Tinc un bonic rècord d'aquella carrera. Vaig sortir l'últim i vaig acabar el 30è. Va ser increïble. Des d'aquell any no he faltat en cap. Córrer a Andorra és com fer-ho a casa. Sempre s'apropa la meua gent i del sud també puja gent a acompanyar-me aquest dia. Tenim molta sort que es faci una Copa del Món aquí, ja que està molt a prop d'Espanya. L'entorn també és una passada.

El seu entrenador és l'ex-biker' Carlos Coloma. Com és com a preparador?

Estem treballant molt en comú. Ell aporta veterania i jo soc molt més metòdic i intento fer les coses el millor possible. Molt content. Estem treballant molt bé i a més ens donem molt de suport a l'hora de prendre decisions. Hem creat un bonic binomi i fort. És un luxe tenir-lo d'entrenador, ja que ell ha estat durant molts anys de professional i vivint moments de tota mena. Ens transmet molt.

EL PROGRAMA



DIMECRES 13/07/2022

- **08.30 – 11.00** Inspecció del circuit de DH pels corredors
- **13.00 – 17.00** Inspecció per l'UCI i TV dels circuits de Cross country (XCO) i Short track (XCC) Inspecció per l'UCI.
- **17.00** Meeting UCI/OC/RBMH

DIJOUS 14/07/2022

Cross country (XCO)

- **08.00 – 12.00** World Cup Riders Confirmation > All riders- Final Confirmation DHI
- **12.00 – 14.00** Official XCO Training > Reserved for women
- **14.00 – 16.00** Official XCO Training > Reserved for men

Descens (DHI)

- **08.45 – 11.15** Official Downhill Training > Group B
- **11.15 – 12.30** Official Downhill Training > Group A and B (mixed training)
- **12.45 – 15.15** Official Downhill Training > Group A
- **15.30 – 17.00** Downhill Timed Training Session > World Cup Top 60 Men Elite, Top 15 Women Elite, Top 10 Men Juniors and Top 3 Women Juniors
- **17.00 – 17.45** On Foot Downhill Course Inspection – Riders / Teams

DIVENDRES 15/07/2022

Descens (DHI)

- **08.45 – 10.15** Official Downhill Training > Group B
- **10.15 – 11.45** Official Downhill Training > Group A
- **12.15** World Cup Downhill – Seeding run – Women Juniors
- **12.30** World Cup Downhill – Qualifying Round – Men Juniors
- **13.30** World Cup Downhill – Qualifying Round – Women Elite
- **14.00** World Cup Downhill – Qualifying Round – Men Elite 30 minutes On Foot Downhill Course Inspection – Riders / Teams

XCO (Cross country)

- **08.30 – 10.00** World Cup Riders Confirmation >>> Final Confirmation XCO/XCC

- **09.30 – 11.00** Official XCO Training > Reserved for women
- **11.00 – 12.30** Official XCO Training > Reserved for men
- **12.30 – 14.30** Official XCO Training > All riders

Short track (XCC)

- **15.45 – 16.30** Official XCC Training > Reserved for women
- **16.30 – 17.15** Official XCC Training > Reserved for men
- **17.30** World Cup Cross country Short track – Women
- **18.15** World Cup Cross country Short track – Men

DISSABTE 16/07/2022

Cross country (XCO)

- **09.30 – 11.30** Official XCO Training > Reserved for women
- **11.30 – 13.30** Official XCO Training > Reserved for men
- **13.30 – 14.30** Official XCO Training > All riders

Descens (DHI)

- **08.15 – 09.15** Official Downhill Training > Women Juniors, Men Juniors and Women Elite qualified for the final
- **09.45** World Cup Downhill – Final – Men Juniors
- **10.30** World Cup Downhill – Final – Women Juniors 10.50 – 11.05 Official Downhill Training > Women Elite qualified for the final
- **11.05 – 12.05** Official Downhill Training > Men Elite qualified for the final
- **12.30** World Cup Downhill – Final – Women Elite
- **13.30** World Cup Downhill – Final – Men Elite – Followed

DIUMENGE 17/07/2022

Cross country (XCO)

- **08.30** World Cup Cross country Olympic – Women Under 23
- **10.15** World Cup Cross country Olympic – Men Under 23
- **12.20** World Cup Cross country Olympic – Women Elite Followed by Awards WU/MU
- **14.50** World Cup Cross country Olympic – Men Elite Followed by Awards WE/ME

ÀLEX ISCLA, 'BIKER' ANDORRÀ

“A veure si toquem la cresta a algun ‘biker’ professional”

Una greu lesió el va privar de la Copa del Món d'enduro amb moto el 2017. Es va trencar dues vèrtebres i a partir de llavors va deixar de donar gas per donar pedalades. Àlex Iscla, després d'una aturada de dos anys, va descobrir el món de la BTT i enguany serà l'únic representant andorrà a la Copa del Món de descens.

La seva primera Copa del Món de BTT i a casa. Què suposa per a vostè?

Especial. Això sí, intentaré classificar-me per disputar la final. Aquest és el principal objectiu, i si ho aconseguixo serà un èxit, però reconec que serà complicat.

Arriba com a campió d'Andorra de descens. Quines sensacions té?

Jo crec que tinc possibilitats d'accedir a la final, però em toca entrenar fort aquests dies i sentir-me còmode amb la bicicleta. I després tenir un bon dia quan toqui competir. Si tots aquests factors estan de la meua part crec que em podré classificar per a la final.

Com es troba després de prendre part a Maribor en competició europea i en una prova a Les Angles?

Em trobo bé. Cada dia que passa em trobo millor, i això vol dir que podré estar a la final.

A la Copa Catalana ja va tastar aquest nou circuit de descens. Què li sembla?

És molt ràpid i molt divertit, ja que hi ha un salt molt gran. No té gaire dificultat, però sí que hi ha llocs que són molt ràpids.

I la comparació amb l'anterior?

És més divertit, més curt i més físic.

Va acabar 12è a la Copa Catalana, tot i així, quines aspiracions té pel que fa a la seva primera Copa del Món?

L'objectiu es classificar-me per a la final i ser el primer andorrà a disputar una de Copa del Món. Tinc algunes referències que vaig agafar al Campio-

nat d'Europa, però tampoc puc dir que entraré al 100%. Ho donaré tot i apretaré al màxim a la qualificació.

