

in bici



Trimestrale edito da FIAB-Amici della Bicicletta di Modena

Via del Pozzo, 17
41100 Modena (MO)
tel: 339.2366429
www.modenainbici.it

Due ruote per il futuro

Giuseppe Marano

Promossa dal Ministero dell'Ambiente, nei giorni 11 novembre 2007 si è tenuta a Milano la prima Conferenza nazionale della bicicletta. All'iniziativa hanno dato un contributo organizzativo speciale le associazioni ciclistiche, in primis la FIAB, oltre ad una serie numerosa di enti ed organizzazioni italiane ed europee che promuovono la ciclo mobilità. La finalità dichiarata della Conferenza era quella di favorire un confronto fra enti diversi operanti per la diffusione della bicicletta come mezzo di spostamento e di protezione ambientale, oltre a presentare le più avanzate esperienze compiute in questo campo. Il lavoro svolto è stato notevolissimo, sia prima che durante la Conferenza: basti pensare che sono stati attuati 18 workshop e presentate 54 relazioni ufficiali. Oltre 500 persone hanno partecipato attivamente alla tre giorni milanese, ospitata inizialmente nella sede della Provincia di Milano e successivamente nei padiglioni della Fiera, durante il Salone del ciclo organizzato da EICMA.

Il mondo delle istituzioni è stato rappresentato dal Governo, dagli Enti locali, dall'UE; l'associazionismo ha visto il ruolo protagonista della FIAB e altre organizzazioni, molto mobilitate in occasione di incontri clou come quello con le Ferrovie dello Stato sul tema caldo degli spostamenti ferroviari in bici, tanto più se raffrontati alle situazioni descritte dai referenti svizzeri e tedeschi delle società ferroviarie.

Particolare interesse hanno suscitato le relazioni e le esperienze riguardanti i servizi di noleggio delle biciclette pubbliche (Parigi, Barcellona, Ferrara) e il ciclo turismo. Nella giornata conclusiva è stato presentato ed approvato il "Manifesto due ruote per il futuro", nel quale sono riportate le indicazioni programmatiche emerse dagli incontri e dalle esperienze passate in rassegna. Il "Manifesto" rappresenta una vera e propria piattaforma rivendicativa del movimento ciclistico nazionale, rivolgendosi a tutte le istanze istituzionali ed associative attive in questo settore. Al Governo e al Parlamento, si chiede l'istituzione del "Servizio nazionale per la mobilità ciclistica", al fine di dare impulso alla diffusione



della bicicletta per la mobilità quotidiana, il turismo e lo sport. Fra l'altro, si chiede la predisposizione della Rete nazionale di percorribilità ciclistica. Fra le competenze da assegnare al Servizio risulta anche l'iniziativa sulla sicurezza, l'attivazione dei servizi più utili ai ciclisti e la comunicazione sociale.

Nel "Manifesto" vengono poi richieste:

- modifiche al Codice della Strada al fine di dettare condizioni più favorevoli alla sicurezza stradale;
- il rifinanziamento costante della legge sulla mobilità ciclistica (n° 366/1998);
- normative per la destinazione delle ferrovie dismesse e degli argini fluviali alla mobilità ciclistica;
- iniziative per lo sport ciclistico.

Assai incisive le richieste rivolte agli enti locali (Regioni, Province e Comuni), sia sul piano normativo che attuativo, chiamati ad attivarsi per promuovere la realizzazione di infrastrutture, servizi e interventi concreti per incentivare l'uso della bicicletta, particolarmente nella mobilità urbana.

È possibile consultare il "Manifesto" sul sito web www.modenainbici.it.



