

Türkiye ve Dünya’da Gran Fondo Yarışlarının Tarihsel Gelişimi

Erdi Kaya¹

Kürşat Sezer²

Özet

İtalyanca’da “büyük yolculuk” anlamına gelen Gran Fondo yarışları zengin bir tarihe sahiptir ve bisiklet kültürü üzerinde önemli bir etki yaratarak küresel bir fenomene dönüşmüştür. Gran Fondo yarışlarının kökleri 1990’lara dayanmaktadır. Gran Fondo yarışları dünya çapında hızlı bir şekilde popüler hale gelmiştir. Amatör bisikletçilerin profesyonel yarış duygusunu deneyimlemesi amacıyla başlayan bu bisiklet etkinlikleri artık bisiklet kültürünün önemli bir parçası haline gelmiştir. İskandinav ülkeleri, Avrupa, Kuzey Amerika ve Avustralya da dahil olmak üzere çeşitli yerlerde düzenlenmekte ve çeşitli deneyim düzeylerinden yüzlerce katılımcının ilgisini çekmektedir. Gran Fondo yarışlarının yükselişi, profesyonel bisikletçiler ile günlük bisiklet tutkunları arasında bir köprü oluşturmuştur. İnsanlara bisikletin heyecan verici dünyasına aktif olarak katılma ve kendilerini kaptırma fırsatı sunan bu yarışlar, kısa sürede bisiklet camiasının ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Başta Gran Fondo yarışları olmak üzere amatör spor etkinliklerinin sıklığının artması, dünya çapında bu yarışmalara yönelik arz ve talebin önemli ölçüde artmasına katkı sunmuştur.

Gran Fondo yarışlarının popülaritesinin artması bisiklet turizmi sektörüne de fayda sağlamıştır. Bu yarışlar turistik bir çekim kaynağı haline gelmekte ve otellere, bisiklet kiralamaya ve bisikletle ilgili diğer girişimlere olan talebin artmasıyla yerel topluluklarda ekonomik büyümeyi desteklemiştir.

Gran Fondo yarışlarının Türkiye’de tanıtılması 2015 yılına dayanmaktadır. Türkiye’de bisiklet geleneğinin kökleri 20. yüzyılın başlarına kadar uzanırken, Gran Fondo yarış bölgesinde bisiklet kültürünün tanımlanmasında ve yaygınlaştırılmasında önemli bir rol oynamıştır.

1 Doç. Dr., Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü.
erdikaya@akdeniz.edu.tr, ORCID No: 0000-0002-2042-4674

2 Akdeniz Üniversitesi spor bilimleri fakültesi rekreasyon bölümü mezunu

1. Gran Fondo'nun Tarihsel Gelişimi

Geçmiş 18. yüzyıla kadar uzanan bisikletin icadı, ulaşım ve eğlence dünyasında bir dönüm noktasını temsil etmektedir. 19. yüzyılın sonlarına gelindiğinde bu hareket aracı, Mede de Sivrak'ın tasarladığı dört parçalı ahşap bir oyuncaktan modern yaşamın vazgeçilmez bir bileşenine doğru kayda değer bir adaptasyona uğramıştır. Bu dönüşüme kimin önemli katkı sağladığı sorusu birçok akademik kaynağın da vurguladığı gibi bir tartışma konusudur (Allen ve Goff, 2018; Koçak vd., 2015; Topraklı ve Kiliç, 2017). Bisiklet, bir ulaşım aracı olarak basit kullanımla sınırlı kalmamış, aynı zamanda ilk bisiklet yarışmalarının gün ışığına çıktığı 1868 yılından bu yana sportif performansta da önemli bir rol bulmuştur. O günden bu yana bisiklet yarışları gelişmeye ve meraklıların ihtiyaçlarına uyum sağlamaya devam ederek bisiklet kültürünün dinamik yollarla şekillenmesine yardımcı olmuştur (Boyraz, 2018). Rekabetçi kullanımının ötesinde bisiklet, açık hava rekreasyonel spor aracı olarak da önemli bir ilgi kazanmıştır. İnsanları doğayla buluşturarak yalnızca bir tür fiziksel egzersiz sunmakla kalmıyor, aynı zamanda ruhsal ve fiziksel özgürlüğü deneyimlemenin bir yolunu da geçmişten günümüze sunmuştur. Bisiklet sürmenin faydalı etkileri, Özyazıcı'nın 2018'de yaptığı gibi araştırmalarda da vurgulandığı gibi geniş çapta kabul görmektedir.

Bisiklet yarışları ise, oldukça yoğun bir dayanıklılık sporu olmasının yanı sıra, Sørensen ve diğerleri tarafından yürütülen bir çalışmada belgelendiği gibi, 30 dakika süren daha kısa yarışmalardan 6 saate kadar uzayabilen dayanıklılık testlerine dönüşen süre çeşitliliğiyle karakterize edilmiştir. Bu yarışlar, yalnızca olağanüstü fiziksel güç değil, aynı zamanda yüksek düzeydeki aktivite yoğunluğunun getirdiği zorlukların üstesinden gelmek için önemli miktarda zihinsel dayanıklılık da gerektiriyor. Bisiklet yarışının cazibesinin kökleri, 1889 yılında Paris ile Long-cihamp arasında gerçekleşen ilk yarışmayla birlikte tarihe dayanmaktadır. O zamandan bu yana spor, büyüyen bir evrim geçirerek küresel spor kültürünün göze çarpan bir unsuru haline gelmiştir. Avrupa, özellikle 1970'lerden bu yana bisiklet sporunun yayılmasında çok önemli bir rol oynamış ve bisiklet yarışlarını uluslararası öneme sahip etkinlikler olarak daha da pekiştirmiştir.

Türkiye'de bisikletin tanıtımı 20. yüzyılın başlarına, Koçak ve arkadaşlarının bildirdiğine göre 1910-1912 yıllarında Selanik'te düzenlenen ilk yarışa kadar uzanmaktadır. Bu, bölgedeki spor kültürünün tanımlanmasına yardımcı olan bisiklet geleneğinin başlangıcını daha net açıklamaktadır. 1894 yılında İtalya'da kurulan Touring Club Ciclistico Italiano/TCCI, bisiklet kültürünün geliştirilmesinde öncü bir rol oynamıştır. Bu organizasyonun tanıtıldığı

yenilikçi bisiklet turu konsepti, bisiklet sporunun popülaritesinin artmasına büyük katkı sağlamıştır. Başlangıçta birçok kişi için güvenli, konforlu ve uygun fiyatlı bir ulaşım aracı olarak görülen bisiklet, Özyazıcı'nın 2018'de de vurguladığı gibi, giderek sportif bir değer kazanmış ve özgürlüğün, maceranın simgesi olmuştur.

Bisiklet sporuna kendini adanmış sporcular, fiziksel ve teknik becerilerini geliştirmek için dikkatlice planlanmış antrenmanlara kendilerini kaptırıp, sürekli sınırlarını zorlamaya ve yoldaki performanslarını iyileştirmeye çalışmaktadır. Bu olağanüstü zaman yatırımı, son derece rekabetçi bir ortamda mükemmelliği yakalama konusundaki kararlılıklarını yansıtıyor. Lucia ve diğerleri 2001, tarafından yürütülen bir çalışmanın da vurguladığı gibi, yoğun antrenmanlara ek olarak, profesyonel bisikletçiler yıl boyunca ortalama 90-100 gün yarışa katılan zorlu bir yarışma takvimiyle karşı karşıyadır. Bu hızlı tempo, çok çeşitli arazilerle, değişen hava koşullarıyla ve üst düzey rakiplerle karşı karşıya kaldıklarından kusursuz bir fiziksel ve zihinsel hazırlık gerektiriyor. Antrenman ve yarışma döngüsü yalnızca kat edilen kilometreler ve oynanan yarışlardan ibaret değildir. Yoğun fiziksel çalışma aşamaları, hedeflenen iyileşme dönemleri ve beslenme ile zihinsel ve fiziksel sağlığa sürekli dikkat arasındaki karmaşık bir dengedir. Bu unsurları dikkatli bir şekilde yönetmek, büyük etap yarışları veya bisiklet klasikleri gibi sezonun önemli anlarında en iyi formu sağlamak için çok önemlidir. Bisikletçilerin adanmışlığı basit fiziksel hazırlık ve rekabetin ötesine uzanır. En son teknolojilerin entegrasyonu, antrenman verilerinin ayrıntılı analizi ve beslenme ve fizyoterapi uzmanlarıyla işbirliği rutinlerinin ayrılmaz bir parçasıdır. Detaylara gösterilen bu dikkat, profesyonel bisikletçilerin performanslarını her açıdan optimize etme kararlılığını da yansıtmaktadır.

Yarışlar U12 (10-11-12), U15 (13,14), U17 (15-16), Genç (17-18), Büyük (19-34) ve Master (35+) yaş kategorilerinde gerçekleşmektedir (Özyazıcı, 2018). Bisiklet bağlamında kategorilere ayrılma uygulaması, sporcular arasındaki yaş ve deneyim açısından önemli farklılıkları dikkate alarak daha adil ve daha kapsayıcı rekabeti sağlamaya yönelik temel bir yaklaşımı temsil etmektedir. Bisiklet yarışları dünyasında yaygın olarak benimsenen bu taktik, sporcuların homojen özelliklere dayalı olarak rekabet edebilecekleri rekabetçi bir çerçeve oluşturma ihtiyacını kabul ediyor ve böylece onların becerilerinin ve performanslarının daha doğru bir şekilde değerlendirilmesine olanak tanıyor. Sporcuları belirli kategorilere ayırmak, benzer yaş ve beceri düzeyindeki bisikletçilerin birbirleriyle yarıştığı bir ortam yaratılmasına yardımcı olur. Bu yaklaşım yalnızca başarı fırsatlarında daha fazla eşitlik sağlamakla kalmaz, aynı zamanda her katılımcının deneyim veya yaş açısından önemli farklılıklar nedeniyle dezavantajlı duruma

düşmeden parlama fırsatına sahip olduğu eşit bir oyun alanı sağlayarak yarışmaların bütünlüğünün korunmasına yardımcı olur. Kategori ayrımları, yaş ve deneyim düzeyindeki çeşitliliğin, ırkların çeşitliliğini ve rekabetçiliğini zenginleştiren olumlu bir unsur olarak benimsendiği bisiklet sporunda adalete yönelik daha geniş bir bağlılığı yansıtmaktadır. Bu yaklaşım yalnızca farklı yaş gruplarındaki sporcuların katılımını teşvik etmekle kalmıyor, aynı zamanda tüm bisiklet dünyasında sürekli gelişim ve büyümeyi teşvik ederek yeni yeteneklerin gelişimini ve daha geniş ve daha kapsayıcı bir bisiklet topluluğu yaratılmasını da teşvik etmektedir.

Yoğun antrenman, bisiklet sporunda profesyonel seviyeye ulaşmak için gereken özveriyi yansıtır. Antrenmana ayrılan saatler teknik becerilerin, dayanıklılığın ve fiziksel gücün geliştirilmesi için gereklidir. Genç bisikletçiler, fiziksel gelişimlerini ve teknik becerilerini dikkate alan belirli kategorilerde yarışır. Büyükler kategorisi, profesyonel bisiklet sporcularının çeşitliliğini yansıtan geniş bir yaş aralığını kapsar. 35 yaş ve üzeri bisikletçileri hedef alan Master kategorisi, spora olan tutkunun ve bağlılığın yıllar geçtikçe devam ettiğini öne çıkarıyor. Diğer pek çok branş gibi bisikletçilerinde antrenman ve müsabakaları erken yaşlarda başlamakta, 21-24 yaşında en üst düzeyde performans göstermektedir (Şenel et al., 1997). Çeşitli disiplinleri (tırmanış, sprint, zamana karşı) sporcuların fiziksel özelliklerinde farklılıklara sebep olur. Yüksek kas gücü ve iyi bir dayanıklılık kapasitesi bisikletçinin başarıya ulaşmasında ihtiyaç duyduğu önemli özellikler arasında yer almaktadır. Bu özellikler enerji tasarruf yeteneğiyle ortaya konarak, enerjinin doğru yerde ve doğru zamanda kullanılmasını da gerekli kılmaktadır (Rødal, 2015). Bu paragrafta farklı disiplinlerde düzenlenen yarışlarda başarılı olmak için gerekli olan fiziksel özellikleri ve bu yarışlar için gerekli olan enerji yönetiminin önemi vurgulanmaktadır. Tırmanış, sprint ve zamana karşı yarış gibi farklı disiplinler, sporcuların kas gücü ve dayanıklılık gibi farklı yeteneklere ihtiyaç duyduğunu gösteriyor. Örneğin, tırmanışta daha fazla dayanıklılık ve yüksek kas gücü gerekebilirken, sprintte hız ve patlayıcı güç ön plana çıkabilir. Bu yeteneklerin etkili bir şekilde kullanılabilmesi ise enerji tasarrufu ve doğru zamanlama ile sağlanabilir. Dolayısıyla, bisikletçilerin başarılı olabilmesi için sadece fiziksel güç değil, aynı zamanda enerji yönetimi de kritik bir rol oynar.

