

RUOTALIBERA




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

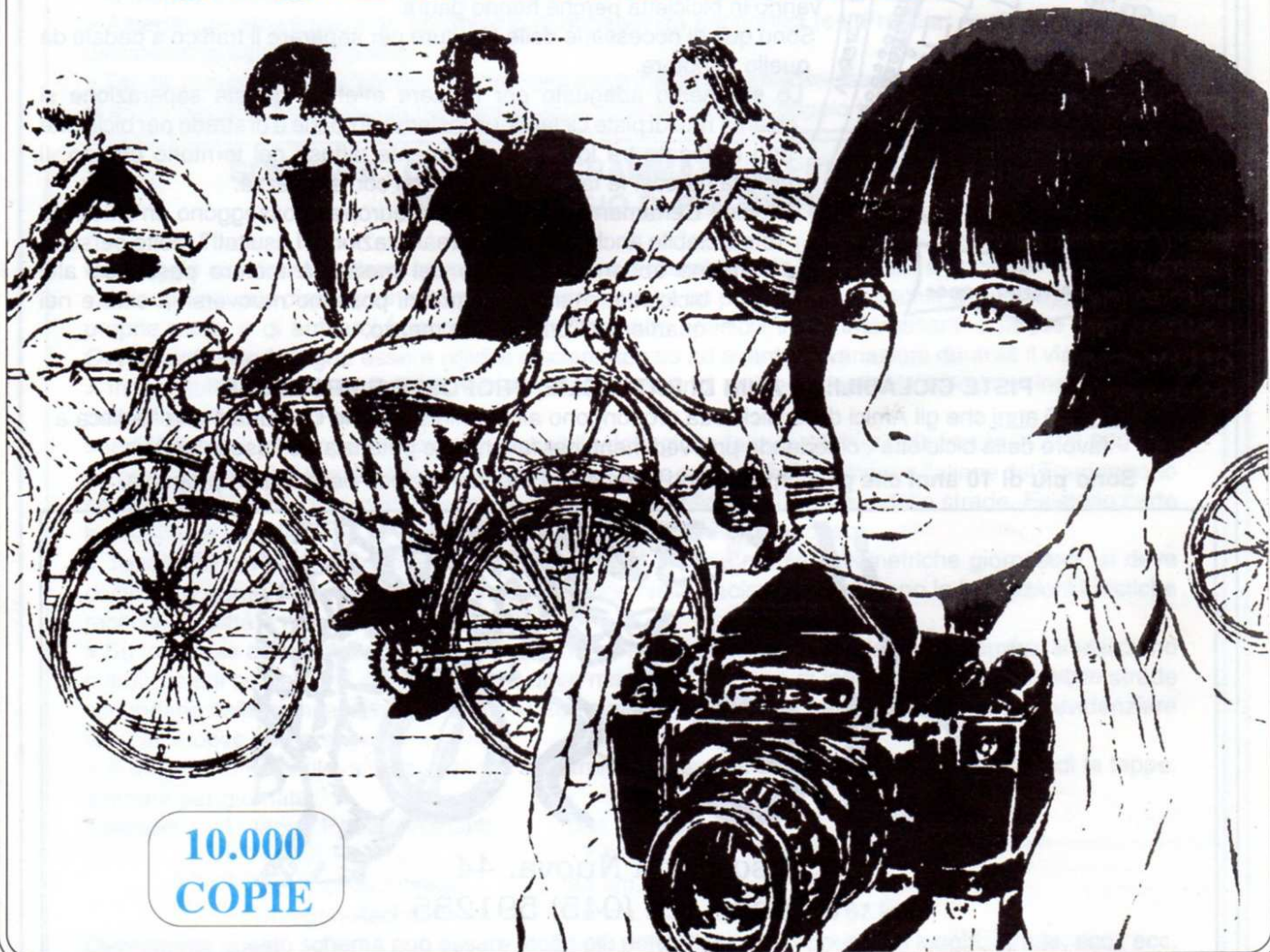
RUOTALIBERA n.39
maggio 1993
supplemento al n. 38
(anno IX numero 3)
sped. in abbonamento postale
gruppo IV/70 da VR C.M.P.

ATTENZIONE: IN CASO DI MANCATO RECAPITO
rinviare all'uff. P.T. di VR per la restituzione almittente 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.



SPECIALE CICLOESCURSIONI



10.000
COPIE

IN QUESTO NUMERO
COME ORGANIZZARSI UNA VACANZA IN BICI
(VADEMECUM E ITINERARI)



POLITICA PER LA BICICLETTA

gli Amici della Bicicletta da anni in sella...

... per una città più vivibile e per i diritti dei ciclisti

di Stefano Gerosa



PERCHE' LA BICICLETTA ?

Uno dei principali problemi dei nostri giorni è quello della vivibilità delle nostre città, sempre più compromesse dal traffico e dall'inquinamento. E' ormai coscienza comune che l'uso dell'auto in città debba essere in qualche modo limitato.

Confortati dall'esperienza di molti paesi del nord Europa, noi crediamo che, oltre al potenziamento dei mezzi di trasporto pubblici, anche un aumento dell'uso della bicicletta possa dare il suo contributo a migliorare la qualità della vita.

PEDALARE IN CITTA'

Automobili e biciclette non stanno bene insieme. In città molte persone non vanno in bicicletta perchè hanno paura.

Sono quindi necessarie delle strutture per separare il traffico a pedale da quello a motore.

Lo strumento adeguato per rendere effettiva questa separazione si chiama rete di piste ciclabili: un insieme di corsie e di strade per biciclette ben collegate tra loro e capillarmente diffuse nel territorio urbano. Il ciclista ha così la facoltà di muoversi con sicurezza.

Utopie? Certamente no, molte città europee posseggono un'efficiente rete ciclabile anche di recente realizzazione. I risultati? Molte persone hanno abbandonato l'uso del mezzo a motore passando alla bicicletta; e anche i bambini possono muoversi in città e nei quartieri utilizzando tale mezzo.

PISTE CICLABILI: 10 ANNI DI BATTAGLIE, PROPOSTE E PROMESSE

Sono più di 10 anni che gli Amici della Bicicletta propongono all'Amministrazione Comunale una "politica a favore della bicicletta", chiedendo provvedimenti per favorirne e potenziarne l'uso in città.

Sono più di 10 anni che gli amministratori veronesi si prendono gioco delle nostre proposte.

il
gelsò

C.so Porta Nuova, 44
Verona - tel. (045) 591285

LIBRERIA - VIDEOTECA

SPECIALIZZAZIONE IN TEMI AMBIENTALI

Ai soci degli Amici della Bicicletta sconto del 10% sull'acquisto di libri

12 anni di battaglie e di progetti

di Stefano Gerosa

1982-1983

Si comincia a parlarne

Dal 1982, anno di nascita degli A.d.B. Veronesi, il dibattito sulle piste ciclabili prende il via. Subito ci attiviamo promuovendo "bicifestazioni", dibattiti e inviando lettere alla stampa locale.

Nel 1983 presentiamo una prima bozza di proposte.

1984-1985

Vi ricordate la ciclopista sulla Circonvallazione?

Contestiamo l'intento demagogico ed elettorale di quest'opera, dal momento che si procede solo al rifacimento del marciapiede, senza continuità agli incroci, ne segnaletica o protezione dal parcheggio, ecc. Molto discutibile inoltre il fatto di localizzare una ciclopista lungo un'inquinata arteria di grande traffico.

1986

Itinerari ciclabili per il centro storico.

Non costano niente ma non si fanno.

Riprendendo e ampliando un progetto presentato nel 1984 dall'ACI, avanziamo alcune proposte per facilitare la circolazione in bicicletta nel centro storico.

L'istituzione di zone pedonali e corsie preferenziali per gli autobus ci va bene, ma non si deve ostacolare i ciclisti.

Nei paesi del nord-europa e in qualche città italiana nei centri storici si permette l'accesso alle biciclette in alcune zone pedonali e lungo alcune corsie preferenziali. Esistono inoltre corsie ciclabili che permettono al ciclista di percorrere alcune strade a senso unico anche nel senso opposto a quello prescritto.

Questi provvedimenti non costerebbero quasi niente (qualche segnale stradale e qualche barattolo di vernice gialla !!).