El nivell és molt alt.

Sí. És com si estigués competint contra un Marc Márquez o un Fabio Quartararo. El mateix amb el descens. Hi haurà el millor del millor. A veure si toquem la cresta a algun d'aquests.

Es queda com a únic representant andorrà de la Copa del Món per la lesió d'Arnau Graslaub. Sent una mica de pressió?

Segur que ell ho hauria fet molt bé en categoria júnior, però les lesions formen part del joc i sempre pots tenir mala sort i lesionar-te. L'Arnau és jove i li queda un llarg camí. De tot s'aprèn. No sento pressió.

Què significa per al país acollir proves d'aquest alt nivell de BTT?

Portem poc temps representant el país en proves d'aquest nivell i per a mi aquest serà el primer any. Molt content, i cada vegada des del Govern ens ajuden una mica més. Si aconseguim bons resultats podrem tenir més ajuda del Govern i ens obriria més opcions. Proves d'aquest nivell ajuden també els *bikers* d'aquí.

Del motocròs a la BTT. Quin va ser el motiu del canvi?

Per la lesió que vaig tenir. Em vaig trencar dues vèrtebres i vaig estar dos anys apartat de tot. Vaig començar a fer BTT com un passatemps i em va començar a agradar. Vaig veure que anava ràpid i vaig pensar... Endavant! L'any passat vaig fer alguna cursa



FOTO CEDIDA PER ÀLEX ISCLA

Iscla, el 'biker' que ve del motocròs i buscarà ser a la final de descens de la Copa del Món.

“

L'objectiu és classificar-me per a la final i ser el primer andorrà a disputar una de Copa del Món

amb el Campionat d'Espanya i ara em tocarà la Copa del Món a casa. Vaig cremant etapes en un món que vaig descobrir quasi de casualitat.

Quines diferències hi ha entre el motocròs i fer BTT en descens?

És diferent perquè en BTT has de deixar córrer la bicicleta i a la mínima que tens un error no pots accelerar i sortir ràpid. Has de ser molt més fi. És un món totalment diferent, tot i que també té coses que s'assemblen.

En què s'assembla?

S'assembla en les velocitats. Al final vas en dues rodes i agafat al manillar. És el mateix, però en BTT has de donar als pedals per tenir *gas*.

Quines sensacions li aporta la BTT?

Ho veig més segur i també treballes



Viladomat
WWW.VILADOMAT.COM



SKI - SNOWBOARD - GOLF - MOUNTAIN BIKE - TRAIL RUNNING - MOUNTAINEERING - OUTDOOR -
DIVING - CAMPING - FITNESS - RUNNING - SKATEBOARD - BIKE - TRAINING - TREKKING

bike
RENT CENTER

LLOGUER & TALLER
DE BICICLETES



Intersport Outdoor



Viladomat



KILVIL
Viladomat Active



Viladomat
La Massana



Viladomat Signature
Park Piolet



DOWNHILL · E-BIKE · DH JUNIOR · CROSS COUNTRY · ENDURO · CARRETERA

diferents músculs. És com un físic totalment diferent. També aporta una adrenalina brutal i molta sensació de llibertat.

Per què es va decidir pel descens i no pel 'crosscountry'?

En *cross country* has de pedalar tota l'estona, i a mi això no m'agrada. El que m'atrau és baixar ràpid i adrenalina. El *cross country* és molt físic. En el descens, el talent és el 50% i pots posar la bicicleta a uns 60 quilòmetres per hora.

Aporta la seva experiència en motocròs a la BTT?

Sí. Sobretot en el tema d'aguantar la bicicleta amb la part superior. L'únic que canvia són les cames, perquè en BTT has d'estar en una posició diferent. És molta potència el descens.

A nivell esportiu, qui creu que és favorit al triomf en la prova 'andorrana' i qui per endur-se el títol de la Copa del Món?

No ho sé perquè la veritat és que està tot molt ajustat i només els separen dos segons. A mi m'agraden molts *bikers*. D'un et quedes amb una cosa i de l'altre també. Mai hi ha un favorit i les victòries se les reparteixen.



FOTO CEDIDA PER ÀLEX ISCLA

El 'biker' andorrà disputarà a Vallnord-Pal Arinsal la seva primera Copa del Món de BTT.

Al final de temporada guanya el més constant.

Es considera un 'biker' amb pilotatge agressiu?

Sí. És així. Tinc una conducció agressiva, però també m'agrada a vegades ser fi.

“

Em considero un 'biker' de conducció agressiva, però també m'agrada ser fi

Abans de la Copa del Món de Vallnord-Pal Arinsal té alguna prova?

Vaig competir a Les Angles el 3 de juliol i vaig ser tercer. Aquesta va ser l'última abans de la Copa del Món de casa. Tenim un cap de setmana per entrenar i a afrontar el millor possible la Copa del Món.

FRANKFURT EYRE

Frankurt / Hamburgueses / Amanides
Tapes / Varietat de cerveses



BRATWURST



PIKANTWURST



HAMBURGUESA
VEGANA



HAMBURGUESA
BLACK ANGUS



A. Sant Antoni 14. La Massana
+376 85 52 23



ENTREVISTA A ARNAU GRASLAUB, 'BIKER' ANDORRÀ DE LA FEDERACIÓ ANDORRANA DE CICLISME

“El nou circuit de descens té els requisits que demana una Copa del Món”

CECILIA BELLOMO

Arnau Graslaub, campió d'Andorra de descens, no competirà a la Copa del Món. Una caiguda a l'Europeu de Maribor va provocar que es trenqués el colze. El jove 'biker', que viu a Barcelona amb els avis, va lloar el seu company Àlex Iscla.



Arnau Graslaub, el 'biker' andorrà que també forma part de l'equip Commençal.

Es perd la Copa del Món de BTT de 'casa'.

És així. Al Campionat d'Europa de Maribor (Eslovènia) em vaig trencar el colze esquerre. No hi ha intervenció i dilluns em treuen el guix. Després tres setmanes de rehabilitació.

Una decepció.