Gran Fondo yarışları İtalyanca büyük yolculuk anlamına gelmektedir. Gran Fondo yarışları dünyada ilk olarak 1990'larda, Türkiye'de ise 2015 yılında düzenlenmeye başlanmıştır. Gran Fondo yarışları Kuzey'de, Avrupa'da, Kuzey Amerika'da ve Avustralya'da son 5-15 yılda popüler hale gelmiştir. Yeni başlanmış amatör bisikletçilikten profesyonel düzeye kadar yüzlerce bisiklet sporcusunun ilgisini çeken, keyif ve eğlence amaçlı katılımın sağlandığı, sporculara ve izleyenlere seyir keyfi verilen parkurlarda kitlesel

katılımlı bisiklet turu etkinlikleridir. Gran Fondo yarışları uzun parkur, orta parkur ve kısa parkur olmak üzere farklı kilometrelerde gerçekleşmektedir. Temeli rekabete dayalı olmayan fakat yarışmanın parkuru, süresi ve mesafesine bağlı olarak katılımcılarda meydan okuma hissi sunan bisiklet etkinlikleridir. Yarışlarda altyapı çalışmaları, mekanik destek, güvenlik, yiyecek ve içecek dahil olmak üzere tüm bisikletçilere destek sağlanmaktadır (Fisher et al., 2015). Gran Fondo yarışları organizasyona yapılan sponsor ve çeşitli sorumluluk projeleriyle desteklenerek gerçekleşen etkinliklerdir. Gerçekleşen organizasyonlarda kâr amacı güdülmektedir. Katılımcıları ön planda tutan etkinlikler olarak adlandırılan Gran Fondo organizasyonları bisiklet turizmi segmentlerine de uygundur. Son yıllarda ilginin giderek arttığı Gran Fondo yarışları, bisiklet kültürünün küresel düzeyde tanıtılması ve yayılmasında önemli bir rol oynamıştır. Gran Fondo yarışlarıyla bağlantılı amatör spor etkinliklerinin çoğalması, küresel ölçekte bu yarışmaların arz ve talebinde önemli bir artışa neden olmuştur. Bu varsayım, genellikle Gran Fondo güzergahına dayanan, bölgeyi bisikletle keşfetmenin bir biçimi olan bisiklet turizmine artan ilgiyi ateşledi. Yarışma ve bisiklet turizminin kombinasyonunun, farklı beceri seviyelerindeki katılımcıları cezbeden ve onlara heyecan veren manzaraları keşfetme ve zorlu zorlukların üstesinden gelme fırsatı sunan, kazanan bir karışım olduğu kanıtlanmıştır. Çoğunlukla düzenli olarak ve farklı mekanlarda düzenlenen amatör spor etkinliklerinin sıklığının artması, gerçek bir bisiklet tutkunları topluluğunun oluşmasına katkıda bulunmuştur. Çeşitliliği ve kapsayıcılığı ile karakterize edilen bu topluluk, bisiklet turizmini ve Gran Fondo yarışlarına katılımı her yaşta ve yetenekten oluşan geniş bir bisikletçi kitlesi için erişilebilir hale getirmiştir. Bu olgunun zincirleme etkisi, yol bisikletine olan ilgiyi daha da artırdı ve onu profesyonel bir spordan herkese açık bir eğlence ve meydan okuma biçimine dönüştürmüştür. Ayrıca, Gran Fondo'nun tanıtımının bisiklet turizmi sektörü üzerinde de olumlu etkileri oldu; resepsiyon tesislerine, bisiklet kiralama hizmetlerine ve bisiklet dünyasıyla bağlantılı diğer girişimlere yönelik taleplerde artış oldu. Bu verimli döngü, Gran Fondo yarışlarını spor rekabetinin ötesine geçen gerçek etkinliklere dönüştürerek, ortak bir tutku, meydan okuma ve keşif deneyimi haline getirerek yerel topluluklarda ekonomik ve turistik büyümeyi destekledi.

Sonuç olarak Gran Fondo yarışları, bisiklete olan tutkuyu yaymak, dünyadaki bisiklet topluluklarını birbirine bağlamak ve bisiklet turizmini tüm iki tekerlek tutkunları için erişilebilir ve ilgi çekici bir keşif biçimi haline getirmeye yardımcı olmak için olağanüstü bir araç olduğunu kanıtladı. Bisiklet sporu turizmi ile düzenlenen Gran Fondo yarışları amatör bisikletçilere,

profesyonel bisiklet yarışları etkinliklerini deneyimlemelerini sağlamıştır (Sitko et al., 2020).

Kulüp gezileri, kulüp etkinlikleri, halk arası büyük- küçük yarışlar ve profesyonel bisiklet yarışlarının yapılmadığı zamanlarda yarış boşluğunu doldurmak için Gran Fondo yarışları düzenlenmektedir. Ücretli Gran Fondo yarışlarına katılmayı seçen amatör sporcu grupları, diğer katılımcılarla benzer yarış sürelerine sahip olsalar bile, çoğu zaman rekabetçi bir yarış ortamı yaratılmasına katkıda bulunmazlar. Bu dinamik, Gran Fondo yarışlarının benzersiz maddelerini belirleyen çeşitli faktörlere bağlanabilir. Birincisi, bu amatör grupların çoğunun rekabetçi olmayan doğası, bu yarışlara katılımın yalnızca zafer arayışına yönelik olmadığını gösteriyor. Aksine, pek çok katılımcı doğrudan rekabetten ziyade ortak deneyimi, kişisel mücadeleyi ve diğer meraklılarla birlikte bisiklet sürmenin keyfini tercih ediyor. Bu yaklaşım, Gran Fondo yarışlarının sosyal, rekreasyonel nedenlerle veya kişisel bir mücadele olarak, geleneksel anlamda rekabet baskısı olmadan katılabilen amatör sporcular arasındaki niyet çeşitliliğini yansıtıyor. İkincisi, Gran Fondo yarışlarının yapısı genellikle klasik bisiklet yarışlarından daha rahat bir atmosferi teşvik eder. Dalga başlar, sıralamaya dayalı başlangıç kılavuzlarının olmaması ve rotanın turistik ve peyzaj yönlerine odaklanması, daha az rekabetçi ve katılımcıların çeşitliliğine daha açık bir iklimi destekler. Bu kapsayıcı ortam, yarışmadaki performanslarına bakılmaksızın tüm yeteneklere sahip bisikletçileri katılmaya teşvik eder. Ayrıca, birçok amatör grubun rekabetçi olmayan doğası, katılımcıların koşu hiyerarşisindeki konumlarının farkında olmalarından da kaynaklanabilir. Ücretli Gran Fondo yarışlarına kaydolun birçok amatör sporcu, üst sıralar için yarışma arzusu veya niyetine sahip olmayabilir; bunun yerine deneyimin tadını çıkarmayı ve kendi kişisel zorluklarının üstesinden gelmeyi tercih edebilir (Horton et al., 2007). Kâr amacıyla düzenlenen Gran Fondo yarış organizasyonlarında yarışlara katılan bir grup katılımcı belirli bir süre içinde yüksek performans göstererek yarışmayı tamamlamaya odaklanmışken, bir başka yarışmacı grup ise toplam yarış mesafesini durmadan ve bisikletten inmeden bitirebilmeyi amaçlar. Gran Fondo yarışlarına katılan katılımcılardaki ortak amaçsa eğlenebilmek, fiziksel formda kalmak, stresi azaltmak, ruh halini iyileştirmek ve güzel vakit geçirmektir (Dionigi & O'Flynn, 2007; Holden et al., 2019; Mujika & Padilla, 2001; Ogles Benjamin M, Masters Kevin S., 1995).

Ogles ve Masters (1995)'a göre kadınların Gran Fondo yarışlarına katılma isteklerinin sosyal ihtiyaçlardan ve fiziksel form yakalama güdülerinden kaynaklı olduğunu belirtirken, erkekler içinse çoğunlukla rekabet ortamı yaratmak, rekabet etmek ve başarılarını sergilemek olmakla ilgili olduğunu belirtmiştir. Fakat Malcrowichz ve diğerleri (2019)'ne göre kadınların

Gran fondo yarışlarına katılım isteklerinin daha fazla mutluluk ve sağlıklı kalmak olduğunu belirtmiştir. Gran Fondo yarışlarındaki katılımcı sayısı organizasyonların içeriğine (uzun mesafe, orta mesafe, kısa mesafe, yokuşlu parkur, düz parkur, teknik parkur) göre farklılık göstermektedir. Gran Fondo yarışlarının yapılmasından bu yana en yüksek erkek katılımcı sayısına Whistler, BC Kanada Gran Fondo yarışı 4000 kişiyle 2010 yılında ulaşmıştır.

Yol bisikleti katılımcılarının deneyimlerindeki artış, bu spor pratiğinin birçok yönünü analiz ederken giderek daha önemli boyutlara ulaşıyor. Birincisi, yarışmalara ve eğitimlere katılım, salt rekabetin ötesine geçen ve kendisini kalıcı bağlar kurmanın bir aracına dönüştüren sosyal bir katalizörü temsil eder. Yoldaki deneyimlerin paylaşılması, spor bağlamının ötesine geçen bir bağlantı ağı oluşturur ve genellikle daha geniş sosyal bağlamlarda gelişen dostlukları besler. Daha deneyimli rakiplerin stratejilerini gözlemek ve analiz etmek, yalnızca ileri teknik becerilerin kazanılmasına katkıda bulunmakla kalmaz, aynı zamanda sürekli öğrenme ruhunu da besler. Bu bilgi alışverişinde bisikletçiler, birbirlerini sınırlarını aşmaya ve performanslarını sürekli geliştirmeye teşvik eden karşılıklı ilham alıyor. Dolayısıyla bisiklet topluluğu, deneyimin ortak bir fayda olduğu ve herkesin bisiklet becerilerinin genel düzeyini yükseltmek için yararlanabileceği bir ortam olarak yapılandırılmıştır. Bisiklet deneyiminin büyümesi, aktif ve sağlıklı bir yaşam tarzının onaylanmasıyla el ele gidiyor. Antrenman ve rekabete bağlılık, fiziksel ve zihinsel sağlığın geliştirilmesine yardımcı olur ve yol bisikletini basit bir hobiden sağlık bilincine ilham veren bir yaşam felsefesine dönüştürür. Bu nedenle bisiklete binme tutkusunu, saf spor yönünün ötesine geçerek beden ve zihin arasındaki genel dengeyi olumlu yönde etkiler. Ayrıca bisiklet deneyiminin artması ekonomi ve turizm sektörlerinde de olumlu etkiler yaratmaktadır. Düzenli olarak düzenlenen yarışlar ve etkinlikler yalnızca yerel katılımcıların değil, farklı bölgelerden bisikletçilerin de ilgisini çekmektedir. Bu, bisiklet yolları, kiralama hizmetleri ve konaklama tesisleri gibi bisikletle ilgili altyapının büyümesini teşvik ederek ev sahibi topluluklarda olumlu bir ekonomik etki yaratmaktadır.

