

Milano Spa
ab. Post.
2003
Legge
304 n. 461
 comma 1,

LISTINO USATO EUROTAX

2,00
euro

Anno 15 n. 9
settembre 2014
mensile

insella

il giornale per chi è in moto

TEST E PROVE

Honda Vultus
Kawasaki Motor RR 50 Track
Honda CBR 1200 RT
Harley-Davidson Street 750
Honda CBR 1190 RX
Honda Integra 750 S
Honda CBR 125 Sprint

CONFRONTO

Kawasaki Ninja ZX-10 R 30th
Honda CBR 1000
"Million"



Moto Guzzi Drago

TEPRIMA 2015

partecipazioni e novità
vedremo ai saloni
di Bologna e di Milano

VINTAGE

come trasformare la
moto normale in
vera "fuoriserie"



KTM
RC 125

In CITTÀ e in AUTOSTRADA con i 125



Yamaha
Tricity 125

46 MOTO NUOVE E A KM ZERO CON SCONTI FINO AL 57%

Saperne di più

I corsi in pista sono utili per la tecnica di guida, ma su strada ci sono anche altre cose da ricordare. Ecco i consigli degli esperti della scuola GSSS-FMI

Cinque regole di sicurezza



La strada è il "terreno di gioco" obbligato per la stragrande maggioranza dei motociclisti. Se si escludono i pochi che vivono la moto come sport e la usano solo in pista o in fuoristrada, quasi tutti noi viaggiamo su percorsi aperti al traffico affrontando ogni giorno automobilisti sbadati, ostacoli fissi e ogni altro imprevisto. Sono pericoli superiori a quelli che corrono Valentino e i suoi amici della MotoGP!

SU STRADA NON CI SONO VIE DI FUGA

Un corso in pista è utile per muovere i primi passi in moto, oppure per migliorare la tecnica di guida, ma serve a poco contro i pericoli di tutti i giorni. Per imparare a guidare bene su strada, cioè in modo sicuro e divertendosi, bisogna fare un corso specifico, come quelli della scuola GSSS in collaborazione con la FMI presso il centro federale di Polcanto (FI). Vediamo le regole fondamentali per la sicurezza che vengono insegnate nei loro corsi, che vi consigliamo caldamente per esperienza diretta.



1. Guidare e mai farsi guidare

La prima regola riguarda l'atteggiamento mentale: bisogna guidare la moto, non farsi guidare dalla moto. Che siate neofiti oppure piloti esperti, quando montate in sella dovete trovare il ritmo di guida giusto per le vostre capacità: non importa se siete più lenti degli amici con cui viaggiate quel giorno, lasciateli andare. Mantenete questa andatura fino a quando riuscirete a eseguire bene ogni manovra e vi sentirete sicuri in ogni aspetto della guida.

Aumentare la velocità (nel rispetto dei limiti) è un passaggio che verrà in seguito.

2. Conoscere e prendersi cura della moto

Per guidare bene una moto è necessario conoscerla, e ciò vale ancora di più se la moto è nuova. Per "conoscerla" non intendiamo "portarla al limite", tutt'altro. Dovete studiare le sue reazioni a bassa velocità, andando in un parcheggio e "giocando" un po' con lei: per esempio verificando il punto di bloccaggio dei freni, quanto affonda la forcella, le reazioni dell'acceleratore a basse velocità. Sembrano piccole cose,

ma in caso di "panic stop" possono fare la differenza. E prima di ogni uscita datele sempre un'occhiata: livello olio, pressione gomme, luci... Con una moto a posto si corrono meno rischi e ci si diverte molto di più.



guidare su strada

3. Curare la posizione di guida

Il primo aspetto da tenere sotto controllo è la posizione di guida. La moto è un oggetto privo di equilibrio: perché abbia un compor-

tamento bilanciato e prevedibile è fondamentale che i pesi in gioco siano correttamente distribuiti. Braccia, gambe, addominali e mo-

vimenti del tronco sono gli elementi principali che permettono di eseguire quella che nei corsi GSSS chiamano la "curva perfetta".

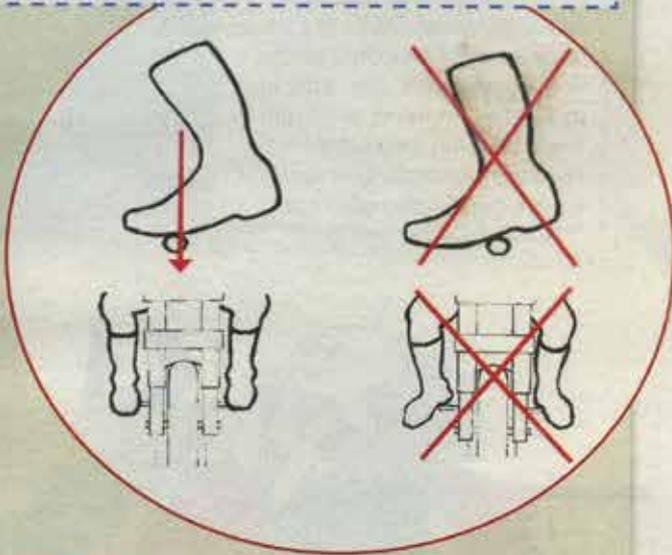


IN POSIZIONE

In curva si deve spostare il busto verso l'interno, seguito dalla testa e da un corretto movimento delle braccia

LA POSTURA È FONDAMENTALE

La manovra più divertente nella guida della moto è la curva. Per eseguirla bene, tutte le parti del corpo devono essere nella posizione corretta. Gli avanpiedi (e solo loro) devono poggiare sulle pedane: in questo modo garantiscono equilibrio e la giusta forza. È importante anche evitare di "stare appesi" al manubrio: le braccia devono stare semiflesse e il peso del busto deve essere sorretto esclusivamente dagli addominali. Per controllarlo, basta provare su un rettilineo a togliere le mani dal manubrio: se il vostro busto resta stabile e non "cade" in avanti, siete nella posizione giusta.