Era la meva primera Copa del Món de la temporada i a més en un circuit que ja vaig córrer fa més d'un mes a la Copa Catalana. Córrer a casa fa molta il·lusió, i més quan ja t'has provat en un circuit previ amb tots els altres *bikers*. Allà vaig comprovar que tenia el ritme i que tot pintava molt bé i de cop i volta se'n va tot. Una doble llàstima.

Has intentat de totes les maneres possibles poder competir a la Copa del Món de Vallnord-Pal Arinsal?

És impossible perquè és un os. És el que és. No es pot intervenir.

Era una prova que tenies marcada en el calendari?

Els que tenia marcats era el Campionat d'Europa, la Copa del Món d'aquí i el Campionat del Món. Per a mi eren les més importants, però no vull dir que les altres proves no ho siguin. Això sí, eren les meves prioritats i m'he perdut el Campionat d'Europa, on vaig patir la caiguda, i la Copa del Món d'Andorra per la lesió. Me'n queda una, que és el Campionat del Món, que és ambiciosa. Espero poder estar en bones condicions.

Creu que hi arribarà?

Crec que sí. El colze va millorant molt i l'únic és que tinc el guix. Faig fisio cada dia. Dilluns em treuen el guix i començarem a fer rehabilitació en dobles sessions. Estic en bones mans, amb un fisioterapeuta que és de Caldes de Montbui que ha tractat molts *bikers* de descens. Jo visc a Barcelona amb els avis. Fa un parell de mesos vaig acabar el batxillerat tecnològic i m'he agafat dos anys d'aturada. Els dedicaré a treballar i entrenar molt. És impossible compaginar tantes coses.

Quins estudis vol seguir fent?

M'agrada molt això dels mossos d'esquadra. De moment no sé quina carrera.

Àlex Iscla es queda com a únic representant andorrà a la Copa del Món de Vallnord-Pal-Arinsal.

Estan en bones mans. Per primera vegada a la Federació Andorrana de Ciclisme sento que hi ha una persona al meu costat que ho farà increïble. Està anant com els millors del món, tot i que ha començat aquest any a fer descens. És brutal.

Què penses d'aquest nou circuit de descens?

A mi principalment em sembla un circuit molt maco. Compleix amb els requisits que demana una Copa del Món. Té salts, zones ràpides i tècniques, té pendent, té velocitat, té pedres... La Copa Catalana va ser la primera prova que va estrenar aquest

“

La representació andorrana està en bones mans. Àlex Iscla ho farà increïble. És un 'biker' brutal

nou circuit i ara el que pot fer és anar a millor.

En comparació amb l'anterior el troba millor o pitjor?

Complicat de dir. Són molt diferents. Aquell circuit porta molts anys existint. Va ser el millor del circuit del 2019. Ara per ara l'antic és el millor perquè allà es va rodar molt.

Qui és el favorit per guanyar el descens?

Amaury Pierron. Corre a casa. Està vivint aquí i és de Commençal. Guanyarà segur.

Té algun 'biker' amb el qual es fixi molt?

Hugo Frixtalon, conegut com a *Frix Frix*. És molt complet. No és el més ràpid, però sempre fa Top-20 o Top-15. Té un estil únic i té alguna cosa que a mi m'agrada molt, que és el tema de la imatge, fotos, com es vesteix i és increïble com treballa la comunicació.

Quin tipus de conducció té?

Per exemple, Àlex Iscla té conducció agressiva, però té molt de cap. Jo no tinc tanta experiència i soc molt

més fi i em falta més agressivitat. A vegades no arrisco tant per poder assolir una victòria. Estic una mica verd en això i no tinc pressa. Ho estic aprenent. Tinc un estil molt propi i em falta moltes vegades mossegar.

L'Àlex Iscla em va dir "s'ha de ser fi per fer descens".

És imprescindible. Per tu mateix, ja que una caiguda et pot suposar perdre moltes proves i també, per les bicicletes, que són molt delicades. Trençar la cadena ja et deixa fora.

Què tal Commençal com a marca?

Jo sempre he corregut amb Commençal. M'han ajudat sempre. L'any passat, que vaig agafar la Covid-19, vaig canviar per Intense. Enguany he tornat a Commençal perquè és la millor marca que hi ha. Tenen monopolitzades totes les competicions de BTT i els números no menteixen. És agafar aquesta bicicleta i he fet un canvi brutal.

Com definiries la teva bicicleta?

És una bicicleta que té un sistema de suspensió molt profund i complex i li dona molta importància a com tracciona. És una bicicleta que t'adaptes molt ràpid a ella. És juganera, però no és nerviosa. És d'alumini. En els camins més plans no és la millor bicicleta perquè té un pivot molt alt. En els descensos van molt bé perquè són baixades molt pronunciades.

Quina velocitat agafa una bicicleta d'aquestes en un descens?

Perquè la gent ho entengui... Si agafem com a referència el circuit antic agafa una mitjana d'uns 45 quilòmetres per hora i amb unes màximes de 65 o 70. Realment és increïble la sensació.

Sempre ha fet BTT?

Com soc d'Andorra vaig començar fent esquí alpi. Era el meu hobby principal. En les competicions sempre estava al davant i m'agradava molt. Al final em vaig decidir pel descens en BTT.

Què té la BTT que enganxa tant?

Primer de tot és tenir un objectiu a vital que t'omple a la vida. Si no fos per la BTT no sé què coi faria de la meua vida. Cada dia que m'aixeco ho faig pensant en un objectiu. Sempre estic motivat i ocupat mentalment. I secundari, que és molt important... És un esport molt especial, molt sacrificat i molt gratificant. El joc mental et pot jugar males passades, molt fortes, però a la vegada et pot ser el



El jove 'biker' andorrà, en plena competició, es va endur una desil·lusió després de caure al Campionat d'Europa de Maribor.

LIPESPRODUCTIONS



Graslaub, tot i començar amb l'esquí alpi, té una gran passió pel seu esport, el descens de la BTT.

començar quan era molt petit i queia molt per un tema d'immaduresa. Després no vaig patir caigudes gaire fortes, i l'última va ser a Maribor.

I no has pensat a canviar d'esport?

Mai. A mi les hòsties no em pararan mai. A més a més, no sé què passa que cada vegada que em lesiono després torno molt més fort i la temporada és després millor abans de l'hòstia. Alguna cosa s'aprèn segur. Si em plantejo deixar el descens serà per un tema mental.

