

tutto

BIG

BEATI DISCANTO  
www.beatidiscanto.it



Inchiesta: Italia sì o no? p. 42



Valverde a quota 100 p. 52



Rui Costa re di Abu Dhabi p. 84

Fabio  
Felline

L'incidente all'Amstel ha cambiato il torinese: più lavoro, più impegno, nuovi traguardi

Ora faccio sul serio

# U1-r

IN COLLABORAZIONE CON







THE MOST  
SUCCESSFUL BIKES  
IN THE WORLD

colnago.com



**C60**

IL CARBONIO HA UNA NUOVA FORMA



## Scoppia la polemica azzurra

### 41 L'inchiesta Italia sì o no?

È giusto che la Nazionale schieri corridori professionisti di WorldTour alle corse italiane? O dovrebbe puntare solo su atleti Under 23 per non condizionare i risultati della classifica della Ciclistimo Cup che vale un posto al Giro d'Italia? Parola a Reverberi, Pelosi, Savio, Citracca, Cassani e Ghigo

di GIULIA DE MAIO



**tutto  
BICI**

**Il mensile  
del ciclismo agonistico**

è una pubblicazione

**Prima  
Pagina**  
edizioni

**DIRETTORE RESPONSABILE**  
Pier Augusto Stagi

**REDATTORE CAPO**  
Paolo Broggi

**RUBRICHE**  
Angelo Costa  
Cristiano Gatti  
Gian Paolo Ormezzano  
Gian Paolo Porreca

**COORDINAMENTO TECNICO**  
Bibi Ajraghi

**PROGETTO GRAFICO**  
Emanuela La Torre

**SERVIZI FOTOGRAFICI**  
Roberto Bettini  
Pier Maulini  
Silvano Rodella (*resp. dilettanti*)  
Team Rodella 2000

**HANNO COLLABORATO:**

Stefano Arosio  
Diego Barbera  
Umberto Ceriani  
Mariangela Codenotti  
Giulia De Maio  
Giuseppe Figini  
Mauro Giacca  
Pietro Illarietti  
Emanuela La Torre  
Diego Murari  
Danilo Viganò  
Valerio Zeccato



# Sommario

## COVER STORY

**Fabio Feline: Ora mi alleno... a vincere**

di GIULIA DE MAIO

32

## IL TRAGUARDO

**Alejandro Valverde #Bala100**

di PIER AUGUSTO STAGI

52

## PROTAGONISTI

**Michele Scarponi: Con Fabio andremo lontano**

di PIER AUGUSTO STAGI

62

## PROTAGONISTI

**Manuel Mori, Il maestro di strada**

di PAOLO BROGGI

70

## L'INCONTRO

**Giovanni Visconti: Vincere per me e per Vincenzo**

di GIULIA DE MAIO

76

## ABU DHABI TOUR

**Rui Costa, trionfo per gli Emirati**

a cura della REDAZIONE

84

## VERSO LA CLASSICISSIMA

**La Milano Sanremo**

a cura della REDAZIONE

92

## VERSO LA CLASSICISSIMA

**Re Leone e il giuramento di Sanremo**

di PIER AUGUSTO STAGI

96

## VERSO LA CLASSICISSIMA

**Ale Jet Petacchi: Sanremo, la più bella**

di PIER AUGUSTO STAGI

102

## DILETTANTI - L'UOMO DEL MESE

**Andrea Toniatti: La mia prima volta**

di PAOLO BROGGI

116

## DILETTANTI

**I capolavori di Leonardo**

di PAOLO BROGGI

122

## DILETTANTI - I SUPERTEAM

**Zalf Euromobil Fior, una scuola sempre aperta**

di MARIANGELA CODENOTTI

126

## DILETTANTI - I SUPERTEAM

**Team Colpack, l'obiettivo è ripetersi**

di MARIANGELA CODENOTTI

136

## DILETTANTI - I SUPERTEAM

**Viris Maserati Sisal, c'è voglia di crescere**

di MARIANGELA CODENOTTI

144

## DILETTANTI

**Gavardo Bi&Esse Carrera, avanti tutta**

di EMANUELA LA TORRE

150

## TECNICA

**L'ultima idea di Colnago**

di PAOLO BROGGI

154

## RUBRICHE

### 5 Editoriale

di Pier Augusto Stagi

### 6 News

a cura della Redazione

### 8 I dubbi...

di Angelo Costa

### 20 Rapporti&Relazioni

di Gian Paolo Ormezzano

### 22 Un libro per voi

a cura della Libreria dello Sport

### 23 Internet

a cura della Redazione

### 24 Day by Day

di Paolo Broggi

### 26 Fisco, così per sport

di Umberto Ceriani

### 27 Unico 1

di Diego Murari

### 28 Scripta manent

di Gian Paolo Porreca

### 108 ACCPI

di Giulia De Maio

### 110 AdisPro

di Valerio Zeccato

### 160 La Regina del mese

a cura della Redazione

### 162 TecnoNews

a cura di Emanuela La Torre

### 164 Gatti & Misfatti

di Cristiano Gatti

TUTTObici  
PRIMA PAGINA EDIZIONI S.R.L.

Direzione, Redazione  
e Amministrazione  
via Inama, 7  
20133 Milano

Tel. 02-89500028

Fax 02-89512140

PER LA PUBBLICITÀ  
Ufficio Commerciale  
Tel. 02-89500028  
info@tuttobiciweb.it

FOTOLITO  
Studio Colore - Abbiategrasso

SERVIZIO PROVIDER  
KPNQWEST Italia - Milano  
Registrazione del Tribunale  
di Milano 138 del 4-3-1995

ABBONAMENTI  
Annuale  
12 numeri € 35,99  
Semestrale  
6 numeri € 19,99  
Trimestrale  
3 numeri € 10,99

1 numero € 3,59

È vietata la riproduzione anche parziale  
di articoli, foto e disegni senza l'autoriz-  
zazione della Casa Editrice. Manoscritti e  
fotografie, anche se non pubblicati, non  
saranno restituiti.

www. **TUTTObiciWEB**.it  
e-mail: info@tuttobiciweb.it

A.N.E.S.  
ASSOCIAZIONE NAZIONALE  
EDITORIA PERIODICA SPECIALIZZATA  
 CONFINDUSTRIA

# Mapecoat TNS Urban

Il sistema che ti mette  
sulla pista giusta.



**24 colori**  
o al campione su richiesta

**elastico!**



**MAPEI**  
SPORTS  
SYSTEM  
TECHNOLOGY

## Mapecoat TNS Urban

**Sistema multistrato a base di resina acriliche** in dispersione acquosa  
per il **rivestimento di piste ciclo-pedonabili** o aree ad **arredo urbano**.

- Superficie ad **elevato grado di aderenza** unito al giusto grado di scorrevolezza
- **Durevole** perché caratterizzato da un'elevata **resistenza** all'usura e all'abrasione

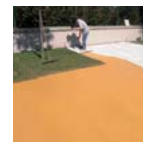
- **Esente da solventi** e rispettoso della natura
- Ottimo aspetto estetico
- **Ampia scelta cromatica**
- Garantisce un ottimo rapporto prezzo/prestazioni
- Certificato **ANAS**



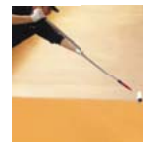
Fondo sigillante e  
regolarizzante



Prima mano  
rivestimento colorato



Seconda mano  
rivestimento colorato



Finitura protettiva  
trasparente



Scopri di più su [www.mapei.it](http://www.mapei.it)

**MAPEI**  
ADESIVI • SIGILLANTI • PRODOTTI CHIMICI PER L'EDILIZIA







**QUELLO CHE CASSANI NON VUOLE.**

L'azzurro fa vedere rosso, e in prospettiva anche nero. Ad alcuni team manager di formazioni Professional non piace assolutamente l'idea di veder schierati al via di corse vevoli per la *Ciclismo Cup*, la vecchia coppa Italia, anche rappresentative dell'Italia di Davide Cassani composte da corridori professionisti. In questo numero abbiamo affrontato l'argomento, dopo aver raccolto i lamenti. Abbiamo deciso di dare voce a tutte le componenti della grande famiglia del ciclismo. Per comprendere quali strade percorrere per il futuro, era necessario ascoltare, soffermarsi su un problema che è lì sotto la cenere da un po' di tempo e di conseguenza capire se è giusto proseguire per questa strada tracciata dal Ct azzurro. Tutto nasce dalla vittoria di Fabio Feline, corridore talentuoso della Trek Segafredo che quest'anno, in maglia azzurra, ha centrato il Trofeo Laigueglia. Bruno Reverberi è stato il primo a sollevare il problema e a gridare l'allarme, rilanciando l'idea di calmierare la partecipazione professionistica in azzurro; Francesco Pelosi ha avallato la tesi del decano dei team manager; Angelo Citracca capisce, ma si adegua; Gianni Savio pare invece smarcarsi, cercando spazi come un Dybala braccato dal più truce dei mediani.

Ho sempre pensato che chi vince ha ragione, e chi perde cerca scuse. Capisco Reverberi, ma credo anche che Feline, supportato dai suoi Trek Segafredo, avrebbe molto probabilmente centrato l'obiettivo ancor meglio, anche senza vestire la maglia bianca degli azzurri. Detto questo, però, il problema c'è. Ed è quello che riguarda e vede impegnati gli ultimi, irriducibili e per questo eroici sponsor di casa nostra. Per come si è ristretto il nostro ciclismo, dobbiamo trattarli con i guanti bianchi, esattamente come se ci dovessimo trovare a maneggiare pezzi pregiati di argenteria di famiglia. Se anche gli azzurri di Cassani tolgono vittorie ai team di seconda fascia, c'è davvero il rischio che si sfasci tutto. Il paradosso è che Cassani cerca i ragazzi da portare in azzurro, ma ormai poche sono le squadre in grado di garantirglieli. Ecco che il problema si pone e riguarda tutte le componenti in gioco: squadre e Federazione, in egual misura. Non a caso Enzo Ghigo, presidente della Lega, ha precisato su questo numero di *tuttoBICI* che è il caso di rivedere qualcosa nell'attribuzione dei punti. Qui il pericolo è uno solo: dopo essere diventati la nazione che più di ogni altra esporta nel World Tour tecnici, corridori, allenatori e personale, rischiamo di restare senza team. Se non vogliamo che anche Bardiani Csf, Androni Sidermec, Nippo Vini

Fantini De Rosa e Willier Selle Italia tolgano il disturbo - e almeno un paio sono sul piede di partenza - qualche accorgimento bisogna pur prenderlo. Penso che la maglia azzurra sia la cosa più bella che ci sia, ma non voglio che resti l'unica squadra in grado di portare in giro per il mondo i nostri corridori per mancanza di club. E penso che questo non lo voglia nemmeno Davide Cassani.

