

La Gazzetta del Turbike

www.turbike.it

Tutto il giallo della vita

Alè Ale Luzi



Il "Cucciolo" del Turbike batte il "Cannibale" sull'ultima rampa



RECORD DI PRESENZE! 56 TURBIKERS ALLA PARTENZA

Pronostici rispettati nelle altre Categorie:

Il rientrante Russomanno negli Elite 2

Giulio Rossi in A1

Pino Salvatore per gli A2

Mauro Orlando negli A3

En Plain dei Rinoceronti nella Fedeltà

In Boca al Lupo, Frankie!!!



IL VERDETTO

RISULTATI DELLA TAPPA: TORRITA TIBERINA

È stata una settimana intensa di lavoro per preparare la 34° Annata Turbike,

Completare il quadro delle squadre, parlare con i capitani, incassare le quote per i tesseramenti e le assicurazioni, preparare le liste da presentare al CSI e alla Unipol Sai, fare le prime classifiche, sollecitare i pigri a consegnare i documenti richiesti e le foto; insomma tanto lavoro di organizzazione per cercare di partire anche quest'anno col piede giusto!

Per tutto questo ringrazio i Capitani delle squadre e in particolare Carlo Clavarino che si è impegnato molto! Personalmente ho dato il massimo e Venerdì sera ho terminato di lavorare per il Turbike alle ore 1,30!

Comunque, Sabato mattina alle ore 8,50 ero a Passo Corese pronto per la "Prima tappa Turbike" e come me anche Paolo Proietti (Mossiere di giornata) e tutti gli altri; 56 presenti al via, tutti desiderosi di pedalare e ben figurare in una giornata bella, assolata ma fresca! Molto lavoro per il Mossiere Proietti che alle ore 9,30 ha dato il via alla tappa degli A2-A3!!! Quindi, gli A1, poi gli E2 ed infine gli E1 alle ore 9,47! Punto intermedio rispettato da tutti e andatura di riscaldamento fino al bivio di Nerola ed oltre!

Tutti hanno potuto pedalare su un percorso magnifico perché panoramico e tecnico perché vallonato, sicuro perché poco trafficato!

Si è così arrivati alla tanto agognata mèta affrontando diverse salite con varie pendenze e alla fine: gli ultimi a partire sono stati come sempre i primi ad arrivare!!! Nella Cat. "E1" Vince Alessandro LUZI col tempo di 1h43'18"!!!

Al posto d'onore CARPENTIERI a 18"!!! 3° MARTINEZ che precede BARILARI a 22"! Quattro "Giganti" in 22"!!! 5° a 12'31" la coppia DE PRADA /DI POFI ma il loro ritardo è dovuto ad un errore di percorso! 7° SCOGNAMIGLIO (partito con la E2) il suo tempo di percorrenza è 1h53'43"! Infine, il Leader CIVITELLA che oggi si è preso una giornata di riposo coadiuvando il Mossiere riprendendo con la video camera alcune fasi della tappa!

In "E2": Vince Bruno RUSSOMANNO col tempo di 1h52'19"!!!

Al posto d'onore CASTAGNA a soli 29"!!! Terzi in ex aequo la

coppia BENZI/CICIRELLI a 36"!!! 5° DI GIACOMO a 1'03"; 6° BELLEGGIA a 1'24"; 7° CLAVARINO a 5'; 8° PELLEGRINI a 5'04"; 9° ROTELLA a 6'25"; 10° ex aequo il trio composto da GOBBI, PRANDI e BUCCI a 16'54"!!!

In "A1": Vince Giulio ROSSI in 1h53'20"!!! 2° SALVATORE G. a 56"!!! 3° MENCHINELLI a 1'20"!!! 4° CUCCU a 1'50"; 5° ATERIDO a 2'52"; 6° GENTILI a 4'40"; 7° FERIOLI a 5'54"; 8° CECCHETTINI a 12'24"; 9° MELIS a 15'30"; 10° MANARI e BARELLI in FTM entrambi per aver sbagliato strada!

Alla tappa degli A1 hanno preso parte anche RUGGERI che non ha completato il percorso, DI MARCELLO col tempo di 2h05'35"; PETRELLA col tempo di 2h15'.