1987

Gli AdB hanno alcune idee per le ciclopiste

In collaborazione con la Lega Ambiente, diamo alle stampe un fascicolo con alcune proposte. Si tratta di alcune "idee per un progetto di rete di Piste Ciclabili a Verona"; chiediamo al Comune di prendervi spunto per elaborare un Piano Generale.



Vorremmo che si utilizzasse la metodologia progettuale insegnata dai manuali tedeschi, che forniamo al Comune di Verona.

Nel frattempo molte personalità veronesi firmano un nostro appello a favore di un piano di rete di piste ciclabili.

1988-1989

Il Comune non fa sul serio ?

Noi si!!

La risposta del Comune alle nostre proposte non è un vero e proprio

progetto, ma una semplice delibera per il Consiglio Comunale.

Manca un "piano", con le necessarie analisi pre-progettuali, le previsioni sui tempi e sulle fasi di realizzazione, le modalità e i criteri di intervento, si prevedono ciclopiste affiancate a strade di grande traffico (anche in quei casi nei quali esistono alternative più salutari per i polmoni dei ciclisti).

Verremo in seguito a sapere che questa "delibera" è stata preparata con una certa approssimazione, nei ritagli di tempo....

Raccogliamo così, tra i veronesi, ben 1300 firme chiedendo un serio progetto di piste ciclabili.

1990

Quattro ciclopiste per i mondiali

L'Ing. Passigato, responsabile tecnico degli AdB, elabora due progetti: uno studio di fattibilità per una pista ciclabile a fianco del "Canale Camuzzoni" (alternativa alla Circonvallazione esterna) e un itinerario da Porta Vescovo a S.Michele (alternativo a Corso Venezia).

Aggiungendovi altre due proposte (ciclopiste in Viale Piave e lungo l'Adige da Ponte Catena al Chievo), promuoviamo una petizione chiedendo che, nell'ambito dei lavori per i prossimi mondiali di calcio, vengano realizzate almeno queste 4 ciclopiste. La petizione raccoglie ben 6.000 firme, ma il Sindaco Sboarina quando gli consegnamo il "pacco" quasi ci prende in giro.

L'"abbuffata" dei mondiali si consuma con opere faraoniche per incentivare l'uso dell'automobile (che indebiteranno il Comune per decenni).

SALVAGNO®

FRANTOIO PER OLIVE

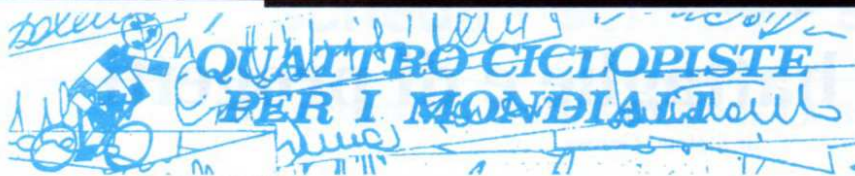
DAL 1923 OLIO DI FRANTOIO

Olio Extra Vergine di oliva spremuto a freddo

NESENTE VALPANTENA (Vr) - Tel. 045/526046



POLITICA PER LA BICICLETTA



1991

Zavetti fa il furbo, ma con le Circoscrizioni nascono i progetti

Il nuovo Assessore al traffico Zavetti dapprima accoglie le offerte di collaborazione degli A.d.B. alla stesura del progetto per le piste ciclabili, ma alla resa dei conti non incarica l'ufficio tecnico di seguirlo con l'impegno necessario.

Validi metodi di lavoro e alcune buone idee che avevamo discusso e concordato con alcuni tecnici del Comune (tra l'altro competenti, entusiasti e appassionati all'argomento) vengono quindi accantonati.

Non ci resta che andarcene, abbastanza delusi, sbattendo la porta.

Molto più sensibili appaiono invece le Circoscrizioni, prima fra tutti quella Est (Borgo Venezia), per la quale gli AdB preparano un progetto di rete di itinerari e piste ciclabili.

Lo studio, realizzato dall'Ing. Passigato e dall'Arch. Polo, viene redatto seguendo la metodologia appropriata. Il Presidente Vittorio Pasquetto lavora con attenzione per la sua realizzazione, ma anche lui si trova di fronte al disinteresse dell'Amministrazione Comunale.

1992-1993

Il Veneto finanzia, le Circoscrizioni progettano... il Comune, come al solito, dorme.

Nel 1992 raccogliamo i frutti dei nostri contatti e delle nostre proposte alla Regione Veneto, con l'approvazione di una legge regionale che concede finanziamenti ai Comuni per la realizzazione di piste ed itinerari ciclabili.

Lo stesso anno l'Ing. Passigato elabora un'altro progetto per la 2° Circoscrizione (Borgo Trento, Ponte Crencano, ecc.).

Nel 1983 continuano i nostri contatti con le Circoscrizioni.

Con quella del Centro Storico, dove il Presidente Roccioletti concorda con gli AdB sulla necessità di attuare quei provvedimenti richiesti per consentire il transito. Con La IV Circoscrizione (Santa Lucia-Golosine),

dove il Presidente Beccari vorrebbe realizzare alcune ciclopiste e disegnare un progetto di rete.

Con la VII Circoscrizione (San Michele), dove il Consigliere Zampieri, nostro socio, insieme all'Arch. Lorella Polo, ha realizzato un progetto di percorsi ciclo-pedonali. ... ora aspettiamo soltanto un'Amministrazione Comunale veramente capace di amministrare tutte queste idee, evitando che cadano nel vuoto.

RUTA LIBERA
 Giornale degli Amici della Bicicletta
 Via Spangola, 6/8 - 37123 Verona

BIKITALIBERA n. 28 Marzo 1991 (anno VII n. 2)
 Direttore responsabile: Sergio Di Biase
 Redazione: Via Spangola, 6/8 - 37123 Verona
 Tel. 0475/231111 - Telex: 320321
 Abbonamenti: Via Spangola, 6/8 - 37123 Verona
 Tel. 0475/231111 - Telex: 320321

SPECIALE "UN PROGETTO PER BORGO VENEZIA" 10.000 COPIE !!!

ALL'INTERNO:

| | |
|---|-----------|
| Giovanbattista il ciclista | pag. 2 |
| Piste ciclabili a Verona | pag. 4 |
| Col traffico la vita si cambia | pag. 5 |
| Mountain-bike - Un libro per gli appassionati veronesi | pag. 6 |
| Incidenti agli Amici della Bicicletta | pag. 8 |
| Una rete ciclabile per Borgo Venezia (riserbo speciale) | pag. 9-12 |
| Cicloschede: Val Sotterio | pag. 13 |
| Cicloparcheggio | pag. 14 |
| La sicurezza passiva | pag. 16 |
| Sorpresati! In auto si respira più gas che in bici | pag. 17 |
| Bicicletta aprile-maggio 1991 | pag. 18 |

PANE INTEGRALE DI LIEVITO ACIDO NATURALE

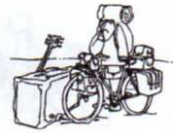
Lievitato esclusivamente con lievito acido-naturale (lievito madre)
 impiego di farine macinate a pietra di cereali
 coltivati senza prodotti chimici, modellato a mano.



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



UNA GIORNATA PARTICOLARE CICLO GUIDA PER UN ITINERARIO LUNGO L'ALTO MINCIO

(ovvero l'arte di organizzarsi una ciclo-escursione)

NOTA: Le schede di cui si parla nel testo le potrete trovare alle pagg. 13-14-15



di Massimo Muzzolon

Vi ricordate di Licia Cassan, la giovane signora che dalla copertina dell'ultimo Ruotalibera enumerava le mirabolanti virtù delle sue tranquille gite domenicali? Ebbene, per conoscere meglio questo simpatico personaggio, e la sua dinamica famiglia, Ruotalibera ha sguinzagliato i suoi abili 007 in bicicletta. Hanno seguito la comitiva familiare durante una escursione, dalla fase della preparazione generale fino al giorno della grande pedalata. Sarà finalmente possibile, quindi, capire come una comune famiglia della nostra città riesca miracolosamente a sfuggire i riti di massa della domenica consumistica che si evidenziano nel solito nevrotico giro in auto, imbottigliati sulle strade del lago, o nel patetico picnic ai bordi di una trafficata strada di montagna. Ma voi, piuttosto, volete anche voi lettori aggregarvi ai detectives di Ruotalibera sulle tracce dei nostri amici del pedale? Coraggio, dunque, c'è posto anche per voi, ma...non facciamoci notare! Non dobbiamo turbare la placida intimità familiare di Licia Cassan, del marito Gianfranco, dei bambini Matteo e Francesca e delle loro inseparabili due-ruote.

