

La "Fiab - Amici della bicicletta per una città possibile - Onlus" (più semplicemente "AdB") è un'associazione ambientalista veronese impegnata:

- nella promozione di un modello di città sempre più centrato sulle esigenze dei pedoni, dei ciclisti e degli utenti dei mezzi pubblici;
- nella promozione della bicicletta come mezzo di trasporto quotidiano non inquinante, silenzioso, salutare e vantaggioso;
- nella promozione della bicicletta come mezzo per la pratica di un turismo dolce, consapevole e rispettoso dell'ambiente.

Aderisce alla Fiab (la Federazione Italiana degli Amici della Bicicletta - Onlus) che rappresenta associazioni cicloambientaliste presenti in sessanta città italiane. La Fiab, a sua volta, aderisce al ECF (European Cyclists Federation), che rappresenta i cicloambientalisti presenti in tutti i paesi europei.

### COME FARE PER ASSOCIARSI agli AMICI DELLA BICICLETTA?

vieni nella nostra sede in Via Porta San Zeno 15/b  
oppure usa il c.c.p. n. 11560372 intestato a: RUOTALIBERA  
Via Porta S. Zeno, 15/b - 37123 Verona

Associandoti sostieni l'attività dell'associazione, permetti la realizzazione di iniziative in difesa dei diritti dei ciclisti e a favore della moderazione del traffico, inoltre hai diritto a:

- ricevere a casa la rivista trimestrale RUOTALIBERA
- ricevere a casa la rivista trimestrale della FIAB
- stipulare l'assicurazione RC del ciclista
- partecipare alle gite in bicicletta e ai ciclo raduni organizzati dagli AdB di Verona e dalla FIAB
- consultare la biblioteca ciclo - turistica
- ricevere una spilletta dorata con il logo degli AdB di Verona e due adesivi per la bicicletta
- godere delle promozioni particolari promosse dalla FIAB. Per il 2004 è possibile acquistare 2 lucette (bianca e rossa) eccezionali! da fissare sulla bici come fanali. Prezzo speciale euro 11 (circa metà rispetto al prezzo di mercato)
- godere degli sconti presso i negozi convenzionati

#### QUOTE 2004

socio ordinario	Euro 13,00
sostenitore	Euro 20,00
familiare* o giovane**	Euro 6,00
assicurazione RC del ciclista	Euro 3,00

\* non riceve le riviste

\*\* chi non ha ancora compiuto i 25 anni, riceve le riviste

### LE GITE IN BICICLETTA

Gli Amici della Bicicletta sono un'associazione, non un'agenzia turistica.

Gli accompagnatori sono volontari, non retribuiti, che desiderano divertirsi come gli altri.

A tutti i partecipanti alle gite sono pertanto richieste collaborazione e disponibilità.

Ogni gita ha un capo gita che precede e dà indicazioni sul percorso.

I partecipanti sono tenuti ad attenersi alle sue disposizioni.

Per ogni uscita è previsto anche un servizio "scopa" che dà una mano a chi ha difficoltà e che chiude il gruppo.

#### La tipologia delle gite

Le "CITTA' - CAMPAGNA" - Sono gite brevi e facili della durata di mezza giornata alle quali si può partecipare con qualunque tipo di bicicletta; sono aperte a tutti.

Le "CICLO ESCURSIONI" - Sono gite più impegnative, solitamente di una intera giornata, richiedono una bicicletta in buono stato tipo city bike, sportiva o mountain - bike. Per le gite più impegnative si richiede una bicicletta con il cambio. E' obbligatorio essere muniti di camera d'aria di scorta e di attrezzi per piccoli interventi, es: forature.

Possono essere riservate ai soci o aperte a tutti.

Le "CICLO WEED END" e le "CICLO VACANZE" sono gite in bicicletta di più giorni; riservate ai soci.

Può essere indispensabile disporre di borse da bici per il trasporto dei propri bagagli.

TRENO+BICI e BICI-BUS - Il trasferimento nella località della gita avviene a mezzo treno o pullman con bicicletta al seguito.

La prenotazione è obbligatoria.

LE "CICLO MANIFESTAZIONI" - Dette anche "bicifestazioni" sono bicicletate organizzate per promuovere la "mobilità sostenibile". Essendo delle manifestazioni pubbliche, il loro scopo è quello di sensibilizzare la cittadinanza e gli amministratori sulle esigenze dei ciclisti urbani, dei pedoni. Possono svolgersi nei modi più svariati e fantasiosi. Inutile aggiungere che sono aperte a tutti i cittadini che credono nelle nostre idee.

