

# TUTTO BIKE

## il punto di riferimento per te e la tua bicicletta

Presenta....

### DSC

(Dizionario Sintetico per Ciclisti)

- 1) **Acciaio**: materiale impiegato da tempo nella costruzione di telai anche se ora ha dovuto lasciare spazio a materiali più performanti (anche se più costosi) come alluminio, titanio o carbonio. Continua comunque ad essere utilizzato.
- 2) **Aheadset**: è un sistema per la serie sterzo (per forcelle non filettate) con due fori di collegamento, uno orizzontale per il fissaggio del manubrio e uno verticale per abbracciare il canotto forcella. E' molto apprezzato per la rigidità e la precisione che riesce a trasmettere.
- 3) **AirB**: marca di particolari camere d'aria, cosiddette "anti-foratura"; peccato costino molto di più delle normali.
- 4) **Alloy**: lega di alluminio.
- 5) **Alluminio**: lega metallica molto utilizzata per la costruzione di telai e per vari componenti della bicicletta. Tipici i telai oversize.
- 6) **Ammortizzatore**: organo che assorbe le sollecitazioni agenti lungo il proprio asse attraverso un funzionamento elastico. Il funzionamento può avvenire con molla elicoidale, aria, olio, elastomeri o combinazioni di questi. Nella bicicletta può essere posteriore e anteriore, in questo caso prende il nome di forcella ammortizzata.
- 7) **Archetto**: elemento della forcella ammortizzata, che collega i foderi tra di loro conferendo rigidità.
- 8) **Attacco manubrio**: detta anche "pipa". E' un tubo a forma di "L" che collega l'impugnatura del manubrio al canotto della forcella. Si può regolare in altezza allentando la serie sterzo o un'apposita vite; assieme alla piega costituisce il manubrio vero e proprio.
- 9) **Avancorsa**: è la misura della distanza tra due estremi immaginari definiti dalla proiezione al suolo della verticale passante per l'asse del mozzo anteriore della ruota ed il prolungamento dell'asse verticale del tubo di sterzo. Maggiore è il valore dell'avancorsa più stabile e docile è la mountain bike in curva ed in velocità, ma è più lenta e impacciata sullo stretto. Al contrario, a un minor valore di avancorsa

corrisponde una maggiore reattività e sensibilità sul tecnico e lo stretto rendendo però la guida più nervosa.

- 10) **Bar ends:** le cosiddette "corna", ossia delle appendici tipiche della mountain bike che consentono di allungare la posizione di guida e quindi di diversificarla.
- 11) **Batticatena:** è il rivestimento in materiale plastico che serve ad evitare che la catena batta sul fodero posteriore basso destro rovinandolo, oppure si incastri tra fodero e la copertura. E' presente soprattutto nelle mountain bike, dove gli sbalzi del terreno possono provocare tali inconvenienti.
- 12) **Battuta esterna:** distanza tra i punti di attacco dei mozzi sui forcellini.
- 13) **Bio Pace:** guarnitura ovale studiata al computer e realizzata da Shimano per sfruttare al meglio il gesto della pedalata. L' andamento ovale doveva consentire un minor sforzo - ora non è più in commercio.
- 14) **Biopacing:** ondeggiamento della sospensione posteriore dovuto agli urti causati dalle asperità del terreno sulla ruota.
- 15) **Blocco rapido:** elemento che consente di bloccare le ruote alla forcella o ai foderi con l' ausilio di una semplice leva (open/close) Si trova anche come sistema di fissaggio del canotto della sella.
- 16) **Brake:** dall' inglese, freno.
- 17) **Brasatura:** metodo impiegato per saldare i telai. Anche se ora un po' superata, viene ancora oggi utilizzata in telai di bassa gamma o nei casi in cui si voglia aggiungere rigidità con tubazioni che altrimenti non lo permetterebbero. Alcuni costruttori di telai adottano questo sistema per irrobustire la zona del movimento centrale, da sempre nodo nevralgico delle flessioni del telaio.
- 18) **Cadenza:** frequenza di pedalata, si misura in giri al minuto e viene solitamente indicata con la sigla RPM dall' inglese "rounds per minute".
- 19) **Cambio:** o anche cambio di velocità, è un dispositivo che azionato permette alla catena di posizionarsi in differenti pignoni (del pacco pignoni), sviluppando così una diversa produzione di metri della ruota in base alla pedalata.
- 20) **Cambio al mozzo:** ideale per il traffico urbano, consente di poter cambiare da fermi. E' protetto dagli urti e mantiene la catena allineata con la moltiplica.
- 21) **Camera d'aria:** anello di raccordo tra il copertoncino e il cerchio che, gonfiato alla giusta pressione, dona al copertoncino la giusta elasticità per ottenere aderenza e scorrevolezza. I materiali utilizzati nella produzione di camere d' aria sono principalmente tre: il butyle, il lattice e il poliuretano.
- 22) **Canotto forcella:** detto anche tubo di sterzo, collega la forcella alla pipa passando per la serie sterzo.
- 23) **Canotto reggisella:** detto anche tubo reggisella, sostiene la sella e infilato nel tubo piantone, è regolabile in base alle esigenze del ciclista. Se la sella è avanzata rispetto al canotto, si favorisce una pedalata di forza, se è arretrata, una pedalata di agilità.

