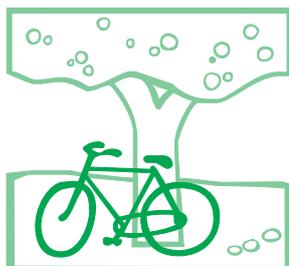




NOTIZIARIO DELL'ASSOCIAZIONE CICLOAMBIENTALISTA CICLOBBY onlus

via Borsieri, 4/E - 20159 MILANO tel. e fax 02.69311624

Aderente alla Federazione Italiana Amici della Bicicletta (FIAB onlus)



La Festa della Bicicletta

Bicinfesta 2003

In questo numero:

7

In arrivo
gli standard
di sicurezza
per le bici

8

Bimbibici
in cento città
italiane

10

Efficienza in bici
(2ª parte)

11

Cicloraduno
nazionale FIAB
(26-29 giugno)
a Trento

12

Ciclocittà
di Varese

Ricordate Pier Luigi Marzorati, il grande play-maker di basket degli Anni Settanta? Ebbene, quest'anno il testimonial di Bicinfesta sarà lui. Certo, partecipa in qualità di presidente della Fondazione Fabio Casartelli (dedicata al ciclista morto nel 1995 durante il Tour de France), ma il suo nome resta legato al canestro, all'atto di fare centro. Ed è quindi in qualche modo augurale per una manifestazione che quest'anno è giunta alla sua diciassettesima edizione, quanto mai importante in tempi di continuo aumento dei veleni dell'aria, di traffico impazzito, di targhe alterne e via dicendo.

Fare centro, per Bicinfesta, significa innanzitutto essere in tanti. Perché tanti lo sono veramente, i ciclisti, e devono dimostrarlo alla città di Milano, strutturalmente inospitale con le due ruote, e a coloro che la governano. A questi ultimi il popolo della bici deve chiedere con forza un impegno serio per la ciclabilità e la sicurezza delle strade: e più numeroso sarà il popolo, più incisiva diventerà la richiesta.

Ma fare centro significa anche offrire ai partecipanti una bella giornata. La parola "festa" non è messa a caso: si celebra la bicicletta e chi la usa, senza false modestie, perché nessuno può mettere in discussione il valore ecologico e sociale della scelta di questo mezzo. E naturalmente si celebra la Primavera, stagione particolarmente ciclabile, che invita anche al cosiddetto "turismo lento", a godersi cioè con calma anche una passeggiata nella natura stando in sella.

Gli ingredienti per una festa all'altezza ci sono tutti. Vediamoli.

Il luogo innanzitutto: l'ampia corte di Cassina Anna di Bruzzano, uno splendido esempio di

cascina lombarda appartenuta al vicino castello dei Visconti, a ridosso del Parco Nord. Ci si arriverà intorno alle 12,30 dopo una tranquilla pedalata di un paio d'ore che partirà, come gli altri anni, da via Dante. In cascina, dove saremo accolti dalla banda "Santa Cecilia" di Bresso, avranno subito luogo la premiazione delle scuole più numerose (con atlanti, enciclopedie e dizionari della Zanichelli) e l'estrazione a sorte di premi come biciclette e soggiorni in Trentino (Val di Non). Nel frattempo gli scout del Cngei allestiranno il punto di ristoro. Ad animare il pomeriggio (fino alle 16.30 circa) penseranno i ballerini di flamenco del gruppo "Los Estruendo" e, per i bambini, l'Accademia del Gioco Dimenticato, mentre chi ha qualche anno in più può partecipare al torneo di bocce e al ballo liscio curati dal Centro Anziani Cassina Anna. Ci saranno inoltre le merlettee dell'Accademia Merletto di Cantù che eseguiranno i loro preziosi lavori sotto i nostri occhi e gli artigiani della Val di Non che proporranno lavori di artigianato e prodotti tipici. Non mancheranno nemmeno le arti marziali: è infatti prevista una dimostrazione di Shaolin Kung Fu. E non è finita, perché chi ama i libri può farsi un giro alla Biblioteca Civica di Cassina Anna, aperta di domenica per l'occasione, mentre per chi ha voglia di immergersi nel verde il Consorzio Parco Nord mette a disposizione le Gev (Guardie ecologiche volontarie) per una visita guidata nel parco.

Di tutto di più, insomma: ma è per la bicicletta, che se lo merita ampiamente.

Pier Luigi Todisco

CICLOBBY NOTIZIE

Periodico trimestrale registrato
Aut. Trib. Milano n. 36 del 29.01.2002

Proprietà: Ciclobby onlus
Editore: Ciclobby onlus

aprile - giugno 2003

DIRETTORE

Luigi Riccardi (luigi.riccardi@libero.it)

**REDATTORE CAPO E RESPONSABILE
COORDINAMENTO REDAZIONALE:**

Eugenio Galli (eugenio.galli@rcm.inet.it)

REDAZIONE:

Lorenzo Giorgio
(Ciclobby Point),
Alessandro Martelli
(Appuntamenti cicloturismo),
Rita Parma, Sandro Ticozzi,
Pier Luigi Todisco

HANNO COLLABORATO:

Anna Pavan

Progetto grafico, impaginazione e stampa:

Grafiche Zenith s.n.c.

Via Flavia, 1 Milano

Questo numero è stato chiuso
il 23 Febbraio 2003

Per ulteriori informazioni (anche su iniziative
organizzate dopo la chiusura di questo numero)
contattare la segreteria dell'associazione

CICLOBBY onlus

Via Pietro Borsieri, 4/E - 20159 MILANO
Telefono e fax 02.69311624

Bus 41, 43, 51, 70, 82, 83. Tram 3, 4, 11, 30, 33.
M2 e Passante ferroviario P.ta Garibaldi FS.

Apertura sede:

Martedì e Giovedì: ore 14.00 - 19.00
Mercoledì e Venerdì: ore 17.00 - 19.00
Sabato: ore 10.30 - 12.00

C.F. e P.I. 08970250158 - ccp 11358207

Presidente CICLOBBY onlus:

Stefano Melloni

Internet:

<http://www.associazioni.milano.it/ciclobby>
e-mail: ciclobby@associazioni.milano.it

Rete Civica di Milano:

- via FirstClass: "Desktop" \ "RCM" \ "Palazzo
dello Sport" \ "CICLOBBY"
- via internet: www.retecivica.milano.it
 \ RCM \ le associazioni \ Ciclobby



NOTIZIE in breve

SI CONCLUDE LA RACCOLTA DEI PUNTI CICLOBBY POINT

I Punti Ciclobby Point saranno a disposizione presso i negozi ancora per poco tempo. Affrettatevi quindi a raccogliervi, perché saranno utilizzabili entro e non oltre la fine di giugno 2003 per ricevere i regali pubblicati sul primo numero di Ciclobby Notizie del 2003 (gite e rinnovo dell'iscrizione compresi). Nel caso in cui non abbiate raggiunto il numero sufficiente di Punti potrete versare la quota restante in contanti.

ABBIGLIAMENTO GRIFFATO "CICLOBBY"

Sono state prodotte magliette e salopette da ciclista con il marchio "Ciclobby-Fiab". I capi, di ottima qualità e fattura, realizzati in quantità limitata, sono già andati esauriti. Gli interessati possono prenotarsi per la prossima consegna. Informazioni in sede.

RAPPORTI ISTITUZIONALI

Sono ripresi in modo positivo i rapporti con la Regione Lombardia. Altrettanto positivamente, sono stati avviati rapporti con il Settore Sport e Giovani del Comune di Milano e con i Consigli di Zona del Comune di Milano. Nel prossimo numero di *CICLOBBY Notizie* verranno segnalate le iniziative in corso.

BAMBINI & BICICLETTE

Segnaliamo due pubblicazioni molto utili a coloro che, a vario titolo, sono interessati al mondo dell'infanzia.

La prima è già stata segnalata nel nostro notiziario dello scorso trimestre. Si tratta di un quaderno curato dalla FIAB dal titolo "Bambini & biciclette" - *Quaderno di ecologia urbana n. 2*. È disponibile, gratuitamente, presso la nostra sede.

Il secondo testo è un rapporto della Commissione Europea dell'Ambiente tradotto in italiano col titolo "Eppure i bambini si muovono". Ne abbiamo chiesto un certo numero di copie, perciò speriamo di poterlo mettere a disposizione degli interessati quanto prima. Oppure può essere richiesto al Servizio Documentazione Commissione Europea di corso Magenta 59.

Entrambi sono opuscoli di agevole lettura, ma ricchi di dati, suggerimenti, indirizzi utilissimi per chi voglia attuare iniziative di educazione alla bicicletta o semplicemente conoscere interessanti esperimenti in atto in Europa.

C'ENTRO... IN BICI

È sempre disponibile, presso la sede di Ciclobby e presso il Ciclobby Point Rossignoli, la pubblicazione realizzata da Lorenzo Giorgio per Ciclobby Fiab sul Censimento dei ciclisti 2002 organizzato nel settembre dello scorso anno (Ciclobby, in proposito, ringrazia Fratelli dell'Uomo e il Museo Fondazione Luciana Matalon per la disponibilità dimostrata nel distribuire *C'entro... in bici* durante i giorni di apertura della mostra fotografica World of Bycycles). I soci possono acquistare la pubblicazione, in sede, con un contributo minimo di 4 € (per i non soci 5 €), mentre presso Rossignoli sono richiesti 5 €, sia ai soci che ai non soci di Ciclobby. Per informazioni o per segnalare la propria disponibilità a partecipare ai prossimi censimenti rivolgersi (per il 2003, vedi notizia breve alla pagina seguente) a Lorenzo Giorgio, cellulare 339 482 97 90, lorenzo.giorgio@tin.it

SICUREZZA STRADALE DEI CICLISTI

A Bologna il 13 febbraio scorso si è svolto - con grande partecipazione di pubblici amministratori e di esperti - il convegno sulla sicurezza stradale dei ciclisti promosso, con il sostegno della Provincia di Bologna, da FIAB e UISP. Con questo convegno ha avuto inizio la campagna FIAB-UISP sulla sicurezza stradale dei ciclisti che proseguirà con seminari di approfondimento e mediante la distribuzione di manifesti e vetrofanie per automobili ("io rispetto pedoni e ciclisti").

Pure con grande successo sui media, il 19 febbraio si è svolta presso la sede di CICLOBBY Fiab una conferenza stampa indetta dalla nostra associazione - con Arciragazzi, Associazione Istruttori Scuole Guida, CamminaMilano, Coordinamento Comitati di Quartiere, Legambiente Milano, MAM, Assoutenti UTP, WWF Milano - sempre sul tema della insicurezza stradale di pedoni e ciclisti. Questo gruppo di associazioni intende portare avanti in modo permanente la propria iniziativa su questa materia.

BICISICURA IN PRIMAVERA

Una parziale rettifica di quanto annunciato nell'ultimo numero del nostro Notiziario: la "Bicisicura" del 4 maggio non si terrà in via Dante, ma probabilmente in zona 8. Infatti questo Consiglio di Zona, che segue con crescente interesse le nostre attività ed ha apprezzato in particolare il significato di Bicisicura - un invito a prestare la dovuta attenzione al pieno funzionamento dell'im-

piano luci e della sicurezza ed efficienza del proprio mezzo - , ci ha chiesto di organizzarla per loro in un giorno e in un luogo ancora da definirsi. Altri inviti sono già stati annunciati da altri enti. Nella tarda primavera e all'inizio dell'estate perciò per i nostri bravi volontari "riparatori" non mancherà certamente il lavoro.

PER LA GIOIA DEI GIOVANISSIMI: INAUGURAZIONE DI UNA PISTA CICLABILE PER BMX

Domenica 30 marzo dalle ore 10 presso il centro sportivo ARCI OLM di via Ulivi 2 (Quartiere Olmi) verrà inaugurata una pista ciclabile per BMX. Ringraziamo della segnalazione La Bicicletta di via Pisanello 26, i cui giovani titolari hanno partecipato con passione alla realizzazione di questa nuova struttura a disposizione dei ragazzi milanesi. Si tratta di una pista in terra battuta con salti e curve paraboliche all'interno di uno spazio verde recintato e protetto. Nel corso della giornata di inaugurazione sarà possibile provare il percorso con biciclette messe a disposizione gratuitamente. Interverranno piloti di BMX che si esibiranno in una dimostrazione di bravura, sollecitando, speriamo, l'emulazione dei ciclisti in erba.

MAILING ELETTRONICO

Invitiamo tutti coloro che hanno un indirizzo di posta elettronica (siano soci o simpatizzanti) a segnalarlo alla segreteria di CICLOBBY, anche a mezzo e-mail (ciclobby@provincia.milano.it). La posta elettronica sta diventando sempre più un importante veicolo di informazioni anche per la nostra associazione, per la tempestività e per l'economicità delle comunicazioni che essa consente. Ciò anche in considerazione del fatto che i tempi del notiziario, che ha periodicità trimestrale, spesso non consentono una puntuale informazione sulle molteplici iniziative in corso. Ovviamente, l'utilità dello strumento è poi legata all'aggiornamento dei dati: chi cambia indirizzo e-mail è invitato a segnalarlo tempestivamente anche al gestore della mailing list.

A PROPOSITO DI RIDUZIONE DELL'INQUINAMENTO

Visto che non lo dicono gli amministratori, ricordiamolo noi. Per difendersi dall'inquinamento killer, insieme agli interventi pubblici contro lo smog e il traffico, bisogna comunque affidarsi al senso civico: occorre, ad esempio, far controllare periodicamente il motore e gli scarichi delle vetture e delle due ruote (a motore); far scaldare bene il diesel per ridurre le emissioni dannose e spegnere il motore quando la "coda" è ferma; azionare gli impianti di riciclo dell'aria nelle zone urbane inquinate; ricordare che l'uso del clacson è vietato in città, salvo i casi di immediato pericolo, anche allo scopo di contribuire alla riduzione dell'inquinamento acustico... Ma soprattutto occorre ringrazia-

re chi usa la bicicletta: l'unico vero mezzo di trasporto non inquinante.

SVIZZERA. IL GOVERNO FINANZIA TUTTI I SISTEMI DI MOBILITÀ NON-MOTORIZZATA

"Human Powered Mobility" racchiude in sé ogni tipo di mobilità che prescindendo dai carburanti fossili e impieghi solo i muscoli. A questo ha pensato il Governo svizzero quando ha deciso di stanziare 80 milioni di franchi per potenziare, entro il 2010, tutti i sistemi non motorizzati di spostamento: la bicicletta, i piedi, i pattini a rotelle. A volte pochi chilometri di distanza possono sembrare anni luce... (fonte: *Avvertenze on line* n. 2/2003).

PARCHI IN BICI

Il 18 dicembre scorso WWF, FIAB e FEDERPARCHI hanno sottoscritto una convenzione "Parchi in bici" con lo scopo di promuovere un sistema di mobilità sostenibile che ponga al centro la bicicletta come mezzo di trasporto semplice, salutare e compatibile con l'ambiente, a partire dalle aree protette. Uno dei punti della convenzione è avviare nei prossimi mesi una serie di "progetti pilota" per la progettazione e realizzazione di percorsi ciclabili in almeno tre parchi nazionali e altrettanti parchi regionali da scegliere congiuntamente e individuare un editore per la pubblicazione nel 2003 di una guida del ciclo-escursionismo nelle aree protette italiane (fonte: *Newsletter Elettrobike* n. 37).

LA FIAB E IL FAI

I prossimi 22 e 23 marzo, per la tradizionale Giornata del FAI sarà possibile andare a visitare i Palazzi storici che normalmente sono inaccessibili, anche in sella alla propria bicicletta. In tutte le città dove la FIAB ha proprie sedi vengono organizzate escursioni in bicicletta in collaborazioni con le delegazioni regionali del FAI (maggiori informazioni sul sito www.fiab-onlus.it).

A Milano è prevista una interessante visita nel giorno di sabato 22 (vedere le pagine degli appuntamenti), visto che il giorno seguente saremo impegnati con Bicinfesta di primavera.

CENSIMENTO DEI CICLISTI 2003

Verso la fine di maggio, in un solo giorno compreso tra il 20 e il 22 o tra il 27 e il 29 del mese, si terrà la nuova edizione del censimento dei ciclisti organizzato da Ciclobby nel centro di Milano. Anche in questa occasione, visti i risultati positivi dell'iniziativa svoltasi nel settembre scorso, Ciclobby si augura di incontrare un'ampia partecipazione da parte di tutti coloro che possano dedicare come volontari alcune ore nell'arco della giornata. La data del censimento e le modalità per partecipare verranno comuni-

cate più avanti, ma fin da ora le persone disponibili possono segnalarsi al responsabile dell'iniziativa:

Lorenzo Giorgio, tel 02 71040273 oppure lorenzo.giorgio@tin.it, oppure alla segreteria di Ciclobby.

