

SARDEGNA

da riscoprire



Per la maggioranza dei partecipanti la partenza non è stata caotica e adrenalinica come in una granfondo, ma qualcuno che l'interpreta in maniera quasi agonistica c'è sempre, così anche alcune centinaia di ciclisti si sparpagliano sul sentiero rapidamente. Grazie a ciò Myland mi ha dato la gioia di pedalare in solitudine per lunghi tratti, forzando quel tanto per essere rapido ma anche per prendermi tanti momenti di sosta non solo per riposarmi e nutrirmi. Tutto il percorso è stato un alternarsi di aree completamente selvagge dove nemmeno le pecore sono portate al pascolo, aree più antropizzate con piccoli paesi piacevoli da

attraversare ad andatura lenta per guardarsi intorno ma anche con la volontà di non dare fastidio alla quieta vita dei locali. I fiori sono stati un piacevolissimo accompagnamento lungo tutto il percorso. Non solo nei campi e nella macchia, ma anche in quelli che erano i sentieri battuti, letteralmente coperti da un tappeto fiorito multicolore che nei primi momenti pareva uno sgarbo alla bellezza della natura, ma chilometro dopo chilometro era proprio un divertimento mettere le ruote su un terreno così insolito...

BATTERIE SCARICHE, VERA AVVENTURA

Il percorso non è stato solo "rose e fiori": salite e discese si alternavano in continuazione e la scalata alle "giare", gli ampi altopiani ricoperti soprattutto di boschi di querce da sughero, è stata una vera arrampicata. Se ai dislivelli si è abituati, io lo sono meno all'avventura che - nemmeno a farlo apposta - è arrivata al tramonto, mentre le batterie

**MARMILLA:
MAI SENTITO?
È UNA SUB-REGIONE
INTERNA DELLA
SARDEGNA CHE
SI ESTENDE
DAL CENTRO
VERSO SUD.**





SARDEGNA

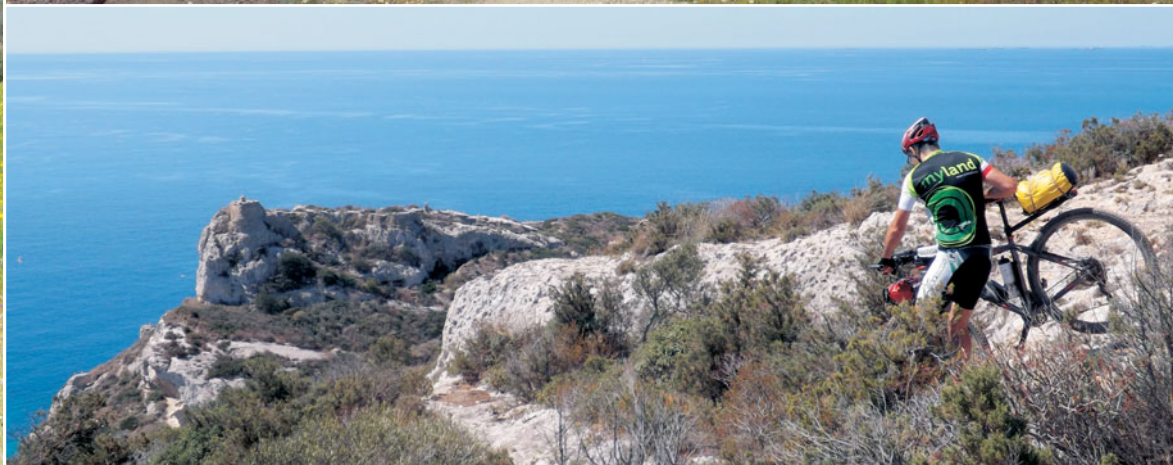
da riscoprire

MARMILLA MY LAND 2017

Per partecipare a MyLand non si deve essere dei biker particolarmente motivati perché, a differenza di altri trail, offre la possibilità di scegliere la lunghezza del percorso (120 chilometri con 2500 metri di dislivello, 220 chilometri e 5000 metri di dislivello, 400 chilometri e 10.000 metri di dislivello). Nei diversi check-point sul percorso si può dormire o mangiare e un servizio molto esclusivo - in stile IditaRoad - prevede che l'organizzazione porti nei check-point desiderati la sacca del biker per rendere più leggero il viaggio fin là. La prossima edizione partirà sabato 22 aprile 2017, ma l'organizzazione offre gratuitamente le tracce gps a tutti i biker che successivamente vorranno cimentarsi sui percorsi che restano a disposizione di tutti quelli che amano la Sardegna.



DOPO STRADINE,
PAESI, SENTIERI
FIORITI E SALITE,
LA FRECCETTA
FLUORESCENTE
DEL GPS
MI MANDAVA
ORA NEL NULLA,
CON L'ORIZZONTE
COMPLETAMENTE
OSCURATO.



del gps erano in esaurimento e la sua traccia mi diceva di arrampicarmi su una sassosa collina senza sentiero, coperta da vegetazione che arrivava al ginocchio. Ero incredulo: dopo stradine, paesi, sentieri fioriti e anche salite, ora la freccetta fluorescente mi mandava nel nulla, con l'orizzonte completamente oscurato. In questi casi si deve avere grande fiducia nell'organizzazione, ricordare che si è lì per divertirsi e non per lamentarsi. In quelle condizioni, dove escono tutti i timori del raziocinio e le insicurezze, il magico schermo del Garmin che mi indicava di proseguire è stato l'elemento di maggiore tranquillità, e quando la traccia mi ha condotto prima su un sentiero e poi su uno sterrato nel



SARDEGNA

da riscoprire



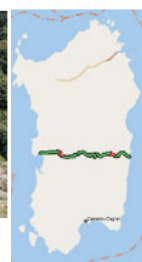
SENZA GPS? SARDINIA DIVIDE

Per chi cerca esperienze ciclistiche simili ma senza l'assillo della navigazione con il gps e con una guida che tolga ogni stress, il Sardinia Divide (seconda edizione dal 7 al 9 aprile 2017, sardiniadivide.com) è una bella esperienza che porterà in tre tappe i biker da Oristano a Barisardo, il coast-to-coast da ovest a est, quasi 200 chilometri e 3700 metri di dislivello. Amos Cardia è guida e ideatore di questo viaggio in autosupporto, ma non estremo perché le tappe sono programmate per finire in accoglienti agriturismi dove cena e prima colazione sono assicurati. Nella prima edizione alcuni hanno dormito nelle stanze delle strutture e altri in campeggio libero nell'agriturismo.

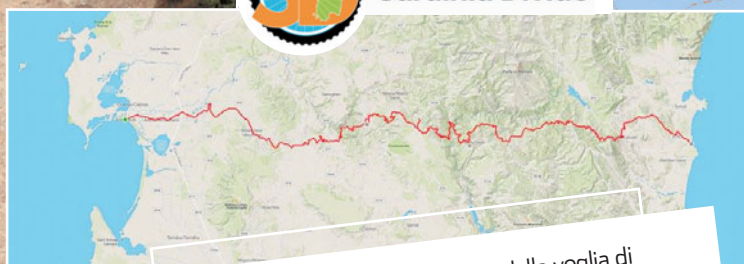
Questo percorso è ideale per chi vorrà prepararsi per MyLand e soprattutto per chi vuole entrare nei trail unsupported a piccoli passi ed esercitarsi anche all'uso del gps insieme alla guida mentre si pedala verso una meta seguendo la traccia. Questa modalità ha offerto ai partecipanti soste di riposo caratterizzate da visite ai luoghi più significativi dell'epoca nuragica, toccati ad arte dalla traccia, ma anche tanti dettagli sul territorio, la sua storia - anche quella recente -, lambendo miniere in abbandono e percorrendo sedimi ferroviari inutilizzati da oltre 20 anni.

La stessa guida (è stato il motore fin dalla prima edizione di MyLand insieme all'esperto Giorgio Spiga) organizzerà nel 2017 due prime in assoluto, il Linas Trail (280 chilometri con 5000 metri di dislivello, il 24 giugno) e il Sarrabus Trail (210 chilometri con 4000 metri di dislivello, il 17 novembre). Entrambi sono ad anello, con la partenza/arrivo in una comoda struttura turistica adatta anche al campeggio. Il costo di ogni trail sarà di 30 euro: Linas Trail parte da Iglesias, nell'area ovest della regione, a circa 50 chilometri da Cagliari ed è collegata con frequenti corse ferroviarie alla città, mentre il Sarrabus Trail parte da Sinnai, nell'area est della regione, a circa 15 km da Cagliari. Info www.sardiniabiking.com

L'ASPETTO UMANO
È FORSE
SUPERIORE
AGLI SPENDIDI
PAESAGGI.
LE CHIACCHIERE
DAVANTI
AL CAMINO
RIMARRANNO PER
SEMPRE CON NOI.



Sardinia Divide



bosco, ho riso dei miei timori, della voglia di tornare indietro (chissà dove?) e, con il morale risalito alle stelle, sono arrivato in un piccolo paese poco illuminato e con nessuno in strada. Era Assolo, dove avevo programmato di fermarmi a dormire la notte nel check-point di metà percorso, dove avevo fatto recapitare la mia borsa con sacco a pelo e altri generi di conforto. Non era un angusto luogo di fortuna, ma una grande casa che si rianimava con il ritorno al paese della giovane proprietaria, trasformata insieme alla famiglia e a tanti amici d'infanzia in una splendida squadra di volontari pronti a sostenere con generi di conforto, con cibi come in un rifugio di montagna ma soprattutto con tanto calore e simpatia, i ciclisti di passaggio. Confesso che l'aspetto umano è stato forse superiore agli splendidi paesaggi e all'ambiente naturale unico: ogni primavera quei fiori sbocciano ancora e i sentieri saranno ancora lì, ma la cena e le chiacchiere in amicizia davanti al fuoco del camino sono stati un picco altissimo dell'esperienza in Marmilla. Fra salite discese fiori e sugheri il percorso riportava al luogo di partenza, dove i discorsi non potevano essere che focalizzati sulla lunga pedalata e sui racconti delle personalissime avventure che ogni partecipante intendeva condividere con compagni di viaggio e amici. —

SARDEGNA
da riscoprire

tutto il mondo delle **granfondo!**



Tutte le news (e non solo) sulle granfondo su **ILGIORNALEDELLEGRANFONDO.IT** da consultare sullo smartphone, sul tablet e sul computer.

Per info sulla pubblicità:
tel. 06/3629021, pubblicita@cycling.it
Buona visione!



IL 19 MARZO L'APERTURA DELL'UMBRIA MARATHON

Slitta al 19 marzo l'apertura dell'Umbria Marathon Mtb. Vista la concomitanza con un'altra importante manifestazione, gli organizzatori dell'Orvieto Wine Marathon, prova d'apertura del circuito, hanno deciso di spostare la gara al 19 marzo, così da non creare problemi di scelta ai ciclisti. Sarà dunque possibile abbonarsi al circuito umbro di mountain bike con una quota di 90 euro fino al 28 febbraio e poi di 110 euro fino al 19 marzo.



L'Umbria Marathon prevede un allettante montepremi finale per le società senza dimenticare le ricche premiazioni finali per le diverse categorie. In tutte le sei manifestazioni, inoltre, ci sarà un servizio di assistenza pre e post gara presso lo stand della Custom4.it e della Gallo Moto, che sarà gratuito per gli abbonati. Questo il calendario: 19 marzo: Orvieto Wine Marathon, Morrano di Orvieto (Terni)

9 aprile: Gf Antica Carsulae, Montecastrilli (Terni)
7 maggio: Gf delle Sorgenti, Nocera Umbra (Perugia)
28 maggio: Gf Bassa Valdichiana, Ponticelli di Città della Pieve (Perugia)
11 giugno: Gf del Monte Cucco, Costacciaro (Perugia)
2 luglio: Martani Superbike Mtb Race, Massa Martana (PG).
www.umbriamarathon.it

TRENTINO MTB 2017

Il circuito Trentino MTB ha aperto le iscrizioni il 1° gennaio 2017. Le gare in programma sono sette, con un calendario più concentrato che terminerà ad agosto. Si apre il 7 maggio con la ValdiNon Bike di Cavareno; il 21 maggio la novità assoluta, la Passo Buole Xtreme

SUL LAGO DI GARDA LA BARDOLINO BIKE: APPUNTAMENTO IL 12 MARZO

Il protagonista sarà sempre il Lago Benaco (Lago di Garda), ma cambiamenti significativi sono in arrivo per il tracciato che il 12 marzo darà vita alla Bardolino Bike, una prova che nelle passate edizioni che ha superato sempre le 1300 iscrizioni. La direzione intrapresa dall'organizzazione curata dall'ASD Giomas è infatti all'insegna della continuità senza dimenticare di innovarsi e quindi per quest'anno, sono stati studiati dei nuovi tratti di tracciato.

