

# La Gazzetta del Turbike

www.turbike.it

Tutto il giallo della vita

Mercoledì 23 Settembre 2015

Numero 24—2015

**COLLALTO: tappa memorabile e sfide all'ultimo respiro quelle vissute in Sabina.**

## LA DURA PROVA DI COLLALTO

Che prestazioni quelle andate in scena sui colli Turanensi: in E1 Diego Civitella suda le proverbiali sette camicie per avere la meglio sul rientrante Ale Luzi. In E2, un ottimo Prandi, convince e batte Pavani. In A1 il mastino Castagna stacca Emilio Aterido. In A2 svetta Barelli su Marafini, mentre in A3 domina Eliseo Stirpe, che si candida prepotentemente alla vittoria finale. (da pag. 3 a pag.5)

## GRANFONDO NEWS!!!

Al termine della quinta e conclusiva prova del circuito Emozione in Bici, il nostro grande Leonardo La Vitola, chiude con un piazzamento che gli vale la **SECONDA POSIZIONE** finale nella categoria M2. Complimenti a Leonardo per la sue importanti prestazioni, che ricordo, sono il 5° posto a Tolfa, il 16° a Mentana, il 10° a Forano, il 7° a Rieti e il 6° a Fiano. Alè Alè... grande Leo!!!



## I RISULTATI DELLA TAPPA

Turno extra per Marcello, mossiere di emergenza in quel di Collalto. I risultati della tappa, numeri alla mano, danno lo spunto al presidente per iniziare le grandi manovre per l'anno 2016...come si sa, i numeri non mentono, i numeri sono decisamente incontrovertibili! (a pag. 2)

## LE RUBRICHE

**SPIGOLATURE** Claudio tra codice a barre e rinoceronti (a pag. 6)

**LA TAPPA CHE VERRA'** Salite non impegnative di Alessandro Luzi (a pag.7)

**PAESE CHE VAI...** Vallecupola, snodo tra Salto e Turano di Paolo Proietti(a pag. 8)

# I RISULTATI DELLA TAPPA

TAPPA 19/2015: COLLALTO SABINO

## MOSSIERE D'EMERGENZA

(di Marcello Cesaretti)

Ancora una giornata splendida ha accompagnato il gruppo Turbike lungo le strade del "Turano"! Infatti, oggi si è potuta percorrere la tappa di COLLALTO SABINO che era stata annullata per maltempo quindici giorni fa! Gruppo Turbike forte di 36 unità con AQUILE e RINOCERONTI (7), SQUALI e LEOPARDI (5), BISONTI, LUPI e GIAGUARI (3), BENGALLONI (2), LEVRIERI (1). La Classifica Generale squadre vede sempre al comando i RINOCERONTI con P. 7.180!!! 2° AQUILE P. 6.440! 3° SQUALI P. 5.760! 4° LEOPARDI P. 4.880; 5° GIAGUARI P. 4.840; 6° LUPI P.

4.480; 7° BISONTI P. 3.240; 8° LEVRIERI P. 2.240; 9° BENGALLONI P. 2 . 0 0 0 .

Mossiere di Emergenza il Presidente Cesaretti che date le "Consegne" alla partenza dei vari gruppi, ha poi scortato gli "A2-A3" lungo il percorso, mentre gli "A1-E2-EI" si sono gestiti bene e solo NOLLMEYER ha perduto i contatti

lungo il percorso e quindi sbagliato strada. Purtroppo, ciò può accadere specialmente se il percorso ha vari bivi con scarse indicazioni. Ma veniamo alla tappa che purtroppo ha impedito la partecipazione del "Piccolo ma grande" Maurizio Pellegrini che proprio alla partenza ha ricevuto la notizia della morte della mamma!!! A Lui e alla sua famiglia vanno le più sentite Condoglianze da parte di tutti noi presenti e di tutto il gruppo Turbike!!! Novità assoluta per il Turbike è la partenza di CLAVARINO con la categoria superiore! Infatti, accade spesso che qualche Turbikers parta con una categoria diversa ma sempre inferiore e mai superiore; Carlo C. è migliorato moltissimo ed oggi gli è stata attribuita la vittoria di tappa lo stesso per la sua categoria e Carlo ha dimostrato di meritare una categoria superiore!!! Ma

ecco il responso: Vince la "EI" CIVITELLA in 2h 25'45"!!! Al posto d'onore LUZI a 20"!!! 3° DE PRADA a 1'35"! 4° LAVITOLA a 2'; 5° DI POFI a 8'45"; 6° NOLLMEYER a 38'; 7° PELLEGRINI F.T.M. Da notare la partecipazione di Alessandro Luzi restituito momentaneamente al gruppo dal lavoro! In "E2" Vince e convince Andrea PRANDI ormai sulla strada che lo rese celebre nei primi anni del 2000!!! Il suo tempo : 2h 36'10", tempo da "EI"!!! Al posto d'onore PAVANI a 2'45"! 3° Ex aequo BENZIBARILARI a 3'20"! 5° CICIRELLI a 7'20"! 6° ROSSI a 13'55", 7° PIETRANGELI a 19'20"; 8° FELICI a 19'40". Nella "A1" Vince CASTAGNA col tempo di

