

# Randagio



N. 09 OTTOBRE 2022

IL MAGAZINE DEI RANDONNEURS ITALIANI



**MEETING DI AUTUNNO DI FANO**  
**12-13 NOVEMBRE 2022**

**UNA RANDO DI SUCCESSO**  
**LA RICETTA PERFETTA**

**NAZIONALE ITALIANA**  
**IL RITORNO DE "LES ITALIENS"**

**CRONACHE DI ARI**  
**UN TRIS DI RACCONTI**

# SOGNANDO PARIGI

# Introduzione



**MINO REPOSSINI**

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

**GRAZIE!**

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

E-mail  
[randagio.redazione@gmail.com](mailto:randagio.redazione@gmail.com)

Telefono  
338 362 27 08

Con grande piacere vi presento il Randagio numero nove. Con grande piacere e con un pizzico di soddisfazione personale vi presento una realtà che ha cominciato a far parlare di sé anche al di fuori dei nostri spazi randagi.

Nelle scorse settimane la rivista di ciclismo amatoriale più letta in Italia, *Cicloturismo*, ha pubblicato ampie pagine dedicate al nostro mondo e mi piace pensare che il Randagio abbia contribuito a suscitare interesse in tal senso.

Alberto Ferraris e la redazione di *Cicloturismo* hanno condotto un'indagine sull'ambiente cicloamatoriale italiano e, parlando di randonné, hanno scritto tre articoli su tre argomenti di largo interesse, facendo altrettante interviste ai tre presidenti che si sono succeduti in testa al gruppo di ARI: Fermo Rigamonti, Luca Bonechi e il sottoscritto.

In questo numero, naturalmente, non parleremo di questi articoli, ma vi invito a leggerli con la stessa passione con cui leggete queste pagine.

Il nostro editoriale sarà dedicato alla **Nazionale** che, colpo su colpo, si è formata in questi ultimi mesi; parleremo in particolare dell'idea che gli azzurri suscitano negli stranieri e quanto questa idea debba sganciarsi dagli stereotipi e debba invece essere plasmata da noi, a partire da coloro che saranno a Parigi ad agosto 2023.

Ci avviciniamo al **Meeting di Autunno** e non possiamo esimerci dall'introdurre uno degli eventi principali della nostra Associazione. Il ritrovo di Fano si preannuncia uno dei più belli e partecipati degli ultimi anni, complice il ricco calendario che verrà presentato, la presentazione della maglia azzurra e la **nomina dei nuovi capitani**.

E parlando di Fano, non possiamo non parlare di **Pino Leone**, il Capitano uscente della compagine maschile. Barbara parlerà di lui nella rubrica Segni Particolari tratteggiando una personalità dal carisma indiscusso.

Ivan lascerà il segno come suo solito in *Randofreccia* trattando il tema della **qualità nelle nostre manifestazioni**, senza mandarle a dire. Siamo in odore di querela.

Cinzia Vecchi è scatenata e a questo giro ci presenta addirittura tre racconti: la **Rando Sila di Domenico Errigo**, la **Verona Resia Verona di Claudia Lavazza** e niente meno che la **Parigi Brest Parigi del past president Luca Bonechi**.

Franco si sentiva ispirato e sulle note della bellissima "Impressioni di settembre" della P.F.M. ha scritto un pezzo che esula dal mero resoconto delle randonné e sconfinava nelle **storie di ordinaria follia di un randonneur navigato** quale lui è.

Concetta prosegue a raccontarci il nostro sud, fucina di randagi come non mai. Questa volta è il turno dei **Normanni Team** che animano le randonné di tutta Italia con i loro portacolori.

Dopo la doverosa carrellata sull'andamento del **Campionato Nazionale** del puntualissimo Ivan, daremo spazio all'ospite di questo mese: quel **Donato Agostini** che di certo non ha bisogno di presentazioni e che ci racconta di un compagno di viaggio al quale tutti i randagi che si rispettano si sono dovuti abituare: il sonno.

Chiudiamo il giornale con alcuni appuntamenti importanti, tra cui **una serata – incontro tra i randonneur che intendono andare a fare la Parigi Brest Parigi**.

Una sorta di presentazione e confronto per coloro che non sanno cosa troveranno e coloro che ne hanno parecchie da raccontare.

Buona lettura!

**Mino Repossini**





**05** EDITORIALE  
LES ITALIENS



FOTO D'AUTORE  
GIVE ME A FIVE! **07**



**09** ATTUALITÀ  
PRESENTAZIONE DEL MEETING  
D'AUTUNNO DI FANO



**12**

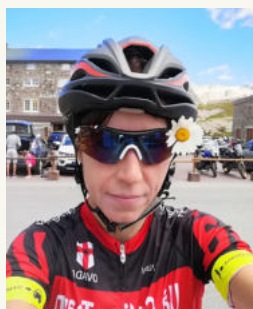
SEGNI PARTICOLARI  
IL LEONE DI FANO



RANDOFRECCIA  
UNA RANDO DI  
SUCCESSO **17**

**22**

LE CRONACHE DI ARI  
LA RANDO SILA  
DI DOMENICO ERRIGO



**25** LE CRONACHE DI ARI  
LA VERONA RESIA VERONA  
DI CLAUDIA LAVAZZA



## 30

**LE CRONACHE DI ARI  
LUCA BONECHI  
DA PARIGI A BREST IN VELOMOBILE**



## 41

**PEDALANDO VERSO SUD  
LE SOCIETÀ CICLISTICHE  
DEL SUD: NORMANNI TEAM**



## 37

**RANDONEWS  
IMPRESSIONI DI SETTEMBRE**



## 44

**CAMPIONATO ITALIANO  
IL RUSH FINALE**



## 47

**ATTUALITÀ  
IL SUCCHIARUOTE  
MORFEO**

## 48

**ATTUALITÀ  
PARLIAMO DI PARIGI...**





# LES ITALIENS

Il progetto Paris Brest Paris 2023 è già iniziato. ARI fornirà la maglia azzurra a tutti i membri della Nazionale e chi verrà a Parigi, lo farà con la voglia di onorare la maglia azzurra, nella più importante passerella del mondo randagio.

A cura di  
Mino Repossini

“Les Italiens!”: così ci chiamano in Francia e spesso non è un complimento. Lo stereotipo dell’italiano, in genere, non è indice di virtù e molti europei non mancano di farcelo notare. Inevitabilmente dobbiamo fare i conti con la fama internazionale dell’italiano medio, che non è “spaghetti, baffi neri e mandolino”, ma poco ci manca.

Ben consci di questo peccato originale, ci accingiamo a costituire la Nazionale Italiana che andrà in Francia nel 2023, a fare mostra di sé in quella vetrina multietnica che risponde al nome di Parigi – Brest – Parigi.

Si, perché la rando francese non è solo una rando francese: è la più grande passerella che il mondo randagio possa conoscere.

Ci saranno tutti: dai galli transalpini ai randonneur asiatici e dagli americani (nel senso più esteso del termine) ai giapponesi. Ciclisti cinesi pedaleranno fianco a fianco a quelli di Taiwan, così come ciclisti europei affiancheranno i soci dell’Africa. Sarebbe una grande emozione vedere anche ciclisti russi pedalare insieme a ciclisti ucraini, ma forse è chiedere troppo...

E non illudiamoci di passare inosservati, perché la Nazionale Italiana è sempre tra le prime cinque compagini come numero di partecipanti.

Nel 2019 siamo stati una grande squadra. Merito dei nostri randagi e merito del presidente di allora **Luca Bonechi**, che fece un breve discorso tra la

fotografia disordinata e la partenza della rando. Mi colpì ciò che disse per la semplicità e la forza delle sue parole.

Disse di onorare la maglia che indossavamo e che un randagio azzurro non sporca, non fa casino e si comporta sempre correttamente. Si ferma ad aiutare chiunque si trovi in difficoltà ed è sempre gentile nei confronti degli altri.

Non parlò di manifestazioni, tempi o classifiche. Non fece neanche cenno alla bicicletta: andò direttamente al cuore delle persone. Fece leva sulla nobiltà di ognuno e chiese di mostrare questa nobiltà d’animo al resto del mondo.

Se mai dovessi dire qualcosa nei panni di nuovo presidente, sappiate già che dirò le identiche cose: impossibile fare meglio.

Preferisco un déjà vu di qualità che un copyright di serie B.

E a proposito di déjà vu, vorrei riallacciarmi ad un articolo che Ivan Folli ha pubblicato su Randagio qualche tempo fa. Anche lui ha parlato di responsabilità nel vestire i colori dell’Italia e anche lui ha ragione.

Quando mettiamo la maglia azzurra, dobbiamo pensare di far parte di un team che va dal Friuli alla Sicilia; dobbiamo unire quanto di meglio siamo in grado di esprimere; dobbiamo fare di tutto per smontare quello stereotipo meschino e opportunistico che qualcuno ci vuole cucire addosso.

Dimostriamo che i randagi italiani sono quei “signori del ciclismo” di cui ci parlò il compianto Giancarlo Concin. Lo disse al Raduno della Nazionale di San Gimignano parlando dei randonneur in generale; ora siamo chiamati, tutti assieme, a dimostrarlo davanti al mondo che pedala.

Abbiamo mille motivi per portare quella maglia con rispetto, però me ne sta a cuore uno in particolare: l'ancestrale e quasi inspiegabile passione che porta migliaia di famiglie bretoni a bordo strada, a qualunque ora del giorno e della notte, per assistere al passaggio di un branco di pedalatori che ben poco assomigliano ad atleti professionisti. Potrei citare quel ristoro abusivo che offre carne grigliata a chiunque prometta una cartolina una volta tornati a casa; oppure quella fila di bambini che danno il “cinque” a Maurizio Nese in quella foto straordinaria che ancora gira nel web. Oppure vi racconto quell'episodio che capitò a me e all' amico Paolo Mancini, seduti su una panchina per addentare una succosa baguette ripiena: si avvicinò una signora anzianotta e si sedette sul bordo della panchina. Con tono dispiaciuto, si scusò con noi perché suo marito non si sentiva bene e non sarebbe potuto venire ad assistere al passaggio dei ciclisti. Io e Paolo le dicemmo di non preoccuparsi, ma ci raccomandammo affinché il marito si curasse bene per le PBP a venire!

**ARI fornirà la maglia azzurra a tutti i membri della Nazionale, ossia tutti coloro che l'hanno conquistata.**

**La maglia italiana verrà presentata il 12-13 novembre, in occasione del Meeting di Autunno a Fano quando verranno nominati anche i Capitani della Nazionale.**

**Al Raduno di Parabiago, nel giugno 2023, tutti i pezzi andranno al loro posto: si formerà la Nazionale 2023/2026, ARI consegnerà le maglie azzurre ai titolari e i nuovi Capitani prenderanno definitivamente il posto dei loro predecessori.**

Il progetto Paris Brest Paris 2023 è già iniziato. I randonneur hanno già conquistato i brevetti di prequalifica, che permetterà loro di prenotare il “pettorale” prima che i posti disponibili siano esauriti.

**Casa Italia** è in formazione per assistere, come di consueto, gli italiani che necessitano informazioni o solo un punto di appoggio.

**Il servizio di Bag Drop riservato ai randagi azzurri sarà disponibile anche nel 2023**, per chi lo desidererà, grazie ai volontari dell'Associazione Insieme di Nerviano. Avrà presumibilmente il costo degli altri anni e si collocherà ancora a Quedillac, dopo 400 km dalla partenza e, ovviamente, a 400 km dall'arrivo. Ben poche nazionali hanno questa iniziativa.

Si stanno organizzando delle serate di incontro per raccontare cos'è la PBP ai novizi e per scambiare i ricordi da lupi di mare tra i randagi navigati. È prevista una di queste serate nei primi giorni di dicembre in Lombardia, con dettagli ancora da definire, ma non se ne escludono altre in diverse regioni.

Chi verrà a Parigi, lo farà con la voglia di onorare la maglia azzurra e di portare a termine la prova. Gli italiani si distingueranno per coesione tra loro e per rispetto verso gli altri.

