

RUOTALIBERA



RUOTALIBERA
numero **44**
rivista trimestrale
luglio-settembre 1994
(anno X numero 3)
spedizione in abbonamento
postale da Verona - 50 %



CALENDARIO:

APPUNTAMENTI

CORSI DI CICLOTURISMO
La 4^a e la 5^a CIRCOSCRIZIONE - in collaborazione con l'associazione AMICI DELLA BICICLETTA organizzano nel mese di settembre due corsi di cicloturismo per ragazzi e ragazze dai 14 ai 17 anni. Informazioni sui corsi (iscrizioni, durata) a pag. 10

Lunedì 5 Settembre ore 20.30
"LA CITTA' POSSIBILE" presso la sede A.d.B. di Via Spagna, incontro per promuovere ed organizzare la Città possibile anche a Verona

BICICLETTATE

Domenica 4 Settembre
Cicloescursione delle rane
Domenica 11 Settembre
Città-Campagna a Valgatarà
Domenica 18 Settembre
Cicloesc. alle corti della bassa
Domenica 25 Settembre
Cicloescursione a Ca' Feniletto
Domenica 2 Ottobre
Cicloescursione Adige/collina
Domenica 9 Ottobre
Treno+bici al Parco Bertone
Domenica 16 Ottobre
Cicloesc. delle colline a Soave
29-30-31 Ottobre -1 Novembre
Cicloturistica nelle Marche

Informazioni dettagliate
sulle iniziative all'interno

TANDEM EXTRA LARGE

L'estate '94 ci ha portato una nuova Amministrazione Comunale ed un nuovo Sindaco ARIA NUOVA IN COMUNE ?

Gli Amici della Bicicletta hanno subito consegnato ai nuovi Amministratori il documento "ARIA NUOVA IN CITTA'", pubblicato nell'ultimo numero di Ruotalibera, quale promemoria per risolvere i problemi del traffico e favorire la mobilità per tutti: pedoni, ciclisti, utenti dei mezzi pubblici ed auto.

Nell'incontrare Assessori e Sindaco ci siamo chiesti: saranno migliori dei loro predecessori? E tutti i nostri sforzi porteranno ad un risultato?

Domande legittime a cui risponderà la storia dei prossimi anni.

Di certo noi valuteremo i nuovi amministratori per il loro operato e staremo sempre alle loro... calcagna!!!

Non sappiamo quale incidenza avrà la nostra azione, (in ogni azione politica ci sono i promotori - richiedenti: gli A.d.B. e ci sono i realizzatori: il Comune) siamo certi peraltro che i risultati non mancheranno.

Valutando le nostre iniziative passate, possiamo verificare che esse sono servite a:

- creare un'opinione pubblica favorevole alla creazione di percorsi ciclabili protetti;
- dimostrare che le piste ciclabili sono fattibili, con i progetti della II e VI Circoscrizione;
- formare una pratica amministrativa, avviata con le esperienze di Sommacampagna e Villafranca, che i percorsi ciclabili vanno creati dopo aver elaborato un piano generale di RETE CICLABILE e non con interventi sporadici e senza collegamenti;
- realizzare la libertà di circolazione in centro storico, anche se ancora parziale;
- stendere una legge regionale che finanzia le piste ciclabili.

Una presenza utile quella degli A.d.B.!

Per il futuro ci prefiggiamo di ampliare la nostra strategia di azione: assieme alle richieste, alla sensibilizzazione delle coscienze ed alla formazione sulle necessità di incentivare l'uso della bicicletta, ci adopereremo per realizzare interventi volti a qualificare la vita nei quartieri, partendo dalla moderazione della velocità degli autoveicoli.

Troverete su questo numero un primo servizio sulla "CITTA' POSSIBILE", una città vivibile ed accogliente per le

persone e sostenibile a livello ambientale.

Questo sarà l'impegno degli A.d.B., per favorire l'uso urbano della bicicletta....

Lucio Garonzi

P.S.- Un vivo ringraziamento a tutti coloro che mi hanno sostenuto nella campagna elettorale per il Comune di Verona. Per due voti di preferenza non sono stato eletto consigliere... continua il mio impegno con tutti gli A.d.B.

**GLI AMICI DELLA BICICLETTA HANNO INVITATO
I CANDIDATI SINDACI AD ATTRAVERSARE
CON LORO PIAZZALE PORTA NUOVA...**



Giovanni Guareschi, autore del famoso "Peppone e Don Camillo", si è divertito a fare le sue particolari considerazioni sulla bicicletta.

LE BRAVE E SOSTANZIOSE DONNE DI CASA

Non si riesce a capire come, in quella fettaccia di terra che sta fra il grande fiume e la grande strada, ci sia stato un tempo in cui non si conosceva la bicicletta. Difatti, alla Bassa, dai vecchi di ottant'anni ai ragazzini di cinque, tutti marciano in bicicletta. E i ragazzini sono speciali perchè lavorano con le gambe di sbieco in mezzo al triangolo del telaio e la bicicletta cammina tutta di traverso, ma va'. I vecchi contadini viaggiano per lo più con biciclette da donna, mentre i vecchi agrari col pancione adoperano ancora le vecchie (Triumph) col telaio alto, e montano in sella servendosi del predellino avvitato come dado al perno della ruota posteriore.

C'è davvero da mettersi a ridere vedendo le biciclette dei cittadini, quegli scintillanti arnesi di metalli speciali, con impianto elettrico, cambio di velocità, portapacchi brevettati, copricatena, contachilometri e altre porcherie del genere. Quelle non sono biciclette, ma giocattoli per far divertire le gambe. La vera bicicletta deve pesare almeno trenta chili. Scrostata della vernice in modo da conservarne soltanto qualche traccia.

La vera bicicletta, tanto per incominciare, deve avere un solo pedale. E dell'altro pedale deve essere rimasto soltanto il perno che, levigato dalla suola della scarpa, luccica meravigliosamente ed è l'unica cosa luccicante di tutto il complesso. Il manubrio, privo di manopole, non deve essere stupidamente perpendicolare al piano della ruota, ma essere spostato a destra o a sinistra di almeno dodici gradi. La vera bicicletta non ha parafango posteriore; ha soltanto quello anteriore in fondo al quale deve penzolare un buon pezzo di pneumatico d'automobile, preferibilmente di gomma rossa, per evitare gli spruzzi. Può avere anche il parafango posteriore qualora dia fastidio al ciclista la striscia di fango che si viene a formare sulla sua schiena quando piove. In questo caso, però, il parafango deve essere incrinato un bel pezzo in modo da permettere al ciclista la frenata all'ame-

ricana che consiste appunto nel bloccare, con la pressione del fondo dei pantaloni, la ruota posteriore.

La vera bicicletta, quella che popola le strade della Bassa, non ha freno e i suoi copertoni devono essere debitamente sbudellati indi tamponati con trance di vecchie gomme, in modo da creare nel tubo pneumatico quei rigonfiamenti che poi permettono alla ruota di assumere uno spiritoso movimento sussultorio. Allora la bicicletta fa veramente parte del paesaggio e non da' neppur lontanamente l'idea che essa possa servire a dare spettacolo: come appunto succede con le biciclette da corsa che rispetto alle vere biciclette, sarebbero come le ballerine da quattro soldi nei confronti delle brave e sostanziose donne di casa. D'altra parte un cittadino queste cose non riuscirà mai a capirle perchè il cittadino, nelle questioni sentimentali, è come una "vacca nella melica".

