

Fiab Milano  
**CICLOBBY** ONLUS



# Calendario attività e gite 2011

[www.ciclobby.it](http://www.ciclobby.it)

FIAB Ciclobby  
aderisce a



EUROPEAN  
CYCLISTS'  
FEDERATION  
[www.ecf.com](http://www.ecf.com)

**Sede** via Borsieri 4/E 20159 Milano  
(quartiere Isola, zona Porta Garibaldi),  
da martedì a venerdì 17-19, sabato 10.30-12  
tel/fax 02 69.31.16.24  
[segreteria@ciclobby.it](mailto:segreteria@ciclobby.it)  
[www.ciclobby.it](http://www.ciclobby.it)

Aderente a FIAB **Federazione Italiana**  
**Amici della Bicicletta** onlus  
[info@fiab-onlus.it](mailto:info@fiab-onlus.it) [www.fiab-onlus.it](http://www.fiab-onlus.it)



### Come raggiungerci

- **Metropolitana** linea 2 (verde) da **Gioia**: via Sassetti, via De Castiglia, a destra in via Borsieri; da **P.ta Garibaldi (MM e Passante)**: nella stazione ferroviaria indicazioni per via Pepe; all'uscita a destra, costeggiare il cavalcavia fino all'incrocio con via Borsieri.
- **Tram** 7, 31 - **bus** 37, 82, 86, 166, 620.

### Contatti

Presidente	<a href="mailto:presidente@ciclobby.it">presidente@ciclobby.it</a>
Segreteria	<a href="mailto:segreteria@ciclobby.it">segreteria@ciclobby.it</a>
Cicloturismo	<a href="mailto:turismo@ciclobby.it">turismo@ciclobby.it</a>
Non solo cicloturismo, Bicinema, BiciMondo	<a href="mailto:mariagabriella.berti@libero.it">mariagabriella.berti@libero.it</a>
Annunci	<a href="mailto:annunci@ciclobby.it">annunci@ciclobby.it</a>
Foto	<a href="mailto:foto@ciclobby.it">foto@ciclobby.it</a>
Webmaster	<a href="mailto:webmaster@ciclobby.it">webmaster@ciclobby.it</a>
Progetto scuola	<a href="mailto:silviamala@katamail.com">silviamala@katamail.com</a>

### Quote associative

Socio ordinario	30 €
Socio sostenitore	40 €
Socio benemerito	80 €
Familiare di un socio	15 €
Gruppo familiare (senza limite di numero)	60 €
Da 6 a 18 anni e studenti	15 €
Sotto i 6 anni	gratuita

**La tessera Fiab Ciclobby vale da gennaio a dicembre**

### Puoi iscriverti o rinnovare l'iscrizione

oltre che nella nostra sede

- con **versamento** a mezzo conto corrente postale n. 11 35 82 07 intestato a Ciclobby onlus - via Borsieri 4/e - 20159 Milano;
- con **bonifico bancario** Intesa Sanpaolo intestato a Ciclobby onlus (specificando nella causale "nuovo socio" o "rinnovo", nome, cognome, indirizzo, e, solo per i nuovi, telefono, professione, data di nascita, e-mail), Iban IT 68 G 0306 9016 3110 0000 0046 73;
- con **carta di credito** utilizzando il servizio *Paypal* sul nostro sito [www.ciclobby.it](http://www.ciclobby.it) alla voce *Iscriviti a Ciclobby*.

## La bici, uno stile di vita

“ (...) Che emozioni, che senso di pienezza, che soddisfazione. La bici è proprio ciò che sto provando oggi. È da intendersi come mezzo di locomozione ma anche e soprattutto come stile di vita di chi ha deciso di vivere in prima persona la dimensione della lentezza. È lo stile di vita di chi non divora ma gusta, non tracanna ma sorseggia, non consuma ma utilizza, non guarda ma vede dentro, non fugge ma si ferma. ”

Alberto Fiorin, da *Salam Shalom*

**F**iab Ciclobby, **di cui festeggiamo nel 2011 i 25 anni di vita**, persegue lo scopo di promuovere lo sviluppo della mobilità dolce e leggera, nella vita quotidiana e nel tempo libero, attraverso l'uso della bicicletta, un mezzo dalla storia antica, eppure così attuale.

**S**e la motorizzazione di massa ha provocato ovunque la regressione del numero di bici circolanti, da circa quarant'anni si è assistito, in quasi tutta Europa, a una chiara inversione di tendenza, con una **riconquista degli spazi per la ciclabilità**, supportata da una politica che ha saputo orientare scelte e priorità. Nelle piccole, medie e grandi città europee, l'ambiente vibrante e accogliente imprime nell'animo del visitatore il senso della rinascita, inducendolo a inevitabili confronti.

**P**urtroppo **questa trasformazione tarda a venire a Milano**, dove invece qualcuno difende tuttora l'ipertrofia del traffico privato a motore come sinonimo di progresso e fonte di benessere; come se le sue conseguenze fossero solo effetti collaterali, male minore inevitabile.

**T**ramontato il mito dell'auto come fonte di libertà occorre cercare nuove vie per garantire il diritto alla mobilità, la tutela dell'ambiente e della salute: **e la bici è parte della soluzione, non del problema.**

**C**iclobby, fedele alla sua missione, continua con passione e competenza questo impegno, e chiede a ogni ciclista di **dare forza all'associazione, per essere più forte**: iscrivendosi e partecipando. Per coltivare la libertà e il piacere di muoversi in bici.

# Fiab Ciclobby: chi è

**F**iab Ciclobby è un'associazione cicloambientalista fondata nel 1986 che ha due grandi obiettivi:

- diffondere l'uso della bicicletta come **mezzo di trasporto quotidiano** comodo, funzionale, a inquinamento zero;
- promuovere la pratica del **cicloturismo**, un turismo lento, divertente, salutare e rispettoso dell'ambiente.

Ciclobby aderisce alla **Federazione Italiana Amici della Bicicletta** (FIAB onlus), presente su tutto il territorio nazionale grazie alle oltre 130 associazioni federate; Fiab a sua volta fa parte dell'European Cyclists' Federation (ECF).

**La bicicletta è il nostro mezzo di trasporto** perché, come amiamo dire:

*La bici non consuma e non produce emissioni,  
non ingombra e non fa rumore:*

*è un mezzo ecologico per definizione  
e ad alta efficienza energetica.*

*La bicicletta migliora il traffico, l'ambiente,  
la salute e l'umore.*

*La bici fa bene alla città e a chi la usa.*



# Fiab Ciclobby: che cosa fa

**T**utto quello che Fiab Ciclobby fa (ed è molto, basta sfogliare le pagine che seguono per rendersene conto) è opera di **volontari**, persone che senza nessun compenso mettono a disposizione le proprie competenze e il proprio tempo per difendere la bicicletta e per condividerne e diffonderne la passione.

Ecco quindi, noi volontari di Fiab Ciclobby, cosa facciamo:

- facciamo pressione sulle amministrazioni locali per affermare i **diritti dei ciclisti**, collaborando anche con enti, università, aziende, associazioni che apprezzano la nostra competenza, formata in tanti anni, in materia di mobilità ciclistica (piste e percorsi ciclabili, moderazione e contenimento del traffico motorizzato);
- quando le istituzioni non ci ascoltano coinvolgiamo e mobilitiamo i cittadini, con presidi, raccolte di firme, **manifestazioni**, naturalmente in bicicletta;
- programmiamo un fitto calendario di **gite in bicicletta** con le più varie destinazioni e per tutti i livelli di allenamento: dai giri in città alla scoperta del bello e del curioso, alle escursioni tra le bellezze di pianura e montagna della Lombardia (e non solo);
- organizziamo ogni anno in primavera **Bicifesta**, una grande manifestazione aperta a tutti e molto partecipata, per portare Milano in bici e farci vedere da tutti, sensibilizzando opinione pubblica e istituzioni;
- organizziamo e svolgiamo interventi di conoscenza e pratica della bicicletta nelle **scuole**;
- proponiamo presso la nostra sede i frequentatissimi corsi di **manutenzione** e incontri sulla **guida sicura** della bicicletta;
- realizziamo dal 2002 il **censimento del traffico ciclistico** all'interno della cerchia dei navigli, confrontando e pubblicando i risultati;
- organizziamo in pubblico **banchetti di informazione**, spesso affiancati dall'apprezzato servizio dei nostri meccanici volontari, anche in occasione di feste e manifestazioni di altre associazioni che sempre più spesso ci invitano;
- partecipiamo attivamente alle **iniziative Fiab**, come: il **Cicloraduno nazionale**, occasione annuale per i soci Fiab di tutta Italia di ritrovarsi e pedalare insieme; **Bimbibici**, manifestazione nazionale che organizziamo a Milano, in contemporanea con più di 200 altre città, per far divertire i piccoli ciclisti e sensibilizzare famiglie e istituzioni sulla necessità che anche i bambini possano pedalare in sicurezza; **Lombardiainbici** che si tiene per una settimana in settembre con numerose iniziative in tutta la regione; e molte altre iniziative in diversi periodi dell'anno.

# Fiab Ciclobby: come è fatta

L'associazione è indipendente e si ispira a principi di solidarietà, ambientalismo e nonviolenza; la sua struttura è democratica.

I suoi organi sono:

**Assemblea dei soci:** momento di confronto, discussione e riflessione tra tutti i soci sulle attività e la strategia dell'associazione, si riunisce almeno una volta l'anno e ogni due anni elegge gli organi di direzione.

**Consiglio direttivo:** eletto dall'assemblea e composto di 15 membri, tiene riunioni mensili, aperte a tutti i soci, nelle quali viene decisa e organizzata tutta l'attività dell'associazione; l'attuale direttivo è in carica fino al febbraio 2012.

**Presidente:** eletto dal direttivo, rappresenta l'associazione nei confronti di enti e istituzioni; il direttivo del biennio 2010-2012 ha eletto presidente Eugenio Galli.

**Ufficio di presidenza:** composto da presidente, vicepresidente, segretario amministrativo, segretario organizzativo, tutti eletti dal direttivo, affianca il Presidente nella gestione quotidiana.

**Revisore dei conti:** eletto dall'assemblea.

Insieme al consiglio direttivo, cuore pulsante dell'associazione sono i **soci attivi**, che presentano proposte e fanno attività volontaria in tutte le iniziative: dall'organizzazione dei giri in città alle escursioni, dai banchetti in luogo pubblico alle attività nelle scuole, dai servizi d'ordine all'assistenza meccanica, dall'organizzazione delle biciclettate ai gruppi di lavoro come per esempio il comitato tecnico, il gruppo comunicazione, i gruppi per i grandi eventi.

Se vuoi una città più bella, più sicura, meno nevrotica, meno inquinata, una città che dia più spazio alle bici, e hai qualche ora libera, anche poche, ti aspettiamo a Fiab Ciclobby!

## Più siamo, più cose facciamo, più contiamo.

Per prendere contatto scrivi a [segreteria@ciclobby.it](mailto:segreteria@ciclobby.it) o passa in sede a trovarci.



# Che cosa puoi fare con noi

## Le iniziative in sede e fuori

Nella spaziosa sede di via Borsieri (paghiamo un bell'affitto al Comune, quindi meglio utilizzarla!) oltre ai **consigli direttivi** e alle assemblee si svolgono **numerosi incontri**, da conferenze e discussioni sui temi della mobilità sostenibile (anche con le organizzazioni dei pedoni e degli utenti dei mezzi pubblici) alla presentazione di libri e, perché no?, alle feste (dei volontari, degli auguri di fine anno...).

**BiciMondo** è una serie di presentazioni, aperte a tutti, di libri sulla bicicletta e di viaggi in bicicletta, spesso eccezionali, con proiezione di foto o filmati commentati dal vivo dai protagonisti.

**I corsi di manutenzione** si tengono due volte l'anno (di solito in primavera e in autunno, con due livelli: principianti e avanzato); riservati ai soci, sono gestiti dai nostri istruttori meccanici volontari. Da prenotare presto perché i posti limitati vanno sempre esauriti.

**L'automanutenzione** si può fare in linea di massima il mercoledì dalle 17 alle 19, con un volontario meccanico che aiuta i soci in piccoli interventi come il cambio di pneumatici, della camera d'aria, dei pattini dei freni, delle guaine dei cavi, la registrazione del cambio e della catena, la lubrificazione (prenota in segreteria o direttamente presso [mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it](mailto:mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it)).

