

20 | 1º PASSEIO EM ALJEZUR "ENTRE A SERRA E O MAR"

Organização: Sector de Desporto da C.M. de Aljezur. **Localização:** Aljezur. Evento com 45 km, de dificuldade média. Preço: 10 €. Inscrições até ao dia 20 de Maio. **Contactos:** 969 530 273 ou www.cm-aljezur.pt.

29 | PASSEIO SERRA DA ESTRELA

Organização: Gitana Bike & KTM. **Localização:** Serra da Estrela. Preço: 10 euros. Haverá o sorteio de uma KTM no valor de 400 €. Inscrições até dia 15/05. **Contactos:** 275 314 312 ou campismopiao@hotmail.com.

29 | MARVÃO E AS SENDAS MEDIEVAIS

Organização: BTTour. Evento de nível 5, com cerca de 58 km. **Localização:** Marvão. **Contactos:** www.bttour.com ou 919 431 010.

29 | POR TERRAS DE MATO

Organização: Grupo R. D. Cabeça Gorda. **Localização:** Cabeça Gorda. 70 km (livre), 35 km e 15 km (para crianças a partir de 10 anos). Inscrições: 10 € (até dia 25 de Maio). **Contactos:** 963 539 511, 914 930 944, ou btt.ferobico@sapo.pt.

29 | PASSEIO NA MUCIDEIRA

Organização: Grupo Serrabaixo. **Localização:** Mugideira. Concentração: 9h. 35 km dificuldade média, 5 € (com almoço: 10 €). Seguro não incluído. Inscrições até 18 de Maio (no próprio dia do passeio acresce 50 %). **Contactos:** 965325845, 917599 450 www.serrabaixo.pt.

29 | 3º ENDURO FRESNDE S. BRÁS

Contactos: 289845042, 962858418 ou b.c.s.sbras@clix.pt

29 | 1º PASSEIO

VILA DE BARROSELAS

Organização: Clube de BTT de Barrocelas. **Localização:** Barrocelas. Concentração: Complexo Desportivo local. Evento com almoço, música ao vivo, prémios, entre outras surpresas. **Inscrições:** entre 4 e 11 €. **Contactos:** <http://bbt.planetaclix.pt>, ou joel.maci@clix.pt

JUNHO

4 e 5 | NAVE DO BARÃO

Organização: Bike a Sul. Interligado com a prova do Inter-Regional. **Contactos:** Geral@bikeasul.com

4 a 16 | CAMINHO DA PRATA DE SANTIAGO

Organização: Descaminho. **Contactos:** 212 188 061, geral@descaminho.com e www.descaminho.com.

5 | RAID

ALVALADE-PORTO COVO
Organização: BIKE Team. Concentração: Largo do Jardim. **Localização:** Alvalade. **Contactos:** www.alentodigital.pt/f-c-alvaladense.

5 | VALES E SERRAS

Organização: Câmara Municipal de Grândola. **Localização:** Grândola. Inscrições: 5 euros (com almoço: 13 euros). Concentração: 8h30 no Complexo Desportivo Municipal José Afonso. **Contactos:** 269 450 000 ou www.cm-grandola.pt.

12 | 10 KM NO POCEIRÃO

Organização: Sociedade Recreativa e Instrutiva 1º de Janeiro. Evento com cerca de 110 km. **Localização:** Lagoa do Calvo, no Poceirão. **Contactos:** 935 990 246; ou sociedade1janeiro@hotmail.com.

18 | BTT AO LUAR - 6ª EDIÇÃO DO PASSEIO NOCTURNO

Organização: "Rampinhas". **Localização:** Via-

na do Castelo. Grau de dificuldade médio. Início às 21h e chegada prevista para as 24h, seguido de jantar. **Contactos:** 964 165 009 ou 963 093 544.