Nella "A2": Vince SALVATORE P. in 2h05'30"!!! Al posto d'onore CARDIELLO a 3'29"! Terza Anna BARONI a 4'30"! 4° RINALDI a 10'10"; 5° BALZANO a 10'45"; 6° DEGL'INNOCENTI a 12'30"; 7° STIRPE a 14'15"; 8° SILVESTRI a 17'; 9° EX aequo per CESARETTI/MARAFINI a 19'22"; 11° Ex aequo per BERTELLI / CARRINO a 25'17"!!! Infine PROIETTI (Mossiere).

In "A3": Vince uno splendido ORLANDO col tempo 2h13'14"!!! Al posto d'onore CECCANTI a 6'18"!!! Terza è Antonella GIORGINI a 9'16"!!! 4° FEBBI in FTM 1 reo di aver sbagliato strada!!! 5° in ex aequo il quartetto Bisonti composto da MARCHETTI, BUONTEMPO, CIAVATTINI e RIDOLFI, tutti arrivati regolarmente a Torrita Tiberina ma tagliando il percorso dalla SS 313 e quindi in FTM 2; infine la Maglia Nera SCATTEIA in FTM 3!!!

Dopo una bella sosta al bar del Belvedere dove tutti hanno potuto rifocillarsi, si è tornati a pedalare per il ritorno partendo alla spicciolata. Purtroppo, un incidente a Franco BUONTEMPO ha rovinato questa bella giornata di bici!

Il povero Franco scendeva insieme a CIAVATTINI con prudenza e senza correre, ma improvvisamente è caduto sul ponte del cavalcavia autostradale che è pianeggiante, per cause ignote, forse una ventata potrebbe averlo fatto sbandare; morale: frattura dell'omero! A Franco BUONTEMPO auguriamo una pronta guarigione affinché possa tornare presto con noi!!!

Marcello Cesaretti

ELITE 1			ELITE 2			A1			A2			A3		
1)	Luzi	1h 45'18"	1)	Russomanno	1h 52'19"	1)	Rossi	1h 53'20"	1)	Salvatore P.	2h05'30"	1)	Orlando	2h13'14"
2)	Carpentieri	+18"	2)	Castagna	+29"	2)	Salvatore G.	+56"	2)	Cardiello	+3'29"	2)	Ceccanti	+6'18"
3)	Martinez	+22"	3)	Benzi	+36"	3)	Menchinelli	+1'20"	3)	Baroni	+4'30"	3)	Giorgini	+9'16"
3)	Barilai	s.t.	3)	Cicirelli	s.t.	4)	Cuccù	+1'50"	4)	Rinaldi	+10'10"	4)	Febbi	FTM 1
5)	De Prada	+12'31"	5)	Di Giacomo	+1'03"	5)	Aterido	+2'52"	5)	Balzano	+10'45"	5)	Ridolfi	FTM 2
5)	Di Pofi	s.t.	6)	Belleggia	+1'24"	6)	Gentili	+4'40"	6)	Degl'Innocenti	+12'30"	5)	Marchetti	FTM 2
7)	Scognamiglio	1h 53'43"	7)	Clavarino	+5'00"	7)	Ferioli	+5'54"	7)	Stirpe	+14'15"	5)	Buontempo	FTM 2
8)	Civitella	FTM	8)	Pellegrini	+5'04"	8)	Cecchettini	+12'24"	8)	Sivestri	+17'00"	5)	Ciavattini	FTM 2
			9)	Rotella	+6'25"	9)	Melis	+15'30"	9)	Cesaretti M	+19'22"	9)	Scatteia	FTM 3
			10)	Gobbi	+16'54"	10)	Manari	FTM	9)	Marafini	s.t.			
			10)	Prandi	s.t.	10)	Barelli	FTM	11)	Bertelli	+25'17"			
			10)	Bucci	s.t.	12)	Di Marcello	2h 05'35"	11)	Carrino	s.t.			
			13)	Ruggeri	FTM	13)	Petrella	2h 15'00"	3)	Proietti	Auto			

ACCADDE OGGI

TORRITA TIBERINA DEL 2007



Bufalo News

07 Marzo 2007

Anno 1 Numero 2

Torrита Tib.: prima tappa con 57 Turbikers

Record assoluto di presenze!

Prima vittoria di Bufalo Canuto

Scauzzoni
di giornata:

SCATTEIA 3 P.TI

Si merita addirittura 3 punti per essere tornato da Torrita Tib. con il pullmann del CENTRAL con tanto di bici al seguito (vedi testimonianza choc di Brunetti).