LA PROGETTAZIONE DELLA GITA

E' venerdì giorno in cui gli Amici della Bicicletta sono in sede.

Licia Cassan, alle 16 in punto, si presenta in via Spagna 8.

Il tempo di infilare la bici nella rastrelliera e viene raggiunta dal solerte incaricato degli AdB di turno quel pomeriggio.

Licia chiede informazioni sul servizio Treno+Bici. Ormai i bambini sono abbastanza grandi e vorrebbero ampliare il loro raggio d'azione:

Ha sentito parlare del percorso ciclabile Mantova-Peschiera e pensa che per Matteo e Francesca sarebbe l'ideale attraversare il Parco del Minicio per un



speciale cicloescursioni



itinerario che offre relativa sicurezza. Purtroppo, però, l'orario ferroviario estivo non permette di raggiungere in mattinata Peschiera o Mantova con bici al seguito e Licia sembra dover ripiegare sulla solita gitarella fuori porta. Ma la provvidenza è in agguato nella persona di un socio AdB che, entrato in quel momento, chiede una copia dell'opuscolo "In bicicletta da Verona al Mincio". Il sempre più solerte incaricato dell'associazione ha un lampo di genio e, senza esitazione, spiatella una "combinazione" di viaggio che, realizzabile in giornata, porterà comunque Licia e la sua famiglia ad esplorare il Parco del Mincio. In bici fino a Monzambano seguendo le semplici indicazioni dell'opuscolo che ha in mano, per ricordarsi qui all'itinerario ciclabile proveniente da Peschiera e che si snoda verso Mantova: In treno quindi (con bici a seguito) da Mantova a Verona.

L'opuscolo a colori "In bicicletta da Verona al Mincio" è stato realizzato in collaborazione da Amici della Bicicletta e WWF e illustra dettagliatamente un percorso circolare che avendo origine e termine a Verona tocca Sommacampagna, Salionze, i dintorni di Monzambano, Valeggio e le colline di Custoza. La lunghezza dell'intero itinerario è di 55 km e può essere percorso in 3/5 ore.

L'opuscolo è consultabile presso la sede degli Amici della Bicicletta. (Il giro di Licia Cassan segue questo itinerario solo nel tratto da Vr a Monzambano).

LA MATTINA: DA VERONA AL MINCIO

L'allegria carovana, pedalando su luccicanti biciclette adatte a viaggi di un'intera giornata (vedere scheda n°3), si avvia di buon mattino a lasciare Verona attraverso il borgo di S.Massimo da dove imbocca la strada per il Cason. Dotato del bagaglio necessario (vedere scheda n°4), il marito Gianfranco ogni tanto si ferma, non per la stanchezza (ci mancherebbe!), ma per consultare la cartina sull'opuscolo. Superato Caselle è il centro storico di Sommacampagna la prima asperità; da qui in avanti il percorso collinare mette a dura prova le gambe di Licia, bisogno di smaltire

qualche chilo. La fatica viene comunque compensata dall'amenità del paesaggio morenico che tocca, presso le località di Guastalla e S.Rocco, i punti più suggestivi. Effettuata la ripida discesa di Salionze il gruppetto imbocca la strada provinciale proveniente da Peschiera in direzione Monzambano e, oltrepassato il ponte sul Mincio, ecco la rampa che conduce nel centro del comune mantovano, sovrastato dal castello del XII secolo. D'ora in poi, dopo un leggero pranzo al sacco (vedere scheda n°5) si seguirà l'itinerario ciclabile Peschiera-Mantova, segnalato dai cartelli visibili già all'ingresso del paese.

IL POMERIGGIO: L'ITINERARIO CICLABILE LUNGO IL MINCIO

Il percorso ciclabile e pedonale Peschiera - Mantova si articola quasi interamente all'interno del Parco Naturale del Mincio, istituito dalla Regione Lombardia.

Ha una lunghezza di 45 km ed è segnalato, in entrambi i sensi, con dei cartelli di colore giallo recanti il simbolo della bici ben visibili ad ogni incrocio. Si sviluppa per 35 km su strade secondarie poco trafficate e per 10 km su pista ciclabile in sede autonoma. (Il giro di Licia Cassan segue il percorso ciclabile solo nel tratto da Monzambano a Mantova).

Da Monzambano il gruppo prosegue mantenendosi sulla riva destra del Mincio. Matteo e Francesca fanno a gara ad individuare e segnalare il maggior numero di tabelle dell'itinerario ciclabile che sono poste ad ogni incrocio. In breve sulla sinistra appaiono il ponte Visconteo di Borghetto ed il castello di Valeggio del XIII secolo. Si prosegue attraverso il distensivo e pianeggiante paesaggio della campagna mantovana, fra alti filari di alberi ed antiche cascate. Giunta a Goito la simpatica famigliola si concede una breve sosta. La cittadina è notevole dal punto di vista monumentale, con la Basilica della Madonna della Salute del 1729 e la neoclassica Villa Moschini in fondo ad uno splendido parco (privato).

Dal centro del paese si imbocca la SS n° 236 in direzione di Mantova e subito dopo del ponte sul Mincio si svolta a destra nella ombreggiata stradina per Maglio. Dopo 4 chilometri ancora una svolta a destra e poi a sinistra: inizia qui la bella pista ciclabile che, ricavata sulla sede della dismessa ferrovia Peschiera-Mantova, conduce alle porte del capoluogo virgigliano.

E' un soleggiato pomeriggio domenicale e la ciclista è affollata di ciclisti che, lontani dallo smog e dai rumori, trascorrono serenamente la giornata tra i boschi e le valli del Parco del Mincio. Sembra quasi essere lungo il Danubio in Austria o sulla costa del Mare del Nord in Olanda.



PARCO NATURALE MINCIO

Peccato che in Italia percorsi ciclabili come questo siano così rari, pensa Licia Cassan, sarebbero un'ottima alternativa per delle scampagnate ed educerebbero la gente a usare più spesso la bici anche in città, al posto dell'auto.

NOVITA'!

*Per la sicurezza
dei cicloamatori*

DISPOSITIVO LUMINOSO



LUCCIOLA
STOP

DI FRENATA
PER BICICLETTA

A CASA VOSTRA O IN SEDE
DAGLI A.D.B. PER SOLE
L. 25.000

PER ORDINAZIONI TELEFONARE
AL N. (045) 7301461
FACILISSIMA INSTALLAZIONE



speciale cicloescursioni



Tra Goito e Mantova, indicati dalla segnaletica sulla pista ciclabile, si trovano il Parco Bertone e il Bosco Fontana.

Il primo, situato nei dintorni di Maglio, è un giardino con villa padronale del secolo scorso nel quale, tra laghetti e corsi d'acqua, sono ospitate specie vegetali che creano una varietà di ambienti boscosi e scorci romantici e suggestivi. Il secondo, che si estende nei pressi di Soave Mantovano, è costituito da 230 ettari di alberi ad alto fusto, con ricco sottobosco e grande varietà di fiori ed è un residuo dell'originaria foresta pianiziale padana. (Per informazioni e visite, anche guidate, al Parco Bertone e al Bosco fontana si può telefonare al Parco Naturale del Mincio- 0376/222480).

Alla periferia di Mantova la pista ciclabile termina sulla statale per Brescia, si deve quindi nuovamente fare i conti con la viabilità ordinaria. Fortunatamente la stazione Fs si trova a nord della città e, superati Cittadella e il lungo ponte sui laghi, par di sentire in lontananza, il gracchiare dell'altoparlante che annuncia i treni in partenza.