1.1. Gran Fondo Nedir?

Gran Fondo, Fransızca'da "Grand Tour" anlamına ve büyük yolculuk anlamına gelen İtalyanca bir ifadedir. Bununla birlikte, bisiklet bağlamında kullanılan anlamı uzun mesafeli, rekabetçi olmayan amatör bisiklet yarışı türünü ifade eder. Bu etkinlikler sadece sportif mücadeleler değil, aynı zamanda katılımcıların doğanın güzelliğinin, manzara çeşitliliğinin ve diğer meraklılarla sıcak dostluğun keyfini çıkarabileceği gerçek bir bisiklet kutlamalarıdır. Gran Fondo sadece bir spor müsabakası değil, aynı zamanda

farklı yetenek ve kondisyon seviyelerine sahip bisikletçileri bir araya getirmeyi başaran ve onları ortak bir hedef doğrultusunda ortak bir ortamda buluşturan özel bir topluluk deneyimidir. Önemli mesafeleri kat etmek. Bu farklı atmosfer, bisiklet tutkunlarının kendilerini bağlı hissettikleri ve ortak bisiklet tutkusundan ilham aldıkları kapsayıcı ve samimi bir ortam yaratıyor. Bu etkinliklerde Gran Fondo bir yarıştan çok daha fazlası haline geliyor ve katılımcıların bisiklet üzerinde becerilerini test etmeleri ve geliştirmeleri için harika bir fırsat haline geliyor. Yol boyunca karşılaşılan rotaların çeşitliliği ve zorluklar, sürücülere çeşitli zorluklar sunarak onları kişisel sınırlarını zorlamaya ve hedeflerine ulaşmanın tatminini yaşamaya teşvik ediyor. Bu etkinlikler böylece bisiklet topluluğu için katılımcılar arasında gerçek bağların kurulduğu bir buluşma yeri haline geliyor. Her seviyeden bisikletçinin buluşup etkileşimde bulunması, deneyimlerin, tavsiyelerin ve teşviklerin paylaşıldığı bir ortam yaratarak Gran Fondo yarışlarının topluluk ruhunu güçlendiriyor. Bu etkinlikler sırasında kurulan yeni dostluklar genellikle kalıcı bağlara dönüşüyor ve tutkulu bir bisiklet topluluğunun parçası olmanın mutluluğunu artırıyor.

Gran Fondo yarışları, sportif boyutunun yanı sıra benzersiz bir sosyal deneyim de sunuyor. Katılımcılar sadece bisiklete binme sevgisini değil, aynı zamanda yeni güzellikler keşfetmenin, heyecan uyandıran manzaralar keşfetmenin ve bu anları diğer meraklılarla paylaşmanın keyfini de paylaşıyor. Etkinliğin bu tarafı bir macera ve keşif unsuru ekleyerek Gran Fondo yarışlarına katılan herkes için bütünsel ve unutulmaz bir deneyim haline getiriyor. Gran Fondo yarışları sadece iki tekerlek üzerinde uzun mesafeler kat etmekle ilgili değil, aynı zamanda bisiklet tutkusuyla birleşmiş bir topluluk oluşturmakla da ilgili. Bu etkinlikler bisikletçilere becerilerini geliştirme, yeni arkadaşlar edinme ve katılımcıları canlı ve destekleyici bir bisiklet topluluğuna bağlayan o doyumsuz pedal çevirme keyfinin tadını çıkarma şansı veriyor. Gran Fondo yarışları, bisiklet meraklılarını her katılımcının kendi mutluluğunu ve başarısını bulabileceği tek ve büyük bir toplulukta birleştirmenin sofistike bir yoludur (Berridge, 2014a). Gran Fondo yarışları, benzersiz ve kapsayıcı doğasıyla yol bisikletçiliğinde büyüleyici bir panorama oluşturuyor. 50 kilometreden 200 kilometrenin üzerine kadar uzanan mesafeleri kapsayabilen bu yarışmalar, her seviyedeki bisikletçiye açık bir dayanıklılık ve beceri sınavını temsil ediyor. Geleneksel bisiklet yarışlarının aksine, Gran Fondo yarışlarının kalbi zamana karşı yarış değil, kişisel mücadele ve bisiklet deneyimini paylaşma fırsatıdır. Gran Fondo yarışlarında sunulan mesafe çeşitliliği, başlangıç düzeyindeki bisikletçilerden uzman bisiklet tutkunlarına kadar geniş bir kitleye açık katılıma olanak sağlıyor. Mesafe seçiminin esnekliği, her katılımcının kendi yeteneklerine ve hedeflerine en uygun mücadeleyi seçmesine olanak

tanılarak Gran Fondo yarışlarının erişilebilir ve kapsayıcı olmasına yardımcı olur. Bu özellik Gran Fondo yarışlarını birçok bisiklet yarışından ayırıyor ve doğrudan rekabetten ziyade kişisel deneyime önem veriyor. Gran Fondo, saf hızdan ziyade, her katılımcının kendi hızını yönetme ve rotanın daha rahat bir şekilde tadını çıkarma özgürlüğüne sahip olduğu bir paylaşım ve kişisel mücadele kültürünü teşvik ediyor. Bu yaklaşım, yalnızca mücadeleyi tamamlamanın getirdiği kişisel tatmini vurgulamakla kalmaz, aynı zamanda katılımcılar arasında daha işbirlikçi bir atmosfer yaratır. Bu nedenle Gran Fondo yarışları, yol bisikletini farklı bir perspektiften, saf rekabetten uzak, keşfetmeye ve paylaşmaya daha yakın bir şekilde deneyimlemek için eşsiz bir fırsattır. Mesafelerin çeşitliliği, zamanlı bir rekabetin olmayışı ile birleştiğinde, bir bütün olarak bisiklet deneyimine odaklanılan açık ve davetkar bir ortamı teşvik ediyor. Gran Fondo yarışları, yol bisikletine teşvik edici ve kapsayıcı bir alternatif olarak ortaya çıkıyor, her seviyeden bisikletçinin katılımını teşvik ediyor ve bireysel zorluklara ve bisiklet sürmenin keyfine dayalı bir kültürü teşvik etmektedir. Bir diğer anlamda bisikletçilerin manzaranın ve diğer bisiklet tutkunlarıyla dostluğun tadını çıkarırken uzun mesafeleri kat etme mücadelesini üstlenebilecekleri eğlence etkinlikleri olarak tasarlanmıştır. Bu etkinlikler genellikle amatörlerden deneyimli bisikletçilere kadar geniş bir yelpazedeki katılımcıları cezbeder ve sosyal ve sportif bir deneyim sunar. Bazı Gran Fondo yarışları, çeşitli bisiklet tutkunlarını tatmin edecek şekilde tasarlanmış bir yaklaşımla, süreli bölümler veya zorlu tırmanışlar içerebilir, böylece sadece bir sürüşten daha fazlasını arayanlar için ek bir rekabet avantajı sağlayabilir. Genellikle “hız sektörleri” veya “tırmanma mücadeleleri” olarak adlandırılan bu rota bölümleri, etkinliğe ekstra bir boyut ekleyerek sürücülerin güçlü yönlerini ölçmelerine ve yarışın bu stratejik bölümlerinde performanslarını geliştirmelerine olanak tanıyor. Ancak genel olarak Gran Fondo yarışlarının ana odak noktası, sıkı rekabetten ziyade mesafeyi kat etmek ve muhteşem manzarayı keşfetmek olmaya devam ediyor. Bu yönü Gran Fondo yarışlarında rekabetin ve takım stratejilerinin önemli olduğu geleneksel yarışlardan farklılaştırıyor. Gran Fondo yarışı katılımcıları kendi kişisel hedeflerini belirlemeye, kendi hızlarında pedal çevirmeye ve liderlik tablolarının yoğun baskısı olmadan parkurların güzelliğinin tadını çıkarmaya teşvik ediliyor.

Süreli bölümler ve zorlu tırmanışlar bir yandan rekabet unsuru getirirken, bir yandan da ek seçenekler sunacak ve etkinliğin atmosferine hakim olmayacak şekilde tasarlandı. Böylece Gran Fondo, deneyim düzeyine veya rekabetin istenen yoğunluğuna bakılmaksızın her tutkulu bisikletçinin erişimine açık olmaya devam ediyor. Yaklaşımdaki bu çeşitlilik, Gran Fondo yarışlarının güçlü yönlerinden biridir ve katılımcıların çeşitli ihtiyaçlarına ve

tercihlerine uyarlanabilir bir deneyim sunmaktadır. Gran Fondo yarışları, bu çeşitli unsurları bir araya getirerek, yoğun rekabete girmeye istekli olanlardan zamana karşı yarış baskısı olmadan doğal parkurları keşfetmek ve tadını çıkarmak isteyenlere kadar geniş bir sürücü kitlesine hitap etmeye de devam etmektedir. Bu dengeli yaklaşım, Gran Fondo yarışlarındaki tüm beceri seviyelerine ve tercihlere uygun, kapsayıcı ve esnek bir bisiklet etkinliği olarak statüsünün güçlendirilmesine yardımcı oluyor. (Holden et al., 2019). Gran Fondo yarışları, günümüzde dünyada popüler bir bisiklet etkinliği türüdür ve birçok ülke ve bölge, bu formatta kendi yarışlarını düzenlemektedir. Bu etkinlikler genellikle hem profesyonel bisikletçilerin hem de amatörlerin ilgisini çekerek benzersiz bir rekabet deneyimi yaratır.

2. Gran Fondo Yarışlarının Bisiklet Dünyasındaki Yeri ve Önemi

Hem amatör bisikletçiler hem de genel bisiklet sektörü için büyük önem taşımaktadır. Gran Fondo yarışlarının bisiklet dünyasındaki önemi ve yeri ile ilgili önemli noktalar mevcuttur. Öncelikle her seviyeden ve deneyimden binlerce bisikletçiye uzun mesafe bisiklet yarışına katılma fırsatı sunmakta ve geniş bir katılımcı kitlesine sahiptir. Amatör bisikletçilerin uzun mesafelerde ve çeşitli rotalarda kendilerini test etmelerine, gerçek bir yarış atmosferini hissetmelerine olanak tanımaktadır. Gran Fondo yarışlarına katılımın teşvik edilmesi, halk arasında sağlıklı bir yaşam tarzının ve fiziksel aktivitenin desteklenmesini teşvik eder. Turist çekme, yerel talebi artırma ve yerel ekonomiyi destekleme aracı haline gelirken bazı Gran Fondo etkinlikleri hayır amaçlı bağış toplamak veya spor ve sağlığı desteklemek amacıyla kullanılır. Bu onları sadece bir spor etkinliği değil, aynı zamanda topluma olumlu katkı yapma fırsatı haline getirmektedir. Gran Fondo etkinlikleri yalnızca bisikletçilerin sınırlarını test etmeleri ve topluluk bağlantıları kurmaları için bir fırsat değil, aynı zamanda ev sahibi şehir veya bölgenin küresel imajını şekillendirmeye yardımcı olacak etkili bir yoldur. Bu etkinliklerin bisiklet sporunun ve yerel ve uluslararası turizmin gelişmesinde, kültürel elçiler ve yerel güzelliğin destekleyicileri olmalarında önemli bir etkisi vardır. Her şeyden önce Gran Fondo, etkinliğin gerçekleştiği muhteşem manzara ve manzaralı rotalarla dikkat çekiyor. Yarış sırasında çekilen etkileyici görüntüler sosyal medya platformlarında ve özel basında paylaşılarak ev sahibi şehir veya bölge olumlu bir şekilde tanıtılıyor. Bu, bölgenin doğal ve kültürel çekiciliklerini tanıtmamanın, yerel varlıklara dikkat çekmenin ve turist çekiciliğini arttırmanın etkili bir yoludur. Ekonomik katkı, katılımcı ve destekçilerin otel rezervasyonlarındaki artış, restoranlara katılım ve yerel ürün ve hizmet satın almalarındaki artışla kendini gösteriyor. Bu ekonomik aktivite enjeksiyonu sadece etkinlik günüyle sınırlı değil, aynı zamanda katılımcıların bölgeyi

daha rahat bir ortamda daha fazla keşfetmeleri için geri dönmeleri teşvik edildiğinden, destinasyon için uzun vadeli bir vitrine kadar uzanıyor. Ayrıca, Gran Fondo yarışlarının turistik bir cazibe merkezi olarak tanıtılması, bisiklet altyapısının büyümesini, bisiklet kiralama hizmetlerinin oluşturulmasını ve bisiklet turist rotalarının geliştirilmesini teşvik etmektedir. Bu sürdürülebilir girişimler, bisiklet tutkunları ve özgün ve dinamik bir deneyim arayan turistler için destinasyonun harika bir yer olarak itibarının pekiştirilmesine yardımcı oluyor. Gran Fondo yarışları ile turizmin teşviki arasındaki bağlantı basit ekonomik boyutun ötesine geçiyor. Bu etkinlikler, bisiklet meraklılarına ev sahibi bölgenin doğal, kültürel ve gastronomik güzelliklerine kendilerini kaptırmaları için açık bir daveti temsil ediyor. Gran Fondo etkinliklerine katılım sayesinde bisikletçiler destinasyonun elçileri haline geliyor ve yanlarında sadece bir yarışmanın anısını değil, aynı zamanda mekana ve misafirperverliğine karşı kalıcı bir sevgi de getirmiş oluyorlar (Malchrowicz-Moško et al., 2019b). Bu durumun insan yaşamında, asıl olana ulaşmada önemli rolü olan Gran Fondo ya katılmaktan geçtiğini gösteriyor.