2h46'30"!!! Ma che dire della prestazione di CLAVARINO che "rifila" al vincitore 3'45"? Al posto d'onore ATERIDO a 2'! 3° DI GIACOMO a 6'35"! 4° OBERDAN (entrato in forza ai Bengalloni) a 8'45"; 5° CALIENDO a 14'; 6° Ex aequo SALVATORE G. e FERIOLI a 21'20"; 8° CUCCU a 32'50"; 9° DATO a F.T.M. Nella "A2" Vince di



Marcello prende i tempi, Marco ci pensa su...

Diritto CLAVARINO che percorre il "Lungo" in 2h 4 2 ' 4 5 " ! ! !  
 Al posto d'onore BARELLI che percorre il "Corto" col tempo di 2h 13'54"!!! 3° MARAFINI a 1'53" (chiaramente da Barelli)! 4° GOBBI a 5'24"; 5° SALVATORE P. a 6'24"; Quindi il Mossiere CESARETTI !!! Nella "A3" Stravince ELISEO STIRPE ....sulle orme di Clavarino!!! Il suo Tempo: 2h 15'54"!!! Solo 2' il suo ritardo da un grandissimo BARELLI e pochi metri dal forte MARAFINI!!! Al posto d'onore Anna BARONI a 14'18"!!! 3° Un Fantastico Alfredo CECCANTI a 16' 46"!!! 4° RIDOLFI a 20'46"! 5° ORLANDO a 27'56"! Infine SCATTEIA F.T.M. Si conclude la tappa sui tavoli del Belvedere del Paese per un meritato ristoro e poi tutti insieme sulla via del ritorno!!!

# IL RACCONTO DELLA TAPPA

TAPPA 19/2015: COLLALTO SABINO

## LA MIA PRIMA IN A1

(di Carlo Clavarino)

Sul piazzale di Castel Madama – bella giornata, ancora calda - apprendo da Marcello Cesaretti che oggi, devo correre in altra Categoria, addirittura - azzarda lui - la E2 ... No, mi pare veramente un'esagerazione ... sarò anche migliorato, ma credo sinceramente che gli E2, in parecchi, "mi farebbero a polpette". Accolgo invece volentieri "l'ordine" di partire con gli A1 – richiesta già avanzata prima dell'estate e mai da me accolta – anche se persone come Emilio Aterido, mio compagno di squadra (ex E2, temporaneamente "prestato" agli A1), Americo Castagna e Giovanni di Giacomo, e forse anche Emilio Caliendo, mi incutono un certo "timore" ... Certo, dalla mia c'è il fatto che da diverse settimane, in A2, mi sono un po' abituato a fare le gare come se fossero delle cronometro, per cui tendo sempre a partire un po' a tutta fin dall'inizio, cosa che gli A1 non credo facciano, anzi, forse addirittura si studia-

no troppo, si dicono l'un l'altro di andare più piano, risparmiano forse un po' troppo le forze ... Comunque mi convinco che sia la cosa giusta da fare quando sento che per gli A2 e gli A3 il programma della giornata cambia, scorciando parecchio il percorso previsto (tornando a fare

esattamente lo stesso percorso dell'anno scorso: Sambuci-Tiburtina-Arsoli-Turanense- Collalto Sabino). Partono gli A2 e A3 – un po' mi dispiace non essere con loro – e poi noi, una decina di A1 (tra cui un nuovo: Oberdan ...?). Trasferimento fino a Vicovaro e poi, già dal bivio sulla Tiburtina verso Orvinio, si parte, ad un ritmo un po' più elevato, su un tratto pressoché di pianura, verso Licenza ... Giuseppe Salvatore, anche lui mio compagno di squadra, come sempre accade – penso – non sa resistere alla tentazione, ogni volta che la strada spiana un po' o è in leggero falsopiano, ad avvantaggiarsi di qualche decina di metri, per poi rallentare o comunque essere ripreso da volenterosi di turno ... per lo più lo si lascia fare, sapendo che quando la strada comincerà a salire sul serio, non sarà più in grado di tenere un ritmo elevato ... Mi sento bene, e già mi verrebbe voglia di "attaccare" sulla breve salita che ci porta ad attraversare Licenza ... però oggi la tappa è abbastanza dura