Il Lago Benaco resta l'indiscusso protagonista della Bardolino Bike e Villa Carrara e il suo parco in riva al lago saranno ancora una volta il cuore pulsante della manifestazione: zona di partenza e arrivo, area team e area expo, oltre al luogo designato per le premiazioni di rito, il tutto racchiuso in un'unica zona, con il Benaco a fare da magnifico sfondo. I cambiamenti riguarderanno il tracciato. Dopo avere

introdotto nei due anni precedenti la nuova salita iniziale e i passaggi nell'Azienda Agricola Vallonga, per il 2017 è allo studio l'inserimento di due nuovi singletrack "vista lago" tra i boschi e i sentieri del Monte Moscal, restando sempre nell'ottica di mantenere le caratteristiche che hanno fatto della Bardolino Bike una granfondo perfetta per spezzare il fiato a inizio stagione, con salite mai troppo impegnative e singletrack divertenti. In tutto la distanza

da percorrere si assesterà sui 44 km e 1100 m di dislivello positivo, aumentando di circa 3 km la lunghezza del tracciato nei confronti della passata edizione. Anche nel 2017 la Bardolino Bike sarà tappa di apertura dell'Mtb Ahead Tour, circuito che racchiude alcune delle granfondo del nord Italia. Le iscrizioni sono aperte e le modalità di iscrizione si trovano sul sito della manifestazione.
www.baldobikeevent.com

di Ala; l'11 giugno parte la 100 Km dei Forti sull'Altopiano Cimbri di Folgaria, Lavarone e Luserna, e il 25 dello stesso mese è la volta della Dolomitica Brenta Bike di Pinzolo. Il 16 luglio la Val di Sole Marathon di Malè, il 6 agosto la storica La Vecia Ferovia della Val de Fiemme fra Ora (Bolzano) e Molina di Fiemme. A chiudere, la 3TBIKE del 27 agosto. L'apertura delle iscrizioni è avvenuta il primo gennaio, la quota per le sette tappe è di 180 euro anziché 215, sei tappe 160 euro anziché 194, cinque tappe 140 euro anziché 154. I team hanno a disposizione tariffe specifiche per l'offerta 3x2 (ogni tre concorrenti uno è gratis) per squadre da sette a dodici concorrenti e 2x1 (ogni due concorrenti uno è gratis) per gruppi da tredici e più atleti.
www.trentinomtb.com



DOLOMITI LAGORAI MTB CHALLENGE A COPPIE

Riparte il Dolomiti Lagorai Mtb Challenge, dopo la prima edizione che si è svolta nel 2014, tre

giornate di gara sugli sterrati del Trentino, dal 16 al 18 giugno 2017. Sarà Roncegno Terme (Trento) il fulcro delle tre giornate; prima tappa fra bassa e alta Valsugana e Valle dei Mocheni, con la scalata della Panarotta, con



pendenze intorno al 10 per cento; l'appuntamento più impegnativo è il sabato 17, tra Valsugana e Valle di Primiero, con il Passo Cinque Croci e il Passo del Brocon; finale in Valsugana con le sfumature del Lagorai, Val di Fiemme e Val Calamento. Il GS Lagorai Bike consegnerà il file gps del percorso solo 10 giorni prima dello start, prima non ci saranno indicazioni. Le iscrizioni sono aperte, con e senza pacchetto di soggiorno, a partire da 160 euro a biker (290 con pernottamento e prima colazione; le quote valgono fino al 15 maggio 2017, poi subiranno una maggiorazione.
www.dolomitilagoraichallenge.mtb.com

LESSINIA LEGEND, LA MARATHON

Il percorso Classic era già noto, 38 chilometri con 1350 metri di dislivello, a un'altitudine media di 1366 metri. Adesso è stato svelato il tracciato intermedio marathon, 62 chilometri e 2100 metri di dislivello. all'interno del Parco Naturale della Lessinia, con uno sconfinamento in terra trentina. La prima parte è comune con il Classic sino a Podesteria,



dove il Marathon si allunga verso ovest andando a percorrere in falsopiano la Translessinia sino a Malga Lessinia, prima di sconfinare in territorio trentino. Tra pascoli e malghe si arriva nel punto più a ovest, quasi a metà percorso; sorpassate alcune asperità minori, si affronta la salita che da Malga Foppiano accompagna al rifugio Castelberto, 1765 slm, uno strappo impegnativo che supera

un dislivello di 400 metri in circa 4 chilometri. Sorpassato il ristoro si percorrono su traccia prevalentemente prativa i cosiddetti "cordoni", storici cippi di confine in pietra scolpita, per rientrare sul tracciato Classic in località Podesteria.

www.lessinialegend.it

VENETO TRAIL 2017

Il via è da San Martino di Lupari alle 08.00 del 24 giugno, davanti alle ruote 500 chilometri off e on road e 9500 metri di dislivello da percorrere in perfetta autonomia, strade bianche e secondarie, Dolomiti bellunesi, Tre Cime di Lavaredo, le valli della Valsugana, Agordino, del Boite, del Cadore, del Piave, il Monte Grappa, le vette Feltrine, le Dolomiti sopra Cortina, i boschi di Cortina, la vallata di Auronzo, il Cadore, la valle di Longarone, i Colli di Asoloasolani... Il punto più alto sarà Forcella Averau, oltre 2400 metri di quota. Nessun supporto da aperte dell'organizzazione, ovvio, ognuno si gestisce da solo. Sono aperte le iscrizioni, fino a fine febbraio si pagano 45 euro, dopo 55 euro: la traccia gps viene inviata una decina di giorni prima della partenza.

www.venetotrail.it

TREK ZEROWIND OFF ROAD CHALLENGE

Il circuito Trek Zerowind risende in campo aggiungendo per il 2017 una prova, per un totale di otto, che dal 19 marzo al 3 settembre daranno appuntamento a tutti i biker che decideranno di misurarsi in una sfida prima di tutto con se stessi.



Dunque, un calendario rinnovato con l'aggiunta di una nuova competizione, che mantiene un equilibrio tra le prove ben distanziate tra loro - una al mese - per facilitarne la partecipazione, eccezione fatta per i mesi di giugno e luglio, il cuore della stagione delle corse, in cui le manifestazioni saranno raddoppiate.

La nuova prova è la Ortler Bike Marathon, evento altoatesino che nel 2017 spegnerà la sua terza candelina e che si celebrerà il 3 giugno, segnando il virtuale giro di boa della challenge.

Questo il calendario completo, con le iscrizioni già aperte dal 15 dicembre:

19 marzo: South Garda Bike, Medole (Mantova)

www.southgardabike.it

2 aprile: Mtb Garda Marathon, Garda (Verona)

www.mtbgarda.it

7 maggio: Conca d'Oro, Odolo (Brescia)

www.mtbcconcadoro.com

3 giugno: Ortler Bike Marathon, Glorenza (Bolzano)

www.ortler-bikemarathon.it

11 giugno: 100 Km dei Forti, Lavarone (Trento)

www.1000grobbe.it

2 luglio: Assietta Legend, Sestriere (Torino)

www.assiettalegend.it

16 luglio: Val di Sole Marathon, Malè (Trento)

www.valdisolebikeland.com

3 settembre: Marathon Bike della Brianza, Casatenovo (Lecco)

www.marathonbike.com

www.trekzerowind.it

ABRUZZO MTB CUP 2017

L'Abruzzo Mtb Cup, appuntamento irrinunciabile per gli amanti della mountain bike della regione abruzzese e del Centro Italia, celebra nel 2017 la sua quinta edizione.

Sport, promozione e rispetto dell'ambiente sono i valori a cui si richiamano gli appassionati delle ruote grasse e tacchettate che avranno la possibilità, insieme alle loro famiglie e accompagnatori, di godersi le bellezze paesaggistiche di ogni sede di tappa tra colline, montagne e boschi, che si



adattano alla perfezione per questo circuito.

Rispetto alle edizioni precedenti, sono otto le prove in calendario sotto l'egida della Feder ciclismo Abruzzo, con l'assegnazione dei punteggi e delle maglie di leader delle classifiche tra categorie agonistiche e amatoriali.

Il via da Moscufo, con il Tour degli Ulivi-Memorial Matteo Santucci (organizzazione ASD Bikenergy) il 2 aprile, a seguire la Granfondo La Via dei Marsi-Sport Avventura il 14 maggio (Avezzano Mtb) ad Avezzano, poi Scanno con la Marathon degli Stazzi il 4 giugno (Mtb Scanno), Campo di Giove con l'omonima granfondo l'11 giugno (Bike Shock Team), Castel del Monte con l'omonima marathon il 9 luglio (Bike Team Bucchianico), Rivisondoli con l'omonima marathon il 23 luglio (Functional Fit Chieti), Pescasseroli con la Granfondo Mtb del Parco Nazionale d'Abruzzo il 3 settembre (ASD Pescasseroli) e infine, come prova conclusiva, Collarmele con la Marathon I Sentieri dei Lupi (ASD Collarmele Mtb) il 17 settembre. La quota di 150 euro per l'abbonamento unico che dà diritto alla partecipazione a tutte le gare in calendario del circuito va pagata entro il 31 marzo.

Il versamento deve essere fatto attraverso una ricarica sulla carta Postepay n. 4023 6006 3170 1994 intestata a Paolo Festa C.F. FSTPLA75E17C632I, trasmettendo a mezzo mail la ricevuta del pagamento all'indirizzo paolof75@gmail.com con la causale di pagamento "Abbonamenti Circuito Abruzzo Mtb Cup 2017".

www.feder ciclismooabruzzo.it/abruzzo-mtb-cup-2016

BIKEWORLD ZEROWIND CUP

Di questo circuito ne abbiamo già parlato: due i gironi, Classic ed Extreme, sia per gli amanti

delle lunghe distanze che per i biker più avvezzi alle classiche distanze da granfondo.

Il girone Classic è composto da Granfondo Tre Valli, Proseccchissima, Granfondo del Durello, Crespadoro Bike e 3Epic, mentre quello Extreme è formato da Ortler Bike Marathon, Lessinia Legend, KronplatzKing e nuovamente 3Epic. Il tutto condito da eventi valevoli per la sola classifica di società, come la Winter Ride sulla neve di fine gennaio e la gara a coppie della Pedalanga in Val Comelico.

Un circuito impegnativo ma altrettanto modulabile e coinvolgente, che intende premiare indistintamente sia gli sforzi degli atleti che quelli delle società. Oltre a una formula di abbonamento particolarmente vantaggiosa, sono infatti previste numerose classifiche con in palio ricchi montepremi in denaro, e non solo.

Sul piano individuale, sia per il girone Classic che per quello Extreme, sono previsti montepremi per 4250 euro ognuno da suddividersi tra i primi cinque di ognuna delle dieci categorie, anche se i premiati saranno fino al decimo classificato con riconoscimenti offerti dagli sponsor e dai comitati organizzatori. Durante le varie tappe, i leader di ognuna delle dieci categorie avranno inoltre la possibilità di vestire la maglia di capoclassifica, di colore rosso per il girone Extreme e di colore azzurro per il girone Classic. Saranno predisposte anche due classifiche finali assolute per la sola categoria maschile:

- la classifica a punti terrà conto del totale dei punti ottenuti nelle otto prove e darà diritto a indossare la maglia gialla di leader;

- la classifica a tempo premierà il miglior tempo assoluto ottenuto dalla somma dei tempi nei soli percorsi più lunghi di ogni singola manifestazione:





IL CALENDARIO DELLE GRANFONDO, MARATHON, 24H E TRAIL DEL 2017

GENNAIO

28-29 > Winter Race

Auronzo di Cadore (Belluno)