- 24) **Cantilever**: archetti del freno fissati ad attacchi solidali con le forcelle. Sono utilizzati nelle mountain bike, anche se ora sono in disuso e vengono sostituiti dai più potenti V-brake.
- 25) **Capocorda**: protezione che si applica su di un filo tagliato (es. al filo dei freni oppure al filo di comando del deragliatore ) per evitare che si sfilacci.
- 26) **Carbonio**: materiale utilizzato per la costruzione perlopiù di telai, è più precisamente un composito: l'annegamento della fibra di carbonio in resine permette di ottenere il materiale che servirà poi alla produzione di telai e accessori. Su strada il telaio in composito risponde in maniera brillante: la risposta allo scatto e la compattezza si avvertono subito, così come la leggerezza e la scorrevolezza sulle strade sconnesse. I problemi che possono nascere da una struttura in composito possono venire da vibrazioni o da "esfoliazione" degli strati di fibra nel caso esistano problemi costruttivi.
- 27) **Cardiofrequenzimetro**: strumento che consente all'atleta di monitorare la sua frequenza cardiaca e quindi il suo sforzo fisico.
- 28) **Carter**: protegge la catena da polvere e agenti atmosferici ed evita contatti con la gamba del ciclista; può ricoprire la catena in modo totale o parziale.
- 29) **Casco**: ne esistono di infinite varietà, di forma e di materiale, l'importante è che sia sicuro e adatto alla persona e al tipo di attività ciclistica che si intende svolgere; è importante che sia ben calzato sulla testa, senza ondeggiamenti, che sia sufficientemente alto sulla fronte da consentire una visuale senza ostacoli e che sia ben munito di bocchette di aerazione. I caschi devono sempre essere muniti di adesivo di conformità CEE. È opportuno usarlo sempre senza alcuna scusante.
- 30) **Catena**: serie di anelli, generalmente metallici, infilati l'uno nell'altro; costituisce un organo flessibile di dimensioni varie e garantisce la trasmissione della spinta sui pedali alla ruota posteriore attraverso i rapporti dentati.
- 31) **Centrata**: operazione che attraverso la regolazione dei raggi, permette di ottenere una perfetta planarità e rotondità delle ruote.
- 32) **Cerchietti**: parte terminale dei fianchi del pneumatico che si inseriscono nelle pareti del cerchione bloccandosi con la pressione del gonfiaggio. Possono essere in acciaio oppure in kevlar per consentire al pneumatico di essere piegato e lo rendono più leggero.
- 33) **Cerchioni**: parte delle ruote collegata ai raggi attraverso i quali le sollecitazioni si trasferiscono ai mozzi. Cavi all'interno per accogliere la camera d'aria e il copertoncino oppure i tubolari, solitamente sono costruiti in lega di alluminio.
- 34) **Chiave dinamometrica**: è uno strumento utilizzato per serrare bulloni, dadi e brugole.
- 35) **City bike**: dall'inglese bici da città, questo termine indica un tipo di bicicletta adatta a spostamenti urbani molto comoda e dotata di luci, parafranghi e portapacchi.
- 36) **Columbus**: marca di tubi per i telai
- 37) **Copertura**: è il pneumatico; può avere il bordo in acciaio o in kevlar, che diminuisce il peso di ogni ruota di quasi 100 g.

