



www.dacuoreacuore.it

I shin den shin

http://www.dacuoreacuore.it/e107_plugins/content/content.php?content.994

Pagina 1/1

Solar Impulse: piloti "addestrati" con yoga e autoipnosi

mariagrazia, lunedì 09 marzo 2015 - 19:54:00

Per dormire brevi periodi e risvegliarsi in forma

Il potere dello yoga e della autoipnosi sono stati fondamentali per la preparazione psicofisica dei due piloti dell'aereo a energia solare decollato oggi per il primo giro intorno al mondo.

Roma, 9 mar. (askanews) - Il potere dello yoga e della autoipnosi sono stati fondamentali per la preparazione psicofisica dei due piloti dell'aereo a energia solare decollato oggi per il primo giro intorno al mondo. Lo hanno rivelato gli organizzatori. Il Solar Impulse 2 ha lasciato Abu Dhabi ed è atterrato nell'Oman per la prima tappa del suo epico viaggio che oltre a testare la tecnologia "environmentally-friendly" dovrà anche verificare la resistenza e l'adattabilità dei piloti che devono fare i conti con una impresa in solitaria dormendo pochissimo e in una cabina non pressurizzata. È per questo che i due piloti svizzeri Bertrand Piccard, 57 anni, e Andre Borschberg, 63, si daranno il turno nelle 12 tappe che faranno l'aereo lungo lo storico viaggio di 35.000 chilometri in 25 giorni. I piloti si sono sottoposti ad un intenso training in preparazione del viaggio, che include lo yoga e l'autoipnosi, due discipline che permetteranno loro di dormire per brevi periodi di 20 minuti e di risvegliarsi sentendosi in forma.

Un'altra problematica è come ovvieranno alla mancanza di un bagno e al fatto che non potranno camminare. La squadra degli organizzatori ha girato un video su YouTube denominato "Solar Impulse dietro alle quinte: il Bagno", nel quale si dice senza mezzi termini che i due non hanno trovato altra soluzione che quella di ricorrere a delle semplici "bottiglie".

"Credo che il fattore umano sia la sfida maggiore del viaggio", ha commentato Borschberg, che oggi si è messo alla guida dell'aereo per questa prima tappa che da Abu Dhabi lo ha portato a Muscat in Oman in 12 ore. (con fonte Agfp)

[Fonte](#)