

La Gazzetta del Turbike

www.turbike.it

Tutto il giallo della vita

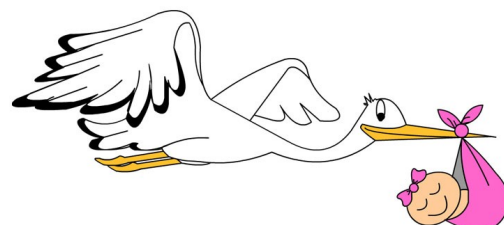
Mercoledì 30 Settembre 2015

Numero 25—2015

VALLECUPOLA: tappa impegnativa, resa dura dall'agonismo. Il Turbike "stringe"!

IN CIMA A VALLECUPOLA

Continua la rincorsa di Diego alla vittoria finale, oggi messo a dura prova da Leonardo. In E2 un Barilari esplosivo, mette in riga il resto della truppa. In A1 torna alla vittoria Di Giacomo (ma secondo effettivo, dietro lo straripante Clavarino, prossimo a confrontarsi con gli Elite?). In A2 vince Barelli su Pino Bomber, mentre Eliseo compie il sorpasso su Anna in A3. (da pag. 3 a pag 5).



Come molti sapranno, il Turbike si veste di rosa, e non per il primato al Giro d'Italia, ma per la nascita della piccola Alice!!! Un grosso abbraccio da tutto il gruppo sportivo Turbike alla piccola, a mamma Valentina e al nostro Giuseppe "wiggo" Massaro.

EVVIVA!!!



I RISULTATI DELLA TAPPA

Vallecupola mette a segno l'ennesima bella prova del Turbike. Tra vincitori e vinti, distacchi e tempi di percorrenza, tra categorie squadre e fedeltà, coppe e coppette, Marcello snocciola una teoria di numeri che soddisfa i più assetati di classifiche (a pag. 2)

LE RUBRICHE

RIASSUMIAMO il punto della situazione di Paolo Benzi (a pag. 6)

SPIGOLATURE Claudio in versione Fantaciclismo (a pag. 7)

LA BICI IN VERSI tra stelle ed infortuni di Paolo Proietti (a pag. 8)

LA TAPPA CHE VERRA' un 8x8 che intimorisce di Alessandro Luzi (a pag.9)

PAESE CHE VAI... Saracinesco di origine saracena di Paolo Proietti(a pag. 10)

I RISULTATI DELLA TAPPA

TAPPA20/2015: VALLECUPOLA

ULTIME FATICHE DEL 2015

(di **Marcello Cesaretti**)

Giornata bella e "Frizzante" per una tappa storica del Turbike: Vallecupola!!! Questa tappa fu gettonata dall'allora gruppetto Turbike in "Embrione" nel finire degli anni '70 sotto suggerimento del mio amico Gianni Gremese (editore), grande appassionato di ciclismo che già allora col suo gruppo di amici girava il Lazio ma percorreva le strade storiche del ciclismo mondiale, Dolomiti, Alpi Francesi e Pirenei!!! Una tappa altamente turistica che offre panorami mozzafiato! Da Vallecupola si possono vedere entrambi i laghi del Salto e del Turano poiché posta in mezzo tra loro ad una altitudine di oltre 1000 metri. Quindi, alle ore 8,30 circa si iniziano le partenze degli "A2-3" ma qualcuno meno allenato partirà da Osteria nuova! Alle ore 9,00 circa partono gli

ultimi Turbikers, quelli più forti! La giornata è splendida e si preannuncia una tappa una tappa dura e faticosa poiché il P.I. posto dopo circa 10 km lascerà 46 km agli agonisti puri! infatti, non tutti i turbikers si cimenteranno al massimo e doseranno le loro forse per non aver sorprese al ritorno. Complessivamente 112 km con oltre 2000 mt. di dislivello! Quasi 40 i presenti (38) con le migliori

squadre oggi: Rinoceronti (8); Aquile (6); La Classifica generale accresce il vantaggio dei RINO P. 7.500; 2° AQUILE P. 6.680; 3° SQUALI P.5.720; 4° GIAGUARI e LEOPARDI P. 5.000; 6° LUPI P. 4.640; 7° BISONTI P. 3.400; 8° LEVRIERI P. 2.280; 9° BENGALLONI P. 2.160. Ma ecco quale è stato l'arrivo di questa tappa che prevedeva quattro salite non facili da interpretare: 1° salita della salaria Nuova e poi Vecchia fino allo scollinamento di Osteria nuova; 2° la salita di Torricella; 3° la salita di Longone; 4° le ultime e dure rampe di Vallecupola!!! Nella cat. "E1" Vince in volata CIVITELLA davanti a LA VITOLA! Il tempo 2h 21' a una media di circa 25 km orari! Al 3° posto CARPENTIERI a 2'54"! 4° DE PRADA a 3'27"! 5° DI POFI a 9'24"! 6° PELLEGRINI a 32'30"; 7° GOIO F.T.M. In "E2" Vince alla grande BARILARI col tempo di 2h 30'28"! 2° PAVANI a 5'08"! 3° BENZI a 9'52"! 4° PRANDI a 13'07"! 5° ROSSI a 16'25"; 6° FELICI a 16'30"; 7° CICIRELLI a 30'32"; 8° PIETRANGELI a F.T.M.1; 9° ROTELLA a F.T.M.2 Nella "A1" Nuova prestazione di