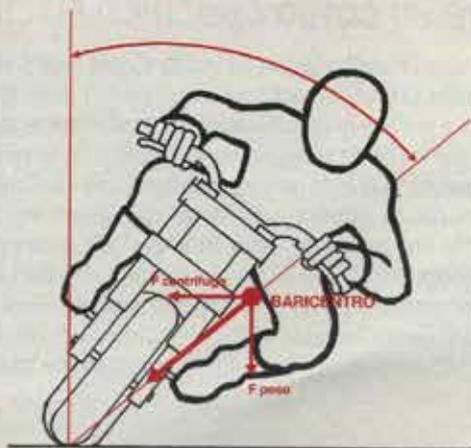
STATE "IN GUARDIA"

Per avere il controllo del mezzo le braccia devono essere semiflesse, senza "strizzare" il manubrio. Qui sopra ecco invece la corretta posizione dei piedi: da evitare assolutamente la posizione "a papera"

L'IMPORTANZA DEL BARICENTRO

Per affrontare in modo corretto una curva è necessario "aiutare" la moto, spostando gradualmente il corpo verso l'interno e cercando di ottenere la maggiore stabilità possibile. In curva infatti sull'insieme moto-pilota agisce la forza centrifuga che inesorabilmente spinge la moto

verso l'esterno. Per compensarla, è necessario spostare il baricentro verso l'interno curva, muovendo lateralmente il busto. Per imparare il movimento, le prime volte sarà utile accentuarlo stando attenti a spostare gradualmente e correttamente braccia, busto e testa.



4. Traiettorie corrette e spazio di corsia

A differenza della pista, la strada è di solito delimitata dalle corsie di marcia. La "sottile linea bianca" che le divide è da

considerarsi come una barriera invalicabile per chi va in moto. Il nostro spazio "vitale" è all'interno della corsia e il nostro

stesso modo di guidare deve tenerne conto. Ecco cosa bisogna fare per stare nella corsia e allo stesso tempo divertirsi.

DOVE METTERE LE RUOTE

Il disegno qui sotto ci aiuta a capire quale sia lo spazio di movimento che permette di guidare in totale sicurezza. Per non sbagliare, dobbiamo immaginare di seguire una specie di "auto fantasma" e restare sempre all'interno della carreggiata disegnata dalle sue ruote (nel disegno sotto, la zona verde). Le due porzioni esterne (in rosso), invece, vanno assolutamente evitate. Quella all'interno della curva è pericolosa perché si è troppo vicini alle auto (o moto) che arrivano in senso contrario. L'esterno, invece, è pericoloso perché la strada è più sporca e offre quindi meno aderenza.

PADRONI DEL MEZZO

In moto ogni movimento deve essere consapevole e ben eseguito, specialmente in curva. Ogni piccolo gesto contribuisce alla buona riuscita della "piega"



DOVE METTERE LE RUOTE

Sulle strade a doppio senso, la "porzione di sicurezza" di una corsia è l'immaginaria carreggiata di un'auto che viaggia al centro della corsia stessa (zona verde). All'interno di essa si corrono meno rischi

IL PENDOLO

Affrontare una curva, a livello fisico, vuol dire contrastare la forza centrifuga. Per ridurre i suoi effetti si può aumentare il raggio della curva, effettuando in entrata una sorta di "pendolo". In una curva a sinistra (disegno a fianco), ad esempio, do-

vremo entrare portandoci prima sulle ruote di destra dell'auto "fantasma" per poi spostarci su quelle di sinistra a centro curva e, in uscita, nuovamente verso destra. In questo modo la curva sarà ben eseguita dal punto di vista tecnico restando (in teoria) lontani dai pericoli.



5. Fare un corso specifico su strada

I corsi di Guida Dinamica Sicura Su Strada (GSSS), nati dall'esperienza delle guide Curve&Tomanti, sono riconosciuti dalla FMI e sono stati i primi a prevedere la formazione su strade aperte al pubblico. Nel corso base Classic si imparano le regole e le tecniche di cui abbiamo parlato in queste pagine, attraverso una "full immersion" di tre giorni con gli istruttori sulle strade dell'Appennino toscoro-magnolo. Per chi vuole poi "salire di livello" c'è il corso Special, oppure il corso OnOff per chi ama lo sterrato. I migliori dei corsi hanno la possibilità di crescere diventando istruttori GSSS. La base dei corsi è il centro federale FMI di Polcanto (Firenze). Prezzi a partire da 565 euro. Per maggiori informazioni www.gsss.it

