

Randagio



N. 06 APRILE 2022

IL MAGAZINE DEI RANDONNEURS ITALIANI

**IN BICI
SIAMO TUTTI
FRATELLI**

MMP

SPECIALE CIRCUITI REGIONALI

Introduzione



MINO REPOSSINI

Potete inviare il vostro materiale, le vostre idee, le vostre storie, le vostre foto all'email della redazione. Il Randagio è il giornale di tutti e saremo ben lieti di pubblicare i vostri elaborati e le vostre immagini nei limiti del possibile e dello spazio a disposizione.

GRAZIE!

Web Magazine
<https://randagiari.wordpress.com/>

E-mail
randagio.redazione@gmail.com

Telefono
338 362 27 08

Col numero 6 di aprile il Randagio compie un anno e anche questa sfida è vinta!! Abbiamo raccontato un anno di randonné e soprattutto un anno di randagi. Ci siamo divertiti a parlare della nostra voglia di pedalare e spero che chi legge si sia divertito allo stesso modo.

Chiuso il primo anno di attività, è tempo di bilanci e il risultato è nettamente positivo. Non certo in termini economici, se consideriamo che chi lavora a questo giornale non percepisce un bel niente e chi lo legge paga altrettanto. Ma sul piano della soddisfazione e del divertimento, il Randagio è un successo inconfutabile. E visto che di bilancio si parla, con l'editoriale era ora di fare il punto della situazione anche sul primo trimestre di quest'anno, caratterizzato da un'adesione dei soci Ari senza precedenti.

*Per festeggiare la nostra associazione, non si può mancare al Raduno della Nazionale, organizzato a Capriati al Volturno nell'ultimo weekend di maggio. Un Raduno ricco di significato che consolida la crescita del nostro movimento nel sud del paese. E come celebrare le nostre randonné, se non con una vera e propria opera letteraria, firmata da **Fausto Righetti**? **Ivan Folli** parlerà della primavera appena iniziata e tanto desiderata, mentre **Cinzia Vecchi** si mette in gioco in prima persona raccontando la sua randonné di San Valentino, oltre che dare spazio a **Pamela Cepparulo** per il racconto della Rando Atella.*

***Franco Mazzucchelli** e **Rosanna Idini** ci regalano il consueto spaccato sulle manifestazioni in calendario, prima di gettarci sulla carrellata delle Challenge Locali, iniziata nello scorso numero e impossibile da raccontare per intero. **Concetta Mauriello** e **Paolo Landri** trattano le rando del sud, **Totò Giordano** parla di Sicilia, **Claudio Fraire** e **Barbara Toscano** si dedicano al Nord Ovest, mentre **Rinaldo De Salvador** si occupa del Nord Est. Franco e Ivan raccontano la Lombardia e **Donato Agostini** la Umbro-Toscana. Si aggiunge un'intervista al milanese **Enrico Tolve** che con il suo Trofeo delle Aquile simpatizza per i salitmani della rosa camuna.*

Il nostro Ivan, inoltre, comincia a divertirsi su un campionato nazionale che inizia a prendere forma.

*Il nostro cultore di immagini **Fabio Coppi** ha giocato il carico: prima con una significativa "foto d'autore", promossa immediatamente a copertina; poi lanciando un appello a chiunque desideri raccontare il nostro sport con immagini e brevi flash: un modo diverso di testimoniare la nostra passione.*

*Diamo il benvenuto in redazione a **Claudia Lavazza**, che avrà l'ingrato compito di correggere le bozze del resto della ciurma, l'impaginazione e tutto ciò che viene corretto nel giornale prima di essere pubblicato.*

AVVISO AI LETTORI

Visti gli impegni di maggio, dalla Sicilia No Stop al Raduno di Capriati Volturno, che molto impegneranno buona parte della nostra redazione, l'uscita del prossimo numero del Randagio (N.7 di 06/2022) è prevista eccezionalmente intorno alla metà del mese di giugno.

Buona lettura!

Sommario



05 EDITORIALE LO ZOCCOLO DURO



21 RANDOFRECCIA UNA NUOVA PRIMAVERA



29 LE CRONACHE DI ARI LA RANDO ATELLA DI PAMELA CEPPARULO



32 RANDONEWS PROSSIMI APPUNTAMENTI

Raduno Nazionale Randonneurs

09 CAPRIATI A VOLTURNO RANDO DELLE SORGENTI



13 SEGNI PARTICOLARI FAUSTO RIGHETTI ODE DI UNA RANDO



24 LE CRONACHE DI ARI LA RANDO SAN VALENTINO DI CINZIA VECCHI

RANDO TOUR MAGNA GRACIA

38

THE CHALLENGE

PEDALANDO VERSO SUD COM'E' DOLCE PEDALARE IN QUESTO MAR



FOTO D'AUTORE
LIVE IN PEACE

44



CAMPIONATO ITALIANO
ALL'INSEGUIMENTO DEL
TRICOLORE 2022

46



50 PEDALARE TRA
TOSCANA E UMBRIA



59 GRAN BREVETTO
DEI NORMANNI



55

RANDAGI LOMBARDI CHALLENGE



69 PIEMONTE E LIGURIA
IN SELLA



64 ALLA SCOPERTA
DEL TRIVENETO



VOLARE
ALTO 75

LO ZOCCOLO DURO

Due anni di pandemia hanno fortemente impattato sul movimento randagio, lasciando tutto in “stand-by”.
Ai blocchi di una tanto sperata ripartenza, scoppia una tragica guerra che ci pone nuovamente di fronte a difficoltà molteplici e di varia natura.

A cura di
Mino Repossini

Siamo all'inizio della primavera e ritengo sia mio dovere fare il punto della situazione.

I due anni del covid sono stati un terremoto per tutti e il pianeta rando non è rimasto immune.

Il 2020 è stato tragico con quell'etichetta “ANNULLATO” su decine e decine di manifestazioni, ma anche il 2021 è stato un anno del tutto sottotono: l'etichetta è comparsa ancora molte volte, ma anche dove non c'era, i partecipanti sono stati spesso poco più di un pugno.

Come sappiamo, noi randonneurs (di ARI) abbiamo fatto il nostro dovere donando una bella cifra all'ospedale covid di Bergamo e abbiamo celebrato i nostri soci impegnati in prima linea al Meeting di Albano Sant'Alessandro.

In quell'occasione, si pensava di inaugurare finalmente la ripartenza, ma una nuova ondata di contagi, tra dicembre e febbraio, ha smorzato nuovamente gli entusiasmi.

Ora pare che l'emergenza della pandemia vada via via assottigliandosi, ma non diciamolo ad alta voce...

Nelle ultime settimane, la tragedia del virus è stata affiancata dalla terribile guerra scoppiata in Ucraina. Una guerra che ha radici lontane e complesse, capace di dividere le persone anche sui principi più basilari.

Il contraccolpo ricevuto in Italia (ma anche negli altri paesi) è un aumento dei prezzi di alcuni servizi importanti, quali il riscaldamento e il carburante.

L'inasprimento di questi costi, si può ripercuotere anche nel nostro ambiente: un ciclista ci pensa due volte prima di fare una trasferta per una randonné, se il costo del viaggio è molto alto.

O più in generale, con meno risorse nel portafoglio può dedicare meno budget all'attività sportiva.

È chiaro che in uno scenario di questo tipo, può essere difficile pensare a divertirsi, a viaggiare in bici e stare con gli amici. Lo sconforto o semplicemente la distrazione verso tematiche assai più serie, può essere motivo di meno interesse per il nostro sport. O almeno, questo era il nostro timore.

Per capire se stiamo tornando alla normalità, le prime rando di quest'anno sono state monitorate molto da vicino.

Con grande piacere e soddisfazione possiamo affermare che, nonostante le difficoltà e le incertezze,

i randonneurs sono tornati a pedalare e sono tornati a viaggiare.

Dobbiamo ringraziare quel gruppo di appassionati che costituisce il nostro zoccolo duro, la nostra guardia imperiale, quelli che si arrendono per ultimi e che si rialzano per primi.

Magari detto così è un po' retorico, mi si conceda questa libertà.

La Rando del Cuore ha anticipato eccezionalmente i tempi, facendo iniziare la stagione 2022 con largo anticipo e ha avuto un bel successo di partecipanti.

Il Solstizio d'Inverno è andato in scena in formato Random, dimostrando che la formula funziona anche se priva della valenza di Campionato Nazionale. Successo di partecipazione anche in questo caso.

La Rando Befano si è trovata nel bel mezzo della quarta ondata di covid e in un weekend dal meteo implacabile; nonostante ciò, la manifestazione si è svolta e molti randonneurs l'hanno onorata e portata a termine.

Da allora, la stagione è partita a pieno ritmo e le randonné che si sono susseguite hanno avuto ottimi numeri di partecipazione.

Finora tutte hanno superato il centinaio di partecipanti e in molti casi hanno raggiunto i duecento. Se si pensa che le temperature sono state piuttosto basse quest'inverno, io credo che abbiamo motivo per essere contenti.

Uno dei dati più importanti per la nostra associazione è il numero di società aderenti ad ARI, in altre parole, i 110 organizzatori.

Loro sono il cuore di ARI e senza di essi, tanto per essere lapalissiani, non ci sarebbero randonné. In un momento così difficile ci saremmo aspettati un tracollo di adesioni.

Sia chiaro, molte ASD hanno effettivamente dato forfait, facendo calare il numero di soci rispetto a due anni fa, ma la bella sorpresa è che sono state sostituite da nuove entrate.

I nuovi soci hanno in buona parte sostituito quelli usciti.

Insomma, abbiamo un bel ricambio di organizzatori, fermo restando lo zoccolo duro delle società più storiche.

Un altro dato che mi rende orgoglioso è il numero di persone che quest'anno ha rinnovato l'adesione ad ARI o l'ha sottoscritta ex novo.

Già a fine marzo abbiamo superato i mille possessori di Aricard.

ARI può contare su ben 110 soci organizzatori, cuore pulsante del movimento.

Lo zoccolo duro resta saldo, mentre nuove realtà si aggiungono per dare un fresco contributo con interessanti novità.



Significa che il nostro movimento cresce e che la nostra associazione sta lavorando bene.

Non abbiamo dati statistici attendibili su cui fare confronti perché l'Aricard (che attribuisce il titolo di socio di Ari) è nata nel 2019 (prima c'era solo la Randocard, gratuita e limitata a carta di servizi). I due anni successivi sono stati influenzati pesantemente dalle vicende epidemiologiche e contribuiscono poco all'attendibilità statistica.

Tuttavia, essere più di mille nel primo trimestre dell'anno, mi sembra un ottimo risultato.

Circa il 48% sono randonneurs del nord, lombardi e veneti in particolare; il 40% sono al sud, concentrati in Campania e in Sicilia (quest'ultima conta per ben il 12% del totale).

Il restante 10% si trova nelle regioni dell'Italia centrale.

In dettaglio, la Lombardia e la Campania contano entrambe più di 220 ciclisti cadauna. Seguono la Sicilia con 120, il Veneto con un centinaio e il Piemonte con circa 70 randagi.

I dati crescono ogni giorno e speriamo si arrivi a risultati importanti.

CAMPIONATO NAZIONALE ITALIA DEL GRAN TOUR CHALLENGE

DIVENTA SOCIO CICLISTA!

ARICARD SCONTO SU ABBIGLIAMENTO TECNICO

ACCESSO ALLA NAZIONALE ITALIANA RANDONNEUR

SCONTO 10% ISCRIZIONI EVENTI

DATAHEALTH GRATUITO

È in corso una campagna commerciale in Facebook atta a farci conoscere il più possibile; nei primi mesi di quest'anno abbiamo raggiunto un numero di visualizzazioni impensabile fino a qualche tempo fa.

La segreteria di ARI sta promuovendo, sempre in Facebook, ogni manifestazione, nelle settimane prima dello svolgimento e a ridosso della data di chiusura delle iscrizioni. Il nostro scopo è che nessuna randonné passi inosservata.

E forse anche questo giornale ha dato un contributo positivo, visto che parliamo delle nostre manifestazioni ogni volta che ne abbiamo la possibilità.

Guardo il calendario e vedo una ricchezza che cresce sempre di più. Il mondo delle rando da 200 è vastissimo: comincia in pieno inverno e va avanti tutto l'anno.

Superati i mille soci ciclisti solamente nel primo trimestre del 2022, un grande risultato, segno di forte spirito di aggregazione e passione.

Cerchiamo di valorizzare le rando più lunghe evitando le sovrapposizioni, ma vi garantisco che non è facile: siamo nel campo dei compromessi che neanche a Yalta...

Si sta sviluppando l'interesse per il gravel: le manifestazioni si moltiplicano, spesso affiancate alle rando tradizionali. ARI è molto orgogliosa per aver visto lungo, quando ormai tre anni fa istituì il Gran Gravel, il circuito dedicato agli amanti degli sterrati.

Delle Super Randonnée abbiamo parlato molte volte, ma è bello vedere che sta crescendo bene anche il Bikepacking, segno che il viaggio nudo e puro ha sempre il suo fascino.

Naturalmente, si avvicinano gli eventi clou della nostra stagione e siamo impazienti di vederli realizzati: il Raduno della Nazionale a Capriati al Volturno con la Randonnée delle Sorgenti, la Sicilia no Stop e l'Alpi 4000. Questi ultimi due fanno parte della regina delle nostre challenge: l'Italia del Gran Tour.

Vorrei però chiudere queste mie considerazioni con una nota fuori scala; i musicisti difficilmente ammettono la stonatura: preferiscono dire che è jazz!!

Abbiamo i numeri per essere soddisfatti e abbiamo un parterre di manifestazioni vastissimo.

Abbiamo una nazionale che conta oltre 650 membri

e l'anno prossimo sarebbe bello superare i nostri record di partecipazione alla Parigi Brest Parigi.

Perché, allora gli iscritti alle nostre manifestazioni più lunghe non rispecchiano questi numeri?

C'è un gruppo di veri randonneurs che si ritrova più o meno a tutte le manifestazioni più importanti, ma è necessario allargare questo gruppo.

Va bene Parigi, ma perché essere un randonneurs solo una volta ogni quattro anni?

Le rando italiane meritano la più grande ammirazione da parte di tutti, italiani e stranieri.

Sono splendide come non ne troverete da nessuna parte. Io non disincentivo la partecipazione alle rando all'estero, sia chiaro, ma converrete con me che le italiane non hanno niente da invidiare a nessuno.

Le nostre over mille sono il sogno di molti ciclisti stranieri, per bellezza e storicità.

Tuttavia, l'affluenza degli italiani è ridotta e l'interesse è rivolto verso le più blasonate randonné oltre confine, come la Parigi-Brest-Parigi e la Londra-Edimburgo-Londra.

La partecipazione alle 200 km è altissima, ma oltre i 300 km questo dato si riduce drasticamente.

Lo zoccolo duro dei veri randonneurs è composto da pochi elementi, sarebbe bello allargare questa grande famiglia e vedere grande partecipazione anche alle rando "lunghe" made in italy.

Non è ragionevolmente comprensibile perché la **Sicilia No Stop** non abbia mille partecipanti ad ogni edizione: è una delle randonné più belle e affascinanti del panorama mondiale.

L'**Alpi 4000** è giovane, ma è già entrata nell'olimpico delle manifestazioni internazionali.

È una delle più importanti randonné del panorama BRM, tanto che si ritrova coinvolta nella questione degli iscritti russi e ucraini, che in questo momento sono nella più totale incertezza di partecipazione per i motivi che sappiamo. Naturalmente siamo vicini ai randonneurs e ci auguriamo che la guerra finisca presto, in modo che i nostri amici possano venire liberamente a pedalare in Italia.

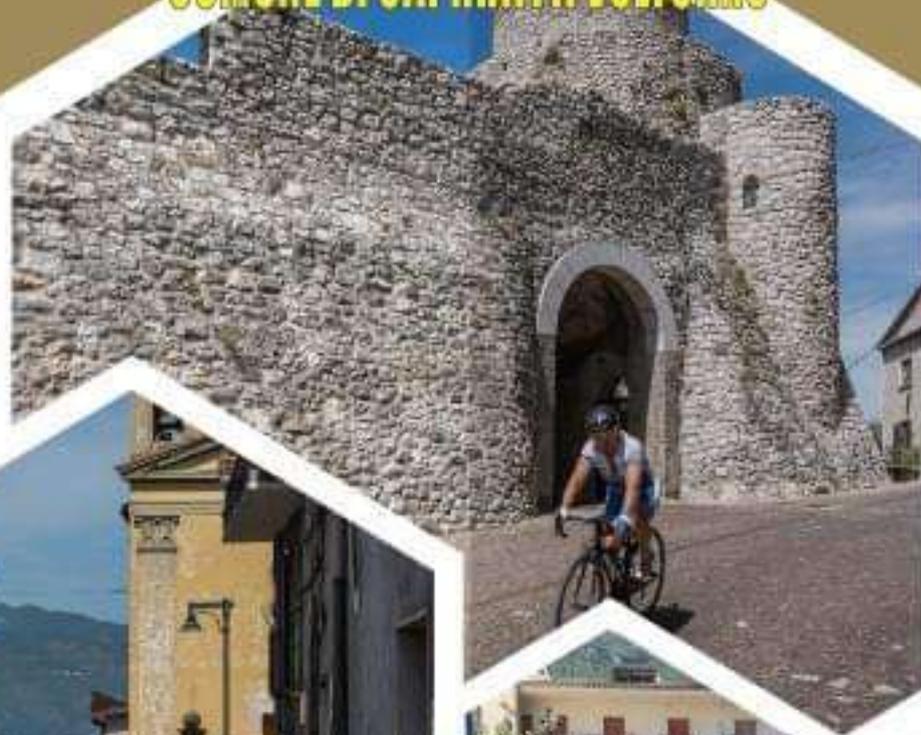
Stiamo sviluppando un movimento importante e i numeri, lo ripeto, ci danno ragione.

Ora però dobbiamo puntare alla qualità e fare in modo che più ciclisti possibile entrino nello zoccolo duro dei veri randonneurs.





COMUNE DI CAPRIATI A VOLTURNO



randonnée

VIA DELLE SORGENTI

RADUNO NAZIONALE ITALIANA RANDONNEURS



CAPRIATI A VOLTURNO 28-29 maggio 2022

IL RADUNO AZZURRO

Il 28 e 29 maggio Capriati a Volturno (CE) si prepara ad accogliere al meglio il raduno della nazionale italiana randonneur ARI e, con essa, tutto il territorio attraversato dai tre percorsi della randonné "La via delle sorgenti".

PERCHÉ CAPRIATI A VOLTURNO

Una randonné ha la sua vocazione e raggiunge il massimo del suo fascino, come nello sviluppo di un itinerario cicloturistico, nel momento in cui si sviluppa su strade secondarie a basso traffico, racconta di borghi, di paesaggi naturali e regala emozioni ad ogni colpo di pedale.

Un percorso che si adatta all'esistente.

Ed è proprio partendo dalle basi delle randonné, del cicloturismo, di una nuova visione di opportunità legate ai borghi alle aree interne, che l'associazione Cambia ha voluto realizzare questo evento in un piccolo borgo.



Capriati a Volturno è attraversato dalle verdi acque del fiume Volturno, il fiume più lungo del sud Italia ed è incastonato con la sua torre tra il lussureggiante verde del parco del Matese.

Un verde che accompagnerà lungo tutto il percorso, con le sue differenti sfumature, dovute alle varie produzioni quali i castagneti, vigneti, uliveti, nocciolati, meleti di mela annurca.

Il borgo rientrava in un luogo tanto caro alla famiglia Reale dei Borbone: la Real tenuta di caccia e pesca di Torcino a Ciorlano.

In questo sito reale furono ospitati e realizzati i primi insediamenti di bufale, per poi "convertirle" da animale da traino in animale da latte; così nacque la mozzarella di bufala.

L'area mantiene ancora oggi la sua vocazione con la presenza di importanti insediamenti bufalini; qui si trova anche la bella OASI WWF delle Mortine.

Il Borgo è situato nel Parco Regionale del Matese, nell'alto casertano, ai confini con Molise e Lazio, e a pochi chilometri da Abruzzo e Puglia. Facilmente raggiungibile sia dalle strade che tramite ferrovia: la fermata più comoda è a Venafro, a pochi chilometri di distanza.



Gli eventi della randonné e del Raduno sono organizzati dalla società ciclistica Cambia (Campania Bici ASD) fondata dal vicepresidente ARI **Giuseppe Gallina** e da alcuni amici randonneurs, tra cui Mariano Russo e Giancarlo Benivento, supportati anche da Mario, Fabio, Pietro, Gianni, Agostino.

L'evento vuole raccontare un territorio, ai più sconosciuto, ricco di potenzialità cicloturistiche, di eccellenze enogastronomiche, di storia, di cultura e votato al turismo sostenibile; esso non poteva che realizzarsi con il fondamentale contributo e partecipazione del Comune di Capriati al Volturno, della provincia di Caserta,

dall'UNPLI Caserta, dei comuni attraversati ed in particolare di quelli che ospiteranno i punti di controlli e ristoro, quali Ruviano, Gioia Sannitica, Sant'Angelo d'Alife, Letino, Prata Sannita, Vairano Patenora, Roccaromana, Galluccio.

