

## MEMORIA CANDIDATURA OSKAR OLLAKARIZKETA

Soy Oskar Ollakarizketa, un enamorado del ciclismo desde que tengo uso de razón. Lo practico desde hace más de 40 años. Durante todos estos años, nunca he dejado de pedalear. El ciclismo siempre ha estado presente en mi vida. Todo lo que rodea a este mundo me apasiona, y siempre he leído e investigado mucho sobre biomecánica, a raíz de un problema que tuve de rodilla y que podía haberme impedido seguir andando en bicicleta.

Estudiando sobre biomecánica aprendí que, una mala posición en la bici puede generar, a la larga, lesiones a los ciclistas, y que la posición es fundamental para evitar estos posibles problemas. Empecé haciendo pruebas en mí mismo, para evitar molestias que me han ido surgiendo a lo largo de los años y mejorar mi rendimiento e iba comprobando que cada movimiento que hacía, influía y que ayudaba. Me di cuenta que era un tema importantísimo para la salud de cualquier persona que monte en bicicleta habitualmente, no solo para los que lo hacen profesionalmente y empecé a compartir estas ideas con todas las personas aficionadas de mi alrededor. Seguí estudiando sobre el tema y fui haciendo diferentes formaciones, con grandes profesionales, hasta que en 2017 decidí crear ROTAE, compaginándolo con mi trabajo de informático, para poder ayudar a otros ciclistas.

Un estudio biomecánico de ciclismo consiste en adaptar la bicicleta al ciclista estudiando su morfología para mejorar el rendimiento de cada pedalada, evitar lesiones, eliminar molestias como dolor de espalda, rodilla, hombros, cuello, adormecimiento extremidades, etc., y ganar en comodidad y seguridad. Es decir, es el estudio de la posición personalizada de cada ciclista en su propia bicicleta para evitar lesiones, solucionar sus molestias hasta hacerlas desaparecer evitando que se conviertan en una lesión grave y, así mismo, conseguir mejorar en rendimiento, eficiencia y comodidad.

La biomecánica es un mundo que está evolucionando muchísimo, debido a su importancia, y donde cada vez hay más investigaciones, conocimiento y nuevas tecnologías.

Gracias a mi profesión de informático, he podido aplicar en mi estudio una de las mejores tecnologías 3D, con la que obtengo una visión 360º del ciclista, y muestra y analiza en tres dimensiones el comportamiento del cuerpo humano durante la práctica ciclista, proporcionando datos y gráficas en tiempo real de los rangos de todas las articulaciones, que me ayuda a tomar las decisiones idóneas.

Me encanta lo que hago y poder ayudar a otras personas, a disfrutar de este deporte de una manera sana, no importa cuál sea la edad, el nivel o la modalidad, es mi motivación. Mi experiencia en el mundo del ciclismo me hace ver y aportar cosas que otras personas no podrían. Cada estudio biomecánico que realizo es un reto, y no paro hasta ver a los ciclistas completamente satisfechos. Durante las dos horas que dura el estudio biomecánico, les explico cada cambio que hago en su bicicleta, para que entiendan el por qué y la importancia de la correcta posición.

## FOTOGRAFÍA



Pie de fotos: Oskar Ollakarizketa estudiando los datos del estudio biomecánico de un ciclista

### Otras fotos:



	izq.	Der.	Actual
<b>PIES Y TOBILLOS</b>			
Rotación pie	2/6	-122/19	7/4
Inclinación pie	5/47	11/59	26/21
Flex/ext. tobillo	80/97	86/106	86/85
Flex/ext. tobillo biela @90°	81	85	-
Oscilación lateral tobillo	mm 149/174	148/209	157/163
<b>RODILLAS</b>			
Flex/ext. rodilla	67/144	67/145	66/90
Oscilación lateral rodilla	mm 144/164	134/167	152/135
<b>CADERAS y PELVIS</b>			
Desnivel cadera	mm	7	-
Flex/ext. cadera	55/104	55/104	98/61
Oscilación vert. cadera	mm 33	38	1056/1084
Desp. lateral pelvis	mm 8		-3
Torsión pélvica	0		-3
Retroceso cadera		78	78
Oscilación lateral cadera	mm 190/206	171/187	194/185
<b>ESPALDA &amp; TORSO</b>			

## OTROS DATOS DE INTERÉS


Enlace a página y vídeo explicativo: <https://rotae.bike/estudio-biomecanico/>

La valoración y satisfacción de los clientes puede comprobarse en las reseñas que hacen sobre el estudio biomecánico. Hasta la fecha 269 reseñas de 5 estrellas. Copio aquí algunos ejemplos.

Pueden verse todas en el siguiente enlace: [RESEÑAS](#)

### ROTAE Estudio Biomecánico

Synergo Sport, Tr.ª Del Aeropuerto, 6, puerta 3, Noáin

 Escribir una reseña

5,0  269 reseñas

Las reseñas no se verifican. ⓘ



**inaxio**  
1 reseña

 Hace 3 semanas **NUEVO**

Fui por recomendación, debido a unos dolores en la rodilla y puedo decir que a parte de solucionar mi problema, voy mas cómodo y hasta he mejorado. Un trato impresionante y un gran tipo.

 Me gusta



**Daniel Mercader**  
Local Guide · 41 reseñas · 54 fotos

 Hace un mes

Estoy encantado con la experiencia, el trato y sobre todo el cambio que se ha producido. Fui para hacer el estudio de mis dos bicis(carretera y mtb). En la de carretera siempre tenía dolores de espalda, y nada se pudo ver rápido, tenía el sillín muy levantado, y mi posición por la potencia tan larga para mi era lo que me hacía reventarme la espalda(bici de 2 mano). El cambio con las indicaciones y nuevas posiciones que me colocó Oscar, ahora parece que estoy estrenando bici todos los días una comodidad bruutal. En la de monte fue replicar un poco la posición de el sillín y bajar la posición del manillar. Obviamente yo sin este estudio no hubiese llegado a todos los cambios por mi.mismo. Súper encantado. Recomendable al 100% todo ciclista debe invertir en un estudio biomecanico.



**Guille Perez**  
19 reseñas · 3 fotos

 Hace 6 meses

Fue una de las mejores decisiones que pude haber tomado. Tanto la dedicación durante el estudio como los resultados posteriores han sido increíbles. Partía con un dolor en la rodilla que me impedía, en salidas largas, dar un rendimiento óptimo encima de la bici. Desde la visita a ROTATE no tengo ninguna molestia. Muchas gracias

 2