**E non solo:** se conosci qualcuno che non sa andare in bici, fagli sapere che: *"Per la prima volta in Italia il Prof. Dott. Maurice sarà presente il mercoledì pomeriggio per illustrare e mettere in pratica il famoso e rivoluzionario metodo Sans les pedales, con il quale adulti e ragazzi possono imparare ad andare in bicicletta in tutta sicurezza"* (anche per questo bisogna prenotare, come sopra).

## Il cicloturismo

Ogni domenica, al mattino presto, davanti alle stazioni ferroviarie milanesi è possibile vedere donne e uomini, giovani e meno giovani, sorridenti e scalpitanti in attesa di un treno. Cos'hanno di speciale? **La bicicletta!** Siamo noi, soci di Fiab Ciclobby, che partiamo per pedalare in tranquillità, almeno un giorno alla settimana, lontano dal caos della città e delle auto.

Lo spirito che ci accomuna è quello della voglia di **pedalare in compagnia**, immersi nella natura, alla scoperta del paesaggio, di piccoli paesi rimasti miracolosamente intatti, se possibile lungo strade di campagna poco trafficate o ancor meglio piste ciclabili, viaggiando senza fretta, tranne quando corriamo a prendere il treno!

Le proposte sono adatte sia a chi usa poco la bicicletta sia a chi ama pedalare tanto: gite nei parchi intorno a Milano, le classiche lungo i navigli milanesi, giri per gli amanti delle salite, giri lunghi per chi vuole pedalare tutto il giorno, su strada e su sterrato, e tante proposte per chi preferisce la mountain bike.

Nel 2011 proponiamo due percorsi di avvicinamento: il già collaudato **Ricomincio da 3** per accompagnare alla pratica del cicloturismo chi non lo pratica ancora, e da quest'anno **Cicloscalata** per chi de-

sidera allenarsi progressivamente a pedalare in collina e in montagna. In questi percorsi ti accompagneranno soci di Fiab Ciclobby appassionati ed esperti di queste attività.

- Per **Ricomincio da 3**: escluse solo bici tipo "Graziella".
- Per **Cicloscalata**: bici robuste ma leggere; per alcuni percorsi mountain bike o ibride.
- Per **tutti**: casco e giubbotto catarifrangente (ormai obbligatorio per legge nel caso di rientri serali o di passaggi per gallerie, utile sempre per una migliore visibilità); una camera d'aria.
- Per la pompa e gli attrezzi, in questi speciali "percorsi di avvicinamento" ci pensiamo noi!

## I giri in città

Ogni settimana creiamo occasioni di incontro in bici per piccoli gruppi, dove è facile conoscere persone nuove e socializzare. Le mete sono varie: da Bicigelato a Bicinema, a quello che di volta in volta si inventa. E con Milano arte e Percorsi di arte e storia si va in gruppo **alla scoperta di Milano**, dei suoi tesori d'arte, delle sue storie e delle piccole curiosità che anche noi milanesi spesso ignoriamo. La bicicletta è il mezzo ideale per scoprirle.

Sia i giri in città che le gite fuori città sono **riservate ai soci** di Fiab Ciclobby, ma i non soci possono partecipare a un giro o a una gita per conoscere l'associazione: siamo sicuri che a fine giornata non potranno non iscriversi!

L'eventuale **quota di partecipazione è il rimborso dei costi** di trasporto, di assicurazione infortuni per la giornata e di altre eventuali spese anticipate da Fiab Ciclobby o dal capogita a nome e per conto dei partecipanti. Per i giri e le gite gratuiti verrà richiesto a tutti un contributo di 1 € a rimborso della copertura assicurativa.

### Anche quest'anno in bici nelle città d'arte

È stato rinnovato l'accordo Fiab-Consortio città d'arte, in base al quale volontari di Fiab Ciclobby organizzeranno gite nelle più belle città della Lombardia e non solo: ci guideranno gli amici Fiab delle città di destinazione con l'appoggio delle amministrazioni comunali.

La prima gita organizzata è per sabato 16 - domenica 17 aprile a Ferrara ([mariagabriella.beriti@libero.it](mailto:mariagabriella.beriti@libero.it)).

Per altre informazioni vai sul sito Ciclobby o telefona in segreteria.



## Per partecipare alle cicloescursioni

Lo spirito con cui si partecipa alle iniziative di Fiab Ciclobby è quello di collaborazione e autonomia. **Collaborazione** perché tutte le nostre attività sono svolte da volontari, **autonomia** perché Fiab Ciclobby **non è un'agenzia turistica**: perciò se partecipi sai che devi essere in grado di gestire eventuali inconvenienti che potrebbero presentarsi.

Se durante una gita o una bicicletta in città dovessi aver bisogno di aiuto, gli organizzatori, il capogita, i membri del servizio d'ordine faranno il possibile per risolvere il tuo problema, ma ricordati che **sono tutti volontari e quindi lo faranno per solidarietà e non perché sia dovuto**.

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

### Prenotazioni

Prenota la tua gita in sede o per telefono, seguendo poi le indicazioni dell'organizzatore. Per le cicloescursioni che si svolgono la domenica **devi iscriverti entro le ore 12 del sabato precedente**.

### Bicicletta e abbigliamento

Alle gite ti chiediamo di presentarti con la **bicicletta in ordine** (in particolare, cambio, freni e luci perfettamente funzionanti) e adatta al percorso, con camere d'aria di scorta, pompa e attrezzi di base per le riparazioni.

Porta sempre con te **giubbotto o bretelle catarifrangenti** che il nuovo codice della strada obbliga a indossare nelle ore serali fuori dai centri abitati, e anche in città nelle gallerie.

Ti consigliamo di utilizzare sempre **il casco** e di indossare **indumenti adatti**, tenendo anche conto della stagione e delle previsioni meteo.

---

Verifica sempre se le iniziative sono confermate o se ci sono aggiornamenti: **sul sito: [www.ciclobby.it](http://www.ciclobby.it)**  
**o in segreteria: tel. 02-69.31.16.24 (mar-ven 17-19, sab 10,30-12)**

---

Partecipare alle iniziative di Fiab Ciclobby implica la conoscenza e l'accettazione del **Regolamento di partecipazione**, che puoi consultare presso la sede o sul sito. Sottoscrivere la domanda di ammissione alle attività dell'associazione e prendere visione delle regole di svolgimento è un modo per partecipare con spirito collaborativo e consapevole.

### Per sapere se la gita è per te

Guarda la legenda con le indicazioni di difficoltà, ma se ti rimane un dubbio (andrà bene per me? o è troppo difficile? e la mia bici è adatta?) chiama direttamente l'organizzatore.

## Legenda

La valutazione della difficoltà di una gita dipende da molti fattori: preparazione fisica, lunghezza, fondo e pendenza del percorso, velocità media, efficienza della bici, clima.

Per classificare le difficoltà noi usiamo questi fattori: pendenza, lunghezza, dislivello, fondo, velocità media (le gite in Mountain Bike sono segnalate). Il risultato è il seguente:

- pendenza**  **pianura:** il percorso non presenta salite o le salite sono brevi e con pendenza limitata; la discesa è considerata pianura.
-  **collina:** almeno il 10% del percorso presenta salite con pendenza inferiore al 7%
-  **montagna:** almeno il 10% del percorso presenta salite con pendenza superiore al 7%, oppure solo il 5% più almeno il 20% di collina

**indice di difficoltà borracce** da 1  = facile  
a 5      = molto difficile

Questo indice di difficoltà **si riferisce in modo specifico ad ogni gruppo di gite caratterizzate dalla stessa pendenza.**

Ad esempio, una gita classificata come *montagna 1 borraccia* potrebbe essere più impegnativa di una gita *pianura 5 borracce*.

Bisogna perciò **considerare la coppia pendenza-borracce**, con riferimento al proprio allenamento/capacità fisiche.

### intermodalità:

aereo+bici



auto+bici



treno+bici



pullman+bici



traghetto+bici



funivia+bici



trekking



anche per ragazzi



evento

nazionale FIAB



# Calendario gite e attività

## Cicloturistica



Domenica 9 Gennaio

### Presepi

Cassina de' Pomm, Martesana fino a Groppello, ritorno per la stessa via oppure con il metrò a Gessate. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

## Cicloturistica



Domenica 9 Gennaio

### Quello specchio d'acqua in gennaio: Viverone

10% sterrato

Tutta la macchia boscosa che circonda il lago di Viverone è suggestiva in inverno. Gli alberi semispogli, le colline circostanti inbiancate e le tante stradine nascoste tra i poggi concorrono ad esaltare la pedalabilità del posto. *Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it*

## In sede

Martedì 11 Gennaio

### Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby

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

## Culturale cittadina



Domenica 16 Gennaio

### La Città Giardino per la bici: rose e spine

Ciclopasseggiata a Cusano Milanino accompagnati dagli amici del Gruppo Naturalistico della Brianza che ci faranno apprezzare l'architettura eclettica degli edifici, ci daranno informazioni ecologico-naturalistiche sul patrimonio vegetale ed altro ancora. *Proposta di: Giovanni Guzzi, Vanna Bartesaghi, cell.389 6797311, vanna.bartesaghi@libero.it*

## Cicloturistica



Domenica 16 Gennaio

### Il giro di Montisola

Dalla Franciacorta andremo a visitare la più grande isola lacustre d'Europa, alta circa 600 m, un angolo ottocentesco a settanta km da Milano.

*Proposta di: Roberto Facchini, ab.026575008, cell.3389005578*

## Cicloturistica



Domenica 16 Gennaio

### Andiamo a mangiare la Cassoeula

5% sterrato

Chiesetta di San Cristoforo, Trezzano, Gaggiano, Barate, Tainate, Noviglio, Rosate. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

## Milano Arte

Domenica 16 Gennaio

### Milano e le sue origini

**h 10.15, Piazzetta reale** *Proposta*

*di: Arch. Gianfranco Rocculi,*

*Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it*

Per tutte le iniziative  
verificate gli aggiornamenti:  
**www.ciclobby.it**  
**segreteria 02-69.31.16.24**  
mar-ven h 17-19 sab h 10,30-12

# Non sai cosa regalare? Acquista un libro di Fiab Ciclobby!

**Regala ai tuoi amici per il loro compleanno i due libri scritti da Anna Pavan per FIAB Ciclobby Milano è bella in bici ed Evviva Milano in bici**

25+22 itinerari a tema per scoprire la città dall'alto del sellino



Potresti ritrovarci anche  
la casa in cui abiti...

Con stile leggero e brioso parlano di aspetti nuovi e curiosi di Milano, di bellezze nascoste e non considerate dalle normali guide.