E infine l'appellativo “les italiens” sarà solo un motivo d'orgoglio.



# FOTO D'AUTORE



*Parigi Brest Parigi 2019*

Maurizio Nese raccoglie l'affetto  
dei bambini a bordo strada



Ma quel che rende davvero unica questa manifestazione sono le persone che incontrerai per strada ad incitarti e ad applaudirti, a sostenerti e a ristorarti con bevande, cibo e un milione di sorrisi. Sono i bambini che allungheranno le loro manine verso di te per darti il cinque o ti sporgeranno una bottiglia d'acqua se avrai sete. Sono gli anziani che di Parigi Brest ne han viste passare tante, ma non cedono il loro posto in prima fila a bordo strada per fare il tifo all'americano sulla reclinata, all'italiano in velomobile, al thailandese in fatbike, all'inglese in pieghevole, ai tedeschi in tandem. A Parigi vedrai le bici più strane, vedrai i volti stanchi e i corpi abbandonati dei ciclisti assopiti sul ciglio della strada, nei prati, sui marciapiedi, sulle panchine, sotto un albero o in un bancomat. Pedalerai di notte insieme ad altre migliaia di lucine rosse ciondolanti avanti e dietro di te. Alla Parigi Brest Parigi non sarai mai solo. Migliaia di volontari daranno cuore e anima per te, staranno in piedi giorno e notte per assisterti, aiutarti, ristorarti e confortarti. Ti daranno l'energia e l'entusiasmo che occorre per rimetterti in sella anche quando sarai stanco, avrai sonno, avrai fame o avrai dolori dappertutto. Andrai a Parigi e vedrai cose che non vedrai da nessun'altra parte. Tornerai a casa e ti sentirai un eroe.



# SI CHIUDE A FANO LA STAGIONE 2022

**Sabato 12 e Domenica 13 Novembre:  
non si può mancare!**

Se si parla di Meeting di Autunno significa che la stagione volge al termine. Eppure, mentre scrivo, ci sono ancora molte randonné in programma; insomma è una stagione che non vuole fermarsi. Avremo giusto il tempo di tirare una riga, fare il bilancio e premiare i più randagi, che subito verremo catapultati nella nuova stagione. Una stagione 2023 che sembra addirittura già iniziata, tanto la si desidera.

Ecco che il Meeting di Autunno assume la sua importanza: più che un momento di festeggiamento della nostra Associazione, ha l'utilità di fare da spartiacque tra un anno di randonné e l'altro.

Quando si dice il "prima" e il "dopo".

E la cosa non è secondaria, se si pensa che le ultime rando del 2022 si corrono a fine ottobre e le prime della stagione successiva iniziano già a dicembre.

Il Meeting di autunno avrà un format ormai consolidato, al fine di permettere a chiunque di essere presente senza rendere la logistica eccessivamente complicata.

Nel pomeriggio di sabato 12 novembre si svolgerà il Consiglio Direttivo di ARI a porte chiuse. Il periodo del covid ci ha insegnato a tenere la maggior parte delle riunioni on line, con un evidente risparmio di tempo e di denaro.

In occasione del Raduno della Nazionale e del Meeting di Autunno, tuttavia, è possibile ritrovarsi in presenza, cosa assai gradita agli esseri umani.

**Domenica 13 novembre, alle ore 9:30 si svolgerà la Riunione dei Soci.** L'ordine del giorno non è ancora stato stabilito, ma ci sono argomenti dai quali non si potrà prescindere.



**SCD FANESE.** Quest'anno sarà la società marchigiana a "patrocinare" l'evento clou dell'anno. La Fanese è socia ARI da anni ed è nota per due eventi molto interessanti: la RandoBeFano e la Randonné della Fortuna. Official Team del Capitano della Nazionale Pino Leone, che si occuperà di ospitare e coadiuvare il meeting che ogni anno colora e rallegra la chiusura di stagione.

Colgo l'occasione per sottolineare un aspetto tanto banale quanto spesso dimenticato: la Riunione dei Soci è il momento in cui il Consiglio Direttivo presenta quanto si è svolto nei mesi passati. I Soci dell'associazione vengono informati su come si è lavorato, quali sono i dati della società (a partire da quelli economici) e su quali iniziative si intende concentrarsi nel prossimo futuro.

Verrà fatto il punto della situazione finanziaria, l'aggiornamento dei soci e, eventualmente, gli avvicindamenti nei ruoli istituzionali del Direttivo.

**Il tema principale della giornata sarà la scoperta del nuovo calendario 2023**, che fornirà la mappa degli appuntamenti agli appassionati di randonnée. Stiamo studiando un format più accattivante rispetto al passato per questo tipo di presentazione.



**Il 13 novembre verrà svelata la grafica della nuova maglia azzurra, di produzione BL Bicycle Line** come quella precedente. Il simbolo della

nuova Nazionale Italiana Randonneur potrà essere toccata con mano attraverso i campioni che verranno presentati in anteprima a Fano.

Non è escluso che ci siano già le bozze o addirittura i campioni di altri capi di abbigliamento della rinnovata linea Rando Italia.



Questa riunione dei Soci ha, inoltre, un'importanza tutta sua, per il posto dove si svolge, chi la organizza e per il periodo in cui si svolge.

Il padrone di casa sarà **Pino Leone**, il capitano della Nazionale, che terrà a battesimo i nuovi Capitani; in questa occasione, infatti, **verranno nominati i leader della Nazionale maschile e femminile**, che si insedieranno nel loro nuovo ruolo quando la nuova Nazionale verrà ufficialmente formata (a giugno 2023).

Ci aspettiamo di avere con noi anche la Capitana della Nazionale femminile, Angela Zizza.

Sarà bello vedere i Capitani uscenti prendere sotto le loro ali i nuovi titolari, in attesa di cedere definitivamente il testimone.



Verrà presentato anche un progetto a cui ARI tiene molto: l'Atlante dei Percorsi. Se ne parla da anni, ma non siamo mai riusciti a realizzarlo concretamente. Ora finalmente è diventato realtà e potrebbe dare una svolta al modo di fare randonné in Italia, avvicinandosi alla mentalità di grossa parte di Europa.

## L'Atlante dei percorsi

racchiude in sé tutti i tracciati che hanno costituito una randonné, organizzati per anno, luogo, dislivello eccetera. Pare poco, ma se dovesse prendere piede, cambierebbe radicalmente il modo di intendere il mondo randagio.

Si aprirà a questo punto uno spazio dedicato agli interventi dei presenti, che desiderano sottoporre al Direttivo domande, suggerimenti, proposte o lamentele.



Alla fine della riunione, ci potremo dedicare al pranzo, i cui dettagli verranno svelati nelle prossime settimane. Sicuramente sarà necessario prenotarsi via mail e sicuramente avrà un prezzo convenzionato.



## PRENOTAZIONI PRANZO DI DOMENICA 13 NOVEMBRE

**Indicare nome e numero di  
partecipanti**

**[prenotazioni.audax@gmail.com](mailto:prenotazioni.audax@gmail.com)**

Sul finire del pranzo, ci saranno **le premiazioni per il Campionato Nazionale e per le Challenge locali.**

Verranno assegnati premi per i meritevoli delle Super Randonné e qualche altro riconoscimento.

Presumibilmente a metà pomeriggio ci sarà il "liberi tutti" per consentire a ognuno di rientrare alla propria abitazione, in qualunque parte d'Italia si trovi.

Qualcuno ha proposto di abbinare al Meeting di Autunno anche una pedalata o persino una randonné, come accaduto l'anno scorso a Bergamo, dove si assegnavano addirittura punteggi doppi per il Campionato Nazionale. Ricordo, tuttavia, che quella di Bergamo fu un'eccezione per celebrare la Rando del Cuore, organizzata virtualmente da ARI in beneficenza in tempo di covid, a favore dell'Ospedale degli Alpini di Bergamo.

In quell'occasione si dovette concentrare il Consiglio Direttivo, la Riunione dei Soci, il pranzo del Randonneur e le premiazioni nella stessa giornata di sabato, dando spazio alla rando il giorno dopo.

C'erano giustificati motivi per inserire anche la Rando del Cuore. In situazione di normalità, non credo sia ripetibile quell'esperienza e ritengo che il Meeting di Autunno torni ad essere il ritrovo dei randagi con l'unico scopo di festeggiare la propria passione, come accade a tutte le società ricche di appassionati.



# IL LEO NE DI FAN O



# Il vero leader non è il più forte o il più bravo, ma è quello che aiuta gli altri ad essere più forti e più bravi.

A cura di  
Barbara Toscano

Massimo Proietti

La Parigi-Brest del 2023 si avvicina. L'evento clou del prossimo anno sancirà anche il cambio della guardia per quel che riguarda i nostri due capitani azzurri.

Qualche numero fa abbiamo dato spazio ad Angela Zizza, titolare delle "quote rosa"; questa volta è il turno di Giuseppe "Pino" Leone, che abbiamo intervistato in qualità di Capitano della Nazionale.

Una personalità di spicco del mondo randagio italiano che non ha alcun bisogno di presentazioni: almeno una volta ognuno di noi ha sentito il vociare allegro e chiassoso del nostro caro Pino, collante eccezionale, randonneur di tutto rispetto e amico di tutti.

È facile incontrarlo: Pino partecipa praticamente a tutte le randonné, senza alcun interesse verso campionati e classifiche, ma unicamente per il gusto di farlo ed incontrare tantissimi cari amici, vecchie conoscenze, ma anche nuovi randonneur con cui pedalare un pezzo di strada.

Pino, marchigiano in pensione, ci racconta la sua esperienza. Come gran parte dei ciclisti che oggi fanno rando, anche lui porta con sé un passato da granfondista e, come tanti altri, anche Pino un bel giorno si è stancato della competizione e si è dedicato interamente ad un modo di vivere la bici meno stressante e più goliardico.



Pino, hai sempre pedalato. Immagino tu ti sia tolto delle soddisfazioni. Raccontaci i tuoi trascorsi in sella...

*Come saprete, io vengo dal mondo delle granfondo. Dal 1999 al 2014 ne ho fatte oltre 250, conseguendo ben cinque titoli del Prestigio di Cicloturismo.*

*In particolare, tra il 2006 e il 2008, ero tesserato alla Cicli Matteoni di Rimini e ho partecipato a 76 granfondo, tra cui tutte le più importanti a livello nazionale.*

*Sono arrivato due volte secondo nel Circuito Silver Cross (Circuito nazionale) e una volta terzo*

*nel Circuito dell'Appennino, che comprendeva le nove Gran Fondo più importanti dell'Emilia-Romagna, ottenendo anche qualche buon piazzamento di categoria. L'ultimo Prestigio l'ho conseguito nel 2014, dopo aver rotto nel 2011 la testa del femore in una banale caduta, sulla Sila, durante un giro cicloturistico con amici.*

*Dal 2009 sono ritornato alla SCD Fanese, della quale sono stato Presidente dal 2010 al 2013, periodo in cui la società ha conseguito numerosi successi nei circuiti regionali di GF, soprattutto di squadra.*

**Ma come sei arrivato a fare randonnée? Che cos'è che ti ha fatto innamorare di questo modo di pedalare?**

*Mi ero stufo di fare sempre le stesse gare, ripetute ormai molte volte. Mi ha sempre appassionato anche il cicloturismo, in luoghi incantevoli come la Corsica, la Sicilia e la Calabria.*

*Nel 2015, un caro amico di Senigallia, Roberto Fabri, mi parlò della Parigi-Brest-Parigi e mi disse che avrei potuto parteciparvi (lui ne aveva già fatte tre!). L'idea mi piacque subito e, nel giro di pochi mesi (senza preiscrizione), portai a termine le randonnée necessarie per l'iscrizione; fui costretto ad iscrivermi con il tempo limite di 80 ore e la conclusi in 76 ore e 20 minuti.*

*Fu immediatamente amore verso questo tipo di manifestazioni, anche se devo ammettere che all'inizio le affrontavo un po' come granfondo, basandomi molto sul risultato cronometrico.*

*Mi sono reso conto quasi subito, però, che non era quello lo spirito giusto e nel tempo ho rivisto il mio stile.*

*In effetti, il bello delle randonnée è avere la possibilità di alzare la testa e guardarsi intorno per vedere i luoghi attraversati e conoscere altri ciclisti, provenienti da ogni dove.*







Pino oggi incarna perfettamente lo spirito randagio; non per niente è stato scelto per ricoprire un ruolo onorevole come può essere quello di Capitano azzurro.

