

RUOTALIBERA



Giornale degli Amici della Bicicletta
Via Spagna 8 - tel. 8009803 - 37123 Verona

RUOTALIBERA n.38
rivista trimestrale
aprile-giugno 1993
(anno IX numero 2)
sped. in abbonamento postale
gruppo IV/70 da VR C.M.P.

**ATTENZIONE: IN
CASO DI MANCATO
RECAPITO**

rinvia all'uff. P.T. di
VR per la restituzione
al mittente che si
impegna a corrispondere
il diritto fisso.

E' riportato anno/numero della tua tessera A.d.B. (e abbonamento a RUOTALIBERA). Se l'anno non è il 1993 è tempo di rinnovare.

CICLOSUDATA ...? NO GRAZIE !

Andare in bicicletta è diventata per tutta la mia famiglia una vera passione! Da alcuni anni siamo soci della Vostra associazione e non ci facciamo sfuggire nessuna città - campagna o se possibile (malgrado le piccole ruote delle biciclette dei miei figli!) anche la partecipazione a gite più lunghe.

Un pò troppo impegnative sono invece le ciclosudate...quindi ogni volta che sul Vostro fornito programma (che attendiamo sempre con trepidazione!... Complimenti!) è prevista una gita del genere preferiamo autorganizzarci e fare qualche cosa di più tranquillo, come è accaduto domenica scorsa...

Ormai è quasi primavera e le giornate sono sempre più tiepide e l'aria profuma di erba e di fiori.

I miei due figli, Matteo e Francesca, rispettivamente di cinque e sette anni, attendono sempre con entusiasmo il giorno di festa. Anche mio marito si prepara alla giornata che finalmente riuscirà a trascorrere tranquillo con la sua famiglia ed alcuni amici.

La sveglia è suonata, i bambini sono quasi pronti, Matteo è alla ricerca del suo cappellino preferito, che riesce immancabilmente a dimenticare negli angoli più impensati di casa, Francesca mi aiuta a riempire le borracce con un tiepido tè al limone mentre Giancarlo (mio marito!) controlla ancora una volta le nostre bici, (è molto meticoloso e tutto deve essere in perfetto ordine).

Il pic-nic sta per iniziare, infatti con la bicicletta per noi il divertimento ha inizio già sotto casa. Quando usciamo dalla città, la campagna ci circonda a poco a poco, ne sentiamo i rumori e gli odori, ci sembra improvvisamente di farne parte. Con la bicicletta si può andare dappertutto, in quanti si vuole, senza problemi di posti in macchina o della benzina. Con la bicicletta il pic-nic diventa davvero una scampagnata: ci si insegue, si scherza, ci si può parlare. Senza contare che la bicicletta è il mezzo migliore per fare del sano esercizio fisico: facilita la respirazione, aiuta il lavoro cardiaco, ossigena l'organismo e soprattutto, per chi come me ne ha proprio di bisogno, macina i chili in più.

Verso sera, prima che faccia troppo buio torniamo a casa, di solito un pò stanchi, anche perchè i nostri figli ci hanno fatto correre di qua e di là per quasi tutta la giornata, ma siamo sereni e con la voglia di fare un'altra scampagnata in bici il più presto possibile... a volte basta proprio così poco per divertirsi.

Licia Cassan



DOMENICA 25 APRILE

**CICLO STAFFETTA
VERONA - VENEZIA**

per la promozione delle piste ciclabili



Con l'approvazione del Progetto Preliminare di Piano si delinea **LA VERONA DEL DUEMILA**

In esclusiva : Nostra intervista all'Assessore Giorgio Massignan

Cos'è il Progetto Preliminare di Piano?

Il Progetto Preliminare al Piano Regolatore (ndr: il P.R.G. è lo strumento che stabilisce l'assetto urbano della città - case, strade, servizi, giardini, ecc.-) è il documento con cui si definiscono e si individuano le grandi scelte di sviluppo e si studia la fattibilità dei progetti e/o interventi di maggiore complessità e problematicità, lasciando aperte le soluzioni al dibattito, contemporaneamente viene stabilita un'adeguata disciplina di tutela e salvaguardia dei beni culturali e ambientali.

Quali sono state le scelte operate più importanti?

Innanzitutto l'aver mantenuto le attuali indicazioni di P.R.G. per Verona sud (l'area tra la Fiera e il casello autostradale).

Non vi sono attualmente analisi oggettive probanti sulle motivazioni per rendere alcune aree a terziario e commerciale, altre a verde e altre ancora rimanere produttive come prevedeva il Piano Barbin redatto dalla passata Giunta. Dato che la diversa destinazione d'uso significa diverso valore di queste aree, e non di poca entità (ndr: e in questo periodo di tangenteopoli sappiamo tutti quali appetiti ci sono stati sulle variazioni di aree), la scelta deve essere basata su una programmazione della città coerente con i principi e le scelte del P.R.G..

Per ora la proposta di Verona 2, con aree servizi e un megaparcheggio sotterraneo di oltre 5000 posti auto, è bloccata. Come intende il Progetto affrontare i problemi della casa e del verde pubblico?