C'ero anch'io

GLI ETRUSCHI A MARZABOTTO
11 NOVEMBRE 2007

In casa... dell'etrusco

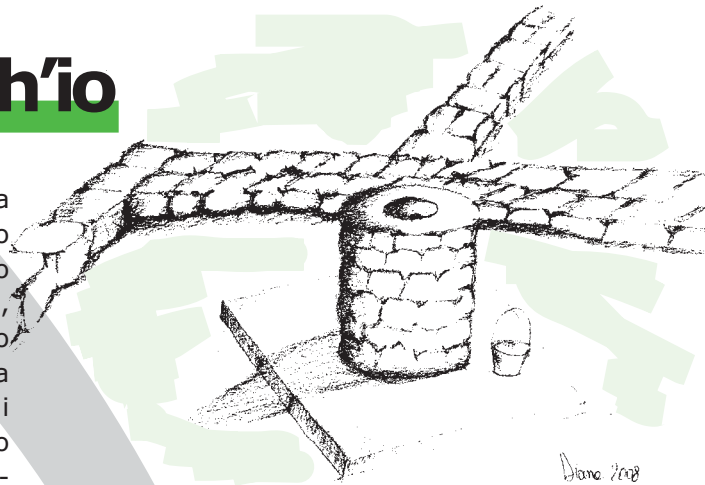
Diana Altiero

A volte capita che qualcuno, col suo racconto, ti renda partecipe di una bella esperienza e che questo scambio lasci una certa curiosità e voglia di viverla. Così, da uno scambio di esperienze, è nata la proposta di andare a visitare il sito archeologico e il museo etrusco di Marzabotto, per condividere un'emozione con altre persone che si lasciano affascinare dalle testimonianze di mondi a noi oggi lontani. Il sito archeologico si sviluppa lungo il pianoro che

costeggia il Reno, con vista elevata sul paesaggio circostante. A Marzabotto la guida, una etruscologa, ci ha accompagnato lungo il percorso raccontando la storia degli scavi e di questo popolo in modo competente e affascinante.

Certo, è novembre, ma il sole ci accompagna e il vento fa sventolare i nostri capelli e accompagna la voce della guida, nell'aria frizzantina. Gli Etruschi ci diventano familiari e suscitano un certo rispetto, con le loro case di 100 metri quadrati sviluppate su un piano, nelle quali convivevano con la servitù, a dimostrazione di un senso alto di democrazia.

Colpisce anche la presenza di pozzi d'acqua nei cortili di ogni casa, certo favoriti dalla presenza di una ricca



falda acquifera poco profonda ma ben canalizzata e funzionale agli usi comuni.

Marzabotto è stata progettata, nelle sue linee essenziali, orientandola secondo gli assi cardinali, per ricostruire in terra la stessa disposizione del Tempio celeste. La visita ci soddisfa e lascia, almeno a me, la voglia di approfondire. Al ritorno una breve "vasca" tra le strade di Bologna a respirare già l'atmosfera natalizia in attesa del treno che ci porterà a Modena, forse a raccontare ad altri la nostra visita...

A PIEDI SULL'APPENNINO
MODENESE
18 NOVEMBRE 2007

Sor... presi in castagna

Dino Milanese

In una splendida domenica di novembre, abbandonate per un giorno le nostre bici, decidiamo di passare la giornata con una bella "sgambata" per i sentieri del nostro Appennino.

Attrezzati di tutto punto, non senza aver prima fatto una sosta al forno per dei panini che sarebbero stati, all'ora giusta, il nostro pranzo, ci avviamo al punto di partenza del nostro trekking, e cioè a Castellino delle Formiche dove, con altri soci FIAB (e amici) decidiamo l'itinerario: il passo della Riva, in località Zocca. Infilati scarponi

e zaino, partiamo attraversando la località Samone, infilando un piccolo ma bellissimo sentiero che ci ha permesso di pestare la prima neve della stagione. Arrivati sul monte della Riva, da un punto panoramico appositamente allestito, ci siamo fermati a rimirare lo splendido paesaggio che la vallata sottostante ci riservava: calanchi, macchie di vegetazione e una natura (quasi) incontaminata. Nel gruppo qualcuno ha proposto una variante del sentiero previsto.

Incamminandoci per questa deviazione, arriviamo in una piccola radura e... sorpresa! Alcuni nostri soci ci hanno voluto stupire e ci hanno fatto trovare dei marroni che stavano arrostando su un improvvisato (ma molto funzionale) braciere, offrendoci anche dell'ottimo vin brulé. Allietati dai canti e dai balli di alcune delle "donzelle", abbiamo consumato un lauto pranzo a base di panini, castagne e vin brulé. Salutandoci, al ritorno, ci siamo ripromessi che avremo avuto altri momenti "interessanti" come

questo, che ci hanno fatto vivere belle emozioni di natura paesaggistica e soprattutto ci hanno consentito di godere, ancora una volta, della compagnia di ottimi amici.