Questi cittadini che sono pieni fino agli occhi di porcherie morali, e poi chiamano (mucche) le vacche perchè, secondo loro, chiamare vacca una vacca non è una cosa

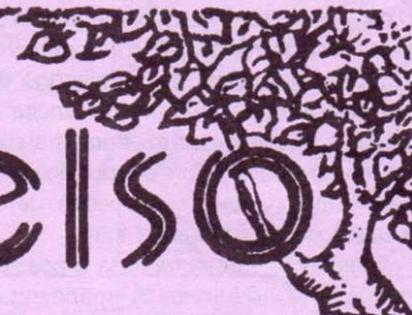
pulita. E chiamano toilette o water closet il cesso, ma lo tengono in casa mentre, alla Bassa, lo chiamano cesso ma ce l'hanno tutti ben lontano da casa, in fondo al cortile. Quello del water nella stanza vicina alla stanza dove dormi o mangi sarebbe il progresso, e quella del cesso fuori da dove vivi sarebbe la civiltà. Cioè una cosa più scomoda, meno elegante, ma più pulita.

Nella Bassa la bicicletta è una cosa necessaria come le scarpe, anzi più delle scarpe perchè mentre uno anche se non ha scarpe ma ha la bicicletta può andare tranquillamente in bicicletta, uno che ha le scarpe ma non ha la bicicletta deve andare a piedi. Qualcuno magari osserva che questo può succedere anche in città: ma in città è un'altra cosa per via che c'è il tram elettrico, mentre, nelle strade della Bassa, non ci sono rotaie ma soltanto, segnate nella polvere, le righe diritte delle biciclette e dei barocchi, tagliate ogni tanto dal solco leggero e saettante che fanno le bisce quando passano da un fosso all'altro.

Giovanni Guareschi

LA LIBRERIA

il
gelso



**SI E' TRASFERITA IN VIA ZAMBELLI 4 b
(angolo COIN)**

SPECIALIZZAZIONE IN TEMI AMBIENTALI

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



CAMBIARE LA CITTA'

LA CITTA' POSSIBILE

Una partecipazione attiva dei cittadini per realizzare subito una città vivibile ed accogliente

Venerdì 3 giugno presso il Melograno e sabato 4 giugno organizzato da Naturalmente Insieme, Amici della bicicletta e Radio Popolare si sono tenuti due incontri con Dario Manuetti animatore del movimento "La città possibile" ed autore dell'omonimo libro.

Con aiuto di diapositive si sono affrontati i seguenti temi:

- la città impossibile, errori costruttivi e di pianificazione che comportano la bruttezza e l'invivibilità della città;

- il verde urbano come giardini pubblici, cortili scolastici, parchi gioco per bambini, il verde dei cortili privati, dei condomini, ecc.

- la moderazione della velocità, tutte quelle misure che possono essere riprese per ridurre la velocità nelle zone residenziali e dare più sicurezza al pedone ed al ciclista con riduzione di rumore.

Elemento essenziale per l'impostazione di queste modificazioni urbane sono i processi educativi di formazione ed informazione, di partecipazione di una cittadinanza attiva affinché la gente individui le cose che si possono fare subito e che dipendano direttamente da loro stessi, senza demandare tutto a tempi e decisori lontani.

In base alle esperienze realizzate in altre città e paesi italiani,

si è verificato che il progetto di riqualificazione di alcuni cortili scolastici costituisce uno dei più efficaci metodi per iniziare l'esperienza della Città Possibile in quanto sono iniziative che:

- non muovono nessuna opposizione;

- educano i bambini ad analizzare i loro comportamenti, i loro bisogni ed i loro desideri fino a realizzare il progetto ed il plastico del giardino da realizzare;

- intervengono i genitori alla fase costruttiva rinsaldando processi di aggregazione su progetti concreti e realizzabili subito;

- hanno una buona risonanza a livello di mass media come tutte le cose che vedono il coinvolgimento attivo dei bambini. A Verona si sta costituendo un gruppo di persone ed associazioni che si propongono di attivare iniziative per migliorare la città. Gli Amici della Bicicletta sono orgogliosi di essere tra i promotori di questo movimento per la riqualificazione della vita urbana.

LUNEDI' 5 SETTEMBRE 1994 ore 20.30

ospiteremo c/o la nostra sede un incontro per promuovere ed organizzare la CITTA' POSSIBILE anche a Verona.

I DESIDERI E I SOGNI DI TUTTI

Immaginiamo un meraviglioso parco giochi tutto in legno colorato, nel verde realizzato da una ricco comune, il tutto perfettamente mantenuto da giardinieri esperti.....

Immaginiamo ora un cortile di una scuola o un piccolo giardinetto pubblico tra le case, semplice, con alberi e cespugli, la buca della sabbia, murali coloratissimi su alcune pareti, e tanti bambini ed adulti che giocano e che lavorano per mantenere bello ed accogliente il luogo.....

Che cosa distingue i due luoghi?

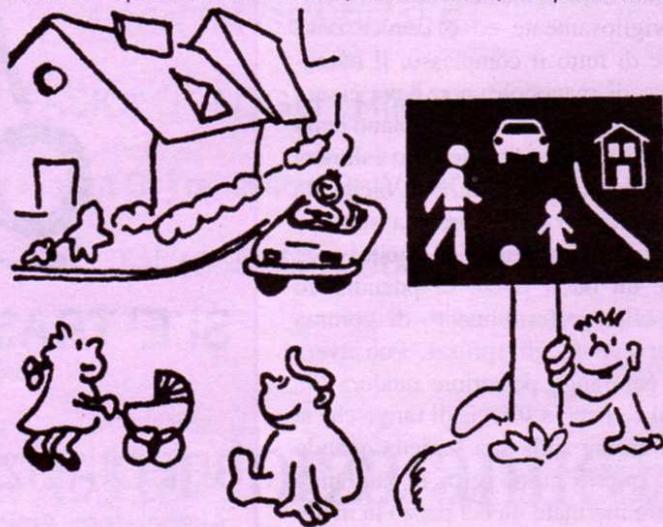
Il primo è stato calato dall'alto, il secondo è frutto della partecipazione e della progettualità di tutti, coinvolti e motivati nel costruire ed arricchire un "proprio" angolo in uno spazio comune.

La città possibile è fatta da chi agisce con lo spirito della II immagine. La partecipazione di tutti alla gestione di una cosa pubblica viene vissuta come elemento qualificante ed aggregante, come dimostrazione che non è necessario delegare sempre ed aspettare passivamente che la cosa sia realizzata da chi di dovere. Tante piccole cose belle si possono fare subito, domani mattina, con coraggio, iniziativa e partecipazione della gente, un'azione spontanea e concreta, autocostruita, con pochi mezzi, ed inventiva, con le capacità manuali e progettuali di ognuno.

I bambini, i grandi, gli anziani hanno bisogno di lavorare assieme per realizzare i desideri comuni anche fuori della porta, di là della strada, per realizzarsi e ricrearsi con semplici lavori manuali, riscoprendo il valore e la possibilità di lavorare assieme valorizzando le diverse capacità dei singoli di lavorare per una cosa desiderata da tutti.

