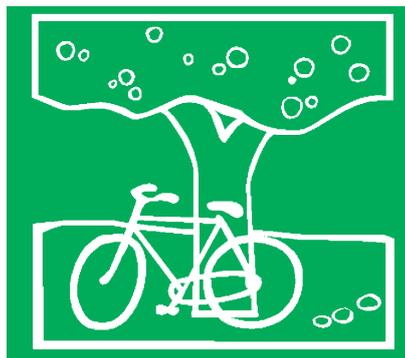


CICLOBBY **N**otizie



Notiziario trimestrale
dell'associazione
cicloambientalista
Fiab CICLOBBY onlus

via Borsieri 4/E

20159 Milano

tel. e fax 02.69311624

www.ciclobby.it

Aderente alla Federazione Italiana

Amici della Bicicletta

(FIAB onlus - www.fiab-onlus.it)

In questo numero

**Bicinfesta
compie 25 anni** 3

Déja vu 4

**Nuovo palazzo della
Regione: con eliporto
ma senza bici** 5

**Paolo Sarpi è (quasi)
isola pedonale** 8

**Sette buone ragioni
per andare in bici.
A Copenaghen** 9

**Il Console olandese
pedala con noi** 10

Pillole di sicurezza/I 12

**L'incerto destino
della legge regionale
sulla ciclabilità** 20

Noi credevamo...

Dall'ultima amministrazione comunale di Milano, parole diverse dalla precedente, ma fatti quasi uguali, cioè vicino a zero. Bilancio di un mandato con un invito agli elettori: non dimentichiamocene.

L'occultamento del Piano della Mobilità Ciclistica, alla cui elaborazione Ciclobby aveva intensamente collaborato. Il Tavolo comunale sulla Sicurezza stradale, invano richiesto per anni da Ciclobby per favorire un confronto costante tra utenze della strada e amministrazione, e finalmente costituito dall'assessore Croci, ma dissoltosi poi nel nulla. Il silenzio dell'amministrazione comunale sulle nostre richieste di chiarimenti relative al divieto di accesso alle bici nel tunnel di Porta Nuova. Le mancate risposte alla petizione (oltre tremila le firme raccolte) lanciata dalla nostra associazione per dare strada alla bici in corso Buenos Aires, cogliendo l'occasione del progetto di riqualificazione in fase di attuazione.

E potremmo lungamente continuare in questo doloroso elenco, anche solo limitandoci ai fatti più recenti.

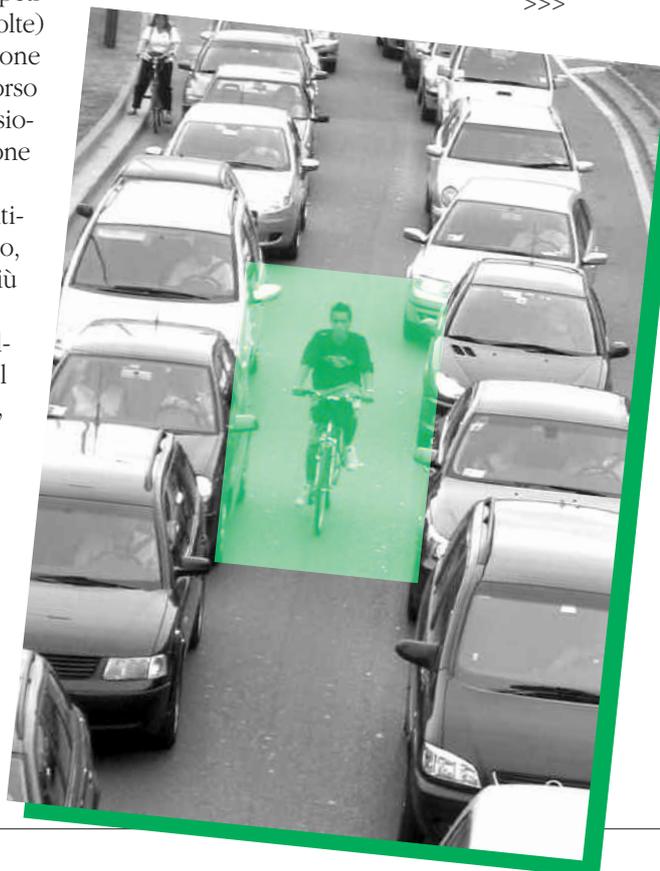
Noi credevamo, sul nascere dell'amministrazione guidata dal sindaco Letizia Brichetto Moratti, che si fosse finalmente aperta una stagione nuova, concreta e pragmatica, per affrontare molti problemi della città in tema di ambiente, traffico e mobilità sostenibile, dopo il devastante decennio di Albertini sindaco e commissario straordinario. Alcuni segnali positivi sembravano andare in quella direzione, manifestando un'attenzione e una sensibilità

nuove. Ma le delusioni sono cominciate presto.

Possiamo ormai dire che tutti i tentativi di canalizzare in modo positivo e propositivo - cioè non meramente protestatorio - le attese a favore della mobilità sostenibile a Milano, le ansie, le speranze e le insoddisfazioni, da parte nostra sforzandoci sempre di tradurre le istanze sulla ciclabilità in proposte concrete, sono falliti o rimasti inascoltati.

Gli esiti positivi si contano con difficoltà e, al di là di una certa propaganda, muo-

>>>



CICLOBBY NOTIZIE n. 1/2011

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

Proprietà: Ciclobby onlus
Editore: Ciclobby onlus
via Pietro Borsieri 4/E 20159 Milano MI
C.F. e P.I. 08970250158
telefono e fax 02.69311624

Direttore responsabile
Paolo Hutter

Redattore capo e responsabile
coordinamento redazionale
Eugenio Galli (eugenio.galli@rcm.inet.it)

Hanno collaborato
Mariella Berti, Guia Biscaro, Marco
Capecchi, Laura Coletta, Giulia Cortesi,
Sergio Crippa, Fabio Lopez, Silvia Malaguti,
Walter Monici, Giulietta Pagliaccio, Anna
Pavan, Pietro Scafati, Ignazio Scarlata,
Donata Schiannini, Enrico Saravalle

Per le foto si ringraziano
Guia Biscaro, Estelle Campion, Marco
Capecchi, Roberto Facchini, Andrea Scagni

Grafica e impaginazione Silvia Malaguti

Stampa Grafiche Liberalato srl, Mestre (VE)

Questo numero è stato chiuso
il 10 febbraio 2011

Per la stampa di questo notiziario neppure un
albero è stato abbattuto: *Ciclobby Notizie* è
realizzato in carta riciclata al 100% e stampato
con inchiostri biologici.

CICLOBBY onlus

è l'associazione
ambientalista milanese,
aderente alla FIAB, che
promuove l'uso della bici
per la mobilità quotidiana
e per il tempo libero, tutela
i diritti dei ciclisti, rivendica
lo sviluppo di una mobilità
sostenibile e sicura.



via Pietro Borsieri 4/E - 20159 Milano MI
telefono e fax 02. 69 31 16 24

web: www.ciclobby.it

e-mail (presidente) presidente@ciclobby.it
(segreteria) segreteria@ciclobby.it

Tram 7, 31. Bus 37, 82, 86, 166, 620
MM2 fermate Gioia e Garibaldi
e Passante ferroviario P.ta Garibaldi FS.

Presidente Fiab **CICLOBBY onlus:**
Eugenio Galli

Apertura sede: da Mar a Ven: ore 17.00-19.00
Sabato: ore 10.30-12.00

Ciclobby su Rete Civica di Milano
con forum on line:

via FirstClass:
"Desktop" \ "RCM" \ "ConferenzAmbiente" \
"CICLOBBY"

via web:
www.retecivica.milano.it/conferenzambiente

Ciclobby aderisce a:



Federazione Italiana
Amici della Bicicletta

che aderisce a European
Cyclists'
Federation



>>>

vono comunque passi incerti (Ecopass e bike sharing tra questi).

È evidente che tutto questo produce un senso di estraneità che non giova alla partecipazione, ma stimola l'individualismo o pulsioni anche peggiori.

Sbagliamo qualcosa? Nessuno di noi è infallibile, ma se c'è qualcuno disponibile e capace di fare meglio, si accomodi.

L'impegno del volontariato associativo non è mai banale e va rispettato: costa fatica, richiede tempo, dedizione, energie, passione, competenze. E molti, dentro e fuori l'associazione, incitano a non mollare la presa. Ma non è facile coltivare uno spirito costruttivo, rinforzare la propria motivazione se ci si sofferma a riflettere su questa lunga serie di silenzi e mancate risposte. Eppure, abbiamo il dovere di continuare. Per non soffocare la speranza di un domani migliore. Per non tradire l'impegno di chi ci ha preceduto. Per continuare a dare voce a temi che, altrimenti, cadrebbero quasi certamente nel dimenticatoio.

Si avvicinano le elezioni comunali, che riguardano più da vicino la comunità dei cittadini: è un'occasione importante per riflettere su questi temi, per fare un bilancio informato e realistico, dando un peso alle responsabilità, e ciascuno assumendosi le proprie.

Sappiamo bene che la collocazione trasversale della nostra associazione, non per indifferenza ma per fedeltà alla sua missione, fa sì che gli stessi soci esprimano orientamenti diversi, da una parte all'altra dello schieramento politico.

Ma poiché il nostro non è un *hobby*, bensì una *lobby* (questo il vero senso del nome Ciclobby, da taluno impropriamente integrato con una "h") che si muove in tutte le direzioni, riteniamo che occorra, da tutte le parti, dismettere i panni dell'ideologia e guardare le cose per come sono in realtà, non per come si vorrebbe che fossero o per come ci si immagina che siano.

Ebbene, a Milano governa da almeno venti anni la stessa parte politica: in qualche caso si tratta anche, fisicamente, delle stesse persone. È la volontà della maggioranza quella che si trova tradotta nel governo della città. Ma di fronte alla situazione descritta è doveroso per ogni cittadino interrogarsi, an-

che superando le proprie consuetudini di voto.

Se la mobilità ciclistica a Milano è arretrata rispetto alle altre città europee, se altre città si sono evolute in questi anni e Milano è rimasta al palo, segnata da tensioni contraddittorie e incapace di scelte politiche coraggiose, ciò non è un prodotto del caso ma porta precise responsabilità.

Non possiamo rassegnarci a questa situazione, come se fosse frutto di una maledizione divina, invocando il fato avverso, il destino cinico e baro, l'alibi della "mancanza di cultura" (di chi?).

Certo, la macchina amministrativa non è semplice, le risorse non abbondano, Milano è una città complessa. Ma la società civile, le associazioni, inclusa la nostra, hanno fatto di tutto. C'è un tema fondamentale di volontà politica che è il vero nodo mai seriamente affrontato. E che non si risolve, in modo autoreferenziale, con le conferenze stampa.

Ci sarebbe piaciuto sentire dal sindaco e da chi ha amministrato in questi anni la città almeno una autocritica e un impegno chiaro e specifico a correggere e



cambiare le cose che non hanno funzionato. Un segnale forte. Ma nemmeno questo ci è stato dato.

Dunque, come pensare di poter guardare con rinnovata fiducia alle stesse persone che hanno tradito i precedenti impegni? La fiducia non vive di promesse. Occorre che il segnale venga dai cittadini.

Eugenio Galli

Con FIAB Ciclobby domenica 20 marzo 2011

Ritrovo in via Dante ang. p.za Cairolì, ore 9,00, partenza ore 10,30

Bicinfesta

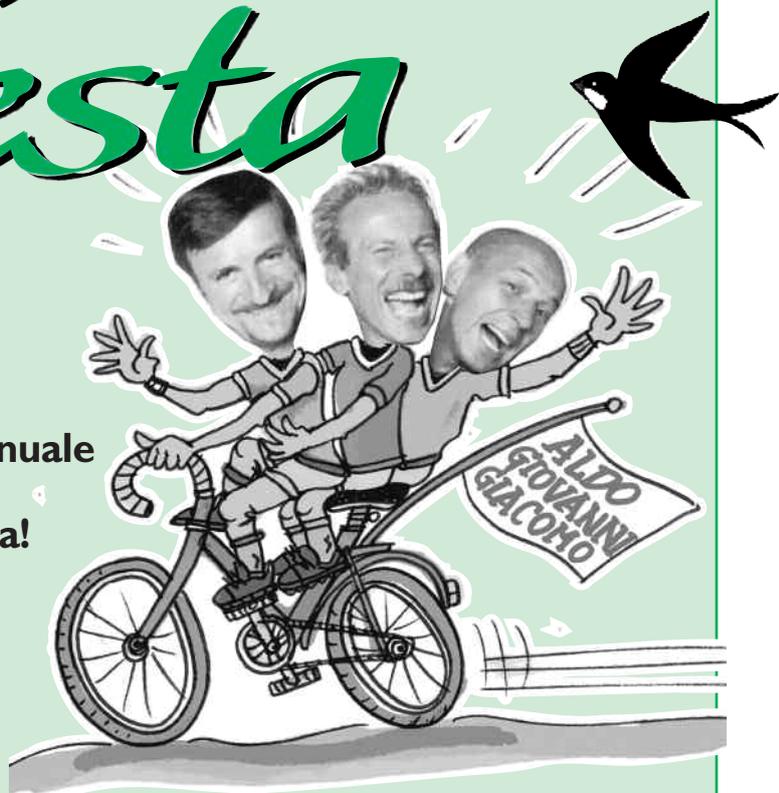
di primavera

compie 25 anni

La più importante manifestazione annuale di Fiab Ciclobby taglia un traguardo importante, i suoi primi 25 anni di vita!

Domenica 20 marzo un lungo serpentone di ciclisti provenienti da tutta la Lombardia attraverserà per due ore le vie di Milano, da via Dante al Parco di Trenno, per festeggiare l'arrivo della primavera e per sottolineare tutti insieme che la bicicletta è il mezzo di trasporto ideale per una città che guardi al futuro.

Con noi a Bicinfesta anche **Aldo, Giovanni e Giacomo**, insieme ad alcuni dei testimoni delle venticinque edizioni passate:



Eventi durante la settimana di Bicinfesta

sabato 12 marzo e mercoledì 16 marzo

nei pressi del gazebo Ciclobby in via Dante angolo Cairolì dalle 13.00 alle 17.00 **Bicisicurezza**, controllo gratuito dell'impianto luci e dei freni a cura dei meccanici volontari Fiab Ciclobby;

venerdì 18 marzo ore 21.00

presso la sede Ciclobby in via Borsieri 4/E

e sabato 19 marzo ore 11,00

presso Villaggio Barona, Via Zumbini 6 (Via E. Ponti) **doppio incontro con Emilio Rigatti**, il grande "prof a pedali", che parlerà del suo ultimo libro *Se la scuola avesse le ruote*, Ediciclo Editore, e proietterà il film *Un anno di scuola*, emozionante racconto di un'esperienza umana e didattica molto particolare.

associazioni Fiab di altre città) sono aperte da sabato 12 marzo al gazebo Ciclobby in via Dante.

Hanno dato già la loro adesione:

Associazioni FIAB Lombardia, Associazione Paraplegici, FAI Delegazione di Milano, Genitori Antismog, Legambiente, WWF Lombardia.

Ringraziamo

coloro che ci hanno già assicurato il loro sostegno economico. Al momento di andare in stampa sono, in ordine alfabetico: Alce Nero&Mieli, APT Val di Fiemme, Comieco (Consorzio Recupero Imballaggi Cellulosici), Consolato Olandese e Ente Nazionale Olandese per il Turismo, L'Austria per l'Italia, Ecotoys, La gioca, Lifegate, Smart Box, Tucano Urbano, Weleda.

Gianni Biondillo, Lella Costa, Filippa Lagerback, Pier Luigi Marzortti, Maurizio Nichetti, Fabio Treves (che fu testimone della primissima Bicinfesta nel 1986), e al neo Console d'Olanda a Milano, rappresentante del paese più ciclabile d'Europa. E per la prima volta il Ciclosoccorso della Croce Rossa Italiana.

Bicinfesta partirà da via **Dante** e approderà dopo due ore di passeggiata al Centro "Gorlini-Casa dell'Orma" (www.ormasite.it) al **Parco di Trenno**, dove si svolgerà la festa conclusiva con ristoro, estrazione di premi (biciclette e viaggi), musica con ballo popolare e volo di aquiloni.

Bicinfesta ha il patrocinio del Comune e della Provincia di Milano, del Consiglio di Zona 8, del Consolato Olandese, del CONI Lombardia.

Le iscrizioni (5 euro gli adulti, 3 euro i bambini, i gruppi familiari e le

E ringraziamo questi nostri Ciclobby Point che hanno offerto le biciclette che saranno estratte a sorte all'arrivo: AWS Bici, Doniselli, Due Ruote Porpora, Equilibrio Urbano, Igor Bike, La Bicicletteria, Rossignoli, Sivestrini.

Per finire un appello a tutti i nostri soci di buona volontà

Bicinfesta è una macchina complessa e la sua buona riuscita dipende dall'apporto di tanti volontari. Se avete poco o tanto tempo da dedicare (per i turni al gazebo, per il servizio d'ordine, per la diffusione dei volantini ecc.), segnalatevi in segreteria.

Per il servizio d'ordine segnalatevi direttamente a Donata Schiannini (donata@lemmari.it).

Per i turni al gazebo direttamente a Vanna Bartesaghi (vanna.bartesaghi@libero.it).

Anna Pavan





Milano ciclabile

Cosa bolle in pentola?

Ci possono essere modi diversi per descrivere la situazione attuale dei cittadini milanesi che usano la bicicletta come mezzo di trasporto per i loro spostamenti in città. Uno di questi è la "metafora del ristorante". I ciclisti milanesi sono come i clienti di una vecchia trattoria, una antica insegna che ormai da anni promette assai più di quanto non mantiene.

Questi clienti si sono nel tempo abituati ad avere a che fare con una trattoria non molto pulita, dalla cucina indigeribile gestita da cuochi improvvisati, con un ambiente fumoso e il personale sgarbato, che urla ed a volte insulta gli avventori. Costretti, loro malgrado, a sedersi sempre allo stesso tavolo, perché... è l'unico ristorante aperto in città.

Questi consumatori hanno accumulato delusioni, qualche mal di fegato, ma soprattutto il loro appetito insoddisfatto, alternato a momenti di nausea, è diventato una fame vorace.

Proprio così: i ciclisti milanesi hanno una gran fame.

Di recente, il locale ha cambiato gestione.

Sotto una nuova insegna, personale nuovo dai modi garbati accoglie i clienti e li invita a sedere al tavolo, annunciando grandi soddisfazioni. Dalla cucina escono nuovi profumi e ci si domanda cosa verrà servito tra le portate. Nell'attesa, i clienti continuano a consultare un ricco menu, che li alletta con piatti sfiziosi ed assolute novità.

Ma questi clienti non possono accontentarsi ormai di sfogliare il menu, né di annusare i profumi nell'aria o di sentire l'oste magnificare le qualità dei suoi pregiati manicaretti. Hanno bisogno di mettere sotto i denti quello che il cuoco sa preparare, per saggiarne le competenze e giudicarne la cucina: se sia tutto fumo con poco (o niente) arrosto, insipida o troppo condita, o dai sapori tutti uguali e preconfezionati. O se, invece, finalmente, quella antica insegna potrà riprendere lustro e restituire

Déja vu

Ripubblichiamo l'intervento apparso sul numero 2/2007 di *Ciclobby Notizie*, del giugno 2007, circa un anno dopo l'inizio del mandato dell'attuale Giunta comunale (in carica dal 30 maggio 2006).

