# TempoSport

C.S.A.In.

SUPPLEMENTO CICLISMO

PAG. 15

Torna la 1001 Miglia: «Già 455 iscritti»

PAG. 4

Le dieci cose che non dovrebbero mai mancare prima di uscire in bicicletta

PAG. 8

Massenti, quando i sogni diventano realtà «Il ciclismo mi ha dato la forza di rialzarmi»

PAG. 10

A Borgo D'Ale la festa del ciclocross per il gran finale targato Team Pedale Pazzo

PAG. 12

Gt Gran Trofeo e Piemonte Gravel Che successo con 320 iscritti

## CICLISMO CSAIN, PASSIONE E FORZA DI VOLONTÀ VERSO IL MONDIALE CHE FARÀ LA STORIA

## Per CSAIn la sicurezza dei ciclisti è una missione

EDITORIALE

# Verso i Mondiali di Catania… sarà un 2024 speciale

Febbraio ha segnato il preludio delle attività estive: alcuni circuiti hanno già preso il via anticipando di fatto quella che tradizionalmente è la stagione. E se in queste dobbiamo leggere una previsione, sarà una stagione intensa e soddisfacente per tutti.

La Sardegna ha dato il via alle competizioni, in Liguria l'attività cicloturistica è in pieno sviluppo e dai prossimi giorni prenderà il via anche il brevetto Csain Tourism Cup, che ha vivacizzato e dato soddisfazione a molti appassionati.

E nemmeno il Piemonte si è fermato, nonostante il colpo di coda dell'inverno: il brevetto Bike To Origin ha sfiorato le 300 presenze nel primo mese, il Gran Trofeo Mediofondo ha inaugurato il circuito abbinando una pedalata gravel e superando i 350 partecipanti. Il segno di un'attività in crescendo che non intende fermarsi.

Ma lo sport non è stato solo un protagonista sui campi di gara: il ciclismo di Csain è stato presente all'iniziativa del Ministero dello Sport e dei Giovani partecipando al Viaggio della Memoria che si è svolto all'inizio del mese e che ha portato una rappresentativa di tutto lo sport italiano ad Auschwitz e a Cracovia presso la fabbrica di Schindler. Un'iniziativa che ha dato un segnale importante soprattutto in questo particolare momento storico.

Ed ora siamo già proiettati in avanti: l'appuntamento con i Campionati Mondiali dello Sport d'Impresa è dietro l'angolo, sarà l'evento principe in questo 2024 che vede Csain festeggiare un importante compleanno, con oltre 30 discipline diverse e partecipanti provenienti dai cinque continenti sarà l'occasione imperdibile per i tesserati italiani di confrontarsi a livello internazionale e respirare cinque giorni di sport e spettacolo a Catania.

E non dimentichiamoci dell'eco lasciato dalla riunione di Chianciano, la cui energia non si è esaurita ed ha dato vita per la prima volta ad un calendario nazionale di randonnée, l'attività dei viaggiatori delle due ruote che ci porterà in giro per le località più affascinanti d'Italia.

E quindi, che sia agonismo, turismo, gravel o fuoristrada: viva sempre il ciclismo Csain!

# Benvenuto giudice di gara Alejandro

***Il cubano, vive in Italia da 24 anni: «Io mi sento italiano, amo del ciclismo l'ambiente»***

di Nunzio Currenti

A Chianciano Terme ha conseguito la qualifica di giudice di gara. Ha 38 anni, un sorriso accattivante, una storia straordinaria di inclusione e passione. **Alejandro Diarra Reyes** vive in Italia da 24 anni. È un direttore commerciale nel settore energia, lavora per Enel, crede nel lavoro di squadra.

**Come nasce la passione del ciclismo:**

«Grazie a Cristian Zanfino, siamo molto amici da 15 anni. Un giorno mi chiese di aiutarlo nella gestione di una gara di ciclismo. Ed è stato subito grande amore. E ancora oggi amo l'ambiente che ruota attorno a questo straordinario sport, questo prima di tutto».

**Qual è il suo approccio al ciclismo?**

«Andare in bicicletta mi aiuta a staccare dal tran tran quotidiano. Vado in mountain bike, amo passeggiare in bicicletta e godere della natura e dei posti straordinari che ci sono in Italia».

**Come mai ha scelto di diventare un giudice di gara?**

«Adesso lo sono ufficialmente. In tutti questi anni sono stato assistente di Elisa, che è stata una sorta di mia maestra. Mi ha cresciuto sul piano professionale proprio lei».

**Lei è originario di Pinerolo, arrivo storico del ciclismo.**

«La città della Cavalleria dei Carabinieri. E non solo. Sul piano ciclistico ha una grande storia con la famosa Cuneo-Pinerolo del 1949 vinta da Coppi. Mi piacerebbe poter rispolverare la scalata delle Mura, una cronoscalata tutta in salita. Spero di riuscire».

**Cosa la stimola a fare il giudice?**

«Mi piace molto nel mio lavoro fare il gioco di squadra. Coordino il lavoro di consulenti e collaboratori che viaggiano in tutta Italia. Di riflesso, quindi, ho trovato in questo ruolo tante similitudini».

**Lei è un grande esempio di integrazione.**

«Sono arrivato in Italia, quando avevo 14 anni. Mia mamma ha scelto di venire in Italia per questione lavorative. A Cuba il grado di istruzione, che è gratuita, è molto alto, ma non ci sono sbocchi occupazionali. Ha scelto per garantirmi un futuro. E alla fine ha avuto ragione. Sono fiero di essere in Italia. Io mi sento italiano».

**La sua famiglia è la sua forza**

«Sono sposato con Roberta e ho una bambina che si chiama Alma Vittoria, la vittoria dell'anima».

**Cosa l'ha emozionata nel ciclismo?**

«L'arrivo a Torino del Giro d'Italia mi colpì tantissimo. Non solo per l'aspetto sportivo, ma anche per l'organizzazione maniacale e il tifo sfrenato degli appassionati».

