



# BOLETÍN SCMA

Fundado en 1968

Artículos	Pagina
Carta del Presidente	2
Viajar en climas calurosos	4
Recorridos largos en clima caluroso	5
La camisa de manga larga LDComfort	11
Los 6 mejores consejos para conducir tu moto cuando hace calor	12
Consejos de los motociclistas de la SCMA sobre la conducción en tiempo caluroso	20
Señales y síntomas de advertencia de enfermedades relacionadas con el calor de los CDC	22
Lo más destacado de la Ruta del Clásico de las Tres Banderas de 2023 - Día 3 Idaho Falls a Ponderay, Idaho	24
Lo más destacado de la ruta del Clásico de las Tres Banderas 2023 - Día 4 Idaho Ponderay a Calgary	28
Recuerdo de paseo al trabajo	32
Rincón del motociclista - California Adventure Tours	33
Condolencias	35
<b>Actualizaciones</b>	
Actualización de la Serie California Adventures	36
Actualización de Great Lakes Cabot Trail Tour	41
46ª actualización del Clásico de las Tres Banderas	42
Actualización del Viaje de Cuatro Esquinas de EUA	47
Actualización del desafío de las 15 mejores rutas de EE. UU	49
<b>Afiliados y Patrocinadores</b>	51

## Director de Administración SCMA

Presidente	Mark Burdick	<a href="mailto:chairman@sc-ma.com">chairman@sc-ma.com</a>
Vicepresidente	Rodney Chew	<a href="mailto:vicechair@sc-ma.com">vicechair@sc-ma.com</a>
Secretario	Charlie Lamb	<a href="mailto:secretary@sc-ma.com">secretary@sc-ma.com</a>
Tesorero	John Mickus	<a href="mailto:treasurer@sc-ma.com">treasurer@sc-ma.com</a>
Director del Servicio de Atención al Socio	Candace Hartley	<a href="mailto:membership@sc-ma.com">membership@sc-ma.com</a>
Árbitro Gestor de riesgos	Mike Burges	<a href="mailto:scmariskmanager@sc-ma.com">scmariskmanager@sc-ma.com</a>
Directora de Marketing	Karen Butterfield	<a href="mailto:marketing@sc-ma.com">marketing@sc-ma.com</a>

## Ex-Oficio Miembros Administrativos

Presidente, Clásico de las Tres Banderas	Mark Burdick	<a href="mailto:3flags@sc-ma.com">3flags@sc-ma.com</a>
Presidente, Viaje de Cuatro Esquinas de EUA	Dannie Fox	<a href="mailto:usa4c@sc-ma.com">usa4c@sc-ma.com</a>
Presidente, Serie California Adventure	Les Gullery	<a href="mailto:adventures@sc-ma.com">adventures@sc-ma.com</a>
Presidente, 15 Mejores Carreteras de EE.UU	Robert Roger	<a href="mailto:best15@sc-ma.com">best15@sc-ma.com</a>

¿Preguntas? Póngase en contacto directamente con un director.

## Carta del Presidente - Julio 2023

Gracias por dedicar parte de su tiempo a leer el boletín mensual de la SCMA. Mucha gente trabaja duro para traeros información que podáis utilizar sobre nuestras rutas, miembros, motos/equipos e información relacionada con el viaje.

El verano ya está aquí en el suroeste, con un tiempo miserablemente caluroso en la región desde Arizona hasta Texas. ¡Nuestros miembros en Phoenix están experimentando una serie de días sobre 115F/46C (¡es un calor seco!) y aquí en Houston ha sido 103F/39C, pero con 98% de humedad! Todos nuestros lectores deberían revisar los artículos de este mes sobre el tiempo caluroso para refrescar sus estrategias para conducir cómodamente en el calor.



Espero que te tomes tu tiempo para leer todos los artículos sobre los circuitos de 2023, tanto si vas a participar en ellos como si no. Es bueno estar al tanto de los recorridos en los que participas y ver lo que están experimentando los demás. También es una buena manera de aprender más sobre los viajes para que pueda considerar la posibilidad de participar usted mismo.

Estoy muy entusiasmado con la próxima 46ª edición del Clásico de las Tres Banderas, como probablemente podrás deducir si lees el artículo sobre la 3FC. Hay un montón de "zumbido" en torno a la carrera ahora que estamos a sólo 8 semanas del registro de salida y banquete el miércoles 30 de agosto. Estoy recibiendo llamadas y correos electrónicos de compañeros motociclistas que se encuentran en pleno proceso de planificación y todos están entusiasmados por participar en la 46ª edición este año. Tenemos más del 80% de reservas y la venta de entradas finalizará el 1 de agosto o cuando se agoten.

Si usted ha estado en el mercado para una nueva moto o está comprando neumáticos / piezas / engranaje, te darás cuenta de que la oferta es de nuevo a lo que era antes de la pandemia. Los precios son un poco más altos, pero no tanto como los de los comestibles. La mayoría de nosotros estamos disfrutando de unos precios de la gasolina más bajos (lo sentimos los californianos) y todo indica que seguirán tendiendo a la baja. El precio al por menor de la gasolina en EE.UU. se sitúa actualmente en 3.643, frente a los 3.685 de la semana pasada y los 4.979 de hace un año. Esto supone una variación del -1.14% respecto a la semana pasada y del -26.83% respecto a hace un año.

Si sale de viaje, hay mucha competencia por los hoteles, restaurantes y más tráfico en las carreteras. Muchos turistas prefieren viajar por carretera a volar. Se acabaron los días en los que podías llegar a cualquier hotel/motel a las 6:30 de la tarde y reservar una habitación. Yo solía salir de viaje y parar cuando me cansaba y tenía hambre, pero ya no. Soy demasiado viejo y blando para alojarme en el "Iron Butt Motel" y odio conducir de ciudad en ciudad al anochecer en busca de una cama y una habitación limpias.

Seguimos mejorando nuestro nuevo sitio web y los métodos que utilizamos para comunicarnos con nuestros afiliados actuales y potenciales. Por primera vez, todos los miembros activos recibieron una papeleta electrónica para votar los puestos vacantes de director. Nuestro renovado boletín es otro ejemplo. Doug Wilson continúa su excelente trabajo de creación y supervisión de contenidos para todos nuestros sitios de Facebook relacionados con la SCMA. Sé que hay mucha gente que prefiere no usar Facebook, pero puedes entrar sólo para mirar y sólo participar con nosotros si quieres. Siempre estamos buscando artículos para los boletines y pronto tendremos nuevas secciones en el sitio web para contenidos creados por rider. Envíanos tu artículo para que lo revisemos a [newsletter@sc-ma.com](mailto:newsletter@sc-ma.com).

Espero que todos los miembros actuales inicien sesión en el sitio SC-MA.com y actualicen su perfil, incluyendo la publicación de una foto. Se requiere una foto para los miembros que participen en el Clásico de las Tres Banderas. Esta foto de perfil se utilizará en el pasaporte que emitimos para cada piloto.

El verano ya está aquí, sal a la carretera. Te alegrarás de haberlo hecho..

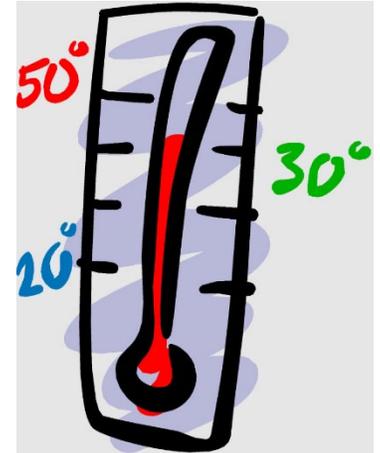
Conduzca con cuidado y a menudo,

Mark Burdick  
Presidente de la Asociación de Motociclismo del Sur de California

## Viajar en climas calurosos - Julio 2023

Hot Fun in the Summertime es una gran canción antigua, y eso es lo que tenemos en el sur de California en este momento. Pasamos del frío y el gris al calor. Las noticias de la noche han estado dedicando mucho tiempo a todos los eventos de calor extremo en toda América del Norte cada noche.

Hemos reunido algunos artículos favoritos con cosas importantes para tener en cuenta al conducir motocicletas en tiempo caluroso. Los hemos reproducido aquí. Así de importantes creemos que son para ti. En el siguiente artículo de fondo, encontrarás breves descripciones de lo que algunos motociclistas de la SCMA nos contaron que hacen cuando conducen con calor. Me gusta escuchar las historias del mundo real sobre lo que otras personas han aprendido a hacer y que les funciona.



Uno de los artículos más importantes y completos sobre por qué es importante tomar medidas específicas cuando se conduce con calor es [Long-Distance Riding in Hot Weather](#) de Tom Austin, de 2010 en [IRON BUTT MAGAZINE](#). Tom Austin fue el Asesor Técnico Jefe de la Asociación Iron Butt en 2010. Puede parecer un poco intimidante de leer, pero está muy bien escrito y te lleva a través de aprender mucho sobre qué llevar, por qué, y cuánta agua beber para comprometerse a estar cómodo.

Encontré el siguiente artículo el año pasado en una revista online de Women Riders Now. Fue escrito por la editora Tricia Szulewski después del viaje en grupo de 3000 millas por la Ruta 66 desde Milwaukee hasta Santa Mónica. [Los 6 mejores consejos para conducir tu moto cuando hace calor](#) - Señales de peligro para tener en cuenta y productos para ayudar a los motoristas a combatir el calor. Para empezar, me interesó la sección de electrolitos y encontré mucha información práctica en el análisis de estos consejos:

1. Hidrátate con electrolitos - muchas opciones
2. Llevar agua - sobre mochilas de hidratación
3. Manténgase fresco - nuevas y diferentes opciones de refrigeración
4. Conduce con protección - cúbrete
5. Protéjase de las quemaduras
6. Mantente seco - evita la irritación de la piel

Brian Hooker obtuvo permiso de LDComfort® para compartir la explicación de una página de su camiseta de manga larga LDComfort® y cómo usarla para mantenerse fresco. Es otra gran ilustración del poder de la evaporación y cómo gestionarla.

Además de estos, hay muchos artículos por ahí si haces una búsqueda. Mira las explicaciones de la vida real de gente que tal vez conozcas que aparecen en el siguiente artículo para ver sugerencias que puedes probar.

Si tienes alguna pregunta sobre este tema, envíala a [newsletter@sc-ma.com](mailto:newsletter@sc-ma.com) y te conseguiremos algunas recomendaciones.

# Recorridos largos en clima caluroso

Por Tom Austin

*Nota del Editor - Este artículo es de IRON BUTT MAGAZINE en 2010. Fue cuidadosamente traducido para usted por Yasmely Chávez Ponce, quien trabaja con el miembro de SCMA Oscar Palacio, nuestro representante en México, en el Playa Bonita Resort en Puerto Peñasco. Ellos generosamente proporcionan servicios de traducción para usted. Para este artículo, opté por no copiar y pegar el texto en el formato de revista porque la fuente tendría que hacerse demasiado pequeña. Aquí he añadido todas las imágenes y diagramas al texto en un tipo de letra legible. Este artículo es complejo y merece la pena.*

[https://www.ironbutt.com/ibmagazine/ironbutt\\_1002\\_62-66\\_hot.pdf](https://www.ironbutt.com/ibmagazine/ironbutt_1002_62-66_hot.pdf)

**El clima cálido se convierte en** un riesgo importante para los motociclistas que recorren largas distancias cuando la temperatura supera la temperatura típica de la piel humana, que es de aproximadamente 93°F. Tres de los cuatro mecanismos por los que los motociclistas normalmente se mantienen frescos mientras conducen dejan de funcionar cuando la temperatura del aire supera la temperatura de la piel humana. El peligro de sufrir un golpe de calor o un agotamiento por calor se dispara.

Es posible conducir con seguridad, e incluso cómodamente, a temperaturas de tres dígitos, pero hay que ser consciente de cómo cambian las cosas cuando la temperatura del aire supera la temperatura de la piel. La sabiduría popular dice que los monos de malla son los más adecuados para estas condiciones porque maximizan el flujo de aire sobre la piel. Sin embargo, por las razones que se explican a continuación, el flujo de aire máximo no es lo que se necesita en estas condiciones.

Para saber qué ropa es la más adecuada cuando hace calor, conviene conocer cómo funciona la regulación térmica del cuerpo humano.

## Temperatura Regulación del Cuerpo humano

Al ser de sangre caliente, los seres humanos debemos mantener una temperatura central dentro de unos pocos grados de nuestra temperatura normal de 97-99°F. Si nos calentamos o enfriamos sólo 5° más, quedamos gravemente discapacitados; si nos enfriamos o calentamos 10° más, morimos.

Con el equipo adecuado, podemos conducir con seguridad y comodidad a temperaturas bajo cero. Con un aislamiento adecuado y protección contra el viento, el calor que genera nuestro metabolismo básico (unos 100 watts cuando estamos sentados en reposo y 140 watts con una actividad ligera) es suficiente para mantener nuestra temperatura central. Sin embargo, es mucho más difícil mantener una temperatura segura y confortable cuando la temperatura ambiente supera la temperatura de nuestra piel. El aislamiento no funciona porque nos sobrecalentamos desde dentro cuando el calor generado por nuestro metabolismo no tiene adónde ir.

Para evitar sobrecalentarnos por la liberación de calor metabólico, necesitamos estar en contacto o rodeados de algo más frío que nuestra temperatura central. Por eso, la temperatura ambiente máxima confortable suele ser de 80°F o inferior. En el aire quieto, nos calentamos incómodamente y experimentamos una mayor tasa de transpiración cuando la temperatura es más alta.

Los cuerpos humanos intercambian calor con su entorno por convección, conducción, radiación y evaporación.

**La conducción** consiste en el transporte de energía por contacto físico directo en ausencia de movimiento relativo. La transferencia de calor por conducción puede ser muy importante para un cuerpo sumergido en agua, pero el aire es tan mal conductor que la conducción desempeña un papel bastante secundario.



**La convección** consiste en el transporte de energía mediante el movimiento del aire que rodea al cuerpo. La transferencia de calor se produce cuando el aire a una temperatura entra en contacto con la piel a otra temperatura. La convección permite que continúe la transferencia de calor al aportar aire fresco a la superficie de la piel. Cuando la velocidad del viento es nula, la transferencia de calor por convección asociada al movimiento provocado por la diferencia de temperatura entre la piel y el aire es mínima. A velocidad de cero vientos, la convección es importante si el aire está a una temperatura distinta de la de la piel.

**La radiación** es la forma de transferencia de calor que no depende del contacto físico directo con el entorno, sino únicamente de la diferencia de temperatura. El calor se irradia desde una superficie más caliente hacia el entorno más frío. En el aire en calma, la radiación es el principal mecanismo de refrigeración del cuerpo humano cuando la temperatura del aire es significativamente inferior a la temperatura de la piel.

