



## La lettera del Presidente (di Andrea Noè)

**I**l 2019 è stato un anno intenso soprattutto dal punto di vista organizzativo. Come tutti gli anni ci siamo cimentati nei più importanti eventi ciclistici amatoriali facendo gruppo e portando a casa molti riconoscimenti, ma il team, se reso sempre più protagonista a livello organizzativo. Tre le gare giovanili, due rivolte alle categorie giovanissimi ed una alla categoria allievi che quest'anno, giunta alla sua 50<sup>a</sup> edizione è stata valevole come prova unica di campione provinciale milanese. Quattro quelle amatoriali, la consolidatissima Brontolo Bike Day, la Binda Bici Bar Day e le due nuove; l'inedita strade bianche con tratti sterrati alla scoperta e riscoperta del nostro bel territorio e la mediofondista Andrea Noè ad Oleggio, prova valevole del circuito GT mediofondista dove ci hanno

visto protagonisti portando a casa un ottimo secondo posto nella classifica finale per Team. L'anno volge al termine e già si sono messe le basi per la nuova stagione, per noi la nona, e instancabili ci siamo prefissati importanti obiettivi. Oltre a confermare ciò che abbiamo fatto, organizzeremo una nuova Cicloturistica a Carpignano Sesia. Non tralascieremo mai i nostri obiettivi primari; divertirci in bici, far divertire e sarà sempre forte e consolidato il nostro impegno nel sociale (ogni Cicloturistica sarà abbinata ad una Onlus) e verso i giovani (organizzando eventi e portando il ciclismo nelle scuole). In conclusione non posso che augurare a tutti BUON ANNO e ringraziarvi per il grande contributo che tutti voi state dando, certo che continuerete mettendoci impegno e passione.

### Vigilia e S. Stefano in bici (di E. Borgo)

**I**l vecchio anno volge al termine, ma per i brontolobikers gli impegni ciclistici non sono ancora finiti. Il 24 dicembre si è svolta la tradizionale "pedalata della vigilia", rivolta agli associati Brontolobike e aperta a tutti coloro che vogliono unire il divertimento di una pedalata alla raccolta benefica di generi alimentari che, come ogni anno, vengono devoluti alla Caritas di Robecco sul Naviglio. Una tiepida mattina di dicembre ha accompagnato un gruppo variopinto di ciclisti con addobbi natalizi nella classica pedalata sulle strade della nostra provincia. Quest'anno tappa obbligata a Mesero: grazie alla collaborazione con l'Amministrazione cittadina un gruppo di ciclisti ha consegnato i regali agli ospiti della locale casa di riposo. Al ritorno le volontarie di Brontolobike hanno allestito il ristoro finale a base di spumante e panettone per il classico scambio di auguri. Prima di consegnare gli alimenti raccolti alla Caritas, una gradita sorpresa è stato il contributo dato



dall'azienda Bennati di Cassinetta che ha letteralmente regalato un "dolce Natale" ai meno fortunati. Giusto il tempo di passare serenamente il Natale, che il giorno di S. Stefano si è svolta la pedalata in mtb dei brontolobikers per smaltire gli eccessi natalizi. Una ventina di bikers hanno fatto una bella scampagnata nei boschi in una splendida giornata con un cielo terso e la catena del Rosa a fare da sfondo. Pausa caffè lungo il naviglio a Boffalora ed infine rientro a casa.



### Organigramma Direttivo 2019

Presidente Noè Andrea, Vice Presidente Cameroni Simona. Consiglieri: Apollonio Massimo, Azzimonti Angelo, Borgo Enrico, Delbò Esmeralda, Gianella Loris, Noè Paolo, Trombin Alvisè, Vignati Cesare, Villa Paolo.

#### Brontolobike ASD

uscite di gruppo: Martedì / Giovedì / Sabato / Domenica  
Per orari e ritrovo consultare il sito internet  
[www.brntolobike.it](http://www.brntolobike.it) e le pagine Facebook e Twitter