<http://winterride.3epic.it>

FEBBRAIO

19 > Mediofondi di San Valentino

Poggio Lavarino (Terni)

www.24hdeldrago.it

19 > Team Sculazzo Italia

Campagnola Emilia (Reggio Emilia)

www.rivermarathoncup.it

19 > Andora Bike Mirko Celestino

Andora (Savona), www.andorace.com

23-26 > Cyprus Sunshine Cup

Lefkara-Skarinou-Amathous/Agios Tychon

(Grecia), www.cyclingcy.com

25 > Granfondo Mtb Capo Verde

(Isola di Sal, Capo Verde)

mario.n@scott-sports.it

26 > Fossbike

San Marino di Carpi (Modena)

www.facebook.com/fossbike1

26-3 marzo > Andalusia Bike Race

Jaen e Cordoba (Spagna)

www.andaluciabikerace.com

MARZO

5 > Energy Marathon

Carpinedolo (BS), www.easycupmtb.it

5 > Baciella Bike

Terontola (Arezzo)

www.mtbtourtoscana.com

11 > Volterra Trail

Volterra (Pisa), 210 km

it-it.facebook.com/volterra.bike

12 > Bardolino Bike

Bardolino (Verona)

www.baldobikeevent.com

12 > GF Castello di Monteriggioni

Monteriggioni (Siena)

www.teambikepionieri.it

19 > Orvieto Wine Marathon

Orvieto (Pisa), www.umbriamarathon.it

19 > Granfondo Parco del Sele

Contursi Terme (Salerno)

www.bikesportweb.it

19 > Granfondo dei Vicari

Lari (Pisa), www.granfondodeivicari.it

19-26 > Cape Epic

Città del Capo (Sudafrica)

www.cape-epic.com

18-19 > South Garda Bike

Medole (Mantova)

www.southgardabike.it

25 > 24H Brasil Ride Mtb

São Paulo (Brasile)

www.brasilride.com.br

26 > Tre Valli Tregnago (Verona)

www.granfondotrevalli.com

26 > Granfondo

del Muretto di Alassio

Alassio (Savona)

www.murettodialassiomtb.it

26 > Granfondo dell'Argentario

Porto Santo Stefano (Grosseto)

www.argentariobike.it

31 > Trail Laghi Laziali

Civitavecchia (Roma) 300/200 km

APRILE

2 > Rampichiana

Cortona (Arezzo)

www.rampichiana.com

2 > Mtb Garda Marathon

Garda (Verona), www.mtbgarda.it

2 > Marathon del Salento

Ugento (Lecce), www.mtbcasariano.it

2 > Marathon dei Monti Aurunci

Fondi (Latina)

www.mtbmarathonlazio.it

9 > Granfondo della Val di Merse

Rosia (Siena), www.rosiabike.it

9 > Proseccchissima

Miane (Treviso)

www.proseccchissima.it

9 > Granfondo Antica Carulae

Montecastrilli (Terni)

www.umbriamarathon.it

13-16 > KRKA on Bike

Primosten (Croazia), www.trxbike.com

21 > Italy Divide

da Roma a Torbole, 900 km, www.italydivide.it

22 > MyLand

Lunamatrona (Medio Campidano) 400/220/120 km

www.mylandbikefestival.it

22-23 > Tiliment Marathon Bike

Spilimbergo (Pordenone)

www.tilimentmarathonbike.it

23 > Granfondo Roerocche

Canale (Cuneo)

www.gfroerocche.com

23 > Granfondo Città di Brescia

Brescia, www.easycupmtb.it

23 > Granfondo

del Lago di Bracciano

Trevignano Romano (Roma)

www.maremmatoscologiale.it

23 > Rokketa Legend

Gualdo Tadino (Perugia)

www.rokketalegend.it

28-30 > Houffalize

Roc d'Ardenne (Belgio)

www.sport.be/rocdardenne

29 > Rocky Mountain Bike

Marathon, Riva del Garda (Trento)

www.bike24-marathonman.com

29 > 6h Terre Bentivoglio

Santa Giulietta (Pavia)

www.6hterrebentivoglio.it

www.endurancetour.it

30 > Granfondo Elbaleatico

Isola d'Elba (Livorno)

www.folgorebike.com

30 > Granfondo delle Terme

Montecatini Terme (Pistoia)

www.mtb-montecatini.com

30 > Etna Extreme

Nicolosi (Catania), www.etnaextreme.it

30 > Granfondo del Durello

San Giovanni Ilarione (Verona)

www.asbasalti.it/granfondo-del-durello-2017

30-5 maggio > Titan Desert

Marocco, www.titandesert.com

MAGGIO

7 > Conca d'Oro Bike

Odolo (Brescia)

www.mtbconcadoro.com

7 > Marathon Foresta Mercadante

Cassano Murge (Bari)

www.marathonforestamercadante.it

7 > GF del Bramaterra

Masserano (Vercelli)

www.mtbbriverosse.it

7 > Marathon Città di Chieri

Chieri (Torino), www.dimabiketeam.it

7 > Granfondo delle Sorgenti

Nocera Umbra (Perugia)

www.umbriamarathon.it

7 > Granfondo Mare e Monti

Civitavecchia (Roma)

www.mtbmarathonlazio.it

7 > Val di Non Bike

Cavareno (Trento)

www.valdinonbike.com

www.trentinomtb.com

7 > GF Costa degli Etruschi

Cecina (Livorno), mtb-cecina.it

12 > Carso Trail

Trieste-Slovenia, 350 km, www.carsotrail.it

13-14 > Transvesubienne

Nizza (Francia), www.ucc-sportevent.com/transvesubienne

14 > Il Carpegna mi basta

Carpegna (Pesaro Urbino)

www.ilcarpegnamibasta.net

14 > Capoliveri Legend Cup

Capoliveri (Isola d'Elba, Livorno)

www.capoliverilegendcup.it

14 > Capriolo Bike

Capriolo (Brescia)

www.granfondocapriolobike.com

14 > AironBike

Guastalla (Reggio Emilia)

www.teamsculazzo.com

14 > La Via dei Marsi

Avezzano (L'Aquila), www.avezzanomtb.it

20 > Apulia Trail

Turi (Bari), 570 km

www.apuliatrail.com

20 > 6 Ore del Bacoco's

Monticiano (Siena), www.rosiabike.it

www.endurancetour.it

21 > Passo Buole Extreme

Ala (Trento)

www.passobuolextreme.com

www.trentinomtb.com

21 > Gran Tour Prato Fiorito

Bagni di Lucca (Lucca)

www.gtpratofiorito.it

21 > Marathon Monte Calvo

Amaseno (Frosinone)

www.mtbmarathonlazio.it

27 > Author Král Sumavy

Klatovy (Repubblica Ceca)

www.bike24-marathonman.com

28 > Soave Bike

Soave (Verona), www.soavebike.it

www.easycupmtb.it

28 > Marathon Parco del lago di Fondi e dei Monti Ausoni

Fondi (Latina)

www.marathonlagodifondi.it

28 > GF Bricchi Bistagnesi

Bistagno (Alessandria)

www.labicicletteria.net/gare_2011/volantino/bistagno_mtb/pagina/page.html?i1

28 > Granfondo Bassa Valdichiana

Ponticelli (Perugia)

www.umbriamarathon.it

28 > Da Piazza a Piazza

Prato, www.avis-verag.it

GIUGNO

1-5 > Rally di Romagna

Riolo Terme (Ravenna)

www.rallydiromagna.com

2 > Granfondo Aken Vena del Gesso

Riolo Terme (Ravenna)

www.rallydiromagna.com

2 > Tuscany Trail

(Massa-Capalbio), 550 km

www.tuscanytrail.it

2-4 > 24ore di Finale Ligure

Finale Ligure (Savona)

www.24hfinale.com

3 > Ortler Bike Marathon

Glorenza (Bolzano)

www.ortler-bikemarathon.it

4 > Rampignado

Bernezze (Cuneo), www.rampignado.it

4 > Becycle Race

Carobbio (Bergamo) www.becyclerace.it

4 > Tiferno Bike Mtb Race

Città di Castello (Perugia)

www.appenninosuperbike.it

della Roccaccia, Tarquinia (Viterbo)
www.maremmatoscolaziale.it
11 > Atestina Superbike, Este (Padova), www.atestinasuperbike.it
11-17 > Transpyr Gran Raid (Spagna), transpyr.com
9-12 > Barcellona-San Sebastian (Spagna)
poweradenonstopseries.com
16-18 > Dolomiti Lagorai Mtb Challenge Roncesgno Terme (Trento)
www.dolomitilagoraichallenge.mtb.com
16-18 > Roc des Alpes La Clusaz (Francia)
www.rocdesalpes.com
17 > Hero Dolomites Selva Val Gardena (Bolzano)
www.sellarondahero.bike
17-24 > Alta Via Stage Race Liguria, www.altaviastagerace.com
17-24 > Mavic Trans-Provence rally enduro Provenza (Francia), trans-provence.com
18 > Granfondo di Poppi Poppi (Arezzo)
www.mtbtourtoscana.com
24 > Veneto Trail San Martino di Lupari (Padova), 550 km
www.venetotrail.it
25 > Lessinia Legend Bosco Chiesanuova (Verona)
www.lessinialegend.it
25 > La Via del Sale Limone Piemonte (Cuneo)
www.laviadelale.com
25 > Pollino Marathon Terranova di Pollino (Potenza)
www.pollinobike.it
25 > Marathon dei Monti Lucretili Palombara Sabina (Roma)
www.mtbmarathonlazio.it
25 > Dolomitica Brenta Bike Pinzolo (Trento)
www.dolomiticabike.com
www.trentinomtb.com
25 > Casentino Bike Bibbiena (Arezzo)
www.mtbcasentino.it
30-2 luglio > MB Race Culture Vélo Les Portes du Mont Blanc (Svizzera)
www.mb-race.com

LUGLIO

1 > Gea Bike Trail da Sansepolcro/Arezzo al Passo dei Due Santi/Zum Zeri/Massa Carrara, 550 km,
www.gea.bike
1-2 > Assietta Legend Sestriere (Torino)
www.assiettalegend.it
2 > Crespadoro Bike Crespadoro (Vicenza)
www.crespadorobike.it

2 > Martani Superbike Mtb Race Massa Martana (Perugia)
www.umbriamarathon.it
2 > Montagnana Gold Mtb Race Calestano (Parma)
www.teamlaverde.it
2 > GF Terre del Sangiovese Bertinoro (Forlì-Cesena)
www.appenninosuperbike.it
3-8 > Himalayan Highest Mtb Race Ladakh (India)
www.mountainbike-wwwb.com
5-8 > Kupkolo Mtb Trilogy Teplice nad Metuji (Repubblica Ceca)
www.mtbtrilogy.cz
5-11 > BC Bike Race Vancouver (Canada)
www.bcbiketrace.com
7 > 20k Ultra Trail da Pinerolo/Torino al mare, 700 km
www.20k-ultratrail.it
8 > Dolomiti Superbike Villabassa (Bolzano)
www.dolomitisuperbike.com
15 > Salzkammergut Trophy Bad Gaisern (Austria)
www.salzkammergut-trophy.at
15 > Wilier Trophy Cortina Cortina d'Ampezzo (Belluno)
cortinatrophy.com
15 > South Tyrol Trail da Malles a Dobbiaco (Bolzano), 480 km
www.meranobike.it
16 > Val di Sole Marathon Malé (Trento)
www.valdisolebikeland.com
16 > La Comba Oscura Torre Pellice (Torino)
www.brikebike.com
16 > Cimone Marathon Monte Cimone (Modena)
mtbemiliaromagna.it
16 > Granfondo di Montefogliano Montefogliano (Viterbo)
www.maremmatoscolaziale.it
16-22 > Craft Bike Transalp Germania-Italia
www.bike-transalp.de
22 > 6 Ore Campo Volo Carpenedolo (Brescia)
www.endurancetour.it
23 > Mainarde Bike Race Filignano (Isernia)
www.trofeodeiparchinaturali.it
23 > Kronplatz King San Vigilio di Marebbe (Bolzano)
www.kronplatzevents.com
29-30 > 24 Ore della Val Rendena Strembo (Trento)
www.24hvalrendena.it
29 > Alta Valtellina Bike Marathon Bormio (Sondrio)
www.altavaltellinabike.it
29 > La Pedalanga Sega Digon-Cemelico Superiore (Belluno)
www.lapedalanga.it

30 > Granfondo Est! Est!! Est!!! Montefiascone (Viterbo)
www.maremmatoscolaziale.it

AGOSTO

6 > Erzgebirgs Bike Marathon, Seiffen (Germania)
www.bike24-marathonman.com
6 > La Vecia Ferovia del Val de Fiemme Molina di Fiemme (Trento)
www.laveciasferovia.it
www.trentinomtb.com
12-18 > Mongolia Bike Challenge Ulaan Bataar (Mongolia)
www.mongoliabikechallenge.com
20 > Sila Epic Camigliatello Silano (Cosenza),
www.silaepic.com
26 > Romagna Bike Trail da Ravenna a Marina di Ravenna, 600/350 km
www.romagnabiketrail.it
27 > Clavierissima Claviere (Torino), www.claviere.it
27 > GF Crocette Bike Sarteano Sarteano (Siena)
www.crocettebike.it
27 > 3T Bike Telve Valsugana (Trento)
www.gslagorabike.it
www.trentinomtb.com
27 > 6 Ore Casale del Mare Castiglioncello (Livorno)
www.cicliavisrosignano.it
www.endurancetour.it