Ai lettori il commento.



ai clienti traditi una fiducia da tempo compromessa, combinando con cura, saggezza ed equilibrio i giusti ingredienti.

È bene però che lo chef non tardi troppo a far servire queste nuove portate: anche i clienti più affezionati si spazientiscono, prima o poi, cadendo esausti o iniziando a roscchiare nervosamente le gambe del tavolo o anche decidendo che, alla fine, è meglio arrangiarsi, ancora una volta, accontentandosi di un panino dalla salumeria accanto. Ne va, insomma, anche della credibilità del locale.

È ormai noto che le aspettative tradite si trasformano in frustrazioni profonde.

E.G.



Vietato ai velocipedi



La Stazione Garibaldi

Da un po' di tempo a questa parte, l'utilizzo della stazione da parte dei ciclisti è davvero molto difficile e faticoso.

Impossibile ormai da raggiungere, a causa del divieto di accesso alle bici nel tunnel di Porta Nuova, la situazione peggiora a ogni modifica del cantiere di via Ferrari. Provate a raggiungere la stazione dal Cimitero Monumentale; provate a lasciare la stazione con direzione corso Buenos Aires (rispettando il divieto, questa è l'unica regola): se riuscite a trovare un percorso lineare, sicuro, logico, vi faccio un regalo.

Qualora abbiate raggiunto la stazione in tempo per prendere il treno, fate in fretta: se volete trovare il parcheggio sappiate che i pali si riempiono rapidamente!

Guida Biscaro





Nuovo palazzo della Regione: con eliporto ma **senza bici**

Anno 2011: Milano ha un nuovo skyline, ha nuovi grattacieli. Uno di questi è Palazzo Lombardia, la nuova sede di Regione Lombardia dotata anche di eliporto. Un'opera firmata da grandi architetti, con 190mila metri quadrati di superfici costruite e una torre alta 161 metri (39 piani fuori terra), inserita in una zona della città già densamente urbanizzata.

Raggiungibile con la metropolitana e alcuni bus, come ogni altro angolo di questa nostra piatta città il grattacielo è facilmente raggiungibile anche con la bicicletta e lo conferma una stazione del BikeMi (non ancora operativa) su via Melchiorre Gioia proprio davanti a uno dei quattro ingressi.

Il Palazzo, i cui lavori sono cominciati nel 2007, non è ancora terminato e il cantiere è tuttora aperto. Nonostante ciò, da qualche mese sono iniziati i trasferimenti degli uffici regionali. Oltre ai dipendenti di Regione Lombardia il palazzo ospiterà (quando sarà terminato) bar, ristoranti, negozi, spazi culturali, una chiesa ecc. Infatti i vertici di regionali con questo polo istituzionale non solo hanno voluto raggruppare i propri uffici in un'unica sede, ma hanno anche voluto donare al capoluogo milanese una piazza civica moderna dove le persone possano incontrarsi, facendo di questo luogo un centro d'incontro della vita sociale.

Nuovi grattacieli, nuova viabilità, la torre più alta di Milano: il nuovo che avanza in zona Isola-Porta Nuova, e il vecchio che continua: nessuno ha pensato alle biciclette di quelli che lavorano nel nuovo megapalazzo della Regione, figuriamoci dei visitatori; però, tranquilli, forse ci penseranno!

Queste le intenzioni, ma occupiamoci ora dei primi abitanti del palazzo, i dipendenti e in particolare quelli che usano la bicicletta come mezzo di trasporto da casa al lavoro, sia milanesi che pendolari. Cos'hanno trovato in questa sede così ambiziosa? Non quello che si aspettavano: neanche una misera rastrelliera!

Trascorsi i primi giorni di ambientamento ai nuovi spazi, i dipendenti hanno fatto partire le prime mail di richiesta di chiarimento. E cos'hanno scoperto? Hanno scoperto che a Palazzo Lombardia il parcheggio delle biciclette, in prossimità dei principali punti di accesso, rientra tra le opere di prossima realizzazione (almeno a parole). Ma quando verranno pronti questi punti di sosta? Non prima che siano completate tutte le opere interne ed esterne al palazzo! Ultimo degli ultimi, insomma.

Ecco quindi che anche di fronte al nuovo palazzo la sosta rimane selvaggia, i ciclo-dipendenti quotidianamente si devono arrangiare utilizzando di tutto: dalla struttura del BikeMi (ricordiamo: non ancora attivo),

ai pali della segnaletica verticale, ai cestini della spazzatura, ai ripari in legno degli alberi... e a quell'unica misera rastrelliera su via Galvani, installata dopo le prime lamentele dei dipendenti.

Ora, a questi cilodipendenti non rimane altro che sperare che Infrastrutture Lombarde (società di capitali interamente partecipata da Regione Lombardia), sollecitata dal Mobility Manager, estragga dal cappello magico, in tempi rapidi, una soluzione dignitosa al problema della sosta delle biciclette.

Tristemente, non possiamo far altro che constatare che la questione è ancora considerata come un problema marginale di una particolare utenza di persone e che, ancora una volta, non viene visto come uno dei nodi fondamentali della mobilità dolce!

Tutto ciò avviene qui, a Milano, a pochi anni dall'expo 2015, nella nuova sede di un ente che recentemente ha emanato una legge per favorire la mobilità ciclistica, la legge regionale del 30 aprile 2009 n. 7...
no comment!
Laura Coletta

• **agosto 2009** Lanciamo un primo comunicato stampa segnalando l'assurdità del divieto di transito alle bici nel tunnel appena inaugurato (e definito "ecologico"!!!).

• **ottobre 2009** Invia una lettera raccomandata al settore Mobilità del Comune e a tutti i responsabili dell'area di cantiere su cui insiste il tunnel Porta Nuova, chiedendo spiegazioni.

• **dicembre 2009** Persistendo il silenzio, organizziamo una manifestazione di protesta durante la quale un nutrito gruppo di ciclisti percorre in un senso e nell'altro il tunnel di Porta Nuova, e poi esplora l'unica assurda via di circumnavigazione.

• **febbraio 2010** Persistendo il silenzio, rivolgiamo istanza all'ufficio del Difensore Civico di Milano.

• **maggio 2010** Il Comune, applicando le disposizioni dell'ultima legge finanziaria, chiude l'ufficio del Difensore Civico.

Quanto abbiamo parlato del tunnel di Porta Nuova?

Ne abbiamo parlato molto. Abbiamo anche agito. Ma non è successo niente. Per non perderne la memoria, ecco qui una sintetica cronologia.

*Il suo silenzio era abbastanza eloquente.
(Umberto Eco)*

• **maggio 2010** Invia una lettera-appello al presidente del Consiglio Comunale e ai media sulla denegata giustizia conseguente alla soppressione dell'ufficio del Difensore Civico.

• **giugno 2010** Riceviamo una lettera del Gabinetto del sindaco che ci informa che è consentito un termine breve per eventualmente ripresentare agli uffici competenti (per intenderci, gli stessi a cui avevamo scritto a ottobre 2009!) istanze giacenti e non ancora trattate dal Difensore Civico.

• **luglio 2010** Ripresentiamo l'istanza, come suggerito, agli uffici indicati entro i termini previsti.

• **dicembre 2010** Segnaliamo al presidente del Consiglio Comunale il totale, rigoroso, assoluto silenzio sin qui serbato dal Comune.

Succederà qualcosa nel 2011? Il seguito (se ci sarà) ai prossimi numeri.





Milano ciclabile

Guido Lopez, un amico della bici

Ai primi di dicembre è mancato Guido Lopez, personalità di spicco nel panorama culturale milanese degli ultimi sessant'anni, grande scrittore di storia e arte milanese, noto anche al più vasto pubblico per le singolari doti di grande divulgatore. Ed è stato anche un pioniere in epoche lontane in cui usare la bici in città sembrava solo il comportamento un po' bizzarro di una personalità originale, come ricorda qui accanto il figlio Fabio.

E questo basterebbe per ricordarlo, ma noi di Ciclobby abbiamo un motivo in più: Guido Lopez ha seguito e accompagnato le nostre battaglie fino all'ultimo. Nel 2006 ha voluto dimostrare tutto il suo apprezzamento per noi scrivendo la prefazione a *Milano è bella in bici*, il primo dei libri di itinerari promossi da Fiab Ciclobby e scritti da Anna Pavan, e partecipando alla presentazione alla libreria Feltrinelli di Buenos Aires. L'ultima volta che l'abbiamo visto è stata nel giugno scorso quando, benché minato ormai nella salute, non ha rinunciato a far visita alla nostra postazione di piazza Argentina per la raccolta di firme in favore della ciclabilità di corso Buenos Aires.

Con affetto, gli amici di Ciclobby

Guido Lopez in bicicletta o in bicicletta

Mio padre amava la sua città e soprattutto amava conoscerne i segreti.

Milano è una città che nasconde le sue bellezze. Appare grigia, nebbiosa anche quando non c'è la nebbia, fatta di traffico e disfatta di smog; eppure è piena di ricchezze dentro, di segmenti di storia e di storie. Mio padre ha cercato di scovare quelle, per un lungo specchio della sua vita. Almeno, per quello che io, da figlio, ho potuto osservare. Andava con il piglio dell'inquisitore cultu-



E proprio vero che nessuno è profeta in patria. Sapevamo dell'istituzione di un servizio di ciclosoccorso a Milano, ma abbiamo verificato che pochi lo conoscono, perfino tra i nostri soci. Speriamo che sarà meglio conosciuto dopo che sarà intervenuto alla nostra Bicinifesta, suscitando attenzione anche da parte della stampa. Intanto lo vogliamo ricordare ai nostri soci, e a quanti ricevono il *Notiziario di Fiab Ciclobby*, con qualche informazione in più che chiediamo direttamente al responsabile Luca Gelmini.

Da quanto tempo è attivo a Milano il servizio di Ciclosoccorso della Croce Rossa Italiana?

Il servizio è attivo dal novembre 2009, abbiamo quindi da poco compiuto un anno. Pur essendo molto giovani in termini di anzianità di servizio abbiamo già svolto molti servizi, in alcuni casi anche molto importanti da un punto di vista sia nazionale che internazionale.

Il nostro servizio di Ciclosoccorso è stato il primo a svolgere attività in occasione della Stramilano 2010, evento sportivo di portata internazionale: i soccorritori hanno potuto essere presenti su tutto il percorso di gara insieme agli atleti, pedalando accanto a loro. Altro servizio particolarmente importante è stata la Fiaccolata di Solferino, evento commemorativo annuale durante il quale volontari di Croce Rossa di tutto il mondo si riuniscono a Solferino per fare una fiaccolata in memoria di quel-

Intervista a Luca Gelmini, responsabile del Ciclosoccorso della Croce Rossa Italiana, Milano

la battaglia, teatro che ha visto nascere per volontà di Henry Dunant il concetto di soccorso sanitario universale. Anche in tale occasione il nostro Comitato è stato il primo servizio di Ciclosoccorso a prestare la propria opera di assistenza. Siamo molto giovani ma, come detto, ci stiamo facendo conoscere.

Lo ha inventato lei? e comunque, chi l'ha inventato è una persona che si sposta normalmente per la città in bicicletta?

Non ho inventato nulla, ho semplicemente tradotto e creato un servizio simile a quello che avevo visto in alcune realtà internazionali, all'estero. Il passo è stato facile, ho coniugato la mia passione per le due ruote con l'esperienza diretta di quasi vent'anni di volontariato in Croce Rossa. Il nostro Presidente e il Comune di Milano, settore salute, hanno da subito creduto al progetto, permettendone la nascita e il successivo sviluppo. L'aiuto dei volontari, alcuni dei quali appassionati di bicicletta, è stato poi fondamentale per evitare alcuni problemi che ci avrebbero senz'altro ostacolato.



Quanti sono i soccorritori ciclisti, e chi sono? volontari? medici, infermieri o persone che hanno seguito un corso di pronto soccorso?

Al momento il gruppo dei volontari che partecipano al servizio di Ciclosoccorso è composto da circa 30 persone. Si tratta di volontari che appartengono alle varie componenti di Croce Rossa: Volontari del Soccorso, Pionieri, Corpo Militare, Infermieri Volontarie.

Il personale è quindi tutto addestrato e



Il Giappone a Milano?

È un sogno, o un giorno o l'altro potrebbe succedere anche da noi?

Una delle più grandi società di trasporti e consegne di Tokio, la Ecohai Co., ha sostituito metà dei suoi automezzi con biciclette a pedalata assistita (le cosiddette "bici elettriche"). In una città di trenta milioni di abitanti, dove il traffico è quello che si può immaginare ma, a differenza di Milano, in sosta vietata si prendono le multe, centocinquanta bici con traino a copertura impermeabile capace di portare 150 chili hanno dato un taglio ai tempi, alle multe, ai costi assicurativi; non solo, ma l'opinione pubblica laggiù è sensibile ai temi ambientali e l'immagine della Ecohai se ne è avvantaggiata.

I media hanno fatto sapere che in nove mesi il nuovo sistema di consegne ha evitato l'emissione nell'aria di 1500 tonnellate di anidride carbonica, un bel risultato e una bella pubblicità gratuita. Unico neo nella soddisfazione dei dirigenti, la concorrenza: altre aziende di trasporti si stanno organizzando, addirittura con bici elettriche a batterie solari.

E noi? Sì certo, ci sono i nostri amici Urban Bike Messengers; ma non sono (ancora?) la più grande ditta di trasporti di Milano.

rale e lo scrupolo di uno storico, senza essere né l'uno, né l'altro, ma avendo fatto scuola di penna e calamaio con il padre Sabatino, commediografo, e scuola di storia con il fratello Roberto, medievista.

Il mezzo di locomozione che Guido ha sempre preferito a ogni altro per spostarsi nei meandri urbani e raggiungere le lanche più appartate è sempre stata la bicicletta. Biciclèta, diceva lui d'origine toscana, non biciclèta con la "e" aperta alla milanese, ma sempre bici.

Il suo rapporto con i due pedali non era passionale, ma era d'abitudine, come cosa normale e ovvia per muoversi comodamente nella città, in fretta e senza problemi. Ci aveva legato una cassetta della frutta dietro, per evitare che la sua cartella volasse di fuori. "Pedalante mobilità" per dirla con Paolo Conte.

Guido ha lasciato in libreria i suoi testi su Milano, da Milano Gin Mano a Leonardo e Ludovico, e ha lasciato la sua bici-con-la-cassetta-della-frutta in cantina.

Fabio Lopez



qualificato: la maggior parte ha anche la certificazione di Soccorritore secondo le linee guida del 118, con relativa abilitazione alla defibrillazione precoce con defibrillatore semi-automatico

Come li avete formati? siete partiti da persone che già andavano abitualmente in bicicletta e avevano già nozioni di pronto soccorso, o siete partiti da una di queste capacità e avete dovuto formarli sull'altra?

In entrambi i modi. I primi a partecipare sono stati volontari che già svolgevano abitualmente servizio di "Emergenza Urgenza" in ambulanza, alcuni invece sono entrati in Croce Rossa proprio perché attratti dal servizio di Ciclosoccorso.

Che cosa porta con sé un ciclosoccorritore? è un carico molto pesante? e la bici deve avere caratteristiche particolari, o è una normale bici da città?

Le biciclette utilizzate per svolgere servizio di Ciclosoccorso sono normali mountain bike (che ci sono gentilmente state donate da Decathlon, che ringraziamo). A queste biciclette sono applicate due borse laterali con una capacità totale di circa 30 litri. Quando le borse sono a pieno carico pesano circa 8-10 chili la coppia. Il peso non è quindi eccessivo. All'interno di queste borse viene messo tutto il materiale che normalmente si trova all'interno di uno zaino di soccorso presente su un'ambulanza. La scelta delle biciclette si è

orientata sul modello mountain bike proprio perché a volte si ha necessità di fare servizio anche in realtà dove una normale bici da città risulterebbe penalizzata, quali parchi cittadini, sentieri fuori Milano. Le mountain bike si sono dimostrate le più versatili in termini di maneggevolezza su terreni sconnessi e comfort di guida su percorsi asfaltati.

Se vedessi passare per strada un ciclosoccorritore, da che cosa lo potrei riconoscere?

Le biciclette hanno un logo di Croce Rossa, così come il caschetto che tutti i ciclosoccorritori indossano (la sicurezza prima di tutto!); i volontari indossano poi la divisa ufficiale di Croce Rossa. È quasi impossibile non essere notati.

Se un socio di Fiab Ciclobby volesse diventare ciclosoccorritore, a chi si dovrebbe rivolgere?

Per diventare volontari di Croce Rossa e poter svolgere servizio di Ciclosoccorso è necessario seguire un corso di arruolamento che si compone di due moduli. A

metà del secondo modulo è possibile, compatibilmente con le esigenze di servizio, svolgere servizio di Ciclosoccorso in qualità di "terzo osservatore"; alla fine del secondo modulo e dei relativi esami di abilitazione si è in grado di fare servizio normalmente. Senz'altro quindi se un socio Fiab Ciclobby vorrà entrare a far parte del nostro gruppo si potrà rivolgere al nostro comitato oppure scrivere una mail a ciclosoccorso@crimilano.it; noi lo indirizzeremo verso il servizio didattico.

Il Ciclosoccorso sarà presente alla prossima Bicifesta, e di questo la ringraziamo. Se è la prima volta che fate servizio in una manifestazione di ciclisti, questa novità vi fa un po' di paura? Sia sincero...

In totale sincerità debbo dire che l'unica cosa che realmente mi fa paura in queste occasioni è il non essermi preparato a monte, studiando il percorso, pensando a quello che può succedere e preparando di conseguenza l'intervento nei giorni e nelle settimane precedenti. C'è sempre spazio per l'imponderabile ma se ci prepara bene e con coscienza e umiltà penso che si possano ridurre i rischi di errore, quindi già da ora vi dico che saremo alquanto minuziosi nel chiedere a voi tutti i dettagli della manifestazione, spero non ce ne vorrete.

Certo che non ve ne vorremo, anzi siamo fin d'ora pronti a rispondere a qualsiasi domanda!

Donata Schiannini





Milano ciclabile

La storia della pedonalizzazione inizia forse otto anni fa quando si costituisce un comitato di cittadini che inizia a raccogliere firme contro l'espansione del commercio all'ingrosso cinese.

Allora tutti i negozi sulla via erano ancora in mani italiane o di grandi gruppi. C'erano Feltrinelli, Timberland, Premaman, Chicco, famose firme della moda e negozi tradizionali. C'erano panetterie, fruttivendoli, e tutti i negozi tipici di quartiere. Ma nelle vie laterali il commercio cinese ingrosso-dettaglio cominciava a espandersi e cercava nuova visibilità nella via principale.

Dal 2004, prima sporadicamente e poi con un'accelerazione sempre più forte, i commercianti cinesi acquisiscono le licenze o le proprietà dei negozi sulla via Paolo Sarpi facendo offerte sempre più allettanti, e quasi tutti gli italiani cedono le proprie attività pensando di fare l'affare della vita.