La manifestazione ha il patrocinio del Parco regionale del Matese, del Parco regionale di Roccamonfina, così come delle rispettive comunità Montane.

Altri Partner pubblici e privati stanno aderendo alla realizzazione dell'evento.

Tutto il territorio si sta preparando ad accogliere al meglio i randonneurs, i cicloamatori da tutta Italia, per far vivere emozioni per tutti i sensi.

Anticipiamo alcuni elementi dell'evento del raduno, lasciando ulteriori informazioni sul sito della randonnée "**La via delle sorgenti**" raggiungibile al seguente link:

https://www.audaxitalia.it/index.php?pg=calendario_brm_acp&org=333&obid=2365

SABATO 28 MAGGIO

Mattina: Convegno organizzato dal Comune di Capriati

Pomeriggio: dalle 15.30

Assemblea dei soci ARI e Raduno della Nazionale Randonneur ARI

Dalle 20.30 nella piazza del borgo

CENA DEL RANDONNEUR

realizzata dallo chef internazionale Mauro Forte (in foto), con un menù che richiama la tradizione culinaria locale al costo di € 15,00 che prevede:

- Pasta e Fagioli
- Mozzarella di Bufala DOP caseificio Ponte Reale
- Frittata tradizionale capriatese; ogni frittata minimo 120 uova - ingredienti: uova, timo, salsiccia, asparagi, interiora di agnello, funghi, formaggio
- Verdure grigliate
- Dolce: panettone tradizionale capriatese
- Acqua minerale Lete (azienda locale di imbottigliamento)
- Vino: Cantine Telaro di Galluccio
- Sorprese

Saranno previsti, su richiesta, menù per vegetariani e per soggetti con intolleranze alimentari.

La serata sarà allietata dal gruppo musicale: **Compagnia Cantando.**

Saranno ben accetti anche interventi musicali di randonneurs.



ATTIVITÀ COLLATERALI 28-29 MAGGIO 2022

- Visita al museo iconografico di S. Rocco Protettore di Capriati a Volturno
- Mostra d'arte dell'Associazione La Lira (*quadri realizzati con monete del vecchio conio*)
- Visita guidata Oasi WWF "Le Mortine" di Capriati a Volturno
- Visita alla **Cipresseta di Fontegreca**, oasi verde con boschi, ruscelli, cascate (dista 2 km)
- Visita al Borgo Antico di Prata Sannita (dista 6km): a pochi km vi è Letino con il belvedere sul Lago di Gallo, lago di Letino e Miralago.
- Escursioni a cavallo lungo il fiume Volturno
- Programmata visita guidata al caseificio Ponte Reale, subordinata al rilascio delle autorizzazioni necessarie a causa dell'epidemia di COVID19.

ANTICIPAZIONI SULL'EVENTO RANDONNÉE LA VIA DELLE SORGENTI

Al mattino: colazione gratuita in area di partenza per tutti i partecipanti ed accompagnatori.

Lungo il percorso: ogni punto di controllo sarà un punto di ristoro con prodotti di aziende locali e con prodotti di Coldiretti.

Pasta party in stile cena del randonneur.

Per gli accompagnatori contributo per pasta party euro 10.00

Per servizi alloggiativi (ad oggi) convenzione con:

Palace Hotel Venafro, 4 stelle tel. 0865904437, SS 85 Venafrana km 18,840.

Chiedere di Roberto.

Convenzione randonnée: singola a euro 50, doppia a euro 60.

Saranno resi noti sulla pagina della randonnée altri servizi alloggiativi quali B&B, appartamenti ecc.

Per ulteriori informazioni si prega di consultare il sito della randonnée La via delle sorgenti, raggiungibile al seguente link:

https://www.audaxitalia.it/index.php?pg=calendario_brm_acp&org=333&obid=2365



© Mimmo Salierno Fotografia

FAUSTO RIGHETTI

Ode di una Rando



Ho impiegato circa due anni a comporre questa ode, perché ogni tanto (pedalando) mi venivano in mente delle quartine. Qualcuna poi la dimenticavo, così ho imparato a fermarmi e scriverle sul telefonino.

Ho cercato di trasmettere quelle sensazioni ed emozioni che ho vissuto in prima persona, a volte nel leggerla mi commuovo ripensando a momenti particolari vissuti.

RANDONNÉE IN RIMA

A cura di
Barbara Toscano



Fausto Righetti, veterano randonneur, racconta in versi rimati le bellezze e le difficoltà delle rando, dando risalto ai numerosi aspetti che le rendono avventure speciali e dal sapore unico. La poesia, le situazioni bucoliche, la meraviglia e la goliardia.

La nostra passione è tutto questo e molto di più e Fausto lo racconta con eleganza, semplicità e comicità. Una testimonianza completa e reale, un biglietto da visita che dovremmo presentare a tutti coloro che ancora non conoscono il nostro mondo.

C'è poco da aggiungere, vi invito a leggere il suo componimento e a gustarlo verso dopo verso!

*Se dico: " Ho fatto una randonnée!"
mi sento chiedere "Eccheccos'èe?
Non sappiamo di cosa stai parlando!"
Eh sì, pochi conoscono le rando!*

*Il loro motto è: "Né forte, né piano
ma sempre tanto, tanto lontano";
slogan perfetto e fatto su misura
per chi pedala verso un'avventura.*

*Ore e ore in sella "all'amata" bici,
tra la natura e una schiera di amici.
Amici veri, seppur con altra divisa,
ma dello stesso sudore ne è intrisa.*

*Ciclisti particolari, questi "randagi",
un tantino "fuori" però mai malvagi.
Amano lo sport sincero e genuino,
con gli anni miglioran, come il vino!*

*I mezzi son pesanti, colmi di borse...
davvero strane, direte, queste corse,
ma vi prego, non chiamatele così,
son rando e durano più di un dì.*

*Scegli una distanza e sfidi te stesso
seguendo un tragitto ben impresso.
Giri il mondo, guardi nuovi orizzonti,
osservi mari, laghi e maestosi monti.*

*Al via non c'è ressa, neppure griglia,
si va d'accordo, nessun parapiglia.
Si parte di buon'ora, è subito festa,
c'è allegria, niente grilli per la testa.*

*Tutti euforici, burloni e spensierati,
fioccano le battute con modi colorati.
L'aria frizzante affascina e ti sprona
sei speranzoso: sarà giornata buona!*

*Tante le donne: belle ed irriducibili,
ti passano con allunghi incredibili.
Tra te pensi: "Moleranno più avanti,
son fragili e poi...troppo eleganti!"*

*Invece, eccole lì: sorridenti e sicure,
non demordono sulle rampe più dure.
Mai un lamento, invidiabile è il loro piglio,
pedalano caparbie, senza batter ciglio.*

*Agili zampettano, danzando sui pedali,
salgono con stile, come avessero le ali.
Mettono in mostra le sinuose movenze,
rendendo piacevoli le severe pendenze!*

*Nelle divise attillate, fin troppo snelle,
le donne in sella...quanto son belle!
Sbalorditi, ci restan chiuse le bocche,
vorremmo urlar: "Siete gran gnocche!"*

*Certe rando son lunghe e leggendarie,
spesso su ciclabili o strade secondarie.
A volte non riesci a tenere il passo
e puoi solo sognarlo ... il sorpasso!*

*Si narrano storie di crisi e sofferenza,
stringi i denti, metti grinta e pazienza.
Allora arranchi, sbuffi e pure preghi,
"MAI MOLAR"(pensi) e non ti pieghi.*

*Fai fatica a stare con quel gruppo:
"menano" di brutto, per te è troppo!
Ma da dietro arriva sempre qualcuno,
ti incoraggia: "Dai, sei il numero uno!"*



*D'incanto la pedalata riprende vigore,
passano i chilometri e così pure le ore.
Arriva giusto il controllo con ristoro:
di nuovo riuniti, son qui anche loro!*

*Rapido il timbro, coca e panino al volo,
una pisciatina e via, sennò resto solo.
Mentre pedali ti frullano tanti pensieri,
ti scopri entusiasta e più forte di ieri.*

*Rammenti ricordi custoditi in memoria
e ti addormentavi ascoltando una storia.
Spensierato giocavi in strada e sognavi
o quando di una "bella" ti innamoravi.*

*Intanto ti coglie un romantico tramonto,
pensi a chi ti è caro e tieni in gran conto.
Arrivano le "ombre lunghe" della sera,
annunciano la notte e la sua atmosfera.*

*L'imbrunire porta stanchezza e fame,
a noi, ciclisti veri, basta pane e salame.
Siamo fortunati, hanno pronta la pasta
con pomodoro e formaggio quanto basta.*

*Non deve mancare una "bionda" Peroni,
vada per il caffè, ma niente pelandroni.
C'è da ripartire, via! Saltare in sella!
Luci accese, giubbino e obbligo di bretella.*

*La pancia è piena, sei caricato a mille,
vai spedito ed i muscoli fan scintille.
Così l'entusiasmo non manca mai,
doveroso un pensiero a non aver guai.*

*Allora ricordando le buone maniere
cerchi conforto recitando preghiere.
Inutile negarlo, il pericolo è in agguato
una buca, un cane o qualche disgraziato.*

*La notte in bici è magica e spettacolare...
avvolti nel buio col fruscio del pedalare.
Ed è vero, la notte porta consiglio
insieme sempre a qualche sbadiglio!*

*Se proprio al sonno bisogna arrendersi
si trova una panca, ideale per stendersi.
Basta la pausa di una mezz'oretta
una rinfrescata e...via di fretta!*

Passi nei centri, incontri la movida,
i calici son colmi, tra baldoria e grida.
Son spavaldi con poca voglia di nanna,
tirano tardi, forse sorretti da una canna!

Di notte, pian piano, il traffico si dirada,
finalmente è tutta nostra la strada...
Un faretto illumina una striscia d'asfalto,
massima attenzione alla curva o un salto.

Avanzi in un mondo avaro di colori,
ascolti i silenzi, percepisci gli odori!
L'olfatto ne è certo e si mormoreggia:
"Chi sarà stato a molar 'sta scorreggia?"

Il cielo è stellato, ti esce una canzone,
ti senti bene e ruggisci come un leone.
Pensi alle tue imprese, ti danno forza,
prendi entusiasmo e fai dura la scorza!

Non dimentichi i nipoti, avvolti nel sonno,
un giorno diranno: "Proprio matto il nonno!"
L'emozione ti prende, resti senza parola,
un frangente intimo, da nodo in gola!

Reagisci e prometti, gonfiando il torace
"Devo farcela (per Voi), ne sarò capace!"
Le tenebre ci lasciano molto lentamente.
Il canto di un gallo e l'alba è imminente!

Tra alberi e rovi cinguettano gli uccelli
un gran concerto, con merli e fringuelli.
Di bei momenti la natura ci circonda,
un'orchestra perfetta sempre in onda.

Non è ancora giorno, ma già brami
un bar aperto con le cose che ami.
Alla spicciolata arrivano un po' tutti:
barbe lunghe, facce stanche...brutti!

La notte passata ha lasciato il segno,
tutti abbiem messo un gran impegno.
La buona colazione ed una sciacquatina
mette gioia e ti ricarica di adrenalina.

Col nuovo dì, conti i chilometri mancanti:
Il Garmin dice 200, dai, non sono tanti!
Così incoraggiato, salti sul "cavàl de féro",
un'altra tappa e poi sarà traguardo vero.

Di solito l'alba dona paesaggi fiabeschi,
se sei assonnato, ti svegli e ti rinfreschi.
Ti distrai ammirando posti di rara bellezza,
ti inebri al cospetto di cotanta grandezza.

Ohè, devi pedalare: quelli scappano via!
Ma dai, si fermeranno per... una fotografia.
Dal gruppo s'ode forte il vocione di Pino,
è il Capitano, Lui urla, seppur lì vicino.

Non dimentico quando in quel di Milazzo,
ci sbraitava il suo "stai a destra, cazzo!"
Dopo una salita c'è sempre una discesa,
allora testa bassa e stretta forte la presa.

Disegni le curve passando sul precipizio,
vai veloce, serve occhio e tanto giudizio.
Amici e familiari ti inviano messaggi:
"Come stai?" "Sei forte!" e t'incoraggi.

Appena puoi rispondi veloce e sicuro
"Tutto bene, stanco sì, ma tengo duro!"
D'un tratto una grida: "Siamo fuori traccia"...
Ci si ferma guardandolo fisso in faccia.

Arrivano altri, si forma un capannello,
GPS e cartine, "Dai, cercate un cartello".
Alla fine, si risolve con una sana risata
si allunga un po', ma la strada è ritrovata.

Capita silente un noioso imprevisto,
una foratura per un chiodo non visto.
Però trovi sempre chi ti dà aiuto
e superi l'intoppo in qualche minuto.

Spesso l'occasione diventa propizia
per far nascere un'ulteriore amicizia.
Allora non capisci, sarà stato un caso?
No, è il destino e ne rimani persuaso!

Se il sopra-sella "brucia" e s'infiamma
ecco urge la crema usata dalla mamma.
Sei con amici fidati e scatta una proposta:
"C'è una fontana, fermiamoci per una sosta."

Il traguardo è vicino, cominci ad assaporarlo...
ti senti elettrico e non vedi l'ora di passarlo.
In lontananza però noti lampi minacciosi,
speri non si avvicinino, son pericolosi.

*Come sempre ai lampi seguono i tuoni;
poi la pioggia, così tutti sotto i balconi!
Via il temporale, si riprende in ammollo,
la strada è allagata, ma dici: "Non mollo".*

*Meno male, ho con me da cambiarmi,
inzuppato sì, ma non intendo fermarmi
pedalare sotto la pioggia è pure piacevole,
pochi credono a questo fascino incantevole!*

*Una "bagnata" va bene, ormai c'è l'arrivo,
l'ebbrezza ti fa gioire per essere ancora vivo.
Ringrazi il Signore: "É andato tutto liscio!",
ma ripensi a quell'auto passata di striscio...*

*L'ha fatto di proposito, con cattiveria,
"Che balle sti ciclisti, porca miseria!"
La rando è una corsa molto speciale,
tutti vincono e nessuno ci resta male.*

*Non c'è nervosismo né chi si vanta
eppure, per tutti la fatica è stata tanta.
Anche l'ultimo non sarà avvilito o triste,
di certo, la metterà tra le sue conquiste!*

*Nel mio piccolo ho gioito varie volte,
importanti sono le "vittorie" da me colte.
Ho girato l'Italia, con Sicilia e Sardegna.
Ho scalato Stelvio, Gavia ed il Carpegna.*

*Ho pedalato, soffrendo il sole arido,
e ghiacciato in giornate da brivido.
Ho trovato pioggia, neve e forte vento
però ogni volta son tornato contento.*

*Ho conosciuto gente straordinaria,
MAI ci si arrende seppur in solitaria.
Ho imparato tanto e ne sono fiero,
vorrei trasmettere questo pensiero.*

*Una rando ti tempera, ti fa star bene:
una medicina toglie i dolori e le pene
I tanti chilometri pesano senza dar noia,
all'arrivo tutto passa, resta solo gioia.*

*Ci vuole Pazienza, Volontà e Coraggio,
faticherai, ma completi sempre il viaggio.
L'emozione, forte, s'alza sul traguardo,
gli occhi lucidi annebbiano lo sguardo.*



*E sebbene nessuno ti abbia costretto,
hai conquistato l'agognato brevetto.
I randagi, li considero ottimi compari,
gente forte ma umili, simpatici e solari.*

*Si pedala, si canta; mai una bestemmia,
sembra il tempo allegro della vendemmia!
Ti ascoltano, ti parlano, così ti confessi,
grande e piccolo vicino, senza complessi.*

*Finito il giro non smetti di raccontarti
e ti fermi volentieri per un pasta-party.
Solo davanti ad una fumante lasagna
la bocca (piena) tace e avida magna.*

*È bello questo clima familiare e festoso
dove il sorriso è sincero e contagioso.
Ci si abbraccia e congratula a vicenda
consci di stare in una sorta di leggenda.*

*L'andare in bici non per tutti è adatto:
devi tribolare per essere soddisfatto.
A calcio, pallavolo, rugby ... ci giochi,
il ciclismo no, è uno sport per pochi.*

*È una passione con cui coroni un sogno,
un'impresa bella, ne avevi proprio bisogno;
non sono prove per un effimero successo,
ma la voglia di scoprire il limite di te stesso.*

*È vero, a volte dici: "Basta, mai più!"
passati due giorni ti scordi e risalti sù,
torni in sella e programmi un altro giro,
te ne fregghi se diranno: "Sei un fachiro".*

*"Ma tutti provano sto piacere"? ti chiedi,
nessun dubbio, facce troppo felici vedi!
L'anagrafe però è severa ed impietosa;
spero di stare a lungo con la "morosa"!*

*Intanto il programma futuro è già deciso:
metro dopo metro si guarda al paradiso!
Fatta la "PBP" superando ogni disagio,
so di essere diventato "un vero randagio"!!!*



UNA RANDO NON SI VINCE: SI FA!! SI VIVE, SI GUSTA E NON DELUDERÀ!!

E se per caso non ti sarai divertito, beh, ti dico...proprio non hai capito!

Dicono di Fausto....

Fausto, un nome una garanzia, non potevo aspettarmi se non un grande sportivo con doti di fondo ineguagliabili, i percorsi e le randonné affrontate lo attestano.

Ho letto l'ode di una Rando sei100.

L'ho letta tutto d'un fiato con curiosità e con piacere rivivendo momento per momento personali e irrinunciabili esperienze vissute sulla strada.

L'ho riletta ancora con calma per poter meglio assorbire i contenuti, le sensazioni e i sentimenti del lungo andare sul percorso: fra speranze, ambizioni, entusiasmo, difficoltà, dubbi, atti di determinazione e volontà, auto convincimento e ricarica morale per affrontare i momenti di affaticamento mentale e tendere al traguardo finale: l'inspiegabile soddisfazione di aver raggiunto una meta considerata quasi impossibile, conquista da godere per sempre.

La presentazione in rima dona un tocco particolare alla lettura, all'avanzamento partecipativo dell'avventura, determina una cadenza di riflessione rima per rima e non permette di sorvolare i contenuti del testo per arrivare prima alla conclusione dell'evento e dell'intera Randonnée poetica.

Lino Battan



Sessantaquattro quartine, che prima ti prendono per mano e in un attimo ti ritrovi a correre trascinata dal ritmo delle rime.

Mi fermo, rileggo, mi commuovo, sorrido e mi diverto, quanta allegria, quanta passione e complicità contagiosa: qui dentro c'è un mondo, un mondo speciale.

Queste rime bacciate sono infinite, per quanti pensieri raccontano ed evocano.

Non tralasciano niente e tutto diventa bello (un sorriso) sotto il tuo sguardo.

Il tuo occhio segue il battito delle emozioni ed è solo d'un fiato che si può leggere (e poi rileggere) questa mitica (o epica?) pedalata in versi.

Alessandra



Fausto, negrarese doc, classe 54, arrivato alla bici da un decennio in età (matura) quando le persone tendono ad altri sport. Sportivo al 100%, prima calcio (energico stopper), poi tennis dove ha ottenuto ottimi risultati, alla fine eccolo al ciclismo. La sua vita è stata piena di attività, tutte raggiunte grazie ad una determinazione incredibile, è nato in zona agricola e pertanto usa definirsi nato con la zappa in mano avendo contribuito fin da piccolo alle sorti dell'azienda agricola familiare.

Tecnico di radiologia come professione principale, ma anche assicuratore e giornalista, in questo ambito ha ideato e condotto per 15 anni una fortunata trasmissione televisiva (tele Arena VR) basata sul calcio dilettantistico veronese. Grazie a questo è stato premiato nel 2002 con il "Premio Stampa Veneto"

Fausto ama definirsi un pedalatore: ricordo quando con timore mi chiese se potessi aiutarlo a prendere una bici, fui felice di passargli una delle mie Olympia, una bici che mi accompagnò nei primi anni 2000 in una entusiasmante Parigi Roubaix. Da allora il suo crescendo è stato eccezionale.

Nel 2016 ho insistito affinché partecipasse alla mia Verona-Resia-Verona, lui era spaventato dall'idea di un chilometraggio tanto elevato, era abituato ai soliti giretti da 70/80 chilometri.

Alla fine, si decise e partì, con mia grande sorpresa il mattino seguente lo vidi arrivare, il suo abbraccio, il largo sorriso, mi fecero capire tutto: era rimasto estasiato. Ricordo bene le sue lacrime di gioia.

Quello è stato l'inizio di un percorso nel mondo dei randagi che lo ha visto partecipare a numerose rando, portate a termine sebbene i suoi tempi siano da definirsi "tranquilli" ma come dice sempre Lui: "con PVC (Pazienza, Volontà e Coraggio) si arriva.

Una dote che gli va riconosciuta è la sua enorme determinazione nel perseguire il risultato, riconosco di essere rimasto sorpreso nel vederlo portare a termine certe rando a volte in condizioni climatiche ed ambientali difficili, ma Fausto raramente molla, in gergo veronese si usa dire "MAI MOLAR".