Carlo CLAVARINO che "mortifica" (nel vero senso della parola) tutti rifilando 3'43" al vincitore di categoria Giovanni DI GIACOMO che vince col tempo di 2h 43'!!! 2° ATERIDO a 6'54"! 3° CASTAGNA a 12'10"! C'è da dire che il "Buon Americo" come il forte Carpentieri, sia venuto alla partenza in bici da Roma e arrivato in ritardo sia poi partito con gli "E2" concedendo anche 9 minuti di vantaggio! 4° FERIOLI a 13'02" (venuto in bici anche lui)! 5° SALVATORE G. a 16'; 6° CALIENDO a 16'15"; 7° OBERDAN a 16'22"; 8° CUCCU a 29'48" (anche lui venuto in bici da casa)! 9° CARDIELLO a F.T.M. Nella "A2" Data per scontata la vittoria a CLAVARINO col tempo di 2h 39'!!! 2° BARELLI col tempo di 3h01'33"! 3° SALVATORE P. a 15'42" (distacco da Barelli); 4° CESARETTI M. a F.T.M.1; 5° RINALDI a F.T.M.2; 6° PROIETTI a F.T.M.3; In "A3" Vince senza

"infierire" Eliseo STIRPE ormai sulle orme di Clavarino! Infatti, oggi è stata solo una passeggiata per lui completata col tempo di 3h16'56"! Al posto d'onore l'"indoma" Anna BARONI a circa 7'! quindi, al terzo posto Antonella GIORGINI a F.T.M.1 !!! 4° ex aequo ORLANDO e Pino RIDOLFI a F.T.M.2! 5° SCATTEIA a F.T.M. 3. Infine, MEDARDO MARCHETTI oggi per la prima volta nelle vesti del



Angelo e Giulio sorridenti insieme a Faina Cardello

"Mossiere"!!! A Lui dico grazie per il buon lavoro svolto ma di non preoccuparsi troppo delle possibilità dei suoi "Bisonti" che seppure appesantiti dagli anni, hanno completato il durissimo percorso....e dopo questa fatica: Tutti a tavola in un ristorantino di Rocca Sinibalda!!! Questo è il Turbike che racchiude turismo e Agonismo insieme ma soprattutto amicizia! Al ritorno a passo Corese tutti hanno percorso oltre 100 km!!! Ricordo a tutti che sabato prossimo ci sarà la tappa di "Saracinesco" e il giorno seguente domenica 4 ottobre si andrà al lago di Vico (Bella Venere) alle ore 8.30 per il "Superpolpash" che sarà valido per la classifica di Coppa Fedeltà!!! Quindi, tutti i turbikers alla conquista del "Prosciutto"!!!

IL RACCONTO DELLA TAPPA

TAPPA 20/2015: VALLECUPOLA

FORSE LA TAPPA PIU' DURA

(di Carlo Clavarino)

Tappa di Vallecupola ... devo confessare, da tutti - coloro almeno che non ne conoscevano il percorso, o solo alcuni tratti - un po' sottovalutata, almeno alla partenza, a Passo Corese ... io stesso, immaginavo sì, lunghi tratti di salita, ma non un certo affanno, chissà perchè ... ciò a causa dell'andatura quasi da subito sostenuta, grazie a Giovanni Di Giacomo, già salendo verso Torricella Sabina. Al rientro, ho verificato che tutti, anche quelli veramente forti, ne sottolineavano le difficoltà, sostenendo che questa è stata la tappa più dura dall'inizio di stagione (comprese quelle in altura del Terminillo, di Rocca di Mezzo in Abruzzo, di Monte Livata). Alla partenza dovremmo essere una quarantina ... Pochi gli Elite 1 e 2 (come mai?), ben

più numerosi invece gli A2 e gli A3 ... Noi A1 siamo una decina ... manca, incredibilmente, Americo Castagna, che non si è presentato, come convenuto, all'appuntamento con me ed Eliseo, all'Aurelio ... Poi riesce a telefonare a qualcuno (il mio telefonino è fuori uso, non ho potuto contattarlo) dicendo che sta arrivando in bicicletta! Saluti vari, qualche commento sulla tappa e si parte, prima gli A2

e gli A3, come sempre, poi gli A1, ma Americo ancora non è arrivato (so poi, che partirà con gli Elitel e 2) ... E' subito salita ... Borgo S. Maria, Borgo Quinzio, lateralmente alla Salaria, per evitarne il traffico ... gobbe, dossi, qualche rettilineo in discreta pendenza ... io leggo più volte Osteria di 'qualcosa' (Nerola, Scandriglia ...), ma non Osteria Nuova ... nell'incertezza, già si comincia a 'tirare' un po', equivocando sul P.I... a un certo punto superiamo l'intero gruppetto degli A2 e A3 ... infine sì, eccolo il cartello che Osteria Nuova, sulla Salaria ... riconosco pure il posto ... va bene, ci siamo un po' scaldati, forse inutilmente ... Poi una discesa ed 2 altri bivi, che portano all'inizio dell'ascesa verso Torricella in Sabina ... Giovanni Di Giacomo si incarica di fare l'andatura, piuttosto sostenuta ... è una salita che gli si confà, da passisti, non dura come pendenza, ma continua, senza una sosta ... dopo un po' rimaniamo solo in 4, lui, Emilio Aterido, Roberto Pietrangeli (E2 che oggi è partito con noi) e il sottoscritto ... in alcuni punti fatico a tenergli dietro, e così pure Emilio, mentre Roberto