Il gruppo A1 alla partenza

(3 salite: Orvinio, Vallinfreda e quella assai più temibile di Collalto Sabino) ed in più dovrei cercare in qualche modo, se possibile, di aiutare Emilio (Aterido) che è il leader della classifica A1, tallonato da vicino, mi pare di ricordare, da Americo Castagna ... Vorrei almeno fare un po' il ritmo in salita e così, dopo aver passato anche Percile, mi metto fisso davanti e cerco di forzare un po' il ritmo ... Americo mi sta quasi sempre dietro, Emilio invece, mi invita spesso a rallentare un po' ... ..probabilmente teme di stancarsi troppo sulla prima salita (e, a suo dire, a fine tappa, mi confermerà che è stato così) ... Rallento un po', la salita che porta a Orvinio non è gran cosa, solo è abbastanza lunga ... ma vorrei provare a fare un po' di selezione, che comunque avviene ugualmente ... anche Giovanni Di Giacomo recupera ... "In vetta", prima di scendere verso Orvinio, siamo rimasti dunque in quattro, gli altri sono tutti dietro, non so se di tanto ... Giovanni prende l'iniziativa e comincia a tirare parecchio in discesa verso Orvinio,

mi supera e mi stacca ... poi passano anche Americo ed Emilio ... Ho capito: per questioni di peso e di abilità in discesa, mi staccheranno scendendo da Orvinio, anche se io ce la metto tutta e prendo pure qualche rischio, dopo Orvinio, sul fondo stradale a tratti piuttosto dissesta-

to ... Giovanni ed Emilio sono lontani, sui rettilinei li vedo bene, anche Americo mi ha lasciato in fretta ... Poi, giunti in piano, prima di attaccare la salita che porta a Vallinfreda, mi sembra che i tre battistrada stiano rallentando ... anche se forzando a più non posso arrivo a toccare i 48-50 km./ora in quel tratto di pianura, capisco che il mio ravvicinarmi a loro dipende da ciò... Perché? Non ne capisco molto le ragioni ... Sono stanchi? Non credo ... Vogliono rilassarsi un attimo? E' possibile ... Li raggiungo e lo chiedo direttamente a tutti e tre ... Non mi danno una risposta vera, continuano però ad un ritmo piuttosto blando (credo non più di 30 km./ora) ... Poi la salita per Vallinfreda comincia e, senza neppure volerlo, mi ritrovo a qualche decina di metri più avanti .... Cerco di aspettarli, poi quando vedo che non sembrano preoccuparsi

(segue a pag 4)

# IL RACCONTO DELLA TAPPA

## TAPPA 19/2015: COLLALTO SABINO

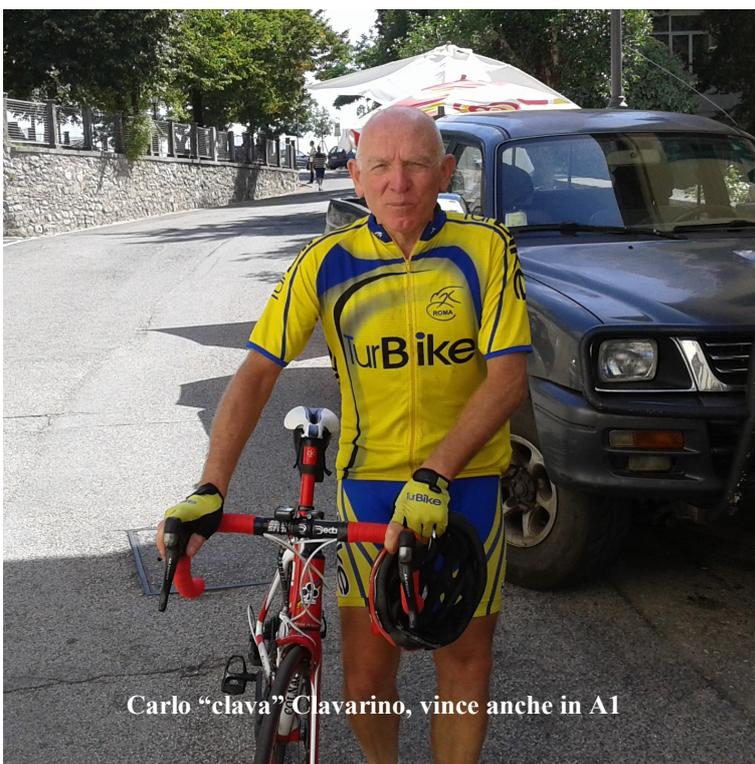
(segue da pag. 3)