**DOPING AL CERVELLO.** Che testa. È il caso di dirlo e di pensarlo, nel senso che bisogna davvero avere una bella testa per arrivare a farsi massaggiare anche il cervello. Gli atleti, di ogni sport e ad ogni latitudine, lo sappiamo che proverebbero qualsiasi cosa. Sappiamo anche che se dietro a tutto c'è la scienza e un ottimo staff di medici che garantisce la buona applicazione, la cosa si può fare con maggiore serenità, perché sono loro - i medici - che ti inducono a provare, a crederci e a stare tranquillo. Se ne sta parlando già da un po' e se ne parla sempre di più e in maniera compiuta. In questo numero presentiamo un breve intervento di Mauro Giacca, un noto ricercatore triestino, nonché direttore generale del *board* che raccoglie i maggiori istituti biotecnologici del mondo, da New Delhi a Cape Town, che spiega la stimolazione cerebrale o neurodoping: l'ultima frontiera nel miglioramento delle prestazioni atletiche.

La tecnologia è semplice, quasi elementare: due elettrodi vengono posizionati su due lati opposti della scatola cranica. È una tecnica nota come stimolazione transcranica a corrente continua (tDCs), ed è stata originariamente pensata per il recupero delle lesioni al cervello o al midollo spinale. Differisce dall'elettroshock degli anni Cinquanta sostanzialmente perché le correnti coinvolte sono da 500 a 1000 volte più basse; di fatto, una batteria da 9 Volt è più che sufficiente. Come scrive Giacca, la US Ski and Snowboard Association (Ussa), la federazione sciistica degli Stati Uniti, sta testando questa pratica già da tempo. I benefici? La forza aumenta del 70% così come la coordinazione che ha un picco dell'80%. Per gli sport di resistenza come il ciclismo, ad esempio, riduce negli atleti anche la percezione della fatica. Nel frattempo, la Halo, l'azienda che collabora con gli sciatori della Ussa, già vende una sorta di cuffiette da collegare all'iPhone per praticare questa elettrostimolazione cranica a casa. Da tempo vediamo giocatori di calcio scendere dai Motorhome con le loro enormi cuffie multicolori molto alla moda. L'interrogativo che si stanno ponendo in tanti è il seguente: saranno davvero cuffie per ascoltare solo musica? C'è chi ipotizza che sia davvero tutta un'altra musica: nella sostanza quelle cuffie non sono altro che elettrostimolatori cutanei, come *tuttoBICI* può mostrarvi (foto) in questo numero. Ma si pone anche un altro interrogativo: questo è davvero doping? Questa va considerata a tutti gli effetti una alterazione fisica? Perché l'elettrostimolazione al muscolo può andare bene e alla scatola cranica no? Domande alle quali dovrà fornire risposte la comunità scientifica. Ma vanno date in fretta: si diano una scossa, pardon, una mossa.

**Pier Augusto Stagi**





ANDREA MORELLI

# TREK SEGAFREDO PEDALA CON MAPEI SPORT

Si rinnova la collaborazione tra il team statunitense e lo Sport Service Mapei: i corridori verranno seguiti per la preparazione e per le verifiche periodiche della condizione di Giulia De Maio





**P**er il secondo anno consecutivo il Team Trek Segafredo ha scelto il Centro Ricerche Mapei Sport. Lo spagnolo Alberto Contador, tra i sei ciclisti della storia a poter vantare la tripla corona, l'olandese Bauke Mollema, che quest'anno punta forte al Giro d'Italia n°100, il campione italiano Giacomo Nizzolo e il tedesco John Degenkolb, che nel 2015 ha firmato la doppietta Sanremo - Roubaix, vengono seguiti insieme ai compagni per la preparazione e le periodiche valutazioni funzionali in laboratorio dallo staff altamente qualificato del centro di Olgiate Olona (VA). Lo staff di Mapei Sport, composto da ricercatori, medici, tecnici sportivi e personale di supporto specializzato, guidato dal direttore responsabile e sanitario Claudio Pecci, giocherà un ruolo chiave anche per lo sviluppo del vivaio della squadra professionistica che sta prendendo forma sotto l'occhio attento di Ivan Basso. Andrea Morelli, responsabile del settore ciclismo e del laboratorio di analisi del movimento, illustra come si sviluppa nel dettaglio la collaborazione: «Per noi è stato un piacere rinnovare questa partnership. Con Luca Guercilena, team manager della formazione statunitense, ho un ottimo rapporto di amicizia oltre che professionale che ci lega da quando ci siamo conosciuti alle lezioni dell'I.S.E.F. e si è consolidato nel momento in cui ci siamo ritrovati a lavorare insieme, quando Aldo Sassi l'ha scelto come collaboratore alcuni anni dopo che il centro è nato. Condividiamo gli stessi valori che sono poi quelli su cui sono fondate entrambe le aziende per cui lavoriamo. La collaborazione si realizza sia attraverso i test di valutazione funzionale, come il test di massimo consumo di ossigeno o il test di endurance col lattato, svolti nel laboratorio per l'alta prestazione di Mapei Sport, ma anche attraverso la mia presenza o quella dei nostri tecnici durante i training camp o le corse per supportare gli atleti e lo staff del team. La grande esperienza maturata in passato, prima con lo squadrone Mapei poi supportando altre realtà di vertice come quella di Cadel Evans con BMC e di Ivan Basso in Liquigas e la continua voglia di crescere attraverso l'aggiornamento e la ricerca scientifica applicata, credo siano i motivi che hanno spinto Trek Segafredo ad iniziare questa collaborazione e a continuarla anche nel 2017. Quella passata è stata tra l'altro l'annata che ha visto un "nostro" ex atleta - Fabian Cancellara - concludere la sua gloriosa carriera. Abbiamo voluto accompagnare Spartacus fino alla fine cercando di supportarlo al meglio delle nostre possibilità per permettergli di chiudere in bellezza questo percorso iniziato con Mapei». E ancora: «Il nuovo "progetto giovani" ci stimola parecchio. Un atleta che conosco bene e che ho allenato, Ivan Basso, ne è il responsabile e servirà da collegamento tra la prima squadra e le squadre juniores e under 23 nell'orbita di Trek Segafredo per scovare nuovi talenti, sia italiani che stranieri; un po' come la squadra giovani che il patron Squinzi ed il Prof. Sassi hanno voluto così fortemente ai tempi del team Mapei. Ruben Guerreiro, atleta portoghese neo professionista della Trek Segafredo e Jacopo Mosca, passato professionista con un altro team, ma che ha vestito come stagiare la divisa nero-bianca, sono alcuni degli atleti che nella passata stagione sono stati oggetto della collaborazione con Mapei Sport. Crediamo molto in questo progetto che personalmente spero porterà a scoprire nuovi talenti, magari italiani, per il futuro del nostro movimento. Mapei Sport augura a tutto il team Trek Segafredo un'annata ricca di soddisfazioni e successi. Sicuramente con atleti del calibro di Contador e Mollema nei grandi giri e di Degenkolb, Nizzolo e Fabio Felline, vincitore del Trofeo Laigueglia, nelle classiche monumento e nelle brevi corse a tappe si potrà puntare al massimo risultato».

# FIXING

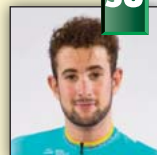
Il borsino mensile di tuttoBICI



SU

**Enzo GHIGO.** Il 5 febbraio, con il Gp Costa degli Etruschi a Donoratico, gara di apertura in Italia, il nostro ciclismo ha voltato pagina. Debutta un progetto rivoluzionario, voluto dalla Lega del professionismo guidata da Enzo Ghigo, che punta a valorizzare, commercializzare e far crescere il nostro movimento in televisione e nel mondo digitale/social. Le gare italiane si vedranno in simulcast sia in tv, sia sul web. Oltre alla Rai, in Italia la diretta sarà coperta anche da Eurosport; all'estero, in una cinquantina di Paesi, tra cui Francia (Equipe 21), Danimarca e Gran Bretagna. Sul web, con la stessa durata della programmazione televisiva, le corse saranno sempre visibili sul sito della *Gazzetta dello Sport*, *Repubblica.it* e *tuttobiciweb.it*. Insomma, anche noi, nel nostro piccolo, contribuiamo a fare il ciclismo sempre più grande.

**Riccardo MINALI.** È un figlio d'arte, il 21 enne velocista dell'Astana, che sin dalle sue prime pedalate nella massima categoria, si è distinto, con piazzamenti degni di nota. Insomma è un figlio d'arte che si è messo subito a sgobbare e a fare maledettamente bene il proprio mestiere, perché non è un figlio di papà.



SU



SU

**Davide MARTINELLI.** Al Dubai Tour il figliolo di mamma Anna e papà Beppe si è fatto apprezzare e applaudire per la potenza, il colpo d'occhio, la lucidità nel tirare le volate a capitano Marcel Kittel. Lui, il Davide, resta con i piedi ben saldi per terra. Sorride e ringrazia. Per questo è un grande.

**Marino BARTOLETTI.** Si precipita da Sanremo - dove era per motivi di lavoro al Festival della canzone - a Milano, per celebrare Ernesto Colnago, il Maestro di Cambiago che ha compiuto 85 anni. «Ernesto è l'unico che sia stato capace di farmi lasciare il Festival per tornare a Milano». Anche Marino, nel suo piccolo, è unico.



