

"Corrado Ponzanelli"

Brescia

associazione cicloambientalista

Sede Operativa

Via Guadagnini N°36

25126 Brescia

Sede Legale

Via Berardo Maggi N°9

25124 Brescia

www.amicidellabicibrescia.it

info@amicidellabicibrescia.it



Paciclica 2011



Questo programma è stato stampato su carta ecologica con alta percentuale di materiale riciclato.

La bici non consuma e non produce emissioni; non ingombra e non fa rumore; è un mezzo ecologico e ad efficienza energetica.

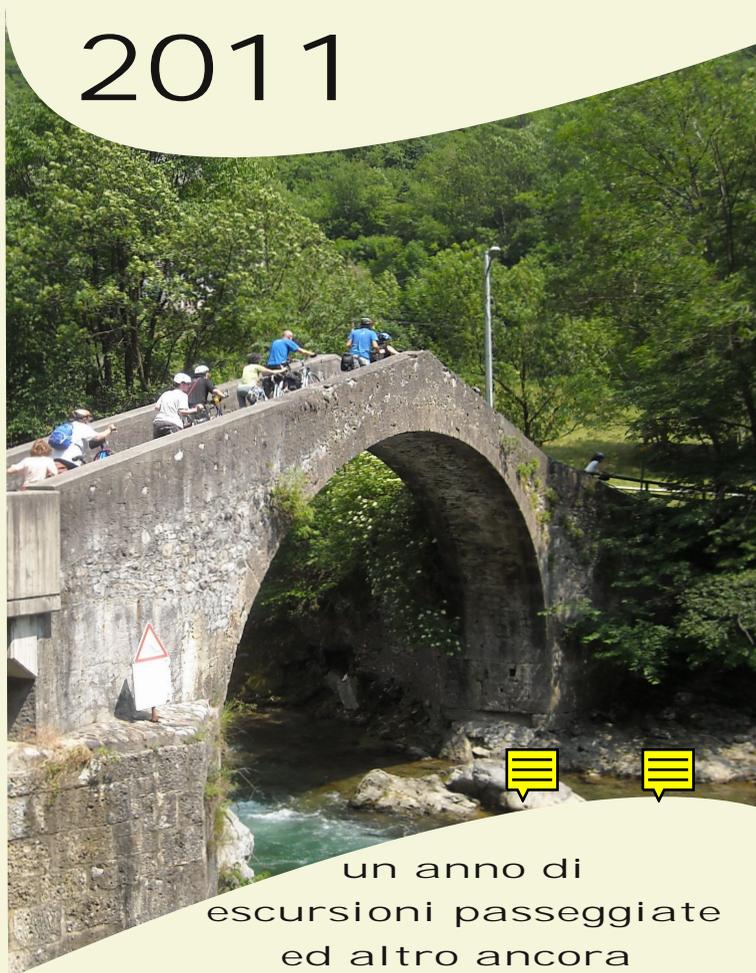
La bicicletta migliora il traffico, l'ambiente, la salute e l'umore.

La bici fa bene alla città

Amici della Bici
"Corrado Ponzanelli"
Brescia

associazione cicloambientalista

2011



un anno di
escursioni passeggiate
ed altro ancora
in bici



L' Associazione é stata fondata nel 1989.

Corrado Ponzanelli ha animato per anni la vita dell'associazione e, alla sua scomparsa, nel 2003 abbiamo deciso di intitolargliela. L'Associazione é indipendente, si ispira ai principi di solidarietà, ecologia e nonviolenza. Facciamo parte della **Fiab-onlus** Federazione italiana Amici della Bici e siamo affiliati all'Uisp di Brescia. Il nostro obiettivo é di rivendicare il diritto, per tutti coloro che lo desiderano, di usare la bicicletta senza rischi per la propria incolumità, diffondere l'uso della bicicletta sia come mezzo di trasporto quotidiano, sia per pratica del cicloturismo, cioè un turismo lento, salutare e rispettoso dell'ambiente.

Le nostre gite vanno alla scoperta della natura e dell'arte



del nostro territorio bresciano, d'Italia e d'Europa. Organizziamo serate inerenti alla bicicletta e alla mobilità sostenibile, proiezione di foto, filmati di viaggi fatti in bici dai nostri soci. Siamo parte attiva nei confronti delle istituzioni e della cittadinanza, eseguendo rilevazioni sulle ciclabili e segnalando le criticità. I nostri volontari tengono aperto tutto l'anno lo sportello "Più bici a Brescia" (vedi pagine seguenti) .