Il Piano prevede di privilegiare il recupero edilizio di case disabitate (corti rurali, centri storici minori), di creare

dodicimila stanze in quattro anni attraverso il terzo piano pluriennale di attuazione, decisione già presa nel luglio 1991, poi di valutare la necessità di altri interventi edificatori. E' mia profonda convinzione che in questo momento storico-economico sia sbagliato fare piani a lunga durata. E' meglio fare piani minimi, molto elastici, che si possono adattare alle diverse situazioni e soprattutto siano realizzati secondo un criterio, che chiamo piano-processo, che consenta di confrontarsi continuamente con la gente.

Per quanto riguarda il verde è previsto innanzitutto il parco dell'Adige e quello della Spianà, promessi da anni, e cinque parchi urbani suddivisi nelle diverse zone della città: dei Navigatori, delle mura storiche, della Mantovana, di S. Massimo e di Borgo Venezia. Inoltre sono individuate aree verdi in tutti i quartieri. L'iniziativa singolare è quella di creare, tutto attorno alla città, definendone così il limite, un sistema di aree verdi diversamente organizzate (forestazione urbana, parchi, viali alberati) costituendo un itinerario continuo pedo-ciclabile.

Passiamo ora ad un tema caro agli Amici della Bicicletta, la mobilità e il traffico.

Quali provvedimenti s'intendono realizzare?

Viene portata una significativa inversione di rotta rispetto alla filosofia del passato che puntava tutto sulla realiz-

zazione di strade. Una rete di tramvia leggera elettrica, abbinata ad una rete di piste ciclabili, consentirà di favorire i collegamenti tra i quartieri, soprattutto, di ridurre di un buon 40% il traffico di attraversamento che attualmente pesa su tanti quartieri cittadini.

Con la tramvia, sostenuta da parcheggi scambiatori nei principali punti di accesso, saranno favoriti anche coloro che vengono in città dalla provincia. La frequenza dei mezzi sarà infatti intorno ai cinque minuti.

E' chiaro che l'inserimento della tramvia e delle piste ciclabili creerà problemi al traffico privato. Bisogna comunque dissuadere l'utilizzo del mezzo privato a motore, ma in cambio si dà qualcosa in grado di garantire facilità di collegamenti, senza contare i benefici alla salute dell'aria e dei polmoni.

Vi è una mappa di una fitta rete di percorsi ciclabili (ndr: alcuni da rivedere perchè siano funzionali ai ciclisti). Si tratta di un reticolo che, una volta realizzato, consentirà un più tranquillo utilizzo di un mezzo comodo e salutare come la bicicletta.

Si conclude qui la nostra intervista. Il Progetto Preliminare di Piano dopo l'approvazione della Giunta, attende quella del Consiglio Comunale, crisi permettendo. Speriamo che le novità programmate possano essere realizzate.

a cura di Lucio Garonzi



**MOUNTAIN BIKE
BICICLETTE - Uomo, Donna, Bambino
DA CORSA SU MISURA**

**Piazza Frugose, 4 - Tel. 045/975688
S. MICHELE EXTRA - VERONA**



BICICLETTATE APRILE - MAGGIO 1993



PER PARTECIPARE ALLE GITE ORGANIZZATE DAGLI AMICI DELLA BICICLETTA SI DEVE CONOSCERE E RISPETTARE IL REGOLAMENTO RIPORTATO A PAGINA 8

ATTENZIONE !!!

il programma delle bicicletate di giugno e luglio sarà pubblicato sul prossimo numero di RUOTALIBERA che riceveranno solo i soci regolarmente iscritti per l'anno 1993



LE "CITTA'-CAMPAGNA"

- Sono gite brevi e facili alle quali si può partecipare con qualunque tipo di bicicletta.
- E' assicurato un minimo di servizio d'ordine per il traffico agli attraversamenti (quando non vengono i vigili) e un pulmino per chi avesse difficoltà (guasti, malori, ecc.).
- La presenza dei vigili o del servizio d'ordine non esime i partecipanti all'assumere un atteggiamento responsabile, osservando le norme del codice della strada (in particolare si deve stare a destra e non si deve invadere la corsia opposta).

LE "CICLO-ESCURSIONI"

- Gite più impegnative, occorre una bicicletta in buono stato e di tipo normale; da turismo o mountain bike. Non sono ammesse quelle "tipo Graziella" (lente) e neppure quelle con i tubolari (si percorrono anche strade bianche).
- E' obbligatorio essere muniti di una camera d'aria di scorta adatta alla propria bicicletta ed eventualmente di chiave inglese per sganciare la ruota.
- Per le gite più difficili e con dislivelli e, in genere, per quelle di più giorni, si richiede una bicicletta con il cambio.
- Non ci sarà servizio d'ordine e neppure scorta motorizzata, solamente il capo-gita e una "scopetta" per dare una mano a chi ha difficoltà tecniche.
- Poichè non c'è servizio d'ordine tutti devono collaborare per il buon funzionamento della gita



MOUNTAIN-BIKE

- Gite prevalentemente su strada sterrata: procedere a velocità moderata, in quanto i sentieri percorsi possono rivelarsi insidiosi e nascondere pericoli per la propria incolumità e quella di altri escursionisti. Si raccomanda l'uso del casco e si consiglia di farsi l'assicurazione infortuni. Oltre alle regole per le ciclo-escursioni si deve rispettare il decalogo "In Mountain Bike rispettando la natura".