**In entrambi i libri alcuni itinerari sono dedicati ai bambini.**

FIAB Ciclobby  
associazione cicloambientalista  
di Milano  
www.ciclobby.it

**Edizioni  
MilanoExpo  
Nelle migliori librerie  
€ 10**

## Cicloturistica



Domenica 23 Gennaio

### Nelle campagne fra i Navigli (primo giro)

Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

## Ciclistica



Domenica 23 Gennaio

### Cicloscalata I - San Colombano al Lambro

Un primo approccio alla cicloscalata, breve e con possibilità di visita ad una cantina sociale (per rifornimento vino!). Partenza in bici da Milano Porta Romana, e ritorno in treno da Lodi. Dislivello di circa 150 m. Proposta di: Marco Natangelo, cell.3473380543, metallino@tiscali.it

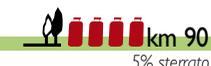
## In sede

Giovedì 27 Gennaio

### BiciMondo: Italia-Australia in bicicletta

Un'avventura ciclistica di 30.000 km iniziata da Brescia e conclusasi a Melbourne. Un'interminabile pedalata attraverso Europa, Asia, Oceania, compiuta in solitaria e senza appoggi logistici. Un viaggio che può essere definito uno stile di vita alternativa e nel quale la scoperta di popoli e culture viaggia di pari passo con l'esplorazione di se stessi. Racconto ed immagini di Francesco Gusmeri. h 21.00, Sede Ciclobby. Proposta di: Maria Gabriella Berti

## Cicloturistica



Domenica 30 Gennaio

### Nelle campagne del Parco Agricolo sud-ovest

Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

## Cicloturistica



Domenica 30 Gennaio

### Il parco di Fara Gera e dintorni del Muzza

Da Gessate ci porteremo a Vaprio d'Adda, per raggiungere poi, attraversandolo, lo splendido parco di Fara Gera particolarmente ricco di vegetazione fluviale e distensivo, perché il fiume in quel tratto interrompe la discesa fragorosa del suo percorso e, placando il suo ritmo, tutto l'ambiente attorno diventa armonicamente tranquillo. Raggiungeremo poi il Muzza e lo costeggeremo proseguendo nella verde area del lungo Adda. Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it

## In sede

Giovedì 3 Febbraio

### BiciMondo: La mia prima bicicletta

Margherita Hack, Paolo Rumiz, Susanna Tamaro, Gianni Mura, Wu Ming, Marco Pastonesi, Annibale Osti e moltissimi altri (30 in tutto) ricordano quella prima volta che segna uno dei momenti chiave legati all'indipendenza e alla libertà, uno di quegli avvenimenti dell'infanzia che rimangono indelebili per l'intera vita (Ediciclo). Marco Pastonesi e Annibale Osti presenteranno e leggeranno alcuni brani del libro. h 21.00, Sede Ciclobby. Proposta di: Maria Gabriella Berti

## Percorsi di Arte e Storia

Venerdì 4 Febbraio

### Le chiese fondate da Ambrogio nel IV secolo

Breve giro cittadino per visitare le chiese di San Nazaro, Sant'Ambrogio e, tempo permettendo, San Simpliciano. Ritrovo h 16.00, Piazzetta Reale. Proposta di: Alba Salvi, albasalvi@tiscali.it

**Cicloturistica**

Domenica 6 Febbraio

**Gita al Santuario di Caravaggio**

Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

**Ciclistica**

Domenica 6 Febbraio

**Cicloscalata 2 - Alla Madonna del Ghisallo**

Prenderemo tutto il tempo necessario per affrontare la salita verso una meta ciclistica importante: la Madonna del Ghisallo. Dislivello di circa 600 m.

Proposta di: Estelle Campion, annunci@ciclobby.it

**In sede**

Giovedì 10 Febbraio

**Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby**

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

**Cicloturistica**

Domenica 13 Febbraio

**Mantova Parma**

Piacevole percorso tra due città produttrici di Parmigiano Reggiano (Mantova produce Grana e Parmigiano). Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578, robertofacchini42@gmail.com

**Ciclistica**

Domenica 13 Febbraio

**Cicloscalata 3 - Giro in Brianza**

Giro collinare con la salita per Monticello con facili pendenze e la salita per il Tetto Brianzolo breve ma con un paio di punti impegnativi. Dislivello di circa 500 m. Proposta di: Enrico Spanò, cell.3395033572

**In città**

Martedì 15 Febbraio

**CicloHappyHour**

Presso Tastari Ristorante mediterraneo, corso Garibaldi, 59. h19,00 Dettagli seguono sul sito o in segreteria.

**In sede**

Venerdì 18 Febbraio

**Consigli per l'acquisto della bicicletta e non solo**

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

**Cicloturistica**

Domenica 20 Febbraio

**Su e giù fra i morbidi poggi del Ticino**

Il percorso, che si inserisce negli angoli più verdi e articolati del parco del Ticino, favorisce un godimento estetico e aerobico pregnante e ciclisticamente di grande soddisfazione. Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it

**Ciclistica**

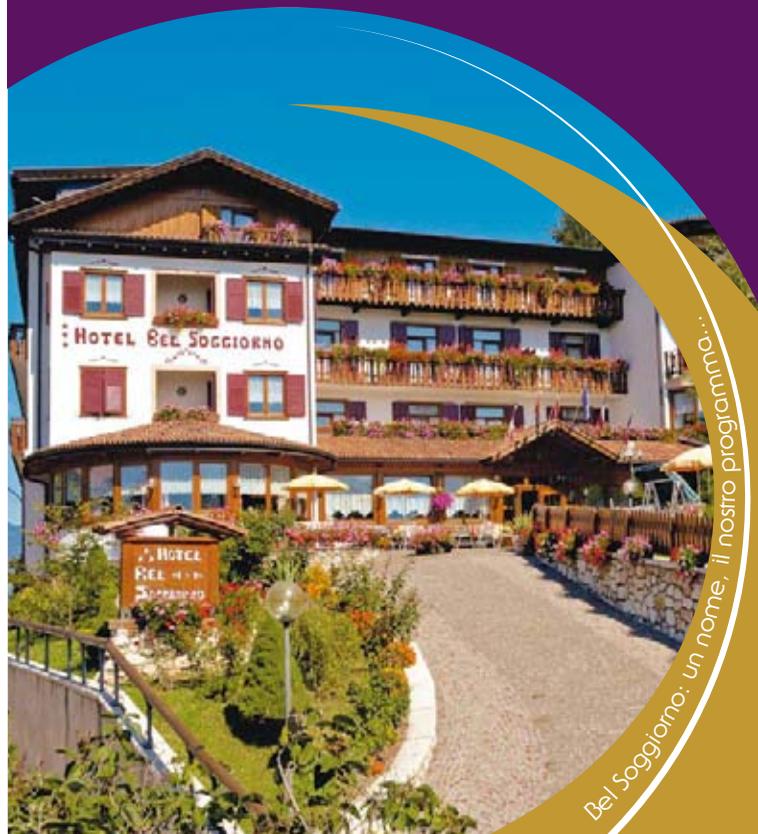
Domenica 20 Febbraio

**Cicloscalata 4 - Giro nell'Oltrepò Pavese**

Una struttura dotata di tutti i comfort, un'atmosfera accogliente e piacevole dove l'ospitalità e la buona cucina diventano garanzia di serenità e relax.

**Hotel Bel Soggiorno**

Via Miravalle, 7 38013 MALOSCO (TN) Valle di Non  
Tel. e fax 0463.831205 www.h-belsoggiorno.com



Bel Soggiorno: un nome, il nostro programma...

Giro collinare con diversi brevi saliscendi tra i vigneti passando da Fortunago inserito tra i borghi più belli d'Italia. Dislivello di circa 700 m. *Proposta di: Enrico Spanò, cell.3395033572*

### Cicloturistica



Domenica 20 Febbraio

#### Nelle campagne fra i Navigli (secondo giro)

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

### Milano Arte

Domenica 20 Febbraio

#### Milano Paleocristiana

*h 10.15, Piazzetta Reale Proposta di: Arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it*

### In sede

Giovedì 24 Febbraio

#### BiciMondo: Salento Finibus Terrae

È la natura la prima cosa che colpisce pedalando in questo lembo di terra sospeso tra due mari. Ben presto si scoprono le città e i paesi dell'entroterra, gioielli di quello stile unico che è il barocco leccese. Racconto e scatti collettivi dei partecipanti della ciclovacanza dell'ottobre 2010. *h 21.00, Sede Ciclobby Proposta di: Maria Gabriella Berti*

### In sede

Venerdì 25 Febbraio - Venerdì 18 Marzo

#### Corso di manutenzione e riparazione della bicicletta: livello base

Da venerdì 25 febbraio e per quattro venerdì consecutivi tecnici esperti di Ciclobby insegneranno ai principianti del "fai da te" come eseguire la manutenzione della propria bici e le riparazioni di emergenza. Prenotazione obbligatoria, posti limitati. *h 21.00, Sede Ciclobby Proposta di: Gruppo meccanici corso manutenzione*

### In sede

Sabato 26 Febbraio

#### Assemblea dei Soci

Relazione ai soci di Presidente e Direttivo sulle attività svolte nell'ultimo anno. *h 14.45, sede Ciclobby segreteria@ciclobby.it*

### Cicloturistica



Domenica 27 Febbraio

#### Ricomincio da Tre - anno terzo: prima puntata

Pedalando lungo il Naviglio Pavese. *Proposta di: Maurilio Grassi, ab.02-69007295, cell.338-2896589, mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it*

### Cicloturistica



Domenica 27 Febbraio

#### Milano Lodi e ritorno

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

### Ciclistica



Domenica 6 Marzo

#### Cicloscalata 5 - Val Mara e Valle d'Intelvi

Percorriamo le strade svizzere della Val Mara, svalicando in Val d'Intelvi. Ritourneremo a Como costeggiando l'omonimo lago, da Argegno. Dislivello di circa 800 m. *Proposta di: Marco Natangelo, cell.3473380543, metallino@tiscali.it*

### Cicloturistica



Domenica 6 Marzo

#### Milano Turbigo e ritorno

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

### Evento FIAB

FIAB

Domenica 6 Marzo

#### Giornata Nazionale delle Ferrovie Dimenticate

Giornata indetta dalla Confederazione della Mobilità Dolce. Le associazioni FIAB organizzeranno manifestazioni lungo tratti di ferrovie dismesse chiedendo che vengano trasformati in percorsi ciclabili. Il tema nazionale di quest'anno è "la stazione" e, in particolare, il destino delle piccole stazioni definite impresenziate, ovvero in abbandono. *info@fiab-onlus.it*

### In sede

Martedì 8 Marzo

#### Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby

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

### Fuori Sede

Sabato 12 Marzo - Sabato 19 Marzo

#### Troviamoci in via Dante, al gazebo di Fiab Ciclobby

Per nove giorni consecutivi il nostro tradizionale gazebo sarà punto di riferimento per chi vuole iscriversi a Bicinfesta di Primavera oppure a Ciclobby o, più semplicemente, desidera informazioni sulla ciclabilità a Milano.

Dalle 10.00 alle 19.00, via Dante, lato piazza Cairoli

### Cicloturistica



Domenica 13 Marzo

#### Al santuario della Madonna del Bosco

Gradevole ciclo-passeggiata sulle pianeggianti strade della provincia milanese e lecchese fino al raggiungimento del famoso Santuario della Madonna del Bosco situato in una verde e gaia radura. *Proposta di: Ivano Dell'Olio, Massimo Dossi, ab.Massimo D. 0266100864, cell.Ivano D. 3284197034, Massimo D. 3333930446, ivano.dellolio@email.it, ivanodellolio@live.it*

### Cicloturistica



Domenica 13 Marzo

#### Mujerada in bicicletta

Pedalata riservata alle donne in occasione dell'8 marzo. Una facile gita tra le mimose della parte più tranquilla e raccolta del lago di Como. Percor-

## Riva Auto SAS

### riparazione biciclette

Via Don Guanella 5

20128 Milano

Tel.: 02 2576591

[info@rivaauto.com](mailto:info@rivaauto.com)

so pianeggiante di 32 km più breve salita panoramica per chi se la sente.  
*Proposta di: Silvia Malaguti e Franca Balloni, cell.333-4628960, silviama@katamail.com*

## Ciclistica



Domenica 13 Marzo

### Cicloscalata 6 - Colli Piacentini: Passo Calderola

Per buona parte del percorso staremo in quota sul crinale dei colli che separano la Val Trebbia dalla Val Tidone. Possibilità di visita dei castelli di Rivalta e di Agazzano. Dislivello di circa 800 m. *Proposta di: Domenico Luchetti, Ignazio Scarlata, ab.02-29521547 [DL], 02-3536418 [IS] (21-22), cell.328-4653638 [IS] (18-21), domenico.luchetti@luditsrl.com, scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

## Mountain Bike



Domenica 13 Marzo

### I laghi minori del varesotto

Tra il lago di Comabbio e quello di Monate, lungo vecchie strade e piccole valli dall'aspetto quasi svizzero. *Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com*

## In città

Martedì 15 Marzo

### CicloHappyHour

Presso Tastari Ristorante mediterraneo, corso Garibaldi, 59. h19,00 *Dettagli seguono sul sito o in segreteria.*

Per tutte le iniziative  
 verificate gli aggiornamenti:  
[www.ciclobby.it](http://www.ciclobby.it)  
 segreteria 02-69.31.16.24  
 mar-ven h 17-19 sab h 10,30-12

## In sede

Venerdì 18 Marzo

### BiciMondo: Se la scuola avesse le ruote

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

## Ciclomanifestazione

Domenica 20 Marzo

### Bicinfesta di Primavera festeggia i suoi 25 anni

Il nostro grande, tradizionale appuntamento primaverile partirà da via Dante e terminerà al Parco di Trenno (Come Gorlini). Due ore di passeggiata in bici in compagnia di Aldo, Giovanni e Giacomo e di alcuni testimonial degli anni passati, Filippa Lagerback, Gianni Biondillo, Maurizio Nichetti. Al termine musica, ballo, premi e ristoro. Iscrizioni dal 12 marzo al gazebo Ciclobby in via Dante, oppure in sede. Per i dettagli consultare [www.ciclobby.it](http://www.ciclobby.it).