**Perché è il ciclismo è così amato?**

«L'uomo ama le sfide. Fa parte dell'indole dell'uomo distinguersi all'interno del gruppo. Il ciclismo è un po' tutto questo».

# Le dieci cose che non dovrebbero mai mancare prima di uscire in bicicletta

di Pierpaolo Ficara

Che tu sia un neofita o un vecchio marinaio, devi sapere che durante un'uscita in bicicletta. L'inconveniente è sempre dietro l'angolo. Da un semplice imprevisto come una foratura a un guasto meccanico o una crisi di fame, ecco 10 accorgimenti da portare con te prima di ogni uscita:

**1) Casco**

Come da obbligo del codice della strada, il casco È il tuo primo alleato contro gli impatti. Non andrebbe mai sottovalutata l'importanza di questa protezione. Prima di ciascuna uscita, controlla che il casco sia ben regolato sulla testa che sia conforme con le normative della Comunità europea. Lo sapevi che il casco come tutti i DPI ( Dispositivi Protezione Individuale) hanno una scadenza? Prima della scadenza e dopo anche un semplice caduta accidentale andrebbe cambiato.

**2) Occhiali**

Cosi come il Casco anche se non obbligatori gli occhiali fanno parte come Dispositivo Protezione Individuale, gli occhiali non sono solo un accessorio per abbellimento o per proteggerci dai raggi UV durante le giornate più calde, ma possono proteggere i nostri occhi da altri fattori esterni come sassi rami detriti polvere che si alzano dal suolo così da scongiurare fastidiose irritazioni o congiuntiviti. Un altro aspetto fondamentale usate sempre occhiali appositi per ciclisti, quelli da vista soltanto non vanno bene in quanto cadendo potrebbero rompersi e provocare schegge pericolose.

**3) Guanti**

Sono principalmente una protezione: quando cadete la prima cosa che mettete avanti sono infatti le mani, indossare i guanti specialmente in MTB è utilissimo, danno maggior grip in caso di mani sudate, ammortizzano le vibrazioni specialmente in discesa ci danno più comfort sulle leve e avere più reattività nella guida, d'estate a quanti di voi è capitato di avere il manubrio bagnato di sudore, questo diventa un rischio per la propria sicurezza ma la stessa cosa può accadere d'inverno. Col freddo possiamo perdere la sensibilità delle dita e ciò diventa un rischio. Viceversa l'utilizzo di guanti lunghi ci permetterà di tenere le nostre mani calde e quindi avere più controllo sul mezzo.

**4) Borsello Sotto Sella**

Il borsello sotto la sella diventa indispensabile in quanto all'interno possiamo mettere tutto l'occorrente necessario per le riparazioni in caso di guasto. Non dovrebbe mai mancare la camera d'aria di scorta, (attenzione alla lunghezza della valvola, che sia adeguata alla lunghezza del canale del cerchio. KIT di riparazione per la camera d'aria o vermicelli nel casco si hanno ruote a tubless o MTB e un nastro adesivo da elettricista e 2 levagomma utili specialmente in caso di gomme tubless ready.

**5) Pompa a mano o Bombolette CO2 con erogatore**

Costituiscono il modo più veloce e meno ingombrante per rigonfiare dopo una foratura. Vi consiglia-

**Su di me:** Ciclista professionista dal 2016 al 2021 dal 2022 atleta MTB Marathon per il Team Rolling Bike, quest'anno azzurro gravel al Campionato Europeo Gravel in Belgio a Oud-Heverlee e al Campionato del Mondo in italia a Pieve di Soligo. Amo il contatto con la natura, trascorrere le mie giornate in bicicletta scoprire nuovi posti e le tradizioni dei luoghi, amo condividere le mie esperienze con gli altri e delle volte faccio da Tour leader per alcune compagnie di cicloturismo.

**Obbiettivi futuri:** Tra gli obiettivi futuri affermarmi e competere a livello internazionale sia nel gravel che in mtb, cercare di trasmettere le mie conoscenze e competenze, fare nuove esperienze cosi d'arricchire il mio bagaglio per promuovere la crescita del settore ciclistico nel territorio.

mo di avere sempre due bombolette(magari una nella borsetta sottosella e una in tasca) in caso di più di una foratura o di errore nell'utilizzo). C'è chi invece si sente al sicuro con la piccola ed inesauribile pompetta a mano in quel caso non c'è bisogno di erogatore l'importante assicurarsi la corretta erogazione dello stantuffo, per chi va in MTB l'uso della schiuma gonfia e ripara può essere una soluzione utile.

**6) Multitool e smagliacatene**

L'importante è sceglierne uno che abbia le chiavi di cui abbiamo bisogno. il multiattrezzo va scelto in base alla propria bici e alle proprie necessità. Delle volte si guarda solo la leggerezza senza che ci si renda conto se effettivamente ha tutte le chiavi di cui abbiamo bisogno. Delle volte insieme al multitool oppure no si trova lo smagliacatene , indispensabile se non si vuole rimanere a piedi nel caso in cui si rompa la catena ( fidatevi successo più di una volta) insieme allo smagliacatene una falsamaglia di scorta sarebbe l'ideale.

**7 Gel e Barrette**

Che sia un uscita in relax o un allenamento lungo, sappiamo tutti quanto importante è sapersi alimentare in bicicletta, il corpo ha costantemente bisogno di energia, è in continuo movimento, e portare con sé un gel, una barretta o anche un semplice paninetto con marmellata o prosciutto (per gli amanti del salato). Può salvarci da una crisi di fame, e permettici di continuare con sicurezza la nostra piacevole uscita.

**8 Soldi**

Un altro aspetto fondamentale è portare con sé del denaro, con almeno 10-20 euro, soprattutto se abbiamo pensato ad uscita lunga. Oltre che per eventuali soste al bar, qualche euro in più in caso di interventi urgenti da fare alla bici, magari nel negozio che si incontra per strada fa sempre comodo.