Calendario cronologico

APRILE

- Dom. 4 Aprile - Città-Campagna (Bici per Verona)
- Dom. 4 Aprile - Mountain Bike (S. Giorgio e dintorni)
- Dom. 12 Aprile - Città-Campagna (Pasquetta in bici)
- Domenica 18 Aprile - Cicloescursione de "Le Mole"
- Domenica 25 Aprile - Cicloescursione dei Castelli
- Dom. 25 Aprile - Mountain Bike (Da Lugo a Bosco)

MAGGIO

- 1-2-3 Maggio - 3 giorni in Alto Adige (Altopiano del Renon)
- Dom. 9 Maggio - Città-Campagna (S. Lucia - Golosine)
- Dom. 9 Maggio - Mountain Bike a Campo (bici+battello)
- Domenica 16 Maggio - Cicloescursione a Volargne
- Dom. 23 Maggio - Treno+Bici a Padova sui Colli Euganei
- Domenica 30 Maggio - Cicloescursione ad Erbe'

PANE INTEGRALE DI LIEVITO ACIDO NATURALE

Lievitato esclusivamente con lievito acido-naturale (lievito madre) impiego di farine macinate a pietra di cereali coltivati senza prodotti chimici, modellato a mano.



PRODOTTI DA FORNO INTEGRALI


biscotti, crechers, dolci, focacce e torte salate, pizza, ecc.
senza: latte, burro, uova, zucchero, additivi e conservanti chimici

In Via Ghetto, 28/A - S.Lucia (VR) - Tel. 045/8621289
E in negozi specializzati in alimentazione naturale

Città-Campagna

Domenica 4 Aprile

IN BICI PER VERONA (Tradizionale bicicletata organizzata dal Comune di Verona)

Percorso leggero 

Partenza: ore 9.00 da Piazza Bra


Percorso (circa 28 Km a/r): Verona-Chievo-Settimo di Pescantina-Parona-Verona

Durata: Mezza giornata. Quota di partecipazione: Lire 2.000 (dà diritto a ritirare alcuni prodotti PAF)

E' possibile iscriversi in sede (Via Spagna 8), solo nei giorni di Venerdì e Sabato dalle ore 16.00 alle 19.00

Lunedì 12 Aprile

PASQUETTA IN BICICLETTA (Città-Campagna a Povegliano a Corte di Boschi di Sotto)

Percorso leggero 

Partenza: ore 10.00 da Piazza San Zeno

Percorso: (circa 35 Km a/r): Verona-Alpo-Povegliano e ritorno

Durata tutto il giorno (colazione al sacco)



Bicicletata organizzata in collaborazione con il WWF. Venite con tutta la famiglia... andremo pianino.

I partecipanti sono invitati a portarsi il cestino con il pranzo. Ci saranno giochi e animazione.

Ritorno previsto nel tardo pomeriggio. Accompagnatori: Sandro Troiani, Marco Murari

Domenica 9 Maggio

CITTA'-CAMPAGNA A SOMMACAMPAGNA

Percorso medio  

Con il patrocinio della IV Circoscrizione (S.Lucia-Golosine)

Partenza: ore 8.30 da Piazza San Zeno / ore 9.15 da Via Tevere (Golosine)

Percorso: (circa 35 Km a/r): Verona - Caselle - Sommacampagna - Verona.

Visite previste: Chiesa romanica di S.Andrea a Sommacampagna.

Durata: mezza giornata. Accompagnatori: Massimo Muzzolon, Laura Costantini

Mountain Bike

Domenica 4 Aprile

MOUNTAIN BIKE: S. GIORGIO E DINTORNI (Bici e storia in Valpolicella)

Percorso medio  



Partenza: ore 9.00 da Parona (Largo Stazione Vecchia)

Percorso (circa 55 Km a/r): Parona - Monte - S. Giorgio - Cavalò - Mazzurega - Gargagnago - Parona

Durata: tutto il giorno (colazione al sacco). Accompagnatori: Guido Cerpelloni, Gianluigi Cugola

Domenica 25 Aprile

MOUNTAIN BIKE DA LUGO A BOSCO

Percorso medio  

Partenza: ore 9.00 da Piazza San Zeno (per chi ha l'auto con il porta-bici). Non ci sarà il furgone, quindi i partecipanti devono portarsi sul luogo con mezzi propri.

Per chi raggiunge Lugo in bici o con il pullman APT l'appuntamento è alle 10 circa di fronte alla chiesa.

Percorso (circa 27 Km a/r): partenza da Lugo e arrivo a Bosco attraverso sentieri collinari.