Le possibilità di ritorno in treno con la bici al seguito sono numerose. Ecco gli orari:

MANTOVA:

partenza 17.41 - 18.28 - 19.35

VERONA PN: | | |

arrivo 18.17 - 19.10 - 20.20

- Il servizio si effettua tutti i giorni.

- Oltre a Mantova e a Verona PN è consentito il carico/scarico della bicicletta anche a Villafranca.

- Per ulteriori informazioni sul servizio Treno + Bici vedere scheda n°2.

CARTA D'IDENTITA' DEL PERCORSO

lunghezza:

VR - MONZAMBANO Km 25

MONZAMBANO - GOITO Km 22

GOITO - MANTOVA Km 16

TOT Km 63

Tempo di percorrenza:
una giornata

Consigli per il ciclista :

- Itinerario per tutti e per ogni tipo di bicicletta (meglio con cambio).
- Strada interamente asfaltata tranne 2 km di sterrato.
- percorso ondulato fra Sommacampagna e Borghetto, resto pianeggiante.

INDIRIZZI UTILI

Per informazioni sul Parco del Mincio e sulle Riserve Naturali:

CONSORZIO PARCO NATURALE DEL MINCIO - Mantova

Via Marangoni, 36 - Tel. 00376/363824

Per informazioni su Mantova e provincia, sui musei

e per informazioni alberghiere:

AZIENDA DI PROMOZIONE TURISTICA - Mn

Piazza Andrea Mantegna, 6-Tel. 0376/350681

Per visite a Bosco della Fontana:

COMANDO STAZIONE FORESTALE

Via Circonvallazione Est n.12

Goito (Mantova)

Telefono 0376/604024

Per visite al Parco

delle Bertone:

CONSORZIO PARCO

NATURALE DEL MINCIO.



BONTÀ E FANTASIA
DEI PRIMI PIATTI D'ITALIA

TORTELLINI
GNOCCHI POLENTA

PROGRAMMA BICICLETTATE GIUGNO-LUGLIO

Città-Campagna

Domenica 13 Giugno CITTÀ-CAMPAGNA A VIGASIO

Partenza: ore 9,00 da Piazza San Zeno

Percorso (circa 35 Km a/r): Verona - Castel d'Azzano - Forette - Vigasio - Scopela - Verona

Visite previste: riseria Gazzani. Durata: mezza giornata.

Accompagnatori: Laura Costantini - Alessandro Troiani

Percorso leggero



Mountain-Bike

Domenica 13 Giugno MOUNTAIN-BIKE ALLA VALLE DEI MOLINI

Partenza: ore 14,00 da Piazza San Zeno (per chi ha l'auto col porta-bici). Per chi vuole recarsi sul luogo in bicicletta, l'appuntamento è alle ore 15,00 circa di fronte al cimitero di Costermano.

Percorso (circa 30 km a/r): Costermano-Marciaga-Crero-Albisano-Valle dei Molini-Garda-Costermano

Durata: Mezza giornata. Difficoltà: un tratto con la bici a spalle

Per informazioni: telefonare a Gianluigi Cugola 8903959

Accompagnatori: Gianluigi Cugola - Guido Cerpelloni

Percorso medio



Domenica 18 Luglio MOUNTAIN-BIKE IN LESSINIA

Partenza: ore 9,00 Piazza S.Zeno (solo per chi ha l'auto con il porta-bici). Si raggiunge Boscohiesanuova in auto. Percorso (circa 32 Km a/r): Boscohiesanuova - Masi - Scandole - Vajo dell'anguilla - Podesteria - San Giorgio - Vajo Squaranto - Grietz - Boscohiesanuova. Durata: tutto il giorno (colazione al sacco)

Difficoltà: tratti di continui saliscendi. Per informazioni telefonare a Gianluigi Cugola 8903959

Accompagnatori: Gianluigi Cugola - Guido Cerpelloni.

Percorso medio



Ciclo-sudata

Domenica 4 Luglio CICLOSUDATA A CAMPOSILVANO

Ritrovo: ore 8,00 Piazza San Zeno.

Percorso (circa 90 Km a/r): Verona - Roverè - Camposilvano - Bosco - Erbezzo - Lugo - Verona

Durata: tutto il giorno (colazione al sacco)

Difficoltà: parecchia salita

Accompagnatori: Alessandro Troiani - Renzo Gaule

Percorso impegnativo



CALENDARIO CRONOLOGICO DELLE BICICLETTATE

GIUGNO

Domenica 6 Giugno: Treno + bici a Trento

Domenica 13 Giugno: Città-Campagna a Vigasio

Dom. 13 Giugno: Mountain-Bike Valle dei Molini

Dom. 20 Giugno: Cicloesc. dalla collina alla Bassa

Domenica 27 Giugno: Cicloescursione a Custoza

LUGLIO

Domenica 4 Luglio: Cicloescursione a Mantova

Domenica 4 Luglio: Ciclosudata a Camposilvano

Domenica 18 Luglio: Mountain-Bike in Lessinia



LUGLIO-AGOSTO: Pedalate estive

Anche quest'anno, come negli anni scorsi, tante gite in bici la domenica (anche se ce ne sono già programmate in calendario).

Di solito si organizza tutto il venerdì sera, quando siamo

in sede per ritrovarci, dalle ore 21 alle 23;

per sapere telefona (8009803) o vieni a trovarci.

Cicloescursioni

Domenica 6 Giugno

Percorso medio 

TRENO + BICI A TRENTO: visita al Castel Beseno

(Biciclettata organizzata con gli Amici della Bicicletta di Trento)

Partenza: alla mattina in stazione

Percorso (circa 45 Km a/r) da Trento

Durata: tutto il giorno (colazione al sacco)

Per partecipare è obbligatorio iscriversi in sede (Via Spagna 8) Venerdì 4 Giugno ore 16/19 e 21/23

Accompagnatori: Alessandro Troiani, Laura Costantini

Domenica 20 Giugno

Percorso medio 

CICLOESCURSIONE DALLA COLLINA ALLA BASSA VERONESE


Partenza: ore 9,00 da Piazza San Zeno

Percorso (circa 70 Km a/r): Verona - S. Maria in Stelle - Bosco Buri - Zevio - Bosco di Zevio - Palù San Giovanni Lupatoto - Pestrino - Verona. Visite previste: Parco di Villa Buri.

Durata: tutto il giorno (colazione al sacco). Difficoltà: lunghi tratti non asfaltati lungo l'argine dell'Adige

Accompagnatori: Luca Spiazzi - Patrizia Magrini

Domenica 27 Giugno

Percorso medio 

CICLOESCURSIONE A CUSTOZA

Partenza: ore 8,45 da Piazza S. Zeno


Percorso (circa 55 Km a/r): VR - Sommacampagna - Custoza e ritorno

Visite previste: Azienda agricola <Tamburino Sardo> Durata: tutto il giorno.

Colazione al sacco o all'azienda, con prenotazione obbligatoria in sede (Via Spagna 8) Venerdì 25 ore 16/19 o 21/23 e Sabato 26 ore 16/19. Costo del pranzo: Lire 15.000.

Accompagnatori: Otello Bassi - Marco Bellini

Domenica 4 Luglio

Percorso leggero 

IL MINCIO E LA PIANURA (CICLOESCURSIONE A MANTOVA)

Ritrovo: ore 9,00 Piazza San Zeno. Partenza in auto per Goito (non ci sarà furgone, quindi i partecipanti devono arrivare a Goito con mezzi propri). Percorso: circa 50 Km a/r. Da Goito a Rivalta con imbarco (persone e bici) su barche per Mantova. Al ritorno visita in bici di Bosco Fontana e Parco Bertone.

Durata: tutto il giorno (colazione al sacco o spuntino a Mantova).

Per partecipare è obbligatorio iscriversi in sede (Via Spagna 8) Venerdì 25 Giugno o 2 Luglio ore 21/23.

Costo del trasporto per persona+bici sul barcone Lire 20.000.

Posti limitati. La Domenica non si accetta chi non abbia prenotato.

Accompagnatori: Luciano Cassandrini - Otello Bassi

CENA SOCIALE

SABATO 12 GIUGNO



A metà stagione cicloescursionistica ci troviamo una sera per andare (in bici naturalmente) a farci una bella mangiata in compagnia. Andremo alla trattoria "LA SORTE" al Chievo. Prezzo previsto tutto compreso 26.000 Lire. Indispensabile prenotarsi in sede venerdì 11 Giugno ore 16/19 o 21/23.