**La evaporación** es el mecanismo de enfriamiento asociado a la transpiración (que contiene aproximadamente un 99% de agua). Es un factor insignificante cuando la temperatura del aire es significativamente inferior a la de la piel, pero se convierte en el mecanismo de enfriamiento dominante a medida que aumenta la temperatura del aire y lo que es más importante, es que se convierte en el único mecanismo de refrigeración cuando la temperatura del aire supera la temperatura de la piel. Conseguir una refrigeración evaporativa eficaz es, por tanto, fundamental para sobrevivir cuando la temperatura es de 93°F o superior.

## Cómo funciona la refrigeración evaporativa

La conducción, la convección y la radiación son más fáciles de entender que el enfriamiento evaporativo porque implican el flujo de calor desde una superficie caliente a un medio circundante más frío. La evaporación es más complicada.

La evaporación del agua se produce siempre que el aire en contacto con el agua no esté saturado de vapor de agua. Cuando el aire está seco, hace que el agua se evapore hasta que el aire se satura; en ese momento, la evaporación se detiene. La "humedad relativa" del aire está entonces al 100%, lo que significa que no puede retener más agua. A 86°F, cada metro cúbico (35 pies cúbicos) de aire puede contener 30 gramos de vapor de agua, lo que equivale aproximadamente a una onza. Puede que no parezca mucho, pero cuando la temperatura del aire es de 86°F o superior, el aire rara vez se satura, incluso cuando hay un océano cerca. (A medida que el aire caliente asciende y se enfría, el agua acaba eliminándose mediante la formación de nubes y la lluvia).

La refrigeración evaporativa funciona gracias a algo llamado calor latente de vaporización. El "calor latente" es la cantidad de calor absorbido o liberado cuando una sustancia experimenta un cambio de estado, por ejemplo, de líquido a vapor. Cuando el agua se vaporiza, absorbe calor del ambiente que la rodea, lo que enfría todo aquello con lo que el agua vaporizada entra en contacto. Cada gramo (aproximadamente 1 mililitro) de agua vaporizada extrae aproximadamente 580 "calorías" de calor del entorno. (Una caloría es la cantidad de calor necesaria para elevar 1 °C la temperatura de 1 gramo de agua).

La eficacia del enfriamiento por evaporación depende del nivel de humedad. El sudor se evapora más rápidamente en condiciones secas y desérticas. El efecto de la humedad en la evaporación puede medirse con un termómetro de "bulbo húmedo", que es un termómetro con el extremo del bulbo cubierto por una mecha empapada en agua. El agua que se evapora de la mecha hace que se reduzca la temperatura, igual que una camiseta mojada contra la piel hace que te enfríes al evaporarse el agua de la camiseta.

El efecto refrigerante de la evaporación puede ser drástico con una humedad baja, similar a la del desierto. Por ejemplo, a mediodía del 26 de julio de 2009, la temperatura del aire en el Valle de la Muerte (California) era de 100°F con una humedad relativa del 13%. La temperatura de bulbo húmedo era de sólo 66°F. En estas condiciones, una camisa mojada contra la piel se siente francamente fría. Por el contrario, el mismo día, en Houston, Texas, también hacía 100°F, pero la humedad relativa era del 42%. La temperatura de bulbo húmedo era de 80°F. En estas condiciones, una camisa mojada sigue refrescando, pero no tanto como en condiciones desérticas.

El efecto de enfriamiento por evaporación es la razón por la que los humanos que transpiran mucho pueden sobrevivir en condiciones desérticas. No hay suficiente transpiración para que la temperatura de la piel alcance la lectura del termómetro de bulbo húmedo, pero se puede alcanzar una temperatura normal de la piel de 93°.

La radiación directa del sol también puede ser un factor, pero cuando estamos a la sombra del sol o llevamos ropa reflectante, algo entre la temperatura de bulbo húmedo y la de bulbo seco es la mejor indicación de lo caliente que se sentirá a 93°F o más. Obviamente, hará menos calor en el Valle de la Muerte que en Houston a la misma temperatura del aire.

## Ejemplos de flujo de calor hacia y desde el cuerpo

Con una actividad "ligera", como conducir una motocicleta por carreteras asfaltadas, nuestro metabolismo básico produce unos 140 watts de calor que hay que eliminar. Para evitar un aumento de la temperatura central, 140 watts deben fluir desde el cuerpo hacia su entorno.

Basándome en la bibliografía publicada, principalmente en los trabajos del Dr. Rod Nave de la Universidad Estatal de Georgia y de Zhang, et al. de la Universidad De Montfort del Reino Unido, he recopilado una serie de modelos y coeficientes de transferencia de calor relacionados que producen estimaciones razonables de los niveles de temperatura a los que las personas se sienten cómodas. Los modelos indican que la combinación de conducción, convección, radiación y enfriamiento por evaporación nos permitirá estar cómodos en un ambiente interior a una temperatura del aire de 80°F si sólo llevamos ropa muy ligera.

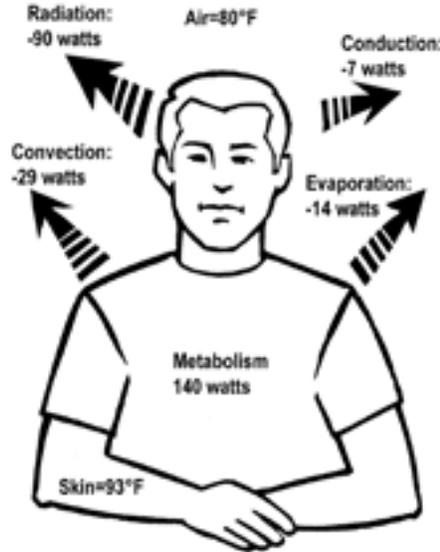


Figura 1  
Equilibrio térmico en aire en calma con una temperatura del aire de 80 °F  
Evaporación requerida: <1 oz. por hora

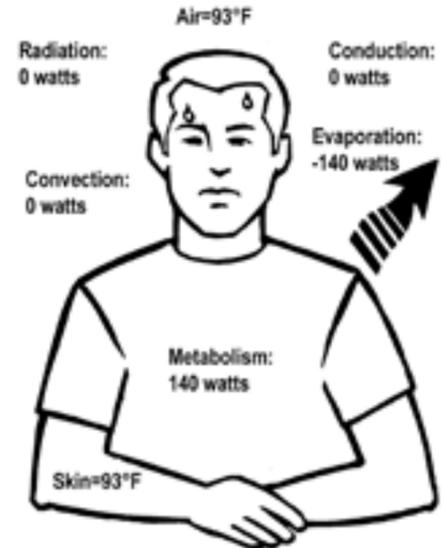


Figura 2  
Equilibrio térmico en aire en calma con una temperatura del aire de 93 °F  
Evaporación requerida: 7 oz. por hora

El balance térmico se ilustra en la figura 1. La mayor parte de la refrigeración procede de la radiación. Se necesita menos de 1 onza de sudor por hora para proporcionar los 14 watts necesarios de enfriamiento por evaporación.

La figura 2 ilustra lo que ocurre cuando la temperatura ambiente alcanza los 93 °F. El flujo de calor por conducción, convección y radiación se detiene porque no hay diferencia entre la temperatura de la piel y la del aire. El enfriamiento evaporativo es la única vía disponible y debemos transpirar lo suficiente para conseguir 140 watts de enfriamiento a partir de la evaporación del sudor. Para conseguir 140 watts de enfriamiento evaporativo, deben evaporarse de nuestra piel unas 7 onzas de agua cada hora. En la medida en que una parte del sudor gotea antes de evaporarse, el nivel necesario de producción de sudor aumenta proporcionalmente. Teniendo en cuenta que otras necesidades corporales de agua son de aproximadamente 3 onzas por hora, tendríamos que beber un mínimo de 10 onzas de agua cada hora para evitar la deshidratación.

Por encima de los 93°F, el nivel de transpiración necesario aumenta porque la temperatura del aire transfiere entonces calor al cuerpo. La figura 3 muestra lo que ocurre a 103°F. Además de los 140 watts generados por nuestro metabolismo, 99 watts de calor son transferidos al cuerpo por los efectos combinados de conducción, radiación y convección. Para suministrar los 239 watts de enfriamiento evaporativo requeridos, la cantidad de sudor que tenemos que evaporar aumenta a 12 onzas por hora.

Consideremos ahora lo que ocurre cuando pasamos de un interior a una motocicleta. Supongamos que conducimos una moto sin carenado y que llevamos ropa ligera o un mono de malla que no bloquea el viento, la superficie frontal de nuestro cuerpo (aproximadamente un metro cuadrado) queda expuesta a todo el efecto del viento. Dado que la transferencia de calor por convección es una función de la velocidad del aire sobre la superficie de la piel, el calor transferido al cuerpo aumenta significativamente. A una temperatura del aire de 103°F, la transferencia de calor por convección aumenta de sólo 22 watts en condiciones de calma a 550

watts a velocidades de autopista. Esto es lo contrario del "enfriamiento por viento"; una brisa ligera puede mejorar el enfriamiento por evaporación, pero por encima de los 93 °F un viento fuerte calienta el cuerpo.

Como se ilustra en la figura 4, el aumento de la transferencia de calor convectivo cuando la piel está expuesta a altas velocidades del viento a 103 °F aumenta el nivel requerido de enfriamiento evaporativo a 767 watts. Esto requiere 39 onzas de transpiración por hora. Conducir cuatro horas entre paradas para repostar en estas condiciones supone una pérdida de más de 1,2 galones de agua en forma de sudor. Esta cifra se aproxima a la tasa de transpiración máxima sostenible para un adulto medio.

A 113°F, la tasa de evaporación mínima requerida aumenta a 70 onzas por hora cuando su cuerpo está expuesto a un viento fuerte. A menos que estés aclimatado a trabajar en ambientes tropicales, no puedes sudar tanto, independientemente de la cantidad de agua que estés bebiendo. Siga conduciendo en estas condiciones y se desmayará por un golpe de calor.

El secreto para evitar un golpe de calor cuando se conduce en climas extremadamente calurosos es reducir la transferencia de calor convectivo bloqueando la mayor parte del viento. Esto se puede conseguir utilizando un carenado y un parabrisas y/o llevando un casco y un mono que bloqueen el viento y tengan rejillas de ventilación que permitan que pase una menor velocidad del aire sobre la piel. Al reducir la velocidad del aire a unas 10 mph, la transferencia de calor por convección se reduce en un 70% y sigue habiendo mucho flujo de aire para una refrigeración evaporativa eficaz.

En la figura 5 se ilustra el efecto de reducir la velocidad del viento a 10 mph a una temperatura ambiente de 103°F. En comparación con el balance térmico con la piel expuesta a una velocidad del viento elevada, el calentamiento convectivo se reduce de 550 watts a 165 watts y el enfriamiento evaporativo necesario desciende de 767 watts a unos más manejables 382 watts. La tasa de transpiración requerida disminuye en un 50%, hasta una más manejable de 19 onzas por hora. A 113 °F, la tasa de transpiración necesaria desciende de 70 onzas por hora a 32 onzas por hora.

## Requisitos mínimos de agua

Reponer la pérdida de un cuarto de galón de agua por hora en condiciones extremas de desierto (por ejemplo, 113°F) es manejable, pero sólo si usted lleva alrededor de un galón de agua a bordo de su motocicleta y bebe con frecuencia entre las paradas para repostar. No puede esperar a beber durante una parada para repostar, especialmente si sólo se detiene cada cuatro horas. Como se muestra en la figura 6, un tubo para beber con una "válvula de mordida" conectada a una jarra aislada o nevera es la configuración ideal. La Tabla 1 resume los requisitos de agua para una serie de condiciones de temperatura.

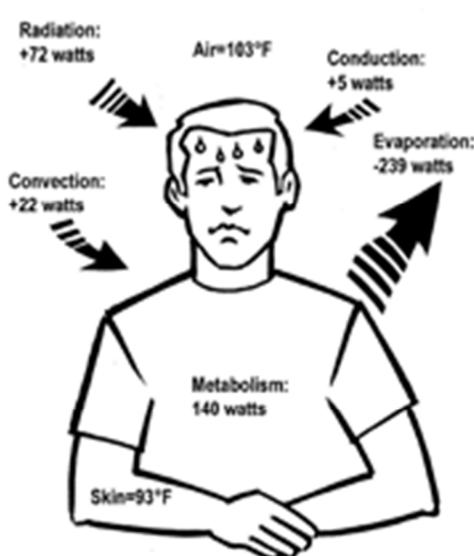


Figure 3

**Equilibrio térmico en aire en calma con una temperatura del aire de 103 °F**  
**Evaporación requerida: 12 oz. por hora**

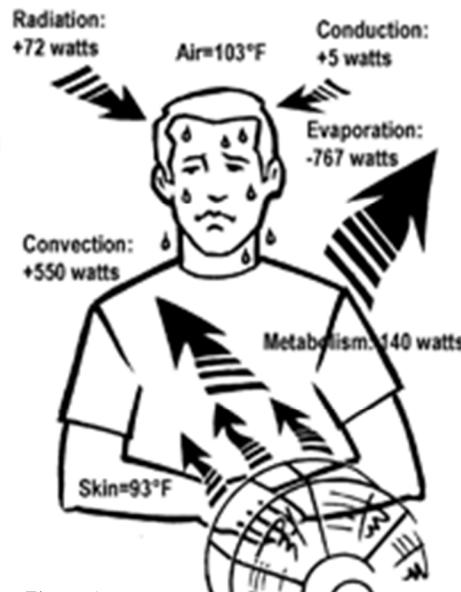


Figure 4

**Equilibrio de calor expuesto a alta velocidad del viento con una temperatura del aire de 103 °F**  
**Evaporación requerida: 39 oz. ¡por hora!**



Figure 5

**Equilibrio térmico usando un traje ventilado a prueba de viento con una temperatura del aire de 103 °F**  
**Evaporación requerida: 19 oz. por hora**

Aunque la transpiración está compuesta por un 99% de agua, también hay trazas de cloruro sódico y otros electrolitos que se pierden a través del sudor. A pesar del bombo publicitario utilizado para vender "bebidas deportivas", las dietas típicas son suficientes para reponer los electrolitos perdidos a través de la transpiración sin necesidad de suplementos de cloruro sódico o glucosa. Según el American College of Sports Medicine, "hay poca base fisiológica para que la presencia de sodio en una solución de rehidratación oral mejore la absorción intestinal de agua siempre que haya suficiente sodio disponible de la comida anterior". Sin embargo, la bibliografía disponible sobre medicina deportiva sí sugiere que los suplementos de cloruro sódico son beneficiosos cuando las condiciones provocan altos índices de sudoración durante más de 4-5 horas. En estas condiciones extremas, las bebidas deportivas como Gatorade son una alternativa mejor que el agua pura, a menos que la pérdida de sal se sustituya con el consumo de aperitivos salados. El contenido de glucosa de las bebidas deportivas es menos importante para la conducción de motocicletas de larga distancia porque no se realiza un alto nivel de trabajo.