MERCATO della BICICLETTA

via xx settembre 4c-d
25122 Brescia Italy
Tel./Fax +39 0303757092
em@i: mercatodellabicielletta@tin.it

Giovedì 10 Febbraio " Ingrassa la Bici? " (serata)

Martedì 22 Febbraio " I Castelli della Loira... (serata)

Domenica 27 Febbraio " Non solo bici Rocca d'Anfo "

Giovedì 10 Marzo " Un Millennio per Ruota " (serata)

Sabato 12 Marzo " I Cortili di Brescia "

Domenica 20 Marzo "Al Parco dell'acqua"

Giovedì 24 Marzo " La Via Francigena " (serata)

Domenica 27 Marzo " Giornata del F.A.I. "

Domenica 03 Aprile " Gran Fondo in Bici "

Domenica 10 Aprile " Città d'Arte: Lodi "

Giovedì 14 Aprile " Ciclabilità a Brescia " (serata)

Domenica 17 Aprile " Nelle Terre dei Gonzaga "

Lunedì 25 Aprile " Il Parco dell'Airona " (Pasquetta)

Domenica 01 Maggio " La Ciclabile dell'Oglio "

Giovedì 05 Maggio " America del Sud e Tirolo " (serata)

Domenica 08 Maggio " Giornata della bicicletta "

Sab. Dom. 14/15 Maggio "Cipressi di Bolgheri"

Domenica 22 Maggio " Le Città Murate "

Sab. Dom. 28/29 Maggio " Ciclabile Alpe Adria "

Domenica 29 Maggio "Ricordando Piazza Loggia"

Domenica 05 Giugno " Val Seriana "

Sab. Dom. 11/12 Giugno "I murazzi Chioggia Venezia "

Da Gio. a Dom. 16/17/18/19 Giugno " Ciclo Raduno Fiab "

Domenica 19 Giugno " IL Mortirolo "

Ven. Sab. Dom. 24/25/26 Giugno "Lago di Zurigo "

Sab. Dom. 02/03 Luglio " Sellaronda Day "

Domenica 03 Luglio " Gustiamoci la via del Ferro "

Da Gio. a Dom. 7/8/9/10 Luglio" Ciclabile del Fiume Mur "

Sabato 16 Luglio "Ciclonotturna "

Dal 24/07 al 15/08 Agosto " Brescia Parigi Brest "

Domenica 28 Agosto " Valtellina "

Dal 27/08 al 02/09 Agosto " I Castelli della Loira "

Domenica 04 Settembre " Lago di Varese "

Da Ven. a Dom. 09/10/11 Settembre " L' Istria Veneziana "

Da Ven. 16 a Gio. 22 Settem. Sett. Europea della Mobilità

Da Ven. 16 a Dom. 18 Sett."Lombardia bike tour"

Da Gio. a Dom. 22/23/24/25 Settembre " Pacifica "

Domenica 09 Ottobre " Salsiccia in bici "

Domenica 16 Ottobre " Brescia Ponteviso "

Sabato 19 Novembre " Cena sociale "



La FIAB, Federazione Italiana Amici della bicicletta (www.fiab-onlus.it), è una organizzazione cicloambientalista che riunisce più di cento associazioni sparse sul territorio italiano. Promuove la diffusione della bicicletta quale mezzo di trasporto quotidiano (per migliorare il traffico), ecologico, salutare, rispettoso dell'ambiente e della città.



Aderisce all'European Cyclists' Federation. E' riconosciuta dal Ministero dell'Ambiente come associazione di protezione ambientale e dal Ministero dei Lavori Pubblici come associazione di comprovata esperienza nel settore della sicurezza stradale. E' una Onlus e può ricevere erogazioni liberali detraibili fiscalmente e il 5x1000 sul c.f. 11543050154. Tra le innumerevoli attività FIAB



ricordamo: la progettazione di Bicalitalia, (una rete di itinerari ciclabili lunga 15.000 km, che copre l'intera penisola, in continuità con quella europea.)

La didattica nelle scuole sulle tematiche dell'uso della bici, la sicurezza, i percorsi casa-scuola che trovano il momento forte in **Bimbibici**. Tra le conquiste della FIAB Treno+Bici.



Domenica 09 Ottobre Salsicciainbici

Bici **40km** **facile**

Ritovo piazzale Iveco ore 9,30. Anche quest'anno la classica salsicciainbici ultima gita della stagione 2011. Percorriamo la ciclabile Brescia - Paratico fino a Rodengo Saiano per poi proseguire verso Ome al maglio Averoldi, dove ci fermiamo per cucinare insieme (salamine, costine, polenta, ecc.ecc).

info: Giorgio A. 3395090491 Piero P. 3336122275

Domenica 16 Ottobre Brescia - Pontevedo

Bici **40(+40) km** **facile**

Questa gita verrà fatta se il tempo non sarà troppo freddo per pedalare. Quindi verificare prima sul sito o con il referente se la gita è confermata.