La legge Bersani che liberalizza il commercio e la mancanza di un piano commerciale che avrebbe potuto o dovuto, a vostra scelta, essere attivato dal Comune lasciano mano libera, e nel giro di pochi anni quasi tutti gli esercizi passano di mano e diventano empori di merce cinese a poco prezzo dove arrivano a rifornirsi gli ambulanti e i negozianti dai dintorni e fin dal Canton Ticino.

Dei quattro negozi per bambini ne resta uno e degli altri negozi tradizionali restano un panettiere, un macellaio e un fruttivendolo, oltre a un piccolo super, su quasi un chilometro di lunghezza.

Tutto il tessuto del piccolo commercio tradizionale è perso per sempre. Ma i residenti italiani rimangono quasi tutti. Pochi tra i commercianti cinesi abitano nel quartiere, arrivano con le loro lussuose automobili da altre zone di Milano e hanno spesso contenziosi con i vigili per problemi di sosta.

Finché, tre anni fa, esplose la protesta.

Una donna cinese litiga con i vigili urbani a causa di un parcheggio, si passa dalle parole ai

Paolo Sarpi isola pedonale: una vittoria della gente

La lunga storia di via Paolo Sarpi, dall'arrivo dei primi grossisti cinesi al conflitto Italia-Cina (o almeno Milano-Cina), dal progetto comunale di ZTL alla battaglia dei cittadini ragionevoli per poter andare su e giù in bicicletta, fino a una soluzione, una volta tanto, di buon senso. Con qualche problema intorno.

fatti e in breve una folla di cinesi si raduna minacciosa attorno allo sparuto gruppo di "ghisa" che tentano di arrestare la donna per ingiurie.

I nostri eroi assediati chiamano a rinforzo l'esercito e l'aviazione, cioè tutte le pattuglie disponibili, e ne nasce un parapiglia con qualche contusione, in cui si inseriscono pro e contro controfigure politiche di tutti gli schieramenti.

Dopo questo episodio il Comune decide che bisogna spezzare le reni ai cinesi e dichiara la guerra del parcheggio multando inesorabilmente tutti quelli che trova: cinesi e italiani.

L'intervento dell'ambasciata e persino una dichiarazione di un ministro cinese a Berlusconi in visita in Cina calmano subito gli istinti bellicosi del vicesindaco De Corato, che non sa più che pesci pigliare.

Si decide quindi che per scoraggiare il commercio all'ingrosso, visto che i cinesi non ne vogliono sapere di trasferirsi a Lacchiarella, la soluzione sia quella di creare una ZTL, Zona a



A fine dicembre 2010 l'ecomostro del Quartiere Adriano, ossia la mega cementificazione in atto tra la via Adriano e la via Tremelloni, ha partorito una bimba rossiccia, lunga poco più di un chilometro e che hanno subito battezzato Pista Ciclabile.

I cugini della famiglia Coperta Scucita ringraziano, sono un po' perplessi ma tutto sommato si rallegrano. La nascita ha una piccola testolina rossa vigilata dal Parchetto giochi in fondo a via Tremelloni angolo via Anassagora, il suo ancor magro corpicino si estende nel nuovo insediamento urbano per la via

Famiglie divise

Gassman e i piedi solleticano il naso alla via Ugo Tognazzi.

I genitori l'hanno protetta dalle auto ma non certo dai pedoni, che prevedo la calpesteranno abbondantemente. La bimba è tenuta rigorosamente lontana dai suoi cuginetti, sia quelli grandicelli del quartiere Adriano e al confine con Sesto, sia quello ben più giovane ma limitrofo all'inizio di via Tremelloni verso viale Monza.

Nel quartiere tutti sperano che la famiglia cresca e presto si aggiunga un'altra sorellina a completamento dell'opera, ma visti i tempi la probabilità che la piccola rimanga figlia unica e languisca nella solitudine e nell'incuria sembra molto alta.

I cuginetti si chiedono se mai potranno giocare con lei. Noi veglieremo.

Marco Capecechi



Traffico Limitato, che consentirà di limitare il traffico ai soli residenti. Partono i progetti con tavoli di discussione a cui partecipano le associazioni di cittadini e di commercianti cinesi e italiani, ormai uniti dal comune interesse ad avere una via commerciale rivalutata, partecipano i consigli di zona, partecipano i tecnici e i politici del comune e si arriva al progetto "Sarpi si fa bella", avviato nell'autunno del 2009.

Fortunatamente il Comune e la società Metropolitana Milanese che gestiscono i lavori hanno la buona idea di delegare a una società esterna di comunicazione il compito di tenere i rapporti con i cittadini e di illustrare le caratteristiche del progetto.

Così dopo alcuni mesi dall'inizio dei lavori il progetto arriva anche a conoscenza di noi di Ciclobby e alcune lettere, ricordo quella di Gian Piero Spagnolo oltre a quella di Eugenio Galli, il presidente, mettono in rilievo che non si capisce che fine faccia la circolazione delle biciclette in una via a senso unico.

Mandiamo una richiesta di chiarimento al sito *cantieresarpi* e incredibilmente otteniamo una risposta semplice ma disarmante nella sua assurdità: non è prevista la circolazione delle biciclette nei due sensi di marcia.

La cosa diventa di dominio pubblico, si costituisce il comitato *Sarpiciclabile* che comincia a tempestare di mail il sito del cantiere e gli uffici comunali.

Le associazioni di quartiere e dei commercianti cascano dalle nuvole, ma poi si rendono conto dell'assurdità di spendere milioni di euro per non avere neppure la possibilità di percorrere la via in bicicletta in entrambi i sensi, e probabilmente anche i cinesi fanno sentire la loro opinione visto che ormai hanno trasferito su bicicletta tutto il trasporto merci dai negozi ai parcheggi autorizzati di fronte al Cimitero monumentale.

Anche il Comune si rende conto della stupidaggine e compie una rapida inversione di marcia dichiarando che Paolo Sarpi sarà come via Dante, libera alla circolazione delle bici.

Ma per arrivare alla certezza di questa interpretazione bisogna attendere il mese di ottobre scorso in cui una delibera ufficiale del Consiglio comunale converte la prevista zona a traffico limitato in zona pedonale, e quindi libera alla circolazione delle biciclette in entrambi i sensi.

In sostanza si tratta di una piccola vittoria del buon senso ma i problemi di circolazione e parcheggio si sono trasferiti, ingigantiti, su tutte le strade limitrofe su cui ora diventerebbe necessario prevedere un serio progetto di area ambientale con moderazione del traffico e revisione della circolazione delle automobili, dando finalmente spazio alle soluzioni con corsia ciclabile in contromano che vengono realizzate in tutta Europa e anche in Italia, tranne che a Milano.

Walter Monici

No, non siamo a Copenhagen

Se fossimo a Copenhagen avremmo molto più freddo, però forse ci verrebbe molta più voglia di pedalare. Sì, perché il nostro Comune sarebbe il comune di Copenhagen, non quello di Milano, e avremmo ricevuto da lui un invito molto convincente ad andare in bicicletta in città. Ecco, tradotto in italiano.

7 buone ragioni per andare in bicicletta

Ci sono tante ragioni per saltare sulla tua bici con qualsiasi tempo, quando vai al lavoro, a scuola o a divertirti. Queste sono le prime sette.

1. Niente rumore. Una bici si muove silenziosamente per la città, i soli decibel li produce il ciclista quando fischietta allegramente.

2. Niente odore. Le bici non puzzano di benzina.

3. Niente anidride carbonica. Se per andare al lavoro fai 5 chilometri in bici invece che in macchina, risparmi all'ambiente cittadino 3 quintali di CO2 all'anno.

4. Linea perfetta. Pedalare è un fantastico esercizio: una pedalata di 30 minuti a passo tranquillo brucia tante calorie quanto nuotare a farfalla. Aumenta appena appena la velocità e brucerai tanti grassi quanti facendo jogging.

5. Risparmio. Andare in bici è assolutamente economico. Qualche goccia di lubrificante e un cambio di gomme ogni tanti chilometri è tutto quello che ti serve. Puoi dimenticare bollo, assicurazione, parchimetri, carburante.

6. Basta code. Niente più code nel traffico, niente ingorghi, e neanche le code per aspettare l'autobus o la metro; e riesci a infilarti anche nella viuzza più stretta.

7. Libero come l'aria. Con il vento nei capelli, il fruscio dei pedali sotto di te, puoi finalmente anche vedere la tua città.

Contatta l'Ufficio Ambiente dell'Amministrazione comunale.

Traduzione D.S.





Intervista al Console Generale del Regno dei Paesi Bassi

Se Adamo ed Eva fossero stati ciclisti, il loro Paradiso Terrestre sarebbe stato l'Olanda. Eh, sì, perché nel piccolo Regno che si affaccia, con le sue dighe e i suoi mulini a vento, sul Mare del Nord, bici è bello!

Qualche numero per rimanere stupiti e per fare (malevoli o benevoli...) confronti?

Gli Olandesi sono in tutto 16 milioni e nel Paese girano circa 13 milioni di bici, ci sono sette itinerari nazionali (riservati ai soli bikers) che percorrono in lungo e in largo il Paese, la percentuale di spostamenti urbani in bicicletta è del 27% (da noi è del 3,8%), la lunghezza delle piste ciclabili è di circa (la valutazione è per difetto!) 20.000 chilometri.

L'importanza che nei Paesi Bassi, e in particolare ad Amsterdam, hanno le bici la si capisce appena usciti all'esterno della Centraal Station: sulla destra, infatti, c'è un gigantesco parcheggio (gratuito, ça va sans dire!) per bici, tre piani totalmente pieni di due ruote di ogni specie.

Le piste ciclabili in città, poi, sono presenti ovunque, dal centro fino alla periferia; all'interno della metropolitana ci sono vagoni adibiti al trasporto delle biciclette, stesso discorso per i treni.

Quasi naturale che come testimonial di Bicifesta 2011, allora, si sia pensato a Sua Eccellenza Johan Kramer, Console Generale del Regno dei Paesi Bassi a Milano. Al quale abbiamo rivolto qualche domanda.

Il primo amore non si scorda mai... e la prima bicicletta?

Non ho un ricordo preciso della mia "prima bicicletta"... mi sembra di essere sempre stato in sella, quasi di esserci nato... Con la bici ho avuto, fin da subito, un rapporto bellissimo: per me era una specie di completamento, non riuscivo (e non riesco) a pensare ai miei spostamenti se non effettuati su due ruote. Ecco, i ricordi più lontani forse sono legati alle bicicletate con i miei compagni di classe per raggiungere la scuola: dodici chilometri all'andata e altrettanti al ritorno.

La sua love story con la bici come è proseguita?

La mia "love story", come la chiama lei, non è facile da descrivere... la bici è sempre stata accanto a me: è stata una compagna di viaggio e un fidato mezzo di trasporto, utile e a portata di mano



Le terrazze dell'immenso posteggio bici presso la stazione di Amsterdam: ospita 4.000 biciclette

per spostarmi, per recarmi al lavoro, per fare visita agli amici, per andare a fare shopping... sempre! Tutto ciò è stato possibile anche (e soprattutto) per la presenza capillare nel mio Paese di piste ciclabili che consentono (e facilitano) la vita quotidiana insieme alla bicicletta. Si comincia da bambini (tutti i piccoli olandesi vanno a scuola in bici, senza problemi, in totale sicurezza) e si continua, senza soluzione di continuità, fino a quando si è in pensione...

Il suo incarico diplomatico l'ha portata a conoscere situazioni, Paesi, popoli diversi... qual è, a suo giudizio, il Paese più bike friendly che ha incontrato?

Sì, in effetti ho avuto la possibilità di scoprire usi e costumi diversi, tra Estremo Oriente (Giappone, Hong Kong, Cina), Vecchio Mondo (Francia, Olanda, Austria, Italia) e Nuovo Mondo (Canada). Il Paese più *bike friendly*? Escludendo l'Olanda non saprei. Certo non ho mai visto tanti ciclisti come a Pechino: nelle strade c'erano 7/8 file di biciclette e bisognava seguire il flusso che, come una marea, si spostava fermando tutto e tutti. Impressionante. Ovviamente anche a Pechino raggiungevo il Consolato in bici!

Parliamo allora dell'Olanda: quali sono le caratteristiche che rendono particolare la situazione nel Paese per i bikers?

Da sempre, il Governo Centrale pensa che un ciclista sia un cittadino come tutti gli altri e abbia il diritto, come tutti (pedoni, automobilisti, motociclisti), di spostarsi in modo sicuro. Ecco che, allora, a partire dagli anni '60 e '70, in coincidenza con l'aumento del numero di automobili e con la diffusione del traffico automobilistico, si è avvertita la necessità di costruire piste ciclabili o di rendere più sicure quelle esistenti. Da sempre i governi del mio Paese si sono occupati di pianificazione territoriale in modo coerente e attento e il trasporto su due ruote entra a far parte di questa pianificazione del territorio: nella progettazione di un nuovo quartiere, di una nuova strada, di un insediamento urbano, architetti e urbanisti tengono conto degli spazi necessari ai ciclisti, insieme ai marciapiedi per i pedoni e alla strade per le auto.

Le è capitato nella sua carriera diplomatica di assistere a "Feste della bici" come la nostra Bicifesta?



Più che assistere, una addirittura l'ho organizzata io. Ricordo, ero a Toronto dove esiste una numerosa comunità olandese (anche di discendenti di immigrati). Contando sulla possibilità di "importare" la filosofia delle due ruote anche in Canada e di collegarla a quella dell'ecologicamente corretto (la bici è, ovunque, sinonimo di attenzione per l'ambiente) ho pensato allo slogan "go green, go dutch, go bike" rivolto dapprima alla comunità olandese, ma in realtà allargatosi anche al resto della popolazione. Il format è stato poi esportato a Vancouver e in alcune città Usa, come Chicago e New York. Collegata alla "festa" vera e propria era stata organizzata una serie di seminari e *workshop* a cui erano stati invitati esperti di pianificazione territoriale dall'Olanda che si confrontavano con i loro colleghi statunitensi e canadesi sul tema della mobilità metropolitana.

Il suo giudizio, spassionato, sulla ciclo-mobilità a Milano?

Premesso che la bici è il mezzo di trasporto che io amo di più e che la perfezione non esiste, forse Milano non è la città più adatta ai ciclisti: le piste sono poco integrate tra di loro, non esiste una rete organica, logica e razionale, spesso le piste esistenti sono interrotte dalle auto parcheggiate, dai binari dei tram... Diciamo che la sicurezza è un'altra cosa!

Ammettiamo che il futuro Sindaco di Milano le chieda di suggerirgli qualche mossa per far diventare la città non solo car friendly ma anche bike friendly, quali sarebbero le sue proposte?

In realtà è abbastanza semplice far diventare una città a misura di bici. Basta pensare, come dicevo prima, che i ciclisti sono cittadini come tutti gli altri e come tutti gli altri hanno il diritto di spostarsi e di muoversi in tutta sicurezza. A New York, per esempio, la Municipalità ha lavorato al collegamento delle piste ciclabili tra di loro, ha ostacolato la possibilità di parcheggio abusivo delle auto mettendo dei paletti metallici o sopraelevando il livello delle piste... Solo con queste piccole iniziative il numero di coloro che utilizzano la bicicletta per spostarsi a Manhattan è aumentato in modo esponenziale.

Ci vedremo a Bicinfesta, allora... Ci potete contare... sarà come essere a casa.

Enrico Saravalle

Gutta cavat lapidem

Tradotto dal latino, "la goccia scava la pietra" è una verità nota a tutti, ma per ottenere quel risultato bisogna che la goccia cada tante, tante volte.

Il 16 gennaio 2011 Giovanni Gronda ha scritto su [www partecipami.it](http://www.partecipami.it):

Dopo anni (quanti 10? 20?, difficile ricordare da quanto tempo era così) la ciclabile di via Alberto da Giussano (tra Conciliazione e Pagano), parte dell'itinerario che da Piazzale Lotto porta al Parco Sempione, è stata restituita, si spera per sempre, alla legalità, al decoro e, quindi, ai Milanesi. Quattro paletti sono bastati per scacciare le auto da dove NON devono stare. Ora resta solo da sistemare tutto il resto della città, cacciando auto e moto dalla sosta (vietata) su marciapiedi, viali alberati ecc. ecc.

Era ora che tutti lo sapessero. Ma già il 5 novembre 2010 Antonio Viarengo aveva scritto a Fiab Ciclobby una mail con oggetto *ce l'ho fatta!* e un testo brevissimo, questo: *ecco... con piacere vi informo che ho ottenuto il mio obiettivo! dopo 3 reclami in comune... via Alberto da Giussano è libera!* E ci ha mandato anche le foto di Prima e Dopo.

Antonio Viarengo non aveva bisogno di scrivere di più perché ci aveva tenuti informati dei suoi ripetuti tentativi di ottenere che la ciclabile di via Alberto da Giussano venisse finalmente restituita ai ciclisti, scacciando le auto in sosta permanente. Ci aveva provato con i vigili, poi direttamente con l'assessorato, e alla fine...

Grazie da parte di tutti noi a questo cittadino che ha preteso che i suoi (e nostri) diritti di cittadino ciclista venissero rispettati. Siamo ben contenti per il risultato, ma ci resta un fondo di amaro: possibile che a Milano per ottenere un minimo e ovvio rispetto delle regole sia necessario sbattersi, perdere tempo, scrivere lettere ed esposti? Sì, purtroppo è possibile. E ogni risultato resta confinato a sé stesso, come osserva ironicamente Giovanni Gronda: *resta solo da sistemare tutto il resto della città.* Ma per fortuna c'è chi ha molta pazienza, e noi speriamo che altri come Antonio Viarengo si diano da fare in tutte le zone. Fiab Ciclobby fa la sua parte, ma se vi muovete anche voi, in tanti, magari i risultati si raggiungono più facilmente.

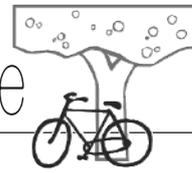
D.S.



Prima



Dopo



Pillole di sicurezza

di Eugenio Galli

Periodicamente qualcuno ci rimprovera di non dire, di non fare abbastanza sui temi della sicurezza stradale, di essere troppo condiscenti rispetto ai molti ciclisti che circolano con imprudenza sulle strade (senza luci, sfrecciando sui marciapiedi, spaventando o mettendo a disagio i pedoni ecc.).

In realtà la nostra associazione è da anni impegnata anche su questi temi. Ha organizzato attività, iniziative diverse. Ad esempio un decalogo sulla sicurezza del ciclista; una presentazione di due ore su questo tema; il Forum sulla sicurezza stradale insieme alla Fondazione Rete Civica di Milano; ha richiesto e ottenuto la costituzione del Tavolo comunale su questi temi (poi fallito per debolezza della volontà politica); promuove periodicamente l'iniziativa "Bici sicura"...

Si potrà allora affermare che non è ancora abbastanza, perché si può sempre fare qualcosa di più. Ma non sono in molti a poter dire di avere fatto altrettanto. E certamente è stato spesso latitante il fronte istituzionale, che non può ritenersi una semplice comparsa, ma deve invece essere protagonista attivo e partecipe.

Ebbene, proprio dal corso sulla sicurezza stradale del ciclista che abbiamo presentato in alcune occasioni è nata l'idea di ridurlo in pillole, per renderlo più digeribile e consentirne quindi una distribuzione diffusa, iniziando da questo numero di Ciclobby Notizie.

Disponibili anche a raccogliere suggerimenti e proposte dei soci e dei lettori del nostro notiziario.