Què suposa per a Andorra acollir Copes del Món i Campionats del Món de BTT?

En un principi no li dona tant de valor perquè no era conscient del que suposava representar un país. Tampoc tenia un nivell per competir amb països grans, però ara estic en un nivell més alt i amb més opcions sí que començo a donar-li una importància més gran. M'agradaria molt poder dir que Andorra ha estat allà. Si no fos per Andorra, la Federació i de Govern no estaria on estic ni de broma. No seria ningú. Sent un país petit i els potencien. Sortirà algun *biker* boníssim segur o jo o Àlex Iscla o algun altre.

“

Commençal és la millor marca. Tenen monopolitzades totes les competicions

millor psicòleg del món. Tirar-te per la muntanya a fons i l'adrenalina que et dona entres en *trance*.

És un esport molt solitari...

Sempre he estat un esportista que no m'agrada dependre d'altres i m'agrada més que les coses depenguin més de mi i no tant d'estats d'ànim d'altres. Per a mi és un alleujament i tu ets el responsable de tot.

Has patit moltes caigudes?

Tots caiem. Soc un *biker* que vaig



Mercedes-Benz

MOUNTAIN BIKE
WORLD CUPVALLNORD PAL ARINSAL
ANDORRA

COPA DEL MÓN UCI DE BTT

MERCEDES- BENZ

WATCH ON



JULIOL 12 - 17/2022

XCO | XCC | DHI

VALL
NORD
ANDORRAPAL
ARINSAL

La Massana

VALLNORDWORLDCUP.COM #MBWORLDCUP #VALLNORDPALARINSAL



ESPONSOR TITULAR



ESPONSORS PRINCIPALS

SHIMANO

Andorra
visitandorra.com

ESPONSORS OFICIALS

GoPro

OAKLEY

vittoria

GAVSA

NORD
ANDORRA

Doppelmayr

USWE

COM
MEN
CAL

PROVEÏDORS OFICIALS

andorra telecom

Diari d'Andorra

RTVA
Radio i Televisió d'Andorra, SA

FOX

PYRÉNÉES
ANDORRA

COL-LABORADOR INSTITUCIONAL



ENTREVISTA A ROCÍO 'DINAMITA' DEL ALBA GARCÍA, 'BIKER' DEL BH TEMPLO CAFÉS



Rocío del Alba García Martínez, més coneguda com a 'Dinamita', buscarà a Vallnord-Pal Arinsal entrar dintre del Top-20 o també aspirar a cotes més altes.

“La Copa del Món de Vallnord és de les meves proves favorites”

Rocío del Alba García Martínez és campiona d'Espanya de BTT en 'cross country' en categoria Elit. Està sota la tutela de l'ex-'biker' Carlos Coloma. Té 24 anys i va néixer a Madrid, a Villa del Prado. Viu a Albelda de Iregua (La Rioja). Els seus somnis són en 'gran' i la seva carrera esportiva encara té moltes pàgines per escriure.

Què li sembla competir a Andorra? El seu company d'equip, David Valero, va dir que és com fer-ho a 'casa'.

És així. Al final Andorra està molt a prop d'Espanya i tenim molta afició propera que vol venir a veure'ns. Després de dos anys de sequera per la Covid-19 tenim ganes d'ajuntar-nos amb la nostra gent més propera.

La vindrà a veure gent de Madrid?

Segurament. Especialment la meua família i també molts amics de Madrid i jo crec que també de tota la resta d'Espanya. És una de les Copes del Món que el públic espanyol sempre

“

El circuit de 'cross country' és en alçada a 1.800 metres i és bonic, dur i tècnic

està atent que es faci per poder apropar-se.

Què destacaria d'aquesta prova 'andorrana' de la Copa del Món de BTT?

És una prova que té un circuit en alçada a 1.800 metres. És un circuit bonic, dur i tècnic. Per a mi és una de les proves favorites del circuit de la Copa del Món.

Ha realitzat una preparació en altitud?

En aquests moments estem fent una preparació d'aquest tipus. És important fer una adaptació prèvia perquè cada cos respon de manera diferent a les proves amb altura. En el meu cas vaig decidir fer-ho per arribar bé a la prova.

I com arriba a aquesta prova?

Bastant bé, i més després de fer un inici de temporada pitjor del que m'es-

perava. En aquesta segona part del curs crec que aniré una mica millor, amb més ganes, i a sobre correm a casa, tot són avantatges.

Per què no va sortir com esperava? Per un aspecte mental o físic?

Vaig agafar la Covid-19 dues vegades. Ha estat un any bastant estrany on m'ha costat molt aixecar cap, però de mica en mica tots ho vam aconseguir. Físicament i mentalment et toca una mica. Ja vaig aixecant cap i amb moltes ganes que arribin aquestes carreres. Especialment aquesta d'Andorra i després les següents fins a arribar als Mundials.

La va afectar molt la Covid-19?

He tingut alguns símptomes i em vaig trobar una mica malament. Ha estat una mica complicat, però encara queda temporada i l'hem d'aprofitar. Amb il·lusió amb tot el que ve ara.



TWITTER

'Dinamita' competirà en un circuit de 'cross country' que coneix a la perfecció.

Quin objectiu es marca a la Copa del Món de Vallnord-Pal Arinsal? Un objectiu més ambiciós o més prudent?

No em plantejo cap objectiu. Després de les Copes del Món que he disputat i no m'han sortit les coses com pensava no crec que sigui bo per a mi. Assolir un bon resultat amb un Top-20 si és possible, si ho puc millorar, tot i que hem de ser realistes. El més primordial serà preparar bé el Campionat del Món i el final de temporada. Sí que és cert que m'agradaria fer-ho molt bé aquí davant de la gent que més m'estimo.

La novena posició del curs passat a Leogan li va anar bé a nivell mental?

Sí. El Top-10 està molt car en una Copa del Món. A més a més ho vaig aconseguir en un circuit com el d'Àustria que a mi personalment m'agrada molt. Quan les coses van bé agafes confiança i quan van malament és més complicat, però tinc un bon entorn al meu costat i gent que està bé en aquests moments. Això és molt important per passar aquests sotrac.