La migliore dimostrazione che una cosa è possibile è farla subito, gli altri poi la vedranno, la sperimenteranno, la copieranno e la miglioreranno, la città sarà tutto un fiorire di idee e di progetti, di cortili condominiali verdi, di cortili scolastici accoglienti, di spazi gioco e di spazi per parlare, sostare ed incontrarsi, di strade a velocità limitata, di gente che si muove a piedi ed in bicicletta, di gente serena, equilibrata, che ha fiducia in se stessa, nel futuro ed aperta a comprendere i desideri ed i sogni di tutti.

Ing. Marco Passigato





AUTONOMIA DI MOVIMENTO

I bambini che possono giocare davanti a casa e quelli che non lo possono fare

I responsabili dello studio hanno scelto: a) dieci famiglie i cui bambini possono giocare all'esterno (data la mancanza di traffico pericoloso); b) dieci famiglie i cui bambini non possono giocare (a causa dei pericoli del traffico) senza sorveglianza nei pressi della loro casa. Per il resto le famiglie erano confrontabili dal punto di vista socio-economico.

**Effetti sulla socievolezza,
la vita quotidiana e i giochi.**

Una prima serie di risultati è basata sull'analisi di colloqui con le madri dei bambini.

A parte un'eccezione, tutte le madri delle famiglie b) sono insoddisfatte della loro situazione. Cercano di compensare le condizioni sfavorevoli dell'ambiente abitativo con visite frequenti ai parchi giochi, con incontri con famiglie amiche, con inviti ad altri bambini, eccetera.

Il fatto che i bambini delle famiglie b) non osano giocare senza sorveglianza con altri bambini all'esterno dell'abitazione porta diversi problemi nell'ambito delle faccende quotidiane. Le madri b) si sentono stressate dalla presenza continua dei figli e dall'interdipendenza eccessiva.

Le madri a), che possono lasciar giocare i loro bambini di fuori trovano molto più tempo per effettuare i lavori casalinghi senza essere disturbate. Dispongono inoltre di tempo supplementare per coltivare i loro interessi personali. Quelle che lavorano a casa a tempo parziale riescono a gestire molto bene i loro diversi impegni. Quando le madri b) lavorano è soprattutto per sfuggire a una situazione troppo soffocante e allo stress.

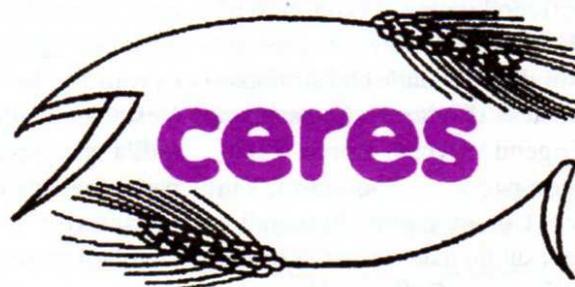
I due tipi di famiglie si distinguono nettamente per quanto riguarda la rete delle relazioni sociali. Sia le famiglie b) sia le famiglie a) hanno molti contatti con altre persone che abitano nello stesso palazzo, ma, in un perimetro di 50-100 metri, i bambini e i genitori delle famiglie a) hanno più del doppio di contatti con vicini rispetto alle famiglie b). Ne deriva tra l'altro che le famiglie a) hanno tre volte più possibilità di far custodire i propri bambini da un vicino rispetto alle famiglie b).

L'affiatamento tra i bambini a) rende possibili molti giochi, a volte molto complessi, che i bambini organizzano in maniera autonoma, i conflitti sono risolti meglio. La vicinanza della propria abitazione offre a ognuno la possibilità di ritirarsi.

Nelle famiglie b) lo svolgimento della giornata è fortemente marcato dalla dipendenza reciproca. I bambini non possono prendere decisioni indipendenti poichè ogni passo fuori di casa necessita dell'accompagnamento di una persona adulta. I bambini delle famiglie a) beneficiano di un importante margine decisionale, che favorisce lo sviluppo della loro autonomia.

**Capacità motorie e conoscenze sociali
come "effetti sulla socievolezza"**

Altri risultati riguardano lo sviluppo dei bambini. I bambini delle famiglie b) si distinguono sensibilmente da quelli delle famiglie a) per ciò che concerne lo sviluppo. Le capacità motorie 'grossolane' dei bambini b) sono nettamente meno buone. Per quanto riguarda il comportamento sociale, l'insegnante della scuola d'infanzia ha stimato che l'attitudine al lavoro dei bambini a) è nettamente migliore. Lo stesso giudizio positivo vale anche per le capacità e conoscenze di tipo sociale, come è apparso dai colloqui ayuti con i bambini: i bambini a) hanno descritto le loro amicizie con molte più sfumature rispetto al gruppo b).



pane integrale di qualità

- * grani provenienti da coltivazioni biologiche
- * farina macinata a pietra
- * lievito acido-naturale
- * modellato a mano

Pane e prodotti da forno integrali
dolci e salati a
Santa Lucia
Via Ghetto, 28/a
e nei negozi autorizzati
Tel. 045/8621289

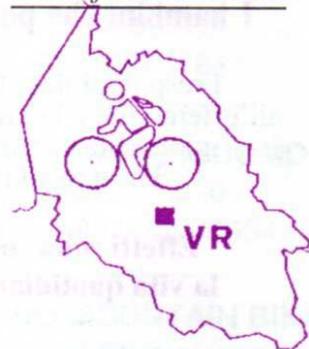
LA CICLOSCHEDA



di Stefano Gerosa

Tra i vigneti delle Valli d'Illasi, Tramigna e d'Alpone

Lunghezza totale a/r 77 Km



Un'ampio servizio del percorso ciclabile sulle colline di Soave è pubblicato nel libro **IL PEDALAVENETO**

Questo percorso è consigliabile soprattutto in due stagioni: alla fioritura dei ciliegi e durante la vendemmia.

Prodotti tipici dei luoghi sono infatti dolcissime ciliegie come le "more di Cazzano", e vini superbi come il Soave, la cui produzione risale ai tempi più antichi.