## Granfondo e Randonnée: le nostre avventure...

### La mia Eroica (di Giuseppe Dell'Aquila)

**D**opo aver rinunciato a quella dello scorso anno per problemi fisici, quest'anno sono presente alla mia prima Eroica. Trovo una Lattuada del 1983 e riesco a sistemarla in tempo utile. Telaio in acciaio, cambio sul telaio, cavi esterni, gabbiette sui pedali, tubolari (palmer), cambio come ai tempi, moltiplica 52/42 cassetta sei rapporti il più agile 25. Tutto un altro pedalare. Qualche prova su strada e via. Arrivo a Gaiole in Chianti sabato in tarda mattinata, pranzo d'obbligo da queste parti, poi ritiro del ricco pacco gara e giro per il mercatino. Un altro mondo, devo dire, molto affascinante e interessante. Incontro anche Andrea, il nostro presidente. Ambiente d'altri tempi tra bici e abbigliamento d'epoca, allietati dalle musiche della fanfara dei Bersaglieri, ovviamente con bici e abbigliamento d'epoca. Cena e a letto. Sveglia alle 3.30, frugale colazione e ci portiamo alla partenza di Gaiole. La partenza è alle 5, decido di fare il percorso lungo, 209 km.!! Si parte, a quell'ora è tutto molto suggestivo ed emozionante e quella fila di lucine che parte verso l'avventura è da pelle d'oca. Dopo una ventina di km troviamo il primo sterrato in salita verso il castello di Brolio, bellissimo ed emozionante, tutto illuminato da fiaccole. In discesa, sterrata, la prima foratura delle 3 totali. Cambio il palmer e via, si va avanti tra salite e discese un po' asfalto e un po' strade bianche, scenari mozzafiato ma anche le salite e le discese non scherzano, ma sono abbastanza allenati e pur sudando vado avanti con quei rapporti che fatica! Incontriamo che è ancora buio un concorrente a terra, ci fermiamo. Era appena stato investito da un capriolo!! Qui la fauna selvatica è molto presente, occhi aperti. Si continua, ristori obbligati per bontà, qualità e necessità di alimentarsi: ribollita, zuppa di farro, crema di ceci, pane e olio,

formaggi, salumi toscani, crostate, panforte e per i più coraggiosi Chianti!!! Non manca nulla. Si arriva nei pressi di Siena che albeggia, c'è una fitta nebbia che rende il paesaggio surreale, fa anche freddino, ma non si molla! Altro problema sono le gabbiette ai pedali, su di una salita alquanto ripida, ho dovuto fermarmi causa blocco ruota posteriore. Che brividi e che rischio, tirar fuori il piede e non cadere. Riprendo ormai stanco ma pronto a tutto, impolverato stile eroico, ma foro ancora. Avevo l'ultimo palmer, un po' di scoramento mi ha assalito, ma ho reagito. Monte SS. Marie da incubo, salita da paura, sterrata, arrivo in cima stremato. Avanti. Ora fa caldo, paesaggi e giornata splendidi. Gaiole, Dievole, Montalcino, Buonconvento a circa 10 km dal tanto sospirato traguardo, nell'ultimo tratto di strade bianche, un sasso mi deforma il tubolare senza fortunatamente forarlo. Arrivo al traguardo saltellando, sbuffando e anche un po' emozionato. Sono le 17.45. Tanto pubblico, tifo e incitamento per tutti. È fatta!!! Sono Eroico anch'io!!! Una splendida ed emozionante avventura! Tanta fatica ma anche grande soddisfazione. Esperienza



### L'ottavo Anniversario (di Enrico Borgo)

**O**tto anni fa, il 1° novembre, uno sparuto gruppo di ciclisti si ritrovava tramite il tam tam di facebook in un ridente paese attraversato dal Naviglio... Otto anni fa muoveva così i primi passi, o meglio le prime pedalate, il nostro Team, che poi ufficialmente si è costituito con la prima divisa sociale nell'anno 2012. Ogni anno festeggiamo questa ricorrenza con una pedalata aperta a tutti il 1° di novembre appunto, ritmo turistico e brindisi finale. E se il numero degli iscritti, agonisti e non, è salito esponenzialmente negli anni, così anche i partecipanti alla pedalata dell'anniversario: quest'anno eravamo circa una settantina, numero degno di una piccola cicloturistica amatoriale, tanto che il prossimo anno bisognerà forse pensare anche ad una scorta di motostaffette per la sicurezza dei pedalatori e degli altri utenti della strada. Come da tradizione quindi brindisi finale con i presenti, anche se gli impegni societari non sono ancora finiti, dalla cena sociale alla pedalata di Natale, passando per le ultime manifestazioni amatoriali ed alle iscrizioni 2020 alle principali Granfondo amatoriali.