Ritrovo davanti alla sede in Via Spagna alle ore 19.00 di Sabato 12 Giugno.

ATTENZIONE !!

PER PARTECIPARE ALLE GITE ORGANIZZATE
DAGLI AMICI DELLA BICICLETTA
SI DEVE CONOSCERE E RISPETTARE
IL REGOLAMENTO (vedi Ruotalibera n.38)
oppure per informazioni in sede Via Spagna 8

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

GRANDIS



speciale cicloescursioni



Che bello andare in bicicletta Vi ricordate di me?

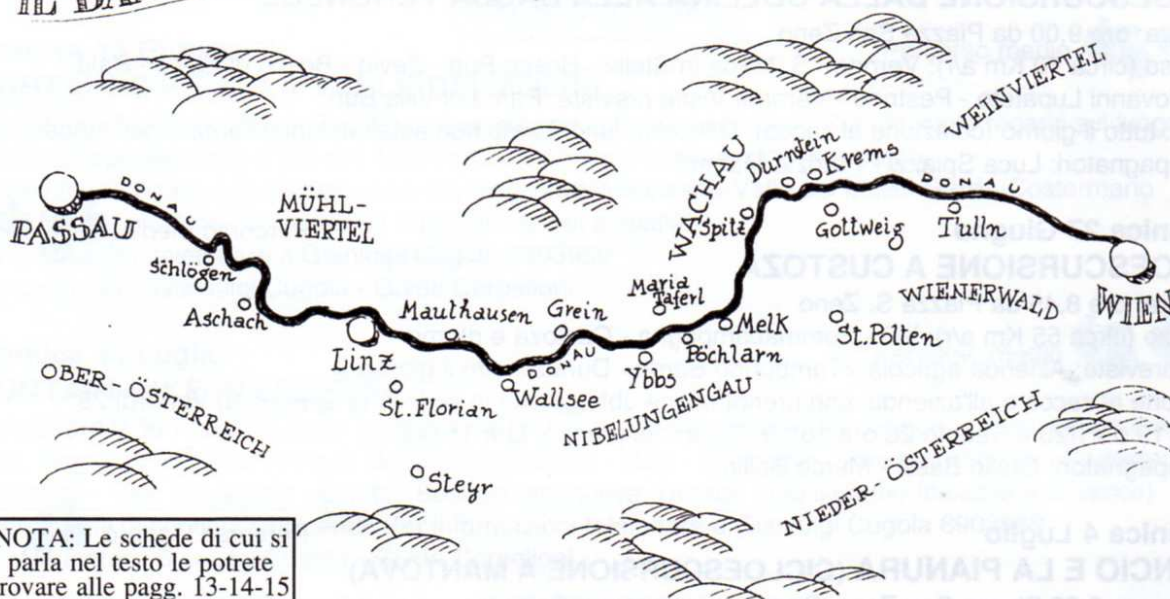
Sono Giovanbattista e mi sono già presentato sul numero 28 di Ruotalibera.

GIOVANBATTISTA IL CICLISTA IN VACANZA SUL DANUBIO DA PASSAU A VIENNA

(ovvero l'arte di organizzarsi le ferie in bicicletta)

di Stefano Gerosa

IL DANUBIO da Passau a Vienna



NOTA: Le schede di cui si parla nel testo le potrete trovare alle pagg. 13-14-15

Per il sottoscritto, come vi ho già spiegato, la bicicletta è prima di tutto il mezzo di trasporto ideale per muoversi in città, senza inquinare e senza contribuire al degrado della vivibilità urbana.

Da circa due anni, però, sollecitato dal nutrito programma di gite reclamizzate da Ruotalibera, ho scoperto anche la bellezza delle escursioni fuori porta.... come mi piace pedalare con voi, in compagnia, su stradine tranquille e tra il verde!!

E' bello andare in bici perchè si sente il vento nei capelli e il silenzio intorno, perchè è possibile, con occhio allenato, osservare il continuo mutare del paesaggio e le testimonianze umane di lavoro e di vita.

Bene, ho deciso, visto che mi diverto tanto, quest'anno le ferie le farò in bicicletta !!

In cerca di un consiglio dagli Amici della Bicicletta

Dove potrei andare? ... su Ruotalibera ho letto che gli A.d.B. sono in sede (via Spagna 8) il venerdì e il sabato pomeriggio (ore 16-19). ... forse loro sapranno darmi qualche idea!!

In sede ho trovato "Sandrin", di turno quel giorno, con il quale ho fatto una bella chiaccherata.....

Vacanze in bicicletta: Sì, ma dove ?

Dove andare? In Italia? Come ben noto, dal punto di vista cicloturistico, non è uno dei paesi più attrezzati d'Europa. Tuttavia, se si programma accuratamente l'itinerario, cercando sulle mappe le strade secondarie, il

nostro paese offre infinite possibilità. E in Europa? Olanda, Danimarca, Germania e Austria offrono al cicloturista percorsi attrezzati, con chilometri di piste ciclabili e strade secondarie segnalate.

Anche la Francia e l'Irlanda sono mete classiche, grazie all'infinità di stradine secondarie e poco trafficate che le percorrono.

Comunque tutti i paesi d'Europa possono essere visitati in bici, tutto sta nel programmare accuratamente il viaggio..."

La ciclopista del Danubio, itinerario facile ed attrezzato

Nella scelta del percorso, ad ogni modo, occorre tener presenti le proprie

esperienze e capacità. Nel mio caso, visto che non sono molto allenato e che questo è il mio primo viaggio in bicicletta vorrei fare qualcosa di semplice e che non mi ponga troppi problemi organizzativi.

Ho letto su Ruotalibera che, lungo il Danubio, da Passau (città tedesca al confine con l'Austria) fino a Vienna c'è una ciclopista dove tutto è predisposto per il turismo in bicicletta. D'estate la utilizzano anche intere famiglie, bambini con i genitori che percorrono magari pochi chilometri al giorno....

Tutto il percorso è segnalato, è facile trovare da mangiare e da dormire, e da Passau a Vienna sono solo 330 chilometri.



speciale cicloescursioni



Se non riuscissi a farla tutta potrei sempre arrivare a Vienna imbarcandomi su un traghetto o utilizzando il sistema treno+bici.

Certo non sarà molto avventuroso, come i viaggi del mio amico Gianni, che non segue mai itinerari segnalati, ma anche lui avrà cominciato da quelli più semplici....!!

Curiosando nella biblioteca AdB

A questo punto sono stato invitato a cercare materiale utile nella "ciclo-biblioteca" del gruppo (vedi scheda 1: Cosa c'è e come funziona la biblioteca AdB). Sulla "Passau-Vienna" ho trovato molto materiale interessante, sia tra i libri catalogati che nel fascicolo di deplianti dedicato all'itinerario (C-23).

BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE (tra parentesi codice biblioteca A.d.B)

- Libro: "Il Danubio in Bicicletta" di C. Reggiani, Calderini ed. (C-2)
- Mappa con notizie (in tedesco): "Donauradweg Regensburg-Hainburg", n. 151 Kompass (F-21)
- Dal libro "L'Europa in Bicicletta" di P. Warz, pag. 125 (C-1)
- Dalla rivista Ruotalibera n. 26 "Donauradweg: da Passau a Vienna" di Lucio Garonzi e Paola Gerosa, pag. 8-9 (fascicolo C-23)
- Opuscolo in tedesco: "Radeln am Strom Passau-Hainburg" (C-27)
- Pieghevole in Italiano: "Il Danubio. Pista ciclabile" (in fascicolo C-23)

Come arrivare a Passau con la bici (e poi tornare a Verona) ?

Va bene, mi sono convinto, Passau è la mia meta!!

La bicicletta, leggo su un depliant, è possibile noleggiarla presso le stazioni austriache.

Preferirei comunque pedalare con la mia, ma come portarcela?

Niente paura, mi dice Sandrin, i mezzi sono tanti (vedi scheda numero 2 COME TRASPORTARE LA BICICLETTA).