- 38) **Comandi cambio:** dispositivi che consentono di muovere il deragliatore o il cambio e conseguentemente quindi di spostare la catena da una corona all' altra o da un pignone all' altro.
- 39) **Corone:** ruote dentate collegate al movimento centrale sulla destra della bicicletta che unite alla pedivella formano la guarnitura. Comunemente sono due nelle bici da corsa e solitamente sono tre nella mountain bike o nelle city bike.
- 40) **Cronoman:** é il corridore specializzato nelle prove a cronometro.
- 41) **Criterium:** competizione a ingaggio che di solito si svolge su di un circuito.
- 42) **Cross country:** tradotto dall' inglese significa "attraverso la campagna", più precisamente vuol dire andare su percorsi accidentati, vivere la bicicletta lontano dalle strade asfaltate. Da questo concetto si snodano correnti di pensiero che danno al vocabolo sfumature diverse.
- 43) **Curva:** o piega, indica la barra che costituisce il manubrio. Curvo nelle bici da corsa mentre è diritto oppure leggermente ondulato nelle mountain bike.
- 44) **Cuscinetto:** si trova sull' asse di rotazione di un organo meccanico.
- 45) **Cuscinetto a rullo:** si trova sull' asse di rotazione del mozzo. Ogni mozzo ne ha solitamente due: quelli a rulli sono destinati a componenti per mtb da gara molto costose.
- 46) **Cuscinetto a sfere:** il tipo "a sfere" e' destinato alle mtb di media gamma benché si possa comunque trovare anche su bici di alto livello
- 47) **Cuscinetto ceramico:** si trova sulla puleggia superiore della gabbia del deragliatore posteriore.
- 48) **Deore:** si tratta di un modello di gruppo prodotto dalla Shimano utilizzato per identificare diverse parti della bici come freni, mozzi, etc.
- 49) **Deragliatore:** dispositivo meccanico che guida e sposta fisicamente la catena di trasmissione. Sono due: anteriore (chiamato più precisamente deragliatore centrale) e posteriore (chiamato anche cambio).
- 50) **Disassamento:** spostamento laterale del mozzo per far posto al pacco pignoni.
- 51) **Distanziale:** spessore di materiale plastico o metallico che serve per separare i singoli ingranaggi nel pacco pignoni.
- 52) **Downhill:** tradotto dall' inglese significa "giù dalla collina", più precisamente è una disciplina legata alla mountain bike e consiste nel percorrere discese con bici rigorosamente full suspended arrivando a velocità elevate nel minor tempo possibile.
- 53) **Elastomero:** e' un materiale gommoso ed elastico che viene impiegato in molte forcelle ammortizzate.