Alcuni dei numerosi partecipanti alla pedalata

### La cena sociale 2019 (di D. Ferrero)

**S**abato 30 novembre si è svolta la cena sociale Brontolobike. 140 soci, simpatizzanti e famigliari si sono ritrovati presso l'agriturismo Cascina Pietrasanta per il consueto bilancio di fine stagione. Tra un brindisi e l'altro il Presidente Andrea Noè ha fatto un bilancio delle attività svolte nel 2019. Attività come giornate di avviamento al ciclismo nelle scuole elementari della zona, organizzazione di gare di ciclismo giovanile, organizzazione di manifestazioni a scopo benefico, in particolare quest'anno a favore della Onlus Cuore di Donna, la manifestazione di "casa" il Brontolobike Day, sono i principali impegni realizzati con la collaborazione di tutti. Sono poi stati premiati coloro che si impegnano per la fattiva realizzazione di questi eventi e i campioni sociali suddivisi nelle varie categorie della federazione ciclistica. Ricordiamo il Campione sociale 2019 Orazio Rapisarda per il ciclismo e Fabio Di Martino per il running. A conclusione della serata si è svolta la lotteria interna con l'estrazione dei vari premi vinti dalla squadra nelle diverse manifestazioni ciclistiche durante l'anno. Il ricavato, come di consueto, verrà impiegato per l'organizzazione di una manifestazione ciclistica giovanile.



...il vero divertimento!

## La via Francigena (Robecco sul Naviglio - Roma) (di Marco Beretta)

**N**el freddo inverno, i due chiacchierando in sede, ovviamente disturbando il presidente mentre esponeva il programma eventi Brontolobike 2019, scoprono che a entrambi sarebbe piaciuto percorrere la via Francigena fino a Roma. Detto fatto, l'obbiettivo vacanze 2019 era piazza San Pietro in bici. Mancava molto tempo ma ad ogni incontro i due si ricordavano che il viaggio si sarebbe fatto. Passano le settimane e finalmente manca poco, nessuno dei due è ancora pronto a livello logistico... ad Andrea mancava un piccolo dettaglio, la bici e a Marco le borse da viaggio. Andrea ottiene la bici dall'amico Bortolami e Marco compra pochi giorni prima le borse. Come avranno pianificato il viaggio? Semplice, consultando il sito [viefrancigene.org](http://viefrancigene.org) e scaricando l'applicazione per smartphone via francigena. Marco ha poi scaricato dal sito al suo gps le varie tracce da seguire. Il percorso è ben segnalato con cartelli e adesivi posti sui pali della segnaletica stradale. Arriva il 25/08/2019, alle ore 8 salutano i brontoli che partono come di consueto dal Ponte e dopo una foto di rito della partenza si dirigono lungo l'alzaia del Naviglio fino a Bereguardo dove passando poi il ponte di barche vanno a prendere la via Francigena a poche centinaia di metri. La prima foto è quella a Borgo tre case, il borgo di Artemio de "Il ragazzo di campagna" e poi qualche scatto in riva al Ticino, e quindi Pavia. Siamo solo a metà del percorso giornaliero ripartiamo. Marco si era prefissato di terminare il viaggio in 8 o 10 giorni. Il caldo si fa sentire mentre attraversiamo la pianura alluvionale su lunghi tratti di sterrato a fianco del Fiume PO ma ecco che la prima tappa giunge al termine a Orio Litta, un piccolo paese che festeggia la Festa Patronale proprio fuori dall'uscio del nostro primo ostello. Dopo un abbuffata li attende il letto. L'indomani i due ripartono sotto un sole cocente e con strada pianeggiante. Una volta giunti a Piacenza vanno a fare le Credenziali che serviranno lungo il viaggio ad avere qualche sconto negli ostelli, trattorie o gastronomie