### **Cosa significa per te essere il Capitano della Nazionale?**

*Sono Capitano della Nazionale Italiana Randonneurs da giugno 2019 e lascerò questo incarico, che mi ha dato tante soddisfazioni, a maggio del prossimo anno. Come ho interpretato il ruolo di Capitano? Ho cercato, prima di tutto, di essere d'esempio e d'aiuto.*

*Forse sono state proprio queste le caratteristiche che hanno fatto sì che molti nazionali si siano presentati al raduno di Scarperia per votarmi.*

*Ho cercato di essere d'esempio nel modo di affrontare i percorsi e, soprattutto, nel modo di pedalare su strada, evitando o almeno riducendo i pericoli, per noi stessi tessuti, ma anche per chi sta pedalando con noi. Per quanto possibile!*

*Ho provato a dare una mano a coloro che si*

*trovano in difficoltà per qualsiasi motivo, o fornendo consigli utili a chi si affaccia per la prima volta a questo tipo di ciclismo affinché possa migliorare le proprie conoscenze, soprattutto al fine di poter superare meglio le difficoltà che, comunque, le randonnéé hanno in serbo, considerate le loro lunghe percorrenze. In pratica cerco di trasmettere ad altri un po' dell'esperienza fatta sul campo. Ritengo molto importante cercare di stabilire con tutti un rapporto umano.*

### **Che caratteristiche deve avere il Capitano per essere all'altezza del ruolo?**

*Prima di tutto l'umanità e la moralità. Indubbiamente, essere in possesso di un po' di conoscenze tecniche è importante, specialmente per poter dare supporto ai meno esperti nel fronteggiare alcune problematiche, per quel che riguarda il mezzo, l'abbigliamento o il modo di pedalare.*

*Infine, è fondamentale una certa predisposizione a fare gruppo. Chiamarla leadership, forse è un po' eccessivo, ma sicuramente non guasta.*

**Quali sono i pro e i contro dell'essere stato il Capitano e che consigli daresti a chi verrà dopo di te?**

*Dal ruolo del Capitano deriva una certa notorietà, è bello essere conosciuti e rispettati da tutti. D'altra parte, essere sempre al centro dell'attenzione può generare, qualche volta, un po' d'insofferenza. Consigli non ne voglio dare. Ognuno dev'essere sé stesso e la caratterizzazione del ruolo non ritengo sia una cosa positiva. Ognuno deve portare in questo ruolo qualcosa di sé.*

**Quali sono le rando e le avventure di cui serbi i ricordi migliori?**

*Sono molte, ma fra tutte, metterei:*

### **TOURBLANCRANDO 2016**

*Il dislivello totale affrontato in rapporto ai chilometri, per me che non sono propriamente uno scalatore, mi ha dato la consapevolezza oltre alla convinzione, di essere in grado di affrontare anche percorsi particolarmente duri.*



### **VALTELLINA EXTREME BREVET 2021**

*Lo stato di forma del tutto particolare raggiunto l'anno scorso, mi ha permesso di affrontare con fiducia questa randonné che considero il mio miglior risultato. Se poi a questo associo il premio "CAMOSCIO D'ORO" ricevuto all'arrivo dall'US Bormiese, la soddisfazione è ancora maggiore!*

### **ALPI4000 2022**

*Portarla a termine è stata fonte di profondo orgoglio per me. Un paio di mesi prima ho avuto un incidente durante una randonné a causa di un capriolo che mi ha urtato facendomi cadere. Il risultato? Frattura della clavicola e del setto nasale, oltre che svariati punti di sutura. Mi hanno operato il 26 aprile e il 25 giugno ero ai nastri di partenza di una delle rando più dure del panorama internazionale. Essere riuscito nell'intento a soli due mesi dall'intervento è stata una grande impresa!*

**Quali sono i tuoi progetti futuri, ciclisticamente parlando?**

*Non ho ancora deciso quali saranno le randonné da affrontare nel 2023, ma, di sicuro non potrà mancare la mia terza partecipazione alla Parigi-Brest-Parigi, questa volta da semplice randonneur azzurro.*

Che dire, caro Pino, quattro anni sono passati in un lampo e, anche se il tuo mandato di Capitano è ormai agli sgoccioli, siamo sicuri che continuerai ad avere un ruolo importante per ognuno di noi. Incontrarti per strada sarà un dono, una grande allegria ed un momento che rimarrà sicuramente tra i nostri ricordi!







**UNA RANDO  
DI SUCCESSO**

# Ingredienti di una rando: qual è la ricetta perfetta?

*"...Just a perfect day  
You make me forget myself  
I thought I was someone else  
Someone good..."*

*"...È semplicemente una giornata perfetta  
Mi hai fatto dimenticare me stesso  
Pensavo di essere qualcun altro,  
qualcuno di buono..."*

**A cura di  
Ivan Folli**

È sulle malinconiche note del pianoforte di Lou Reed e della sua "Perfect Day" che vi diamo il benvenuto sulle frequenze di RandoFreccia. Come sempre al microfono c'è Ivan e questa sera vorrei provare a capire con voi **quali sono gli elementi che permettono a una randonné di avere il successo che merita**, di diventare un appuntamento fisso nel calendario di un randagio.

Siamo pronti? Allacciamo il caschetto e partiamo. L'argomento è sicuramente spinoso e complesso, ma proviamo a fare un veloce passo indietro e ipotizzare una possibile ricetta. Premetto subito che il sottoscritto vive le manifestazioni solo dal punto di vista di partecipante, a oggi non sono mai stato un organizzatore; quindi, non ho fatto il passaggio al "lato oscuro della luna", per rimanere in tema musicale. Nonostante ciò, provo a basarmi su quello che è il mio bagaglio di esperienza per tracciare una possibile rotta. Fino a qualche anno fa, non era cosa rara vedere centinaia di iscritti a una rando, senza neanche faticare più di tanto, diciamo così. I tempi però sono cambiati, l'offerta di manifestazioni, aderenti



ad ARI e non, è sicuramente aumentata, disperdendo così "la clientela".

Questo è vero in parte, perché se al centro nord quanto detto sopra può essere vero, lo stesso non si può dire al centro sud dove i numeri sono di tutto rispetto, grazie ad un movimento in costante crescita.





La cura della traccia è fondamentale: purtroppo sempre più spesso partecipo a eventi dove il percorso è disegnato sul video del pc, ma non provato sul campo. Questo, un randonneur, lo capisce nel giro di pochi chilometri e vi garantisco che fa la differenza.

È seccante trovarsi per esempio a dover imboccare strade contromano semplicemente perché la mappa sul pc non è allineata ai sensi di percorrenza di un comune. Oppure trovarsi su una discesa dissestata e pericolosa, semplicemente perché, tracciando a pc, non ci siamo accorti che il percorso si discostava dalla strada principale. Il tracciato va provato, non ci sono alternative dal mio punto di vista. Non necessariamente in bici, va benissimo percorrerlo anche in auto, ma va provato ed eventualmente corretto.



Bene, ho il nome e il percorso, il prossimo passo è: quando? Questo è fondamentale, nel senso che sovrappormi con altri eventi vicini o proporre la mia randonnée in contemporanea a una molto frequentata, non sortirebbe grandi effetti.

Altro aspetto da tenere conto: le prove in calendario fanno quasi tutte parte del campionato ARI. Devo considerare che se propongo il mio nuovo 200, in contemporanea a un 400, avrò comunque gli aficionados del campionato che tendenzialmente andranno a fare il 400.

Il posizionamento all'interno di un calendario fitto non è cosa semplice, ma con un po' di esperienza fatta sul campo, si possono comprendere certe dinamiche.



Ho il nome, il percorso e la data, ora devo presentare e proporre l'evento alla platea.

Non entro nel merito se convenga o meno appoggiarsi a un proprio sito e/o ai social, dipende un organizzatore quanta dimestichezza ha con questo mondo, oltre al tempo che può dedicargli. Quello che però va sicuramente fatto è che, se aderisco ad ARI, devo aggiornare per tempo la pagina dedicata alla manifestazione con una descrizione accattivante e accurata del percorso, una traccia (magari anche provvisoria) e informazioni utili su luoghi e se possibile, sulle strutture ricettive. Personalmente non sottovaluterei anche la distanza da una stazione dei treni visto il numero crescente di randagi che si appoggiano a questo mezzo.

Spesso noto invece eventi che rimangono "lasciati a sé stessi" fino a pochi giorni prima della partenza. Questo aspetto di certo non spinge le persone a partecipare. Pensate se aprisse vicino a casa vostra un nuovo ristorante.

Sul sito non trovate il menù, gli orari e i giorni di apertura, il prezzo delle pietanze. Sareste ispirati a prenotare un tavolo per cena?





Altro aspetto importante è la mia squadra. Nel momento in cui come ASD organizzatrice apro le iscrizioni, sarebbe buona cosa che almeno i tesserati della mia società si iscrivessero. Se trovo una manifestazione con tutte le informazioni e un buon numero di iscritti già in partenza, sarò più ispirato a prenderla in considerazione. Facciamo sempre l'esempio del ristorante. Immaginiamo che vicino a casa mia ne aprano due. Passo davanti e ne vedo uno bello e curato, ma vuoto e l'altro bello, curato e con gente seduta ai tavoli. Dove sono portato a pensare che si mangi meglio?

Non mi resta ora che organizzare i punti di controllo e ristori, compreso quello finale. Qui posso scegliere su cosa puntare. Le soluzioni sono molteplici e non c'è una ricetta vincente. Partiamo dal presupposto che non posso ogni anno permettermi che i costi superino le entrate, ma devo fare in modo che, una volta tagliato il traguardo, il randonneur si senta appagato da quanto ricevuto.



*“...Ma il mio mistero è chiuso in me  
il nome mio nessun saprà  
no, no  
sulla tua bocca lo dirò  
quando la luce splenderà...  
...Dilegua o notte  
tramontate stelle  
tramontate stelle  
all'alba vincerò...”*

Sia a livello di percorso che di assistenza lungo lo stesso, posso optare per ristori degni di questo nome, per pacchi gara, per gadget, piccoli premi (che possono essere un semplice attestato), ma non posso pensare che siccome negli anni '80 le randonné erano senza alcun tipo conforto, allora questo possa andare bene anche oggi. I tempi cambiano e, volenti o nolenti, ci si deve adeguare se si vuole essere considerati di buon livello. Da questo punto di vista al centro sud, dove le rando hanno una marcia in più, si punta molto sugli accordi con i piccoli enti, i comuni, gli esercizi, valorizzando così la manifestazione da un lato e il territorio dall'altro. Questo richiede tempo e fatica, ma i risultati sono davanti ai nostri occhi.

È stata una faticaccia, ma alla fine ce l'ho fatta! Ho coniato il nome della mia randonné, ho curato il percorso, ho scelto la data migliore, ho dato tempestivamente tutte le informazioni sull'evento, ho chiesto alla mia squadra di iscriversi, mi sono fatto in quattro per organizzare i ristori e, porca vacca, ci sono solo 20 iscritti!

È un mondo particolare quello delle rando, un po' diffidente e un po' retrò se vogliamo.

## **La ricetta migliore è quella di farsi conoscere.**

Questo vuol dire partecipare alle manifestazioni, tu organizzatore, in prima persona o i membri della squadra. Farsi vedere. Anche perché a volte si crea quella sorta di “scambio di favori”: tu sei venuto alla mia rando, io vengo alla tua. Una sorta di mutuo soccorso.