**9 Smartphone**

Il consiglio che vi diamo è quello di avere sempre con voi uno *smartphone* (se siete in zone particolarmente avventurose, assicuratevi di avere uno *smartphone* **con una buona linea, specialmente se siete amanti della MTB e vi piace avventurarvi da soli fra i sentieri**, l ideale sarebbe attaccare allo smartphone un foglio con un contatto di emergenza oppure ad oggi esistono App di geolocalizzazione in tempo reale così da condividere la pozione con un contatto.

**10 Contatti di emergenza**

Un foglietto di carta, da tenere ben protetto, con riportati i numeri di emergenza e alcune informazioni sanitarie che possono essere di fondamentale importanza per eventuali soccorritori specialmente durante le uscite in solitaria e molto lontane da case.

## La scheda

**Atleta: Ficara Pierpaolo**

**Data: 16/02/1991**

**Citta: Canicattini Bagni (SR)**

**Team: Rolling Bike**

**Email: Pierpaolo.ficara@libero.it**

**Siti: https://it.m.wikipedia.org/wiki/Pierpaolo_Ficara**

**Instagram: https://instagram.com/pierpaoloficara**

**Strava: https://www.strava.com/athletes/pficara**

**Facebook : https://www.facebook.com/pierpaolo.ficara.3**

## Palmares 2023

**XCO Città di Modica gara Naz.**

**XCO Ragusa gara Naz.**

**XCO di Vittoria**

**GF Contursi Terme**

**XCM Marathon di Floresta gara Naz**

**XCM Marathon di Colliano**

**XCM Marathon Monti Eremita Marzano**

**XCM Sila Epic gara Naz.**

**XCM Etnamarathon gara Naz.**

**4 posto Gravel UCI World Series La Monsterrato**

**7 posto Campionato Italiano Gravel**

**21 posto CastroLegend UCI series**

**Partecipazione Gravel European Champion**

**Partecipazione UCI Wolrd Championships**

# Al via in Liguria la Csain tourism Cup

***Il presidente di Blu di Mare-Circolo Parasio, Luca Giordano: «Sarà davvero speciale»***

di Nunzio Currenti

Giunta alla terza edizione, **Csain Tourism Cup** spicca definitivamente il volo verso importanti obiettivi di crescita e di valorizzazione del territorio. «Dopo il successo dello scorso anno – ricorda il presidente del Blu di Mare-Circolo Parasio, Luca Giordano – in termini di partecipanti, quest'ano abbiamo introdotto un app per trovare i posti che consente di arrivare nei punti segnati con *google map*». Ma non sarà la sola novità: «Abbiamo realizzato un brevetto per le gravel/mtb che prevede obiettivi perfettamente alla portata di tutti anche con bici molto economiche».

Incentivare il ciclismo lento e scoprire nuovi posti. Sono questi gli obiettivi che si prefigge di realizzare l'evento – organizzato da organizzata dall'ente di promozione sportiva Csain in collaborazione con la Blu di Mare-Circolo Parasio - che è scattato il 1 marzo e si concluderà il prossimo 31 ottobre. L'iniziativa cicloturistica rientra nella specialità orientamento e si snoderà tra le province di Imperia, Savona, Cuneo uscendo anche dai confini nazionali per arrivare fino in Francia.

Per partecipare basta essere in regola con il tesseramento rilasciato da uno degli enti sportivi o delle federazioni ciclistiche nazionali di riferimento ed è aperto a tutti i ciclisti sia agonisti che semplici cicloturisti. Sono ammesse sia bici tradizionali sia quelle con pedalata assistita. Una volta effettuata l'iscrizione verrà inviato un link con l'applicazione per *smartphone* che vi fornirà l'elenco dei posti che dovranno essere raggiunti con la propria bici.

«Raggiunta la posizione – prosegue Giordano - indicata sarà una foto con la propria bici a validare il raggiungimento dell'obbiettivo. Sono ammessi sia selfie che foto di gruppo in caso l'escursione sia portata a termine da più ciclisti. Ogni settimana verrà aggiornata la classifica con i punti portati a casa dagli iscritti e a fine anno verrà fatta una grande premiazione finale con le maglie di finisher per coloro che avranno toccato tutti gli obbiettivi».

Ben quattro i livelli di partecipazione per cercare di incrementare anche il numero degli iscritti. Il primo è dedicato al centenario della fondazione della città di Imperia. Il secondo intermedio è invece diviso a settori e toccherà diverse zone della provincia di Imperia e non solo. Il terzo per i ciclisti ben allenati vedrà le salite più belle delle Alpi del mare. «Quest'anno, inoltre, è previsto un quarto itinerario per gli amanti del fuoristrada, in questo livello gli obbiettivi saranno tutti raggiungibili da strade bianche o ex militari, con percorsi adatti anche alle bici gravel. livelli raggiunti ci sarà un brevetto e come già detto per coloro che raggiungeranno tutti gli obbiettivi ci sarà la consegna della super maglia finale». Lo spettacolo abbia inizio.

# Insieme sul Faudo, un evento che valorizza il territorio

Anche quest'anno si è rinnovato l'appuntamento con "Insieme sul Faudo", organizzata dalla Blu di Mare-Circolo Parasio, in collaborazione con Omnia Freeride e la Soft Bike Crew, sotto l'egida dell'ente di promozione sportiva Csain.

La partenza anche quest'anno è stata dal piazzale della ex stazione ferroviaria di San Lorenzo, dopo aver preso direzione Pietrabruna i biker hanno attraversato strade secondarie e sterrate fino ad arrivare al Casone dei Partigiani.

Quest'anno si è registrato il nuovo record di partecipanti segno che la manifestazione sta attirando sempre più appassionati delle ruote grasse. Nota di colore il biker che arriva da più distante arriva da Monaco di Baviera. Al termine della salita al Casone dei Partigiani è stato offerto the caldo, focaccia e crostata a tutti i partecipanti.