del mio vantaggio, decido di cominciare un po' a tirare, per avvantaggiarmi in salita, convinto che comunque sarò ripreso in discesa, o già prima di Vivaro di Roma o, al massimo, in pianura sulla Via Turanense, dove saranno capaci, magari in tre, di fare delle belle velocità ... Ogni tanto mi giro e vedo il solo Americo Castagna, ad una certa distanza ... aumento l'andatura e scollino sopra il cimitero di Vallinfreda ... poi mi butto a capofitto in discesa, senza però esagerare ... Passo Vivaro e poi sempre più giù, fino al piano, dove la strada finalmente si raddrizza, pronta a congiungersi alla Turanense. L'attraverso e spingo quanto posso ... il contachilometri segna 37, 38, 36 km. all'ora, per fortuna non c'è vento contrario ... faccio qualche chilometro tentando di mantenere quest'andatura ... Poi, a

circa 3 km. dal bivio per Collalto Sabino, mi raggiunge Americo Castagna, che deve aver tirato come "un pazzo", avendomi nel mirino, in questo ultimo tratto ... Gli dico esplicitamente che non posso tirare, perché c'è Emilio dietro, anzi mi stupisco con lui che non siano scesi tutti e tre insieme, lui con Giovanni ed Emilio ... Americo conferma la mia supposizione, che cioè in cima a Vallinfreda lui era già da solo e di un bel pezzetto, rispetto a Giovanni ed Emilio. Attacciamo la salita e dopo qualche centinaio di metri Americo "scompare" ... dopo le prime 3 curve, mi

volto e intravedo a distanza lui e Gianluca Pavani (E2), che nel frattempo è sopraggiunto, appaiati ... poi mi passano incitandomi Diego Civitella, Leonardo La Vitola e Alessandro Luzi ... purtroppo hanno un'altra andatura e li vedo scomparire presto dietro una curva ... Passa forse un minuto e mi affianca José De Prada, anche lui incoraggiandomi a continuare così ... gli dico che speravo fosse Emilio, ma mi risponde che no, è un bel po' dietro, non ce la fa a recuperare ... anche lui, dopo un po', sparisce dalla mia vista ... la salita è abbastanza dura, alcune curve e brevi rettilinei superano di certo il 10% di pendenza ... però c'è anche qualche breve tratto dove si può riprendere fiato ... Alternò, con moltiplica a 34 denti, due rapporti, dietro: 19 e 21 ... Mi sembra comunque di riuscire a tenere meglio che qualche settimana fa, quando si era provato il percorso con Americo e Maurizio Pellegrini ... Finalmente sono in

vista dell'abitato, per l'ultimo chilometro in paese ... Ce l'ho fatta, mi sembra quasi incredibile! ... Come mai tutti gli altri si sono staccati così? Giovanni ed Emilio che rallentano in pianura – e secondo me non lo dovevano proprio fare, dovevano continuare ad insistere, non so se su una delle salite successive, Americo ed io li avremmo ripresi - ... Americo che perde subito in salita? Al mio arrivo, Marcello è distratto dalla presenza di un'ultracentenaria del paese, credo, e non mi filma neppure, debbo chiamarlo a più riprese e tirarlo per un braccio, per segnalargli che sono arrivato ... I presenti A2, già arrivati, si complimentano con me e mi dicono che debbo andare tra gli E2 ... Lo stesso Alessandro Cicirelli (E2), tornato dopo una lunga assenza, conferma che debbo "soffrire" di più, senza vincere, come fanno in tanti, in E2 ed E1 ... Gli dico che il passo, per il momento, mi sembrerebbe veramente "troppo lungo", che prima, comunque, dovrei abituarci un po' a correre con gli A1 ... e che in ogni caso ritengo i tre battuti (Americo, Emilio e Giovanni) certamente non più deboli di me, anzi ... forse in salita, se un po' dure e ripetute, li posso battere qualche volta, ma in pianura e in discesa sono più veloci di me, senz'altro, faticano di meno ... sono dei buoni passisti, io non lo sono, devo migliorare molto in questo senso ... Rimaniamo ancora un po' e poi ci avviamo scendendo da Collalto dall'altro versante –



Carlo "clava" Clavarino, vince anche in A1

bella strada - per raggiungere Carsoli, zona industriale e immetterci sullo stradone che porta ad Arsoli ... Raggiungo, insieme ad Americo, Alessandro Cicirelli e Giulio Rossi, che procedono a discreta andatura ... ultima asperità di giornata: la solita salita che porta sotto Sambuci e poi giù, sulla discesa del Passo della Fortuna ... Tiriamo un po', cercando comunque di aspettare Giulio che deve essere piuttosto stanco ... Per me è stato un sabato diverso dai precedenti ... mettermi alla prova in altra Categoria è stato un bene, non c'è dubbio ... credo continuerò fino alla fine della "stagione" 2015 in A1, rimanendo però con classifica in A2 – a proposito, complimenti, Stefano (Barelli) per la bella vittoria.