Partenza dal Parco Gallo ore 09,00 per raggiungere Pontevedo passando dal parco dello Strone.

Rientro in treno o in bici.

info: Gianni 3356547173

"... ci piacerebbe proprio vedere in sella alcuni personaggi, oggi intenti a percuotere i tamburi della guerra. Chissà forse il procedere a velocità a misura d'uomo, tale da consentire di soffermare lo sguardo sui volti della gente comune e sui bambini, sui fiori, sul volo degli uccelli farebbe capire loro molte cose..."

"C. Ponzanelli"



Amici della Bici Brescia
"Corrado Ponzanelli"
associazione cicloambientalista

ISABIS

B I K E

PASSIONE E QUALITA' PER LA TUA BICICLETTA SU MISURA



Biciclette sportive
Mountain
Corsa
Abbigliamento e scarpe per ciclismo



Via Tosio, 25 - Tel. e fax 030 295680 - 25100 BRESCIA
e-mail: isabiabike@virgilio.it



Domenica 04 Settembre Vitorre e i laghi di Varese

Bici+pullman 50 km facile

Ritrovo parcheggio Esselunga ore 7,30. Pedalata di interesse naturalistico tra i laghi di Varese, Monate e Comabbio. Visita al Chiostro di Vitorre, delizioso monastero cluniacense del XII secolo. Possibilità di visita al museo della pipa: pezzi unici dagli Inca allo Scia di Persia. Pranzo al sacco

info:Fabio 3384064806 Mauro 3393857604 iscriz. vai a pag.21

Venerdì 09 Sabato 10 Domenica 11 Settembre L' Istria Veneziana. Atto II

Bici+pullman 30+40+40 km facile

Ritrovo all'Esselunga per carico bici ore 05,30. Pernottamenti in albergo con cena; pranzi al sacco. Andremo alla ricerca dei leoni marziani nei paesi di Parenzo, Rovigno e Pola, e il sito archeologico di Nesactium. E per finire sull'isola di Brioni.

info: Gianni 3356547173 iscriz. vai a pag.21

Da Venerdì 16 a Giovedì 22 Settembre Settimana Europea della Mobilità sostenibile

Iniziativa, promozioni, distribuzione di cioccolatini per "chi va in bici merita un premio". Censimento sull'uso della bicicletta a Brescia.

info:www.amicidellabicibrescia.it; Più bici a Brescia

Da Venerdì 16 a Domenica 18 Settembre Lombardia Bike tour 2011

1° bici staffetta organizzata dal coordinamento Regionale Fiab per sostenere la realizzazione del Piano Regionale della Mobilità Ciclistica. La partenza del tour avverrà proprio a Brescia per raggiungere Cremona e, nei giorni seguenti, Lodi e Milano. Ritrovo venerdì 16 ore 10,00 in Stazione ferroviaria.

info:www.amicidellabicibrescia.it; Più bici a Brescia

Iscrivendoti agli Amici della Bici rafforzi e sostieni il nostro impegno per la ciclabilità, per migliorare la nostra città e il nostro territorio!
Porta le tue idee e il tuo contributo in azioni. Fai parte di una associazione che vuole salvaguardare l'ambiente.

Vantaggi per i soci Fiab: puoi partecipare a tutte le gite degli Amici della Bici e di tutte le associazioni Fiab d'Italia.

Assicurazione RC 24 ore su 24 sia durante le gite AdB che negli spostamenti in bici al di fuori di esse + assicurazione infortuni durante le gite AdB.
Tessera FIAB+UISP, con sconti in negozi musei ecc. Riceverai la **rivista** trimestrale Amici della Bicicletta
Sarai tenuto al corrente di iniziative, eventi, novità del mondo della ciclabilità.

Quote 2011

Socio ordinario	€ 18,00
Socio familiare	€ 14,00
Socio tesserato UISP	€ 12,00
Socio inferiore a 16 anni	€ 8,00
Socio sostenitore	€ 20,00
Socio studente	€ 14,00
Famiglia	3+1 omaggio
Socio AIG	€ 15,00

Come iscriversi

Venendo a una gita o a una serata

A Più bici a Brescia, presso l'URP in za Loggia 13/B
Giov. dalle 15,30 alle 18,30 Sab. dalle 09,30 alle 12,30
All'UISP Via Berardo Maggi N°9

Al CTS Via Tommaseo N°2/A

Con bonifico sul cc.Amici della Bici IBAN

IT74L051161120200000011776 (modalità valida solo per i soci già iscritti l'anno precedente. Ricorda di scrivere Nome e Cognome)



Cosa assicuriamo

1. RC 24 ore su 24

Se il socio causa danni durante un'iniziativa dell'associazione oppure in qualsiasi situazione quotidiana in bicicletta.