Occorre partire dalla consapevolezza dei diritti e dei doveri per un'affermazione responsabile della presenza dei ciclisti sulle strade: il ciclista sulla strada non è inferiore agli altri utenti. D'altro canto, il semplice rispetto delle regole della circolazione (tenere la destra, procedere in fila indiana, segnalare le svolte, utilizzare le piste ciclabili ove esistenti) può non essere sufficiente a garantire la sicurezza del ciclista e in qualche caso può avere addirittura effetti controproducenti.

E anche alcuni dispositivi di protezione individuale (come il casco), non solo non devono sostituire misure di prevenzione collettiva, ma possono rivelarsi inadeguati se il ciclista si muove come uno sprovveduto nelle insidie del traffico. Non quindi suscitare paura, bensì creare attenzione: questo il nostro intento.

Con queste "pillole" vogliamo provare a seminare qualcosa di nuovo, favorendo la conoscenza di regole, obblighi, divieti e registri comportamentali.

Il bello della bici è anche che ci mette a contatto con l'ambiente: sfruttiamo allora questo vantaggio e non isoliamoci da ciò che ci circonda, anche per salvaguardare la nostra sicurezza.

Ciò evidenzia l'importanza di valutare i pericoli, studiare le norme (la maggior parte degli incidenti è dovuta a infrazioni) e imporsi comportamenti prudenti.

Educazione stradale

Il Codice della strada, con disposizione purtroppo ampiamente sottovalutata (art. 230, comma 1), prevede appositi programmi di educazione stradale nelle scuole, anche al fine di promuovere

re l'uso della bicicletta come mezzo di trasporto, riguardanti «la conoscenza dei principi della sicurezza stradale, nonché delle strade, della relativa segnaletica, delle norme generali per la condotta dei veicoli, con particolare riferimento all'uso della bicicletta, e delle regole di comportamento degli utenti».

Educazione e rieducazione, non solo verso le fasce più giovani ma anche nei confronti degli adulti, sono un tassello fondamentale per la costruzione di una cultura della sicurezza stradale, vero antidoto alla diffusa insicurezza.

Casi frequenti di incidente

Collisione N. 1: l'incrocio da destra

Questo è il tipo di collisione più frequente. Un'auto sta uscendo da una laterale, da un parcheggio o da un passo carraio sulla destra.

I casi sono due: o ti trovi davanti all'auto e l'auto ti investe, o l'auto si immette in strada davanti a te e tu ci sbatti contro.

Come evitare questa collisione

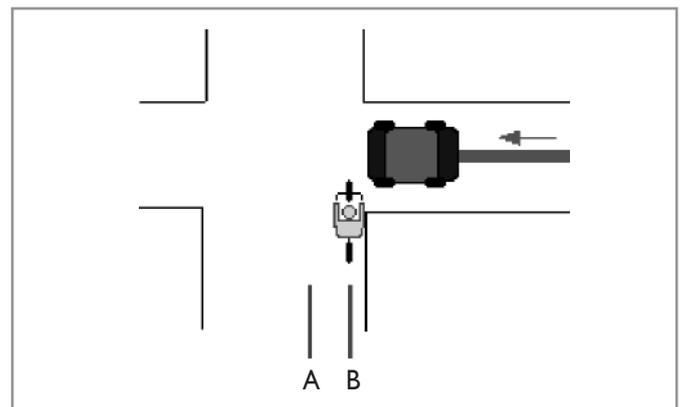
Fatti sentire. Procurati un buon campanello e usalo ogni qualvolta vedi un'auto avvicinarsi (o attendere) davanti a te o alla tua destra. Potresti sentirti a disagio a suonare il campanello: ma tutto sommato, è meglio provare imbarazzo che essere investiti!

Rallenta. Se non riesci a farti notare dal guidatore (incontrandone lo sguardo, soprattutto di notte) rallenta tanto da poter essere in grado di fermarti completamente, se necessario.

Illuminati. Se pedali di notte - o comunque in condizioni di scarsa visibilità - devi assolutamente usare un fanale anteriore e uno posteriore e dotare le ruote di catarifrangenti. È previsto anche dal Codice della strada. E non faranno male giubbotto o bretelle con strisce catarifrangenti, tra l'altro ormai anch'essi previsti dal Codice fuori città di notte, e in città nelle gallerie.

Consiglio pratico. Osserva le due linee grigie "A" e "B" nella figura.

Sei probabilmente abituato a pedalare in "B", molto vicino al bordo del marciapiede perché temi di essere investito alle spal-



Bimbimbici

Insieme per una città più sicura e vivibile.

Appuntamento anche quest'anno ai **Giardini Pubblici di corso Venezia** (nell'area di Monte Merlo nei pressi della scuola materna comunale).

I dettagli li saprete più avanti, consultando il nostro sito, ma già possiamo confermare che **non mancherà il binomio bici+musica**, che ha avuto tanto successo negli anni scorsi.

Al termine della tradizionale **ciclopasseggiata di un'ora per le vie del centro**, con partenza e arrivo ai Giardini di corso Venezia (come l'anno scorso) si esibiranno questa volta i **giovani allievi musicisti della scuola musicale L'albero della Musica**.

E non mancherà neanche una bella e simpatica madrina, **Filippa Lagerback**, con la sua bambina, entrambe appassionate della bicicletta (come si usa in Svezia).

Bimbimbici a Milano: ancora il felice binomio bici+musica

Si svolgerà domenica 8 maggio a Milano la 12ª edizione di Bimbimbici.

Bimbimbici, manifestazione nazionale targata Fiab, che nel 2010 si è svolta in 260 città, sarà l'**evento qualificante della 2ª Giornata Nazionale della Bicicletta** istituita lo scorso anno dal Ministero dell' Ambiente.

Chiediamo ai genitori e agli insegnanti di

organizzare per tempo la partecipazione di gruppo degli allievi della propria scuola: pedalare insieme ai propri compagni è certamente più divertente che partecipare singolarmente!

Non conosciamo ancora la data delle elezioni del sindaco e dei consiglieri per il Comune di Milano, ma una delle ipotesi che girano è proprio quella dell'8 maggio. Le elezioni possono interferire con le nostre manifestazioni a causa della difficoltà di avere in quei giorni l'appoggio della Polizia Locale.

Faremo il possibile per mantenere la data, ma vi preghiamo di tenervi informati e, se le elezioni fossero proprio quel giorno, di controllare sul sito, o telefonando in segreteria, se non ci siano cambiamenti di programma.



le. Osserva, però, l'auto nella figura. Quando l'automobilista presta attenzione al traffico davanti a sé, non guarda in prossimità del marciapiede ma guarda il *centro* della strada. Se sei un po' più a sinistra (come in "A"), è più probabile che l'autista ti veda. C'è un ulteriore vantaggio: se l'automobilista non ti vede e comincia a immettersi nella carreggiata, potresti essere in grado di portarti *ancora più* a sinistra per evitarlo.

Ricordati, però, che se ti rendi conto che l'automobilista non ti ha visto ti conviene fermarti, perché altrimenti finisci con le tue ruote sotto quelle dell'auto e quello che si fa male sei tu.

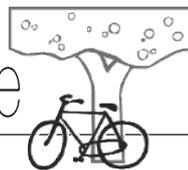
Inoltre spostarsi troppo a sinistra è sempre pericoloso perché non riesci a controllare anche il traffico che viene da dietro.

*P*edalare all'estrema destra ti rende invisibile alle auto davanti a te nei punti di intersezione, pedalare più a sinistra ti rende vulnerabile nei confronti delle auto provenienti alle tue spalle.

Cosa scegliere, allora?

Dovrai valutare, in base al tipo di strada e al tipo di traffico, e dunque in relazione alla situazione concreta, la soluzione che ti sembra più sicura.

Sulle strade a scorrimento veloce, con poche traverse, potrai tenerti più a destra, su strade a scorrimento lento, con molte traverse, potrai tenerti un po' più sulla sinistra.



Diritti su due ruote

Nel numero scorso del Notiziario vi abbiamo informato dell'apertura quindicinale di uno "sportello" di Ciclobby al negozio ChiAmaMilano di largo Corsia dei Servi. Ora, per ricordarvi che questo servizio è presente fino a giugno, riportiamo la comunicazione che compare sul sito dei nostri ospiti.

ChiAmaMilano monta in sella e apre le porte a Ciclobby, l'associazione che da anni difende i diritti dei ciclisti milanesi sulle strade.

A partire dal 12 gennaio fino a giugno, ogni secondo e quarto mercoledì del mese durante la pausa pranzo (dalle 12.30 alle 14), sarà disponibile uno sportello di consulenza Ciclobby presso il nostro negozio civico in Largo Corsia dei Servi.

La segretaria organizzativa Vanna Bartesaghi metterà a disposizione la propria

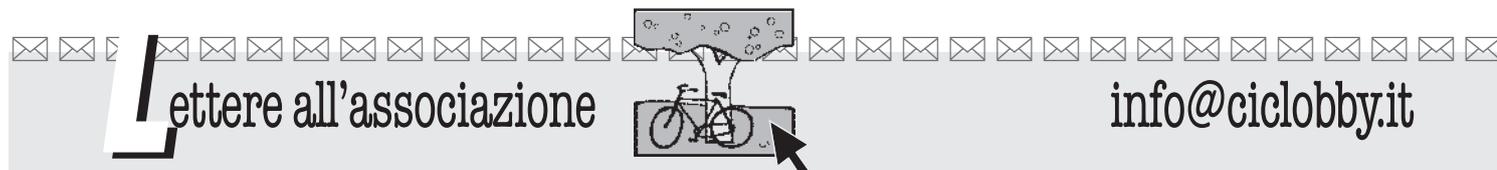
competenza giuridica in materia di mobilità sostenibile e offrirà informazioni dettagliate sui vantaggi dell'iscrizione all'associazione: tra i tanti l'assicurazione RC bici per danni causati ad altri con la bicicletta, la partecipazione ad escursioni in bici in città e fuori porta, corsi di manutenzione e riparazione, sconti nei negozi convenzionati e sconto Trenitalia su abbonamento annuale e biglietti bici in treno.

Nata nel 1986, l'associazione ha portato avanti negli anni battaglie im-

portanti per la realizzazione di piste ciclabili in città e per il rispetto dell'ambiente - ultime in ordine cronologico quella per Corso Buenos Aires e quella per l'integrazione di politiche sostenibili all'interno di un Piano di Governo del Territorio giudicato carente ed incompleto dal punto di vista della mobilità - e fa parte della Federazione Italiana Amici della Bicicletta (Fiab onlus) che riunisce più di 100 altre associazioni simili sparse in tutta Italia.

G.C.

Dal Notiziario ChiAmaMilano del 05/01/2010



Lettere all'associazione

info@ciclobby.it

Sabato 1 gennaio 2011 un personaggio che non dichiara il suo nome risponde sul forum ad Antonio, che aveva protestato vivacemente per l'ennesimo investimento di un ciclista in una strada milanese.

Caro Antonio, prima di piagnucolare per gente che si fa investire prova a considerare la mia opinione e vedrai che magari le cose ti appariranno sotto una luce diversa: sono un ciclista milanese e, in contrasto con i continui piagnistei della categoria, compreso il tuo, mi ritengo parte di una élite di privilegiati. Infatti, pur dovendomi attenere alle regole della circolazione stradale di cui faccio parte, io di fatto posso fare impunemente quanto segue: - Andare contro mano - Passare con il rosso - Ascoltare l'ipod mentre guido - Usare il cellulare - Transitare sulle strisce pedonali reclamandone un diritto che non ho - Circolare senza luci di notte - Usare le corsie preferenziali intralciando taxi e bus - Riesco - non so ancora come e perché - a farmi ignorare dalla Polizia Municipale che dovrebbe farmi rispettare il codice della strada. Ovviamente, anche se non ne capisco il motivo, spero che questa lista di privilegi duri in eterno ma invito caldamente tutti i

Tra provocazione e ragione: un botta e risposta dal forum di Ciclobby

miei colleghi ciclisti a smetterla di fare del vittimismo. Siamo noi che siamo "fuori posto", specialmente nelle grandi città e siamo assolutamente molto "attivi" a reclamare "diritti" (??) ma molto molto ignoranti in tema di "doveri". Se proprio vogliamo usare la bicicletta dobbiamo renderci conto che è una nostra scelta e per di più fuori luogo. In bici si va al parco non su strade in centro città con pavè e rotaie del tram! La crociata contro l'inquinamento è una buffonata, una battaglia persa, anzi, spesso siamo noi la causa del traffico in quanto d'intralcio alla circolazione stradale per esempio nelle corsie preferenziali dove intralciamo taxi e bus (mezzi pubblici, altra crociata in corso!).

Concludo augurandomi che ti renda conto che quanto ho detto sopra è tutto vero. Se non sei d'accordo vuol dire che sei il primo a credere che per i ciclisti non esistono regole.

Non sappiamo se questo testo rifletta davvero il pensiero di un ciclista, o se sia stato scritto da un burlone o da un provocatore. Ma certamente è una persona seria e un vero ciclista Luca, che gli risponde come segue.

Salve. Desidererei riportare la discussione sui FATTI.

Fatto numero 1: i ciclisti non si fanno investire per loro diletto. Il suo incipit è pertanto futilmente sprezzante e non porta da nessuna parte. Fatto numero 2: i ciclisti non sono una "categoria". L'amore per la categorizzazione denuncia un approccio fondamentalmente semplicistico, che non risulta utile alla soluzione dei problemi; i ciclisti sono **cittadini** che **operano una scelta**: democrazia è rispetto per le scelte di tutti sino a quando queste non giungano a ledere i diritti altrui, o a **impedire l'esercizio di un'altrui scelta**. Fatto numero 3: il Codice della strada è correntemente ignorato

No, non me l'hanno rubata, la bici: è legata lì in cortile e si bagna quando piove, come sempre.

Quando i miei amici hanno saputo che mi ero fratturata un femore, quelli che non vanno in bici mi hanno chiesto "Come hai fatto? sei caduta dalla bici?".

I miei amici ciclisti invece mi hanno chiesto soltanto "Come hai fatto?". Loro lo sanno che i femori non si rompono quasi mai cadendo dalla bici, si rompono quasi sempre in casa, in bagno, entrando o uscendo da una soglia per la quale si è passati mille volte, nei momenti nei quali non si fa attenzione, non si pensa di poter essere in pericolo.

Ma non voglio fare un trattato di prevenzione degli infortuni. La gamba ormai me la sono rotta, e dopo una semplice operazione e 40 giorni di riabilitazione con bravissimi fisioterapisti sono tornata a casa camminando con tre gambe (le mie e una provvidenziale stampella canadese). E ho la proibizione della bici per almeno sei mesi: non perché io non possa pedalare, anzi mi è raccomandata la cyclette, ma perché se cadessi le conseguenze sarebbero gravi. "Ma io non cado dalla bici", ho provato a protestare. Poi però mi sono resa conto che, se andassi in bici con la paura di cadere, probabilmente cadrei dopo 50 metri. L'attenzione è una cosa, la paura è un'altra.

E così vado a piedi o con i mezzi, un modo normale di muoversi. Ma la bici è un'altra cosa. La bici è uno stile di vita, una filosofia, una scelta di libertà. Certo. Però non è solo questo, non è solo fi-

losofia o romanticismo: è comoda. Non c'è nessun mezzo più comodo per muoversi in una città come Milano.

Quando mi dicevano "Ma com'è sportiva lei signora, che va in bicicletta!" rispondevo sempre "Guardi che non vado in bici perché sono sportiva, anzi ci vado perché sono pigra, perché andare in bici è troppo comodo, è molto più comodo che andare a piedi, o con i mezzi, e non parliamo con la macchina, con il casino che c'è a Milano". La patente ce l'ho, si capisce, una macchina anche, sia pure in condivisione, ma la uso raramente, solo quando non posso proprio farne a meno. Per il resto non c'è che la bici.

Solo un esempio. Quando ho cambiato casa non ho pensato a cambiare filiale della banca, l'ho lasciata dov'era, e nemmeno ho attivato il telebanking, tanto in bici ci arrivavo in 10 minuti; adesso invece è quasi un'avventura, perché non è lontana ma non c'è un mezzo che ci arrivi, ci vorrebbero due fermate d'autobus e una di metro, tempo ad aspettare, scale su e giù, e poi ancora camminare per mezzo chilometro: in bici neanche

te ne accorgi di mezzo chilometro in più, a (tre) piedi è un'altra cosa. E i taxi costano.

Proprio adesso che sono a piedi mi rendo conto di essere stata davvero una ciclista urbana. Anzi, di esserlo, perché passati i sei mesi la mia vecchia bici si muoverà di nuovo, le gomme gonfie, la meccanica oliata: ad andare in bici non si disimpara mai.

Donata Schiannini

Diario di una ciclista senza bici

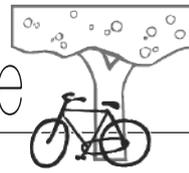


anche dalla stragrande maggioranza di chi sceglie di andare in automobile; ciclisti e automobilisti senza disciplina sono pertanto sullo stesso piano, ovvero su quello degli "indisciplinati" (proseguendo sulla strada delle categorizzazioni). Fatto numero 4: l'unica differenza che intercorre tra le due "categorie" sopra citate risiede nella vulnerabilità. Un automobilista non verrà mai ucciso da una bicicletta. Pertanto l'onere di stare maggiormente attento ricade su chi guida le automobili: sino a quando non verrà chiarita e instillata questa responsabilità sociale avremo persone che guideranno vere e proprie armi, senza neppure saperlo. Infatti io tre settimane fa mentre tornavo dal lavoro stavo per essere ucciso sebbene la mia bici sia equipaggiata con due fari ad alta visibilità e catarifrangenti anche laterali, sebbene indossassi un giubbotto ad alta visibilità e sul casco avessi due luci supplementari, salvo imbartermi in un perfetto idiota convinto di essere da solo in un deserto (località nella quale gli auguro peraltro di terminare la sua esistenza entro breve tempo); Fatto numero 5: il concetto di cui sopra è peraltro recepito in altri ordinamenti, grazie al cielo più seri del Codice della strada, ad esempio il Codice della Navigazione Aerea: infatti gli aeromobili assieme meno manovrieri e più leggeri hanno la

precedenza su quelli più pesanti e manovrieri, ragion per cui un alante ha la precedenza su un elicottero; Fatto numero 6: ogni città possiede un limite oggettivo alla capienza di automobili, specialmente Milano che ha una pianta ottocentesca sulla cerchia esterna e tardomedievale nel centro storico. È strano che nessuno si renda conto che i mezzi a motore occupano un volume, non sono incorporei, e questo volume è di tutti. Pertanto l'abuso delle automobili è un danno verso tutta la comunità, anche verso chi non possiede un'automobile; Fatto numero 7: Lei, con tutto il rispetto e la stima che io posso avere, non riveste alcuna titolarità per affermare che i ciclisti sono fuori luogo in città. Lei sta spostando il centro della discussione in direzione esattamente contraria al sentire comune della maggioranza delle opinioni pubbliche euro-

pee, le quali premono per ampliare la scelta (chi vuole può usare l'auto, chi vuole può andare in bici) in maniera armoniosa e rispettosa di tutti; la bici è un mezzo di trasporto peraltro assai vantaggioso sotto tantissimi punti di vista (che sarò lieto di discutere con Lei qualora ne fosse interessato). Non è pertanto un giocattolo. Fatto numero 8: l'atteggiamento delle persone che scelgono la bici per i loro spostamenti in alternativa all'auto (quindi non per svago, ma per locomozione, caro Lei) è ultimamente incattivito dal pericoloso corso: è ormai palese che la circolazione delle auto è sottratta a qualsiasi buon senso civile, complice anche la diffusione del mezzo motorizzato (che sempre più spesso coinvolge anche persone non esattamente equilibrate, per giunta fuori da ogni controllo, a giudicare dalle reazioni dei guidatori, inaccettabili in altri contesti). Fatto numero 9: i "piagnistei" come li chiama Lei, intendono rimarcare accadimenti la cui gravità non dovrebbe richiedere altri interventi per richiamare l'attenzione. Lei sta ironizzando sulla morte di un essere umano, ancorché privo di fanali o catarifrangenti, e qui termina il mio rispetto nei suoi confronti. Per il 2011 Le auguro di usare la bici per un Suo spostamento (quindi non per divertimento) di martedì mattina alle 10.00, e di uscirne vivo e incolume. Saluti, Luca





Hai voluto la bicicletta? Ora pedala... in salita!