ROCCHEGIANI

Si presenta con le calze rosse della nonna. Inguardabile.

Trofeo Bufeloce e Bufasola

BufaLovino	8
Bufalo Gino	8
Bufalonen	8
Buf. Canuto	8
Bufalo d. Nord	8
B. Ragioniere	4
B. Misterioso	0
B. Bill	0

Torrита Tib. - Siamo alla 24^a annata Turbikes e come consuetudine il gruppo Turbikes dà inizio alla stagione ciclistica con la classica di primavera, Torrita Tiberina. Quest'anno siamo più numerosi dello scorso anno ed il gruppo conta 10 squadre per complessivi 80 iscritti! È un vero successo, ciò significa che qualcosa di buono facciamo e che in giro c'è soddisfazione. La tappa di apertura è fra le meno impegnative del programma e tutti gradiscono faticare di meno, dato che nessuno è poi così allenato. La partenza insolita che abbiamo proposto, ovvero due partenze anziché quattro, A1/A2 prima, E1/E2 dopo circa 15 minuti, servirà a vedere lo stato fisico dei Turbikes ed il loro attuale livello di preparazione e l'inserimento dei nuovi nelle categorie. Quindi saranno molto importanti i risultati dei primi tre allenamenti programmati per ufficializzare le quattro categorie. Si è stabilito di percorrere tutti in gruppo ad andatura moderata il primo tratto del percorso fino alla bretella autostradale (bivio Torrita T.) e di qui iniziare a pedalare staccamente. Devo dire che il gruppo

ha interpretato alla perfezione questo meccanismo e tutti hanno reso secondo le loro attuali possibilità. A Torrita Tiberina, sotto l'occhio della videocamera, hanno sfilato tutti i partecipanti, ben 57 per l'esattezza, è il record assoluto per il Turbikes! I primi a giungere sono stati i forti A1 con possente volata di Andrea Fossati davanti a Fiammenghi e subito dietro a loro il duo De Angelis S. e Silvestri. Poi è stata la volta dei fortissimi E1 che in tre si sono presentati in fondo al viale: anche qui volata vincente di Lovino su Bertolini Tommaso e poco dietro Fiorani; quindi ecco il primo degli A2: Philip Goyret che superato sul finale da Fiorani non sa di aver vinto la tappa! Infatti, il secondo della sua categoria è Pino Fidoletti che arriva 10" dietro di lui! Complimenti Philip, chi ben comincia è alla metà dell'opera! Ma ciò che mi sorprende è il terzo posto di Francesco Mazzi che intervistato dopo l'arrivo ha dichiarato di essere allenato, eviva la sincerità! Au-



La partenza da Sans Rubes

guri anche a lui per una buona stagione ciclistica. Intanto sfilano altri forti ciclisti, Russo, Stella, Brunetti, Ungari ed ecco Petella che è il primo della E2 ma forse neanche lui sa di essere arrivato primo! Infatti in questo caotico susseguirsi di arrivi non è facile capire il reale piazzamento dei singoli. Io faccio i complimenti a tutti per averli visti pedalare bene ma anch'io non so esattamente chi siano i vincitori di tutte le categorie. Abbiamo invaso il Paese, ci sono maglie gialle ovunque ed i due bar fanno affari d'oro! Si riparte a gruppetti ed ognuno tornerà a casa soddisfatto più o meno del proprio rendimento ma certamente soddisfatto della bella pedalata collettiva!

Marcello Cesaretti

L'OCCHIO DEL MOSSIERE

TORRITA TIBERINA

MOSSA DI COPPIA

Una splendida mattinata di cielo sereno, che se non fosse per il vento di tramontana a dar fastidio, si sarebbe potuta dire "di primavera", accoglie i Turbikers per la prima Tappa che assegna punti per la Temporada 2017.

Eccezionalmente oggi il Poeta Mossiere viene coadiuvato da Dieguito a riposo prima dell'impegno domenicale nella GF dei Laghi.

Le partenze vengono date con il puntuale slittamento di dieci minuti a causa del ritardato arrivo del Presidente: come da programma prima A3 ed A2, a seguire A1, poi E2 e dopo pochi minuti, per essere puntuali, alle 9.30 partono anche gli E1.

Andatura tranquilla per tutte le categorie nei primi chilometri, ma già al punto intermedio gli Elite 1 avevano recuperato sulle categorie inferiori. Negli E2 fa il suo esordio (ancora per quanto?) Carlo Gobbi che cerca di anticiparsi al P.I., azione che pagherà nel prosieguo della corsa.