3. Türkiye’de Gran Fondo Yarışları

Gran Fondo yarışları, dayanıklılık bisiklet etkinlikleri, dünya çapında ve Türkiye’de önemli bir popülerlik kazanmıştır. Türkiye’de bu yarışmalar hem yerli hem de yabancı bisikletçiler arasında oldukça popüler hale geldi. Türkiye’de bu tür etkinliklerin çekiciliği, binicilere çeşitli sürüş koşullarını deneyimleme fırsatı veren çeşitli arazi ve doğal manzaralardan kaynaklanmaktadır. Türkiye’nin dağlar, yaylalar ve sahil gibi coğrafi özellikleri, katılımcılar için çeşitli ve zorlu rotaların düzenlenmesine olanak sağladı. Arazideki bu çeşitlilik, Türkiye’yi bisiklet meraklıları ve etkinlik organizatörleri için cazip bir destinasyon haline getiriyor. Zengin peyzajı ve kültürel çeşitliliğiyle Türkiye, bu büyüleyici ülkeyi becerilerini sergilemek ve iki tekerlek üzerinde eşsiz manzaraları keşfetmek için ideal bir ortam olarak gören birçok bisikletçiyi kendine çekmektedir. Bisiklet dünyası ile Türkiye topraklarının güzelliği arasındaki bu birliktelik, çeşitli disiplinlerden sporcular ve bisiklet tutkunları için heyecan verici bir ortam yaratmaktadır. Ülkemizin çok zengin kaynaklarının bisiklet sporunda da etkili olduğu bilinmektedir.

Yeteneklerini sergilemek için Türkiye’yi seçen bisikletçiler arasında, ülkede düzenlenen ünlü bisiklet yarışmalarına katılan uluslararası profesyonellerden oluşan eklektik bir grup öne çıkıyor. Bu sporcular sadece sportif zorluklarla yüzleşmekle kalmıyor, aynı zamanda muhteşem dağ sıralarından Ege ve Akdeniz’e bakan kıyılara kadar uzanan nefes kesen manzaraları geçme fırsatının da tadını çıkarıyor. Ayrıca Türkiye, dünyanın dört bir yanından gelen, zengin tarihini ve doğal güzelliklerini antik kentlerden, geleneksel

köylerden ve doğal rotalardan bisikletle geçerek keşfetmeye istekli bisiklet turistlerinin ilgisini çekmektedir. Arazi çeşitliliği, bisiklet meraklılarına zorlu dağ tırmanışlarından sakın köy yollarına kadar uzanan maceralarını kişiselleştirme fırsatı sunmaktadır. Büyüyen bisiklet kültüründen ilham alan yerel amatör bisikletçiler, amatör etkinliklere ve bisiklet yarışmalarına katılarak bisiklet tutkusunu ve yeni rotaların keşfini kutlayan dinamik bir topluluk yaratıyor. Bu yerel bisikletçiler, Türkiye'de yalnızca sportif bir mücadele alanı değil, aynı zamanda dünyanın her yerinden bisikletçilerle etkileşim yoluyla bir sosyal bağlantı ve sürekli öğrenme kaynağı da buluyorlar.

Türkiye'de Gran Fondo yarışları, dağlık bölgelerden muhteşem plajlara kadar farklı coğrafyalardan geçen rotalar sunmaktadır. Tarihi mekanların rotalara dahil edilmesi, doğal güzellikleri zengin Türk kültürel mirasıyla birleştirerek sporculara eşsiz bir deneyim sağlamaktadır. Arazi çeşitliliği bisikletçileri zorluyor, heyecan verici ve çeşitli bir rekabet ortamını da yaratıyor. Türkiye, eşsiz coğrafyasıyla zorlu tırmanışlar ve heyecanlı inişlere sahip yarışlara fırsatlar sunmaktadır. Güzergahlarda plajların bulunması, katılımcılara doğal güzellik anları sunarak manzaraya boyut katıyor. Her seviyedeki bisikletçiler, beceri seviyelerine uygun zorlukları seçebildikleri için bu yarışlara ilgi duyuyorlar. Arazi ve manzara çeşitliliği de bu yarışların ülkemizde gerçekleşmesinde önemli rol oynamaktadır.

3.1. Türkiye'de Gran Fondo Yarışlarına Katılım Sıklığı

Sezer ve diğerinin (2023) yılında yapmış oldukları çalışmada 2018-2022 yılları arasında gerçekleşen Gran Fondo yarışlarına katılım sıklığını ve Türkiye Bisiklet Federasyonu'nun (TBF) 24 Mart 2022'de yayınladığı "Yol bisikleti yarış organizasyonlarının uyması gereken kurallar" yönetmeliğinde yayınlamış olduğu son iki yıl içerisinde bisiklet disiplini fark etmeksizin UCI puanı almış olan sporcular ve etkinliğin düzenlendiği yıl milli takım sporcuları ile UCI kayıtlı takımlarda yer alan sporcuların genel katılımcılarla ortak start almaması ve ve genel klasmanda yer almamalarına dair karar alınmıştır. Bu karar sonucu Gran Fondo yarışlarına katılımı nasıl etkilediğine dair çalışmada bilgiler de verilmiştir. Çalışmada Türkiye'de 2018-2022 yılları arasında düzenlenen Akra Gran Fondo, Çeşme Gran Fondo, Turkcell Gran Fondo ve Başkent Gran Fondo yarışları incelenmiştir. Toplam katılımcı sayısında en yüksek sayı 2021 yılında 2108 kişi, en düşük katılımcı sayısı ise 2020 yılında 575 kişidir. Araştırmada yarışma katılımcı oranlarına göre elite erkek kategorisi her yıl en yüksek katılım oranına sahiptir. Elite erkek kategorisinde en yüksek oran %49,6 (669 kişi) ile 2018 yılındadır. En düşük oran ise 2020 yılında %26,1 (150 kişi) ile gerçekleşmiştir. 2018 yılında toplamda %0,3 oranına sahip olan M50-54 kategorisi 2022 itibarıyla %7

oranına ulaşmıştır. Genç erkek kategorisi her yıl artarak en yüksek oranına 2022 yılında %6,4'le ulaşmıştır. Kısa parkur yarışlarında en yüksek katılımcı oranı %73 ile 2022 yılındadır. En düşük katılımcı oranı (%59) ise 2019 yılındadır. Kısa parkur katılımcı sonuçlarında elite erkek kategorisi her yıl en yüksek yüzdellik orana (%16,2-%33,7) sahiptir. Elite erkek kategorisi 2022 yılında bir önceki yıla göre %5,7 artış göstermiştir. Kısa parkurda M35-39 (%12,2), M45-49 (%8,1) ve genç erkek (%6,4) kategorisi en yüksek orana 2022 yılında ulaşmıştır. Uzun parkur yarışlarında 2019 yılında en yüksek katılım oranı (%41) gerçekleşmiştir. Bu kategoride en düşük katılım oranı (%27) ise 2022 yılındadır. Elit erkek kategorisi her yıl yarış parkuru fark etmeksizin en yüksek yüzdellik orana (%26,1-%49,6) sahiptir. Elite erkek uzun parkur katılım oranında ise yıllara göre düşüş yaşanmıştır. Genç erkekler kategorisinde 2022 yılında hiç katılım olmamıştır. Sonuç olarak Türkiye Bisiklet Federasyonunun 2022 yılındaki Gran Fondo yarışmaları hakkındaki düzenleme sonrasında, 2021-2022 kısa parkur katılım oranının (%63,9-%73) uzun parkura (%36,1-%27) göre arttığı görülmüştür. Bu durum rekreatif bisikletçilerin tercihlerini bu yönde değiştirmiştir.

4. Gran Fondo Yarışlarındaki Yaş Kategorileri

Türkiye Bisiklet Federasyonu'nun (TBF) 24 Mart 2022'de yayınladığı "Yol bisikleti yarış organizasyonlarının uyması gereken kurallar" yönetmeliği, "Amatör" olarak sınıflandırılan bisiklet müsabakalarının yaş kategorilerinin belirlenmesinde önemli rol oynuyor. Federasyonun derinlemesine çalışmasının sonucu olan bu yönerge, Türkiye'deki amatör bisiklet yarışmalarının çehresini şekillendirmeye yardımcı olan düzenleyici bir belge niteliğindedir. Bu yarışmaları "Amatör" olarak sınıflandırma seçimi tesadüfi değildir ve rekabetçi olmayan bir düzeyde katılan meraklıları ve kendini adanmış bisikletçileri içeren, profesyonelliğin ötesine geçen bir bisiklet vizyonunu yansıtmaktadır. Bu yaklaşım, Federasyonun kapsayıcı ve erişilebilir bir bisiklet ortamı yaratma, profesyonel düzeyde bisiklet sürmeye meraklı olmayan daha geniş bir meraklı kitesinin katılımını teşvik etme amacını ortaya koymaktadır. Direktifin kesin yayınlanma tarihi olan 24 Mart 2022, önemli bir zamansal rol üstleniyor; bu da Federasyonun, düzenlemeleri bisiklet dünyasının sürekli gelişen ihtiyaçlarına göre güncel ve güncel tutmaya özen gösterdiğini gösteriyor. Bu tarih aynı zamanda amatör bisiklet yönetmeliklerinde yapılabilecek sonraki değişiklik veya güncellemelerin değerlendirilmesi için de yararlı bir zaman referansı sağlar. Vurgulanması gereken hususlardan biri, Türkiye Bisiklet Federasyonu'nun ülkedeki yol yarışlarını yönetme ve düzenleme konusundaki merkezi otoritesidir. Bu otorite, Federasyonun ulusal bisiklet ortamını şekillendirme

ve yönlendirme konusundaki sorumluluğunun altını çizerek, direktifte yer alan kararlara meşruluk ve ağırlık vermektedir (TürkiyeBisikletFederasyonu, 2022).