Avvicinamento alla Cicloscalata: una nuova serie di cicloescursioni dedicata a chi desidera allenarsi a pedalare in collina e in montagna



I magnifici 7

Questi i capogita che si sono impegnati in questo percorso propedeutico: Bruno Azzali, Estelle Champion, Domenico Luchetti, Marco Natangelo, Ignazio Scarlatta, Marisa Scaffidi, Enrico Spanò.

Questo percorso di avvicinamento è stato pensato - e sarà gestito - non da uno ma da sette esperti organizzatori/accompagnatori, che hanno lavorato insieme con simpatia, cordialità e generosità per dar forma a un programma capace di guidare, agevolare e incoraggiare i principianti nell'approccio alle scalate ciclistiche.

Il gruppo dei sette è nato in una compagnia di ciclisti che si sono incontrati e affiatati durante le gite di Ciclobby in montagna: mettendo in comune la loro passione per questo tipo di escursioni e selezionando gli itinerari più belli fra quelli provati, hanno organizzato un programma con 17 escursioni nell'arco dell'anno, con difficoltà gradualmente crescenti dall'inverno all'estate e continuando, dopo la pausa agostana, a partire dal plateau raggiunto.

Un programma ideale per chi desidera acquisire e affinare le capacità psicofisiche necessarie per affrontare l'ascesa di colli, passi alpini e persino cime montuose; senza trascurare, quando possibile, l'opportunità di esplorare parchi naturali e/o di visitare siti archeologici e monumentali.

Naturalmente, chi intendesse partecipa-

re alle escursioni più impegnative della serie, ma ritenesse di non avere ancora una preparazione adeguata, potrebbe arrivarci attraverso la serie dei giri meno difficili; dopo questa prova deciderà se si sente di andare oltre o se è meglio che si fermi ad un certo punto, in modo da evitare situazioni indesiderate.

Comunque, per andare incontro a chi non volesse "esagerare", e non se la sentisse di completare il percorso normale, in tutti i casi nei quali è stato possibile sono state previste delle varianti che, grazie alla disponibilità di un secondo accompagnatore, permettano un rientro abbreviato.

Sono consigliate biciclette robuste ma leggere, con cambio e freni efficienti, idonee quindi non solo alle salite ma anche a lunghe e ripide discese. Alcuni itinerari sono riservati alle mountain bike, o almeno a bici ibride, poiché includono lunghi tratti sterrati.

Per rendere possibile una corretta autovalutazione dei potenziali partecipanti alle scalate ciclistiche, è stato implementato un nuovo sistema di classificazione

Sarah e Marco impegnati in una salita a Rimella (VC). Qui a destra la copertina del nostro nuovo calendario



Da ciclista urbana, nonostante la mia passione per la mtb, ogni volta che devo affrontare una salita molto impegnativa un rapidissimo ma fuggente pensiero mi attraversa la mente: «Mannaggia alla bici!». E durante il mio ciclovaggio nelle isole Azzorre l'ho pensato spesso: le strade hanno una pendenza incredibile, perché non ci sono tornanti! Mi sono chiesta: «Come fanno auto e camioncini?», e ho poi capito che là le 4x4 servono davvero.

Penso che le salite, in generale, facciano capire l'essenza della bici: un macchina perfetta, che ti porta nei luoghi più impensati unicamente con le tue forze. È vero, ti muovi un po' più lentamente, ma non hai bisogno di null'altro che le tue gambe, la tua curiosità, e magari una colazione un po' più abbondante.

Quando all'isola di Pico abbiamo affrontato la vetta più alta del Portogallo, il vulcano Pico appunto, pedalando pian piano su quelle salite a picco sul mare ho pensato di compilare questo decalogo.

1 - Le marce Ovviamente occorrono le marce "corte" sulla bici. La famosa "prima" (corona piccola davanti, pignone grande dietro) è quel rapporto che ti permette di fare molti giri di pedale ma pochissima strada, cioè un centimetro di salita alla volta; così come si fa per salire una scala: un gradino alla volta, non tre!

2 - L'allenamento Un po' di allenamento è utile, ma vi assicuro non molto se disponete di marce corte: nostra figlia Flavia (aveva 13 anni) non si è



Parole su due ruote



La bicicletta è nata come anti-cavallo. Per essa l'uomo diventò somiero di sé stesso e si esaltò del proprio vigore. Bicicletta e uomo si fusero con gli anni fino a suscitare misteriosissime simbiosi dinamiche. Uomini difforni piccoli sgraziati ottennero con la bicicletta risultati sportivi strabilianti.

Gianni Brera, prefazione alla ristampa di *Addio, bicicletta* (Longanesi 1964)



della difficoltà delle escursioni che dipende dai seguenti parametri: lunghezza (in km), dislivello (in metri di salita), fondo (% di sterrato), tipo di pendenza del percorso (pianura, collina o montagna) e indice di difficoltà relativo (da 1 a 5 borracce), crescente con il livello di preparazione (allenamento, esperienza, ecc.) che occorre possedere in percorsi della stessa pendenza.

Informazioni dettagliate a questo riguardo le trovi sia online sul sito Ciclobby (www.ciclobby.it), alla pagina Appuntamenti/Calendario, sia sul Calendario attività e gite 2011, libretto stampato o documento elettronico in formato PDF (scaricabile dal sito).

Ignazio Scarlata



Sono arrivata quassù! Con le mie forze!

Dal diario di un cicloviaggio nelle isole Azzorre, breve filosofia sulle salite in bici

arrampicata molto in vita sua e su queste pendenze è scesa per spingere a piedi solo qualche volta.

3 - Lo zig-zag Quando la salita è molto ripida, traffico permettendo, se si percorre a zig-zag, cioè attraversando diagonalmente in entrambi i sensi la carreggiata, si attenua l'angolo di pendenza: è come farsi piccoli tornanti personali.

4 - L'aspettativa Per affrontare certe salite conta molto. E qui passatemi il proverbio *Uomo avisato, mezzo salvato*. Perché quando ci aspettiamo un grosso impegno, ci prepariamo psicologicamente e ci predisponiamo alla fatica. Come quella salitona annunciata dalla guida sull'isola Sao Miguel: se conosci prima l'impegno che ti aspetta, quando sei in cima spesso ti dici: «Bah... alla fine non era poi così dura».

5 - La pazienza Non bisogna avere fretta, la salita va fatta piano piano, perché se la si affronta subito con foga e in "fuori sella" si stramazza senza fiato dopo pochi metri, dato che sono i muscoli delle gambe quelli che creano il fiato, cioè che sviluppano l'attività aerobica. In questo caso vale l'altro proverbio *Chi va piano, va sano...*



Una delle discese (o salite!) a picco nell'isola di Pico, la seconda per dimensione dell'arcipelago delle Azzorre

6 - La volontà, o determinazione Quando la meta è ancora lontana si può avere la tentazione di lasciar perdere, ma è un pensiero che va scacciato subito: non è piacevole rimanere tutto il giorno lì dove ci si è fermati con la lingua alle ginoc-

chia, né passare la notte sul ciglio della strada! e non è semplice trovare qualcuno che ti venga a prendere. E poi, via, tutti abbiamo un pochino di orgoglio.

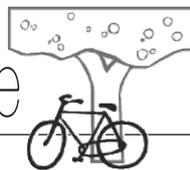
7 - La reidratazione Quando le energie scarseggiano può bastare un po' d'acqua per "tirarsi su": la pressione arteriosa può essere scesa a causa della perdita di liquidi dovuta alla sudorazione. Meglio ancora se nell'acqua è sciolto qualcosa di zuccherino o di salino.

8 - I diversivi Qualcosa per distrarsi: un bel panorama è piacevole da guardare durante una salita, anche se fra le gocce di sudore che scendono sulla fronte! e può dare la scusa di fare una fotografia per fermarsi un attimo e riprendere fiato. Anche la vegetazione può essere bella, da guardare e da fotografare. Fiato permettendo, anche le chiacchiere con gli amici servono ad arrivare su senza accorgersene.

9 - La respirazione Un trucco per riprendersi dal fiatone è quello di cercare di inspirare più che si può, cercando di riempire d'aria i polmoni anche nella parte bassa sotto le costole, per alcuni respiri.

10 - La discesa Se c'è una verità, è che dopo una salita c'è sicuramente una discesa! Magari non subito, magari domani, ma prima o poi la discesa ci sarà. E qui viene il bello: «Quassù sono arrivata con le mie forze» mi dico, e poi nella discesa mi godo il vento fresco, seduta, in silenzio, il vento nei capelli, senza disturbare il paesaggio... e arrivo giù in un baleno! Ah! La bici!

Silvia Malaguti



Treno e bici d'autunno

Tra l'acqua, la campagna e gli alberi, tra il buon umore perché non piove e l'incontro con una buona cucina, la domenica a pedali è davvero il giorno del recupero dopo qualsiasi grigia settimana.

Accarezzati da una leggera nebbia tardo-autunnale, immersi in un ambiente ancora verde, seppur arricchito da una varietà di colori tipici di fine stagione, pedaliamo con piacere diretti verso il fiume Trebbia e le sue colline.

L'umore dei partecipanti è decisamente buono perché, dopo aver dovuto rinunciare alla bici per alcune domeniche a causa della pioggia, oggi ci accingiamo a raggiungere i bei dintorni del Trebbia nell'oltrèpiò piacentino.

Ci portiamo nelle vicinanze di Roveleto per costeggiare un canale derivato dal fiume che si snoda accanto a una lunga fila di olmi, in bell'armonia con l'ambiente.

Proseguiamo in direzione Rivalta Trebbia, per accedere a un invidiabile tratto di strada con saliscendi, dove i più scalmanati si danno alla fuga promettendomi di aspettare il gruppo a Gazzola.

In questo piacevole paese collinare abbiamo modo di apprezzare la cucina e, soprattutto, l'ambiente dell'anticaosteria, nata dal restauro di una grande cascina locale, diventata ora ristorante arredato con ottimo gusto; qui all'ospite viene naturale apprezzare l'allestimento delle sale in pietra, tutte con caminetto.



Uno sguardo al mondo!

Con il nuovo anno Fiab Ciclobby ha ripreso a dare uno sguardo al mondo vicino e lontano con le serate a tema di BiciMondo, sempre molto partecipate.

Il 27 gennaio abbiamo assistito alla presentazione di Francesco Gusmerici della sua sorprendente avventura ciclistica di 30.000 chilometri iniziata a Brescia e conclusa a Melbourne.

Marco Pastonesi e Annibale Osti ci hanno divertito e, per essere sinceri, anche un po' commosso, con la lettura di brani del libro *La mia prima bicicletta*, edito da Ediciclo, che hanno presentato il 3 febbraio. Chi di noi non è ritornato indietro e non ha pensato alla sua prima bicicletta?

Subito mi sono venute in mente le righe scritte da mio zio Luciano in "Ricordi di Infanzia" ... Allora inforcavo il mio specialissimo



Lo zio di Mariella con la sua prima bici

triciclo, fatto come una bicicletta cioè con i pedali normali e la catena che muoveva un rochetto dentato al centro sull'asse delle ruote posteriori e non già con i pedali sulla ruota davanti come anche allora erano i velocipedi tricicli dei bambini.

Che sogno quel triciclo con il quale, ruzzoloni a parte, riuscivo a fare le curve lungo il marciapiede che costeggiava il fabbricato, cercando di imitare a tutti i costi mio fratello che aveva

una vera bicicletta, unico fra tutti i coetanei della zona. Restavo sempre indietro e così lui era - secondo lo scherzoso epiteto dato dai nostri genitori - "Girardengo in volata" ed io "Girardengo lumaca".

Quello poi che ci ha veramente entusiasmato è stato il fatto che i diritti dei 31 autori de *La mia prima bicicletta* (tra cui Margherita Hack, Paolo Rumiz, Susanna Tamaro, appunto Marco Pastonesi e Annibale Osti) vanno al programma di adozione a distanza della Comunità di Sant'Egidio in Burkina Faso.

La serata del 24 febbraio è stata l'occasione per presentare il Calendario delle attività di Ciclobby per tutto l'anno, ed è stato anche un *benvenuto al Sud* con la proiezione delle foto del ciclovaggio "Finibus terrae" nel Salento. Il racconto e gli scatti collettivi di Ivana Alfieri, Bruno Bauer, Elena Facchi, Maria Cristina Negro, Anna Sansottera, Bruna Vezzulli e anche miei, ci hanno riportato alle emozioni di quell'immersione totale nella natura in questo lembo di terra sospeso tra due mari, e un lustrarci gli occhi nell'ammirare le città e i paesi dell'entroterra, gioielli di quello stile unico che è il barocco leccese.

Se non avete potuto partecipare a queste serate non preoccupatevi perché altre ci aspettano, altre emozioni, altre ammirazioni per i protagonisti e anche altri insegnamenti.

Mariella Berti



FIAB

dal Coordin. Regionale

Rinnovato lo sconto per l'abbonamento annuale bici

Si riprende a pedalare, altri saliscendi fino a Riveggaro dove, immettendoci in un piccolo sentiero che lambisce il fiume, abbiamo modo di respirare il profumo delle acque e di ascoltare l'intenso fluire dei flutti.

Proseguiamo ancora senza altre fermate fino alla stazione di Piacenza e qui abbiamo un contrattempo: il treno è molto affollato e il controllore ha difficoltà a farci salire tutti, perché siamo in diciannove, al di sopra del numero "legale" di quindici, perciò almeno una parte di noi dovrebbe prendere il treno successivo. Con un po' di tatto e gentilezza però riusciamo a convincere il funzionario e, ammassati persone e biciclette, raggiungiamo Milano.

Siamo contenti, la gita è stata molto piacevole: vi attendiamo alla prossima.

Pietro Scafati



È stata rinnovata fino a nuovo avviso la Convenzione Regionale per gli sconti per la bicicletta sui treni regionali. Si tratta dell'accordo fatto anni or sono con Trenitalia, che prevede lo **sconto per l'abbonamento bici annuale** o per il **supplemento bici 24h**, perciò vale **solo sui treni ex-Trenitalia**.

Ironia della sorte, il 1° febbraio sono aumentate considerevolmente le tariffe regionali, per cui il supplemento scontato, costituito dal biglietto da 40 km, è arrivato a costare 3,40 euro, cioè solo 10 centesimi in meno rispetto al supplemento bici da 3,50!

Questa situazione speriamo duri poco, perchè la nuova convenzione con la

nuova azienda TrenitaliaLeNord in fase di costituzione, comprenderà anche i treni ex LeNord (sui quali si può comunque già usare il supplemento bici 24h da 3,5 euro per qualsiasi tratta).

Fino a quel momento anche le condizioni di trasporto delle bici sono ancora diverse (vedi sotto).

È auspicabile che le ex LeNord adottino gli orari di Trenitalia, cioè senza limiti, cosa fondamentale per incentivare l'uso della bicicletta.

Tratte ex Trenitalia. Le bici viaggiano in tutti gli orari, tutti i giorni, per tutte le tratte (verificare comunque la presenza del simbolo bici sugli orari ufficiali affissi o sul sito).

S5 Varese - Milano Passante - Treviglio

S6 Novara - Milano Passante - Treviglio

S8 Lecco - Carnate - Milano P.ta Garibaldi

S9 Seregno - Monza - Milano S.Cristoforo

S11 Chiasso - Como S.Giovanni - Milano P.ta Garibaldi

Ricordiamo che sulla linea S5 (Varese - Milano Passante - Treviglio) le bici viaggiano gratuitamente nei giorni festivi.

Tratte ex LeNord. Le bici viaggiano nei giorni feriali solo dalle 10 alle 16 e dalle 20 al termine del servizio. Nei week-end tutto il giorno.

(Il sito però, anche se ormai unificato fra le due aziende, per questi treni non riporta ancora il simbolo bici. Non capiamo perché).

S1 Saronno - Milano Passante - Lodi

S2 Mariano Comense - Milano Passante - Milano Rogoredo

S3 Saronno - Milano Cadorna

S4 Camnago - Lentate - Seveso - Milano Cadorna

S10 Milano Bovisa - Milano Rogoredo

Naturalmente attenzione agli autobus sostitutivi: non trasportano le biciclette.

Dobbiamo invece avvisare i viaggiatori con bici che le nuove macchinette installate in Centrale non emettono più i supplementi bici.

Anche qui ci chiediamo: perché?

Perché siamo trattati da clienti di serie 'B'? Eppure paghiamo persino per due: la bici non viaggia mai da sola!

Silvia Malaguti



Le prossime serate di BiciMondo

Sede Ciclobby, via Borsieri 4/E, ore 21,00

18 marzo **Se la scuola avesse le ruote**

Incontro con Emilio Rigatti, il grande "prof. a pedali" che ai suoi alunni trasmette "l'allegria del conoscere" ciclovagando con loro in bici. Parlerà del suo ultimo libro "Se la scuola avesse le ruote" (Ediciclo Editore) e presenterà alcuni filmati che hanno come protagonisti i suoi allievi adolescenti.

31 marzo **Da Mosca a Bergamo in bicicletta**

Pedalata sul percorso della ritirata degli alpini nella campagna di Russia della seconda guerra mondiale. Racconto ed immagini di Vincenzo Gamba.

7 aprile **Manuale di resistenza del ciclista urbano**

Luca Conti, con il suo libro "Manuale di resistenza del ciclista urbano" (Ediciclo Editore), e una buona dose di ironia, spiega come trasformare le città e ridurre l'inquinamento, partendo dall'esperienza personale accumulata negli anni. Conduce la serata Eugenio Galli.

28 aprile **Viaggio in bicicletta sulla via della seta**

Angelina e Stefano, partiti da Lugano, hanno percorso 14.000 km per arrivare in India. Racconto ed immagini di Angelina e Stefano Bolliger.

27 maggio **Cambogia tra riso e sorrisi**

1300 km tra imponenti templi Khmer, la magia di Angkor Wat, le splendide pagode, le risaie infinite e la calorosa accoglienza del popolo cambogiano. Racconto e immagini di Paola Spagnolo e Silvano Grasso.