SETTEMBRE

2 > 3Epic Mtb Auronzo di Cadore (Belluno)
www.3epic.it
2 > Appennino Ultratrail Capanno Tassoni/Fanano (Modena), 125 km
www.appenninoultratrail.it
2 > GAS Mystic Ultratrail Visso (Macerata), 175 km
2-3 > 24 MTB Val di Fiemme Tesero (Trento)
www.dolomitics.it/24ore-valdifiemme
3 > Straccabike Pratovecchio (Arezzo)
www.straccabike.it
3 > Marathon Bike della Brianza Casatenovo (Lecco)
www.marathonbike.com
9 > Lazio Trail dall'Abbazia di Montecassino/ Frosinone a Tarquinia/Viterbo 560/300 km
www.laziotrail.com
9 > Retrail da Scandiano/Reggio Emilia al crinale di confine regionale nel Parco Nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano, 260 km
www.retrail.it

9 > Specialized Rallye Sudety Boemia (Repubblica Ceca)
redpointteam.cz/rallye-sudety
10 > GF Gran Paradiso Bike Cogne (Aosta)
www.granparadisobike.it
10 > Val di Fassa Bike Moena (Trento)
www.valdifassabike.it
12-17 > Perskindol Swiss Epic Svizzera, swissepic.com
16 > Sardegna Isola Estrema da Calangianus/Olbia-Tempio ad Arzana/Ogliastra, 550 km
www.sardegnaisolaestrema.com
17 > Granfondo del Cinabro Santa Fiora (Grosseto)
www.mtbsantafiora.it
17 > Sasso Mtb Race, Sasso Marconi (Bologna), www.sassomtbtrace.it
17 > Rampiconero, Camerano (Ancona)
www.rampiconero.org
18-22 > Etna Marathon Tour Milo (Catania)
www.etnamarathonmtb.it
22-24 > Madrid-Lisbona (Spagna-Portogallo)
poweradenonstopseries.com
24 > Etna Marathon Milo (Catania)
www.etnamarathonmtb.it
24 > Felciana Bike Santomato (Pistoia)
www.felcianabike.it
24 > Marathon Valle del Farfa Castelnuovo di Farfa (Rieti)
www.mtbmarathonlazio.it
24 > Italy Coast to Coast da Montalto Marina/Viterbo a San Benedetto del Tronto/Ascoli Piceno, 550 km
www.italycoastcoast.it
24 > Granfondo d'autunno Parona di Valpolicella (Verona)
granfondodautunno.com
24 > Gimondibike Iseo (Brescia)
www.gimondibike.it

OTTOBRE

1 > La Prevostura, Lessona (Biella)
www.laprevosturamtb.it
1 > Sinalunga Bike, Sinalunga (Siena)
www.donkeybike.it
4-8 > Roc d'Azur, Frejus (Francia)
www.rocazur.com
7 > Urcis 6h Orzinuovi (Brescia)
www.urchis6h.it
www.endurancetour.it
8 > Granfondo del Brunello e della Val d'Orcia, Montalcino (Siena)
www.gfbrunello.it
14 > Raspazolle, da Livorno a Venturina/Campiglia Marittima/Livorno, 200 km
la-raspazolle.webnode.it



per essere inseriti in questa speciale classifica bisognerà partecipare a tutte le prove e sarà proclamato vincitore colui che avrà ottenuto il tempo inferiore. Il leader della classifica a tempo indosserà la maglia verde.

La classifica per società sarà ottenuta sommando il punteggio acquisito da ciascun gruppo in tutte le tappe che compongono il circuito BikeWorld Zerowind Cup 2017. Per ogni tappa, ciascun team riceverà un punteggio che arriverà da ogni suo tesserato partecipante. Tutti i biker arrivati al traguardo e presenti nell'ordine di arrivo finale della manifestazione riceveranno un punto per ogni chilometro percorso e 1 punto per ogni 20 metri di dislivello scalati. Grazie alla possibilità di giocare il "jolly" in una delle prove previste, tutti i team potranno raddoppiare il proprio punteggio in uno degli appuntamenti: una formula che in un solo weekend potrebbe stravolgere, ogni volta, la graduatoria, tenendola incerta fino alla fine.

www.bikeworldzerowind.it

24H DI FINALE LIGURE

Dopo l'apertura delle iscrizioni per i solitari e le coppie che prenderanno parte al Mondiale Wembo, sono state aperte le iscrizioni sul sito ufficiale della manifestazione per le squadre da 4, 8 e 12 concorrenti agonisti e per la Ciclotouristic, versione non competitiva della 24H di Finale. Saranno oltre 300 gli agonisti che correranno per il titolo e che arriveranno da più di 20 Paesi del mondo.



GRANFONDO TRE VALLI BY GIST A FINE MARZO

La Granfondo Tre Valli by Gist diventa maggiorenne e si appresta a scrivere un nuovo capitolo della sua storia. Nel fine settimana del 24-25 marzo 2017 i biker si daranno appuntamento nelle verdeggianti valli dell'est veronese per una meravigliosa due giorni off road. Le Valli d'Illasi, Tramigna e Mezzane dispongono di tutta una rete sentieristica ottimamente e periodicamente ripulita, vantano svariati tracciati permanentiperforabili 365 giorni l'anno, il tutto in un'ambientazione paesaggistica alquanto singolare dove le immense distese di vigneti del fondovalle si alternano con secolari uliveti e rigogliosi ciliegiati nella parte collinare per poi lasciare spazio a maestosi faggi e castagni nella parte più a nord. Il tracciato di gara,

che si snoda per 42 km in maniera praticamente circolare, tocca tutte queste diverse ambientazioni e presenta difficoltà tecniche non particolarmente elevate, trasformando una semplice gara di mountain bike in una vera e propria festa per tutti gli appassionati, anche per i meno esperti. Per tutti i partecipanti, il comitato organizzatore fornirà un welcome kit e un gadget oltre ai consueti servizi che da sempre contraddistinguono la manifestazione veronese. Le iscrizioni si potranno effettuare fino a pochi giorni dallo svolgimento della gara, ma, visto il sempre alto numero di partecipanti, il consiglio è quello di muoversi per tempo.

www.granfondotrevalli.com

L'organizzazione si aspetta un'affluenza record anche per le squadre e per gli amatori appassionati di endurance e stregati dai sentieri sul mare di Finale Ligure. A correre di pari passo all'agonismo e alla sfida per il titolo Wembo ci saranno tutti i personaggi del nuovo tema 2017 "La Bici nel Paese delle Meraviglie": stanno già giungendo alla mail dell'organizzazione le prime spettacolari immagini di prove costume.

www.24hfinale.com

ASSIETTA LEGEND

L'Assietta Legend è una gara d'alta montagna in mountain bike con lo scollinamento ai 2849 metri di Cima Ciantiplagna. L'appuntamento è per il 2 luglio al Sestriere. Tre i percorsi: Marathon Legend di 85 km (partenza h 9), Assietta Bike di 58 km (partenza h 10.30) e Adventure di 20 km (partenza h 9.45). Le iscrizioni ordinarie si chiudono il 29 giugno e fino al 26 giugno la quota di partecipazione è di 35 euro.

L'iscrizione può essere fatta on-line dal sito ufficiale. Il programma dell'evento prevede anche la Baby Cup nel giorno di sabato 1 luglio.

www.assiettalegend.it

10° VAL DI FASSA BIKE

Aperte le iscrizioni alla 10° Val di Fassa Bike, in programma domenica 10 settembre 2017 a Moena, in Val di Fassa, per il secondo anno consecutivo nel circuito Ima Scapin (Italian Mtb Awards). Dal 24 gennaio al 30 giugno il costo d'iscrizione è di 35 euro, mentre dal 1° luglio al 7 settembre sarà di 40 euro e



sabato 9 settembre, presso l'ufficio gara, di 50 euro. € Confermato il percorso di 48 km per 2000 m di dislivello, un mix di divertenti singletrack, salite tecniche e discese adrenaliniche, che nell'ultima edizione ha riscosso consensi molto positivi tra i rider e i big presenti alla gara, tra cui i vincitori in carica Tony Longo e Maria Cristina Nisi, Leonardo Paez, Jhonatan Botero Villegas, Luca Braidot, Periklis Ilias, Philip Handl, Alexander Laugesen, Pietro Sarai, Andrea Dei Tos, Marzio Deho, Tony Longo, Massimo De Bertolis e Pille Morgan, Alexey

Medvedev, Diego Alfonso Arias Cuervo, Andreas Kleiber, Samuele Porro, Martino Fruet, Francesco Casagrande, Johnny Cattaneo, Daniele Mensi, Luca Ronchi, Adriano Caratide, Enrico Franzoi, Andrea Righettini, Vittorio Oliva, Cristian Cominelli, Christina Kollman, Elena Gadoni, Mara Fumagalli, Sally Bigham e tanti altri ancora.

Per i meno allenati verrà proposto un secondo tracciato più semplice, di circa 38 km, che partirà sempre dal centro di Moena con passaggio obbligato sulla mitica salita delle Cune all'Alpe di Lusia, ormai entrata a pieno titolo nella storia della mtb italiana, ma con un finale meno tecnico e impegnativo, l'ideale per i tanti appassionati di mountain bike che vogliono trascorrere una bella giornata di sport tra i bellissimi panorami della Val di Fassa.

Tante le novità anche su pasta party e premiazioni, e poi, in occasione del 10° anniversario della Val di Fassa Bike e della gemellata Atestina Superbike, gli organizzatori di entrambe le gare stanno lavorando per suggellare il sodalizio con interessanti iniziative di cui verranno dati presto maggiori dettagli.

www.valdifassabike.it

CYCLING pro

leggila anche su **App Store** e **Google play**!



Puoi leggere (e abbonarti a) **CYCLING PRO**, oltre che su carta, anche sull'iPad, sull'iPad Mini, sull'iPhone e su tutti i tablet e gli smartphone che usano il sistema operativo **Android**. Per acquistare la tua copia o l'abbonamento "mobile" vai su **AppStore** o **Googleplay**. Per maggiori info chiama o scrivi all'ufficio abbonamenti (06/3629021, abbonamenti@cycling.it) **Buona visione!**



Cycling.it

DIGITAL CYCLING NETWORK



di CARLO TURCHETTO

Un divertente percorso, con qualche passaggio tecnico e lunghi tratti sotto il bosco, da effettuare in tutte le stagioni. L'itinerario prende il via dal centro di Col San Martino, più precisamente dalla piazzetta situata davanti al Ristorante Da Condo, dove si può parcheggiare



l'auto. Da qui imbocchiamo la via Fontana, che porta indicazioni per Miane e Combai e che seguiamo in salita fino al primo bivio, presso il quale deviamo a destra sulla via San Virgilio. Saliamo con decisione su fondo asfaltato, con il panorama che si apre a destra verso la pianura; dopo aver fiancheggiato sulla destra la chiesa di San Virgilio arriviamo in una biforcazione dove teniamo il ramo di sinistra, continuando a salire immersi tra i vigneti di prosecco. Successivamente la pendenza si inverte per un breve tratto ma nei pressi di una selletta, dopo aver lasciato a destra un vecchio

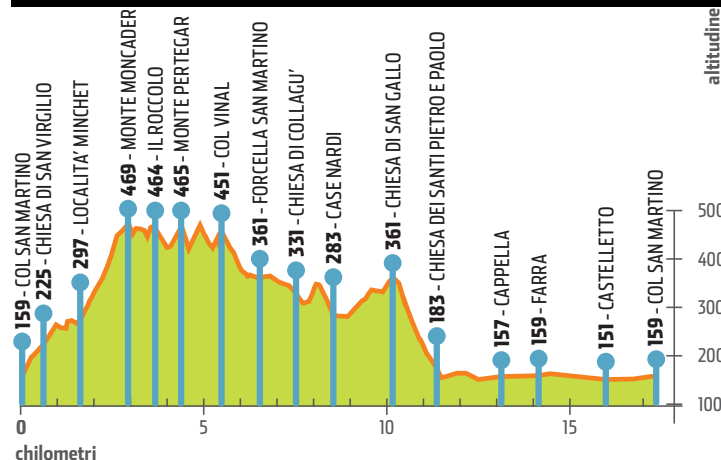
fienile, riprendiamo a salire su un fondo che diviene poco dopo sterrato. Con una salita in cui si alternano brevi rampe cementate e tratti in contropendenza, superiamo la località Minchet, dove sorgono un'isolata casa da poco ristrutturata e un albero secolare; subito dopo arriviamo in un bivio dove dobbiamo lasciare la principale per deviare su una secondaria che si stacca a sinistra, presentando un fondo sassoso. Continuando sulla principale, fiancheggiando altre due case isolate ed entriamo poi in un fitto bosco di querce. Poco dopo, al km 2.28, la stradina si restringe trasformandosi in un sentiero e continua a salire ora in modo piuttosto ripido. Arrivati in località Campo Farel, pieghiamo a destra seguendo il segnavia bianco/verde 002 e continuando a salire rapidamente su uno stretto e sconnesso sentiero. Dopo qualche ripidissima rampa da superare a piedi e seguendo sempre il segnavia bianco/verde 002, nei pressi di un vecchio cippo confinario la pendenza si attenua di molto e poco più avanti raggiungiamo la cima del Monte