Massimali: per sinistro € 2000,000; per persona € 2000,000; per danni alle cose € 2000,000

Franchigia € 200,00

In caso di danno l'assicurato comunica i fatti entro il giorno successivo al sinistro alla FIAB o agli Amici della Bici.

2. Infortuni

Infortuni occorsi a soci (o non soci alla gita, ove previsto) Durante le iniziative dell' Associazione.

Massimali: Morte € 25.822,84; Invalidità permanente € 51.645,57; rimborso spese sanitarie Euro 1.032,91
indennità diurna per ricovero ospedaliero € 15,49.

In caso di infortunio un responsabile degli AdB comunica alla FIAB i fatti entro il giorno successivo

E' possibile, su richiesta, stipulare una polizza infortuni 24 ore per soci con premio € 90,00.



Per ulteriori informazioni consultare il sito:

<http://fiab-onlus.it/assofiab/assic.htm>



**Federazione Italiana
Amici della Bicicletta**
in bici per l'Ambiente

BELLERI
Cicli Motorcicli & Scooter
CONCESSIONARIO
KYMC
Via Corsica, 20/22 Brescia
Tel. e Fax 030 222274

Dal 24 Luglio al 15 Agosto In Bici da Brescia - Brest

Bici 1750 km impegnativa

Una vacanza in totale autonomia in bici, da Brescia a Brest passando da Parigi. Essa è suddivisa in 4 parti.

1° parte: Brescia Innsbruck in 3 giorni (km 290)

2° parte: Innsbruck Basilea in 5 giorni (km 410)

3° parte: Basilea Parigi in 6 giorni (km 630)

4° parte: Parigi Brest in 6 giorni (Km 400)

C'è la possibilità di fare solo una parte o più parti o tutte. I trasferimenti sono a carico del partecipante; ad esempio chi sceglie Basilea Parigi si deve trovare a Basilea.

Pernottamenti in ostelli o hotel

info: Maurizio 3498101172 iscriz. vai a pag.21

Domenica 28 Agosto

Valtellina Dall Inferno alla Ca' del Diaul

Bici+ pullman 30 km facile

Partenza dal piazzale Iveco ore 06,00. Si arriva a Morbegno per un percorso nella terra del vino valtellinese sino al lago di Como con la visita del Forte di Montecchio e all'Orrido di Bellano. Possibilità di fare il bagno nel lago a Colico. Pranzo al sacco.

info: Ivano B.030304030 iscriz. vai a pag.21

Dal 27 Agosto al 02 Settembre I Castelli della Loira

Bici 350 km facile

Vacanza in totale autonomia in bici nella valle della Loira tra alcuni suoi famosi castelli. Blois, Chambord, Cheverny, Chenonceau, Amboise e Villandry. Pernottamenti in hotel.

info: Gianni 3356547173 iscriz. vai a pag.21

Denti Ciclismo Service

Via Casaglia N° 70

Travagliato



www.minodenti.it info@minodenti.it

Tel 030661061



Sabato 02 Domenica 03 Luglio
Secondo Sellarondaday

Bici+automobile 40km impegnativa !

Ritrovo al piazzale Iveco sabato ore 15,00, ci raggruppiamo sul minor numero di auto. Arrivo a Corvara in serata, pernottamento e cena. Scaleremo Passo Campolongo, Passo Pordoi, Passo Sella e Passo Gardena. Le strade chiuse al traffico, Rientro in serata.

info: Maurizio 3498101172 Luca 3389340476

Domenica 03 Luglio
Gustiamoci la via del Ferro

Bici 50 km media

In collaborazione con l'assessorato alla Cultura della Comunità Montana di ValleTrompia, con il Consorzio Alta Val Trompia e il Comitato Acqualunga C. Storico di Gardone VT. Partenza da Sarezze (Esselunga) ore 9 (per chi vuole pedalare dalla città, ore 8 Auchan di Concesio). Si arriva a Tavernole presso il forno fusorio, struttura del 400, quindi a Pezzaze, degustazione di formaggi e salumi prodotti della valle, visita alla miniera Marzoli. Ritorno a Sarezze, visita al museo I Magli, fucina del 400.

info: Giovanni Z. 3349827303

Giovedì 07 Venerdì 08 Sabato 09 Domenica 10
La Ciclabile del Fiume Mur

Bici+ Pullman 40-80-80-40 km media

Ritrovo al parcheggio Esselunga ore 5,30 per caricare le bici. La ciclabile "Murradweg" attraversa tutta la Stiria seguendo il fiume Mur. Un paesaggio delizioso del Lungau e paesi come St.Michael e Tamsweg, con antichi castelli. Varcato il confine con la Stiria si arriva a Murau cittadina medioevale, quindi a Judenburg con la sua torre del 400 alta 75 mt. Arrivo a Graz, capoluogo della Stiria.

info: Giorgio 3355702059 iscriz. vai a pag.21

Sabato 16 Luglio
Ciclonotturna Luci funzionanti !!