SU

**Lance ARMSTRONG.** Christopher Cooper, giudice federale degli Stati Uniti, a Washington, ha di fatto legittimato un nuovo processo contro Lance Armstrong, che rischia così di essere condannato a pagare circa 100 milioni di dollari (94 milioni di euro) per avere frodato lo Stato americano. Li reclama il Ministero della Giustizia. Alla base, naturalmente, c'è il doping (prima scoperto, poi confessato) del texano, privato dei 7 Tour de France vinti con l'inganno e radiato. E la sponsorizzazione alla sua squadra da parte dell'Us Postal, il servizio pubblico delle poste Usa: più di 32 milioni di dollari versati (di cui 13,5 ad Armstrong) alla società di gestione Tailwind Sports Corp., a cui per l'accusa vanno aggiunti danni e interessi. Per il giudice Cooper, ci vuole una giuria per stabilire se lo Stato americano ne abbia avuto un pregiudizio. Il tutto dopo le richieste di Floyd Landis, ex compagno di Armstrong (a sua volta dopato e privato del successo al Tour 2006), che poi si è rivelato il grande accusatore del texano. Paul D. Scott è il legale di Landis e ha detto: «Sono soddisfatto che si vada a processo, la *finish line* per Armstrong si sta avvicinando velocemente».



GIÙ



## I dubbi di Angelo Costa

### La Fly Emirates nel ciclismo deve

- 1 vincere come nel calcio
- 2 stare nell'élite
- 3 volare

### Le vittorie al Dubai Tour valgono meno perché

- 1 le tappe sono corte
- 2 è una corsa di rodaggio
- 3 sono scritte sulla sabbia

### Paolini dopo il doping alla coca si dà alla mtb perché

- 1 vuol cambiare settore
- 2 nessun team su strada l'ha cercato
- 3 sa come si va nel fosso

### La gomitata di Grivko a Kittel conferma che

- 1 si lotta fin dalle prime gare
- 2 il ciclismo è sport duro
- 3 in gruppo c'è chi alza il gomito

### Con i caschi Poc i rischi sono

- 1 limitati
- 2 azzerati
- 3 Poc

### Se Wiggins si rompe la gamba nel reality Jump

- 1 è meglio che eviti la neve
- 2 è meglio che non si dia alla tv
- 3 il salto è stato più lungo della gamba

### Niente inviti alle italiane per le classiche vuol dire che

- 1 guarderemo gli altri
- 2 non abbiamo corridori
- 3 l'Italia non è più un classico

### Se le corse in Toscana sono a rischio per le buche significa che

- 1 le strade sono pessime
- 2 si vogliono evitare guai
- 3 la stagione può andar buca

### Pmg, produttrice delle gare italiane in tv, significa

- 1 Pulse media group
- 2 Produzione mescola gomme
- 3 Permetteteci di mostrare gare

### Chi ha detto "ho comprato un respirapolvere"?

- 1 un domestico
- 2 un pneumologo
- 3 Giggetto Sgarbozza

# Arriva il doping

Sembrano normali cuffie, in realtà trasmettono corrente elettrica al cervello: aumentano forza e coordinazione e permettono di sentire meno la fatica **di Mauro Giacca**

**L**a chiamano stimolazione cerebrale o neurodoping: è l'ultima frontiera nel miglioramento delle prestazioni atletiche. La tecnologia è semplice, quasi grossolana: due elettrodi sono posizionati su due lati opposti della scatola cranica e utilizzati per scaricare una corrente elettrica; il posizionamento preciso degli elettrodi determina attraverso quali regioni del cervello passerà la corrente, cambiando il livello di eccitabilità dei neuroni attraversati. Tecnicamente, la tecnica è nota come stimolazione transcranica a

corrente continua (tDcs), ed è stata originariamente pensata per il recupero delle lesioni al cervello o al midollo spinale. Differisce dall'elettroshock degli anni '50 sostanzialmente perché le correnti coinvolte sono da 500 a 1000 volte più basse; di fatto, una batteria da 9 Volt è largamente sufficiente. Sta sperimentando la tDcs la US Ski and Snowboard Association (Ussa), la federazione sciistica degli Stati Uniti. Gli atleti di punta che praticano il salto con gli sci devono combinare potenza e bilanciamento per controllare discesa e salto





# cerebrale

a più di 100 km l'ora. I primi risultati mostrano che, applicando 4 volte alla settimana per 2 settimane consecutive la tDcs, la forza aumenta del 70% e la coordinazione dell'80%. Un altro studio presentato questo mese in un meeting sulle basi biologiche delle prestazioni atletiche di elite a Nottingham ha indicato che la tDcs riduce anche la percezione della fatica. Stimolando la corteccia temporale di una serie di ciclisti e poi misurando la loro capacità di pedalare fino allo stremo delle forze, si è osservato che questi percepiscono meno la stanchezza e pedalano imperterriti più a lungo. La stimolazione elettrica potrebbe agire su quei centri del cervello, la cui esistenza è già stata ipotizzata negli anni '90, che regolano il senso di affaticamento e impedi-



scono ai muscoli di continuare a muoversi, per evitare potenziali danni. Sono soltanto pochi gli atleti sottoposti a questi trattamenti, almeno per ora, e nessuna conclusione sicura di efficacia può essere desunta in maniera definitiva. La Red Bull, nel suo centro di ricerca di Santa Monica in California, sta sperimentando la tDcs nel contesto del suo Project Endurance, in collaborazione con neuroscienziati del Burke Medical Research

Institute della Cornell University di New York. Nel frattempo, la Halo, l'azienda che collabora con gli sciatori della Ussa, già vende una sorta di cuffie da collegare all'iPhone per praticare la tDcs a casa. Oltre agli atleti, ha come obiettivo di marketing il vasto pubblico degli utilizzatori dei videogiochi: stimolando la corteccia cerebrale, aumentano anche destrezza e velocità. Che mondo...



# «PRONTO AL SALTO DI QUALITÀ, PUNTO SU CLASSICHE E MONDIALE»

Sonny Colbrelli, bresciano della Bahrain Merida, ha vinto la sua battaglia con la bilancia e ha ben chiari gli obiettivi per la stagione

**L**a maglia - quella del Bahrain Merida - è nuova, ma nuove sono soprattutto le ambizioni di Sonny Colbrelli, chiamato a compiere un salto di qualità nella sua nuova veste di corridore di punta di un team di WorldTour.

«L'inizio di stagione è stato buono: a Dubai mi sono misurato in qualche volata anche se non posso competere con i velocisti puri. Ma sono in linea con le mie aspettative. E sono contento anche di come ho gestito la situazione peso. Sono un paio di chili sopra, come sempre in questo periodo. Ma finalmente sulla bilancia sono riuscito a trovare l'equilibrio, perché in passato con il peso ci ho litigato spesso: o ero troppo sopra o ero troppo magro».







**SONNY COLBRELLI**

**Come è stato l'impatto con la nuova realtà?**

«Sono sincero, non mi aspettavo un team già così organizzato, sebbene sia al debutto. Il gruppo è già affiatato, nei due ritiri abbiamo costruito subito un bel clima e un'ottima intesa. C'è molto entusiasmo».

**Si sente più responsabilizzato?**

«So che da me il team si aspetta segnali importanti, ma il primo a volere i risultati sono proprio io. Sarà l'anno della verità. Avrò le mie carte da giocare, sapendo di poter contare sull'aiuto di compagni di livello mondiale. La Sanremo è il primo grande traguardo, poi c'è il Fiandre, anche se non ho mai corso sul pavé e quindi dovrò prendere un po' le misure: ma non vedo l'ora, sono molto curioso».

**Farà anche la Parigi-Roubaix?**

«È una corsa che mi affascina tantissimo, mi piacerebbe provarla, ma correrla vorrebbe dire mettere le gambe in croce in vista delle corse delle Ardenne. C'è l'Amstel, nella quale lo scorso anno sono arrivato terzo, che mi stuzzica in maniera particolare».

**Le Ardenne sono ideali anche per Gasparotto: problemi di coabitazione?**

«Ho sempre pensato che una squadra debba avere due cartucce da sparare piuttosto che una sola».

**E il Giro d'Italia?**

«Non è nei programmi, perché la squadra sarà tutta per Nibali. Un po' mi spiace, ma in compenso sarò al Tour, che non ho mai corso. E se arrivasse una tappa...».

**Torniamo al mondiale in Qatar.**

«Mi mangio ancora le mani. Ho commesso un errore di inesperienza, quando si è accesa la corsa ero dietro e ho perso l'attimo decisivo. Ero al top della condizione».

**E andiamo al mondiale di Bergen: ci sta già pensando?**

«Sarei bugiardo se dicessi di no. È uno dei miei grandi obiettivi. Poi bisogna guadagnarselo, chiaro. Ma farò di tutto per farmi trovare pronto. E stavolta, di sicuro, non mi farò più sorprendere».





# WALKOWIAK

## Addio all'uomo della sorpresa





**ROGER WALKOWIAK**

**S**i è spento nei pressi di Vichy, alle soglie dei 90 anni che avrebbe compiuto il 2 marzo. Era nato a Montluçon, la cittadina francese dell'Alvernia da dove, il 28 luglio 1956, scattò l'ultima tappa del Tour de France dall'esito più inaspettato della storia. Da pochi giorni, cioè dalla morte dello svizzero Ferdi Kubler, avvenuta il 29 dicembre, Roger Walkowiak era il più anziano vincitore della Grande Boucle. Ma se ne è andato pure lui, cedendo il testimone allo spagnolo Federico Bahamontes, oggi ottantottenne. Figlio di immigrati polacchi, conquistò quel Tour rocambolesco da vero e proprio signor nessuno, arrivando a far coniare la definizione di «*Tour à la Walko*», adottata poi per tutte le vittorie lotteria.