Difficoltà: parecchia salita. Durata: tutto il giorno (colazione al sacco)

Per informazioni: telefonare a Gianluigi Cugola 8903959. Accompagnatori: Gianluigi Cugola, Marco Bellini

Domenica 9 Maggio

MOUNTAIN BIKE A CAMPO (BICI + BATTELLO)

Percorso impegnativo   

Partenza: ore 8.30 da Piazza San Zeno (per chi ha l'auto con il porta-bici). Non ci sarà il furgone, quindi i partecipanti devono portarsi sul luogo con mezzi propri. Per chi raggiunge il lago in bici o con il pullman APT l'appuntamento è a Garda alle ore 9.30 circa alla stazione APT (prima del semaforo)

Percorso (circa 35 Km a/r): Punta S. Vigilio - Campo - Malcesine e ritorno a Garda con il battello

Durata: tutto il giorno (colazione al sacco)

Per informazioni telefonare a: Gianluigi Cugola 8903959. Accompagnatori: Gianluigi Cugola, Otello Bassi

OSPITABICI

La Federazione Italiana Amici della Bicicletta vuole istituire l'"ospitabici".

Di cosa si tratta? Trovare dei soci in ogni gruppo d'Italia disposti ad ospitare cicloturisti (ovviamente questa disponibilità verrà verificata volta per volta).

In questo modo ognuno di noi potrebbe viaggiare per l'Italia trovando ospitalità, solo chiedendo agli AdB di contattare gli altri gruppi.

E a Verona, tra i nostri soci, chi è disposto a diventare un "ospitabici" (quando può, ovviamente) ??



APERTURA SEDE

La sede AdB di Via Spagna, 8 è aperta anche durante alcuni pomeriggi (oltre che, come di consueto, il venerdì sera).

Gli orari di apertura sono i seguenti:

Venerdì pomeriggio ore 16-19;
Venerdì sera ore 21-23;
Sabato pomeriggio ore 16-19;

Approfittatene per iscrizioni (che rimarranno comunque possibili anche dal lunedì al venerdì ore 9/12 e 15/18), informazioni, acquisto materiale.

A.d.B.



NOTIZIE

CALENDARI CICLOESCURSIONI IN ITALIA E ALL'ESTERO

Il socio che volesse può partecipare alle gite organizzate in Italia (e all'estero) dai gruppi affiliati alla FIAB. Per chi è interessato, in sede si può consultare il calendario-escursioni di altri gruppi veneti e italiani (è in biblioteca, nello scomparto dove ci sono anche le proposte di viaggi in bici organizzati da Agenzie turistiche).

VUOI L'ASSICURAZIONE PER LE GITE IN BICICLETTA ?

Gli AdB da quest'anno aderiscono anche alla UISP. I soci che vogliono possono quindi, oltre alla nostra, fare anche la tessera UISP che comporta un'assicurazione contro gli infortuni e per responsabilità civile verso terzi, valida solo durante le nostre gite ufficiali. Maggiori informazioni in sede.

COSTI DI GESTIONE

Non potete dire che non lo sapevate. Era già da qualche numero di RUOTALIBERA che battevamo sul tasto che tutto stava aumentando, tariffe postali, stampa del giornalino, spese di segreteria, bolli, permessi comunali, ecc... e che non potevamo mantenere ancora per molto le solite quote associative.

Come avrete potuto notare con la campagna abbonamenti 1993, il misfatto si è compiuto.

La decisione è stata presa durante la programmazione delle attività dell'associazione per il nuovo anno, senza tanti bilanci o preventivi di spesa, ma semplicemente facendo quattro conti, conti che nel 1993 si prevedono sempre più salati, specialmente se vogliamo garantire l'uscita di RUOTALIBERA per cinque numeri annuali.



Chiudiamo l'argomento, promettendo ai nostri iscritti, (che in questi primi mesi hanno risposto rinnovando come l'anno precedente, segno che la loro adesione è legata alla condivisione dei nostri obiettivi e non ad un fatto economico), che se quest'anno riusciremo a risparmiare qualcosa, spenderemo tutto in libri per riempire gli scaffali della nostra biblioteca.

**Dalle competizioni al tempo libero,
da 60 anni a Verona si pedala.**

GRANDIS

**Negozi - esposizione, vendita,
accessori, ricambi, abbigliamento.
VERONA - Viale Venezia, 79 - tel. 525145**



HAI
RINNOVATO
L'ABBONAMENTO
A
RUOTALIBERA

?

LEGGI E SCOPRIRAI LE
NOVITA' DELLA NUOVA
CAMPAGNA ABBONAMENTI
A RUOTALIBERA CHE TI
PERMETTE ANCHE DI
DIVENTARE (O CONTINUARE
AD ESSERLO) SOCIO DEGLI
AMICI DELLA BICICLETTA.
VIENI IN SEDE IN VIA
SPAGNA 8, ORE 9/12 E
15/18 DAL LUNEDI' AL
VENERDI' OPPURE USA IL
CCP NUMERO 11560372
INTESTATO A:
RUOTALIBERA, VIA SPAGNA
6/8, 37123 VERONA