- 54) **Expander**: dispositivo di fissaggio ad espansione che viene utilizzato per il fissaggio meccanico di diverse parti della bicicletta.
- 55) **Ergal**: lega di alluminio utilizzata per componenti dai quali si vuole ottenere una buona leggerezza.
- 56) **Ergopower**: sistema ideato dalla Campagnolo che integra i comandi del cambio alla leva freno (specifico per bici da corsa).
- 57) **Fazzoletti**: parti che si trovano in prossimità di una saldatura e servono da rinforzo alla struttura del telaio.
- 58) **Fermapiedi**: serve per trattenere il piede sul pedale. Ormai poco utilizzato, ha lasciato spazio ai più performanti pedali a sgancio rapido.
- 59) **Filo del freno**: è un cavo metallico che trasmette il comando di frenata proveniente dalle leve dei freni alle leve portapattini. Può scorrere all'interno di guaine poste lungo i tubi del telaio.
- 60) **Fine corsa**: è un fermo fatto a vite che limita l'escursione di un organo meccanico.
- 61) **Finisseur**: corridore particolarmente forte negli attacchi sferrati negli ultimi chilometri.
- 62) **Flangia**: è la parte forata del mozzo da cui partono i raggi.
- 63) **Foderi**: elementi del telaio che ne costituiscono il triangolo posteriore (detto anche carro posteriore). Si dividono in foderi bassi ossia quelli che vanno dalla scatola del movimento centrale e si sviluppano in senso orizzontale sino a collegarsi alla ruota posteriore mediante i forcellini. I foderi obliqui invece sono quelli che partono dal tubo verticale del telaio si sviluppano in senso obliquo sino ai forcellini.
- 64) **Forcella**: parte della bicicletta che ospita la ruota anteriore. Solitamente a due bracci, può essere rigida o ammortizzata.
- 65) **Forcella ammortizzata**: nelle mountain bike è quasi universalmente adottata a sostituzione delle forcelle di tipo rigido. Le forcelle ammortizzate sono costituite dai foderi -al cui interno scorrono gli steli- che contengono gli elementi elastici in grado di permettere il funzionamento (molle, elastomeri, aria compressa, olio o combinazioni di questi).
- 66) **Forcellini**: alloggiamento del mozzo della ruota sia anteriore che posteriore.
- 67) **Freeride**: dall'inglese "giro libero" è difficilmente definibile in modo preciso ed indica un modo di vivere la mountain bike senza limiti e limitazioni (se vogliamo, il versante più estremo della mtb).
- 68) **Freni**: meccanismo di riduzione della velocità che si aziona tirando le leve fissate sul manubrio. Questo fa sì che i pattini dei freni premiano sui lati del cerchione facendone diminuire la velocità.
- 69) **Freni a tiraggio centrale**: freni il cui comando si trova nel mezzo della tenaglia. In questo modello di freni pattini e fili devono essere sostituiti frequentemente, poiché si logorano facilmente con l'uso. Ciò nonostante sono ancora molto usati per la loro potenza.

- 70) **Freni a tiraggio laterale:** freni in cui comando e' fissato lateralmente. Possono essere di tipo lungo o corto e sono particolarmente adatti alle bici da corsa.
- 71) **Front:** abbreviazione di front-suspended, ossia mountain bike dotata di forcella anteriore ammortizzata.
- 72) **Full:** abbreviazione di full-suspended, ossia mountain bike dotata di ammortizzatore sia anteriore che posteriore.
- 73) **Gabbia:** e' il supporto delle pulegge guida catena del deragliatore posteriore (detto anche cambio). Puo' essere "corta" o "media" sui cambi di alta gamma piu' precisi e "lunga" su componenti meno impegnativi. La lunghezza della gabbia puo' incrementare la precisione e velocita' di cambiata ma al contempo puo' limitare la gamma di incroci utilizzabile e di conseguenza il numero di rapporti fruibili.
- 74) **Geometria:** indica la forma del telaio o della forcella; ne esistono di diverso tipo e tutte hanno caratteristiche specifiche.
- 75) **Giranipple:** utensile necessario per la centratura delle ruote.
- 76) **Gregario:** corridore che ha come principale compito quello di aiutare il capitano della squadra, negli anni passati si occupavano anche delle borracce, dei viveri etc.
- 77) **Grimpeur:** con questo termine francese si indica il corridore particolarmente adatto ad affrontare percorsi in salita con continui scatti e in agilita'.
- 78) **GripShift (o Grip):** e' un comando del cambio per mountain bike ideato dalla Shimano che permette il cambio di marcia ruotando a scatti le manopole di impugnatura.
- 79) **Gruppo:** insieme dei componenti che servono, con il telaio, a montare e realizzare una bici (movimento centrale, serie sterzo, deragliatore, pedivelle...). Sono esclusi dal gruppo la sella, il manubrio, la pipa e le ruote. A volte si parla di "gruppo misto" per indicare bici assemblate con parti di gruppi di livello qualitativo diverso, spesso per contenere il prezzo del prodotto finale.
- 80) **Guaina:** tubicini flessibili in materiale metallico rivestiti esternamente in gomma. Servono per ricoprire i fili dei freni o del cambio al fine di proteggerli da sporco e usura. E' sempre opportuno ingrassarli internamente almeno un paio di volte l' anno per permettere una buona scorrevolezza interna dei fili.
- 81) **Guarnitura:** e' l' insieme delle corone e delle pedivelle.
- 82) **Horst:** e' un giunto che permette di rendere attiva la sospensione posteriore delle mountain bike. Esso e' posizionato nel punto di giuntura tra telaio e foderi orizzontali (usato nelle sospensioni di tipo Mac Pherson).
- 83) **Hardtail:** mountain bike senza ammortizzatore posteriore.