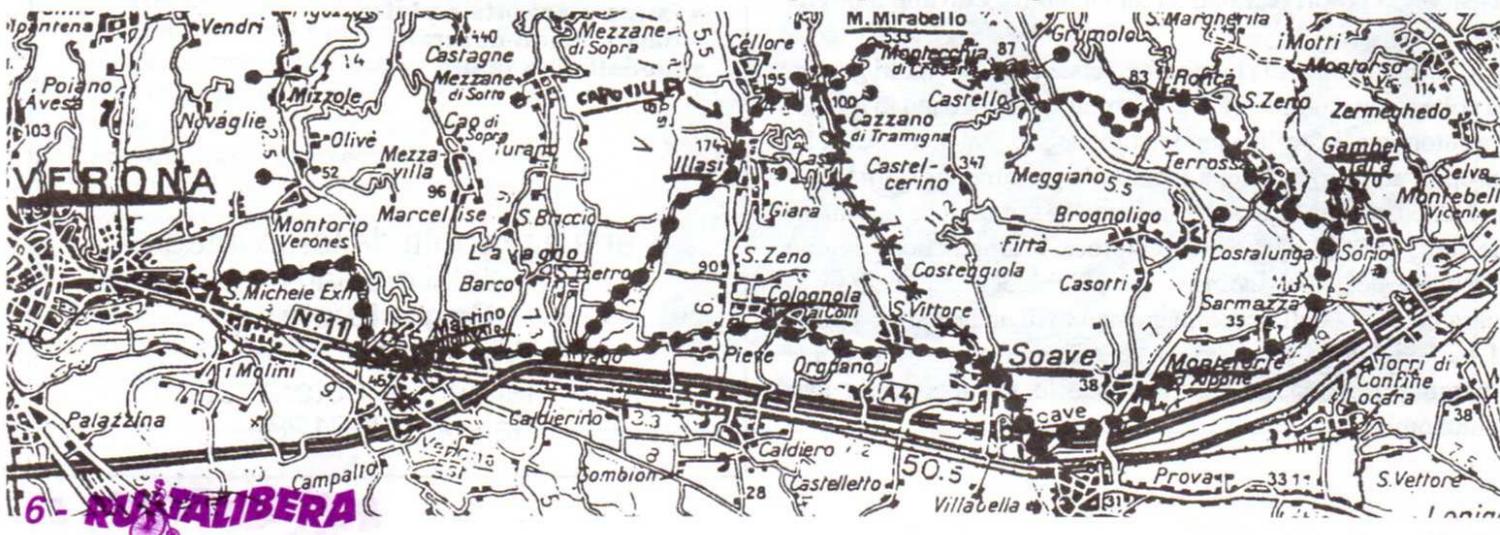
Restando prevalentemente nella zona del Soave DOC (a parte lo sconfinamento a Gambellara) cercheremo di evitare il più possibile le strade trafficate, per prendere invece strade secondarie che si snodano fra le distese di vigneti. Si parte da Verona dirigendosi verso Borgo Venezia, passando per Viale Spolverini, Via Zeviani, Via Corsini e girando quindi a sinistra e poi subito a destra per la strada che porta a Ferrazze. Dalla strada possiamo osservare, lontano sulla nostra sinistra il Castello di Montorio che si erge sulle colline. Dopo il cavalcavia oltrepassiamo Villa Mattarana e giunti a Ferrazze, al bivio, girate a destra per San Martino Buon Albergo, fiorente borgo industriale: qui siamo costretti a percor-

rere un breve tratto di statale fino al secondo semaforo dove giriamo a sinistra per Via Pasubio (la strada che va a Marcellise) e poi subito a destra per Via Piave. All'incrocio presso Vago proseguite in direzione di Colognola ai Colli dove arriverete dopo una breve, ma dura, salita (per fortuna alberata!); potrete quindi gustare suggestivi panorami delle valli sottostanti scendendo per la bella discesa che ci porta verso Soave. A Soave proseguite per Monteforte d'Alpone e da qui, evitando la trafficata strada per Vestenanova, prendete quella più tranquilla che parte dalla parte orientale del paese (indicazione Sarmazza) e su questa proseguite fino a Gambellara. Da Gambellara se non amate troppo le salite, potete tornare indietro per la stessa strada dell'andata e poi raggiungere Cazzano di Tramigna da Soave. Altrimenti raggiungete Terrossa, passate per Ronca' e quindi, presa la strada per Monteforte, abbandonatela subito per una stradina subito sulla destra (asfaltata, con un ponticello). Arriverete sulla strada principale che la-

scerete immediatamente per attraversare il ponte e proseguire in salita per la contrada Castello e subito a destra per Montecchia di Crosara. Da Montecchia, superata la chiesa, inerpicatevi a sinistra per Via Rio Albo e salite fin quasi alla sommità del Monte Mirabello.

La strada è asfaltata fino a contrada Tolotti e poi bisogna proseguire per una strada sterrata (anche portando la bici a mano in alcuni tratti ripidi e scoscesi). Superata la sommità del monte, ove la strada principale piega a destra, trovate un bivio, ove girate a sinistra in discesa e trovate subito una contrada e l'asfalto. Per una bella discesa panoramica, passando a fianco della chiesetta di San Pietro, giungete in Val Tramigna (poco sopra Cazzano) e qui girate a destra e poi più avanti a sinistra e riprendete a salire verso il Santuario di San Felice, da dove si scende verso Capovilla e quindi verso Illasi.

Da qui prendete la strada per Vago e quindi tornate a Verona per lo stesso percorso della andata.



Inserto



n. 44

RUBRICA LIBERA

Calendario

SETTEMBRE

- Dom. 4 - Cicloescursione delle rane
- Dom. 11 - Città-Campagna a Valgatarà
- Dom. 18 - Cicloescursione alle corti della bassa
- Dom. 25 - Cicloescursione a Ca' Feniletto

OTTOBRE

- Dom. 2 - Cicloescursione dall'Adige alla collina
- Dom. 9 - Treno+bici al Parco Bertone
- Dom. 16 - Cicloescursione delle colline intorno a Soave
- 29-30-31 Ott.-1 Nov. Cicloturistica nelle Marche

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



7-

BICICLETTATE '94
SETTEMBRE-OTTOBRE



Bicicletate

Città-Campagna

Domenica 11 Settembre

CITTA'-CAMPAGNA A VALGATARA

(Patrocinio della Circostrizione I° Centro Storico)



Percorso leggero

Partenza: ore 8.45 da Via Mura Gallieno (sede della Circostrizione). ore 9.15 da Piazza San Zeno.

Percorso (circa 40 Km a/r): Verona - Parona - Corrubio - Cengia - S. Floriano - Valgatarà e ritorno. Breve tratto di sterrato. Durata: mezza giornata.

Visite previste: l'azienda vinicola S. Rustico.

Accompagnatori: Laura Costantini, Alessandro Troiani.

Cicloescursioni

Domenica 4 Settembre

CICLOESCURSIONE DELLE RANE

A ISOLA DELLA SCALA



Percorso leggero

BICICLETTATA



RISERVATA
AI SOCI

Partenza: ore 9.00 da Piazza San Zeno.

Percorso (circa 55 Km a/r): Vr - Castel d'Azzano - Isola della Scala - Vo' Pindemonte - Scopella - Verona.

Visite previste: l'antica chiesa della Bastia e l'allevamento di rane all'azienda agricola S. Gabriele. Durata: tutto il giorno.

Colazione al sacco o nell'azienda. E' necessario prenotare Venerdì 2/Sabato 3 Sett. in orario di apertura. Posti limitati.

Accompagnatori: Otello Bassi, Mario Murari.

Domenica 18 Settembre

CICLOESCURSIONE ALLE CORTI

DELLA BASSA



Percorso leggero

BICICLETTATA



RISERVATA
AI SOCI

Partenza: ore 8.30 da Piazza San Zeno.

Percorso (circa 70 Km a/r): Vr - Vigasio - Salizzole - Bionde e ritorno. Durata: tutto il giorno.

(Colazione al sacco o possibilità di un risotto). Visite previste: alcune corti storiche di Bionde. Accompagnatori:

Alfonso Roldo, Franco Mirandola, Dario Maturi.

Domenica 25 Settembre

CICLOESCURSIONE AL MERCATINO

DEL FENILETTO



Percorso leggero

BICICLETTATA



RISERVATA
AI SOCI

Partenza: ore 8.30 da Piazza San Zeno.

Percorso (circa 55 Km a/r): Vr - Cadidavid - Marchesino - Raldon - Mazzantica - Vallese e ritorno. Durata: tutto il giorno. (Colazione al sacco o al ristorante del luogo).

Visite previste: curiosare tra le <robe vecie>.

Ingr. mercatino: L. 3.000 (da versare alla mattina stessa)

Accompagnatori: Fabio Barba, Claudia Frigotto.

Domenica 16 Ottobre

CICLOESCURSIONE DELLE COLLINE

INTORNO A SOAVE

(Percorso n. 7 del Pedalaveneto)



Percorso impegnativo

BICICLETTATA



RISERVATA
AI SOCI

Partenza: ore 8.30 da Piazza San Zeno.