# IL RACCONTO DELLA TAPPA

TAPPA 19/2015: COLLALTO SABINO

## I PISTOLEROS

(di Paolo Benzi)

La E2 sta diventando una sfida all' OK Corral: Che storie! Che tappe! Che battaglie! Qui ci sono dei pistoleros che non sfuggirebbero in un film spaghetti western, di quelli con sparatorie, smoking guns, pallottole che fischiano, saloon, sceriffi e gringos! Oggi siamo in tanti, 9 alla partenza, con alcuni importanti rientri: quello di Mauro Barilari, di Ale Cicirelli con fiammante bicicletta nuova e quello di Mario Felici. La tappa è quella annullata il 5 settembre e ci porterà Collalto Sabino: tappa dura, lunga ed impegnativa, con la salita verso Orvinio, lieve ma lunga, lo strappo per Vallinfreda, di media difficoltà ma nella conca dove il sole picchia duro e la temibile ascesa verso Collalto, irregolare e con tratti very hard, con pendenze ben oltre il 10%. Insomma, ad inizio tappa siamo tutti consapevoli che oggi vincerà chi saprà gestirsi e chi ne avrà più degli altri: terreno per sbagliare ce n'è tanto, terreno per vincere pure. Sulla salita verso Orvinio rimaniamo coperti ed allineati, come sulla piazza d'armi della caserma Macao. C'è Mario, in versione Super Mario Kart, che scalpita in prima posizione, fa una buona andatura, sembra in palla, ha la mascella quadrata da

pistolero cattivo... noi ci accuciamo nella sua scia, anche per risparmiare qualcosina, specie nel vallonato prima di Licenza. Insomma fino a Percile niente, ci si ferma pure a prender l'acqua al fontanile, poi la corsa esplose: scatti pochi, perché le pendenze non permettono grandi differenze ma forcing forsennato, ora di Mauro, ora di Andrea, ora di Gianluca. Io, Mario e Cicirelli rimaniamo agganciati ma presto Super Mario ed Ale cedono. Rimaniamo in quattro. Ai meno 4km dal valico Andrea e Mauro prendono 50 metri, sono lì, ma sono più in palla, mentre io e la Jena rimaniamo a sbuffare per non perdere terreno. Andrea allunga, io recupero Mauro, Gianluca si stacca. Andrea passa primo alla Cimata delle Serre poi lo riprendiamo prima del bivio. Gianluca sembra indietro ma, come ormai tutti sanno, è uno che non molla mai, ed infatti ce lo ritroviamo affiancato a noi, prima della salita

di Vallinfreda. Andrea detta i tempi, Mauro si attarda a conversare con Oberdan, Gianluca "danza" qua e là sulla sua Trek, io cerco di rimanere agganciato come posso e ci riesco, anche se sono al limite... spero nella discesa per rifiatore. Sulla Turanense un vento gelido spira alle nostre spalle, un sibilo sinistro s'ode dietro di noi: sono gli scalmanati della E1, trenati da Mauro. Io guardo Andrea, che guarda Gianluca che guarda... ecc ecc: e se prima eravamo in tre a ballare l'Hully Gully, adesso siamo in quattro... Ma eccoci presto all'imbocco della salita finale e siamo al mezzogiorno di fuoco: la strada sembra quella del far west, sembra di vedere le scritte sheriff, bank, saloon... sembra di vedere la polvere che si alza dalla strada, sembra di assistere al duello finale!!! Il pistolero Gianluca, col ghigno della Jena, tira subito fuori dalla fon-

dina la sua Colt e spara il primo colpo: bum!!! Andrea schiva il colpo, si accuccia, rotola nella polvere ma si salva, io cado stecchito, Mauro, credo, va nel saloon per farsi un whiskey e farsi una fumatina, decide cioè di non partecipare. Andrea si rialza, si scuote la polvere dai vestiti, si rimette in pista, cerca la sua pistola nella sua fondina, ci mette un po' per trovarla e per prendere la mira... diciamo un paio di chilometri... poi caccia fuori "il cannone" e

spara il suo colpo: bang! Colpisce dritto al cuore! Ora sulla strada è rimasto il pistolero che sparò per primo, anche lui tenta di rialzarsi ma è stato colpito, ed anche duramente. Arriverà alla fine con un bel distacco ma è corso subito in infermeria per farsi togliere la pallottola. Già lo vedo che carezza con la mano la sua Colt e lo vedo rimuginare se non sia il caso, la prossima volta, di usare il Winchester. Andrea sta festeggiando dal "cantinero", scolandosi un doppio bourbon liscio e mangiando uno stufatino con fagioli. Ed io? Sono ferito ma non morto: mi fa compagnia Mauro, fresco fresco, appena uscito canticchiando dal saloon e Ale Di Pofi, che mi fa salire sul suo cavallo e mi scorta fino alla fine. Che tappa! Che storia! Che sfida! Citazione: "... accanto a me c'è un gringo..." (883, Nord sud ovest est)

Amici, ad maiora e... forza Lupo, ti aspettiamo!