Orfano per vari motivi dei grandi attori dell'epoca - Coppi, Bibet, Kubler e Koblet - il Tour del 1956 ha in Charly Gaul, fresco vincitore del Giro, e nello stesso Bahamontes i due principali favoriti. Ma alla settima tappa, da Lorient ad Angers, i due si fanno sorprendere da una fuga da lontano di 31 corridori, apparentemente innocua e senza nomi di grido, che va agli archivi con un distacco abissale: oltre 18 minuti sul gruppo, vittoria di Alessandro Fantini e maglia gialla a Roger Walkowiak, 29 anni, tre vittorie di poco conto alle spalle, portacolori della squadra più modesta tra tutte quelle al via, la selezione regionale Nord-Est-Centre. Nessuno crede che quel «ragazzo grassoccio, con delle guance piene e un accenno di pancetta» - così lo definisce Antoine Blondin, quasi irritato, sull'*Equipe* - possa passare indenne dai Pirenei e poi dalle Alpi, figuriamoci arrivare in giallo a Parigi. Infatti, dopo tre giorni, Roger cede la maglia a Voorting, scivolando a 9'04" dal nuovo leader. Ma a cinque tappe dalla fine, la Torino-Grenoble - con Moncenisio, Croix de Fer e Luitel - lo ricatapulta al comando. E nemmeno la lunghissima crono, 73 km da Saint Etienne a Lione, riesce a scardinare la sua leadership. Walkowiak trionfa così a Parigi, con 1'25" sul connazionale Gilbert Bauvin e 3'44" sul belga Jan Adriaenssens.

La sua carriera conoscerà poi due vittorie di tappa alla Vuelta e poco altro, sino al ritiro a fine 1960. Poi il ritorno nell'anonimato, prima a gestire un distributore di benzina, quindi a lavorare in fabbrica, snobbato dagli stessi connazionali, che non gli hanno mai perdonato di aver «sporcato» la *grandeur* del Tour, di aver inserito in quell'albo d'oro dai nomi altisonanti anche il suo privo di pedigree. Ma la sua vittoria ha dimostrato che talvolta, pur senza essere fenomeni, conta farsi semplicemente trovare al posto giusto al momento giusto.



# MANUEL SENNI

## «PANTANI, LA MIA ISPIRAZIONE»

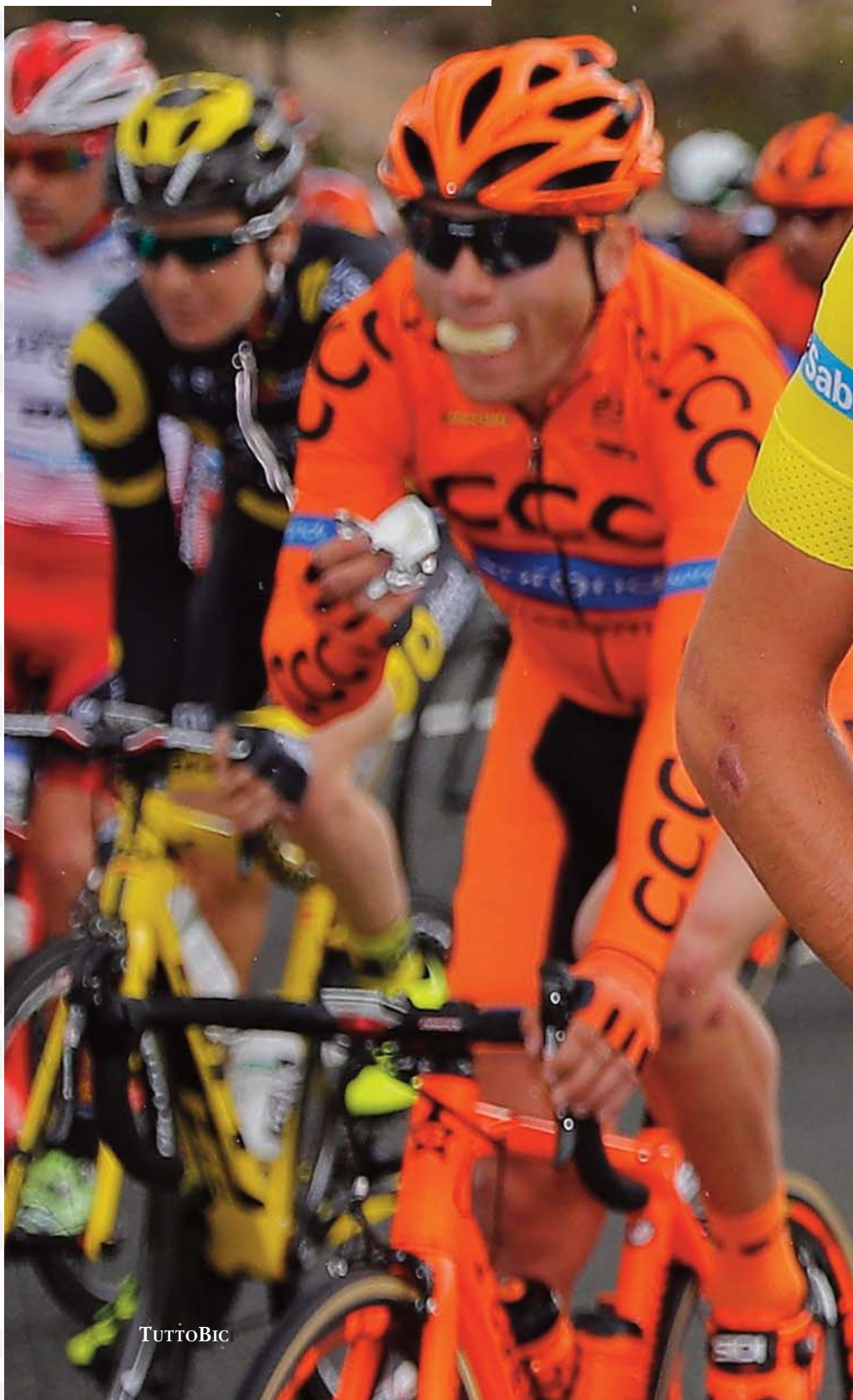
**E**ssere l'unico professionista di Cosenatico - per la precisione della frazione di Sala, a un chilometro in linea d'aria da dove abitava Pantani - è un fardello pesante da portare in giro, ma Manuel Senni ormai ci ha fatto l'abitudine: «Marco è stato la mia ispirazione. Certo, non ho ricordi diretti di quando si rivelò al Giro d'Italia 1994 perché avevo solo due anni, ma ero incollato alla televisione quando vinse contro Armstrong sul Mont Ventoux, al Tour 2000. E ricordo bene pure quando staccò Tonkov al Giro 1998: ero piccolo ma già pazzo per Marco».

E poi aggiunge: «Da ragazzino, a cavallo tra il 1998 e il 1999, ho corso un anno tra i Giovanissimi con la nipote di Marco, Serena Boschetti, la figlia della sorella Manola. La squadra era la Sidermec-Riviera. Marco qualche volta la veniva a prendere. Lo vedevo poi uscire in allenamento nelle mie zone. E ogni tanto parlava con mio padre Loris. Io restavo zitto e ascoltavo. La passione per il ciclismo è nata così».

Senni ha 24 anni, è alla terza stagione con la BMC e ha iniziato l'anno con il piede giusto: terzo posto finale alla Vuelta Valenciana e maglia di miglior giovane.

E Pantani torna sempre nei discorsi di famiglia, perché papà Loris, che adesso fa l'impiegato, è stato corridore e nel 1989 alla Rinascita Ravenna fu compagno di squadra di Marco. «Io al terzo anno, lui al primo. Disputammo la Sei Giorni del Sole, in Calabria. Aveva la maglia di leader, era gialla come quella del Tour de France, e me la regalò perché lo avevo aiutato. Era un ragazzo bravo. Gentile. Negli anni successivi, io avevo smesso ma continuavo a uscire in bici ed era lui per primo se ci incrociavamo a tornare indietro per salutare. Manuel mi ha sempre chiesto com'era Marco: ne era innamorato, i filmati sulle sue imprese li abbiamo consumati a furia di vederli».

Manuel adesso fa il corridore, lavora per crescere e migliorare. E per continuare a portare il nome di Marco in giro per il mondo.







## Marzo, i nostri auguri vanno a...

Questo mese i nostri migliori auguri di buon compleanno vanno a....

<i>il... campione</i>	<i>anni</i>
4 Enrico <b>Barbin</b>	27
7 Alessandro <b>Bisolti</b>	32
9 Roberto <b>Ferrari</b>	34
11 Stefano <b>Pirazzi</b>	30
11 Manuel <b>Senni</b>	25
12 Manuele <b>Boaro</b>	30
13 Luca <b>Wackermann</b>	25
17 Dario <b>Cataldo</b>	32
22 Enrico <b>Gasparotto</b>	35
27 Diego <b>Rosa</b>	28
29 Fabio <b>Felline</b>	27
30 Valerio <b>Conti</b>	24
30 Marco <b>Frapporti</b>	32

Fra i tecnici, auguri a Giuseppe Martinnelli (65 anni l'11).



# Punto tutto sul ROSA







**DIEGO ROSA**



**L**a "prima" è stata buona davvero: Diego Rosa all'esordio con la maglia del Team Sky si è trovato a lottare con i grandi alla Vuelta Andalusia e ha dato subito dimostrazione del suo valore: quinto nella classifica finale, dopo aver colto un quarto e un sesto posto nelle due frazioni più impegnative.

«Quella di approdare al Team Sky è la scelta migliore che potessi fare. «Ho firmato per tre anni e se avessi pensato solo ai soldi avrei fatto un'altra scelta. Sky è la squadra che ti mette nelle condizioni ideali per fare il corridore. Chiaro che poi devi metterci del tuo, ma i presupposti sono ideali. La cura dei dettagli è fondamentale in tutto questo. Un esempio: in altura, al Teide, avevamo anche le bici da cronometro e abbiamo potuto allenarci al meglio».

**Com'è stato l'inserimento nel gruppo?**

«Facile, in molti abitiamo a Montecarlo e dintorni e la squadra ha una villetta-magazzino dove ci raduniamo e partiamo per gli allenamenti, con il massaggiatore a disposizione. Ho pedalato spesso con Puccio, Poels, Thomas, Rowe e Froomey (a Sky tutti chiamano così il re del Tour, ndr)».

**E Froome com'è visto da vicino?**

«Un capitano vero. Carattere forte, serio, sa

quello che vuole e ciò che deve fare».

**Dopo l'Andalusia dove la vedremo correre?**

«Soprattutto in Italia: disputerò Strade Bianche, Tirreno-Adriatico, Volta Catalunya, Tour of the Alps e alla fine il Giro d'Italia».