Tra le sue tante imprese ricordo Sicilia No Stop, Sardegna, i Magnifici Quattro, Salerno Amantea Salerno per arrivare a concludere la sua magica PBP del 2019.

Da sottolineare una clamorosa sfida personale nel giorno del suo 66 ° compleanno quando ha portato a termine la bellezza di sei giri consecutivi del lago di Garda, in assoluta autonomia.

Questo suo componimento in rima, (non vuole sia detto poesia) tra l'altro la rima MAI si ripete, è un saggio delle sue emozioni e sensazioni provate lungo i percorsi di questi suoi cinque anni di randonné.

Credo che molti si possano sentire partecipi in quanto ha descritto con dettagli molto appropriati a volte ironici, quelle situazioni che noi tutti abbiamo vissuto.

Queste strofe così ben scritte credo possano diventare la base di chi si vuol approcciare al mondo magico delle lunghe distanze dove il motto è perfetto per Fausto "Né forte né piano ma sempre lontano".

Bravo Fausto hai ancora tanta strada da fare e come si dice tra noi: ALÉ ALÉ.

Giorgio Musseu Murari

UNA NUOVA PRIMAVERA

A cura di
Ivan Folli

Ben ritrovati sulle frequenze di RandoFreccia che apre questa nuova puntata sulle note della canzone "Gli Anni" degli 883. Il brano è datato 1998 e a chi, come me, pedala spedito negli 'anta, sicuramente riporterà alla mente ricordi di un'altra epoca.

Un tuffo nel passato, ecco dove voglio portarvi oggi. La stagione 2022 delle Randonnée ha preso ufficialmente il via con la Rando Befano, ma nelle ultime settimane gli appuntamenti in calendario sono aumentati come funghi nel sottobosco umido.

Quello che balza subito agli occhi, sono le adesioni che questi eventi stanno riscuotendo. Negli ultimi due anni, purtroppo, a causa della pandemia, di un modo di affrontare queste manifestazioni che è stato profondamente segnato dai vincoli imposti e da un vortice di pigrizia nel quale molti sono stati risucchiati, abbiamo assistito a un profondo cambiamento, anche generazionale se vogliamo. Gli eventi annullati sono stati tantissimi e gli organizzatori che coraggiosamente gettavano il cuore oltre l'ostacolo e decidevano comunque di provarci, spesso e volentieri si trovavano con un pugno di partecipanti.

Ricordo nel 2021 una Randonnée di 200Km con otto randonneurs alla partenza. Un vero peccato e una profonda delusione per chi aveva comunque provato ad organizzarla spendendo tempo, denaro e lavoro. Uno di quegli schiaffi che ti fanno venire voglia di gettare la spugna. Qualcuno lo ha fatto, qualcuno ha cambiato strada, qualcun altro ha deciso di andare avanti.

*"Gli anni d'oro del grande Real
Gli anni di Happy Days e di Ralph Malph
Gli anni delle immense compagnie
Gli anni in motorino, sempre in due
Gli anni di 'Che belli erano i film'
Gli anni dei Roy Rogers come jeans
Gli anni di 'Qualsiasi cosa fai'
Gli anni del 'Tranquillo, siam qui noi,
siamo qui noi' ...".*



I primi appuntamenti del 2022 stanno dando ragione a questi ultimi. In quasi tutte le Randonnée a oggi percorse si sono registrati più di cento partecipanti (considerando i vari percorsi disponibili).

La Rando San Valentino, per esempio, al suo esordio sulla distanza di 200Km, ha totalizzato oltre 200 iscritti, in barba a coloro che storcivano il naso perché *“Non si può fare un 200 a inizio febbraio”* e perché *“La prima rando al nord è sempre stata quella del Parco del Ticino”*. I tempi cambiano e anche se siamo tutti un po' nostalgici guardandoci alle spalle, dobbiamo però fare i conti col presente che abbiamo davanti.

Una cosa lampante è che, se un tempo la stagione finiva a ottobre e riprendeva a marzo, oggi non è più così e spesso troviamo eventi anche nei mesi più freddi, come la Randonnée del Solstizio d'Inverno e la Rando Befano che citavamo prima. Anche i mesi più avversi, gli ultimi anni stanno registrando un incremento di eventi, ufficiali e ufficiosi, soprattutto nel panorama gravel, quasi a voler significare che il periodo di letargo, o di stacco, non esiste più per gli stakanovisti del pedale.

Duecento chilometri in pieno inverno non fanno più paura: la stagione ciclistica dei randonneurs è estremamente lunga, quasi no stop e, anche nei mesi più freddi la voglia di pedalare non viene meno.



Un capitolo a parte lo merita il centro-sud della nostra penisola che, se fino a qualche anno fa poteva essere considerato una bella sorpresa o una novità, è innegabile che oggi sia una delle realtà più importanti, se non la più importante, del panorama rando Italiano.

I numeri sono inarrivabili, così come le presentazioni degli eventi, la valorizzazione e la cura dell'organizzazione. Da prendere come esempio.

Cosa che si sta provando a trasmettere alle ASD del nord Italia, con descrizioni più accurate dei percorsi, foto, pubblicità sui social e ristori degni di questo nome.

I risultati, come dicevo, sono papabili e, non mi nascondo dietro a un dito, ammettendo che mi hanno sorpreso.

Sicuramente c'è una gran voglia di normalità, di tornare a pedalare serenamente per chilometri e chilometri, di rivivere quelle emozioni che fanno battere il cuore, di procedere fianco a fianco con gli amici di un tempo non troppo lontano.

Un contributo a questa sorta di rinascita del "nuovo mondo Rando", lo stanno dando anche i Challenge locali che premiano chi partecipa agli eventi di una determinata area o regione. Sicuramente sono una spinta in più per decidere di poggiare il sedere sulla sella, piuttosto che sul divano.

Quello che mi auguro nel profondo è che con l'arrivo della primavera non si perda questo rinnovato entusiasmo che si respira nell'aria ancora frizzante. Serve l'aiuto, la volontà e il contributo di tutti per riuscirci: di ARI, delle ASD organizzatrici e di noi ciclisti.

Ognuno può dare il suo colpo di pedale per far sì che questo strano mondo, torni quello di un tempo.

Magari non uguale formalmente, ma con lo stesso entusiasmo, voglia e passione che lo hanno caratterizzato negli anni migliori.

Certo, i numeri non sono ancora quelli degli anni d'oro e la strada davanti è ancora lunga, ma in fondo, la distanza, non ci ha mai spaventati.

*"...I want to feel sunlight on my face
I see the dust cloud disappear
Without a trace
I want to take shelter from the poison rain
Where the streets have no name..."*



*"...Voglio sentire la luce del sole sul mio viso
Vedo una nuvola di polvere scomparire
Senza lasciare traccia
Voglio ripararmi dalla pioggia avvelenata
Dove le strade non hanno nome..."*

(Where the streets have no name – U2)



LA RANDO DI SAN VALENTINO

DI

CINZIA VECCHI

Questa Cronaca di ARI vi arriva direttamente da me, Cinzia Vecchi, che curo questa rubrica.

Nel 2015 approdo al mondo delle Randonnée e, da allora, non l'ho più lasciato. Al mio attivo ho una partecipazione alla 1001 Miglia d'Italia, edizione 2016; una Sicilia No Stop, edizione 2018; la PBP edizione 2019. Oltre a numerose altre randonnée: Verona – Resia – Verona, Randogiro dell'Emilia, Ravorando ecc.

Dopo lo stop dovuto alla pandemia nel 2020 e nel 2021, spero davvero che questo sia l'anno per poter riprendere a pedalare in libertà e mettere nelle gambe qualche altra bella impresa.

L'inizio è stato più che promettente con questa gradevole pedalata tra Lombardia e Piemonte: La Randonnée di San Valentino.

Si ricomincia!

Dopo un 2020 a zero randonnée, un 2021 con all'attivo una sola partecipazione, forse il 2022 è l'anno della ripresa.

Consulto il calendario, metà febbraio potrebbe essere il momento giusto per riprendere.

Un rapido consulto con gli amici Paolo, Marina, Giovanni e Claudio. Dai, proviamo a fare la Randonnée di San Valentino, è quasi tutta pianura ma per riprendere va più che bene.

Inoltre, sono incuriosita dal percorso e dai luoghi, per lo più, a me sconosciuti.

È deciso, si va.

Domenica 13 febbraio

La sveglia suona ad un orario antelucano, poco prima delle 4.00. Alle 5.00 mi metto al volante, fa ancora buio. L'autostrada è pressoché deserta; parto presto perché chissà cosa può succedere, in realtà non succede nulla. Poco prima delle 7,00 sono nei pressi di Melegnano; decido di fare una sosta in autogrill per un buon caffè doppio. Sulla tangenziale ovest, che è il mio incubo, perché sempre trafficatissima, non c'è nessuno. Poche decine di chilometri e sono a Parabiago.



Trovo il centro sportivo dove è fissata la partenza. Inizia il rito della preparazione: scarica la bici, monta la bici, toglie le scarpe, indossa le scarpe, metti il casco, cerca gli occhiali, non dimenticare la borraccia.

Nel frattempo, arrivano Marina, Giovanni e Claudio; inizio a vedere un po' di randagi con i quali era tanto che non ci si incontrava: Rosy, Franco, Francesca, Gaspere, Donato, Ivan, Claudia. Baci e abbracci dopo tanto tempo: è la bellezza di ritrovarsi! La consapevolezza che, forse, si può ricominciare a pedalare di nuovo tutti insieme. Preparata la bici si va a ritirare la carta di viaggio. È l'occasione per altri incontri: Aurora, Maria Grazia, Graziano, e tanti altri.

Spicca l'inconfondibile maglia della Nervianese: oh, ma quanti siete?!?

Ritirate le carte di viaggio, sono quasi le 8.30 e si parte.

La Pianura e il Monferrato

Sono curiosa di questo percorso. Non percepisco immediatamente il motivo, perché è quasi tutta pianura, ed io non amo un granché le pedalate piatte. Il tracciato si snoda attraverso la Lomellina, terra di fiumi, bagnata dal Sesia, dal Po e dal Ticino e, soprattutto, terra di risaie. Forse sono proprio le risaie che mi hanno spinta a venire qui. I ricordi vanno ai racconti delle nonne, delle zie, di mia suocera e delle anziane che ho conosciuto durante la mia infanzia. Tante di loro, nel dopoguerra, facevano la campagna del riso: erano mondine. Un mestiere durissimo: dodici ore al giorno in mezzo all'acqua, chinate a fare la monda.

Venire qui era una sorta di omaggio a queste donne che hanno fatto parte della mia vita, alle lotte che hanno combattuto per avere condizioni di vita e di lavoro migliori. È pedalare nella memoria che mi hanno tramandato.

Mano a mano che pedaliamo nelle risaie, immense, sconfinite, riecheggiano nella mia testa proprio i canti delle mondine: su tutti "Sciur Padrun da li beli braghi bianchi"; e, ancora, le immagini di quel capolavoro della cinematografia italiana che è "Riso amaro".

La strada scorre velocemente sotto le ruote, ogni tanto rompo il ritmo della pedalata per scattare qualche foto alla pianura e ai miei compagni di viaggio.

Questi primi 80 chilometri volano via. Lasciamo la provincia di Pavia ed entriamo nel Monferrato, l'altro pezzo di randonnée che mi attirava. Ho visto tanti filmati ed immagini del Monferrato ma non ci ero mai stata. Superiamo Casale, costeggiamo il Po per un breve tratto e arriviamo al primo punto di controllo/ristoro. Mentre siamo lì si sente l'inconfondibile voce del Capitano Pino. Alla partenza non l'avevamo visto né sentito e ci chiedevamo: "dove sarà mai il Capitano?!?" Svelato l'arcano, è partito con mezzora in ritardo ma ha la gamba allegra e ci ha raggiunti. Così lo vediamo arrivare con Gennaro e altri amici. Ovviamente ci scappano un paio di foto e qualche battuta.



Ripartiamo e, subito, dalle prime pedalate e guardando il paesaggio, mi rivolgo a Claudio, che è piemontese e conosce bene le zone: "Claudio, guardando queste colline, mi sa che le strade che le solcano, quanto a ignoranza, se la giocano con quelle di casa mia e con i colli bolognesi: profilo dolce, ingannatore, che cela pendenze assai ruvide!"

Però chi ha tracciato il percorso è stato benevolo facendoci affrontare i versanti più morbidi.

Infatti, i tratti di discesa sono tutti piuttosto ripidi, li avessimo affrontati in senso contrario avremmo sicuramente patito molto di più.

Forse, in questa stagione, i colli del Monferrato non rendono al meglio, le vigne sono ancora spoglie. Però lasciano intuire la ricchezza e la bellezza dei filari quando spunteranno le foglie della vite. E, poi, mi immagino i colori durante l'autunno!

E ancora la compostezza e la sobria bellezza dei borghi posti sulle sommità delle colline, insomma si comprende perché questa zona sia stata dichiarata Patrimonio dell'Umanità. Bisognerà ritornare a visitare il Monferrato con più calma e tranquillità, soprattutto per fare sosta in qualcuno dei tanti ristoranti incontrati lungo le strade...la tentazione di fare una sosta mi ha sfiorato più di una volta...



Di nuovo in pianura

Terminata la galoppata nel Monferrato, inesorabilmente riprende la pianura. L'obiettivo è raggiungere Mortara per il secondo punto di controllo/ristoro.

La mia curiosità, però, è tutta per Vigevano, la cui piazza l'ho ammirata in foto tante volte.

Nella descrizione della rando era indicato che saremmo passati proprio da lì e questa è un'altra ragione per cui sono qui a pedalare.

Di nuovo le risaie, di nuovo la pianura padana che più pianura non si può.

Un'altra caratteristica della giornata, e capita spesso in pianura, è il vento costantemente contrario!! Chi sostiene che in pianura non è faticoso pedalare vi sta raccontando una bugia, rammentatelo bene! La pianura può essere molto più impegnativa che la salita, perché con il suo ventaccio contrario ti respinge. Inoltre, oggi, spira un vento freddo e tagliente.

È da quando siamo partiti che mi lacrimano gli occhi...praticamente una rando che mi ha commosso dall'inizio alla fine, per tutto il giorno ho avuto il volto rigato dalle lacrime.

Quando torni, dopo tempo, a fare una cosa che ti regala gioia, apprezzi anche gli aspetti meno piacevoli, come il vento tagliente e pungente...la bellissima sensazione delle cose fastidiose che non provavo da tanto tempo.

Siamo in vista di Vigevano, entriamo in città e, in breve, siamo in Piazza Ducale: beh la denominazione di salotto d'Italia ci sta tutta!

La Cattedrale, i porticati, la torre...davvero un gioiello. Anche a Vigevano ci ritornerò per visitarla con la dovuta calma ed attenzione.

Lasciamo Vigevano, ormai la randonnée volge al termine, mancano poco meno di 30 chilometri all'arrivo. Guardo l'orario, mancano venti minuti alle h. 17,00. Chissà se riusciremo ad arrivare prima del calare del sole. Nel dubbio ho, comunque, montato le luci. Anche se ci coglie la notte la cosa non mi preoccupa. Qualche km prima di Parabiago cala il sole, gli ultimi 8 km li facciamo all'imbrunire e arriviamo che è quasi buio.

L'arrivo

Arriviamo, andiamo a timbrare e a ringraziare i volontari per averci atteso, presumibilmente siamo tra gli ultimi. La gentilezza dei volontari è unica, ci dicono che sono lì per noi e ci fanno i complimenti. La cucina è ancora aperta, un piatto di polenta e bruscitti ci aspetta!

Ce lo siamo proprio meritato. Praticamente l'ho divorato... non so da quanto era che non facevo 200 km, quindi, avevo tanta fame! Ed è stata una bella soddisfazione anche il non essere arrivata completamente sfinita ma consapevole di avere dato tutto quello che avevo e potevo. Questa rando è stata un ottimo allenamento per fare fondo nelle gambe e nella testa. Già perché la pianura allena soprattutto la testa: sei obbligata a stare lì e a pedalare, pedalare e ancora pedalare. È un allenamento mentale importantissimo.

Mi hanno sempre detto: "fai della pianura che ti aiuta, non solo per le gambe ma soprattutto per la testa". Ed è così, ti aiuta a resistere.

Quando le gambe ti abbandonano l'importante è avere la testa, perché con quella puoi fare tanti e tanti km in più rispetto a quelli che vorrebbero fare le tue gambe. Se tiene botta la testa vanno anche le gambe!

Sono le 18,30 ed è tempo di rientrare a casa.

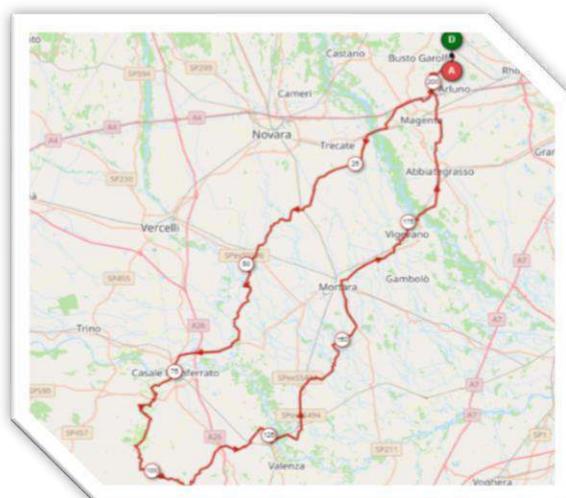
Ci salutiamo contenti per avere di nuovo pedalato insieme, soddisfatti per questi 200 km e



con il pensiero già proiettato alle prossime randonnée Mi metto al volante e la mia preoccupazione è di nuovo la tangenziale ovest!! Immagino code chilometriche, traffico bloccato...niente di tutto ciò. Il traffico è scorrevole e in breve sono alla barriera di Melegnano. Ma qui c'è l'inghippo. Mi metto in coda per ritirare il biglietto e mi avvedo che, dalle auto che mi precedono, sono costretti ad arrampicarsi sulla colonnina per afferrare il tagliando di ingresso. In pratica funziona solo ad altezza camion! E vabbè mi tocca anche l'esperienza di scalare una colonnina al casello dell'autostrada...

A casa

Alle h. 21.30 sono a casa, scarico le foto, riguardo le immagini della giornata e mi scopro a sorridere. Una domenica da randagia, come non ne vivo da tempo, una giornata senza pensare a nulla. Uno speciale ringraziamento va ai miei Amici e preziosi compagni di viaggio Paolo, Marina, Giovanni e Claudio. Grazie a tutti i volontari per l'accoglienza e per l'organizzazione dell'evento.



LA RANDO ATELLA

DI

PAMELA CEPPARULO

Questa Cronaca di Ari ci arriva da Pamela Cepparulo, randagia campana doc.

Pamela, nome conosciutissimo nel mondo randagio, ha al suo attivo tantissime randonnée, in Italia e in Europa.

Diverse le over 1000 km cui ha preso parte, tra tutte ricordiamo la PBP edizione 2019, la Two Volcano Sprint e la 999 Miglia. Anche il 2022 sarà sicuramente ricco di chilometri a pedali per Pamela. Un assaggio della sua passione per le lunghe distanze in questo racconto della sua randonnée di Atella.

A cura di
Cinzia Vecchi

Sto facendo un tuffo indietro nel tempo, sono passati poco più di venti giorni, ma se sembra ieri. Tempo splendido, aria mite, nonostante sia ancora pieno inverno, la primavera è nell'aria. Quando esco di casa per raggiungere Succivo il cielo è scuro e la luna brilla ancora forte.

Piano piano con lo scorrere dei minuti tutto intorno diventa più chiaro.

È una mattina molto fredda, le campagne sono gelate, ricoperte da una patina biancastra e intorno c'è nebbia. Prima ancora di arrivare al casale da cui partirà la randonnée e di parcheggiare la macchina, il sole di un arancio intenso fa la sua comparsa, riscaldando con i suoi raggi la terra scura che diventa ad un tratto fumosa.

Scaricata la bici, salutati gli amici randonneurs, è tempo di raggiungere il casale Teverolaccio, un'antica struttura di periodo aragonese.

Da qui prende il via il nostro giro, un percorso che si snoderà in due aree di particolare interesse paesaggistico e naturalistico nonché storico.

La nostra prima destinazione è Lago Patria.

Lo specchio d'acqua è ancora avvolto dalla nebbia mattutina. Il sole a stento riesce a riflettersi, le strutture in legno all'interno del lago sembrano scheletri senza vita, se non fosse che impercettibile si nota la presenza scura di qualche



cormorano. Anche noi proseguiamo silenziosamente fino al primo punto di controllo lungo il lago, quasi nascosto tra gli alberi. Da qui in poi il paesaggio cambia radicalmente, entriamo attraverso stradine tortuose, in un'area più urbana.



Tutto sembra perfettamente in armonia, le case non sono troppo alte, la terra è florida, non è ancora marzo e le piante di piselli sono già alte. Le campagne sono inondate dal calore del sole, ma il calore qui viene anche dalla terra, dalla vicina solfataria di Pozzuoli.

Si sale e poi si scende, ai piccoli promontori si alternano le spiagge come quella di Torregaveta e il suo meraviglioso affaccio su Procida e Ischia. Impossibile non fermarsi, i colori e gli scorci sono talmente unici e vivi che ogni posto andrebbe fotografato.