Articolo 3

Dallo Statuto di Ciclobby

Finalità, principi ispiratori e inquadramento giuridico.

CICLOBBY Onlus non ha fini di lucro ed intende perseguire esclusivamente finalità di solidarietà sociale. Scopo dell'associazione è lo svolgimento di attività nel settore della tutela e valorizzazione della natura e dell'ambiente in particolare promuovendo l'uso della bicicletta con iniziative per migliorare mobilità e qualità della vita urbana e per la pratica di una forma di escursionismo rispettosa dell'ambiente. L'associazione si ispira a principi di solidarietà, ecologia e non violenza; la sua struttura è democratica. Più precisamente CICLOBBY Onlus ha per scopo di operare perché si ricreino le condizioni per poter circolare in bicicletta in città in tutta sicurezza e perché aumenti la circolazione urbana delle bici come risposta moderna ai problemi posti dalla congestione, dalla progressiva paralisi del traffico, dall'inquinamento acustico e dell'aria. In altre parole, CICLOBBY Onlus con la propria azione vuol contribuire al superamento del degrado dell'ambiente urbano ed al raggiungimento di una più elevata qualità della vita urbana. CICLOBBY Onlus ha per scopo altresì di favorire il turismo in bicicletta.

Per il perseguimento dei propri scopi, CICLOBBY Onlus intende aggregare il maggior numero possibile di persone e collaborare con associazioni ed enti che hanno tra le loro finalità la tutela ed il miglioramento delle condizioni di vita e dell'ambiente urbano. L'associazione è regolata dal presente statuto ed agisce nei limiti del codice civile, delle leggi statali e regionali che regolano l'attività dell'associazionismo e del volontariato, nonché dei principi generali dell'ordinamento.

Appuntamenti con l'Arte e la Storia di Milano

Rubrica a cura di **Anna Pavan**

MARZO

◆ Sabato 22 marzo

"L'unica occasione di vederli".

In collaborazione con FAI. Entreremo, senza fare la coda e assistiti da una guida, nell'appena restaurato Palazzo Bottoni (sale con soffitti affrescati e il primo ascensore installato a Milano!) e nel Padiglione Reale della Stazione Centrale. Ritrovo in largo Cairoli al gazebo di Ciclobby alle ore 10,15, partenza ore 10,30. Partecipazione gratuita. Proposta di Donata Schiannini.

◆ Giovedì 27 marzo

"La parte più segreta della Ca' Granda".

Visita guidata alle secentesche sale capitolari, ora sede dell'Archivio dell'Ospedale Maggiore. Seguirà una rapida occhiata all'elegante chiostro restaurato di S. Simpliciano e aperitivo nelle vicinanze. Solo 20 posti: prenotare!! Ritrovo in piazza S. Stefano ore 17.45, partenza ore 18. Necessario impianto luci funzionante. Proposta di Anna Pavan.

APRILE

◆ Sabato 5 aprile

"Belle scale di bei palazzi".

1ª puntata

Visita ad alcune belle scale, pregevoli per la forma insolita o per la decorazione. Si concluderà a palazzo Castiglioni, un tuffo nella belle époque più raffinata ed estrosa. Ritrovo in piazza S. Alessandro ore 10, partenza ore 10.15. Euro 3/6, ragazzi gratis. Proposta di Anna Pavan.

◆ Venerdì 11 aprile

"Vecchie botteghe raccontano la storia di Milano".

6ª puntata

Alla ricerca del tempo perduto visitando vecchie botteghe che non hanno

rinunciato alle loro tradizioni.

Ritrovo in piazza Borromeo ore 16, partenza ore 16.15. Euro 3/6, ragazzi gratis. Proposta di Anna Pavan.

◆ Domenica 13 aprile

"Concerto di Pasqua".

Nella Basilica di S. Marco. La Via Crucis di Liszt verrà eseguita dalla Nuova Polifonica Ambrosiana, diretta da Riccardo Ceni. Pianista Roberto Gambaro. Ingresso libero. Ritrovo alle ore 16,30 in piazza S. Fedele, partenza ore 16.45. Proposta di Eugenio Galli.

MAGGIO

◆ Sabato 17 maggio

"Da porta Romana a porta Vittoria".

A zonzo in due vecchi quartieri milanesi per scoprirne aspetti nascosti e curiosi. Visita anche alla clinica delle bambole rotte. Ritrovo ore 10 in piazza Medaglie d'oro, partenza ore 10.15. Euro 3/6, ragazzi gratis. Proposta di Anna Pavan.

◆ Domenica 18 maggio

"Milano Arte".

Percorso a sorpresa. Ritrovo alle ore 10, partenza ore 10.15 in piazza Duomo, lato piazzetta Reale. Partecipazione gratuita. Proposta di Maria Luisa Bonivento e Gianfranco Rocculi.

GIUGNO

◆ Martedì 3 giugno

"Il cielo di giugno".

Una serata al Planetario per contemplare le costellazioni estive. Al termine breve passeggiata sotto le stelle vere. Necessario prenotare in segreteria Ciclobby entro il pomeriggio stesso. Ritrovo alle ore 20 in piazza Duomo, lato piazzetta Reale, partenza ore 20.15. Occorre impianto luci funzionante. In caso di pioggia, ritrovo davanti al Planetario alle ore 20.40. Euro 4 per tutti. Proposta di Anna Pavan.

◆ Domenica di giugno

"Turismo in bici: arte e natura in zona 8".

In collaborazione col Consiglio di Zona 8. La Certosa di Garegnano e tanto verde. Partecipazione gratuita. Giorno, ora e luogo di partenza da definire.

◆ Domenica 15 giugno

"Milano Arte".

Percorso a sorpresa. Ritrovo alle ore 10, partenza ore 10.15 in piazza Duomo, lato piazzetta Reale. Partecipazione gratuita. Proposta di Maria Luisa Bonivento e Gianfranco Rocculi.

◆ Domenica 22 giugno

"Lo stile liberty a Porta Venezia".

Un quartiere nato sul finire dell'Ottocento e che conserva intere vie stilisticamente omogenee. Ritrovo in piazza Oberdan alle ore 10,15, partenza ore 10,30. Euro 3/6, ragazzi gratis. Proposta di Pierfrancesco Sacerdoti e Anna Pavan.

◆ Venerdì 27 giugno

"Luoghi della vita del Manzoni".

Una ricognizione, con letture, delle case abitate dal grande scrittore. Termineremo in piazza Belgioioso, accolti dal Conservatore della casa-museo che ci guiderà nella visita. Ritrovo in via Conservatorio (sagrato della chiesa della Passione) alle ore 16, partenza ore 16.15. Euro 3/6. Proposta di Gino Cervi ed Anna Pavan.

LUGLIO

◆ Sabato 5 luglio

"Dalla Palazzina Liberty al borgo di Monluè".

Percorrendo la nuova pista ciclabile di via Mecenate - Passato, presente e futuro di luoghi che stanno vivendo un rapido mutamento. Ritrovo alla Palazzina Liberty di largo Marinai d'Italia alle ore 17.30, partenza ore 17.45. Euro 3/6, ragazzi gratis. Proposta di Lorenzo Giorgio ed Anna Pavan.

Bicinfesta di primavera

domenica 23 marzo 2003

patrocinato da:



Provincia
di Milano

La Gazzetta dello Sport

Milano



Comune
di Milano
Consiglio di
Zona 9

Milano



Comune
di Milano
Settore Sport
e Giovani

*Provveditorato
agli Studi di Milano*

Ritrovo in via Dante alle ore 9.00 - Partenza alle ore 10.30 - Arrivo alle ore 12.30
a Cassina Anna di Bruzzano dove si svolgerà la festa fino alle ore 16.30 circa

QUOTA ISCRIZIONE

Adulti Euro 5, bambini Euro 3; gruppi familiari di 4 e più persone Euro 3.

Preiscrizioni in sede CICLOBBY, al gazebo in via Dante dal 15 marzo
oppure presso i CICLOBBY Point: Coss, Rossignoli, Silvestrini.

Agli iscritti maglietta Blunauta, zainetto Mapei fino ad esaurimento ed altri gadget.

hanno aderito a Bicinfesta:

ANCMA - APT della Val di Non - Austria per l'Italia - Blunauta
Compagnia della Natura - COOP - Decathlon - Mapei - Zanichelli

CICLOBBY ringrazia:

ANCMA - APT della Val di Non - Austria per l'Italia - Blunauta
Compagnia della Natura - COOP - Decathlon - Mapei - Zanichelli

e i seguenti CICLOBBY Point:

AWS - Doniselli - Galvan - Golden Bike - La Bicicletteria - Nart - Rossignoli - Silvestrini

DECATHLON

IL NEGOZIO DEGLI SPORTIVI

LA DIFFUSIONE DELLA CULTURA
E DELLA PRATICA SPORTIVA
AD OGNI LIVELLO E AD OGNI ETÀ.

Una vasta gamma di articoli sportivi per oltre 65 discipline

Le Marche di **DECATHLON** per il Vostro sport:



più una vasta scelta delle migliori marche internazionali

In ogni **DECATHLON** troverete i migliori servizi:

laboratorio sci per sciolinateure e lamiue •

laboratorio riparazione biciclette •

• garanzia del miglior prezzo

• ritiro degli articoli acquistati senza limite di tempo

DECATHLON in Lombardia

BOLLATE (MI): Via Milano - S.S. Varesina di fianco a Castorama - Tel. 02.38309510 • **CARUGATE (MI):** Via G. Rossa - SP121 di fronte a IKEA - Tel. 02.92151970 • **CINISELLO B. (MI):** Viale Brianza, 2 di fianco a Brico - Tel. 02.61294473 • **CORSICO (MI):** Viale Dell'Industria, 2/4 di fronte a IKEA - Tel. 02.45889797 - Aperto tutte le domeniche dell'anno • **CURNO (BG):** Via E. Fermi, 2 di fronte a C.C. Curno - Tel. 035.466216 • **LISSONE (MI):** S.S. Valassina, 268 - Tel. 039.2781202 • **OSNAGO (LC):** Via delle Marasche, 1 - Tel. 039.9280074 • **RESCALDINA (MI):** Via Togliatti, 2 - S.S. Saronnese - C.C. Auchan - Tel. 0331.578895 • **RONCADELLE (BS):** Via Mattei 33/35 - C.C. Le Rondinelle - Tel. 030.2583993 • **S. MARTINO SICCOMARIO (PV):** Strada provinciale per Mortara, 3/5 adiacente C.C. San Martino - Tel. 0382.556840 • **VIGNATE (MI):** Via Cassanese - C.C. Acquario Shopping Center - Tel. 02.95364142

www.decathlon.it

Un meccanico di cui ci si può fidare

Sono in molti a credere che la bicicletta (macchina semplice?) non debba mai guastarsi, e che la sua manutenzione sia praticamente da escludere; ci si comporta da parte di costoro come se ruote e catene e freni e mozzi dovessero fare il loro dovere indefinitamente, per il perenne tranquillo vivere dei loro proprietari.

Così, a giudicare dal criticabile stato di salute della stragrande maggioranza dei bicli circolanti, sembrano ragionare tanti (certo non tutti) pedalatori; purtroppo, prima o poi, le ragioni dell'attrito, dell'usura, della meccanica in movimento, della mancata lubrificazione richiamano alla dura e spiacevole realtà di dovere ricercare, e qui cominciano le tristi note, chi sia in grado di mettere mano alla macchina ferita.

Già, questo è il problema, trovare chi, in fretta e bene e senza imporre interminabili periodi di attesa, sia disposto a prendersi cura del nostro oggetto, senza più o meno esplicitamente esortarci a buttarlo in cambio di uno nuovo...; e il problema è tanto meno facile a causa della sparizione di molte officine di riparazione, vittime della logica dei nuovi tempi. Ebbene, in viale Fulvio Testi 64, sulla destra procedendo dalla città, abbiamo fatto conoscenza con un simpatico signore, il cui nome evoca eventi risorgimentali quasi leggendari; sta in un monolocale ben attrezzato, un autentico godimento per chi ha cuore la meccanica ciclistica.

Incredibile dictu, qui non si vendono bicli da migliaia di euro, non si è tentati da sgarigianti completi da supercampione né da scarpe ipertecnologiche; alle pareti

sono appesi o scaffalati innumerevoli parti di ricambio, ruote libere e manubri, pneumatici e catene e campanelli e tanti altri pezzi di bici; tutto è pronto per intervenire su ogni livello di guasto e di sostituzione allo scopo di rimettere in condizioni di marcia qualsiasi velocipede, soprattutto quello di uso comune e quotidiano, il classico cavallo per la circolazione urbana.

E' bello constatare che l'arte del riparare e del recuperare sia, in questo caso, sopravvissuta all'epoca frenetica e consumistica imposta dalla logica del buttare e del sostituire, dove conta solo il fare in fretta con il massimo tornaconto economico.

Qui si trovano, a prezzi decisamente ragionevoli, anche bicli 'ricostruiti'; macchine dimenticate da padroni insensibili sono state rimesse in salute con passione e con dedizione, le scopriamo pronte a prestare altri anni di onorato ed efficiente servizio; se ci è permessa l'espressione, qui si tocca con mano l'ecologia del ciclismo.

Sandro Ticozzi

Premi ai Ciclobby Point

Per il maggior numero di nuovi soci portati a Ciclobby

Vacanze di quattro e di due giorni in un albergo di Malosco, in alta Valle di Non, per i Ciclobby Point che si sono maggiormente impegnati nel promuovere gli scopi e le attività di Ciclobby presso i loro clienti e che hanno portato più nuovi soci alla nostra associazione. Il premio vuol essere un segno tangibile della nostra riconoscenza per il loro sostegno alle nostre battaglie per una Milano più amica delle biciclette.

Il primo premio (la vacanza di 4 giorni con trattamento di pensione completa) va alla ditta Rossignoli di corso Garibaldi.

Il secondo e il terzo premio (vacanza di 2 giorni con trattamento di pensione completa) vanno, a pari merito, alle ditte Nart di via Paracelso e Tenedini di via Felice Casati.

Saranno ospiti dell'Albergo Bel Soggiorno di Malosco, nella valle trentina dei meli, ricca di sentieri e strade adatti alle bici.

Su due ruote, ma... sicure: sono in arrivo nuove norme europee sulla sicurezza delle biciclette

Il prossimo 27 marzo, alle 21, presso la sede di Ciclobby, si terrà un incontro di presentazione dei nuovi progetti di normativa europea in materia di sicurezza delle biciclette.

All'incontro che sarà coordinato da Edmondo Strada di Ciclobby parteciperanno Francesco Ventura e Pietro Boselli, dell'ANCMA (Associazione Nazionale Ciclo Motociclo Accessori).

Si tratta di un primo, importante, risultato del lavoro del comitato tecnico europeo CEN TC 333 "Biciclette" (la cui segreteria è affidata all'UNI, Ente Nazionale Italiano di Unificazione), al quale hanno partecipato, in rappresentanza dei vari enti nazionali di unificazione, un qualificato gruppo di tecnici specialisti del settore e rappresentanti delle varie parti sociali interessate, tra cui l'ECF (la Federazione Europea dei Ciclisti), cui aderisce anche la Fiab.

Lo studio delle norme europee nel settore delle biciclette, è stato avviato per

rispondere alla domanda, proveniente dagli utilizzatori, di avere maggiore garanzia di sicurezza per le biciclette immesse sul mercato, soprattutto per quei Paesi che non dispongono di norme tecniche aggiornate sull'argomento.

Attualmente esistono quattro progetti di norma:

- Biciclette per l'uso su strade pubbliche
 - requisiti di sicurezza e metodi di prova
- Biciclette per ragazzi
 - requisiti di sicurezza e metodi di prova
- Biciclette mountain bike
 - requisiti di sicurezza e metodi di prova
- Biciclette da corsa
 - requisiti di sicurezza e metodi di prova

Nel corso dell'incontro, verranno illustrati gli obiettivi fondamentali, i principi seguiti nella redazione delle norme ed i principali contenuti.

Bimbibici a Milano e in altre 100 città italiane

L'11 maggio tocca nuovamente alla FIAB. E alla fiaba, anche. Non è solo un gioco di parole, visto che da anni, a maggio, la Federazione Italiana Amici della Bicicletta realizza "Bimbibici", qualcosa che a prima vista sembra solo da mondo delle favole: in decine e decine di città italiane (l'anno scorso hanno toccato quota 100) migliaia di bambini attraversano in bici i centri cittadini, felici e indisturbati, e magari scortati dai carabinieri a cavallo, come accadrà a Milano.