- 84) **Impugnature dei freni:** dispositivi di azionamento del freno, sono in genere piatte per le mountain bike e le bici da città mentre sono ricurve per le bici da corsa. Devono consentire il massimo della potenza della frenata evitando lo spostamento delle mani dalla posizione di guida.
- 85) **Incrocio:** può essere riferito al cambio oppure ai raggi.  
 Nel primo caso è detta "incrocio" la situazione che si verifica quando si utilizza la corona di dimensione più ridotta (ossia quella con minor numero di denti) assieme al pignone più piccolo: in questo caso ha un lavoro diagonale della catena che può danneggiare seriamente gli organi di trasmissione.  
 Nel caso si parli di raggi, è detto "incrocio" il numero di volte che il raggio incrocia un altro nel suo percorso dal mozzo al cerchione. Normalmente tutte le ruote hanno incroci, ma ne esistono anche senza: una vera finezza anche se un po' delicate.
- 86) **Indicizzato:** si dice di un comando cambio che associa uno scatto e un click per ogni posizione su pignoni e guarniture. Comune anche sui modelli meno costosi e sulle bici da passeggio.
- 87) **Joke:** elemento a "Y" che collega la scatola del movimento centrale ai foderi orizzontali per aumentare la rigidità del carro posteriore.
- 88) **Kermesse:** breve gara, di solito pianeggiante, tipica nel Belgio
- 89) **Kevlar:** materiale sintetico utilizzato per la costruzione del bordino delle coperture. 5 volte più resistente dell'acciaio e anche più leggero (circa 100 g per ruota), la sua flessibilità permette anche di piegare la copertura per poterla riporre.
- 90) **Leve del cambio:** possono essere posizionate sul tubo obliquo (su bici da corsa di una ventina di anni fa) o sul manubrio (nelle mtb) e sono collegate al deragliatore e al cambio attraverso dei cavi.  
 Le leve possono anche essere integrate ai freni, come nelle bici da corsa (agiscono indipendenti dai freni, con una semplice pressione laterale o verticale fatta a due dita consentendo maggior sicurezza alla guida). Ancora, possono essere rotanti (inserite nelle manopole del manubrio e attivate tramite rotazione del polso (GripShift), sopramanubrio (piccole leve poste sopra il manubrio, ideali per la mountain bike in quanto consentono di cambiare rapidamente marcia tenendo le mani sul manubrio) e sottomanubrio (Push-pull, due leve a scatto poste sotto la curva, ideali per mountain bike).
- 91) **Leve a due dita:** sono leve del freno molto corte, azionabili con l'uso di sole due dita, montate di solito sulle mtb di un certo livello.
- 92) **Mac Pherson:** tipo di sospensione posteriore attiva per mountain bike, nella quale l'ammortizzatore è solidale con i foderi obliqui, mentre i foderi orizzontali sono dotati di giunto Horst.
- 93) **Manubrio:** è composto dalla "curva" o "piega" (parte del manubrio su cui il ciclista appoggia le mani), dalle manopole e dalle leve del freno.
- 94) **Movimento centrale:** asse munito di cuscinetti su cui sono montate le pedivelle. Normalmente si posiziona a circa 29-33 cm da terra per evitarne gli inciampi, ma nelle bici da corsa viene montato più basso per motivi di aerodinamicità.