Bici 40 km facile (ma di notte)

Si parte alle ore 18,00 dal Polivalente di Urago per arrivare a Travagliato; cena alla melonera, gestita da Operazione Lieta, per la solidarietà ai bambini delle favelas del Brasile

info: Marisa 3381287309



Sportello gestito dai nostri volontari nell'ambito di una convenzione col **Comune di Brescia**, Assessorato Mobilità e Traffico.

I suoi scopi:

Fornire informazioni sulla ciclabilità

Raccogliere le richieste e le osservazioni dei cittadini

Promuovere iniziative per la bici: nelle scuole, nei quartieri

Iscrizioni all'Associazione e alle iniziative degli Amici della Bici

Si trova presso l'**URP- Info Point in Piazza**

Loggia 13/B tel 030 2977302

Orari d'apertura:

Giov.dalle 15,30 alle 18,30 Sab. dalle 09,30 alle 12,30



Sede Amici della Bici Brescia

La sede è in Via Guadagnini N°36 Brescia. Vi sono raccolti il nostro materiale, libri, mappe sulle ciclabili. E' possibile fare riunioni, mostre. Si riunisce il direttivo dell'associazione.



Gruppo degli Amici della Bici di Borgosatollo

A Borgosatollo c'è una sezione degli Amici della bici "Corrado Ponzanelli". Essa opera da anni con successo nella realtà locale. La sezione ha un proficuo rapporto con le scuole del Borgo, ove ogni anno centinaia di bambini e genitori seguono corsi di educazione alla bici e al traffico, fanno simpatiche biciclette seminalabici@yahoo.it



L' UISP di Brescia

Unione Italiana Sport Per Tutti

Siamo affiliati, sin dalla nostra fondazione, all' UISP con cui condividiamo la visione dello sport per tutti. L'UISP organizza con noi alcuni eventi, come Bicincittà.

Via Berardo Maggi N°9

Tel 030 3756023 – 030 47191 fax 030 2400416

www.uisp.it/brescia E-mail brescia@uisp.it

Centro Turistico Studentesco Giovanile



E' possibile iscriversi agli Amici della Bici di Brescia. La sede di Desenzano è un appoggio per i nostri soci del posto; effettua noleggio bici, con assicurazione ed itinerari CTS Via Tommaseo N°2/A tel.03041889
CTS P.za Einaudi N°8 Desenzano tel. 030 9142268

www.youthpoint.eu

Domenica 05 Giugno Ciclovía della Val Seriana

Bici + Pullman 60km media

Ritrovo al P. Iveco ore 8,30. La ciclovía parte da Alzano Lombardo in direzione Clusone, è in terra battuta su sede di una vecchia ferrovia, ricca di zone verdi. A Clusone visita (su prenotazione) al museo MAT, nel Palazzo seicentesco Marinini-Barca. Pranzo al sacco.

info: Giuditta 3397577395 Giorgio 3355702059 iscriz. vai a pag.21

Sabato 11 Domenica 12 Giugno I Murazzi, Chioggia - Venezia

Bici+ Pullman+Traghetto 50+50 km facile

Ritrovo parcheggio Esselunga ore 7,30. Da Padova al mare costeggiando il Bacchiglione. Pernottamento a Chioggia con cena in centro storico. Secondo giorno mozzafiato lungo l'evocativo percorso dei murazzi tra le brillanti tonalità del mare e i colori pastello dei borghi da Pallestrina a Malamocco. Consigliato il costume da bagno

info: Fabio 3384064806 Mauro 3393857604 iscriz. vai a pag.21

Domenica 19 Giugno

IL Mortirolo

Bici + auto 65 km impegnativa

Ritrovo al P. Iveco ore 6,30. Partenza da Edolo per l'Aprica fino a Trivigno e al passo di Guspessa, da lì su strada immersa nel bosco, con ricordi della 2° guerra mondiale con vista dell' Adamello e Bernina, fino al passo del Mortirolo. Poi in discesa fino a Edolo. Pranzo al sacco
info: Francesca 3395045746

Venerdì 24 Sabato 25 Domenica 26 Giugno Lago di Zurigo

Bici+ Pullman 40+55+50 km media

Ritrovo Esselunga alla Volta 5,30. Partenza per Kilchberg, visita al museo del cioccolato della Lindt. In bici si arriva a Rapperswil, pernottamento e cena. Il secondo giorno si caricano le bici sul pullman per arrivare a Einsiedeln; visita alla cittadina; in bici passando dal laghetto Sihl si sale sul passo Sahelegg, poi in discesa si ritorna a Rapperswil. Il terzo giorno costeggiando il lago si arriva a Zurigo. Rientro a Brescia in tarda serata.

info: Giorgio G. 3355702059 iscriz. vai a pag.21



Sabato 14 Domenica 15 Maggio
I Cipressi che a Bolgheri....

