STRAVA App: la SFIDA invisibile (ma terribilmente reale!)

SEGUICI: FACCIAMO SPORT SULLE TUE STESSE STRADE

Siamo come voi: viviamo per lo sport.
Ci divertiamo a fare sport.
E ci piace condividerlo con voi.

STRAVA è l’applicazione ideale per vivere insieme a noi le nostre giornate sportive. L’era degli smartphone, della condivisione globale, del “fai sapere cosa per te è figo” è appena iniziata e negli Stati Uniti hanno pensato bene di inventare un’applicazione che, seppure esistesse già (ovvero la condivisione delle tracce Gps sul web), l’hanno trasformata in una comunità di appassionati di nuova generazione: Strava.com.

STRAVA è il tuo diario tutt’altro che segreto (perché appunto pubblico, condiviso) che registra i tuoi allenamenti, i tuoi progressi, i tuoi record con te stesso ma, sta qui la vera “figata”, anche rispetto agli altri. E' anche in pratica una gara senza tassa d'iscrizione: prima di partire controlli i segmenti intorno casa tua e i detentori dei "record" nei tratti di strada che percorrerai. Quindi parti, pedali, durante o a fine "gara" vedi quanto sei stato bravo. Il giudice è un ente superiore, che non ammette favoritismi: si chiama GPS!

Strava.com infatti analizza la tua traccia Gps e la confronta sul percorso generale e soprattutto su diversi settori che chiama "segments" con quella di tutti coloro che pedalando o correndo a piedi, hanno già percorso quel tragitto, stilando una classifica in tempo reale. Di settori ne esistono predefiniti (per esempio la scalata del Pordoi) e altri li puoi aggiungere tu a piacimento, Strava ti segue in tutto il mondo, ovunque tu vai hai dei "competitors" e degli obiettivi da raggiungere, E oltre a ciò, Strava ti disegna la strada e la mappa ove ti sei allenato, trasforandoti in un puntino che nel mondo si muove a ritmo di sport!

In alto a sx la mappa di una corsetta a piedi sulla PALMA di DUBAI. A dx Strava ti dice se hai percorso allenamenti o gare in compagnia

La traccia la puoi ottenere o scaricando l’app (gratuita) sul tuo smartphone (vi è app sia per IOS che per ANDROID) oppure caricando dal tuo computerino GPS a termine allenamento la traccia sul sito www.strava.com

Se hai il tempo più basso nel percorrere un tragitto in pianura, salita o discesa, Strava ti assegna un KOM, ossia un King of Mountain o, se sei una femminuccia, diventi QOM Queen of Mountain!

Se qualcun altro passando per un tuo stesso segmento di cui sei detentore del KOM ti strappa il record… ecco che quando meno te l’aspetti, magari quando sei rilassato sul divano e a tutto pensi meno che a fare fatica, strava.com in automatico ti invia una mail con su scritto "oh oh, Mario Rossi just stole your KOM"... oh oh, Mario Rossi ti ha strappato il tuo record! Ed ecco che allora la tua furia agonistica sale e non vedi l’ora di risalire in bici o mettere le scarpette e riprenderti il tuo KOM o il tuo QOM!
A quel punto, quando questo succede, significa che Strava ti ha passato il morbo: la sfida diventa virale!

ALT però: esistono anche qui i furbi. Quelli che vanno a battere i KOM in sella al motorino o in auto e che magari per salire in cima al Pordoi lo fanno con una VAM (Velocità Ascensionale Media) di 4.000mt in un ora! Insomma dei "fenomeni", se pensiamo che la VAM di un vero e reale fenomeno degli scalatori come Pantani, detentore del record di scalata per esempio sull'Alpe d'Huez, si aggira sui 1.800mt/ora. I "furbi" però hanno però anche un altro difetto virale, ossia non registrano watt di output o battiti cardiaci di impegno: sono dei bari appunto, ma stupidi. Ecco che allora Strava ti dà uno strumento di controllo: la bandierina. Tu puoi "flaggare" nell'icona FLAG i percorsi che Strava definisce "hazardous", azzardosi, ingannevoli. Falsi insomma. Tu li segnali, Strava li analizza e dopo qualche ora, ristabilisce la realtà, depennando i record fasulli.

Dunque, anche se sei da solo, in realtà stai gareggiando. Quanto meno con te stesso. Se ti sfidi con altri, magari anche utenti sconosciuti, cerchi sempre di dare il meglio. Questo è il nostro meglio: divertirci, sfidarsi, pedalare e correre all’aria aperta.
Mettetevi in gioco anche voi!

Qui il VIDEO che spiega cos’è STRAVA: {youtube}x9H6cegHCco{/youtube}