ECCO LE NOVITA' PER LA CAMPAGNA ABBONAMENTI 1993

- ORDINARIO** 15.000 LIRE
RICEVERAI: 1- ABBONAMENTO A RUOTALIBERA
2- TESSERA
3- ADESIVO A.D.B.
- SOSTENITORE** 25.000 LIRE
RICEVERAI: OLTRE A CIO' CHE HA DIRITTO IL SOCIO ORDINARIO:
4- ABBONAMENTO A FIAB NOTIZIE (RIVISTA ADB NAZIONALE)
5- A SCELTA I NUOVISSIMI BERRETTINO O MARSUPIO.
- BENEMERITO** 35.000 LIRE (o piu' che non ci si offende)
RICEVERAI: OLTRE A CIO' CHE HA DIRITTO IL SOCIO ORDINARIO:
4- ABBONAMENTO A FIAB NOTIZIE
5- A SCELTA BERRETTINO+MARSUPIO o MAGLIETTA o CANOTTA
- FAMILIARE** 7.000 LIRE
SI PUO' FARE SOLO SE C'E' UN SOCIO FAMILIARE CONVIVENTE
CHE SI E' GIA' ISCRITTO AGLI ADB PER IL 1993, ALMENO
COME ORDINARIO. SI RICEVE TESSERA E ADESIVO, MA UN
SOLO RUOTALIBERA PER TUTTA LA FAMIGLIA.
- VITALIZIO** 1.000.000 DI LIRE COME BENEMERITO, MA A VITA!

Cicloescursioni

Domenica 18 Aprile CICLOESCURSIONE DE "LE MOLE"

Percorso medio



Partenza: ore 8.30 da Piazza S. Zeno

Percorso (circa 65 Km a/r): Verona-S. Martino Buon Albergo - Illasi - Località "Le Mole" - Verona

Difficoltà: 4 Km di strada sterrata in pendenza

Visite previste: Azienda agrituristica biodinamica "Le Mole", presso Cazzano di Tramigna

Colazione: nell'azienda agrituristica (prenotazione obbligatoria in sede Venerdì 16 Aprile ore 16-19 o 21-23)

Costo del menù vegetariano: Lire 16.000) o al sacco

Per i partecipanti con Mountain Bike è previsto un percorso alternativo all'andata per un totale di Km 80

Durata: tutto il giorno. Accompagnatori: Massimo Muzzolon, Fabio De Togni

Domenica 25 Aprile CICLOESCURSIONE DEI CASTELLI

Percorso medio



(Fino a San Bonifacio con la Ciclo-Staffetta Verona-Venezia)

Partenza: ore 8,30 Piazza San Zeno.

Percorso (circa 65 km a/r): VR - San Martino B.A. - Belfiore - San Bonifacio (scambio del testimone con il gruppo di San Bonifacio e saluti a chi prosegue la Ciclo-staffetta)- Soave - Cazzano di Tramigna - Illasi - VR

Durata: tutto il giorno (colazione al sacco). Accompagnatori: Marco Murari - Luca Spiazzi

1-2-3 Maggio TRE GIORNI CICLOTURISTICA in Alto Adige sull'Altopiano del Renon

Percorso medio



Si consolida la tradizione delle "più giorni" in Alto Adige. In treno fino a Bolzano e in funivia fino a SopraBolzano. Quindi pedalate sull'Altopiano del Renon con i magnifici panorami dolomiti. Posti limitati. Per informazioni/prenotazioni (entro il 20 Aprile) tel. a: Sandro Troiani 954114 o Giorgio Paganella 504285. Accompagnatori: S.Troiani, G.Paganella

Domenica 16 Maggio CICLOESCURSIONE A VOLARGNE

Percorso medio



Partenza: ore 9.00 da Piazza S. Zeno

Percorso (circa 65 Km a/r): VR - Bussolengo - Pol - Sega - Ponton - S. Lucia - Arcè - Pescantina - VR.

Visite previste: Villa Del Bene a Volargne. Difficoltà: discesa ripida dopo Bussolengo.

Durata: tutto il giorno (colazione al sacco). Accompagnatori: Sandro Troiani, Agnese Agrezi

Domenica 23 Maggio TRENO+BICI A PADOVA SUI COLLI EUGANEI

Percorso medio



(Biciclettata organizzata con gli Amici della Bicicletta di Padova)

Partenza: alla mattina in stazione. Percorso: circa 60 Km a/r da Padova. Durata: tutto il giorno (colazione al sacco). Per partecipare è obbligatorio iscriversi in sede (Via Spagna 8) Venerdì 21 Maggio ore 16/19 o 21/23. Posti limitati. La Domenica non si accetta chi non abbia prenotato.

Accompagnatori: L. Costantini, M. Muzzolon

Domenica 30 Maggio CICLOESCURSIONE A ERBE' (in collaborazione con il WWF)

Percorso leggero



Partenze: ore 9.15 da Piazza San Zeno / ore 9.45 da Largo Perlar, 2 - ZAI (di fronte al Bauli)

Percorso (circa 70 Km a/r): Verona - Vo' Pindemonte - Isola della Scala - Erbe' - Vigasio - Forette - Verona

Visite previste: il Parco Due Tioni a Erbe' e la chiesa di S. Maria di Erbedello. Durata: tutto il giorno (colazione al sacco). Sarà possibile, per chi vorrà, mangiare il risotto allo stand gastronomico, senza bisogno di prenotazione).