Bici+Pullman 30+40 km media

Ritrovo al parcheggio dell'Esselunga ore 06,00 per caricare le bici sul pullman. Arrivo a Cecina Mare. Attaversando la pineta Tombolo sud raggiungiamo il famoso viale di Bolgheri "che in duplice filar....".Visita al borgo e al cimitero di nonna Lucia, si prosegue per Bibbiana, quindi si ritorna a Cecina in pullman dove pernosteremo. Il secondo giorno trasferimento in pullman al Parco di S.Rossore, ex tenuta presidenziale, che percorreremo in bicicletta e quindi proseguiremo per Pisa, con arrivo nella Piazza dei Miracoli.

info: Marco Z. 3381287309 Gianni 3356547173 iscriz.vai a pag.21

Domenica 22 Maggio
Le Città Murate

Bici+ pullman 70 km facile

Ritrovo Piazzale Iveco ore 7. Il percorso collega i parchi fluviali regionali Oglio nord Adda sud. Vedremo la località di Tomba Morta conosciuta come "Tredici Ponti" e Soncino con il suo centro storico di importanza medioevale completamente racchiuso in una cinta di mura del XV secolo. Parte del percorso è su sterrato. Pranzo al sacco
 info: Giorgio G. 3355702059 iscriz.vai a pag.21

Sabato 28 Domenica 29 Maggio
La ciclovia Alpe Adria

Bici+Pullman 70+50 km media

Ritrovo al parcheggio Esseluga ore 06,00 per caricare le bici sul pullman. Arrivo a Tarvisio e in pista ciclabile ricavata sulla vecchia ferrovia, arriviamo a Gemona dove pernosteremo. Il secondo giorno si prosegue per Palmanova, una città fortezza fondata nel 1593 dai Veneziani. Rientro in tarda serata

info: Giorgio R. 0305032039 iscriz.vai a pag.21

Domenica 29 Maggio
Ricordando Piazza Loggia

Bici 20 km facile

Ritrovo al centro Polivalente di Urago ore 09,00. In collaborazione con la Polisportiva Euplo Natali.

info: Stefano 3356137079

I cittadini bresciani hanno diritto ad avere una rete di piste ciclabili moderna.

I "censimenti" del numero di ciclisti a Brescia effettuati dagli Amici della Bici hanno verificato che i trasferimenti ciclistici giornalieri sono decine di migliaia. Il tavolo di lavoro sulla ciclabilità indetto dall'Assessorato alla Mobilità, cui noi abbiamo partecipato molto attivamente, ha definito 15 percorsi ciclistici prioritari da realizzare, sicuri, continui, segnalati e piacevoli. Ciclabilità non significa solo piste ciclabili: servono rastrelliere, intermodalità con gli altri mezzi.... A Brescia esistono l'ottimo servizio "BICIMIA" e un moderno cicloparcheggio alla Stazione. Per il resto c'è ancora molto da fare.



Noi continueremo con tenacia e professionalità a portare il nostro contributo, sicuri che le nostre proposte prevarranno perché tutto il resto dell'Europa ha capito che ciclabilità significa città più pulite, libere, vivibili. Anche Brescia merita di essere europea.



Lo stile delle nostre pedalate

Alle gite degli Amici della Bici si pedala in compagnia e senza fretta, si fanno amicizie e si conosce il territorio percorrendo strade secondarie e fermandosi quando occorre. Gli accompagnatori sono tutti volontari, pertanto i partecipanti collaborano, osservando le regole e il programma, si arrangiano con la bici e danno una mano a chi è in difficoltà. Accettano con un sorriso i contrattempo! **Non siamo e non saremo mai una agenzia di viaggi**

Comportamento durante la gita

La partecipazione ad una gita implica la conoscenza delle seguenti regole:

1. ogni partecipante deve assicurarsi che la bicicletta sia in perfetta efficienza, pneumatici in buono stato, gomme gonfie, freni a posto; avere una camera d'aria di scorta;
2. non superare mai il capo gita e non rimanere distanziati dai compagni che ci precedono;
3. in presenza di diramazioni ognuno si assicuri di essere seguito, altrimenti fermarsi per indicare la direzione;
4. prima di fare brusche frenate in assenza di pericolo, assicurarsi che chi segue sia a distanza di sicurezza;
5. essere prudenti ed osservare tutte le norme del codice della strada.