BC = bici

È uscito il numero uno della nuova rivista della Fiab, che vuole essere, non più solo un notiziario interno a una associazione, ma una vera rivista bimestrale che sarà distribuita in 13.000 copie ai soci Fiab in tutta Italia, in 1000 copie a un indirizzario di utenti tra amministratori e tecnici di enti pubblici, docenti universitari e studiosi del sistema della mobilità urbana, in 1000 copie diffuse nelle iniziative organizzate sui territori dalle nostre associazioni; direttore responsabile è Giancarlo Marini.

Per questa trasformazione cambiano, ovviamente, la grafica, l'organizzazione delle notizie, lo stile espositivo: la rivista infatti vuole parlare anche a quelle migliaia di ciclisti che, fuori dalle associazioni, affrontano pedalando la loro sfida, urbana e/o turistica, quotidiana.

I testi sono ora organizzati in quattro aree: a) Vivere la bici - politica, attualità, news, buone e cattive pratiche in Italia e all'estero, interviste a personalità della cultura e della società attente al mondo della bici; b) Turismo - percorsi e mete turistiche, news da tour operator ed enti di promozione del turismo, racconti di viaggio, diari ed esperienze; c) Dalla Fiab - cronache, iniziative e agenda dal mondo della Federazione e delle associazioni che ne fanno parte; d) Ampio raggio - ecologia, salute, alimentazione, sostenibilità, cultura, racconti, recensioni, arte e spettacoli a tema, ma non solo.

Donata Schiannini



Domenica 6 marzo 2011

Quarta Giornata Nazionale delle Ferrovie Dimenticate

Molto varie le iniziative previste nella giornata indetta dalla Confederazione per la Mobilità Dolce (CoMoDo), di cui Fiab fa parte: dalla mostra online al lancio di una pagina di discussione su Facebook, dalla bicicletata su una pista ciclabile sul tracciato di una ex-ferrovia o dalla gita in bici+treno alla scoperta di una linea ferroviaria poco nota, al viaggio in treno su una linea a rischio di chiusura. E poi interviste a rappresentanti di istituzioni, associazioni e imprese, o convegni in cui gli amici della bici e gli amici del treno discutono dei possibili recuperi di una linea abbandonata per rivitalizzare il territorio.

In Lombardia, Fiab Ciclocittà Varese organizza in Valmorea una pedalata di ricognizione dei possibili tracciati, tra Castiglione Olona e il confine svizzero di Santa Margherita, di una



ciclovìa internazionale che colleghi l'area nord-milanese al Canton Ticino in Svizzera, di cui è già realizzato un tratto di 18 chilometri, a lato dei binari dismessi, tra Castiglione Olona e Castellanza. Sosta pranzo a cura di Legambiente nel casello Gurone-Bizzozzero.

Sul Lago di Como un gruppo di amici della ex-ferrovia Menaggio-Porlezza, che collegava il Lario con il Lago di Lugano, propone un'escursione sul tracciato della ferrovia dismessa tra Menaggio e Bene Lario, con visita guidata al Museo della Val Sanagra (Grandola e Uniti) e proiezione di un foto-video racconto sulla storia della ferrovia. Tra Bene Lario e Porlezza è stata realizzata una pista ciclabile sul tracciato ferroviario che attraversa la Riserva Naturale del Lago di Piano.

CoMoDo bandisce il concorso fotografico "Un finestrino sul paesaggio": la migliore foto di viaggio da un finestrino di treno vince un weekend in una località montana offerto da Alpine Pearls. Sempre CoMoDo organizza il 10 marzo a Bologna il convegno *Il ruolo delle ferrovie nel 150° anniversario dell'unità d'Italia*, che si terrà nella cornice del Green Social Festival.

Enoi milanesi di Fiab Ciclobby? Ci siamo anche noi: da Milano Aurelio Heger il 6 marzo guida una gita alla scoperta del tracciato della Voghera-Varzi; i dettagli compariranno sul nostro sito e su: www.ferroviedimenticate.it non appena saranno messi a punto.

Giulia Cortesi



La Regione taglia lo sviluppo della ciclabilità

Abbiamo appreso qualche mese fa dalla stampa quotidiana (Andrea Senesi sul "Corriere della sera" del 26 novembre) che nel bilancio di previsione 2011 della Regione Lombardia nemmeno un euro viene destinato a sostegno di azioni per lo sviluppo della mobilità ciclistica. E anche le verifiche da noi effettuate confermano purtroppo quanto riportato dai giornali.

La crisi c'è, e occorre tenerne conto, ma questi tagli colpiscono in modo non selettivo un settore, quello della mobilità sostenibile, già fortemente arretrato e penalizzato. Non possiamo dunque non essere preoccupati.

Pubblichiamo un commento di Giulietta Pagliaccio, coordinatore regionale FIAB della Lombardia.

Non è trascorso neanche un anno dalle elezioni regionali in cui molti dei candidati, compreso il candidato presidente Formigoni, in sella alla bicicletta d'ordinanza da campagna elettorale (è un particolare tipo di bici che, come la carrozza di Cenerentola, si trasforma in zucca dopo le elezioni) promettevano mirabilie per la mobilità sostenibile nella nostra regione.

Almeno di un anno da queste immagini e parole, con i primi rilevamenti dell'inquinamento a Milano che ci danno in una situazione peggiore dell'anno appena concluso, i cittadini lombardi dovranno riporre le loro flebili speranze

per una svolta nelle politiche della mobilità della nostra regione. Come dire: niente di nuovo sotto il cielo lombardo, purtroppo!

Per la verità le speranze più che flebili erano praticamente al lumicino per i molti segnali contraddittori e contrastanti che arrivavano, e continuano ad arrivare, dal mondo politico lombardo (e non solo, ahinoi!) - purtroppo senza grandi differenze tra i diversi schieramenti - per cui da una parte salgono le "gride manzoniane" per la drammatica situazione del traffico a Milano e dall'altro si portano avanti progetti come le tangenziali per portare nuove auto in città! E nel contempo si tolgono risorse dal bilancio regionale per gli interventi



che, al contrario, aiutano a togliere traffico dalle strade, risorse vere per una moderna politica del trasporto collettivo e della mobilità ciclistica su tutti.

In questo triste panorama anche le parole e le proposte ci vengono meno: dopo anni e anni di continui contributi al dibattito, caduti nella quasi totalità dei casi in un vuoto assordante, lo scoramonto è normale.

Oggi, di fronte a un bilancio regionale che toglie qualsiasi risorsa per il 2011 alla Legge Regionale della Lombardia n.

7/2009 sullo sviluppo della mobilità ciclistica, cos'altro possiamo aggiungere?

Cosa si può dire d'altro, che già non si è mai proposto, di fronte a politici che ancora credono che il trasporto privato sia elemento vitale per lo sviluppo della nostra regione? Quali argomenti possiamo ancora mettere sul tavolo di fronte alla scarsità di risorse generali per gli enti pubblici, frutto a loro volta di scelte discutibili a livello nazionale, che portano questi vecchi attrezzi della politica a relegare temi come quello della mobilità ciclistica al solito ruolo di Cenerentola, per rimanere in tema con la similitudine della bicicletta che si trasforma in zucca?

Potremmo forse suggerire una "tassa di scopo", una sorta di 5x1000 sull'Irpef regionale per finanziare la legge 7/2009, ma siamo certi che, da una parte, ci tireremmo addosso le ire dei cittadini lombardi per l'ennesimo balzello e daremmo la stura ai commenti più biechi di certe parti politiche, e dall'altra abbiamo la quasi certezza che qualcuno troverebbe il modo di deviare i fondi su altre voci di bilancio (la recente

vicenda del 5x1000 nazionale insegna), innescando un'insensata battaglia tra i poveri dove a vincere sono sempre gli altri.

E dunque, che fare? Evidentemente moltiplicarci, nonostante le condizioni avverse. Spolverate le vostre biciclette, attrezzatevi per la vostra sicurezza (casco e gilet rifrangente il minimo sindacale) e - cosa più difficile - non lasciatevi intimorire dal traffico e prendetevi il giusto spazio della strada che ci spetta di diritto

perché, come dicono i più, anche noi paghiamo le tasse che sono servite a realizzare e mantenere quelle strade.

Se dieci biciclette in strada possono essere ignorate, cento ciclisti che vanno a lavorare in bicicletta non passano inosservati: magari a qualche automobilista può venir voglia di provare e alla lunga anche il politico più refrattario può trovarsi nella necessità di dover governare seriamente il "dramma della congestione da biciclette".

Giulietta Pagliaccio

Appuntamenti

Marzo 2011

Ciclistica         km 70

Domenica 6 Marzo

Cicloscalata 5 - Val Mara e Valle d'Intelvi. Percorriamo le strade svizzere della Val Mara, svalicando in Val d'Intelvi. Ritorniamo a Como costeggiando l'omonimo lago, da Argegno. *Corsa, Ibrida, MTB.* Dislivello totale in ascesa 800 m circa. 11 € (treno + bici). **Ritrovo** h 08.10, Mi Cadorna. *Proposta di: Marco Natangelo, cell.3473380543, metallino@tiscali.it*

Cicloturistica      km 95

Domenica 6 Marzo

Milano Turbigo e ritorno. 5% sterrato. *City Bike, Corsa, Ibrida.* **Ritrovo** h 09.30, Chiesa vecchia di Baggio. Rientro in bici. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

Speciale          km 70

Domenica 6 Marzo

Giornata Nazionale delle Ferrovie Dimenticate. Alla ricerca della ferrovia perduta fra Voghera e Varzi.

Partendo da Voghera fra ex massicciate, sterrati e strade di campagna andremo alla ricerca del percorso della vecchia ferrovia e dei suoi paesaggi. 30% sterrato. *City Bike, Ibrida, MTB.* **Ritrovo** h 07.20, Mi Centrale. *Proposta di: Aurelio Giuseppe Heger, cell.337361818, auriheger@alice.it*

In sede

Martedì 8 Marzo

Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby. La riunione è aperta a tutti i soci che vogliono

Per partecipare alle cicloescursioni

Lo spirito con cui si partecipa alle iniziative di Ciclobby è quello di **collaborazione e autonomia.** Collaborazione perché tutte le nostre attività sono svolte da volontari; autonomia perché Ciclobby non è un'agenzia turistica e quindi ognuno deve essere in grado di gestire eventuali inconvenienti che dovessero presentarsi nel corso delle attività. I nostri volontari faranno il possibile per aiutare chiunque abbia bisogno, ma nulla è dovuto da parte loro.

Le regole che seguono servono proprio a minimizzare gli inconvenienti e le incomprensioni.

Le attività proposte da Ciclobby sono normalmente aperte a tutti, anche se ad alcuni eventi occorre iscriversi e per alcune gite in città è richiesta una quota. **Sono invece riservate ai soci le cicloescursioni.**

Prenotazioni

Per le cicloescursioni che si svolgono la domenica e che prevedono l'utilizzo del treno è obbligatoria l'**iscrizione entro le ore 12 del sabato precedente** (con versamento del-

Quote treni

In fase di realizzazione di questo notiziario, sono aumentate le tariffe dei treni regionali perciò vi invitiamo a verificarle sul sito o in segreteria

dare il loro contributo con proposte, suggerimenti, collaborazione. h 20.30, Sede Ciclobby

Fuori Sede

Sabato 12 Marzo - Sabato 19 Marzo

Troviamoci in via Dante, al gazebo di Fiab Ciclobby. Per nove giorni consecutivi il nostro tradizionale gazebo sarà punto di riferimento per chi vuole iscriversi a Bicinfesta di Primavera oppure a Ciclobby o, più semplicemente, desidera informazioni sulla ciclabilità a Milano. Dalle 10.00 alle 19.00, via Dante, lato piazza Cairoli

Mountain Bike      km 60

Domenica 13 Marzo

I laghi minori del varesotto. Primo appuntamento della serie "Scopriamo la MTB". Tra il lago di Comabbio e quello di Monate, lungo vecchie strade e piccole valli dall'aspetto quasi svizzero. 70% sterrato. *MTB.* *Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com*

Cicloturistica     km 35

Domenica 13 Marzo

Mujerada in bicicletta. Pedalata riservata alle donne in occasione dell'8 marzo. Una facile gita tra le mimose della parte più tranquilla e raccolta del lago di Como. Percorso pianeggiante di 35 km più breve salita panoramica per chi se la sente. *City Bike,*

la quota dove prevista). Per le altre attività dovranno essere rispettate le indicazioni degli organizzatori.

Nel caso sia prevista una quota di partecipazione o una caparra queste dovranno essere versate contestualmente all'iscrizione. Le iscrizioni di norma possono essere effettuate presso la segreteria (in sede o telefonando).

Bicicletta e abbigliamento

I partecipanti devono presentarsi con la bicicletta in ordine (cambio, freni e luci perfettamente funzionanti) e adatta al percorso, con camere d'aria di scorta, pompa e attrezzi per le riparazioni.

Consigliamo di utilizzare sempre il casco e di indossare indumenti adatti.

La partecipazione alle iniziative di FIAB Ciclobby Onlus implica la conoscenza e l'accettazione del Regolamento di Partecipazione, consultabile presso la sede o sul sito. Sottoscrivere la domanda di ammissione alle attività dell'associazione e prendere visione delle norme che ne regolano lo svolgimento è un modo per partecipare con spirito collaborativo e consapevole.

Ibrida, MTB. **Ritrovo** h 09.10, Mi P.ta Garibaldi. Acquisto biglietti ferroviari in proprio. *Proposta di: Silvia Malaguti e Franca Balloni, cell.333-4628960, silviama@katamail.com*

Cicloturistica     km 70

Domenica 13 Marzo

Al santuario della Madonna del Bosco. Gradevole ciclo-passeggiata sulle pianeggianti strade della provincia milanese e lecchese fino al raggiungimento del famoso Santuario della Madonna del Bosco situato in una verde e gaia radura. 5% sterrato. *Passeggio, City Bike, Corsa, Ibrida.* **Ritrovo** h 08.30, Sede Ciclobby. *Proposta di: Ivano Dell'Olio, Massimo Dossi, ab.Massimo D. 0266100864, cell.Ivano D. 3284197034, Massimo D. 3333930446, ivano.dellolio@email.it, ivanodellolio@live.it*

Ciclistica        km 90

Domenica 13 Marzo

Cicloscalata 6 - Colli Piacentini: Passo

Caldarola. Per buona parte del percorso staremo in quota sul crinale dei colli che separano la Val Trebbia dalla Val Tidone. Possibilità di visita dei castelli di Rivalta e di Agazzano. *Corsa, Ibrida, MTB.* Dislivello totale in ascesa 800 m circa. 16 € (treno + bici + ass.ne infortuni). **Ritrovo** h 07.00, Mi Centrale. *Proposta di: Domenico Luchetti, Ignazio Scarlata, ab.02-29521547 [DL], 02-3536418 [IS] (21-22), cell.328-4653638 [IS] (18-21), domenico.luchetti@luditsrl.com, scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

In sede

Venerdì 18 Marzo

Se la scuola avesse le ruote. Incontro con Emilio Rigatti, il grande "prof a pedali" che ai suoi alunni trasmette "l'allegria del conoscere" ciclovagando con loro in bici per campagne, boschi, città e paesi. Parlerà del suo ultimo libro "Se la scuola avesse le ruote" (Ediciclo Editore) e presenterà alcuni filmati che hanno come protagonisti i suoi allievi adolescenti. h 21.00 Sede Ciclobby. *Proposta di: Giulia Cortesi e Maia Gabriella Berti*

Ciclomanifestazione

Domenica 20 Marzo

Bicinfesta di Primavera festeggia i suoi 25 anni.

Il nostro grande, tradizionale appuntamento primaverile partirà da via Dante e terminerà al Parco di Trenno (centro Gorlini). Due ore di passeggiata in bici in compagnia di Aldo, Giovanni e Giacomo e di alcuni testimonial degli anni passati, Filippo Lagerback, Gianni Biondillo, Maurizio Lichetti. Al termine musica, ballo, premi e ristoro. **Ritrovo** h 09.00 in v. Dante ang. p.za Cairoli. Iscrizioni dal 12 marzo al gazebo Ciclobby in via Dante oppure in sede. Info: www.ciclobby.it.

LEGENDA

pianura



collina



montagna



difficoltà



(da sommarsi alla pendenza)

aereo+bici



auto+bici



treno+bici



pullman+bici



traghetto+bici



metro+bici



trekking



funivia+bici



anche per ragazzi



evento nazionale FIAB



Milano Arte

Sabato 26 Marzo

Milano tra Visconti e Sforza. 1 Euro per assicurazione. Dalle 10.15 alle 12.00, Piazzetta Reale. Proposta di: Arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it

Cicloturistica



Domenica 27 Marzo

Gita a Fidenza e Cremona. Percorso di tutta pianura sull'argine del Po in parte su terreno non asfaltato. 20% sterrato. City Bike, Ibrida, MTB. Acquisto biglietti ferroviari in proprio. Ritrovo h 09.00, Mi Centrale. Proposta di: Raffaele Peccioli, cell.339 8236496, raf-faele_p@libero.it

Cicloturistica



Domenica 27 Marzo

Da Pavia a Milano. Lungo il Ticino ed il Naviglio. 5% sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida. 7 €. Ritrovo h 07.20, Mi Centrale. Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

Cicloturistica



Domenica 27 Marzo

Quelle boscoso colline affacciate sul Comabbio. La gita si snoda in un percorso simpaticamente agile e panoramico. Ottimo il livello estetico delle vedute sul lago di Varese e il lago di Comabbio. City Bike, Corsa, Ibrida, MTB. Ritrovo h 08.00, Mi Porta Garibaldi. Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwemail.it

Ciclistica



Domenica 27 Marzo

Da Tirano a Colico. Percorreremo la strada dei vigneti di Sassella, Grumello, Fracia, Sforsat. Poi il sentiero Valtellina. 20% sterrato. Corsa, MTB. Ritrovo h 07.40, Mi Centrale. Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578

Evento FIAB

FIAB

Domenica 27 Marzo

Giornata FAI di primavera. Monumenti aperti. Le associazioni FIAB organizzeranno pedalate per raggiungere i luoghi delle visite guidate. amministrazione@fiab-onlus.it

In sede

Giovedì 31 Marzo

BiciMondo: Da Mosca a Bergamo in bicicletta. Pedalata sul percorso della ritirata degli Alpini nella campagna di Russia della seconda guerra mondiale. Racconto ed immagini di Vincenzo Gamba. h 21.00 Sede Ciclobby. Proposta di: Maria Gabriella Bertì

Aprile 2011

Evento FIAB

FIAB

Sabato 2 Aprile -

Domenica 3 Aprile

Assemblea Ordinaria Fiab. L'assemblea annuale della FIAB. I delegati delle associazioni provvederanno a rinnovare le cariche della Federazione e a delineare le strategie e le campagne per i prossimi anni. Modena. info@fiab-onlus.it

Cicloturistica



Domenica 3 Aprile

Polenta e Brasato a Truccazzano. Gita mangereccia per gli amanti della semplice cucina lombarda. 5% sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida. Almeno 20/25 persone. Iscrizioni e caparra entro il 26/03. 20 € Ritrovo h 10.00, Sede Ciclobby. Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

Cicloturistica



Domenica 3 Aprile

Ricomincio da Tre - anno terzo: seconda puntata. Escursione a Morimondo. 5% sterrato. Passeggio, City Bike, Corsa, Ibrida, MTB. 2 €. Ritrovo h 08.30, Sede Ciclobby. Proposta di: Maurilio Grassi, ab.02 690007295, cell.338 2896589, mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it