Andrea ha conquistato i tre GPM di giornata

# SPIGOLATURE

TAPPA 19/2015: COLLALTO SABINO

## CRONACHETTA MONTALTO SABINO (?)

(di Claudio Scatteia la maglia nera)

Cari Amici Turbikers, con l'intento di onorare la maglia nera, come ha scritto, (e mi ha fatto molto piacere) il Presidente Marcello Cesaretti, al mio arrivo al Guadagnolo, oggi cercherò di arrivare a Montalto Sabino solo che il (?) dopo il titolo della Cronachetta non depono bene.... vedremo perchè nel prosieguo. All'adunata grande movimento e battute.... con Barillari, Cicirelli e Pietrangeli si disserta sulla larghezza del copertoncino.... pregi e difetti del 25mm nei confronti del più comune 23mm ed anche del tubeless piuttosto che il copertoncino con camera



d'aria ed anche del profilo alto, medio e basso del complesso cerchio+copertoncino con riflessi sulla stabilità della bici quando si ha il vento laterale.... ma subito la mia attenzione viene richiamata dal polpaccio di un noto Turbiker, quest'anno sul podio al Fantatour.... forse vi ho detto troppo.... guardate un pò la foto... è incredibile.... è proprio un codice a barre in versione tattoo e permette al proprietario del polpaccio di avere lo sconto del 70% sui suoi acquisti da Decathlon.... Ma non c'è solo questo all'adunata dei turbikers: in un angolo 3 Bisonti, Ridolfi, Orlando e Ceccanti hanno circondato il mite(?) Rinoceronte Clavarino e vai a sape-

re perchè gli danno.... pugni in testa!!!! Ma è arrivata la partenza.... e si parte.... tutto chiaro il percorso? Ne riparlamo... A Carsoli mi immetto sulla Turanense .... (non prima di essere partito in direzione... dei Colli di Monte Bove) e superato il bivio per Colle Ginolfo e Collalto Sabino



(direction verbotten)proseguo e prima di Turania sulla dx la mia attenzione è attirata da una piccola chiesetta ,credo dedicata alla Madonna delle Grazie,sul davanti un particolare...una bassa apertura forse utilizzata per lasciare i neonati non desiderati; Proseguo nella vallata fresca ed ombrosa e vengo superato da Anna Baroni, Gianni Dato, Marco Marafini, e 3 prodi Bisonti, incredibile ma



vero...Ridolfi, Ceccanti und Orlando... Ma ormai sono alla deviazione per Collalto...e meno male che ho avuto la bella idea di scendere sul rapporto della mia tripla ...ma l'ini-

zio è da incubo....una salita durissima.... e dopo 2 Km circa .. decido" ca suffit "e così accostato a sx avvertito i compagni che sopraggiungono che....desisto....avvertite il presidente all'arrivo!!! (ed ecco spiegato il punto ( ? ) accanto a Cronachetta); Ripresa la strada del ritorno verso Carsoli.. alla base incontro Paolo Cuccù e Sacha Nollmeyer ,sono incolpati come bisce per gli errori di percorso...ed a Paolo salta pure la catena...nessuna parolaccia però; Sulla via di Carsoli una insegna attira la mia attenzione:"Locanda del Poeta"...ma sì... questa è una attività " non dichiarata" di Paolo Proietti,"Rinoceronte Poeta" nonché Pro-



ject Leader di una importante azienda italiana; E così si conclude la mia modesta uscita ciclistica, ma alla fine un motto si impone...e rivolto a Tutti i vincitori Turbike dell'impegnativa tappa di Collalto Sabino: VINCITORE !!! TU NON SAI COSA TI PERDI !!! Ma non lo dice la Maglia Nera ,estensore di questa Cronachetta, con la quale si va a fare pick up delle cose "minime " ma "belle" che ogni Tappa Turbike offre....Questo motto ,mi piace ricordarlo, è di Gesualdo Bufalino uno dei più grandi scrittori italiani , vanto della Sicilia insieme a Sciascia e Con-