**Tabla 1: Consumo mínimo de agua con poca velocidad de viento sobre la piel**

Temperatura	Requerida para enfriamiento por evaporación	Agua total requerida	Agua requerida cada 4 horas
80°F	< 1 oz./hora	3 oz./hora	12 onzas
93°F	7 oz./hora	10 oz./hora	40 oz. (1.3 cuartos de galón)
103°F	19 oz./hora	22 oz./hora	88 oz. (2.8 cuartos de galón)
113°F	32 oz./hora	35 oz./hora	140 oz. (1.1 gal.)

## Ropa interior absorbente

Las cantidades calculadas de agua para el enfriamiento por evaporación descritas anteriormente se basan en el supuesto de que el cuerpo no transpira ni se desprende de él antes de evaporarse. Para minimizar la pérdida de sudor antes de que se evapore, es necesario llevar ropa interior que permanezca en contacto con la piel y sirva de mecha, igual que la mecha de un termómetro de bulbo húmedo. Las prendas de LDComfort® ([www.ldcomfort.com](http://www.ldcomfort.com)) y Under Armour (disponibles en tiendas de artículos deportivos) son ideales para este fin.

La figura 7 muestra el forro para casco y la camiseta de cuello alto de LDComfort®. El forro del casco es especialmente importante debido a la superficie relativamente elevada de la cabeza y a la gran cantidad de sudor que puede perderse si no se capta con un material que lo absorba. Los pantalones cortos o las mallas del mismo material también son fundamentales para minimizar el temido "culo de mono" causado por pasar horas sentado en el sillín sobre un material húmedo que no absorbe el sudor.

## Otras fuentes de calor

Algunas motocicletas se adaptan mejor a la conducción en climas cálidos que otras. La necesidad de agua descrita anteriormente presupone que la propia motocicleta no contribuye a la carga térmica del motorista. Por desgracia, esta suposición es errónea en algunos modelos.

Si el calor del motor es notable a temperaturas inferiores a 93 °F, es probable que sea un problema significativo a temperaturas ambiente más altas. Los motores refrigerados por agua no necesariamente funcionarán más calientes cuando hace calor porque un termostato controla la temperatura del refrigerante. Pero el calor residual absorbido por el refrigerante tiene que transferirse al aire que pasa por el radiador. Cuanto mayor sea la temperatura del aire que entra en el radiador, mayor será la temperatura del aire que sale del radiador.

A 93°F, la descarga de aire del radiador podría ser de 140°F y tal vez reducirse a 110°F antes de entrar en contacto con su pierna. Se siente muy caliente, pero no te quemará. Si la temperatura ambiente es 10°F más alta, tu pierna puede estar expuesta a 120°F. Eso es lo suficientemente caliente como para quemarte en



*Figura 6*  
**Enfriador aislado de 1 galón con bebida**



*Figura 7*  
**Ropa interior absorbente como LDComfort® para una evaporación más eficiente de enfriamiento**

pocos minutos si tu pierna está aislada de la descarga del radiador. Esta temperatura es suficiente para quemarle en pocos minutos si su pierna no está aislada de la descarga del radiador.

Según los datos del Centro Nacional de Quemaduras, la combinación de temperatura y tiempo para provocar una quemadura de segundo grado es de 113 °F durante 1,7 horas, 122 °F durante 2 minutos, 131 °F durante 11 segundos y 140 °F durante 2 segundos. (Lo único que le protege de una quemadura cuando su piel desnuda está expuesta a una temperatura ambiente de 113°F o superior es el enfriamiento por evaporación y el enfriamiento de la superficie de la piel por el flujo sanguíneo). Para protegerse de las temperaturas de descarga del radiador superiores a 113 °F, necesita aislamiento entre su piel y la corriente de aire caliente. Es posible que su mono no sea suficiente. Las mallas LDComfort® le ayudarán.

## Otras fuentes de refrigeración

Los chalecos refrigerantes evaporativos y de "cambio de fase" son dos opciones para complementar el enfriamiento evaporativo disponible a partir de la transpiración. Funcionan, pero no durante mucho tiempo. Aunque los fabricantes suelen afirmar que estos chalecos mantienen el frescor durante "hasta 3 horas" o incluso más, lo normal es que los beneficios se noten durante dos horas. Eso es menos que el tiempo entre paradas para repostar de un ciclista de larga distancia. Para protegerse a corto plazo del calor sin la molestia de tener que llevar un chaleco refrigerante aparte, puede verter un poco de agua en una camiseta LDComfort® durante una parada para repostar -o incluso mientras conduce- y experimentar un mayor enfriamiento por evaporación hasta que se seque.

Los chalecos de enfriamiento evaporativo pueden "recargarse" con bastante rapidez simplemente sumergiéndolos en agua, pero los chalecos de cambio de fase requieren 20 minutos en agua helada (o más tiempo en un frigorífico) para recargarse. Pocos ciclistas de larga distancia estarán dispuestos a tomarse ese tiempo.

Mientras escribo esto, una empresa llamada "EntroSys" anuncia un sistema real de aire acondicionado que supuestamente proporcionará aire frío a un chaleco especial. Aunque todavía no se puede comprar el sistema, la empresa ofrece descuentos del 20% sobre un precio no revelado a las primeras 500 personas que lo "encarguen por adelantado". En teoría, podría funcionar sin consumir una cantidad excesiva de energía, pero es difícil creer que a muchos motoristas les interese llevar encima el hardware necesario para el tiempo limitado de uso real del sistema.

## En resumen...

El número mágico es 93. Por debajo de 93°F, es bastante fácil mantenerse fresco en una motocicleta siempre y cuando te muevas lo suficientemente rápido como para que el viento golpee tu piel y te refresque por convección. Un mono de malla sienta muy bien. Por encima de 93°F, es un mundo diferente. El viento ya no es tu amigo. Para recorrer largas distancias a una temperatura superior a los 93°F, es necesario (1) minimizar la exposición del cuerpo a la fuerza directa del viento; (2) llevar ropa interior absorbente, incluido un forro para el casco; (3) llevar un suministro adecuado de agua fresca y beber con frecuencia; y (4) aislar cualquier parte del cuerpo expuesta al calor del motor o a la descarga del radiador. Vístase bien, beba bien y disfrute del viaje.

**La camisa de manga larga LDComfort- es una prenda de refrigeración suprema para cuando las temperaturas suben a los tres dígitos.**

Atravesar desiertos áridos a 120°F se logra fácilmente usando la camisa de manga larga LDComfort- como prenda refrigerante debajo de una chaqueta de montar (Es mejor no usar malla en condiciones de calor extremo. La malla dejará entrar el aire caliente y dejará escapar el aire frío).

Sólo permita que entre aire frío en el cuerpo de la chaqueta. Este aire frío se consigue mojando la camiseta LDComfort. Cuando está conduciendo su motocicleta tiene aire forzado a 65 millas por hora en las puntas de sus dedos. Utilícelo para empujar el aire hacia arriba por las mangas y hacia el interior de la chaqueta. La evaporación se produce en las mangas y así es como el aire frío se canaliza hacia tu chaqueta. El aire frío enfría el agua que has añadido al interior del cuello, la parte delantera y la espalda de la camiseta LDComfort. Ahora estás envuelto en agua fría y puedes conducir así durante varios kilómetros antes de necesitar más aire frío. No abra las ventilaciones de la chaqueta, ya que eso permitirá que salga el aire frío. El único lugar que necesita para que salga el aire caliente es la cremallera delantera. Monta en esta burbuja de aire frío y agua y evita el calor extremo en el exterior de la chaqueta.

TPuede haber una diferencia de 30° entre el aire interior y el exterior, así que ten cuidado de que no corra demasiado aire por las mangas. Es fácil enfriarse cuando sólo hay 95°F en el exterior. Por este motivo, sólo debe dejar que el aire suba por las mangas, ya que así puede controlar su temperatura.

**Nota: Cuanto más aire corra por las mangas, antes se evaporará el agua. Renovar con más agua en las mangas como sea necesario.** Recuerde: El agua del cuerpo de la camiseta se enfría con el aire frío que entra por las mangas. Las mangas se enfrían debido a la evaporación con el agua y el flujo de aire.

**Fase 1: El aire caliente entra por la manga mojada creando un enfriamiento por evaporación.**



**Fase 2: La chaqueta se hincha con aire frío que circula sobre el cuerpo mojado de la LDComfort Shirt.**



**Fase 3: deja escapar el aire utilizando únicamente la cremallera frontal. Repita los pasos para mantenerse fresco hasta que las mangas necesiten más agua. Añada agua y repita.**



**Con todas las ventilaciones cerradas, el flujo de aire debería tener este aspecto:**



**Abrir las ventilaciones significa que está desperdiciando aire fresco.**



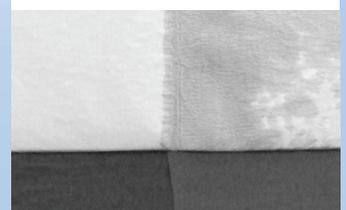
**¡Pida el suyo en línea ahora!**



[www.LDComfort.com](http://www.LDComfort.com)  
1.888.642.7091

**Tejido de doble capa  
Mantiene la piel seca**

**Prueba de impermeabilidad del tejido con una servilleta**



Interior

Exterior



# Los 6 mejores consejos para conducir tu moto cuando hace calor

Señales de peligro para tener en cuenta y productos para ayudar a los motoristas a combatir el calor.

By Tricia Szulewski, Editor Women Riders Now

<https://womenridersnow.com/top-6-tips-for-riding-your-motorcycle-in-hot-weather/>



Hace poco soporté 15 largos días de conducción con un calor extremo que hizo que el tour femenino Chix on 66 por la Ruta 66 pareciera una carrera de resistencia.

Estoy llena de inspiración, después de haber completado las 3.000 millas, dos semanas Chix en 66 AMCA paseo de las mujeres de Milwaukee a Santa Mónica. Con temperaturas que oscilaban entre 85 y 115 °F, llegar a nuestros destinos diarios sin incidentes fue todo un logro. Este artículo destaca algunos consejos que hemos aprendido sobre la conducción en climas cálidos que pueden ayudarte a mantenerte en la carretera de forma segura cuando las temperaturas suben.



Una bolsa de agua, electrolitos, polvos y una toalla refrescante son artículos baratos y portátiles. Tener a mano estos pocos y ligeros artículos hará que un viaje muy caluroso sea más cómodo.

## Consejo #1: Hidrátate con electrolitos

Como dice siempre uno de mis compañeros entrenadores: "Agua dentro, agua fuera". Si no vas al baño, no estás bebiendo suficiente agua. Durante esas salidas muy calurosas, ayuda añadir electrolitos. Puedes encontrarlos en las bebidas deportivas, pero recientemente he empezado a conocer los polvos y las pastillas de electrolitos.

Los electrolitos son minerales esenciales que resultan vitales para las funciones clave del organismo. Cuando uno se deshidrata, el cuerpo ingiere menos agua de la que pierde y los niveles de sal y azúcar se desequilibran. Además de tener sed, puede sentirse mareado, aturdido o cansado. Otros síntomas graves de deshidratación son dolor de cabeza, delirio, calambres musculares, pies hinchados, náuseas y escalofríos.



Los comprimidos de electrolitos son una forma rápida y sencilla de obtener rápidamente minerales importantes para el organismo. Busque comprimidos o cápsulas que contengan potasio, calcio y magnesio. Ivy eligió Hi-Lytes porque son vegetarianas y contienen todo lo esencial y algo más. 100 pastillas cuestan actualmente \$22.37 dólares en Amazon.com.

Vicki Sanfelipo, RN, de Accident Scene Management (ASM), que patrocinó la reciente AMCA Chix en 66 paseo, nos dice que cuando sudas, excretas sodio potasio, calcio y magnesio. Si sólo te hidratas con agua, en realidad diluyes aún más tu sistema, lo que provoca fatiga, dolor de cabeza, calambres musculares, mareos y posibles arritmias cardiacas.

Para evitarlo, la piloto de Chix Kathy Strobele proporcionó a todos las participantes pastillas Medique Medi-Lyte. Estos electrolitos totalmente naturales incluyen los minerales clave que el cuerpo pierde durante la deshidratación, y vienen en cómodas bolsitas de 2 pastillas. Tomar estas pastillas con un simple sorbo de agua le dará el mismo impulso que obtendría de una botella de bebida energética. Puedes comprar una caja de 125 paquetes por sólo 28 dólares en RoadGuardians.org.



Me encanta la comodidad de guardar algunos de estos paquetes de Medi-Lyte envueltos individualmente en el bolsillo de la chaqueta de mi moto para tenerlos cuando alguien con quien voy en moto los necesite.

## Consejo #2: Lleva agua

Mantenerse hidratado en un viaje largo significa que necesitarás beber mucha agua durante el trayecto. En lugar de esperar a comprar botellas de agua en las paradas para repostar, lleva siempre contigo agua que puedas beber a sorbos.



Algunos motociclistas llevan portavasos montados en sus motos. Yo prefiero llevar una mochila con una bolsa de hidratación y un tubo de bebida que puedo llevarme fácilmente a la boca y beber a sorbos mientras conduzco.

Llenar la bolsa parcialmente de agua y congelarla la noche anterior ayuda a que se mantenga fría durante más tiempo. (Esto también mantiene tu espalda fresca.) Si quieres una bebida de forma más inmediata, llénala mitad con agua y mitad con cubitos de hielo.

Hace muchos años revisé una Ogio Hydrapak que estaba hecha para motociclistas. Las mochilas para no motociclistas que he probado desde entonces o son demasiado pequeñas, o pesan demasiado, o las correas no son lo suficientemente largas para llevarlas encima de una chaqueta de motociclista, o simplemente no se hicieron para ir en moto, por lo que no son cómodas.

A la hora de elegir una mochila de hidratación, ten en cuenta cuánto peso estás dispuesto a añadir a tu espalda. Recuerda que cuanto más agua añadas, más pesará. Esta es una de esas cosas en las que puede que NO quieras un montón de características extra.

Me encanta la mochila Ogio porque es estrecha y ligera y ofrece un par de bolsillos de almacenamiento útiles que utilizo para barras energéticas, protector solar y una toalla refrescante. Hay un bolsillo separado para la bolsa, por lo que si hay algún derrame mientras se llena, no moja mis artículos. Esta bolsa es cómoda de llevar, con correas lo suficientemente largas como para caber sobre mi chaqueta de montar. Una correa de esternón funciona mejor para mantenerlo en su lugar con una distribución uniforme del peso, mientras que en una posición de conducción.



Mi característica favorita es el cierre que sujeta la bolsa en la parte superior, para que no se caiga dentro de la propia mochila. Si eso ocurre, acabas con un gran peso en la parte inferior.

Sustituí mi antigua bolsa por la bolsa de agua HydraPak Shape-Shift de 3 litros (\$40). No soy partidario de añadir peso extra a mi espalda mientras conduzco, así que usar una mochila

bastante sencilla y una bolsa con una distribución uniforme del peso ayuda a la comodidad del viaje. La mochila Quench Pack de Klim (\$99) es una buena opción para una mochila de hidratación actualmente disponible hecha para motociclistas. Esta mochila tiene todas las características que me gustan, pero viene con una bolsa de 2 litros.