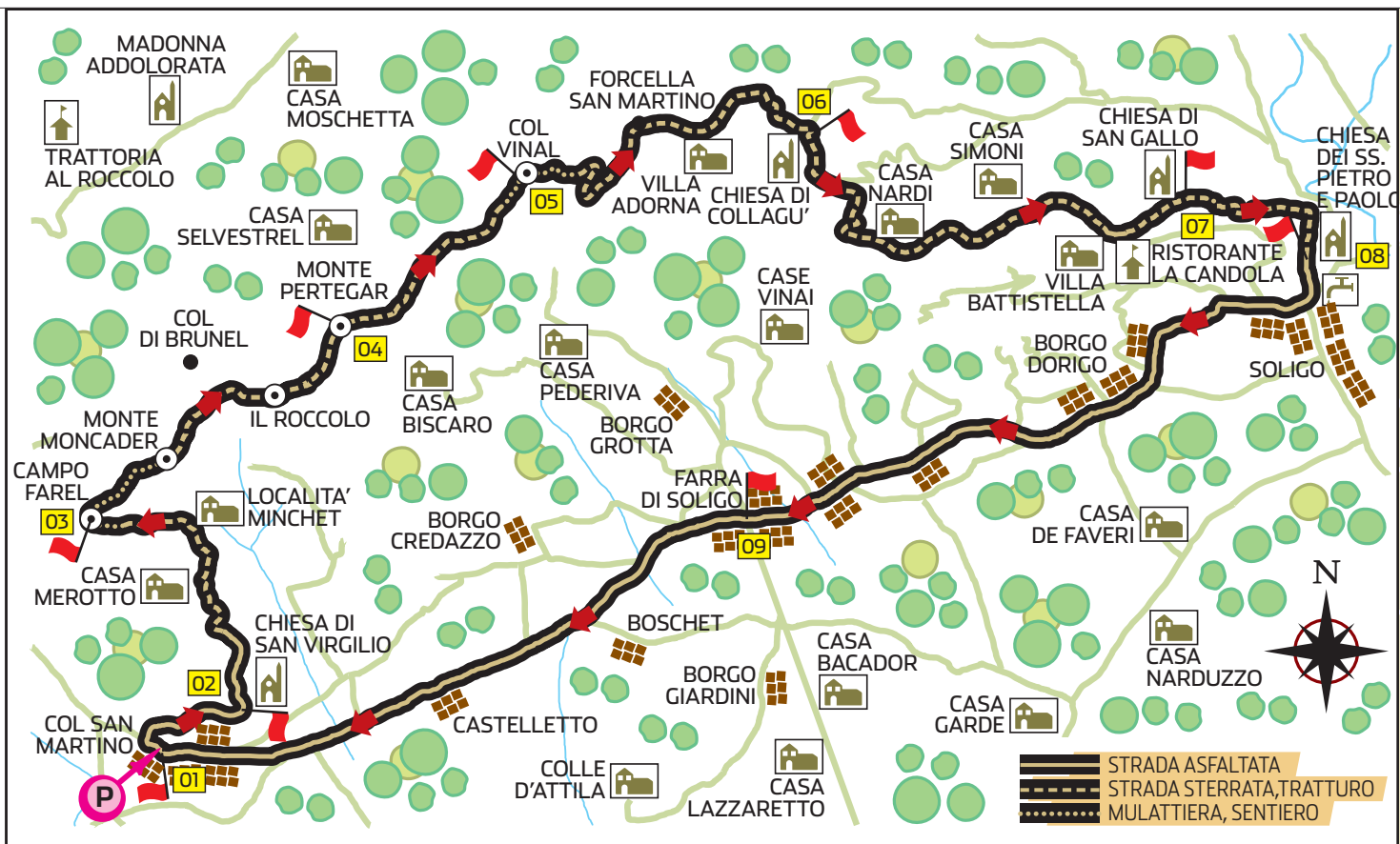
Moncader, sotto la quale sorge una vecchia trincea visitabile. Qui il sentiero si allarga trasformandosi in una sterrata e prosegue sul crinale, scendendo con una certa decisione e arrivando in un bivio dove, lasciata a sinistra una strada che scenderebbe compiendo un tornante, seguiamo dritto riprendendo a salire. Poco dopo raggiungiamo un culmine dove lasciamo a sinistra una secondaria e una lama (pozza per abbeverare gli animali al pascolo), per proseguire ancora dritto, ora in

falsopiano.

Continuando a pedalare sul crinale e superando una serie di saliscendi, al km 3.67 arriviamo in località Il Roccolo, da dove seguiamo in discesa sbucando dopo 200 metri a "T" su una sterrata più importante che imbocchiamo a sinistra. Tenuta la destra in un primo bivio, in un secondo scegliamo il ramo di destra che riporta ancora il segnavia 002, e così facciamo anche in un terzo, dove seguiamo le indicazioni per il Sentiero Alpino

ALTIMETRIA COL SAN MARTINO





Info

Luogo di partenza:

Col San Martino (Treviso), 159 metri slm

Lunghezza: km 17,38

Dislivello: 650 metri

Quota massima raggiunta:

469 metri slm

Tempo di percorrenza: 2 ore

Grado di difficoltà: medio

Informazioni:

Associazione Pro Loco Col San Martino, piazza Rovere 4, 31010 Col San Martino (TV), ☎ 0438 989 107, fax 0438 989 107, www.prolococolsanmartino.it



4. Raggiunta la cima del Monte Pertegar, scendiamo abbastanza rapidamente arrivando in breve sulla Forcella Xocco, dove in un'importante biforcazione seguiamo in salita seguendo le indicazioni del Sentiero Alpino 4. Arrivati sul Pian Serafin, scendiamo abbastanza rapidamente su un tratturo raggiungendo in breve un incrocio dove convergono più tracce e da dove dobbiamo proseguire dritto su uno stretto sentiero che parte in salita, riportando indicazioni per il Sentiero Alpino 4. Un tratto

alquanto ripido alternato a una breve contropendenza ci porta sulla cima del Col Vinal, da dove scendiamo - sempre su sentiero - fino ad arrivare su uno slargo dove sorgono alcuni tavolini. Qui il sentiero si allarga trasformandosi nuovamente in un tratturo e continua a scendere. Raggiunto dopo 100 metri un bivio, pieghiamo a destra seguendo ancora le indicazioni del Sentiero Alpino 4; dopo altri 150 metri, in una nuova biforcazione, teniamo il ramo di sinistra che scende, scartando quello di destra

che salirebbe. Così facendo sbuchiamo su una strada sterrata più importante che imbocchiamo a sinistra. Procedendo in falsopiano su un buon fondo in terra battuta e facendo attenzione a seguire sempre la principale, raggiungiamo uno slargo in località Forcella San Martino da dove continuiamo sulla principale seguendo il segnavia 6 per Farra. Da qui continuiamo in leggera discesa su un fondo che diventa poco dopo cementato, fiancheggiando sulla destra la Villa Adorna e arrivando infine in un bivio nei pressi della Chiesa di Collagù, dove scegliamo il ramo di destra che scende rapidamente, sempre su fondo cementato. Terminata la breve discesa, in una prima biforcazione lasciamo a destra una cementata che

scenderebbe e nella seconda, che incontriamo subito dopo, seguiamo le indicazioni per la chiesetta di San Gallo, proseguendo in salita su fondo sterrato.

Raggiunto un culmine, nella biforcazione che incontriamo subito dopo teniamo la sinistra e in quella successiva la destra, sbucando in breve su una strada cementata che imbocchiamo a sinistra, sempre in discesa. Arrivati in un ennesimo bivio nei pressi di un paio di case, pieghiamo a sinistra e continuiamo dapprima in falsopiano e poi in leggera salita, fino a sbucare su una strada asfaltata nei pressi del Ristorante la Candola. La imbocchiamo a sinistra e saliamo rapidamente fino a raggiungere una catena - che

LA TRACCIA GPS SU CYCLING.IT

Potete scaricare la traccia GPS di questo itinerario dal nostro sito www.cycling.it e di seguito diamo i riferimenti per i waypoint marcati. Il **WP 01** corrisponde al punto di partenza, il **WP 02** alla chiesa di San Virgilio, il **WP 03** a Campo Farel, il **WP 04** al Monte Pertegar, il **WP 05** al Col Vinal, il **WP 06** alla chiesa di Collagù, il **WP 07** alla chiesa di San Gallo, il **WP 08** alla chiesa dei Santi Pietro e Paolo e infine il **WP 09** a Farra di Soligo.

SENTIERI

COL SAN MARTINO - TREVISO (VENETO)



superiamo - proseguendo su fondo erboso. Così facendo, raggiungiamo in breve la chiesa di San Gallo, che lasciamo a sinistra, continuando dritto su fondo erboso fino ad arrivare nei pressi di una statua alla Madonna issata su un grosso masso. Qui pieghiamo nettamente a destra imboccando un tecnico sentiero che cala ripidamente, sbucando in breve su una sterrata che imbocchiamo a destra. La seguiamo per pochi metri e poi l'abbandoniamo per deviare su una secondaria che si stacca a sinistra, compiendo un tornante.



Dopo altri 200 metri lasciamo ancora una volta la principale per deviare su una secondaria che si stacca a sinistra compiendo un tornante. Raggiunte alcune case, nei pressi dell'ultima superiamo sulla sinistra una cancellata e continuiamo dritto, scendendo su fondo cementato. Fiancheggiata la

presa di un acquedotto, continuiamo a scendere in vista della chiesa dei Santi Pietro e Paolo, della quale raggiungiamo il grande piazzale dopo aver attraversato un vigneto. Dal piazzale seguiamo dritto in discesa su asfalto arrivando in breve in uno stop tra le case di

> lunghezza
17.38 km

> dislivello
650 m

> grado di difficoltà
medio

Soligo, dove ci immettiamo a destra sulla più importante via San Gallo. Quando la strada si biforca teniamo il ramo di destra sbucando infine, ancora con uno stop, sulla SP 32 dei Colli di Soligo, che imbocchiamo a destra. Percorrendo questa strada attraversiamo prima Farra e poi Castelletto e arriviamo poi in un bivio da dove, abbandonando la principale per deviare a destra seguendo le indicazioni per la Locanda da Condo, rientriamo in breve al punto di partenza.

Cycling.it

Su **Cycling.it**, nelle sezioni dedicate, potete trovare l'archivio dei file gps dei sentieri pubblicati su MBW.

>> Due anni di Sentieri

Dodici itinerari ogni anno, completi delle **tracce gps** registrate durante le nostre uscite: ecco l'elenco di quanto abbiamo pubblicato negli ultimi **due anni**.

