

□ □ □ □ □ □ □ □

□ □ □ □ □ □ □ **Vivir el ambiente que rodea a las 24 Horas de Chestę** tanto de día como de noche, olvidar lo que

significa dormir cuando uno tiene sueño.

El **CiclesSilvestreTeam** fué a vivir el verdadero espíritu de la resistencia, 24 horas sobre la bici

una prueba que no se no se pueden entrenar, solo se puede preparar.

El **Cicles Silvestre Team** participaba con M^a José Silvestre en individual y con los hermanos Beneyto (Sergi y LLorenç) en dúo masculino (el dúo más joven de los que participaban).

El equipo contaba con la ayuda inestimable de M^a Dolores Millán (ciclista estupenda y entusiasta

de las brevets que ejerció de jefa del equipo), por José Antonio Verdú (fisio), y la asistencia de los padres de

Sergí y LLorenç, Susi y Vicente. Un verdadero equipo de trabajo con ellos, todo es más fácil.



compañía de la 'Las Zavas' está aquí para apoyarlas hora , M^a José se dejó llevar



El ciclismo de resistencia es una actividad que requiere de una gran preparación física y mental. Durante una carrera de 24 horas, el ciclista debe mantener un ritmo constante y resistir el cansancio. La estrategia es clave para lograr un buen resultado. Se debe controlar el ritmo y no gastar demasiada energía en los primeros kilómetros. Es importante hidratarse y alimentarse adecuadamente durante la carrera. El descanso es fundamental para poder completar las 24 horas. La resistencia es una habilidad que se puede entrenar y mejorar con el tiempo. La clave está en la constancia y en la paciencia. Cada ciclista debe encontrar su propio ritmo y su propia estrategia. La resistencia es una prueba de voluntad y de fuerza de voluntad. Es una actividad que requiere de una gran dedicación y de un gran esfuerzo. La resistencia es una actividad que puede ser muy gratificante y que puede ayudarte a alcanzar tus objetivos. Si estás interesado en practicar el ciclismo de resistencia, te recomendamos que te prepares adecuadamente y que te acompañes de un entrenador experimentado. La resistencia es una actividad que requiere de una gran preparación y de un gran esfuerzo. La resistencia es una actividad que puede ser muy gratificante y que puede ayudarte a alcanzar tus objetivos. Si estás interesado en practicar el ciclismo de resistencia, te recomendamos que te prepares adecuadamente y que te acompañes de un entrenador experimentado.



En el momento de salida, una vez que apareció el sol, los ciclistas se dieron cuenta de que el día iba a ser muy caluroso y que quedo mas gente a los tres ciclistas del equipo en



En las 24 horas con
Todo el mundo en la gran final de refuerzo de Sorey y Vireo animando a los ciclistas del equipo



Las últimas horas de la prueba se han vivido con mucha emoción y se ha visto a los ciclistas de Repsol y a los de Movistar. El equipo de Movistar ha estado muy fuerte y ha conseguido ganar la prueba. El equipo de Repsol ha estado muy fuerte y ha conseguido ganar la prueba. El equipo de Movistar ha estado muy fuerte y ha conseguido ganar la prueba. El equipo de Repsol ha estado muy fuerte y ha conseguido ganar la prueba.



El ciclismo de resistencia es un deporte que requiere una gran capacidad de resistencia y una gran habilidad técnica. El ciclismo de resistencia ha



El primer premio en esta categoría lo gana la atleta española que se enfrenta al reto de 24 horas de ciclismo en solitario. En la imagen, la ganadora de la prueba, la ciclista española, celebrando su victoria en el podio.