Un socio degli A.d.B. che lavora alle F.errovie mi propone tuttavia di sperimentare un modo per arrivare a Passau in treno con la propria bicicletta.

TRENO+BICI DA VERONA A PASSAU

Per l'andata:

- partenza da Verona ore 10,56, arrivo a Bolzano ore 12,54

- partenza da Bolzano ore 13,30, arrivo al Brennero ore 14,58 (solo giorni feriali)

- dal Brennero è possibile spedire la bicicletta come bagaglio a Wels o Linz con 60 scellini (... in 24 ore dovrebbe arrivare). Da Wels o Linz quindi è facile raggiungere Passau con il sistema Treno+bici al seguito. Per chi invece volesse "tentare" di fare tutto il viaggio con il sistema Treno+bici al seguito:

- partenza da Brennero ore 15,14, arrivo ad Innsbruck ore 15.57

- a Innsbruck c'è un treno che parte per Wels alle 16.02 oppure alle 17.02; verificare se è possibile caricarvi la bici, altrimenti la si può

spedire come bagaglio oppure proseguire con dei treni locali per i quali è previsto il sistema "bici+treno" (in questo caso, probabilmente, converrà pernottare in una località intermedia).

- da Wels ancora treno+bici per la vicina Passau.

Per il ritorno:

Da Vienna (o altrove) occorre tornare ad Innsbruck e da qui recarsi al Brennero.

partenza da Brennero ore 15,40, arrivo a Bolzano ore 17,05

partenza da Bolzano per Verona ore 17,15

Tariffe austriache "treno+bici"

biglietto

giornaliero : 30 scellini (4.000 lire)

settimanale: 60 scellini (8.000 lire)

mensile: 210 scellini (28.000 lire)

UNIPOL ASSICURAZIONI

AGENZIA GENERALE

TUSACCIU & FASIOLO

Piazza S. Francesco, 9 - VERONA

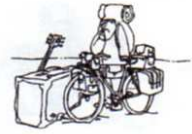
Tel. (045) 8002089



Una forza amica.



speciale cicloescursioni



La programmazione del viaggio

Come si programma il viaggio in bicicletta??

Dagli A.d.B. ho avuto un'interessante spiegazione (vedi scheda n. 6: COME PROGRAMMARE TAPPE E PERCORSI IN UN VIAGGIO DI PIU' GIORNI).

Per quello che mi riguarda, comunque, non ho avuto molti problemi. Sul materiale reperito in sede ho trovato tutte le notizie utili, in particolare sulla mappa n.151 della Kompass, molto dettagliata, che segnala la ciclopista. Ecco quindi il mio "piano di battaglia" (le mappe e le guide riportano un sacco di posti da visitare !! Ne ho selezionato solo alcuni, poi si vedrà...).



DA PASSAU A VIENNA IN 6 TAPPE

Lunedì-Martedì: Viaggio. Visita di Passau: passeggiata alla confluenza dei fiumi Donau Inn e Ilz; panorama dal Borgo Alto; Duomo di St. Stephan (organo più grande del mondo).

Mercoledì:

1° tappa Passau-Ashach (km. 67) Partenza sulla riva destra (semplice striscia gialla) fino a Engelhartzell. Si prosegue fino a Niederanna e si passa sul ponte dall'altra parte, dove inizia la pista ciclabile.

Di nuovo sulla riva destra traghettando su una barca a Schloggen. Zona molto suggestiva, la ciclopista, realizzata sull'antica alzaia, segue l'ansa del fiume.

Giovedì:

2° tappa Ashach-Linz (km. 27) Possibile visita ad Eferding (castello). Dopo 17 km, ad Ottensheim, passare sulla riva sinistra. Il pomeriggio visita a Linz.

Venerdì:

3° tappa Linz-Ardagger (km. 52) A Mathausen visita al tristemente famoso lager nazista (...per raggiungerlo breve ma dura salita). Prima di Wallsee si attraversa il fiume sulla diga. A Wallsee possibile visita del castello.

Sabato:

4° tappa Ardagger-Melk (km. 52) Sempre sulla riva destra. Possibile deviazione (4 km a/r) per visitare Grein. Da Tiefenbach area protetta, ciclopista nel bosco. A Melk, cittadina molto turistica, visita della famosa Abbazia benedettina (imponente edificio barocco) e al museo interno.

Domenica:

5° tappa Melk-Zwentendorf (km. 66) Ad Aggsbach spiaggia sul Danubio(bagno?) saliscendi tra i vigneti. Visita a Durnstein, deliziosa cittadina medioevale (assaggio vini del luogo).

Lunedì:

6° tappa Zwentendorf-Vienna (Km.60) Attraverso la campagna, poi ancora lungo il fiume. Breve visita a Tulln (Torre del sale, chiesa di S.Stefano). Arrivo a Vienna nel pomeriggio.

Martedì-Venerdì:

visita di Vienna e ritorno a Verona. Se ne ho voglia potrei fare un'altro pezzo della ciclopista del Danubio da Vienna a Bratislava (Ungheria), poco più di 50 km.



Dormire e mangiare lungo il Danubio

Il tedesco proprio non lo conosco, ma penso che me la caverò bene comunque, con un po' del mio inglese e con una piccola guida di frasi in tedesco.

Trovare da dormire è facile: in ogni paesino l'accoglienza ai ciclisti è organizzata, l'ufficio turistico indica economici "bed and breakfast" e alberghi. Lungo il percorso inoltre molte case espongono insegne con scritte "Zimmer frei" (camere libere). I ristoranti offrono ottimi piatti di carne o di pesce con relativo contorno, da innaffiare con birre o vini locali. Fornitissime le pasticcerie.

GIROLLI

MOTO-CICLI di Girolli Giorgio



Concessionario
Bianchi



B641

STONE MEADOW

TIPO: BPO 28" 3 TUBI COME CONFEZIONE SALDOBISATE GRUPPO SARMANO 800 LA 24V. INSUE: 30-50-54-58 - COLORI: BIANCO, ROSSO FERRARI

MADE IN BIANCHI

Straordinario!

SCONTO 15%
SU CICLI

AD ISCRITTI A.d.B.
FINO AL 31 LUGLIO

NUOVA SEDE: Circonvallazione Raggio di Sole 7/B - Tel. 8005792



schede - schede - schede



SCHEDA 1 - COSA C'E' E COME FUNZIONA LA BIBLIOTECA AdB

- > Orari: per la consultazione della Biblioteca si consiglia di passare in sede (via Spagna 8) il venerdì (ore 16-19 e 21-22) o il sabato (ore 16-19), quando sono presenti gli Amici della Bicicletta.
- > Puoi trovare:
 - manuali generici sul cicloturismo e sulla tecnica ciclistica
 - descrizione di ciclo-itinerari italiani ed esteri
 - notizie turistiche generiche italiane ed estere
 - riviste specifiche (Cicloturismo, la Bicicletta, Itinerari, ecc.).
- > Tutto è catalogato in degli elenchi. Il più interessante è quello della Regione o Nazione che ti interessa visitare.
- > Non catalogati: Depliant turistici e delle Agenzie Turistiche che organizzano viaggi in bici.
- > I soci degli AdB possono avere in prestito alcuni libri (secondo le modalità indicate nel Regolamento Prestiti). E' possibile, altrimenti, farsi fare fotocopie.



SCHEDA 2 - COME TRASPORTARE LA BICICLETTA

In treno con bici al seguito.

Molti cicloturisti in altri paesi europei sono abituati a viaggiare in treno con la propria bicicletta. Questo è possibile, da pochi anni, anche in Italia.

- > Nell'orario ufficiale sono indicati i treni che effettuano il servizio treno+bici.
 - > Occorre acquistare uno speciale biglietto, del costo di lire 5.000, utilizzabile su più treni nella stessa giornata. Sul biglietto sono riportate le istruzioni per l'uso.
 - > La bicicletta va caricata e scaricata dal viaggiatore stesso nel bagagliaio o nella carrozza contrassegnata.
 - Ulteriori informazioni presso l'Ufficio Trasporto Locale delle F.S. di Verona (tel. 590268-8092388).
- All'estero le modalità di trasporto al seguito non differiscono di molto, anzi il servizio è generalmente più diffuso e facilitato che in Italia.