BOLOGNA SOTTERRANEA
25 NOVEMBRE 2007

A passeggio sotto l'asfalto

Eugenia Coriani



C'è una città "superiore", ricca di monumenti e una città "inferiore", affascinante e misteriosa, con antichi canali, porticcioli e un luogo che pare un tempio. Il nostro viaggio alla Bologna sotterranea inizia da piazza Minghetti; un accesso, aperto solo al momento di una visita guidata, ci permette di scendere all'interno di un tunnel, fiocamente illuminato, e di percorrerlo per un lungo tratto, costeggiando il torrente Aposa, pieno d'acqua. Fino a non molto tempo fa, il condotto è stato utilizzato come una vera e propria fogna: nei giorni di mercato venivano gettati nell'Aposa gli scarti della frutta, della verdura o i resti della macellazione degli animali. I palazzi sull'Aposa avevano uno sbocco, dalle cantine, sul canale; sono riconoscibili ancora tante finestrelle, porte e... abusi edilizi. Si vedono i resti di un ponte romano che si distingue subito per la pietra usata, la selenite: i cristalli brillano ancora. Risaliamo

in superficie, per portarci in un altro punto della città, a vedere i Bagni di Mario. Il nome evoca un ambiente termale, ma in realtà questo complesso idraulico non ha mai avuto nessuna relazione con l'uso termale. Un'angusta scala di pietra conduce sotto terra per 40 metri. Dinanzi a noi si apre uno scenario incredibile: una sala ottagonale con le pareti ornate da affreschi e bassorilievi, corrosi dall'umidità, ma ancora pieni di fascino. Pare di essere entrati in un tempio. Da un lucernario, posto sul soffitto a cupola, proviene un fascio di luce. Quattro lunghi cunicoli convergono verso una cisterna in pietra, usata per la decantazione dell'acqua. Da qui, molti e molti anni fa, l'acqua raccolta per captazione, veniva inviata fino alla fontana del Nettuno, in piazza Maggiore. I bolognesi, da questa e dalle altre fontane di piazza, hanno attinto per diversi secoli l'acqua potabile: altri tempi!

COMINCIAMO BENE
1 GENNAIO 2008

Quello che si fa il primo dell'anno...

Mara Gaido

Mia nonna mi diceva: "quello che si fa il primo dell'anno, si fa poi tutto l'anno". Quindi che cosa c'è di meglio che iniziare l'anno con un giro in bici? L'appuntamento è subito dopo pranzo, le giornate sono corte e conviene sfruttare le ore meno fredde: non c'è il sole ma, calendario alla mano, il clima potrebbe essere ben più gelido... Arriviamo alla spicciolata, ognuno con indosso i capi più pesanti che ha, così imbacuccati stentiamo anche a riconoscerci. Poi un cenno, un saluto, un "Buon Anno", basta poco per ritrovare il calore del consueto gruppo di amici. E così si parte, destinazione Spilamberto. C'è chi, come me, superato lo sforzo di uscire da casa e preso dall'euforia

dell'inizio della stagione ciclistica, propone di arrivare anche fino a Vignola: ma i più esperti, i nostri "maestri", più saggiamente mi ricordano che dopo le 16,30 non ci sarà più luce e che verrà un gran freddo. E che forse non è il caso di fare una "sfacchinata" il giorno dopo una serata che, per molti, si è conclusa a notte inoltrata. Durante il tragitto si chiacchiera allegramente, ci si racconta come si sono trascorse le festività natalizie e i bagordi di fine anno, ma soprattutto si fanno considerazioni sul

nuovo programma ciclistico e ci si confronta su attese e desideri. Incontriamo pochi altri ciclisti sulla pista: anche per loro un augurio caloroso, riservato alle persone verso cui si prova un senso di comune appartenenza. Pedalando e raccontando arriviamo alla nostra meta, per finire a scaldarci in un bar davanti alla tradizionale cioccolata in tazza: non ci sono dubbi, anche questa ci aiuta a cominciare bene l'anno. Poi via di corsa verso casa, per poter arrivare prima del buio.



GIORNO DELLA MEMORIA
I LUOGHI DA RICODARE
27 GENNAIO 2008

In tempo di guerra...

Chiara Marchiò

"In tempo di guerra...": iniziavano così le favole vere che preferivo, da bambina. Pedalando verso Fossoli vedevo la foto di mia madre giovane, sorridente sulla bici: "in tempo di guerra" non ci si andava per scelta, ma per necessità. Pensavo che nel nostro gruppo, eterogeneo per età, nessuno aveva avuto i suoi vent'anni incupiti dall'orrore e dalla paura, e che forse la guerra, per i giovanissimi fra noi, era pagine del libro di scuola, e non più narrazione dalla bocca di genitori e nonni. Ma al campo di Fossoli la storia ridiventa vita vera, Auschwitz è lontana ma le baracche dove si veniva internati per la