Ciclistica



Domenica 3 Aprile

Cicloscalata 7 - Alpe Agueglio e Rifugio Cainallo. Godremo di stupende vedute sul Lago di Como, Alpi svizzere, Grigna e Legnone man mano che l'orizzonte si allarga tornante dopo tornante. Corsa, Ibrida, MTB. Dislivello di circa 1150m (o 1350m). 16 € (treno + bici + ass.ne infortuni). Ritrovo h 09.00, Mi Centrale. Proposta di: Domenico Luchetti, Ignazio Scarlata, ab.0229521547 [DL], 023536418 [IS] (21-22), cell.3284653638 [IS] (18-21), domenico.luchetti@luditsrl.com, scarlata.ignazio@fastwebnet.it

In sede

Giovedì 7 Aprile

BiciMondo: Manuale di resistenza del ciclista urbano. Molti vorrebbero andare in bici a scuola o al lavoro, ma in una città metropolitana o comunque abbastanza trafficata, non sanno da dove iniziare. Luca

Conti, con il suo libro "Manuale di resistenza del ciclista urbano" (Ediciclo Editore) - con una buona dose di ironia - spiega come fare, partendo dall'esperienza personale accumulata negli anni. Conduce la serata Eugenio Galli. h 21.00, Sede Ciclobby. Proposta di: Maria Gabriella Bertì

Cicloturistica



Domenica 10 Aprile

La via verde da Pizzighettone a Romano di Lombardia. 5% sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida. 13 €. Ritrovo h 07.45, Mi Centrale. Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

Ciclistica



Domenica 10 Aprile

Oltrepò Pavese e Val Tidone. Vedremo le viti in fiore sulle colline, poi i panorami della Val Tidone. Corsa, MTB. Ritrovo h 07.30, Mi Centrale. Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578

Cicloturistica



Domenica 10 Aprile

Verso il Lago d'Iseo. 5% sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida, MTB. Acquisto biglietti in proprio. Ritrovo h 08.30, Mi Porta Garibaldi. Proposta di: Raffaele Peccioli, cell.339 8236496, raf-faele_p@libero.it

Percorsi di Arte e Storia

Domenica 10 Aprile

Da Piazza Cordusio a Foro Bonaparte. A fine Ottocento la borghesia al potere trasforma il centro di Milano a sua immagine e somiglianza. Nei nuovi spazi urbani che collegano piazza Duomo con il Castello lavorano alcuni dei più importanti professionisti dell'epoca, tra cui Broggi e Pirovano. 1 Euro per assicurazione. Ritrovo h 10.00, Piazza Cordusio (davanti alla statua di Parini). Proposta di: arch. Pierfrancesco Sacerdoti

In sede

Giovedì 14 Aprile

Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby. La riunione è aperta a tutti i soci che vogliono dare il loro contributo con proposte, suggerimenti, collaborazione. h 20.30, Sede Ciclobby

In sede

Venerdì 15 Aprile

Consigli per l'acquisto della bicicletta e non solo. Come scegliere la bicicletta più adatta per la città o il cicloturismo e come eseguirne la manutenzione primaria. Suggerimenti per superare gli imprevisti che possono capitare durante una gita e indicazione della dotazione di emergenza necessaria. h 21.00, Sede Ciclobby. Proposta di: Gruppo meccanici corso manutenzione

Percorsi di Arte e Storia

Venerdì 15 Aprile

Le residenze milanesi della famiglia Belgiojoso. Breve percorso cittadino nella Milano neoclassica con visita al Palazzo Belgiojoso e villa Belgiojoso-Bonaparte di cui si possono visitare anche gli interni. 1 Euro per assicurazione. Ritrovo h 15.00,

Piazza San Babila (fontana) Partenza alle 15.10. Proposta di: Alba Salvi, albasalvi@tiscali.it

Ciclovacanza



**Sabato 16 Aprile -
Domenica 17 Aprile**

Città d'Arte: Ferrara, la sua arte e i suoi sapori. Dalle torri del castello estense al fiume Po. Per l'Accordo FIAB - Consorzio Circuito Città d'Arte della Pianura Padana, con gli AdB Ferrara e il Comune, percorreremo in bicicletta le vie cittadine, le strade di campagna, gli argini, fra opere d'arte e bellezze naturali delle terre de "Il Mulino del Po". Assaggio di prodotti tipici ferraresi e presentazione di Michele Marziani del suo libro "La signora del Caviale" (Ed. Cult). City Bike, Corsa, Ibrida, MTB. Possibilità noleggiare bici a Ferrara. 120 € (treno + bici + ass.ne infortuni + ostello + cena). **Ritrovo** h 08.40 del 16 Aprile, Mi Centrale. Proposta di: Mariella Berti, [ab.02-29526102](tel:02-29526102), [cell.348-7815237](tel:02-7815237), mariagabriella.berti@libero.it

Fuori Sede

Sabato 16 Aprile

Alla scoperta delle nuove ciclabili milanesi. Ritornano gli appuntamenti con la "Coperta Scucita". Ci troviamo per verificare con "ruota" lo stato delle piste e corsie milanesi. Questa volta andiamo a vedere i nuovi interventi realizzati quest'inverno. Itinerario cittadino a sopresa di ca 20 km in relazione allo stato di avanzamento dei cantieri. Partenza alle 15.00, p.za Duca d'Aosta angolo via V. Pisani. Proposta di: Valerio Montieri, [uff.3286750782](tel:02-3286750782), [0229517888](tel:02-29517888), valerio.montieri@ferranteassociati.it

Mountain Bike



Domenica 17 Aprile

La spina verde Comasca. Secondo appuntamento "Scopriamo la MTB". Da Como alla Brianza, il wilderness in piena Lombardia in un percorso abbordabile ma divertentissimo. 70% sterrato. MTB. Proposta di: Andrea Scagni, [cell.339-3226541](tel:0339-3226541), silvandy@katakata.com

Cicloturistica



Domenica 17 Aprile

Affacciati sul Trebbia, costeggiando il Nure. Il percorso si snoda nella verde campagna piacentina che costeggia il Trebbia. Particolarmente eccitante e spettacolare, è la discesa che da Ponte dell'Olio a Rivergaro, consente di lasciarsi trasportare cullati da un susseguirsi di curve e ondulazioni stradali piacevoli e coinvolgenti. City Bike, Corsa, Ibrida, MTB. **Ritrovo** h 08.50, Mi Centrale. Proposta di: Pietro Scafati, [ab.02877295](tel:02-02877295), [cell.3931692907](tel:03931692907), pietroscafati@fastwebmail.it

Ciclistica



Domenica 17 Aprile

Da Santhià a Milano. 5% sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida. 10 €. **Ritrovo** h 06.30, Mi Centrale. Rientro in bici. Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

Ciclistica



Domenica 17 Aprile

Cicloscalata 8 - Vista sul Lago di Como. Salita a San Grato dove mangeremo e

prenderemo il sole con vista sul lago (altitudine 900 m). Possibilità di salire fino all'Alpe Giumello per i più allenati (altitudine 1531 m). 5% sterrato. Corsa, Ibrida, MTB. Dislivello totale circa 900 (o 1450) m. 17 € (treno + bici + ass.ne infortuni). **Ritrovo** h 07.45, Mi Centrale. Proposta di: Estelle Campion, annunci@ciclobby.it

Milano Arte

Domenica 17 Aprile

Milano attraverso i suoi simboli. gratuita. Dalle 10.15 alle 11.55, Piazzetta Reale. Proposta di: arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it

Cicloturistica



Lunedì 25 Aprile

Bergamo Soncino Lodi. 5% sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida. 12 €. **Ritrovo** h 07.40, Mi Centrale. Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

Evento FIAB



Lunedì 25 Aprile

Resistere, Pedalare, Resistere. Le associazioni della FIAB effettueranno escursioni in bicicletta sui luoghi teatro della Resistenza. info@fiab-onlus.it

In sede

Giovedì 28 Aprile

BiciMondo: Viaggio in bicicletta sulla via della seta. Angelina e Stefano, partiti da Lugano assieme e dopo 18 mesi tornati assieme, hanno percorso 14.000 km passando da Italia, Grecia, Turchia, Siria, Giordania, Egitto, Sudan, Dubai, Iran, Turkmenistan, Uzbekistan, Tajikistan, Kirgistan, Cina, Pakistan, per poi andare con un bus in India. Racconto e filmato di Angelina e Stefano Bolliger. h 21.00 Sede Ciclobby. Proposta di: Maria Gabriella Berti

Maggio 2011

Ciclistica



Domenica 1 Maggio

Le Risaie del Novarese e della Lomellina. 5% sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida. 9 € (treno + bici, solo andata). **Ritrovo** h 07.30, Mi Centrale. Rientro in bici. Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

Cicloturistica



Domenica 1 Maggio

Sulla strada dei frati Cistercensi ed Umiliati. 5% sterrato. Questo giro ci permetterà di svelare antichi misteri delle abbazie. City Bike, Corsa, Ibrida, MTB, Free Ride. **Ritrovo** h 09.00, Mi Piazzale Lodi. Proposta di: Stefano Pozzoli, [ab.0266804796](tel:02-0266804796), [cell.3382164248](tel:03382164248), pozzolistefano73@alice.it

Cicloturistica



Domenica 1 Maggio

Ricomincio da Tre - anno terzo: terza puntata. Alla scoperta del canale Villoresi. 10% sterrato. Passeggio, City Bike, Corsa, Ibrida, MTB. Proposta di: Maurilio Grassi, mauriliopatrio.grassi@fastwebnet.it

Ciclistica



Domenica 1 Maggio

**Cicloscalata 9 - Gola dell'Enna, Val Ta-
leggio e Culmine San Pietro.** Famosa per la produzione del formaggio, la Val Ta-
leggio si distingue per un ambiente natura-
le quasi intatto che trova la sua massima
esaltazione nella Gola dell'Enna: un torren-
te che fluisce tortuosamente a valle in una
stretta spaccatura della roccia, scavalcata
più volte in una serrata sequenza di ponti.
Dislivello di circa 1150 m. Corsa, Ibrida,
MTB. 12,5 € (treno + bici + ass.ne infortu-
ni). **Ritrovo** h 07.30, Mi Porta Garibaldi.
Proposta di: Ignazio Scarlata, [ab.02-3536418](tel:02-3536418) (21-22),
[cell.328-4653638](tel:02-3284653638) (18-21), scarlata.ignazio@fastwebnet.it

In sede

Venerdì 6 Maggio -

Venerdì 27 Maggio

**Corso di manutenzione e riparazione
della bicicletta: livello base.** Da venerdì
6 maggio e per quattro venerdì consecutivi
tecnici esperti di Ciclobby insegneranno ai
principianti del "fai da te" come eseguire la
manutenzione della propria bici e le ripara-
zioni di emergenza. Prenotazione obbliga-
toria, posti limitati. 10 €. **Ritrovo** h 22.00,
Sede Ciclobby. Proposta di: Gruppo meccanici cor-
so manutenzione

SPECIALE BIMBI



Domenica 8 Maggio

**Bimbibici, in tutte le città
italiane - 12ª edizione.**

È la più importante manifestazione naz-
ionale della FIAB, tutta dedicata ai bim-
bi fino agli 11 anni. A Milano bicicletta di
un'ora per le vie del centro, partendo
dai Giardini Pubblici di corso Venezia. Al
termine un breve concerto tenuto dai
bambini della scuola musicale "L'albero
della Musica". Info: www.ciclobby.it e
www.bimbibici.it.

In sede

Martedì 10 Maggio

Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby. La
riunione è aperta a tutti i soci che vogliono
dare il loro contributo con proposte, sug-
gerimenti, collaborazione. h 20.30, Sede Ci-
clobby

Cicloturistica



Domenica 15 Maggio

**Gita al Lago di Mergozzo e Lago d'Or-
ta.** City Bike, Corsa, Ibrida. Acquisto biglietti
in proprio. **Ritrovo** h 08.40, Mi Porta Gari-
baldi. Proposta di: Raffaele Peccioli, [cell.339-8236496](tel:0339-8236496), raffaele_p@libero.it

Cicloturistica



Domenica 15 Maggio

Gita al Santuario di Caravaggio. 5%
sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida, MTB. Gra-
tuita. **Ritrovo** h 08.45, Sede Ciclobby. Propo-
sta di: Massimo Dossi, Ivano Dell'Olio,
ivano.dellolio@email.it

Ciclistica km 90

Domenica 15 Maggio

Cicloscalata 10 - Parco Naturale Alta Valsesia: Pendici del Monte Rosa. Godremo uno spettacolare panorama sulla parete sud del Monte Rosa, sulla cui sommità (Punta Gnifetti, 4554 m) è evidente il rifugio Capanna Regina Margherita. Visiteremo il Museo Walser di Alagna (casa risalente al 1628) e il Sacro Monte di Varallo, patrimonio mondiale dell'umanità (UNESCO). Dislivello di circa 1350 m (riducibile a 1200 m). **Corsa, Ibrida, MTB.** 21 € (treno + bici + ass.ne infortuni + museo). **Ritrovo** h 07.45, Mi Centrale. Termine iscrizione: 12/05/2011. *Proposta di: Ignazio Scarlata, ab.02-3536418 (21-22), cell.328-4653638 (18-21), scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

Mountain Bike km 30

Domenica 15 Maggio

In MTB con i vostri ragazzi. Terzo appuntamento "Scopriamo la MTB". Un percorso facile e pianeggiante nel nord ovest milanese, per ragazzi e ragazze sportivattivi dai 6 anni in su, sicuro perchè lontano dalla viabilità ordinaria, e con diverse tappe interessanti: i fontanili, antiche risorgive della pianura padana, le cascine con gli allevamenti di bovini, l'oasi del WWF di Vanzago. 70% sterrato. **MTB.** *Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com*

Ciclistica km 110

Domenica 15 Maggio

Gita da Ponte San Pietro a Piazza Brembana. 5% sterrato. Percorso su pista ciclabile ex ferrovia con tante gallerie ben illuminate. **City Bike, Corsa, Ibrida.** 13 €. **Ritrovo** h 07.15, Mi Porta Garibaldi. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

Milano Arte

Domenica 15 Maggio

Milano sull'acqua. gratuita. Dalle 10.15 alle 11.50, Piazzetta Reale. *Proposta di: arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it*

Cicloturistica km 85

Domenica 22 Maggio

Mirabello di Pavia. 5% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida.** **Ritrovo** h 09.00, Piazza 24 Maggio (darsena). *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

Cicloturistica km 60

Domenica 22 Maggio

Dal lago di Mezzola alle coste del fiume Liro. La gita ci consente di usufruire della pista ciclabile che Colico va a Chiavenna. Interessanti le varianti lungo il fiume Mera e Liro. **City Bike, Corsa, Ibrida, MTB.** **Ritrovo** h 07.50, Mi Centrale. *Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it*

Mountain Bike km 40

Domenica 22 Maggio

In mtb dal parco di Monza al parco di Montevicchia. Gita in mtb che dallo sterrato lungo le rive del Lambro, in zona par



Appuntamenti fissi del periodo

Milano Arte: Giro a sorpresa per scoprire le meraviglie della città. 3ª domenica del mese - Ritrovo in piazzetta Reale alle 10.00. Termine alle ore 13.00. A cura di arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it.

Bicinema: Andare al cinema in compagnia in bici (ma anche a piedi). Per informazioni contattare la responsabile o consultare il sito. Tutti i mercoledì. A cura di Mariella Berti, mariagabriella.berti@libero.it

BiciMondo: serata in sede in giro per il mondo: Incontri conviviali con racconti e proiezione di esperienze di viaggi in bicicletta. Di solito l'ultimo giovedì di ogni mese in sede alle ore 21.00. A cura di Mariella Berti, mariagabriella.berti@libero.it



co di Monza, porta all'ingresso del parco di Montevicchia in località Barriano (Missa-glia); ritorno poi a Monza seguendo lo stesso itinerario a ritroso. Necessaria una minima dimestichezza con la mtb, per la presenza di qualche breve passaggio tecnico. 70% sterrato. **MTB.** 6,5 € (treno + bici). **Ritrovo** h 07.50, Mi Centrale. *Proposta di: Marco Natangelo, cell.3473380543, metallino@tiscali.it*

Ciclistica km 70

Domenica 22 Maggio

Appennino Parmense. I piacevoli panorami Emiliani. **Corsa, MTB.** 17,5 €. **Ritrovo** h 06.40, Mi Centrale. *Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578*

Evento FIAB

Domenica 22 Maggio

Bicitalia Day. Le associazioni FIAB promuoveranno i percorsi di BICITALIA con escursioni ed iniziative. *info@fiab-onlus.it*

Ciclomanifestazione

Domenica 22 Maggio

Vuoi la Pace? Pedala! 2011. Accoglieremo cortei di ciclisti provenienti dai Comuni di tutta la Provincia e li accompagneremo in piazza Duomo per lo STAND UP! della pace sugli Obiettivi del Millennio. luoghi vari, da definire. *Proposta di: Donata Schianini e Guia Biscaro, guida.biscaro@tiscali.it*

Percorsi di Arte e Storia

Domenica 22 Maggio

Case popolari a Milano: 1900-1940. Nei primi anni del Novecento un fecondo periodo di sperimentazione sui quartieri per l'edilizia popolare: dai pionieristici interventi di via Solari e via Mac Mahon, fino alle innovative realizzazioni degli architetti razionalisti negli anni trenta. **Ritrovo** h 10.00, Parco Solari (davanti alla piscina). *Proposta di: arch. Pierfrancesco Sacerdoti*

In sede

Venerdì 27 Maggio

BiciMondo: Cambogia tra riso e sorrisi. 1300 km tra imponenti templi Khmer, la magia di Angkor Wat, le splendide pagode, le risaie infinite e la calorosa accoglienza del popolo cambogiano. Racconto e immagini di Paola Spagnolo e Silvano Grasso. h 21.00 Sede Ciclobby. *Proposta di: Maria Gabriella Berti*

Ciclovacanza km 500tot

Sabato 28 Maggio -

Domenica 5 Giugno

Sicilia: tra terra e mare sino a Favignana - farfalla del Mediterraneo. 5% sterrato. **City Bike, Ibrida, MTB.** 640 € circa (Soggiorno mezza pensione 8 notti in alberghi o agriturismo, trasporto bagagli, traghetto Favignana, funivia Erice, ingressi aree archeologiche Segesta, Selinunte, Valle dei Templi, e riserva dello Zingaro, treno AG-PA, quota Ciclobby; esclusi biglietto aereo A/R MI-PA (acquisto individuale), autobus A/R Punta Raisi-Sferrocavallo, noleggio o trasporto bici). All'iscrizione 50 €; entro il 31 marzo 200 €. **Ritrovo** h 06.30 del 28 Maggio, Aeroporto Milano Malpensa. *Proposta di: Stefano Maffei, Alberto Peracchi, cell.338-4294284 (ore serali), maffei.ste@libero.it*

Cicloturistica km 80

Domenica 29 Maggio

Bergamo Ponteranica Sombreno Milano. 10% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida.** 9 €. **Ritrovo** h 07.15, Mi Porta Garibaldi. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

Cicloturistica km 65

Domenica 29 Maggio

Ricomincio da Tre - anno terzo: quarta puntata. Biodiversità nel Parco delle Groane. 20% sterrato. **Passaggio, City Bike, Ibrida, MTB.** *Proposta di: Maurilio Grassi, mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it*