La característica de "cambio de forma" de la bolsa HydraPak Shape Shift la mantiene de perfil bajo incluso cuando está llena, en lugar de ser gorda y redondeada.

También puedes utilizar una bolsa de cintura o una bolsa sobre depósito con la bolsa adecuada. El XC Acqua Pak de Klim (\$130) se desarrolló específicamente para ciclistas todoterreno con el fin de mantener el peso alejado de los hombros para facilitar los movimientos y reducir la fatiga. Decidas lo que decidas, tener acceso al agua mientras conduces te mantendrá en la carretera más tiempo y más cómodamente.

### **Consejo #3: Manténgase fresco**

Cuando el calor es extremo, muchos motoristas empapan su camiseta o un pañuelo en agua fría y lo llevan debajo de una chaqueta de malla. También hay todo tipo de chalecos refrigerantes de marcas de motocicletas, que se sumergen durante unos minutos en agua fría o helada y se llevan debajo de la chaqueta. He encontrado este chaleco refrigerante de Harley-Davidson (\$200) que ofrece el mismo efecto de enfriamiento por evaporación. También viene con cuatro bolsas de hielo que se ponen en el congelador durante 45 minutos antes de añadirles al chaleco. Ojalá hubiera tenido esto en la Ruta 66.



He tenido bastante éxito con una toalla de enfriamiento reutilizable envuelta alrededor de mi cuello (\$5 de Harbor Freight Tools). Cuando se calienta por estar en un solo lugar, la muevo para mojar diferentes partes de mi cuello y cara.

## Consejo #4: Conduce con protección

¿Piensas que es más fresco guardar las chaquetas y llevar sólo una camiseta sin mangas? Piensa en ello. ¿Acaso los nómadas caminan por el desierto con la menor ropa posible? No, llevan atuendos que les cubren completamente la piel y la cabeza. El aire caliente, y sobre todo el efecto evaporativo del movimiento, absorbe el sudor, lo que ayuda a refrescarse dentro de la ropa. Entonces, ¿por qué íbamos a querer renunciar a nuestro equipo de protección para exponernos a los dañinos rayos UV y a la deshidratación?

Hay tantas opciones de ropa de moto ventilada para mujer que incluyen protección contra impactos, que es difícil elegir sólo una. Casi todos los fabricantes de chaquetas de moto para mujer tienen una opción ventilada o de malla. Las chaquetas Klim, Indian, Dainese y Harley que presentamos el año pasado y las chaquetas AGV Sport que revisamos son sólo algunas de ellas.



La veterana periodista de motos Marjorie "Shadow" Kleiman adquirió la chaqueta Joe Rocket Ladies Majestic totalmente ventilada y el pantalón Ladies Cleo Elite para el viaje Chix on 66. WomenRidersNow.com publicará en breve su análisis completo de esta equipación.

## Consejo #5: Protéjase de las quemaduras de la moto

Un motor caliente o los tubos de escape pueden ser un problema para algunos motoristas. De hecho, Cris Sommer Simmons sufrió graves quemaduras en las piernas debido al calor del motor. La primera parte del viaje de Chix on 66 consistió en sortear el tráfico en hora punta del centro de Chicago. Todos sudábamos, pero la Harley-Davidson 1934 de Cris, Buddy, se calentó tanto que el motor se quemó. Si hubiera tenido un producto llamado Hooligan Wrap, podría haber evitado las quemaduras de su pierna. El Hooligan Wrap, de 130 dólares, es sencillamente un trozo de material resistente al calor que puedes ponerte en cualquier parte de la pierna.



El Hooligan Wrap está diseñado con material resistente al calor y un gran cierre de velcro para conseguir el ajuste adecuado alrededor de cualquier parte de la pierna. (Aunque no recomendamos pasear en jeans como éstos).

Harley-Davidson fabrica deflectores de aire específicos para motos que desviarán el calor que proviene del motor lejos de tu muslo. WRN también ha presentado escudos térmicos de DEI (Design Engineering Inc.), que se pueden utilizar en una gran variedad de motocicletas.

## Consejo #6: Mantente seco

Parece una tontería, pero hace tiempo me regalaron un frasco grande de Anti Monkey Butt Powder (\$4.71). Lo guardé en mi armario y me olvidé de él hasta el paseo Chix on 66, cuando todos sufríamos un caso persistente de culo de mono. El uso diario de Anti Monkey Butt Powder me ayudó a absorber una gran cantidad de sudor, e incluso eliminó parte de la irritación de la piel que había tenido antes de usarlo. Ahora soy una fan y no viajo sin mi Anti Monkey Butt Powder.



Kathy Strobele, piloto de Chix, nos dio permiso para utilizar esta foto. Aunque se trataba de un asiento de moto mojado, ¡es perfecta para ilustrar el sudor que todos estábamos experimentando! Foto cortesía de Ivy Yapelli.



Estar en una esquina de Winslow, Arizona, en junio puede ser más caluroso de lo que te imaginas. Por suerte, los motociclistas de Chix on 66 estaban preparados para combatir el calor y utilizaron muchas de las sugerencias de este artículo para recorrer la Ruta 66 en toda su longitud.

# Consejos de los motociclistas de la SCMA sobre la conducción en tiempo caluroso - julio 2023

Por Karen Butterfield

Cuando tenía unos 20 años aprendí que era mejor llevar una chaqueta con ventilaciones que una simple camiseta cuando hace calor. Alguien me recordó que la gente que monta camellos en el desierto no lleva sólo una camisa, sino varias capas de tela suelta. Para salir de San Diego e ir a otro sitio que no sea la costa, hay que atravesar un desierto. Cuando íbamos al norte por el centro de California a las carreras de Laguna Seca en Monterey a principios de julio, podíamos probar nuestras últimas ideas para mantenernos frescos. Yo tenía una de las primeras mochilas de agua estrechas CamelBak que creo que era de 2 litros. Seguíamos bebiendo Coca-Cola light cuando parábamos. No era la mejor opción. Hoy en día algunos de mis amigos añaden los polvos electrolíticos que usan los atletas al agua que llevan en la bici. Yo he utilizado Pedialyte en polvo en un CamelBak con éxito en viajes largos. Puedo tomar atajos para una carrera de un día que no funcionarán en un viaje de varios días, corto o largo.



California Route 98 Near Calexico

Hace años me compré mi primer pañuelo para el cuello con perlas que absorben el agua y mantienen el cuerpo fresco, y es uno de mis artículos favoritos cuando hace calor. Con el tiempo, dejé de usar guantes sin forro y opté por guantes cortos perforados para mantener las manos más frescas y secas, y abrí el cierre de la manga en la muñeca para que entrara un poco de aire en las mangas. Cuando hace frío, me aseguro de que mis muñecas y mi cuello estén cubiertos con prendas cálidas. También son un foco para mantenerme fresco cuando hace calor envolviendo mi cuello con algo fresco, y evitando que mis manos y muñecas se sobrecalienten.

Mi camiseta favorita para el calor es una malla fina que evacua el sudor. Los tejidos que se pegan demasiado a la piel no me van bien. Para mí, hay mucho ensayo y error con los tejidos. La camisa que usé en Mexicali el año pasado se pegaba como una envoltura de sarán debajo de una chaqueta donde las ventilaciones eran demasiado pequeñas. Era una mala combinación, sobre todo en el tráfico. A veces tengo que abrir la cremallera de la chaqueta y parar si nada funciona.

Tengo un recuerdo vívido de entrar en St George, Utah, a última hora de la tarde, directamente bajo el sol, en julio. Dejaba correr el agua del CamelBak por la parte delantera de mi camiseta bajo la chaqueta de cuero para refrescarme un poco. Y funcionó. Esto fue antes de tener mi primer traje textil.

Así que la camiseta es lo más importante para mí, y la mojaré si es necesario. Necesito algo fresco alrededor del cuello, con guantes para tiempo caluroso y muñecas que se puedan destapar fácilmente para exponerlas al aire periódicamente.

Mira lo que estos motociclistas de la SCMA tienen que compartir sobre sus métodos para ir bien cuando hace calor.

Mark Burdick

Vivo en Texas y conduzco mucho en condiciones de calor y humedad. Llevo ropa LDComfort® y me echo agua por las mangas y alrededor del cuello en las paradas para repostar durante las horas más calurosas del día. También bebo a sorbos agua helada de una bolsa aislante para depósito y de una manguera tipo CamelBak durante todo el día para mantenerme hidratado. No me gusta el peso de los chalecos refrigerantes y parece que bloquean el flujo de aire evaporativo que necesito. Evito las comidas copiosas y como barras de proteínas durante el día. Llevo un pañuelo suelto alrededor del cuello para bloquear el sol, pero permitir la ventilación del cuello. También echo agua en un tubo para el cuello y me lo pongo en la cabeza. Una última sugerencia es aplicar crema solar en las partes de la cara que no cubre el casco, ya que a veces abro la visera para sentir el viento.

También intento planificar mi día para salir temprano por la mañana al amanecer y terminar a primera hora de la tarde para evitar las temperaturas más altas del día. Una ventaja de este plan es que puedo darme un chapuzón en la piscina del hotel cuando llego para refrescarme y relajarme, seguido de una comida en un buen restaurante local antes de la hora punta de la cena.



Guantes para clima caluroso

Oscar Palacio

Lo que hago cuando hace calor es llevar un tubo para el cuello, meterlo en agua fría en cada gasolinera en la que paro y luego ponérmelo en el cuello. Así mantengo la sensación de frío cerca del cerebro. Además, meto la camisa en agua fría, luego la chaqueta y me siento bien durante unas 3 horas. Y por supuesto, bebo mucha agua o Gatorade, etcétera.

Colleen Sepulveda

Lleno mi CamelBak con hielo del hotel y luego lleno con agua. Pongo hielo fresco en el CamelBak en las gasolineras/restaurantes de comida rápida a lo largo del día. Cuando hace calor, bebo un sorbo y se me congela el cerebro al instante. Sólo asegúrese de soplar el agua del tubo de nuevo en el depósito antes de aspirar nada. El agua del tubo se calienta mucho. Vierto agua por la cintura de mis pantalones de montar, levanto cada brazo y la vierto por cada puño y por la manga y por el cuello de mi chaqueta, por delante y por detrás. Aire acondicionado instantáneo una vez que te pones en movimiento hasta que la capa interior se seca completamente.

Doug Wilson

En mi opinión, una capa de base absorbente (pegada a la piel) es fundamental. La típica capa base de algodón no cumple su función en condiciones de calor extremo. Las prendas básicas completas (pantalones largos y camisetas de manga larga) absorben un mayor volumen de humedad y evitan que la ropa exterior se pegue a ti o se atasque.

La ropa interior especial, como la LDComfort®, es maravillosa pero cara; he tenido buena suerte con la ropa Buck Naked de Duluth Trading Company, así como con la ropa de pesca en alta mar.

If you have some hot weather riding tips you would like to share, send them to [newsletter@sc-ma.com](mailto:newsletter@sc-ma.com).

## Señales y síntomas de advertencia de enfermedades relacionadas con el calor de los CDC

### Insolación

#### QUÉ BUSCAR

- Temperatura corporal alta (103°F o más)
- Piel caliente, roja, seca o húmeda
- Pulso rápido y fuerte
- Jaqueca
- Mareos
- Náuseas
- Confusión
- Pérdida del conocimiento (desmayo)

#### QUÉ HACER

- Llame al 911 de inmediato: el golpe de calor es una emergencia médica
- Mueva a la persona a un lugar más fresco
- Ayudar a bajar la temperatura de la persona con paños fríos o un baño frío
- No le dé nada de beber a la persona

### Agotamiento por calor

#### QUÉ BUSCAR

- Sudoración intensa
- Piel fría, pálida y húmeda
- Pulso rápido y débil
- Náuseas o vómitos
- Calambres musculares
- Cansancio o debilidad
- Mareos
- Jaqueca
- Desmayos (desmayos)

#### QUÉ HACER

- Muévete a un lugar fresco
- Afloja tu ropa
- Ponga paños fríos y húmedos en su cuerpo o tome un baño frío
- Beba agua

#### Busque atención médica de urgencia si:

- Estás vomitando
- Sus síntomas empeoran
- Sus síntomas duran más de 1 hora

### Calambres por calor

#### QUÉ BUSCAR

- Sudoración intensa durante el ejercicio intenso
- Dolor muscular o espasmos

#### QUÉ HACER

- Detener la actividad física y mudarse a un lugar fresco
- Beba agua o una bebida deportiva
- Espere a que los calambres desaparezcan antes de hacer más actividad física

#### Busque atención médica de urgencia si:

- Los calambres duran más de 1 hora
- Estás en una dieta baja en sodio
- Tiene problemas cardíacos

## Quemadura

### QUÉ BUSCAR

- Piel dolorosa, roja y caliente
- Ampollas en la piel

### QUÉ HACER

- Manténgase alejado del sol hasta que su quemadura solar sane
- Ponga paños fríos en las áreas quemadas por el sol o tome un baño frío
- Ponga loción hidratante en las áreas quemadas por el sol
- No rompa las ampollas

## Erupción por calor

### QUÉ BUSCAR

- Grupos rojos de pequeñas ampollas que parecen granos en la piel (generalmente en el cuello, el pecho, la ingle o en los pliegues del codo)

### QUÉ HACER

- Permanezca en un lugar fresco y seco
- Mantenga la erupción seca
- Use polvo (como talco para bebés) para calmar la erupción

## Lo más destacado de la Ruta del Clásico de las Tres Banderas de 2023 - Día 3 Idaho Falls, Idaho a Ponderay, Idaho Por Doug Wilson



Arco, Idaho

serie de cuevas de lava, mientras nos adentramos en un paisaje desértico. Nuestra primera ciudad importante es Arco ID, la primera ciudad que funcionó completamente con electricidad procedente de un reactor nuclear. Fue un experimento que sólo duró una hora, pero toda la ciudad estaba desconectada de la red eléctrica regional y alimentada únicamente por la electricidad generada en el reactor experimental BORAX-III. Ese reactor ya no existe, pero la cercana instalación EBR-1 ofrece visitas guiadas y se pueden ver los dos enormes prototipos de centrales nucleares para aviones que nunca llegaron a ser una opción viable. Al pasar por la ciudad, se puede ver la parte de la vela del submarino USS Hawkbill. Se instaló en el Centro de Ciencias de Idaho en reconocimiento al papel de las instalaciones locales en el desarrollo de submarinos de propulsión nuclear.

Ed. Nota - Pensamos que podría ser de interés para usted para compartir algunas investigaciones de lo que vamos a pasar a través de este año en el paseo del Clásico de las Tres Banderas. Usted puede ser un motociclista registrado o un motociclista potencial que aún no se ha comprometido. En estas páginas se indican las opciones de parada en esta ruta o en una futura ruta por esta zona. Obviamente, hacerlas todas alargaría demasiado los días. Puede que veas algo especial que te gustaría añadir a tu programa del día. Puede que sólo sea un lugar para hacer fotos. Uno de los que de otra manera podría perderse, esta vez.