deportazione sono qui, nella quiete bucolica della nostra pianura. C'era molta gente in visita, silenzio, emozione. Del Museo del Deportato di Carpi, la nostra seconda tappa con la stessa bravissima guida, voglio dire solo che è da vedere: le parole per descriverlo non sono adeguate al forte impatto che provoca. Il ricordo più intenso della giornata, parole trascritte su un pannello a Fossoli da *Se questo è un uomo*: Primo Levi descrive la

sera prima della partenza dal campo. "Ognuno si congedò dalla vita nel modo che più gli si addiceva... Ma le madri vegliarono a preparare... il cibo per il viaggio,.. e fecero i bagagli,..; e non dimenticarono le fasce, e i giocattoli... e le cento piccole cose che esse ben sanno... Non fareste anche voi altrettanto? Se dovessero uccidervi domani col vostro bambino, voi non gli dareste oggi da mangiare?"



PAESAGGI DI PIANURA
DALL'OASI DI TORRAZZUOLO
AI GIARDINI DI VILLA SORRA
10 FEBBRAIO 2008

A "spiare" gli animali

Luciana Vaccari



Ci si ritrova nel piazzale primo maggio alle nove. È una mattinata

abbastanza fredda, ma c'è un bel sole che ci scalda almeno il cuore. Così si parte per ciclabili attraverso la pianura, tra i campi assolati. Sono proprio contenta di esserci! Passiamo Bastiglia e arriviamo a Bomporto dove facciamo una pausa al bar: la tazza di caffè alto scalda le mani. Ci voleva proprio! Poi via, si riparte per l'oasi di Torrazzuolo.

Sapevo che c'era un bosco artificiale, ma non mi aspettavo così grande. C'è anche un bello stagno con canneti lungo le sponde, ambiente ideale per varie specie di animali e uccelli.

Mentre riprendiamo la via di casa e tutto questo si allontana, penso come sarebbe bello fermarsi, aspettare il tramonto, quando tutti gli uccelli volano al loro nido e magari dormire una notte, con il sacco a pelo, dentro la torretta d'osservazione e rivedere l'oasi all'alba quando la natura e gli animali si svegliano.

Con "BiciSicura" puoi targare la tua bici

Il Comune di Modena ha lanciato una nuova iniziativa con la quale promuove la targatura delle biciclette. La FIAB, partner del progetto, offre ai propri soci il kit "BiciSicura" al prezzo scontato di 6 €. Disponibile anche la prima polizza assicurativa contro il furto.



SALI IN BICI... È PRIMAVERA



maggio

Da giovedì 1 a domenica 4 Metti un Po... a Venezia

Andremo alla scoperta dei rami del delta del Po, dove acqua e terra si confondono, visiteremo l'abbazia di Pomposa e percorreremo la sacca degli Scardovari per poi risalire fino al Lido di Venezia, passando per Pellestrina. Info Luana 338.4882782, Stella 340.9079737 e Sandro 328.9747290



Domenica 11 - Bimbibici e Festa dell'aria/Sciame di biciclette

Muoversi in bici fin da piccoli fa crescere meglio e fa bene all'ambiente. Con questa convinzione torna, per la nona edizione, la manifestazione promossa da Fiab per la mobilità sostenibile rivolta ai bambini. Eccezionalmente Sciame di biciclette, in collaborazione con CEASS e Agenda 21, si svolgerà assieme a Bimbibici. Info Paola 349.6647860, Beppe 338.9654504 e Giuseppe 339.2366429

Domenica 18 - Due ruote sul fiume - Il secondo tratto del percorso natura del Secchia

Dall'alto degli antichi argini, la visuale dell'ambiente circostante è di una bellezza ineguagliabile, potendo spaziare molto lontano. Incontreremo diversi ponti storici: il ponte dell'Uccellino, il ponte della Pioppa e il ponte Motta. Info Eugenia 338.3488082 e Diana 347.4506510

Da sabato 17 a domenica 25 - Puglia: sassi, trulli e cattedrali

Dai dolmen alle cattedrali, attraversando dolci colline, interminabili litoranei, assolate distese carsiche; un viaggio nel tempo dove Romani, Bizantini, Arabi, Normanni, Svevi e Aragonesi hanno lasciato il segno del loro passaggio. Info Beppe 338.9654504 e Stella 340.9079737



giugno

Da sabato 31 maggio a lunedì 2 giugno Dall'Alto Adige al Basso Adige... È tutta una discesa ... o quasi!