I primi anni bisogna mettere in conto che ci siano pochi partecipanti, ma devo essere conscio che se avrò organizzato l'evento con tutti i crismi, quelle venti sparute anime ne parleranno con gli amici e se manterrò lo stesso impegno e livello di qualità nel lungo periodo, magari l'anno dopo... “Oh andiamo alla randonné che organizza la ASD di Tizio, l'ho fatta l'anno scorso: è davvero bello il percorso e loro sono davvero bravi e simpatici”.

# LA RANDO SILA

DI

# DOMENICO ERRIGO

A cura di  
Cinzia Vecchi

Questa “Cronaca di ARI” ci arriva dalla Calabria e ci racconta della Rando Sila Extreme 2022 con le parole di Domenico Errigo.

Domenico pratica il ciclismo da circa 15 anni, arriva alle randonnée nel 2018 partecipando alla 300 del Pollino ed alla 600 Amantea – Salerno – Amantea.

Nel 2019, considerati i presupposti, non poteva mancare la partecipazione alla Parigi Brest Parigi. Ma le imprese di Domenico non finiscono qui, infatti, vanta al suo attivo due partecipazioni alla “Catania – Trapani – Catania” e alla “All Round Calabria”. E, quest’anno, ha portato a termine Alpi4000.

Oltre che grande pedalatore, Domenico si cimenta, con successo, anche nella organizzazione delle randonnée: Rando Sila Extreme, Rando dei Titani, All Round Calabria. Insomma, un randonneur a tutto tondo!

Di seguito il resoconto della sua Rando Sila Extreme nella duplice veste di organizzatore e randonneur.



*Gli ultimi saranno... asciutti.*

*La Rando Sila Extreme alla sua terza edizione presenta tante novità, tra cui un temporale estivo a rinfrescare la maggior parte dei randagi. Dallo scherzetto di Giove Pluvio si salvano solo i pedalatori che hanno optato per un ritmo più flemmatico, una decina in tutto.*

*Gli altri, circa 60/65 tra iscritti ed ospiti, hanno avuto un anticipo della doccia messa a disposizione dall'organizzazione all'arrivo già durante la marcia di avvicinamento al traguardo.*



*Il principale aspetto negativo dell'acquazzone, tuttavia, si è rivelato l'annullamento della festa per i finishers, prevista al traguardo di Albi, con una serata musicale ed altre iniziative collaterali.*

*Non ha certamente potuto diminuire il divertimento o creare problemi; semmai, ha reso più epica la randonnée, di suo già confacente a ciclisti piuttosto audaci.*

*I numeri della manifestazione indicano, infatti, tre percorsi (160, 210 e 300 km), identificati con i nomi delle specie animali più rappresentative del Parco Nazionale della Sila: Squirrel Route, Falcon Route e Wolf Route; tutti percorsi extreme con - rispettivamente - 2.800, 3.700 e 5.400 m. di dislivello; una Cima Coppi posta a quota 1.900 mt. s.l.m. circa, presso il rifugio di Monte Botte Donato, punto più alto della Sila, epilogo della Strada delle Vette.*

*Nonostante la complessità della rando, si è contato un solo ritiro, un ciclista prontamente recuperato dallo staff. Gli altri randagi sono giunti tutti, chiassosamente festanti, al traguardo in sella alla propria bicicletta, magari operando in corsa il cambio di percorso e optando opportunamente per quello minore.*

*La principale novità del terzo anno è stata l'introduzione della Wolf Route, 300 km e 5.400 m. d+, che alla Sila Piccola e Sila Grande ha aggiunto la Sila Greca, quella più orientale dell'altopiano, con vista su Piana di Sibari e mare Jonio.*

*Proprio questo inedito itinerario è quello che ha riscosso il successo più grande, col maggior numero di iscritti. Evidentemente, i randagi ARI*



*hanno voglia di km, la salita non li spaventa, anzi li esalta. Hanno trovato certamente quanto cercavano. Si è attraversato l'intero Parco Nazionale della Sila, in un giro circolare: su 300 km, soltanto 4 km sono stati ripetuti prima in un senso e poi nell'altro, inizialmente al mattino e successivamente sul finale di manifestazione.*

*Circa il 60% di ognuno dei tre tragitti riprende la rotta della Ciclovía dei Parchi di Calabria, vincitrice dell'Italian Green Road Award 2021, l'Oscar italiano del cicloturismo.*

*Si sono percorsi dunque tunnel di faggi, costeggiato tre laghi fendendo foreste di conifere, con una temperatura gradevolmente primaverile.*

*A far apprezzare maggiormente lo spettacolo paesaggistico hanno contribuito i ristoranti gratuiti approntati dagli organizzatori (1 ogni 100 km, con la pasta per i trecentisti, più quello finale).*





*I partecipanti sono giunti da tutta Italia, in maggioranza dalle regioni meridionali più vicine. Campania e Sicilia a battersi per il podio, per il cui terzo gradino battagliavano Lazio e Puglia.*

*Si è contato qualche veneto, lombardo e toscano, finendo spesso per assistere alla formazione di gruppetti divisi dalla residenza geografica e accomunati dallo stesso passo, in un curioso un mix di accenti e pittoresche esclamazioni tipiche su qualche rampa più ostica delle altre.*

*L'aspetto positivo è stato il ritorno delle donne, addirittura sui due percorsi maggiori, e la moltiplicazione dei partecipanti calabresi, segnali positivi per il movimento randagio regionale in particolare, e nazionale in generale.*

*La speranza è che questa tendenza si consolidi poiché la Calabria, come testimoniato dalla Ciclovía dei Parchi, ha una sua precisa vocazione alle pedalate slow ed un territorio ancora tutto da scoprire, da un punto di vista paesaggistico, storico e culturale.*

*Importante è stato anche il contributo degli attori istituzionali locali: Comune di Albi, Parco Nazionale della Sila, Ciclovía dei Parchi di Calabria, tutti coinvolti nel progetto di valorizzazione delle eccellenze e bellezze regionali spesso misconosciute.*





# LA VERONA RESIA

DI

# CLAUDIA LAVAZZA

A cura di  
Cinzia Vecchi

Questa “Cronaca di ARI” ci arriva da Claudia Lavazza. Claudia è tesserata con la “Uà Cycling Team”, da alcuni anni frequenta il mondo delle randonnée e, quest’anno, ha fatto il grande salto conquistando tutti i brevetti necessari per entrare a far parte della Nazionale Italiana Randonneur. Sta partecipando anche al Campionato Italiano 2022 occupando, al momento, la seconda posizione. Insomma, di chilometri ne macina assai!

## TRAGUARDO VOLANTE

*Quando mi sono iscritta mi sono resa conto che per me sarebbe stato veramente un Trapianto, non molto volante ma sicuramente un Trapianto. Il mio primo 600. La mia ultima occasione quest’anno per conquistare la maglia della “Nazionale Randonneur Italia”.*

*Ignara di cosa mi aspettava, ho formalizzato l’iscrizione a fine luglio e non le ho più dedicato alcun pensiero fino a inizio settembre, quando Ivan ha iniziato a parlarne.*

*Dovevamo mettere a punto un “piano strategico” per affrontarla nei migliori dei modi, soprattutto per me dato che lui è un veterano delle grandi distanze che affronta senza problemi. Ho lasciato pianificare a lui che, da buon tecnico, ha studiato tutto nei minimi dettagli e mi ha presentato il ruolino di marcia: arrivare a Resia al giro di boa, scendere subito dal passo e fermarci dopo 40 km circa per dormire in una struttura, in modo tale da poter usufruire di una doccia calda e un letto per qualche ora di sonno.*

*Ovviamente ho accettato, certa del fatto che avrebbe pensato a cosa sarebbe stato meglio per me.*



E così ci troviamo a Villa Guerrina a Montorio Veronese sabato mattina alle 5.06. Praticamente da soli, dato che tutti gli altri partecipanti, circa 300, sono già partiti da 5 minuti. Poco male, ci avviamo da soli come spesso accade.

*Transitiamo davanti all'Arena in una Verona ancora addormentata e silente, passiamo sul ponte del Castelvecchio e da lì imbocchiamo la ciclabile.*

*Ci rimarremo per la maggior parte del percorso, attraverso due regioni (Veneto e Trentino) e innumerevoli paesi. Sempre in sicurezza, sempre lontani dal traffico e dal rumore caotico delle città. Credo sia il vero valore aggiunto di questa manifestazione, l'esaudirsi del sogno di ogni ciclista: poter pedalare in tranquillità, magari chiacchierando con gli amici e senza la paura di essere investiti o insultati da qualche automobilista impaziente.*

*Maciniamo chilometri senza accorgerci e iniziamo a incontrare qualche volto conosciuto: Roberto (con il suo gruppo "Equilibrio Urbano") con il quale parliamo un po' condividendo alcuni chilometri. Ci dirà poi che l'ha fatta con calma trovando anche il tempo per passare a salutare un amico a Faedo.*

*Troviamo poi Annalisa, sempre sorridente e con un accento Veneto che mette allegria. Ad un controllo in un bici grill incrociamo Rosanna, pronta a ripartire insieme a Franco che però non riusciamo a salutare. Il loro passo spedito non ci permetterà di incontrarli più.*

*Il paesaggio intorno a noi è da cartolina, vigne e meleti si susseguono a perdita d'occhio e i loro profumi si spandono nell'aria che man mano si riscalda anche se il cielo non è propriamente limpido.*



*Le previsioni indicavano piovvaschi sul finire del giorno proprio verso passo Resia. La nostra pedalata prosegue, con un saluto e un abbraccio a Donato, toscano formidabile, due parole con Maurizio che ci fa sorridere perché sul portapacchi della bicicletta espone le ciabatte della doccia e dalla tasca si vede spuntare una banana. Il vero Randonneur si riconosce dai dettagli!*

*Riusciamo a pedalare anche con Gennaro e il suo numeroso gruppo di randagi "Normanni". Ad ogni controllo/ristoro ci rifocilliamo a modo, per non rimanere senza energie e andare in crisi. Giungiamo così all'inizio della salita che porta al passo di Resia, e il cielo non promette nulla di buono.... Pazienza, andiamo avanti e vediamo come si mette.*



*La strada si fa impegnativa, ci presenta strappi in doppia cifra e tratti sterrati abbastanza lunghi, che mi fanno elaborare pensieri poco carini nei confronti di Giorgio, il vulcanico organizzatore... A circa tre chilometri dalla cima inizia a diluviare ma fortunatamente siamo in un paesino fornito di pizzeria.*

*Ci fiondiamo dentro prima di bagnarci del tutto e ci ritroviamo in un contesto surreale: tutti gli avventori parlano tedesco, il proprietario e i due camerieri parlano turco e gli unici a parlare italiano siamo noi....*

*Poco importa, mi accaparro due posti a un tavolo già occupato da tre allegri signori tedeschi. Allegri perché hanno svariati boccali di birra vuoti davanti e perché si ritrovano a condividere il posto con due personaggi vestiti da ciclisti che cenano con il casco in testa, i pantaloncini corti e un occhio all'orologio mentre fuori piove....*

*Sorvoliamo sul precario rispetto delle norme igieniche e ingurgitiamo una pizza alle verdure guarita di cipolle, broccoli e forse qualche zucchina, e ripartiamo.*

*Per fortuna nel mentre ha smesso di piovere e raggiungiamo il passo e il controllo praticamente asciutti.*

*È d'obbligo fare una foto al campanile di Resia, immerso nel lago e illuminato quel tanto che basta a renderlo affascinante. Il cielo si è rasserenato e si vedono anche numerose stelle.*

*Al controllo beviamo qualcosa di caldo mentre scambiamo due parole con Paolo, mantovano doc, sempre tranquillo e sorridente. Ci scriverà poi che ha forato diverse volte causa copertone tagliato e di aver trovato a Trento un negozio cinese dove rimediare un copertone da 12,90 euro che lo ha portato al traguardo. Sarà un "VittoLia"?...*