Percorso (circa 80 Km a/r): Verona - Belfiore - Soave - Monteforte - Montecchia - Cazzano di Tramigna - Verona. Durata: tutto il giorno.

Difficoltà: tratti in salita.

Colazione al sacco.

Accompagnatori: Sandro Troiani, Dario Maturi.

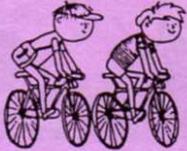
NOTIZIA RISERVATA AGLI APPASSIONATI DI MOUNTAIN-BIKE: alcuni amici organizzano fra di loro dei giri in rampichino. Se sei interessato anche tu, telefona o vieni in sede negli orari di apertura

Settembre-Ottobre



Cicloescursione e Mountain bike

Domenica 2 Ottobre
DALL'ADIGE ALLA COLLINA



Percorso medio



Partenza: ore 8.45 da Piazza San Zeno.
Per gli amanti del rampichino, il percorso di circa 70 Km a/r è: Verona - Zevio - S. Martino Buon Albergo - S. Briccio - Moruri - Val Squaranto - Verona (alcuni tratti d'asfalto)
Per tutti gli altri il percorso, di circa 50 Km a/r è: Verona - Zevio - Perzacco - Volon - Vr (parecchi tratti di sterrato lungo l'argine del fiume). Durata: tutto il giorno.
Colazione al sacco o in pizzeria.
Accompagnatori: Luca Spiazzi, Otello Bassi.

Treno + Bici

Domenica 9 Ottobre
TRENO+BICI AL PARCO BERTONE (Mantova)



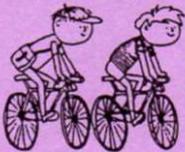
Percorso medio



Partenza: alla mattina in stazione. Percorso circa 65 Km a/r da Mantova. Durata: tutto il giorno (Colazione al sacco).
Per partecipare è obbligatorio iscriversi in sede Venerdì 7 e Sabato 8 negli orari di apertura. (**POSTI LIMITATI**). La domenica non si accetta chi non abbia prenotato.
Accompagnatori: Massimo Muzzolon, Patrizia Pietropoli.

29 - 30 - 31 Ottobre /1 Novembre

4 giorni cicloturistica nelle Marche: da Leopardi ai Borghi medioevali, dal mare alle grotte di Frasassi

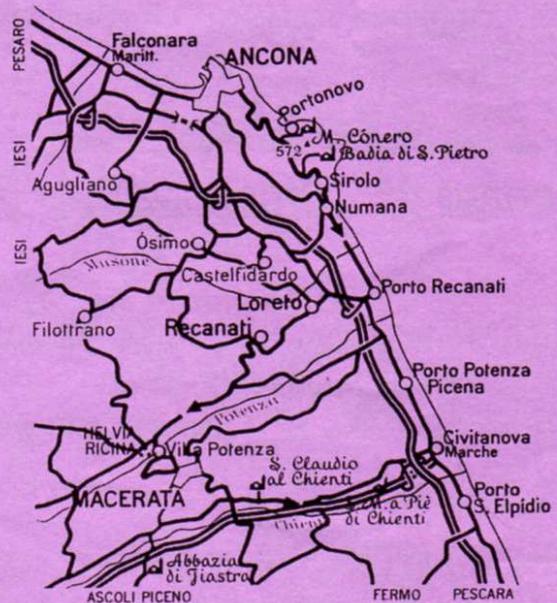


Percorso medio

In treno fino ad Ancona

Per informazioni e/o prenotazioni
(fino ad esaurimento posti):
Venerdì e Sabato negli orari di apertura sede.

Accompagnatori:
Franco Zoppi, Giorgio Paganella, Fabio Barba



IL PULMINO PER LE CITTÀ-CAMPAGNA DEGLI AMICI DELLA BICICLETTA È FORNITO DA:

GRANDIS

Nota= per Domenica 23 Ottobre telefonare in sede il Venerdì sera o il Sabato pomeriggio per qualche occasionale bicicletta



CORSI:

“ragazzi in bicicletta 1994”



La 4^a e la 5^a CIRCOSCRIZIONE - in collaborazione con l'associazione AMICI DELLA BICICLETTA organizzano nel mese di settembre due corsi di cicloturismo per ragazzi e ragazze dai 14 ai 17 anni

- <> per avvicinare i giovani all'uso quotidiano della bicicletta;
- <> per sensibilizzarli alla sicurezza stradale;
- <> per insegnare piccole riparazioni e trucchi da cicloturisti;
- <> per dare indicazioni teoriche e pratiche per organizzare una gita.

PROGRAMMA

introduzione (video e diapositive)
sicurezza stradale e comportamento (giochi e video)
uscita con lezione pratica di orienteering
manutenzione della bicicletta (lezione pratica)
organizzazione di gite in bicicletta e gita alla fine del corso



corso 4^a Circoscrizione:

TEMPI

UNA SETTIMANA DAL 5 AL 10 SETTEMBRE
DALLE 15.30 ALLE 18.30
IL SABATO E' PREVISTA UNA GITA FINALE

SEDE

CENTRO CULTURALE CIRCOSCRIZIONE 4^a
VIA MANTOVANA, 66

ISCRIZIONI: DAL 20 AGOSTO 1994
PRESSO LA SEDE DEL CENTRO
CULTURALE TEL. 954784



corso 5^a Circoscrizione:

TEMPI

12 e 14 SETTEMBRE ore 15.30 / 18.30
19 e 21 SETTEMBRE ore 15.30 / 18.30
26 e 28 SETTEMBRE ore 15.30 / 18.30

SEDE

CENTRO CULTURALE NEL PARCO
SAN GIACOMO (Borgo Roma)

ISCRIZIONI: DAL 20 AGOSTO 1994
PRESSO IL CENTRO D'INCONTRO
DE AMICIS (Via Molinara) TEL. 585105

LA CICLOSCHEDA



NOTIZIE UTILI

UN PO' DI CULTURA

Sulla strada possiamo notare alcuni castelli medioevali (Montorio, Soave, Illasi) che facevano parte di una rete difensiva alla quale gli Scaligeri diedero un notevole contributo.

Spesso sorti su precedenti fortificazioni, questi castelli costituiscono per secoli importanti punti di riferimento, in parecchi casi come centri di coagulo dei nuclei abitativi.