non sembra avere problemi ... in qualche momento perdiamo alcuni metri, ma sempre recuperiamo ... poi però, cominciamo a perderci per strada Emilio ... oltrepassata Torricella, su una strada prima un po' a 'gobbe', si sfilava anche Roberto ... rimaniamo io e Giovanni ... quando inizia la pianura ed anche un po' di discesa, verso Rocca Sinibalda, Giovanni mi stacca ... mi sembra anche un ottimo discesista ... lo vedo sempre una cinquantina di metri più avanti, forse di più, e nonostante cerchi di rimontare lo svantaggio (tocco anche i 50-52 km. all'ora!), non mi cede un metro ... Poi, avvicinandoci al bivio per Rocca Sinibalda - credo che Giovanni abbia rallentato un po' - finalmente riesco a raggiungerlo, complice anche l'incrocio prima di imboccare la strada che porta al paese ... ma il mio inseguimento non è finito qui, perché, subito,

all'ingresso del paese, c'è il bivio a destra per Longone Sabino e, per un paio di km. almeno, è tutta discesa, con un fondo anche un po' brutto, c'è anche del 'brecciolino' ... Inutile dire che Giovanni mi stacca di nuovo e verso la fine della discesa, quasi in pianura, sempre a tutta (non meno di 45-48 km./ora), riesco a riprenderlo ... ma, anche in questo caso credo abbia un po' rallentato, cioè non ha tentato di proseguire



Carlo con Stefano Barelli

da solo ... Nel frattempo, a fine discesa, mi ha sorpassato, sorprendentemente, Emilio, mio compagno di squadra, che ha evidentemente recuperato andando come un matto nei tratti di pianura e discesa ... Siamo di nuovo in 3 ... ma appena attacca la salita verso Longone Sabino, sparisce alle nostre spalle, come avevo sospettato: ha speso troppo, probabilmente, per riprenderci e ora ha mollato ... Facciamo qualche chilometro insieme, sempre un po' Giovanni davanti (oggi mi sembra veramente inesauribile! I 180 km. della settimana passata, evidentemente gli hanno fatto bene, ha 'fondo' da vendere!) ... poi, da lontano vediamo un gruppetto di ciclisti con lampeggiamenti vari (catarifrangente, o batterie, immagino) ... in un primo momento pensiamo che siano estranei alla nostra 'gara', poi però, avvicinandoci in un punto dove la pendenza aumenta sensibilmente, ci rendiamo conto che si tratta del gruppo di 'Bisonti' (Mauro Orlando, Alfredo Ceccanti, Giuseppe Ridolfi) partito credo a Osteria Nuova .

(segue a pag 4)

IL RACCONTO DELLA TAPPA

TAPPA 20/2015: VALLECUPOLA

(segue da pag. 3)

Faccio uno scatto per sorpassarli e mi rendo conto che Giovanni non riesce a seguirmi ... poco più avanti, su un tornante, dove la pendenza è già un po' più dolce, supero Ezio Rinaldi, un po' sorpreso del mio scatto, in compagnia di un altro Turbiker, che non riconosco, perché concentrato ad affrontare, appunto, il tornante ... Mi dico che forse 'è fatta' e proseguo ad un buon ritmo, mi sembra di avere un po' recuperato le forze, o forse è soltanto quel tanto di energia che ti dà la sensazione di aver superato i momenti più difficili e di essere ora in testa ... Mi dispiace un po' per Giovanni, che aveva tirato quasi sempre e che probabilmente non 'aveva affondato il colpo', nei tratti in pianura ed in discesa ... forse mi aveva un po' anche aspettato, di proposito ... poi mi dico che 'la gara è gara' e continuo ... Ho fatto appena in tempo, in alcuni tratti di minor fatica, a darmi un'occhiata in giro e godere delle bellezze del panorama, già fin dalla salita verso Torricella in Sabina, direi il tratto senz'altro più panoramico (insieme al tratto dell'arrivo, in quota, naturalmente!) ... Però, così, di sfuggita ... mi sembra di essere un po' 'un somaro'



Protagonisti della A1

con gli occhi fissi sull'asfalto, al chiodo, come si dice ... solo sulla strada, augurandomi che finisca presto ... riesco a capire l'apparente 'disinteresse' dei corridori veri, che sembrano non pensare ad altro che alle proprie gambe e a dove mettono le ruote della propria bicicletta ... l'agonismo non lascia spazio a nient'altro, purtroppo, o comunque a poche altre 'preoccupazioni' che non sia conservare e far durare il più possibile le energie a disposizione ... Da che ho lasciato Giovanni, credo manchino 9-10 km. all'arrivo ... ecco che sulla destra appare Longone Sabino, bel paese, come su una piccola altura, isolata ... ma ecco, dopo un fontanile ed una curva, un bivio, quello per Vallecupola ... la strada si impenna un po' ... mi auguro che spiani, prima o poi, come Giovanni, che la conosce, mi ha detto in precedenza ... alcune curve, e poi un altro bivio, su una curva dove la pendenza si avvicina sicuramente al 10%, o forse li supera ... comincia l'ultimo tratto, con alcuni pezzi abbastanza duri, resi comunque più duri dalla fatica che ormai si fa sentire ... la strada continua con brevi

curve, poi, più in alto, svolta come per tornare indietro e capisco che si tratta degli ultimi 2 km. ... anche controllando il contachilometri, mi risulta così ... mi auguro che Angelo Ferioli abbia compilato esattamente la scheda della tappa, dove appunto si parlava di 56 km. Mi passano agevolmente i soliti Diego Civitella e Leonardo La Vitola, ci salutiamo e incitiamo a vicenda ... poco dopo scompaiono dalla mia vista ... ma manca proprio poco ... sono un po' allo stremo delle mie forze, probabilmente 'il carburante' sta finendo ... vado su più con la forza di volontà che altro ... e poi sono primo, non posso certo mollare ... ed ecco che scorgo l'auto bianca di Medardo Marchetti, il mossiere di giornata ... è piazzato sull'altro lato della strada ... gli urlo il mio nome e gli chiedo, per sicurezza,

