

Descens amb bicicleta de muntanya.

El descens amb bicicleta de muntanya, també anomenat *downhill*, és un gènere de ciclisme que es practica en terrenys accidentats, en els quals podem trobar salts, gorges o jardins.

Per aquesta disciplina de MTB, es necessiten unes bicicletes especialitzades, són més pesades i tenen doble suspensió, davantera i posterior, frens de disc, com també un quadre extremadament resistent i pneumàtics més amples per obtenir més estabilitat i adherència extra.



Aaron Gwin, campió del món en aquesta modalitat de ciclisme

Aquest esport va sorgir a Califòrnia, Estats Units a finals dels anys 70. Un grup d'amics fanàtics de les motocicletes es dedicaven a fer els recorreguts a contrarellotge costa avall. A causa de la contaminació produïda, van haver de passar-se a les bicicletes.

Al principi, ho feien amb bicicletes estàndard de passeig, com que les bicicletes no eren les apropiades, van solucionar el problema creant bicicletes amb peces de motocicletes buscant una barreja més resistent.

Descens amb bicicleta de muntanya a Catalunya:

A Catalunya és un esport molt apreciat però no massa practicat degut a la manca de terrenys, espais especialitzats i recursos.

En zones del Vallès no hi podem trobar moltes zones, però trobem alguns llocs marcats o mini dh a la Garriga, Llinars del Vallès, Riudarenes, etc.

També hi ha una sèrie de competicions per Catalunya anomenades **Copa Catalana de dh**. Aquestes curses són durant l'any natural, és a dir de gener a gener. Cada any hi ha sis curses a diferents llocs de Catalunya.

Actualment el millor líder a nivell català i espanyol és l'Alex Marin, és corredor de l'equip *Saracen* i aquesta temporada participarà a les proves de copa del món i al campionat del món.



Alex Marin competint dh a La Molina

En la nostra opinió, el dh és un esport molt interessant, però no és gaire practicat, ja que hi ha manca d'espais per practicar-lo i és bastant car en comparació amb altres modalitats.

Aquest esport ens posa en contacte amb la naturalesa i això fa que sigui molt net i agradable de practicar.