

Cicloturismo, che passione Il modo migliore per viaggiare

Un corso per imparare un approccio diverso al territorio

TRA LE COSE che interessano Tuttinbici oltre alla ciclabilità urbana, alla sicurezza dei ciclisti, alle iniziative come il Bicibus c'è anche il cicloturismo ovvero la pratica del turismo in bicicletta.

E' utile fare questa precisazione poiché in generale in Italia al termine cicloturismo è associata una pratica quasi agonistica con tempi da fare, salite da conquistare ecc.

Per noi di Tuttinbici FIAB il cicloturismo è la pratica invece del turismo in bicicletta alla portata di chiunque sappia andare in bici.

PERCHÉ una vacanza in bici? Il viaggio in bici non è solo una meta da raggiungere: ogni metro pedalato è il viaggio e l'esercizio fisico è parte del gioco, in bici il viaggio comincia con la prima pedalata e finisce con l'ultima.

Il viaggio in bici è un viaggio vero: in bici ci si sposta davvero: alla sera si arriva al campeggio, all'ostello, all'albergo a 60, 80, 120 km da dove eravamo al mattino.

PEDALARE è esercizio fisico, ma non è fatica attenzione! E' assumere il ritmo della pedalata lenta, tranquilla, come ritmo della giornata. Si penetra il territorio dal basso: si sentono i profumi dei medici maturi in estate, dei fiori di tiglio sotto un viale alberato, il profumo della lavanda in Provenza, si apprezza il silenzio di una pista ciclabile lungo un fiume.

LA BICI è per tutti i caratteri: per chi vuole pedalare da solo per ritrovare se stesso, per la famiglia con i figli nel carrettino e sul cammellino, per il CRAL che si fa la media di 30 km al giorno, per il gruppo tosto che vuole andare a Parigi in bicicletta e per una gita scolastica. Il viaggio in bici è scoperta: si fanno strade secondarie per an-



goli di paesaggio impossibili da vedere in auto, si entra nei paesi non dallo svincolo autostradale, ma dalla ciclabile lungo il fiume.

IL VIAGGIO in bici rende sublime prelibatezza ogni piadina, ogni barattolo di yogurt, ogni piatto di pasta: ciò che serve per il nostro motore, che non sono solo le gambe, ma anche la nostra testa sgombra di ogni pensiero che non sia guardarsi intorno e parlare con un signore incontrato al parco do-

EMOZIONE La pedalata lenta e tranquilla diventa il ritmo della giornata

ve ci siamo fermati per un ristoro o per un po' di ombra. Tutto questo richiede tuttavia un minimo di preparazione per sapere quale bicicletta va bene per noi, quali sono gli strumenti cartacei o elettronici per trovare la nostra strada, dove sono le più belle ciclabili in

Italia ed Europa, quali sono i nostri limiti fisici per definire le distanze (e le salite) alla nostra portata, quali sono le operazioni di manutenzione e riparazione di base per i guasti meccanici e le forature.

PER INTRODURRE queste problematiche Tuttinbici organizza il corso di cicloturismo con il programma qui sotto, convinti che la pratica del viaggio in bici sia una delle cose più belle che possiamo fare nel nostro tempo libero.

**A cura
di Tuttinbici**

LE NOZIONI DI BASE PER MUOVERSI IN BICICLETTA DALLA TEORIA ALLE USCITE «PRATICHE»

Programma del Corso. Giovedì 10/2: Introduzione al cicloturismo, Mete, distanze, attrezzatura, Fai da te o Tour operator. 17/2: Muoversi in bici: Il codice della strada, l'accompagnamento, Mappe, Guide e GPS. 24/2: Alimentazione e salute in bici. 3/3: Meccanica bici e accessori

10/3: Manutenzione e riparazione della bici. Esercitazione manuale. Domenica (data da concordare): uscita didattica in bici. Il corso si terrà presso la sede di Tuttinbici in via Zandonai, 15, alle 21. Costo iscrizione 10 euro più tessera Tuttinbici. Info 3388324759 o 0522560838

**REGGIANI
SU DUE
RUOTE**

PAGINA
A CURA DI

TUTTINBICI
FIAB di REGGIO E.