se è tutto finito ... procedo ancora qualche decina di metri e rincontro Diego e Leonardo ... Diego ha vinto di un mezzo metro, evidentemente in volata! Bravo Diego! Attendiamo l'arrivo degli altri ... ecco Luciano Carpentieri, poi, credo, Giovanni Di Giacomo, Maurizio Barilari, Gianluca Pavani, José De Prada, Emilio ... poi anche Americo Castagna, che deve aver penato, non poco, a combattere con

gli E1 e E2 ... Insieme a Giovanni, scendiamo fino in paese, a Vallecupola, alla ricerca di una fontana: bel paese, con una bella montagna proprio davanti, che chiude la visuale sul versante che dà sul Lago di Turano ... Torniamo all'arrivo, dove nel frattempo sono arrivati un po' tutti (tranne alcuni, tra cui Marcello, che si sono accontentati di arrivare fino a Longone, anche per non fare aspettare troppo il mossiere ed il resto del gruppo). Scendendo, incontriamo "un'eroica" Anna Baroni, che deve percorrere ancora un bel pezzetto di strada ... non la 'invidiamo' certo, anzi ci dispiace un po' per lei, anche perché si è ritrovata sola ... ma hai fatto bene ad insistere Anna, brava! Il ritorno mi pare lungo ... non finisce mai ... e poi, c'è ancora chi ha voglia di tirare, in pianura ed in discesa ... quindi si va alla spicciolata ... io mi accontento di andare come mi sento ... sono proprio stanco ...

IL RACCONTO DELLA TAPPA

TAPPA 20/2015: VALLECUPOLA

LA SAGA CONTINUA...

(di Paolo Benzi)

Nuova storia nella infinita saga che caratterizza questo Turbike 2015. Si ritorna a Passo Corese per una tappa lunga, difficile ed insidiosa. Il calendario volge al termine e, chi più chi meno, butta l'occhio alla classifica, si cominciano a fare calcoli, si "danno" i numeri e con ciò, si iniziano a pensare varie tattiche, marcamenti ad uomo. La tappa che ci porta a Vallecupola ci ha detto questo, specie nella categoria regina E1, dove la battaglia è infuriata sin dal punto intermedio, con il trio delle meraviglie Luciano – Diego – Leonardo a darsene di santa ragione: basti pensare che la salita di Vallecupola, oltre 12 km, è stata percorsa dai big in poco più di 38 minuti, che fanno 19 kmh di media. Non sono fuochi d'artificio questi? Ma torniamo alla tappa e, non me ne vogliano i lettori, torniamo alla categoria E2, quella che posso vedere da più vicino. La gara esplode da subito: Pl e via per la Salaria vecchia a pestare sui pedali. Mauro sembra in palla, così come Andrea e Gianluca. Si forma un quartetto con dentro anche Sergio, oggi partito con noi. Io e Mario cer-



Giù dalla sella alla sella di Vallecupola

chiamo di rimanere agganciati, facciamo un po' di elastico, così come Giulio e Americo, anche lui partito fuori categoria, mentre Alessandro si attarda da subito e Roberto&Roberto, decidono di partire prima per affrontare il percorso con meno affanno. La situazione si cristallizza fino all'imbocco della salita di Torricella poi scoppia di nuovo la bagarre: a rompere gli indugi è sempre Mauro, a seguirlo sono sempre Andrea e Gianluca. Dietro formiamo un terzetto con Mario ed Americo. Lì davanti il trio delle meraviglie si sgrana. Il primo a cedere è Andrea, forse in giornata no, poi a rimanere un po' attardato è Gianluca, anche se tiene sempre a tiro il fuggitivo Mauro. Il "barilla" però, oltre ad essere un buon passita/scalatore, è anche un ottimo discesista, ed è lì che Gianluca lo perde definitivamente di vista, nella discesa che da Torricella porta al ponte sul Turano, dopo Rocca Sinibalda. La salita verso Vallecupola sancisce definitivamente le prime due posizioni, con Mauro che allarga ulteriormente. il distacco. Una bella gara tra due belle figure: Mauro sembra in "palla", Gianluca ne ha ancora ed ha dalla sua la proverbia-

le "tigna"... vedremo! E dietro? Nel frattempo insieme a Mario e Americo veniamo risucchiati dalla scia dei bolidi E1, ci agganciamo a questo trenino, così come si agganciano a questo convoglio anche Angelo ed Oberdan. Raggiungiamo Prandi nella discesa verso Rocca Sinibalda e l'amico Andrea mi dice di non essere in giornata: peccato, perché quello visto a Collalto oggi avrebbe combattuto sino alla fine. Insomma, tutti dietro alle locomotive, sembra un frecciarossa lanciato a rotta di collo verso l'ultima salita. Dopo il ponte sul Turano, Andrea allunga un po', così come Mario ed Americo. Io vado col ritmo che posso tenere, non ho il cambio di velocità, vado sempre allo stesso modo. Non lascio però scappare chi mi precede, sono lì, li vedo e so che la salita, dopo i primi due km, diventa meno

difficile. Riaggancio prima Mario ed Americo, 200 mt insieme, poi con la coda dell'occhio li vedo staccarsi, allora do una pedalata in più e li stacco definitivamente. Poi raggiungo Andrea, evidentemente in giornata no, lo passo, non si aggancia e vado su in leggero fuorigiri. Sui tornanti dopo il bivio di Longone butto l'occhio dietro e non vedo nessuno. Gli ultimi km li soffro un po-