convenzionate... ovvio avevano tutto l'inverno per farle a Milano ma lavoro e organizzazione last minute non gli ha permesso di farle prima della partenza. Di nuovo a pedalare verso Fornovo di Taro e da qui in poi i due non avranno vita facile, salite, saliscendi e strappi li accompagneranno fino a Roma. Prima di a Fornovo Andrea ringrazia il cielo per avergli messo a disposizione un wc mentre visitavano per caso una chiesa e per avergli fatto trovare una canna dell'acqua lungo un tratto di strada deserto. Terzo giorno, partenza anticipata per affrontare il Passo della Cisa, colazione al bar dove il barista fa loro gli auguri... per affrontare il Passo, giusto per rinquorarli... Il barista la sapeva lunga, la salita è stata dura ma arrivati in cima un bel temporale di 20 minuti li ha costretti alla sosta. I due proseguono il loro viaggio attraverso panorami e borghi stupendi che li accompagneranno fino a Roma, avranno modo di litigare mentre pedalano e di gioire la sera a cena. Dopo la cena postano qualche foto della giornata su Facebook (foto visibili sui post dal 25/08 in poi) e il letto li attende sempre presto. In 10 giorni i due arrivano a Roma con nelle gambe circa 900 km e 9000 m di dislivello. Marco ha accusato la stanchezza dopo l'arrivo a casa, in viaggio l'avrà sostenuto l'obiettivo di raggiungere la meta in tempi brevi. Ha impiegato qualche settimana a riprendersi. Andrea anche durante il viaggio per via del caldo ha accusato stanchezza ma ha mostrato di avere gli attributi per arrivare fino in fondo, da buon sardo. Che dire del viaggio, da fare assolutamente e con adeguata preparazione, magari una tappa al giorno (circa 50 km) se si hanno a disposizione più giorni di ferie, in questo modo ci si può soffermare di più a visitare i borghi attraversati e a socializzare con la gente che si incontra. Ad entrambi l'esperienza è piaciuta molto, che sia l'inizio di una lunga serie di viaggi... solo il tempo lo può dire.

## Pedalata al Duomo (di Giorgio Ceriani)

**C**ome da tradizione prima di Natale ci si ritrova per la classica pedalata in Duomo, quest'anno il clima meno rigido fa aumentare i brontoli che guidati dal presidente, Andrea Noè, si apprestano a colorare di giallofluò la ciclabile del Naviglio e le strade del capoluogo meneghino, foto al ponte e poi partenza, si procede ridendo e scherzando a ritmo tranquillo fino in darsena, da lì in poi bisogna tenere gli occhi aperti perchè binari del tram, pavè e traffico possono nascondere



molte insidie, purtroppo a farne le spese come l'anno scorso è la nostra mascotte che, anche se abituato al pavè fiammingo, dato che "ha fatto il Finadre" il pavè milanese non lo riesce proprio a digerire, per fortuna le conseguenze sono solo una grossa incazzatura, arrivati in piazza foto di rito davanti al Duomo ed all'albero poi ritorno verso la darsena dove una volta ricompattato il gruppo ognuno torna a Robecco al ritmo che preferisce.

## Pedalata con Nibali (di Simona Cameroni)

**O**ggi si parla della Risoica prima edizione! Corsa organizza ad Abbiategrasso con partenza nel ex convento della Annunziata. Il complesso architettonico fu fatto costruire dal duca Galeazzo Maria Sforza a compimento di un voto alla Vergine e venne affidato all'Ordine dei Frati Minori dell'Osservanza di S. Francesco. Il convento fu iniziato nel 1469 e terminato nel 1472, mentre la consacrazione della chiesa a S. Maria Annunziata avvenne nel 1477. La giornata non è stata delle più favorevoli visto il cattivo tempo e la pioggia... ma gli appassionati di bici e di Vincenzo Nibali non sono mancati!



Ben 200, viste le cattive condizioni un buon numero, la corsa si è svolta nel modo migliore tra le campagne e le risaie del Abbatense. Tutto perfetto grazie alla collaborazione dei vari gruppi e sponsor! All'arrivo, dopo le varie foto di rito con un Vincenzo disponibilissimo, tutti nel giardino e nel refettorio del convento per gustare un ottimo risotto! Al prossimo anno sperando di in una bella giornata di sole.

## Classica pedalata in riviera (di A. Mazzucato)

**2**8 dicembre 2019 Come oramai tutti gli anni alla fine di dicembre il ritrovo è fissato a Loano per la classica pedalata fuori porta di fine anno. Partenza ore 09:30 dalla marina di Loano con prima destinazione lungomare di Imperia per un caffè, passando per Capo Santa Croce, Capo Mele, Capo Mimosa e Capo Berta. Come capita spesso non sono mancate delle scaramucce giocose per arrivare primi in cima ai vari strappi. Ripartiti da Imperia e dopo un dietrofront causa lavori che bloccano la ciclabile



siamo tornati verso Alassio, ripercorrendo tutti i Capi al contrario. Da Alassio salendo per circa 8Km (6,5% di p.m.) siamo arrivati al Santuario Madonna Della Guardia, nostra seconda destinazione di giornata. Dopo le varie foto di rito siamo ridiscesi verso Alassio per poi fiondarci a Loano dove, affamati e un po' stanchi ci siamo seduti intorno ad un tavolo per la migliore chiusura possibile di una splendida giornata, una pizza in compagnia. Grazie a tutti i partecipanti e arrivederci al prossimo anno.