Türkiye Bisiklet Federasyonu'nun 24 Mart 2022'de yayınladığı yönetmelik, uyulması gereken bir dizi kuralı temsil etmenin yanı sıra, Federasyonun amatör bisiklet katılımını teşvik etme ve destekleme konusundaki kararlılığını simgeleyen yol gösterici bir belge niteliği taşıyor. Bu direktif, Türkiye'deki bisikletçilerin çeşitli ihtiyaçlarına uyum sağlayan kapsayıcı ve dinamik bir bisiklet ortamının şekillendirilmesine yardımcı olan temel bir dayanak niteliğindedir. Uygulaması, deneyim düzeyi ne olursa olsun her bisikletçinin bisiklet tutkusunu geliştirmek için verimli bir zemin bulacağı bir bağlam yaratmayı amaçlıyor. Yönetmelik, basit bir kurallar listesinin ötesinde, Türk bisiklet camiasının gelişimine yönelik stratejik ve bütünsel bir vizyonu yansıtıyor. Çeşitli geçmişlerden ve beceri düzeylerinden bireylerin katılımını teşvik ederek, çeşitli ve tutkulu bir bisikletçiler ağı oluşturmaya yönelik odaklanmış bir çabayı temsil eder. Bu yasanın yayımlanması, yeni başlayanlardan uzmanlara kadar her bisikletçinin bisiklet deneyiminden tam anlamıyla keyif almasını sağlamayı, böylece bisiklet bağlamında daha zengin ve daha ilgi çekici bir sosyal doku yaratılmasına yardımcı olmayı amaçlıyor. Bu direktif, 360 derecelik bir bisiklet kültürünü teşvik etmek için önemli bir araç görevi gördüğünden, bisiklet yarışmalarına ilişkin basit düzenlemelerin ötesine geçmektedir. Federasyon, yönetmelikleriyle bisikletçileri eğitmeyi, ilham vermeyi ve bireysel ve kolektif gelişimlerini desteklemeyi amaçlamaktadır. Destekleyici bir ortam oluşturmak ve kuralları açıkça tanımlamak, tüm katılımcılar için olumlu ve ödüllendirici bir bisiklet deneyimi sağlamayı amaçlamaktadır.

1. Yaş Altı (U12 - 10-11-12 yaş): Bu kategori, 10 ila 12 yaşları arasındaki genç bisikletçiler için çok önemli bir aşamayı temsil eder. Temel amaç, yalnızca rekabeti değil aynı zamanda kişisel gelişimi ve temel bisiklet becerilerini de teşvik eden yarış deneyimleri sağlayarak gençlerin gelişiminin ilk aşamalarından itibaren bisiklet tutkusunu beslemektir.

2. 15 Yaş Altı (U15 - 13-14 yaş): 13 ila 14 yaş arasındaki genç bisikletçileri hedefleyen bu kategori, ilk gençlik yarışmaları ile daha ileri seviyeler arasında bir köprü görevi görür. Burada sunulan zorluklar bisiklet sürme becerilerindeki ilerlemeyi vurgulamak ve genç katılımcıları sonraki kategorilere hazırlamak için tasarlanmıştır.

3. 17 Yaş Altı (U17 - 15-16 yaş): 15 ila 16 yaş arasındaki genç bisikletçiler için en ileri düzeydeki zorlukları ele alan bu kategori, gençlerin bisiklet sürme gelişiminde kritik bir aşamayı temsil eder. Bu yaş grubundaki yarışmalar,

teknik ve taktik becerileri geliştirmek ve daha zorlu bisiklet yarışlarına temel hazırlık sağlamak üzere tasarlanmıştır.

4. Gençler (17-18 yaş): 17 ile 18 yaş arasındaki genç bisikletçileri hedefleyen bu kategori, Büyükler kategorisine geçmeden önce en gelişmiş bisiklet yarışına girişi işaret etmektedir. Buradaki yarışmalar, bisiklet sürme olgunluğunu test eden ve katılımcıların daha üst düzey rekabetteki geleceklerini şekillendirmeye yardımcı olan zorluklar sunuyor.

5. Büyükler (19-34 yaş): Bu kategori, 19 ila 34 yaş arası yetişkin bisikletçilerin katıldığı amatör bisiklet yarışmalarının zirvesini temsil eder. Bu yaş grubundaki zorluklar, bisiklet kariyerlerinin çeşitli aşamalarındaki katılımcıların çeşitliliği ile karakterize edilir ve zorlu ve rekabetçi bir oyun alanı yaratır.

6. Ustalık (35+ yaş): Yetişkin bisiklet ustalığını temsil eden bu kategori, 35 yaş üstü herkesi kapsar. Ustalık yarışmaları, bisiklet katılımı için devam eden bir aşama sağlayarak, katılımcıların 35 yaşını geçtikten sonra bile kendilerini zorlamaya devam etmelerine ve bisiklet camiasına katkıda bulunmalarına olanak tanır.

5. Gran Fondo Yarışlarının Bisiklet Sporuna Katkıları

Gran Fondo yarışları, bisiklet sürmeye önemli bir katkıda bulunarak, her beceri düzeyinden ve farklı sürüş tarzlarından bisikletçilerin kitlesel etkinliklere katılmasına olanak tanıdı (Baumgartner et al., 2020b; Demir & Çetin, 2020). Gran Fondo'nun bisiklet sporuna katkısını yansıtan bazı unsurlar şunlardır:

Kitle ve Popülarite: Gran Fondo, hem profesyoneller hem de amatörler dahil olmak üzere çok sayıda katılımcının ilgisini çekmektedir. Bu, bisiklet sürmenin yaygınlaşmasına yardımcı olur ve onu genel halk için erişilebilir hale getirir. Halk içerisinde erişilebilir hale gelen yarışlar vasıtasıyla profesyonel bisiklet yarışlarının alt tabanı oluşmaktadır (Dionigi, 2006; Yıldız, 2019).

Bisiklet Turizmi: Gran Fondo yarışları doğal alanlardan ve turistik mekanlardan geçerek bisiklet turizmini teşvik edebilir. Katılımcılar yeni yerleri ve kültürel mekanları keşfetme fırsatı bulmaktadır.

Bisiklet Kültürü: Gran Fondo, bisiklet camiasının katılımını sağlayarak ve deneyimlerin paylaşılması ve etkileşim için elverişli bir ortam yaratarak bisiklet kültürünü teşvik eder.

Amatörler için Rekabetçi Deneyim: Gran Fondo yarışları, amatörler için büyük bir bisiklet etkinliğinin parçası olduklarını hissetme ve daha önce

yalnızca profesyonellerin erişebildiği açık yollarda veya dağlık alanlarda güçlerini test etme fırsatı veriyor.

Yerel Toplulukların Geliştirilmesi: Bir Gran Fondo düzenlemek, turistleri çekerek ve yerel işletmeleri destekleyerek yerel toplulukların desteklenmesine yol açabilir.

Organizasyon ve Teknolojide Yenilik: Gran Fondo gibi büyük etkinlikler, toplu bisiklet etkinliklerini yönetmek için yeni teknolojilerin ve organizasyonel yaklaşımların geliştirilmesini teşvik ediyor (Berridge, 2012; Malchrowicz-Moško et al., 2019a).

Bütün bunlar bisiklet sporunun yaygınlaşmasına ve dünya çapında gelişmesine önemli ölçüde katkı sağlamaktadır.

6. Profesyonel Bisiklet Yarışları ve Gran Fondo Yarışları Arasındaki Farklar

Profesyonel bisiklet yarışları ile Grand Fondo organizasyonları arasında hem etkinliğin niteliği, katılımcılar, kat edilen mesafeler hem de yarışmaya genel yaklaşım açısından önemli farklılıklar bulunmaktadır. Birincisi, Profesyonel takımlara mensup elit sürücülerin özel katılımının görüldüğü profesyonel bisiklet yarışlarından farklı olarak Gran Fondo organizasyonları, yarışmanın hem amatör hem de profesyonel olmak üzere çeşitli katılımcılara açık olduğu benzersiz bir bağlamı temsil ediyor. Bu ayırt edici özellik, Gran Fondo yarışlarının kapsayıcı ve demokratik bir boyut kazandırıyor ve her beceri seviyesindeki bisikletçilere ikonik rotalarda kendilerine meydan okuma ve profesyonellerinkine benzer bir deneyim yaşama fırsatı sunuyor. Gran Fondo yarışlarında amatör sporcular, profesyonel bisikletçilerle yolu paylaşma konusunda olağanüstü bir fırsata sahip olup, benzersiz ve teşvik edici bir rekabet ortamı yaratmaktadır. Farklı bisiklet geçmişlerinden gelen katılımcıların bu birleşimi, meraklıların uzmanlardan öğrenebilecekleri ve profesyonellerin amatörlerin tutku ve bağlılıklarını takdir edebilecekleri eklektik ve ilgi çekici bir atmosfer yaratılmasına yardımcı oluyor. Yarışmanın amatör bisikletçilere açılması kararı, yalnızca bisikletin herkes için erişilebilir olmasını teşvik etme arzusunu yansıtmakla kalmıyor, aynı zamanda bisiklet camiası arasında her düzeyde bağlantı oluşturmanın önemini de altını çizmektedir. Bu bağlamda, Gran Fondo yarışları sadece spor etkinlikleri değil, aynı zamanda bisiklet tutkusunun farklı geçmişlere sahip bisikletçileri bisiklet ruhunun ortak kutlamasında bir araya getirdiği kapsayıcı bisiklet rallileri haline geliyor. Profesyoneller için bir Gran Fondo yarışlarına katılmak, resmi yarışların zorluklarından bir kopuşu temsil edebilir ve deneyimlerini daha geniş bir meraklı topluluğuyla paylaşmalarına olanak

tanıyabilir. Öte yandan, amatör bisikletçiler için Gran Fondo yarışlarına katılmak, profesyonellerin deneyimine benzer bir deneyim yaşama, destansı zorluklarla yüzleşme ve üst düzey yarışlarda da sıklıkla kullanılan yollarda becerilerini geliştirme fırsatı sunuyor. Mesafe bir diğer önemli farktır. Tour de France gibi profesyonel yarışlar birkaç gün içinde yüzlerce hatta binlerce kilometre kat edebilirken, Grand Fondo yarışları genellikle tek bir günde katedilen, genellikle 100 ila 200 kilometre arasında önemli ancak erişilebilir mesafeler içerir. Profesyonel bisiklet yarışları ile Gran Fondo yarışları arasındaki fark, yalnızca katılımcıların kompozisyonuna değil, aynı zamanda bu etkinliklere nüfuz eden rekabetçi ruha da yansıyor. Profesyonel yarışmalar, yoğun bir maksimum performans arayışı, takım taktikleri ve elit sonuçlara ulaşma hedefi ile karakterize edilirken, Gran Fondo yarışları, kişisel hedeflere ve bireysel deneyime ulaşmaya daha güçlü bir vurgu ile karakterize edilir. Profesyonel yarışlarda rekabet son derece atletik performansın zirvesine odaklanır. Maksimum hız ve dayanıklılık için eğitilmiş seçkin yarışçılar, genellikle karmaşık takım stratejileriyle desteklenen, zafer için sıkı bir mücadelede yarışır. Bu son derece rekabetçi ortam, yarış taktiklerinden tekerlek seçimine kadar her ayrıntının fark yaratabileceği en üst düzeyde bir yarışa dönüşmektedir. Tam tersine Gran Fondo yarışlarında rekabet ruhu daha kişisel düzeyde geliyor. Üst düzey performansı arzulayan bisikletçiler olsa da çoğu katılımcı, yarışı tamamlama ve kişisel zorlukların üstesinden gelme bireysel hedefine odaklanır. Gran Fondo yarışları, ister daha uzun mesafeleri aşmak, kişisel zamanlara ulaşmak veya zorlu dağ rotalarını fethetmek olsun, her bisikletçinin kendi hedeflerini belirleyebileceği bir oyun alanı sunar. Ayrıca Gran Fondo bağlamı, bisiklet deneyiminin daha kapsayıcı hale geldiği ve yalnızca rekabete daha az odaklandığı bir katılım ve paylaşım zihniyetini desteklemektedir. Amatör bisikletçilerin genellikle arkadaşları veya aileleri eşliğinde varlığı, daha rahat ve samimi bir atmosfer yaratılmasına yardımcı olur. Kişisel hedefler, saf kişisel tatminden, nefes kesen manzaraları keşfetme arzusuna veya katılım yoluyla hayırsever amaçları destekleme arzusuna kadar geniş bir yelpazede değişebilir.

