

O que é Audax?

As principais provas mundiais de ciclismo realizadas são: Campeonato mundial de ciclismo, Tour de France, Giro D'Italia, Volta da Espanha, Paris-Roubaix, Milan-San Remo. Essas provas consistem, em sua maioria, de competições de velocidade.

As provas de Audax são disputas de altíssima resistência e orientação em estradas, geralmente pavimentadas, destinadas também para praticante iniciante e ciclista de final de semana, não necessitando ser um atleta com bom desempenho. Este fato justifica a participação de muitos ciclistas. As provas Audax exigem disciplina e superação dos limites.

Não é uma competição, embora possa acontecer uma disputa sadia entre os participantes: o maior desafio é superar os próprios limites, pedalando cada vez mais longe. Por não ser competição, possibilita ao participante pedalar longa distância, com um mínimo de segurança, em companhia de amigos e conhecendo novas pessoas.

Pedalar longa distância representa a necessidade de enfrentar calor, frio, sono, vento contra, longos declives, aclives e estradas sem curvas, escuridão da noite, solidão (algumas vezes) e outras dificuldades e perigos das estradas brasileiras. Também representa ter autonomia, preparo psicológico, conhecimentos e vontade de superar desafios. Exige reservar um tempo na vida para realizá-la, pedalar como se vivesse desde sempre sobre uma bicicleta ou como se fosse a única coisa a ser realizada para sempre. De certa forma, é esquecer o mundo real e brutal do cotidiano, reduzindo o stress e tentando superar tudo por um objetivo, sobre uma bicicleta.

São poucas as restrições para participar desta modalidade. Esse fato, aliado às possibilidades de participação de ciclistas de diversas idades e com os mais variados modelos de veículos, favorecem a participação de novatos, pessoas de todas as idades, casais, e outros que pouco praticam esse ou outro esporte.

Todo tipo de veículo propulsionado unicamente pela musculatura humana (HPV) é permitido: reclinadas, tandems, triciclos, mountain bikes, Down Hill, speeds, tourings, patins, patinetes ou bicicletas Audax (uma espécie de touring de cromo muito leve, com pára-lamas e dínamo, muito usada nos Audax francês e inglês). Não há restrições quanto a tamanho das mesmas ou dos pneus e aros.

Todo participante deve assinar um Termo de Responsabilidade, onde consta que respeitará as leis de trânsito e a Natureza, informará a Organização de qualquer perigo e usará equipamentos de segurança. Além disso, todo participante poderá apresentar atestado médico, informando que está em plenas condições físicas para participar da prova.

O equipamento obrigatório é levado muito a sério, por questões de segurança e pelo fato de se pedalar muito durante a noite, em alguns Audax. São necessários colete refletivo, capacete, luz traseira e luz frontal (com possíveis pilha, ou baterias extras).

Não é permitido nenhum tipo de apoio móvel. Somente nos Postos de Controle (PC's) o participante pode receber ajuda externa. Tais Postos de Controle estão localizados, geralmente, a cada 50 km, onde o ciclista é obrigado a parar, para carimbar o Passaporte que possui em mãos.

A maioria dos participantes carrega uma certa bagagem: luvas, capa de

chuva, casaco, câmeras reservas (no mínimo, duas), ferramentas, pilhas, kit farmácia, fitas anti-furos (como a “Mr. Tuffy”, por exemplo), bomba de ar, kit conserto, roupa adequada para ciclismo (de preferência, com cores claras), caramancholas (“squeezes”), alimentos energéticos, como barras de cereais, salgados (castanhas, nozes, amendoins, etc.), doces (“mariolas”, “Power Bar”, etc.), líquidos repositores isotônicos, ou mesmo água, já que o Audax é realizado em qualquer condição climática.

Para o apoio logístico e fiscalização no trajeto, há as concessionárias ao longo do trajeto, também com a autorização e presença essencial das Polícias Rodoviárias Estadual e Federal.

Brevets

Em cada etapa são distribuídas medalhas e um Certificado de Participação para os que completarem o tempo máximo exigido. Além disso, todos os atletas que completarem a prova recebem um “brevet”, que habilita o atleta a participar da etapa seguinte.

As competições são organizadas da seguinte maneira: para o brevet de 200km, não há requisito prévio. Ele habilita à participação no brevet de 300km. Assim, conquista-se a participação na etapa de 400 km, chegando ao ponto final da série: 600 km. Depois disto tem 1.200 km, praticado fora do Brasil.

Os brevets têm um tempo máximo para serem completados, da seguinte maneira:

DISTÂNCIA KM	TEMPO MÁXIMO
200km	13h30min
300km	20 h
400km	27 h
600km	40 h
1.200km	90 h

Um pré-requisito para concluir a prova é a observância do tempo limite para chegada. Para tanto, é importante manter um bom ritmo de pedalada, saber dosar e economizar energia, alimentar-se corretamente, além de treinar, para manter o preparo físico. Quanto maior o percurso do Audax, maior a necessidade de planejamento e de bons equipamentos, como a bicicleta, os acessórios e o vestuário.

Praticamente todo ano há brevet de 1.200 km em alguma parte do mundo, sempre organizado pelo ACP (Audax Club Parisien). No entanto, a cada quatro anos, na França, é realizada a competição Audax PBP (Paris-Brest-Paris), o mais famoso dos brevets. Com 1.225 km de extensão, essa prova é "Copa do Mundo" dos ciclistas de longa distância e chega a reunir 4 mil ciclistas.

Por todas essas características, o Audax não é prova para criança. Comprovação disso é a média de idade dos participantes nas provas. No PBP de 2003, por exemplo, a média de idade foi de 44 anos. Já no PBP de 2007, a média de quem largou foi de 49,7 anos e a média de quem completou foi de 48,7 anos.