**Erős tüdő, koordinációs és acélos idegek – ez kell egy pilótának Le Mans-ban**

Egy szauna forrósága, egy hullámvasút centrifugális ereje és még számtalan fizikai gyötrelem három órán át, miközben a legkisebb hiba is katasztrófához vezethet.

Ez vár a Ford Chip Ganassi Racing autóversenyzőire, miközben a Ford GT volánja mögött ülve nyaktörő iramban száguldanak a világhírű Le Mans 24 órás versenyen.

Elit sportolóként a pilóták számára is alapvető dolog az edzés. Személyre szabott edzésprogrammal erősítik a nyakukat, karjukat és törzsizmaikat, emellett pedig állóképességüket és kéz-szem koordinációjukat is tökéletesítik.

Ugyanakkor egészen egyedi körülményekre is fel kell készülniük.

A Hosszútávú Világbajnokság tavalyi sanghaji futamát megelőzően Harry Tincknell és Andy Priaulx még sosem vezettek ezen a pályán.

Ezért egy [versenyautó-szimulátort](http://www.izoneperformance.com/#/) használtak, amely létező versenypályákat imitált, és valós visszajelzéseket közvetített a kormánykeréken keresztül, a különösen bonyolult szakaszokon pedig le lehetett állítani és visszaléptetni, miközben szakemberek ellenőrizték a pilóták teljesítményét.

Eközben a versenyzők nemcsak a sanghaji pályát ismerték meg, hanem vezetési technikájukat is finomították – majd pedig győzelmet arattak a valódi futamon.

A csapat a versenyzés közben is figyeli a pilóták egészségi állapotát: speciális rendszerek ellenőrzik szívverésük és légzésük ritmusát, testhőmérsékletüket és vércukorszintjüket, így a bokszkiállások idejére már felkészülten várhatják őket, hogy a rövid pihenő után versenyzők a legjobb fizikai és mentális állapotban térhessenek vissza a pályára.

Az infografikáról kiderül, milyen kihívások várnak a versenyzőkre.