Gennaio 2015 > Pigna - Imperia (Liguria), il Colle Scarassan

Febbraio 2015 > Tirano - Sondrio (Lombardia), il Col d'Anzana

Marzo 2015 > Palud sur Verdon - Alpes de Haute Provence (Francia) il Col des Abbes

Aprile 2015 > Montecatini Terme - Pistoia (Toscana), a valle del torrente Borra

Maggio 2015 > Buje (Buia) - Istria (Croazia) il castello di Momjan

Giugno 2015 > Pian del Vescovo - Belluno (Veneto), la valle del Torrente Valpora

Luglio 2015 > Umhausen - Tirolo (Austria), al Frischmann Hütte

Agosto 2015 > Prato Sopralacroce - Genova (Liguria), al Lago delle Lame

Settembre 2015 > Vervio - Sondrio (Lombardia), ai piedi del Monte Masuccio

Ottobre 2015 > Sainte Croix du Verdon - Alpes de Haute Provence (Francia), il Lac de Sainte Croix

Novembre 2015 > Montecatini Terme - Pistoia (Toscana), il Padule di Fucecchio

Dicembre 2015 > Karigador (Carigador) - Istria (Croazia), la Malvasia Istriana

Gennaio 2016 > Abano Terme - Padova (Veneto), il Monte Mottolone

Febbraio 2016 > Imst, Hotel Linserhof - Tirolo (Austria), il Latschenhütte e il Linserunde

Marzo 2016 > Bardineto - Savona (Liguria), il Tetto della Madonna

Aprile 2016 > Colmars les Alpes - Alpes de Haute Provence (Francia), l'alto corso del Verdon

Maggio 2016 > Milies - Treviso (Veneto),

Malga Zogo e Malga Doc

Giugno 2016 > Montecatini Terme - Pistoia (Toscana), il Colle di Buggiano

Luglio 2016 > Resia-Bolzano (Trentino Alto Adige), ai laghi Grünsee e Schwarzsee

Agosto 2016 > Isoverde - Genova (Liguria), la Colla di Praglia

Agosto 2016 > Isoverde - Genova (Liguria), la Colla di Pra

Settembre 2016 > Kappl (Tirolo, Austria), Ai piedi del Welskogelgruppe

Ottobre 2016 > Torbole - Trento (Trentino Alto Adige), La Bocca del Creer

Novembre 2016 > Guamo - Lucca (Toscana), L'Acquedotto Nottolini

Dicembre 2016 > Lugo - Verona (Veneto), Enduro nella Bassa Valpantena

EUDISK
european
dive **show**

3/5 march 2017 | Bologna Italy

Ph. Primo Cardini



25^o

twenty
five years
underwater

promosso da:



organizzato da:



in collaborazione con:



www.eudishow.eu
info@eudishow.eu

seguici su       



PIEGHEVOLE,
BEN FATTO, STABILE
E ROBUSTO:
È UNO STATIVO
DA LAVORO
ADATTO AGLI
APPASSIONATI
DEL FAI-DA-TE.



minimo gli ingombri, attraverso un meccanismo infulcrato in basso, una coppia di supporti che scorrono sull'asta centrale e un sistema di bloccaggio sia delle

estremità delle gambe - a incastro su un elemento centrale - che della parte scorrevole formato da una leva quick release del tutto simile a quella delle ruote della bici, per scongiurare ogni rischio di una riapertura

Peso, prezzo

Il cavalletto pieghevole **Workstand Team** costa 129 € e viene fornito già assemblato. Pesa 7,4 chilogrammi, quando è chiuso ha un ingombro di 12,5x19x126 cm, l'altezza massima da terra della pinza serratubo è di 147 cm.

Distributore: Elite © 049 5940 044
Internet: www.elite-it.com

ELITE

Workstand Team

La Elite è una storica azienda veneta specializzata in accessori per il ciclismo, ha infatti più di trent'anni: fra i suoi prodotti più noti ci sono da sempre le borracce e i portaborraccia, e adesso i suoi modernissimi trainer e rulli sono entrati nelle case di migliaia di appassionati. Fra le proposte in catalogo ci sono da sempre anche i cavalletti per la manutenzione della bici, tutti realizzati in acciaio o in alluminio e regolabili in altezza; si dividono in modelli più o meno sofisticati e completi, da quello utilizzato anche dai meccanici dei team professionistici o nei negozi specializzati ai cavalletti studiati appositamente per il lavoro casalingo dell'appassionato che gradisce fare effettuare da solo la manutenzione della propria bici.

WORKSTAND TEAM

Questo stativo da lavoro è un modello che potremmo classificare come intermedio fra il più semplice Tiensù e il professionale Workstand Race Pro. È di tipo pieghevole, con un'asta centrale e due gambe/piedi che si aprono a "V" quando vengono estese, arrivando così a tre punti di appoggio totali: del resto, il treppiede è sempre la soluzione migliore (e pressoché unica) per evitare qualsiasi traballamento. Quando piegate, le gambe si posizionano parallelamente all'asta centrale, per ridurre al



involontaria.

L'asta principale è composta da una struttura assimilabile al sistema stelo/fodero di una forcella, con una ghiera centrale di sblocco per aumentare o diminuire l'altezza della pinza posta in cima allo stelo; la ghiera gira su una filettatura ed è sagomata per permettere una presa salda sia quando si vuole allentare la presa sia quando si vuole serrare il tutto. Come le gambe, anche la pinza - quando il cavalletto è chiuso - è posta parallelamente allo stelo e va poi aperta girandola di 90 gradi per agganciare la bici; lo sgancio avviene con un meccanismo a

scorrimento che libera la rotazione della pinza e, una volta in posizione, la leva fa uno scatto e blocca il tutto. La pinza serratubo è dotata di più leve a sgancio rapido molto grandi, per una rapida e comoda regolazione. La più vicina al fulcro permette di variarne l'orientamento di 90 gradi per agganciare sia elementi verticali della bici - come il canotto reggisella, sempre il punto migliore - sia elementi orizzontali

come il top tube. La pinza si può poi chiudere con una grande leva rossa, dotata all'altra estremità di un pomello per regolare la larghezza della presa, la pressione di aggancio e sostanzialmente per adattarsi a tubazioni di differente diametro. La parte che abbraccia la tubazione è rivestita con un materiale gommoso dotato anche di alcune strisce in rilievo per garantire una presa salda della tubazione interessata. Il Workstand Team è trattato con una finitura di colore nero opaco dall'aspetto molto resistente; è ovviamente consigliabile la pulizia regolare dopo ogni uso, per non rovinare la superficie, dato che lavorando sulla bici si possono usare prodotti che, se non rimossi, potrebbero rovinare il cavalletto.

La portata massima è di 17 chilogrammi, più che sufficienti sia per le bici da strada sia per la maggior parte delle mountain bike, con l'eccezione di qualche modello da DH o delle e-bike, visto che queste sorpassano praticamente sempre i 20 chili. È disponibile come accessorio un vassoio da posizionare lungo l'asta principale per aggiungere un piano di appoggio per gli attrezzi. ▲



COME IL FAMOSO FOREFRONT, UTILIZZA IL KORROYD PER LA MASSIMA PROTEZIONE E LA CONTEMPORANEA VENTILAZIONE INTERNA.



Peso, prezzo

Il casco Smith **Rover** pesa 373 grammi in versione con il sistema Mips e in taglia M (55-59 cm); è disponibile nei colori opachi nero, viola, grigio carbone, blu avio, arancio, rosso/grigio, verde e bianco nelle tre taglie S, M ed L. Il prezzo è di 180 € con il **Mips** e 150 € senza.

Distributore: Safilo © 049 6 985

844, www.safilo.com

Internet: smithoptics.com

SMITH Rover Mips

Dall'azienda statunitense Smith, nota soprattutto per gli occhiali (il nome completo è infatti Smith Optics), arriva un nuovo casco che prosegue la strada intrapresa con il primo modello in gamma, il famoso Forefront, dotato di soluzioni costruttive sicuramente originali. Il nuovo modello si chiama Rover (c'è anche la versione da corsa strada Route, che si differenzia per l'assenza della visiera) ed è realizzato con la tecnologia Aerocore che prevede l'utilizzo del Koroyd, uno speciale materiale coperto da brevetto che fonde elevate capacità protettive ma anche di grande ventilazione.

Il Rover utilizza una parte della sua struttura realizzata nel tradizionale EPS, il polistirolo espanso con cui sono realizzate le calotte di tutti i caschi da bici, e una parte in Koroyd: quest'ultimo è assimilabile alle strutture a nido d'ape, composta da una serie di cilindri ravvicinati in materiale plastico, con un rapporto fra pieni e vuoti decisamente a favore dei vuoti, conseguentemente molto ventilata. Si tratta di tubi in copolimero estruso, termosaldati, che formano uno strato la cui consistenza e spessore è specificamente progettata per la zona del casco che deve andare a proteggere. Tutti i cilindri riescono nel loro insieme ad assorbire grandi quantità di energia se sollecitati

da un impatto (si schiacciano in modo controllato e uniforme, distribuendo l'energia su una superficie molto ampia rispetto al punto dell'impatto) e sostanzialmente permettono di aumentare le dimensioni delle feritoie poste in corrispondenza degli strati in Koroyd sulla calotta in EPS senza compromettere la capacità protettiva del casco, garantendo in ogni caso un elevato passaggio d'aria, sia di quella fresca in entrata sia di quella calda in uscita, per un perfetto scambio termico. Nel caso del Rover, i due elementi in Koroyd sono stati posizionati nelle zone laterali della calotta andando a coprire anche la zona temporale, fra le più delicate della nostra testa.

Le feritoie sono 21 in tutto, distribuite uniformemente su tutta la superficie del casco; la loro conformazione e il sistema di canalizzazione interna collaborano per massimizzare il flusso di aria secondo il principio battezzato AirEvac. Il Rover è disponibile sia con il sistema Mips sia senza, per aggiungere una protezione superiore anche contro gli impatti rotazionali, grazie all'ulteriore strato in materiale sintetico che trasla all'interno della calotta per fare assorbire al casco - e non alla testa - l'energia della rotazione, diminuendo

180 €



quindi i danni al cervello. Le imbottiture sono le X-Static Performance Liner con il Reactive Cooling, lunga denominazione per indicare che sono realizzate con il particolare tessuto X-Static, caratterizzato da uno strato di argento che consente di eliminare i batteri, perfetto per una parte del casco a costante contatto con la testa e con il sudore.

Il sistema di regolazione della taglia si chiama VaporFit ed è composto dal classico pomello posteriore per aumentare o diminuire la circonferenza della

calzata, regolabile anche su tre posizioni sia in altezza sia in profondità, per una regolazione decisamente completa. I cinghietti che compongono il sistema di ritenzione sono realizzati in un singolo strato per risultare più morbidi e leggeri; utilizzano elementi divisori regolabili e una classica fibbia di chiusura inferiore a forchetta. La visiera di serie non è modificabile nella posizione, è amovibile e compatibile con vari modelli di occhiali e maschere della stessa Smith, per posizionarli facilmente e stabilmente sulla calotta. ▲





PER CHI SOPPORTA
POCO LO ZAINO
SULLA SCHIENA
CI SONO I MODELLI
CHE APOGGIANO
SUL BACINO
COME LO SKYLINE.

CAMELBAK

Skyline 10 LR

Abbiamo recentemente analizzato un marsupio di Camelbak entrato in catalogo nella scorsa stagione, il Palos 4 LR: lo zaino che vedete in questa pagina si avvicina molto al concetto del Palos e segue la linea dettata da oramai tre anni con la serie LR, Low Rider (o Low Reservoir, come era all'inizio), ovvero il peso appoggiato al bacino e non sospeso dagli spallacci. Anche lo Skyline è stato presentato alla Eurobike 2015, come il Palos, ma a differenza del marsupio è una via di mezzo tra innovazione e tradizione perché si tratta di una sacca simile a un classico zaino ma con gli spallacci molto, molto lunghi e una fascia in vita progettata affinché possa appoggiarsi perfettamente al bacino, dove va a gravare il peso. Come il Palos, infatti, lo Skyline si posiziona piegando il busto in avanti a 90 gradi, appoggiando la sacca sulla schiena, chiudendo la clip in vita e serrando le due fasce in nylon alte 38 millimetri affinché sia ben stretto. In più, però, vanno precedentemente indossati gli spallacci, tenuti lenti - e mantenuti lenti - perché non servono ad appoggiare il peso dello zaino sulle due spalle ma solo a trattenere la sacca affinché non si rovesci all'indietro, quando ci si rialza in piedi in posizione verticale, essendo molto più grande di quella del marsupio Palos. Insomma, la schiena è libera doppiamente

perché lo Skyline è molto basso in vita e perché lo stesso suo peso tende a distanziarlo dalla schiena, una specie di grande marsupio con gli spallacci, se la cosa può rendere meglio l'idea. Quando si è in sella, poi, con il busto piegato ad appoggiarsi sul manubrio, gli spallacci rimangono lenti e non danno assolutamente fastidio sul

torace, anche se sono tenuti a distanza da una fascetta sternale con la clip a forchetta, regolabile alla giusta altezza a seconda dell'utilizzatore. E come sul Palos, una volta che si è consumata un po' d'acqua bisogna afferrare le due piccole fascette gialle in nylon che fuoriescono dalle ali laterali e tirarle con forza per fare aderire nuovamente la fascia ventrale al bacino, visto che è diminuito il volume. Lo zaino ha una capacità di 10 litri, è in nylon 70 denari con rinforzi a 210 denari, formato da una grande sacca principale che presenta internamente una tasca a rete con zip e un'altra in tessuto morbido elastico, oltre a due fascette elastiche laterali fermapompa. Esternamente c'è una



130 €

tasca superiore imbottita per lo smartphone e un'altra, ampia tasca elastica per riporre una mantellina, chiusa in alto da una scomoda - clip a forchetta. Lo Skyline è completato da una utile e ben fatta borsa portattrezzi ripiegabile in tre sezioni che si chiude con una clip, tre le tasche interne a rete (si vede il contenuto, per andare a colpo sicuro) e zip, si chiama Bike Tool Organizer Roll: le dimensioni aperte sono 320x165 mm e 115x165 quando chiuso. Esternamente allo zaino, in basso, due fascette in nylon con clip servono a fermare le eventuali ginocchiere ed è presente anche un sistema fermacasco. Le due ali laterali presentano due tasche, con zip la sinistra e con doppio elastico la destra. La sacca idrica ha un suo scomparto sullo schienale, in basso: è addirittura da tre litri, il tubo con innesto Quick Link a

Peso, prezzo

Il Camelbak **Skyline 10 LR** pesa 610 grammi e ha dimensioni di circa 37 centimetri di altezza per 26 di larghezza e 17 di profondità; la borsa portattrezzi pesa 49 grammi, la sacca idrica Antidote Lumbar (si tratta del modello 2016, adesso è stata sostituita dalla nuova Crux) pesa 192 grammi. Il modello 2017 è disponibile in Italia nei colori rosso/azzurro, azzurro/verde acido, nero/arancio e costa indicativamente 129,90 €.