La società con più partecipanti è stata la Centoxcento Bici mentre la società Campione Regionale Cicloturismo Csain Fuoristrada è stata la Blu di Mare-Circolo Parasio davanti alla Soft Bike Crew. Tanti i ciclisti arrivati anche dal Piemonte e dalla vicina provincia di Savona. Si ringraziano le società organizzatrici, l'ente Csain, l'associazione del Casone dei Partigiani per il prezioso contributo alla realizzazione dell'evento.

NUMERO 21 - MESE DI MARZO 2024
Supplemento alla RIVISTA DELLO CSAIn
**Centri Sportivi Aziendali e Industriali**

DIRETTORE
**Luigi Fortuna**

DIRETTORE RESPONSABILE
**Giacomo Crosa**

COORDINAMENTO REDAZIONALE
**Nunzio Currenti**
e-mail: temposportciclismo@csain.it

PROGETTO GRAFICO
**Bruno Marchese**

SEDE E SEGRETERIA
**Viale dell'Astronomia, 30 - 00144 Roma**
**Tel. 06.54221580 / 06.5918900 / 06.54220602**
**Fax 06.5903242 / 06.5903484**
**redazionetemposport@csain.it**

**Sito web: www.csain.it**

STAMPA:
Varigrafica Alto Lazio - Roma

Iscrizione Tribunale di Roma
**N° 70/2018**

Numero chiuso in redazione
**il 5 marzo 2024**

# Massenti, quando i sogni diventano realtà «Il ciclismo mi ha dato la forza di rialzarmi»

***Un grave incidente lo costrinse per tanti mesi a letto, oggi è uno dei più vittoriosi: «Mi batto per la sicurezza dei ciclisti, occorre lavorare nelle scuole»***

di Nunzio Currenti

Non vuole smettere di sognare Paolo Massenti. Ha voglia di inseguirli i sogni chilometro dopo chilometro sulla sua bicicletta, simbolo di libertà e di vita.

Ha 42 anni, il sottufficiale della Brigata Sassari - 3° Reggimento Bersaglieri - presta servizio a Capo Teulada e non si risparmia, vincendo gare su gare su tutti i terreni e specialità e diventando ormai un grande esempio di resilienza, dopo un grave incidente (si scontrò con un cinghiale riportando numerose fratture del bacino ndr) che nel 2021 mise in dubbio la sua capacità di riprendere a pedalare e correre.

Il peggio è passato. Paolo, grazie alla sua straordinaria tenacia e determinazione, ha ripreso la sua vita in mano, dopo mesi di degenza a letto, supportato dalla moglie Maria Grazia e un celere periodo di riabilitazione. Va spesso al lavoro in bici (200 km al giorno tra andata e ritorno), crede nella forza dei progetti di cicloturismo, vince su tutti i terreni, si batte per la sicurezza stradale di chi va in bici.

**Il ciclismo è ormai una parte di lui da quasi 20 anni.**

«Ho iniziato le prime esperienze con la mountain bike ed attualmente svolgo attività agonistica amatoriale. Ho cominciato a correre su strada solo nel 2017 anno in cui é sbocciato questo grande amore. Non mi sono fermato al ciclismo su strada, mi sono cimentato anche sulla cronoscalata, sulla cronometro e sul ciclocross».

**Si sente un po' una sorta di Iron Man?**

«No, mi ritengo un ragazzo normale che ha tanti sogni nel cassetto, che ama il ciclismo e che crede nei valori dello sport, che ritengo sia una palestra di vita. Spero di aprire spesso questo cassetto per realizzare i sogni in esso contenuti, e perché no, aggiornare il bollettino delle vittorie».

**Lei è un pioniere dell'Everesting?**

«Si, ne ho realizzato ben 14 sia all'aperto che indoor. Il primo l'ho centrato sulla salita di Gesturi, intitolata a Michele Scarponi, la cosiddetta salita dell'Aquila. Lì il compianto campione di Filottrano vinse la quinta ultima del Giro di Sardegna professionisti nel lontano 2011. É un posto magico. sui piedi della salita c'è una targa ed in cima è posto un cippo proprio alle porte dell'altopiano della Giara, un luogo dalla non comune bellezza e dallo straordinario habitat naturale».

**E non si fermerà in Sardegna.**

«Ho preso contatti con l'organizzatore del Trofeo dell'Imperatore dell'Etna per cimentarsi sulle sue ripide pendici e chissà valutare se provare l'*Everesting* anche Sicilia».

**Nel 2019 ha partecipato alla Parigi-Brest-Parigi.**

«Si ho partecipato anche quest'anno, concludendola con successo in 69 ore, migliorandomi di ben cinque ore rispetto alla mia prima

esperienza. Da questa sfida è nata la passione per le lunghe distanze e la condivisione dello spirito del randonneur. Vesto attualmente i colori della nazionale Randonneur dal 2018 e da allora ho portato a termine numerosi eventi tra cui Alpi 4000 e la 1001 Miglia».

**L'impresa ciclistica più grande a cui rimane più affezionato è la "ROUTE 377" in Sardegna.**

«Si tratta di un percorso ciclabile ad anello su strade sterrate e asfaltate che mette in collegamento tutti i 377 comuni dell'isola. Ho pedalato assistito da un amico musicista, Sebastiano Dessanay, che nel 2019 fece un progetto simile ma in campo musicale, il "377 project": attraversò i 377 comuni dell'isola in 14 mesi, spostandosi in bicicletta, componendo 377 frammenti musicali, dalla nostra conoscenza e sulla falsariga di quell'esperienza è nato questo progetto che ha visto pedalare in sella alla mia bici i 4100 km di questo inedito ed unico tracciato seguito ed assistito in auto da Sebastiano e dai miei familiari tra cui la mia immancabile moglie. Per portarlo a termine ho impiegato 389 ore totali (211h 30' tempo pedalato effettivo ndr) scalando i suoi 56mila metri di dislivello. Il progetto aveva inoltre uno scopo ecologico, infatti, in ogni comune è stata consegnata al mio passaggio una lettera in cui veniva chiesto l'intento da parte dell'amministrazione di piantare almeno un albero all'interno del territorio comunale di competenza in ricordo di questa impresa ciclistica».