## Ciclistica



Domenica 27 Marzo

### Da Tirano a Colico

Percorreremo la strada dei vigneti di Sassella, Grumello, Fracia, Sforsat. Poi il sentiero Valtellina. *Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578*

## Evento FIAB

Domenica 27 Marzo

### Giornata FAI di primavera. Monumenti aperti.

Le associazioni FIAB organizzeranno pedalate per raggiungere i luoghi delle visite guidate. *Per Milano: donata @lemmari.it*

## Cicloturistica



Domenica 27 Marzo

### Gita a Fidenza e Cremona

Percorso di tutta pianura sull'argine del Po in parte su terreno non asfaltato. *Proposta di: Raffaele Peccioli, cell.339 8236496, raffaele\_p@libero.it*

## Cicloturistica



Domenica 27 Marzo

### Da Pavia a Milano

Lungo il Ticino ed il Naviglio. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

## Cicloturistica



Domenica 27 Marzo

### Quelle boscoso colline affacciate sul Comabbio

La gita si snoda in un percorso simpaticamente agile e panoramico. Ottimo il livello estetico delle vedute sul lago di Varese e il lago di Comabbio. *Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastuemail.it*

## Milano Arte

Domenica 27 Marzo

### Milano tra Visconti e Sforza

h 10.15, Piazzetta Reale *Proposta di: Arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it*

## In sede

Giovedì 31 Marzo

### BiciMondo: Da Mosca a Bergamo in bicicletta

Pedalata sul percorso della ritirata degli Alpini nella campagna di Russia della seconda guerra mondiale. Racconto ed immagini di Vincenzo Gamba. h 21.00, Sede Ciclobby *Proposta di: Maria Gabriella Berti*

## Evento FIAB

Sabato 2 Aprile - Domenica 3 Aprile

### Assemblea Ordinaria Fiab a Modena

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

MILANO PEDALA

Corso Garibaldi 65-71 Milano 02.804960 [www.rossignoli.it](http://www.rossignoli.it)

girolibero 

CONVENZIONE  
SOCI FIAB:  
SCONTO  
10%

# VACANZE FACILI IN BICICLETTA

OLTRE 150 DESTINAZIONI IN EUROPA  
ALLA SCOPERTA DELLE  
PIÙ BELLE PISTE CICLABILI

- hotel selezionati
- bicicletta a noleggio
- trasporto bagaglio da hotel a hotel
- cartografia e info dettagliate
- assistenza telefonica

Richiedi  
il catalogo gratuito  
[www.girolibero.it](http://www.girolibero.it)  
tel. 0444 323639

NUMERO VERDE  
**800-190510**

## Cicloturistica



Domenica 3 Aprile

### Polenta e Brasato a Truccazzano

Gita mangereccia per gli amanti della semplice cucina lombarda. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani. Iscrizione entro 26/03*

## Ciclistica



Domenica 3 Aprile

### Cicloscalata 7 - Alpe Agueglio e Rifugio Cainallo

Godremo di stupende vedute sul Lago di Como, Alpi svizzere, Grigna e Legnone man mano che l'orizzonte si allarga tornante dopo tornante. Salita facoltativa fino al Vo' di Moncodeno (1436 m). Dislivello di circa 1150 (o 1350) metri. *Proposta di: Domenico Lucchetti, Ignazio Scarlata, ab.0229521547 [DL], 023536418 [IS] (21-22), cell.3284653638 [IS] (18-21), domenico.lucchetti@luditsrl.com, scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

## Cicloturistica



Domenica 3 Aprile

### Ricomincio da Tre - anno terzo: seconda puntata

Escursione a Morimondo.

*Proposta di: Maurizio Grassi, ab.02 690007295, cell.338 2896589, mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it*

## In sede

Giovedì 7 Aprile

### BiciMondo: Manuale di resistenza del ciclista urbano

La bicicletta è una risorsa preziosa per trasformare le città e ridurre l'inquinamento, migliorando la salute delle persone. Molti vorrebbero andare in bici a scuola o al lavoro, ma in una città metropolitana o comunque abbastanza trafficata, non sanno da dove iniziare. Luca Conti, con il suo libro "Manuale di resistenza del ciclista urbano" (Ediciclo Editore) - con una buona dose di ironia - spiega come fare, partendo dall'esperienza personale accumulata negli anni. Conduce la serata Eugenio Galli. **h 21.00, Sede Ciclobby** *Proposta di: Maria Gabriella Berti*

## Cicloturistica



Domenica 10 Aprile

### Verso il Lago d'Iseo

*Proposta di: Raffaele Peccioli, cell.339 8236496, raffaele\_p@libero.it*

## Cicloturistica



Domenica 10 Aprile

### La via verde da Pizzighettone a Romano di Lombardia

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

## Ciclistica



Domenica 10 Aprile

### Oltrepò Pavese e Val Tidone

Vedremo le viti in fiore sulle colline, poi i panorami della Val Tidone. *Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578*

## Percorsi di Arte e Storia

Domenica 10 Aprile

### Da Piazza Cordusio a Foro Bonaparte

A fine Ottocento la borghesia al potere trasforma il centro di Milano a sua immagine e somiglianza. Nei nuovi spazi urbani che collegano piazza Du-

mo con il Castello lavorano alcuni dei più importanti professionisti dell'epoca, tra cui Broggi e Pirovano. **Ritrovo h 10.00, Piazza Cordusio (davanti alla statua di Parini)** *Proposta di: arch. Pierfrancesco Sacerdoti*

### In sede

Giovedì 14 Aprile

#### Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby

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

### Percorsi di Arte e Storia

Venerdì 15 Aprile

#### Le residenze milanesi della famiglia Belgiojoso

Breve percorso cittadino nella Milano neoclassica con visita al Palazzo Belgiojoso e villa Belgiojoso-Bonaparte di cui si possono visitare anche gli interni. **Ritrovo h 15.00, Piazza San Babila (fontana) Partenza alle 15.10.**

*Proposta di: Alba Salvi, albasalvi@tiscali.it*

### In sede

Venerdì 15 Aprile

#### Consigli per l'acquisto della bicicletta e non solo

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

### Ciclovacanza

Sabato 16 Aprile - Domenica 17 Aprile

#### Città d'Arte: Ferrara, la sua arte e i suoi sapori

Dalle torri del castello estense al fiume Po. Per l'Accordo FIAB - Consorzio Circuito Città d'Arte della Pianura Padana, con gli Amici della Bici Ferrara e con l'appoggio dell'Amministrazione Comunale, percorreremo in bicicletta le vie cittadine, le strade di campagna, gli argini, fra opere d'arte e bellezze naturali delle terre de "Il Mulino del Po". Fra una pedalata e l'altra assaggeremo i prodotti tipici ferraresi ed assisteremo alla presentazione di Michele Marziani del libro "La signora del Caviale" (Ed. Cult). *Proposta di: Mariella Berti, ab.02.29526102, cell.3487815237, mariagabriella.berti@libero.it.* Iscrizione entro 19/02

### In città

Sabato 16 Aprile

#### Alla scoperta delle nuove ciclabili milanesi

Ritornano gli appuntamenti con la "Coperta Scucita". Ci troviamo per verificare con "ruota" lo stato delle piste e corsie milanesi. Itinerario cittadino a sorpresa in relazione allo stato di avanzamento dei cantieri. **Partenza alle 15.00, rientro alle 18.00, p.za Duca d'Aosta angolo via V. Pisani** *Proposta di: Valerio Montieri, uff.3286750782, 0229517888, valerio.montieri@ferranteassociati.it*

### Ciclistica

Domenica 17 Aprile

#### Da Santhià a Milano

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

### Cicloturistica

Domenica 17 Aprile

#### Affacciati sul Trebbia, costeggiando il Nure

Il percorso si snoda nella verde campagna piacentina che costeggia il Treb-

bia. Particolarmente eccitante e spettacolare è la discesa che da Ponte dell'Olio a Rivergaro consente di lasciarsi trasportare cullati da un susseguirsi di curve e ondulazioni stradali piacevoli e coinvolgenti. *Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it*

### Mountain Bike

Domenica 17 Aprile

#### La spina verde Comasca

Da Como alla Brianza, il wilderness in piena Lombardia in un percorso ab-bordabile ma divertentissimo. *Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com*

### Ciclistica

Domenica 17 Aprile

#### Cicloscalata 8 - Vista sul Lago di Como

Salita a San Grato dove mangeremo e prenderemo il sole con vista sul lago (altitudine 900 m). Possibilità di salire fino all'Alpe Giumello per i più allenati (altitudine 1531 m). Dislivello di circa 900 (o 1450) metri. *Proposta di: Estelle Campion, annunci@ciclobby.it*

### Milano Arte

Domenica 17 Aprile

#### Milano attraverso i suoi simboli

**h 10.15, Piazzetta Reale** *Proposta di: arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it*

### In città

Martedì 19 aprile

#### CicloHappyHour

Presso Tastari Ristorante mediterraneo, corso Garibaldi, 59. **h19,00** *Dettagli seguono sul sito o in segreteria.*

### Cicloturistica

Lunedì 25 Aprile

#### Bergamo Sincino Lodi

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

### Evento FIAB

Lunedì 25 Aprile

#### Resistere, pedalare, resistere

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



km 50  
70% sterrato



km 35  
5% sterrato



km 90  
5% sterrato

Per tutte le iniziative  
verificate gli aggiornamenti:  
[www.ciclobby.it](http://www.ciclobby.it)  
segreteria 02-69.31.16.24  
mar-ven h 17-19 sab h 10.30-12



### CICLI COSS

Bottega storica dal 1945

Produzione propria  
Vendita delle migliori marche

v. Canaletto 1, (ang. p. Guardi)  
20133 Milano  
tel: 02 70102358 fax: 02 70102358  
[www.ciclicoss.it](http://www.ciclicoss.it)



# Olanda

## paradiso delle biciclette!

Con il suo territorio pianeggiante e 22.000 km di piste ciclabili, l'Olanda è il paese della bicicletta per eccellenza.

Noleggiando le biciclette in più di 100 stazioni ferroviarie, non rimane che partire alla scoperta dell'Olanda sulle due ruote.