chino, anche perché la salita ha alcuni tratti al 10% (anche se non lunghi), perché ho finito l'acqua e perché chi mi segue ha comunque una bella "cifra" e non posso mollare. Arrivo stanco ma soddisfatto, come sempre e, come ogni volta, la cosa più bella è il post tappa: ci si confronta, ci si complimenta per la bella prova che ognuno di noi ha portato a compimento. E' il bello del Turbike: vinci? Complimenti. Non vinci? Complimenti lo stesso e bravo comunque. Poi via col ritorno: prima la sosta ad un bar di Torricella che ripuliamo di tutte le "plasticose" merendine, poi riusciamo a formare un bel trenino che fila via liscio liscio fino a Passo Corese. Quindi ritorno felice e contento verso Roma, con gli AMICI MIEI (atto 1°, 2°, 3° ecc) Angelo e Paolo Cuccù compagni di zingarate, chiudendo così una giornata splendida. Citazione: "Se ti sorprendi a ridere solo tu sai perché, come un contagio passa già da te a chi ti guarderà..." (M. Ayane: Tempesta).

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

IL PUNTO DELLA SITUAZIONE

TAPPA 20/2015: VALLECUPOLA

ALLA STRETTA FINALE

(di Paolo Benzi)

La stagione Turbike 2015 sta volgendo al termine. Mancano 4 prove alla fine ed una turbilonga, oltre alla prova Turbakki. Le prossime 4 gare definiranno le classifiche di categoria. Al momento solo nella categoria A2 la prima posizione è certa, laddove l'esuberante e strabordante forza di Carlo "clava" Clavarino, si è imposta sul resto dei competitors. Le prossime 4 gare sono a difficoltà decrescente: la prima, Saracinesco è per scalatori, con l'ascesa finale chiamata 8x8, cioè circa 8 km all'8% medio. Poi Scandriglia e Rocca di Mezzo, dove serve una buona dose di esplosività nel finale, visto che non si farà molto dislivello e l'ultima, quella di Tolfa, dove serve molta potenza nei lunghi tratti pedalabili. Nella Elite I la situazione è incertissima: Diego è chiamato a non molla-



re la presa, Luciano a vincere un paio di volte e Leo a vincerle tutte. La partita è apertissima! Quote? 40% Diego, 40% Luciano, 20% Leo. Nella E2 Gianluca Pavani è chiamato a resistere al ritorno di Mauro Barilari. Qui la situazione è chiara: il "Barilla" le deve vincere tutte, non si sfugge. Il terreno per provarci c'è, ma anche la resistenza della "jena" è comprovata: diciamo 50 e 50. Saranno fuochi d'artificio. In A1 la partita è tra Emilio Aterido ed il mastino Castagna, con un minimo di possibilità per Gianni Di Giacomo. Il capoclassifica è favorito d'obbligo, ma Americo, se non si perde tra i fumi di mille confabulazioni, ha la gamba per tentare l'impresa: ha resistenza e un grande fondo. Speranze ridotte al lumicino per Gianni. Solo se rifila un 4 su 4 ha possibilità di vittoria. 45% Emilio, 45% Castagna, 10% Di Giacomo. In A3 Eliseo è in gran spolvero ed ha la capacità di portare a



compimento il recupero su una splendida Anna Baroni. Eliseo è più potente ed il calendario gioca a suo favore. Anna, comunque si è dimostrata semplicemente un'ottima Turbiker, onorando la categoria con la sua assidua partecipazione e mettendo in mostra una crescita notevole rispetto stagione 2014. Per numeri e capacità, entra nella terna di possibili vincitori il Tex, ma sembra in calo di forma. Vedremo nelle prossime tappe se Marco rimetterà in mostra le potenzialità fatte vedere ad inizio sta-



gione. Quote: 70% Eliseo, 25% Anna, 5% Marco. Non ci resta che aspettare poco più di un mese per conoscere chi vincerà nelle rispettive categorie e due mesi per la premiazione. Rimaniamo tutti in attesa. Tutto ciò, al netto degli inconvenienti e delle sorprese. Ricordo comunque, che il Turbike è un bellissimo giocattolo e noi, "bambini" su due ruote, godiamo nel giocarci: vediamo di non romperlo e di farlo durare il più a lungo possibile, senza "litigarcelo"!

SPIGOLATURE

TAPPA 20/2015: VALLECUPOLA

CRONACHETTA

(di Claudio Scatteia, la maglia nera)

Cari Amici Turbikers, questa volta non scriverò delle mie "imprese ciclistiche" Spaventato dalla lunga tappa di Valle Cupola, mi riduco a più miti consigli, decidendo di arrivare fino a Nerola, che però ho descritto varie volte x le sue suggestioni paesaggistiche; Posso aggiungere solo che, negli anni 60-70, Nerola salì agli onori della cronaca x il mostro di Nerola di cui mi ha parlato tempo fa il saggio Lionello; Oggi invece qualcuno avrà notato che mi sono presentato indossando la maglia Rosa del Giro d'Italia 2015; Perché? ma Perché l'indomani si sarebbe corso il Mondiale di Richmond, ed io, vincitore del Fantagioco 2015, nonché del Fantamondiale