Della "ciclopista del sole", che dal Brennero arriva a Palermo, percorriamo la prima parte, la più bella, nella migliore stagione dell'anno, la primavera, ricca di prati verdi e fiori profumati. Il percorso è quasi tutto in discesa e terminerà dopo 130 km a San Michele all'Adige. Chiusura iscrizioni entro il 15/05/08. Info Ivan 059.356877 - 338.6828611



Domenica 1 e lunedì 2 - Al lago di Garda, inseguendo il Mincio

La pista ciclabile che da Mantova raggiunge Peschiera del Garda, seguendo la riva del Mincio, è tra le più conosciute ed apprezzate fra i cicloturisti italiani e stranieri. Anche noi, genitori e bambini, affronteremo questa escursione con lo spirito di chi desidera scoprire il mondo in sella alla bicicletta. Info Paola 349.6647860 e Beppe 9654504

Domenica 8 - Massimo... 2 passi!

Siamo in giugno e quindi allenatissimi, in grado di affrontare anche l'impervio Appennino bolognese. Con le nostre bici valicheremo il passo della Futa (920 m) e quello della Raticosa (960 m), attraverseremo ambienti di grande interesse paesaggistico e naturalistico, sosteneremo in suggestivi borghi antichi e visiteremo luoghi "segnati" da importanti eventi storici. Info Massino 348.2255755 e Beppe 338.9654504

Domenica 15 - Castellando

Molti paesi che attraverseremo hanno un castello... noi visiteremo quello di Bazzano. Pedaleremo tra le dolci colline tra Modena e Bologna; seguiremo le rive del torrente Samoggia per arrivare infine ai laghi di Sant'Anna, tra la natura ritrovata a ridosso dell'autostrada. Info Roberto 339.8933380 e Armando 335.5698122

Da giovedì 19 a domenica 22 - Tra laghi, ville e valli varesine - XXI Ciclo raduno Fiab

Il ciclo raduno Fiab è organizzato ogni anno in un luogo diverso per far conoscere la variegata realtà italiana; è un'occasione per ammirare e conoscere meglio il nostro paese, in bici, in un clima conviviale e con guide locali. L'edizione 2008 è ospitata a Varese. Il programma prevede di percorrere strade poco trafficate e piste ciclabili: lungo il lago di Varese, il torrente Margorabbia e la Valganna. Potremo ammirare le bellezze dei paesaggi naturali e quelle dell'architettura. Info Eugenia 338.3488082

Sabato 28 e domenica 29 - Val Venosta - La Valle delle mele

Percorreremo, nuovamente, la valle resa famosa dalle mele. Gran parte del percorso è infatti immerso nei frutteti che si perdono a vista d'occhio. La ciclabile, curatissima e liscia, quasi sempre in dolce discesa, parte dal Passo Resia e termina a Merano. Chiusura iscrizioni entro il 14/06/08. Info Ivan 059.356877 - 338.6828611 N.B.

Nel programma annuale questo giro era programmato a luglio.



Cido-stile

Intervista della FIAB a Gualtiero Monticelli, Assessore al personale ed alla Polizia Municipale del Comune di Modena

Purtroppo gli incidenti stradali coinvolgono particolarmente gli utenti più deboli. Quali iniziative ha adottato il Comune per contenere gli incidenti e ottenere comportamenti più responsabili?

La percentuale di incidenti con feriti che coinvolgono utenti deboli è al di sotto della media. Il dato cambia radicalmente quando si analizzano le conseguenze: la percentuale dei morti fra questi utenti è molto elevata. Da diversi anni il Comune, con i Piani per la Salute, coordina progetti integrati sulle infrastrutture e sulla mobilità, accompagnati da campagne di educazione e di controllo.

Marciapiedi e piste ciclabili sicure sono indispensabili per permettere lo spostamento in particolare dei bambini e degli anziani, senza dovere essere accompagnati. Quali iniziative sono state attuate o programmate per sensibilizzare i cittadini e sollecitare l'attenzione anche dei vigili urbani?

Da tempo svolgiamo corsi di educazione stradale nelle scuole e distribuiamo materiale informativo anche con i volontari della Polizia Municipale. Gli agenti sono edotti e consapevoli che devono far rispettare le norme del Codice della Strada anche sulle piste ciclabili.

Il Codice assegna la precedenza ai pedoni ed ai ciclisti sugli appositi attraversamenti. Quali iniziative ha sviluppato e programmato per diffondere tra gli automobilisti il rispetto di questa norma?

La Polizia Municipale ha in programma una campagna di controllo e di sanzioni per contrastare questo tipo di infrazioni. Si tratta però di cambiare la mentalità dei conducenti dei veicoli. Purtroppo non è tecnicamente possibile contrastare questo ed altri tipi d'infrazione con strumenti automatici e i controlli possono solo attenuare il fenomeno, ma non risolvere il problema.