Le randonnée sono anche questo: potersi fermare, ammirare, riempire occhi, polmoni, cuore di immagini belle, che rigenerano anima e corpo. Ma c'è un tempo da rispettare, e anche se lentamente, avanziamo, muovendo le nostre gambine, qualche volta con più forza, altre volte godendo della pendenza, fino ad arrivare a quel belvedere definito "Stupor Mundi", dove il respiro fino a poco prima affannoso si ferma davanti a tanta bellezza.



È mezzogiorno, la nebbia del mattino è solo un ricordo e dal monte di Procida la vista è nitida, limpida come il cielo che incornicia il tutto. All'orizzonte si staglia capo Miseno. Il promontorio è discretamente lontano, oltre alla sua particolare forma che si staglia nel mare blu riesco a distinguere solo la sagoma del suo faro. Tutto il resto è un alternarsi di macchie verdi rigogliose punteggiate dal bianco delle case. Nel mezzo quasi come se fosse una laguna, la rientranza del piccolo golfo, e più vicino ancora Bacoli sul lago Miseno. Proseguiamo, e dopo aver raggiunto il piccolo borgo che prima vedevamo dall'alto, con il suo porticciolo e il suo lungo lago è tempo per noi di invertire la rotta.

Attraverso strade più interne lasciamo alle nostre spalle questo posto di rara bellezza, dirigendoci verso il litorale Domiziano. Qui è tutto completamente pianeggiante, attorniato da una campagna decisamente più monotona.

L'orario è quello di punta della domenica le strade sono lunghe, larghe e piene di macchine.

Per riconquistare il silenzio e la tranquillità dei borghi appena lasciati dovremo percorrere una distanza di circa quaranta chilometri.

Non amo pedalare in pianura, soprattutto quando non c'è nulla di bello che mi distraiga.

Ma non c'è altro modo se non stringere i denti, spezzando la pedalata con un bel ristoro, per gustare una buona mozzarella, e proseguire fino a Mondragone, da dove tutto sarà decisamente più piacevole.

Le vie si restringono di nuovo e ciuffi di verde costeggiano i loro bordi, mentre tutt'intorno le campagne si tingono di giallo.

Una lunga e dolce salita fino a Cascano, paese dove tante randonné hanno intersecato i loro percorsi. Lungo ogni strada di questo piccolo borgo, come sulle pareti delle case del centro e della piazza, compaiono ceramiche variopinte, disegni e scritte.

Una sosta è d'obbligo per fotografare una maiolica, un simbolo o una scritta che nella sua semplicità colpisce chi guarda. La sosta ci aiuta anche a spezzare la salita che diventerà più pendente ma mai cattiva, fino ad un altro borgo, Valogno unico nel suo genere, direi quasi fuori dal mondo. L'attenzione qui è catturata dai murales e da una casa le cui pareti sono cosparse di ciottoli e di conchiglie.



Continuiamo il nostro percorso, è ormai pomeriggio inoltrato, il calore del sole è diminuito, e i raggi filtrano a stento tra i castagni. La strada resta in salita, gli ultimi tornanti e arriviamo a quota seicento. Da qui indossata la mantellina, alzato per bene lo scaldacollo, si comincia a scendere prima verso la vicina Roccamonfina e poi verso Teano, dove gli organizzatori ci attendono con un rapido ristoro presso il convento di Sant' Antonio.

Gran parte del percorso è alle nostre spalle, manca l'ultimo tratto che ci porterà verso il belvedere di San Leucio, che per noi tutti sarà l'ultimo punto di controllo e anche luogo indelebile per una bella foto di gruppo. Siamo allegri, sicuramente un po' affaticati, ma tra di noi ci sono solo scambi di sorrisi, ormai il traguardo è quasi raggiunto.

Ed ogni volta è una festa, felici per aver passato un'altra splendida giornata, all'insegna delle cose belle, dello sport, e dell'armonia.

Grazie di cuore a tutti soprattutto agli amici della ASD Hardbike.



SI ENTRA NEL VIVO DEL CALENDARIO

A cura di
Franco Mazzucchelli e
Rosanna Idini

Offerte sempre più stimolanti per vincere anche i più forti indecisi: da aprile si allungano tanto le giornate quanto le distanze

Come succede ogni mattino, in cui il buio della notte lascia piano piano spazio alla luce, così, in misura più estesa, la stagione silenziosa e quieta dell'inverno lascia posto ai primi accenni di primavera. Una luce che ridesta corpo e spirito, i suoni ed i colori che progressivamente riempiono l'ambiente che ci circonda e "risvegliano" il nostro innato senso di libertà; e per noi il concetto di libertà è principalmente legato alla bicicletta, alla possibilità di gestire i propri ritmi, il proprio impegno quotidiano.

Per noi il cicloturismo e le randonnée sono espressione di libertà: non esistono graduatorie e classifiche, non c'è confronto e differenza fra il piacere e la soddisfazione di chi scala energicamente cime alpine o chi si concede una tranquilla pedalata in pianura.

Per andare in bicicletta non è necessario essere giovani ed aitanti, basta un po' di esperienza e pratica, che alcuni chiamano allenamento, per rendere più piacevoli queste ore di libertà. Basta un pizzico di curiosità per vincere il dubbio.

Allora armiamoci con un po' di coraggio e curiosità e spalanchiamo le porte per uscire dal nido, giriamo la pagina del nostro calendario "tecnologico" che elenca week end dopo week end gli appuntamenti e che ci stuzzica con sempre maggiore offerta.

Intanto, mentre attendavamo cieli migliori e temperature più godibili non siamo stati qui a consumare il divano!



Numerosi appuntamenti sono già passati sotto le ruote e diverse località sono state prese d'assalto dai ciclisti, copiose sono state le partecipazioni ad eventi da nord a sud. Del resto, abbiamo la grande fortuna di vivere in un paese bello da "cima" a "fondo".

Con un po' di attenzione e buon senso per la pandemia che ancora attanaglia le nostre vite, seppur in modo meno grave, abbiamo messo in pratica i giusti comportamenti e questo ci ha permesso di superare anche momenti che sembravano insormontabili. **Grazie alla bicicletta abbiamo avuto modo di mantenere la nostra libertà.**

Tra febbraio e marzo gli appuntamenti sono stati tanti, seppur caratterizzati da giornate ancora brevi, con qualche rientro illuminato dai faretto e dall'aria pungente, abbiamo liberato diversi weekend dalla noia e dalla pigrizia.

Nella nostra Lombardia merita un accenno quella che, tanti ciclisti Lombardi e non solo, conoscono come la "Sanremo delle randonné": il giro del **Parco del Ticino**, organizzato dalla società SAV 95 Anni Verdi a Nerviano, un anello che si snoda fra silenziose stradine di campagna e che ricorda molto i classici ambienti del nord più che la corsa dei fiori, ma la denominazione che i più le hanno conferito deriva dal fatto che per anni è stata il brevetto che apriva la stagione delle randonné. Quando giungeva la 200 di Nerviano significava che era tempo di mettere in naftalina le divise lunghe e sfoderare braghe e magliette più leggere. Oggi tutto si è trasformato, quasi non vi è più soluzione di continuità nel calendario degli appuntamenti e, forse, si stava meglio quando si stava peggio. È la naturale evoluzione delle cose, se sia giusta o sbagliata lo dice il pubblico, la clientela ha sempre ragione e il mercato segue le sue regole. Una cosa è certa: ciascuno è "libero" di scegliere dove come e con chi pedalare; ecco che ancora una volta si coniuga il concetto di libertà con la bicicletta.



Mentre vi scriviamo, la mappa della prossima nostra randonné è già davanti a noi, per immaginare già da ora le strade, le salite e i punti più panoramici che andremo a vedere e fotografare per avere sempre un ricordo da rivivere quando saremo più "grandi"; la **Tre valli** è una randonné Lombarda che ruba il nome ad una grande classica del ciclismo in terra varesina, patria di grandi campioni, e proprio in quelle terre e in quelle valli, la U.S. Nervianese 1919 da alcuni anni offre la possibilità di prendersi un bel brevetto



che sa di storia, di passione, di affetto verso chi in passato ha scritto pagine memorabili di grande ciclismo epico. Tra i tanti ci piace ricordare Alfredo Binda di Cittiglio, del quale siamo grandi estimatori e, proprio nel week end della randonné, caso vuole che in quelle strade che in parte percorreremo, si svolga il Trofeo Binda di Cittiglio, corsa per Donne Élite divenuta oramai una storica del ciclismo femminile.

Il nostro percorso sarà certamente più lungo ma sicuramente più turistico com'è giusto che siano i brevetti randonné; per altro questa edizione che si svolge con un certo anticipo di stagione rispetto agli anni passati, presenta un percorso un po' rivisitato rispetto a quello classico così da permettere a tutti di affrontare minori difficoltà altimetriche, ma comunque da non sottovalutare, perché le insidie sono sempre dietro l'angolo!

Sarà poi un'altra bella randonné Lombarda a chiudere il mese l'ultima domenica di marzo, quando la sveglia ricomincia a suonare in anticipo tornando finalmente l'ora legale; andremo così a trovare gli amici della SC Genova1913 che riproporranno la loro **GranMilàn** con i saliscendi dell'Oltrepo Pavese, brevetto che lo scorso anno vide una folta partecipazione essendo stata la prima manifestazione randonné in Lombardia dopo un anno di stop pandemico.

Non vorremmo però essere di parte dato che viviamo al nord e allora diamo un accenno a quanto s'è svolto in terra Toscana ove ha preso il via la Challenge locale. Tra le prime proposte si è svolto un brevetto con un'altimetria piuttosto importante: Il Gran Tour della Val di Merse, superando i 3.500 metri di dislivello positivo, è stata la prima randonné a "vestirsi" da Extreme, con partenza da Radicondoli, in piena terra senese.

Mentre al sud sono proseguite le prove del Rando Tour Campania con la **Randonnée di Napoli** e la sua scalata al Vesuvio e la **Rando Arcobaleno** di Pomigliano d'Arco, in Puglia la **Randonnée del Gargano**, rinviata di qualche settimana per via del maltempo, ha avuto il primato di essere il primo 300 di stagione, elemento che, a giudicare dalle iscrizioni, ha fatto venire l'acquolina in bocca a molti randagi.

Tanti appuntamenti, spesso concomitanti. Ne sanno qualcosa i referenti ARI delle varie aree territoriali che, ogni anno, faticano a mettere d'accordo le società organizzatrici per evitare sovrapposizioni, cercando poi di rendere equilibrata l'offerta nell'intero paese.

Del resto, l'Italia è talmente bella che, come uno sceglie, sceglie bene. Allora, Nord, Centro, Sud, ci aspettano in sella!

È arrivato aprile: si dice "aprile dolce dormire", ma per molti, al contrario, inizia il periodo in cui si dormirà ben poco se si vuole allungare il passo e approcciarsi con gradualità agli eventi clou dell'anno, almeno per coloro a cui piace tener da conto il divano del salotto.

Addio lettuccio caldo, bisognerà scaldarsi muovendo le gambine spingendo sui pedali! Proprio il mese di aprile, infatti, apre le danze con un bel 300 km a Livorno organizzato dal Team Labronica bike che, con, partenza in tardo pomeriggio del sabato permetterà proprio di godersi una lunga pedalata con le luci della notte, salutare l'alba, e far poi rientro entro le prime ore del pomeriggio; insomma, una buona occasione per far esperienza per chi non avesse mai provato una notturna in bici.



Senza pensarci troppo, poi, il weekend successivo, se 300 km non sono bastati, le nostre gambe possono cogliere l'occasione di girare ancora di più macinando ancora più chilometri e sognare ad occhi aperti e vigili: sarà possibile alzare l'asticella e tentare una distanza che comincia ad avere cifre importanti. **La 400 dei Marchesi** con partenza da Saluzzo, in provincia di Cuneo, ci farà spaziare nelle valli cuneesi per un po' di tempo, ovvero entro il termine delle 27 ore previste dal regolamento. Diciamo che è un giusto tempo per poter godere di un discreto viaggio: né forte né piano, ma che porta lontano e permette di fare un'esperienza utile e necessaria per osare ancora di più.



Tempo al tempo, mai troppa fretta, esperienza e costanza renderanno la preparazione perfetta! Chi ancora non vorrà osare avrà modo di scegliere tra le tante manifestazioni in più regioni, alcune con fattore di difficoltà superiore classificate nella lista dei brevetti estremi.

Tra queste la **9 colli Calabria** ad Amantea che in 185 km vanta i suoi 3962 metri di dislivello distribuiti in 9 salite; mentre nella verde Lombardia la Cicli Dergano di Milano, in memoria del grande ciclista Gerry Lanzi, grande randagio ma soprattutto grande uomo, organizzerà la **Randoderghen**, alla scoperta delle terre Brianzole con le sue pungenti salite e i suoi pittoreschi borghi collinari.

I ciclisti raggiungeranno la punta del ramo di Lecco e saliranno al borgo di Rossino sede dell'omonimo castello dimora dell'Innominato di manzoniana memoria; da qui la strada sale a Torre de Busi che per i "locali" provoca immediatamente un brivido lungo la schiena essendo punto di partenza per una delle più velenose ascese nel panorama italiano: la Valcava. Gli organizzatori saranno clementi in questo caso e vi risparmieranno tale supplizio, il percorso infatti proseguirà per le strade sottostanti fino a raggiungere Spirano, terra natale dell'amato Gerry per poi fare rientro a Milano in quella che sarà una giornata di sano sport.

Sempre in Lombardia, che vanta la challenge locale con il numero più elevato di appuntamenti, vi sarà la Amsporando con partenza da Rho. Alle porte del capoluogo Milanese, il menù in quel caso offrirà un bel percorso tra le colline novaresi e il lago d'Orta, con la salita a Coiromonte in una

piccolissima vallata che se qualcuno vi dovesse portare ad occhi bendati e poi liberarvi la vista credereste di essere in un alpeggio a quota alpina; invece avrete lasciato alle spalle poco più di venti minuti di pedale dalla superficie del lago.

9 colli Calabria
VII EDIZIONE

Storico Brevetto Randonée Omologato CCP/BRM organizzato in Calabria, già denominato RandoCalabriaExtreme. Brevetto valevole per il rando TourMagna Grecia nonché per il grand Tour Calabria.

Partenza alla francese dalle ore 6:00 alle ore 7:00

Possibilità per tutti gli atleti di consumare il pasto a metà percorso presso il ristorante Bouganville, tra l'altro traguardo del percorso corto di 140 km, a spese dell'organizzazione.

AMANTEA

Km 130 - Dislivello mt 2000
Km 200 - Dislivello mt 3900

03 APRILE 2022

www.audaxitalia.it

Pasqua ci richiama all'ordine, ma subito dopo ci pensano due belle randonnée a farci smaltire le calorie accumulate. Due bei brevetti da 200 km che si svolgeranno un giorno dietro l'altro: il **Passolentour** a Rovellasca in provincia di Como e la **Rando Selvaggia** nel velodromo di Busto Garolfo, alto milanese. Non è da tutti i giorni poter avere come logistica un vero velodromo, dove qualcuno potrà anche cimentarsi in qualche giro. Entrambe hanno già diverse edizioni sulle spalle, tutte con grande successo di partecipazione, a parte qualche edizione in cui il meteo ha voluto scombinare un po' le carte.



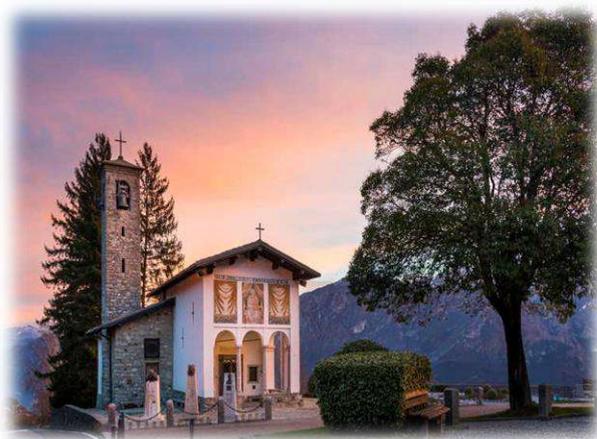
Con il Passolentour ci potremo deliziare nell'ascesa alla Madonna del Ghisallo, al San Fermo e le prime rampe della Val d'Intelvi con Schignano e San Fedele, proseguendo quindi nella discesa panoramica fino al lago di Lugano con rientro in territorio italiano al valico del Bizzarone; un giro che riempirà i nostri occhi di tanta bellezza!!

La Randoselvaggia, di contro, farà assaporare altre belle salite, tra cui Coiromonte, dove la sosta ad una bella fonte all'ingresso del borgo è obbligatoria, lo riporta anche il verso impresso sulla testata della fontana che assicura il ritorno al luogo di colui che ne attingerà il prezioso liquido per concedersi un attimo di sollievo dopo la lunga salita.



A maggio il periodo di rodaggio a conti fatti sarà già passato e ci consentirà di misurarci in chilometraggi che, a nostro parere, regalano più soddisfazione. Ne troviamo diversi degni di nota: la **Randonnée Napoli-Roma-Napoli reverse**, 400 km per raggiungere da Calvi Resorta, la Caput Mundi e far rientro; in terra Siciliana una splendida galoppata nell'area sud-est a **Villasmundo**, mentre a Nord una classica del primo maggio, a Legnano con la **Coppa Bernocchi**, sperando che anche questa volta non venga funestata dal maltempo com'è accaduto in diverse edizioni.

Maggio è anche il mese in cui in calendario inizia "la sagra" dei brevetti da 300/400/600 e, per citarne alcuni, possiamo senza dubbio riportare la 400 km **Carlo Galetti** dei Ciclisti Corsichesi: una lunga traversata dal milanese al mare Ligure con un tratto di costa e rientro in interno da Genova a salire per il passo dei Giovi.



Ci sarà un bel 300 a Fano con la **Rando della Fortuna** ideata e organizzata dal nostro mitico Capitano Leone, percorso che spazierà nelle colline marchigiane con il Cippo di Carpegna, cima Coppi del gran tour e avrà un dislivello decisamente significativo, oltre 5000metri.



Sempre nello stesso weekend, sarà difficile scegliere, perché in contemporanea ci sarà la **Rando Imperator** o Monaco-Ferrara, una 600 km storica e ricca di partecipanti, ma anche (quasi sempre) funestata da tanta pioggia e freddo. Si sale al Passo Resia a 1500 metri di altitudine e, ai confini con l'Austria tra le Alpi Retiche, il caldo si farà desiderare!

RANDO
IMPERATOR

Per un clima più caldo meglio dirigere le ruote in Sicilia alla **Randonnée dei Saraceni di Patti**, 300 km del messinese.

Rimanendo nel centro Italia torna con la sua terza edizione **la Mille di Oriani** che, a dispetto del nome si snoda su un percorso di 600 Km ricco di fascino e storia: un viaggio spettacolare, organizzato egregiamente dalla San Zaccaria Bike in quel di Casola Valsenio (RA), punto di partenza e di arrivo per una lunga galoppata sull'appennino toscano-emiliano.

Essa approda, dapprima, in terra aretina per poi raggiungere Castelnuovo Berardenga, proponendo un assaggio di strade bianche, passaggi noti dell'Eroica e poi dirigendosi verso Pisa, Pistoia con rientro nel bolognese dal passo della Collina. Una veloce visita a Bologna, quindi si raggiunge Imola e Riolo Terme per tornare a Casola dove ci aspetta un'accoglienza non solo ristoratrice, ma piena di affetto, allegria e disponibilità. Solo per questo vale la pena esserci!



Non da meno sono gli amici del Pedale Opitergino che con la loro **Opitergium Rando** da 300 e 200km regaleranno agli appassionati randonneurs percorsi mozzafiato tra le splendide Dolomiti che fanno da contorno ad un itinerario emozionante.

Un salto al sud per accennare ad una pietra miliare del nostro calendario: **la 1000 km Sicilia-no-stop** che prenderà il via da Terrasini nella provincia di Palermo. Un viaggio lungo il periplo dell'isola che, con il suo fascino, regalerà tante belle emozioni a chi vi parteciperà! Ma sarà bene raccontarla quando torneremo...



Nemmeno il tempo di svuotare le valigie ed ecco che per tutti, doveroso esserci, vi sarà l'appuntamento di fine maggio con il **RADUNO DELLA NAZIONALE!!!**

Quale migliore occasione per potersi rivedere, raccontare, e, forse, anche riabbracciare, dopo questi due anni di "allontanamento" forzato!

Noi ci crediamo, sperando che tutto il periodo che stiamo vivendo si colori di normalità, tanto desiderata e sperata.

Per tutti è d'obbligo sfoggiare la maglia nazionale a comporre una stupenda macchia di colore nella cornice meravigliosa del Matese.

Buone pedalate a tutti!!



Pedalar
è dolce in
questo mar...

UN TOUR PIENO DI SORPRESE

**Il Rando Tour Magna Grecia è ormai iniziato,
vediamo i prossimi attesissimi appuntamenti
del circuito**

A cura di
Concetta Mauriello

Ogni evento apre ad un nuovo paesaggio, alla scoperta di colline, monti e coste delle regioni del Sud.