2013, con la Maglia Rosa regalatami da Rita, Marina e Serena, intendevo esorcizzare il pronostico del Mondiale; Sapete Tutti come è andata a finire: ha vinto il grande Leo Basiliskas (pardon Lavitola) un grande campione della famiglia Turbike ed io intendo con queste poche righe innalzare Peana, Peana a Leonardo che è un

campione nel ciclismo vero ed in quello dei pronostici!!! Ma perché questo? Perché, come ha scritto il grande Sacha Nollmeyer, vincere un Fantagioco, un Fantatour, un Fantamondiale un Fantaworldtour, un Fantalombardia è meglio delle Vittorie dei vari Contador, Froome, Nibali, Quintana nelle Competizioni vere.....perché come ha scritto il Bavarese Sacha i competitori sono tutti "amici", alles im freunde (richtig Sacha?); Comunque io, la Maglia Nera, sono arriva-



to ultimo nel Fantamondiale di Richmond e questo denota bene: significa che l'importante è anche partecipare, ad "meliora", nel gioco marcato Amos e Roberto, che quest'anno, come Master delle scelte, mi ha coinvolto nel FantaTour vinto da un amico marchigiano, Raul Frulla; Ed adesso, in onore del Fantamondiale Leo Lavitola una raccolta di Proverbi della Basilicata che rendono bene la "frizzante" regione di origine di Leo:

L'sacc vacand non stann all'adert!!; I sacchi vuoti non stanno



all'impiedi!!

Picche parole e caude de panne non fanne mai danne!!! Poche parole ed il caldo del panno non fanno mai danno!!

L'amcizia s'mantien si u salviett' va e vien!!!; L'amicizia si mantiene se la salvietta va e viene!!!

Addo arreiv kianta u zepp!!! Dove arrivi pianta il bastone!!!

So' megghie ciende amice ca ciende ducate!!! E' meglio avere cento amici che cento ducati!!!

S'appaura ca la pettia arrobba a lu cul!!!; Ha paura che la camicia si rubi il culo!!!

A stizz a stizz s'accoglie 'a iumara!!! Goccia a goccia si forma la fiumara!!!

Chi tropp'sabbascia lu cule s'mostrat!!! e questo mi ricorda un poco la lingua gallesse: Chik'tv'gntidd mo' k sè t'nridd!!! Piegati rametto finchè sei tenero;

LA BICI IN VERSI

TAPPA 20/2015: VALLECUPOLA

STELLE PIEDI ED ALTRE AMENITA'

(di Paolo Proietti)

Stelle cadenti nel cielo d'agosto
Stelle nascenti in qualche posto
Stelle d'argento laggiù in Virginia
Stelle viste e straviste per fesseria
Piede a terra sull'ardua salita
Piede veloce se non è finita
Piede sotto cosa sbagliata
Piede zoppo per una mesata
Dito che diventa nero
Dito di deficiente vero
Dito da mettersi in bocca
Dito che scatta e si blocca
Punti di vista della realtà
Punti di premio fedeltà
Punti che perdi se non ci sei
Punti ne han messi quasi sei!
File indiana di bella gente
File infinite per non vedere niente
File per ore di sofferenza
File ad Expo avrei fatto senza



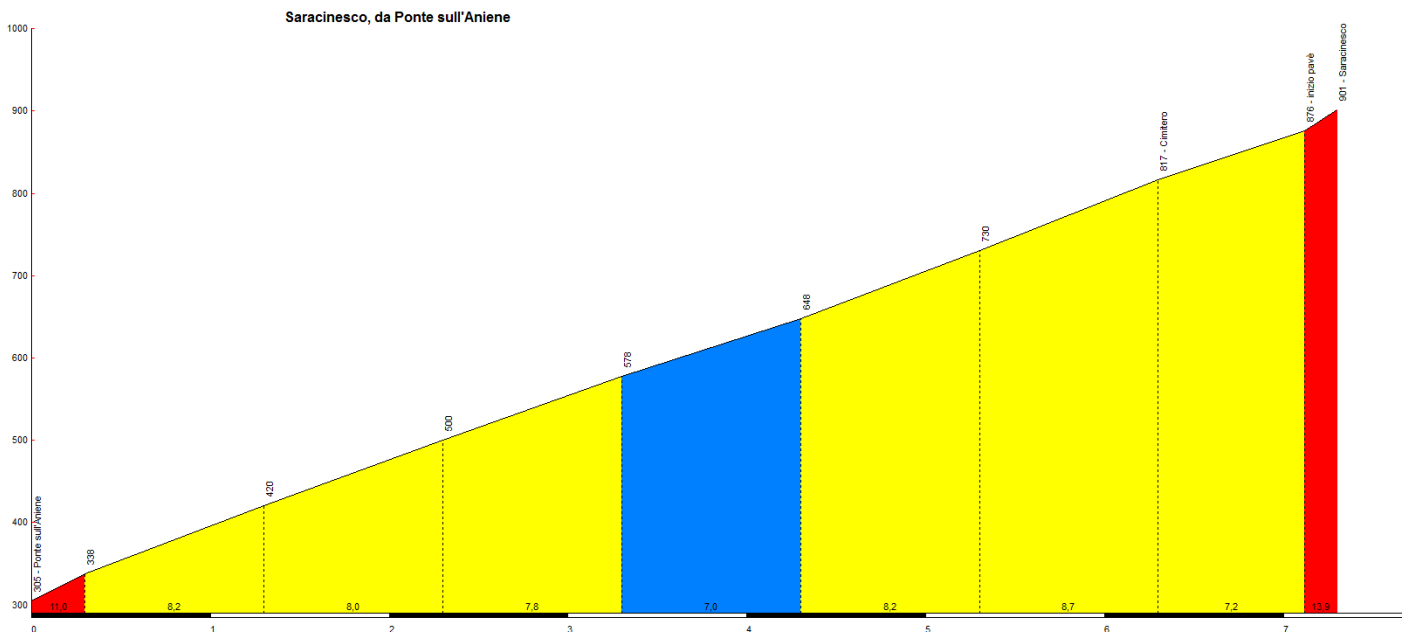
LA TAPPA CHE VERRA'

TAPPA 21/2015: SARACINESCO

UNA TAPPA CHE NON FARA' SCONTI

(di Alessandro Luzi)