# LA TAPPA CHE VERRA'

TAPPA 20/2015: VALLECUPOLA

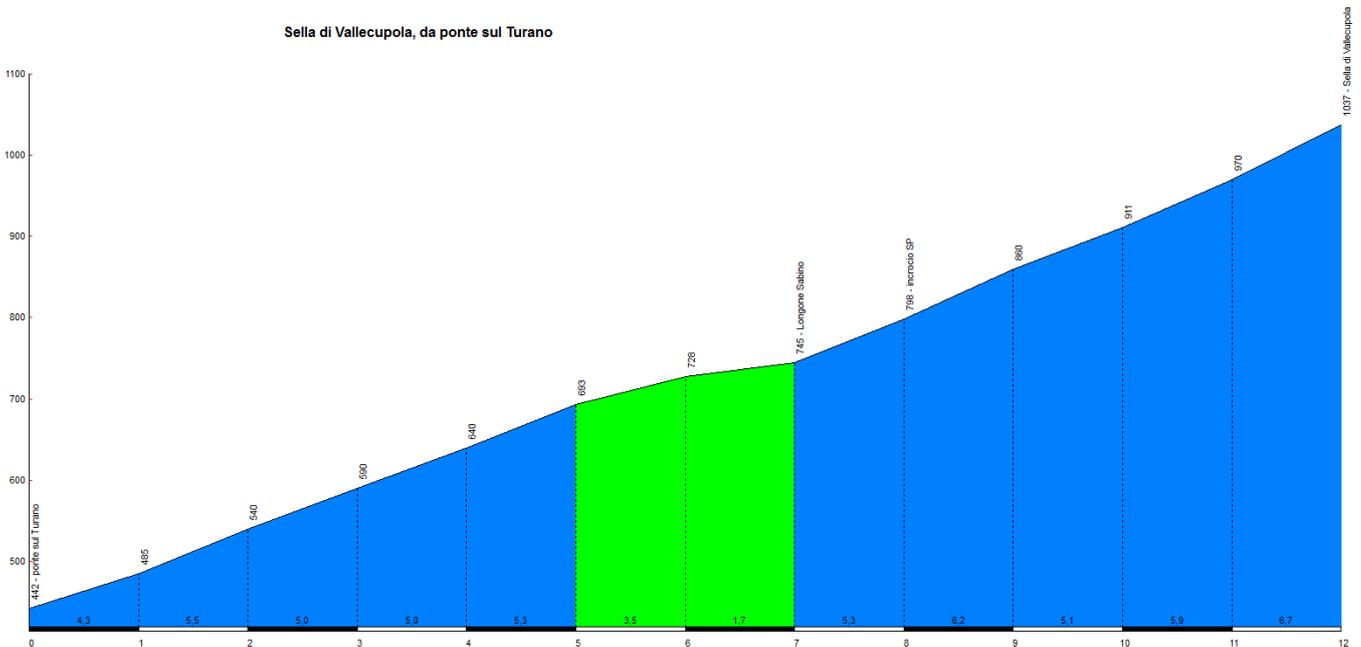
## RIFIATIAMO UN PO'

(di Alessandro Luzi)

Frazione un po' meno dura delle precedenti, ma comunque di grande interesse soprattutto per il finale in ambiente montano affascinante e panoramico. A Ponte Buita (salaria vecchia, inizio salita Torricella) il punto intermedio.

La salita di Torricella Sabina è arcinota agli abituè delle strade sabine: 8km pedalabili (4-5%, mai di più) e ideali per scaldare i motori in vista del finale. Diciamo che oggi pendenze impegnative vere e proprie non ce ne sono, nemmeno nella salita finale, mai affrontata nelle ultime edizioni. L'erta finale si attacca dopo il superamento di Rocca Sinibalda, all'altezza di un ponte sul fiume Turano. Misura 12 km ed ha una pendenza media del 4,95%. Salita di grande regolarità, la divideremo per facilità in due tronconi: prima e dopo Longone Sabino. Prima di Longone Sabino: i primi 6 km sono più facili degli ultimi, le pendenze non superano praticamente mai il 6%, anzi, si mantengono molto spesso anche al di sotto del 5%. La salita, in ambiente ancora non molto panoramico, offre diversi tornanti nella prima parte. Su queste pendenze, tutto sommato, si sta bene anche a ruota. Sotto Longone Sabino si incontra un breve passaggio in falsopiano. Dopo Longone Sabino: pur non cambiando di molto la situazione, la salita si fa un po' più dura. Negli ultimi 5 km si supera più spesso il 6% di pendenza. Diciamo che si sale sempre tra il 5% e il 6,5%, con l'ultimo km appena poco più impegnativo. Qui andrà stabilito se l'arrivo sarà alla Sella di Vallecupola 1062m, oppure al minuscolo e romantico paesino, circa 1km oltre il valico a 1007m. **RAPPORTI:** Tapascione: 39x25 amatore medio: 39x23 amatore allenato: 39x19

