

Tuhost podrážky u FORCE cyklistických treter a její vysvětlení

Tuhost podrážky je důležitou a klíčovou vlastností, která úzce souvisí s nákupem cyklistických treter – čím tužší podrážka, tím lepší přenos síly do pedálů. Je udávána indexem tuhosti.

Význam tuhosti v závislosti na typu užití

- 1) **Turistické** tretry odpovídají požadavkům rekreačních cyklistů. Jsou tužší než běžné tenisky, ale zároveň přizpůsobeny k chůzi na kratší vzdálenosti. Mají podrážku z gumy, která umožňuje montáž tzv. kufrů (díl, který se montuje na podrážku tretry a slouží jejímu nacvaknutí na pedál) Index tuhosti se u turistických treter pohybuje v rozmezí hodnot 2-5.
- 2) Modely **sportovních/výkonnostních** treter jsou ideální volbou pro hobby sportovce. S rostoucí cenou se zlepšují vlastnosti tretry, které místo rekreačního zaměření začínají klást důraz na výkon potřebný k rychlé a efektivní jízdě. Tyto tretry obsahují obvykle plastové - kompozitové podrážky a svršek vyznačující se dobrou prodyšností se zapínáním na suchý zip, příp. kombinaci s kolečkem a celkovou nižší hmotností. Index tuhosti je v rozmezí 6-10.
- 3) Pro vrcholové sportovce jsou určeny **závodní** tretry, které kombinují nejlepší vlastnosti k dosažení co nejlepšího výkonu. Zde se setkáváme s touhou podrážkou z karbonu, vynikající prodyšností, minimální hmotností a zapínáním pomocí lanek, která se ovládají nejčastěji dvěma otočnými kolečky za účelem pevného utažení na noze. Tretry nejsou určeny k delší chůzi. Index tuhosti se u nejlepších závodních modelů pohybuje v rozmezí 11-13.

Upínací systémy u cyklistických treter FORCE a jejich vysvětlení

Typ upínacího systému doplňuje tuhost podrážky a má významný vliv na výkon sportovce. Pevné utažení a spojení tretry s nohou minimalizuje ztráty vynaložené energie při výkonu sportovní aktivity.

Nejlepší modely určené pro vrcholové sportovce využívají upínací systém pomocí tenkých lanek, která se ovládají nejčastěji pomocí dvou otočných koleček. Tento způsob s sebou přináší pro vrcholového sportovce snadnou manipulaci s možností upravovat utažení při jízdě na kole bez nutnosti sesednout z kola.

Výkonnostní či rekreační modely využívají upínací systémy na suché zipy, zapínání na přezky či kombinaci suchého zipu s přezkou či kolečkem.

Při výběru tretry je třeba zvážit, co kterému jezdcovi individuálně nejvíce svědčí.



What you need to know about sole stiffness in FORCE cycling shoes

Sole stiffness is an important and key attribute, closely related when buying a new cycling shoe. The stiffer it is, the better power transfer efficiency you can get to pedals from your legs. It is determined with a stiffness index.

The importance of stiffness depends on usage

- 1) Tourist shoes fit to requirements of hobby cyclists. They are stiffer than regular sneakers, but at the same time they adapt to walking short distances. Rubber sole allows cleats mounting (part that is attached to the sole of the shoe with two, three or four bolts, engages with the specific pedal when you push down on it). For tourist shoes you can find the stiffness index between values 2 and 5.
- 2) Sport cycling shoes are an ideal choice for advanced athletes. With rising prices, the features of the shoe improve. Emphasis is oriented on riders performance and comfort, using firm outsole from nylon composite, high breathability and lower weight. It is not recommended to use for walking. Stiffness index is between 6 and 10.
- 3) Racing cycling shoes are designed for professional athletes with combination of best attributes for reaching high performance. Outsole is produced from carbon-fiber, which provides ideal power transfer. Breathability reaches top level and overall weight is at minimum. Stiffness index is between values 11 and 13.

The importance of closure system

Type of closure system completes sole stiffness and provides a significant effect on riders performance during training rides. Tight fit and close connection of the shoe with riders foot increases efficiency of power transfer and minimizes power losses.

TOP models related to professional athletes offer a closure system with thin steel laces. These are controlled with help of two rotational wheels. This way of closing a cycling shoe brings simple manipulation with the option to adjust tightening while riding a bike.

Performance models for regular riders use velcros, buckles or combination of velcros with buckle or wheel.

When choosing cycling shoe, it is necessary to wisely consider personal needs of every rider, since the best cycling shoes do not exist and each rider might find a pair that works best for her or his personal needs and feet.