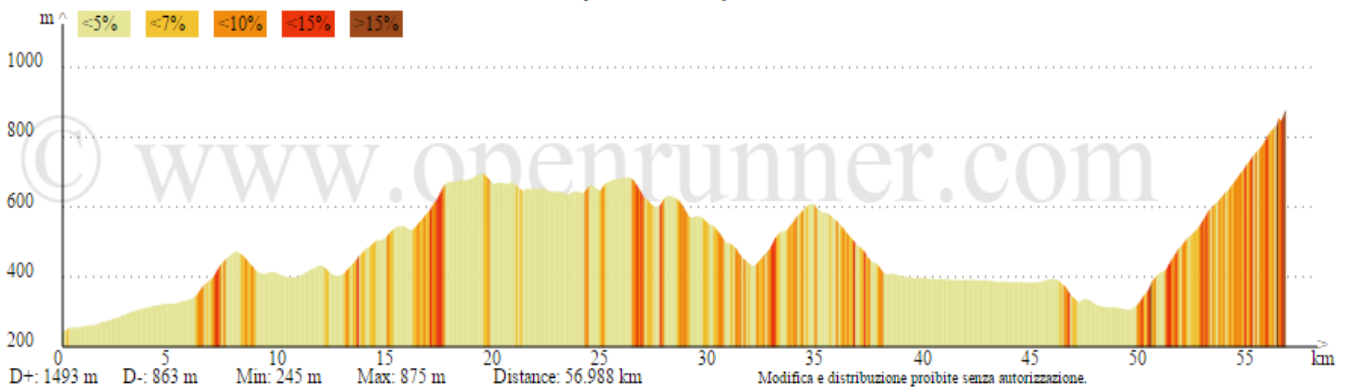
La salita. Un appuntamento da matita rossa sull'agenda di chi ama le pendenze. Ultima occasione per gli scalatori puri di lasciare il segno in modo importante. Se normalmente fa differenze enormi a Maggio-Giugno, quest'anno a Ottobre turberà i sonni di molti contendenti delle prime piazze Turbike. La tappa comunque offre qualche spunto interessante anche nella prima parte, anche se le azioni significative si manifesteranno tutte nel finale. Antipasto in doppia cifra (anche se breve) usciti da Pisoniano in direzione di San Vito poi una leggera salita (3km al 5-6%) si incontra ancora dopo la discesa di Rocca Santo Stefano. La piana di Sambuci servirà a trovare energie e concentrazione per l'erta finale. 7,3km all'8,2% : credo che questo basti a scoraggiare chi non ha gambe. Non è una salita lunghissima, ma dura dall'inizio alla fine e con poche "pause" significative. Impegnativa da subito: i primi 2 km sono sempre all'8-9% con punte del 10. La parte più "facile" è tra il 3° e il 4° km dove in alcuni tratti le pendenze scendono fino anche al 6%. Gli ultimi 3 km non fanno sconti, quando usciti da una curva appare quel "Nido d'Aquile" del paesino di Saracinesco si ritorna a fare sul serio. Il penultimo km è il più duro in assoluto: quasi al 9% di media, e qui sarà difficile che rimangano gruppetti... verosimilmente si rimarrà da soli, ciascuno del proprio passo. Se l'arrivo sarà nella piazzetta del paese, come da tradizione, gli ultimi 300m sono particolarmente impegnativi: oltre al 10%, degna ciliegina su una "torta" già abbastanza pesante di suo. **RAPPORTI:** Tapascione: 34x25 Amatore medio 39x25 amatore allenato 39x23



CASTEL MADAMA

[TUR.2015 Saracinesco]

SARACINESCO



PAESE CHE VAI...

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

SARACINESCO

Saracinesco sorge su un massiccio colle della catena dei Monti Ruffi a 908 m. sul livello del mare ed è circondato da uno splendido paesaggio naturale intatto ed incontaminato. Il nome stesso del paese sta a rammentare le scorrerie dei Saraceni che nell'876 devastarono gran parte di quel territorio. Un manipolo di invasori, forse stanco di guerre, si rifugiò sull'altura, sotto la quale confluiscono i fiumi Licenza e Aniene, e diede vita al paese. Quattro secoli dopo i loro discendenti costruirono un castello, di cui rimangono pochi resti, che nel Medio Evo fu degli Orsini. Sulla facciata del Comune è scolpito a bassorilievo lo stemma del paese: un castello sovrastato da due teste di Saraceni che si distinguono per il tipico turbante orientale. Tradizioni e tardi documenti attribuiscono infatti la fondazione di questo castello, al pari di Ciciliano (Sicilianum), ad un gruppo di arabi ritirati sul monte dopo la sconfitta loro inflitta da Giovanni X e qui stabiliti con il consenso del pontefice. Alcuni storici avvalorano questi avvenimenti narrati evidenziando i tratti somatici degli abitanti o riscontrando fra di essi nomi di origine araba quali Almansor. Le incursioni dei Saraceni, nel Lazio, avvennero realmente con inizio sotto il pontificato di papa Gregorio IV (827-844); nei documenti vengono chiamati Agareni ed il primo atto autentico che li testimonia nel territorio è il privilegio di Leone VII dell'11 luglio 936. Il documento, concesso ad istanza di Alberigo Principe dei Romani, e reintegrativo dei precedenti privilegi del Monastero Sublacense bruciati dai Saraceni. In esso si attesta che: "In locum qui Sublacus dicitur Igne consumtus et ab agarenis gentibus dissolidatum fuit". Sempre dai documenti del Regesto Sublacense si rilevano le prime notizie su Saracinesco. Il Documento 10, del 21 luglio 1005, Privilegio di Papa Giovanni XVIII, con il quale si confermano i possedimenti dell'Abbazia, si nomina anche il "Monte in integro qui vocatur Serracinesco", con tutte le adiacenze e pertinenze. Con il General Privilegio del settembre 1015, il papa Benedetto VIII, il "Monte Sarracenis" è confermato al Monastero. "Monte e Volubrum" risultano ancora di proprietà dell'Abbazia sublacense nel Documento 21, del 31 ottobre 1015, di papa Leone IX. Nella lapide dell'abate Umberto del 1052- 1053, murata sulla facciata della Chiesa di S.Scolastica, SARRACENISCUM figura tra i castelli soggetti al Monastero. Nel XII secolo Saracinesco passa invece in proprietà dei signori di Poli. Odone infatti, nel 1157, cedette in omaggio a papa Adriano IV i castelli di Anticoli, Poli, Faustiniaco, Monte Mauro, Rocca de Nibbi, SARACINESCO, Rocca de Surici e Castel Nuovo ricevendoli di nuovo in feudo, nello stesso anno, se-