Nel 2007 quanti automobilisti sono stati sanzionati per non aver dato la precedenza sulle strisce e sugli attraversamenti ciclabili?

Non abbiamo una codifica dettagliata per questa specifica sanzione. Nel 2007 per mancata precedenza le sanzioni sono state 365 e comprendono anche quelle relative agli attraversamenti pedonali.

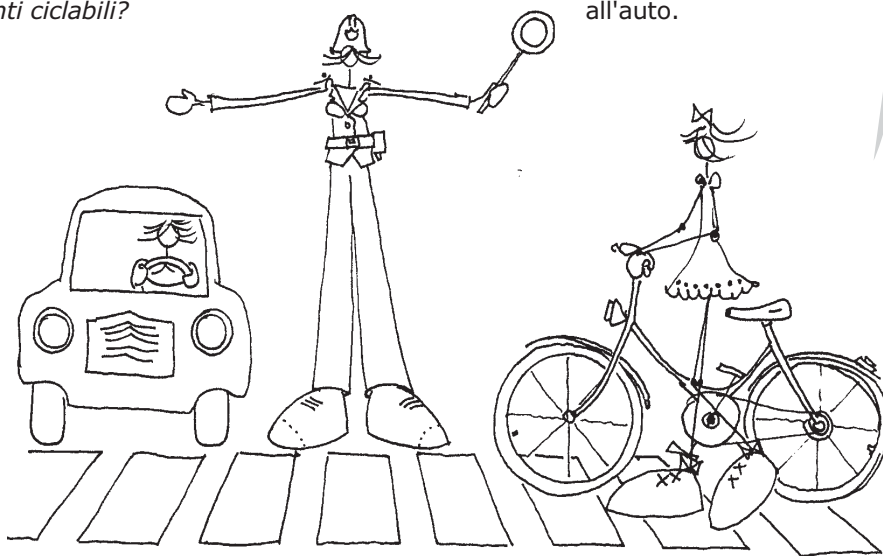
La Fiab ha richiamato l'attenzione dei ciclisti sul rispetto del Codice, in particolare sui dispositivi di illuminazione delle biciclette. Cosa può fare il suo Assessorato per contribuire a questa sensibilizzazione?

La Polizia Municipale collabora alle campagne di educazione al corretto uso della bicicletta. Anche se non sono previste al momento verifiche sull'impianto illuminante, è una iniziativa che in futuro dovrà essere fatta.

Perché il Comune non realizza piste ciclabili sulle principali e più trafficate strade di accesso alla città come via Emilia Est ed Ovest, via Vignolese, via Cialdini...?

È in esecuzione un tratto di pista ciclabile in via Emilia Est ed è in progetto un altro tratto all'inizio di via Giardini, oltre ad una serie di tratti in molte parti della città. Siamo del resto una città con una rete di piste ciclabili molto sviluppata e che vogliamo continui a crescere.

Volevo far infine alcune considerazioni finali sul Piano della Mobilità. Quando avremo completato i parcheggi programmati, attivato il City Pass, allargata la zona a traffico limitato e quella a sosta tariffata, incrementato le frequenze degli autobus sulle linee principali e dai parcheggi scambiatori, costruito le corsie preferenziali e nuove piste ciclabili, spostato lo scalo merci e la stazione degli autobus, partirà l'alta velocità, consentendo così un maggior numero di treni regionali sulla linea tradizionale; i progetti saranno attuati nell'arco di alcuni anni e gli effetti saranno evidenti. Il flusso dei veicoli a motore all'interno dell'area delimitata dai viali calerà drasticamente e cambieranno le quote di utilizzo dei vari mezzi di trasporto in questa area. Tutto ciò dovrà comportare anche un cambiamento nel modo di spostarsi in città. L'automobile non avrà più il primato e i controlli potranno e dovranno essere sempre più efficaci per accompagnare questo cambiamento e tutelare maggiormente i mezzi di trasporto alternativi all'auto.





Gudrun Schröder, *Ma dove vai bellezza in bicicletta. Come le donne, temerarie e intrepide, conquistarono la bicicletta*, La Tartaruga 2003

Al giorno d'oggi pedalare, per necessità, divertimento o sport, sembra per le donne un fatto acquisito. Ma le autrici di questo compendio ci ricordano, con dovizia di particolari e di illustrazioni, quanto fu travagliata e difficile la conquista delle due ruote da parte del sesso femminile. Gudrun Maierhof, laureata in pedagogia e autrice di libri sulla storia dell'emancipazione femminile, e Katinka Schröder, giornalista, offrono con questo volume una breve storia della bicicletta al femminile, una divertente rassegna sui presunti pericoli e danni sulla salute e sulle trovate della moda per le audaci cicliste.