Accendiamo le luci con la forza delle gambe

Quest'anno la redazione di Caterpillar ha chiesto alla Fiab di aderire alla Giornata "M'illumino di meno" la più radiofonica campagna sul risparmio energetico mai escogitata sul globo terracqueo. Quest'anno è fissata per il 18 febbraio e in omaggio ai 150 anni dell'unità d'Italia, contestualmente a spegnimenti simbolici si accenderanno luci pulite a tema tricolore. Tuttinbici associazione Fiab di Reggio organizza con la scuola primaria Bergonzi l'iniziativa: "pedalando... pedalando io illumino te, tu illumini la mia mente." Alle 18 si spegneranno tutte le luci della scuola, alunni e genitori riuniti nel cortile si alterneranno, a coppie su un ciclogeneratore e su uno schermo luminoso. Info: Adriana 0522438972; Gianfranco 3281850980

Vogliamo che ritorni in città il Museo Cimurri

Gli auguri di Tuttinbici per il 2011 sono per una città con meno auto e più biciclette, con una Polizia Municipale che cominci a dare delle belle multe a chi parcheggia sulle piste ciclabili, che pensi seriamente di installare postazioni fisse di autovelox, 24/24 ore nelle strade dove nessuno rispetta i limiti di velocità e sistemi efficaci per punire chi passa col rosso, anche ciclisti e pedoni. Auguri per un trasporto pubblico efficiente, per una campagna di comunicazione più premiante per chi si sposta in modo sostenibile, per il miglioramento dei percorsi ciclabili, che oltre ad essere sempre più sicuri dovranno essere continui, lisci, mantenuti, attrattivi. Auguri per le forze dell'ordine, per una sempre maggior efficacia nell'azione di contrasto del furto delle bici, per il completamento della rete ciclabile almeno per alcune parti clamorosamente mancanti, e per il Museo Cimurri della bici, che ritorni alla città.

Tesseramento Tuttinbici

La tessera di Tuttinbici costa 18 euro (13 per il familiare e 5 per gli junior) ed è comprensiva di assicurazione RCT 24/24 h per chi va in bici; dà diritto a partecipare alle iniziative e a ricevere la rivista BC, della Fiab. La sede di via Zandonai, 15 è aperta il martedì 17,30 - 19 ed il venerdì 21 - 23. info www.tuttinbici.org o 328 1850980

PROIEZIONI A PIEVE MODOLENA

Dal Sud America alla Cina, grandi avventure sulle due ruote

TUTTINBICI organizza una serie di proiezioni di foto e di video presso la sala Zavattini della circoscrizione Ovest a Pieve Modolena alle 21,15, ingresso libero, col seguente calendario. Mercoledì 2 febbraio "La Sicilia a pedali" periplo completo dell'isola di M. Bocchi. Un lungo viaggio di 1250 km, 18 tappe, 2 forature, 23 giorni di sole, mare, gente cordiale, canoli, granite e tante cose belle da vedere. Segue "Mongolia" - Sulle tracce di Gengis Khan di P. Cocchi. Tre amici in bici nella

Mongolia centro settentrionale, da Ulaan Baator sino al confine siberiano. Un anello di più di duemila chilometri di cui la metà percorsi pedalando su piste interminabili di terra battuta circondate da verdissime vallate. Mercoledì 9 febbraio "La Camargue" di Ledi Bucci. La Camargue è una delle ultime grandi zone umide d'Europa ma nel viaggio ci sono anche città storiche come Nîmes, Arles, Avignone. Segue "Olimpia - Pechino" sulle tracce della fiaccola olim-

pica di Carlotta Dall'Aglio. Nel 2008, Carlotta porta a termine il sogno di tutti i cicloviatori: percorrere l'antica via della seta fino a Pechino, capitale della Cina. Mercoledì 16 febbraio "Capo Nord" - di Paolo e Monique. Salirete sulla "biciccamello" e per 4 mesi "Tendina" sarà la vostra compagna. Mercoledì 23 febbraio "Nord ovest argentino" di Olmes Castellari, che da anni ha esplorato il continente del sud America in lungo e in largo sempre pedalando.

ALLA BERGONZI

AUGURIO PER IL 2011

L'ASSOCIAZIONE