**Come vede la corsa rosa?**

«Molto diversa dall'ultima a cui ho partecipato, nel 2015. Allora c'erano solo due squadre che lottavano per la generale: la Tinkoff di Contador e noi dell'Astana con Aru e Landa. Stavolta ce ne saranno molte di più e sono convinto che affronteremo una corsa devastante, una battaglia perenne».

**I capitani del Team Sky saranno Geraint Thomas e Mikel Landa. Quale sarà il suo ruolo?**

«Battitore libero pronto a sfruttare occasioni particolari, magari una fuga da lontano. I capitani? Non è un problema aiutarli. Poi, se vai

forte, lo spazio te lo crei da solo».

**Sì al Giro e no alla Liegi, dove pure lo scorso anno è arrivato decimo, migliore tra gli italiani.**

«Ne ho parlato con i responsabili del team. Ma andare alla Liegi anche solo al 90% della condizione è da stupidi perché non basta. Per essere davvero competitivi serve un avvicinamento ad hoc. Ne ripareremo per l'edizione del 2018».

Tanta Italia nei programmi del piemontese che è approdato quest'anno al Team Sky: «Al Giro correrò da battitore libero. Se vai forte lo spazio te lo crei»



STEVEN KRUIJSWIJK

**L**a discesa del Colle dell'Agnello la ricorderà per tutta la vita. La scivolata e l'impatto contro il muro di neve a bordo strada gli è costata la maglia rosa che aveva indossato e l'addio alla possibile (e vicinissima) prestigiosa vittoria nella classifica finale del Giro

d'Italia del 2016. Steven Kruijswijk, classe 1987, olandese di Nuenen, portacolori del Team Lotto NL-Jumbo, poche settimane fa è stato a Bergamo per scoprire il percorso della quindicesima tappa della corsa rosa in programma il 21 maggio del 2017. Kruijswijk ha effettuato la ricognizione in sella alla sua Bianchi Oltre XR4 insieme a Beppe "Turbo" Guerini, seguito in ammiraglia dal grande Felice Gimondi. In una giornata fredda ma limpida, l'olandese ha percorso una settantina di chilometri della Gf Felice Gimondi affrontando le salite di Colle Gallo e Selvino per poi chiudere con la breve ascesa della Boccola che porta in Città Alta, che sarà teatro

# A scuola da



della parte finale della tappa del Giro. Cosa le è rimasto nella testa di quel giorno al Colle dell'Agnello?

«La cicatrice è ancora aperta e non so se riuscirà mai a rimarginarsi. Però preferisco ricordare i cinque giorni che ho vissuto in maglia rosa, che per me sono stati molto importanti e che hanno cambiato le cose. Ho capito che posso veramente pun-

degli olandesi, non solo degli appassionati della bicicletta. Considerate che nessun corridore olandese ha mai vinto il Giro d'Italia e quindi, quando ho indossato la maglia rosa, si è scatenato l'entusiasmo. In Olanda si aspettano per il Giro del 2017 una mia grande prova».

*Sei prof dal 2010 e al Giro d'Italia sei sempre andato in crescendo, dal 18° posto all'esordio al 4° dell'ultima edizione.*

«È il frutto di tanti anni di intensi allenamenti che mi hanno portato ad essere competitivo per le grandi corse a tappe. La svolta è arrivata due anni fa proprio al

*Dopo la caduta al Giro sei finito per terra alla Vuelta per via di un paletto non segnalato, con una clavicola fratturata. Due cadute così gravi lasciano scorie?*

«No, non direi. Almeno nel mio caso non porto conseguenze negative. A parte il fatto che sono cadute diverse e nel secondo caso non è avvenuta per un mio errore. Mi spiace perché mi ero preparato bene per la Vuelta, avevo una bella condizione ed ero sicuro di poter fare una corsa di vertice come avevo fatto al Giro».

*Hai avuto diverse offerte, ma hai scelto di rimanere al Team Lotto NL-Jumbo.*

«Questa è una fase importante della mia carriera. Ho scelto di consolidarmi in un gruppo di lavoro che già conosco e dove mi trovo bene, piuttosto che rischiare in un nuovo team, in un nuovo ambiente dove mi sarei dovuto inserire. Quest'anno poi il team Lotto si è rinforzato e quindi sono sicuro che nelle tappe di salita non rimarrò solo come lo scorso anno».



tare in alto, che ho le qualità per vincere il Giro d'Italia».

*Un Giro che comunque ti ha dato la possibilità di metterti in mostra come mai prima in carriera. È cambiato qualcosa in Olanda dopo questa avventura?*

«C'è stata una grande reazione da parte

Giro quando nella tappa Pinzolo-Aprica sono rimasto sempre con i primi e con Contador. Sono scollinato per primo sul Mortirolo e sono arrivato secondo al traguardo superato solo da Landa. In quella tappa ho fatto il salto di qualità».

La benedizione finale per l'olandese in maglia rosa nel 2017 l'ha data Felice Gimondi: «Steven è un ragazzo motivato, semplice, diverso da me che ero nervoso, lui la pressione non la sente. L'ho guardato pedalare nella ricognizione e ho visto un atleta forte ed elegante in bicicletta, alla fine nonostante il gran freddo ha voluto lo stesso andare in Città Alta per provare la parte finale della tappa del Giro che arriverà a Bergamo, e questo la dice lunga sulla sua professionalità e mentalità. Io ho vinto la 50ma edizione del Giro nel 1976, gli auguro di vincere quest'anno l'edizione numero 100».

**Valerio Zecato**

# Gimondi



# Gente così non ce n'è più

di Gian Paolo Ormezzano

**N**ello scorso numero ho eseguito (verbo opportuno, ormai interpreto il mio passato giornalistico, sicuramente bischero ma probabilmente intenso, come un tema che mi sono autoassegnato per dovere e per piacere) una prima rassegna di “miei” giornalisti del ciclismo, visti allora con i miei poveri occhi e commemorati adesso con il mio povero cuore, entro i limiti della mia grammatica e della mia sintassi: limiti miei ma forse non solo miei... Non internato e neanche censurato, vado avanti nello svolgimento del personalissimo tema, pescando altri nomi e intanto sapendo che dimenticherò tanta gente valida e farò dell'onanismo personale con i ricordi.

**S**ubito Giuseppe Ambrosini, ci mancherebbe altro. Grande direttore della “rosea” e del Giro, dove fu mio compagno d'auto quando trasmigrò a *Tuttosport*, mia guida di ristorante in ristorante («bisogna scegliere sempre fra quelli che davanti espongono la sagoma in cartone di un cuoco, ci vuole coraggio e ci vuole sicurezza dei propri piatti per fare un richiamo simile»). Mangiava pochissimo però si macchiava regolarmente la giacca, che teneva anche a tavola (in questo ho imparato da lui: mi macchio però la camicia, perché non porto giacche). Nel 1963, preistoria, un dissidio forte tra federazione e lega privò per qualche giorno il Giro d'Italia dei giudici federali. La corsa affidò la sua regolarità a lui, gran patriarca. Fu una delle rare occasioni in cui vidi molto spesso i

corridori in azione, perché la nostra auto era quella che ospitava tutta la giuria. Lui preferiva i calcoli della media della tappa, ora dopo ora, alla visione delle fasi della corsa. E se la media era bassa la corsa per lui era brutta. Un giorno osai e gli dissi: «Ma avvocato (era l'Avvocato perché sì, come poi fu Gianni Agnelli), se la media è bassa perché un dinosauro ha ostruito a lungo la strada e i corridori lo aggirano con molto coraggio, la corsa diventa storica: e lei la condanna?». Mi rispose paterno: «La media è tutto, non c'è nulla che intacchi la sua valenza interpretativa».

**M**i ha voluto bene e mi ha ospitato alcune volte, *chez lui*, a Settecrociari, una collina sopra Cesena, Romagna totale. Il suo studio era in una cabina su palafitte, come quelle dei pescatori di Cesenatico. Aveva un archivio sensazionale e poco utilizzato. A Torino - *La Stampa* - aveva inventato la prima redazione sportiva vera e propria, ci teneva a precisarlo. Vado di corsa slalomando fra altri. Gianni Melidoni romano del *Messaggero* è stato come un fratello, e “fratello” ci siamo appellati. Ex nuotatori agonistici tutti e due. Era l'opposto esatto di me, per calma, pacatezza, riflessione,

anche ieraticità. Scriveva a penna mentre io tempestavo la Olivetti, eppure abbiamo vissuto colleganza, amicizia e altro ancora, sempre di natura nobile, come il culto dello sport alto e puro, ai Giochi e non solo. Aveva quattro figli e io ero ancora scapolo. Ho poi recuperato in parte e gli sono grato dell'input.

**G**ino Sala, dell'*Unità*, rivendicava il primato della sua Voghera sul resto del mondo prima di Valentino il sarto anzi lo stilista e Arbasino lo scrittore, suoi concittadini. Si nutriva da fringuello, una pastina in brodo e basta. Nel 1984, a Città del Messico per il record dell'ora di Francesco Moser, in albergo si faceva una minestrina all'ora del pasto di Voghera, tenendo conto del fuso orario.

Sergio Zavoli, Gianni Mura, Adriano De Zan, Enrico Ameri, Sandro Ciotti (gli ultimi due anche giornalisti di ciclismo, come il loro “figlio” Bruno Pizzul) sono stati sin troppo grandi perché io li compri prima nei miei aneddoti. Idem Beppe Conti che da solo a *Tuttosport* faceva (mi faceva, quando ero direttore, e che sempre sia lodato) tutta una redazione ciclistica. Mura poi scrive eccome ancora cose sue davvero speciali, e potrebbe inchiodarmi al mio ridicolo.

lo. Però giornalisti così non se ne producono più, questo voglio scriverlo. E non se ne producono più come Cesare Fascetti.

