**Diari de la neu, 02/06/20**

# Els 5 millors articles publicats sobre el descens en bicicleta a les estacions d'esquí

## Articles per saber més sobre els bikeparks del Pirineu català i la pràctica del descens



Els 5 millors articles publicats sobre el descens en bicicleta a les estacions d'esquí *Autor/a: Facebook Pal*

**Avui us presentem 5 articles que us poden ser d'interès per iniciar-vos en el descens en bicicleta, també conegut amb l'abreviatura DH (Downhill, en anglès). Són articles que també us poden ajudar a saber més sobre els bikeparks del Pirineu.**

La relació d'articles que us proposem.

### 1 • Els 10 consells bàsics per als qui es volen iniciar en el descens en bicicleta (DH)

En els darrers anys el DH (descens en bicicleta per la muntanya) ha anat guanyant adeptes. Al Pirineu hi ha instal·lacions molt adients per a practicar-ho, i el cert és que en tenim ben a prop de casa per triar. La Molina, Els Angles i Pal-Vallnord es converteixen a l'estiu en "estacions DH". Les tres ens ofereixen diversos ginys mecànics per pujar amb bicicleta de manera còmoda a més de 2.000 m i des d'aquí iniciar diversos circuits per al descens de diferent dificultat. Es tracta d'una activitat que comporta baixar a molta velocitat, requereix tècnica i disposar de bons reflexos. I tot en un entorn de natura meravellós. Però abans de començar a fer el nostre primer descens cal tenir molt presents alguns consells si no volem acabar el nostre dia a la muntanya amb un mal record o

lesionats en un centre mèdic o, pitjor encara, un hospital. Tens l'article en aquest enllaç.



**2 • Per què un bikepark de descens a l'estiu és una bona opció per a un esquiador?**

Un article d'opinió sobre les activitats que els esquiadors podem practicar a l'estiu i que guarden certes similituds amb l'esquí. Basat en una experiència pròpia del nostre col·laborador Miguel Soto.

Tens l'article en aquest enllaç.



**3 • I pel setembre bikepark, tranquil·litat i bones fotos**

Feia dies, setmanes, que estava pendent la sessió *downhill* que cada estiu intento no deixar de fer al bikepark de La Molina. I així va ser. El passat 6 de setembre va resultar ser el dia perfecte per molts motius, entre els quals una jornada molt productiva en fotografies. Però hi ha altres motius que fan que el mes de setembre sigui un mes ideal per deixar-se caure al bikepark. Els voleu saber?
Tens l'article en aquest enllaç.




**4 • La Molina, Els Angles i Pal, tres bikeparks de referència al Pirineu**

Quan es fon la neu algunes estacions d'esquí comencen a adaptar remuntadors i pistes per a les bicicletes de muntanya. Tres estacions d'esquí del Pirineu d'àmbit català han aconseguit dinamitzar les activitats d'estiu recolzant-se, en bona part, en la posada en marxa d'un bikepark accessible amb els remuntadors.

Tens l'article en aquest enllaç.



**5 • El meu primer descens en bicicleta**

Així vaig viure la meva primera experiència en una bicicleta de descens. Tens l'article en aquest enllaç.



**I tres articles "extra"**

Si voleu saber més sobre el DH us recomanem la lectura d'aquests articles:

**Un día en el bike-park de La Molina** (blog Skitude)
**Así es la experiencia en un bike-park de descenso** (Lugaresdeaventura)
**Els nous circuits de La Molina Bike Park**(Article del blog d'FGC).