**A quale ciclista si ispira?**

«Scarponi è stato un grande esempio di ciclista. Ho conosciuto e sostengo la Fondazione Scarponi, il suo ricordo e i numerosi progetti che essa porta avanti uno dei quali è incentrato sulla sicurezza stradale».

**Al giorno d'oggi l'incolumità degli utenti deboli della strada è fondamentale.**

«Purtroppo, non tutti gli utenti riconoscono e rispettano come paritetica la figura del ciclista, ritenendola uguale in diritti e doveri. La sicurezza è una missione non semplice. Tu in prima persona hai il compito di educarti e con il tuo esempio educare gli altri all'utilizzo ed al rispetto di tutte le persone che utilizzano a vario titolo la strada».

**La distanza di 1,5 metri può risolvere e attenuare gli incidenti?**

«Senza dubbio è un'ottima base di partenza tuttavia questo non basta. La parola sicurezza è legata alla consapevolezza di quali siano i propri ed altrui diritti così come i doveri reciproci che l'utilizzo della strada implica. Indipendentemente dall'uso che si fa della strada stessa che sia a puro titolo ludico, o ricreativo piuttosto che lavorativo bisogna tener sempre presente che il ciclista ed il pedone loro malgrado sono gli utenti più deboli».

**Lei va al lavoro in bicicletta?**

«Sì, in determinati periodi dell'anno mi capita spesso di partire in bici dalla mia residenza Guasila verso la sede di lavoro Teulada che dista circa 100 km, a tal proposito esco molto presto circa le 4 e 30 del mattino. Consapevole della scarsa visibilità mi sono sempre vestito adottando i più severi criteri di sicurezza possibili, quali doppie luci anteriori e posteriori e giubbotto catarifrangente. Devo essere da esempio».

**L'educazione stradale deve partire nelle scuole.**

«Sono pienamente d'accordo, io sono presidente della Asd Bike Tour 4 Mori e grazie alla collaborazione di un nostro sponsor, l'autoscuola Guida Sicura Sardegna, abbiamo intenzione di avviare dei progetti che trattino la sicurezza stradale nelle scuole. É nostra intenzione organizzare giornate dedicate ai più piccoli incentrate su questi importanti principi da rispettare quando si sta in strada. Siamo convinti di questo, le scuole come in altre parti del mondo hanno anche il compito di formare gli utenti della strada del domani».

# A Borgo D'Ale la festa del ciclocross per il gran finale targato Team Pedale Pazzo

Si è conclusa domenica 4 febbraio la stagione invernale del ciclocross. È stata una lunga stagione, una ventina di prove suddivise in due circuiti regionali, i campionati regionale e nazionale. Un totale di oltre duemila partecipanti si sono sfidati sui tracciati disegnati dagli organizzatori sotto la magistrale regia di Gianni Riconda che li ha accompagnati settimana dopo settimana e durante le festività natalizie.

In questa assolata prima domenica la conclusione non può che essere a Borgo d'Ale, affidata all'organizzazione del Team Pedale Pazzo che ha dominato le classifiche societarie dei campionati.

La risposta dei partecipanti è come sempre entusiasta e sfiora il centinaio di partecipanti, il clima sul campo di gara festoso ed agonistico insieme. Si respira l'arrivo della primavera, e con essa delle discipline estive. Si sente nelle voci dei presenti l'entusiasmo dei ricordi del presente di questi mesi.

Primi a partire sono M6, M7 ed M8 insieme alle donne. La gara al femminile è vinta da Rosella Bazzarello, onnipresente sui campi di gara e detentrice di vari titoli che oggi si aggiudica anche la vittoria nella Coppa Csain Piemonte Ciclocross davanti ad Ernestina Borgarello.

La vittoria tra gli M6 è di Marco Stoppa del Veloplus davanti a Vittorio Mazza e Massimo Bosticco, mentre tra gli M7 è Roberto Viotti a tagliare il traguardo davanti a Marco Farina e Fabio Ghilardini.

La categoria M8 è infine dominata da Claudio Biella, seguito da Oto Batilde e Antonio Scanziani.

È il momento delle categorie più giovani che entrano in campo e si danno battaglia senza risparmiarsi. E così dopo un'ora di gara sul traguardo transitano vittoriosi Andrea Bartoluccio, Marco Chiocchetti, Mariano D'Imperio, Andrea Spezzano, Emiliano Paiato e Massimo Riva.

Finita la fase agonistica inizia la festa: grazie all'arte di Arnaldo Pozzati a tutti i presenti viene offerto un gustoso piatto di risotto al dente, molto apprezzato nella breve attesa delle classifiche generali e di campionato.

È il momento delle premiazioni, maglie e ricchi cesti gastronomici sono disposti in bella mostra in attesa di essere consegnati, il podio è libero e la platea pronta ad applaudire i protagonisti.

**Vincitori Coppa CSAIn Pie**

**Campioni provinciali Bi Vc Can**

**Campioni provinciali Torino**

Rosella Bazzarello

Emiliano Paiato

Marco Stoppa

Marco Torchia

Roberto Viotti

Si inizia con la Coppa Piemonte ciclocross i cui vincitori sono Andrea Spezzano, Mariano D'Imperio, Marco Torchia, Luigi Zanini, Emiliano Paiato, Bruno Dellerba, Massimo Bosticco, Roberto Viotti, Angelo Zago e Rosella Bazzarello.

Vestite le maglie si procede con la consegna dei cesti ai primi 5 di categoria ed alla premiazione delle società: un trionfo annunciato quello del Team Pedale Pazzo, davanti al Ciclo Polonghera e al Progetto Ciclismo Santena.

È il momento dei Campioni Provinciali di Biella e Vercelli di vestire le maglie, e sono: Andrea Spezzano, Matteo Castaldi, Marco Chiocchetti, Emiliano Paiato, Massimo Riva, Graziano Nostrini, Marco Farina e Angelo Zago.

E le prime tre società del provinciale che vedono prevalere il Team Pedale Pazzo, seconda classificata la Asd Lessona Bike Team e terzo il Velo Valsesia.