Da febbraio, è attivo il sito web <www.modenainbici.it>, una nuova iniziativa della FIAB di Modena finalizzata a fornire più informazioni, e in tempo reale, ai soci e ai cittadini interessati alle attività ciclistiche. Il sito web affianca e potenzia le altre attività comunicative già praticate: il trimestrale

Bici da leggere

Gonna o pantaloni? La disputa sugli "innominabili"

"Una donna che indossi una gonna pantaloni per andare in bicicletta sacrifica ogni pretesa di femminilità e non possiede né tatto né buon gusto. Grazie al cielo solo poche hanno ceduto a questa pazzia". (Anonimo 1898)

In tempi in cui un uomo doveva salire le scale davanti alla signora per non destare il sospetto di volerle guardare le gambe e nessuno si sarebbe mai permesso di insinuare che "sopra alle caviglie, una donna nascondesse qualcos'altro", i pantaloni scatenarono una vera rivoluzione. Una signora perbene, a quell'epoca, non avrebbe mai osato pronunciare la parola "pantalone" e, se proprio vi era costretta, optava per "l'indumento delle gambe" o meglio ancora "gli innominabili". Ma dal momento che gli innominabili erano tanto comodi per pedalare, le donne – dapprima poche e timorose, quindi, negli anni Novanta, sempre più numerose e spavalde – se li infilarono ugualmente... Arrivarono persino a escogitare lo stratagemma, per noi oggi difficilmente imitabile, di trasformare la gonna in un bizzarro paio di pantaloni: "Nella parte interna, sul davanti della gonna, si trovano due anelli. Una cordicella è fatta scorrere in uno dei due anelli, poi passa tra le gambe e viene infilata in un altro anello posto nella parte posteriore della gonna. Ritorna quindi davanti e si infila nel secondo anello. Prima di mettersi a cavalcioni sulla bicicletta, la signora tira il cordoncino. In questo modo la parte anteriore e posteriore della gonna si raccoglie tra le gambe, e il resto si distribuisce sui fianchi...". Cosa ne pensavano dell'intera faccenda gli uomini? I più moderni incoraggiavano le velocipediste: "Siete sempre le benvenute, anche in pantaloni". I più tirchi pensavano al risparmio: "Certo che approvo i calzoni. Semplificano la toilette delle signore e non alleggeriscono troppo il portafoglio"... Ma per il partito dei detrattori i calzoni restavano un "oggetto pericoloso", indecente e perfino "impudico e oltraggioso". I più pessimisti paventavano un futuro terrificante per la società, con le donne emancipate e la grazia femminile per sempre perduta. I loro timori si rafforzavano alla vista delle velocipediste che se ne andavano in giro impunemente in pantaloni: "Mentre la signora fa una passeggiata con il suo cavallo meccanico, il povero marito affamato deve cucinarsi da solo il pranzo". Davvero una prospettiva poco invitante. Ma le cicliste proseguirono decise per la loro via, indossando l'indumento della discordia, senza lasciarsi frenare dai discorsi della "fazione anti-pantaloni".

(tratto dal libro *Ma dove vai bellezza in bicicletta*)

"InfoBici", le lettere dedicate a vari eventi speciali, la diffusione del programma annuale delle escursioni, le assemblee dei soci. Si va dai contenuti istituzionali (Statuto, assemblee, vita democratica dell'associazione) al programma delle gite, alla versione on line del trimestrale InfoBici a numerose informazioni e link

sul mondo della bicicletta. È possibile iscriversi alla mailing list, per essere sempre aggiornati sulle novità. Un invito: chiunque lo desideri, potrà contribuire ad aggiornare il sito stesso mettendosi in contatto con la redazione, anche in modo limitato e da casa propria. Un modo come un altro per partecipare alla vita della FIAB.

Taccuino

"Giusti" in sella

a cura di Armando Gualandrini

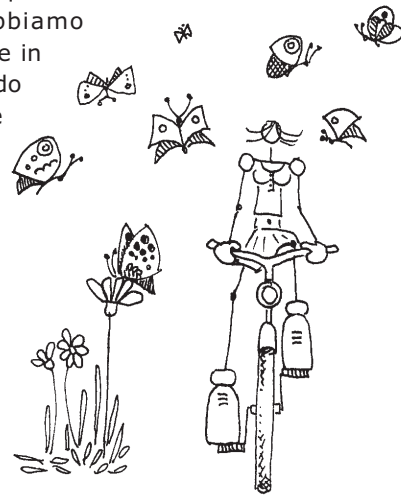
Qual è la posizione giusta in sella alla bicicletta? Ci saremo fatti questa domanda varie volte quando, al rientro da un giro, ci lamentiamo per qualche doloretto o quando confrontiamo la nostra posizione rispetto ad altri ciclisti con bici simili alle nostre.