- 95) **Moltipliche:** corone dentate fissate al movimento centrale e alla pedivella di destra (che insieme compongono la guarnitura); trasmettono, assieme alla catena, il movimento della pedalata.
- 96) **Mozzo:** asse di rotazione delle ruote collegato ai forcellini. E' costituito da cuscinetti, asse centrale e dalle flange da cui partono i raggi.
- 97) **Mtb:** mountain bike.
- 98) **Nastro:** viene avvolto sul manubrio della bicicletta da corsa per consentire un' impugnatura stabile.
- 99) **Nipple:** dado di collegamento del raggio al cerchione. Esso permette, grazie ad un' apposita chiave, la tiratura del raggio per la centratura della ruota.
- 100) **Nodo di sella:** punto di congiunzione del telaio, tra tubo orizzontale, tubo verticale e foderi obliqui.
- 101) **Oversize:** si chiamano cosi' i tubi per telaio che sono di misura superiore all' usuale. E' una caratteristica particolare dei telai in lega d' alluminio che necessitano di maggiore robustezza (dato le doti inferiori di resistenza del materiale) e che quindi vengono costruiti con tubi di sezione di maggiore.
- 102) **Pacco pignoni:** insieme dei pignoni montati sulla ruota libera. Di solito vanno da un minimo di 6 ad un massimo di 10 per la bici da corsa.
- 103) **Passista:** specialista delle corse in linea senza grandi salite.
- 104) **Pattini:** parte del corpo freno che, premendo sul cerchione, ferma per attrito il moto rotativo della ruota. I pattini vanno sostituiti quando consumati.
- 105) **Pedal feedback:** effetto negativo causato dal funzionamento dell' ammortizzatore posteriore che, qualora non bloccato, smorza la forza della pedalata.
- 106) **Pedivella:** elemento che collega il movimento centrale ai pedali. Permette il trasferimento della spinta sui pedali alle corone e quindi alla catena. Le pedivelle di una bicicletta sono due: destra, collegata alle corone, e sinistra. La pedivella ha lunghezza compresa tra i 165 ed i 180 mm e va scelta in relazione alla struttura fisica del ciclista e alla tipologia di bicicletta. In genere nelle mountain bike sono di 170 mm, mentre nelle bici da corsa sono di 175 mm.
- 107) **Piantone:** puo' essere dello sterzo oppure della sella. Il piantone della sella e' detto anche "tubo verticale" e determina l' altezza del telaio. E' proporzionale alla lunghezza della gamba e dei piedi del ciclista. Una corretta lunghezza del piantone aumenta la forza d' azione ed il comfort. Nelle mountain bike puo' essere più corto che nelle bici da corsa.
- 108) **Pignone:** è costituito da una o più ruote dentate fissate sulla ruota libera che trasmettono alla ruota posteriore il movimento espresso dalla catena. E' la parte posteriore del cambio.
- 109) **Pipa:** vedi "attacco manubrio".
- 110) **Placchette:** attacchi in plastica che vanno fissati alle soles di apposite scarpe e che servono a bloccare la scarpa al pedale. Sono utilizzate nei pedali a sgancio rapido.