Una d'aquestes persones importants és l'ex-'biker' Carlos Coloma? Ara ac-



VALLNORD

La 'biker' madrilenya va competir a la Copa Catalana de Vallnord i va acabar segona.

“

Carlos Coloma aporta paciència, calma i sap portar els 'bikers' de l'equip. És un dels pilars

tualment és el seu entrenador.

Sens dubte. La paciència, la calma, saber portar els *bikers* i no només a mi, sinó tots els altres de l'equip. La seva funció és increïble i com treballa amb nosaltres. És un dels pilars.

És un luxe tenir-lo?

No hi ha cap mena de dubte. Carlos Coloma és una peça clau que pugui acompanyar-nos en tot. És fonamental. Ve amb nosaltres als circuits, analitza els recorreguts. És important tenir una persona al costat que sàpiga una mica com va tot.

CARRETERA

ANDORRA, MILLOR AMB BICI

DESCENS (DH)

E-BIKE

LLOGUER DE BICICLETES

SENDERISME

RUTES GUIADES

VENDA DE MATERIAL DE MUNTANYA

PIC NEGRE

PICNEGRE.COM

Nino Schurter, 'Bec' McConnell, Amaur

La Copa del Món de BTT tindrà als millors 'bikers' del món, tant en descens com un 'cro

Top-5 de 'cross country' masculí



1- Nino Schurter
Suïssa
964 punts

El vigent campió del món va debutar aquest curs amb victòria a la primera prova a Petrópolis (Brasil). El de Tersnaus, de 36 anys, va igualar les 33 victòries del francès Julien Absalon, un dels mites del món de la BTT.



2- Vlad Dascalu
Romania
775 punts

El 'biker' de Trek Factory Racing acumula dos podis en aquesta Copa del Món: un segon lloc a Nove Mesto i un tercer a Leogang. El de Fălticeni, de 24 anys, és una de les grans sensacions de l'inici de curs.



3- Mathias Flückiger
Suïssa
711 punts

Es va imposar a Leogang després d'un inici irregular. El d'Ochlenberg, de 33 anys, va ser medalla de plata als Jocs Olímpics de Tòquio 2020. També té previst competir al Tour de Romania.



4- Alan Hatherly
Sud-africà
692 punts

Va començar amb una tercera posició a Petrópolis (Brasil) i a Leogang es va quedar a les portes del podi. El sud-africà de Durban, de 26 anys, també es va imposar al 'short track' de Petrópolis.



5- 'Tom' Pidcock
Gran Bretanya i resident
600 punts

El 'biker' resident va guanyar a Albstadt i a Nove Mesto. Les dues úniques proves que ha realitzat. És el vigent campió del món de ciclocròs i és un dels favorits a assolir la victòria a Vallnord Pal-Arinsal. Co-neix el terreny a la perfecció.

Top-5 de 'cross country' femení



1- 'Bec' McConnell
Austràlia
1.093 punts

Va guanyar les tres primeres proves de Copa del Món. La primera a Petrópolis, la segona a Albstadt i la tercera a Nove Mesto. A Leogang va acabar setena i a Andorra té l'objectiu de treure's l'espina a l'última actuació.



2- Loana Lecomte
França
916 punts

En les dues últimes proves, Loana Lecomte va fer dos podis. Va ser segona a Nove Mesto i va assolir el triomf a Leogang. La 'biker' d'Annecy, de 22 anys, va ser or a la prova del Campionat del Món.



3- Anne Terpstra
Holanda
713 punts

El seu inici va ser bo, amb una segona posició a Petrópolis, però després no va estar gens fina. A la seva última Copa del Món va recuperar el terreny perdut amb un tercer lloc a Leogang. A Vallnord Pal-Arinsal espera repetir-ho.



4- Laura Stigger
Àustria
698 punts

La 'biker' d'Innsbruck, campiona del món júnior fa quatre anys, té només una victòria aquesta temporada, la de la Copa del Món, amb un tercer lloc a Petrópolis. Persegueix el podi de la general. Stigger espera assolir el segon triomf.



5- Jenny Rissveds
Suècia
695 punts

La medalla d'or de camp a través dels Jocs Olímpics de Rio 2016 té aquest curs dues segones posicions a la Copa del Món en tres proves disputades. És de Falun i té 28 anys. Rissveds espera trencar la ratxa.

GAVSA
Aparcaments la Massana H2

Aparca 8h
per **8,50€***

Patrocinador oficial:



El Farré Negre

La Closeta

Venda a les guixetes del telecabin de 9.30h a 18h

*Obligatori tiquet de compra del telecabin

www.aparcamentslamassana.com

y Pierron i Camille Balanche, els líders

ss-country', i haurà una bonica lluita per assolir el lideratge de la classificació general

Top-5 de descens masculí



1- Amaury Pierron
França
580 punts

Líder destacat, amb dues victòries a les dues primeres proves de Copa del Món a Lourdes i a Fort-William. Això sí, a Leogang es va quedar fora del podi. El resident al país és un dels màxims favorits al títol.



2- Matt Walker
Gran Bretanya
443 punts

Va guanyar la Copa del Món de descens el 2020. Enguany es va imposar a Leogang després d'un desè lloc a Lourdes i un cinquè a Fort-William.



3- Danny Hart
Gran Bretanya
401 punts

El bicampió del món només porta un podi en aquest inici de curs. El britànic, de 30 anys, també va ser bronze al Campionat d'Europa del 2021.



4- Benoît Coulanges
França
380 punts

Plata al Campionat del Món del 2021 i té quatre metalls al Campionat d'Europa els anys 2018 i 2022. El francès s'ha quedat en dues proves a les portes del podi.



5- Laurie Greenland
Gran Bretanya
354 punts

Als seus 25 anys i una medalla de plata al Campionat del Món del 2016 porta en aquest inici de temporada una segona posició a Fort-William.

Top-5 de descens femení



1- Camille Balanche
Suïssa
685 punts

Dominadora total amb dues victòries: una a Lourdes i un altre a Leogang. També va ser segona a Fort-William. De moment, als seus 32 anys busca el títol de Copa del Món.



2- Myriam Nicole
França
555 punts

La 'biker' de l'equip Commençal està tenint una rival a tenir en compte amb Camille Balanche. La francesa va quedar segona a Lourdes i Leogang i va ser tercera a Fort-William.