## Pedalata dell'ultimo dell'anno (di O. Rapisarda)

**I**n questi giorni è meglio non salire sulla bilancia! Dopo le abbuffate che si sono conseguite nel periodo pre\_Natalizio, tra cene aziendali, cene sociali, cene augurali tra amici, tra coscritti e chi più ne ha più ne metta. Come ogni anno ci si ripromette per il successivo di dare un deciso taglio agli antipasti ed alle portate, ma, come ogni anno, ci si risveglia il giorno successivo appesantiti da qualche chilo di troppo. Il senso di colpa, improvvisamente, ci attanaglia. Ed inevitabilmente il nostro pensiero va ad un sano giro in bicicletta per, quanto meno, cercare di smaltire gli eccessi accumulati. Ormai è diventata una tradizione ritrovarsi, a tirare le somme dell'annata sportiva appena conclusa. Soci e simpatizzanti BrontoloBike si sono dati appuntamento per la tradizionale ed ultima uscita dell'anno 2019 presso il ponte di Robecco premiati da una giornata di sole con temperature gelide. Iniziamo la nostra pedalata verso l'alzaia, ed eccoci ritrovati a pedalare in compagnia, senza troppa fretta. Ancora una volta è stato bello pedalare insieme cogliendo e memorizzando le immagini più belle che i nostri splendidi luoghi anche in pieno inverno ci sanno regalare. Salutiamo l'anno vecchio brindando tutti insieme con i più sinceri Auguri per uno SPLENDIDO 2020 ricco di serenità e energia, con tante pedalate in allegra compagnia!



## Duathlon del Nibbiolino (di Linda Ghidoli)

**D**avvero una bella manifestazione quella organizzata dai nostri "cugini" del GC95 Novara. Il 3 Novembre è andato in scena il "Nibbiolino": un duathlon particolare al quale possono partecipare ciclisti e runner. I partecipanti formano una coppia e competono separatamente per frazioni bike e run dandosi il cambio. Le previsioni meteo non delle migliori; rischio pioggia battente. Avevo esteso l'invito alla mia cara amica Angela del team Ondaverde per affrontare la frazione corsa ed io quella in bici. Non si poteva quindi rinunciare; così siamo andate ad affrontare l'avventura! Giunte sul posto ci siamo rese conto che erano presenti molti volti noti nel mondo runner e nel ciclismo, alcuni anche forti. Evviva!! Non mancava il nostro presidente Andrea Noè ed anche qualche altro Brontolo Bike che ha deciso di partecipare a questa sfida. Foto di rito a gruppi misti e tutti ai blocchi di partenza! Si respirava aria di sfida ma allo stesso tempo, è stato bello vedere amici che si prestavano ad un gioco di squadra in un misto di colori di maglie diverse. Partenza senza pioggia. Il percorso sia run che bike era tecnico, lineare con qualche salitina e mangiabevi. Partenza molto veloce. Prima i runner per 3 km tra asfalto e sterrato. Io e gli altri ciclisti

aspettavamo l'arrivo del compagno in zona cambio con le nostre biciclette appese, pronti come felini. Angela è arrivata affannata; come sempre in gara ha dato il suo massimo. Parto per il giro bike ma ho perso la scia, e ahimè 12 Km in solitaria non me li ha tolti nessuno. Ero in fondo a tutti (e qui è sfumato il sogno di arrivare nei premi), che agili, son scivolati via scattanti probabilmente più allenati e più giovani. Ed eccomi al cambio prudente sul pavè. Toccava di nuovo ad Angela. Il secondo giro è stato durissimo dopo aver dato tutto nella prima parte. Non ci siamo arrese. Mentre tutti erano già al traguardo io dovevo ancora iniziare la seconda frazione, ed iniziava la pioggia gelata. Vento... vista offuscata, gambe affaticate e freddo. Ho tagliato il traguardo in ultima posizione (diversi sono stati i ritirati) ma io ed Angela ci siamo abbracciate contente per aver partecipato. Il presidente con la sua tenacia è riuscito a strappare il 7° posto nei premi. Ho pensato che anche lui ha avuto non poco filo da torcere dai giovani atleti. Siamo soddisfatti tutti quanti. Ci siamo scambiati pacche sulle spalle ed abbracci e perché no, abbiamo deciso all'unanimità per un salutare recupero di energie. Spritz di gruppo... e al prossimo anno ci penseremo!!