Distributore:

Larm © 051 6 053 020, www.larm.it

Internet: www.camelbak.com



baionetta passa in uno dei due spallacci sul quale si ferma poi con un sistema a calamita molto comodo. Non c'è bisogno di cercare con la mano il punto di fermo, è lo stesso tubo che se lo va a cercare... La patta è semirigida ed è formata dal sistema NV in schiuma EVA che permette il passaggio dell'aria per diminuire la sudorazione, visto che è proprio in questo punto che lo Skyline grava sul corpo del biker con tutto il suo peso. Funziona. Gli spallacci, abbastanza esili in quanto non devono supportare il peso, sono ben preformati e completati da due fasce catarifrangenti (altre due, piccole, sono sul retro). Scomoda la "maniglia" di trasporto, formata da una fascia di tessuto semirigido che tiene alla giusta distanza i due spallacci sulla schiena. ▲



NUOVO SISTEMA ANTIPIZZICATURA (DELLA GOMMA) CHE PROTEGGE ANCHE IL CERCHIO. FACILITA LO STALLONAMENTO ED È FATTO PER I TUBELESS.

tubeless” e identificano l'utilizzo di una camera d'aria tagliata o di qualche robusto nastro adesivo per la nastratura del cerchio, oppure altri metodi dei quali non vengono riportati i nomi ma dei quali si parla specificando che aggiungono troppo peso oppure del fatto che vanno modificati i cerchi: immaginiamo si riferissero



HUCK NORRIS Tubeless Ninja

Questo interessante accessorio nasce in Finlandia - dove viene anche prodotto - e consiste in un sistema concettualmente molto semplice che riesce ad avere funzioni di antipizzicatura (nasce solo per i tubeless, quindi il riferimento è alla gomma e non alla camera d'aria)

ai sistemi Schwalbe ProCore e Fir DeanEasy. A quanto pare, nessuno di questi li soddisfaceva in pieno. L'idea dell'Huck Norris consiste nell'utilizzo di una lunga striscia di uno specifico materiale sintetico schiumoso alta circa un

79 €



sia a fungere da aiuto per fare stallonare la gomma quando si appronta il montaggio tubeless. Tutto è nato dalla mente di alcuni appassionati che nella loro storia di biker avevano provato molteplici soluzioni per limitare ogni tipo di danno alle coperture, dal classico tubeless “standard” all'utilizzo di pneumatici con fianchi particolarmente rinforzati, passando per sistemi tubeless alternativi come quelli che nell'ambiente, in lingua inglese, vengono chiamati “ghetto

centimetro - con alcuni fori longitudinali e una sorta di ampia dentatura sui lati per alleggerire il sistema e garantire il grip della striscia all'interno della gomma - da posizionare all'interno della copertura. La striscia è realizzata in un materiale brevettato di tipo cellular foam, letteralmente schiuma cellulare, in grado di assorbire gli impatti quando si passa su un ostacolo che farebbe comprimere la gomma sul cerchio fino a schiacciarla del tutto, con il rischio

di danneggiare il cerchio o di pizzicare la gomma, eventualità fra le peggiori per ogni biker. La densità del materiale è tarata proprio per assorbire gli urti senza danneggiare il tutto; come specificano gli ideatori, «Se fosse stato più duro o più soffice, l'impatto sarebbe arrivato comunque in maniera eccessiva sulla gomma oppure sul cerchio». Dato il posizionamento all'interno della copertura, questo tipo di impatto viene assorbito dall'Huck Norris senza conseguenze per i due componenti. La striscia è leggera, 75-85 grammi dichiarati per ruota in base alla larghezza e al diametro della ruota in cui va inserita. La confezione comprende due strisce (tre le taglie disponibili, si differenziano per la larghezza) di lunghezza adatta alle ruote da 29 pollici: tagliandole si adattano a quelle da 27.5, si devono per questo seguire le indicazioni fornite da un'incisione sui fianchi

Peso, prezzo

Il kit Huck Norris **Tubeless Ninja** prevede due strisce multifunzione e costa 79 €; nella taglia L analizzata pesa 178 grammi in totale, non tagliato (dunque per le ruote 29er). Le taglie disponibili sono la **S** (cerchi da 21-26 mm, gomme da 2.35-2.5), la **M** (cerchi da 26-35 mm, gomme da 2.25-2.5) e la **L** (cerchi da 34-45 mm, gomme da 2.6-3.0). La confezione diventa un **parafango** per la forcella.

Distributore: 4Guimp

☎ 010 8 935 035, www.4guimp.it

Internet: hucknorris.com

(nelle FAQ del sito si afferma che tagliando un pezzo lungo 19 centimetri si può utilizzare il sistema senza problemi anche sulle gomme da 26 pollici). Un piccolo nastro in velcro permette di formare un cerchio chiuso, agganciandolo alle due estremità dell'Huck Norris.

Le tre taglie in cui il sistema è disponibile coprono cerchi larghi fra 21 e 45 millimetri, ovvero coperture da 2.25 a 3.0 pollici: con simili dimensioni si va a coprire praticamente ogni tipologia e misura di gomme e cerchi in commercio.

Dunque il sistema è leggero, permette anche un montaggio facilitato delle gomme tubeless sul cerchio con una semplice pompa da officina e senza compressore (grazie alla pressione che esercita meccanicamente sui fianchi) e protegge gomma e cerchio dai danni derivanti dai forti impatti, permettendo quindi l'utilizzo della pressione desiderata senza troppi pensieri. L'uso del liquido sigillante, comunque necessario, non crea problemi con il materiale con cui è realizzata la striscia, che tende ad assorbire bassissime percentuali di liquido; la sua natura a base schiumosa lo rende sì parzialmente permeabile ai liquidi, ma la pratica ha dimostrato che il risultato dell'interazione con il sigillante è praticamente ininfluente.

Nota conclusiva: il packaging del prodotto è sagomato per essere montato come parafango sulla forcella. ▲

SHOPPING

undici idee
per un regalo



■ **GIRO** :: Quattro colori, blu, verde, arancio e nero (tutti con finitura opaca) per il Chronicle, casco con tecnologia di dissipazione degli urti Mips e con supporto per action cam integrato. È costruito con un'anima in EPS e la parte esterna in vetroresina.

Le imbottiture, anallergiche, sono in X-Static.

Larm :: 051 6 053 020

www.larm.it

www.giro.com



■ **ENDURA** :: Struttura principale in Cordura e ginocchia in materiale stretch per i Single Track 3/4, agili e semiaderenti pantaloni con tasche anteriori con chiusura magnetica e zip di sicurezza. Sono provvisti di tagli specifici per l'aerazione. Ben otto misure, da XS a XXXXL.

Endura

www.enduraitalia.it

www.endurasport.com



■ **BIKE RIBBON** :: Eva è il nome delle manopole di riferimento di Bike Ribbon per le marathon e l'XC: leggerissime (40 grammi il paio), sono al 100 per cento costruite in schiuma Eva. La confezione include i due tappi di finitura in plastica. Ben dodici i colori disponibili per soddisfare qualsiasi esigenza di abbinamento estetico.

Bike Ribbon :: 0362 993 202 :: www.bikeribbon.com

■ **DAINESE** :: I Rock Solid-C sono guanti leggeri, con palmo tessuto sintetico altamente resistente e capacitivo. La stam siliconata sul palmo favorisce il grip, il polsino è in morbido Airprene con regolazione tramite velcro. Tre colori: rosso, bianco, giallo fluo. Taglie da XXS a XXL.

Ciclo Promo Components

0423 1996 363

www.ciclopromo.com

www.dainese.com



■ **TORPADO** :: L'offerta "elettrica" di Torpado è capitanata dalla Ribot E-11, una pedelec 29er con motore Bosch Performance CX 400 Speed con potenza nominale di 250 watt. L'autonomia dichiarata è di 175 chilometri in modalità Eco. La bici si avvale di un robusto ed essenziale telaio in alluminio proposto in due misure (M e L), completato da una forcella RockShox 30 Silver. La trasmissione è Shimano Deore XT, le ruote, estremamente robuste anche queste, sono le Ambrosio Pulse 29. In modalità assistita la bici può raggiungere la velocità di 25 km/h.

Torpado :: 0426 317 511 :: www.torpado.it



■ **GAERNE** :: La versione più aggiornata delle G.Sincro si chiama G.Sincro+. Questa calzatura unisce comfort e leggerezza con la sua morbida tomaia in microfibra con foratura a laser, che così garantisce anche un'ottima traspirazione. Il sistema di chiusura è il proprietario Dual FCS Fitting Closure System, con due avvolgitori microregolabili Boa IP-1, ciascuno con quattro guide che consentono una chiusura precisa, veloce e personalizzabile sul collo del piede. La suola è disponibile in due versioni, in carbonio oppure in nylon e fibra di vetro.

Gaerne :: 0423 923 169

www.gaerne.com



■ **ON GUARD** :: Pittbull è il nome di un innovativo antifurto da bicicletta, con staffa ad "U" per legare la bici a un palo e allo stesso tempo con cavo in acciaio ad alta resistenza per assicurare il vincolo anche in situazione scomoda; il cavo è lungo 120 centimetri ed ha un diametro di 10 mm. Il meccanismo di blocco azionabile con una chiave è racchiuso in un corpo in acciaio ultraresistente. Il peso? 1600 grammi.

BRN :: 0543 741 423

:: www.brn.it :: www.onguardlock.com



■ **SIDI** :: tomaia in leggerissima microfibra proprietaria Techpro per le Drako, in foto nella variante giallo fluo-blu ma che sono disponibile anche tutte nere. Destinate prevalentemente all'XC, le Drako impiegano la suola in carbonio SRS Carbon-Ground. La chiusura è con due fasce micrometriche Soft Instep 3 e Tecno-3 Push, per una personalizzazione della ritenzione effettuabile anche in corsa. Taglie dalla 39 alla 48 con mezze misure dalla 41 alla 46.

Sidi :: www.sidisport.com



■ **PROLOGO** :: Dedicata espressamente all'off road, la Nago X15 dell'immagine è in variante CPC, cioè con rivestimento provvisto di particolari porzioni gommose (è appunto la tecnologia CPC) che migliorano il grip, l'aerazione e stabilizzano la seduta. La sella è inoltre disponibile sia in questa versione con telaio in titanio Tirox sia con telaio in carbonio Nack. Lo scafo ha dimensioni di 280x135 millimetri.

Beltrami :: 0522 300 523 :: www.beltramitsa.it

RMS :: 0362 27 301 :: www.rms.it :: www.prologotouch.com

■ **NAMED** :: Perfetto per l'inverno, Vitamin C 4Natural Blend è un integratore di vitamina C in compresse, arricchito con estratti vegetali. La Vitamina C (1 grammo per ogni compressa) contribuisce alle normali funzioni del sistema immunitario, mentre gli estratti di Acerola e Camu Camu rafforzano le naturali difese dell'organismo.

Named :: www.namedsport.it



■ **BOTTECCHIA** :: Tonale è il modello che Bottecchia dedica al neofita e in genere a chi vuole avvicinarsi in modo serio alla mountain bike. Prodotta sia in versione 650b che 29er, come quella della foto, impiega un telaio in alluminio 6061 a doppio spessore con sagome idroformate per ottenere il miglior rapporto tra resistenza e leggerezza. In taglia M delle quattro disponibili il telaio non verniciato pesa 1850 grammi; qui è completato con una trasmissione Shimano Alivio, con ruote in alluminio siglate Raxe e con coperture da 2.1 Schwalbe Rapid Rob. La forcella è ad aria/olio, una SR SunTour XCM 29 RL da 100 mm, mentre i freni sono a disco con attuazione meccanica. Il prezzo è di 700 euro.