# PROGRAMMA 2004

## GITE E ATTIVITÀ DELL'ASSOCIAZIONE

**FIAB - Amici della Bicicletta  
per una città possibile - Onlus  
di Verona**



Via Porta San Zeno, 15/B  
37123 VERONA

tel e fax 045/ 8004443  
www.amicidellabicycletta.it  
info@amicidellabicycletta.it

aderenti a



European Cyclist Federation

**la nostra sede è aperta con i seguenti orari**  
esclusi i giorni festivi e le serate nelle quali sono programmate le proiezioni di diapositive di ciclo viaggi

**ORARIO INVERNALE**  
nov-dic-gen-feb  
mercoledì ore 16.00 - 18.00  
venerdì ore 21.00 - 23.00  
sabato ore 16.00 - 18.00

**ORARIO ESTIVO**  
mercoledì ore 16.00 - 19.00  
venerdì ore 16.00 - 19.00  
venerdì ore 21.00 - 23.00  
sabato ore 16.00 - 19.00

**FEBBRAIO**  
sabato 28

**ASSEMBLEA ANNUALE dei soci**  
Dalle ore 18.00 presso la sala parrocchiale della chiesa di San Giacomo (Borgo Roma) via Lussino, 2

**MARZO**  
martedì 2  
mercoledì 3  
giovedì 4

**"DAME 'N OCIO ALLA BICI"**  
volantinaggio e raccolta firme, in stazione, tra i pendolari per richiedere un parcheggio custodito per biciclette per la stazione di Porta Nuova

Sabato 6 - dom 7

Banchetto in Piazza Brà

**DOMENICA 7**  
km 25  
facile

**CICLO ESCURSIONE** "città - campagna"  
Visita ai Fossi e alle ville di Montorio  
Laura, Sandro

**DOMENICA 14**  
km 70  
media

**CICLO ESCURSIONE**  
Tra Rive Virgiliane e colline moreniche - Salionze, castello di Mozambano, Olfino  
Luigi, Roberto

mercoledì 17

**\*\* CORSO CICLOTURISMO - 1^ giornata**

venerdì 19

**\* SERATA DIAPOSITIV**  
BORGOGNA tra borghi, castelli, abazie  
ISTRIA: dall'Adriatico al Quarnero  
BORGOGNA M. Passigato - ISTRIA S. Gerosa

**DOMENICA 21**  
km 50  
media

**CICLO ESCURSIONE**  
Tra i colli storici del Risorgimento - San Martino, Solferino, Cavriana e dintorni  
Gianbattista, Alessandro

mercoledì 24

**\*\* CORSO CICLOTURISMO - 2^ giornata**

**SABATO 27**  
**DOMENICA 28**  
TRENO + BICI  
Km 150  
media

**CICLO WEEK END - 2 giorni**  
Le ville del FAI a Varese: dal Naviglio Grande alle Prealpi. Da Milano lungo il Naviglio fino alla Villa Panza di Varese. Colline varesotte, Villa Bozzolo, Lago di Varese  
Donata, Simonetta

mercoledì 31

**\*\* CORSO CICLOTURISMO - 3^ giornata**

**APRILE**

**DOMENICA 4**  
km 60  
media

**CICLO ESCURSIONE**  
Escursione al Forte di Rivoli Veronese con visita guidata del forte.  
Luigi, Roberto, Ilaria

**LUNEDÌ 12**  
km 60  
facile

**CICLO ESCURSIONE - Pasquetta - BICINTRENO NAZIONALE** - Da Mezzocorona a Rovereto sulla pista ciclabile dell'Adige  
Gianbattista, Alessandro

venerdì 16

**\* SERATA DIAPOSITIV** (ultima)  
VIENNA - BUDAPEST: tra nidi di cicogne e fiumi di birra  
Bepo Merlin

**DOMENICA 18**  
km 70  
media

**CICLO ESCURSIONE con AdB di Mestre**  
Un *assaggio* del Lago: i panorami dalla Rocca del Garda e il Bardolino doc  
Stefano

**DOMENICA 18**

**"CENTO STRADE PER GIOCARE"**  
Manifestazione AdB con Legambiente

**DOMENICA 25**  
km 10  
facile

**"RESISTERE - PEDALARE - RESISTERE"**  
Biciclettata in città sui luoghi della Resistenza  
Paolo

**DAL 26/4 AL 2/5**  
(da lunedì sera a domenica mattina)  
TRENO + BICI  
70 km al giorno  
media

**CICLO VACANZA - 5 GIORNI**  
PUGLIA - Salento, il periplo della penisola. Dalle vestigia greche al barocco, e ancora mare natura e prodotti tipici. Lecce, Gallipoli, Santa Maria di Leuca, Otranto, ritorno a Lecce, con escursioni all'interno  
Donata, Simonetta, Roberta

**MAGGIO**  
**DOMENICA 2**  
km 80  
media

**CICLO ESCURSIONE**  
Cicloescursione classica a Castellaro Lagusello  
Fernando, Patrizio

da lunedì 3  
a sabato 8

**"PEDIBUS"** nella settimana che precede la manifestazione BIMBIBICI  
accompagniamo i bambini a piedi da casa a scuola e ritorno

**DOMENICA 9**

**"BIMBIBICI" manifestazione nazionale - Biciclettata in città con i bambini della scuola materna ed elementare: per richiamare l'attenzione sulla sicurezza dei percorsi casa scuola e sulla mobilità negata ai più deboli**