In treno con la sacca porta-bici.

Esistono in commercio delle sacche nelle quali riporre la bicicletta opportunamente smontata. Anche se come borse risultano ingombranti, sono in genere tollerate dai controllori.

Spedizione per ferrovia.

E' il sistema più pratico per le lunghe distanze, anche se meno sicuro (danneggiamenti, ritardi e furti). La bicicletta va spedita alcuni giorni prima dalle stazioni abilitate, opportunamente imballata.

- > In Italia questo servizio è ancora in funzione, pur avendo subito delle limitazioni e aumenti di prezzo.
 - > Per le spedizioni internazionali, le F.S., uniche in Europa, hanno abolito il servizio a bagaglio. Comunque è sempre possibile spedire come Collo Espresso, ma la tariffa è spesso proibitiva (....)
- Dal momento che la tariffa bagagli resta in vigore tra gli altri paesi europei, una soluzione "disperata" potrebbe essere quella di spedire la bici dall'Austria.

Spedizioniere.

Rivolgersi ad un corriere è, in genere, un sistema che garantisce sicurezza e puntualità. Oltre al costo, l'unico problema è trovare lo spedizioniere che abbia un corrispondente proprio nella zona che interessa.

Aereo.

Per alcune destinazioni è necessario usare l'aereo.

- > In questo caso la bicicletta può essere trasportata gratuitamente come bagaglio personale (in genere tra borse e mezzo occorre non superare i 20 kg.). Talvolta è necessario imballarla o smontarla.

Automezzo.

Non è, a nostro parere, il mezzo più "ecologico" con il quale muoversi. Tuttavia nel nostro Paese, dove il trasporto della bici sui mezzi pubblici è ben poco agevolato, può rappresentare una soluzione.

- > Su un'autovettura occorre montare gli appositi portabici ormai molto diffusi.
- > L'auto può essere lasciata presso campeggi o parcheggi custoditi.
- > Se il viaggio non è circolare, si può ritornare al punto di partenza utilizzando il treno.

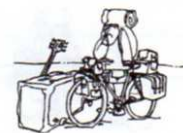
Noleggio o agenzia viaggi.

E, infine, per chi desidera evitare il problema trasporto della bici esistono altre possibilità

- > Il noleggio è molto diffuso in diversi paesi, specialmente nelle zone turisticamente più adatte alle vacanze in bicicletta.
- > Rivolgendosi ad agenzie turistiche specializzate si può, oltre al noleggio, usufruire di combinazioni particolari o partecipare a viaggi cicloturistici guidati.



schede - schede - schede



SCHEDA 3 - COME ALLESTIRE LA BICICLETTA

Sicuramente un meccanico di fiducia è in grado di consigliare ciò che meglio risponde alle diverse specifiche esigenze.

Ci limitiamo quindi a fornire alcune indicazioni tratte dall'esperienza di cicloturisti.

> Il telaio deve prevedere gli alloggiamenti per portapacchi, parafanghi, fanali, ecc.

> Le ruote devono essere sufficientemente robuste e fornite di almeno 36 raggi di sezione non minore di 2 mm. Da scartare senza indugi i tubolari, troppo vulnerabili e poco pratici; preferibili i copertoni con camera d'aria. Per facilitare le operazioni in caso di foratura meglio che i mozzi siano a sganciamento rapido.

> Il sistema di trasmissione deve prevedere almeno una doppia o tripla moltiplica.

> I freni più funzionali sono quelli del tipo "Cantilever" derivati dalla mountain-bike.

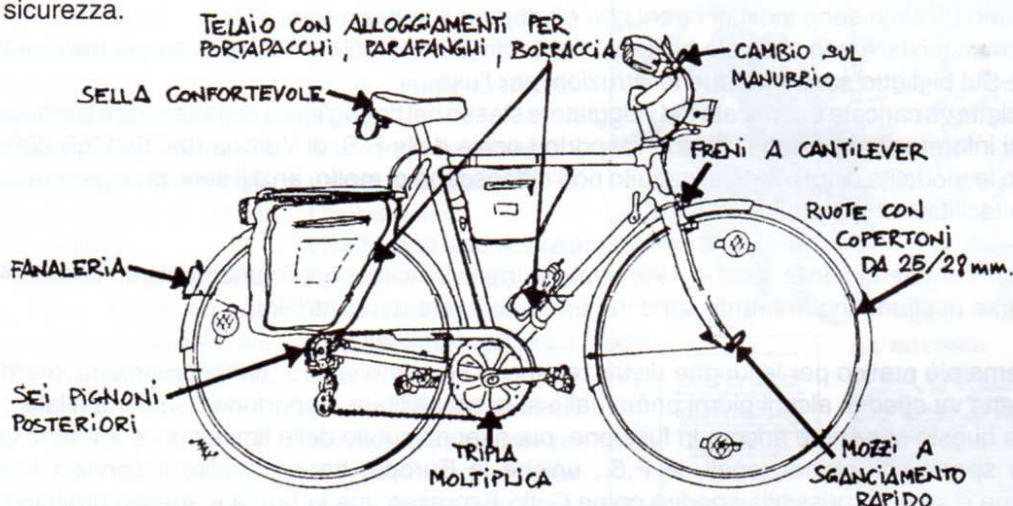
> Il manubrio può essere di diversi tipi: quello "da turismo", il più diffuso, permette una posizione più comoda; quello "da corsa" è più adatto alle lunghe percorrenze (va regolato all'altezza della sella); quello da "mountain bike", con particolari accorgimenti ("cornetti" laterali) rappresenta una soluzione intermedia.

> La sella deve essere confortevole ma non troppo ingombrante e molleggiata.

> Il portapacchi, indispensabile, deve essere robusto e ben ancorato al telaio. Nei lunghi viaggi sopporta anche pesi notevoli.

> I parafanghi sono consigliabili in resina, più leggeri e resistenti agli agenti atmosferici.

> I fanali e i catarifrangenti sono obbligatori per legge in Italia e in tutti i paesi europei e necessari per la propria sicurezza.



Anche la mountain-bike può essere comodamente utilizzata per ciclo-escursioni, specialmente sui percorsi più accidentati. Nei viaggi cicloturistici si consiglia di dotarla di pneumatici più leggeri.

SCHEDA 4 - BAGAGLI ED EQUIPAGGIAMENTO

L'elenco che segue non può, e non vuole, essere del tutto esauriente.

Ognuno adatterà questi consigli al tipo e alla lunghezza del viaggio da intraprendere.

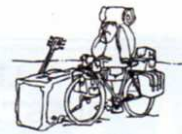
> Le borse devono avere le seguenti caratteristiche: facilità nel montarle e smontarle dal portapacchi, comodità nel trasportarle a mano, una buona impermeabilizzazione. In commercio esistono borse anteriori e posteriori eventualmente dotate di capace bauletto superiore. La borsetta da applicare sul manubrio, oltre che permettere di consultare durante il viaggio la cartina topografica, è facilmente staccabile e quindi utilizzabile per riporvi denaro, documenti, macchina fotografica ecc.

> Il vestiario del ciclo-escursionista "tranquillo" può essere quello di una normale passeggiata a piedi. Chi intraprende un viaggio più impegnativo ha bisogno di capi di vestiario specifici. I più utili sono sicuramente i pantaloncini aderenti e dotati di rivestimento interno. La maglietta da ciclista, per chi la preferisce, offre il vantaggio delle tasche posteriori e del tessuto particolare. Un'altro capo più utile di quanto si pensi, specialmente quando si trascorrono parecchie ore impugnando il manubrio, sono i classici mezzi guanti. Indispensabile dotarsi di una mantella o altri capi impermeabili.