Una favola da vivere per un giorno, insomma. Ma in cui credere almeno un po' anche durante il resto dell'anno, tanto per avere la spinta a impegnarsi perché qualcosa cambi sul fronte della sicurezza delle strade e degli spazi per le bici dei bambini. È importante, fondamentale che i bambini diventino amici della bicicletta e che lo restino a vita: e di conseguenza occorre combattere tutto ciò che si oppone a questa amicizia.

Il percorso dei bimbi nel rapporto con i pedali lo conosciamo. Già da piccolissimi salgono sul triciclo, e si divertono un sacco. C'è poi una parentesi, intorno ai tre anni, quando ai giardinetti vedono qualcuno al volante di macchinine in tutto e per tutto simili a quelle dei grandi, e allora cominciano a piagnucolare per averne una. Salvo poi scoprire, quando i genitori hanno ceduto e sborsato palate di euro, che quelle automobiline sono così uguali a quelle

dei grandi da procedere a una velocità di poco superiore allo zero, mentre intorno a loro le biciclette sfrecciano come schegge: esattamente come accade nel traffico cittadino.

È a quel punto, intorno ai quattro-cinque anni, che i bambini tornano alle due ruote. Che all'inizio magari sono quattro se si contano le due rotelline posteriori: ma la voglia è tale che ben presto arriva la conquista di "saper andare in bici" senza alcun aiuto. Tutto risolto dunque? Purtroppo no, perché è in agguato un nemico: lo schermo. Che sia televisivo o di computer, di game boy o di playstation, è lì pronto a catturare l'attenzione del bambino e a distoglierlo dal gioco (e dalle pedalate) all'aria aperta. E il vero problema è che la tentazione, fortissima, non è controbilanciata come dovrebbe: dove sono i cortili per giocare e scorrazzare? Dove sono le vie dove giocare come una volta? Quanti sono i parchi veramente a misura di bambino? La conseguenza sta nel recente allarme della Federazione Medici Pediatri: si diffondono sedentarietà, obesità e nevrosi da video.

Dunque *Bimbibici*, per rilanciare la proposta "bicicletta ai bambini" e per chiedere agli amministratori locali che creino le condizioni per fargliela amare.

A Milano l'appuntamento è alle ore 10 di domenica 11 maggio in piazza San Fedele, dietro piazza delle Scala; si partirà alle 10.45 per arrivare intorno alle 11.30 ai

Giardini Pubblici. Qui i bambini più grandicelli potranno assistere, al Civico Planetario, alla rappresentazione "Un viaggio tra le stelle", mentre i più piccoli potranno fare un giro sul trenino del parco. *Bimbibici* sarà patrocinata dal Provveditorato agli studi, da Comune e Provincia di Milano, da Gazzetta dello Sport e si avvarrà di Ancma, Compagnia della Natura, Coop Lombardia e Decathlon in qualità di sponsor (questo è l'elenco al momento di andare in stampa); hanno aderito Arciragazzi, Legambiente, Mamme antismog milanesi (Mam), Wwf e gli scout del CNGEI.

La testimonial è Natalia Estrada, che dovrebbe garantire alla manifestazione una cospicua partecipazione dei papà... Contiamo poi anche quest'anno sulla presenza di Claudio Bisio.

Bimbibici a Milano

11 maggio 2003

Ritrovo ore 10 in piazza S. Fedele

Partenza ore 10,45 - Arrivo ai Giardini

Pubblici intorno alle 11,30

Quota di iscrizione: € 3 per tutti.



Traffico e trasporti: non perdiamo la bussola

A Milano, metropoli "difficile" anche per quanto riguarda la mobilità, forse per una sorta di istinto di sopravvivenza si è perso il senso del rispetto e, perché no, della gentilezza nei confronti di chiunque si sposti per le più svariate ragioni in città con la maleducata idea di percorrere proprio il nostro stesso tragitto o parte di esso.

Può, forse, consolare - ma è indubbiamente una magra consolazione - pensare che persino tra automobilisti vige questo senso di prevaricazione nei confronti del prossimo, anche simile (precedenze non rispettate o non date, soste in seconda fila, incroci bloccati per la smania di passare con un giallo, e via dicendo con un elenco piuttosto lungo). Ma noi, ciclisti o pedoni - peraltro non sempre senza peccato... - non ci consoliamo affatto e vorremmo una città più vivibile per tutti.

Purtroppo, nella varietà degli aspetti che contribuiscono a complicare e a rendere insopportabile la circolazione a Milano, motorizzata e non, dalla negligenza del singolo cittadino al disinteresse della pubblica amministrazione, bisogna includere anche l'apporto del personale dell'azienda di trasporto pubblico.

Sempre più spesso, infatti, i conducenti dei mezzi ATM adottano comportamenti del tutto privi di professionalità, irrispettosi tanto del codice della strada - forse anche per loro è divenuta una necessità applicare la legge del più forte? - quanto dell'utenza della stessa, particolarmente quella debole, cioè la più indifesa. E gli incidenti, anche gravi, che li vedono protagonisti ne sono, tristemente, una conferma.

Così, se, in qualità di passeggeri dei veicoli

ATM, al disagio di sopportare estenuanti attese alle banchine nonché a quello legato al traffico, molte volte bisogna aggiungere anche le conseguenze di una guida un po' "allegra" da parte del personale, qualora si abbia la sventura di effettuare in bicicletta il percorso di una linea di trasporto pubblico bisogna prestare la massima attenzione alle manovre degli autisti, possibilmente cercando di prevederne le infrazioni e difendendosi dal loro senso di superiorità - forse per via della mole dei veicoli condotti o, semplicemente, per una innata irresponsabilità - nei confronti del ciclista.

Sarebbe, perciò, opportuno avviare un processo di formazione e di educazione sia stradale sia culturale dei conducenti A.T.M. rispetto alla funzione da essi ricoperta e alla modalità in cui assolverla. **R.P.**

La prima pista ciclabile ad interim

500 metri. È la lunghezza dell'ultimo tronco di pista realizzato dal Comune di Milano per agevolare la mobilità dei ciclisti. Lungo i viali Mugello e Molise, in zona 4, dove fino a circa due anni fa si trovava il sottopassaggio della ferrovia che terminava alla stazione di Porta Vittoria FS (dismissa da più di dieci anni), sono state quasi completate le opere stradali di superficie. Un dosso ricopre oggi le strutture sotterranee della nuova stazione di Porta Vittoria del Passante Ferroviario, che verrà inaugurata tra un paio d'anni.

La pista ciclabile, su entrambi i lati, occupa temporaneamente la sede di una linea tranviaria che verrà ultimata solo quando saranno conclusi i lavori del Passante; si tratta quindi di una pista *ad interim*, che verrà tolta in futuro per fare posto a binari e traversine. Un peccato, in un certo senso, perché a giudicare dai segni lasciati dalle biciclette in transito sul fondo in terra battuta, l'opera - che ha alcuni limiti, anche perché non è stata progettata come pista ciclabile - sembra avere incontrato un buon gradimento nei ciclisti.

La sua realizzazione è in parte un segnale positivo: è frutto innanzitutto dell'indicazione di un nostro socio all'Ufficio della Mobilità Ciclistica, il cui responsabile Arch. Scalia, dopo avere visitato il luogo indicato, ha proposto all'Assessorato alla Mobilità l'utilizzo temporaneo delle future sedi tranviarie come pista ciclabile, approntando le necessarie e poco dispendiose modifiche. In alternativa tali sedi verrebbero lasciate in abbandono fino al completamento dei lavori.

Il tracciato, molto largo su entrambi i lati, è la dimostrazione che anche a Milano si potrebbero costruire piste ciclabili ampie e confortevoli e quindi, se ci fosse la volontà politica, individuare gli spazi necessari alla loro realizzazione. Naturalmente si può obiettare che l'opera non è nata per essere una pista bensì una sede tranviaria, ed è vero; lo spazio qui ricavato solo per i tram, tuttavia, altrove potrebbe essere riservato al transito esclusivo dei ciclisti (sottraendolo al parcheggio delle auto, a marciapiedi eccessivamente larghi, a sedi tranviarie dismesse, a fazzoletti di verde non godibile), costruendo piste con le giuste condizioni di sicurezza e di comfort. La pista dei viali Mugello e Molise, infatti, ha grossi deficit di sicurezza alle intersezioni, il che non è certamente un buon segnale: un percorso per i ciclisti deve essere realizzato per assicurare un più alto livello di incolumità rispetto a quello garantito su una normale sede stradale ma qui, se per un verso siamo di fronte ad un caso di flessibilità nell'adattamento alle circostanze da parte del Comune, per un altro ci troviamo innanzi ad un atto di superficialità nell'affrontare i problemi legati alla mobilità ciclistica, il che non giova affatto all'immagine dell'intervento pubblico.

Si tratta comunque, con i suoi pro ed i contro, di un precedente da segnalare, pertanto, nel caso in cui rappresentanti delle istituzioni si ostinassero ancora a sostenere che nella nostra città le strade sono troppo strette e che i ciclisti non possono pedalare lungo quelle più trafficate - come per esempio i viali di circonvallazione.

Lorenzo Giorgio



**Qui da noi trovate
un'ampia selezione di vini,
champagne, grappe, porto, whisky,
rhum, cognac e armagnac,
da poter abbinare
ai prodotti alimentari tipici della
Gastronomia Arcadia
L'enoteca ha inoltre inaugurato
il nuovo spazio "Accademia dell'Arcadia"
dedicato alla cultura enogastronomica.
Potrete acquistare libri e guide specializzati.**

**Per tutti gli associati a Ciclobby un grazioso
omaggio per ogni acquisto o consumazione
presso l'Enoteca wine-bar Arcadia**

ENOTECA ARCADIA

Via Ponte Vetero, 13 20121 Milano

Per ordinazioni:

tel. 02 72093685 - 02 876796 fax 02 72097532

www.tavolaevini.it



AWS BICIMOTOR s.n.c.

RIPARAZIONE BICI

VENDITA BICICLETTE: AWS -
BIANCHI - CYCLETTE CARNIELLI -
NUZZI - NSR - OLMO

PRODUZIONE PROPRIA: MOUNTAIN BIKE, CITY BIKE, CORSA

RICAMBI: SHIMANO, CAMPAGNOLO, RITCHEY

ABBIGLIAMENTO SPORTIVO E ACCESSORI

PAGAMENTI RATEALI

BICI, BICI ELETTRICHE E CYCLETTE: NOLEGGIO,
RITIRO E CONSEGNA A DOMICILIO PER RIPARAZIONI

• PERMUTA USATO CON NUOVO • VENDITA USATO

via Ponte Seveso 33 (angolo Schiapparelli) - 20125 Milano
tel. 02-67072145 - e-mail: awsbici@fastwebnet.it

Efficienza (in bici)

Piede/pedale

Ci siamo lasciati nel notiziario precedente con il proposito di dire qualcosa sui tre aspetti della corretta interazione tra ciclista e bicicletta: **piede/pedale, braccia/manubrio, pantaloni/sella.**

Cominciamo dal primo di questi, perché ci sembra che lì si trovi il cuore stesso del gesto ciclistico, cioè dove avviene il passaggio di **potenza** tra uomo e macchina.

Essere (il più possibile) efficienti in questa interazione è perciò della massima importanza; è facile essere d'accordo in linea di principio su una realtà tanto scontata, ma nella pratica quanti ciclisti razzolano male. Provatevi a prestare un minimo d'attenzione a chi va in bici, tanto in città che in gita; quanti pedalano realmente in modo corretto?

Ebbene, la malagrazia della pedalata è la conseguenza diretta di cattive (o perlomeno casuali) scelte dell'attrezzatura di base, cioè della scarpa, del pedale, e di come l'una interagisce con l'altro.

Le scelte "non pensate" sono la causa principale del pedalare "male"; ma ricordiamoci che non è in gioco tanto l'aspetto estetico, purtroppo pedalare male significa **sprecare energia, fare inutile fatica!**

Pedalare in modo efficiente (ed elegante) è tutt'altro che impossibile; basta applicare i seguenti due semplici concetti:

1. La scarpa con suola rigida

Chi ha dimestichezza con la fisica lo sa benissimo, l'elasticità dissipa energia; quindi ogni elasticità della scarpa (il pedale è già per sua natura rigido) assorbe energia (e diminuisce quindi quella trasferita al pedale); se è vero che quando si cammina una certa elasticità della suola contribuisce al comfort della deambulazione, nella pedalata la musica è totalmente diversa; non a caso il pedalatore professionista (che ricerca ogni minimo guadagno d'efficienza) ha da sempre adottato suole rigide, per non dire rigidissime. Guerra all'elasticità, ma con buon senso, è sempre il caso di valutare la nostra attività ciclistica; se pedaliamo in città un compromesso s'impone, la scarpa rigida va bene, ma siccome dobbiamo anche un po' camminare, non è il caso di esagerare (in rigidità); quando siamo in gita per almeno qualche ora, o per tutta la giornata, non dobbiamo aver dubbi, una bella scarpa rigida (e ben calzata) è quello che ci vuole!

2. Contatto (scarpa-pedale) ben posizionato, costante, sicuro.

Trovata la posizione longitudinale (della scarpa rispetto al pedale) **corretta**, occorre mantenerla; la suola deve essere **sempre** aderente al pedale; va da sé che la scarpa debba anche potersi distaccare dal pedale con **prontezza**, quando il ciclista lo richieda; e ci sono inoltre degli eventi non voluti né desiderati (caduta, incidente, scontro...) che richiedono lo sgancio immediato!

Per soddisfare ai due requisiti sovraesposti, sin dalle origini della bicicletta sono stati adottati dei dispositivi di fissazione (ancoraggio) della scarpa al pedale; per molto tempo il più applicato, e qualche esemplare è tuttora in circolazione, è stato il puntapiè con il cinghietto; per decine e decine di anni esso ha costituito l'attrezzatura standard del corridore in bici.

Ai giorni nostri c'è di molto meglio, e la tecnologia (che talvolta riesce a proporci degli effettivi miglioramenti) è in grado di risolvere bene questo problema con il **pedale automatico** (*).

Inutile procedere a minuziose descrizioni di quest'oggetto (andate in un qualsiasi negozio e guardatevelo!, anzi guardateli: ce n'è un'infinità); diremo solo che il principio che lo ispira è di mantenere la scarpa aderente al pedale attraverso una tacchetta posizionata sulla suola; e che questa stessa tacchetta a sua volta è agganciata al pedale grazie ad un meccanismo di ritenuta a molla; il meccanismo,

ovvio, permette alla scarpa di essere anche agevolmente liberata. Si è in sostanza applicato alla bici lo stesso principio della tecnica sciistica (aggancio/sgancio rapido dello scarpone allo sci); nel nostro caso, invece dello sci, si tratta di agganciare/sganciare rapidamente il pedale (e di conseguenza la bicicletta).

Attenzione alla scelta!

La tecnologia è una gran bella cosa, ma quando va a braccetto con la concorrenza dà luogo alla proliferazione dei prodotti, e quindi nasce per l'acquirente il problema della scelta, con tutti i dubbi che ne derivano; il seguente suggerimento pensiamo che dia un po' d'aiuto nell'orientare il lettore.

La realtà del ciclista non è fatta solo di pedalate, occorre spesso effettuare spostamenti a piedi, salire e discendere scale; ne consegue la necessità di dare la preferenza alle scarpe (tipo mountain-bike) con tacchette **non sporgenti** dalla suola; è ovvio che con queste ci si possa muovere con maggior facilità; e le scarpe tipo "competizione su strada" (che adottano invece tacchette **sporgenti** dalla suola) è meglio lasciarle a chi, come il corridore professionista, si concede il lusso esclusivo di pedalare.

Qualche nota finale

Per chi teme la costrizione del piede agganciato al pedale ricordiamo che ci vuole un po' di pazienza e di fiducia; non ci si deve scoraggiare per qualche innocuo capitombolo iniziale; poi l'abitudine cancella ogni esitazione.

La forza d'aggancio della scarpa al pedale è regolabile: se volete un consiglio, tarate tale sforzo sui valori più bassi.

Questo è molto importante: l'uso del pedale automatico fissa il piede in una posizione ottimale; il vantaggio che ne deriva è che un po' per volta ci si abitua a mantenerla anche quando il pedale (può capitare cambiando bici) sia di tipo tradizionale, cioè senza automatismo; in altre parole, quasi senza accorgercene impariamo a pedalare "bene" **sempre**.

I pedali automatici che vi abbiamo consigliato (mtbk) sono commercializzati in due versioni:

con **doppio** aggancio (cioè con aggancio su entrambe le facce del pedale), o con **singolo** aggancio (su una faccia l'appoggio della scarpa è libero); quest'ultimo modello ve lo consigliamo qualora vogliate avere un mezzo ambivalente, adatto sia per la città quanto per le pedalate più impegnative.