**DOMENICA 9**  
km 30  
impegnativa  
nel pomeriggio

**Escursione in Mountain bike**  
La dorsale delle frazioni: Parona, Quinzano, Avesa, Poiano, Novaglie, Montorio  
Alessandro

**SABATO 15**

**CICLO WEEK END - 2 GIORNI**

**DOMENICA 16**  
BICI-BUS - Km 100  
impegnativa  
lunedì 17

Colli e borghi tra Imola e Faenza.  
Appennino nei dintorni di Brisighella  
Gianbattista, Alessandro

**DOMENICA 23**  
km 40  
facile

**CICLO ESCURSIONE**  
"Sulle tracce dell'Angiolina".  
Una storia del '600 con briganti e rapimenti tra Verona e la Valpantena  
Paolo, Roberta

**DOMENICA 30**  
km 40  
facile

**CICLO ESCURSIONE**  
Cantine aperte 2004 - visita ad una cantina nel veronese con degustazione vini  
Sandro, Stefano

**GIUGNO**  
venerdì 4  
km (da definire)  
media

**CICLO NOTTURNA** in Lessinia - Mountain Bike (luna piena!) trasferimento con auto proprie in Lessinia  
Marco

sabato 5

**S.I.N.D.A.C.O. (Scampanelliamo Il Nostro Diritto Alla Ciclabilità Ostrega!)**  
CICLO MANIFESTAZIONE in piazza Bra. Nel secondo anniversario delle elezioni un'occasione per un bilancio con il Sindaco su quanto effettivamente realizzato a Verona a favore della ciclabilità

**DOMENICA 6**  
km 50  
impegnativa

**ESCURSIONE IN BICICLETTA E A PIEDI**  
La Val Sorda e le cascate di Molina - itinerario in bicicletta con escursione a piedi per la visita alle cascate  
Giuseppe, Isabella

**DOMENICA 13**  
BICI- BUS  
Km 45  
facile

**CICLO ESCURSIONE**  
Paesaggio d'acque in bici fra Adda e Navigli - visita al villaggio operaio di Crespi d'Adda  
Stefano, Alessandro

**DOMENICA 20**  
Km 80  
media

**CICLO ESCURSIONE**  
Chiese palazzi e castelli - la Bassa oltre il mobile d'arte. Bovolone, Mazzantica e dintorni  
Beppo

**DAL 24 AL 27**

**CICLORADUNO a VENEZIA**  
**manifestazione nazionale 4 GIORNI di cicloescursioni** nei dintorni di Venezia

**SETTEMBRE**

**DOMENICA 5**  
Km 60  
facile

**CICLO ESCURSIONE**  
Tra le colline moreniche del lago di Garda  
Gianbattista

**SABATO 11**  
**DOMENICA 12**  
BICI-BUS  
Km 110 - facile

**CICLO WEEK END - 2 GIORNI**  
Dal lago di Resia a Merano tra vigne, castelli e conventi in Val Venosta.  
Luigi, Roberto

**DOMENICA 19**  
BICI-BUS  
km 50  
facile

**CICLO ESCURSIONE**  
Tra le campagne della Franciacorta - zona lago di Iseo (BS). Con AdB di varie città. In ricordo di Corrado Ponzanelli.  
Alessandro

mercoledì 22

**"PRIMA IL PIACERE POI IL DOVERE: AL LAVORO IN BICICLETTA"**  
in occasione della giornata europea senz'auto tutti al lavoro in bicicletta

**DOMENICA 26**  
Km 30 - facile

**CICLO ESCURSIONE**  
Nel territorio della 4^ Circoscrizione  
Massimo

**DOMENICA 26**  
km 50  
impegnativa

**CICLO ESCURSIONE**  
Tradizionale ciclosudata a Cerro  
Alessandro, Umberto

**OTTOBRE**

**DALL'8 AL 10/10**  
(da venerdì pom)  
BICI-BUS  
Km 150 - media

**CICLO WEEK END - 3 GIORNI**  
Slovenia: nei dintorni di Postumia tra grotte, castelli e laghi che scompaiono  
Simonetta

**DOMENICA 17**  
Km 80  
impegnativa

**CICLO ESCURSIONE**  
Le colline della Val d'Alpone e Val Tramigna  
Sandro

**DOMENICA 24**  
BICI-BUS  
km 50  
facile

**CICLO ESCURSIONE**  
La riviera euganea e le città murate - borghi fossi e colline tra Este e Monselice.  
Marco

**NOVEMBRE**

**DOMENICA 14**  
**CASTAGNATA/FESTA ADB** (nel pomeriggio)  
Chiacchiere & diapositive, castagne & vino, dolce & salato, musiche & danze e ...  
APERTURA CAMPAGNA ISCRIZIONI 2005

\* Le serate diapositive si tengono presso la Sala Lodi - Corte del Duca, via S. Giovanni in Valle, 13/b - ore 21.00

\*\*Il corso di cicloturismo si tiene presso la sede di Legambiente in via Bertoni, 4 - ore 21.00

**TROVATE INFORMAZIONI DETTAGLIATE DELLE GITE SU RUOTALIBERA**