3- 'Vali' Höll
Àustria
460 punts

Només té 20 anys i a Lourdes va obtenir una brillant tercera posició. En les dues proves següents es va quedar a tocar del podi. La de Salzburg és una de les grans promeses del descens.



4- Eleonora Farina
Itàlia
395 punts

La italiana va assolir una tercera posició a Leogang i aquest resultat li va fer pujar posicions a la general. Té tres medalles al Campionat d'Europa de BTT entre el 2015 i el 2021.



5- Nina Hoffmann
Alemanya
368 punts

Va ser la gran sorpresa a Fort-William amb la seva victòria per davant de les 'bikers' més destacades. També té dues vuitenes posicions en les altres proves.



**Lloguer i venda
de material de muntanya**

Av. de Sant Antoni, 30
AD400 · La Massana

Teléfono: 836 978

www.esportsensacio.com



EL PRELUDI

Pau Menoyo, Myriam Nicole, Malene Degn i David Valero, guanyadors en l'avantsala de la Copa del Món

El 18 i 19 de juny es va disputar a Vallnord-Pal Arinsal la Copa Catalana de DHI i XCO on es van estrenar el nou circuit de descens i les novetats del circuit de 'cross-country'.

La Copa Catalana, tant de descens com de *cross country*, es va disputar a Vallnord-Pal Arinsal el 18 i 19 de juny. Per tant, aquesta competició va ser l'avantsala de la Copa del Món de BTT.

La final de descens va comptar amb la presència de 175 *bikers* i un circuit totalment nou. El retorn dels participants va ser molt positiu. En categoria femenina es va imposar la vigent campiona del món, Myriam Nicole. La *biker* de l'equip Commençal va guanyar amb 28 segons de diferència amb un temps final de 3'28"79. Mireia Pi va ser segona amb 3'49"87. Va tancar el podi Aina González amb 4'19"91.

En categoria masculina, el primer classificat va ser Pau Menoyo, que es va convertir en la gran sorpresa. L'ex-pilot de trial català va fer un *crono* de 2'48"43 i va superar el *biker* francès campió d'Europa del 2021, Loris Vergier, amb 2'49"49. Hugo Frixtalon va acabar tercer amb 2'50"59.

En categoria júnior, Arnau Graslaub va ser segon amb 3'04"93. Amb aquest resultat es va convertir en campió d'Andorra. Sebastien Holguin va ser primer, amb 2'59"23. Àlex Iscla, *biker* andorrà,

va ser 12è, amb 3'00"77, i Joan Aracil va ser 19è, amb 3'06"89. En aquesta Copa Catalana van competir Greg Minnaar (Santa Creu Syndicate), Àngel Suárez (Commençal 100%) o tops internaci-

onals com ara Thibaut Daprèla (Commençal/Muc-off by Riding Addiction) i Neko Mulally (Frameworks Racing)

En *cross country* també novetats al circuit amb la integració del Pump

Track i la col·locació de nous ponts que uneixen les illetes del sector de Pal. En categoria elit, David Valero i Malene Degn van ser els guanyadors. El de Baza va finalitzar el circuit de sis voltes amb un temps d'1 h 15'17" seguit per Samuel Gaze (1 h 16'08") i Jofre Culell (1 h 19'34"). En categoria sub-23 va vèncer Thubault Soula.

En categoria femenina, el triomf va ser per a Malene Degn. La danesa va fer un temps d'1 h 19'23", i segona va ser la madrilenya Rocío del Alba García, més coneguda com a *Dinamita*, amb 1 h 19'26". El podi el va tancar Naama Noyman amb 1 h 24'13". En sub-23, primer lloc per a la campiona portuguesa Raquel Queirós.

En el Campionat d'Andorra de *cross country* el triomf en categoria júnior va ser per a Adrià Regada i en sub-23 per a Kilian Folguera.



Pau Menoyo, l'ex-pilot de trial català, es va imposar de manera sorprenent a la Copa Catalana de descens a Andorra.



Myriam Nicole, de Commençal, va vèncer en el preludi de la Copa del Món.



Arnau Graslaub, de la Federació Andorrana de Ciclisme, campió d'Andorra.

VALLNORD-PAL ARINSAL



David Valero, amb el número 6, va creuar la meta en primera posició a la Copa Catalana de 'cross country' disputada a Vallnord-Pal Arinsal.

VALLNORD-PAL ARINSAL



Malene Degn es va imposar per davant de Rocío 'Dinamita'.

FRANCESC LLADÓ



El 'cross country' de la Copa Catalana va estrenar les novetats del circuit.

VOLUNTARIS

Ajudar com a punt de partida

ELSY BENÍTEZ

Elsy Benítez, ja jubilada, va arribar fa 15 anys al país per amor. I per amor també es va fer voluntària. Ajudar és un verb que articula amb facilitat quan a molts els costa fer el mateix. Fa anys que exerceix de voluntària en esdeveniments que es fan al país. Això sí, sempre al costat de la seva parella, Josep Moral.

No tothom està disposat a entregar les seves hores lliures a canvi de res. Ni tampoc d'estar exposat al sol o a la pluja mentre els aficionats gaudeixen d'un bon espectacle. Sempre es vol alguna cosa a canvi, però sense voluntaris no hi hauria competicions ni esdeveniments d'alta volada. Són una peça indispensable i molts d'ells, molt genuïns.

Elsy Benítez va arribar al país per amor fa 15 anys. Té 67 anys. Ella escoltava Alejandro Sanz i després es va quedar amb Josep Moral. Ells mateixos ho expliquen somrient. Actualment, fa de voluntària al Cirque du Soleil i enguany sumará ja sis edicions de la Copa del Món de BTT. La maleïda pandèmia no li va permetre assistir a aquests dos últims anys d'aturada obligatòria. És veneçolana i es defensa prou bé amb el català. "Vaig decidir fer de voluntària perquè el meu pare era directiu de la Volta a Veneçuela de ciclisme i potser és genètic i m'agrada molt el ciclisme. També ho vaig decidir perquè m'agrada ajudar la gent. A més a més, la meua parella m'acompanya, i això que ell és el més veterà dels voluntaris que hi ha, amb 80 anys", va assegurar Elsy Benítez, que també exercia de voluntària a Veneçuela. "Ho faig de cor i perquè em surt fer-ho".