18 e 19 | 24 HORAS DE BTT

Organização: BIKE Team. **Localização:** Preença-a-Nova. Evento para equipas de quatro ou oito elementos, ou individuais. Ganha quem fizer mais voltas num circuito com 14 km. **Contactos:** 218 510 454, ou www.escolaaventura.com.

18 | TRILHO LOUCO

Organização: Departamento de Desporto da C.M. de Cascais. **Localização:** Malveira da Serra. Concentração às 10h. Evento com cerca de 20 km. A inscrição deve ser feita obrigatoriamente até à quarta-feira da semana da actividade. **Contactos:** 214 825 581 ou desporto.div@cm-cascais.pt.

23 | TRANSPORTUGAL GARMIN

Organização: CiclonaTur. **Contactos:** www.ciclonaTur.pt, ciclonaTur@netcabo.pt ou 214 170 907.

26 | RAID BTT EM SINTRA

Organização: Divisão de Desporto da C.M. de Sintra, em conjugação com a C.M. de Cascais. **Localização:** Sintra. Passeio com 60 km. **Contactos:** 219 236 142.

26 | TRAVESSIA SINTRA - CASCAIS

Organização: Departamento de Desporto da C.M. de Cascais. Início nos Paços do Concelho de Sintra, às 9h. Evento com cerca de 54 km. A inscrição deve ser feita obrigatoriamente até à quarta-feira anterior da semana da actividade. **Contactos:** 214 825 581 ou desporto.div@cm-cascais.pt.



Previne e repara Os Furos
Disponível versão para **tubeless**

Como funciona?

Uma vez dentro do pneu, Slime distribui-se de forma homogénea graças à força centrífuga. Quando há um furo, Slime tapa a zona perfurada, criando uma capa flexível e de longa duração.

O que é o Slime?

Slime é uma mistura de fibras, polímeros e coagulantes, que não são inflamáveis. E não danifica o meio ambiente. Slime tapa os furos automaticamente e de forma contínua, durante 2 anos. Slime não é um aerosol.



Team Bike, S. L.

info@teambike.es

BIKE Magazine: Vítor, actualmente quantas lojas Bike Zone existem no país?

Vítor Sá: Neste momento existem oito lojas, sendo cinco delas "franchising".

BIKE: No curto prazo esperas abrir mais lojas?

VS: Nos próximos três anos espero ter até 25 lojas.

BIKE: Como é que funciona o teu modelo de "franchising", isto é, que contrapartidas exiges e o que é que ofereces a quem quer abrir uma loja Bike Zone?

VS: Aquilo que nós oferecemos é o "know-how" e a experiência de dez anos no mercado, toda a imagem da Bike Zone e as marcas com que habitualmente trabalhamos, a qualidade do serviço e a gestão. Além disso, poderá trabalhar com todas as marcas negociadas pela Bike Zone. Muitas das margens (de lucro) são melhores do que as trabalhadas com os importadores; há uma grande redução de custos em termos de marketing, porque nós tratamos de toda a imagem, publicidade, mesmo na questão de transporte e dos portes de envio a redução é significativa. Outro pormenor de destaque é a

existência da loja virtual Bike Zone online, a qual tem cerca de 40 mil visitantes por mês. Os donos da loja só têm praticamente de vender o produto.

BIKE: O teu objectivo é criar uma "imagem" Bike Zone, tendo como pilar a qualidade do serviço?

VS: Nós já criámos uma marca, ao longo dos anos. Penso que já estabelecemos um padrão de qualidade em que as pessoas, ao entrarem numa das nossas lojas, já se identificam com o espaço.

BIKE: Como têm evoluído as vendas?

VS: Todas as lojas estão acima dos objectivos a que nós nos propusemos, cada uma, claro, à sua dimensão. A título de exemplo, a loja de Lisboa foi um sucesso enorme, muito acima do que estávamos à espera, noutras não há assim tanta evolução, mas todas tendencialmente a crescer. (...) Nós só abrimos lojas em sítios que sabemos que vão funcionar (pelo menos teoricamente), há muita gente interessada, mas nalguns casos não avançamos porque achámos que não reuniam as condições necessárias.