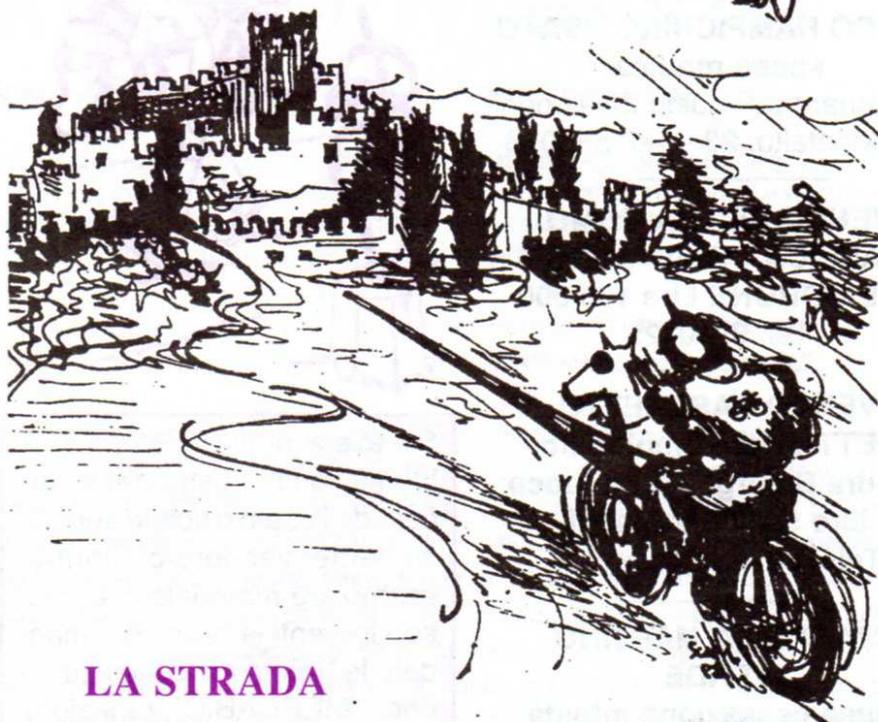
A Soave, borgo cinto da una cerchia di mura erette dagli scaligeri nel sec. XIV, potrete visitare il castello (e' l'unico aperto al pubblico) e ammirare il Palazzo di Giustizia e il palazzo Cavalli.

A Monteforte merita attenzione il palazzo Vescovile e la chiesa parrocchiale.

A Ronca' c'e' un piccolo museo di fossili raccolti sui Lessini.

A Castello potete visitare la cappella cimiteriale, originariamente chiesa castrènse, dedicata a San Salvatore, protettore dei Longobardi.

Il paese di Illasi, che da' il nome alla valle, e' dominato da un colle con i resti di un castello nelle cui mura si narra venne murata l'infedele principessa Ginevra Pompei. Ad Illasi c'e' da vedere inoltre (purtroppo solo all'esterno) Villa Pompei-Sagramoso e Villa Carlotti.



LA STRADA

La strada e' tutta asfaltata. a parte il breve tratto sul monte Mirabello (1 km circa) che deve essere superato, da parte di chi ha tubolari o pneumatici leggeri, con la bici a mano.

Sulla strada Illasi-Vago dovete attraversare il letto, comunque sempre asciutto, di un torrente (pochi metri di sterrato).

La breve salita presso Colognola e quella piu' lunga che porta al Monte Mirabello sono molto impegnative e si consiglia l'uso di biciclette munite di cambi e con rapporto da salita. Le discese che seguono sono altrettanto

ripide ma, mentre la prima e' abbastanza rettilinea, la seconda comporta una serie di curve insidiose per cui si consiglia di scendere con prudenza (in entrambi i casi, e' sottinteso, i freni devono essere in ottimo stato).

Questo itinerario puo' essere percorso anche nel senso inverso a quello descritto per chi preferisce affrontare le salite in mattinata e fare una colazione al sacco sulla tranquilla sommita' del Monte Mirabello, scendere a bere un bicchiere di Gambellara e tornare a Verona affrontando l'ultima salita presso Colognola.

SALVAGNO®

FRANTOIO PER OLIVE



DAL 1923 OLIO DI FRANTOIO

Olio Extra Vergine di oliva spremuto a freddo

NESENTE VALPANTENA (Vr) - Tel. 045/526046

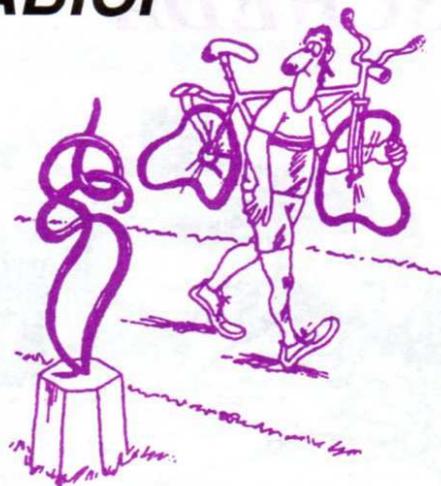
CERCO RAMPICHINO USATO spesa modica

Telefonare a Rinaldo Zivelonghi
Via Montalto, 23 - Tel. 558016

**VENDO BICI DA UOMO
CLASSICA CON CAMBIO A
TRE CORONE Lire 100.000**
Tel. 8340423

**VENDO CASCHETTO
VETTA Nero omologato
misura B (large) usato poco**
Lire 50.000 trattabili
Tel. 580793 (Massimo)

**MASTELLA MARTINO
VENDE**
causa cessazione attività
accessori biciclette ed usato
Tel. 581136



Se avete avuto qualche problema con la Vostra bici e cercate dell'usato o volete semplicemente vendere/comprare/scambiare materiale o accessori inerenti la bicicletta, mandate le Vostre richieste alla rubrica "MERCABICI" redazione di Ruotalibera oppure passate in sede e lasciate un annuncio.

**VENDO BICI DA DONNA
NERA FRENI A BACCHETTA**
Lire 100.000
Tel. 7875184

VENDO BICI DA UOMO
Lire 100.000
Tel. 983467/995534

**VENDO MOUNTAIN BIKE
Specialized Stumpjumper '93**
accessoriata
ottime condizioni
forcella ammortizzata
Lire 1.500.000
Tel. 916241 (ore pasti)

VENDO BICI DA DONNA
Lire 120.000
Tel. 8301750 (ore pasti)

BICI NOTES

Cacciatore beffato: l'orso fugge in bicicletta

Si era presentato con tanto di doppietta e cartuccera, ma l'orso che doveva cacciare gli è apparso in sella a una bicicletta. E lui, il cacciatore, è quasi svenuto.

E' accaduto a Mosca: un uomo d'affari americano voleva fare una battuta di caccia al mitico orso russo. I soci moscoviti volevano accontentarlo, ma l'animale non si trovava. Allora il padrone di un vecchio orso messo in pensione da un circo, lo ha offerto come facile preda per la caccia. L'orso è stato perciò liberato, quand'ecco che sul suo cammino ha incontrato una postina, che è fuggita spaventata abbandonando la sua bicicletta. L'orso ha subito ricordato un suo antico "numero" e si è messo ai pedali. Quando lo ha visto, il cacciatore è rimasto paralizzato dallo shock. E il vecchio animale ha salvato la pelle.





PENNE ALL'ARRABBIATA. Il suo contenuto è già nel nome: essa si propone di raccogliere i mormorii e le urla, le proposte e le proteste, insomma... i ciclosfoghi di chi, andando in bicicletta, si trova costretto a subire i torti e le angherie di amministratori insensibili, automobilisti maleducati, tecnici impreparati e chi più ne ha più ne metta, e... senza nemmeno sapere a chi mandarle a dire. Orsù dunque, ciclo-arrabbiati, prendete carta e penna ed esternate i vostri sfoghi a "RUOTALIBERA" (rubrica penne all'arrabbiata) Via Spagna, 8 - 37123 VR. Ne' potrebbero nascere, tra l'altro, degli ottimi, spunti per le nostre battaglie in favore di una città migliore! Questa volta tocca a Marina Quintarelli.

Rispetto? Sì, grazie!

Ciclisticamente parlando, sono "nata" poco più di un anno fa. Non molto in verità, anche se da allora ho preso l'abitudine di usare quotidianamente la bicicletta per i miei spostamenti "urbani". Eppure, in questo breve lasso di tempo, ho già collezionato due incidenti. Fortunatamente le conseguenze non sono state gravi, o comunque non più di tanto. Tuttavia sono cose spiacevoli, a maggior ragione in quanto possono accadere 'e accadono' tutti i giorni.