Dulcis in fundo il campionato Provinciale di Torino che vede vestire le maglie a Luigi Zanini, Fabio Ferrua, Bruno Dellerba, Vittorio Mazza, Ezio Saracco e Claudio Stocco ed alle associazioni Ciclo Polonghera, Bikers Team e As Ciclismo.

E per entrambi i campionati ancora premiazioni per completare il podio di ogni categoria, prima di procedere a premiare tutti i classificati della gara odierna.

È pomeriggio inoltrato quando si chiude il sipario di questa meravigliosa giornata di sport, qualcuno necessita di un bagagliaio più ampio per contenere tutti i premi conquistati ed altri vorrebbero una memoria più ampia per tutti i ricordi e le sensazioni vissute, ma ognuno è pronto a riprendere tra poche settimane le attività estive, o a prepararsi per ricominciare il prossimo autunno ancora con il ciclocross.

# Gt Gran Trofeo e Piemonte Gravel Che successo con 320 iscritti

di Fabrizio Gulmini

S'inizia oltre le più rosee aspettative la stagione ciclistica 2024 in Piemonte di CSAIn per le mediofondo e il gravel. Domenica 18 febbraio a Crescentino (Vc) tappa di apertura del circuito "GT Gran Trofeo" con la Mediofondo Piemonte che ha proposto in parallelo anche il nuovo challenge "Piemonte Gravel" con l'esordio di Valle del Po Gravel, ottenendo subito un ottimo riscontro numerico con 320 iscritti totali.

La passione per il ciclismo ha preso il sopravvento sulle temperature invernali, ed il sole progressivamente ha scaldato l'animo dei partecipanti, entusiasti di iniziare la stagione già a febbraio rispetto al classico mese di marzo.

A contribuire al successo della giornata è stata la qualità organizzativa ormai consolidata, messa in campo dal Presidente della ASD Gran Trofeo Eventi Sportivi Davide Morosino, ottimamente supportato da uno staff affiatato e cordiale con i tutti partecipanti a cui si è aggiunta la sinergia con Luciano Debernardi Presidente del Team Fuori Onda Bike, esperto ed appassionato conoscitore del mondo gravel, grazie al quale dopo una prima fase sperimentale lo scorso anno, si è arrivati alla creazione di un circuito solo gravel composto da quattro tappe, di cui due inserite nel "GT Gran Trofeo".

L'idea che si è dimostrata vincente è stata quella di unire partenza ed arrivo presso l'agriturismo Greppi di Crescentino, oltre ai servizi di segreteria, logistica e risotto party organizzando allo stesso tempo due distinti percorsi di gara.

La Mediofondo Piemonte si è sviluppata su un tracciato con difficoltà medio-bassa di Km 85 che ha vissuto il suo momento agonistico più intenso, nel tratto cronometrato con un dislivello positivo di 977 metri, che da Casalborgone (To) a portato gli atleti/e a Cinzano (To).

La Valle del Po Gravel presentava invece due percorsi, il corto di Km 39 ed il lungo di Km 81, con un dislivello positivo compreso tra i 170 ed i 210 metri. Dominatore assoluto della giornata nel tratto cronometrato è stato Leonardo Viglione del GS Passatore che ha fermato il cronometro a 11'41" davanti a Marco Minniti Seven Club e Giulio Sarasso ASD Bike Team a Ruota terzo classificato.

Nelle classifiche di categoria la vittoria è andata per le W1 a Beatrice Blanc (GS Passatore), W2 Jolien Van Uden (Progetto Ciclismo Santena), W3 Monica Coppo, ELMT Marco Minniti (Seven Club), M1 Enrico Bertot (Sutalatur Bike Salassa), M2 Leonardo Viglione (GS Passatore), M3 Simone Donghi (Asnaghi Cucine) M4 Filippo Meazzi, M5 Stefano Prandi (Bicistore Cycling Team), M6 Dario Monteferrario (Penta Bikecycling Team), M7 Aldo Zanacchi (Team Cycling Center), M8 Franco Stroppiana (Mango Bike).

Per le società vittoria del GCS Livorno Ferraris, secondo posto Jolly Europrestige, terza classificata Funtos Bike-Nrc. Prossimo appuntamento con il circuito "GT Gran Trofeo" Domenica 3 Marzo a Vercelli con la Mediofondo Decathlon.

# Riparte la stagione di Xc A Reina va il Memorial Meloni

Riparte la stagione sportiva del ciclismo Csain in Sardegna con le ruote grasse. A Cortoghiana (SU) si è svolta la prima prova del Campionato Sardo Xc che ha visto il successo dell'M2 Francesco Reina atleta dell'asd I due Leoni Sant'Antioco. Una ripartenza in grande stile quella andata di scena domenica 25 Febbraio a Cortoghiana (SU), il Memorial Davide Meloni giunto alla sua 3ª edizione, ha visto ben 50 atleti misurarsi su un percorso veloce e tecnico ricavato all'interno della pineta comunale. La partenza è stata data lungo strada principale del piccolo comune minerario, il gruppo sfila davanti alla linea del traguardo veloce, l'M3 Paolo Massenti (Bike Tour 4 Mori) e L'M4 Giuliano Sanna (Sestu Bike) sono i più veloci e transitano appaiati alla prima curva in fondo al rettilineo di partenza battagliando gomito a gomito fino all'imbocco del primo single track dove transita per primo Sanna, alle loro spalle due uomini del team I due Leoni Sant'Antioco: l'M2 Francesco Reina e l'atleta ceco Petr Dobry (M4). Nelle prime asperità di giornata Massenti prende il comando e prova subito un allungo, alle sue spalle Usai, Dovry e Reina.

Giuliano Sanna perde qualche posizione e viene incalzato anche dal resto del gruppo capitanato dal quintetto di uomini formato dal veloce M6 Stefano Pani (Monreal Bike), i due M5 Federico Selis (Dimonios Bike Team) e Massimiliano Etzi (Sardinia Bike School), dal portacolori dell'Arborea Bike l'M4 Giovanni Battista Piras e da Danilo Mascia M3 (I due Leoni Sant'Antioco).