**S**eguiva il Giro d'Italia anche in motocicletta, per il *Corriere Lombardo*, edizioni pomeridiane e telefoni problematici, arrivò tardi a *Tuttosport*, che lui voleva trasformare in *Tuttociclismo*. Mai visto uno così innamorato della bicicletta, anche se scriveva pure bene di Formula 1, dove gareggiava un suo nipote. Legato a Fiorenzo Magni per idee e opere, intransigente e diligente, pieno di notizie che regalava a tutti i colleghi, purché si scrivesse di ciclismo. Quando divenni direttore di *Tuttosport* lui, collaboratore fra i primari, voleva che relegassi il calcio in ultima pagina, il giornale doveva essere occupato dalle vicende dei ciclisti. Mai visto sentito ammirato uno più devoto ad uno sport e più in buona fede di lui. Penso che mi abbia amato e odiato, anche senza conoscere Ovidio. Se ne è andato quando stavo lontano assai dall'Italia, per un'Olimpiade, evento che per lui valeva, in tutto il suo dipanarsi, sì e no una tappa senza scosse del Giro di Sardegna.

Gian Paolo Ormezzano,  
opinionista de “La Stampa”



## Test e programmi di allenamento per sportivi di ogni livello

### BIOMECCANICA

- Posizionamento in bicicletta
- Posizionamento dinamico delle tacchette
- Analisi del bilanciamento delle spinte

### TEST DI VALUTAZIONE

- Potenza aerobica (VO2 max)
- Soglia anaerobica (ventilatoria e lattacida)
- Potenza anaerobica (Wingate e sprint)

### ALLENAMENTO

- Tabelle individualizzate
- Tabelle basate sulla FC e sui watt
- Allenamento online [www.mapeisport.it/MCT](http://www.mapeisport.it/MCT)

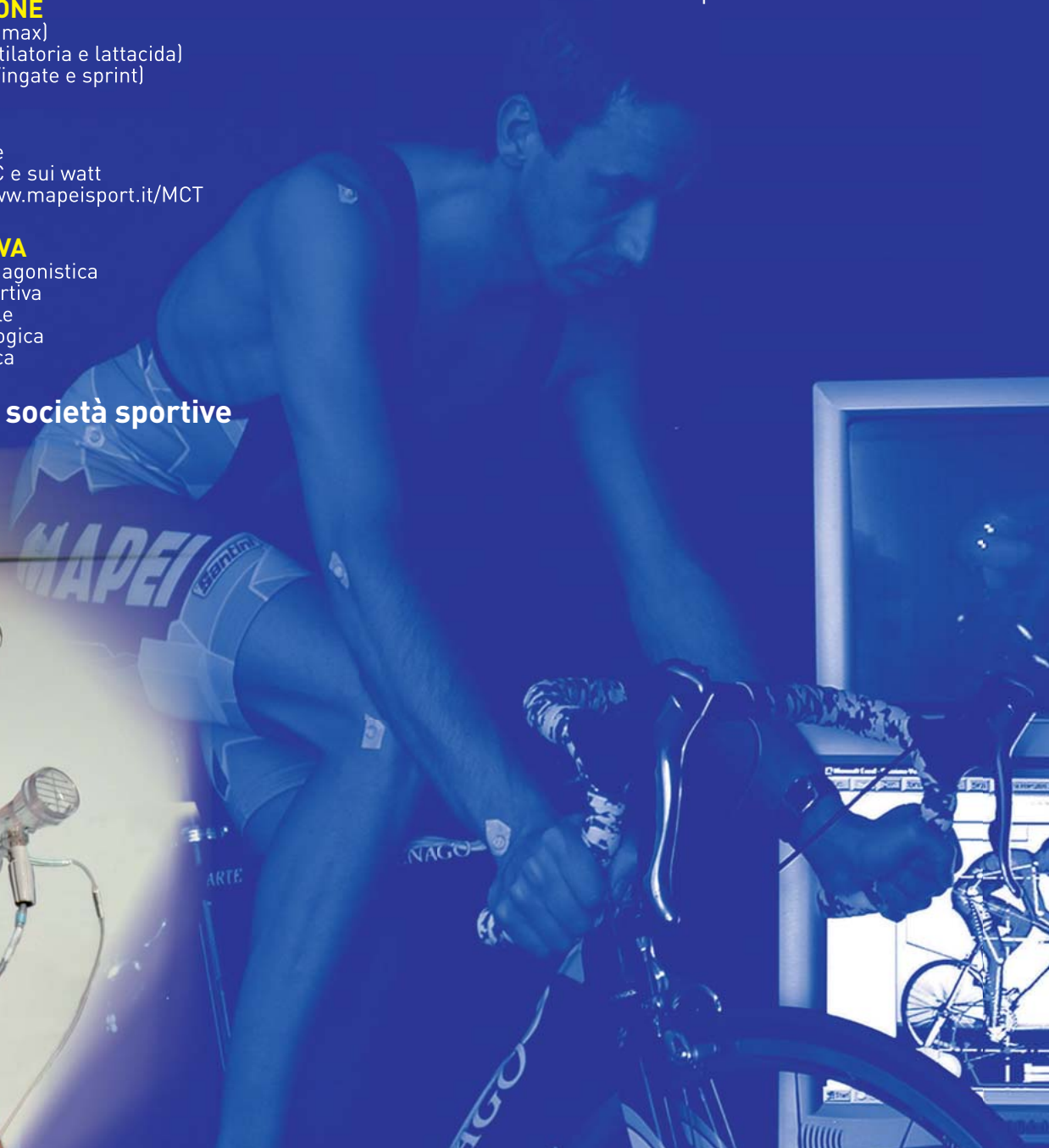
### MEDICINA SPORTIVA

- Certificazione idoneità agonistica
- Assistenza medico sportiva
- Consulenza nutrizionale
- Consulenza traumatologica
- Consulenza cardiologica

## Convenzioni con società sportive

### 1996-2017

- Oltre 20 anni di assistenza agli atleti
- Ricerca scientifica e divulgazione della cultura sportiva





tutto  
**BICI**



Un libro per voi

a cura della **Libreria dello Sport**

## Epopea Salvarani

*Storia di una famiglia, un'azienda  
e una squadra che hanno scritto grandi pagine  
nelle corse più importanti e caratterizzato  
un decennio di ciclismo al livello più alto*



### C'era una volta la Salvarani

di **Alessandro Freschi**  
e **Paolo Gandolfi**  
Kriss Editore  
pag. 176 - € 22,00

Pensare Salvarani vuol dire pensare ad un marchio, ad una squadra, a grandi campioni e a una

bella fetta di storia del ciclismo vissuta con passione, professionalità e un pizzico di giustificata follia. Nata e cresciuta attorno al piccolo paese di Baganzola, alle porte di Parma, l'azienda Salvarani diventa presto un simbolo di sviluppo ed innovazione. Alla fine del 1962, con la nascita del Gruppo Sportivo, l'obiettivo dei fratelli Salvarani è quello di farsi conoscere sempre più in giro per il mondo. È proprio da quel momento che inizia il mito. Tanti campioni, centinaia di vittorie, una delle squadre più blasonate della storia delle due ruote. Col ciclismo cresce la popolarità del marchio. Nello sport si traduce la volontà dei fratelli di eccellere. Calcio, pallavolo, pallacanestro, in un decennio tante discipline parmensi gravitano attorno all'azienda di Baganzola. A fine del 1972, dopo la vittoria al Mondiale di Gap firmata da Marino Basso, Salvarani decide di abbandonare il ciclismo e di chiudere una fantastica pagina di storia. A livello sportivo rimangono grandi trionfi e mille emozioni, le stesse emozioni che il pubblico dello Stadio Europeo di Parma, qualche anno dopo, avrebbe vissuto con la Germal, costola dell'azienda di Baganzola. Oggi, con questo volume, quella storia che pareva perduta sembra tornare a vivere.

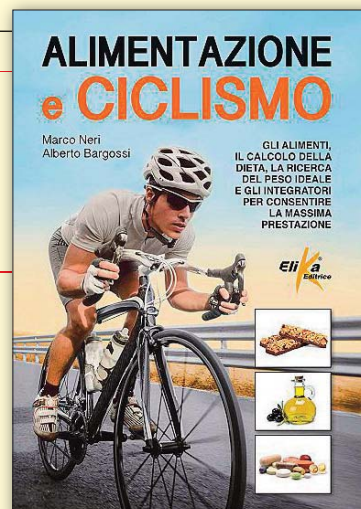
**libreria dello SPORT**  
www.libreriadellosport.it

Tel. 02.80 55 355 - Fax 02.43 11 93 96

### Alimentazione e ciclismo

di **Marco Neri**  
e **Alberto Bargossi**  
Elika Edizioni  
pag. 142 - € 12,50

Gli alimenti, il calcolo della dieta, la ricerca del peso ideale e gli integratori per consentire la massima prestazione: l'importanza dell'alimentazione sia per la salute che per la resa sportiva è una verità ormai consolidata. Per questo motivo ogni ciclista deve conoscere cosa sono le proteine, i carboidrati, i grassi, le vitamine, i minerali. L'atleta deve inoltre sapere a cosa servono questi elementi, in quali momenti della giornata è meglio assumerli e come cambiano le loro proporzioni in base ai periodi di allenamento. Questo facile testo, oltre a fornire i dati fondamentali dell'alimentazione, aiuta anche a capire quale può essere il consumo calorico e da dove nascono i calcoli per la dieta personale e offre molti consigli che possono accompagnare la dieta.



### 1001 Biciclette I migliori modelli di ieri e si oggi

di **Guy Kesteven**  
Ginkgo Edizioni  
pag. 960 - € 35,00

1001 biciclette presenta la storia e illustra le caratteristiche delle biciclette più significative di ogni tempo. Arricchito da una straordinaria galleria di immagini, il libro spazia dalla strada alla mountain bike, dai mezzi d'uso quotidiano a quelli da corsa, dai marchi più famosi alle gemme nascoste in una successione cronologica di modelli che farebbero la gioia di ogni appassionato. Rivelando ciò che sta dietro alle migliori biciclette, il libro getta una luce sui personaggi che le hanno progettate, le fabbriche che le hanno costruite e i campioni che le hanno guidate.