Nel suo precedente "ciclosfogo" Massimo Muzzolon si lamentava delle (inesistenti, ridicole) piste ciclabili della città. Questo è sicuramente un problema fondamentale per i ciclisti urbani. Pure, nell'attesa che l'amministrazione locale si decida a costruirle, dovrebbe essere possibile la convivenza tra automobili, biciclette e pedoni nelle normali strade cittadine.

Purtroppo però, la cosa è spesso resa impossibile dall'arroganza degli automobilisti, che considerano i ciclisti alla stregua di meri fastidi.

Quante volte ci si è lamentati (e ci si lamenterà) di qualche conducente che, afflitto da complesso di superiorità, ci ha tagliato la strada con la sua vettura, quasi i ciclisti non esistessero? Quante volte qualche guidatore disattento (e non solo!) ha aperto la portiera della sua auto senza accertarsi che nessuno sovrappiungesse, rischiando così di "abbattere" un povero ciclista di passaggio? Sia detto tra parentesi che questo è il caso più grave capitato. Questi sono solo due tra i più frequenti "soprusi"

consumati ai danni di chi preferisce usare la bicicletta. Alla fin fine, per quanta ragione possa avere il ciclista, chi ci rimette, in caso di incidente, è sempre lui. Danneggiato e beffato, quindi. Eppure la ricetta per una più tranquilla convivenza (da entrambe le parti) è così semplice da parere quasi banale. Basterebbe soltanto un maggior rispetto per i diritti degli altri: automobilisti o ciclisti che siano. Accade a volte che tra i guidatori "irrispettosi" alcuni abbiano il portabici sul tetto della macchina. Non dimentichiamo, inoltre che anche tra i ciclisti esistono patologie da complessi di superiorità. Il rispetto deve quindi essere totale: tra auto e bici e viceversa, ma anche tra bici e pedoni, tra auto e pedoni, tra pedoni e auto o bici. Bisogna comprendere che le strade sono di tutti e quindi che chiunque, indipendentemente dal

mezzo che utilizza, ha il diritto di percorrerle in sicurezza. Diritti dunque, ma attenzione a non dimenticare il dovere di rispettare quelli degli altri.

Marina Quintarelli



Enrico Girardi, già presidente degli A.d.B. e per cinque anni direttore della rivista Ruotalibera, è il nostro terzo testimonial.

Che uso fai della bicicletta?

Fino a tre anni fa, quanto sono stato costretto per motivi di lavoro ad acquistare un'automobile, la usavo sempre in ogni mio spostamento. Ora la utilizzo quotidianamente su percorsi urbani, a volte per qualche girata solitaria in montagna, spesso in vacanza. Ho una sola bicicletta, comprata nel 1973 accumulando con pazienza le mance datemi da genitori e parenti; mi ha portato in Ungheria, in Slovacchia, in Germania, in Francia; in città la lascio ovunque senza timore che mi venga rubata, tanto è vecchia e non la vuole nessuno, e questo è il migliore antifurto.

A proposito di viaggi in bici, come ti organizzi?

Con il passare del tempo ho sempre meno programmato un viaggio, sia in bici che senza, cercando una formula che fosse più di vagabondaggio che di itinerario prefissato. Ho sempre considerato la bici un mezzo di trasporto, uno strumento e non il fine di una vacanza. Pedalare in maniera itinerante ogni giorno, dormire ogni notte in un posto diverso, non sono cose che fanno per me. Se dovessi dare un consiglio per un viaggio sarebbe più o meno così: "Va' verso Est, se stai bene in un posto fermati, se hai voglia di pedalare continua, quando hai finito il tuo tempo carica la bici sul treno e torna". Le sorprese, di ogni tipo, sono il sale della vita.

Dopo tanti anni di pedali, sia nel quotidiano che nei cicloviaggi, tu, che non ami ripetere cose già fatte,

APERTURA SEDE

La sede di Via Spagna, 8 è aperta durante la settimana dalle 15 alle 18 e potrete iscriverVi agli AdB senza problemi. Vi consigliamo comunque di venirci a trovare nei pomeriggi del Venerdì e del Sabato, (oltre che, come di consueto, il Venerdì sera) perchè in più potrete trovare qualche volontario A.d.B. che, oltre ad iscriverVi, potrà darVi notizie, assistenza su itinerari ciclabili, informazioni, ecc...

Dunque ricordate l'orario migliore:

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

provi ancora emozione nell'andare in bicicletta?

Sì, perchè è la cosa che, più di ogni altra, mi ha sempre dato la sensazione, o l'illusione, della libertà. Tanto è vero che, ahimè, mi sento ancora autorizzato a fare i sensi vietati e passare con il rosso. Ma non ditelo troppo in giro!

Quali consigli hai da dare agli AdB?

Vorrei vedere gli A.d.B. più espliciti nell'indicare modelli di vita anticonsumistici. Ricordiamoci che andiamo in bici anche, o soprattutto, per opporci ad un uso acritico dell'auto.

E per finire hai un ricordo, un'esperienza significativa da raccontarci?

Quando vivevo a Pisa, per studiare all'Uni-



versità, dividevo la camera con un amico di Verona, ci muovavamo in città sempre in bici. Un giorno, quel mio amico, con grande destrezza, distribuendo equamente il peso del corpo sui pedali, saltò dalla bici che continuò ad andare avanti da sola, poi la inseguì molto velocemente, la prese per il manubrio e risalì in corsa con grande eleganza; insomma, un numero da circo. Molte volte fui tentato anchio di provare, ma non ne ho mai avuto il coraggio. Infine ho pensato: "Lui ha imparato da bambino, e c'è la giusta età per ogni cosa".

a cura di Lucio Garonzi

UNIPOL ASSICURAZIONI

AGENZIA GENERALE

FASIOLO FOGLI RIMONDI

Piazza S. Francesco, 9 - VERONA

Tel. (045) 8002503



Una forza amica.



CHIARO

ANCORA UNA VOLTA: GRAZIE OLANDA!!

Febbraio 1994. Ci scrive dall'Olanda il Signor Henny Barelds chiedendoci, come aderenti all'European Cyclists' Federation, di mandargli informazioni per un viaggio in bicicletta che intende compiere in Italia. Attingendo dalla nostra biblioteca, gli rispondo allegando notizie in inglese e fotocopia di un itinerario.

Luglio 1994 - Arriva una lettera dall'Olanda:

"Caro Stefano Gerosa, Siamo piacevolmente sorpresi dalla tua lettera e dalle informazioni molto dettagliate che ci hai mandato per il nostro viaggio cicloturistico nel Nord Italia. Nonostante dovremo cambiare qualcosa nel nostro itinerario, ci saranno molto utili.

Mia moglie ed io (e negli ultimi dieci anni anche nostro figlio) abbiamo percorso in bicicletta tutti i continenti e naturalmente abbiamo sempre scritto molte lettere per ottenere informazioni ciclistiche dei vari Paesi, ma mai abbiamo ricevuto una risposta così elaborata come la vostra dall'Italia. Ci fa molto piacere sapere che ci sono ciclisti così entusiasti in Italia.

Vi ringraziamo molto per tutte le informazioni e speriamo che la nostra associazione ciclistica Olandese (ENFB) risponderà alle richieste italiane nello stesso modo.