Bottecchia :: 0426 311 724

:: www.bottecchia.com



Le proposte degli operatori per una vacanza su due ruote

BRASILE

> L'Estrada Real

In Brasile, dal 7 al 12 aprile, un viaggio che ripercorre il cammino originale della "estrada real", detta anche dell'oro, un tracciato aperto dai portoghesi con l'aiuto degli indigeni nella seconda metà del XVII secolo e che unisce l'incredibile cittadina di Ouro Preto, nell'interno dello stato del Minas Gerais, all'incantevole Paraty, sul litorale di Rio de Janeiro. Ai tempi era una via finalizzata solo per il trasporto dell'oro, mentre oggi è una via poco transitata, lontana dai flussi del turismo.

Si pedalerà tra le montagne della sierra, tra fazende di caffè, parchi nazionali, splendide cittadine coloniali perfettamente restaurate, magnifiche chiese e antiche miniere: un viaggio veramente interessante proposto "con le borse", senza mezzi di supporto, per aumentare l'aspetto avventuroso e la coesione tra i partecipanti. Un percorso già collaudato, dove comunque ci sarà la possibilità di trovare un mezzo qualora ce ne fosse bisogno. Si passerà per Ouro Preto, Santo Antônio do Leite, Congonhas, São Bras do Suaçui, Entre Rios de Minas, Lagoa Dourada, Tiradentes, São João Del-Rei, Carrancas, Caxambu, São Lourenço, Passa Quatro, Cunha e Paraty. 750 i chilometri (12 per cento su asfalto, 82 per cento sterrato, 6 per cento sentieri e tratti lastricati) per una media giornaliera di 67 km, un dislivello totale di 13.300 m e una difficoltà media. È un viaggio consigliato a

MADONNA DI CAMPIGLIO > MTB SULLE DOLOMITI

Immaginate un luogo d'incanto sul limitare del bosco, un'oasi di pace in totale armonia con la natura. Stiamo parlando del Bike Hotel Chalet del Sogno di Madonna di Campiglio (Trento), a pochi passi dalle piste da sci e dal centro di Madonna di Campiglio, immerso nel cuore delle Dolomiti di Brenta. Riscaldato in geotermia e costruito seguendo i principi della bioarchitettura, è una struttura unica nell'arco alpino. I materiali semplici e senza tempo quali i legni e le pietre delle valli circostanti lo caratterizzano e ricreano quell'atmosfera calda e accogliente tipica delle case



di montagna. Qui riposerete in ampie ed esclusive suite dove i naturali profumi del legno vi avvolgeranno in un'atmosfera da sogno. Un'ampia scelta di massaggi e trattamenti di bellezza, piscina, saune e palestra sono la caratteristica del centro spa & wellness "Oasi del Sogno", dove potrete rilassarvi e rigenerare in armonia mente e corpo. Avvolti dal calore di questa magica atmosfera potrete gustare una cucina che segue la tradizione regionale trentina, che allo stesso tempo viene reinterpretata in chiave estrosa e sapiente, sempre con l'utilizzo di ingredienti selezionati del territorio. È prevista una ricca colazione a buffet, dove potrete gustare un'ampia scelta di alimenti biologici di provenienza locale, la maggior parte dei prodotti è infatti selezionata e fornita da aziende agricole o singoli produttori della Valle Rendena. Vari i servizi bike dell'hotel: mappe cartacee e info point, lavanderia, riparazione bici, deposito sicuro, emergency shuttle, guida bike, degustazioni durante le uscite, mappe gps, bus di avvicinamento, piscina per allenamento e noleggio bici.

www.hotelchaletdelsogno.com

biker e ciclisti con esperienza e una discreta conoscenza della bici. Nel percorso ci saranno anche tratti dove sarà necessario scendere dalla sella per superare alcuni ostacoli. Gruppo di minimo 5 persone e 14 max. È consigliato l'uso di una mountain bike, per il trasporto della bici è consigliabile una borsa morbida perché sarà più facile gestirne l'invio da Ouro Preto a Paraty. Per il bagaglio serviranno borse laterali posteriori e una borsa da manubrio, possibilmente impermeabili, ma anche un portapacchi da cannotto reggisella potrebbe essere sufficiente, in quanto il clima caldo e il fatto di

sostare sempre in hotel aiuta a ridurre al minimo il bagaglio. I cittadini italiani possono entrare in Brasile senza visto e trattenersi nel Paese per 90 giorni. Sarà sufficiente essere in possesso del passaporto con una validità minima di sei mesi e di un biglietto aereo di andata e ritorno o di proseguimento del viaggio. È consigliabile stipulare un'assicurazione: nessuna vaccinazione è obbligatoria, ma vi consigliamo di consultare il sito www.viaggiareisicuri.it e di essere coperti da antitetanica. Il costo è di 1520 euro: il servizio include assistenza permanente di una o due guide (dipende dal numero dei partecipanti), tutti i pernottamenti, le colazioni e le cene, il trasferimento in barca.

www.patagonia-biking.com

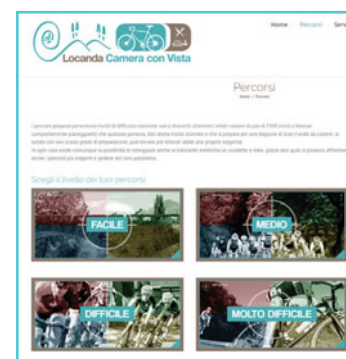
SULLA COSTA ADRIATICA

> In bici a Faenza

Presso la Locanda Camera con Vista potrete regalarvi un'indimenticabile vacanza dedicata alle due ruote pedalando



esclusivamente in zone isolate, lontane dal traffico e potendo ammirare lo splendido entroterra romagnolo, le sue colline e i suoi borghi medioevali. Soggiungerete in maniera intima in una delle quattro ampie stanze presso l'antica casa colonica ristrutturata, completamente immersa nel verde della campagna romagnola e dalla quale si può godere di un panorama stupendo su Faenza, che dista solo 3 km. Il proprietario della Locanda è un appassionato ciclista e sarà la guida che vi accompagnerà tutti i giorni attraverso le centinaia di chilometri di percorsi che egli stesso ha



predisposto e già percorso e che voi sceglierete insieme a lui grazie a briefing quotidiani, in base alle personali esigenze e al grado di preparazione. Una grande attenzione è posta anche nel soddisfare le esigenze degli accompagnatori che non vanno in bici, bambini compresi! Da 483 a 728 euro a settimana.

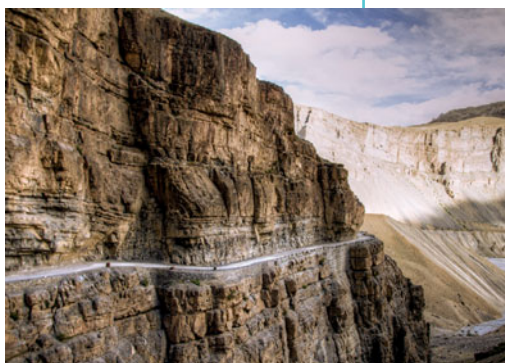
www.locandacameraconvista.com

INDIA DEL NORD

> Spiti Valley in mtb

Maurizio Doro sta preparando un nuovo viaggio: l'India del Dalai Lama è la nuova meta da scoprire in bici, a piedi e in 4x4 nei suoi paesaggi di alta quota tra monasteri buddisti e alte cime, un percorso in una valle molto affascinante, una zona ricca di misticismo e spiritualità. Il costo è a partire da 2690 euro (volo incluso), con uno sconto di 50 euro ai "naturaid" che hanno già partecipato ad altri viaggi Naturaid. Il viaggio è spartano, con piccoli disagi di logistica ed è indispensabile la visita medico-agonistica sotto sforzo o il tesserino agonistico. Il viaggio prevede 650 km in nove tappe da 50-90 km ognuna per 800-1500 m di dislivello al giorno e si svilupperà in 16 giorni partendo dalla capitale Delhi per poi attraversare caratteristici e splendidi luoghi che contraddistinguono la Spiti Valley, in particolare per la loro essenza buddista. Si visiterà la città di Manali, ingresso alle valli gemelle Lauau e Spity e luogo di partenza per molti trekking verso le alte montagne. Da questo villaggio situato a 2000 m di quota, montate le bici, inizierà la pedalata

fino a Shimla, passando per villaggi spettacolari. Si visiteranno anche antichi monasteri buddisti accompagnati dai monaci. I terreni saranno vari, con asfalto e sterrato, ma sempre pedalando al ritmo del viaggiatore e sostando per fare foto e incontri. Si attraverseranno zone rurali dove il turismo è poco sviluppato, per cui



sarà difficile trovare strutture adeguate e si dormirà prevalentemente in tenda. Ci sarà un 4x4 al seguito per qualsiasi necessità ed esigenza, mentre il cibo, caratteristico e vario, sarà garantito e cucinato dai cuochi. Guide locali accompagneranno il gruppo durante tutto il viaggio. Il percorso di questa importante spedizione è in continuo sviluppo per via delle frane nel periodo invernale, perciò le distanze chilometriche e la natura del terreno potrà non essere esattamente conosciuta neppure alle guide locali e potrà non essere esattamente quella dichiarata nel programma. Le piste che collegano i vari piccoli villaggi non sono mai troppo pendenti, tanto che vengono percorse anche dai 4x4. Le salite sono regolari e il fondo è buono, perché c'è una tempestiva manutenzione manuale. Sarà un'occasione per vivere un'esperienza indimenticabile ricca di soddisfazioni e imprevisti. Essendo le date in pieno periodo di

vacanza estiva consigliamo di prenotare con largo anticipo per non incorrere in aumenti sul costo complessivo del viaggio dettato dall'aumento dei voli. Maurizio Doro è disponibile per i primi contatti e informazioni.

www.mauriziodoro.it

SARDEGNA

> Gallura per biker

Scoprire le meraviglie del Nord della Sardegna in bicicletta, pedalare tra Santa Teresa di Gallura e la Costa Smeralda respirando il profumo del mirto e riempiendosi gli occhi con il colore del mare, il tutto

soggiornando negli accoglienti resort Club Esse e spostandosi in sella a confortevoli bici Bianchi adatte a tutti, dalle famiglie con bambini all'amatore, dal principiante all'esperto, dal cicloturista all'agonista, con la

possibilità di noleggiare il modello più adatto ad ognuno, scegliendo tra una ricca gamma di mountain bike, ma anche citybike e road bike - anche di altissima gamma -, da prenotare in anticipo. Chi invece viaggia con la propria bici potrà usufruire di servizi esclusivi come assistenza qualificata, ciclofficina, lavanderia, tutoring, con l'ausilio di mappe, gps, guide specializzate e tutto quello che occorre per vivere una fantastica vacanza su due ruote. La prima ghiotta occasione per la prossima primavera sarà un pacchetto ad hoc per celebrare il Giro d'Italia numero 100, che il 5 maggio 2017 partirà proprio da Alghero. È la nuova idea di vacanza "a impatto zero" che i villaggi e i resort Club Esse in Sardegna offrono a partire dal 28 aprile in collaborazione con Probike (www.probikeinresort.com), operatore che fornisce tutti i servizi legati al progetto Bianchi Bike Center e Bike Academy, per permettere a tutti gli ospiti delle



strutture di godere dei dintorni, ma anche di spostarsi da uno all'altro degli otto villaggi Club Esse nel nord della Sardegna. Una vacanza itinerante nel corso della quale Club Esse si occuperà di organizzare anche il trasporto dei bagagli in modo che i cicloturisti possano spostarsi "leggeri". In tutte le strutture Club Esse gli ospiti avranno dunque a disposizione dei roadbook, sia in formato digitale che cartaceo, con ogni informazione utile per la loro vacanza su due ruote, dalle descrizioni del territorio con relativi percorsi calibrati su diversi livelli di abilità all'assistenza in loco ecc. Nel 2017 solo i Club Esse Gallura Beach Village e Club Esse Posada Beach Resort ospiteranno fisicamente i bike center, con una vasta scelta di bici Bianchi da noleggiare e personale specializzato a disposizione della clientela, nonché i bike coffe, novità assoluta per la Sardegna e i primi presso una struttura alberghiera, dove rilassarsi in ambienti esclusivi e ricchi di suggestioni. I Club Esse Gallura e Posada godranno anche della Bike Academy, dove piccoli e grandi ospiti potranno intraprendere lezioni dinamiche e corsi specializzati in base alla propria esperienza. Ogni bike center di Probike proporrà locali attrezzati con officina dove manutenzione e pulizia sono eseguite con attrezzatura Park Tool, mentre personale qualificato e bike tutor saranno a disposizione per suggerire e, a richiesta, accompagnare escursioni guidate. Inoltre, in tutti i bike center gli appassionati avranno a disposizione i Bike Shop Bianchi dove poter effettuare acquisti di marca. Dal 2018 i bike center saranno estesi a tutta la catena di villaggi Club Esse.

www.clubesse.com