Accompagnatori: L. Costantini, S. Troiani

IL PULMINO PER LE CITTA'-CAMPAGNA DEGLI
AMICI DELLA BICICLETTA E' FORNITO DA:

GRANDIS

REGOLE PER I PARTECIPANTI ALLE BICICLETTATE DEGLI AMICI DELLA BICICLETTA (A.d.B.)



PREMESSA

- Il fatto stesso di partecipare ad una gita implica la conoscenza e l'accettazione del presente regolamento.
- Gli A.d.B. non si assumono responsabilità per eventuali incidenti o danni a cose o persone che si verificassero prima, durante e dopo le gite.
- I minorenni non sono ammessi, se non accompagnati da adulto che solleva gli A.d.B. da qualsiasi responsabilità. E' loro vietato durante le gite stare presso il gruppo di testa.

LO "SPIRITO" DELLE BICICLETTATE

- Alle gite degli A.d.B. si pedala in allegra compagnia, si fanno nuove amicizie e si conosce il territorio percorrendo strade secondarie, senza correre e fermandosi quando occorre. Chi vuole andar forte, si stanca ad aspettare gli altri, non vuole osservare il comportamento necessario per pedalare in gruppo... non deve venire.
- A.d.B. è un'Associazione, non un'Agenzia Turistica: gli accompagnatori sono volontari che desiderano divertirsi come gli altri.
- Il vero spirito degli AdB si realizza quando ad una gita in bicicletta tutti collaborano, osservando le regole e il programma, arrangiandosi con la bici, dando una mano agli altri se necessario, accettando con un sorriso eventuali contrattempi.

PREPARAZIONE DELLA BICICLETTA

- Assicuratevi che la bicicletta sia in perfetta efficienza: i pneumatici in buono stato, le gomme gonfie, il cambio funziona, i freni a posto, il sellino all'altezza giusta, ecc.
- a) Gli A.d.B. durante le gite possono darvi una mano in caso di foratura (meglio però se ve la cavate da soli), non possono invece rimediare alle inevitabili conseguenze di una vostra cattiva manutenzione del mezzo.
- b) La bici in buono stato è una questione di rispetto verso gli altri partecipanti.

PREPARAZIONE PERSONALE E CONOSCENZA DEL PROGRAMMA

- Su Ruotalibera c'è già tutto: quindi non telefonare in sede o a casa degli organizzatori. A meno che per partecipare alla gita non siano espressamente previste informazioni e prenotazioni presso la sede

o telefoniche.

- Guardate bene il grado di difficoltà, i chilometri e i dislivelli previsti prima di affrontare la gita. Se avete qualche dubbio sulle vostre capacità partecipate prima a quelle più facili.

PARTENZA

- Venire 5 minuti prima della partenza con l'equipaggiamento previsto (es: colazione al sacco, camera d'aria).
- Tutti i partecipanti devono conoscere il programma e i particolari organizzativi, quindi quando il capogita spiega ascoltare attentamente.

COMPORTEMENTO DURANTE LA GITA

- 1) non superare mai l'incarico a guidare il gruppo che decide l'andatura (Chi lo fa rischia di seguire una strada non prevista portandosi dietro altre persone convinte che egli guida il gruppo).
- 2) non attardarsi in coda rispetto alla "scopa", cioè le persone incaricate di seguire il gruppo, e non lasciare troppo spazio dal ciclista che precede per rimanere uniti.
- 3) fermarsi tutte le volte che il capogita lo ritiene necessario (per aspettare chi va piano o altra evenienza) e ripartire solo al

via del capogita evitando false partenze.

4) durante le soste mettersi subito in disparte per non invadere tutta la strada (non è solo nostra).

5) procedere in "fila indiana" (come previsto dal codice della strada), prestando particolare attenzione in caso di traffico pesante.

6) prima di fare brusche frenate accertarsi che chi segue è a distanza di sicurezza.

7) osservare tutte le norme del codice della strada.

NORME DI ECOLOGIA E SENSO CIVICO

- Dopo colazioni o spuntini non lasciare rifiuti in giro.
- Non pedalare su prati, aiuole, ecc. e non molestare piante, alberi, animali, ecc. ecc.
- Non fumare in luoghi chiusi (edifici e mezzi di trasporto), quando si mangia in compagnia e in zone naturalistiche.

SI RICORDA ANCHE CHE

Tutti devono venire in bicicletta. E' assolutamente vietato seguire la gita con mezzi motorizzati. Non è neppure consentito raggiungere in auto o con altri mezzi la meta prefissata.

SALVAGNO®

FRANTOIO PER OLIVE



DAL 1923 OLIO DI FRANTOIO

Olio Extra Vergine di oliva spremuto a freddo

NESENTE VALPANTENA (Vr) - Tel. 045/526046



Guida al trasporto della bici al seguito

TRENO + BICI

ECCO LE NUOVE REGOLE

Sarà capitato anche a voi, se frequentate le stazioni dei treni, di godere di apparizioni che rasentano il miracolo.