Certo ogni tipo di bici prevede una posizione di partenza ottimale: per la bici da corsa, la ricerca della massima aerodinamicità; per la mountain bike la forza e la scioltezza nella pedalata.

Comunque si può dire che, per tutti, la posizione migliore è determinata dalle gambe, che devono essere quasi

completamente distese, con la punta del piede sul pedale, per esprimere il massimo della potenza nella pedalata. Da questo conseguono la posizione della sella e l'inclinazione del busto che, più o meno accentuata, ci permette di distenderci, scaricando il peso del corpo dalla schiena e mantenendo la padronanza della bici. L'altezza e l'inclinazione del manubrio e lo scorrimento in senso orizzontale della sella completano questo gioco di equilibri.

L'altezza della sella limita naturalmente l'appoggio a terra quando si è fermi e questa è la principale criticità. Ma dobbiamo ricordare che la cosa principale in bici è la pedalata, quindi quando si è fermi non dobbiamo stare per forza in sella: se ci pensate, scendere ogni tanto dal sellino può essere un piacevole momento di relax!



A ruota libera

Notizie dal mondo! Nasce il ciclo-bar

A Portland, nell'Oregon (Usa) un bar pasticceria offre un postazione per servire caffè e dolci a clienti in bicicletta, con divieto di accesso alle automobili! Sul piccolo coupon che Amanda Felt, la simpatica e geniale proprietaria di questo originale e rivoluzionario locale chiamato "Black Sheep" - letteralmente "pecora nera" - regala ai propri clienti in bicicletta si legge: "Sì, è proprio vero: offriamo un caffè gratis ai ciclisti attraverso la finestra, no cars allowed!" Se tutte le "pecore nere" sono così, ce ne vorrebbero a centinaia!

Pedalar per la pace

Torna "Follow the Women"! Detta Regan, la fondatrice del Movimento "Follow the Women", chiama all'appello le donne di tutto il mondo per una manifestazione pacifica in medio-oriente, un ciclo-percorso che, come per gli anni passati, attraversando le regioni del Libano e della Siria, si inoltrerà lungo le alture del Golan, in Giordania ed infine in Palestina. La manifestazione si svolgerà dal 2 al 15 maggio 2008, coordinatrice per l'Italia è l'associazione Xena di Padova. Per saperne di più telefonare al 049.8752322 - fax 049.8763786 - Web: www.xena.it

Ciclo-raduno regionale

Dal 3 al 5 ottobre si terrà a Ferrara il ciclo-raduno regionale, sono previste escursioni sulla destra Po con ritorno in notturna sull'argine del grande fiume. Il giorno dopo, escursione treno più bici per arrivare fino a Comacchio (sagra dell'anguilla), proseguire lungo il lido di Volano e poi rientrare da Codigoro in ferrovia passando per Pomposa. Domenica 5 convegno regionale sulle alleanze possibili tra mezzi di trasporto "dolce", in particolare treno e battello + bici. Per i non congressisti escursione sulla destra Po verso l'alto ferrarese: Bondeno e la Rocca di Stellata. Ritorno per la splendida ciclovia del Burana. Il programma dettagliato sarà disponibile in maggio.



Vi ricordiamo che è ora di rinnovare la vostra iscrizione all'associazione "FIAB - Amici della bicicletta" per il 2008. **Socio ordinario € 15, socio sostenitore € 20, junior € 4.** L'iscrizione si può fare o nella sede (Via del Pozzo, 17) ogni venerdì sera o durante le gite.

infobici

Pubblicazione edita dalla
FIAB-Amici della Bicicletta di Modena
Via del Pozzo 17
41100 Modena
Telefono: 339.2366429

Numero 10 - Anno IV
Aprile 2008
trimestrale

Direttore editoriale:

Mirella Tassoni

Direttore responsabile:

Giancarlo Barbieri

Redazione: Luana Marangoni, Mirella Tassoni,
Eugenia Coriani, Diana Altiero, Armando
Gualandrini, Giuseppe Marano

Progetto grafico e impaginazione: Paola Busani
Stampa: TEM Tipografia-Modena