Il calendario prevede tappe impegnative in periodi primaverili, estivi ed anche autunnali in cui ci sarà il sole, la luce e il calore ad accompagnare i viaggiatori. Ogni mese, da maggio ad ottobre, ci sarà una serie di appuntamenti importanti, tra i quali sarà difficile districarsi. La scelta dipenderà dalla voglia di pedalare e dalla condizione fisica. Si avranno a disposizione percorsi con altimetrie variabili che metteranno alla prova gli audaci e il loro desiderio di viaggiare.

**La scelta è vasta e
variegata, sarà difficile
scegliere. Dipenderà
dalla voglia e dalla
condizione fisica del
randonneur**

Il 22 maggio ci sarà la **Randonnée della Costa Viola** che ci farà innamorare dei magnifici litorali reggini, ma anche del verde fascino appenninico. Bagnara, culla ultracentenaria del pesce spada e nota per i natali dell'immortale Mia Martini, sarà partenza e arrivo; si passerà per la mitologica Scilla ed il "chilometro più bello d'Italia" (Reggio Calabria). Si potrà costeggiare il mare della Magna Grecia, giungere a Gerace con le sue chiese antiche ed il suo panorama d'altura, andare per l'Aspromonte accarezzando i boschi secolari dello "Zomaro".



A giugno gli appuntamenti saranno quattro: la Seicento dei Normanni, la Randonnée Hdemica, la Via Dei Templari e la Rando Sannita.

La **600 Normanni**, prevista per il 4 giugno, non presenta un dislivello eccessivo (appena 4300 mt su 600 km), dunque accessibile a chi vuole cimentarsi sulle lunghe distanze.

È strutturata su due anelli: il primo da 400 km circa, il secondo dai restanti 200 km.

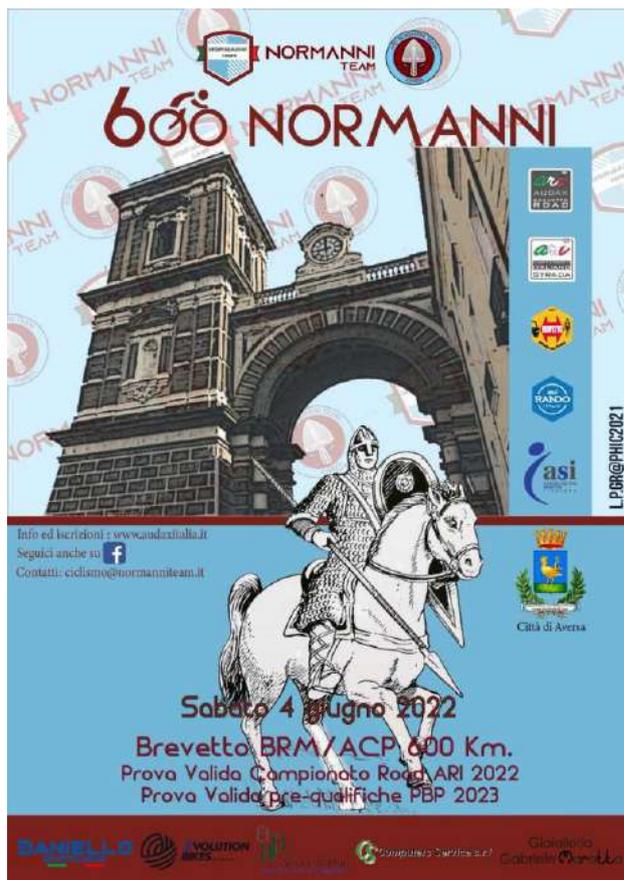
Attraverserà due regioni (Campania e Lazio) quattro province (Caserta, Latina, Frosinone e Benevento) e due parchi regionali (Parco dei Monti Aurunci e Parco del Matese). Diversi sono i luoghi di interesse storico e paesaggistico che attraverserà il lungo percorso: il litorale Domizio, la Riviera di Ulisse nella tratta Garigliano – Gaeta – Sperlonga, la panoramica Itri-Sperlonga, il borgo medioevale di Campodimele nel cuore del Parco dei Monti Aurunci, l'abbazia di Casamari costruita nel 1203 (uno dei più importanti monasteri italiani di architettura gotica cistercense) e ancora San Pietro, borgo medioevale gravemente distrutto durante il secondo conflitto mondiale.

Si proseguirà poi per Guardia Sanframondi, la patria della falanghina dell'alto Sannio, fino a raggiungere Pietrelcina luogo Sacro di San Pio, Sant'Agata de Goti, borgo che sorge a picco su uno sperone di tufo nel cuore della Valle Caudina inserito nel circuito dei Borghi più Belli D'Italia ed infine San Leucio riconosciuto dall'Unesco Patrimonio dell'umanità.

Il 12 giugno ci sarà un dilemma: Randonnée Hdemica oppure la Via dei Templari? Vado in Calabria, oppure in Basilicata?



Abbazia di Casamari



Le caratteristiche dei due percorsi potranno aiutarci nella scelta.

La **Rando Hdemica** è un “mare e monti” spettacolare e meraviglioso; si parte da Rende (CS) per poi passare sulla Costa Tirrenica di Amantea (CS) e ritornare nell'entroterra cosentino verso le alte vette della Sila.

Si passa dai seicento metri sul livello del mare allo zero di Amantea, per poi inerpinarsi sulla cima più alta della provincia di Cosenza: Monte Botte Donato (circa 2000 metri sul livello del mare).



Amantea

La **Via dei Templari**, invece, è l'unica randonnée Lucana presente nel Rando Tour Magna Grecia. Dal maestoso castello di Federico II, si partirà per un viaggio lungo le strade e i luoghi più suggestivi del Vulture, immersi in strade poco trafficate. Si attraverserà Venosa, la città del grande Orazio Flacco, il bosco di Forenza luogo di cavalieri e briganti, per raggiungere la vetta del Santuario della Madonna del Carmine, il Castello di Lagopesole (altra dimora di Federico II) e il suggestivo borgo di Sant'Ilario. Toccando poi le Cascate di San Fele si scenderà verso i magici Laghi di Monticchio per fare ritorno a Melfi, la città delle Costituzioni Melfitane.



Castello di Montesarchio

Luglio ha in calendario tre eventi: la Rando dei Titani, la Rando Ci-lento e la Rando della Sila.

Il 2 luglio la **Rando dei Titani** coprirà due regioni: Sicilia e Calabria. Ci sarà una doppia partenza da Pizzo (VV) e da Nicolosi (CT). In Calabria, si toccherà Gioia Tauro, si affronterà la traversata del Parco Nazionale dell'Aspromonte, scalandolo fino alla stazione sciistica di Gambarie. Si percorrerà il litorale tirrenico calabrese, con la sua Costa Viola e la Costa degli Dei (Scilla, Bagnara, Palmi, Tropea, ecc.), per poi fare l'ingresso a Pizzo. In Sicilia si scivolerà lungo la costa ionica, da Messina a Taormina, poi Castelmola e si effettuerà la scalata dell'Etna. Ci sarà il passaggio sui Peloritani e poi verso l'estrema punta di nord-est della Sicilia per far rientro a Messina, per la traversata dello Stretto.



Una settimana dopo non ci sarà alcun dilemma, bisognerà partecipare il 19 giugno alla **Rando Sannita!**

L'evento porterà i ciclisti per il Sannio Beneventano permettendo loro di scoprire un territorio votato alla viticoltura e alla cooperazione, dove viene prodotta quasi la metà del vino campano. Si attraverseranno poi i comuni di San Felice a Cancelli, Arpaia, fino a giungere a Montesarchio, dove si salirà al Castello.

Si proseguirà, quindi, per Bucciano, Airola, Nansignano, Frasso Telesino. Per il percorso lungo ci si terrà a destra e si attraverseranno i paesi di Solopaca, Ponte, Casalduni, Campolattaro, Pontelandolfo, S. Lupo, Guardia Sanframondi, Cerreto Sannita, San Lorenzello, Faicchio, San Salvatore Telesino, Amorosi, Valle di Maddaloni per fare quindi ritorno ad Acerra.





Il 31 luglio, infine, la **Rando Sila Extreme**, la Randonnée del Parco della Sila si svolge interamente nel Parco Nazionale della Sila con i tre settori da attraversare: Sila Piccola, Grande e Greca; si percorre la Strada delle Vette, con le cime più alte dell'altopiano, fino alla maggiore: Monte Botte Donato a quota 1.900 m slm.

Si costeggiano tre laghi: Ampollino, Cecita e Arvo. I pini, i faggi, le querce e gli alberi secolari costituiscono lo scenario in cui sarete immersi.

In settembre, sul finire dell'estate, si pedalerà nella divina costiera e lungo le tracce dei Borboni per arrivare nella Valle dell'Itria verso l'autunno.

Il 4 settembre sarà la volta della **Rando delle Sirene e dei Monti Lattari**, una rando estrema valida per il campionato italiano, 190 chilometri con un dislivello di 4000 metri.

Il percorso sarà di una incomparabile bellezza: Ravello, Amalfi, Agerola Castellammare, Monte Faito, Sorrento, Massalubrense, Sant'Agata, Maiori. Sarà possibile ammirare i meravigliosi scenari di tutta la costiera Amalfitana.



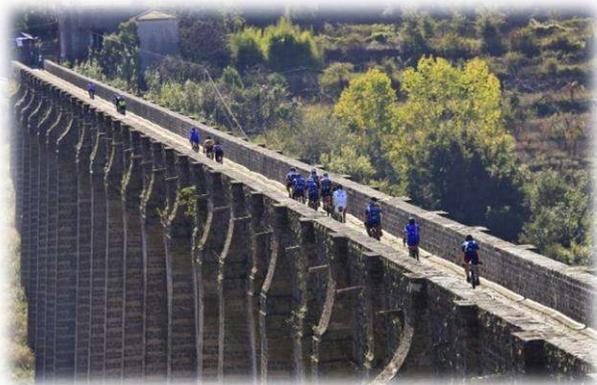
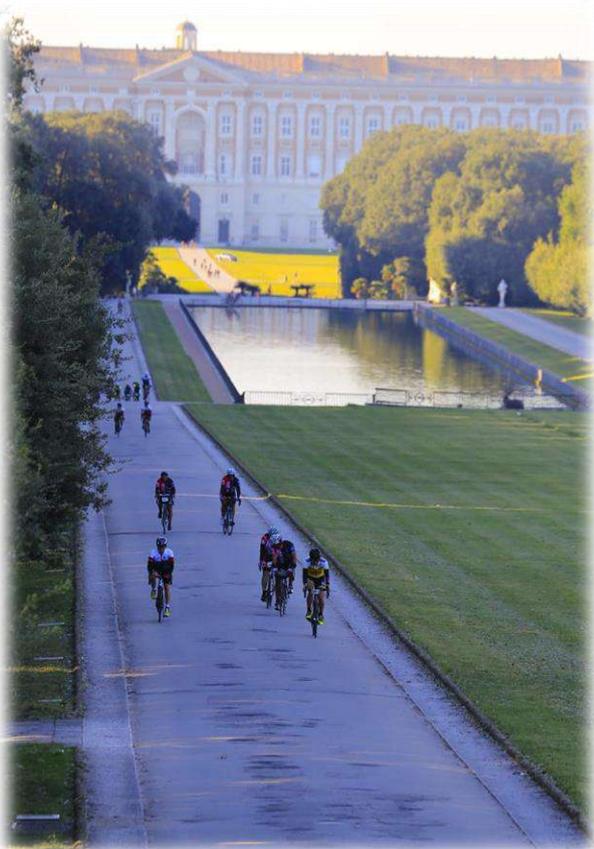
Il 10 luglio la **Rando Ci-Lento** si sviluppa nello splendido scenario del Parco Nazionale del Cilento, del Vallo di Diano e degli Alburni in Campania. Con i suoi litorali e ambienti marini protetti, le sue strade silenziose e poco trafficate, i suoi borghi interni incastonati tra sorgenti e scenari collinari e montani disegnati da fenomeni carsici, la sua aria, il suo cibo, i suoi ritmi di vita le aree del Parco Nazionale si offrono come spazi ideali per una randonnée, e più in generale per la promozione e lo sviluppo del ciclismo lento a scopo turistico.

L'evento prevede la scelta tra due percorsi: un percorso lungo di 185 km (altimetria 2805 m) e un percorso corto di 123 km (1524 m) con partenza e arrivo a Paestum.



Il 18 Settembre, la **Randonnée Reale – LA BORBONICA** è un percorso che permetterà di pedalare in modo esclusivo nel Parco Reale della Reggia di Caserta, sull'Acquedotto Carolino, legando in un itinerario unico, i grandi attrattori con i borghi "oltre la Reggia": Castel di Sasso con il millenario pecorino Romano, Valle di Maddaloni territorio della mela annurca campana, Sant'Agata de' Goti, Caiazzo, con le sue colline caiatine di vigneti e gli allevamenti di bufala, i borghi dei Monti Trebulani.

Le eccellenze agroalimentari, storiche, culturali, accompagnate dall'ospitalità degli abitanti dei luoghi attraversati saranno la cornice indelebile di un viaggio in bici da raccontare e rivivere per



Il 25 settembre ci sarà la **Rando della Valle dell'Itria**, con partenza da Ostuni, comune meraviglioso in provincia di Brindisi. Circa 2500 m di dislivello per il percorso da 200 km, circa 1500 m per chi si cimenterà con la ciclopedalata.

Sarà il preludio al gran finale del 2 ottobre con la **Randonnée "Terra Degli Ulivi"** che chiuderà la stagione della challenge.

Da Bitonto "Città dell'Ulivo" si giungerà al mare fino ad addentrarsi nei territori dell'Alta Murgia.

Si potrà ammirare la Cattedrale di Trani, il maestoso Castel del Monte e si pedalerà lungo strade delimitate da muretti a secco e distese di ulivi.

Insomma, il Rando Tour Magna Grecia è un circuito che riempie il cuore di paesaggi, emozioni e conoscenze, sì che anche il Sommo Poeta ci avrebbe concesso licenza di dire temporaneamente che *"il pedalar è dolce in questo mar"*.

Paolo Landri
Sociologo del CNR
Randonneur dei Facc 'e Bike



PACE



FOTO
D'AUTORE

Il mosaico d'immagini di ognuno
di noi ci unisce tutti sotto una
sola parola: PACE.

IN BICICLETTA SIAMO TUTTI
FRATELLI



Tutte le storie hanno un incipit, un fatto, una stranezza, un qualcosa che attira la nostra attenzione, la catalizza e ci fa continuare nella lettura.

Non trovate una certa somiglianza con quello che ci accomuna, con quello che crediamo essere solo uno sport, un'attività fisica? O, per altri, una prova d'orgoglio o solamente provare a sé stessi che si è vivi. Ogni volta che usciamo in bicicletta, che facciamo una rando o piuttosto un giro con gli amici, stiamo scrivendo una storia, un racconto. Lo facciamo parlando con il compagno di pedalate, con la persona che incontriamo casualmente o che conosciamo lungo una salita. Quelle storie che andrebbero raccontate con le parole scritte o, anche meglio con **le immagini**, per non essere dimenticate, per farle conoscere a tutti.

Come redazione vi chiediamo di raccontarci le vostre storie anche solo con un'immagine. Vi esortiamo a viaggiare con la mente e con la bici, di creare dei viaggi, di esplorare, d'inventare l'avventura dal giro dietro casa al raid oltreoceano. Cercheremo di raccontare la nostra comunità ciclistica attraverso le vostre fotografie.

Potete inviarle a **randagio.storie@gmail.com**



**ALL'INSEGUIMENTO
DEL TRICOLORE
2022**

LA SFIDA PER IL TRICOLORE È INIZIATA!

A cura di
Ivan Folli

Nel primo numero vi avevamo parlato delle novità relative alla nuova stagione che stava per iniziare. Era inverno allora, un freddo sinistro aleggiava ancora nell'aria e di manifestazioni se ne erano disputate sì e no una manciata.

Oggi invece il calendario è diventato fittissimo, con impegni che si contendono il posto e si sovrappongono ogni week end. La scelta, giustissima a mio parere, di far valere tutte le randonnée come prove del Campionato, rende la manifestazione ancora più avvincente e non permette di fare troppi calcoli o dormire microsonni tranquilli. "Silenzio e pedalare" come si usa dire, che poi è l'essenza del ciclismo.

Andiamo dunque insieme a sbirciare le graduatorie, consci però che la stagione è solo all'inizio e che "i carichi da novanta" devono ancora essere giocati. Per il momento però, come le formichine operose, diversi randagi si sono portati avanti accantonando 200km su 200km, che alla fine dei giochi avranno sicuramente il loro peso.

Partiamo come sempre per galanteria dai caschetti rosa, dove troviamo **Rosanna Idini** (US Bormiese) e **Claudia Lavazza** (Uà Cycling Team) a quota 1200 punti pari merito, inseguite da **Marilena Faccaroni** e (Cicli Peracchi Sovere) **Monica Percassi** a quota 1000 punti al terzo posto del podio virtuale.

C'è da tenere presente che Rosanna è relegata nell'anno sabbatico imposto dal regolamento, ma

fa comunque da balia alle nuove leve. Corsa a tre dunque tra Mary, Mony e Claudia? No, di nuovo, assolutamente.

Le distanze sono ancora troppo esigue per poter ipotizzare qualcosa. Anche perché all'inseguimento troviamo **Pamela Cepparulo** (Randagi Campani), a soli cento punti dal terzo posto; inoltre il gruppo alle spalle, con 600 e 400 punti è davvero folto e le prove da qui a fine stagione sono ancora tantissime per ribaltare tutto. Non dimentichiamo che anche lo scorso anno inizialmente il Campionato Italiano Femminile sembrava segnato, ma nella seconda parte di stagione è stato sovvertito più volte.

Quello che sicuramente fa piacere è notare una notevole partecipazione in più, rispetto agli anni passati, da parte del gentil sesso.

DONNE

Aggiornata alle omologazioni pubblicate

1	Idini Rosanna	1200 KM
2	Lavazza Claudia	1200 KM
3	Faccaroni Marilena	1000 KM
4	Percassi Monica	1000 KM
5	Cepparulo Pamela	900 KM
6	Mezza Immacolata	700 KM
7	Rulli Cristina	700 KM

Passiamo ora ai rudi randagi maschi dove **Donato Agostini** (Polisportiva Casellina) ha iniziato la stagione come un missile della NASA lanciato nello spazio. Sta girovagando da nord a sud, da est ad ovest, come un vagabondo.

Ad oggi non ha mancato un colpo e se non si darà una calmata, lascerà ben poche briciole agli altri. Non è chiaro se giri all'impazzata per guadagnare punti o se sia alla ricerca del ristoro migliore d'Italia, ma poco importa perché lo stile nomade gli ha permesso, a oggi, di totalizzare già 1600 punti, senza calcolare le omologazioni ancora da conteggiare.

Non sappiamo poi se sia un caso o se sia talmente sicuro di sé, ma lo vediamo alla partenza delle rando già con caschetto tricolore. Sicuramente dovrà passare sul cadavere, in senso figurato eh, del nemico/amico e Campione in carica **Gennaro Laudando** (Normanni Team) che sembra intenzionato a vendere cara la pelle. Il duo dell'SC Genova, **Maurizio Biletta** e **Renato Cataran** cercano a fatica di tenere il ritmo indiatolato del toscanaccio, ma al momento pare indomabile.

UOMINI

Aggiornata alle omologazioni pubblicate

1	Agostini Donato	1600 KM
2	Biletta Maurizio	1600 KM
3	Laudando Gennaro	1500 KM
4	Cataran Renato	1200 KM
5	Folli Ivan	1200 KM
6	Guido Francesco	1200 KM
7	Mazzucchelli Franco	1200 KM
8	Mazzucchelli Graziano Maria	1200 KM

Una sorta di "Tadej Pogacar de noattri". Anche qui il gruppone "dei Mille", che non ha nulla a che vedere con quello di Garibaldi, non deve sentirsi già tagliato fuori perché le migliori occasioni per conquistare punti, devono ancora venire!



Nella classifica a squadre apparentemente sembra non essere cambiato nulla dalla scorsa stagione, dove ai primi tre posti troviamo le medesime compagini del 2021, ma con qualche variazione di posizione.

I **Normanni Team** di Caserta, con una zampata felina sferrata nella Randonnée di casa, hanno momentaneamente conquistato la testa della graduatoria superando i 22.000 Km.

Scrivo momentaneamente perché, come detto precedentemente, mancano alcune omologazioni che potrebbero ribaltare la situazione. Al loro inseguimento c'è la corazzata degli **Iron Bikers** di Napoli che, dopo il bronzo del 2021, sembrano decisi a voler conquistare un metallo più prezioso. I **Randagi Campani** di Napoli, Campioni in carica, un po' più staccati, occupano oggi il terzo gradino del podio, ma non vanno tagliati fuori.

È dunque “un affare Campano” il Campionato a squadre?

Sembra proprio di sì e non si può che fare un plauso a tutte e tre le ASD.

Chi sta provando a mettere il bastone tra le ruote ai primi tre è la **Nervianese** di Milano, Società Campione 2019, che in punta di piedi sta provando ad inserirsi nella lotta al titolo.