Questo è per i pedalatori "impegnati": ad essi ricordiamo che solo il pedale automatico permette di effettuare con sicurezza ed efficienza l'andatura in fuorisella (sui pedali); tale tecnica non solo è essenziale per affrontare salite degne di questo nome, ma è anche estremamente efficace per le andature di pianura, dove, ogni tanto, qualche tratto fuori dalla sella contribuisce (e come!) ad attenuare il senso di fatica (ma su questo concetto avremo occasione di ritornare).

Dulcis in fundo, una considerazione di carattere economico: tutte queste meraviglie tecnologiche non pensate che costino una fortuna. Tanto per dare un riferimento, sappiate che con 80/100Euro potete tranquillamente avere **entrambi** (pedali e scarpe) gli oggetti del desiderio, perfettamente funzionanti (e non vale la pena, a nostro giudizio, di spendere molto di più).

Sandro Ticozzi

(*) per gli appassionati di storia (ciclistica) ricordiamo che l'inventore del pedale automatico è stato il corridore francese B. Hinault, che per primo utilizzò in competizione un modello prodotto dalla Look (non a caso fabbricante degli omonimi attacchi da sci); questo avveniva all'inizio degli anni '80.

(2 - continua)

Dal Coordinamento regional e FIAB Lombardia

Cicloraduno nazionale FIAB (26-29 giugno 2003)

Si terrà a Trento da giovedì 26 a domenica 29 giugno 2003 il prossimo Cicloraduno nazionale della Federazione Italiana Amici della Bicicletta, che interesserà l'incanto e la meraviglia dei luoghi del Sud Tirolo.

Contemplando percorsi alla portata di tutti, in particolare per il primo e l'ultimo giorno saranno organizzate escursioni più semplici, mentre per le due giornate di mezzo leggermente più

impegnative sarà data, in ogni caso, la possibilità di scegliere tra alternative di diverso impegno.

Si potrà partecipare con qualsiasi tipo di bicicletta, purché, ovviamente, in buono stato, mentre si raccomanda di dotarsi dell'indispensabile per le piccole emergenze, sia meccaniche sia climatiche.

Il comitato promotore, del quale farà parte anche Markus Braun, ha previsto

soluzioni di pernottamento differenziate, comunque accessibili a tutte le tasche: dalla sistemazione in albergo a quella in ostello fino alla palestra per chi desidera gustare l'avventura fino in fondo.

Oltre a godere di paesaggi di straordinaria bellezza, di quelli che proprio il Trentino sa offrire, nei quattro giorni di svolgimento del Cicloraduno si avrà l'opportunità di vivere l'atmosfera di calore ed amicizia che resteranno a lungo nel cuore.

Per informazioni e prenotazioni – ricordando che vi sono posti limitati – rivolgersi presso la sede di Ciclobby negli orari di segreteria.



hotelbelsoggiorno@libero.it
www.h-belsoggiorno.it

Hotel Bel Soggiorno ***
Via Miravalle, 7 -
38013 Malosco Tn
tel e fax 0463/831205

L'albergo affacciato direttamente sulla Valle di Non offre ai propri ospiti una struttura dotata di tutti i servizi e comfort. Le 42 camere con bagno, telefono, tv-sat, cassaforte, la bellissima sala da pranzo dove gustare una raffinata cucina, la panoramica sala tv, la sala meeting, la sala lettura, la taverna con impianto hi-fy e biliardo, garage per bici e moto, la mini officina per bici, cartine per il trekking e giri panoramici in mountain-bike messi a disposizione gratuita dei clienti, l'ampio giardino nonché la cordialità della Famiglia Marini sono garanzia di un soggiorno sereno e nel completo relax.

CICLI
Rossignoli

BICI SPORT CORSA MTB CITY BIKE

PRODUZIONE PROPRIA
VENDITA DELLE MIGLIORI MARCHE

ABBIGLIAMENTO SPECIALIZZATO

RICAMBI E ACCESSORI

CARTINE E ITINERARI PER CICLOTURISTI

SCONTO PER I SOCI CICLOBBY

MILANO CORSO GARIBALDI 65/71 TEL. 02 86460295 / 02 804960
www.rossignoli.it cicross@infinito.it

OLMO

la Biciclissima

GIUSEPPE OLMO S.P.A.
Via Aurelia, 22 • 17015 Celle Ligure (SV)

Nuovo negozio in Milano
Via Panfilo Nuvolone, 28 angolo V.le Espinasse
Tel.02.33.40.09.92 Fax 02.38.00.39.80

Vendita biciclette di produzione propria:
Corsa, Mountain Bike, City Bike, Bambino.

Abbigliamento Sportivo, accessori, ricambi e fitness

Pagamenti rateali senza interessi.

Distributore:

Campagnolo

MAVIC

Vittoria

ELITE

AMBROSIO

SHIMANO

SCHWALBE

RUDY PROJECT

SW
NORTHWAVE

SIGMA SPORT
GERMANY

GIANT

GIANT

GIANT

GORE
Creative Technologies
WISCONSIN

Progetti in aria

"Progetti in aria" è il titolo dell'iniziativa che l'assessorato alle politiche educative del Comune di Varese ha lanciato verso le scuole di ogni ordine e grado per sensibilizzare la popolazione scolastica e la cittadinanza contro l'inquinamento atmosferico. Gli studenti sono invitati ad elaborare anche in collaborazione con enti e associazioni locali (Circo-scrizioni, Ciclocittà, Uisp, ecc.) ricerche, rappresentazioni teatrali, giochi filmati e quant'altro possa essere utile per sensibilizzare la popolazione sul problema dell'inquinamento atmosferico.

Ben venga ogni iniziativa volta ad informare ed educare i cittadini, ma sinceramente l'iniziativa comunale ci sembra un poco generica e reticente.

Sappiamo bene che la causa principale dell'inquinamento dell'aria in città è dovuta all'eccesso di traffico motorizzato, al quale contribuisce significativamente proprio l'abitudine di utilizzare l'auto-veicolo nel trasporto casa-scuola.

Ci pare che sarebbe stato più efficace e

produttivo quindi se il Comune avesse coinvolto le scuole in progetti più direttamente finalizzati a favorire modalità di trasporto meno inquinanti proprio nel traffico gravitante sui plessi scolastici.

Gallarate scopre la bicicletta

Il comune di Gallarate scopre che la bicicletta può essere la soluzione appropriata per molti spostamenti in città e nei suoi dintorni e decide di investire un po' di soldi per uno "Studio di fattibilità per il sostegno e la promozione della mobilità ciclabile urbana e periurbana".

Finalizzato alla programmazione delle

proprie attività per il miglioramento della mobilità sostenibile nell'area urbana, caratterizzata da elevati livelli di congestione e di inquinamento, lo studio di fattibilità si articolerà nelle seguenti attività:

1) analisi dello stato di fatto degli itinerari ciclabili urbani e periurbani, esistenti o già pianificati/programmati, su scala comunale e sovracomunale;

2) individuazione della rete urbana degli itinerari ciclabili, con valutazioni di fattibilità tecnico-economica, le eventuali misure di messa in sicurezza della rete viaria esistente, anche mediante interventi di moderazione del traffico, finalizzati al potenziamento dell'offerta di

Ciclocittà notizie

I prossimi appuntamenti di Ciclocittà Varese

APRILE

► Sabato 5 aprile 2003 MTB - Monte Martica

Itinerario di interesse naturalistico, permette di apprezzare il paesaggio prealpino a pochi passi da Varese. Ritrovo: Bregazzana Municipio ore 9.00, altitudine di partenza 494 m. Dislivello: 572 m. Lunghezza: Km. 18,5. Difficoltà: medio facile - percorso su mulattiere e strade sterrate. Rientro: ore 14.00 - pranzo al sacco. Organizza Girovagando: Ombretta Paolillo tel 347 5809854 e Roberto Gallivanone tel 347 4169804. e-mail: crazyombre@libero.it

► Venerdì 25 aprile Sabato 3 maggio 2003

Sapori, colori, mari (...e castelli federiciani...) di Puglia

Settimana "cicloculturalenogastroturistica", pedalata itinerante in nove tappe da Termoli a Lecce. La Puglia ci accoglierà con il suo sole, i suoi mari, il profumo dei suoi campi, la luce dei suoi centri abitati.

Difficoltà: facile con alcuni tratti di modesto impegno. Pernottamenti: in alberghi ed in agriturismo. Costo: 420,00 € comprensivo di 1/2 pensione e viaggio in treno. Adesioni: entro il 15 marzo versando la caparra di € 100,00 allo I.A.T. (per ragioni organizzative le adesioni si chiudono al raggiungimento di 20 partecipanti). Ritrovo: giovedì 24 alla stazione FS di Varese alle ore 20.15 - treno per MI ore 20.35, da MI per Termoli ore 22.35. Pernottamento in cuccetta di 2a classe. Rientro: Stazione FS Lecce ore 17.52. Pernottamento in cuccetta di 2a classe. Arrivo a Varese alle ore 8.30 di domenica. Organizza: Libero Donati Tel: 0332 892527 - e-mail: phoenix.erg@tin.it

MAGGIO

► Domenica 3 maggio 2003 Il Ticino

Si ripropone un classico della nostra Provincia: la ciclabile del Ticino - Villorresi,

un'oasi naturale in un paesaggio dolce e delicato pur a ridosso della città. Lunghezza: 55 KM circa. Difficoltà: facile, pianeggiante. Ritrovo: ore 8.30 piazzale FS di Varese, trasferimento in auto. Partenza: ore 9.30 da Somma Lombardo. Rientro: verso le ore 18.00. Organizza: Gianni Bianchi tel. 0332/265793

► Sabato 10 maggio 2003 MTB

M.te San Martino Arcumeggia

Itinerario molto interessante per gli ampi scorci panoramici sul lago Maggiore e per i numerosi luoghi da visitare. Ritrovo: Sesto Calende campo sportivo ore 9.00. Località e altitudine di partenza: Sesto Calende/Lentate 287 metri ore 9.30. Lunghezza: km 40. Dislivello complessivo: 250 metri. Difficoltà: Media - strada asfaltata e carrareccia sterrata, ciclabilità 100%. Rientro: ore 15.30 pranzo al sacco. Organizzano: Ombretta Paolillo, tel. 347.5809854 e Roberto Gallivanone, tel. 347.4169804. e-mail: crazyombre@libero.it



CICLOCITTA'

Sede di ciclocittà: via Piave n. 6, 21100 Varese
tel. 0332.234055 - altri recapiti:
Rossana, tel. 0332.228633 • ciclorossa@libero.it
Beppe tel. 0332.234281 • ferrari@tin.it
Massimo tel. 0332.831528

mobilità sostenibile;

3) individuazione delle azioni di promozione, comunicazione ed informazione dell'uso della bicicletta, oltre a progetti di educazione stradale per la mobilità sostenibile, finalizzate al potenziamento della domanda di ciclabilità;

4) individuazione delle specifiche opportunità di finanziamento, finalizzate al reperimento di risorse integrative a quelle dell'ente locale, per la realizzazione delle infrastrutture e per l'attuazione delle azioni individuate nello studio.

I tecnici incaricati dello studio hanno coinvolto la FIAB come consulente riconoscendone la particolare competenza sull'argomento e stanno coinvolgendo nel

progetto anche alcuni Comuni limitrofi nell'intento di estendere ad una politica di area lo sviluppo della mobilità ciclistica.

Abbiamo incontrato l'assessore Nicoletti

Pur rinviato da alcuni mesi non poteva mancare un incontro di Ciclocittà con Alessio Nicoletti, neo-assessore alla mobilità cittadina e alla tutela ambientale. Il solo fatto di avere abbinato le due competenze rappresenta per il giovane assessore una sfida tutt'altro che facile, considerato che proprio i problemi di traffico sono tra i più evidenti ed incisivi fattori di degrado ambientale.

La scommessa è aperta ed il proposito dell'assessore di condurre la città verso assetti di mobilità più efficienti e meno inquinanti è tanto determinato quanto soft (forse troppo) vuole essere la strategia d'intervento.

Entro l'inizio della primavera la presentazione e l'approvazione di un primo quaderno (quadro conoscitivo e strategie generali) costituente il Piano Urbano del Traffico (speriamo che sia la volta buona!) ci rivelerà più precisamente gli obiettivi e gli strumenti della politica viabilistica di questa amministrazione.

Per quanto riguarda specificamente la bicicletta viene dichiarato il più serio intento di proseguire nella politica avviata con la realizzazione delle corsie ciclopedonali di v.le Aguggiari e di v.le Belforte cercando i modi e le opportunità di una loro estensione e di collegamento con la città e/o con poli significativi.

La prospettiva più concreta, a questo proposito, sembra essere la connessione, già annunciata sulla stampa locale, delle corsie di viale Aguggiari con il polo scolastico e sportivo di via Saffi.

► Domenica 11 maggio 2003

Bimbimbici: Una città a misura di bambini, pedoni, ciclisti

Bimbimbici è la giornata nazionale della FIAB giunta alla quarta edizione. Nelle città italiane sono protagonisti i bambini in bicicletta. Anche a Varese i bambini delle scuole materne ed elementari partecipano ad una breve pedalata, in totale sicurezza, lungo le vie cittadine; seguono giochi in piazza e attività sportive in collaborazione con l'UISP; e un percorso didattico organizzato dall'A.C.I. Al termine sarà offerto un piccolo rinfresco.

Informazioni: Rossana Chiodi tel. 0332 228633, e-mail ciclorossa@libero.it.

► Domenica 25 maggio 2003

Cantine aperte

In concomitanza con la giornata nazionale "Cantine aperte" promossa dal Movimento Turismo del Vino ci rechiamo nel novarese tra le località di Suno e Ghemme per visita con degustazione alle cantine locali. Ritrovo: ore 9.00 piazzale FS di Varese per raggiungere in auto Somma. Lunghezza: 55 KM circa. Difficoltà: facile. Rientro: verso le ore 18.00. Organizza: Gianni Razza tel. 0332 812449

GIUGNO

► Domenica 8 giugno 2003 Serpiano ed il Mendrisiotto

Un paesaggio sereno, dolci declivi, costruzioni tipicamente lombarde percorrendo la Valceresio. Poco oltre il valico di Porto Ceresio, si caricano le biciclette sulla cabinovia per elevarsi comodamente alla quota di 650 m in località Serpiano, dove si gode un paesaggio sublime. Lungo le pendici del monte San Giorgio, si giunge a Mendrisio; poi dal valico di Bizzarone si ritorna a Varese nel tardo pomeriggio. Ritrovo: ore 8.00 piazzale FS di Varese. Lunghezza: 55 KM circa. Difficoltà: relativamente pianeggiante, qualche salita impegnativa ma breve. Adesioni: entro il 5 giugno, versando la caparra di € 5,00 allo I.A.T. Organizza: Gianni Bianchi tel. 0332 265793.

► Sabato 14 giugno 2003 MTB - Valle Veddasca

Itinerario che offre coinvolgenti scorci architettonici e naturalistici, la Val Veddasca è un verde impluvio solcato dalle acque del fiume Giona. Ritrovo: Stazione di Luino ore 7.30. Località e altitudine di partenza: Armio 896 m. ore 8.50.

Dislivello: 818 m. Lunghezza: Km. 26,5. Difficoltà: impegnativo - strada asfaltata e strada sterrata. Rientro: ore 15.00 - pranzo al sacco.

Organizza Girovagando: Ombretta Paolillo tel 3475809854.

Roberto Gallivanone tel 3474169804
e-mail: crazyombre@libero.it

► Domenica 22 giugno 2003 Val Calanca: La bella sconosciuta

Il nostro itinerario parte da Monte Carasso, attraversa Bellinzona e prosegue lungo una ciclabile sterrata costeggiando il fiume Moesa fino a Roveredo. Qui inizia la salita di 18 km che ci conduce a Rossa, ultimo paesello della Calanca attraverso tipici villaggi di montagna, con antichi ponti e facciate affrescate. Pranzo al sacco e, tempo permettendo, bagno nel vicino torrente. Al rientro visita al centro storico di Bellinzona. Partenza: ore 7.30 al piazzale FS - auto più bici. Rientro: previsto per le 19.30. Difficoltà: impegnativa - dislivello di circa 800 m. Lunghezza: km 65. Organizzano: Lucia Gandini tel. 0332 238359 e-mail lucybike1@inwind.it
Enea Benedusi tel. 0332 472918.