Oggetto delle vostre estetiche visioni alcune vetture ferroviarie sulle quali, incredibilmente campeggia, celeste emblema tra la teoria dei finestrini, l'inconfondibile "ritratto" di una bicicletta. Quel semplice marchio azzurro rappresenta una piccola vittoria di tutti noi ecologisti. E' il risultato delle campagne di sensibilizzazione, della spedizione delle cartoline, delle pressioni esercitate sulle FS per ottenere, anche in Italia, un servizio di trasporto di biciclette al seguito del viaggiatore dalla normativa semplice e dal prezzo alla portata di tutte le tasche.

COSE' IL SERVIZIO "TRENO+BICI"

Quando si parla di "treno+bici" si intende il trasporto della due ruote al seguito del viaggiatore. Niente a che vedere, quindi, con la spedizione delle biciclette a bagaglio (che viaggiano separatamente) e che purtroppo in servizio internazionale rimane soppressa nonostante gli appelli della FIAB (che comunque continueranno). La nuova normativa e il biglietto giornaliero "treno+bici" sono in vigore già dal 1 Agosto scorso, ma, pubblicizzate in ritardo dalle FS, sono state inserite solo nel successivo orario invernale. Archiviata la stagione del "letargo" per molti cavalli d'acciaio è questo il momento di risalire in vettura per raggiungere senza fatica le montagne dell'Alto Adige, il Parco del Mincio e tanti altri itinerari che la fantasia dei ciclisti può inventare, liberi dalla schiavitù dell'auto e relativo portabici.

"TICKET, PLEASE!"

Il nuovo biglietto per la bici si può acquistare anche poco prima della partenza del treno prescelto e costa 5.000 lire. Deve essere convalidato nelle apposite obliterate o apponendovi la data a penna, ed è composto di due parti: una viene

conservata dal viaggiatore, l'altra, autoadesiva, va applicata sulla bicicletta. Esso dà diritto al trasporto della bici su tutti i treni che lo consentono per l'intero giorno di validità. Naturalmente il viaggiatore deve comunque essere in possesso del biglietto personale (sono ammessi abbonamenti, biglietti ridotti e gratuiti).

IN CARROZZA, SI PARTE!

Per capire se un treno consente il trasporto delle bici basta consultare un orario ufficiale (o chiedere nelle stazioni).

Se sotto il numero del treno appare il simbolino della bicicletta siamo a cavallo (pardon!... in bici). Attenzione anche alle annotazioni particolari: su qualche treno, infatti, i velocipedi sono ammessi solo in alcuni giorni della settimana, inoltre il carico e lo scarico sono consentiti solo in determinate stazioni (vedere la cartina qui a fianco). La bicicletta va caricata e scaricata dal viaggiatore stesso sul vagone contrassegnato dall'apposito pittogramma e può essere assicurata durante il viaggio con catene antifurto. Il viaggiatore prenderà poi posto in uno scompartimento vicino.

CON LA SACCA PORTA-BICI

Un'altra novità è costituita dal fatto che ora su tutti i treni "regionali" (sono gli "ex-locali") è consentito il trasporto di bici al seguito purchè essa sia contenuta in apposito borsone (in vendita nei negozi specializzati). Anche in questo caso il titolo di viaggio da utilizzare è il solito biglietto giornaliero da 5.000 lire e con le modalità descritte in precedenza. Lo scontrino da diritto, nei giorni di validità, al deposito gratuito della sacca porta-bici presso le stazioni abilitate al servizio.

PER I GRUPPI? SI PUO' FARE.

Per i viaggi dei gruppi con più di 10 biciclette è obbligatoria la richiesta scritta recante l'indicazione del giorno, dei treni e del numero di biciclette, da presentare al Centro Compartimentale

Comitive di Verona (tel. 8005247) sette giorni prima. Alla conferma dell'effettuazione del trasporto verrà corrisposto il prezzo di 5.000 lire per ogni bici. Le FS si impegnano, nei limiti del possibile, a soddisfare richieste di percorsi non previsti nell'orario.

Naturalmente il programma delle "bicicletate AdB" '93 non poteva ignorare le nuove offerte delle Ferrovie. Sono previste, oltre alla gita a Padova già in calendario, una "Treno+bici" al Castel Beseno (Trento) il 6 Giugno e bicicletate a Modena e al Castello di Avio in Settembre.

Massimo Muzzolon

INFORMAZIONI

- Telefonando all'Uff. Trasporto Locale delle FS di VR (tel. 590268-8092388), potrete avere notizie più dettagliate sulla periodicità del servizio, sui treni specializzati, sulle stazioni ammesse.