Ella és de Valera. Una ciutat de Veneçuela ubicada al peu dels Andes, a l'Estat de Trujillo. "Vaig venir aquí després de conèixer el meu home per internet. El 2019 em vaig jubilar". Fa de *Marshall*. "Els organitzadors sempre estan pendents de nosaltres i són molt atents amb nosaltres. Sempre ens situen en llocs apropiats per a nosaltres. En aquesta Copa del Món



Josep Moral i Elsy Benítez, una parella entregada a l'amor i també a l'amor per fer de voluntaris en tots els esdeveniments que es fan al país.

“

Vaig decidir fer de voluntària perquè m'agrada ajudar la gent. Ho faig de cor i perquè em surt fer-ho

ELSY BENÍTEZ

“

Tinc 80 anys, soc el més veterà dels voluntaris. Ens tracten molt bé i som com una família

JOSEP MORAL

estarà a la prova de *cross country* i al costat del meu marit”.

Després de dos anys d'aturada obligada torna la Copa del Món de BTT i Elsy Benítez torna a recuperar aquell cuquet que s'havia quedat com adormit. "Ho trobava molt a faltar i m'ha fet molta il·lusió quan vaig saber que tornarien a organitzar una Copa del Món. Ho agraeixo moltíssim i estic molt satisfeta. A més a més, conec gent d'altres països, i això a mi m'agrada de manera molt especial".

Viuen a Andorra la Vella i tenen a tocar el Cirque du Soleil, on també fan de voluntaris. Vint-i-dos dies de voluntariat.

Josep Moral és el més veterà de voluntaris. Fins i tot va rebre un premi de reconeixement. "Soc el més veterà i m'agrada fer-ho. Ens tracten molt bé i som com una família". Va començar amb el Govern d'Andorra amb el voluntariat. "Soc bastant esportista i vull arribar a 100 milions de passos".

Als seus 80 anys fa de voluntari de tot. "A la Copa del Món faré una mica de tot. Això sí, pujar al telecadira no m'agrada gens".

ENTREVISTA A MAX COMMENÇAL, FUNDADOR I PROPIETARI DE LA MARCA DE COMMENÇAL



El fundador d'una de les marques més representatives a la Copa del Món de BTT.

“Som la marca més representada en la Copa del Món”

Nascut a Auriac, sempre ha viscut pels Pirineus. Max Commençal dissenya bicicletes per a campions del món i d'altres que busquen aquest objectiu. La graella està farcida de 'bikers' que piloten aquesta marca.

Amb quants equips competeix Commençal?

Amb molts equips. Som la marca més representada en les Copes del Món. Comptem amb equips privats i oficials. El Commençal Muc-Off, el Dorval/Commençal, el Commençal 100%

i el Commençal/VEE. Aquests són els equips més destacats actualment.

Què suposa per a un país com Andorra acollir competicions de Copa del Món i Campionats del Món de BTT?

Una Copa del Món a Andorra és una publicitat increïble per al país i el seu Bike Park. Vallnord ha invertit molt durant més de 10 anys per fer d'Andorra un dels llocs més importants del planeta per a la pràctica del descens.

Quina importància té la marca Commençal en aquest tipus de competició?

Hem guanyat molts Campionats del Món i hem estat el millor equip del món durant diversos anys. Això ens

permet tenir reconeixement mundial i també ser reconeguts com a marca principal en el món del ciclisme de muntanya. Particularment, en el descens. L'esport i la competició continuen sent les millors vies per aconseguir el reconeixement mundial i, per tant, tenir una demanda universal de les nostres bicicletes. A aquests resultats els devem molt els èxits comercials que estem experimentant actualment.

A nivell més tècnic, com analitza la seva marca?

Tenir bons resultats és fruit de molt de treball. Tinc la sort de tenir un equip increïble en aquest moment! Enginyers, mecànics, pilots i tota una companyia al darrere dels seus campions. És aquest treball en equip el que fa que tot funcioni, però hem de mantenir-nos enfocats i motivats perquè moltes marques estan tractant d'agafar el nostre lloc.

Quin és el millor 'biker' de descens i 'cross country'?

Els nostres *bikers* estan entre els millors, ja que estem en el lloc més alt de la classificació general amb Camille Ballanche i Amaury Pierron i també per equips. Això sí, una temporada és llarga i els pilots han de ser consistents, ja que la Copa del Món es disputa en set llocs. És molt difícil de guanyar-ho tot.

És Andorra un dels millors llocs per practicar BTT?

Sens dubte és un dels llocs més bonics del món. Sigui com sigui, el descens és només una disciplina i haurem de seguir construint pistes per fer enduro, XC, Gravel i per suposat, elèctric. El terreny és perfecte. Vaig a tots els Campionats del Món i les estacions inverteixen molt perquè la muntanya agafi la mateixa importància a l'estiu que a l'hivern.

LES XIFRES DE LA COPA DEL MÓN

805

participants procedents de 47 països. Els millors 'bikers' del món, tant en descens, 'cross country' i 'short track', es donaran cita a Vallnord.

5 milions

Un esdeveniment que espera acollir prop de 50.000 persones durant la setmana i que espera deixar cinc milions d'euros de retorn.

887.000

euros. Vallnord invertirà aquesta quantitat per acollir una nova edició de la Copa del Món de BTT.

5a prova

de la Copa del Món després de les disputades a Lourdes, Fort William, Leogang i Lenzerheide.

10 dels 17

Pal Arinsal compleix amb 10 dels 17 objectius de desenvolupament sostenible de l'Agenda 2030 de les Nacions Unides, i per continuar així, la Copa del Món serà més sostenible.

Av Sant Antoni 12,
AD400 La Massana
Tel. +376 838 166
farmagenciana@gmail.com

De dilluns a dissabte:
de 09.00 a 20.00 h.
El diumenge:
de 09.00 a 13.30 h.

CityXerpa
Glovo?