Ciò che sicuramente pare lampante sin da ora è che serviranno molti più punti degli anni passati per alzare al cielo il trofeo!

Un contributo notevole lo stanno dando anche i Challenge locali, che ci tengo ad elencare: Nord Ovest Challenge, RandoTour Campania, Rando Tour Magna Grecia, Randagi Lombardi Challenge, Gran Brevetto dei Normanni, Challenge Tosco – Umbra e GiroRando nel Nordest.

Non escludo, nella seconda parte di stagione, di dedicare su queste pagine un piccolo spazio ai vari Challenge di zona.

Ora però continuiamo a pedalare!

SOCIETÀ

Aggiornata alle omologazioni pubblicate

1	Normanni Team	22100 KM
2	Iron Bikers	20700 KM
3	Randagi Campani	12800 KM
4	Nervianese 1919	10000 KM
5	S.c. Genova 1913	6800 KM
6	Hard Bike Sant'arpino	5300 KM
7	Sport Web Sicilia	4400 KM
8	Facc'e Bike	3800 KM
9	Sicilia In Bici	3600 KM
10	Ua' Cycling	3000 KM
11	Unione Sportiva Bormiese	3000 KM





TOSCANA & UMBRIA

Terre di grandi vini, storia e natura

LA NOVITÀ

DEL

CENTRO ITALIA

Toscana e Umbria si sono prese per mano e han dato vita ad un circuito inedito che vi porterà a scoprire le bellezze del territorio e ad assaporare il buon cibo di queste due splendide regioni.



Donato Agostini, tra i responsabili ARI per il centro Italia, ci parla di questa bella novità facendo il punto della situazione e presentando gli appuntamenti futuri.

È iniziata nel Centro Italia La Challenge Tosco-Umbra con le prime due randonné di marzo sulle strade della Toscana.

Il **Gran Tour della Val di Merse** ha aperto la stagione ciclistica delle rando, riproponendo un percorso già utilizzato in passato, che ha fatto apprezzare alla cinquantina di partecipanti, sia splendidi paesaggi e borghi senesi sia le bellezze storico artistiche di Siena.

Il tutto condito dalla simpatia degli organizzatori del Gruppo Ciclistico Val di Merse e dagli splendidi e succulenti ristoranti.

La **Florence Rando** della Polisportiva Casellina di Scandicci, svoltasi sulle colline fiorentine il 27 marzo, nella sua prima edizione ha attirato ciclisti da gran parte d'Italia.

Il percorso disegnato per ammirare le ville Medicee presenti sul territorio è stato ben apprezzato da un buon numero di partecipanti che hanno allo stesso tempo potuto assaggiare anche specialità gastronomiche toscane.

Dal blu del mare alle verdi colline con i casolari toscani e l'appennino umbro, potrete cimentarvi su percorsi tanto impegnativi quanto affascinanti.

Domenica 3 aprile ci sarà il via della prima 300km e 200km, lungo le strade e colline livornesi, con la terza edizione della **Labrorando**, organizzata dal Team Labronica. Un percorso impegnativo ma altamente suggestivo di passaggi in territori naturali e storici di grande valore ed emozione. Sia il passaggio notturno che diurno danno al ciclista partecipante la possibilità di apprezzare tanti piccoli e grandi momenti emozionanti lungo le strade livornesi.



Livorno. Terrazza Mascagni



Livorno. Canali



Poggio a Caiano. Villa Medicea

Il week end successivo, 09 e 10 aprile, ecco che si ripropone una altra ormai classica randonnée toscana, la **G.T. di San Gimignano** organizzata come sempre splendidamente dal Gruppo Amatori di San Gimignano. Ancora una 300 e 200 km per percorrere con il giusto incedere sui pedali, le favolose e tranquille strade senesi, sempre condite dai suoi "memorabili" saliscendi che mettono il sale ed il pepe sulle gambe.



San Gimignano



Foligno. Palazzo dei Trinci

Domenica 24 aprile ci trasferiremo sulle goderecce strade umbre con la prima edizione della randonnée **Terre dei Trinci** di 200 km in quel di Foligno, dagli amici della Ciclo rapida.

La splendida armonia dei paesaggi e paesi dell'Umbria è conosciutissima ed apprezzata da tutti i ciclisti, questo percorso, disegnato con estrema cura, non farà altro che amplificare visioni e bellezze storico-naturali presenti sul territorio.

La Challenge riprenderà il 2 Giugno con l'oramai collaudata rando del **Chianti Classic** di 200 km nei casalinghi luoghi dei sempreverdi randagi Bonechi e Bardelli che attraverso la Bulletta km 0 Rando, ancora una volta ci delizieranno di paesaggi stupendi, di sana gastronomia e di fresca e vivace simpatia. Una Rando da mettere in tutti i modi nel palmares del Randagio doc.



Vigneti del Chianti

Dopo solo una settimana ecco riproporsi un'altra "sempre apprezzata Rando", anche nella formula di brevetto permanente, dall'inconfondibile nome **Rando Mare Vetta Mare** (MVM) dell'omonima società ciclistica di Grosseto.

La collaudata formula di partire all'alba dalla spiaggia di Marina di Grosseto e raggiungere in poco meno di 100 km la vetta dell'Amiata a 1500 mt slm e ritorno, attrae ogni anno decine e decine di appassionati delle due ruote smaniosi di percorrere le bellissime strade maremmane.



Marina di Grosseto

A giugno si continua la scoperta delle montagne toscane con la **Randonnée Pinocchio Extreme** di 200 km con dislivello positivo di oltre 3500 m, organizzata dall'associazione "Randonnée di Pinocchio" di Pescia. Come chiaramente dice il nome ed il motto si tratta di una prova di grande spirito e forza esclusivamente per chi cerca una sfida con sé stesso. Le asperità altimetriche appenniniche raggiungono il culmine con la salita del San Pellegrino in Alpe, la più dura di tutto l'arco montuoso. Il superamento di questa prova impegnativa sarà motivo di grande soddisfazione per il ciclista.



Santuario di San Pellegrino in Alpe

Conclude questa favolosa carrellata di randonnée la prova settembrina del **Giro delle Crete senesi** della Ciclistica Valdarbia, il nome già vi fa presagire la bellezza e l'incanto dei luoghi attraversati, tra i più fotografati al mondo. Pedalare tra quelle suggestive ed incontaminate colline è un piacere che chi avrà avuto il privilegio di viverlo non potrà scordare mai.

La gastronomia locale poi aggiunge interesse e giusto appagamento per una pedalata rilassante e corroborante.

Alla fine di tutto il percorso premieremo il 12 novembre a San Gimignano chi avrà saputo maggiormente partecipare ed apprezzare le nostre proposte randagie.

Buone pedalate a tutti!

Donato Agostini



CHALLENGE TOSCO - UMBRA 2022

CIRCUITO RANDONNEÈ A.R.I.



PER INFO VISITARE LA PAGINA **FB**
"CHALLENGE TOSCO UMBRA RANDONNÉE ARI"



LE ALPI, I GRANDI LAGHI

LOMBARDIA

LE PIANURE, LE COLLINE





RANDAGI LOMBARDI CHALLENGE

In una regione in cui il ciclismo è uno sport storicamente presente, non poteva mancare una sfida per gli amanti delle randonné. Il calendario è fitto di eventi e da febbraio a ottobre ci sarà da divertirsi!

Finalmente è partita anche la Challenge della Lombardia! Ed è partita decisamente alla grande. Franco Mazzucchelli, randagio dal curriculum di assoluto prestigio, ha preso in mano il coordinamento delle rando lombarde e ha dato un grande impulso a questa iniziativa.

L'idea si colloca in un progetto più ampio e ARI ha deciso di valorizzarlo al massimo; prende spunto dal successo che le attuali challenge locali hanno riscosso nei loro territori.

La geografia dei possessori di Aricard ci spiega che il movimento randonneur si è sviluppato in particolare in quei territori dove erano già presenti le challenge locali. Le regioni più frequentate sono infatti la Campania, la Sicilia e il Nord Est, che guarda caso sono sedi di radicate "sfide" fra randagi.

Il Rando Tour Magna Grecia, Il Brevetto dei Normanni e il Girorando del Nordest costituiscono autentiche locomotive per il nostro movimento.

La Lombardia vanta numeri anche superiori rispetto alle regioni citate per una tradizione

ciclistica assai profonda, ma forse è anche per questo che appare anomalo che nella regione del Duomo non ci fosse ancora un progetto del genere.

Franco ha trovato una collaborazione eccezionale in Ivan Folli, che ha sposato la causa e ha messo a disposizione le sue competenze, tutt'altro che trascurabili. Ivan è un esperto informatico di professione, scrittore di talento e randonneur esperto.

Insieme hanno dato origine ad una creatura destinata a fare parlare di sé, a cominciare dal bellissimo sito dedicato.

Tutte le informazioni sono naturalmente reperibili anche sul sito di ARI.

La ricchezza principale della sfida sta nella moltitudine di prove presenti nel calendario lombardo. Da febbraio a ottobre non passa mese in cui non ci siano almeno due o tre rando.

E la qualità non manca, visto che quest'anno ci sarà anche la ciclopica Alpi 4000.

Occorre tuttavia soffermarsi su uno degli aspetti più particolari del funzionamento della Challenge. Mentre per i team vale la classifica di stampo classico, con una graduatoria stilata in base ai chilometri omologati per ogni membro del team, per i singoli è stato scelto un metodo molto più aggregativo che competitivo.

I ciclisti collezioneranno punteggi in base alla lunghezza del percorso e al dislivello superato; al raggiungimento di 500 punti, conquisteranno il titolo di Randagio Lombardo!

Con questo metodo, l'interesse è aperto fino alla fine della stagione a chiunque raccolga la sfida, indipendentemente se altri hanno già ottenuto il traguardo.

Inoltre, viene esaltato lo spirito di unione dei ciclisti, piuttosto che la gara tra essi.

Esiste il progetto di realizzare le maglie tecniche che distinguono i Randagi Lombardi tra i tanti ciclisti, come una sorta di trofeo da mostrare alla luce del sole.

A fine anno si organizzerà una serata in cui verranno premiati i Randagi Lombardi, in concomitanza con chi conquisterà il parallelo Trofeo delle Aquile, dedicato agli scalatori della rosa camuna.

Al momento si sono svolte le prime cinque prove e tutte hanno registrato ottime partecipazioni. La **San Valentino di Parabiago**, alla sua prima esperienza da 200 km ha fatto visitare il Monferrato ai randonneur. **La Riso e Vino**, invece, partendo da Milano li ha mandati su e giù dalle colline dell'Oltrepo Pavese. La nervianese **Parco del Ticino**, la decana delle randonné, ha riproposto il suo percorso pianeggiante super collaudato, mentre la sorellina **Tre Valli** ha spaccato le gambe dei randagi sulle Prealpi Varesine. La **Gran Milan** ha riproposto l'Oltrepo, ma con l'aggiunta del Monte Penice.



Ci apprestiamo a vivere la brianzola **RandoDerghen**, in ricordo dell'amico Jerry Lanzi, mentre si prepara a breve distanza l'**Amsporando**, con il bellissimo passaggio a Coiromonte. Dopo la pausa pasquale i lombardi giocano il tris: in stretta sequenza si susseguiranno il **Passolentour**, una grande classica delle randonné tornata al suo posto nel nostro calendario, la **Rando Selvaggia**, anch'essa un graditissimo rientro con partenza e arrivo niente meno che al velodromo di Busto Garolfo e infine la rando **Coppa Bernocchi**, che viaggia sulla falsariga della prestigiosa gara dei professionisti.



A quel punto, si vedrà chi vuole veramente far parte dei Randagi Lombardi, con la mitica **Rando Galetti**, una 400 km che ogni randonneur che si rispetti deve fare almeno una volta nella vita.

Si torna nell'Oltrepo con la new entry **Rando Sawana**, ma stavolta senza l'ombra di pianura, prima di cimentarsi nella 300 km a due anelli di Nerviano che celebra la **Madonna del Ghisallo e la Madonna del Sasso**, santuari tanto cari ai ciclisti della nostra zona.

Un'altra new entry si unisce alla nostra famiglia: la **Rando Novatese** con il suo percorso tutto da scoprire, prima di radunarci tutti a Rho per raccogliere la sfida, storicissima, della **100 Gobbe**, trasformata in randonné da qualche anno, dopo una storia prestigiosissima tra gli amatori lombardi.

E finalmente si affronterà l'unica 600 km presente nel nostro territorio: la **Randombardia** con i suoi tre anelli da 200 km che si snodano sul lago di Como, nel lecchese e nella Bergamasca.

Si torna nell'Oltrepo con la **Rando di Belgioioso**, sulle colline pavese, che rappresentano un must del 2022, prima di catapultarsi nella testa di serie internazionale **Alpi 4000**, facente parte del circuito più nobile del nostro calendario, l'Italia del Gran Tour (IGT). Si tratta di un'ultramaratona di 1.500 km con partenza e arrivo a Bormio, passando da Gavia, Mortirolo, Ghisallo, Oropa, Nivolet, Finestre, Sestriere, Palade e Stelvio (più qualche altro "passo" di contorno, mica da apparire troppo facile...).

La **Velorando** di Lainate farà tornare i randagi su distanze più abbordabili, anche se il percorso storico di questa rando non ha mai fatto grandi sconti (basti pensare alla terribile Valcava).

La bellissima **Randomeda** aprirà le porte al mese di luglio, facendo scoprire ai randonneur le valli bergamasche più belle.

L'appuntamento estivo del randagio doc sarà invece a Parabiago, per l'inedita 400 km organizzata dalla **Libero Ferrario**, che si prepara a celebrare il centenario del suo campione e della vittoria al mondiale di Zurigo. Il percorso porterà i ciclisti sulle pendici svizzere del San Bernardino e del bellissimo Passo dello Spluga.

Il sogno di una notte di mezza estate è ancora a Belgioioso, da cui partirà una 200 km nella **notte di San Lorenzo**: un viaggio notturno fino all'osservatorio astronomico della vetta del Monte Penice, dove le stelle cadenti saranno vicinissime.

Il rush autunnale dei Randagi Lombardi inizia con la **Rando della Valle Olona**, un attesissimo esordio in Ari.

La **Rando del Mottarone** di 300 km farà conquistare ai ciclisti una delle vette più significative della zona dei laghi; come accade ormai da molti anni, la **Castellania** porterà i ciclisti al cospetto della leggenda di Fausto Coppi, mentre la **Rando AIL** di Lonate Ceppino insegnerà a tutti come il nostro sport è capace di fare beneficenza e contribuire alla ricerca medica.

La chiusura del calendario lombardo è affidato ad Eurobici con la sua **Rando della Brianza**, che cela un percorso sicuramente esigente, prima di sedersi tutti attorno a un tavolo e festeggiare la nostra stagione lombarda.

13/02/22 Parabiago MI	RANDO SAN VALENTINO GC Libero Ferrario	200Km 120Km	27/02/22 Milano MI	MILANO TRA RISO E VINO Eurobici Milano	200Km 100Km
06/03/22 Nerviano MI	RANDO PARCO DEL TICINO SAV 95	200Km 120Km	13/03/22 Gaggiano MI	RANDONNEE RAGAZZI '99 1001 Eventi	200Km
20/03/22 Nerviano MI	TRE VALLI U.S. Nervianese	200Km 120Km	27/03/22 Lacchiarella MI	GRAN MILAN SC Genova 1913	200Km 120Km
03/04/22 Dergano MI	RANDODERGHEN Ciclisti Dergano Milano	200Km 100Km	10/04/22 Rho MI	AMSPORANDO AMSPOR Rho	200Km 120Km
24/04/22 Rovellasca CO	PASSOLENTOUR Passolento Rovellasca	200Km 130Km	25/04/22 Busto Garolfo MI	RANDO SELVAGGIA SC Busto Garolfo	200Km 120Km
01/05/22 Legnano MI	COPPA BERNOCCHI U.S. Legnanesi 1913	200Km 100Km	07/05/22 Corsico MI	CARLO GALETTI A.S.D. Ciclisti Corsichesi	400Km
15/05/22 Broni PV	UNA RANDO SAWANA Una Triathlon Team	200Km 130Km	22/05/22 Nerviano MI	MADONNA DEL SASSO U.S. Nervianese	300Km 120Km
02/06/22 Novate Mil. MI	RANDONOVATESE G.S. Pedale Novatese ASD	200Km 130Km	05/06/22 Rho MI	100 GOBBE RANDO AMSPOR Rho	200Km 120Km
11/06/22 12/06/22 Paderno Ad. LC	LA RANDOMBARDIA I Ciclisti Della Domenica	600Km 200Km	19/06/22 Belgioioso PV	VALLI E COLLINE DELL'OLTREPO Veloclub Belgioioso Team Scarini	200Km
25/06/22 Bormio SO	ALPI 4000 U.S. Bormiese	Over 1200	26/06/22 Lainate MI	VELORANDO Amatori Velo Lainate	200Km 120Km
03/07/22 Meda MB	RANDOMEDA G.S. La Piada Bike Team	200Km	16/07/22 Parabiago MI	LIBERO FERRARIO GC Libero Ferrario	400Km 150Km
10/08/22 Belgioioso PV	PEDALANDO SOTTO LE STELLE Veloclub Belgioioso Team Scarini	200Km	04/09/22 Gorla M.re VA	RANDO VALLE OLONA Team Valle Olona ASD	200Km 120Km
11/09/22 Parabiago MI	RANDO HELIOS DEL MOTT. ASD Helios	300Km 200Km	18/09/22 Corsico MI	LA CASTELLANIA A.S.D. Ciclisti Corsichesi	200Km
25/09/22 Lonate Cep. VA	RANDOAIL ASD Compact Team	200Km 100Km	02/10/22 Monza MB	RANDO DELLA BRIANZA Eurobici Milano	200Km 100Km

Sito internet:
<https://randagilombardi.idiari dellabicicletta.com/>
Facebook: @RandagiLombardi

Randagi Lombardi Challenge 2022





UN GRANDE
CIRCUITO RANDO

SICILIA

UNA GRANDE ISOLA

GRAN BREVETTO DEI NORMANNI

Un circuito antico, da cui si è preso spunto per crearne altri. Salvatore Giordano ci fa un resoconto delle edizioni passate e di come si è arrivati al circuito dei giorni nostri, un lavoro in progressivo crescendo che ha richiesto anni prima di trovare la sua stabilità.



Non poteva che essere la Sicilia la regione d'Italia in cui sarebbe nato il primo circuito territoriale di brevetti, o per dirla alla francese, di randonné; la Sicilia, dopo la breve parentesi di Campiglione Fenile e del Prof. Eligio Doglio del 1999 che permise ai primi ardimentosi di partecipare alla Parigi Brest Parigi in modo organizzato, è la Regione dove prese vita nel 2000 il primo mille italiano, **Sicilia No Stop**, tutt'oggi presente nel calendario ARI.

Dopo aver organizzato i quattro brevetti canonici (200/300/400/600km) per permettere ai ciclisti del sud di andare a Parigi nel 2003, nel 2007 e nel 2011, finalmente nel **2013** si inizia a pensare di promuovere un circuito rando.

Tuttavia, il progetto rimane circoscritto alla provincia di Messina e sono solamente due le società organizzatrici: la **Ciclo Tyndaris** e la **Ciclistica Terme**.

L'idea è buona, si parte con un 100 Km, poi un 150, due 200 Km e infine il 300 Km dell'Etna; i due 200 ed il 300 sono regolarmente omologati da ACP, ma non si legano in un circuito.

Negli anni successivi si studia cosa e come fare, si prendono contatti con amici di vecchia data nel siracusano e nel palermitano, si cerca di ricreare un legame tra le aree e le province dell'isola.



Randagi Siciliani alla PBP del 2015

Il **2015** parrebbe essere l'anno buono, si organizzano diversi brevetti: ben tre 200 Km, il solito 300 dell'Etna, un bel 400 Km, la Sicilia di Sud Est ed un magnifico 600 Km con partenza/arrivo a Cefalù, la Sicilia Ovest. Tutti i brevetti hanno più di 20 omologati cadauno, si intrecciano discussioni, pareri, tutti vorrebbero fare qualcosa di organico, ma ancora non si riesce a trovare un denominatore comune.

Anche il **2016** sarà un anno di discussioni, di proposte, ma sarà ancora un anno interlocutorio; come di consueto si organizzano i soliti brevetti, ad esclusione delle 600 km.

Soltanto nel **2017** la Sicilia arriverà ad avere un vero circuito organico: viene istituita una figura di riferimento che si dedica al coordinamento delle prove, si stila il regolamento ufficiale e nasce così il **Campionato Siciliano dei Brevetti 2017**.

Erano undici i brevetti in programma, ne vennero realizzati dieci. I ciclisti che entrarono nella classifica generale furono 476, 90 quelli che hanno partecipato ad almeno due brevetti e diventano sei le società organizzatrici.

È chiaro che l'idea è buona e viene apprezzata dal pubblico pedalatore, che la strada intrapresa è quella giusta da percorrere.