### I più letti del mese

- 1 Funerale in giallo**  
di **Riccardo Riccò** (AC Editions € 12,00)
- 2 L'Eroica**  
di **Giancarlo Brocci** (Giunti Editore € 18,00)
- 3 O tutto o niente**  
di **Jan Ullrich** (Libreria dello Sport € 18,50)
- 4 Galetti, un portento**  
di **AA.VV** (Sport&Passione € 18,90)
- 5 C'era una volta la Salvarani**  
di **Alessandro Freschi - Paolo Gandolfi** (Kriss Editore € 22,00)





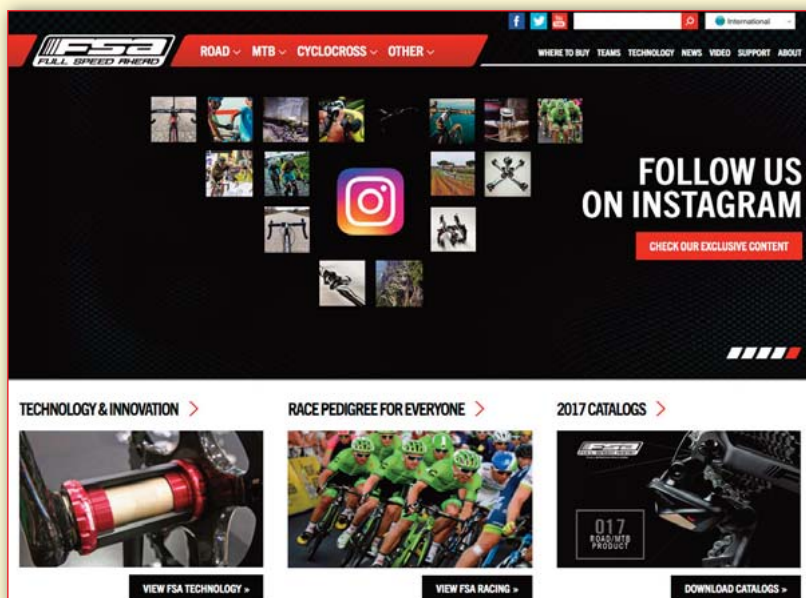
Siamo in internet e navighiamo per voi alla scoperta dei siti più curiosi, degli indirizzi più interessanti e delle novità più accattivanti che possono interessare tutti gli appassionati delle due ruote

a cura della **Redazione**

## FSA, dai professionisti nasce lo sviluppo

**www.fullspeedahead.com**

**F**ull Speed Ahead (FSA) produce componenti di di altissimo livello per biciclette da strada e mountain bike e lavora a stretto contatto con le più importanti squadre del mondo. Innovazione nella progettazione e nella produzione, investimenti costanti nella nostra gamma di prodotti per mettere a disposizione dei professionisti come di tutti gli appassionati i migliori componenti: questa è la filosofia che ha portato FSA ai vertici mondiali e le ha permesso di primeggiare sui traguardi più ambiti del mondo. Il lavoro a stretto contatto con i campioni e le squadre, infatti, è costante e finalizzato allo sviluppo di una gamma sempre più completa, performante e competitiva. Una gamma che non finisce mai di sorprendere.

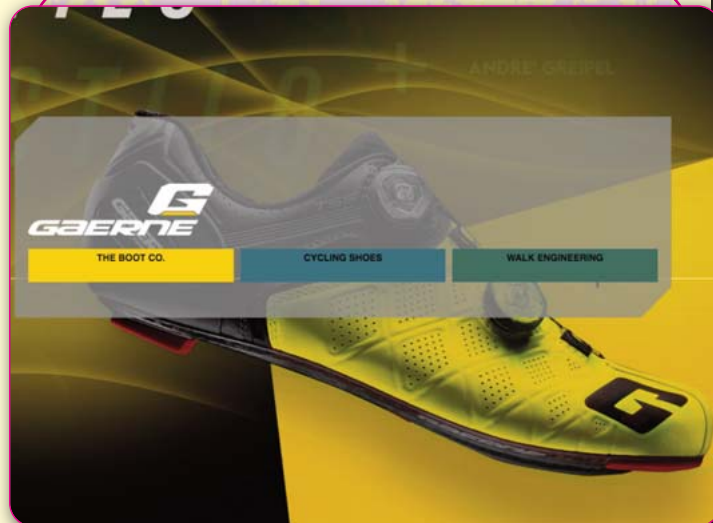


## CosmoBike Show non finisce mai

**www.cosmobikeshow.com**

**È** già tempo di pensare ai grandi appuntamenti fieristici di settembre ed è tempo di scoprire la realtà di CosmoBike Show 2017. Si tratta di una sorta di megafono per raccontare la tua storia: le aziende italiane vantano una tradizione che tutto il mondo ci invidia e che affonda le proprie radici nella tradizione imprenditoriale del nostro paese. Lo scorso anno sono stati 60.000 i visitatori che hanno raggiunto Verona ma l'evento CosmoBike Show dura tutto l'anno, il sito propone continui aggiornamenti, novità, idee, suggerimenti e un viaggio praticamente ininterrotto attorno al mondo della bicicletta vissuta in tutte le sue sfaccettature.

Visitate i siti **www.tuttobiciweb.it**  
e **www.tuttobicitech.it**



## Gaerne, la casa della qualità

**www.gaerne.com**

**F**ondata nel 1962 da Ernesto Gazzola, uno dei maestri delle calzature sportive, Gaerne è un esempio di eccellenza, di "Made in Italy" i cui prodotti vengono esportati e apprezzati in tutto il mondo. Le competenze e la tradizione di esperti artigiani, la rigorosa selezione dei materiali, la ricerca senza compromessi di qualità, innovazione e design unite a soluzioni nuove e originali: questa è la filosofia di un marchio che ha scritto belle pagine di storia del ciclismo. E continua a farlo equipaggiando squadre e campioni di altissimo livello e proponendo a tutti gli appassionati scarpette di altissima qualità. Basta un clic per scoprire di più...



Dalle strade di tutto il mondo  
ecco i risultati delle corse professionistiche

a cura di Paolo Broggi

31.1-4 feb **Dubai Tour (EAU - 2.1):** 1ª tappa: Marcel **Kittel** (Quick Step Floors) Ger; 2ª tappa: Marcel **Kittel** (Quick Step Floors) Ger; 3ª tappa: John **Degenkolb** (Trek Segafredo) Ger; 4ª tappa: annullata per maltempo; 5ª tappa: Marcel **Kittel** (Quick Step Floors) Ger.

**Classifica finale:** Marcel **Kittel** (Quick Step Floors) Ger

1-5 feb **Volta a la Comunitat Valenciana (Spa - 2.1):** 1ª tappa-cronosq.: **BMC Racing Team** Usa; 2ª tappa: Tony **Martin** (Katusha Alpecin) Ger; 3ª tappa: Magnus **Cort Nielsen** (Orica Scott) Dan; 4ª tappa: Nairo **Quintana** (Movistar) Col; 5ª tappa: Bryan **Coquard** (Direct Energie) Fra.

**Classifica finale:** Nairo **Quintana** (Movistar) Col

1-5 feb **Etoile de Besseges (Fra - 2.1):** 1ª tappa: Arnaud **Demare** (FDJ) Fra; 2ª tappa: Alexander **Kristoff** (Katusha Alpecin) Nor; 3ª tappa: Lilian **Calmejane** (Direct Energie) Fra; 4ª tappa: Arnaud **Demare** (FDJ) Fra; 5ª tappa: Tony **Gallopain** (Lotto Soudal) Fra.

**Classifica finale:** Lilian **Calmejane** (Direct Energie) Fra

1-5 feb **Herald Sun Tour (Aus - 2.1):** Prologo: Danny **Van Poppe** (Team Sky) Ola; 1ª tappa: Damien **Howson** (Orica Scott) Aus; 2ª tappa: Luke **Rowe** (Team Sky) Gbr; 3ª tappa: Travis **McCabe** (Unitedhealthcare) Usa;

4ª tappa: Ian **Stannard** (Team Sky) Gbr.

**Classifica finale:** Damien **Howson** (Orica Scott) Aus

3 feb **Challenges de la Marche Verte - Gp Sakia El Hamra (Mar - 1.2):** Amine Ahmed **Galdoune** (Élite) Mar

3 feb **Campionato Namibia cronociclo (CN):** Till **Drobisch** (0711 Cycling)

5 feb **G Costa degli Etruschi (Ita - 1.1):** Diego **Ulissi** (UAE Abu Dhabi) Ita

5 feb **Challenges de la Marche Verte - Gp Oued Eddahab (Mar - 1.2):** Ivan **Balykin** (Torku Sekerspor) Rus

5 feb **Campionato Namibia strada (CN):** Till **Drobisch** (0711 Cycling)

5 feb **Campionato uruguayano strada (CN):** Richard **Mascarañas** (Élite)

6 feb **Challenges de la Marche Verte - Gp Al Massira (Mar - 1.2):** Ahmet **Orken** (Torku Sekerspor) Tur

7 feb **Challenges du Prince - Trophée Princier (Mar - 1.2):** Thomas **Vaubourzeix** (Nice Cycling Team) Fra

9 feb **Campionato sudafricano cronociclo (CN):** Daryl **Impey** (Orica Scott)

11 feb **Vuelta a Murcia (Spa - 1.1):** Alejandro **Valverde** (Movistar) Spa

11 feb **Challenges du Prince - Trophée de l'Anniversaire (Mar - 1.2):** Umberto **Marenco** (Élite) Ita

12 feb **Trofeo Laigueglia (Ita - 1.HC):** Fabio **Felline** (Trek Segafredo) Ita

12 feb **Clasica de Almeria (Spa - 1.1):** Magnus **Cort Nielsen** (Orica Scott) Dan

12 feb **Campionato sudafricano strada (CN):** Reinardt **Janse van Rensburg** (Dimension Data)

12 feb **Challenges du Prince - Trophée de la Maison Royale (Mar - 1.2):** Amine Ahmed **Galdoune** (Élite) Mar

14-19 feb **Tour of Oman (Oma - 2.HC):** 1ª tappa: Alexander **Kristoff** (Katusha Alpecin) Nor; 2ª tappa: Ben **Hermans** (BMC) Bel; 3ª tappa: Soren Kragh **Anderesen** (Team Sunweb) Dan; 4ª tappa: Alexander **Kristoff** (Katusha Alpecin) Nor; 5ª tappa: Ben **Hermans** (BMC) Bel; 4ª tappa: Alexander **Kristoff** (Katusha Alpecin) Nor.  
**Classifica finale:** Ben **Hermans** (BMC Ranig Team) Bel