I migliori saluti, Henny Barelds & famiglia"

Nel ripiegare la lettera e pensando alle critiche che ci sono piovute addosso per la gita al lago di Monticolo andata a monte, mi sono detto:

"Non siamo poi così scassoni... se anche un Olandese, con il "popò" di associazioni e di servizi efficientissimi "pro-ciclisti" che si ritrova nel suo Paese, ci scrive una lettera di lodi, che vuol dire ??? Che siamo veramente ... forti !!!

Stefano Gerosa

SCURO

ACCADDE ANCHE A NOI

Accade anche a noi di non essere stati di parola. E' successo all'inizio del torrido Luglio di quest'anno, quando abbiamo appreso dalle F.S. (Ferrovie dello Stato) che nei mesi estivi è sospeso il servizio "TRENO+BICI" per comitive e pertanto veniva messa in pericolo la gita programmata per il 10.7 al Lago di Monticolo (BZ)

Pensando che l'afflusso a tale gita fosse stato modesto, non abbiamo affittato un vagone F.S. perchè costoso e pagabile solo con un numero di almeno cinquanta partecipanti, ne' abbiamo sospeso la gita ma abbiamo optato per la sistemazione delle bici sui normali vagoni.... ciò è possibile con un numero contenuto di partecipanti.

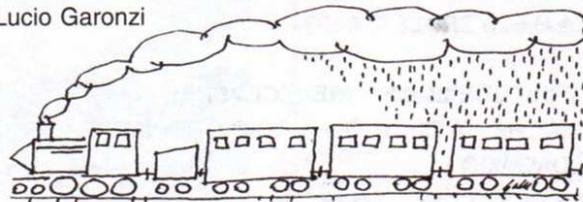
Ci siamo profondamente sbagliati. Oltre 60 persone ci hanno contattato. Alla maggior parte abbiamo dovuto negare l'iscrizione alla gita.

Ci scusiamo con tutti i nostri soci e con coloro che non lo sono più (due soli per la verità ci hanno restituito la tessera, a causa della nostra inefficienza!).

E' la prima volta che ci accade... speriamo di recuperare in futuro.

Comunque ricordiamo a tutti che il nostro sodalizio è una Associazione di Volontariato, che vive sull'impegno dei singoli... A proposito, se anche tu hai del tempo, perchè non ci dai una mano?

Lucio Garonzi



SETTIMANA DELLA MOUNTAIN BIKE 1994 IN ALTO ADIGE

Le aziende turistiche di Monguelfo-Tesido-Val Casies nel prossimo Settembre offrono agli amanti della Mountain bike un "forfait" tutto compreso (mezza pensione e gite).

Le escursioni adatte ad ogni esigenza e capacità avverranno nello scenario delle Dolomiti e nelle valli laterali a nord della Val Pusteria.

Ogni gita si svolgerà sotto la guida di esperti che conoscono bene i luoghi e le difficoltà dei percorsi.

In sede è disponibile un dettagliato depliant informativo.

Alcuni cenni sul programma settimanale (dal 17 al 22)

- Sabato, 17 Settembre - Arrivo dei partecipanti
- Domenica, 18 Settembre - Giro di acclimatazione
- Lunedì, 19 Settembre - Giro dolomitico (71 Km)
- Martedì, 20 Settembre - Escursione culturale (63 Km)
- Mercoledì, 21 Settembre - Riposo o slalom parallelo
- Giovedì, 22 Settembre - Giro delle Malghe (28 Km)
- Venerdì, 23 Settembre - Percorso di "sopravvivenza"
- Sabato, 24 Settembre - Partenze

Tutte le escursioni ritornano al punto di partenza

IL PEDALAVENETO

E' uscito il PEDALAVENETO, realizzato dalla FIAB (Federazione Italiana Amici della Bicicletta) e dal WWF con il patrocinio della Regione Veneto, raccoglie 25 itinerari regionali che permettono di percorrere, con vari gradi di difficoltà le zone tipiche del paesaggio veneto; dal mare, alla campagna, ai monti. Corredato da carte dei percorsi e informazioni utili ai ciclisti. Se Vi interessa è in vendita (per i soci ad un prezzo che più basso non si può) presso la nostra sede o durante ogni nostra attività sociale come le serate diaposite, le città-campagna, le bicifestazioni, ecc...

25 ITINERARI
NATURALISTICI
IN BICICLETTA



IN BICI PER L'EUROPA

Sempre in sede è in vendita "IN BICI PER L'EUROPA" un'interessante diario di viaggi in bicicletta in Europa di Angelo Giaretta - ed. EGIDA - Vc..

**ATTENZIONE: IN CASO
DI MANCATO RECAPITO**

rinvia all'uff. P.T. VR C. M. P.
per la restituzione al mittente che si
impegna a corrispondere la tassa dovuta.

*Gli Amici della Bicicletta - Via Spagna 8 -
tel. 8009803 - 37123 Verona - aderiscono a:*

**FIAB (Federazione Italiana Amici della Bicicletta)
ECF (European Cyclists Federation)**



DIR. RESPONSABILE:

-Valeria Benatti:

CAPOREDATTORE:

-Lucio Garonzi

GRAFICA e IMPAGINAZIONE:

-Luciano Cassandrini

COLLABORATORI:

-Paola Gerosa

-Stefano Gerosa

-Massimo Muzzolon

-Annapia Zenorini

FOTOCOMPOSIZIONE IN PROPRIO

Utilizzazione libera dei testi citando la fonte

STAMPA: CIERRE Grafica s.c. a.r.l.

Caselle di Sommacampagna (VR)

Reg. trib. di Verona n. 664 del 16.9.1985

TIRATURA 2.000 COPIE

STAMPATO SU CARTA
RICICLATA 100%



ISCRIZIONI 1995

**VIENI IN SEDE VIA SPAGNA 8, VENERDI' O SABATO POMERIGGIO ORE 16/19 o
VENERDI' SERA ORE 21/23 O NEI NEGOZI CONVENZIONATI
OPPURE USA IL CCP N. 11560372 INTESTATO A: RUOTALIBERA, VIA SPAGNA 6/8, 37123 VR**

SOCIO ORDINARIO 15.000 LIRE RICEVERAI:

- 1- ABBONAMENTO A RUOTALIBERA
- 2- TESSERA
- 3- ADESIVO A.D.B. o SPILLETTA

SOCIO SOSTENITORE 25.000 LIRE RICEVERAI:

- OLTRE A CIO' CHE HA DIRITTO IL SOCIO ORDINARIO
- 4- ABB. A PEDALIAMO
 - 5- A SCELTA BERRETTINO O MARSUPIO.

SOCIO BENEMERITO 35.000 LIRE RICEVERAI:

- OLTRE A CIO' CHE HA DIRITTO IL SOCIO ORDINARIO
- 4- ABB. A PEDALIAMO
 - 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 94, ALMENO COME ORDINARIO. SI RICEVE
TESSERA E ADESIVO, MA UN SOLO RUOTALIBERA
PER TUTTA LA FAMIGLIA.



CHESINI®

La biciprecision

Sede e Negozio - Via San Paolo, 8 - Tel. 8006286

Abbigliamento Ciclistico - Via San Paolo, 4 - Tel. 8009535

Filiale San Martino Buon Albergo Centro Commerciale - Tel. 995494

Filiale Povegliano (Verona) - Tel. 7970565

Fabbrica con vendita Ingrosso - Via Copernico 16/A - Tel. 8202166