838123
20 Av. Sant Antoni,
AD400 La Massana

ELS PERFILS DELS CIRCUITS

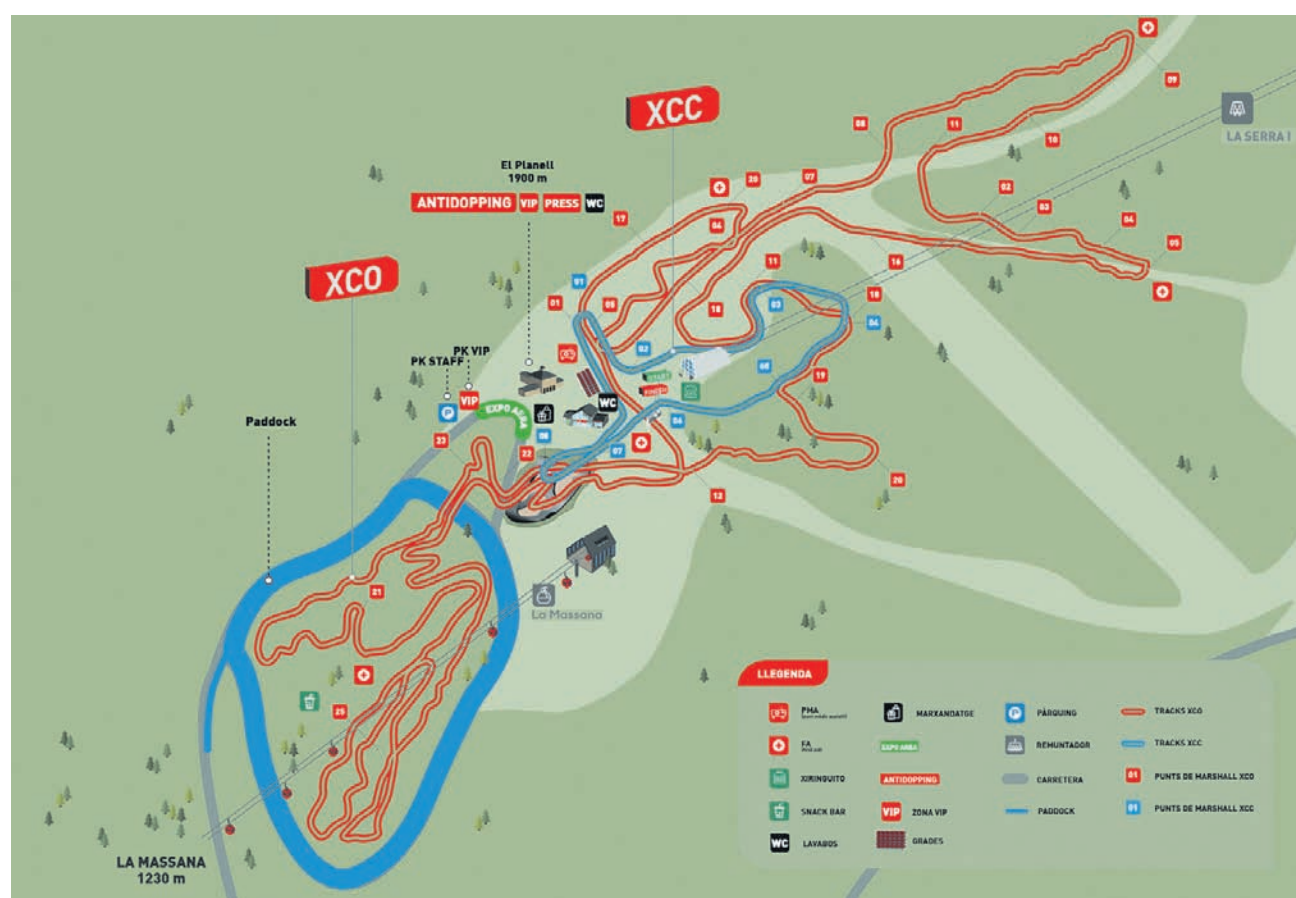
El bateig del nou circuit de descens



JAVIER BELMONTE
DIRECTOR TÈCNIC DE
LA COPA DEL MÓN DE
VALLNORD

“Estrenem en aquesta Copa del Món el nou circuit de descens. Té un part superior de zona artificial treballada amb màquina amb salts i peraltas. Dos quarts de circuit és natural, i això és el que més agrada als *bikers*, és a dir, un circuit que tingui una mica de tot. A nivell de números és un circuit que té 1,9 quilòmetres amb un desnivell negatiu de 460 metres. Està en una zona una mica apartada d'on hi ha l'estació. Surt de Cubil i arriba a la carretera que va cap al coll de la Botella, la zona de Fontanals. Hi haurà un pàdoc tècnic per a *bikers*. Aquest canvi el vam fer perquè a l'arribada d'abans s'hi estan fent obres i no hi ha lloc. Els *bikers* que van competir a la Copa Catalana de descens vam tenir participants de gran nivell i tots aquests em van dir quatre millores, però en general tenim un circuit de Copa del Món. Tenia una mica de por perquè veníem d'un gran circuit i li hem tret bastant suc. En el circuit de *cross country*, els *bikers* parlen de l'altura perquè ho noten. Això sí, tots diuen que és un circuit molt trencacames. És tota l'estona puja i baixa i et deixa les cames contentes, a això s'hi uneix l'altitud i que és tècnic. És un circuit molt dur. Amb aquest canvi que hem fet, un 25% o 30% del circuit està dins del pàdoc i és un punt molt a favor. Té 160 metres de desnivell positiu i per volta són 4 quilòmetres. Fer la prova del *short track* és diferent. Els dos circuits estan llestos i molt bé. Molt content de la feina dels meus equips”.

CIRCUIT 'CROSS-COUNTRY' (XCO)



CIRCUIT DE DESCENS (DHI)





50

Anys creant llars



INFORMACIÓ DE CONTACTE

Av. Sant Antoni, 32,
AD400 La Massana, Andorra

Mail. comercial@cisa.ad

Tel. (+376) 73 73 73 • **Mòb.** (+376) 34 97 77

SEGUEIX-NOS A



[immobiliariaandorra](https://www.immobiliariaandorra.ad)

VISITA LA NOSTRA WEB

www.cisa.ad



megamo **SPECIALIZED TREK ORBEA LOOK**



www.jormabike.com | info@jormabike.com

Av. Francesc Cairat, 4 | AD600 **Sant Julià de Lòria** | Andorra

C/ Bonaventura Armengol, 10. **Andorra la Vella** AD500. Andorra

T.+376 741 777