14 feb **Campionato africano cronosquadre (CC):** **Eritrea**

15-19 feb **Volta ao Algarve (Por - 2.HC):** 1ª tappa: Fernando **Gaviria** (Quick Step Floors) Col; 2ª tappa: Daniel **Martin** (Quick Step Floors) Irl; 3ª tappa: Jonathan **Castroviejo** (Movistar) Spa; 4ª tappa: André **Greipel** (Lotto Soudal) Ger; 5ª tappa: Amaro **Antunes** (W52 Porto) Por.  
**Classifica finale:** Primož **Roglic** (Lotto NL Jumbo) Slo

15-19 feb **Vuelta Andaluca Ruta del Sol (Spa - 2.HC):** 1ª tappa: Alejandro **Valverde** (Movistar) Spa; 2ª tappa: Thibaut **Pinot** (FDJ) Fra; 3ª tappa: Victor **Campanaerts** (Lotto NL Jumbo) Bel;

## I plurivittoriosi

### Gli atleti

<b>Caleb Ewan</b>	<b>5</b>
<b>Marcel Kittel</b>	<b>5</b>
<b>Alexander Kristoff</b>	<b>4</b>
<b>F. Gaviria, B. Hermans, R. Porte</b>	<b>3</b>
<b>Rui Costa, Y. Salinas</b>	<b>3</b>
<b>A. Valverde e T. Wellens</b>	<b>3</b>

### Le squadre

<b>Quick Step</b>	<b>13</b>
<b>BMC Racing Team</b>	<b>11</b>
<b>Orica Scott</b>	<b>10</b>
<b>Movistar</b>	<b>7</b>
<b>Lotto Soudal</b>	<b>6</b>

Solo gare del calendario UCI - classifiche aggiornate al 26 febbraio 2017



4ª tappa: Bryan **Coquard** (Direct Energie) Fra; 5ª tappa: Tim **Welens** (Lotto Soudal) Bel.

**Classifica finale:** Alejandro **Valverde** (Movistar) Spa

16 feb **Campionato africano cro-  
no (CC):** Meron **Teshome**  
(Bike Aid) Eri

18-19 feb **Tour du Haut Var (Fra -  
2.1):** 1ª tappa: Samuel **Dumoulin**  
(AG2r la Mondiale) Fra; 2ª  
tappa: Julien **Simon** (Cofidis)  
Fra.  
**Classifica finale:** Arthur **Vi-  
chot** (FDJ) Fra

18-21 feb **Tour de Filipinas (Fil - 2.2):**  
1ª tappa: Daniel **Whitehouse**  
(Terengganu) Gbr; 2ª tappa:  
Sean **Whitfield** (Élite) Aus; 3ª  
tappa: Fernando **Grijalba** (Ku-  
wait Cartucho.es) Spa; 4ª tappa:  
Sang Hong **Park** (LX Cycling)  
Cor.  
**Classifica finale:** David Jai  
**Crawford** (Kinan Cycling Team)  
Aus

19 feb **Gp Laguna (Cro - 1.1):** An-  
drea **Toniatti** (Élite) Ita

19 feb **Campionato africano stra-  
da (CC):** Willie **Smit** (Élite) Saf

21-23 feb **Tour de Provence (Fra -  
2.1):** 1ª tappa: Justin **Jules** (WB  
Veranclassic) Fra; 2ª tappa: Ale-  
xandre **Geniez** (AG2R La Mon-  
diale) Fra; 3ª tappa: Mattia **Cat-  
taneo** (Androni Sidermec) Ita.  
**Classifica finale:** Rohan **Den-  
nis** (BMC Racing Team) Aus

22-26 feb **Volta ao Alentejo (Por -  
2.1):** 1ª tappa: Rinaldo  
**Nocentini** (Sporting Tavira) Por;  
2ª tappa: Johim **Ariesen** (Metec  
TKH) Ola; 3ª tappa: Juan Seba-  
stian **Molano** (Manzana Postobon)  
Col; 4ª tappa: Logan **Owen**  
(Axeon Cycling) Usa; 5ª tappa:  
Juan Sebastian **Molano** (Manza-  
na Postobon) Col.  
**Classifica finale:** Carlos **Bar-  
bero** (Movistar) Spa

23-26 feb **ABU DHABI TOUR (2.WT -  
UAE):** 1ª tappa: Mark **Caven-  
dish** (Dimension Data) Gbr; 2ª  
tappa: Marcel **Kittel** (Quick Step  
Floors) Ger; 3ª tappa: Alberto  
**Rui Costa** (UAE Fly Emirates)  
Por; 4ª tappa: Caleb **Ewan**

(Orica Scott) Aus.

**Classifica finale:** Alberto **Rui  
Costa** (UAE Fly Emirates) Por

24 feb **Campionato colombiano  
crono (CN):** Jarlison **Pan-  
tano** (Trek Segafredo)

25 feb **OMLOOP HET NIEUW-  
SBLAD (BEL - 1.WT):** Greg  
**Van Avermaet** (BMC) Bel

25 feb **Classic d'Ardeche (Fra -  
1.1):** Mauro **Finetto** (Delko  
Marseille) Ita

26 feb **Kuurne-Bruxelles-Kuurne  
(Bel - 1.HC):** Peter **Sagan**  
(Bora Hansgrohe) Svk

26 feb **Drome Classic (Fra - 1.1):**  
Sebastien **Delfosse** (WB  
Veranclassic) Bel

26 feb **Gp Izola (Cro - 1.2):** Filippo  
**Fortin** (Team Tirol) Ita

26 feb **Campionato colombiano  
strada (CN):** Sergio **Henao**  
(Team Sky)

UN ANNUARIO UNICO  
FIRMATO DAL C.T. CASSANI

26ª EDIZIONE



# ALMANACCO del CICLISMO 2017

di DAVIDE CASSANI

ACQUISTA SUBITO UN PRODOTTO SPECIALE

- TUTTI I RISULTATI DEL 2016
- TUTTE LE SQUADRE DEL 2017
- OLTRE 3000 SCHEDE DI PROFESSIONISTI, DILETTANTI E DONNE
- TUTTI GLI ALBI D'ORO

È LA TUA GUIDA PER LE DUE RUOTE

Ritaglia questo coupon ed invialo a **GIANNI MARCHESINI EDITORE - Via Emilia, 374 - 40068 San Lazzaro di Savena (Bo) - Tel. 051.6259817**  
oppure invialo al fax **051.4998301**, o spedisce la richiesta alla e-mail **ordini@almanaccodelciclismo.it**

Inviatemi n. \_\_\_\_\_ copie dell'**Almanacco del Ciclismo 2017** al prezzo di EURO 35,00 cadauna (+ spese di spedizione).  
Pagherò in contrassegno al ricevimento del pacco.

COGNOME \_\_\_\_\_ NOME \_\_\_\_\_ VIA \_\_\_\_\_ N. \_\_\_\_\_

CAP \_\_\_\_\_ COMUNE \_\_\_\_\_ PROV. \_\_\_\_\_ TEL. \_\_\_\_\_ E-MAIL \_\_\_\_\_

PREZZI PER L'ESTERO: PAESI EUROPEI EURO 60,00 - EXTRA EUROPEI EURO 80,00 (Spese di spedizione comprese)

FIRMA \_\_\_\_\_





Fisco, così X sport

# La raccolta pubblica di fondi

di Umberto Ceriani

**C**ome ben noto le ASD sono destinatarie di specifiche agevolazioni, che spesso sono ancor più numerose di quelle destinate in generale al settore del non profit.

Questo ad esempio è il caso delle disposizioni agevolate previste dall'articolo 25 della Legge n. 133/1999 che prevede una sostanziale decom-

51.645,69€ i proventi conseguiti durante lo svolgimento delle seguenti attività:

- Attività di raccolta pubblica di fondi
- Attività commerciali connesse agli scopi istituzionali

L'art. 143 TUIR, lett. A, comma 3, estende la decommercializzazione delle raccolte pubbliche di fondi alla

di fondi, nel prossimo articolo analizzeremo il caso delle attività commerciali connesse agli scopi istituzionali e le modalità di rendicontazione.

L'attività di raccolta fondi è condizionata al rispetto di regole ben precise:

- deve essere pubblica, ossia deve riguardare una massa indistinta di soggetti;

tanza di celebrazioni, ricorrenze o campagne di sensibilizzazione.

Si sottolinea l'importanza che, per non generare reddito imponibile, l'attività deve svolgersi massimo due volte all'anno e deve avvenire in occasione di ricorrenze, feste di paese, patroni, celebrazioni nazionali o campagne di sensibilizzazione al fine di rafforzare il requisito di pubblicità, ossia di attività rivolta al pubblico.

**I**l comma 2, articolo 2 amplia l'esenzione dell'attività di raccolta di fondi anche ai fini dell'imposta sul valore aggiunto, oltre che ai fini delle imposte sul reddito.

Da ultimo si sottolinea che l'unico adempimento contabile, previsto all'art. 20 del DPR 600/1973 impone all'ente che ha svolto attività di raccolta fondi e che intende usufruire della decommercializzazione dei proventi, l'obbligo di redigere entro quattro mesi dalla chiusura dell'esercizio un apposito rendiconto di tale specifica attività, indipendente dal rendiconto economico e finanziario annuale.

*Umberto Ceriani  
dottore commercialista*



mercializzazione dei proventi che altrimenti sarebbero imponibili ai fini Ires e Iva. La norma afferma che per le ASD che si avvalgono dell'opzione di cui alla Legge 398/1991 non concorrono a formare il reddito imponibile per un numero di eventi non superiore a due per anno e per un importo non superiore al limite annuo di

generalità degli enti associativi, non limitandola alle sole associazioni sportive dilettantistiche.

**I**n questo speciale affronteremo il caso della raccolta pubblica

- deve essere occasionale (massimo due occasioni e provento 51.645,69€);
- può avvenire anche mediante l'offerta ai sovventori di beni o di servizi, purché di modico valore;
- deve avvenire in concomitanza

Per contattare Studio Ceriani:  
associazioni@studioceriani.com  
www.consulenza-associazioni.com