In testa alla corsa è lotta serrata, l'ELMT Usai attacca Massenti che prontamente risponde, ma poco dopo a causa di un guasto cede il comando delle operazioni ad Usai, il quale dovrà presto cercare contenere i frequenti attacchi provenienti dagli 2 atleti alle sue spalle: Reina e Dobry.

Al termine del primo giro Reina prende il comando seguito a ruota da Usai e Dobry, a 30' passa solitario Massenti visibilmente contrariato per l'inconveniente meccanico. Il secondo giro vede il recupero di Massenti su Usai che raggiunge e sorpassa portandosi così in 3ª posizione, al comando Reina e Dobry viaggiano appaiati con un distacco con un vantaggio di circa 35". L'ultimo giro vede tagliare il traguardo Francesco Reina che coglie così la sua prima vittoria, appaiato giunge il compagno Petr Dobry, chiude il podio assoluto Paolo Massenti ancora una volta attardato dalle noie meccaniche negli ultimi km, 4º é l'Elmt Gianluca Usai.

Nella categoria Femminile la gara è stata caratterizzata già dal primo giro dal forte ritmo imposto da Nadia Cherchi (Donori Bike Team) che al primo passaggio transita con 3' sull'inseguitrice Anna Carla Piredda (Dimonios Bike Team) ancora più attardata la giovane Alice Salidu (G.S. Portoscuso), al traguardo le posizioni non cambiano e Cherchi conquista così la prima gara della stagione 2024, chiudono il podio più attardate Piredda e Salidu.

## VINCITORI PER CATEGORIA

- ELMT: Gianluca Usai (4 Mori Bike);
- M1: Francesco Atzeni (Gs Portoscuso);
- M2: Francesco Reina (I Due Leoni);
- M3: Paolo Massenti (Bike Tour 4 Mori);
- M4: Petr Dobry (I Due Leoni);
- M5: Federico Selis (Dimonios Bike Team);
- M6: Stefano Pani (Monreal Bike);
- M7: Mauro Valente (Arborea Bike);
- M8: Uomini: Bruno Battani (Dimonios Bike Team);
- M8: Donne: Nadia Cherchi (Donori Bike Team).

# Csain presenta il proprio calendario nazionale di Randonnée

L'attenzione del ciclismo di Csain per tutte le sfumature dell'attività è ormai assodata, da anni la sfida accolta e vinta è quella di dare spazio ad ogni appassionato per vivere la bicicletta nel modo che preferisce. E dall'incontro dei quadri nazionali di Chianciano è nato un nuovo progetto volto in questo senso: è finalmente realtà il Calendario Nazionale Csain delle Randonnée.

Una raccolta dei principali appuntamenti per i "randagi" del ciclismo, sparsi in tutto lo stivale, che hanno inizio domenica 10 marzo in Piemonte e in Campania, con la Rando Arcobalendo dell'irresistibile presidente Concetta Mauriello e il Giro in Giro del Team Fuori Onda Bike.

E poi ancora, mese dopo mese, eventi che si svolgono a Roma, nel Veneto, in Calabria, nelle Marche…un'offerta importante che ancora una volta sottolinea il ruolo del cicloturismo nell'attività nazionale.

| Data | Evento | Località |
|---|---|---|
| Domenica 10 marzo 2024 | GIRO IN GIRO | Brusasco |
| Domenica 10 marzo 2024 | RANDO ARCOBALENO | Pomigliano D'Arco |
| Sabato 6 aprile 2024 | ROMA - TERRACINA - ROMA | Roma |
| Domenica 7 aprile 2024 | LA BERICO EUGANEA RANDO | Camisano Vicentino |
| Sabato 13 aprile 2024 | | Brusasco |
| Domenica 21 aprile 2024 | | Vigone |
| Sabato 18 maggio 2024 | LA CLASSICA DELLE SERRE | Amaroni |
| Sabato 25 maggio 2024 | ROMA - SAN BENEDETTO DEL T. | Roma |
| Sabato 1 giugno 2024 | CATRIA RANDONNEE | Cantiano |
| Domenica 9 giugno 2024 | | Torino |
| Domenica 16 giugno 2024 | | Castellazzo Bormida |
| Sabato 22 giugno 2024 | RANDO CI-LENTO | Paestum |
| Domenica 30 giugno 2024 | DAL MARE ALLE ALPI | San lorenzo |
| Sabato 20 luglio 2024 | | Bruzolo |
| Domenica 15 settembre 2024 | RANDONNÉE RISO E VINI | Cossato |
| Domenica 15 settembre 2024 | RANDONNEE DELLA CAPITALE | Roma |
| Domenica 6 ottobre 2024 | ROMA RANDONNEE | Roma |

# Torna la 1001 Miglia: «Già 455 iscritti»

## *La più lunga randonée d'Europa si correrà dal 16 al 22 agosto*

di Nunzio Currenti

Da tre lustri è ormai un punto di riferimento assoluto a livello mondiale. La 1001 Miglia torna nel suo straordinario splendore con diverse novità e con la certezza di proporre un programma unico nel suo genere sul piano ambientale, naturalistico e guadagnarsi i galloni di Randonnée più lunga d'Europa. Fermo Rigamonti e il figlio Giorgio ormai da tempo lavorano al progetto operativo che raccoglie i suoi straordinari frutti con 455 iscritti a sei mesi dall'evento che si svolgerà anche in questa edizione dal 16 al 22 agosto.

**Abbiamo intervistato Fermo Rigamonti, ideatore della "1001 miglia".**

«Cosa è previsto per questa edizione? Si andrà alla scoperta delle 1001 Eccellenze. Incontreremo le strade che bordeggiano le acque, le 5 Terre della Liguria, laghi e fiumi come Gramolazzo, Bolsena, Trasimeno, Ticino, Tevere, Arno, Po e Navigli. Percorreremo le strade a contatto con la natura come le Crete Senesi, Vallombrosa, Ciclabile EVR2, Monte Peglia e Valderice. Attraverseremo i Borghi più belli d'Italia come Pitigliano, Radicofani , Palazzolo al Senio, Cassinetta di Lugagnano, Morimondo, Passignano. E infine le eccellenze musicali».

