

CARATTERISTICHE FISIologiche E ANTROPOMETRICHE IN CICLISTI JUNIORES DI DIFFERENTI SPECIALITA' E DIFFERENTI LIVELLI DI PRESTAZIONE

Di: E.Rampinini, P.Menaspà, A.Bosio, D. Carlomagno, M. Riggio, A.Sassi*

***Human Performance Laboratory Sport Service MAPEI, Castellanza, Italy**

Da: Scand J Med Sci Sports 2010 Aug 27

Abstract

Lo studio analizza le caratteristiche antropometriche e fisiologiche di ciclisti juniores di differenti specialità e differenti livelli di prestazione.

I ciclisti sono anche stati classificati non solo a livello antropometrico ma anche all'interno di parametri aerobici e anaerobici, di livelli di specialità e livelli di prestazione, basati su di un ranking stagionale.

Nr atleti studiati	132 ciclisti juniores
Età	16.8±0.6
Altezza	1.77±6
Peso	66.3±6.7

Tab. 1 - Dati antropometrici rilevati

Scalatori	Uphill (UH)
Passisti	Flaterrain (FT)
Allround	All Terrain (AT)
Velocisti	Sprint (SP)

Tab.2 - Dati dei livelli di specialità

Basso Livello	Low Level (LL)
Medio Livello	Medium Level (ML)
Alto livello	High Level (HL)

Tab.3 - Dati dei livelli di prestazione

I risultati delle analisi hanno mostrato che gli **FT** e gli **SP** hanno una stazza più grande rispetto agli **UH** e **AT**. Per quel che concerne i relativi parametri aerobici **AT** e **UH** hanno valori più elevati rispetto a **FT** e **SP** inteso come massimo consumo di O₂ → VO₂max.

AT	69.4±3.6	FT	62.8±4.5
UH	67.5±5.0	SP	61.9±4.1

Tab.4 – Dati dei livelli di VO₂max mL/kg/min

I parametri di potenza anaerobica è stata più elevata per gli **AT** e gli **SP** rispetto ai **FT** e agli **UH**.

AT	16.7±1.1	FT	14.9±1.7
SP	16.6±0.6	UH	14.4±1.7

Tab.5 – Dati rilevati nei test di potenza anaerobica espressa in W/Kg

Per quello che concerne i livelli di prestazione solo l'età e i parametri aerobici risultano differenti all'interno dei valori espressi in VO₂max

HL	67.3±4.9
ML	65.5±5.1
LL	63.3±5.2

Tab.6 – Dati di VO₂max mL/kg/min, in riferimento ai livelli di prestazione

In conclusione i ciclisti juniores testati sono specializzati alla stessa maniera dei ciclisti professionisti e le caratteristiche aerobiche del VO₂max hanno avuto una conferma significativa soprattutto nei livelli di valutazione della prestazione