Gli Amici della Bici non si assumono responsabilità per eventuali incidenti o danni a cose o persone che accadessero prima, durante o dopo le gite. I minorenni sono ammessi solo se accompagnati da un adulto, e devono indossare obbligatoriamente il casco protettivo. Le gite sono riservate ai soci AdB e Fiab, per ragioni vincolanti assicurative. La prenotazione è richiesta solo se specificato nel programma. I percorsi sono di tre categorie

Facile: percorsi adatti a tutti su strade non necessariamente asfaltate e pianeggianti.

Media: percorsi caratterizzati dalla presenza di modeste salite e/o con lunghezza significativa relativamente al tempo disponibile.

Impegnativa: percorsi che presuppongono un buon livello di esperienza e allenamento.

Domenica 01 Maggio La Ciclabile dell'Oglio

La spiaggia dei poveri

Bici+ auto 50 km media

Ritrovo al piazzale Iveco ore 08,30, ottimizzazione delle persone sulle vetture e trasferimento a Orzinuovi in Piazza Garibaldi, dove prenderemo la ciclabile lungo il fiume Oglio fino alla spiaggia dei poveri a Pontoglio. Nel ritorno visita al castello di Orzinuovi. Pranzo al sacco o presso ristorante /pizzeria Prati Nuovi
info: Marisa 3381287309 Enrica 3289059018

Giovedì 05 Maggio (serata) America del Sud e Tirolo

"col patrocinio del Comune di Brescia"

Con le associazioni Amici Fondazione Civiltà Bresciana. Pedalando da Montevideo al Rio Grande Do Sul per 3200 km, passando da Noa Brescia, dove si parla il dialetto bresciano. A seguire Il viaggio nel Tirolo in bici più treno. Ore 20,30 al Museo delle Scienze Via Ozanam 4 Brescia
info: Giorgio G. 3355702059

Domenica 08 Maggio Giornata Nazionale della Bicicletta

18 km Bicincittà, 6 km Bimbinbici

Al Parco Castelli vi saranno per tutto il giorno bicicletate, percorsi per bambini, mostre, giochi, cibi di qualità e tanto altro. E' una occasione per porre all' attenzione dei cittadini e degli Amministratori l' importanza che la mobilità ciclabile ha raggiunto anche nella nostra città. Ore 09,30 Bicincittà. Ore 13,00 Pranzo. Ore 15,00 Bimbinbici
info: www.amicidellabicibrescia.it; uff.Più bici a Brescia

Superti
Ditta ZEBUGI G. di
SUPERTI & C. s.n.c.

Corso Cavour N°6 Brescia

Tel e Fax 030/45129

25020 Dello (Brescia)

Via Prov. Quinzanese N°20

Tel.030/9719308

*Biciclette Bianchi e
varie marche
Ricambi, accessori ed
abbigliamento per
bicicletta*

*Articoli sportivi,
attrezzi per palestra
ed arti marziali*



Domenica 03 Aprile
Gran Fondo in Bici

Bici km 100 impegnativa

Ritrovo al parco Castelli ore 8,30, passando dal colle di S.Eusebio, Odolo, Sabbio Chiese, Roè Volciano, Salò e Valtenesi con ritorno a Brescia. Pranzo al sacco

info: Egidio 3332526363

Domenica 10 Aprile
Città d'Arte: Lodi

Bici + auto km 20 facile

Ritrovo al Piazzale Iveco ore 08. Il circuito città d'arte coinvolge 13 città della Pianura Padana; la FIAB ha una convenzione che prevede la visita con guida gratuita. Visitiamo Lodi, città fondata da Federico Barbarossa.

info: uff.bici o Giorgio G. 3355702059

Giovedì 14 Aprile (serata)
La Ciclabilità a Brescia

"col patrocinio del Comune di Brescia"

A che punto è la ciclabilità a Brescia? Quali i desideri dei cittadini e le intenzioni degli Amministratori? La nostra situazione e le esperienze di altre città italiane ed europee. Gli Amici della bici e i cittadini si confrontano su questi temi con gli esponenti politici.

Ore 20,30 al Museo delle Scienze Via Ozanam 4 Brescia

info: Giorgio G. 3355702059

Domenica 17 Aprile
Nelle Terre dei Gonzaga

Treno+bici km 55 facile

Ritrovo alla stazione FFSS di Brescia ore 07, rientro 20,30. Vedremo Suzzara, Guastalla con la splendida piazza, Novellara e l'antica farmacia dei Gesuiti, dove Piermaria Bagnatore iniziò la sua attività artistica.

info: Giorgio G. 3355702059 iscr. vai a pag .21

Lunedì 25 Aprile Pasquetta
Il Parco dell'Airone

Bici km 50 facile

Ritrovo parco Ducos 2 ore 9,30. Si raggiunge il parco dell'Airone a Bedizzole per la sosta pranzo con uova e colomba. Al ritorno si passa da Drugolo col suo castello.

info: Gianni 3356547173



Foto di Piermario Prandelli. Vincitrice del Concorso Scattainbici 2010 Stelvio Bike Day

Programma nazionale
Fiab-onlus

Sabato 02 Domenica 03 Aprile
Assemblea Nazionale Fiab

Si svolge a Modena l'annuale Assemblea della Fiab, alla quale partecipano i delegati delle associazioni d'Italia.