*Ripartiamo dal controllo ben coperti, ci sono circa sei gradi e la discesa è lunga.... Io che soffro molto il freddo sono quasi in tenuta invernale e non vedo l'ora di buttarmi sotto la doccia bollente. Raggiungiamo il B&B dopo 40 km e in 10 minuti riusciamo a lavarci e addormentarci. Solo questo tipo di stanchezza fa il miracolo di regalare un sonno profondo e immediato...*



*Dopo cinque ore, ripartiamo, io ho la stessa agilità di Pinocchio ma sono concentrata e determinata. Soprattutto a raggiungere il primo controllo/ristoro dopo cinque chilometri per fare colazione. E così, tra un bel caffè lungo e una mega fetta di torta conosciamo Giacomo. Con lui pedaliamo fino a Verona e poniamo le basi per un rapporto di amicizia che speriamo si rinsaldi sempre di più. Gentile, pacato e simpatico, entra subito in sintonia con noi e in sincrono con il nostro modo di pedalare. La sensazione che abbiamo è quella di conoscerlo da tanto tempo! Con lui scopriamo il lago di Monticolo, una perla raggiunta dopo un tratto di strada meraviglioso, e seguito dal lago di Caldaro altro luogo bucolico.*



*La giornata è spettacolare, il cielo azzurro, le montagne maestose e la natura rigogliosa ci fanno dimenticare la fatica che pian piano si insinua nei nostri muscoli.*

*Al controllo di Faedo, finalmente ma anche inaspettatamente, troviamo Daniele e Angelo. Due vicini di casa che speravamo di incontrare già dal giorno prima. I volti arrostiti dal sole, qualche acciaccio dovuto allo sforzo ma sereni e contenti. Il randonneur sa soffrire con il sorriso sulle labbra. Ripartiamo con loro ma Angelo, la locomotiva di Varese, è implacabile: ha un passo decisamente fuori dalla nostra portata, o meglio, sicuramente dalla mia.*



*Li perdiamo di vista e ci avviciniamo a Verona, a volte chiacchierando a volte in silenzio, ognuno perso dentro i fatti suoi, per dirla alla Vasco Rossi. L'ultimo regalo di Giorgio è a Rivoli Veronese, dove il passaggio accanto alle turbine eoliche ci fa ripassare tutto l'elenco dei santi del paradiso..... Ma si va avanti, ormai mancano solo 30 km e niente ci può dividere dal traguardo. Peccato però che non facciamo i conti con il rientro nella civiltà cittadina: per passare Verona incontriamo circa 8 semafori. Tutti rigorosamente rossi. Sembra di essere sul set di "The Truman show", dove un'entità superiore ci pone davanti degli ostacoli per attardarci.*





## LE CRONACHE DI ARI

*Finalmente alle 17.30 consegno il mio cartellino a Simonetta e al suo staff. Gentilissimi e ricchi di belle parole e sorrisi, ci accolgono con calore.*

*Seduti a tavola per il pasta party abbiamo la sorpresa finale: una signora gentilissima si avvicina e quasi con titubanza chiede a Ivan se è proprio quel "Ivan Folli" del sito "idiaridellabicicletta" che lei legge regolarmente. Avuta la conferma dal diretto interessato, che se mai fosse possibile è diventato più rosso della maglietta della società "Uà cycling team" che indossa, la signora ci racconta che viene da Terni e ha accompagnato alcuni ciclisti.*

*Avendo visto che tra gli iscritti c'era anche Ivan era molto contenta di averlo conosciuto. Che emozione!*

*E così si chiude questa avventura, raggiungendo un Trapianto per me non semplice e che fino a poco tempo fa non prendevo minimamente in considerazione. Mai dire mai...*

*Ora vi sto scrivendo da un bellissimo agriturismo sulle colline veronesi, ci siamo concessi due giorni di riposo e uno lo abbiamo già passato visitando la città.*

*Non potevamo perdere l'occasione di unire allo sport un po' di cultura, in una delle città più belle d'Italia.*



# DA PARIGI A BREST IN VELOMOBILE

L'EX PRESIDENTE LUCA BONECHI RACCONTA LA SUA  
AVVENTURA PARIGINA DEL 2019

A cura di  
Cinzia Vecchi

Questa "Cronaca di ARI" ci arriva da Luca Bonechi che non ha certo bisogno di presentazioni.

È una cronaca che ha impiegato circa tre anni per approdare nella nostra redazione, d'altro canto ha effettuato un lungo viaggio: da Parigi a Brest,

nuovamente a Parigi e, infine, in Italia.

Il prossimo anni si terrà la ventesima edizione della Paris Brest Paris e, allora, cominciamo ad entrare nel clima di questo grande evento dove, sicuramente, la nostra nazionale sarà presente al meglio e replicherà il successo dell'edizione 2019.



## COSE CHE POSSONO CAPITARE AGLI AUDACI

**2019: La Nazionale Italiana alla Paris Brest Paris**

## CAPITA CHE OGNI 4 ANNI SI TENGA LA PARIS BREST PARIS

*Non ci sono dubbi, la Paris Brest Paris, la più antica, celebrata e partecipata randonnée del mondo, è l'appuntamento più atteso tra gli amanti delle lunghe distanze. Ne è conferma anche la diciannovesima edizione che si è popolata di ben 6800 ciclisti provenienti da 66 nazioni diverse. È il mondo intero che si ritrova ogni 4 anni in Francia nel bel mezzo del mese di agosto per misurarsi in una ultramaratona no stop di 1200 km.*



*Un campionario di persone diverse, per età, struttura fisica, cultura e mezzi a disposizione, ma tutte animate dalla voglia di conoscenza, da un grande spirito di avventura, coraggio ed un pizzico di follia.*

### **PUÓ CAPITARE CHE IL VILLAGGIO DEI RANDAGI SIA IN UN IMMENSO OVILE.**

*Dopo le ultime 4 edizioni (dal 2003 al 2015) con partenza dal Velodromo Nazionale di Saint Quentin en Yvelines, una delle cinque villes nouvelles di Parigi dove si respirava aria urbana, l'organizzazione ha scelto Rambouillet, la sede di rappresentanza del Presidente della repubblica francese. L'aria che si respira è decisamente country con il quartier generale situato nella Bergerie Nationale, una grande fattoria immersa in una foresta di querce e conifere. Un suggestivo ovile, fin dal 1926 scuola di pastori ed oggi regno dello sviluppo sostenibile, tanto che l'enorme gregge di randagi deve aver disturbato non poco la quiete di un luogo silenzioso meta prediletta dai parigini in cerca di pace.*

### **PUÓ CAPITARE CHE LA NAZIONALE ITALIANA SIA LA PIU' BELLA.**

*Si era capito fin dal raduno di Scarperia nel Mugello che l'Italia avrebbe fatto sul serio. La conferma si è avuta a Rambouillet dove è emersa la forza e la coesione di una grande squadra, organizzata come non mai con Casa Italia, il servizio bag drop, la promozione dei grandi eventi dell'Italia del Grand Tour, il capitano Leone e la capitana Zizza ed anche il velomobile Ferrirari, il più fotografato tra tutti i mezzi presenti.*

*Ma più di ogni altra cosa ha contato il sorriso di 400 donne e uomini vestiti di una stupenda divisa e tutti con la gioia in faccia nonostante l'insistente pioggerella francese. Bella Italia, ammirata e rispettata dal mondo intero.*



### **PUÓ CAPITARE CHE TI SERVA SOLO LA CARTA DI CREDITO**

*Strana e da indagare l'evoluzione che i francesi hanno avuto con il tempo.*

*Nel 2003 se non presentavi un certificato medico agonistico non posteriore di 6 mesi non era possibile partire. Oggi ci si deve preoccupare solo di portarsi dietro una carta di credito perché, una volta iscritto e hai un numero, nulla ti viene richiesto.*

*E pensare che Audax Italia e gli organizzatori del Bel Paese sono costretti dalle normative vigenti a trovare forme di validazione e tutela dei certificati medici e devono dibattersi ogni anno per interpretare e attuare disposizioni sempre più complesse e contraddittorie.*

*Possibile prender nota ed imparare qualcosa dai francesi?*

ORGANISÉ PAR **Audax Club Parisien**  
**PARISBRESTPARIS**

R A N D O N N E U R **SE DÉPASSER. PARTAGER. RÊVER...**



### **PUÓ CAPITARE DI PARTIRE A GRAN VELOCITÀ.**

*Le partenze dei gruppi di 300/400 ciclisti a distanza di 15 minuti l'uno dall'altro sono ben regolate nonostante alcune titubanze dovute a delle incertezze organizzative prevedibili in un nuovo contesto.*

*Si parte sempre troppo veloci e si arriva troppo lenti. Quello di non farsi prendere dalla fregola è una promessa mancata a noi stessi e si ripete in ogni edizione. Il problema è che si viaggia bene tra due ali di folla plaudenti in direzione di Mortagne au Perche dove si lascia l'Île de France e si fa ingresso in Normandia. La notte si incontra lungo la strada ma le centinaia di luci delle bici che scorrono in ordine te la fanno sembrar giorno.*

*Il controllo notturno è a Villaines la Juhel al chilometro 217. Per tutto il viaggio a notti fredde ed umide fanno riscontro giornate con l'inaspettato sole e il prevedibile vento. Sapersi vestire è fondamentale e portarsi una coperta di sopravvivenza è prudente. Alimentarsi sempre e con gusto lo è altrettanto.*



*Evitare porcherie è una regola. La testa è fondamentale quanto le gambe, va tenuta fresca e sveglia. La segnaletica contiene tentazioni che vanno combattute. Nel tratto della Normandia spesso ti invita a prendere vie diverse: a destra per Rouen, dove fu messa al rogo Giovanna d'Arco, e a sinistra per Le Mans dove, onestamente, la Ferrirari non è competitiva. Meglio procedere dritti in direzione Fougères dove al 306 km il camper con Claudio, Emanuela e Spock attende paziente.*



### **PUÓ CAPITARE DI AVERE L'ILLUSIONE DI ESSERE IN ANTICIPO**

*Mai pensare di essere in anticipo, ma neppure di essere in ritardo. Quando si partecipa ad una rando bisogna convincersi di essere sempre nel giusto, sia riguardo al percorso, al tempo e quant'altro. La testa deve generare ottimismo e, se la realtà non presenta gli scenari sperati, poco importa perché arrivare è la vittoria di ognuno. Fougères: Il castello e la città medievale della cittadina bretone sono suggestivi.*

*L'antica capitale della scarpa, con le sue case a graticcio, è forse il centro più bello che si può incontrare lungo un viaggio che ha molto da invidiare a quelli che si fanno in Italia ad eccezione delle persone che fanno la differenza. Infatti, donne, uomini e bambini, giorno e notte ti aspettano lungo il percorso, ti incitano, ti aiutano, ti offrono acqua e caffè e anche un divano per un breve riposo.*

*Una meraviglia umana, commovente!*



*A Fougères siamo solo ad un quarto del percorso ma qualcuno ha già scelto la strada per Saint Malo o Mont Saint Michel. Le ostriche, per chi non ha la giusta motivazione o preparazione, sono una pericolosa attrazione e hanno il fascino del proibito al pari di una gita a Pigalle.*

### **PUÓ CAPITARE CHE LE AUTO TI GIRINO ALLA LARGA**

*Sarà per una occasionale forma di rispetto, sarà per una consolidata cultura civica diversa, ma le auto francesi ti superano solo quando la strada lo consente e lo fanno ad oltre un metro e mezzo di distanza; una misura, questa, che in parlamento italiano tentano di introdurre come norma sempre poco prima della caduta di ogni governo.*

*Le strade secondarie che, attraverso le foreste ed una infinita campagna, portano da Fougères a Tinteniac e poi a Quedillac, la sede di Casa Italia presidiata da quattro magnifiche coppie di Nerviano agli ordini del pedalante Mino Repossini, consentono di constatare il buon livello di educazione degli automobilisti francesi e l'entusiasmo dei bretoni.*