- 111) **Pompa:** serve per gonfiare la ruota della bici. E' costituita da un corpo tubolare in cui corre uno stantuffo azionato dalla spinta manuale del ciclista. Puo' essere fissata sul telaio, sotto la sella o accanto al porta borracce.
- 112) **Portapacchi:** possono essere montati sia anteriormente che posteriormente, sono fissati al telaio tramite delle viti. Possono anche supportare apposite borse da viaggio.
- 113) **Prolunghe:** dette anche "corna", sono delle appendici che servono per avere una posizione diversa di guida e nelle bici da corsa per avere una posizione piu' areodinamica. Possono essere diritte, oppure leggermente ricurve.
- 114) **Protesi:** estensioni sul manubrio che favoriscono una posizione bassa e quindi areodinamica, oggi vengono usate principalmente nel triathlon
- 115) **Puleggia:** e' una piccola rotellina dentata a guida-catena; nel deragliatore posteriore ve ne sono due.
- 116) **Radiale:** tipo di montaggio dei raggi detta "diritta" o "non incrociata" che conferisce alla ruota maggiore resistenza alle sollecitazioni e comfort. Indicata per i freni a disco, la ruota montata in radiale consente una facile centratura ed una migliore distribuzione della tensione provocata dalle flange del mozzo. Di contro, il montaggio radiale riduce la robustezza e la rigidita' della ruota.
- 117) **Raggi:** cilindretti in materiale metallico che vanno dal mozzo al cerchione, unendosi a quest' ultimo attraverso i nipples. Sono generalmente 24-32 per la strada e 32-36 per la MTB e di norma hanno una disposizione incrociata partendo dal mozzo (montaggio "in terza" o "in seconda" a seconda del numero dei raggi che ogni raggio incrocia). Piu' rara e' la disposizione radiale che parte dal centro del mozzo e va diritta verso il cerchione, senza alcun incrocio. I raggi possono avere diametro uniforme o essere piu' grossi alle estremita' e piu' sottili al centro, prendendo in questo caso il nome di "raggi sfinati".
- 118) **Rapporto:** combinazione di ingranaggi tra corona e pignone.
- 119) **Razze:** sono ruote con bracci in lega leggera che sostituiscono i normali raggi; nelle mtb vengono poco utilizzate in quanto rendono la ruota troppo rigida.
- 120) **Ruota Libera:** montata sul mozzo posteriore insieme al pacco pignoni, e' denominata libera perche' consente alla ruota di girare liberamente quando non si pedala. Puo' essere di due tipi: quella che si avvita al mozzo e quella che si adatta alla scanalatura del mozzo.
- 121) **Ruota lenticolare:** particolare ruota utilizzata sulle bici da corsa solitamente solo sul posteriore per le prove a cronometro in quanto aumenta l' areodinamicita' . Sono riconoscibili per la totale chiusura a guscio nella parte normalmente occupata dai raggi.
- 122) **Sella:** parte della bici su cui ci si siede. Il suo telaio puo' essere fabbricato in diversi materiali. La sella puo' essere imbottita per una maggiore comodita' .

- 123) **Serie sterzo:** e' il fissaggio regolabile del gruppo sterzo che, grazie ai cuscinetti interni, permette la rotazione della forcella.
- 124) **Servo?wave:** si tratta di una leva freno che grazie ad un meccanismo particolare permette la riduzione dello sforzo.
- 125) **Sistema misto:** e' una tipologia di composizione dell' elemento elastico dell' ammortizzatore. Il sistema misto e' composto da molle-olio, molle-elastomeri oppure aria-molle o aria-olio.
- 126) **Slooping:** tipico nelle mtb, e' una particolare geometria di telaio (detta "a triangolo ribassato") caratterizzata da un tubo di sella corto e di conseguenza da un tubo orizzontale inclinato. Lo slooping conferisce maggiore rigidita' al telaio.
- 127) **Sopramanubrio:** piccole leve poste sopra il manubrio, ideali per la mountain bike in quanto consentono di cambiare rapidamente marcia tenendo sempre le mani sul manubrio.
- 128) **Sospensione attiva:** sospensione che consente il funzionamento dell' ammortizzatore in tutte le condizioni del fondo stradale.
- 129) **Sottomanubrio:** due leve a scatto poste sotto la curva, ideali per mountain bike.
- 130) **Spd:** acronimo di Shimano Pedaling Dynamics, ossia pedali a sgancio rapido. Ad oggi sono prodotti da molte altre case ma ormai la sigla della casa identifica l' intera categoria dei pedali, che vengono impiegati sia sulla mountain bike sia sulle bici da strada (SPD-R). Essi consentono una presa ottimale sul pedale e una migliore spinta su di esso ad al contempo permettono al pedale di sganciarsi facilmente dalla scarpa in caso di fermate impreviste.
- 131) **Sprinter:** è lo specialista delle volate.
- 132) **Stayer:** mezzofondo , specialmente dietro motori
- 133) **Sterzo:** meccanismo che permette di mutare la direzione di marcia della bicicletta agendo sulla ruota anteriore.
- 134) **Surplace:** tecnica molto usata nelle corse su pista, consistente nello stare fermi "sul posto" per farsi precedere dall' avversario che quindi si portava davanti in posizione svantaggiosa.
- 135) **Tagliacatena:** utensile ideato per estrarre dalla catena i perni in caso di rottura o necessità di sostituzione.
- 136) **Teflon:** materiale plastico utilizzato per la sua proprietà di basso coefficiente d'attrito; si trova impiegato nelle guaine.
- 137) **Telaio:** può essere di diversi tipi e costituito da materiali diversificati, quali, ad esempio, alluminio, carbonio, titanio, etc.