Saliendo de Idaho Falls, nos dirigiremos hacia el noroeste, al condado de Butte, pasando por una



Mt Borah - Dickey, Idaho



Salmon River Scenic Byway

Continuando hacia el noroeste desde Arco, la cordillera de Lost River empezará a aparecer a nuestra derecha mientras nos unimos a la ruta Peaks to Craters Scenic Byway y nos dirigimos hacia Mackay, una antigua ciudad minera conocida como Copper City. En los comercios locales encontrará mapas para realizar una visita autoguiada a la mina Mackay y a la zona de Mackay Peak. Pasado el embalse de Mackay, empezaremos a divisar el monte Borah a lo lejos, a medida que nos acercamos a la ciudad de Dickey. Con 12.662 pies, es el pico más alto de Idaho y uno de los más majestuosos. Un terremoto de 1983 provocó una fractura de 21 millas de longitud a lo largo de la falla del río Lost, donde la tierra se desplazó hasta nueve pies; es claramente visible cuando no hay nieve.

Cruzaremos el río Salmon al entrar en Challis ID, la capital del condado de Custer. Challis cuenta con numerosas fuentes termales que constituyen una importante atracción turística, así como con el Museo North Custer. El cercano Parque Estatal Land of the Yankee Fork cuenta con un bonito monumento militar y exhibiciones históricas como pueblos fantasmas, minas y la oportunidad de buscar oro. Situada a unos 80 kilómetros, la draga de oro Yankee Fork es una oportunidad para explorar un raro ejemplo bien conservado de una de estas enormes piezas de equipo si su agenda se lo permite.

El río Salmon estará literalmente al alcance de la mano mientras continuamos hacia el norte, pasando por Elk Bend y Dusty Mule. Hay varias señales históricas a lo largo del camino mientras cruzamos el Paralelo 45 y continuamos hacia Salmon ID, donde se encuentra el Museo Histórico del Condado de Lemhi y el Centro interpretativo Sacajawea. Si necesitas un descanso, el Veterans Memorial Park se encuentra justo al lado de Main Street, en la orilla este del río.

Después de pasar Carmen y el antiguo Fuerte Bonneville, comenzaremos a ascender hacia la cordillera Bitterroot. A unos 1.500 metros pasaremos por Gibbonsville, otro antiguo pueblo minero con una rica historia. El edificio del Broken Arrow Resort data de 1897 y originalmente albergaba una popular cervecería que abastecía a 13 salones de la zona durante el apogeo minero de la zona. En la década de 1920 se convirtió en una gasolinera Texaco con cafetería y desde entonces se ha utilizado principalmente como tienda y restaurante.

Pasado Gibbonsville, seguiremos subiendo por la cordillera Bitterroot durante unos 24 kilómetros antes de entrar en el valle Bitterroot y en el estado de Montana por el paso de Lost Trail. En esta zona nieva mucho en invierno y hay varias estaciones de esquí, así como las termas de Lost Trail, cerca del fondo del valle. Pasaremos junto a otras fuentes termales y campamentos de pesca mientras seguimos hacia el norte, cruzando el río Bitterroot cerca del pueblo de Sula. La expedición de Lewis y Clark permaneció en la zona durante algún tiempo, y más tarde se convirtió en un puesto avanzado del comercio de pieles.



Chief Joseph Ranch – Dutton Ranch in the Yellowstone TV Series

A medida que nos acercamos a Darby, MT, algunos de los edificios del rancho Chief Joseph pueden resultarnos familiares, es el lugar utilizado como el rancho Dutton en la serie de televisión Yellowstone. Darby también cuenta con un museo de los pioneros, al igual que varias de las pequeñas ciudades que encontraremos a medida que continuemos hacia el norte a lo largo del río Bitterroot.

Si le gusta la historia, la ciudad de Hamilton destaca por el Museo del Condado de Ravalli y por la Mansión Daly, una casa restaurada que ahora sirve de museo. El término mansión es realmente apropiado; la casa se asienta sobre 26 acres de terreno e incluye más de 50 habitaciones. Hay 25 dormitorios y 15 cuartos de baño, así como 7 chimeneas, 5 de ellas con revestimiento de mármol italiano importado. La casa tiene tres plantas y un total de 24.000 pies cuadrados más un sótano completo.



Daley Mansion Today

Siguiendo hacia el norte, pasaremos por Stevensville y la histórica Misión de Santa María. El edificio en sí data de 1841, pero la comunidad tuvo su origen en un amistoso encuentro en 1805 entre los indios salish locales y la expedición de Lewis y Clark. Joseph y Lolo Peaks aparecerán al oeste de camino al cruce con la famosa autopista Lewis and Clark Highway, conocida por sus 99 millas de curvas. Desde allí hay un corto trayecto hasta Missoula, donde se encuentra el Aerial Fire Depot y el Smokejumper Center. Fort Missoula es uno de los primeros puestos militares de Montana y cuenta con un pueblo del oeste recreado con ferrocarriles y maquinaria de época. También incluye el Museo de Historia Militar de las Montañas Rocosas, con exposiciones desde la Guerra Civil hasta la época de Vietnam, incluida una sobre el transporte naval de ataque USS Missoula de la Segunda Guerra Mundial.

Saliendo de Missoula, pasamos por la ciudad de Wye y seguimos hacia el norte, en dirección a Ravalli. Justo al pasar el Casino Gray Wolf Peak, verá un paso elevado sin carretera ni tráfico. Se trata de un gran paso para la fauna salvaje; se ha demostrado que reduce sustancialmente las colisiones entre vehículos y fauna salvaje. Pasando Ravalli, viajaremos por el extremo sur de la Reserva de Bisontes de 18.500 acres, hogar de una manada de más de 500 bisontes. Esta reserva se creó en 1908 como parte de la reserva de Flathead y está gestionada por las tribus Salish y Kootenai.

La población disminuirá considerablemente a medida que continuemos hacia el noroeste, en dirección a Idaho. La carretera seguirá primero el río Flathead y después el río Clark Fork, más caudaloso. El Clark Fork es el río más caudaloso de MT y ha sido aprovechado para producir energía hidroeléctrica en una serie de

presas. La primera está en Thompson Falls, la segunda cerca de Noyon y la tercera cerca de Clark Fork. Las tres forman importantes embalses cuyo caudal desemboca en el lago Pend Oreille, cerca de Sandpoint, Idaho.

El lago Pend Oreille es el mayor de Idaho, con 111 millas de costa, y uno de los 5 más profundos de EE.UU., con 1158 pies. El nombre "Pend Oreille" significa en francés colgante. Los colgantes de orejas eran característicos de la tribu Kalispel, que habitaba la zona. Además, el lago tiene la forma de una oreja humana visto desde arriba o en un mapa. Con su profundidad, el lago ofrece propiedades acústicas similares a las del océano abierto y ha sido utilizado por la Marina para la investigación y pruebas de sonares desde la Segunda Guerra Mundial. Entre las atracciones de la zona de Sandpoint/Ponderay figuran la presa de Albeni, el Parque Estatal de Farragut, el Museo de Historia del Condado de Bonner y los cruceros por el lago Pend Oreille desde el parque City Beach.



Ponderay, Idaho

# Lo más destacado de la Ruta del Clásico de las Tres Banderas de 2023 - Día 4

## Ponderay, Idaho a Calgary, Alberta, Canada

By Doug Wilson



Radium Hot Springs Visitor Center – Bighorn Sheep



Kootenai National Wildlife Refuge

Ed. Nota - Pensamos que podría ser de interés para usted para compartir algunas investigaciones de lo que vamos a pasar a través de este año en el paseo del Clásico de las Tres Banderas. Usted puede ser un motociclista registrado o un motociclista potencial que aún no se ha comprometido. En estas páginas se indican las opciones de parada en esta ruta o en una futura ruta por esta zona.

Obviamente, hacerlas todas alargaría demasiado los días. Puede que veas algo especial que te gustaría añadir a tu programa del día. Puede que sólo sea un lugar para hacer fotos. Uno de los que de otra manera podría perderse, esta vez.

Saliendo de la zona de Sandpoint/Ponderay, nos dirigiremos un poco hacia el noreste antes de pasar por Bonners Ferry ID, donde se encuentra el Museo del Condado de Boundary. El Museo alberga una colección de relojes tallados a mano, así como herramientas, maquinaria y armas de fuego antiguas. Estará a su izquierda justo antes de cruzar el río Kootenay y continuar hasta pasar el Refugio Nacional de Vida Silvestre de Kootenai. Continuando pasaremos por la aldea de Good Grief, ID, "saludada" en el programa de televisión de los años 70 Hee-Haw por una población de "3 personas, 2 perros y 1 viejo cascarrabias". Ahora que ya has estado allí, puedes parar a comprar una camiseta o quizás un poco de pai. Un poco más al norte cruzaremos el río Moyie y entraremos en Canadá por el paso fronterizo de 24 horas de Eastport.

Justo al otro lado de la frontera, en Kingsgate, encontraremos Mahood Sculptures, un artesano que crea sus obras con tabloncillos de cedro de origen local. Un poco más adelante cruzaremos el puente Curzon y nos incorporaremos a la autopista Crowsnest Highway. Un poco más arriba, en Yahk, hay un par de escultores que exhiben sus respectivos talentos en Bear's Den y Friendly Bear Chainsaw Carvings. Nuestro camino continuará siguiendo el río Moyie hasta el lago Moyie, un lago glaciar de orillas pronunciadas.



El Lago Moyie

Continuaremos por la autopista Crowsnest Highway hasta Cranbrook, un centro regional de 20,000 habitantes que probablemente tenga cualquier artículo que le falte. El centro de Historia de Cranbrook cuenta con excelentes exposiciones sobre la historia de la zona, así como fósiles, equipamiento y una gran colección de vagones de tren que han recuperado su elegancia de antaño. Para una experiencia más fronteriza, visite Fort Steele Heritage Town, situado en la confluencia de los ríos Kootenay y St. Mary, cerca del emplazamiento de la primera guarnición de la Policía Montada del Noroeste en los Territorios del Noroeste.

Al llegar al lago Wasa, nos adentraremos en el valle del Columbia, entre las montañas Purcell y las Rocosas canadienses. El lago Wasa no es fácil de ver desde la autopista Kootenay, pero la playa principal tiene una gran vista y está a sólo un par de manzanas al este. Siguiendo hacia el norte, pasaremos por el lago Columbia, donde nace el río Columbia, que atraviesa Washington y Oregón. Hay áreas de descanso junto al lago que son buenos lugares para tomar fotos.

En una curiosa simetría, tanto Fairmont como Radium Hot Springs cuentan con amplias zonas termales con magníficas vistas y tirolinas (aunque no en las mismas instalaciones). Radium Hot Springs también es conocida por su gran población de borregos cimarrones, que han dado lugar a una escultura de bronce de tamaño natural en el Centro de Visitantes con tres de ellos, así como a una moderna interpretación instalada en la rotonda del centro del pueblo.

Siguiendo nuestro camino hacia el noreste desde Radium Hot Springs por la autopista Kootenay, pasaremos las termas homónimas y entraremos en el extenso y majestuoso Parque Nacional de Kootenay. Poco después de entrar en el parque, pasaremos por la característica falla de Redwall y por el cañón Sinclair. Hay una bonita cascada justo al lado de la carretera, pero no es fácilmente visible sin entrar en la pequeña zona de estacionamiento y caminar unos pasos hasta un mirador. Un poco más arriba en la carretera, pasaremos por el mirador del valle de Kootenay, que ofrece una buena foto del valle y el río Kootenay en la distancia. En este punto la carretera comienza a seguir el río Kootenay; unos kilómetros más arriba hay una zona de uso diurno que ofrece una bonita vista de los montes Harkin y Docking.



Marble Canyon

La autopista Kootenay seguirá bordeando el río Kootenay. Cerca de Vermillion Crossing, el Kootenay se unirá al río Simpson en la desembocadura del valle Simpson. En este cruce de ríos hay una parada panorámica con una placa informativa sobre Sir George Simpson, homónimo de la zona. Un poco más adelante, hay una zona

de acampada y aparcamiento en Marble Canyon. Desde la zona de aparcamiento se puede disfrutar de una buena vista de la parte más ancha del cañón; a los estrechos hay que acceder a través de un sencillo sendero circular de una milla. Continuando hacia el noreste, el glaciar Stanley será visible hacia el sureste, pero sólo es accesible a través de una larga ruta de senderismo. Poco después de pasar el inicio del sendero del glaciar, cruzaremos la divisoria continental, que sirve de límite entre las provincias de Columbia Británica y Alberta y entre los Parques Nacionales de Kootenay y Banff. Poco después de entrar en Alberta, pasaremos por la zona de uso diurno del lago Boom, un pintoresco lago rodeado de imponentes acantilados. Es comparable a lugares tan conocidos como el lago Louise, pero sólo es accesible mediante una caminata de ida y vuelta de 6 millas.



El Mirador de Castle Mountain

En Castle Junction, nos incorporaremos a la autopista Transcanadiense y seguiremos hacia el sureste por el río Bow en dirección a Calgary. Si su agenda se lo permite, el famoso lago Louise se encuentra a unas 18 millas al noroeste por la autopista Transcanadiense, por lo que sería una excursión de unas 36 millas si elige esa opción. Una alternativa para una ruta más tranquila hacia Calgary sería la Bow Valley Parkway (autopista 1a), que parece ofrecer más miradores designados que la Trans-Canada. El mirador de Castle Mountain y las cataratas de Silverton están a las afueras de Castle Junction, y los miradores de Hillsdale y Backswamp son accesibles desde la Bow Valley Parkway antes de que se una de nuevo a la Trans-Canada Hwy poco antes de Banff. La zona de Vermillion Lakes estará a su derecha al acercarse a Banff y será fácilmente visible desde la autopista.



Vermillion Lakes

La ciudad de Banff cuenta con un par de interesantes museos, el museo Banff Park Museum y el Whyte Museum of the Canadian Rockies. El primero se centra más en la flora y la fauna y el segundo más en la cultura y la interacción humana con la zona. Banff también alberga el sitio histórico nacional Cave and Basin, que explora la cueva y la piscina termal de Banff y su papel en la cultura local. El monte Norquay se encuentra justo al norte de Banff y la carretera asfaltada hasta su mirador ofrece una excelente vista de la zona. Para disfrutar de una vista aún más espectacular, el telesilla hasta la cima funciona todo el año. Banff también tiene sus propios hoodoos, una formación geográfica en la que zonas de roca dura y blanda se erosionan con el tiempo hasta formar puntas afiladas. La mejor forma de verlos es desde un mirador situado en Tunnel Mountain Drive, al suroeste de la ciudad.