Guidati da una semplice ed eccellente segnaletica, scoprirete che in Olanda la bicicletta non è solo un mezzo di trasporto ma un vero e proprio stile di vita.



www.holland.com

## In sede

Giovedì 28 Aprile

### BiciMondo: Viaggio in bicicletta sulla via della seta

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

## Ciclistica



km 120

Domenica 1 Maggio

### Le Risaie del Novarese e della Lomellina

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

## Cicloturistica



km 40

Domenica 1 Maggio

### Sulla strada dei frati Cistercensi ed Umiliati

Questo giro ci permetterà di svelare antichi misteri delle abbazie. *Proposta di: Stefano Pozzoli, ab.0266804796, cell.3382164248, pozzolistefano73@alice.it*

## Cicloturistica



km 60

Domenica 1 Maggio

### Ricomincio da Tre - anno terzo: terza puntata

Alla scoperta del canale Villoresi. *Proposta di: Maurizio Grassi, mauriliopatrio@fastwebnet.it*

## Ciclistica



km 75

Domenica 1 Maggio

### Cicloscalata 9 - Gola dell'Enna, Val Taleggio e Culmine San Pietro

Famosa per la produzione del formaggio, la Val Taleggio si distingue per un ambiente naturale quasi intatto che trova la sua massima esaltazione nella Gola dell'Enna: un torrente che fluisce tortuosamente a valle in una stretta spaccatura della roccia, scavalcata più volte in una serrata sequenza di ponti. Dislivello di circa 1100 m. *Proposta di: Ignazio Scarlata, ab.02-3536418 (21-22), cell.328-4653638 (18-21), scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

## In sede

Venerdì 6 Maggio - Venerdì 27 Maggio

### Corso di manutenzione e riparazione della bicicletta: livello base

Da venerdì 6 maggio e per quattro venerdì consecutivi tecnici esperti di Ciclobby insegneranno ai principianti del "fai da te" come eseguire la manutenzione della propria bici e le riparazioni di emergenza. Prenotazione obbligatoria, posti limitati. **h 21.00, Sede Ciclobby** *Proposta di: Gruppo meccanici corso manutenzione*

## Evento FIAB

FIAB

Domenica 8 Maggio

### Bimbimbici, in tutte le città italiane - 12ª edizione

È la più importante manifestazione nazionale della FIAB, tutta dedicata ai più piccoli, fino agli 11 anni. A Milano bicicletta di 1 ora per le vie del centro, partendo dai Giardini Pubblici di corso Venezia. Al termine un breve concerto tenuto dai bambini della scuola musicale "L'albero della Musica". *Per i dettagli consultare i siti www.ciclobby.it e www.bimbimbici.it.*

## In sede

Martedì 10 Maggio

### Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby

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

## Cicloturistica



Domenica 15 Maggio

### Gita al Lago di Mergozzo e Lago d'Orta

Proposta di: Raffaele Peccioli, cell.339 8236496, raffaele\_p@libero.it

## Cicloturistica



Domenica 15 Maggio

**Gita al Santuario di Caravaggio** Proposta di: Massimo Dossi, Ivano Dell'Olio, ivano.delloio@email.it

## Ciclistica



Domenica 15 Maggio

### Gita da Ponte San Pietro a Piazza Brembana

Percorso su pista ciclabile ex ferrovia con tante gallerie ben illuminate. Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

## Ciclistica



Domenica 15 Maggio

### Cicloscalata 10 - Parco Naturale Alta Valsesia: Pendici del Monte Rosa

Godremo uno spettacolare panorama sulla parete sud del Monte Rosa, sulla cui sommità (Punta Gnifetti, 4554 m) è evidente il rifugio Capanna Regina Margherita. Visiteremo il Museo Walser di Alagna (casa risalente al 1628) e il Sacro Monte di Varallo, patrimonio mondiale dell'umanità (UNESCO). Dislivello di circa 1350 m (riducibile a 1200 m). Proposta di: Ignazio Scarlata, ab.02-3536418 (21-22), cell.328-4653638 (18-21), scarlata.ignazio@fastwebnet.it. Iscrizione entro 12/05

## Mountain Bike



Domenica 15 Maggio

### In MTB con i vostri ragazzi

Un percorso facile e pianeggiante nel nord ovest milanese, per ragazzi e ragazze sportivi dai 6 anni in su, sicuro perché lontano dalla viabilità ordinaria, e con diverse tappe interessanti: i fontanili, antiche risorgive della pianura padana, le cascate con gli allevamenti di bovini, l'oasi del WWF di Vanzago. Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com

## Milano Arte

Domenica 15 Maggio

### Milano sull'acqua

Dalle 10.15, Piazzetta Reale Proposta di: arcb, Gianfranco Rocculi, Marialisa Bonivento, bonivento@libero.it

## In città

Martedì 17 Maggio

### CicloHappyHour

Presso Tastari Ristorante mediterraneo, corso Garibaldi, 59. **h 19,00** Dettagli seguono sul sito o in segreteria.

## Cicloturistica



Domenica 22 Maggio

### Mirabello di Pavia

Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

## Cicloturistica



Domenica 22 Maggio

### Dal lago di Mezzola alle coste del fiume Liro

La gita ci consente di usufruire della pista ciclabile che da Colico va a Chiavenna. Interessanti le varianti lungo il fiume Mera e Liro. Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it

## Mountain Bike



Domenica 22 Maggio

70% sterrato

### In MTB dal parco di Monza al parco di Montevecchia

Gita in mtb che dallo sterrato lungo le rive del Lambro, in zona parco di Monza, porta all'ingresso del parco di Montevecchia in località Barriano (Missaglia); ritorno poi a Monza seguendo lo stesso itinerario a ritroso. Necessaria una minima dimestichezza con la mtb, per la presenza di qualche breve passaggio tecnico. Proposta di: Marco Natangelo, cell.3473380543, metallino@tiscali.it

## Ciclistica



Domenica 22 Maggio

### Appennino Parmense

I piacevoli panorami Emiliani. Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578

## Evento FIAB

FIAB

Domenica 22 Maggio

### Bicitalia Day

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

## Ciclomaniestazione

Domenica 22 Maggio

### Vuoi la Pace? Pedala!

Accoglieremo cortei di ciclisti provenienti dai Comuni di tutta la Provincia e li accompagneremo in piazza Duomo per lo STAND UP! della pace sugli Obiettivi del Millennio. Appuntamenti in periferia, da definire. Proposta di: Donata Schiannini e Guia Biscaro, guida.biscaro@tiscali.it

## Percorsi di Arte e Storia

Domenica 22 Maggio

### Case popolari a Milano: 1900-1940

Nei primi anni del Novecento un fecondo periodo di sperimentazione sui quartieri per l'edilizia popolare: dai pionieristici interventi di via Solari e via Mac Mahon, fino alle innovative realizzazioni degli architetti razionalisti ne-



# È NATA LA PULCE CICLISTA



In oro 18kt  
e argento 800/1000

Dimensione del ciordolo:  
11 mm

## SCOPRI LE PULCI® E IL LORO MONDO

nelle migliori gioiellerie della città



U-CHIC MILANO  
via Meravigli • Milano • Italia • www.uchic.it



9788879552271 160 PAGINE • € 10,00  
9788879552288 160 PAGINE • € 10,00  
9788879552226 160 PAGINE • € 10,00  
9788879552486 144 PAGINE • € 10,00  
9788879552479 144 PAGINE • € 10,00



9788879541138 192 PAGINE • € 10,00  
9788879541329 160 PAGINE • € 10,00  
9788879541336 144 PAGINE • € 10,00  
9788879552165 176 PAGINE • € 10,00  
9788879552042 160 PAGINE • € 10,00

## ITINERARI-MILANOEXPO

tel. 02 92101849 ▶ postmaster@modernpublishing.eu



9788879552264 160 PAGINE • € 10,00  
9788879551922 192 PAGINE • € 10,00  
9788879551991 160 PAGINE • € 10,00  
9788879552035 180 PAGINE • € 10,00  
9788879551984 112 PAGINE • € 10,00

NELLE MIGLIORI LIBRERIE

gli anni trenta. Ritrovo h 10.00, Parco Solari (davanti alla piscina) Proposta di: arch. Pierfrancesco Sacerdoti

## In sede

Venerdì 27 Maggio

### BiciMondo: Cambogia tra riso e sorrisi

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

## Ciclovacanza



Sabato 28 Maggio - Domenica 5 Giugno

5% sterrato

### Sicilia: tra terra e mare sino a Favignana, farfalla del mediterraneo

Palermo, Scopello, Segesta, Erice, Trapani, Favignana, Marsala, Sciacca, Agrigento, Palermo. Proposta di: Stefania Maffei, Alberto Peracchi, cell.338-4294284 (ore serali), maffei.ste@libero.it. Iscrizione entro 31/03

## In città

Sabato 28 Maggio - Domenica 29 Maggio

### Fiab Ciclobby alla festa di via Padova

Con le nostre biciclette a "Via Padova è meglio di Milano" per conoscere un quartiere di cui spesso si parla senza conoscerlo. donata@lemmari.it.

## Cicloturistica



Domenica 29 Maggio

10% sterrato

### Bergamo Ponteranica Sombreno Milano

Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

## Cicloturistica



Domenica 29 Maggio

20% sterrato

### Ricomincio da Tre - anno terzo: quarta puntata

Biodiversità nel Parco delle Groane. Proposta di: Maurilio Grassi, mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it

## Cicloturistica



Domenica 29 Maggio

10% sterrato

### Alla ricerca dei 3 laghi

Questo giro ci permetterà di andare alla scoperta di 3 laghi e di uno strano museo. Proposta di: Stefano Pozzoli, ab.02 66804796, cell.3382164248, poz-zolistefano73@alice.it

## Ciclovacanza



Giovedì 2 Giugno - Domenica 5 Giugno

### Tra scogli e cipressi, etruschi e miracoli

Pedaleremo nel cuore della storia toscana: gli etruschi, la lavorazione del ferro, le affascinanti necropoli di un popolo che, non a caso, amò questo lembo di terra. Attraverso dune sabbiose ed ombrose pinete si giungerà a Pisa, storica città marinara che ci incanterà con la sua piazza, le torri medioevali, le chiese romaniche riflesse nell'Arno. Proposta di: Marcella Chiavacini (di Livorno) e Mariella Berti, ab.02-29526102 [MGB], cell.348-7815237 [MGB], mariagabriella.berti@libero.it. Iscrizione entro 21/03

## Ciclistica



Giovedì 2 Giugno

5% sterrato

### Bergamo Clusone e ritorno

Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

**Cicloturistica**

Domenica 5 Giugno

**Tra le colline moreniche del Garda**

Visiteremo anche il borgo di Castellaro Lagusello che sorge su un'altura prospiciente un piccolo lago a forma di cuore e potremo ammirare le colline dell'anfiteatro morenico del Garda a pochi chilometri dalle sponde del lago. *Proposta di: Raffaele Peccioli, cell.339 8236496, raffaele\_p@libero.it*

**Cicloturistica**

Domenica 5 Giugno

**Gita lungo il fiume Toce**

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

**Cicloturistica**

Domenica 5 Giugno

**Accompagnati dai flussi dell'Adda**

Il percorso si snoda lungo il parco dell'Adda. Ne apprezzeremo il verde, il sobrio defluire del fiume Adda e del Canale Muzza, e l'ampia distesa della pianura che ci consente di scorazzare in libertà. *Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it*

**In sede**

Giovedì 9 Giugno

**Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby**

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

**Cicloturistica**

Domenica 12 Giugno

**Le cascate di San Giulio**

Questa gita ci permetterà di vedere cascate sconosciute e poi un'oasi naturale molto bella. *Proposta di: Stefano Pozzoli, ab.02 66804796, cell.3382164248, pozzolistefano73@alice.it*

**Cicloturistica**

Domenica 12 Giugno

**Bergamo Sarnico Chiari**

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

**Ciclistica**

Domenica 12 Giugno

**Cicloscalata I I - Panoramica Zegna e Santuario di Oropa**

Il Santuario della Madonna di Oropa, il cui Sacro Monte è patrimonio mondiale dell'umanità (UNESCO), è collocato in un anfiteatro naturale montano di assoluta bellezza. La strada "Panoramica Zegna", la cui costruzione si deve al famoso imprenditore tessile, attraversa l'omonima Oasi. Dislivello di circa 2150 m (riducibile a 1450 m). *Proposta di: Ignazio Scarlata, ab.02-3536418 (21-22), cell.328-4653638 (18-21), scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

**Mountain Bike**

Domenica 12 Giugno

**Lessona e la bassa Valle Mosso**

Il Biellese è delimitato ad est da vaste aree boschive dove la mano dell'uomo è ancora rara. Sulle tracce del percorso di gara della locale gran fondo di Mountain bike. *Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com*

**Percorsi di Arte e Storia**

Domenica 12 Giugno

**Novocento e Razionalismo tra piazza Cavour e piazza della Repubblica**

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

**Evento FIAB**

FIAB

Giovedì 16 Giugno - Domenica 19 Giugno

**XXIV Cicloraduno Nazionale FIAB a Torino**

Soci di tutte le associazioni FIAB si incontreranno nel torinese per pedalare assieme per 4 giorni attraverso gli angoli più nascosti e sorprendenti del Piemonte. *info@fiab-onlus.it*

**Ciclistica**

Domenica 19 Giugno

**Da Vercelli a Milano**

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

**Ciclistica**

Domenica 19 Giugno

**Il Passo della Cisa**

Visiteremo Pontremoli con colazione al caffè degli Svizzeri, poi il Duomo di Bertico ed infine la lunga discesa per Fidenza. *Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578*