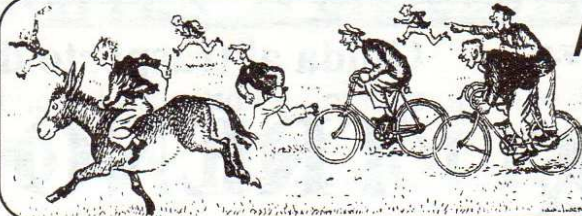
**DIAPOSITIVE !!!
DIAPOSITIVE !!!
DIAPOSITIVE !!!**

**Ultimo appuntamento
con le diapositive dei
nostri soci in sede
venerdì sera,
alle ore 21**



16 APRILE

"In bici nel verde d'Irlanda"
Presenta: Annalisa Pagliarini



**APPUNTAMENTI
DA NON
PERDERE**

ASSEMBLEA ANNUALE DEI SOCI

VENERDI' 23 APRILE 1993, ore 20.30 in sede Via Spagna 8

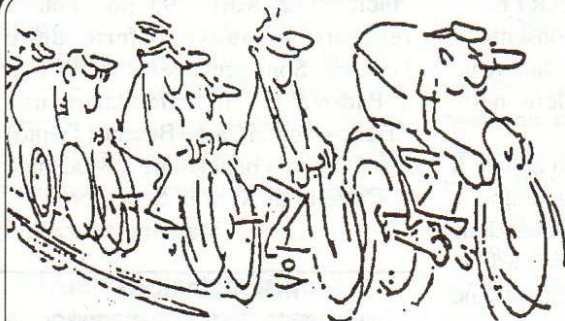
"IL QUARTIERE VIVE"

Quali provvedimenti per una migliore qualità della vita e per la mobilità ciclabile nei quartieri di Verona.

1-Relazioni e dibattito Saranno invitati ad intervenire Presidenti e Consiglieri di diverse Circostrizioni (tra i quali ci sono nostri soci e simpatizzanti)

2-Elezione Consiglio Direttivo (vota solo chi è in regola con l'iscrizione '93)

3-Rinfresco



DOMENICA 25 APRILE 1993

CICLO-STAFFETTA VERONA - VENEZIA

**per la promozione delle piste ciclabili
Tappa VERONA - SAN BONIFACIO**

Partenza ore 8,30 da Piazza San Zeno

La staffetta è assolutamente non agonistica
(terremo la velocità tranquilla delle nostre ciclo-escursioni)

Arrivo a San Bonifacio previsto per le ore 10,30

A San Bonifacio, dopo lo scambio del testimone con il gruppo locale, sarà possibile:

- 1) proseguire con il gruppo di Verona nella "Cicloescursione dei castelli" (vedi calendario gite),
- 2) compiere tutta l'impresa fino a Mestre (ritorno in treno, prenotazioni e informazioni 045/8009803 Ven/Sab h.16-19);
- 3) proseguire con la ciclo-staffetta fin dove si vuole e tornare indietro per proprio conto.

Il Coordinamento Veneto Amici della Bicicletta (aderenti FIAB) promuove la ciclo-staffetta per chiedere:

- 1 - Alla Regione Veneto di rendere obbligatorio per tutti i Comuni di dotarsi di un "Piano di rete di itinerari e piste ciclabili"
- 2 - Alla Regione Veneto e agli Enti Locali di aumentare i finanziamenti per la realizzazione di questi piani.
- 3 - La revisione del nuovo Codice della Strada, che si è totalmente dimenticato della bicicletta e delle richieste dei ciclisti urbani.

La ciclo-staffetta prevede le seguenti tappe (per informazioni sui luoghi di partenza telefonare ai numeri tra parentesi):

- Verona/San Bonifacio/Vr (Gigi Sartori 045/7610549), partenza ore 10,30
- Vicenza (Michele Mutterle 0444/912762) partenza ore 13,00
- Padova (Aram Giacomelli 049/684498) partenza ore 15,30
- Mirano (Ve) (Alberto Greggio 041/4355857) partenza ore 17,30
- Mestre (Venezia) (Dalla Venezia Antonio 041/5347615) arrivo a piazza Ferretto previsto per le ore 18,30.

Ogni gruppo AdB del Veneto percorrerà un tratto di strada. Ad ogni inizio di tappa ci si scambierà, sottoscrivendolo, il testimone: una pergamena con le richieste che gli Amici della Bicicletta portano a Venezia al "Palazzo" della Regione. Inoltre, in segno di amicizia, ci si scambierà i dolci tipici della propria città.

RUOTALIBERA n. 38
rivista trimestrale
aprile-giugno 1993
(anno IX numero 2)

sped. in abbonamento postale
gruppo IV/70 da VR C.M.P.

DIR. RESPONSABILE: FOTOCOMPOSIZIONE
IN PROPRIO
-Valeria Benatti
DIR. IRRESPONSABILE: Utilizzazione libera dei
testi citando la fonte
-Massimo Muzzolon
STAMPA: CIERRE Grafica
REDAZIONE: s.c. a.r.l. Caselle di
-Luciano Cassandrini
Sommacampagna (VR)
-Lucio Garonzi
Reg. trib. di Verona
-Paola Gerosa
n. 664 del 16.9.1985
COLLABORATORI: TIRATURA
-Stefano Gerosa
2000 COPIE
-Licia Cassan
STAMPATO SU
CARTA RICICLATA 100%



Gli Amici della Bicicletta di
Verona
aderiscono a:

FIAB (Federazione
Italiana Amici
della Bicicletta)



ECF
(European Cyclists
Federation)