Mt Norquay

Siguiendo en dirección a Calgary, desde Harvie Heights se puede contemplar una excelente vista del monte Rundle (en realidad, una pequeña cordillera con cuatro picos separados) mirando hacia el noroeste. En la zona de Harvie Heights también hay un centro de visitantes de Alberta con unas vistas decentes (y, por supuesto, mucha información sobre la zona). La autopista 1a vuelve a desviarse de la Trans-Canada en Canmore, esta vez conocida como Bow Valley Trail. De nuevo ofrece varios miradores designados a medida que continúa a lo largo del río Bow. Se puede retomar la Trans-Canada en Seebe o seguir la autopista 1a hasta el área metropolitana de Calgary.

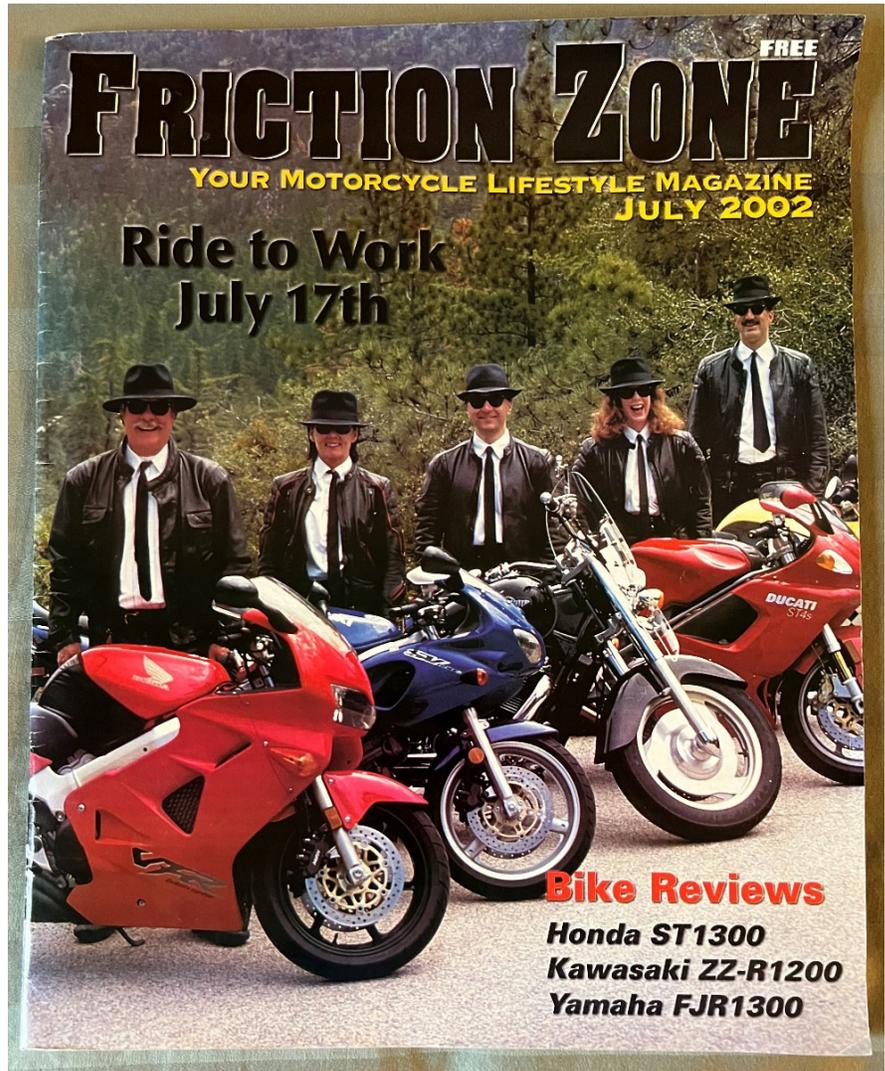
## Recuerdo de paseo al trabajo - Julio de 2023

Por Karen Butterfield

Recientemente he limpiado una estantería y he encontrado un ejemplar de esta revista Friction Zone de otro mes de julio. Hice escanear la imagen grande unos años después de que fuera tomada por el departamento gráfico donde trabajaba. Pero ésta es la que estaba en una estantería con otros folletos importantes de museos de arte.

Me acordé de esta revista que rompió muchas reglas cuando se lanzó. También pensé en las personas relacionadas con la revista que visitaban nuestras reuniones del club RedHot Rider en San Diego. La editora de la revista Friction Zone, Amy Holland, se convirtió en amiga del club. Los creadores de la revista hacían magia con los artículos de fondo, las reseñas de accidentes y los paseos con mapas de todas partes. Cuando llamó para pedir que algunos de nosotros saliéramos en una foto de portada vestidos como los Blues Brothers para promocionar el Ride Your Motorcycle to Work de ese mes de julio, dijimos "Claro".

Creo que era mayo. Estaba fresco en el viaje hasta la casa de Amy en Idyllwild en las montañas a más de 5000 pies y a esta colina muy empinada en algún lugar cercano. Ojalá tuviera una foto de lo que estaba viendo cuando se hizo la foto. La directora de arte se inspiró y saltó a la camioneta de tamaño completo para hacerla retroceder sobre lo que era básicamente una zanja pavimentada. Luego se colocó en la parte trasera de la camioneta para hacer la foto. Cuando terminamos, volvimos a casa de Amy para almorzar en el jardín trasero y charlar.



RedHot Riders Richard, Celia, Joel, Karen, Eric

Recuerdo cuando el dueño de una tienda me habló por primera vez de la nueva revista Friction Zone que alguien le entregó. Era escéptico. La revista pasó a ser muy apreciada por la gente que conocía, ya que proporcionaba información muy valiosa. Como recuerdo, publicaron un DVD con todas las rutas que aparecían en la revista. Tengo uno en mis archivos.

De izquierda a derecha están Richard, Celia, Joel, Karen (yo) y Eric.

Si tienes una foto de recuerdo con una historia que quieras compartir, envíala a [newsletter@sc-ma.com](mailto:newsletter@sc-ma.com).

# Rincón del motociclista - Julio de 2023

## California Adventure Tours

Por Les Gullery



Los Riders Chairs están pidiendo a los motociclistas que se han inscrito en los tours de la SCMA que envíen algunas fotografías desde la carretera para que podamos compartirlas con ustedes en esta sección del Rincón de los motociclistas del boletín. Podemos divertirnos un poco aquí mientras creamos más información en las páginas estáticas del sitio web [sc-ma.com](http://sc-ma.com).

El mes pasado, nos enteramos de los mejores 15 motociclistas de EE.UU. y este mes tenemos algunos motociclistas de la California Adventure Series Parks paseo. Están en la página siguiente para poder hacer fotos de buen tamaño. Y tenemos más para la próxima vez.

Por favor, fíjate en la sección de Tours del boletín donde puedes llegar a la página del tour en [sc-ma.com](http://sc-ma.com) haciendo clic en el logo de la izquierda. También encontrarás lo más destacado de cada tour en el recuadro de la derecha y un enlace rojo para abrir un documento que se actualiza a menudo con los nombres de todos los inscritos actuales, más noticias sobre los motociclistas y más detalles sobre los paseos.

### News from the Premiere Tours

Click on logos for ride web pages, Red links to open list of Rider names and recent ride info.



California Adventures Series

#### CA Adventure Series

Riders: Missions 10 1st Finisher, Parks 7, Roads 8, Triple Crown 3

[NAMES and RIDE DETAILS»](#)



Great Lakes Cabot Trail Tour

#### Great Lakes Cabot Trail Tour

GLCTT Riders: 9

[NAMES and RIDE DETAILS»](#)



The Three Flags Classic

#### Three Flags Classic

Current registrants: 80% capacity

[RIDE DETAILS »](#)



USA Four Corners Tour

#### USA Four Corners Tour

Riders: 40

[NAMES and RIDE DETAILS »](#)

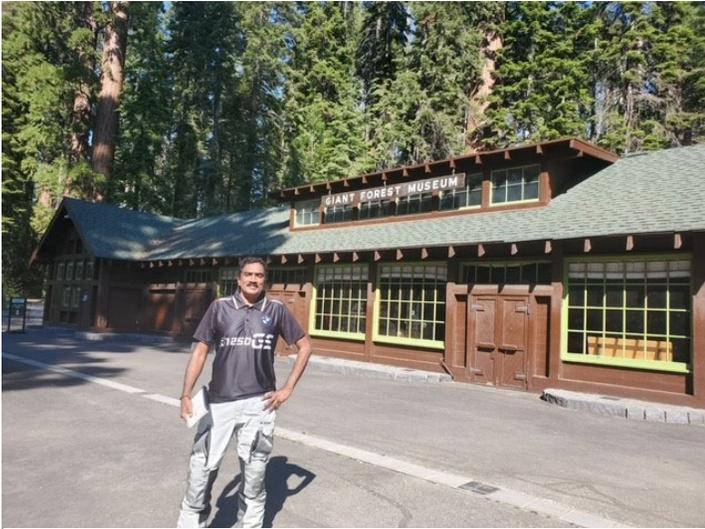


#### Best 15 US Roads Challenge

Riders: 20

[NAMES and RIDE DETAILS »](#)

Tres motociclistas de San Ramon, California, en el recorrido Parks de las California Adventure Series: Ram Uppu, Maruthi Emany y Pradeep Kunder.



Ram Uppu from San Ramon, CA  
at the Giant Forest Museum in Sequoia National Park



Ram Uppu from San Ramon, CA  
in Yosemite National Park



Pradeep Kunder from San Ramon, CA  
in Yosemite National Park



Maruthi Emany from San Ramon, CA  
in Yosemite National Park

## Fallecimiento del pionero de la motocicleta Peter Starr

La Asociación de Motociclistas del Sur de California ofrece sus condolencias a su familia y amigos cercanos, además de todos los demás en el mundo de las motocicletas que lo conocimos o solo conocemos su trabajo en películas, televisión, radio y podcasts de motocicletas. Puede ver el alcance y la influencia que tuvo en nuestro mundo en los enlaces a continuación. Algunos de nosotros tuvimos la suerte de conocerlo un poco y algunos de nosotros solo lo conocimos brevemente. Fue una reunión memorable para mí escuchar sobre los planes de proyectos que tenía y sus sueños. Falleció el 3 de julio de 2023 después de una larga batalla contra el cáncer.

<https://www.roadracingworld.com/news/more-on-the-passing-of-hall-of-famer-peter-starr/>

<http://hof.motorcyclemuseum.org/halloffame/detail.aspx?RacerID=493>

<https://motostarr.com/peter-starr-bio/>



*Peter Starr, R.I.P. Photo courtesy MotoStarr.*

# ACTUALIZACIÓN DE LA SERIE CALIFORNIA ADVENTURES 2023

## - Julio 2023

La serie California Adventures consiste en ' 3' viajes:

- 1.) CA Misiones de viaje- **21 Misiones**
- 2.) CA Aventura de parques – **24 Parques**  
Parques/Monumentos/ Reserva/Orilla del mar/  
Sitios Históricos/ Parques Históricos
- 3.) CA Las 15 mejores carreteras: Serie 'A', ' B', 'C' Y 'D'  
Consta de **60 carreteras**; Norte, Centro y Sur de California



Las listas resumidas de carreteras y destinos se encuentran a continuación, y para **todos los detalles** siga este enlace a la serie sobre sc-ma.com. <https://coyote-heron-7x64.squarespace.com/california-adventures-series>

## QUIÉN ESTÁ EN LAS CARRETERAS ESTE AÑO:

\* Yendo por la Triple Corona de CA

\* **FINALISTA**

### Misiones del viaje:

1. <b>Shareef Assadiq *</b>	<b>Boerme</b>	<b>TX</b>
2. John Parker	Fallbrook	CA
3. <b>Robert Govier *</b>	<b>Santa Ana</b>	<b>CA</b>
4. <b>William Wilson *</b>	<b>Camarillo</b>	<b>CA</b>
5. Kenneth Trass	Bowie	MD
6. <b>Albert Wolff *</b>	<b>Napa</b>	<b>CA</b>
7. Michelle de la Cruz	Santa Ana	CA
8. Mitchell Cohen	Santa Ana	CA
9. Matthew Griffin	Yorba Linda	CA
10. Marcos Nechodom	W. Sacramento	CA

### Aventura de parques:

1. <b>Robert Govier *</b>	<b>Santa Ana</b>	<b>CA</b>
2. Pradeep Kundur	San Ramon	CA
3. <b>Albert Wolff *</b>	<b>Napa</b>	<b>CA</b>
4. Maruthi Emany	San Ramon	CA
5. Rambabu Uppu	San Ramon	CA
6. Ragen Borra	San Ramon	CA
7. <b>William Wilson *</b>	<b>Camarillo</b>	<b>CA</b>

## Desafío de carreteras:

- |                      |                  |    |
|----------------------|------------------|----|
| 1. Robert Govier *   | Santa Ana        | CA |
| 2. Gary Whitehead    | Grand Terrace    | CA |
| 3. En Greenwood      | Laguna Niguel    | CA |
| 4. Albert Wolff *    | Napa             | CA |
| 5. Doug Wilson       | Henderson        | CA |
| 6. William Wilson *  | Camarillo        | CA |
| 7. Kenneth Whetstone | West Valley City | UT |
| 8. Edward Monsour    | Laguna Niguel    | CA |

## ACTUALIZACIÓN DE JULIO:

### Series 'A' Carreteras Cerradas;

CA-33 - Debido a un deslizamiento de tierra, CA-120 – Nieve

### Series 'B' Roads Closed;

CA-70 - Debido a un deslizamiento de tierra

### Series 'C' Roads Closed;

CA-89 - Nieve, Nac/Fer, CA-155 - Debido a un deslizamiento de tierra

### Series 'D' Roads Closed;

MET - Nieve, CA-180 - Nieve

CA-1, Debido a un deslizamiento de tierra

### Parques:

Devils Postpile – Sello ubicado en el Centro de visitantes de Mammoth Lakes.