A fine stagione gli organizzatori misero in piedi una discreta premiazione interamente finanziata in proprio: venne creato un logo, stampato su

delle polo insieme ai loghi delle ASD organizzatrici e consegnate ai trenta ciclisti che avevano partecipato ad almeno quattro brevetti; inoltre vennero assegnati altri due trofei, uno al primo ciclista uomo (**Nunzio Liuzzo**, ASD Probike Bronte) e uno alla prima donna (**Dafne Impellizzeri**, ASD Mongibello).

Altri riconoscimenti vennero consegnati ai secondi classificati, tre ciclisti a pari merito, ed una targa per il terzo posto, ben dodici coloro che avevano conquistato almeno 1000 punti. Si cercò di coinvolgere e fidelizzare il maggior numero di ciclisti, gettando così le basi per il futuro.

Anche nel **2018** si ripete l'esperienza del 2017.

Il circuito in numeri:

- 11 brevetti programmati, tutti realizzati.
 - 687 ciclisti con almeno un brevetto da 200 Km concluso, ai quali bisogna aggiungere i 176 che scelsero un percorso minore alla Monsieur 4000, la poliedrica scalata dell'Etna.
 - 315 ciclisti con almeno due brevetti conclusi.
- Fu un'edizione particolare, essendo l'anno della decima Sicilia No Stop, la Regina dei brevetti Siciliani.

Ma sarà il **2019**, la terza stagione del circuito, l'anno della definitiva consacrazione, quella della Parigi Brest Parigi con ben 12 Siciliani presenti, e della scelta del nome del circuito: **Gran Brevetto dei Normanni**.



Dodici siciliani alla PBP 2019.

Anania
Bonfiglio
Buccheri
Cimino
Corso
Crisafulli
Cupsa
Dafne
Impelizzeri
(prima donna)
Saccuzzo
Scamporlino
Urso e Zarbo

La premiazione finale a Patti presso l'Agriturismo Porticella, alla presenza del Presidente Nazionale ARI del tempo, Luca Bonechi, testimonia l'attenzione di ARI verso la Sicilia ed il circuito delle Randonnée isolane.

Il **2020** con il primo anno di pandemia COVID19, il Calendario venne fatto slittare in avanti ipotizzando di poter riprendere a fine primavera, ma poi per tutta la prima parte della stagione non fu possibile pedalare, come nel resto d'Italia, e vennero annullati ben otto brevetti.

Ma appena ricevuto il via libera, gli organizzatori siciliani si sono scatenati, organizzando ben otto brevetti nell'arco di un paio di mesi, tra agosto e ottobre.

Il **2021** è il quinto anno del Gran Brevetto dei Normanni, ben 18 le manifestazioni promosse e realizzate, ma è la partecipazione l'aspetto più rilevante: oltre 400 i ciclisti entrati nella classifica generale, 137 hanno fatto almeno due brevetti, 85 almeno tre brevetti, 52 ne hanno conclusi cinque, partecipando alla premiazione finale a Palermo a Villa Niscemi alla presenza del Neopresidente ARI, Mino Repossini, e del past presidente Luca Bonechi.

Nel corso della premiazione un ruolo importante riveste **la maglia della Nazionale**, nuova ambizione per i randonneurs siciliani per essere pronti alla **Parigi Brest Parigi**. Ad oggi sono 34 i randonneurs entrati a far parte nel club azzurro.

I siciliani sono molto legati alla classicissima mondiale parigina fin dal **2003** quando si presentarono in tre ai nastri di partenza: Peppe Del Bono, Giovanni Firrincieli e Peppe Murgo.

Ancora tre i siciliani al via della PBP del **2007** a Parigi: Peppe del Bono, Gioacchino Currò e Cosimo Schepisi.

Si sale a quattro unità nel **2011**: Peppe Del Bono a guidare la pattuglia composta anche da un giovanissimo Salvatore Bonfiglio, Renato Buemi e Nino Dragà.

Nel **2015** la spedizione prende consistenza, sono dieci i siciliani: Anania, Barrera, Bonfiglio, Buemi, Caruso, Fisicaro, Nibali, Pitrè, Scivers e Schimmenti.



L'edizione del **2022** vede due brevetti da 200 Km già realizzati, Villasmundo e Castelvetrano; ancora 18 le prove da affrontare sparse in tutta l'isola, fra le quali la mitica Sicilia No Stop, un nuovo 600 Km che toccherà la Sicilia centro orientale, il classico 400 km del Sud Est e tanti altri. La grande novità di quest'anno è il circuito off road con sette prove, il **Gran Brevetto dei Normanni Off Road**.

06/03/2022	RANDONNÉE DI PRIMAVERA	200 Km	12/06/2022	RANDONNÉE DEL BAROCCO	300 Km
Villasmundo SR	ASD Bici Club Melilli-Villasmundo	150-100	Siracusa	ASD Nuova Ortigia	200 Km
20/03/2022	RANDONNÉE MARI E MONTI	200 Km	19/06/2022	7 COLLI ENNESE	200 Km
Castelvetrano TP	ASD Dirty Bike Castelvetrano	120	Barrafranca EN	AC Barrese Onlus	100
03/04/2022	RANDONNÉE DEI CASTELLI	200 Km	03/07/2022	IN BICI PER TELETHON	200 Km
Caltanissetta	ASD San Luca Bikers Team		Trecastagni CT	Trecastagni in Bici	100
10/04/2022	RANDONNÉE DEI LAGHI	200 Km	17/07/2022	BREVETTO ETNA MEMORIAL A. DI MAURO	200 Km
Agira EN	ASD Bicilettiamo	100	Nicolosi CT	ASD Il Pedale nel Cuore	
16/04/2022	LA VIA DEI CINQUE LAGHI	300 Km	07/08/2022	MONSIEUR 4000	200 Km
Palermo	GS Mediterraneo		Santa Venerina CT	Sicilia in Bici	130-80
16/04/2022	LE STRADE DEL VINO	200 Km	28/08/2022	32° LIBERO GRASSI RANDONNÉE	200 Km
Palermo	GS Mediterraneo	100	Palermo	Cido Tyndaris	
23/04/2022	RANDONNÉE SICILIA SUD EST	400 Km	10/09/2022	CAPOPASSERO TORRE FARO	600 Km
Villasmundo SR	ASD Bici Club Melilli-Villasmundo		Siracusa	ASD Nuova Ortigia	
08/05/2022	RANDONNÉE DEI SARACENI	300 Km	18/09/2022	1° RANDONNÉE APPENINO SICULO	200 Km
Patti ME	ASD Randagi di Sicilia		Condò ME	ASD Team Doctorbike 25	
18/05/2022	SICILIA NO STOP	1000 Km	02/10/2022	RANDONNÉE DELLE TRE PROVINCE	200 Km
Terrasini PA	Ciclo Tyndaris		Barrafranca EN	ASD Fratres Barrafranca Bike	100
29/05/2022	LA VIA DELLE SORGENTI	300 Km	16/10/2022	II RANDOFIMIS	200 Km
Capriati Al Volturmo CE	ASD Cam.bi.a	200 Km	Capaci PA	ASD GF Fausto Coppi	100
05/06/2022	RANDONNÉE D'ESTATE	200 Km			
Palermo	ASD Montepellegrino Special Team	100			



Coordinamento
Regionale
Sicilia Sardegna

C.DA RASOLA, N. 2 98066
PATTI (ME)

salvatore.giordano55@alice.it
338 8107930



03/04/2022	LA STRADA DELLE MINIERE	100 KM
Caltanissetta	ASD San Luca Bikers Team	
16/04/2022	RANDONNÉE DI PALERMO	100 KM
Palermo	GS Mediterraneo	
10/07/2022	DORSALE DEI NEBRODI	130 KM
Sant'Agata Militello ME	Ciclo Tyndaris	
21/08/2022	ETNA OFF ROAD	100 KM
Regalna CT	ASD Nuova Ortigia	
25/09/2022	RANDONNÉE DEL CANNOLO	120 KM
Castelvetrano TP	Dirty Bike Castel Vetrano	
09/10/2022	RANDO ARETUSA OFF ROAD	100 KM
Siracusa	ASD Nuova Ortigia	
16/10/2022	RANDOFIMIS	100 KM
Capaci PA	G.S. F. Coppi Capaci	

Coordinamento Regionale Sicilia, Sardegna
C.da Rasola, n. 2 98066 – PATTI (ME)
salvatore.giordano55@alice.it – 338 8107930





**LUOGHI E SAPORI
DELLE
TRE VENEZIE**

ALLA SCOPERTA DEL TRIVENETO

Rinaldo De Salvador, responsabile ARI per il Nord Est, ci racconta come si è sviluppato negli anni il Girorando nel Nord Est: dal 2012 ad oggi le adesioni sia in termini di partecipazione dei ciclisti, sia di società organizzatrici sono cresciute anno dopo anno, dando vita ad un circuito ricco ed affascinante alla scoperta del Triveneto.

L'idea di organizzare un circuito di randonné del Triveneto nasce verso la fine del 2011 grazie ai contatti fra quattro organizzatori che negli anni hanno visto crescere le loro manifestazioni e si sono scambiati suggerimenti e consigli per migliorare le loro offerte. Sono **Gabriele Ceresatto** per la Cicloturistica Portogruarese di Portogruaro (VE), **Lino Granzon** del Team Granzon di Remanzacco (UD), **Giuseppe Ovelli** della Randosauro di Piavon di Oderzo (TV) ed il sottoscritto **Rinaldo De Salvador** del Due Ruote Sport di Ponte nelle Alpi (BL).

Per tutti c'è già una buona esperienza alle spalle con l'organizzazione di diversi eventi su distanze che vanno dai 200 ai 1000 km.

Così nel 2012 parte la prima edizione con cinque prove in calendario da marzo a maggio, quindi un'attività tutta concentrata in primavera.

Il regolamento è molto snello: sono previste due graduatorie, una per i singoli, l'altra per le ASD. L'adesione è automatica con l'iscrizione ad un singolo evento. Nell'individuale viene premiato col Superbrevetto chi porta a termine le cinque prove, anche nel percorso breve ove previsto. Per le società, invece, verrà calcolata la somma dei chilometri percorsi dai propri iscritti e verranno premiate le prime quattro classificate.

La formula ha successo, con centinaia di ciclisti partecipanti e l'embrione di una sfida tra squadre, tant'è che per il 2013 altri organizzatori chiedono di entrare ed il circuito comincia ad ampliarsi sia territorialmente che nel numero di eventi e nella distribuzione temporale.

La premiazione si svolge a Portogruaro dove vengono premiati i quattro ciclisti che hanno completato il circuito e le prime quattro società con gli attestati ed un premio in natura composto da prodotti del territorio.

Sono undici le prove in calendario, una per ogni organizzatore aderente. Nel giro di un decennio, le società organizzatrici sono raddoppiate, un segno evidente che le sfide locali siano un buon mezzo di promozione del territorio e delle manifestazioni.



PORTOGRUARO. Le premiazioni della prima edizione del circuito del 2012, i quattro organizzatori sono pronti a consegnare ai vincitori i ricchi cesti di prodotti tipici locali

Negli anni a seguire entrano l'Alabarda Bike Team di Trieste, Le Aquile Fontane di Villorba (TV), Vallimpiadi di S.Pietro al Natisone (UD), Randowarrior di Noale (VE), Bike Vicenza, Ciclismo Buttrio (UD), Dolomitics di Tesero (TN), Pedale Opitergino di Oderzo (TV), UC Valbelluna di Borgo Valbelluna (BL), I Draghi di Cervignano (UD), Sport Verona.

Alcuni organizzatori fanno un'apparizione fugace, altri rimangono nel circuito, convinti che sia uno strumento fondamentale per la promozione dei propri eventi.

Con il passare delle edizioni viene anche modificato il regolamento per far diventare il circuito sempre più appetibile, ma alcuni punti fermi sono rimasti inalterati fin dalla prima edizione. Per scelta condivisa non ci si è dati una veste ufficiale con ruoli o incarichi, non ci sono procedure formali di ingresso come organizzatore, basta comunicare l'intenzione di aderire, per il resto bisogna solo seguire le normative previste da ARI e farne parte come organizzatore.

Stessa cosa vale per la partecipazione che è automatica per chi si iscrive ad una prova del circuito. Da quel momento guadagnerà i punteggi per le graduatorie.

A differenza di altri circuiti non si è voluto restringere il campo ai soli possessori di Aricard per dare modo a tutti di conoscere il mondo ARI ed essere interessato ed invogliato a partecipare più assiduamente.

Quello che viene modificato e perfezionato negli anni è invece il sistema di attribuzione punti sia per i singoli che per le società e, con l'aumento delle prove in calendario, il numero minimo di partecipazioni per ottenere il Superbrevetto.

Il punteggio individuale inizialmente previsto come somma di chilometri ed un tetto da raggiungere, viene modificato con dei coefficienti che dividono il chilometraggio per dieci ed il dislivello in metri per cento per tutte le prove superiori ai 200 km, e sommati insieme per dare un corretto valore ad ogni prova.

Le ciclopedalate invece danno solo il punteggio corrispondente alla lunghezza e non al dislivello. In base al punteggio massimo disponibile viene stabilito un punteggio minimo da raggiungere. La formula si è dimostrata molto apprezzata dai ciclisti e viene riproposta da qualche anno. Per le squadre invece vale la somma dei chilometri percorsi da ogni proprio iscritto, con la partecipazione ad almeno tre manifestazioni in calendario. Dal 2017 non vengono attribuiti i punteggi degli iscritti della ASD organizzatrice nella propria manifestazione, per promuovere la partecipazione di società non organizzatrici ed evitare, come successo in precedenza, che la premiazione si risolvesse in uno scambio di premi fra gli organizzatori. Anche questa formula ha raggiunto lo scopo previsto, creando interesse fra le società ed un sano spirito di sfida che ha portato anche ad un incremento delle iscrizioni.

Edizione 2021

Il circuito ha subito lo stop per la pandemia nel 2020, ma ha ripreso, seppur con difficoltà e qualche modifica in corso d'opera per lo stesso motivo, con vigore nel 2021. Gli organizzatori hanno previsto un tetto minimo di 350 punti, poi abbassato a 300 per gli uomini e 250 per le donne, volutamente basso come incentivo alla partecipazione con il risultato di ben 22 premiati, compresi alcuni partecipanti di fuori regione che hanno scelto i nostri eventi per inseguire anche l'obiettivo del Campionato Nazionale ARI, come il Campione 2021 Gennaro Laudando, Donato Agostini e Salvatore Pepe. Fra le squadre sfida all'ultimo chilometro fra i Draghi di Cervignano alla fine vincitori e i Randagi Veneti di Vicenza.

Alcuni numeri: 9 organizzatori con 11 eventi, 932 partecipazioni singole totali, con 187 società interessate da 12 regioni e 38 province.

Non ci sono stati partecipanti stranieri a causa delle restrizioni Covid, 189.000 i chilometri percorsi dai 932 omologati.

È stato anche l'anno in cui ARI ha voluto dare un riconoscimento ufficiale ai circuiti locali con la premiazione per ogni circuito del primo ciclista maschio, della prima donna e della prima società, durante il Meeting d'Autunno che si è svolto ad Almenno S. Alessandro (BG) a fine ottobre.



Edizione 2022

Sono undici gli eventi in calendario, uno per ogni organizzatore con una prova di riserva in caso di qualche annullamento dovuto agli strascichi della pandemia. Sono entrati due nuovi organizzatori, GC Bovolenta alla prima esperienza con una 200 km che abbraccerà le Città Murate del Veneto e l'Avis Sommacampagna già organizzatrice collaudata che ha deciso di aderire per dare maggior visibilità e richiamo alla Randonnée del Garda. Inoltre, la Berico Euganea cambia organizzatore, ma sempre nella continuità, passando da Bike Vicenza che resta come collaboratore, a Cycling 3&60 sempre di Vicenza. Programma nutrito dal 3 aprile fino all'11 settembre.

Per finire una considerazione ed il conseguente ringraziamento agli organizzatori con i propri volontari sempre disponibili, ai ciclisti e dirigenti delle società che hanno creduto nel movimento rando e nel progetto Girorando nel Nordest, ad ARI che ha capito e riconosciuto la valenza dei circuiti di zona nella promozione del movimento.

Il 2022 è partito bene a livello nazionale, il Triveneto farà senz'altro la sua parte in attesa del 2023 quando ospiteremo il Meeting d'autunno.

CIRCUITO RANDONNEE SUPERBREVETTO

GIORORANDO nel NORDEST

CAMISANO-PEDAVERNA-PORTOGRUARO-ODERZO-VILLORBA-BOVOLENTA
CERVIGNANO de I FRIULI- TESERO- VERONA- PROSECCO- SOMMACAMPAGNA

Stage	Date	Route	Distances (km)	Organizer
1	3 Aprile	Camisano Vic.-VI	200/120	A.s.d. Cycling 3660
2	10 Aprile	Pedavena - BL	200/130/80	A.s.d. U.C. Valbelluna
3	1 Maggio	Portogruaro-VE	200/130	A.s.d. CT Portogruarese
4	14 Maggio	Oderzo-TV	300/200/130	A.s.d. Pedale Opitergino
5	26 giugno	Cervignano - UD	200/130	A.s.d. I Draghi
6	11/12 Giugno	Villorba - TV	300/200/120	A.s.d. Aquile Fontane
7	19 Giugno	Bovolenta-PD	200/120	A.s.d. GC Bovolenta
8	9/10 Luglio	Tesero-TN	135/275/240/30	A.s.d. Dolomites
9	3 Settembre	Verona	600/300	A.s.d. Sport Verona
10	4 Settembre	Prosecco-TS	200/100	A.s.d. Alabarda Bike Team
11	11 Settembre	Sommacampagna-VR	200/60	A.s.d. Ciclamatori AVIS

Regolamento e contatti degli organizzatori sono disponibili nella pagina Facebook del circuito: Giororando nel Nordest

ari
AUDAX
RANDONNEUR
ITALIA

facebook

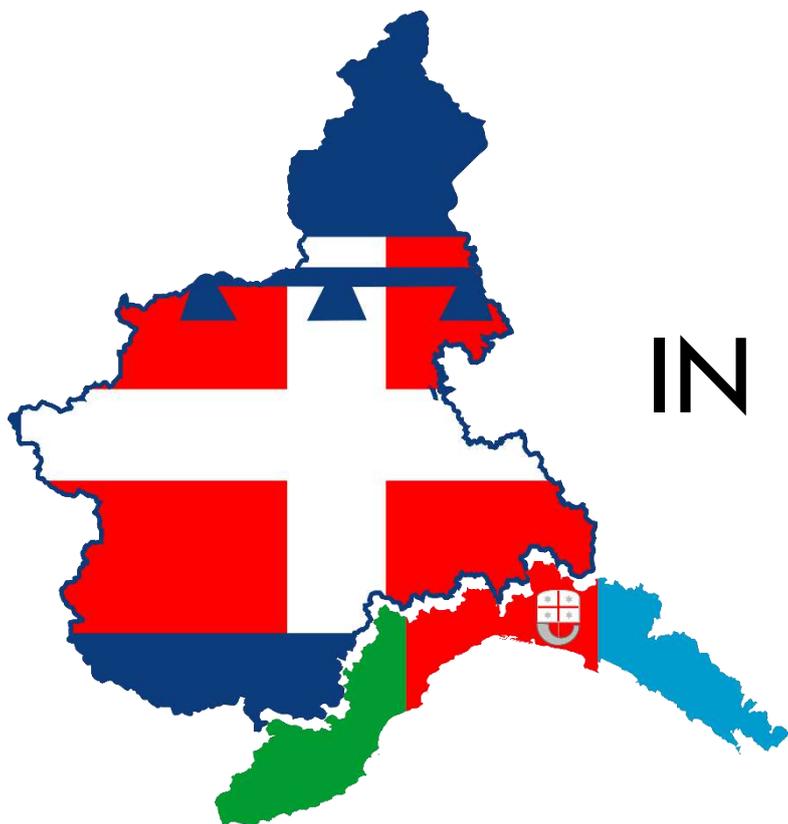


DALLE ALPI

AL MARE

IL NORD OVEST
D'ITALIA IN
RANDONNÉE





PIEMONTE E LIGURIA IN UN COLPO DI PEDALE

10

società
organizzatrici

14

manifestazioni

3600 km

da percorrere

La ripartenza post pandemia Covid19 porta con sé una gran bella novità anche tra Piemonte e Liguria con la Nord Ovest Challenge, circuito che abbraccia territori ricchi di panorami e scorci mozzafiato: dalle pianure attraversate dal Po, alle colline delle Langhe, del Roero e del Monferrato, alle Alpi Liguri e le meravigliose coste della Riviera, dando al ciclista la possibilità di scegliere tra percorsi di ogni livello.

Claudio Fraire, referente ARI per il Nord Ovest e presidente della Monviso Bike, coadiuvato da **Giuseppe Pugliese** di Eurobike Genova, riportano alla luce un progetto che già in passato aveva provato a prendere vita.

In via sperimentale, ma dai buoni presupposti, il circuito del Nord Ovest propone un calendario di quattordici prove, distribuite tra gennaio e ottobre. Non è necessario iscriversi, è sufficiente partecipare almeno ad una randonnée.

Insomma, prerequisito fondamentale è avere una gran voglia di pedalare e di scoprire nuovi luoghi a ritmo lento, come amano fare i randonneurs: né forte né piano, ma sempre lontano!