condo la consueta forma di vassallaggio. Da Odone Saracinesco, insieme agli altri castelli, passò a Riccardo Conti seguendo alcune vicende legate a prestiti di denaro, pegni, donazioni e rivolte contro il pontefice. Dissidi che si composero nel 1204 con il riconoscimento dei castelli a Riccardo che ricevette l'investitura dal papa nel 1208. Intorno alla metà del secolo XIII passò ai Corrado d'Antiochia. Enrico di Castiglia, senatore di Roma, nel 1267 prese come ostaggi alcuni capi dei guelfi romani, fra i quali Napoleone e Matteo Orsini fratelli del Cardinale Giovanni Gaetano (divenuto poi papa Nicolò III) e li inviò in custodia al castello di Saracinesco, da Corrado d'Antiochia. Quando Corrado militò a fianco di Corradino di Svevia, e dopo la disfatta di Tagliacozzo venne fatto prigioniero ad Astura nel 1268, riuscì ad essere liberato in cambio degli ostaggi custoditi a Saracinesco. Lo stesso castello, preso da Carlo d'Angiò, servì da prigioniero a Margherita vedova di Galvano Lancia. Saracinesco passò in seguito ai Buoccamazi. Nel 1309 figura nel testamento del Cardinale Giovanni Buccamazi. In un codice testamentario del 27 gennaio 1327 viene annullato ogni lascito fatto a S. Paolo di metà del castello di Saracinesco. Il feudo in seguito tornò agli Antiochia: in una divisione del 1466 tra i figli di Potente d'Antiochia, Mattia e Giovanni, si assegna al primo Saracinesco, al secondo Sambuci. Il 4 aprile dello stesso anno Mattia d'Antiochia cedette Saracinesco alla Camera Apostolica in cambio di una pensione annua. Il castello non passò comunque definitivamente alla Camera, infatti con istrumento Sabba Vannutius, del 20

gennaio 1507, Alessandro d'Antiochia donò Due porzioni di Saracinesco ad altri beni a Carlo d'Antiochia. In un atto del 1514 di Leone X, relativo ai tributi, figura sotto la giurisdizione degli Orsini. Nel 1536 Maddalena Mareri, erede degli Antiochia, vendette la sua spettanza di Saracinesco a Francesco Orsini, abate di Farfa. Nel 1560 Pio IV incluse il castello degli Orsini nel ducato di Bracciano. Francesco Orsini era però ancora debitore di somme del prezzo d'acquisto e Giacomo Mareri, nipote ed erede principale di Maddalena, lo rivendicò comprandolo dagli Orsini. Con atto notaio Tideo de Marchi del 9 dicembre 1588 lo vendette alla Camera Apostolica alla quale rimase per tutta la durata dello Stato Pontificio. Nel centro storico e quindi nel Borgo, la visione del Museo del Tempo all'aperto con gli originali orologi solari e poi gli gnomoni sparsi per le strade e le piazzette, ma anche i ruderi della fortezza da dove si allarga il panorama verso orizzonti distanti dove l'azzurro del mare sembra accarezzare il verde della natura, oltre ad incuriosire, desta ricche e piacevoli emozioni, mentre si respira un'aria fine e salubre unita ad "aria d'altri tempi".

gennaio 1507, Alessandro d'Antiochia donò Due porzioni di Saracinesco ad altri beni a Carlo d'Antiochia. In un atto del 1514 di Leone X, relativo ai tributi, figura sotto la giurisdizione degli Orsini. Nel 1536 Maddalena Mareri, erede degli Antiochia, vendette la sua spettanza di Saracinesco a Francesco Orsini, abate di Farfa. Nel 1560 Pio IV incluse il castello degli Orsini nel ducato di Bracciano. Francesco Orsini era però ancora debitore di somme del prezzo d'acquisto e Giacomo Mareri, nipote ed erede principale di Maddalena, lo rivendicò comprandolo dagli Orsini. Con atto notaio Tideo de Marchi del 9 dicembre 1588 lo vendette alla Camera Apostolica alla quale rimase per tutta la durata dello Stato Pontificio. Nel centro storico e quindi nel Borgo, la visione del Museo del Tempo all'aperto con gli originali orologi solari e poi gli gnomoni sparsi per le strade e le piazzette, ma anche i ruderi della fortezza da dove si allarga il panorama verso orizzonti distanti dove l'azzurro del mare sembra accarezzare il verde della natura, oltre ad incuriosire, desta ricche e piacevoli emozioni, mentre si respira un'aria fine e salubre unita ad "aria d'altri tempi".