Ufficio Mobilità Ciclistica del Comune di Milano

Le segnalazioni all'UMC vanno inviate a:

Arch. Mario Scalia - Direttore Ufficio Mobilità Ciclistica - Via Dogana 2 - 20123 Milano
(tel. 02.88468369 fax 02.88468372) - e-mail: trasportimobilita.ciclabili@comune.milano.it
E, per conoscenza, a: CICLOBBY Notizie - via Borsieri, 4/E - 20159 Milano
fax 02.69311624 - e-mail: ciclobby@associazioni.milano.it

Lettera del Presidente di CICLOBBY Fiab Stefano Melloni

Al direttore Scalia

e per conoscenza all'assessore Goggi,
al direttore del settore mobilità Cozza,
al direttore dell'Agenzia Mobilità Corda

13 gennaio 2003

Spett. Umc,

nel comune obiettivo di sviluppare a Milano una mobilità ciclistica sicura offriamo nel nostro notiziario trimestrale *CICLOBBY Notizie* uno spazio gratuito. Attraverso questo spazio l'UMC potrà informare i nostri soci e i ciclisti milanesi che leggono il notiziario su quanto è stato realizzato e sui progetti in merito alla ciclabilità a Milano. Inoltre vorremmo essere informati sulla destinazione dell'immobile di via Zecca Vecchia, di cui tempo fa ci era stata prospettata la gestione per riparazione e noleggio bici. In attesa di una cortese risposta, porgiamo cordiali saluti.

Stefano Melloni

Sino a questo momento Ciclobby non ha ricevuto alcuna risposta da parte dell'Ufficio. Vi informeremo sugli attuali aggiornamenti.

Risposta ad una domanda di CICLOBBY vecchia di oltre un anno

Al Presidente di Ciclobby Stefano Melloni

7 febbraio 2003

Oggetto: richiesta di autorizzazione al posizionamento di attrezzature per il parcheggio dei cicli davanti ai negozi di biciclette.

In relazione agli obiettivi previsti nel Piano Urbano del Traffico in materia di mobilità ciclabile e più in generale dei mezzi a due ruote è stato approntato un piano di razionalizzazione delle aree attrezzate per cicli e motocicli su tutto il territorio comunale. Nell'ambito quindi di questo piano, saranno valutate ed esaminate in modo organico e funzionale secondo gli obiettivi generali dettati dall'Amministrazione Comunale, tutte le località segnalate che rivestono un carattere di utilità pubblica in riferimento ad un rapporto specifico tra domanda e offerta reale.

L'ufficio scrivente esaminerà in dettaglio più specifico eventuali segnalazioni e suggeri-

menti. Cordiali saluti.

Firmato Scalia

Come si vede, dopo tanto tempo, è giunta una risposta per ora abbastanza vaga. Staremo a vedere...

Delibera del Consiglio di Zona 7

Il Consiglio di Zona 7 del Comune di Milano, in data 14 novembre 2002 ha deliberato all'unanimità di interessare i competenti Settori dell'Amministrazione Comunale affinché provvedano al posizionamento delle rastrelliere per il parcheggio delle biciclette in prossimità degli uffici comunali e nello specifico davanti alla sede del Consiglio di Zona 7.

Risposta al Consiglio di Zona 7

L'UMC così risponde al Consiglio di Zona 7

7 gennaio 2003

Oggetto: installazione in prossimità degli uffici comunali di rastrelliere per il parcheggio delle biciclette

In relazione agli obiettivi previsti nel Piano Urbano del Traffico in materia di mobilità ciclabile e più in generale dei mezzi a due ruote è stato approntato un piano di razionalizzazione delle aree attrezzate per cicli e motocicli su tutto il territorio comunale. Nell'ambito quindi di questo piano, saranno valutate ed esaminate in modo organico e funzionale secondo gli obiettivi generali dettati dall'Amministrazione Comunale, tutte le località incluse nel presente atto che rivestono un carattere di utilità pubblica in riferimento ad un rapporto specifico tra

domanda e offerta reale.

L'ufficio scrivente esaminerà in dettaglio più specifico eventuali segnalazioni e suggerimenti degli uffici di zona. Cordiali saluti.

Firmato Scalia

Anche qui, rispondendo in altra data ad un diverso soggetto (per incisom un pezzo del Comune) la risposta è altrettanto vaga. Speriamo per il futuro...

Il degrado delle pavimentazioni milanesi

Desidero segnalare il degrado, e la conseguente pericolosità, della pavimentazione stradale in particolare del tratto - che conosco perfettamente poiché lo percorro quotidianamente - da porta Lodovica fino in Duomo lungo il quale è alto il rischio di cadere ed è frequente il ricorso a improvvisi slalom.

In larga parte piastrellato a pavè, il tragitto presenta, infatti, numerosissime sporgenze di mattonelle che fuoriescono dalla loro sede (alzandosi anche fino a 6 - 7 cm.) o, viceversa, buche di notevole profondità, specialmente a ridosso dei binari, oltre a parecchi tombini non a filo con l'asfalto.

Purtroppo, anche dove la pavimentazione è stata di recente risistemata in seguito all'ampliamento dei marciapiedi, le mattonelle sono state posate in maniera tale da provocare insopportabili sobbalzi o, forse, quelle utilizzate presentano una superficie convessa (questo soprattutto all'altezza della caserma di corso Italia) e, senza minimamente tener conto dei ciclisti, è stato lasciato uno spazio troppo stretto tra marciapiede e rotaia del tram per cui è impossibile con la bici percorrere quella lingua di strada - divenendo, quindi, inevitabile spostarsi in mezzo alla corsia - per il duplice rischio di urtare il marciapiede col pedale o

infilarsi con la ruota nella rotaia, e, per di più, le piastrelle di pavè sono state posate parallelamente anziché a spina di pesce creando un solco altrettanto insidioso quanto la rotaia.

A tutto vanno aggiunte la frenesia del traffico impazzito e irrispettoso dei ciclisti e la vischiosità del suolo nei giorni di pioggia! Provare per verificare! Grazie.

Rita Parma



ALFREDO BONARIVA

**BICI
CENTER**

BICICLETTE CORSA SU MISURA
Biciclette uomo, donna, bambino
Accessori e abbigliamento per
il ciclismo agonistico

201210 BARANZATE DI BOLLATE (MI)
Via Milano, 220 - Tel. 02.356.06.87

Appuntamenti

AVVISI

(da leggere con attenzione)

Novità

Ricordiamo che, oltre al pagamento in contanti, è anche possibile iscriversi alle gite di Ciclobby utilizzando i Punti Ciclobby Point raccolti appositamente sulla Carta Ciclobby Point. In calce alla descrizione del percorso, ed al costo della gita, viene indicato il valore corrispettivo in Punti Ciclobby Point richiesti per partecipare. Il costo delle gite, per chi usa i Punti C.P., è sempre scontato di **1 Euro** rispetto al costo previsto per i soci che non utilizzano la Carta Ciclobby Point (es. per una gita che costa ai soci che pagano in contanti **5 Euro**, vengono richiesti **4 Punti C.P.**). Le modalità di iscrizione alle gite, per il possessore della Carta C.P., sono identiche a quelle previste per chi versa i contanti, salve le indicazioni d'uso della Carta espresse nel regolamento (es. la Carta è personale e non cedibile; è valida soltanto se il titolare è regolarmente iscritto a Ciclobby) e le seguenti eccezioni: per i possessori di documenti che consentono riduzioni dei costi come la *Carta Amicotreno*, che provvedono autonomamente all'acquisto del biglietto ferroviario, vengono richiesti esclusivamente i Punti Ciclobby Point necessari a coprire le spese generali dell'associazione (per i soci **convalida di 1 punto C.P. per ogni Euro**).

Per ragioni organizzative è **sempre necessaria l'iscrizione** alle iniziative cicloescursionistiche organizzate da Ciclobby.

Per le gite che utilizzano la formula **bici+treno** occorre iscriversi e versare il corrispettivo in sede **entro le 12.00 del sabato antecedente lo svolgimento della gita**, salvo quanto indicato nei paragrafi che seguono.

Il titolare della *Carta Amicotreno*, acquistabile in sede dai soci al prezzo di 35 Euro anziché 50, **ottiene a metà prezzo i biglietti passeggeri per due persone** (con o senza bici), sui Treni Verdi, cioè su tutti i treni Interregionali, Regionali, Diretti e Metropolitani in circolazione il Sabato, la Domenica ed i giorni festivi e su moltissimi altri nei giorni feriali. Pertanto i soci forniti di tale documento dovranno **provvedere in proprio all'acquisto dei biglietti (compreso quello della bicicletta anch'esso scontato, cioè 2,50 Euro anziché 3,50)** per sé e per la persona eventualmente aggregata, **prenotandosi comunque in sede per la riservazione dei posti, segnalando sempre l'utilizzo della "Carta" e versando all'accompagnatore ferroviario 3 Euro a**

titolo di rimborso delle spese generali dell'Associazione.

Per tutti coloro (soci e non) **che, invece, non si avvalgono delle condizioni della Carta Amicotreno** e che siano in regola con la prenotazione e il versamento della quota, i biglietti saranno acquistati dall'accompagnatore ferroviario il giorno stesso della gita, quindi si raccomanda la massima puntualità al raduno di partenza.

La **partecipazione di persone non prenotate** alle iniziative cicloescursionistiche è sconsigliata, ma è possibile alle seguenti condizioni. Coloro che desiderassero aggregarsi alla comitiva presentandosi alla stazione, dovranno provvedere ad acquistare i biglietti ma, non essendo loro garantito il posto per la bici, qualora salissero sul treno (dopo che avranno preso posto le persone regolarmente iscritte) **verseranno 3 Euro se soci e 8 Euro se non soci, a titolo di rimborso spese generali dell'Associazione**. Pertanto, poiché sui treni i posti per le biciclette sono di norma limitati, vi invitiamo ad iscrivervi tempestivamente, versando la quota relativa, per non rimanere esclusi dalle gite.

Anche per le **escursioni che non utilizzano il treno** e che partono da Milano, è sempre necessaria, salvo diversa indicazione, una iscrizione da farsi anche solo telefonicamente, in ogni caso per avere conferma del punto di ritrovo e dell'itinerario proposto che potrebbero essere cambiati, mentre il pagamento della quota potrà essere effettuato direttamente il giorno della gita.

ATTENZIONE

Nella programmazione di seguito riportata potranno figurare alcuni treni, non più classificati "Verdi", che non consentono l'utilizzo della *Carta Amicotreno*. Poiché la Convenzione FIAB/Trenitalia in essere da alcuni anni e rinnovata per tutto il 2003 prevede per tutte le Associazioni le seguenti condizioni per l'acquisto dei biglietti

- gruppi da 3 a 5 persone, sconto del 20%
- gruppi da 10 a 50 persone, sconto del 30% su tutti i treni Regionali, Interregionali e Diretti previa presentazione alla biglietteria dell'elenco, su carta intestata Ciclobby - FIAB, dei componenti del gruppo, offerta senza limitazioni di periodo, non cumulabile con altra, è indispensabile conoscere fin da Sabato entro le ore 12 quanti sono i partecipanti che hanno versato la quota ed in tal modo, se si superano le 9 unità, lo sconto previsto dalla citata convenzione è più favorevole a quello offerto per i mini gruppi di 6 persone paganti indicato nell'Orario Ufficiale, cioè solo 20%, con i periodi di sospensione a Pasqua, dall'1 luglio al 31 agosto e dal 15 dicembre al 10 gennaio che invece non esistono nella convenzione stessa.

Consultate il nostro sito internet:
www.associazioni.milano.it/ciclobby

E se volete scriverci:
ciclobby@associazioni.milano.it

" Tutti i soci sono invitati a sottoscrivere la domanda di ammissione a partecipare alle iniziative cicloturistiche ed a prendere visione delle norme che regolano lo svolgimento delle gite: è un modo per partecipare con spirito collaborativo e consapevolmente alle attività della nostra associazione "

**" Il casco ti salva la vita!
Usalo sempre!"**

RICORDATE

Milano Arte: terza Domenica di ogni mese. Ritrovo in piazza Duomo, lato Piazzetta Reale, alle 10.00. Alle 10.15 inizio del giro alla scoperta della nostra città. Termine intorno alle 13.00. Organizza Maria Luisa Bonivento e Gianfranco Rocculi illustra la toponomastica ed i monumenti.

Bicigelato: tutti i Martedì, da Maggio a Settembre, ritrovo alle 21 in Piazza Duomo, lato Piazzetta Reale per andare, in bicicletta, a scoprire e gustare i gelati più buoni di Milano.
Organizza Maria Luisa Bonivento.

Consigliamo inoltre di informarsi sempre per proposte di gite non inserite nel Notiziario.

MARZO

Sabato 22 Marzo: L'unica occasione per vederli! In collaborazione con F.A.I., entreremo, senza fare la coda ed assistiti da una guida, nell'appena restaurato **Palazzo Bottoni** (sale con soffitti affrescati ed il primo ascensore installato a Milano!) e nel **Padiglione Reale della Stazione Centrale**. Ritrovo in Largo Cairoli angolo Via Dante, davanti al gazebo di Ciclobby, alle ore 10.15, partenza ore 10.30. Partecipazione gratuita. Proposta di Donata Schiannini.

Domenica 23 Marzo: BICINFESTA DI PRIMAVERA, 17ª Edizione. Iscrizioni dal 15 Marzo in sede o presso il gazebo in Via Dante. La bicicletta si svolgerà al mattino e terminerà alla Cassina Anna di Bruzzano, dove la festa continuerà nel pomeriggio con animazioni varie per bambini e adulti ed **estrazioni di premi per gli iscritti** (vedi pag. 1 del Notiziario).

Giovedì 27 Marzo: Solo bici. **La parte più segreta della Ca' Granda.** Visita guidata alle secentesche sale capitolari, ora sede dell'archivio dell'Ospedale Maggiore, che ospitano una parte dei celebri ritratti dei donatori. Seguirà una rapida occhiata all'elegante chiostro restaurato. **Solo 20 posti: prenotarsi in sede.** Ritrovo in Piazza S. Stefano alle 17.45, partenza alle 18. **Bici con luci funzionanti.** Quota 7 Euro, soci 4 o 3 punti C.P. Proposta di Anna Pavan.

Domenica 30 Marzo: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Dal Castello di Malpaga a Calcio, il paese con moderni affreschi d'autore.** Ritrovo a MI Garibaldi alle 8.30 partenza alle **9.10 col treno 1703** (no Amicotreno: ved. avvisi) arrivo a Romano di Lombardia alle 9.50. Ritorno da Treviglio alle 19.19 arrivo a MI Centrale alle 19.45. Itinerario. Romano di Lombardia, Cortenuova, Martinengo, Ghisalba, Malpaga (castello trecentesco trasformato dal 1456 in residenza propria da Bartolomeo Colleoni con la costruzio-

ne di altri corpi di fabbrica, opera continuata nei secoli XV e XVI dai Conti Martinengo di Brescia), Mornico al Serio, Palosco, Cividate al piano, Calcio (molte case sono state decorate con affreschi e mosaici di autori contemporanei), Fontanella, Comisano, Casale Cremasco, Sergnano, Capralba, Misano Gera d'Adda, Calvenzano, Treviglio. Percorso interamente pianeggiante di circa 70 km, su strade asfaltate in prevalenza secondarie. Bici col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco. Quota (da versare in sede) 16 Euro, soci 11 o 10 punti C.P. Proposta di Maria Pia Stradella e Alessandro Martelli.

La gita verrà effettuata soltanto se le previsioni del tempo atmosferico sono assolutamente favorevoli.



Domenica 30 Marzo: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Da Mantova a Modena.** Ritrovo a MI Centrale alle 7.40, partenza alle 8.20 con arrivo a Mantova alle 10.15. Rientro da Modena **alle 17.52 col treno 2136** (no Amicotreno: vedi avvisi) arrivo a MI Centrale alle 20.00. Itinerario: da Mantova, dopo il caffè ed un giro in città, si va a Quistello, Concordia, Mirandola, Modena. Percorso pianeggiante, asfaltato di circa 80 km. Bici da corsa o col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco. Quota 25 Euro, soci 20 o 19 punti C.P. Proposta di Roberto Facchini.



Domenica 30 Marzo: Bici+treno. Pranzo al sacco (o in trattoria/bar). **Il Naviglio Grande sulle orme di Leonardo.** Ritrovo a MI P.ta Genova alle 8.15, partenza alle 8.40 con arrivo a Abbiategrasso 9.03. Ritorno in treno da Sesto Calende alle 17.47, arrivo a MI Garibaldi alle 18.47 (oppure 19.22, arrivo MI Centr. 20.26). Itinerario: Abbiategrasso, Robecco, Turbigo, Sesto Calende, alternando ciclabile sul lato lombardo a tratti boscosi nel piemontese. La varietà dei suggestivi paesaggi e la magnificenza delle numerose antiche residenze fluviali rappresentano alcuni degli interessi per questo corso d'acqua storico, che la tradizione vuole progettato da Leonardo da Vinci. Percorso di circa

80 km, quasi interamente pianeggiante, con alcuni tratti di sterrato. Indicate MTB o ibrida, in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco. No bici da corsa. Quota 17 Euro, soci 12 o 11 punti C.P. Proposta Under 35 di Thomas Sedlaczek (tel. 328.5472938).