BIKE: Uma pessoa que queira abrir uma loja Bike Zone, que requisitos deve reunir para poder propor um "franchising"?

VS: Antes de mais, e o mais importante, é ter o suporte financeiro necessário, que depende da localidade, e de outros aspectos. Nós fazemos um estudo tendo em conta a população do local, e a partir daí definimos a área que a loja deverá ter. O investimento inicial depende um pouco disso. (...)

BIKE: Par quem estiver interessado em vos contactar com vista a saber mais informações acerca da possibilidade de estabelecer um "franchising" Bike Zone, qual é o vosso contacto?

VS: Podem-nos contactar para dois e-mails: franchising@bikezone.com.pt ou info@bikezone.com.pt.



ACEITA O DESAFIO

24 HORAS A PEDALAR!

Desafio pessoal extremo ou prova de equipal? A 3ª edição das 24 Horas BTT de Proença-a-Nova tem lugar no fim-de-semana de 18/19 de Junho, em noite de lua cheia! Forma uma equipa, de 4 ou 8 elementos, ou participa sozinho. A partida é dada ao meio-dia de Sábado e a chegada é ao meio-dia de Domingo. Ganha quem fizer mais voltas a um circuito com cerca de 14 km. O ano passado, quase 300 pessoas enfrentaram este evento único em Portugal - e o vencedor da categoria individual pedalou mais de 280 km! Entra para a história da edição 2005, onde são esperados 500 participantes. Para mais informações, contacta 218 510 454, ou visita o site www.escolaaventura.com.

DICAS

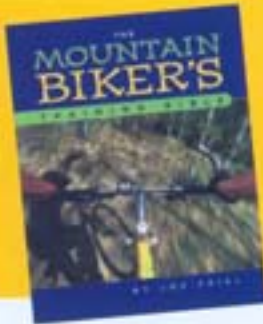
INTERNET | MULTIMÉDIA | LEITURA



SITE

<http://mexa-se.idesporto.pt>

Este mês não te trazemos um site visualmente bombástico sobre bikes, antes, sugerimos-te que conheças melhor o site de uma das mais interessantes campanhas para a promoção da prática desportiva regular como forma de melhorar a qualidade de vida. Lançado pelo Instituto do Desporto de Portugal este programa tem por principal objectivo levar as pessoas a adoptar uma prática desportiva adequada à sua idade e condição.



LIVRO

THE MOUNTAIN BIKER'S TRAINING BIBLE

Joel Friel, um dos maiores experts em preparação para desportos de resistência traz-nos um livro fundamental para os que pretendem aprofundar os conhecimentos sobre metodologia do treino, fisiologia e preparação específica para o BTT. Bem estruturado e com muitos exemplos práticos o livro torna-se muito fácil de consultar. Podes comprá-lo na livraria Amazon, em www.amazon.com, custa 19,85€



DVD

SUMMER ONE

Ai está o primeiro DVD de surf nacional. E é por essa razão que decidimos dar-lhe este espaço, normalmente reservado ao Free-ride. Porque nem só de BTT vive o homem. David Luis, Justin Mujica, Ruben Gonzalez, Tiago Pires e grandes nomes internacionais, fazem das suas neste filme, de Tito da Costa e com banda sonora 100% lusa: Blasted Mechanism, Cool Hipnose, Blind Zero, Braindead, etc. A não perder. Metropolitana - 212 748 223.



CD

MOBY HOTEL

Um dos mais brilhantes músicos do presente está de regresso com o seu Hotel. O poderoso Lift Me Up é o single escolhido para nos apresentar o álbum mais pessoal e surpreendentemente nostálgico da carreira de Moby. Uma boa mão-cheia de temas são tributos que o músico faz ao New Wave em que cresceu. A voz doce de Laura Dawn cruza-se algumas vezes pelos corredores deste Hotel que promete ser um dos maiores acontecimentos musicais deste ano.