## Listas de resumen de la serie California Adventures

### Las Misiones de California:

1. San Diego de Alcalá, San Diego
2. San Carlos Borromeo de Carmelo, Carmelo
3. San Antonio de Padua, Jolón
4. San Gabriel Arcángel, San Gabriel
5. San Luis Obispo de Tolosa, San Luis Obispo
6. San Francisco de Asís, San Francisco
7. San Juan Capistrano
8. Santa Clara
9. San Buenaventura, Ventura
10. Santa Bárbara
11. La Purísima Concepción, Lompoc
12. Santa Cruz

13. Nuestra Señora de la Soledad, Soledad
14. San José, Fremont
15. San Juan Bautista
16. San Miguel Arcángel, San Miguel
17. San Fernando Rey de España, San Fernando
18. San Luis Rey de Francia, Oceanside
19. Santa Inés
20. San Rafael Arcángel, San Rafael
21. San Francisco Solano, Sonoma

### **Los Parques Nacionales de California**

1. Monumento Nacional Cabrillo
2. Parque Nacional de las Islas del Canal
3. Parque Nacional Valle de la Muerte
4. Monumento Nacional del Diablo
5. Monumento Nacional Montañas de Santa Rosa y San Jacinto
6. Sitio Histórico Nacional de Fort Point
7. Área Recreativa Nacional Golden Gate
8. Sitio Histórico Nacional John Muir
9. Parque Nacional Joshua Tree
10. Parque Nacional Kings Canyon
11. Parque Nacional Volcánico Lassen
12. Parque Nacional Lava Beds
13. Sitio Histórico Nacional de Manzanar
14. Reserva Nacional de Mojave
15. Parque Nacional Pinnacles
16. Costa Nacional Point Reyes
17. Parques Nacionales y Estatales de Redwood
18. Rosie the Riveter WWII Home Front National Historic Park
19. Parque Histórico Nacional Marítimo de San Francisco
20. Área Recreativa Nacional de las Montañas de Santa Mónica
21. Parque Nacional Sequoia
22. Área Recreativa Nacional de Whiskeytown
23. Parque Nacional de Yosemite
24. César Chávez National Monument

### **Las 15 mejores carreteras de California**

#### **Serie A**

##### **Norte de California:**

**CA-3** Weaverville a Yreka.

**CA-108** Sonoma hasta el cruce de CA-395.

**CA-120** Cruce de CA-108 a Benton.

**CA-139** Susanville a Adin.

**Gazelle-Callahan / Callahan-Cecilville Rds** Gacela a Cecilville.

**California Central:**

**CA-35** "Skyline Blvd." Cruce de CA-92 a cruce de CA-17 (Patchen Pass).

**CA-190** Porterville a Kernville.

**CA-198** Coalinga a San Lucas.

**CA-245 Cruce de CA-198** (Visalia) a Cruce de CA-180.

**Caliente Bodfish Rd.** Caliente al lago Isabella.

**Sur de California:**

**Woodford-Tehachapi Rd.** Cruce de CA-202 a Keen.

**CA-33** Cruce de CA-150 (Ojai) a Maricopa.

**CA-74** Hemet a Palm Desert.

**CA-76** Oceanside al lago Henshaw.

**S1 "Sunrise Highway".** Cruce de la I-8 al cruce de la CA-79 (Julian).

**Serie B**

**Norte de California:**

**CA-4** Angels Camp a Markleeville.

**CA-70** Oroville a Quincy.

**CA-299** Redding a Arcata.

**NF-15** Cruce de CA-97 (Macdoel) a cruce de CA-89.

**Mattole Rd.** Ferndale a través de Petrolia & Honeydew a Redcrest.

**California Central:**

**CA-25** "Airline Highway" Cruce de CA-198 a Hollister.

**CA-168** Big Pine hasta el cruce de CA-266.

**CA-178** Cruce de CA-14 a Bakersfield.

**Santa Rosa Creek – Old Creek Rds.** Cambria a Cayucos.

**Vineyard Canyon Rd.** San Miguel a Parkfield.

**Sur de California:**

**CA-38** Redlands a Big Bear Lake.

**CA-74** San Juan Capistrano al lago Elsinore.

**CA-94** Campo hasta el cruce de CA-54.

**CA-243** Prohibición a Mountain Center.

**Lockwood Valley Rd. Cruce de CA-33** a cruce de Frazier Mountain Park Rd.

**Serie C**

**Norte de California:**

**CA-89** "Volcanic Legacy Scenic Byway" McCloud a Greenville.

**CA-36** Red Buff a Fortuna.

**CA-1** "Shoreline Highway" Marin City a Leggett.

**CA-49** "Golden Chain Hwy" Auburn a Loyalton.

**CA-88** "Carson Pass" Jackson a Alpine.

**California Central:**

**CA-49** "Golden Chain Hwy" Oakhurst a Jamestown.

**Preach Tree / Indian Valley Rds.** San Miguel al cruce de la CA-198.

**Nacimiento-Fergusson Rd.** Fort Hunter-Leggett hasta el cruce de CA-1.

**Sherman Pass Junction** de Mountain Highway 99 a Junction of US-395.

**CA-155 / Granite Rd.** Wofford Heights hasta el cruce de James Rd. (Bakersfield).

**Sur de California:**

**Cañón Foxen – Tepusquet Rds.** Los Olivos hasta el cruce de la CA-166.

**NF-95** Frazier Park hasta el cruce de CA-166.

**CA-18** Big Bear hasta el cruce de CA-210.

**Lilac Road Junction of** Camino del Rey (Bonsall) to Junction of S6 (Valley Center Rd., East Grove).

**S2 "Great Southern Overland Stage Route"** Cruce de la CA-79 a Ocotillo.

## **Serie D**

### **Norte de California:**

**CA-96** Willow Creek a la I-5.

**CA-44** Redding a CA-36.

**CA-29/175** Hopland a Calistoga.

**CA-20** Marysville a la I-80.

**Morman Emigrant Trail** Pollock Pines a CA-88.

### **California Central:**

**CA-180** "Generals Highway" CA-198 a Kanawyers.

**CA-190** Olancho a CA-127.

**CA-1** "Carretera Cabrillo" Carmel a San Luis Obispo.

**G-14** King City a Paso Robles.

**CA-58** McKittrick a Santa Margarita.

### **Sur de California:**

**CA-154** "Paso San Marcos" Santa Bárbara a US-101.

**CA-150** "Casitas Pass" Santa Paula a US-101.

**Amboy/Kelbaker Rd.** Twentynine Palms a Baker.

**CA-79** Temecula a Santa Isabel.

**S22** "Montezuma-Borrego Hwy/Borrego Saltón Seaway" Autopista 2 a CA-86

¿Tiene alguna pregunta? Póngase en contacto con Les Gullery, presidente de Ride para la serie California Adventures en [adventures@sc-ma.com](mailto:adventures@sc-ma.com) .

# Actualización de Great Lakes Cabot Trail Tour (GLCTT) - julio de 2023

## 2023 Registrantes de la GLCTT

### - New registrantes

1. **Ken Trass**, Bowie, Maryland
2. **Gary Ballou**, Gahanna, Ohio
3. **Charles Lamb**, North Prince George, Virginia
4. **Mark Burdick**, Houston, Texas
5. **Dennis Mitchell**, Fort Myers, Florida
6. **Trina Williams**, Los Ángeles, California
7. **Susan Bithell**, Ivins, Utah
8. **Rick Lane**, Newport Beach, California
9. **James Valentine**, Capistrano Beach, California
10. **Doug Wilson**, Henderson, Nevada
11. **Lloyd Doyle**, Okotoks, Alberta, Canada



Para más detalles sobre el viaje GLCTT –  
[www.sc-ma.com/great-lakes-cabot-trail-tour](http://www.sc-ma.com/great-lakes-cabot-trail-tour)

## Puntos de control del recorrido Great Lakes Cabot Trail 2023

1. **Monumento a Perry Presque Isle Peninsula**, Erie, PA
2. **Cataratas del Niágara A ambos lados**, Nueva York y Ontario
3. **Lake Placid**, cumbre de la montaña Whiteface
4. **Ferry a través del lago Champlain**, Port Kent, NY a Burlington, VT
5. **Kancamagus Scenic Byway**, RT112 Lincoln, NH a Bartlett, NH
6. **Cabot Trail Cape Breton Island**, Nueva Escocia HWY19
7. **Madawaska**, Maine El Parque de las Cuatro Esquinas
8. **Ciudad de Quebec o Montreal** las ciudades amuralladas
9. **Sudbury, Ontario El níquel canadiense gigante** en el Dynamic Earth Science Museum, 122 Big Nickel Mine Road, Sudbury
10. **Kakabeka Falls**, TC11 20 millas al oeste de Thunder Bay Ontario
11. **Two Harbors, Minnesota**, MN61 Faro de Split Rock
12. **Puente Mackinac** a Mackinaw City, Michigan

Para más información o preguntas sobre este evento, comuníquese con **Bob Roger**, Presidente de Great Lakes Cabot Trail Tour, al (330) 857-8131 o envíe un correo electrónico a [GLCTT@sc-ma.com](mailto:GLCTT@sc-ma.com) o [rsroger03@gmail.com](mailto:rsroger03@gmail.com).

# Actualización del 46º Clásico de las Tres Banderas

## Julio de 2023

Hemos vendido más del 80% de las entradas disponibles para el 46º Clásico de las Tres Banderas. El último día para comprar entradas es el 1 de agosto de 2023 a menos que se agoten antes de esa fecha. Si tiene amigos o familiares que estén pensando en participar este año, anímelos a que se inscriban antes de que sea demasiado tarde.

Toda la planificación para el evento se ha completado y ahora estamos en los siguientes pasos de la ejecución de los planes - la producción de sombreros / camisetas / hebillas, ordenando pancartas y documentación del evento. Cuando se cierren las inscripciones, finalizaremos los recuentos para los banquetes y prepararemos los pedidos de suministros para los puestos de control. Del Banack, nuestro jefe de ruta sigue supervisando la ruta para ver si hay impactos de la construcción y cualquier otra cosa que pueda cambiar las rutas/mapas que ha creado para ustedes.



Snake Harley Davidson Idaho Falls 2014

Les ruego que sigan atentos a su bandeja de entrada para recibir las instrucciones que les envío con actualizaciones importantes. Dichas actualizaciones se irán publicando con mayor frecuencia a medida que vayamos ultimando todas las instrucciones para usted. También envío notas de vez en cuando para las acciones que DEBE tomar antes del viaje. Por ejemplo, he enviado una nota a todos los participantes inscritos para que actualicen su foto de perfil. Esta foto se utilizará en el Pasaporte del Clásico de las Tres Banderas que se les entregará en la salida. Les pedimos que lo hagan antes del 1 de agosto para que podamos empezar a imprimir los pasaportes. Los corredores anteriores saben lo que se tarda en hacer cola, hacerse las fotos e imprimirlas, y luego hacer cola para que te tramiten el pasaporte. Este año, con tu ayuda, el check-in será rápido y no tendrás que esperar mucho tiempo en la cola.

**\*\*Nota: \*\*** sólo los participantes inscritos recibirán la información del recorrido de la Clásica de las Tres Banderas. Esto incluye toda la información que necesita para planificar y organizar su viaje, incluyendo, Inicio / Fin, check-in, puntos de control, rutas, hoteles, etc. Los corredores inscritos recibirán esta información por correo electrónico 24 horas después de la inscripción.

Asegúrate de leer y releer las sugerencias para el clima cálido en este boletín. Sabemos que en Puerto Peñasco no hará tanto calor como en Mexicali el año pasado, pero atravesarán la parte norte del desierto de Sonora y Arizona en verano. Planear y lidiar con el clima en este viaje es un requisito básico al igual que tener llantas nuevas y darle mantenimiento a su motocicleta.

Hemos publicado varios artículos sobre cómo prepararse y hacer la maleta para este viaje.

Esto es lo que yo hago a grandes rasgos:

- comprar el billete y reservar las vacaciones en el trabajo
- descargar las rutas y reservar todos los hoteles para el viaje
- asegurarme de que el pasaporte es válido para el viaje
- vigilar de cerca la información de los motociclistas inscritos
- programar el servicio de la bicicleta y neumáticos nuevos
- comprar el seguro mexicano - obligatorio
- Poner todo lo que traigo en la mesa de la cocina y luego poner la mitad en su sitio...
- Empacar la motocicleta, incluyendo bocadillos y agua

Usted debe traer sus papeles del seguro mexicano con usted o no podrá completar el check-in. También, por favor asegúrese de NO olvidar y empacar una pistola, cualquier munición - ni una sola bala, o cuchillo grande en su persona / moto. Si lo hace, se enfrentará a una visita muy desagradable en todas las fronteras, a fuertes multas y a posibles penas de cárcel. Esto también incluye el spray para osos en la frontera canadiense. Estás avisado.

He estado trabajando en mi ruta añadiendo puntos de interés de las excelentes publicaciones en Facebook que Doug Wilson ha hecho en la página de la SCMA del Clásico de las Tres Banderas. Las fotos que ha publicado son excepcionales y quiero darle las gracias por hacerlo. También quiero dar las gracias de nuevo a Del por haber añadido tan cuidadosamente las paradas para repostar a los archivos de GPS que creó para nosotros. Odio que se me encienda la luz de la gasolina y no saber a qué distancia está la siguiente gasolinera.

Aunque soy el Presidente del Clásico de las Tres Banderas, soy ante todo un piloto y participante en el Clásico de las Tres Banderas. Esta será mi novena carrera. Faltan 7 semanas para el inicio de mi viaje y estoy como un niño deseando que llegue la Navidad. El Clásico de las Tres Banderas es el mayor viaje de mi año y realmente me lo perdí en 2020 y 2021 con las fronteras cerradas.

Por favor, no se demoren en hacer sus reservas de hotel ya que la demanda es alta este año.

"Prefiero arrepentirme de las cosas que he hecho que arrepentirme de las que no he hecho" es una cita familiar que hemos escuchado. No se arrepienta de no haber participado en la Clásica de las Tres Banderas este año o por primera vez. Agradecerás a tus estrellas de la suerte haber participado en todas las actividades.

Mark Burdick  
46° Presidente del Clásico de las Tres Banderas

# Actualización del 46° Clásico de las Tres Banderas Junio de 2023

Hemos vendido el 80% de las entradas para el 46° Clásico de las Tres Banderas. La venta de entradas se cerrará el 1 de agosto de 2023, por lo que tiene menos de dos meses para conseguir su entrada y cualquier boleto de comida adicional para su invitado. La venta de entradas se cerrará cuando se agoten. Por favor, inscríbese ahora para garantizar su lugar en el recorrido y en las festividades de salida y llegada.



Los motociclistas ya inscritos recibirán un correo electrónico mío con todos los detalles sobre la preparación y planificación de su viaje. Por favor, revisa tu bandeja de correo no deseado y asegúrate de que no te lo han eliminado antes de que pudieras leerlo. El documento de motociclistas inscritos es acumulativo y contiene la información actualizada para el recorrido. Por favor, recuerde asegurarse de que toda la información en su perfil de miembro esté completa y sea exacta, ya que ese es nuestro "sistema de registro" para el envío de este documento. Si no encuentras este correo electrónico, házmelo saber y te lo volveré a enviar.

Como puede imaginar, se necesita mucho tiempo y esfuerzo por parte de los voluntarios para organizar un evento de esta magnitud que satisfaga las expectativas de nuestros motociclistas. Nos ponemos un estándar muy alto porque nosotros también compramos entradas y participamos. He participado en ocho ediciones del Clásico de las Tres Banderas y espero participar en muchas más. Muchos de nuestros voluntarios han participado las mismas o más veces que yo. Hay que tomar las mismas medidas que nosotros tomamos para el evento. Inscripción en la carrera, revisión de la ruta, reserva de hoteles, preparación de la motocicleta, preparación del equipaje y planificación del viaje de ida y vuelta. Cuanto más planifiques y prepares, más disfrutarás de la experiencia.