**Milano Arte**

Domenica 19 Giugno

**Milano Spagnola**

**h 10.15, Piazzetta Reale** *Proposta di: Arch. Gianfranco Rocculi, Maria Luisa Bonivento, bonivento@libero.it*

**Ciclomaniifestazione**

Martedì 21 Giugno

**CicloVestate**

Un'occasione di incontro in allegria per festeggiare l'arrivo dell'estate e alla scoperta della cintura verde a nord-ovest di Milano. Nel giorno più lungo dell'anno, con più gruppi di ciclisti e seguendo itinerari diversi, ci avventureremo alla scoperta della città di Milano e della sua cintura verde e agricola, dei suoi parchi... **Partenze verso le ore 18, in diversi luogi, da definire.**



V.le E.Caldara 6  
20135 MILANO  
(02-55013248)

Via Vigevano, 11  
20144 MILANO  
(02-89403642)

V.le E Caldara 37  
20135 MILANO  
(02-5450966)

V.le Corsica, 86  
20137 MILANO  
(02-43119852)

P.zle Susa 7  
20100 MILANO  
(02-87391899)

Facebook: Silvestrini Bicilette  
www.silvestrini.com  
silvestrini\_1@libero.it

## Percorsi di Arte e Storia

Sabato 25 Giugno

### La silenziosa fatica delle cariatidi

Una rassegna di cariatidi e telamoni che sorreggono balconi e tetti, partendo dai più celebri, i poveri schiavi di Via degli Omenoni. **Ritrovo h 08.00, piazza della Scala** *Proposta di: Anna Pavan*

## Cicloturistica



Domenica 26 Giugno

5% sterrato

### I castelli del Canavese (primo giro)

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

## Cicloturistica



Domenica 26 Giugno

### Ricomincio da Tre - anno terzo: quinta puntata

Agazzano, Travo, Rivergaro: paesi a misura di Bicicletta. *Proposta di: Maurizio Grassi, mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it*

## Ciclistica



Domenica 26 Giugno

65% sterrato

### Cicloscalata 12 - Alta Val di Susa:

#### Colle Finestre e Strada Assietta

Giro spettacolare e molto impegnativo. Si inizia con la salita al Colle delle Finestre, per poi scendere a Pian dell'Alpe e continuare sulla cresta tra la Val di Susa e la Val Chisone (Strada dell'Assietta), valicando in saliscendi parecchi colli sempre sopra ai 2300 m (dislivello di 2780 m). Possibili altri due itinerari meno impegnativi. *Proposta di: Domenico Luchetti, Ignazio Scarlata, ab.0229521547 [DL], 023536418 [IS] (21-22), cell.3284653638 [IS] (18-21), domenico.luchetti@luditsrl.com, scarlata.ignazio@fastwebnet.it.* Iscrizione entro 23/06

## Cicloturistica



Domenica 26 Giugno

### Pedalando allegramente in Valtellina

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

## In sede

Giovedì 30 Giugno

### BiciMondo: Tasmania: fra canguri, wombat e opossum

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

## Ciclovacanza



Sabato 2 Luglio - Domenica 3 Luglio

5% sterrato

### Dal Pizzo Bernina... ai pizzocheri

Con il famoso trenino rosso del Bernina scopriremo la Val Poschiavo fino alla Valtellina. Non mancherà un bel piatto di pizzocheri. *Proposta di: Stefano Pozzoli, ab.02-66804796, cell.338-2164248, pozzolistefano73@alice.it.* Iscrizione entro 12/06

## Cicloturistica



Domenica 3 Luglio

20% sterrato

### Lecco - Milano

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Pietro Soprani*

# UNA CASCATA DI IDEE E CONSIGLI PER IL TUO ANGOLO VERDE

Giardinaggio è la rivista per gli appassionati del verde. Offre consigli e indicazioni pratiche per progettare e arredare il giardino e il terrazzo.



Solo per gli iscritti  
a CICLOBBY  
abbonamento 2011  
a soli € 27,00  
anzichè € 36

Per l'abbonamento invia una mail a [abbonamenti@bema.it](mailto:abbonamenti@bema.it) o un fax 02/27000692

**Cicloturistica**km 70  
5% sterrato

Domenica 10 Luglio

**Gita da Tirano a Morbegno**Proposta di: *Vinicio Bevilacqua, Pietro Soprani***Mountain Bike**km 80  
70% sterrato

Domenica 10 Luglio

**Il sentiero Novara**

Itinerario nella collina novarese, lungo un percorso segnalato, alla scoperta di dolci declivi e aree sorprendentemente poco "civilizzate" intorno alla riserva naturale del Monte Fenera. *Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com*

**Ciclistica**km 100  
30% sterrato

Domenica 10 Luglio

**Cicloscalata 13 - Val Seriana e Passo della Presolana**

Risaliremo al Fiume Serio fino a Clusone lungo la ciclabile per proseguire poi fino al Passo della Presolana. Dislivello di circa 1000 m. *Proposta di: Enrico Spanò, cell.3395033572*

**In sede**

Martedì 12 Luglio

**Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby**

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

**Ciclovacanza**km 65 tot  
30% sterrato

Sabato 16 Luglio - Domenica 17 Luglio

**Cicloscalata 14 - Alta Val di Susa: Rifugio Levi e Sentiero Balcone**

Sabato da Salbertrand (1000 m) si sale su asfalto passando per Eclause e si raggiunge il Rifugio Levi-Molinari (1850 m). Domenica si scende per la stessa strada, deviando poi per Moncellier e Frenée su asfalto e poi su sterrato. Sosta a 2200 m presso le rovine di un forte poi si scende sempre su sterrato. Si continua sul "Sentiero Balcone" in falsopiano, arrivando a Frejus e da qui a Bardonecchia. Dislivello di circa 2000 m. *Proposta di: Bruno Azzaldi, cell.3317315107, tfa@fastwebnet.it. Iscrizione entro 12/06*

**Ciclistica**km 110  
10% sterrato

Domenica 17 Luglio

**Cremona Pizzighettone Milano**Proposta di: *Vinicio Bevilacqua, Pietro Soprani***Milano Arte**

Domenica 17 Luglio

**Milano tra il vero e il falso**

h 10.15, Piazzetta Reale *Proposta di: Arch. Gianfranco Rocculi, Maria Luisa Bonivento, bonivento@libero.it*

**Cicloturistica**km 90  
5% sterrato

Domenica 24 Luglio

**Tra i laghi della Brianza**

Tradizionale gita con la possibilità di andare anche in canoa sul lago di Pusiano. *Proposta di: Vanna Bartesaghi, cell.389 6797311, vanna.bartesaghi@libero.it*

**Ciclistica**

km 90

Domenica 24 Luglio

**Dalla terra dei funghi porcini al Mar Ligure**

Una bella ciclabile tra Ostia Parmense e Borgotaro, il borgo antico di Varese Ligure ed il mare. *Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578*

**Ciclistica**km 110  
5% sterrato

Domenica 31 Luglio

**Da Stresa a Milano**Proposta di: *Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani***Cicloturistica**km 65  
20% sterrato

Domenica 31 Luglio

**Gita fra i vigneti**Proposta di: *Raffaele Peccioli, cell.339 8236496, raffaele\_p@libero.it***Ciclistica**km 110  
5% sterrato

Domenica 7 Agosto

**Al castello di Belgioioso**Proposta di: *Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani***Ciclistica**

km 90

Domenica 7 Agosto

**Lago e Collina**

Costeggiando il Lago d'Iseo fino a Lovere e dopo la piacevole salita a Clusone. *Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578*

**Cicloturistica**km 80  
5% sterrato

Domenica 14 Agosto

**A Biella alta da Santhià a Vercelli**

Possibilità di andare a visitare il Recetto di Candelo. *Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Pietro Soprani*

**Cicloturistica**km 80  
5% sterrato

Domenica 28 Agosto

**Da Peschiera a Mantova**Proposta di: *Vinicio Bevilacqua, Pietro Soprani***Cicloturistica**km 80  
5% sterrato

Domenica 4 Settembre

**Abbazia dei Santi Nazzaro e Celso, castello Rovasenda**Proposta di: *Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

# Basilicata Puglia

## il Sud in bicicletta Viaggi di gruppo e in libertà

# 2011

### Puglia e Basilicata

Tour Siti UNESCO

Castel del Monte - Matera - Alberobello

a partire da € 490,00

7 notti + 4 cene

### Basilicata

Matera e la Magna Grecia

a partire da € 490,00

7 notti + 4 cene

### Puglia e Basilicata

Sassi e Trulli

a partire da € 450,00

7 notti

### Basilicata

Bici week end nei Sassi di Matera

a partire da € 290,00

3 notti + 1 cena + noleggio bici

Richiedici le date **GRUPPI**,  
dettagli, info

ferulaviaggi.it  
bikebasilicata.it  
info@ferulaviaggi.it  
info@bikebasilicata.it

Prenota ora!

-50 euro  
a chi prenota  
prima del  
30 Aprile

- guide ciclistiche - trasporto bagagli
- noleggio bici - assistenza tecnica
- roadbooks e mappe - tracce gps
- servizio navetta

bikebasilicata

ferulaviaggi



via Cappelluti, 34 - MATERA

T/F 0835.336572

aut. prov. MT n. 179 del 07/02/2005

### Cicloturistica

Domenica 4 Settembre

#### Il Villoresi e il Parco di Monza

Attraverso il Parco Nord e le piste ciclabili di Cusano Milano e Paderno Dugnano, raggiungeremo la Villa Bagatti Valsecchi di Varedo. Percorreremo la ciclabile, di recente realizzazione, lungo il Canale Villoresi arriveremo al Parco di Monza, ove si farà una piacevole passeggiata! Stesso percorso per il rientro. *Proposta di: Marisa Scaffidi e Paola Galbusera, cell. Marisa 3474001448, arcobaleno170@hotmail.com*



### Cicloturistica

Domenica 4 Settembre

#### La giornata della cultura ebraica

Programma da definire a seconda delle manifestazioni previste. *Proposta di: Aurelio Giuseppe Heger, cell. 337361818, auriheber@alice.it*



### Evento FIAB

Domenica 4 Settembre - Giovedì 8 Settembre

#### Ti-Bre Dolce - Bicistaffetta 2011

Variante Tirrenica della Ciclopista del Sole: Veneto - Lombardia - Emilia - Liguria - Toscana. *info@fiab-onlus.it*

FIAB

### In sede

Giovedì 8 Settembre

#### Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby

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

### Cicloturistica

Sabato 10 Settembre

#### Bici In Campo - in giro attorno all'Expo 2015

Attorno ad Expo c'è un territorio vivo da scoprire e da far conoscere: un tour in bici fra cascine, campi, e parchi. Si pedalerà lungo i confini frastagliati tra città e campagna, tra spazi vuoti e limiti urbani, si scopriranno realtà agricole incunee tra tangenziali e nuove infrastrutture, per arrivare al sito del progetto più importante e controverso dei prossimi anni. Insomma, sarà una vera e propria esplorazione per ciclisti avventurosi! *Proposta di: Guida Biscaro, Valerio Montieri, cell. 3398909614, 3286750782, valerio.montieri@ferranteassociati.it; guida.biscaro@tiscali.it*



### Ciclistica

Domenica 11 Settembre

#### Paesaggi dell'Oltrepò e della Lomellina

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*



### Cicloturistica

Domenica 11 Settembre

#### La Valganna e la Valmarchirolo

Pedaleremo lungo la vecchia sede ferroviaria della Valmarchirolo tra ponti e gallerie, vedremo il maglio di Ghirla e poi visiteremo la fabbrica della cioccolata. *Proposta di: Stefano Pozzoli, ab. 02-66804796, cell. 338-2164248, pozzolistefano73@alice.it*



### Mountain Bike

Domenica 11 Settembre

#### Il parco delle Colline di Brescia

A pochissimi chilometri da Brescia, ci perdiamo tra colline silenziose e poco abitate su un tracciato in parte sperimentato da una manifestazione di



gran fondo MTB. *Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com*

## Evento FIAB

FIAB

Venerdì 16 Settembre - Giovedì 22 Settembre

### Lombardiainbici - 8ª edizione

In occasione della Settimana Europea della mobilità sostenibile, decine di eventi in tutta la Lombardia, con il coordinamento di FIAB, coinvolgono associazioni ed enti che si riconoscono nell'uso della bicicletta per migliorare traffico e ambiente. *lombardiainbici@fiab-onlus.it*