Non basterà percorrere il maggior numero di chilometri, ma i punteggi terranno conto tanto della distanza della manifestazione in termini chilometrici, quanto del dislivello indicato su Open Runner.

Verrà assegnato così un punteggio per ogni prova, ad alimentare una classifica che premierà i primi tre di ogni categoria: uomini, donne e squadre. Le ciclopedalate non verranno conteggiate.

A fine anno, tirate le somme, verrà organizzata una serata dedicata a premiare chi si sarà distinto e avrà totalizzato il maggior numero di punti.

Per i dettagli, restate sintonizzati...!

La sfida si apre in Liguria: ad Alassio, Genova e Finale le prime tre prove del circuito.

Se in Piemonte, a gennaio, le temperature sono ancora ostili, in Riviera si può già godere di un clima mite e soleggiato.

I randonneurs sono, quindi, invitati a risvegliare la gamba affrontando le prime 200 chilometri dell'anno proprio lungo le coste liguri.

Il 23 gennaio la **Randonnée del Muretto di Alassio** organizzata da G.S. Ponente Ligure ha raccolto, come ogni anno, un gran numero di partecipanti.

Ben oltre duecento partenti hanno scelto di iniziare la stagione pedalando tra Alassio e Latte, ultimo abitato italiano prima del confine francese. Una foto davanti al celeberrimo Muretto è un must have per tutti i ciclisti.

Il 27 marzo si è svolta ancora in Liguria, a Finale Ligure, la **RandoFinale**, organizzata da G.S. Ponente Ligure e giunta alla sua quarta edizione. Il percorso, questa volta, non presentava particolari difficoltà altimetriche, tra cui Capo Mele, il primo dei tre capi affrontati dai professionisti alla Milano-Sanremo e la salita di Testico, uno dei luoghi simbolo del Trofeo Laigueglia.



Una pausa di un paio di mesi e si riparte!

Il 20 marzo è andata in scena la **Rando Levante** organizzata da Eurobike Genova che ha riproposto il suo storico percorso con le salite al Passo del Bracco, al Valico della Mola e il colle di Velva. Una 200 km con 3000 metri di dislivello positivo è una prova impegnativa a questo punto della stagione, ma una salita vista mare ripaga senz'altro ogni fatica.



Ad aprile ci si sposterà finalmente in Piemonte, domenica 3 con la **randonnée di Vigone** e il weekend successivo con la **400 dei Marchesi**, prima lunga distanza del circuito.

Vigone bike ripropone due anelli che porteranno prima a Pinerolo con la salita di Prarostino e poi nelle colline dell'Albese.

Monviso Bike, invece, ripropone un viaggio tra i due marchesati piemontesi di Saluzzo e Casale Monferrato, con un panoramico passaggio alla Basilica di Superga sopra Torino salendo dal colle della Maddalena. Un buon modo per affrontare la prima notturna della stagione. La grande novità di quest'anno sarà un pasta party prepartenza anziché al termine della randonnée, un modo per potersi ritrovare tutti prima di disperdersi e procedere ognuno al proprio ritmo.

Un mese dopo, domenica 8 maggio, si ritorna in riviera ad Albenga con la **Duxénto sotto le torri**, percorso tutt'altro che scontato con i suoi 2500 metri di dislivello. Ci si addentrerà nell'entroterra ligure e tra borghi medievali e salite nel verde si potranno gustare scorci meravigliosi.

A fine mese la **Rando del Folaton** organizzato da L'Altra Ciclistica, new entry del calendario ARI, partendo da Rivalta di Torino vi porterà ai piedi del col del Lys con la salita di Celle. Svariati passaggi in Val di Susa e, dal Colle Braida, potrete fare un salto alla Sacra di San Michele, monumento simbolo di questa splendida valle. I sali scendi proseguiranno, questa volta, verso la Val Pellice e porteranno ai piedi della Rocca di Cavour, un cono di roccia nel bel mezzo delle pianure tra Saluzzo e Pinerolo.



Giugno, invece, apre con una storica tra le 400, la **GranTanarando**, organizzata da Amici della Tanaria con partenza da Paroldo in provincia di Cuneo e non più da Alessandria a differenza delle edizioni precedenti. Finalità della rando è quella di consolidare l'idea di creare una ciclovia permanente che collega la sorgente e la foce del fiume Tanaro.

Lo stesso weekend in Liguria andrà in scena la **RandoFein**, con partenza da Feglino sul mare salendo al Passo Giovo da Stella Ligure.

Si transiterà dalla valle di Erro e si proseguirà fino a Sassello e Acqui Terme, per rientrare dalla val Bormida affrontando il Melogno prima di scendere nuovamente al mare.



Il 17 giugno da Formazza partirà un'altra novità: la **Nord Ovest Divide** organizzata da Torino Bike Experience, l'unica 600 chilometri del circuito. Percorso che varrà la pena provare per testare la propria preparazione sulle distanze che impegnano il ciclista per più giorni.

Si taglierà la Val Formazza seguendo il fiume Toce fino al Lago Maggiore, per affrontare la salita al Mottarone. Scesi sul lago d'Orta si affronterà la salita di Valpiana, per raggiungere la Valsesia e percorrere la splendida panoramica Zegna fino alla Galleria Rosazza, sopra Oropa.

Un po' di pianura da Borgo Franco d'Ivrea fino a Chivasso per spezzare il ritmo e un assaggio di collina Torinese, che tragherà i randonneurs nell'albese, nelle Langhe, in direzione Bossolasco per arrivare a Ceva, dove inizierà il tratto appenninico e si salirà al Col di Nava da Garessio. Una volta scollinato, ancora qualche salitella prima di scendere al mare, a Ligueglia, località in cui termina questo splendido "spaccato" tra Piemonte e Liguria.

A fine estate, a settembre, ritorna la **Rando Mario** che, da Arquata Scrivia impegnerà i randonneurs su due anelli ed un notevole dislivello positivo. Dalla Val Borbera alla Val Curone, fino al Passo del Brallo ai confini tra Lombardia ed Emilia, per poi passare alle colline del Gavi.

L'11 settembre l'appuntamento è ormai fisso per la **Randonnée di Ovada**, altra 200 km affascinante e tosta per le sue molteplici salite.

Uá cycling team propone una prima parte sulla via del dolcetto, cento chilometri tra le colline e i vigneti tipici della zona; il percorso è stato riconosciuto dalle autorità locali e frecciato permanentemente con cartelli.

La seconda parte di tracciato si sviluppa, invece, a ridosso della Liguria con il passo del Faiallo protagonista. Anche qui, la pianura sarà ben poca, tant'è che il percorso è classificato come extreme



Domenica 18 settembre andrà in scena una classica di fine stagione, la **Randonnée Giordano Vini** organizzata da Monviso Bike con partenza da Diano d'Alba.

Invariata la location di ritrovo presso le cantine Giordano, sponsor ufficiale del brevetto, famose per il buon vino e la degustazione di birre artigianali. Due anelli impegnativi tra Langhe, Roero e Monferrato.



La prima edizione del Nord Ovest Challenge chiuderà il 9 ottobre con la **Serraronda 180** organizzata da UCAB 1925 di Biella; famosa per il suo percorso offroad, da qualche anno propone anche una variante su strada che vi porterà alla scoperta delle montagne, delle colline e delle pianure dell'eporediese e del biellese.





Le Randonnée della Liguria e del Piemonte
finalmente unite per un challenge unico !!!!!

23/01 – Randonnée del Muretto di
Alassio – 200 Km

20/03 – La Randolevante
Genova – 200 Km

27/03 – La RandoFinale
Finale Ligure – 200 Km

09/10 – Serra in Randonnée
Zubiena (BI) – 200 Km

03/04 – Randonnée di Vigone
Vigone (TO) – 200 Km

18/09 – Randonnée Giordano Vini
Diano d'Alba (CN) – 200 Km

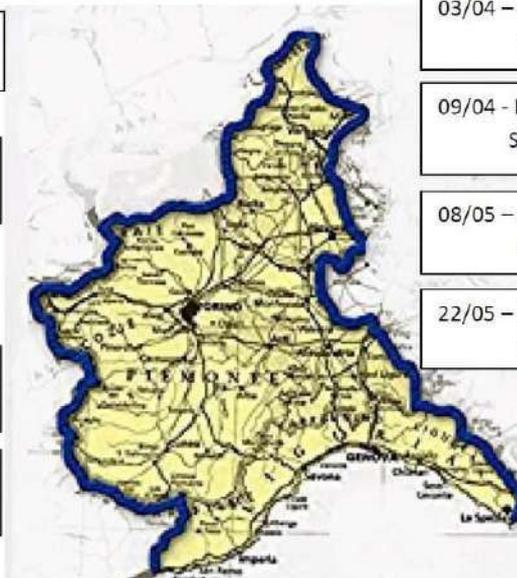
09/04 - La 400 dei Marchesi
Saluzzo (CN) – 400 Km

11/09 – Ovada in Randonnée
Ovada (AL) – 200 Km

08/05 – Duxento sotto le Torri
Albenga (SV) – 200 Km

03/09 - Rando Mario
Arquata Scrivia (AL) – 200 Km

22/05 – La Rando Folaton–Il giro dei folli
Rivalta (TO) – 200 Km



17/06 – Nord Ovest Divide
Formazza (VB) – 600 Km

12/06 – Rando Fein
Feglino (SV) – 200 Km

11/06 – GranTanaRando
Alessandria – 400 Km

INFORMAZIONI E REGOLAMENTO SULLA PAGINA FB : Nord Ovest Challenge Rando 2022

SUL SITO www.audaxitalia.it

e sulle pagine dei singoli eventi



VOLARE ALTO

TROFEO DELLE AQUILE

UNA SFIDA TUTTA LOMBARDA

25 salite per conquistare il Trofeo delle Aquile, recente novità del panorama lombardo. Enrico Tolve ci racconta nei dettagli come funziona la sfida per gli amanti della salita.

Abbiamo incontrato Enrico, presidente di Eurobici Milano, in ARI ormai da tanti anni come organizzatore della randonnée Tra Riso e Vino. In questa occasione, però, ci parla del Trofeo delle Aquile, una particolare iniziativa che sta appassionando sempre più ciclisti.

Come è nato questo progetto?

Il Trofeo delle Aquile è nato in ambiente ARI nel 2020 da un'idea di Mino Repossini, anche se non si tratta di randonnée nel senso stretto del termine. Questo tipo di attività, tuttavia, aderisce al cento per cento con lo spirito rando, base dei valori di ARI. Non è un caso, infatti, che iniziative simili, in altre parti d'Italia come il Piemonte e il Veneto, abbiano trovato successo proprio nel pianeta dei randagi.

Come sono andate le prime esperienze?

Il primo anno è stato poco più che sperimentale, in quanto il covid ha condizionato tutta l'attività. L'hanno portato a termine solo quattro ciclisti, tutti appartenenti alla società ciclistica Cabiatese, della provincia di Como. I loro apprezzamenti e il loro entusiasmo, tuttavia, ci hanno convinti ad andare avanti.

Nel 2021 il progetto ha preso corpo e i partecipanti sono stati una ventina. La premiazione delle aquile al Meeting di Autunno ha coronato l'iniziativa.

Già nel corso dell'anno scorso, Franco Mazzucchelli, referente ARI per la Lombardia, è intervenuto nella gestione dell'iniziativa.

Successivamente, Mino e Franco hanno ceduto la gestione del Trofeo a me.



Cosa farai adesso?

Visto l'ottimo lavoro svolto finora, vorrei fare del mio meglio per offrire ai ciclisti una bella esperienza, che li faccia viaggiare sui percorsi indimenticabili nel territorio Lombardo.

In primis mi sono confrontato con i membri della mia EUROBICI MILANO, dove svolgo l'incarico di presidente e organizzatore di eventi da circa cinque anni.

Avendo notato che nell'elenco delle salite degli anni precedenti alcune erano poco conosciute e altre presenti in entrambe le edizioni, ho pensato di aggiornare l'elenco delle ascese facendo una selezione.

Spiegaci cos'è il Trofeo delle Aquile.

È una sfida ciclistica che consiste nel conquistare 25 salite tra le più suggestive della regione LOMBARDIA in otto mesi.

Le 25 salite sono state scelte dai nostri appassionati ciclisti, sono le più affascinanti, conosciute e praticate anche dai professionisti, sia in gara che in allenamento.

Si possono trovare al seguente link:

<https://www.asdeurobicimilano.it/trofeo-delle-aquile-2022/>

Tra i traguardi più blasonati vi sarà Sua Maestà lo **Stelvio**, il terribile **Passo Gavia** o il famigerato **Passo dello Spluga**.

I ciclisti pedaleranno sulle famose strade dei giri d'Italia ma proveranno anche salite nascoste e poco conosciute.

Come ci si iscrive a questa challenge?

Per partecipare a questo circuito è necessario iscriversi inviando una mail a trofeodelleaquile@gmail.com, indicando:

Nome, Cognome, Residenza, Data e luogo di nascita, Recapiti (telefono e-mail) Team di appartenenza e, nel caso si è soci Ari, il numero dell'Aricard.

La quota di iscrizione è di **15 euro** per la stagione 2022 e deve essere corrisposta con Paypal all'indirizzo trofeodelleaquile@gmail.com oppure con bonifico richiedendo le coordinate tramite mail.

ASD EUROBICI invierà una conferma di avvenuta iscrizione al Trofeo delle Aquile via mail ad ogni ciclista dopo aver ricevuto i dati richiesti e il pagamento della quota di iscrizione.



Come funziona?

Saranno valide solo le 25 salite indicate nel sito e verranno conteggiate solo quelle effettuate dal giorno successivo all'iscrizione (l'iscrizione non è retroattiva!). Il ciclista potrà affrontare le salite in completa autonomia, quando potrà, quando ne avrà voglia, da solo o in compagnia.

Non è una competizione a tempo: non terremo conto del tempo impiegato.

Una volta effettuata l'ascesa i partecipanti dovranno mandare via mail una comunicazione di avvenuta salita, documentata con foto dal punto di partenza e di arrivo, come indicato, in compagnia del proprio mezzo.

È preferibile allegare anche la traccia Strava.

La trasmissione delle foto deve avvenire entro e non oltre venerdì 7 ottobre 2022 all'indirizzo mail: trofeodelleaquile@gmail.com.

Sarà possibile decidere se inviare le foto alla fine di ogni scalata, oppure in diverse mail a step, o ancora con un unico invio, ma sempre entro i termini stabiliti da regolamento.



Cosa succede alla fine della stagione?

In occasione della serata di premiazioni organizzata da ARI Lombardia a fine anno, verranno premiati i ciclisti che hanno conquistato almeno 20 vette tra le 25 indicate:



Falco 20 vette



Sparviero 23 vette



Aquila 25 vette

Sperando che la mia figura di coordinatore per il Trofeo delle Aquile sia continua per gli anni a venire, vi comunico che già nel 2023 stiamo lavorando per migliorare ulteriormente il format.

Per informazioni contattare:

ASD EUROBICI MILANO e-mail: trofedelleaquile@gmail.com Tel. 3931945758

EUROBICI MILANO A.S.D. **ARI** federazione italiana

EUROBICI MILANO IN COLLABORAZIONE CON ARI LOMBARDIA
 PROPONE UN CIRCUITO DEDICATO AGLI SCALATORI.
 UNA SFIDA PER CHI AMA LA MONTAGNA, PEDALARE IN SALITA
 E SCOLLINARE SULLE CIME PIÙ PRESTIGIOSE DELLA NOSTRA REGIONE.

HAI TEMPO 8 MESI, DAL 1 FEBBRAIO AL 30 SETTEMBRE,
 PER METTERE LA SPUNTA SU OGNUNA DI ESSE.
 UNA SFIDA CICLISTICA CHE CONSISTE
 NEL CONQUISTARE **25 SALITE** TRA LE PIÙ
 SUGGERITIVE DELLA REGIONE LOMBARDA IN 8 MESI.
 LE 25 SALITE SONO STATE SCELTE DAI NOSTRI
 APPASSIONATI CICLISTI, SONO LE PIÙ SUGGERITIVE,
 CONOSCIUTE E PRATICATE ANCHE DAI PROFESSIONISTI
 SIA IN GARA CHE IN ALLENAMENTO, LE TROVATE
 ELENCATE SUL SITO AL SEGUENTE LINK:
<https://www.asdeurobicimilano.it/trofeo-delle-aquile-2022/>

TROVERAI TRAGUARDI BLASONATI COME SUA MAESTÀ
 LO STELVIO O IL TERRIBILE PASSO GAVIA, IL FAMIGERATO
 PASSO DELLO SPLUGA, PEDALERAI SULLE FAMOSE STRADE
 DEI GIRI D'ITALIA, MA PROVERAI ANCHE SALITE NASCOSTE E
 POCO CONOSCIUTE.

EUROBICI MILANO A.S.D. **ARI** federazione italiana

ISCRIZIONI

Per partecipare è necessario iscriversi inviando una mail a trofedelleaquile@gmail.com,
 indicando: nome, cognome, residenza, data e luogo di nascita, recapiti (telefono e mail),
 team di appartenenza e, se si è soci Ari il numero dell'Arcard.

La quota di iscrizione è di **15€** per la stagione 2022 e deve essere corrisposta con Paypal all'indirizzo
asdeurobicimilano89@gmail.com oppure con bonifico richiedendo le coordinate a mezzo mail.
 N.B. Iscrivendoti dai il consenso al trattamento dei tuoi dati e alla pubblicazione delle immagini sul sito
 al qual questa manifestazione ti riferimento.

ASD EUROBICI invierà una conferma di avvenuta iscrizione a mezzo mail dopo aver ricevuto i dati
 richiesti e il pagamento della quota di iscrizione.

Saranno valide solo le 25 salite da noi selezionate, effettuate solo dal giorno dopo della tua iscrizione e le
 potrai fare in completa autonomia (quando puoi, vuoi e con chi più ti aggrada): **non è una competizione
 a tempo, quindi non terremo conto del tempo impiegato, ma solo del tuo impegno.**

Una volta effettuata l'ascesa dovrai solo mandare una comunicazione di avvenuta salita, documentata con
 foto del punto di partenza e di arrivo da noi indicati, in compagnia del tuo mezzo.
 Se vuoi, puoi allegare anche la traccia Strava.

La trasmissione delle foto deve avvenire entro e non oltre **venerdì 7 ottobre 2022**
 all'indirizzo mail: trofedelleaquile@gmail.com e sarà possibile decidere se inviare le foto alla fine di
 ogni scalata oppure fare un unico invio, ma sempre entro i termini stabiliti dal regolamento.

PREMIAZIONE

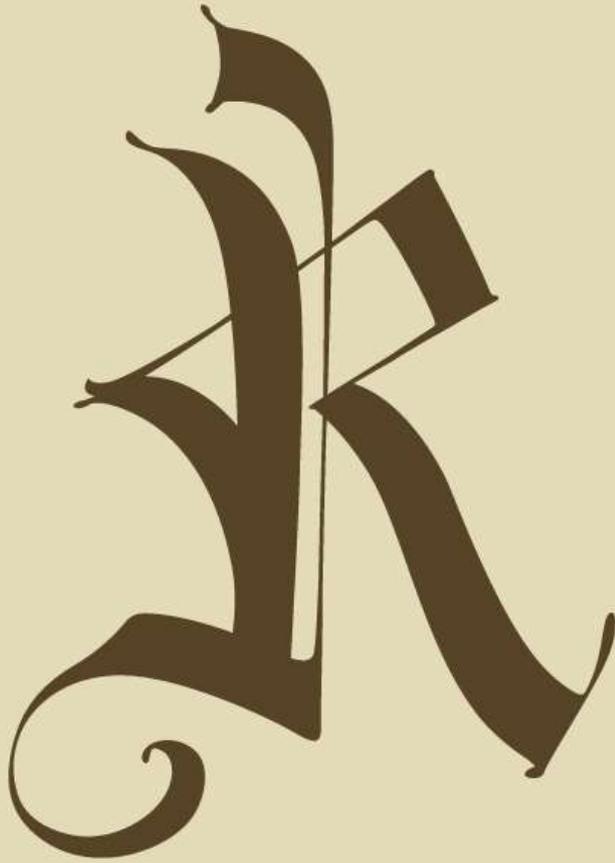
In occasione della serata di premiazione, organizzata da
 Ari Lombardia a fine stagione, verranno premiati i ciclisti
 che hanno conquistato almeno 20 vette tra le 25 indicate.

 20 VETTE	 23 VETTE	 25 VETTE
--------------	--------------	--------------

Un ringraziamento speciale a tutti i ciclisti iscritti all'ASD EUROBICI MILANO e a Graziano Mazzucchelli, Maurizio Bileta,
 Mino Repasini, Enrico Tolve che hanno collaborato alla realizzazione del Trofeo delle Aquile.

ASD EUROBICI MILANO
 sede legale: Via Lario N.° 13 20150 MILANO (MI)
 www.asdeurobicimilano.it email: asdeurobicimilano89@gmail.com Tel. 3931945758

RANDAGGIO
IL MAGAZINE DEI RANDONNEURS ITALIANI





aru

AUDAX

RANDONNEUR

ITALIA