*Aver dormito solo un'ora a Fougères non consente al fisico di rispondere come si deve nell'affrontare le ostiche "pettate" di Becherel, Saint Meen e La Trinite Porhoet. Loudéac si raggiunge al tramonto ma va sempre bene: il villaggio è fiorito anche se conviene ripartire subito per Carhaix Plouguer.*

*È notte ed a Saint Nicolas du Pelem è posto il primo dei controlli segreti. I volontari avvertono che la notte non ci consentirà di gustare la bellezza degli ampi spazi di brughiere e torbiere posti lungo la strada che porta a Carhaix.*

*Spazi quest'ultimi segreti e profondi tanto da ispirare leggende e generare misteri. Non è un buon augurio per chi, con il velomobile si trova spesso a viaggiare in profonda solitudine.*

*Che strano questo missile a pedali: un veicolo che ispira il massimo della socialità quando è fermo e si dimostra asociale in movimento.*

*Tutti si avvicinano e chiedono cosa sia, dove siano i pedali e come si faccia a frenare quando è mitemente posteggiato e tutti lo salutano, fuggendone la compagnia, quando viaggia, lentissimo in salita e velocissimo in discesa.*

### **PUÓ CAPITARE CHE BREST NON ARRIVI MAI**

*Carhaix Plouguer è il luogo dove un un randonneur deve chiedersi: che fare? Si racconta che fu il luogo dove Re Artù incontrò Ginevra. Può darsi che oggi qualche fanciulla di nome Ginevra sia tra le tante volontarie che si adoperano per rifocillare i ciclisti affamati ma è meglio non chiedere, non c'è tempo e per arrivare al giro di boa di Brest mancano poco meno di 90 chilometri e si tratta di programmare bene riposo e viaggio. C'è da affrontare la salita delle montagne dell'Arrée, la più lunga e temibile quando nelle altre quattro edizioni, con la bici essendo già 6/7 ore in anticipo, si è affrontata di notte.*



*Il ripetitore televisivo, posto in vetta ai 383 metri di Roc'h Tréudon, appare inarrivabile e sembra che si nasconda sempre. Naturale che venga maledetto dai più.*

*È talmente antipatico che viene quasi da giustificare i nazionalisti bretoni che nel 1974 lo fecero saltare piazzandovi delle potenti bombe. Qualcuno dice che non furono loro ma dei provocatori o sicari al soldo di inconfessabili poteri. Sembra una storia italiana, ma sta di fatto che per mesi i bretoni non videro la tv, alcuni felici del fatto ed altri meno.*

*Fare la salita all'alba, ammirare la natura del Parco Naturale d'Armonique, oltre che metterti al riparo dalle inquietanti leggende celtiche sulla stregoneria, ti riconcilia anche con l'antenna di Roc'h Tréudon e ti consente di arrivare a Brest, bella città portuale fondata dai romani, con tanta energia e spirito positivo.*

*Arrivare in ritardo ma fiduciosi tanto da meritarsi la tradizionale foto sul ponte dell'Iroise.*

### **PUÓ CAPITARE CHE I PIEDI SI STIANO LESSANDO E CHE IL SONNO PRESENTI IL CONTO**

*La sosta a Brest ai piedi del camper non è stata poi così tanto ristoratrice ed il viaggio di ritorno verso Roc'h Tréudon, Carhaix e Loudeac si fa difficile. Errore, bisogna riposare quanto serve. Ammirare due fortunati con il parapendio fa dimenticare in parte la fatica ma non l'annulla.*

*L'andamento è lento e la fermata a Saint Nicolas, ormai calato il sole, è obbligatoria e un bel minestrone bretone ispira un opportuno sonno con testa ben appoggiata al tavolo dove tedeschi e giapponesi, distinguibili dal diverso approccio a ronfare, danno vita ad un inedito concerto notturno.*

*Alla ripartenza il vantaggio dell'andata si è trasformato in ritardo rispetto ad una ipotetica tabella di marcia che si fa sempre per non rispettarla mai.*



### **PUÓ CAPITARE CHE, CON IL GIORNO, SI RIACCENDA LA LUCE**

*Da Loudeac a Tinténiac fino a Fougères, che è posta al km 924, sono i francesi e la luce del giorno che fanno la differenza. È un incitamento continuo e gli italiani vengono individuati ed acclamati più degli altri. C'è da chiedersi da dove provenga questa simpatia e questo particolare affetto.*

*Lungo la strada molti sono i ristori improvvisati dove, in modo gratuito e con un "cinque" o una foto ricordo, si fornisce assistenza e conforto. In Italia manco a sognarli anche se, nella tipica forma di "ristoro abusivo" la randonnée 999 è stata omaggiata in Campania da alcune associazioni che, lungo la costa salernitana ed a Lioni, hanno sperimentato quella potrebbe definirsi come la civiltà dell'accoglienza fornendo graditissimi e colorati servizi.*



### **PUÓ CAPITARE CHE STRANE VISIONI NOTTURNE E BRETONI FIN TROPPO GENEROSI TI FACCIANO SMARRIRE LA STRADA.**

*La opportuna sosta rigeneratrice al camper nella tappa Fougères - Villaines la Juhel ha fatto pensare ad una tratta facile per superare i 1000 km. Ciò che è avvenuto è proprio il contrario e nella notte arriva la crisi più nera tale da compromettere il tutto. È già buio e le strade si popolano ai lati di gigantesche figure: incontro Don Chisciotte, poi Il gatto a braccetto con la volpe. La Gioconda si presenta ingrassata in un inedito profilo boteriano. Garibaldi pare incillito (termine rurale per indicare una forma di eccessiva eccitazione causata da un motivo non confessabile) di fronte ad una sinuosa Belen che, spinta dal vento o dal desiderio di conoscere l'eroe dei due mondi, ondeggia di fronte a lui senza mai toccarlo. E lui allunga il fucile ma non riesce nell'intento; povero Garibaldi, quando deve aver sofferto!*



*Tocco quasi d'istinto i freni e mi trovo a 10 centimetri dal muretto di un casolare. Mi desto, respiro, prendo il telo di pile, stacco i piedi dai pedali e dormo. Forse 30 minuti e forse di più quando le voci di alcuni ciclisti, probabilmente inglesi o americani, mi segnalano che son vivo. Riprendo perplesso la marcia ma la salita mi fa perdere il gruppetto e la discesa non mi premia in quanto alcune auto che viaggiano in senso contrario mi oscurano la vista.*

*Ecco quale è uno dei punti deboli dei velomobili: pedalare sdraiati non fa vedere la strada e devi quasi fermarti quando incontri un mezzo che ti abbaglia. Per fortuna il traffico è modesto ma il problema è serio.*

*Poi arriva lo smarrimento totale condiviso con altri disperati che hanno accolto l'invito di un gruppo di cittadini festanti di deviare verso un'altra sperduta località dove ci aspettano altri bretoni in festa per donarci caffè e dolci.*

*Solo ora ho ricostruito che il villaggio era Champgenéteux, ben fuori dal percorso.*

*C'era una festa ed evidentemente i fin troppo gentili bretoni avevano piacere che se ne godesse anche noi. Via vai di ciclisti dispersi ed infine la salvifica strada D20 che porta fortunatamente verso il controllo di Villaines la Juhel.*

*Colpa degli organizzatori o dei bretoni?*

*No, colpa di quel manipolo di bischeri di varie nazionalità che, fuori come cammelli, ha perso la bussola della traccia e non ha seguito la frecciatura peraltro perfetta.*

*Son cose che succedono e che provocano una sicura arrabbiatura che è bene che finisca prima che inizi. Tutto ciò succede anche a scapito del prezioso staff di appoggio, subito avvisato per modificare il programma dell'ultima sosta.*

*Tre ore perse non si recuperano ma, in fondo l'importante è non farsi prendere dallo sconforto ed arrivare a Rambouillet, costi quel che costi.*

*Del resto all'arrivo mancano solo 200 km.*

**PUÓ CAPITARE CHE SI RIACCENDA LA SPERANZA DI ARRIVARE SANO E SALVO E CHE SI ARRIVI VERAMENTE.**

*Ormai, come si usa dire, il “meno è fatto” e si può programmare l’arrivo a Rambouillet giusto per l’ora di pranzo.*

*In passato nelle altre quattro edizioni, pedalate con un mezzo antico che porta il nome di biciletta, ero almeno 10/15 ore in anticipo e arrivavo sempre la notte in un contesto triste di gente che dormiva e pochi ad attenderti e a renderti omaggio. Ora l’arrivo è previsto in pieno giorno e così sarà possibile trovare molte persone ad applaudire il mio Ferrirari.*

*Sfido chiunque a dire di non esserne gratificato. In fondo i “piacioni” che partecipano all’Eroica solo per farsi riprendere dalle TV non partono certo alle cinque del mattino ma aspettano sapientemente le 8/9 quando i mass media sono all’opera. Quindi? Meglio tardi che presto per dare un po’ di spazio al tuo malcelato ego tenuto a bada fin troppo lungo tutti i 1200 km.*

*E sarà così perché l’accoglienza all’arrivo supera ogni aspettativa con una festa che ripaga di ogni sforzo. La curiosità per la Ferrirari ed i gesti affettuosi dei presenti vanno oltre ogni merito e la medaglia ricevuta pure. Medaglia che andrebbe condivisa da un amico, un’amica e Spock, l’enorme cane che ci ha accompagnato per tutto il viaggio e che, a detta di alcuni malevoli mi ha tirato come una slitta nelle salite più dure.*

*Ma questo è tutto da dimostrare come da dimostrare è l’autenticità del ritrovamento archeologico: la mummia trovata nel sarcofago rosso da un addetto agli arrivi a Rambouillet.*

*Rispetto alle esperienze in bici il tempo impiegato sarà di 10/15 ore in più e non poteva essere diversamente con un mezzo di 30 kg contro gli 8 kg. Ci sarà da riflettere sull’effettiva competitività dell’amata Ferrirari in quanto l’amico olandese mi ha confessato che il suo mezzo e quello di quasi tutti i velomobili non supera i 24/25 km. Ma lo sappiamo bene: Ferrari, e di conseguenza Ferrirari, è un brand straordinario ma deve migliorarsi e lo farà. In compenso il fisico e lo stato*

*di salute sono migliori delle altre quattro volte: nessun problema se non un naturale intorpidimento delle dita dei piedi. Bene così.*

**NON PUÓ CAPITARE CHE NON SI PARTECIPI ALLA PARIS BREST PARIS NEL 2023**

*Così è (se vi pare) e che la salute e lo spirito presente in un’età che si può definire “apprezzabile” non ci abbandonino.*

**Luca Bonechi**

(racconto a mente tiepida)





A photograph of a forest path in autumn. The trees are covered in vibrant orange and red foliage, creating a dense canopy. The ground is covered in fallen leaves, and a path leads through the trees. The overall atmosphere is warm and scenic.

**IMPRESSIONI**  
**DI**  
**SETTEMBRE**

# L'autunno è una seconda primavera, quando ogni foglia è un fiore.

*Albert Camus*

**A cura di  
Franco Mazzucchelli e  
Rosanna Idini**

L'estate sta finendo, e un anno se ne va. Stiamo diventando grandi e sapete, non ci va! Il bello di restare bambini, "dentro" ovviamente, anche se il tutto è relegato alle nostre più inconse passioni ed inutile dire quali siano.

Equilibrio, il giusto equilibrio fra la realtà degli adulti e i "giochi" che fan tornare ragazzini, godimenti del tempo libero che la bicicletta aiuta ad assaporare.

Così l'estate agostana è trascorsa, per noi, fra qualche sparuto appuntamento randagio e alcuni giri personali alla scoperta o riscoperta di belle salite non troppo distanti da casa.