APRILE

Sabato 5 Aprile: Solo bici. **Belle scale di bei palazzi.** Visita ad alcune belle scale, interessanti e pregevoli per la forma insolita o la decorazione. L'itinerario si concluderà a palazzo Castiglioni, un tuffo nella belle époque più raffinata ed estrosa. Ritrovo in Piazza Sant' Alessandro alle 10, partenza alle 10.15. Quota 6 Euro, soci 3 o 2 punti C.P., ragazzi gratis. Proposta di Anna Pavan.



Domenica 6 Aprile: Bici+treno. Pranzo al sacco (o in trattoria/bar). **Tra Rosse Presenze e Verdi Silenzi.** Ritrovo a MI Rogoredo alle 8.00, partenza alle 8.33 (da MI Centr. 8.20, Lambrate 8.27) con arrivo a Lodi alle 8.49.

Ritorno da Codogno **alle 18.40 treno 2656** (no Amicotreno: vedi avvisi) con arrivo a MI Centrale alle 19.21. Itinerario: Lodi, Cascina Mairana, Cavenago D'Adda, Turano Lodigiano, Bertinico, Castiglione D'Adda, Codogno. Lungo l'Adda attraverso la Bassa Lombarda; tra i campi si incontrano le grandi cascine, modelli esemplari di architettura rurale, e le abitazioni signorili del Sei-Settecento, appartate in campagna.

Percorso pianeggiante, di circa 50 km, quasi totalmente su pista ciclabile. Qualsiasi tipo di bici col cambio, in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 17 Euro, soci 12 o 11 punti C.P.

Proposta Under 35 di Marco Milan (tel. 347.8156087).



Domenica 6 Aprile: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Giro del Lago di Lugano.** Ritrovo a MI

Garibaldi alle 7.15, partenza dal **Passante Ferroviario** alle 7.43 con arrivo a Varese alle 8.56 poi per Porto Ceresio alle 9.04, arrivo 9.22. Rientro da Chiasso alle 17.59 con arrivo a MI Garibaldi alle 19.10.

Itinerario: Porto Ceresio, Brusimpiano, Ponte Tresa, Agno, Morcote, Capolago, Chiasso. Percorso asfaltato di circa 90/100 km. Bici col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta, casco. Quota 18 Euro, soci 13 o 12 punti C.P.

Proposta di Roberto Facchini.

Attenzione: portare un documento valido per l'espatrio.



Venerdì 11 Aprile: Solo bici. **Vecchie botteghe raccontano la storia di Milano 6ª puntata.** Alla ricerca del tempo perduto tra vecchie farmacie, cartolerie, pasticcerie... che non hanno rinunciato alle loro tradizioni. Ritrovo in Piazza Borromeo alle 16, partenza alle 16.15.

Quota 6 Euro, soci 3 o 2 punti C.P., ragazzi gratis.

Proposta di Anna Pavan.

Domenica 13 aprile: "Concerto di Pasqua" nella Basilica di S. Marco. La Via Crucis di Franz Liszt verrà eseguita dalla Nuova Polifonica Ambrosiana, diretta da Riccardo Ceni. Pianista Roberto Gambaro.

Ingresso libero. Ritrovo alle ore 16,30 in piazza S. Fedele, partenza ore 16,45.

Proposta di Eugenio Galli.



Domenica 13 Aprile: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria tipica. **Oasi di Sant'Alessio.** Ritrovo alle 8 sul piazzale della Stazione MI P.ta Genova, partenza alle 8.15 per Pavia da dove si ritorna intorno alle 18 con arrivo alle 19.30 circa a Milano. Itinerario lungo il Naviglio Pavese fino alla Certosa di Pavia, poi Oasi di Sant'Alessio, Pavia città e ritorno. Gita facile che ci permette di apprezzare alcune delle maggiori perle di carezze storico, culturale e naturalistico non distanti dalla nostra città. Percorso pianeggiante, misto (asfalto/sterrato) di circa 80 km. Bici col cambio in perfetta

stato di efficienza, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 8 Euro, soci 3 o 2 punti C.P.

Proposta di Stefano Antonelli (tel. 02 55602361/ Uff. 02 52037120).



Domenica 13 Aprile: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Da Calolziocorte a Milano, costeggiamo il fiume Adda.**

Ritrovo a MI Garibaldi alle 8.00, **partenza col treno 5306 ore 8.41** (no Amicotreno: vedi avvisi), arrivo alle 9.37. Rientro a Milano in bicicletta. Itinerario: Calolziocorte, Olginate, Brivio, Paderno d'Adda, Vaprio d'Adda, Gorgonzola, Milano.

Percorso di circa 70 km ondulato, misto (asfalto/sterrato), con splendidi scorci panoramici e interessanti piccoli paesi.

Bici col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 15 Euro, soci 10 o 9 punti C.P.

Proposta di Pietro Scafati.



Domenica 13 Aprile: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Valtinesi e Lago di Garda.** Ritrovo a MI Centrale alle 7.40, partenza alle 8.15 con arrivo a Brescia alle 9.19. Rientro da Peschiera del Garda alle 17.53 con arrivo a MI Centr. alle 19.45.

Itinerario: Brescia, Rezzato, Gavardo, Valtinesi, Salò, Toscolano Maderno (traghetto), Torri del Benàco, Garda, Peschiera. Percorso collinare, asfaltato di circa 80/90 km.

Bici col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 20 Euro, soci 15 o 14 punti C.P.

Proposta di Roberto Facchini.

Martedì 15 Aprile: gli antichi Terraggi: ritrovo alle ore 20.30 in Via Gadio davanti all'Acquario per conoscere il percorso degli antichi Terraggi. Proposta di Stefano Melloni.

*" Il casco ti salva la vita!
Usalo sempre"*

**Domenica 20 Aprile (Pasqua),
25 Aprile, 1 Maggio:**

In Corsica. Partenza dal molo di Savona il 20.4.2003 alle 23 con "Corsica Ferries", arrivo a Bastia il 21.4 ore 7. 1° giorno: percorso di circa 80 km con dislivello di 500 metri (possibile trasferimento parziale in treno+bici). Nei giorni successivi: giro della Balagne, visita a Calvi, Galeria e Valle del Fango, St. Florent e deserto degli Agriates. Percorsi fra i 40 e 90 km al giorno. Sistemazione in villa privata a Ile Rousse in stanze da 2/3 persone, con bagno e giardino panoramico sul mare. Euro 30,00 a notte. Durata minima del soggiorno 4 notti. *Posti limitati.* Quota spese generali di Ciclobby 10 Euro. Proposta di Stefano Melloni (tel. 335 299396).



Domenica 27 Aprile: Bici + treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Visita a Brescello.**

Ritrovo a MI Centrale alle 7.40, partenza alle 8.20 con arrivo a Bozzolo alle 9.55. Rientro da Parma col **treno 2134 delle 16.26**, arrivo a MI Centrale alle 18.00. Itinerario: Bozzolo, Belvedere, Breda, Rivarolo del Re, Sabbioneta, Viadana, Brescello (sosteremo qui, nel paese reso famoso dalle opere di Giovanni Guareschi, da cui derivarono i film su Don Camillo e Peppone) Sorbolo, Parma. Percorso pianeggiante, asfaltato di circa 80 km nelle campagne fra Mantova e Parma. Bici col cambio in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco. Quota 26 Euro, soci 21 o 20 punti C.P. Proposta di Alberto Gaiani.



Domenica 27 Aprile: Bici + treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Ritorno a Fosse e ciclabile in val d'Adige.**

Ritrovo a MI Centrale alle 7.40, partenza alle 8.15 con arrivo a Peschiera alle 9.50 Rientro da Peschiera alle 18.11 con arrivo in MI Centrale alle 19.45. Itinerario: Peschiera, Palazzolo, Negrar, Giare, Fosse; al ritorno Peri, Ceraino, Piovezzano, Colà, Peschiera.

Percorso di circa 100 km, con salite graduali nella prima parte; la ciclabile del ritorno è tutta in piano.

Bici da corsa o col cambio, in perfetta efficienza e casco.

Quota 22 Euro, soci 17 o 16 punti C.P.

Proposta di Sandro Ticozzi.

MAGGIO



Ciclisti a Villa Borromeo l'8 settembre 2002. Villa Borromeo organizza meeting, congressi, sfilate, ricevimenti nuziali, special events. Via Vittorio Veneto, 58 - 20062 Cassano d'Adda (MI). Tel. 0363.60.904 - www.villaborromeo.it



Venerdì 1 - Domenica 4 Maggio: Bici+treno. Pranzi al sacco/bar, cene in ristoranti tipici. Pernottamento in albergo/agriturismo. **Umbria magica.** Ritrovo 1 maggio a MI Centrale alle 5.30, partenza alle 5.55, arrivo a Marotta alle 10.51. Ritorno 4 maggio da Spoleto alle 15.47, arrivo a Falconara alle 17.56, partenza da Falconara **alle 18.32 col treno 1764** (no Amicotreno: ved. avvisi), arrivo a MI Centrale alle 23.40.

1° giorno: destinazione Gubbio, percorso asfaltato di 70 km, metà pianeggiante e metà collinare. Visita al Parco regionale del Monte Cucco, serata a Gubbio.

2° giorno: Gubbio, Assisi, Spello con visite. Percorso collinare di circa 40 km.

3° giorno: Spello, Foligno, Val Nerina, Ferentillo, attraverso il parco fluviale del fiume Nera, eventuale passaggio dalle cascate delle Marmore. Percorso collinare, km 60-70 circa.

4° giorno: Ferentillo, Spoleto con visite. Percorso ondulato, circa 20 km. Quattro giorni a contatto con la natura, i paesaggi e i centri che hanno fatto di questa regione una delle più suggestive d'Italia. Qualsiasi tipo di bici col cambio, in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco. Quota (esclusi pasti e pernottamenti) 54 Euro, soci 49 o 48 punti C.P. **Iscrizione entro Sabato 12 Aprile 2003.** Contattare la sede o scrivere a ciclobby.u35@email.it per quote cene/pernottamenti e ulteriori informazioni. Proposta Under 35 di Massimo Conter (tel. 339.7077810).



Domenica 4 Maggio: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Da Cassano d'Adda a Chiari, le future trasformazioni del paesaggio lombardo.**

Ritrovo a MI Lambrate alle 7.40 con partenza alle 8.14 ed arrivo a Cassano d'Adda alle 8.45.

Rientro da Chiari alle 16.59 con arrivo a MI Centrale alle 17.45 o con treni successivi.

Itinerario: Cassano d'Adda (**eccezionalmente, visita alla Villa Borromeo del Piermarini, normalmente chiusa al pubblico: vedere foto nella pagina**) poi, ponte sull'Adda, Cascine S. Pietro, Casirate d'Adda, Calvenzano, Caravaggio

(con visita al Santuario), Masano, Bariano, ponte sul Serio, Romano di Lombardia (km 29, di qui i più stanchi possono ripartire in treno per Milano alle ore 12.50 o con treni successivi), Fara Olivana, Covo, Barbata, Fontanella, Calcio, ponte sull'Oglio, Urago d'Oglio, Castelvati, Chiari.

Percorso totale di 67 km, pianeggiante, asfaltato ed in parte su strade sterrate poderali. Bici col cambio, in perfetto ordine, attrezzatura per le riparazioni specie camere d'aria di scorta, casco e, per l'eccezionalità dei luoghi, macchina fotografica o videocamera.

Quota 16 Euro, soci 11 o 10 punti C.P. Proposta di Lorenzo Giorgio.

Attenzione: per motivi organizzativi la gita potrebbe essere spostata al 18 Maggio prossimo.

Informarsi in segreteria.



Domenica 4 Maggio: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Giro del Lago d'Orta.** Ritrovo a MI Garibaldi alle 8.30, partenza alle 9.05 con arrivo ad Arona alle 10.17, da dove si rientra alle 17.37 con arrivo a MI Garibaldi alle 18.47.

Itinerario: Arona, Invorio, Gozzano, Omegna, Nonio, Pella, Lagna, Gozzano, Borgomanero, Arona.

Percorso in parte collinare, asfaltato di circa 90 km. Bici col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco. Quota 18 Euro, soci 13 o 12 punti C.P. Proposta di Roberto Facchini.



Domenica 4 Maggio: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Al Castello di Masino.** Ritrovo a MI Centrale alle ore 7.40, partenza alle ore 8.20 con arrivo a Santhià alle ore 9.24. Da qui si rientra alle ore 18.33 con arrivo a MI Centrale alle ore 19.40.

Itinerario: Santhià, Salussola, Cerrione, Zimone, Azeglio, Caravino, Masino Castello, Borgomasino, Maglione, Borgo d'Ale, Alice Castello, Santhià.

Percorso ondulato, asfaltato di circa 60 km, con due salite sopra al lago di Viverone e, breve, per raggiungere il Castello.

Bici da corsa o col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 19 Euro, soci 14 o 13 punti C.P. Proposta di Pietro Scafati.

Domenica 11 maggio: ritorna **Bimbibici** 4ª edizione. La bicicletta è dedicata ai giovanissimi da 0 a 12 anni e ai loro accompagnatori. Ritrovo in piazza S. Fedele alle ore 10, partenza alle ore 10.45. Arrivo ai Giardini Pubblici. Seguirà "Un viaggio tra le stelle" al Planetario o giretto sul trenino. Quota 3 Euro per tutti. Ci saranno anche Natalia Estrada e Claudio Bisio (vedi pag. 8 del Notiziario).



Domenica 11 Maggio: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Monte Tommarlo e Monte Penna.** Ritrovo a MI Centrale alle 6.40, partenza alle 7.10 con arrivo a Borgo Val di Taro alle 9.39. Rientro da Borgo val di Taro alle 16.30 con arrivo in MI Centrale alle 20.00.

Itinerario: Borgo Taro (m. 420), Bedonia, Ponte Ceno (m. 700), Anzola, Monte Tomarlo (m. 1482), Monte Penna (m. 1465), ponte Strambo, Bedonia, Borgo Taro. Percorso tutto asfaltato di 90 km circa, con una salita impegnativa (da Anzola al Tomarlo). Bici da corsa o col cambio, in perfetta efficienza e casco. Quota 24 Euro, soci 19 o 18 punti C.P. Proposta di Sandro Ticozzi.

Martedì 13 Maggio: Bicigelato (vedi avvisi)

Sabato 17 Maggio: "Da porta Romana a porta Vittoria". A zonzo in due vecchi quartieri milanesi per scoprirne aspetti nascosti e curiosi. Visita anche alla clinica delle bambole rotte. Ritrovo ore 10 in piazza Medaglie d'oro, partenza ore 10,15. Quota 6 Euro, soci 3, ragazzi gratis. Proposta di Anna Pavan.

Domenica 18 Maggio: Milano Arte (vedi avvisi)



Domenica 18 Maggio: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria tipica. **I Mille Laghi di Lombardia.** Ritrovo a MI Garibaldi alle 8.15, partenza ore **8.41 col treno 5306 (no Amicotreno: vedi avvisi)**, arrivo a Calozziocorte ore 9.36. Ritorno da Sesto Calende ore 17.47 con arrivo ore 18.47 a MI Garibaldi.

Itinerario: dieci laghi, Olginate, Garlate, Annone, Pusiano, Alserio, Como, Varese, Monate, Comabbio e Maggiore. Attrazioni storiche come il traghetto leonardesco attraccato a Olginate, o di interesse artistico come il Duomo di Como o l'Abbazia di San Donato a Sesto Calende. Percorso asfaltato di circa 100 km con alcuni tratti sterrati e collinari. Qualsiasi tipo di bici col cambio, in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 19 Euro, soci 14 o 13 punti C.P. Proposta Under35 di Stefano Antonelli (tel. 02.55602361, uff. 02.52037120).



Domenica 18 Maggio: Bici + treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Da Varallo Sesia a Rimella.** Ritrovo a MI Centrale alle 7.15, partenza alle 7.45 e arrivo a Novara alle

8.35. Si riparte alle 9.07 con arrivo a Varallo alle 10.13. Rientro da Arona alle 17.32 con arrivo a Milano alle 18.31. Itinerario: Varallo, Rimella (m. 1176), Varallo, Borgosesia, Cremona (m. 599), Gozzano, Invorio, Arona. Percorso asfaltato di circa 100 km, con salite di media difficoltà. Bici corsa o col cambio, in perfetta efficienza. Quota 19 Euro, soci 14 o 13 punti C.P. Proposta di Sandro Ticozzi.