**Quali sono le peculiarità della 1001 Miglia?**

«Parliamo della più lunga randonnée ciclista d'Europa e giungerà alla sua 6° Edizione. Ad oggi gli iscritti sono 455, in rappresentanza di 46 Nazioni, 5 Continenti, con una forte presenza femminile (10/15% del totale) e straniera, che costituisce quasi l'80 per cento degli iscritti". La 1001 Miglia Italia contribuisce alla riscoperta di strade secondarie, paesaggi, cultura, sapori, e scenari della bella Italia. Grazie alla bicicletta i partecipanti potranno apprezzare le bellezze nascoste, i luoghi di fascino e di grandi tradizioni storiche, culturali ed enogastronomiche».

**Dal 2006 ad oggi una grande crescita. Cosa l'ha spinta a proporla?**

«La 1001Miglialtalia è stata la prima ed importante manifestazione ciclistica dedicata ai randonneurs, movimento cicloturistico internazionale. Lo spunto che mi ha permesso poi di creare l'evento, è stata la mia partecipazione alla RAAM 2004 con l'incarico di gestione e coordinamento dell'equipaggio che seguiva il ciclista lungo la distanza 3000 miglia da San Diego ad Atlantic City».

**La sicurezza stradale rimane una delle priorità.**

«Le 5 Edizioni disputate della 1001Miglia dimostrano quanto l'Italia delle strade secondarie e del viaggio in bici sia un forte elemento di attrazione turistica a livello mondiale. Il percorso evita l'attraversamento di città e la percorrenza di strade statali, valorizzando le stradine verdi (strade comunali, provinciali, secondarie e ciclabili ndr); il 95% del totale del percorso si svolge per l'appunto su strade a bassissima percorrenza di autovetture, in cui la sicurezza dei ciclisti è accompagnata dalla bellezza dei paesaggi da scoprire».

**Cosa occorre per cercare di allestire un piano per la sicurezza nel ciclismo?**

«La sicurezza stradale per mio parere ad oggi è inquinata dall'uso sconsiderato del cellulare che da strumento tecnologico è divenuto strumento che crea disattenzione con tutte le conseguenze sia per pedone, ciclista e automobilista. Nella pratica del cicloturismo oggi sono arrivati moltissimi ciclisti che non hanno mai praticato ciclismo in età giovanile, pertanto, a completo digiuno delle malizie operative che si acquisiscono durante la pratica. Nelle gare si è raggiunto in livello di standard di sicurezza assolutamente buono. Quando ci di diverte occorre provare a cambiare le cose».

**Su quali direttrici di azioni agire?**

«Iniziamo nelle scuole di ogni grado a educare e dare lezioni continue e non mordi e fuggi in modo da preparare il futuro cittadino a conoscere e rispettare le regole del buon comportamento stradale. Che sia ciclista, che sia pedone o che sia automobilista»

# STORIA E SPORT

## Il viaggio della memoria per ricordare milioni di vittime dell'Olocausto

Riflettere, insieme. Per non dimenticare. In occasione della "Giornata della Memoria", ricorrenza dedicata alla commemorazione delle vittime dell'Olocausto, il mondo dello sport italiano ha riaffermato il proprio impegno in termini di responsabilità sociale, di parità e non discriminazione, a favore della diffusione della cultura della Memoria e del rispetto.

Dal 4 al 6 febbraio il Ministro per lo Sport e i Giovani Andrea Abodi assieme a 78 atleti olimpici e paralimpici, dirigenti e tecnici delle Federazioni Sportive Nazionali, delle Discipline Sportive Associate e degli Enti di Promozione Sportiva, si sono recati in Polonia e hanno visitato i campi di sterminio di Auschwitz-Birkenau, il quartiere ebraico di Cracovia e la fabbrica di Schindler. Presenti anche il presidente di Sport e Salute, Marco Mezzaroma, l'ad Diego Nepi Molineris, il presidente dell'ICS Beniamino Quintieri, i vicepresidenti di Coni e Cip, Claudia Giordani e Roberto Valori, i rappresentanti dell'Unione delle Comunità Ebraiche Italiane e della Comunità Ebraica di Roma. Partiti da Roma, i rappresentanti di tutte le istituzioni dello sport italiano, campioni olimpici e paralimpici e i rappresentanti delle federazioni e degli Enti di Promozione Sportiva hanno viaggiato fino a Cracovia e visitato la fabbrica di Schindler ed i campi di concentramento di Auschwitz e Birkenau portando un messaggio importante soprattutto in questo momento storico.

È stata il Consigliere Nazionale Elisa Zoggia a rappresentare Csain in questo immancabile viaggio.

Un'esperienza pregnante, che ha portato con sé emozioni intraducibili e un grandissimo interscambio con gli altri rappresentanti, creando legami che si protrarranno nel tempo.

# LA FOTO DEL MESE

## Inviate le vostre foto a: temposportciclismo@csain.it

Un plauso al gruppo scorte tecniche del ciclismo Csain piemontese. Un grande gruppo di amici, professionisti, che arrivano dalle Forze dell'Ordine, al servizio della sicurezza dei ciclisti. Per il nostro Ente costituiscono motivo di grande orgoglio. Il gruppo fa parte del MotoClub della Polizia di Stato, tiene corsi sulla sicurezza stradale e organizza eventi di solidarietà. A coordinare tutta l'attività Celeste Di Sunno e FIlippo Rizzo. 1) Roberto Aimaro 2) Enzo Cerminara 3) Celeste Di Sunno 4) Valter Pizzechelllo 5) Carmine Rapuano 6) Filippo Rizzo 7) Romina Sanzione 8) Franco Viale 9) Massimiliano Zambelli 10) Giuseppe Teta 11) Nuzzi Carpinel