> Per le emergenze non potranno mancare una borsa per gli attrezzi e una valigetta di pronto soccorso. La prima dovrà contenere almeno: camera d'aria di scorta, kit per riparazione forature, chiavi fisse o a brugola, fili dei freni, pinza e piccolo cacciavite. Nella seconda almeno cerotti, garze e disinfettante.



schede - schede - schede



SCHEDA 5 - ALIMENTAZIONE E PERNOTTAMENTO

Con l'alimentazione, in genere, non sussistono problemi per tranquille escursioni di una giornata. A chi pedala per più giorni si consiglia:

- > un'abbondante colazione il mattino (te o latte, pane burro e marmellata, biscotti, miele, cereali, ecc.).
- > durante il viaggio è consigliabile tenersi leggeri consumando qualcosa di energetico (ad es: frutta secca, moussli, ecc.).
- > a metà giornata un piccolo spuntino (ad es: un panino imbottito e della frutta).
- > Il pasto serale deve essere ricostitutivo in tutti e sensi, anche psicologico. E' bene affidarsi alla gastronomia locale, senza eccedere, soprattutto negli alcolici.
- > D'estate occorre reintegrare i sali minerali bevendo spesso, meglio succhi di frutta. Si può anche sciogliere una bustina di integratore salinico nella propria borraccia. Sempre meglio, però, non eccedere con questi prodotti.

Per il pernottamento occorre informarsi con precisione sulle strutture turistiche dei paesi dove si viaggia e programmare le tappe in modo di arrivare a metà pomeriggio. Prenotare può evitare apprensioni, ma può anche costringere a non modificare una tappa se lo si desidera.

- > Bed and Breakfast: sono, in genere, famiglie che offrono alloggio e prima colazione. Se viaggiate all'estero troverete che in molti paesi europei (es: Olanda, Austria) questa soluzione è la più economica e la meglio organizzata. Basta andare negli uffici turistici o seguire le indicazioni.
- > Alberghi: in alcuni paesi se ne trovano di abbastanza economici (es: Francia, Austria) in altri sono decisamente cari (es: Olanda).
- > Tenda: in zone molto turistiche, durante l'alta stagione, è consigliabile usarla. In commercio ne esistono di molto leggere. Se si viaggia nel nord-Europa indispensabile il doppio telo.

SCHEDA 6 - COME PROGRAMMARE TAPPE E PERCORSI IN UN VIAGGIO DI PIU' GIORNI

Un viaggio cicloturistico deve essere, più o meno accuratamente, pianificato a tavolino. In genere le vacanze a propria disposizione non sono molte e senza un programma si rischia di non raggiungere la propria meta, o di arrivarci troppo presto trascurando possibili visite interessanti e pause rilassanti. Ovviamente non bisogna essere rigidi e lasciare spazio ad eventuali variazioni durante il viaggio.

- > Innanzitutto occorre avere tutto il materiale necessario: guide e deplianti turistici e indicazioni di possibili percorsi ciclo-turistici.
- > Indispensabili le mappe stradali il più possibile dettagliate (almeno 1:200.000, ideale l'1:100.000 non sempre reperibile). Alcune forniscono notizie accessorie molto utili. Sulle mappe italiane del Touring sono segnate le altimetrie e le salite, su quelle francesi della Michelin il numero delle strade. Esistono carte tedesche ed olandesi che segnalano tutte le ciclopiste esistenti, ecc. ecc.
- > Tendendo conto del tempo a disposizione e delle proprie medie chilometriche giornaliere, si deve decidere a grandi linee quale percorso si vuol fare. Nella decisione peseranno le indicazioni turistiche raccolte, le città e i luoghi da visitare, ecc.
- > Su fotocopie delle mappe stradali si segnano con un pennarello le strade da percorrere; si utilizzano pubblicazioni su percorsi ciclo-turistici e, dove mancano, si cerca di individuare il più possibile strade secondarie nella campagna (utilizzando strade statali solo per brevi tratti). Può essere utile evidenziare le località dove fermarsi per una visita.
- > A questo punto si rilevano le distanze chilometriche parziali e totali programmando quindi le tappe, giornata per giornata.

| | | | |
|----------|-------------------------|----------------|--------------|
| Esempio: | 1° tappa Passau-Ashach: | dist. parziale | dist. totale |
| | # Passau-Oberzell | 17 km. | 17 km. |
| | # Oberzell-Schlogen | 24 km. | 41 km. |
| | # Schlogen-Aschach | 26 km. | 67 km. |

Ovviamente questo schema può essere molto più dettagliato, con appunti sui luoghi, strade, ecc., ecc. Nella programmazione delle tappe si può prevedere una o più giornate di sosta (o di riserva).



AMICI DELLA BICICLETTA

LA REDAZIONE DELLE SCHEDE
E' STATA CURATA DA;
STEFANO GEROSA e
MASSIMO MUZZOLON

GLI A.d.B. ANCHE QUEST'ANNO A NATURALMENTE VERONA

Gli Amici della Bicicletta saranno presenti all'annuale mostra-mercato "NATURALMENTE VERONA" che verrà allestita il 12 e 13 giugno in piazza Viviani e nei Giardini delle Poste, a Verona. Sono previste partecipazioni di agricoltori biologici e biodinamici, centri di alimentazione naturale, artigiani che impieghino tecniche eco-compatibili, associazioni ambientaliste, centri di medicina naturale, associazioni di solidarietà, ecc...

CARTA RICICLATA

Non sarà sfuggito ai nostri lettori che dal numero 38 abbiamo cambiato la qualità della carta di RUOTALIBERA. A chi è venuto qualche sospetto, garantiamo che si tratta sempre di carta rigorosamente riciclata e senza processi chimici inquinanti, e che ci permette, con il suo colore bianco, di migliorare la qualità di stampa dei caratteri e dei disegni. Speriamo che la nuova veste venga apprezzata.

A.d.B.



NOTIZIE

PROGETTARE LA PERIFERIA:

I QUARTIERI DI S. MICHELE E PORTO S. PANCRAZIO

Questo è il titolo della Conferenza di Venerdì 11 Giugno alle ore 20.45 nella Sala Consiglio di Piazza Madonna Campagna, 1/a (circ.7) dove l'Architetto Lorella Polo e nostro socio presenterà il progetto di recupero e valorizzazione della periferia con inserimento di percorsi ciclabili.

COMUNICATO IMPORTANTE

A.d.B. (APERTURA SEDE)

Non possiamo più garantire la possibilità ai nostri soci di un servizio informazioni ed iscrizioni agli Amici della Bicicletta durante l'orario di apertura Sede del Movimento NonViolento di cui siamo ospiti.

Pertanto vi preghiamo di venirci a trovare in sede Via Spagna, 8 nel seguente orario:

Venerdì pomeriggio ore 16-19;

Venerdì sera ore 21-23;

Sabato pomeriggio ore 16-19;

ATTENZIONE !!!

Durante i mesi estivi di
Luglio ed Agosto ci troverete
solo il Venerdì sera

ABBONARSI A RUOTALIBERA TI PERMETTE ANCHE DI DIVENTARE (O CONTINUARE AD ESSERLO) SOCIO DEGLI AMICI DELLA BICICLETTA. VIENI IN SEDÈ VIA SPAGNA

8, VENERDI' O SABATO POMERIGGIO ORE 16/19 o VENERDI' SERA ORE 21/23 o nei negozi convenzionati: GRANDIS V.le Venezia 79, VRMOTO V.lo Croce Bianca 14, SPORT GEMMO - Piazza Viviani 8, SPORT GEMMO 2 - Circonvall. Maroncelli 12

OPPURE USA IL CCP N. 11560372 INTESTATO A: RUOTALIBERA, VIA SPAGNA 6/8, 37123 VR

QUOTE:

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- ABB. 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 ORD.:
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!



RUOTALIBERA n. 39
maggio 1993
supplemento al n.38
(anno IX numero 3)

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

DIR. RESPONSABILE: FOTOCOMPOSIZIONE
-Valeria Benatti IN PROPRIO
DIR. IRRESPONSABILE: Utilizzazione libera dei
-Massimo Muzzolon testi citando la fonte
REDAZIONE: STAMPA: CIERRE Grafica
-Luciano Cassandrini s.c. a.r.l. Caselle di
-Lucio Garonzi Sommacampagna (VR)
-Paola Gerosa Reg. trib. di Verona
COLLABORATORI: n. 664 del 16.9.1985
-Stefano Gerosa TIRATURA
-Annapia Zenorini 10.000 COPIE
STAMPATO SU CARTA RICICLATA 100%

Gli Amici della Bicicletta di
Verona
aderiscono a:

FIAB (Federazione
Italiana Amici
della Bicicletta)



ECF
(European Cyclists
Federation)