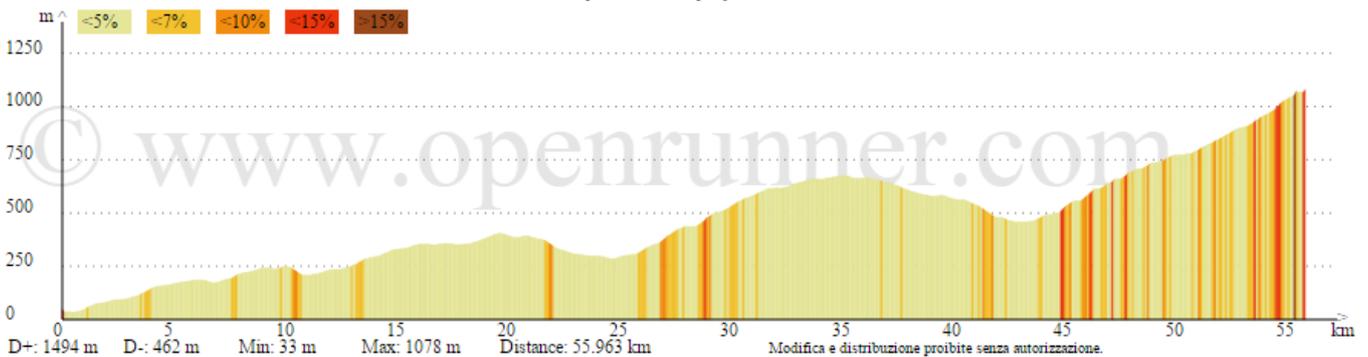
Sella di Vallecupola, da ponte sul Turano



PASSO CORESE

[Tur 2015 Vallecupola]

POGGIO VITTIANO



# PAESE CHE VAI...

RUBRICA DEDICATA AI PAESI META DELLE TAPPE TURBIKE (A CURA DI PAOLO PROIETTI)

## VALLECUPOLA

Il centro storico di Valle Cupola conserva ancora la tipica struttura medievale, articolata su una strada principale fatta a gradoni, dalla quale si diramano una serie di vicoli che la attraversano, collegando tutte le abitazioni con il piazzale della Chiesa. Il paese è dominato da una torre quadrata eretta sul punto più alto del picco roccioso dove sorgono le case più antiche, a quota 1.000 metri. La torre, con le sue mura spesse anche un metro, doveva servire a proteggere l'originaria Villa di Valle Cupola, composta all'epoca da non più di 5 o 6 case. Il paese originario, popolato da contadini e pastori, aveva la funzione di snodo di collegamento tra la Valle del Turano e quella del Salto. In questo luogo, infatti, si incrociavano due itinerari antichi: la mulattiera che univa Castelvechio, il più grande centro abitato della Valle del Turano, con Valle Cupola e la via Cecilia, che dal Casale di Capanaccia di Longone arrivava a Vallecupola, per poi raggiungere il Cicolano. L'importanza strategica del paese andò aumentando non appena lo orde moresche che imperversavano nella zona, furono definitivamente cacciate nel 914 d.C., con la battaglia di Trebula, oggi Rocca Sinibalda. Da quel momento Vallecupola andò assumendo un'importanza sempre crescente, in quanto snodo di passaggio fondamentale, sino a raggiungere il suo massimo sviluppo sul finire del 1700, quando il paese contava circa 400 abitanti. Una cifra enorme, se si pensa che oggi questo paesino, dove l'aria è rarefatta e che d'inverno rimane spesso isolato a causa della neve, dove il tempo sembra essersi fermato, scandito ancora dai cam-



nacci delle pecore che pascolano pigre a dal vociare degli anziani, ultimi custodi di tradizioni uniche e speciali, conta solo poche decine di abitanti. Le prime notizie sul castello non sono antecedenti al XIII secolo, quando appare ormai stabilmente inserito nella signoria territoriale dell'abbazia di S. Salvatore Maggiore. Nel 1252 è ricordata la chiesa di S. Valenti-no, che nel 1253 era retta dal presbitero Berardo. Di Vallecupola erano originari Sinibaldo, importante vassallo degli angioini ed il fratello Gentile abate di S. Salvatore Maggiore nella seconda metà del XIII secolo. A dimostrazione di questo periodo di fortune l'attuale centro storico conserva ancora alcuni esempi di fortificazioni, come parte della torre, alcuni palazzi di notevole interesse architettonico ed alcuni capitelli romani sparsi sulla piazza principale. Durante la parentesi del dominio francese il comune fu ascrivito dapprima al dipartimento del Clitunno, cantone di Castelvechio (1798-1799) per passare poi al dipartimento di Roma, circondario di Rieti, cantone di Castel Vecchio come comunità dipendente da Poggio Vittiano (1810-1814). Con la Restaurazione e la riforma del 1816 Vallecupola fu annesso alla provincia di Sabina, delegazione e distretto di Rieti, appodiato a Longone (1816), poi a Colvecchio (1817) ed infine a Rocca Sinibalda, di cui seguì le successive vicende: dopo l'annessione al Regno d'Italia, avvenuta nel 1860, appartenne alla provincia di Perugia fino al 1923, poi a quella di Roma ed infine, dal 1927, fu annesso alla neoistituita provincia di Rieti. E' tuttora frazione di Rocca Sinibalda.