Da Giovedì 16 a Domenica 19 Giugno
Cicloraduno nazionale

Nell'anniversario dei 150 anni di Unità d'Italia il ciclo raduno si svolgerà a Torino. Alla manifestazione Fiab partecipano centinaia di ciclisti provenienti da tutta Italia.

info:www.fiab-onlus.it Ufficio Più bici a Brescia

Il 22,23,24 e 25 Settembre

Paciclica in Bici per la Pace

In bici da Brescia a Perugia per partecipare alla Marcia per la Pace nel suo cinquantesimo anniversario.

Paciclica, nata e coordinata da Brescia, è oggi un evento Fiab per tutta l'Italia. Su **www.paciclica.it** troverete un portale in continua evoluzione.

info: paciclica@gmail.com



Giovedì 10 Febbraio (serata) Devi ingrassare la Bici?

Con l'arrivo della primavera e con l'inizio della stagione gite degli Amici della Bici, Profeta, un esperto, ci introduce nei segreti della manutenzione della nostra bici.

Ore 21,00 presso il Parco dell'Acqua, Largo Torrelunga, ingresso da via Lechi

info: Gianni 3356547173



Martedì 22 Febbraio (serata) I Castelli della Loira e l'Irlanda

"con il patrocinio del Comune di Brescia"

Due vacanze fatte in bici da un gruppo di soci in due anni differenti. L'Irlanda, viaggio che inizia a Limerick, passando da Cook per raggiungere il punto più a sud Mizen Head, e per arrivare poi alle Isole Aran. I Castelli della Loira, viaggio tra i castelli di Chambord, Chenonceau, Amboise, Villandry e Mont.St.Michel.

Ore 20,30 al Museo di Scienze Via Ozanam 4 Brescia

info: Gianni 3356547173

Domenica 27 Febbraio Non solo bici

Rocca d'Anfo La sentinella della storia Pullman

Questa volta, anziché in bici, visiteremo a piedi la Rocca d'Anfo, un complesso di fortificazioni a strapiombo sul lago d'Idro che ha resistito a sei secoli di guerre. Dovremo affrontare qualcosa come 2700 gradini. Lo spettacolo che la Rocca offre non è una esperienza di tutti i giorni. Pranzo al sacco.

Ritrovo al Piazzale Iveco ore 08,00

info: Giorgio G. 3355702059 iscr. vai a pag.21



Giovedì 10 Marzo (serata) Un Millennio per Ruota

Serata con Dezio Paoletti dedicata alle splendide corti interne dei palazzi di Brescia. Sarà l'occasione di illustrare le gite: nelle terre dei Gonzaga, l'Istria Veneziana, Venezia e Laguna, Palmanova.

Ore 20,30 presso La Fondazione Civiltà Bresciana.

Vicolo S.Giuseppe N°5

info: Giorgio G. 3355702059

Sabato 12 Marzo I Cortili di Brescia

Bici **km 10** **facile**

Quest'anno la nostra attenzione sarà dedicata agli splendidi cortili cittadini accessibili, dal caratteristico androne e delimitati da cancellate in ferro battuto

Ritrovo, ore 14,30 Cortile del Broletto

info: Giorgio G. 3355702059

Domenica 20 Marzo Al Parco dell'Acqua con Slow Food

Bici **km 15** **facile**

Ritrovo ore 9,00 in Piazza Loggia, bicicletata per le vie della città, con Slow Food, arrivo al Parco dell'Acqua. Qui potremo conoscere gli obiettivi di Slow food ed assaggiare cibi prodotti secondo i rigorosi disciplinari.

L'incontro termina attorno alle ore 12,30.

info: Giorgio G. 3355702059

Giovedì 24 Marzo (serata) La Via Francigena

"con il patrocinio del Comune di Brescia"

Si presenta il viaggio fatto dai nostri soci da Flero a Roma seguendo la Via Francigena, fotografie e racconti ci faranno rivivere le emozioni di questo viaggio, a sostegno di "Emergency" e di "Aiuto allo Zanskar"

Ore 20,30 al Museo di Scienze, Via Ozanam 4 Brescia

info: Osvaldo C. 3289672443

Domenica 27 Marzo Giornata del F.A.I.

Ritrovo in Piazza Loggia ore 09,30 Visite guidate ai siti eccezionalmente aperti per la giornata nazionale del F.A.I.

info: Giorgio G. 3355702059