Attenzione: per la disponibilità del treno da Novara a Varallo Sesia. Questa gita va effettuata entro il 14 Giugno.

Martedì 20 Maggio: Bicigelato (vedi avvisi).

Dal 25 Maggio al 5 Giugno: 4° Ciclotour di Primavera 2003 in Austria, organizzato da Antonio Meneghin, nelle Regioni dell'Alta e Bassa Austria, Burgenland, Stiria, Carinzia e Tirolo.

25.5 Treno+bici: Milano, Verona, Brennero, Monaco, Passau.

26.5 Passau, Linz (ciclabile del Danubio) km 100 circa

27.5 Linz, Ybbs a.d. Donau (Danubio) km 100 circa

28.5 Ybbs, Melk, St. Polten, periferia di Vienna km 100 circa

29.5 Vienna (visita della città)

30.5 Vienna, Neunkirchen km 90 circa

31.5 Neunkirchen, Bruck a.d. Mur km 100 circa

01.6 Bruck a.d. Mur, Loben, Scheifling km 100 circa

02.6 Scheifling, Spittal a.d. Drau (Drava) km 100 circa

03.6 Spittal, Lienz km 90 circa

04.6 Lienz, Dobbiaco, Brunico, Bressanone km 110 circa

05.6 Treno+bici: Bressanone, Verona, Milano.

Pernottamento in Alberghi, Meublè, ecc. Massimo 6 partecipanti.

Per informazioni più dettagliate telefonare, ore pasti a Antonio Meneghin 02-4584879. Quota pro Ciclobby: 5 Euro a persona.

Attenzione: per esigenze di trasporto bici è necessario prenotare presso le Ferrovie Tedesche, quindi si invitano gli interessati a confermare la loro partecipazione entro il 10 Aprile 2003.



Domenica 25 Maggio: Solo bici:

Tutti insieme per l'ANFFAS.

Appuntamento alle ore 10.45 in via Carlo Bazzi, 68 per visitare insieme il Parco e le strade dei venti. Altre informazioni in Segreteria. Proposta di Stefano Melloni e Pietro Scafati.



Domenica 25 Maggio: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Il Barocco a Torino.** Ritrovo a MI Centrale alle 7.40, partenza alle 8.20 con arrivo a Torino Porta Nuova alle 10.13. Da qui si rientra alle 16.50 o 17.50 con arrivo a MI Centrale alle 18.40 o 19.40. Visita ai principali monumenti dell'architettura barocca (Juvara e Guarini), poi pedalata nei parchi torinesi lungo il fiume Po (Possibile pranzo in riva al fiume con piatto unico self-service a 12,50 Euro).

Qualsiasi tipo di bicicletta, purchè con camere d'aria di scorta e, visto che siamo nel traffico cittadino, casco vivamente consigliato.

Quota 24 Euro, soci 19 o 18 punti C.P. Proposta di Piero Ricuperati dell'Associazione "Bici e dintorni" di Torino e Pia Stradella.



Domenica 25 Maggio: Treno+bici. Pranzo al sacco (o in trattoria/bar). **Le rocche della Lomellina.** Ritrovo a MI P. Genova alle 8.15, partenza alle 8.40, arrivo a Vigevano alle 9.11. Ritorno in treno da Mortara alle 19.41, arrivo a MI P. Genova alle 20.24.

Itinerario: Vigevano, Gambolò, Scaldasole, Lomello, Pieve del Cairo, Frascarolo, Sartirana, Valle, Cozzo, Olevano, Mortara. Sulle strade della Lomellina, a zigzag tra cascine fortificate e stupendi castelli medioevali, in un paesaggio agreste che approssimandosi al Ticino si trasforma in vegetazione rigogliosa tipica del bacino fluviale.

Percorso pianeggiante e asfaltato di circa 90/100 km. Qualsiasi tipo di bicicletta col cambio, in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 16 Euro, soci 11 o 10 punti C.P. Proposta Under 35 di Thomas Sedlaczek (tel. 328.5472938).

Martedì 27 Maggio: Bicigelato (vedi avvisi)

GIUGNO



Domenica 1 Giugno: MM+bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Nella campagna dalla Martesana a... Brescia.** Ritrovo alle 9.00 precise alla Stazione MM2 di Gessate (linea verde, biglietto extra-urbano, raggiungibile in bici, 15 km dal centro di Milano) da dove si prosegue per Inzago, Gropello d'Adda, Cassano d'Adda e oltre su strade secondarie prevalentemente asfaltate fino a Brescia per circa 80 km, da dove si rientra in treno alle 18.41 con arrivo a Milano Centrale alle 19.45. Bici col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco. Quota 16 Euro, soci 11 o 10 punti C.P. Proposta di Aurelio Heger.



Domenica 1 Giugno: Bici + treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Indemini e passo di Neggia.** Ritrovo a MI Garibaldi alle 7.10, partenza dal **Passante ferroviario** alle 7.43 con arrivo a Luino alle 9.00. Rientro da Laveno alle 16.05 con arrivo a MI Garibaldi **Passante ferroviario** alle 17.43. Itinerario: Luino, Maccagno, Indemini, passo di Neggia (m. 1395) Mira, Maccagno, Luino, Laveno. Percorso con salita impegnativa (1200 m dislivello), asfaltato, circa 85 km. Bici da corsa in perfetta efficienza. (91 km di treno all'andata, 67 km di treno per il ritorno). Quota 19 Euro, soci 14 o 13 punti C.P. Proposta di Sandro Ticozzi.



Domenica 1 - Lunedì 2 Giugno: Bici+treno. Pranzi al sacco/bar, cena in ristorante tipico. Pernottamento in albergo. **Bobbio e la Valtrebbia.**
Domenica 1: ritrovo a MI Garibaldi alle 7.40, partenza alle 8.22 con arrivo a Piacenza alle 9.19.
Lunedì 2: ritorno in treno da Piacenza alle 18.37 e arrivo a MI Garibaldi alle 20.02.
1° giorno: Piacenza, Gossolengo, Rivalta Trebbia, Travo, Mezzano Scotti, Bobbio.
2° giorno: Bobbio, Travo, Rivergaro, Grazzano Visconti, Podenzano, Piacenza. La selvaggia bellezza della Valtrebbia, un paesaggio che conserva il legame antico tra l'uomo e il suo fiume; il paese di Bobbio, importante riferimento per il

culto e la cultura del nostro Paese a partire dal Trecento. Percorso collinare, asfaltato con tratti sterrati, circa 65+65 km. Bici: MTB o ibrida robusta in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco.

Quota (treno+bici) 20 Euro, soci 15 o 14 punti C.P. **Iscrizione entro Sabato 17 Maggio 2003.**

Informazioni in sede o scrivere a ciclobby.u35@email.it per quote cene/ pernottamenti. Proposta Under 35 di Roberto Miuccio (tel. 338.1271700).

Martedì 3 Giugno: Bicigelato (vedi avvisi)



Martedì 3 giugno: Pedali nella notte "Il cielo di giugno". Una serata al Planetario per contemplare le costellazioni estive. Al termine breve passeggiata sotto le stelle vere. **Necessario prenotare in segreteria Ciclobby entro il pomeriggio stesso.** Ritrovo alle 20 in piazza Duomo, lato piazzetta Reale, partenza ore 20.15. **Occorre impianto luci funzionante.** In caso di pioggia, ritrovo davanti al Planetario alle ore 20.35. Euro 4 per tutti. Proposta di Anna Pavan.



Domenica 8 Giugno: Turismo in bicicletta: arte e natura in Zona 8. Monte Stella e Certosa di Garegnano. Partecipazione gratuita. Ritrovo ed orari da definire. Informazioni in segreteria.



Domenica 8 Giugno: Bici+treno. Pranzo al sacco (eventualmente in trattoria/bar). **In bicicletta con Peppone e don Camillo.** Ritrovo a MI Rogoredo alle 7.40, partenza col treno **2125 (da MI Centr. 8.00, Lambrate 8.06) alle 8.13 (no Amicotreno: vedi avvisi)** e arrivo a Parma alle 9.29, da dove si rientra **alle 18.26 treno 2136 (no Amicotreno: vedi avvisi)** arrivo a Rogoredo 19.47, Lambrate 19.53, MI Centr. 20.00. Itinerario: Parma, Sorbolo, Brescello, Borretto Po, Gualtieri, S. Vittoria, Castelnuovo di Sotto, Olmo, S. Pantaleone, Parma. Percorso pianeggiante, di circa 60 Km

attraverso i paesaggi emiliani descritti nelle opere di Giovanni Guareschi. Qualsiasi tipo di bici, **escluse quelle tipo "Graziella"**, purché in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 25 Euro, soci 20 o 19 punti C.P. Proposta Under35 di Marco Milan (telefono 347.8156087).

Martedì 10 Giugno: Bicigelato (v. avvisi)

Domenica 15 Giugno: Milano Arte. Percorso a sorpresa.: ritrovo alle ore 10, in piazza Duomo, lato piazzetta Reale, partenza ore 10.15. Partecipazione gratuita. Proposta di Maria Luisa Bonivento e Gianfranco Rocculi.



Domenica 15 Giugno: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Alla Villa Bozzolo di Casalzuigno.** Ritrovo a MI Garibaldi alle 9, partenza alle 9.40 con arrivo a Varese alle 10.30. Rientro da Sesto Calende alle 17.47 con arrivo a MI Garibaldi alle 18.47 (oppure alle 19.22 con arrivo alle 20.26) Partendo da Varese (m. 382) ci inoltriamo nel bosco di Campo dei Fiori e dopo la salita scendiamo su Cuvio, arrivando poi a Casalzuigno dove sosteneremo per visitare Villa Bozzolo una delle tante proprietà del F.A.I., che ne ha curato il restauro e cura la manutenzione. Rientreremo nel pomeriggio per Brenta, Gemonio, Malgesso, Monate, Osmate, Sesto Calende. Percorso collinare, asfaltato di circa 70 km. Bici da corsa o col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco. Quota 18 Euro, soci 13 o 12 punti C.P. Proposta di Pietro Scafati.



Domenica 15 Giugno: Treno+bici. Pranzo al sacco o in trattoria. **Da Pontremoli a Fidenza per il Passo della Cisa.** Ritrovo a MI Centrale alle 6.30, partenza alle 7.05, arrivo a Pontremoli alle 9.56. Rientro da Fidenza alle 17.37 con arrivo a MI Centrale alle 18.47. Itinerario: da Pontremoli (breve visita alla città) attraverso il Passo (m. 1039) si arriva a Berceto, Fornovo, Medesano, Noceto, Fidenza. Percorso di circa 100 km. Bicida corsa o col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco. Quota 22 Euro, soci 17 o 16 punti C.P. Proposta di Roberto Facchini.



Domenica 15 Giugno: Treno+bici. Pranzo al sacco (o in trattoria/bar). **Ticino... Adventures!** Ritrovo a MI P.Genova alle 8.00, partenza alle 8.40, arrivo a Vigevano alle 9.11. Ritorno da Abbiategrosso alle 20.00, arrivo a MI P. Genova alle 20.25. Itinerario: Vigevano, Bereguardo, Pavia, Bereguardo, Motta Visconti, Besate, Morimondo, Abbiategrosso (Gaggiano, Trezzano s/Naviglio, Milano). Interamente nel Parco del Ticino, quasi sempre in mezzo al bosco. Sosta a Morimondo, splendida abbazia cistercense immersa nel verde agricolo. Percorso misto asfaltato/sterrato carrozzabile/fuori strada di circa 80 km (a scelta, ritorno a Milano in bici, 25 km in più). Se ha piovuto di recente vi saranno tratti fuori strada poco praticabili. Vivamente consigliate bici MTB (o ibrida solida) in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta, casco, un cambio di indumenti e sandali o sacchetti per eventuali guadi. **No bici da corsa.** Quota 16 Euro, soci 11 o 10 punti C.P.). Proposta Under 35 di Andrea Volpato (tel. 333.5253103).

Martedì 17 Giugno: Bicigelato (v. avvisi).

Domenica 22 giugno: "Lo stile liberty a Porta Venezia" Un quartiere nato sul finire dell'Ottocento e che conserva intiere vie stilisticamente omogenee. Ritrovo in piazza Oberdan alle ore 10,15, partenza ore 10,30. Quota 6 Euro, soci 3 ragazzi gratis. Proposta di Pierfrancesco Sacerdoti e Anna Pavan.



Domenica 22 Giugno: Bici+treno. Pranzo al sacco (eventualmente in trattoria/bar). **Il Canavese e le Valli di Lanzo.** Ritrovo a MI Centrale alle 7.40, partenza alle 8.20, arrivo a Torino Porta Nuova alle 10.12. Ritorno da Chivasso alle 19.14, arrivo a MI Centrale alle 20.40. Itinerario: Caselle, Ciriè, Balangero, Front, San Francesco al Campo, San Benigno Canavese, Volpiano, Brandizzo, Chivasso. La pianura coltivata, le colline verdi di boschi ed i vigneti, le alte cime circostanti, tutto concorre a fare di queste terre ricche di bellezze naturali e di storia un'oasi a misura d'uomo. Percorso asfaltato, ciclabile, leggermente collinare di circa 80 km. Bici col cambio

(corsa, ibrida, MTB), purchè in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco. Quota 24 Euro, soci 19 o 18 punti C.P. Proposta Under35 di Thomas Sedlaczek (tel. 328.5472938).



Domenica 22 Giugno: Bici + treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Ai Laghi della Valle Antrona.** Ritrovo a MI Centrale alle 7.00, partenza alle 7.30 con arrivo a Domodossola alle 9.10. Rientro dalla Stazione Ferroviaria di Verbania-Pallanza alle 17.12 con arrivo in MI Centrale alle 18.31. Itinerario: Domodossola, Villadossola (m. 257), Seppiana (m. 557) San Pietro (m. 640) Antronapiana (m.902), Lago Campiccioli (m.1352) e ritorno a Villadossola, Piedimulera, Ornavasso, Gravelona Toce, Stazione FS Verbania. Percorso asfaltato di circa 80 km. Bici da corsa o col cambio, in perfetta efficienza e casco. Quota 20 Euro, soci 15 o 14 punti C.P. Proposta di Sandro Ticozzi.

Martedì 24 Giugno: Bicigelato (v. avvisi)

Giovedì 26 - Domenica 29 Giugno: Cicloraduno Nazionale FIAB a Bolzano (ved. pag. 11 del Notiziario).

Venerdì 27 giugno: "Luoghi della vita del Manzoni". Una ricognizione, **con letture**, delle case abitate dal grande scrittore. Termineremo in piazza Belgioioso, accolti dal Conservatore della casa-museo che ci guiderà nella visita. Ritrovo in via Conservatorio (sagrato della chiesa della Passione) alle ore 16, partenza ore 16,15. Quota 6 Euro, soci 3. Proposta di Gino Cervi ed Anna Pavan.



Domenica 29 Giugno: Bici+treno. Pranzo al sacco o in trattoria. **Il Passo di Cento Croci (da Borgo Val di Taro a Sestri Levante).** Ritrovo a MI Centrale alle 6.30, partenza alle 7.05 con arrivo a Borgo Val di Taro alle 9.39. Rientro da Sestri Levante col treno 1730 delle 17.48 per MI Garibaldi dove si arriva alle 20.57. Itinerario: da BorgoTaro inizia la salita al Passo (m. 1059) poi Varese Ligure, Sestri Levante. Percorso asfaltato di circa 100 km. Bici da corsa o col cambio, in perfetto ordine, camere d'aria di scorta e casco. Quota 24 Euro, soci 19 o 18 punti C.P. Proposta di Roberto Facchini.

LUGLIO

Martedì 1 Luglio: Bicigelato (vedi avvisi)

Sabato 5 luglio: "Dalla Palazzina Liberty al borgo di Monluè" percorrendo la nuova pista ciclabile di via Mecenate. Passato, presente e futuro di luoghi che stanno vivendo un rapido mutamento. Ritrovo alla Palazzina Liberty di largo Marinai d'Italia alle ore 17, 30, partenza ore 17,45. Quota 6 Euro, soci 3, ragazzi gratis. Proposta di Lorenzo Giorgio ed Anna Pavan.



