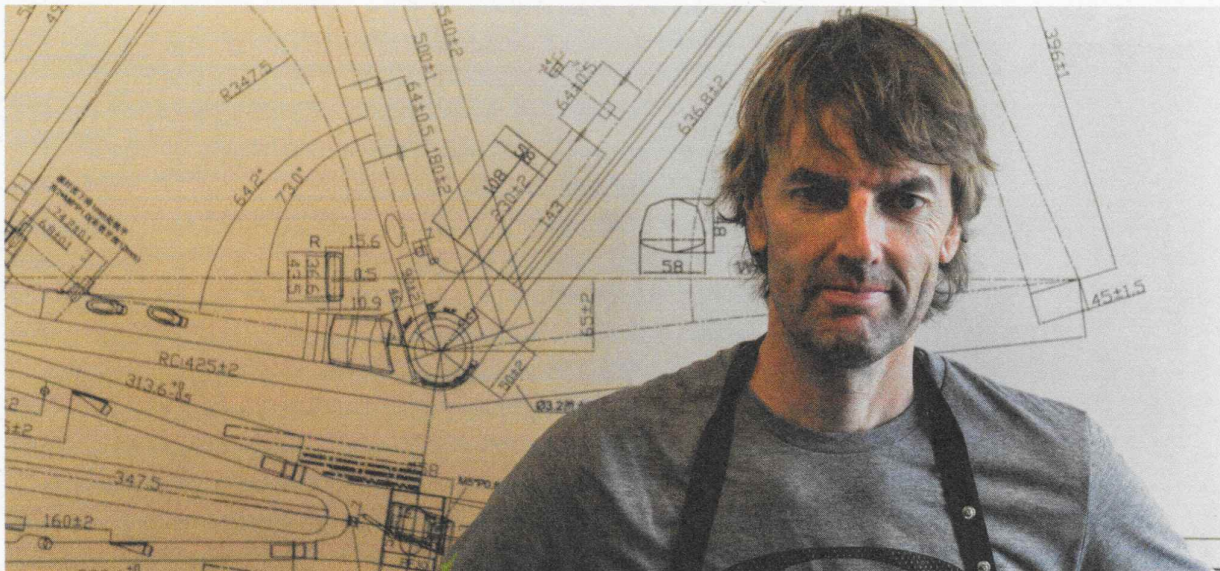


KLAS JOHANSSON, PROBIKEFIT



KLAS JOHANSSON HAR LÅNG ERFARENHET från den professionella cykelvärlden. När han inte gör bikefit på hemmaplan arbetar han som chefmekaniker för world tour-laget Dimension Data för Qhubeka, och han har jobbat med såväl svenska som norska landslagscyklister vid de senaste stora mästerskapen. Han gör visserligen inte bikefit för cyklister i Dimension Data – det tar sponsorn Retül hand om – men det är han som har dagliga diskussioner med cyklister om inställningar, som har synpunkter och gör finjusteringar. Han säger att i laget finns alltifrån de som laborerar med millimeter till de som har stor tolerans och som inte är så noga. Själv är Klas av den generella uppfattningen att justeringar på enstaka millimeter är mer för huvudet än för kroppen.

– Det räcker att byta cykelbyxor för att en millimeterförändring av sadeln ska vara borta. För att inte tala om när man blir trött och flyttar runt på sadeln.

Han refererar ofta till sina erfarenheter från proffsvärlden, men är tydlig med att han inte anser att professionella cyklister ska vara en förebild för motionärer. Tvärtom tycker han att det är ett alltför vanligt misstag att snegla på proffsen, eftersom deras förutskattningar är så väsensskilda från de flesta av oss andra. Däremot, säger han, kan man snappa upp ett och annat när det gäller allmänt förhållningssätt.

– Inte en enda av killarna i laget sitter exakt som resultatet från Retül-utprovnigen och en del har ganska stora avvikelser. Och flera av dem ifrågasätter faktiskt nyttan med att göra en bikefit.

Det låter lite konstigt att komma från någon som själv tar betalt för att hjälpa cyklister sitta bättre på cykeln. Klas förklarar att poängen är att det inte finns några absoluta sanningar. När det gäller att hitta rätt cykelställning så ska ingen sten lämnas orörd. Det inkluderar sådant som att – om så krävs – modifiera eller rentav bygga om utrustningen, något som däremot inte visar sig vara nödvändigt i mitt fall.

På några punkter skiljer sig den bikefit som Klas gör från de båda andra jag provar. Den görs till exempel under total avsaknad av tekniska hjälpmedel (om man inte räknar ett digitalt vattenpass). Han tittar, ändrar, frågar, tittar igen och ändrar lite till. Han är också av den bestämda uppfattningen att mer ingående

utlåtanden om en persons fysiska förmåga, såsom rörlighet och eventuella avvikelser, bör göras av riktiga experter. Därför har han ett nära samarbete med den välrenommerade idrottskiropraktorn Leif Sockander i Kungälv, som han kan koppla in så fort det finns anledning. Det är där vi börjar dagen och det är när jag i korridoren stöter på ett av de amerikanska NHL-proffs som Leif för närvarande behandlar, som jag börjar jag ana att jag nu befinner mig en bra bit från den där cykelhandlaren som en gång lade grunden till min nuvarande sittställning.

Genom åren har Klas och Leif tillsammans tagit sig an alltifrån seriösa cykelmotionärer till några av landets främsta elitcyklister och Leifs omdömen väger tungt i Klas arbete.

På något sätt känns det skönt att jag inte uppvisar några iögonfallande abnormiteter, lite ojämn rörlighet mellan höger och vänster kroppshalva och ett lite svagt bålparti, men inget alarmerande. Så vi fortsätter till Klas lokal en bit därifrån, där han monterar min cykel på en trainer och så är vi igång.

Det blir en lång diskussion och testverksamhet innan han är nöjd. Jag sitter och trampar och han går runt och tittar ur olika vinklar. Frågar om jag tycker det känns vettigt, förutspår träffsäkert hur jag kommer att känna efter olika förändringar. Klossarna åker bak så långt mina skor tillåter och så jobbar vi oss varvet runt via sadelposition och styre innan vi är tillbaka vid fötterna och Klas avslutningsvis lägger stor energi på att diskutera trampeteknik efter att själva sittställningen är spikad.

Han avfärdar, precis som Adam Nilsson och Fredrich Hammarström, pratet om rundtramp och säger att den del av tramptaget då man trycker neråt är i särklass viktigast. Jag får trampa en stund på det han kallar en teknikcykel, där vevarmarna opererar oberoende av varandra och med en liten klickande fördröjning som avslöjar brister i kraftöverföringen under tramptaget. Den blottar en intressant ojämnhet mellan höger och vänster sida, där min normalt sett domanta sida är den med det minst harmoniska tramptaget. Det är inget som har någon avgörande betydelse för sittställningen, men en cyklist med högre ambitioner hade möjligen gått tillbaka till Leif Sockander för att gå till botten med det.