## Evento FIAB

FIAB

Venerdì 16 Settembre - Domenica 18 Settembre

### Giro di Lombardia

Nell'ambito di Lombardiainbici, FIAB propone un giro a tappe che toccherà alcune città d'arte lombarde: Brescia, Cremona e Lodi. Arrivo il 18 a Milano. *lombardiainbici@fiab-onlus.it*

## Percorsi di Arte e Storia

Sabato 17 Settembre

### Luoghi recuperati: riservato a chi più ama Milano!

Il tradizionale appuntamento annuale con luoghi restaurati e tornati al primitivo splendore. *Ritrovo h 09.45, largo Richini* *Proposta di: Anna Pavan*

## Milano Arte

Domenica 18 Settembre

### Milano napoleonica

*h 10.15, Piazzetta Reale* *Proposta di: Arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it*

## Evento FIAB

FIAB

Lunedì 19 Settembre - Sabato 24 Settembre

### Pacifica

Alcune associazioni FIAB pedaleranno verso Perugia Ponte San Giovanni arrivando sabato 24, per poi risalire tutti insieme gli ultimi 6 o 7 chilometri con bandiere FIAB e arcobaleno, partecipando alla marcia Perugia-Assisi del giorno successivo. *info@fiab-onlus.it*

## In sede

Giovedì 22 Settembre

### BiciMondo: I castelli della Loira - Cicloturismo a largo raggio: istruzioni per l'uso

Consigli, suggerimenti pratici e organizzativi per aiutare chi ama la bicicletta a diventare un vero "cicloturista". Come spunto un itinerario ormai classico: "I castelli della Loira", riscoperto attraverso gli scatti di una famiglia di ciclofotografi - madre, padre, figlia. Con la poesia, l'arte e la natura della "douce France" da Orleans all'Atlantico, l'ispirazione per tanti progetti di viaggio non tarderà a venire. *h 21.00, Sede Ciclobby* *Proposta di: Andrea Scagni e Maria Gabriella Berti*

## Ciclovacanza

 km 500 tot

Venerdì 23 Settembre - Domenica 2 Ottobre

5% sterrato

### In bici visitiamo la Calabria

Seguiranno dettagli. *Proposta di: Stefania Maffei, Alberto Peracchi, cell.3495210518, 3384294284, maffei.ste@libero.it, alberto.peracchi@fastwebnet.it. Iscrizione entro 31/05*

## Ciclistica

 km 100

Domenica 25 Settembre

### Colline del Novarese fra Sesia e Ticino

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

5% sterrato

## Ciclistica

 km 110

Domenica 25 Settembre

### Cicloscalata 15 - Monte Lesima: la massima vetta dell'Appennino Pavese

Il Monte Lesima è la cima più alta del crinale appenninico che separa la provincia di Pavia da quelle di Piacenza, Genova e Alessandria. Ci passò il generale cartaginese Annibale Barca nel 218 a.C. con il suo esercito. Incantevoli panorami verso le vallate circostanti, la catena alpina ed il Mar Ligure. Dislivello di circa 1700 m (riducibile a 1450 m). *Proposta di: Ignazio Scarlata, Domenico Luchetti, ab.02-3536418 [IS] (21-22), 02-29521547 [DL], cell.328-4653638 [IS] (18-21), scarlata.ignazio@fastwebnet.it, domenico.luchetti@luditsrl.com.*

## In sede

Venerdì 30 Settembre

### Consigli per l'acquisto della bicicletta e non solo

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

## Ciclovacanza

 km 250 tot

Sabato 1 Ottobre - Sabato 8 Ottobre

### Basilicata in bici e barca: i tesori del Vulture, Maratea e il Cilento

La Basilicata è una piccola regione ricca di gioielli naturalistici, culturali e... gastronomici. Questo viaggio ci porterà dal Vulture, zona che prende il nome dal vulcano spento e che si caratterizza per le dolci colline ricoperte da vigneti del famoso vino Aglianico, alla costa Tirrenica di Maratea e del Cilento, con un mare limpido in cui si rispecchiano le montagne dell'Appennino Meridionale. *Proposta di: Mariella Berti, ab.02-29526102, cell.348-7815237, mariagabriella.berti@libero.it. Iscrizione entro 20/07*

## Evento FIAB

FIAB

Sabato 1 Ottobre - Domenica 2 Ottobre

### Cicloraduni Regionali FIAB

I coordinamenti regionali FIAB organizzeranno in questo weekend i loro cicloraduni ed incontri di coordinamento. *info@fiab-onlus.it*

## Giacobici

*riparazione bici al vostro domicilio  
o per la strada, dove vi trovate;  
servizio rapido, prezzi contenuti!*

**sms al 334 94.93.309**

giacobici.blogspot.com

giacobici@gmail.com

## OLANDA (Veliero + bicicletta)



Vi piacerebbe... pedalare senza stress lungo stradine immerse nel verde della campagna Olandese? Avere come hotel un imponente veliero che solca i mari interni d'Olanda, conoscere nuovi amici, rilassarsi in una vasca idromassaggio, sorseggiare un aperitivo prima di una ricca cena conviviale?

## CALIFORNIA e PARCHI

Vi piacerebbe... la vera avventura! da S. Francisco allo Yosemite, da Sequoia alla Valle della Morte e alla mitica Las Vegas, al Grand Canyon ed infine alla Monument Valley nel ricordo dei tanti film western che hanno fatto la storia del cinema.



## CANADA



Vi piacerebbe... conoscere i misteri delle foreste di quell'immenso paese che è il Canada? Fare del trekking, bicicletta, kayak di mare, andare in canoa e zigzagare a bordo di una veloce imbarcazione incrociando balene e trichechi?

## REUNION

Vi piacerebbe... fare un trekking "tosto" in quella impervia, incantevole natura dell'isola de la Reunion? Rilassarsi su una splendida spiaggia e prendere l'aperitivo sul porto della "Saint Tropez" dell'oceano indiano?



## NUOVA ZELANDA



Vi piacerebbe... in occasione dei mondiali di Rugby, un affascinante viaggio in uno degli ultimi, lontani paradisi dove la natura è stata preservata. Da non perdere!

tutto ciò  
ed altro  
è possibile  
con noi:

**bicinvaligia**  
Roberto Losurdo  
Asia Travel

via Arezzo, 8 - 20162 Milano  
tel.02/324247 - 348/5921187 - fax 02/64134989  
robertolosurdo@virgilio.it www.bicinvaligia.com

## Cicloturistica



Domenica 2 Ottobre

### Dallo Scrivia al costeggiamento del fiume Lemme

Da Arquata Scrivia il percorso si snoda in direzione Gavi. Si prosegue con un tragitto ondulato costeggiando il Lemme, per continuare, nei pressi di Ovada, un piacevolissimo saliscendi collinare che ci riporterà ad Arquata. *Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it*

## Cicloturistica



Domenica 2 Ottobre

### Sesto Calende - Milano

*Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani*

## Mountain Bike



Domenica 2 Ottobre

### Oltre il Po, a Casalborgone sulle prime colline Torinesi

Percorso con baricentro sull'affascinante borgo storico di Casalborgone, attraverso i "Bosc Grand", ricchi di interessanti specie botaniche. *Proposta di: Andrea Scagni, cell.339-3226541, silvandy@katamail.com*

## In sede

Venerdì 7 Ottobre - Venerdì 28 Ottobre

### Corso di manutenzione e riparazione della bicicletta: livello avanzato

Per quattro venerdì consecutivi (a cui se ne aggiungerà un altro in data da definire) tecnici esperti di Ciclobby insegneranno, a quanti hanno già dimestichezza con le piccole riparazioni, come eseguire interventi più delicati sulla propria bici. Prenotazione obbligatoria, posti limitati. **h 21.00, Sede Ciclobby** *Proposta di: Gruppo meccanici corso manutenzione*

## Cicloturistica



Domenica 9 Ottobre

### Il lago di Garda - parte inferiore

Il lungolago Bresciano pieno di ulivi e la parte Veronese vinicola. *Proposta di: Roberto Facchini, cell.3389005578*

## Ciclistica



Domenica 9 Ottobre

### Cicloscalata 16 - Il Parco Naturale delle Capanne di Marcarolo

Il Parco Naturale delle Capanne di Marcarolo è un'area protetta dal cui vasto altopiano si gode la vista del Golfo Ligure. Merita una visita l'antica città romana di Libarna, decaduta nel V secolo e riportata alla luce solo nel XVIII secolo. Dislivello di circa 1850 m (riducibile a 1150 m). *Proposta di: Ignazio Scarlata, ab.02-3536418 (21-22), cell.328-4653638 (18-21), scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

## In sede

Martedì 11 Ottobre

### Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby

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

## Evento FIAB

FIAB

Venerdì 14 Ottobre - Domenica 16 Ottobre

### Corso base di formazione residenziale FIAB

Il corso si rivolge a dirigenti e a volontari attivi nelle associazioni FIAB, interessati a sviluppare le proprie conoscenze nel settore del cicloambientali-

smo e sulla organizzazione della vita associativa. Vi sarà ampia possibilità di intervenire oltre che di scambiare esperienze con relatori e altri partecipanti. **Sede da definire.** [info@fiab-onlus.it](mailto:info@fiab-onlus.it)

### Cicloturistica



Domenica 16 Ottobre

#### Nel Parco Agricolo Sud

Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

### Cicloturistica



Domenica 16 Ottobre

#### Andiamo a mangiare la cassoeura a Robecco

Come è ormai tradizione ci troviamo con gli amici di Leonardoinbici a Robecco per gustare la loro ottima "cassoeura". *Proposta di: Vanna Bartesaghi, cell.389-6797311, vanna.bartesaghi@libero.it. Iscrizione entro 13/09*

### Milano Arte

Domenica 16 Ottobre

#### Milano Art Nouveau

h 10.15, Piazzetta Reale *Proposta di: Arch. Gianfranco Rocculi, Marialuisa Bonivento, bonivento@libero.it*

### Ciclistica



Domenica 23 Ottobre

#### A San Colombano al Lambro

Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

### Cicloturistica



Domenica 23 Ottobre

#### I castelli del Canavese (secondo giro)

Attraverso un percorso nelle campagne del canavese arriveremo ad Agliè. Ne visiteremo il castello per proseguire, costeggiando il lago di Candia, fino a Mazzè, col suo imponente castello affacciato sul Dora Baltea. Concluderemo, percorrendo una strada defaticante, in leggera continua discesa, fino a Chivasso. *Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietro-scafati@fastwebmail.it*

### Cicloturistica



Domenica 23 Ottobre

#### Alla ricerca della ferrovia perduta fra Voghera e Varzi

Partendo da Voghera fra ex massicciate, sterrati e strade di campagna andremo alla ricerca del percorso della vecchia ferrovia e dei suoi paesaggi. *Proposta di: Aurelio Giuseppe Heger, cell.337361818, auribeger@alice.it*

### Cicloturistica



Domenica 23 Ottobre

#### Periplo del Lago di Varese ed in barca sull'Isolino Virginia

La pista ciclabile del Lago di Varese attraversa prati e boschi accompagnata da un bel panorama montuoso. Molto interessanti il Chiostro Benedettino di Voltorre (sec. XI-XII) ed il Museo Preistorico Ponti sull'Isolino Virginia. Possibile prolungamento sul Lago di Comabbio. Dislivello compreso tra 100 e 200 m. *Proposta di: Ignazio Scarlata, ab.02-3536418 (21-22), cell.328-4653638 (18-21), scarlata.ignazio@fastwebnet.it*

### In sede

Giovedì 27 Ottobre

#### BiciMondo: Vietnam - In bicicletta nel Sud-est asiatico

Pedalare sulle strade di montagna al confine con Laos e Cina e compiere

un'escursione nei villaggi tribali è un'esperienza unica che ripaga delle fatiche. Si ritorna dal viaggio in Vietnam riportando a casa un caleidoscopio di immagini coloratissime che resteranno a lungo nella memoria. Racconto e immagini di Sergio Brasca. **h 21.00, Sede Ciclobby** *Proposta di: Maria Gabriella Berti*

### Cicloturistica



Domenica 30 Ottobre

#### Ricomincio da Tre - anno terzo: sesta puntata

Pizzoccheri della Valtellina. *Proposta di: Maurilio Grassi, mauriliopatrizio.grassi@fastwebnet.it*