Abitiamo in Lombardia, una regione che a parte il mare non difetta di null'altro, puoi trovare le distese pianeggianti in cui tentare personali record di velocità, dolci saliscendi per le terre di mezzo, quel territorio che si pone appunto a mezzogiorno tra la pianura e le prime colline, i laghi che mitigando il freddo delle giornate invernali ci consentono di compiere piacevoli uscite non troppo distanti da casa e, volendo, per i più allenati, le ascese severe delle alpi che nella bella stagione sono le gioie e i dolori di ogni buon ciclista.

Non diremmo nulla di nuovo se affermassimo che per noi ciclisti, fra le mete preferite vi è il Trentino, paradiso naturale per le sue lussureggianti vallate, le mastodontiche Dolomiti, le sue nervose salite, su per i Masi e poi giù per veloci discese, di valle in valle; ben diverse sono le alpi

Lombarde, altra faccia, altro scenario, non tanto per lunghezza o pendenze ma per l'ambiente che offrono e che lascia in noi differenti sensazioni.

Le Dolomiti sono aspre, nervose appunto, spigolose, hanno colori a volte sgargianti, arancioni, rossastre al tramonto, con laghi azzurri che rispecchiano le loro pareti e le cornici smeraldo dei prati circostanti; tutto ciò lo si può trovare se le si percorre in vari orari della giornata; le alpi Lombarde sono più austere, massicce, oseremmo dire anche più misteriose. Il passaggio da una vallata all'altra si fa attendere, non è immediatamente visibile come nelle Dolomiti, dove tutto è a portata di sguardo e non si ha mai il timore di perdersi, di andare troppo lontano.

Provate a fare ascese come il Croce Domini, il Passo San Marco, il Vivione, e altri ancora, salendo si ha come l'impressione di non incontrare più alcun luogo abitato. Sono passi isolati che suscitano una sensazione quasi di smarrimento, una strana impressione e se poi si è programmato il giro senza il rientro serale a casa ecco che tutto si trasforma in un'autentica avventura.





Questa solitudine ci affascina, unita alla consapevolezza di essere su strade che hanno fatto la storia dei popoli, le “strade” dei primi commerci: ad esempio la “via Priula” un’antica rotta commerciale realizzata alla fine del 1500, una strada che collegava la Pianura Padana con la Valtellina e la Valchiavenna e l’oltralpe, attraverso il passo San Marco dapprima e il passo Spluga poi...

Ancora oggi lungo i tornanti esposti del San Marco o sulle curve a strapiombo dello Spluga si respira l’impresa del viaggio, dei pionieri che affrontavano a dorso di mulo queste impervie strade primordiali.

I ciclisti più tosti potranno poi trovare soddisfazione lungo i tornanti a doppia cifra fissa del Mortirolo, qui dopo chilometri e chilometri di fiato corto, immerso in una natura rigogliosa che pare inghiottire il povero inerme ciclista, improvvisamente si giunge ad un’ampia radura di verdi prati e aria sovrana. Lassù ripagati da ogni fatica e ripreso fiato, magari dopo un sorso alla borraccia, breve perché il fiato ancora è tirato, ci si sente immersi in una scenografia da paradiso terrestre tanto è perfetto e ideale.

Questo, è ciò che ci siamo regalati quest’estate, alcuni meravigliosi itinerari tra queste cime alpine

e tra i laghi che decorano la regione a due passi dai vicini “crociati” con cui dividiamo alcune tra le più belle cime delle alpi.

E non abbiamo nominato sua maestà lo Stelvio di cui in Lombardia andiamo fieri, pur dovendolo necessariamente condividere con gli amici trentini e se pur sulla carta il primato di versante nobile lo si deve a loro, per chi ben ne conosce le curve ed i tornanti perché lo ha affrontato molte volte pedalando, sudando, soffrendo ben sa che questo concetto è alquanto discutibile.

Insomma, entriamo nella stagione dei colori sfumati, dei primi comignoli fumanti dei borghi sparsi per le valli alpine e proprio in questi territori appena citati si possono godere ancora belle, tiepide e soddisfacenti giornate dove far incetta di panorami mozzafiato e ambienti da cartolina.

Personalmente adoro settembre, forse perché è il mese in cui sono nato e probabilmente questo ha un po’ forgiato il mio carattere: riflessivo, più incline al riposo piuttosto che all’azione, diversamente da Rosanna, nata in febbraio, spirito energico, amante del movimento, un po’ come fa la natura al risveglio primaverile.

Grazie a questo equilibrio di caratteri insieme facciamo della bicicletta un passatempo perfetto.



Ma se, come detto, adoro settembre non di meno mi piace il clima ottobrina, quel misto di primi freddi e tiepidi raggi di sole, quei mattini in cui tieni tra le mani la tazza del caffè guardando fuori dalla finestra per decidere come vestirti per la tua imminente uscita in bici e se la bruma del primo mattino ti nasconde l'orizzonte speri che quel caffè sia più "lungo" possibile per potertelo godere fino in fondo.

Ricordo alcune frasi lette in un libro che tratta di ciclismo a 360 gradi, la bicicletta nel suo variegato modo di essere interpretata, dove a proposito del mese di ottobre, incipit alla dura stagione invernale, poneva un simpatico paragone fra l'albero dei fichi ed i suoi frutti, simbolo forse per eccellenza di questo mese e lo spirito che caratterizza i ciclisti.

Il racconto rimarcava come un fico (nel concetto dell'albero...) che appare così contorto ed arzigogolato, spigoloso e ruvido, potesse produrre un frutto così rotondo, morbido e dolce quasi che l'albero dovesse necessariamente ogni volta, per ogni stagione e per ogni frutto compiere uno sforzo tale da doversi contorcere ai fini della sua impresa; lo scrittore accomunava questa

rappresentazione all'impiego di tutte le forze che sprigiona un ciclista per raggiungere ogni volta, ogni anno, in ogni salita la sua personale "vittoria"; per di più il fico è frutto pieno di zuccheri e sappiamo come questi siano connessi all'attività del ciclista, ancora una volta una similitudine straordinaria.

L'estate sta finendo ma le emozioni continuano, stagione dopo stagione, per noi che la passione delle sane abitudini ci spinge pur con qualche sacrificio ad affrontare situazioni meno comode eppure generose di soddisfazioni.

L'autunno è tutto da scoprire, tutto da vivere, tutto da pedalare e soprattutto segna l'appuntamento annuale con il nostro meeting di fine stagione.

A questo punto vi salutiamo con un caloroso invito a tutti gli amici randagi per ritrovarci e raccontarci le nostre storie giù di sella per una volta tanto. Sarà una bella festa, siate numerosi, in quel di Fano per il prossimo 12 novembre, davanti ad un buon piatto e ad un bicchiere non mancheremo, tra una chiacchiera e l'altra, di sognare le nostre avventure lungo strade della nuova stagione che verrà.





# LE SOCIETÀ CICLISTICHE DEL SUD NORMANNI TEAM

**Senza organizzatori non esisterebbero rando.**

A cura di  
Concetta Mauriello

*Il nostro excursus attraverso le ASD dell'Italia del Sud continua con una delle squadre in vetta alla classifica nazionale ARI: l'ASD NORMANNI TEAM. Alzi la mano chi non si è mai trovato a pedalare, seppur solo per qualche km, a fianco ad un Normanno! Ma per provare a conoscerli meglio, ho chiesto all'amico **Luigi Pagliuca** (in foto), randonneur appassionato, di mettere insieme le forze del suo team e di guidarci in un breve viaggio nella storia dei Normanni.*

L'ASD NORMANNI TEAM nasce ufficialmente ad Aversa nel 2019; i suoi soci fondatori, molti dei quali già ciclisti esperti nel mondo "randagio", da subito hanno incarnato l'entusiasmo e la passione per le due ruote e hanno esteso ciò a tutti gli altri associati, creando così un gruppo di amici che credono nello sport, che amano pedalare divertendosi e affrontano le sfide in uno spirito di sana competizione.

Prima della sua fondazione, la squadra di Mario D'Alesio, attuale presidente di questo sodalizio, contava già fra i propri associati nazionali italiani randonneurs e atleti che si erano cimentati in gran fondo ciclistiche, nelle randonné e nelle ultramaratone più conosciute, come la 999 MIGLIA, ALPI 4000, la 6+6 ISOLE, la PARIGI-BREST-PARIGI, la 1001 MIGLIA ITALIA.



A tutt'oggi può essere considerata senza dubbio la squadra più titolata in Italia: infatti nel 2021 potevano vantare ben 19 nazionali randonneurs, senza contare gli atleti che si sono aggiunti quest'anno nel club della nazionale italiana, e poi atleti vincitori della challenge Rando Tour Campania, un vincitore del Gran Brevetto Italia del Gran Tour, Raffaele Pandolfi, nonché il campione italiano ARI 2021, Gennaro Laudando.

Nel 2022 si accingono a vincere il campionato italiano ARI a squadre con un punteggio fino ad oggi mai raggiunto da alcuna compagine partecipante, cioè superando il tetto dei 100.000 punti.

L'associazione però non si limita agli obiettivi e ai risultati puramente sportivi, ma ha sviluppato un proprio progetto di crescita non solo nel territorio di origine, l'agro aversano, ma anche in Piemonte e nel Lazio, rispettivamente a Verbania e a Roma, dove atleti di quelle realtà hanno deciso di vestire i colori dei Normanni Team; non ultimo il protocollo di intesa stipulato con il comune di Aversa, in cui si sono definite convenzioni e progetti congiunti per la mobilità sostenibile urbana, per la diffusione della stessa nelle scuole e quelli per l'inclusione sociale.

*Grazie Luigi, complimenti a tutti i Normanni per i traguardi raggiunti e buona fortuna per i progetti futuri!*



# NORMANNI TEAM





# NAZIONALE ITALIANA RANDONNEURS

**ENTRA NEL CLUB AZZURRO!**

Puoi scegliere tra quattro diverse modalità:

- i 4 brevetti (200-300-400-600 o 1000 Km)
- un brevetto OVER 1200 Km
- ottenere il Gran Gravel
- 2 Super Randonnée + 2 brevetti a scelta

## **DEVI ESSERE SOCIO ARI!**

Info su [www.audaxitalia.it](http://www.audaxitalia.it)

**Tutti coloro che entrano a far parte del Club  
hanno diritto alla maglia ufficiale gratuita**

# CAMPIONATO: IL RUSH FINALE

A cura di  
Ivan Folli

Il Campionato Italiano Strada 2022 è ormai agli sgoccioli: tra meno di un mese avremo i risultati definitivi di una stagione lunga, esaltante e combattuta fino all'ultimo chilometro. Proviamo a fare insieme il punto della situazione, al netto delle omologazioni mancanti, in vista della volata finale.

Come consuetudine partiamo con la nostra carrellata dai caschetti rosa, dove l'assegnazione del titolo è ormai un affare a due, come avevamo per altro previsto nel numero scorso. **Cristina Rulli (Bicitaly)** ha un discreto bottino di 320 punti su **Claudia Lavazza (Uà Cycling Team)**.



Nessuna delle due sembra intenzionata però ad abbassare la guardia e continuano a fronteggiarsi senza sosta a suon di chilometri.

Scorrendo a ritroso con la memoria credo sia uno dei campionati femminili più combattuti degli ultimi anni e, quello che fa piacere, è vedere una sana rivalità sportiva che vede le due protagoniste confrontarsi e complimentarsi a vicenda non appena scendono di sella. Penso che, a margine di tutto, sia il più bello spot per questo mondo.

Non sappiamo ancora come finirà, ma indipendentemente da questo, sono convinto che entrambe meriterebbero di indossare la maglia tricolore ed è quasi un peccato che, a metà ottobre, il campionato debba vedere il suo epilogo. In tutti questi mesi ci siamo ormai appassionati!

Per la terza piazza, grazie alla doppietta Sicilia No Stop e Alpi4000, ha accumulato un buon vantaggio **Nadia Sgarbossa (AMG Alta Marca Gravel)**.

È un peccato che per il gradino più basso del podio non ci sia stata alcuna contesa, forse molte cicliste sono state fuorviate dalla presenza in classifica di Rosanna Idini che, come da regolamento, in questo 2022 non prende parte al Campionato.