7. Profesyonel Bisiklet Yarışları

Bu etkinliklere yalnızca üst düzeyde eğitim almış, uzman sporcular olan profesyonel bisikletçiler katılmaktadır. Genellikle kısa ama yoğun etapları veya bir günlük yarışları içerir. Mesafeler değişebilir ancak odak noktası genellikle yüksek hız ve verimlilik. Rekabete ve rekabet ruhuna odaklıdır. Takımlar zafere ulaşmak için taktik ve stratejiler kullanır. Katı uluslararası kurallara ve standartlara uyun. Profesyonel federasyonlar ve ticari organizatörler tarafından düzenlenir. Kazananlara nakit ödüller ve hediyeler dahildir (Raynor et al., 2012).

Gran Fondo Yarışları: Bu formattaki yarışlar, hazırlık seviyesine bakılmaksızın herkese açıktır. Katılımcılar amatör bisikletçiler veya keyif ve eğlence amaçlı bisiklet süren meraklılar olabilir. Genellikle birkaç düzineden yüzlerce kilometreye kadar farklı mesafelere sahiptirler. Ana vurgu, ortalamanın üzerinde etkinlik süresi ve başarılı yarıştıdır. Her ne kadar rekabet unsuru olsa da birçok katılımcı kendi zevki için ve kendi gücünü test etmek için katılıyor. Kurallar daha az katı ve çeşitli olabilir. Yerel gruplar, kulüpler veya kar amacı güden kuruluşlar tarafından düzenlenir. Katılımcılara genellikle madalya, bitirici forması veya diğer sembolik ödüller verilir (Lamont & Buultjens, 2011).

Her iki formatın da kendine özgü avantajları ve bisiklet sporuna katkıları vardır ve aktivitenin farklı yönlerinin geliştirilmesine katkıda bulunur.

8. Gran Fondo Yarışlarının Sporcular Üzerindeki Fiziksel Etkileri

Gran Fondo yarışlarının uzun mesafeleri, özellikle bu mesafelere alışkın olmayan yarışmacılar üzerinde yüksek düzeyde fiziksel strese neden olabilir. Gran Fondo yarışları, dik tırmanışlardan hızlı inişlere kadar farklı arazi türlerini kapsadıkları için bisikletçiler için harika bir fırsat. Arazideki bu değişkenlik, katılımcılara kas gerginliğine ve sakatlığa neden olabilecek fiziksel bir zorluk sunar. Kas gücü ve dayanıklılık gerektiren bisiklet tırmanışı, yokuş yukarı pedal çevirirken kasların maruz kaldığı yoğun stres dikkate alındığında kas yaralanması riski açısından verimli bir zemin olabilir. Bu aşamanın zorlu doğası, irtifa ve dik yokuşların zorluklarını karşılamak için kademeli adaptasyon ve spesifik kas güçlendirmeyi gerektirir. Daha az eğitimli veya deneyimsiz bisikletçiler, kasların aşırı yorulmasına veya zorlanmasına karşı daha duyarlı olabilir; bu da yaralanma riskini azaltmak için yeterli bir antrenman programının ve yoğunluğun kademeli olarak artırılmasının öneminin altını çizer. Öte yandan iniş, daha fazla koordinasyon ve hızlı tepki verme yeteneği gerektiren bir dizi benzersiz zorluğu da beraberinde getiriyor. İniş sırasında hız yönetimi, virajlara uyum sağlama ve değişken arazilerde dengeyi koruma yeteneği olmazsa olmaz hale geliyor. Daha az deneyimli bisikletçiler bu becerilerde uzmanlaşmayı daha zor bulabilir, bu da kaza veya düşme riskini artırabilir. İniş, sürüş tekniğine ve bisikletin kontrolüne özel dikkat gerektirir ve tehlikeli durumlardan kaçınmak için güvenlik hususları bir öncelik olmalıdır. Her iki aşamada da yeterli ısınmanın, fiziksel hazırlığın ve ilerleyen beceri kazanımının önemi, yaralanma riskini azaltmak için hayati önem taşır. Kas gücünü, dayanıklılığını ve koordinasyonu geliştirmeye yönelik özel eğitim, bisikletçilerin tırmanma ve iniş gibi benzersiz zorluklara hazırlanmasına önemli ölçüde yardımcı olabilir.

Beslenme yaklaşımı, aktivitenin süresi, egzersizin yoğunluğu ve çevre koşulları dikkate alınarak bisiklet sürmenin spesifik enerji ihtiyacını karşılamayı amaçlamalıdır. İlk olarak, uygun hidrasyon, performansı desteklemenin ve dayanıklılık ve konsantrasyon üzerinde olumsuz etkileri olabilecek dehidrasyonun önlenmesinin anahtarıdır. Bisikletçiler, sürüşten önce, sürüş sırasında ve sonrasında yeterli miktarda su içmeyi planlamalı, tüketimi hava koşullarına ve egzersiz yoğunluğuna göre ayarlamalıdır. Elektrolit içeceklerinin kullanımı terleme yoluyla kaybedilen elektrolitlerin yenilenmesine yardımcı olabilir. Beslenme açısından bisikletçiler karbonhidrat, protein ve yağ kombinasyonu sağlayan dengeli öğünler ve atıştırmaıklar planlamalıdır. Karbonhidratlar uzun süreli çabalar için önemli bir enerji kaynağıdır; proteinler ise kas onarımını ve protein sentezini destekler. Besin açısından zengin çeşitli gıdaların desteklenmesi, beslenme ihtiyaçlarının karşılanmasına ve optimum performansın desteklenmesine yardımcı olabilir. Yarışlar veya uzun sürüşler sırasında jeller veya barlar gibi enerji takviyeleri kullanmak, enerji seviyelerini korumak için hızlı bir karbonhidrat kaynağı sağlayabilir. Ancak bu tür ürünlerin kullanımını besleyici gıdalar açısından zengin genel bir diyetle dengelemek önemlidir. Besinlerinizi önceden planlamak, eksiklikleri önlemek ve aktivite sırasında sürekli enerji tedariki sağlamak için çok önemlidir. Ayrıca bisikletçiler, diyetlerini planlarken metabolizma, yiyecek tercihleri ve kişisel kalori ihtiyaçları gibi bireysel faktörleri de dikkate almalıdır. Egzersiz sırasında yeme stratejileriyle denemeler yapmak, her birey için en iyi neyin işe yaradığını belirlemenize yardımcı olabilir.

Kitlesel yarışlar, özellikle dar veya teknik bölümlerde yaralanma ve düşme riskini artırabilecek benzersiz zorluklar sunar. Çok sayıda bisikletçinin genellikle sınırlı rotalarda yoğunlaşması trafik sıkışıklığı durumlarına neden olabilir ve bu da güvenliğe ve kaza önleme konularına daha fazla önem verilmesini hayati hale getirebilir. Katılımcılar arasındaki yakınlık, özellikle alanın sınırlı olduğu bölümlerde istemsiz temas veya çarpışma olasılığını artırabilir; bu da dikkatli ve kurallara uygun sürüşün önemini vurgular. Kitlesel yarışlar sırasındaki hava koşulları ve sıcaklık, bisikletçilerin performansı ve sağlığı üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilir. Aşırı sıcaklıklar veya olumsuz hava koşulları vücudun hidrasyonunu ve termoregülasyonunu etkileyebileceğinden, iklim koşullarına uyum sağlamak önemlidir. Yoğun ısı koşullarında, aşırı ısınma endişe verici hale gelir ve sıcak çarpması riskini önlemek için sıvı alımına ve uygun giysilere daha fazla dikkat edilmesi gerekir. Tersine, aşırı soğukta hipotermi bir tehdit haline gelebilir, bu da yeterli katmanlar giymeyi ve aşırı soğumayı önlemek için termal korumaya dikkat etmeyi zorunlu hale getirir. Kitlesel yarışmalar sırasında hidrasyon yönetimi özellikle önemlidir. Uzun süreli terlemeyle birlikte yoğun rekabet, vücut

sıvılarının önemli ölçüde kaybına neden olabilir. Bu nedenle sıvı tüketiminizi iklim koşullarına ve egzersiz yoğunluğuna göre uyarlayarak dikkatli bir şekilde planlamanız önemlidir. Elektrolit içeceklerin kullanımı, atletik performans ve dehidrasyonun önlenmesi için gerekli olan elektrolit dengesinin korunmasına yardımcı olabilir. Ayrıca, toplu yarışlara katılanların güvenliği, doğru yol işaretleri, hava koşullarının izlenmesi ve rotanın potansiyel riskleri hakkında net bilgiler gibi önleyici tedbirlerle artırılabilir. Yol güvenliği farkındalığının artırılması ve bisikletliler arasında etkili iletişimin sağlanması, kaza riskinin en aza indirilmesine yardımcı olabilir.

9. Gran Fondo Yarışlarının Sporcular Üzerindeki Psikolojik Etkileri

Gran Fondo yarışları, rekabet baskısı ve belirli bir sonuca ulaşma arzusu nedeniyle stresli ve heyecanlı olabilir. Büyük bir bisiklet yarışını tamamlamak, başarı ve tatmin duygusu yaratabilir. Uzun bir yarışta duygusal enerji harcamak psikolojik yorgunluğa yol açabilir. Özellikle grup veya takım halinde diğer katılımcılarla etkileşim, psikolojik durumu etkileyebilir. Büyük bir yarışa katılmak, antrenman yapmak ve fiziksel aktiviteyi sürdürmek için motivasyon görevi görebilir. Etkilerin antrenman seviyesi, hava koşulları, yarışın teknik yönleri ve katılımcıların bireysel özellikleri gibi çeşitli faktörlere bağlı olarak değişebileceğini dikkate almak önemlidir. Bu faktörlere yeterli düzeyde yanıt verme yeteneği, Gran Fondo yarışlarının sporcular üzerindeki genel etkisini belirleyebilir (Raynor et al., 2012).

10. Gran Fondo Yarışlarının Ekonomik ve Toplumsal Etkileri

Uzun mesafe amatör bisiklet yarışmaları olan Gran Fondo yarışlarının yerel topluluklar üzerinde çeşitli ekonomik ve sosyal etkileri olabilmektedir. Bu yarışlar farklı bölgelerden ve hatta diğer ülkelerden katılımcıların ilgisini çekmektedir. Bu, bisikletçilerin ve refakatçilerinin konaklama, restoranlar, bisiklet mağazaları ve diğer yerel hizmetlere para harcamasıyla yerel turizmde artışa yol açabilir. Yerel işletmeler bu ziyaretçi akışından önemli ölçüde yararlanabilir. Çevredeki bölgenin güzelliği ve çeşitliliğinin vitrini görevi görebilir. Yarış görüntüleri ve haberleri, yerel turizmi teşvik etmek ve daha fazla ziyaretçiyi bölgeyi keşfetmeye teşvik etmek için kullanılabilir. Genellikle yerel topluluğu da dahil eder ve gönüllüler etkinliğin organizasyonuna yardımcı olur. Bu, toplumda bir gurur ve aidiyet duygusu yaratmanın yanı sıra yerel halk için gönüllülük fırsatları da yaratabilir. Spor etkinliklerinin desteklenmesi halk sağlığı üzerinde olumlu bir etkiye sahip olabilir. Bisiklet kullanımını ve diğer fiziksel aktiviteleri teşvik ederek nüfusun genel refahının iyileştirilmesine katkıda bulunmaktadır. Ancak Gran Fondo yarışları,

özellikle trafik ve çevre yönetimi açısından zorluklar da ortaya çıkarabilir. Organizatörlerin trafik kesintisi veya çevresel etki gibi olası olumsuz etkileri azaltmak için yerel yetkililerle işbirliği içinde çalışması önemlidir (Berridge, 2014b; Lamont & Buultjens, 2011; Ogles et al., 1995; Sidwells, 2011).

