



2 april 2021
CU21/14N

Extreme E

Hoe bereidt een racepiloot zich voor op de meest elektriserende competitie?

- > **CUPRA-coureur Mattias Ekström bereidt zich fysiek en mentaal voor op de slopende Extreme E-competitie met de hulp van professioneel vechter Madeleine Vall**
- > **In dit extreme kampioenschap rijden piloten met elektrische SUV's door woestijn-, arctische-, oceaan-, jungle- en gletsjergebieden**
- > **Extreme E begint morgen, 3 april, met de woestijnetappe in Saudi-Arabië**

Ijs, zand, jungle, oceaan, sneeuw... rijden in zulke ongunstige omstandigheden is geen sinecure, zeker niet als er tegen de tijd geracet wordt. Daarom moet piloot Mattias Ekström, die met het Abt CUPRA XE-team aan de Extreme E-races zal deelnemen, zich fysiek en mentaal voorbereiden. De Zweedse piloot legt momenteel de laatste hand aan zijn training voor het kampioenschap, waarin de piloten met elektrische SUV's zullen racen in woestijn-, arctische-, oceaan-, jungle- en gletsjergebieden. Maar hij traint niet alleen - CUPRA-ambassadeur en professioneel vechter Madeleine Vall, die in *Wonder Woman* te zien was als Amazonekrijger Egeria, is er om hem te helpen.

- **Lichaam tot het uiterste.** "In de autosport moet je misschien niet trainen om de sterkste en meest gespierde kerel te zijn, maar het is heel belangrijk om te werken aan je concentratievermogen en je uithouding", legt Ekström uit. Toch heeft Vall met de piloot samengewerkt om de fysieke uitdagingen te overwinnen: "Ze is echt een sterke vrouw die me heeft geholpen om harder te zijn en te kunnen doorstaan wat er ook op mijn pad komt als ik aan een competitie begin die zo veeleisend is als de Extreme E", zegt hij.

- **Training als piloot.** Naast de fysieke voorbereiding, traint Ekström ook als piloot. Hoe? Door te rijden. "Mijn reflexen moeten scherp blijven, ik moet het stuur aan hoge snelheden bedienen en de rem en het gaspedaal beheersen", legt hij uit. En hij voegt eraan toe: "Je traint hierop door te rijden, dus ik maak van de gelegenheid gebruik om in mijn CUPRA Formentor in de sneeuw op pad te gaan wanneer ik maar kan, en ik heb thuis ook een simulator om in de racesfeer te komen."

- **Mens sana in corpore sano.** Maar het belangrijkste voor de piloot is om zijn geest te trainen: "Je kan fysiek nog zo sterk zijn, maar als je niet werkt aan je concentratie en hoe je met stress omgaat, heeft dat invloed op de manier waarop je rijdt en hoe je met de race omgaat." Daarom past Ekström een strategie toe die fysieke en mentale oefening combineert met het rijden: "Als ik



bijvoorbeeld een tijdje niet zou rijden, zouden mijn ogen vaker vermoeid raken, want in een race moet je een hoge snelheid aanhouden, terwijl je ook naar je concurrenten moet kijken en de weg in de gaten moet houden", geeft hij aan. "Het is essentieel om alert te blijven om in minder dan een seconde de juiste beslissingen te kunnen nemen, dus stressmanagement is daarbij van het grootste belang", legt de piloot uit.

- **Een competitie van extremen.** Extreme E begint op 3 april met de woestijnetappe in Saoedi-Arabië, maar dit is pas het begin van een odyssee die vier continenten en vijf verschillende terreinen zal aandoen. De volgende etappes vinden plaats tussen 29 mei en 12 december 2021 aan het Senegalese Lac Rose, op het ijs van Groenland, midden in het Braziliaanse Amazonegebied en op de gletsjer in Tierra del Fuego, Argentinië. In het Abt CUPRA XE-team vormt de Zweed een team met de Duitse veteraan Claudia Hürtgen. **"Ik voel me klaar voor dit avontuur: Claudia, het CUPRA-team en ik hebben heel hard gewerkt om bij deze competitie te geraken en we gaan er helemaal voor"**, besluit Ekström.

SEAT Import Belgium

Dirk Steyvers

PR & Content Manager

M: +32 476 88 38 95

dirk.steyvers@dieteren.be

<http://seat-mediacycenter.com>

CUPRA is an unconventional challenger brand based on stimulating style and contemporary performance that inspires the world from Barcelona with progressive cars and experiences. Launched in 2018 as a stand-alone brand, CUPRA has its own corporate headquarters and a racing car workshop in Martorell (Barcelona), in addition to a network of specialized points of sale around the world.

In 2020, the brand maintained its upward trend with an 11% growth and 27,400 vehicles sold, thanks to the strong performance of the CUPRA Ateca and the CUPRA Leon as well as the market entry of the CUPRA Formentor, the first model uniquely designed and developed for the brand. In 2021, CUPRA aims to prove that electrification and sportiness are a perfect match with the launch of the plug-in hybrid versions of the CUPRA Formentor and its first 100% electric model, the CUPRA el-Born.

CUPRA will participate this year in the off-road electric SUV's competition Extreme E. Moreover, it is also FC Barcelona's official automotive and mobility partner and World Padel Tour's premium sponsor. The CUPRA Tribe is made up of a team of ambassadors who share the brand values, such as the German goalkeeper Marc ter Stegen, the Swedish driver Mattias Ekström and five of the best padel players in the world, among others.