2	Rulli Cristina	6400 KM
3	Lavazza Claudia	6080 KM
4	Sgarbossa Nadia	4650 KM
5	Toscano Barbara	3400 KM
6	Impellizzeri Dafne	3200 KM
7	Di Marzo Loredana Di Marzo	3100 KM
8	Mortagna Ornella	3000 KM
9	Ursini Claudia	2800 KM
10	Faccanoni Marilena	2700 KM
11	Percassi Monica	2700 KM

Passando al “reparto uomini” notiamo come, salvo clamorose sorprese, le prime due posizioni sembrano ben definite e corrispondono alle prime due posizioni del Campionato 2021, ma invertite. Troviamo infatti al comando **Donato Agostini (Polisportiva Casellina)** che continua a tenere a debita distanza di sicurezza il Campione uscente **Gennaro Laudando (Normanni Team)**.

Anche qui vorrei spendere qualche parola per questi due randagi che, negli ultimi due anni, si sono fronteggiati e sfidati con rispetto e amicizia, dando vita a una leale battaglia sportiva che si esaurisce una volta tagliato il traguardo.

Ma non è solo questo: essere competitivi per due anni consecutivi nel Campionato Italiano Maschile è un vero e proprio lavoro.

Nonostante sia legato a una passione come la bici, è un impegno logorante, economicamente dispendioso e che tiene una persona a zozzo per l'Italia, praticamente ogni week end da febbraio a ottobre fatta salva una breve pausa estiva.

Non è sicuramente facile coniugare tutto questo con la famiglia e con gli impegni privati.

Perciò non possiamo che toglierci il caschetto verso queste due persone che hanno animato e onorato il campionato nelle ultime due stagioni.

Continuando a scorrere la classifica notiamo che la lotta più interessante riguarda il terzo posto. Attualmente il gradino più basso del podio è occupato da **Mario Rago (Normanni Team)** che ha però visto assottigliarsi il margine sui diretti inseguitori. A pochi punti di distanza troviamo infatti la vecchia volpe **Franco Mazzucchelli (US Bormiese)** campione Italiano 2019, **Ivan Folli (Uà Cycling Team)** e, poco più dietro, **Renato Cataran (SC Genova)** e **Salvatore D’Aiello (Normanni Team)**. La lotta è serrata ma guadagnare punti sarà complicato per tutti in quanto parliamo di 5 randagi DOC che difficilmente molleranno la presa. Noi ce ne staremo comodamente seduti a goderci lo spettacolo.



1	Agostini Donato	9650 KM
2	Laudando Gennaro	8990 KM
3	Rago Mario	7490 KM
4	Mazzucchelli Franco	7440 KM
5	Folli Ivan	7330 KM
6	Cataran Renato	7050 KM
7	D' Aiello Salvatore	7050 KM
8	Dimatteo Saverio	6580 KM
9	Martucci Paolo	6000 KM
10	Nese Maurizio	5950 KM

Concludiamo la nostra rassegna con il Campionato Italiano a Squadre dove i **Normanni Team** viaggiano spediti verso il titolo con oltre 100.000km macinati. Un record difficilmente superabile, anche se non paragonabile a quelli degli anni passati in quanto fino allo scorso anno non tutte le randonné erano valide per il campionato e i punti totalizzabili erano meno. L'unica lotta ormai possibile è quella per le due piazze d'onore dove gli **Iron Bikers** e i Campioni uscenti dei **Randagi Campani** si giocano le ultime munizioni, ma salvo sorprese dell'ultima ora le posizioni sono quelle definitive, anche perché è davvero arduo recuperare punti su queste tre realtà del movimento Randonnée Italiano.

Prevedo che anche per i prossimi anni sarà veramente dura espugnare lo scettro dalla Campania.

Non ci resta dunque che goderci il finale di stagione, io vi do appuntamento all'ultimo numero 2022 dove mi piacerebbe, oltre che celebrare i vincitori delle varie classifiche, menzionare anche i vincitori dei Challenge Locali, che meritano sicuramente spazio.

1	<b>Normanni Team</b>	97010 KM
2	Iron Bikers	67700 KM
3	Randagi Campani	60080 KM
4	Nervianese 1919	43180 KM
5	Nuova Ortigia	26030 KM
6	S.c. Genova 1913	24330 KM
7	Sport Web Sicilia	22180 KM
8	Unione Sportiva Bormiese	21530 KM
9	Hard Bike Sant'arpino	19400 KM
10	Sicilia In Bici	18080 KM





# IL SUCCHIARUOTE MORFEO

## QUANDO IL SONNO SI IMPOSSESSA DI NOI...

*Il fenomeno dei succhiaruote è un atteggiamento poco gradito dai ciclisti in generale.*

*Nel campo randagio, molto spesso questa pratica è invece considerata un aiuto a chi, per diversi motivi, può trovarsi in difficoltà a finire la corsa (Capitan Pino docet) e diventa così un bel gesto di altruismo sportivo.*

*C'è però un succhiaruote, che risponde al nome di Morfeo che tutti odiano. Chi più, chi meno, tutti almeno una volta ci siamo ritrovati il Morfeo a ruota ed è sempre un bel problema. Questo personaggio te lo puoi ritrovare di giorno o di notte, con la pioggia o con il sole, in pianura o in salita, ma Lui dà il meglio di sé in discesa, quando sei "passivo".*

*Che Tu sia solo o in compagnia, Lui ti arriva silenzioso da dietro ed inizia il suo disturbo psico-fisico. Il sonno è una necessità fisiologica che tutti abbiamo, alcuni la sentono di più, altri meno.*

*Per questo i ciclisti Randagi scelgono in base alle loro esigenze ed esperienze, come comportarsi nel momento in cui devono decidere tra fermarsi e dormire o continuare imperterriti nella corsa. Ricordiamoci che dalla qualità e quantità di sonno, dipende poi lo stato di salute psico-fisico dell'individuo.*

*Mi è capitato così tante volte, di aver dormito più di tre ore a notte e poi nel giorno successivo, aver recuperato strada e sorpassato tanti randagi che si trascinarono stanchi e assonnati sui pedali, per aver dormito poco o niente nella notte.*



*Qualcuno può vantarsi di poter stare anche molto tempo senza dormire, ma credo che poi il conto lo paghi lo stesso, magari mentre torni a casa in auto.*

*Il Sig. Morfeo non comparirà mai nelle omologazioni prima di Voi, né tantomeno competerà nel Campionato Italiano ARI, pertanto, e lo dico anche per me, fermiamoci e lasciamolo passare. Il sonno è "cibo" che soddisfa ogni fame...e qualcuno ne ha sempre tanta!!!*

**Donato Agostini**



## PARLIAMO DI PARIGI...

### **ARI Lombardia e l'incontro con la Paris – Brest – Paris - Paris**

Le collaborazioni, quelle belle, nascono senza forzare la mano. Basta cercare il punto in cui la stessa passione trova il terreno fertile dove mettere radici.

Così, con l'Officina Rancilio, ARI ha trovato una splendida collaborazione per due appuntamenti del calendario autunnale, e chissà che questo sodalizio possa proseguire anche in futuro.

Roberto Rancilio è una persona estremamente seria e disponibile, che ha permesso la realizzazione di questi due eventi.

### **La serata ARI Lombardia**

Venerdì 2 dicembre il pianeta rando della Lombardia si darà appuntamento all'Officina Rancilio di Parabiago per celebrare per la prima volta i Randagi Lombardi, ossia i randonneur che nella challenge omonima hanno accumulato almeno 500 punti.

Nella stessa serata, verranno premiati i ciclisti laureati nel Trofeo delle Aquile, la kermesse riservata agli scalatori. Coloro che hanno raggiunto le 25 vette lombarde stabilite dagli organizzatori riceveranno un riconoscimento.

### **Un sogno chiamato Parigi – Brest – Parigi**

Sabato 10 dicembre sarà la volta di un incontro molto speciale. L'Olimpiade dei Randonneur, la Paris-Brest-Paris di 1.200 km, in programma ad agosto 2023, sarà la protagonista della serata.

La rando francese incontrerà i randonneur che l'hanno già fatta in passato, ma soprattutto quelli che la sognano, ma non l'hanno ancora messa nel sacco. Sarà l'occasione per spiegare come funziona, cosa troveremo, come affrontarla, cosa fare e soprattutto cosa non fare se si vuole arrivare a Parigi tutti interi.

Le testimonianze dei veterani daranno risposte alle domande dei neofiti; cercheremo di chiarire i dubbi, per quanto possibile, e utilizzeremo l'esperienza e il confronto per dipanare le incertezze.

Non mancheranno le immagini delle edizioni passate a fianco delle ultime notizie disponibili sulla prossima edizione. Chiederemo ai randagi coi capelli bianchi di raccontarci qualche aneddoto divertente. Insomma, porteremo un pezzo di Bretagna a Parabiago per chi avrà voglia di sognare la madre di tutte le randonné.

**SABATO 10 DICEMBRE 2022**

**L'incontro inizierà alle 21:00, in via Don Galeazzi 22, Parabiago (MI).**





### L'Officina Rancilio 1926

Il marchio Rancilio di Parabiago è famoso in tutto il mondo per la produzione di macchine per il caffè. È stato, all'epoca della fondazione di ARI, anche nostro sponsor. Qualcuno si ricorderà, infatti, che sul fianco della prima maglia azzurra randonneur (anno 2007) campeggiava il marchio Rancilio.

Recentemente la famiglia Rancilio ha ceduto a terzi le quote di maggioranza della società, ma ha mantenuto il controllo del **Museo Officina Rancilio**, luogo in cui viene custodito un pezzo di storia del nostro paese. All'Officina Rancilio si possono trovare le macchine per il caffè d'epoca passata e più recenti; splendidi pezzi artigianali che raccontano gli anni che hanno attraversato.

Nella sala del Museo vengono organizzati eventi e riunioni di vario genere, rendendo l'Officina un luogo molto più attivo e vivace di qualunque museo col quale si possa confrontare.

Ma tutto ciò non basta.

Rancilio è anche una squadra ciclistica, che da molti anni organizza un'importante gara nazionale riservata ai dilettanti d'élite e under 23, in memoria di Antonietto Rancilio. Negli ultimi anni, a quella dei dilettanti è stata affiancata anche una gara di ciclismo femminile.

Il **Gruppo Sportivo Rancilio** ha anche organizzato i Campionati del Mondo di Handbike di qualche anno fa, portando Parabiago al centro di un mondo importante e significativo.

La challenge dei Randagi Lombardi, il Trofeo delle Aquile, la nostra Associazione ARI, l'incontro per la Parigi Brest Parigi, l'Officina Rancilio, l'handbike, il Trofeo Rancilio sono tutti elementi della stessa passione.

Questa passione sarà al centro delle serate di cui abbiamo parlato, ma soprattutto sarà il motivo di incontrare vecchi amici e fare nuove conoscenze.

*Nè forte, nè piano...  
ma sempre lontano!*

LA PLUS INTERNATIONALE  
DES RANDONNÉES LONGUE DISTANCE

Le **PARISBRESTPARIS**  
R A N D O N N E U R

**VOUS DONNE RENDEZ-VOUS**

**20 ▶ 24 AOÛT 2023**

2023e





# COME PARTECIPARE

## ENTRO OTTOBRE 2022

Conseguire almeno un brevetto ACP

## APERTURA PREISCRIZIONI

14 GENNAIO 2023	1200/1000 km
28 GENNAIO 2023	600 km
11 FEBBRAIO 2023	400 km
25 FEBBRAIO 2023	300 km
11 MARZO 2023	200 km

## ENTRO IL 30 GIUGNO 2023

Conseguire la serie di brevetti ACP

200 - 300 - 400 - 600 km

## CHIUSURA ISCRIZIONI

03 LUGLIO 2023

info <https://www.paris-brest-paris.org/>

**RANDAGGIO**  
**IL MAGAZINE DEI RANDONNEURS ITALIANI**







*aru*

**AUDAX**

**RANDONNEUR**

**ITALIA**