11. Gran Fondo Yarışlarına Elit Bisikletçilerin Katılımı

Türkiye Bisiklet Federasyonu, 2022 yılında sporcuların o dönemdeki bisiklet yarışlarına katılımı ve genel sıralaması konusunda önemli bir karar aldı. Bu karar özellikle, etkinlikten önceki iki yıl içinde bisiklet disiplinine dayalı herhangi bir ayırım yapılmaksızın bisiklet müsabakalarında UCI (Uluslararası Bisiklet Birliği) puanı toplayan sporcuları ilgilendirmektedir. Ayrıca karar, etkinliğin gerçekleştiği yıl boyunca UCI'ye kayıtlı milli takımların ve takımların sporcularını da kapsıyor. Bu kararın açık anlamı, adı geçen sporcuların ne startta ne de genel katılımcılarla ortak genel klasmanda yer almayacağıdır. Başka bir deyişle, diğer bisikletçilerle birlikte yarışmaya aktif olarak katılmayacaklar ve sonuçları, etkinliğin genel sıralamasını etkilemeyecektir. Bu hariç tutma kriteri, bisiklet yarışlarına katılanlar arasında daha fazla çeşitlilik ve rekabeti teşvik etme arzusuna dayanıyor gibi görünüyor. Daha önce UCI puanı toplamış olan ve milli takımlardan veya UCI'ye kayıtlı sporcuları hariç tutarak, farklı bisiklet disiplinlerinden ve ulusal bağlamlardan bisikletçilerin katılımını teşvik etmek amaçlanabilir. Bu, yarışmalarda daha fazla adalet ve açıklığa katkıda bulunarak, Türkiye Bisiklet Federasyonu himayesinde düzenlenen 2022 yarışlarında daha geniş bir bisikletçi yelpazesinin kendini göstermesine olanak tanıyabilir. Sonuçta karar, katılımcılar arasında daha fazla değişkenliği teşvik etmek için bisiklet yarışmalarının ortamını yeniden tanımlamayı ve böylece 2022 yılında daha adil ve daha kapsayıcı rekabete katkıda bulunmayı amaçlıyor. Sezer et al. (2023) yapmış oldukları çalışmada Türkiye Bisiklet Federasyonunun 2022 yılında Gran Fondo yarışları hakkında almış oldukları karar sonucunda kısa parkur katılım oranının uzun parkura göre arttığını öne sürmüştür. Bu durum rekreatif bisikletçilerin tercihlerinin bu yönde değiştiğini ortaya koymaktadır.

12. Gran Fondo Yarışlarının Geleceği

Gran Fondo yarışlarının geleceği spor, bisiklet ve genel olarak toplum dünyasındaki çeşitli trendlerden ve gelişmelerden etkilenebilir. Farklı yaş gruplarından ve beceri düzeylerinden giderek daha fazla katılımcının ilgisini çekerek popülerlik kazanmaya devam edebilir. Sportif mücadele, sosyal deneyim ve fiziksel aktivitenin teşvik edilmesinin birleşimi, bu yarışları bisiklet tutkunları için giderek daha çekici hale getirebilir. Yarışta kullanılan GPS

cihazları, performans izleme uygulamaları ve katılımcıların deneyimlerini ve sonuçlarını paylaşmalarına olanak tanıyan çevrimiçi platformların büyümesiyle teknoloji, Gran Fondo yarışlarına giderek daha önemli bir rol oynayabilir. Sürdürülebilirliğe giderek daha fazla odaklanmasıyla, Gran Fondo organizatörlerinin etkinliklerin çevresel etkilerini azaltma konusunda daha büyük bir kararlılığa sahip olduklarını görebiliriz. Bu, yarışmaların organizasyonu sırasında eko-sürdürülebilir uygulamaları ve düşük çevresel etkiye sahip girişimlerin benimsenmesini içerebilir. Gran Fondo yarışları, dünyanın farklı yerlerinden gelen katılımcılarla giderek daha uluslararası hale gelebilir. Bu, daha fazla kültürel çeşitliliğe ve dünya çapında bisiklet destinasyonlarının tanıtımına yol açabilir. Organizatörler, etkinlikler sırasında sanal yarışlar, etkileşimli kurslar ve kişiselleştirilmiş hizmetler gibi öğeler de dahil olmak üzere katılımcı deneyimini geliştirmek için yenilikçi yollar arayabilir. Katılımcı sayısı arttıkça bisikletçi güvenliği giderek daha kritik bir konu haline gelecektir. Organizatörlerin trafiğe kapalı güzergahlar, iyileştirilmiş tabelalar ve iyileştirilmiş tıbbi hizmetler gibi gelişmiş güvenlik önlemlerine yatırım yapması gerekebilir. Genel olarak Gran Fondo'nun geleceği parlak olacak şekilde şekilleniyor ve dayanıklılık bisiklet yarışmaları alanında büyüme ve yenilik için önemli fırsatlar sunuyor. Ancak bu yarışların uzun vadeli başarıyı sürdürmesini sağlamak için, başta güvenlik ve sürdürülebilirlikle ilgili olmak üzere ortaya çıkan zorlukları ciddi şekilde ele almamız çok önemli. Uzun ve çeşitli kursların doğası göz önüne alındığında, her şeyden önce Gran Fondo katılımcılarının güvenliğinin sağlanması bir öncelik haline geliyor. Uygun işaretler, koruyucu ekipman ve parkurdaki açık davranış kuralları gibi güvenlik önlemlerinin geliştirilmesi ve uygulanması, olayların önlenmesi ve sürücülerin fiziksel bütünlüğünün korunması açısından çok önemlidir. Ayrıca sürdürülebilirlik, bisiklet yarışlarının organizasyonunda giderek daha önemli bir unsur haline geliyor. Uygun atık yönetimi ve etkinliklerde çevre dostu taşımacılığın teşvik edilmesi gibi yeşil uygulamaların benimsenmesi, karbon ayak izimizin azaltılmasına ve çevrenin korunmasına yardımcı olur. Yenilikçi teknolojilerin ve çevre dostu malzemelerin yarış organizasyonuna entegre edilmesi, sürdürülebilir bir yaklaşımın güçlendirilmesine yardımcı olabilir. Gran Fondo'nun başarısının devam etmesi için yerel toplulukların katılımı da çok önemlidir. Ev sahibi topluluklarla yakın iş birliği, etkinlik ile yerel topluluk arasındaki bağları güçlendirerek ekonomik ve sosyal faydalar sağlayabilir. Bisiklet turizminin sorumlu bir şekilde desteklenmesi, yerel ekonomik kalkınmaya katkıda bulunabilir ve etkinlik için olumlu bir imaj oluşturabilir. Gran Fondo'nun uzun vadeli ilgisini ve çekiciliğini sağlamak için katılımcı tercihlerindeki değişiklikleri dikkate almak ve etkinliği buna göre uyarlamak önemlidir.

Kurslarda ve tesislerde katılımcı geri bildirimlerinin ve yeniliklerin sürekli izlenmesi, dayanıklılık yarışlarına olan ilginin ve coşkunun korunmasına yardımcı olabilir. Güvenlik, sürdürülebilirlik ve topluluklardaki ve sürücü tercihlerindeki değişikliklere uyum sağlama zorluklarının ciddi şekilde ele alınması, Gran Fondo için parlak bir gelecek sağlamanın ve dolayısıyla olağanüstü bir bisiklet etkinliği statüsünü korumanın anahtarıdır (Ackson et al., 2007; Minahan & Wood, 2008; Yamamoto et al., 2010).

12.1. Yenilikler ve Gelişmeler

Gran Fondo yarışlarında katılımcı deneyimini iyileştirmek, güvenliği artırmak ve yeni trendlere uyum sağlamak amacıyla bir dizi yenilik ve gelişme yaşanıyor. İleri teknolojilerin entegrasyonu giderek daha yaygın hale geliyor. Katılımcılar, performanslarını izlemek, rotaları gerçek zamanlı olarak takip etmek ve belirli uygulamalar aracılığıyla istatistikleri paylaşmak için GPS cihazlarını kullanabilir. Bu, daha iyi bir dijital deneyime ve performans analizine katkıda bulunur. Sanal yarışların artan popüleritesi Gran Fondo yarışlarını da etkiledi. Bazı etkinlikler, katılımcıların uzaktan rekabet etmelerine ve yüz yüze yarışların sınırlı olabileceği durumlarda bile ilgilerini sürdürmelerine olanak tanıyan sanal seçenekler sunar. Organizatörler daha ilginç ve zorlu rotalar oluşturmaya çalışıyor. Bu, çarpıcı manzaralardan geçen, daha zorlu teknik bölümler içeren veya benzersiz zorluklar sunan rotaları içerebilir. Yenilikçi bir rota tasarımı, etkinliğin katılımcılar için daha çekici hale getirilmesine yardımcı olabilir. Birçok etkinlikte daha sürdürülebilir uygulamalar benimseniyor, atık yönetimi yoluyla çevresel etki azaltılıyor, çevre dostu malzemeler kullanılıyor ve katılımcılar için sürdürülebilir ulaşım teşvik ediliyor. Bazı ırklar aynı zamanda sosyal sorumluluk girişimlerinde de bulunmakta, hayırseverlik amaçlarını desteklemekte veya çeşitliliği ve katılımı teşvik etmektedir. Yol güvenliğine artan ilgiyle Gran Fondo yarışları, bisikletçileri korumak için önlemler alıyor. Bu, trafiğin olmadığı rotaların uygulanmasını, gelişmiş güvenlik izleme teknolojisinin kullanılmasını ve rotalar boyunca iyileştirilmiş tıbbi hizmetlerin sağlanmasını içerebilir. Genel deneyimi zenginleştirmek için bazı Gran Fondo yarışları bisiklet festivalleri, ürün sergileri, eğitim oturumları ve diğer etkinlikler gibi yan etkinlikler içerir. Bu, katılımcılar için daha sürükleyici ve ilgi çekici bir ortam yaratılmasına yardımcı olur. Katılımcılara farklı mesafeler, özel hizmetler içeren premium paketler ve diğer kişiye özel deneyimler arasında seçim yapmalarına olanak tanıyan özelleştirme seçenekleri sunar (Berridge, 2014b; Sidwells, 2011). Sürekli yenilik ve gelişme, Gran Fondo yarışlarının devam eden evrimini öne çıkarıyor ve giderek dinamikleşen bisiklet bağlamında katılımcıların sürekli değişen ihtiyaç ve beklentilerine uyumu yansıtır. İlk

olarak, bisiklet sporundaki değişikliklere ayak uydurmak ve tüm katılımcılar için adil ve güvenli bir ortam sağlamak için yönetmeliklerde ve parkur kurallarında ayarlamalar yapılması şarttır. Kuralların yeni teknolojilere ve bisiklet ekipmanlarına uyarlanabilirliği bu alanda yenilikçiliğin desteklenmesi açısından önemlidir. Örneğin, Gran Fondo yarışlarının belirli kategorilerinde yeni elektrikli yardım teknolojilerinin kullanımına izin veren düzenlemelerin getirilmesi, bisikletteki teknolojik değişime uyum sağlamanın bir örneğini temsil edebilir. Ayrıca Gran Fondo etkinliklerinde ödül konsepti de katılımcıların ihtiyaçlarına daha iyi cevap verecek şekilde yavaş yavaş değişmektedir. Organizatörler artık yalnızca finansal ödüllere veya unvanlara odaklanmak yerine, rotayı tamamlayanlara madalya veya övgü sunarak kişisel başarı duygusunu teşvik ediyor, böylece bireysel katılımı ve deneyimi teşvik ediyor. Gran Fondo yarışının evriminin önemli bir dezavantajı, eğlence ve sosyal etkileşime artan odaklanmadır. Bu durumda kuruluş, katılımcılarına eksiksiz ve akılda kalıcı bir deneyim sunmak amacıyla sergiler, gastronomi etkinlikleri veya ağ oluşturma oturumları gibi ilgili faaliyetleri giderek daha fazla tanıtıyor. Bu durumda, çevre dostu bir yaklaşımın teşvik edilmesi giderek daha önemli bir öncelik haline gelmektedir. Organizatörler, katılımcılar için yeşil ulaşımı teşvik ediyor ve etkinliğin çevre üzerindeki etkisini en aza indirmek için plastik azaltma ve geri dönüşüm gibi sürdürülebilir uygulamaları hayata geçiriyor. Gran Fondo yarışlarının sürekli gelişimi, yalnızca bisiklet sporundaki değişikliklere uyum sağlamayı değil, aynı zamanda farklı bir deneyim sunma ve katılımcılara fayda sağlama taahhüdünü de yansıtıyor. Esnek düzenlemelerden, yenilikçi yaklaşımlara, ödüllere ve sosyal deneyime odaklanmaya kadar bu yenilikler, Gran Fondo yarışlarının prestijli bisiklet etkinlikleri olarak statüsünü güçlendirmeye, farklı bir izleyici kitlesinin ilgisini çekmeye ve küresel olarak bisiklet tutkusunu desteklemeye yardımcı oluyor.