Sabato 5 Domenica 6 Luglio: Treno+bici. Pranzi al sacco/bar, cena in ristorante tipico. Pernottamento in ostello/rifugio. **Engadina bike.** Partenza Sabato 5 da MI Centrale **8.15 col treno 2590 (no Amicotreno: vedi avvisi)** arrivo a Tirano 10.44, partenza da Tirano 10.50 (o 11.40) arrivo a Ospizio Bernina 12.23 (o 13.13) (quota m. 2300). Ritorno Domenica 6 in treno con arrivo a MI Centrale attorno alle 21; da definire la località di partenza, in funzione della possibilità di trasporto della propria bici, in alternativa noleggio in loco. Itinerario: Ospizio Bernina, St.Moritz, Maloja (per la notte), Alta Engadina, Bassa Engadina, St.Moritz/Chiavenna. In una delle zone montuose più suggestive e rinomate d'Europa, tra ghiacciai, boschi, laghetti e verdi vallate. Percorso quasi completamente su strade sterrate, km 40+80/100. Bici: MTB o ibrida robusta, in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco. Orari ferroviari del ritorno, trasporto o noleggio bici, quote di partecipazione e cena/pernottamento sono da definire: contattare direttamente la guida, la sede o scrivere a ciclobby.u35@email.it per ulteriori informazioni. Iscrizione entro Sabato 14 Giugno 2003. Necessaria carta d'identità valida per l'espatrio o passaporto (non scaduti!). Si consiglia l'estensione del servizio sanitario all'estero (E111, da richiedere all'Asl). Proposta Under35 di Massimo Conter (tel. 339.7077810).



Domenica 6 Luglio: Auto+bici. Pranzo al sacco o in trattoria. **Nella Val Tremola verso il passo San Gottardo.**

Ritrovo a Milano in Via Cesariano, davanti alla gloriosa ex-sede di Ciclobby alle 7.00. Partenza alla volta di Biasca (Svizzera, Canton Ticino) alle 7.15, arrivo previsto alle 9.00.

Partenza con le bici prevista alle 9.15 in direzione della val Leventina.

Itinerario: Biasca, Faido, Airolo; da qui inizia la salita nella Val Tremola sulla vecchia strada cantonale sino al valico del S.Gottardo. Pranzo al valico.

Il ritorno si effettuerà sullo stesso itinerario sino a Biasca. Rientro in serata a Milano, arrivo previsto per le 19.

Percorso completamente asfaltato (da Airolo al Gottardo la strada è completamente cubettata!) per 11 Km.

Bici da strada (o equivalente) in perfetta efficienza.

Proposta di Sandro Ticozzi.

Attenzione: portare un documento valido per l'espatrio.

Martedì 8 Luglio: Bicigelato (vedi avvisi)



Domenica 13 Luglio: Treno+bici. Pranzo al sacco o intrattoria. **Il panorama da Tiano a St. Moritz e Colico.** Ritrovo a MI Centrale alle 5.30, partenza alle 6.12 con arrivo a Tirano alle 8.37.

Rientro da Colico alle 18.02 con arrivo a MI Centrale alle 19.30.

Itinerario: si sale da Tirano a St. Moritz col treno per la Valle di Poschiavo e di Bernina con vista panoramica sull'omonimo massiccio delle Alpi, quindi, in bici, si scende per Silvaplana, Passo Maloja, Casaccia, Lobbia, Chiavenna, Colico. Percorso parte pianeggiante e parte in discesa di circa 70 km.

Bici col cambio in perfetta efficienza, ottimi freni, camere d'aria di scorta, indumenti antivento e casco.

Quota (escluso trenino del Bernina) 22 Euro, soci 17, o 16 punti C.P.

Proposta di Alberto Gaiani.

*" Il casco ti salva la vita!
Usalo sempre"*



Pranzo al sacco (eventualmente in trattoria/bar). **Il Parco del Torrente Stirone.**

Ritrovo portico MI Centrale alle 7.30, partenza **alle 8.00 col treno 1865** (no Amicotreno: vedi avvisi) e arrivo a Fiorenzuola d'Arda alle .9.06.

Ritorno da Fidenza alle 18.40, arrivo a MI Centrale alle 20.00.

Itinerario: Fiorenzuola d'Arda, Chiaravalle della Colomba, Alseno, Castelnuovo Fogliani, Scipione Ponte, Vigoleno, Scipione, Fidenza. La piana alluvionale del torrente Stirone è stata definita "museo all'aperto" è di grande importanza scientifica e didattica per la presenza di notevoli strati rocciosi e del loro ricco contenuto di fossili. Visita al borgo fortificato di Vigoleno e all'Abbazia di Chiaravalle della Colomba.

Percorso di circa 70 km misto pianeggiante/collinare, asfaltato o sterrato.

Bici col cambio (MTB, ibrida o city-bike robusta) in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 21 Euro, soci 16 o 15 punti C.P. Proposta di Roberto Miuccio (cellulare 338.1271700).



Domenica 20 Luglio: Treno+bici. Pranzo al sacco (o in trattoria/bar). **Parco Adda Sud, tra Pizzighettone e Crema.**

L'itinerario privilegerà gli aspetti naturalistici del bacino del fiume Adda, e storici delle località che si attraverseranno, ricche di pregevoli testimonianze artistiche ed architettoniche.

Percorso: pianeggiante, asfaltato/sterrato, ciclabile, circa 90 km. Bici: MTB o ibrida robusta, in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco. Luogo e orario di ritrovo, itinerario, orari ferroviari e quote di partecipazione sono da definire: contattare direttamente Andrea, la sede o scrivere a ciclobby.u35@email.it per ulteriori informazioni.

Proposta Under35 di Andrea Volpato (tel. 333.5253103).



Domenica 27 Luglio: Auto+bici. Pranzo al sacco (eventuale cena al ristorante). **I Laghi della Lavagnina: ritorno alla**

natura. Ritrovo MM2-Famagosta (linea verde) alle 8.00, partenza in auto con arrivo a Gavi alle 10.00 circa. Ritorno in serata.

Programma: spesa collettiva, poi in sella alla volta degli splendidi Laghi della Lavagnina, per raggiungere il bivacco nello scenario suggestivo di rocce e torrenti in cui trascorreremo una giornata all'aria aperta. Al ritorno eventuale cena in zona.

Percorso misto di circa 35 km, asfalto/sterrato di circa 35 km, fuoristrada facile. Bici: MTB o ibrida robusta, in ottimo stato di funzionamento, camere d'aria di scorta e casco.

Quota 8 Euro, soci 3 o 2 punti C.P. + spese auto/pranzo/cena.

In caso di maltempo la gita sarà rinviata in data da destinarsi.

Il numero dei partecipanti è vincolato alla possibilità di trasporto delle biciclette, pertanto chi disponesse di auto attrezzate e/o portabici è pregato di segnalarlo con adeguato anticipo (almeno entro il 15 Luglio) in sede o scrivere a ciclobby.u35@email.it. Proposta Under35 di Tuccio Pala (telefono 338.1869695).

CICLOBBY

non si assume la responsabilità di eventuali guasti meccanici ed incidenti che possono verificarsi nel corso delle gite.



difficoltà



auto+bici



bici+treno



pranzo al sacco



pranzo in trattoria



gite baby



La pagina dei Ciclobby Point

Si conclude la raccolta dei punti CP

Ha consentito a molti soci di ricevere regali importanti, come i completi da ciclista di Ciclobby o della Fiab, iscriversi alle gite cicloturistiche, rinnovare la propria tessera di iscrizione. La Carta, dalla sua nascita, ha contribuito a rilanciare i rapporti tra l'associazione ed i Ciclobby Point, stimolandone una maggiore collaborazione ed una più costante adesione alle iniziative proposte. I Ciclobby Point si sono attivati come punti di iscrizione e rinnovo per i nostri soci, alternativi quindi alla sede di Ciclobby, che in considerazione dei suoi orari di apertura non può garantire disponibilità per tutte le ore del giorno. Il servizio di iscrizione anche presso i negozi è certamente un vantaggio per l'associazione, in quanto la nostra attività può essere riconosciuta in modo concreto in una moltitudine di sedi; per questo motivo Ciclobby ha deciso di premiare, durante una *convention* che verrà organizzata entro la prossima estate, i negozi che hanno raccolto il maggior

numero di iscrizioni.

Un segnale concreto di collaborazione tra i negozi e Ciclobby è la moltiplicazione di servizi al ciclista che sono stati attivati recentemente: le pompe pubbliche, così apprezzate per la comodità e la semplicità d'uso (il primo Ciclobby Point ad attivarne una è stato NART), la bici di cortesia durante le riparazioni e per finire il noleggio delle biciclette (che vede in questi mesi l'avvio anche presso Rossignoli).

Se da un lato, quindi, viene a mancare un strumento utile al socio come la Carta Ciclobby Point (ma rimarranno gli sconti), dall'altro l'associazione è tesa a mantenere vive le proprie collaborazioni con i negozi sollecitandone impegno e maggiore considerazione verso le esigenze di un ciclista sempre più attento a valorizzare ogni tipo di contributo - come quello privato del negoziante - che lo agevoli nella difficile convivenza con il traffico milanese.

Lorenzo Giorgio

Una cortesia in crescita: Golden Bike raddoppia

Tra quelli che segnaliamo è il più diffuso servizio ai ciclisti: la bici di cortesia. Un semplice quanto utile gesto di disponibilità nei confronti degli amanti della bicicletta: grazie all'impegno di alcuni Ciclobby Point, chi si trova appiedato per via di una foratura o di un qualunque altro problema alla propria bici tale da impedirne l'utilizzo, può rivolgersi da questa primavera anche alla seconda sede di

GOLDEN BIKE, in largo Tel Aviv (zona nord-est di Milano). Non solo: i ciclisti potranno anche vendere o acquistare bici usate in conto-vendita. La disponibilità di Golden Bike ad accogliere le proposte di Ciclobby è assolutamente positiva, e la segnaliamo con piacere in quanto è un modo giovane di confrontarsi con le esigenze dei consumatori. Avanti i prossimi!

I Punti Ciclobby Point saranno a disposizione presso i negozi ancora per breve tempo. Affrettatevi quindi a raccogliervi, perché saranno utilizzabili entro e non oltre la fine di giugno 2003. Nel caso in cui non abbiate raggiunto il numero sufficiente di Punti potrete versare la quota restante in contanti.

<i>Pompe pubbliche</i>	La Bicicletteria (via Messina) - Nart - Rossignoli
<i>Noleggio di biciclette</i>	A.W.S. - Rossignoli
<i>Bici di cortesia</i>	A.W.S. - Galvan - Golden Bike (largo Tel Aviv) - La Bicicletteria
<i>Bici Usate</i>	Golden Bike (largo Tel Aviv)

Zona 1

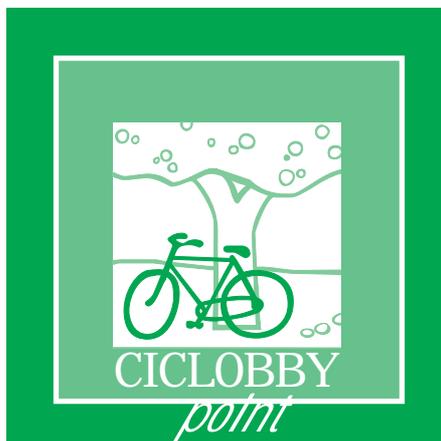
- **ARCADIA ENOTECA wine bar NO BICI**
via Ponte Vetero, 13 - Milano
tel. 02.72093685 - fax 02.72097532
www.tavolaevini.it
- **ERBORISTERIA LA VIOLA NO BICI**
Dr. E. Puzzo
via Cesare da Sesto 9 - Milano
tel. 02.8373512
- **ROSSIGNOLI RVNP**
corso Garibaldi 71 - Milano
tel. 02.804960
www.rossignoli.it
- **SILVESTRINI RV**
viale Caldara 6 - Milano
tel./fax 02.54121492 - 02.54189140

Zona 2

- **A.W.S. RVNC**
via Ponte Seveso 33
ang. via Schiapparelli - Milano
tel. 02.67072145
e-mail: awsbici@fastwebnet.it
- **GALVAN RVC**
viale Monza 273 - Milano
tel. 02.2551834
- **GOLDEN BIKE RCU**
largo Tel Aviv, 5 - Milano
te. 02.2153834
www.goldenbike.it

Zona 3

- **COSS RV**
via Canaletto 1
angolo p.za Guardi - Milano
tel. 02.70102358
- **DUE RUOTE PORPORA RV**
via Porpora 151 - Milano
tel. 02.2847956
- **GOLDEN BIKE V**
via Pordenone 30 - Milano
tel. 02.2153834
www.goldenbike.it
- **NART AFRA sas RVP**
via Paracelso 5 - Milano
tel. 02.29529815
www.narteziocicli.it



Affidatevi ai **CICLOBBY POINT!** Qui potete...
- richiedere i Punti da raccogliere sulla **Carta Ciclobby Point**, con cui riceverete i regali proposti da **Ciclobby**
- consultare l'elenco dei regali proposti
- ritirare il notiziario ed il calendario delle nostre iniziative
- iscrivervi a **Ciclobby Onlus** o rinnovare l'iscrizione

Novità! Se usate la **Carta Ciclobby Point** per rinnovare l'iscrizione, risparmiate sul costo!
- adulti **28 Punti** (pari a 28 € invece di 30 €)
- ragazzi **14 Punti** (pari a 14 € invece di 15 €)

- **TENEDINI MARCO RV**
via Felice Casati 10 - Milano
tel. 02.29522536

Zona 5

- **Cicli ESPOSITO RV**
via Marco D'Agrate 23 - Milano
tel. 02.5390139
- **LA BICICLETTERIA RVC**
via A. Sforza ang. via Spaventa 1 - Milano
tel. 02.8461286
www.labicicletteria.it

Zona 6

- **LA BICICLETTERIA RVC**
via Washington 60 - Milano
tel. 02.4984694
www.labicicletteria.it

Zona 7

- **AURO GIANNI (Cicli) RV**
via Forze Armate 401 - Milano
tel. 02.48911142

Zona 8

- **DONISELLI RV**
via Procaccini 11 - Milano
tel. 02.34533031
www.doniselli.it
- **LA BICICLETTERIA RVPC**
via Messina 17 - Milano
tel. 02.344872
www.labicicletteria.it
- **OLMO - La Biciclistissima RV**
via Panfilo Nuvolone 28
ang. viale Espinasse - Milano
tel. 02.33400992
www.olmo.it

Zona 9

- **ERBORISTERIA LA VIOLA NO BICI**
Dr. E. Puzzo
via Garigliano 5 - Milano
tel. 02.6883639
- **NINO BIXIO R**
viale Fulvio Testi, 64 - Milano
tel. 02.66102953

Fuori Milano

- **BONARIVA ALFREDO RV**
via Milano, 220 -
20021 Baranzate di Bollate
tel. 02.3560687

LEGENDA:

- C** bici di cortesia durante le riparazioni
- D** deposito di biciclette
- N** noleggio di biciclette
- P** pompa pubblica
- R** riparazione di biciclette
- U** bici usate
- V** vendita di bici, accessori, abbigliamento

Tutelati! Iscriviti a Ciclobby

Perché iscriversi a Ciclobby?

- ✓ Per sostenere l'associazione ambientalista che tutela i diritti dei ciclisti, promuovendo, in ogni sede, lo sviluppo di una mobilità sostenibile e sicura
- ✓ Per partecipare alle numerose iniziative cicloturistiche organizzate dall'associazione pagando una quota inferiore, e dunque risparmiando
- ✓ Per usufruire dei servizi di consulenza e tutela legale
- ✓ Per beneficiare di una polizza speciale RC bici che copre i soci 24 h su 24, anche al di fuori delle attività sociali
- ✓ Per avere gratis a casa *Ciclobby Notizie* con gite e notizie sui nostri temi e il notiziario FIAB "Amici della Bicicletta"
- ✓ Per ottenere consulenze su bici e accessori e sconti nei negozi convenzionati
- ✓ Per partecipare ai corsi di manutenzione della bici
- ✓ Per avere ospitalità presso altri soci FIAB in tutta Italia

QUOTE DI ISCRIZIONE

- iscrizione giornaliera € 3,00
- Under 18 e studenti € 15,00
- Socio ordinario € 30,00
- Socio sostenitore € 40,00
- Socio benemerito € 80,00

Per **associarsi**, basta passare **in sede** oppure recarsi presso un **Ciclobby Point**, o ancora effettuare un versamento sul **ccp. n. 11358207** intestato a: **CICLOBBY - Via Borsieri, 4/E 20159 MILANO**; o infine un **bonifico bancario** sul conto **24281/40 - ABI 3069 - CAB 01798 Intesa BCI - Cariplo - Ag. 2015**. In gesti ultimi due casi (conto corrente e bonifico bancario) è importante ricordarsi di indicare cognome, nome, indirizzo e causale del versamento (nuovo socio/rinnovo).

PIU' SIAMO, PIU' CONTIAMO!