Cicloturistica km 45

Domenica 29 Maggio

Alla ricerca dei 3 laghi. Questo giro ci permetterà di andare alla scoperta di 3 laghi e di uno strano museo. 10% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida, MTB, Free Ride.** 13,5 €. **Ritrovo** h 07.50, Mi Porta Garibaldi. *Proposta di: Stefano Pozzoli, ab.02-66804796, cell.338-2164248, pozzolistefano73@alice.it*

Giugno 2011

Ciclovacanza km 180tot

Giovedì 2 Giugno -

Domenica 5 Giugno

Tra scogli e cipressi, etruschi e miracoli. Il profumo del mare e la confusione del porto di Livorno ci cattureranno appena arrivati, poi nei giorni successivi, il silenzio dell'alta maremma tra campi dorati, scogli, ulivi e borghi "marittimi" antichi e poetici. Pedaleremo nel cuore della storia toscana: gli etruschi, la lavorazione del ferro, le affascinanti necropoli di un popolo che, non a

caso, amò questo lembo di terra. Ancora attraverso dune sabbiose ed ombrose potrete si giungerà fino a Pisa, la storica città marinara che ci incanterà con la sua piazza, unica al mondo, le case-torri medioevali, le chiese romaniche, i bei palazzi che si specchiano signorili nell'Arno, ormai prossimo a gettarsi in mare. Termine iscrizione: 21/03/2011. **City Bike, Corsa, Ibrida, MTB. Trasporto bagagli.** 250 € circa (biglietti treno + bici, mezza pensione 3 giorni, assicurazione). **Ritrovo** h 06.20 del 2 Giugno, Mi Centrale. *Proposta di: Marcella Chiavaccini e Mariella Berti, ab.02-29526102 [MB], cell.348-7815237 [MB], mariagabriella.berti@libero.it.*

Ciclistica km 85

Giovedì 2 Giugno
Bergamo Clusone e ritorno. 5% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida.** 12 €. **Ritrovo** h 07.15, Mi Porta Garibaldi. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

Cicloturistica km 80

Domenica 5 Giugno
Tra le colline moreniche del Garda. Visiteremo anche il borgo di Castellarò Lagusello che sorge su un'altura, prospiciente un piccolo lago a forma di cuore e potremo ammirare le colline dell'anfiteatro morenico del Garda a pochi chilometri dalle sponde del lago. 20% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida, MTB.** (Acquisto biglietti in proprio). **Ritrovo** h 08.00, Mi Centrale. *Proposta di: Raffaele Peccioli, cell.339-8236496, raffaele_p@libero.it*

Cicloturistica km 90

Domenica 5 Giugno
Gita lungo il fiume Toce. 5% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida.** 17 €. **Ritrovo** h 07.30, Mi Centrale. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

Cicloturistica km 60

Domenica 5 Giugno
Accompagnati dai flussi dell'Adda. Il percorso si snoda lungo il parco dell'Adda. Ne apprezzeremo il verde, il sobrio defluire del fiume Adda e del Canale Muzza, e l'ampia distesa della pianura che ci consente di scorazzare in libertà. 20% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida, MTB.** **Ritrovo** h 07.50, Mi Centrale. *Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it*

In sede

Giovedì 9 Giugno
Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby. La riunione è aperta a tutti i soci che vogliono dare il loro contributo con proposte, suggerimenti, collaborazione. h 20.30, Sede Ciclobby

Cicloturistica km 85

Domenica 12 Giugno
Bergamo Sarnico Chiari. 5% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida.** 13 €. **Ritrovo** h 07.15, Mi Porta Garibaldi. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

Ciclistica km 80

Domenica 12 Giugno
Cicloscalata 11 - Panoramica Zegna e Santuario della Madonna di Oropa. Il Santuario della Madonna di Oropa, il cui Sacro Monte è patrimonio mondiale dell'umanità (UNESCO), è collocato in un anfiteatro naturale montano di assoluta bellezza. La strada "Panoramica Zegna", la cui costruzione si deve al famoso imprenditore tessile, attraversa l'omonima Oasi. Dislivello di circa 2150 m (riducibile a 1450 m). **Corsa, Ibrida, MTB.** 18,5 € (treno + bici + ass.ne infortuni). **Ritrovo** h 06.45, Mi Centrale. *Proposta di: Ignazio Scarlata, ab.02-3536418 (21-22), cell.328-4653638 (18-21), scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

Mountain Bike km 60

Domenica 12 Giugno
Lessona e la bassa Valle Mosso. Quarto appuntamento "Scopriamo la MTB". Il Biellese è delimitato ad est da vaste aree boschive dove la mano dell'uomo è ancora rara. Sulle tracce del percorso di gara della locale gran fondo di Mountain bike. 70% sterrato. **MTB.** *Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com*

Cicloturistica km 65

Domenica 12 Giugno
Le cascate di San Giulio. Questa gita ci permetterà di vedere cascate sconosciute e un'oasi naturale molto bella. 10% sterrato. **City Bike, Ibrida, MTB.** 20 €. **Ritrovo** h 08.00, Mi Porta Garibaldi. *Proposta di: Stefano Pozzoli, ab.02-66804796, cell.338-2164248, pozzoli-stefano73@alice.it*

Percorsi di Arte e Storia

Domenica 12 Giugno
Novocento e Razionalismo tra piazza Cavour e piazza della Repubblica. In questo quartiere si concentra una straordinaria collezione di edifici, fondamentali per capire le vicende dell'architettura milanese negli anni tra le due guerre. Si visiteranno opere di Muzio, Ponti, Asnago e Vender, Ferrini. **Ritrovo** h 10.00, Piazza Cavour (davanti al Palazzo dei Giornali). *Proposta di: arch. Pierfrancesco Sacerdoti*

Evento FIAB

Giovedì 16 Giugno - Domenica 19 Giugno
XXIV Cicloraduno Nazionale FIAB a Torino. Soci di tutte le associazioni FIAB si incontreranno nel torinese per pedalare assieme per 4 giorni attraverso gli angoli più nascosti e sorprendenti del Piemonte. *info@fiab-onlus.it*

Ciclistica km 110

Domenica 19 Giugno
Il Passo della Cisa. Visiteremo Pontremoli con colazione al caffè degli Svizzeri, poi il Duomo di Berceto ed infine la lunga discesa per Fidenza. **Corsa, MTB.** **Ritrovo** h 06.20, Mi Centrale. *Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578*

Ciclistica km 110

Domenica 19 Giugno

Da Vercelli a Milano. 5% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida.** 9 € (treno + bici, solo andata). **Ritrovo** h 07.30, Mi Centrale. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

Milano Arte

Domenica 19 Giugno
Milano Spagnola. gratuita. Dalle 10.15 alle 11.50, Piazzetta Reale. *Proposta di: Arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it*

Ciclomanifestazione

Martedì 21 Giugno
CiclOvEstate 2011. Un'occasione di incontro in allegria per festeggiare l'arrivo dell'estate e alla scoperta della cintura verde a nord-ovest di Milano. Nel giorno più lungo dell'anno, con più gruppi di ciclisti e seguendo itinerari diversi, ci avventureremo alla scoperta della città di Milano e della sua cintura verde e agricola, dei suoi parchi. Le partenze sono previste in più punti verso le ore 18. Dettagli seguono. Fontana del Castello Sforzesco

Percorsi di Arte e Storia

Sabato 25 Giugno
La silenziosa fatica delle cariatidi. Una rassegna di cariatidi e telamoni che sorreggono balconi e tetti, partendo dai più celebri, i poveri schiavi di Via degli Omenoni. Partecipazione gratuita. **Ritrovo** h 08.00, piazza della Scala. *Proposta di: Anna Pavan*

Cicloturistica km 80

Domenica 26 Giugno
I castelli del Canavese (primo giro). 5% sterrato. **City Bike, Corsa, Ibrida.** 20 € (treno + bici). **Ritrovo** h 07.30, Mi Centrale. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

Cicloturistica km 70

Domenica 26 Giugno
Ricomincio da Tre - anno terzo: quinta puntata. Agazzano (184 m), Travò (171 m), Rivergaro (140 m): paesi a misura di Bicicletta. **Passeggio, City Bike, Corsa, Ibrida, MTB.** *Proposta di: Maurilio Grassi, mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it*

Ciclistica km 75

Domenica 26 Giugno
Cicloscalata 12 - Alta Val di Susa: Colle Finestre e Strada Assietta. Giro spettacolare e molto impegnativo. Si inizia con la salita al Colle delle Finestre, per poi scendere a Pian dell'Alpe e continuare sulla cresta tra la Val di Susa e la Val Chisone (Strada dell'Assietta), valicando in saliscendi parecchi colli sempre sopra ai 2300 m (dislivello di 2780 m). 65% sterrato. Possibili altri due itinerari meno impegnativi. **Ibrida, MTB.** 30 € (treno + bici + ass.ne infortuni). **Ritrovo** h 05.00, Mi Centrale. Termine iscrizione: 23/06/2011. *Proposta di: Domenico Luchetti, Ignazio Scarlata, ab.0229521547 [DL], 023536418 [IS] (21-22), cell.3284653638 [IS] (18-21), domenico.luchetti@ludisrl.com, scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

Cicloturistica km 50

Domenica 26 Giugno

Pedalando allegramente in Valtellina. si segue il corso del fiume Adda prima che si getti nel lago di Como. piccoli paesi abbarbicati sulla montagna. chiese imponenti che controllano la Valtellina. *Passaggio, City Bike, Corsa.* Proposta di: Paola Galbusera e Marisa Scaffidi, cell.Paola 349-5235071, paolagalbu@hotmail.com

In sede

Giovedì 30 Giugno

BiciMondo: Tasmania: fra canguri, wombat e opossum. Viaggio in bicicletta in un'isola che sorprende di continuo, dove la Natura ha un'anima molto forte e le persone rimangono nel cuore di chi le incontra. Racconto e immagini di Girolamo Sorrentino. h 21.00 Sede Ciclobby. Proposta di: Maria Gabriella Bertì

Luglio 2011

Ciclovacanza                                           km 110tot

Sabato 2 Luglio - Domenica 3 Luglio Dal Pizzo Bernina.. ai pizzocheri. Con il famoso trenino rosso del Bernina scopriremo la Val Poschiavo fino alla Valtellina. Non mancherà un bel piatto di pizzocheri. 5% sterrato. City Bike, Ibrida, MTB. 88,5 €. Termine iscrizione: 12/06/2011. Max 15 partecipanti. Ritrovo h 07.40 del 2 Luglio, Mi Centrale. Proposta di: Stefano Pozzoli, ab.02-66804796, cell.338-2164248, pozzolistefano73@alice.it

Cicloturistica                                           km 85

Domenica 3 Luglio

Lecco - Milano. 20% sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida. 8 €. Ritrovo h 08.15, Mi Porta Garibaldi. Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Pietro Soprani

Cicloturistica                                           km 70

Domenica 10 Luglio

Gita da Tirano a Morbegno. 5% sterrato. City Bike, Corsa, Ibrida. 20 €. Ritrovo h 07.30, Mi Centrale. Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Pietro Soprani

Ciclistica                                           km 100

Domenica 10 Luglio

Cicloscalata 13 - Val Seriana e Passo della Presolana. Risaliremo il Fiume Serio fino a Clusone lungo la ciclabile per proseguire poi fino al Passo della Presolana. 30%

IMPORTANTE!
Verificate sempre se le iniziative sono confermate o se ci sono aggiornamenti: sul sito www.ciclobby.it o telefonando in segreteria: tel. 02-69.31.16.24 mar-ven h 17-19 sab h 10,30-12

sterrato. City Bike, Ibrida, MTB. Dislivello totale in ascesa 1000 m circa. Ritrovo h 07.40, Mi Centrale. Proposta di: Enrico Spanò, cell.3395033572

Mountain Bike                           km 80

Domenica 10 Luglio

Il sentiero Novara. Quinto appuntamento della serie "Scopriamo la MTB". Itinerario nella collina novarese, lungo un percorso segnalato, alla scoperta di dolci declivi e aree sorprendentemente poco "civilizzate" intorno alla riserva naturale del Monte Fenera. 70% sterrato. MTB. Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com

In sede

Martedì 12 Luglio

Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby. La riunione è aperta a tutti i soci che vogliono dare il loro contributo con proposte, suggerimenti, collaborazione. h 20.30, Sede Ciclobby

Ciclovacanza                           km 65tot

Sabato 16 Luglio - Domenica 17 Luglio

Cicloscalata 14 - Alta Val di Susa: Rifugio Levi e Sentiero Balcone. Sabato da Salbertrand (1000 m) si sale per una strada asfaltata passando per Eclause, quindi si raggiunge il Rifugio Levi-Molinari (1850 m). Domenica si scende per la stessa strada, deviando poi per Moncellier e Frenée su asfalto, poi su sterrato. Sosta a 2200m presso le rovine di un forte, si sale ancora per 100m e poi si scende sempre su sterrato costeggiando la montagna. Si continua sul "Sentiero Balcone" fino a Frejus e da

qui si scende a Bardonecchia. Dislivello di circa 2000 m. 30% sterrato. MTB. (29 € treno + bici; 38 € mezza pensione in rifugio). Termine iscrizione: 12/06/2011. Ritrovo h 07.45 del 16 Luglio, Mi Centrale. Proposta di: Bruno Azzali, cell.3317315107, tfa@fastwebnet.it

Ciclistica            

CICLOBBY point

Milano

Giacobici

riparazione bici al vostro domicilio o dovunque vi trovate
334.9493309 giacobici@gmail.com

Zona 1

Olmo - La Biciclistissima

Piazza Vetra 21 - 20123 Milano
www.olmo.it

Rossignoli

corso Garibaldi 71 - 20122 Milano
Tel.: 02.804960 - Fax: 02.862549
www.rossignoli.it info@rossignoli.it

Silvestrini

viale Caldara 6 - 20122 Milano
Tel.: 02.55013248

Silvestrini

Viale Caldara 37 - 20122 Milano
Tel.: 02.5466916 - Fax: 02.5468074

TASTARI Ristorante Mediterraneo

Corso Garibaldi 59 - 20121 Milano
Tel.: 02 7200 8379
www.tastari.it info@tastari.it

Zona 2

A.W.S. Bici motor

via Ponte Seveso 33 ang. Schiapparelli
20125 Milano Tel.: 02.67072145
www.aws-bici.com awsbici@fastwebnet.it

Riva Auto SAS

via Don Guanella 5 - 20128 Milano
Tel.: 02.2576591 info@rivaauto.com

Sciranobike

Via Toselli 5 - 20127 Milano
Tel.: 02 26118096 cell 347 4455164
sciranobike@fastwebmail.it

Zona 3

Ciclicoss

via Canaletto (ang. piazza Guardi) 1
20133 Milano - Tel.: 02.70102358
Fax: 02.70102358 www.ciclicoss.it

Detto Pietro Store

viale Vittorio Veneto 8 - 20124 Milano
Tel.: 02.29405018
www.dettopietro.com
dettopietro@dettopietro.com

Due Ruote Porpora

via Porpora 151 - 20131 Milano
Tel.: 02.2847956
www.dueruoteporpora.it
michele.scirano@tiscali.it

Nart Afra sas

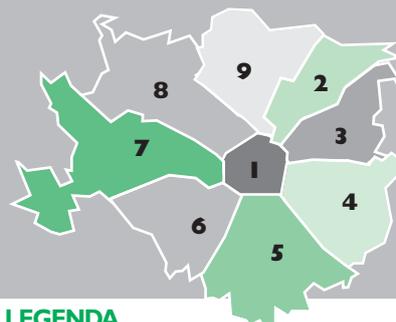
via Paracelso 5 - 20129 Milano
Tel.: 02.29529815 www.narteziocicli.it
nartezio@tiscali.it

Silvestrini

piazzale Susa 7 - 20133 Milano
Tel.: 02.87391899 - Fax: 02.87391781

**I CICLOBBY POINT
sono esercizi commerciali
amici della bici e convenzionati
con la nostra associazione.**

Presso i **CICLOBBY POINT** puoi
- beneficiare degli sconti per i soci
- ritirare il notiziario ed il calendario
delle nostre iniziative
- iscriverti a **CICLOBBY** o rinnovare
l'iscrizione.



LEGENDA

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

Zona 4

Amici x la bici

corso XXII Marzo 38 - 20135 - Milano
338.2042153

Codrignani

Viale Umbria 120 - 20135 Milano
Tel.: 02 70121640 - Fax: 02 741983
www.codrignani.it info@codrignani.it

Silvestrini

viale Corsica 86 - 20137 Milano
Tel.: 02.43119852

Zona 5

Area Bici

via Ettore Bugatti 6 - 20142 Milano
Tel.: 02.89301248
www.areabici.it areabici@virgilio.it

La Bicicletteria

via A. Sforza (ang. via Spaventa 1)
20141 Milano - Tel.: 02.8461286
www.labicicletteria.it gigibici@alice.it

Zona 6

Farmacia Tolstoi

via Giambellino ang via Tolstoi

20146 Milano - Tel.: 02.36568676
farmaciatolstoi@fastwebnet.it

Jigsaw Place S.r.l.

Rappresentante Brompton in Italia
(bici pieghevoli). Non vende a privati
via delle Foppette 2 - 20144 Milano
Tel.: 02.36535313 www.brompton.it
info@brompton.it

La Bicicletteria

via Washington 60 - 20146 Milano
Tel.: 02.4984694 www.labicicletteria.it
info@labicicletteria.it

Miraggio CicloBarona

via Privata Cassoni - Milano
(tra via Zumbini 28 e via Ettore Ponti 21)
Tel.: 02.89056878
ciclobarona@fastwebnet.it

Silvestrini

via Vigevano 11 - 20144 Milano
Tel.: 02.89403642 - Fax: 02.89403642

Zona 8

Doniselli

via Procaccini 11 - 20154 Milano
Tel.: 02.34533031
www.doniselli.it info@doniselli.it

La Bicicletteria

Centro Comm. Portello - p.le Accursio -
20156 Milano
Tel.: 02.39260565 - Fax: 02.3005014
www.labicicletteria.it
info@labicicletteria.it

Zona 9

Equilibrio urbano

via Pepe 12 - 20159 Milano
Tel.: 02.3956 6000
www.equilibriourbano.it
equilibriourbano@equilibriourbano.it

Igor Bike

via Francesco Arese 20 (ang. via Thaon di
Revel) - 20159 Milano - Tel.: 02.69901353
www.igorbike.com iverner@libero.it

Nino Bixio

viale Fulvio Testi 64 - 20155 Milano
Tel.: 02.66102953

FUORI MILANO

Bonariva Alfredo

via Milano 220 - 20021 Baranzate di Bollate
(MI) Tel.: 02.3560687

La Stazione delle Biciclette

piazza IX Novembre 1989
20097 San Donato Milanese (MI)
Tel.: 02.5560 3730
www.lastazione dellebiciclette.com
info@lastazione dellebiciclette.com

Per diventare un Ciclobby Point
o per comunicare variazioni:
vanna.bartesaghi@libero.it

Sostieni FIAB CICLOBBY !

Sostieni l'associazione cicloambientalista che promuove l'uso della bici
per la mobilità quotidiana e per il tempo libero, tutela i diritti dei ciclisti
e rivendica lo sviluppo di una mobilità sostenibile e sicura.

www.ciclobby.it