12.2. Sürdürülebilirlik ve Çevresel Bilinç

Gran Fondo yarışlarında sürdürülebilirlik ve çevresel etki konusundaki farkındalık, bu dayanıklılık bisiklet etkinliklerinin gelişiminde merkezi bir rol oynadı. Katılımcılar ve organizatörler, iklim değişikliği ve doğal kaynakların korunmasıyla ilgili küresel kaygıların artması göz önüne alındığında, sürdürülebilir uygulamaları teşvik etmek ve bu yarışmaların karbon ayak izini en aza indirmek için çabalarını artırıyorlar. Gran Fondo yarışlarında sürdürülebilirlik bilincinin önemli bir yönü, organizasyonel süreçlerde yeşil stratejilerin benimsenmesidir. Bu nedenle organizatörler, seçici toplama ve geri dönüşümü uygulayarak, plastik tüketimini azaltarak ve biyolojik olarak parçalanabilen malzemeleri mümkün olduğunca kullanarak atıkların

azaltılmasını vurguluyor. Bu uygulamalar yerel ekosistemler üzerindeki etkinin azaltılmasına yardımcı olur ve çevresel sorumluluk kültürünü teşvik eder. Ulaşım ve hareketlilik de Gran Fondo yarışlarında sürdürülebilirliğin desteklenmesinde önemli unsurlardır. Katılımcıların etkinliğe ulaşmak ve karbon emisyonlarının olumsuz etkilerinden kaçınmak için çevre dostu ulaşım araçlarını benimsemeleri teşvik ediliyor. Yarış alanındaki bireysel araç sayısını azaltmak için araç paylaşımı ve toplu taşıma kullanımı da teşvik ediliyor. Rotaların çevre üzerindeki etkisinin farkındalığı önemli bir rol oynamaktadır. Organizatörler, hassas ekosistemlere verilen zararı en aza indirecek ve yarışın geçtiği alanların doğal yaşam alanını koruyacak rotalar aramaktadırlar. Katılımcıları çevresel bütünlüğü korumanın ve doğal manzaralara saygının önemi konusunda bilgilendirmek, sürdürülebilirlik bilincine katılımlarını vurgulamaktadır (Baumgartner et al., 2020a; Rossi et al., 2014). İlgili bir diğer konu ise katılımcıların ekolojik uygulamalar ve yarış sırasında sorumlu davranışın önemi konusunda eğitilmesidir. Bilgilendirme oturumları veya bilinçlendirme kampanyaları düzenlemek, bisikletçileri çevre dostu davranışlar benimsemeye ve içinden geçtikleri manzaraların güzelliğini ve sağlığını korumaya yardımcı olmaya teşvik eder (Berridge, 2014a). Gran Fondo yarışlarında sürdürülebilirlik ve çevre bilinci, yalnızca çağdaş çevresel kaygılara uyumu yansıtmakla kalmıyor, aynı zamanda bisiklet camiasında daha yüksek bir sorumluluk standardını da teşvik ediyor. Bu kolektif çabalar sayesinde katılımcılar ve organizatörler, bisiklet tutkusu ile gezegeni korumak arasında uyumlu bir denge kurma konusunda üzerlerine düşen rolü üstleniyor, böylece sürdürülebilir ve bilinçli bir bisiklet deneyimine katkıda bulunuyorlar

Kaynakça

- Ackson, N. A. P. J., Ickey, M. A. S. H., & Ii, R. A. F. R. E. (2007). H Igh R Esistance / L Ow R Epetition Vs . L Ow on P Erformance of T Rained C Yclists. *Online*, 21(1), 289–295.
- Baumgartner, S., Victor Sousa, C., Nikolaidis, P. T., & Knechtle, B. (2020a). Can the performance gap between women and men be reduced in ultra-cycling? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph17072521>
- Baumgartner, S., Victor Sousa, C., Nikolaidis, P. T., & Knechtle, B. (2020b). Can the performance gap between women and men be reduced in ultra-cycling? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph17072521>
- Berridge, G. (2012). The Promotion of Cycling in London: The Impact of the 2007 Tour de France Grand Depart on the Image and Provision of Cycling in the Capital. *Journal of Sport and Tourism*, 17(1), 43–61. <https://doi.org/10.1080/14775085.2011.635018>
- Berridge, G. (2014a). The gran fondo and sportive experience: An exploratory look at cyclists' experiences and professional event staging. *Event Management*, 18(1), 75–88. <https://doi.org/10.3727/152599514X13883555341977>
- Berridge, G. (2014b). The Gran Fondo and Sportive Experience: An Exploratory Look at Cyclists' Experiences and Professional Event Staging. *Event Management*, 18(1), 75–88. <https://doi.org/10.3727/152599514X13883555341977>
- Boyras, Ö. C. (2018). *Pliometrik antrenmanın elit dağ bisikletçilerinde anaerobik performans ve maksimal kuvvete etkisi* [Yüksek lisans tezi]. Sağlık bilimleri enstitüsü.
- Demir, A., & Çetin, A. (2020). Rekreasyonel spor etkinliğine katılan ve profesyonel olmayan sporcuların motivasyon boyutları: Tarihi yarımada bisiklet turu üzerine bir araştırma. *Herkes İçin Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 1(January), 1–10.
- Dionigi, R. (2006). Competitive sport as leisure in later life: Negotiations, discourse, and aging. *Leisure Sciences*, 28(2), 181–196. <https://doi.org/10.1080/01490400500484081>
- Dionigi, R., & O'Flynn, G. (2007). Performance discourses and old age: What does it mean to be an older athlete? *Sociology of Sport Journal*, 24(4), 359–377. <https://doi.org/10.1123/ssj.24.4.359>
- Fisher, T. S., Healthcare, P., Malppan, G. J., & Sunny, T. (2015). A Review on design developments in bicycle. *International Research Journal of Engineering and Technology*. www.irjet.net

- Holden, M., Shipway, R., & Lamont, M. (2019). Bridging the divide: Framing an industry-academia collaborative research agenda for cycling sport tourism events. *International Journal of Event and Festival Management*, *10*(3), 284–303. <https://doi.org/10.1108/IJEFM-04-2019-0026>
- Horton, D., Rosen, P., & Cox, P. (2007). *Cycling and Society* (1st ed., Vol. 1). <https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781315575735-8/fear-cycling-dave-horton?context=ubx>
- Lucia, A., Hoyos, J. ve Chicharro, J. L. (2001). Physiology of professional road cycling. *Sports Medicine*, *31*(5), 325– 337. doi:10.2165/00007256-200131050-00004
- Lamont, M., & Buultjens, J. (2011). Putting the brakes on: Impediments to the development of independent cycle tourism in Australia. *Current Issues in Tourism*, *14*(1), 57–78. <https://doi.org/10.1080/13683500903250799>
- Malchrowicz-Moško, E., Młodzik, M., León-Guereño, P., & Adamczewska, K. (2019a). Male and Female Motivations for Participating in a Mass Cycling Race for Amateurs. The Skoda Bike Challenge Case Study. *Sustainability (Switzerland)*, *11*(23), 1–13. <https://doi.org/10.3390/su11236635>
- Malchrowicz-Moško, E., Młodzik, M., León-Guereño, P., & Adamczewska, K. (2019b). Male and female motivations for participating in a mass cycling race for amateurs. The Skoda Bike Challenge case study. *Sustainability (Switzerland)*, *11*(23). <https://doi.org/10.3390/su11236635>
- Minahan, C., & Wood, C. (2008). Strength training improves supramaximal cycling but not anaerobic capacity. *European Journal of Applied Physiology*, *102*(6), 659–666. <https://doi.org/10.1007/s00421-007-0641-2>
- Mujika, I., & Padilla, S. (2001). Physiological and performance characteristics of male professional road cyclists. *Sports Med*, *31*, 479–509. <http://www.uci.ch>].
- Ogles, B. M., Masters, K. S., & Richardson, S. A. (1995). Obligatory Running and Gender: An Analysis of Participative Motives and Training Habits. *Int. J. Sport Psychol*, *26*(November), 233–248.
- Ogles Benjamin M, Masters Kevin S., R. S. A. (1995). Obligatory Running and Gender: An Analysis of Participative Motives and Training Habits. *Int. J. Sport Psychol*, *26*(November), 233–248.
- Özyazıcı, G. (2018). *Bisiklet Festivallerinin Turizm Sektörüne Olan Ekonomik Katkı: Türkiye'deki Bisiklet Festivalleri Üzerine Bir Çalışma* [Yüksek Lisans Tezi]. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Raynor, H. A., Bond, D. S., Freedson, P. S., & Sisson, S. B. (2012). Sedentary Behaviors, Weight, and Health and Disease Risks. *Journal of Obesity*, *2012*(November), 22–25. <https://doi.org/10.1155/2012/852743>
- Rødal, L. (2015). *Dependency between pedal quality and power output in cycling* [Bachelorgradsoppgave].

- Rossi, P., Buonocore, D., Altobelli, E., Brandalise, F., Cesaroni, V., Iozzi, D., Savino, E., & Marzatico, F. (2014). Improving training condition assessment in endurance cyclists: Effects of ganoderma lucidum and ophiocordyceps sinensis dietary supplementation. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2014. <https://doi.org/10.1155/2014/979613>
- Şenel, Ö., Atalay, N. A., & Colakoglu, F. F. (1997). Türk milli bisikletçilerinin fiziksel ve fizyolojik profilleri. *Spot Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences*, 1(8), 43–49.
- Sezer, F., Satılmış, N., Akan, B., & Işık, B. (2023). Does participation of elite cyclists in Gran Fondo events affect the distribution in age categories? In *3RD International "Artemis" congress on healthy and sport sciences* (Vol. 3, pp. 366–375). <https://www.artemiscongress.com/>
- Sezer, F., Satılmış, N., Bayraktar, A., & Bayraktar, I. (2023). Gran Fondo yarışlarına elit bisikletçilerin katılımı yaş kategorilerindeki dağılımı değiştirir mi? In Prof. Arlinda Haxhiu Zajmi & Assoc. Prof. Çetin Tan (Eds.), 3. *Uluslararası ARTEMİS Sağlık ve Spor Bilimleri Kongresi* (Vol. 1, pp. 327–333). <https://www.artemiscongress.com/>
- Sidwells, C. (2011). Cyclosporives: Preparing and Taking Part in Long Distance Challenge Rides. In *Cyclosporives: Preparing and Taking Part in Long Distance Challenge Rides* (Rebecca Se). A&C Black.
- Sitko, S., Cirer-Sastre, R., Corbi, F., & López-Laval, I. (2020). Power assessment in road cycling: A narrative review. *Sustainability (Switzerland)*, 12(12). <https://doi.org/10.3390/su12125216>
- TürkiyeBisikletFederasyonu. (2022). *Türkiye Bisiklet Federasyonu "Uci Cycling For All" Kategorisi Amatör Yol Bisikleti Yarışları Organizasyonlarının Uyması Gereken Düzenlemeler*. <https://bisiklet.gov.tr/>
- Yamamoto, L. M., Klau, J. F., Casa, D. J., Kraemer, W. J., Armstrong, L. E., & Maresh, C. M. (2010). The Effects of Resistance Training on Road Cycling Performance Among Highly Trained Cyclists: A Systematic Review. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 2(11), 560–566. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181c86583>
- Yıldız, Y. (2019). *Boş zaman faaliyeti olarak bisiklet sporu yapan bireylerin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi* [Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.