### Ciclistica



Domenica 30 Ottobre

#### Nelle risaie di qua e di là del Ticino

Proposta di: Vinicio Bevilacqua, Alessandro Martelli, Pietro Soprani

### Cicloturistica



Domenica 6 Novembre

#### Lago di Garda inferiore

Visiteremo il centro di Desenzano, il centro di Moniga ed il centro di Salò. *Proposta di: Roberto Facchini, cell.338-9005578*

### Ciclistica



Domenica 6 Novembre

#### Cicloscalata 17 - Carenno

Milano, Monza, Arcore, Merate, Calco, Olginate, Calolziocorte, Carenno, Monte Marenzo, Caprino Bergamasco, Imbersago, Bernareggio, Vimercate, Concorezzo, Sesto San Giovanni, Milano. Dislivello di circa 850 m. *Proposta di: Marisa Scaffidi, cell.347-4001448, arcobaleno170@botmail.com*

### In sede

Giovedì 10 Novembre

#### Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby

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

Per tutte le iniziative verificate gli aggiornamenti: [www.ciclobby.it](http://www.ciclobby.it) segreteria 02-69.31.16.24 mar-ven h 17-19 sab h 10,30-12

### Evento FIAB



Venerdì 18 Novembre - Domenica 20 Novembre

#### Corso avanzato di formazione residenziale FIAB

Riservato a chi ha già partecipato al corso base o a dirigenti e volontari attivi

EQUILIBRIURBANO  
URBANOEQUILIBRI

Vendita assistenza cicli

via G. Pepe, 12 Milano  
Tel: 02 39566000  
[www.equilibriourbano.it](http://www.equilibriourbano.it)

da tempo nelle associazioni FIAB. Sede da definire. [info@fiab-onlus.it](mailto:info@fiab-onlus.it)

## Cicloturistica



km 60  
10% sterrato

Domenica 20 Novembre

### Accompagnati dai flussi del Ticino

Percorso di particolare qualità panoramica e aerobica. Da Sesto Calende costeggeremo il Ticino portandoci poi Sul Naviglio Grande dove, in fasi alterne, ritroveremo il Ticino. La gita si concluderà ad Abbiategrasso. *Proposta di: Pietro Scafati, ab.02877295, cell.3931692907, pietroscafati@fastwebmail.it*

## Milano Arte

Domenica 20 Novembre

### Milano del '900

**h 10.15, Piazzetta Reale** *Proposta di: Arch. Gianfranco Rocculi, Maria Luisa Bonivento, bonivento@libero.it*

## Ciclovacanza



km 800 tot  
40% sterrato

Venerdì 25 Novembre - Domenica 11 Dicembre

### Senegal: Dakar, Sine Saloum, The Gambia, l'Africa del Sogno

Un'immersione totale nell'Africa dell'Ovest degli orizzonti infiniti e delle ombre del baobab. Pianure con arachidi, attraversamenti con le piroghe delle isole di mangrovie, notti in tenda ospitati dal capo villaggio accanto a capanne in paglia, doccia fredda con secchio d'acqua. Si pernotta al primo villaggio dove si riesce ad arrivare (dopo le 17.30 ogni sera). *Proposta di: Vassilis Zafropoulos, cell.3293343697, vas\_zafra@yahoo.it*. Iscrizione entro 10/11

## In sede

Martedì 13 Dicembre

### Consiglio Direttivo FIAB Ciclobby

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

## In sede

Venerdì 16 Dicembre

### Festa degli auguri

Come tutti gli anni ci troviamo in sede per scambiarci gli auguri e rinnovare (o regalare) la tessera dell'associazione. **Sede Ciclobby**. *Proposta di: Volontari Segreteria Ciclobby*



## Sconti e agevolazioni per i soci Fiab Ciclobby

L'iscrizione a Fiab Ciclobby dà diritto a utilizzare tutte le convenzioni stipulate dalla Fiab, ma tanti soci non lo sanno. Molte convenzioni prevedono sconti che, tenendo conto delle cifre su cui si applicano, a volte **valgono da soli il costo dell'iscrizione** a Fiab Ciclobby, che nonostante l'inflazione più o meno strisciante resta di 30 € l'anno.

Qui trovi qualche esempio, e sul sito [www.fiab-onlus.it](http://www.fiab-onlus.it) trovi l'elenco completo nella sezione **VANTAGGI DEI TESSERATI FIAB**.

**Numerosi tour operator cicloturistici** riservano ai tesserati Fiab sconti interessanti per le vacanze in bicicletta, li citiamo in ordine alfabetico:

**Americaprofit**  
**ASD Blob Service**  
**Bicinvaligia**  
**Associazione Jonas**  
**Bike Basilicata**  
**Due ruote nel vento**  
**EuroBike Tour**

**Girolibero**  
**Ichnusabike**  
**Italiainbici**  
**Praha bike**  
**Verdenatura**  
**Zepplin**

**Agriesebino:** sconto del 15% sui menù proposti ai soci che si presentano, dopo aver prenotato, in una delle aziende agrituristiche sul lago di Iseo facenti parte dell'associazione. [www.agriesebino.com](http://www.agriesebino.com).

**Albergabici:** sconti particolari in più di 1800 alberghi, pensioni, bed & breakfast e campeggi 'amici della bicicletta', in tutta Italia: [www.albergabici.it](http://www.albergabici.it).

**Amatori** tour operator e agenzia marittima: sconto 8% sui viaggi nei cataloghi Croazia, Slovenia, Montenegro, Bosnia Erzegovina, Albania. Sconto 10% sui traghetti Italia/Croazia; cerca i particolari in [www.booking.amatori.com](http://www.booking.amatori.com), [www.traghetti.amatori.com](http://www.traghetti.amatori.com).

**Onda Selvaggia:** sconto del 10% per l'attività di rafting (sul Brenta); sconti particolari ai gruppi e per le attività di kayak, hydrospeed, trekking, arrampicata, escursioni *nordic walking* (in Valsugana); trovi tutto in [www.ondaselvaggia.com](http://www.ondaselvaggia.com).

**Ostelli AIG:** tessera gratuita da ritirare in uno dei 100 ostelli italiani e sconto del 15% presso le strutture di Alghero, Bergamo, Bologna, Cagliari, Firenze, Loreto, Milano, Napoli, Palermo, Perugia, Roma. [www.ighostels.com](http://www.ighostels.com)

**Sport town vendita online:** 15% di sconto su tutte le attrezzature sportive per fitness e montagna, integratori alimentari, biciclette, pingpong, calcio balilla, pattini in linea, boxe e arti marziali. Esclusi articoli in promozione. [www.sportownonline.com](http://www.sportownonline.com)

**TrenitaliaLeNord:** sconto sul supplemento bici 24h e sull'abbonamento annuale per il trasporto bici sui treni della Lombardia.

**Umbria in Campagna:** in alta stagione sconto del 10% presso le oltre 60 strutture associate, e sconti anche superiori nei periodi di bassa stagione. [www.umbriaincampagna.com](http://www.umbriaincampagna.com)

Si ringrazia Banca Popolare di Milano, per aver contribuito alla stampa di questo calendario.

# I nostri Ciclobby Point

Esercizi commerciali di Milano e provincia  
amici della bici e convenzionati con la nostra associazione

<b>Amici X la bici</b>	corso XXII Marzo 38 - Milano 338.2042153
<b>Area Bici</b>	via Ettore Bugatti 6 - Milano 02.89301248
<b>A.W.S. Bici motor</b>	via Ponte Seveso 33 - Milano 02.67072145
<b>Bonariva Alfredo</b>	via Milano 200 - Baranzate di Bollate (MI) 02.3560687
<b>Ciclicoss</b>	via Canaletto 1 - Milano 02.70102358
<b>Codrignani</b>	viale Umbria 120 - Milano 02.70121640
<b>Detto Pietro Store</b>	viale Vittorio Veneto 8 - Milano 02.29405018
<b>Doniselli</b>	via Procaccini 11 - Milano 02.34533031
<b>Due Ruote Porpora</b>	via Porpora 151 - Milano 02.2847956
<b>Equilibrio Urbano</b>	via Pepe 12 - Milano 02.39566000
<b>Farmacia Tolstoi</b>	via Tolstoi 17 - Milano 02.36568676
<b>Giacobici</b>	riparazione bici a domicilio o dove vi trovate sms al 334.9493309 - giacobici@gmail.com
<b>Igor Bike</b>	via Francesco Arese 20 - Milano 02.69901353
<b>La Bicicletteria</b>	via A. Sforza - Milano 02.8461286 Portello - p.le Accursio - Milano 02.39260565 via Washington 60 - Milano 02.4984694
<b>La Stazione delle Biciclette</b>	piazza IX Novembre 1989 - staz. MM San Donato Milanese (MI) - 02.55603730
<b>Miraggio Ciclobarona</b>	via Privata Cassoni - Milano 02.89056878
<b>Nart Afra sas</b>	via Paracelso 5 - Milano 02.29529815
<b>Nino Bixio</b>	viale Fulvio Testi 64 - Milano 02.66102953
<b>Olmo-La Biciclistissima</b>	piazza Vetra 21 - Milano 02.33400992
<b>Riva Auto SAS</b>	via Don Guanella 5 - Milano 02.2576591
<b>Rossignoli</b>	corso Garibaldi 71 - Milano 02.804960
<b>Silvestrini</b>	viale Caldara 6 - Milano 02.55013248 viale Caldara 37 - Milano 02.5466916 piazze Susa 7 - Milano 02.87391899 viale Corsica 86 - Milano 02.43119852 via Vigevano 11 - Milano 02.89403642
<b>Tastari Ristorante</b>	corso Garibaldi 59 - Milano 02.7200.8379

Supplemento  
a Ciclobby Notizie n. 3-2010  
Direttore Responsabile Paolo Hutter  
Aut. Tribunale Milano n. 36  
del 29.01.2002

Stampa: Grafiche Liberalato,  
Mestre (Ve)  
Stampato su carta riciclata ecologica  
dicembre 2010

# dire. fare. popolare.

I valori, quando si fondano sulla fiducia  
e sulla credibilità di chi li possiede e li coltiva,  
si possono riassumere in una parola,  
in un segno, in un colore.

Dire è comunicazione d'intenti e di progettualità,  
trasmissione di idee, di conoscenza, d'esperienza.  
Fare è la sintesi dell'attività, energia verso nuove imprese,  
capacità di ascolto e di offrire risposte.

Ai nostri clienti e a quelli che lo diventeranno  
è dedicato il nostro lavoro quotidiano:  
un lavoro dove il dire e il fare sono tutt'uno  
e sintesi di una filosofia dell'operare.



BANCA POPOLARE DI MILANO

Popolare è la firma, il sorriso è per voi.

# 10 buoni motivi per iscriversi a Fiab Ciclobby

- 1 Assicurazione RC bici** con copertura 24 h su 24 per danni causati ad altri usando la bicicletta.
- 2 Consulenza legale e assicurativa**, e per danni causati da terzi **patronato per recupero danni**.
- 3 Corsi di manutenzione e riparazione bici**; officina in sede per autoriparazione.
- 4 Escursioni in bici in città e fuori**, da facilissime a impegnative (e se vuoi puoi proporre le tue gite).
- 5 Raduni, viaggi e vacanze in bicicletta** e attività culturali intorno alla bicicletta.
- 6 Informazioni e aggiornamenti** con mailing list, notiziario locale e nazionale.
- 7 Bici di cortesia** se la tua bici è fuori uso.
- 8 Sconti e agevolazioni** su articoli di ciclismo e non, nei negozi convenzionati di Milano (Ciclobby Point) e in tutta Italia presso alberghi, agenzie viaggi in bici e altro, tramite le convenzioni Fiab elencate all'interno.
- 9 Sconto** su biglietti e abbonamento annuale per il trasporto bici sui treni **TrenitaliaLeNord**.
- 10 Ultimo, ma il più importante: come ogni iscritto in più, dai forza all'associazione** che promuove l'uso della bici, tutela i diritti dei ciclisti, rivendica lo sviluppo di una mobilità sostenibile e sicura.

## Puoi sostenere Fiab Ciclobby anche con

- **donazioni fiscalmente deducibili** (info in segreteria)
- il **5 per mille** nella dichiarazione dei redditi indicando la partita Iva Fiab **11 54 30 50 154**