## Checkpoint Volunteers





Todavía estamos ultimando los planes para el Clásico de las Tres Banderas. El SWAG del 46º recorrido empezará a producirse en breve. El registro/banquete de inicio el miércoles 30 de agosto y el banquete de finalización el martes 5 de septiembre, la planeación está completa excepto por detalles de último minuto. Estamos trabajando en las actividades para el jueves 31 de agosto el cual es nuestro día de descanso y recuperación en Puerto Peñasco, MX.

Nuestro Presidente de Ruta, Del Banack ha hecho un tremendo trabajo afinando la ruta, creando los mapas giro por giro, y creando una hoja de cálculo de gas para que usted utilice para su planificación. Por favor, consulte la documentación de los motociclistas registrados para obtener información sobre la ubicación de esos archivos. Tenga en cuenta que Del sigue supervisando la ruta en busca de información sobre cierres de carreteras y obras. Le informamos de que intentaremos mantener toda la información actualizada a medida que nos enteremos de los impactos en la ruta. Dicho esto, todos sabemos que las obras en las carreteras pueden ser impredecibles y no programadas, así que mantente siempre alerta y preparado para las cosas que pueden afectar a tu viaje diario, incluido el tiempo, que es otra variable para tener en cuenta. La mayoría de los motociclistas experimentados saben que no deben quedarse dormidos y empezar tarde o hacer demasiadas paradas que consuman horas de luz. Abordaremos las estrategias y recomendaciones para los viajes en nuestro seminario para nuevos motociclistas el jueves 31 de agosto. Tenga en cuenta que muchos motociclistas (incluyéndome a mí) no utilicen las instrucciones giro a giro y se guíen estrictamente por el GPS y el teléfono. Si desea utilizar las instrucciones giro a giro, imprímalas en casa, haga sus anotaciones y empáquelas con sus mapas en la motocicleta.

Creemos que éste será uno de los mejores recorridos del Clásicos de las Tres Banderas que hayamos realizado. Tenemos algunas sorpresas planeadas y esperamos que este año estés esperando este viaje tanto como nosotros. Esta es nuestra principal oportunidad cada año para ver a muchos de nuestros viejos amigos motociclistas. ¡También tenemos la oportunidad de conocer y dar la bienvenida a nuevos motociclistas, que verán de qué se trata el evento y volverán el año que viene como viejos amigos!

Por favor, dile a un amigo o dos lo divertido que es este viaje y animalos a viajar con nosotros. Se lo agradecerán.

Saludos,

Mark Burdick  
msburdick@mac.com  
713-443-8349 (voz y texto)

## 46ª actualización del Clásico de las Tres Banderas - Mayo 2023

Tenemos 74 boletos restantes para el Clásico de las Tres Banderas de este año. La fecha final de venta de boletos es el 31 de julio de 2023, al menos que se agoten las entradas antes de esa fecha. Todos vamos a disfrutar del viaje, de las giras con viejos y nuevos amigos, y de todas las festividades, ¡no querrás perdértelo! Si tienes algún amigo que esté pensando en participar en el Tour de este año, anímale a que compre una entrada ahora y viva la experiencia. Escucho a la gente decir que no tenían idea de lo genial que es el evento de las Tres Banderas y desearían haber comenzado a participar antes.



Por favor, tome su pasaporte y asegúrese de que no caduque hasta seis meses después de su regreso a su país. La regla de los seis meses es el escenario preferido. Hay casos en los que ciertos pasaportes que viajan a través de las fronteras por tierra solo son válidos por las fechas de viaje. Las compañías aéreas suelen aplicar la norma de los seis meses en todos los casos. Personalmente, no conocía este requisito el verano pasado cuando no se me permitió abordar un avión para un viaje de dos semanas a Alemania. Puede comenzar su investigación de los detalles. Podría ser mejor renovar y evitar más investigación o un debate en un cruce fronterizo. Hay procedimientos rápidos que puede usar ahora para obtener su nuevo pasaporte si necesita uno, pero debe hacerlo AHORA.

Las restricciones de viaje de Covid se levantarán el 12 de mayo para los canadienses que ingresan a los Estados Unidos en motocicleta / automóvil. No existen restricciones para ingresar a México, a los Estados Unidos desde México o para ingresar a Canadá.

El comité del Clásico de las Tres Banderas está muy ocupado trabajando para asegurarse de que el evento de este año sea uno de los mejores. Hay mucho trabajo en progreso por parte de las personas que ejecutan el inicio, los puntos de control y el final. El comité está finalizando los diseños de sombreros, camisetas y hebillas para que pueda comenzar la producción.

Por favor, revise su bandeja de entrada el viernes para ver el último documento de la gira de motociclistas registrado que enviaré. Contendrá la información más actualizada de "una parada" para planificar su viaje. Espero que los cambios en la ruta también se incluyan en esta versión. También es importante hacer sus reservas de hotel lo antes posible debido a la demanda del público en general que viaja durante el fin de semana que estamos viajando.

Espero que estén disfrutando del comienzo de la temporada de viaje. ¡Espero verlos en las festividades de inicio en agosto en Puerto Peñasco!

Saludos,  
Mark Burdick

# Actualización del Viaje de Cuatro Esquinas de EUA - Mayo 2023

El Viaje de Cuatro Esquinas de EUA es el viaje SCMA más desafiante a destinos específicos en Cuatro Esquinas de los Estados Unidos en 21 días o menos: San Ysidro, CA; Blaine, WA; Madawaska, ME; y Key West, FL; utilizando cualquier ruta y secuencia que desee. No tienes que volver a la primera curva para terminar el evento.

El viaje es de aproximadamente 7,000 millas (dependiendo de su ruta), sin incluir su viaje a la primera curva y su viaje a casa desde su última curva.

La versión True X de la gira, es viajar desde una de las Cuatro Esquinas de los Estados Unidos hasta el centro geográfico del país en Lebanon, Kansas. Luego diríjase a una de las tres esquinas restantes y regrese a Lebanon, Kansas. Luego viaje a una de las dos curvas restantes y de regreso a Lebanon, Kansas y finalmente viaje a la cuarta curva para completar el viaje en 26 días o menos.



Los detalles y el registro para este viaje están aquí - <https://www.sc-ma.com/usa-four-corners-tour>

Los 29 motociclistas actualmente inscritos para participar en 2023 se enumeran a continuación.

**ACTUALIZACIÓN DE ABRIL:** Antes de que se puedan enviar las cajas de inicio por correo, necesitamos la Liberación de Responsabilidad (ROL), el tamaño de la camisa, la longitud de la manga (manga corta o larga); el año, la marca y el modelo de la motocicleta que se conducirá en el viaje: edad y fecha de nacimiento para presumir después de completar el viaje.

## Registrados 2023

### Finalista

Conductor #	Nombre	Apellido	Ciudad y Estado	True X	Reg	Orden
1	Shareef	Assadiq	Boerne, TX			
2	BJ	Hallquist	New Bern, NC			
3	Carl	Harris	Hopewell, VA			
4	Anthony	Campbell	Kenduskeag, ME			
5	Dean	Aukes	Sherman, TX		X	SBMK
6	Gary	Ballou	Gahanna, OH			
7	Harry	Knerr	Blandon, PA			
8	Dan	McGee	Rockwall, TX			
9	James	Hawkins	Newnan, GA		X	KSBM
10	Avril	Phillips	Stockbridge, GA		X	KSBM
11	Rudy	Payne	Huntsville, AL			
12	Bryan	Bailey	Auburn, WA		X	BSMK
13	Joel	Evans	Fairview, TX		X	SBMK
14	James	Salter	Ingram, TX		X	KMBS
15	Lee	Roberts	Dallas, TX			
16	Melisha	Cilien	Lakeland, FL			
17	Gary	McDowell	Manchester, GA			

18	Ansel	Whatley	Cataula, GA		
19	Kim	Mack	Terrell, TX		
20	Robert	Barker	Hampden, ME		
<b>21</b>	<b>Sinco B.</b>	<b>Steendam</b>	<b>Old Saybrook, CT</b>	<b>X</b>	<b>MKSB</b>
22	Ralfie	Fonseca	Milford, CT		
<b>23</b>	<b>William</b>	<b>Hayes, II</b>	<b>Old Saybrook, CT</b>	<b>X</b>	<b>MKSB</b>
24	David	Allen	Providence, RI		
25	Edward	Monsour	Laguna Niguel, CA		
26	Don	Later	Burlington, WI		
27	Paul	Whelan	St. Augustine, FL		
28	Jack	Winternheimer	Evansville, IN		
29	Randy	Lepper	Webb City, MO		
30	Michael W.	Robson	Anmore, BC Canada		
<b>31</b>	<b>Kent</b>	<b>Forsythe</b>	<b>Duck Creek Village, UT</b>	<b>X</b>	<b>SBKM</b>
<b>32</b>	<b>Victor N.</b>	<b>Daly</b>	<b>Red Deer, AB Canada</b>	<b>X</b>	<b>BSKM</b>
<b>33</b>	<b>Mark</b>	<b>Netti</b>	<b>Reno, NV</b>	<b>X</b>	<b>SBKM</b>
34	Greg	Strickland	Metter, GA		
35	Dean	Seigrist	Santa Maria, CA		
<b>36</b>	<b>Ron</b>	<b>Carreira</b>	<b>Springvale, ME</b>	<b>X</b>	<b>MKSB</b>
37	Thomas	Franks	Farmington, NM		
38	Charlie	Wojcik	Fairfax, VA		
39	Charles	Lamb	N Prince George, VA		
<b>40</b>	<b>Bill</b>	<b>Waller</b>	<b>Louisville, KY</b>	<b>X</b>	<b>BSKM</b>

## 2022 Registrados por 2da ocasión

Nombre	Apellido	Ciudad y Estado	True X	Reg	Orden
Lyle	Cooper	Middleboro, MA			
Charles	Lamb	North Prince George, VA			
Dave	Bennett	Cherry Valley, IL			
<b>Peter</b>	<b>Szulewski</b>	<b>Pine Bush, NY</b>		<b>X</b>	<b>MKSB</b>
<b>Paul</b>	<b>Szulewski</b>	<b>Fillmore, NY</b>		<b>X</b>	<b>MKSB</b>

¿Tiene alguna pregunta? Póngase en contacto con Dannie Fox, Presidente del Viaje de Cuatro Esquinas de EUA en [usa4c@sc-ma.com](mailto:usa4c@sc-ma.com) [Visite también nuestra página de Facebook: Viaje de Cuatro Esquinas de EUA.](#)

# Actualización del desafío de las 15 mejores rutas de EE. UU (B15) - julio de 2023

## 2023 Registrantes del B15

### - Finalista

1. **Ken Trass**, Bowie, Maryland
2. **Albert Wolff**, Napa, California
3. **Carl Harris**, Hopewell, Virginia
4. **James Bowen**, Centenario, Colorado
5. **Charles Lamb**, North Prince George, Virginia
6. **Jeff Kramer**, Las Cruces, Nuevo México
7. **Bob Roger**, Dalton, Ohio
8. **Mark Burdick**, Houston, Texas
9. **Noel Henderson**, 150 Mile House, BC, Canada
10. **Ken Whetstone**, West Valley City, Utah
11. **Thomas Strobbe**, San Diego, California
12. **Bella Michel**, York, Carolina del Sur
13. **Edward Monsour**, Laguna Niguel, California
14. **Tone Handy**, Filadelfia, Pensilvania
15. **Lynn Jackson**, Hopkinsville, Kentucky
16. **Jay Yanick**, Mercer Island, Washington
17. **Tameka Singleton**, Filadelfia, Pensilvania
18. **Steven Jackson**, Lindon Utah
19. **Rick Lane**, Newport Beach, California
20. **James Valentine**, Capistrano Beach California (nuevos registrantes en verde)



Para más detalles sobre el recorrido B15 –  
<https://www.sc-ma.com/best-15-us-roads-challenge>

## 2023 Desafío de las 15 mejores rutas de EE. UU.

1. **Blue Ridge Parkway Virginia y / o Carolina del Norte** - Cualquier segmento de 150 millas.  
¡Esto es requerido para llevarte al este del río Mississippi!
2. **Pig Trail Arkansas Rt23** - Ozark a Eureka Springs - 80 millas.
3. **Twisted Sisters Texas RR335 - RR36 RR337** - 155 millas.
4. **Parque Nacional Big Bend Texas US385** - Ross Maxwell Scenic Drive Maverick Drive a Santa Elena Canyon - 33 millas de ida y 33 de regreso.
5. **Coronado Trail Arizona US191** - Three Way a Springerville - 130 millas.
6. **Monument Valley Arizona US163** - Kayenta a Mexican Hat - 43 millas.
7. **San Juan Skyway Colorado CO-145** - Cortez a Placerville - 83 millas.
8. **Dinosaur Diamond Prehistoric Highway Utah UT128** - Moab a I-70 - 45 millas.
9. **Grand Staircase Escalante NM Utah UT12** - Torrey a Bryce Canyon salida - 102 millas.
10. **Loneliest Road in America Nevada US50** - Ely to Fernley - 285 millas.
11. **Feather River Scenic Byway California CA70** - Quincy a Oroville - 79 millas.
12. **Northern Cascades Highway Washington WA20** - Concreto a Okanogan - 148 millas.
13. **WA129/OR3** - Clarkston Washington a Enterprise Oregon - 84 millas.
14. **Lolo Trail US12** - Lewiston Idaho a Lolo Montana - 206 millas.
15. **Beartooth Pass/ Chief Joseph Scenic Byway US212/WY296** - Red Lodge Montana a Cody Wyoming - 112 millas.
16. **Bighorn Scenic Byway Wyoming US14** - Greybull a Ranchester - 80 millas.

17. **Parque Nacional Theodore Roosevelt** - Medora North Dakota Park Loop - 35 millas.
18. **Great River Road Wisconsin WI-35** - LaCrosse a Prairie du Chien - 63 millas.
19. **Triple Nickel Ohio OH555** - Zanesville a Little Hocking - 62 millas.
20. **Parte trasera del Dragon Virginia VA16** - Tazewell a Marion - 32 millas.

**Sigue siendo el mejor desafío de las 15 mejores rutas de EE. UU.**, pero con un pequeño giro para 2023. Hay 20 rutas incluidas, de las cuales han estado en una lista de las 15 mejores de Estados Unidos en los últimos doce años. **El número uno anterior, Blue Ridge Parkway, es la única ruta que debe incluirse en su lista.** El inscrito puede elegir 14 de las 19 rutas restantes para completar su lista de las 15 mejores rutas de EE. UU. para el registro de viajes. He incluido todas estas rutas en un circuito continuo alrededor del país para que se puedan recorrer 20 rutas. Visite 15, o visítelas todas, depende del planificador de viajes. ¡Solo recuerda incluir el BRP! Para obtener más información o preguntas sobre este evento, comuníquese con **Bob Roger**, presidente del desafío de las 15 mejores rutas de EE. UU., al (330) 857-8131 o envíe un correo electrónico a [Best15us@sc-ma.com](mailto:Best15us@sc-ma.com) o [rsroger03@gmail.com](mailto:rsroger03@gmail.com) .

# Afiliados and Patrocinadores

---