- 138) **Tendicavo:** vite impiegata per regolare la micrometrica di parti meccaniche in cui sono presenti dei cavi, ad esempio i freni.
- 139) **Tig:** tipo saldatura realizzata mediante arco elettrico, impiegata per i telai.
- 140) **Titanio:** lega metallica molto resistente e leggera; è ideale per le bici da corsa.
- 141) **Trasmissione:** è l'insieme degli organi meccanici che azionati dalla spinta della pedalata conferiscono il moto alla bicicletta.
- 142) **Tripla:** dicesi di guarnitura a tre corone (tipica di mtb e city bike).
- 143) **Tubeless:** dall'inglese senza camera d'aria, è un pneumatico molto simile a quelli utilizzati per le moto o per le auto, che non prevede camera d'aria in quanto l'aria viene contenuta tra copertoncino e cerchione. Questo sistema presentato nel 1999 doveva essere rivoluzionario per il mondo della mountain bike in quanto doveva diminuire il rischio di forature e permetteva di gonfiare il pneumatico ad una pressione minore con evidenti vantaggi di trazione. Alcuni problemi tecnici però, hanno fatto diminuire l'interesse iniziale. Comunque su alcuni tipi di fondi questo pneumatico resta una buona soluzione e ha conquistato l'interesse di molti.
- 144) **Tubolare:** specie di copertoncino realizzato di solito in tela, con la sezione "chiusa" cioè con la camera d'aria cucita all'interno; venivano fissati al cerchio con della mastice che ne assicurava la stabilità sulla gola.
- 145) **Tubo dello sterzo:** connette la forcella ed il manubrio tramite la pipa, consentendo di sterzare.
- 146) **Tubo obliquo:** chiude il triangolo del telaio, saldando fra loro la scatola del movimento centrale ed il tubo dello sterzo.
- 147) **Tubo orizzontale:** determina la lunghezza del telaio in proporzione alla misura del tronco del ciclista sommata a quella delle braccia. Nelle mountain bike può essere inclinato in basso posteriormente, consentendo un maggiore comfort al ciclista e il rafforzamento del telaio. Nelle bici da corsa è in genere orizzontale.
- 148) **Tubo piantone:** tubo che determina l'altezza del telaio e che parte dal movimento centrale e si sviluppa in verticale fino ad incrociare il tubo orizzontale. Nella parte superiore esso ospita il canotto reggisella.
- 149)
- 150) **U?Brake:** tipo di freno che veniva solitamente montato posteriormente nelle mtb. Esso era dotato di molta capacità di frenata, ma dato il suo elevato peso non è più stato utilizzato.
- 151) **V?Brake:** tipo di corpo freno a tiro diretto con leve lunghe, molto modulabili e più potenti dei tradizionali cantilever.
- 152) **Velocista:** è il corridore particolarmente dotato negli sprint.

153) **X-Country:** (XC) sta ad indicare gare di mountain bike che si svolgono in un percorso chiuso da ripetere più volte.

---

Questo DSC è stato realizzato dal web master per conto di **TUTTO BIKE**.  
Il lavoro è frutto di una ricerca effettuata su altri siti, che in questa sede si ringraziano per il parziale contributo. Successivamente sono stati scelti i termini più significativi.  
Vogliate segnalare ulteriori termini o indicare eventuali anomalie.

Il Web Master