Il duo Poeta-Dieguito si dividono i compiti del reportage: il primo alle foto il secondo al video (*tranquillo Presidente, non consumiamo tutta la batteria!*)

Il via alla bagarre ha i suoi effetti già alla prima salita dove i

gruppi si allungano e qualcuno va subito in sofferenza modificando i piani ed ambizioni di giornata. È il caso di Ale Di Pofi che abbandona il gruppo degli Elite 1 ben prima del bivio per Toffia, dove anche gli altri gruppi arrivano sgranati.

A Toffia ci fermiamo a fare rifornimento di banane per il ristoro dopo gara previsto al Bar del Belvedere.

Dopo Toffia si cominciano a delineare le graduatorie: Giulio Rossi ha già un buon vantaggio negli A1 su Giuseppe Salvatore, così come il cugino Pino negli A2, mentre Russomanno controlla tranquillamente gli E2. I cinque degli E1 continuano compatti fino a quando José De Prada si distrae e perde contatto che non riuscirà più a recuperare.

A proposito ... qualcuno mi deve spiegare come dopo anni e anni che facciamo questo percorso ci sia qualcuno che ancora sbaglia strada e non raggiunge il traguardo.

Ci anticipiamo al traguardo per documentare gli arrivi e scopriamo che anche la gentile padrona del bar aveva procurato delle banane per i nostri atleti ... meglio, ce ne sarà per tutti.

Ed ecco finalmente gli arrivi: il primo a sbucare dalla salita è Alessandro Luzi che stacca nell'ultimo kilometro Carpentieri e tutti gli altri suggellando il successo di tappa.

Via via arrivano tutti gli altri in rapida successione, mentre il Poeta decanta i nomi di chi taglia il traguardo, facilitando notevolmente il compito successivo del Presidente per la stesura degli ordini di arrivo, Dieguito spunta i nomi dalla lista.

Molti arrivi in coppia o più a siglare sostegno e collaborazione

durante il percorso. Gennarone alla fine della sua fatica scende dalla bici e bacia per terra come a ringraziare per il completamento della tappa.

Tutti si rifocillano e si rilassano al Belvedere prima di rientrare chi direttamente al parcheggio per la via breve chi facendo il consueto rinforzino.

Considerando che qualcuno non ha trovato la strada dell'arrivo la macchina del mossiere decide di ripercorrere l'ultimo tratto del percorso di tappa per verificare se qualcuno dei dispersi stesse faticosamente cercando di raggiungere il traguardo.

Giunti quasi a Passo Corese c'è una telefonata che ci avverte dell'incidente a Franco Bontempo all'altezza del cavalcavia sull'A1 (l'autostrada, non la categoria!) probabilmente per un colpo di vento forte. Raggiungiamo prima possibile il punto dell'incidente dove i Bisonti tutti ed alcuni cortesissimi automobilisti stanno aspettando da quasi mezz'ora l'ambulanza.

Frankie viene portato all'ospedale di Monterotondo dove gli riscontrano la frattura dell'omero, per raggiungere poi casa sua in serata in compagnia dei suoi familiari. Riportiamo al parcheggio la bici, casco e occhiali di Frankie, e torniamo verso casa con il rammarico che questo incidente ci ha tolto il sorriso di una splendida tappa Turbike.

Paolo Proietti



Paolo e Diego come i grandi patron di Tour e Giro Jean Godet e Vincenzo Torriani



PROSPETTIVA “E2”

TORRITA TIBERINA

Sul piazzale siamo in parecchi ... probabilmente almeno 45-50 ... La nostra categoria, la E2, è tra le più numerose ... Dovremmo essere in 11-12 ... Mancano Alessandro Scoppola e 2 dei ‘nuovi’, Claudio Devenuto e Matteo Pietrolucci ... Nuove ‘entrate’, gli ex-A1 dell’anno passato: Beppe Bucci, Roberto Rotella, Carlo Gobbi (!) e Riccardo Belleggia ... E c’è pure Bruno Russomanno, forse in via eccezionale ... Ci siamo invece persi, almeno per ora – cioè fino a quando le Categorie Provvisorie non saranno ‘riconfermate’ – sia Emilio Aterido che Giulio Rossi (Fabio Martinelli, invece, ‘è emigrato’ in altro gruppo sportivo) ... Secondo me Giulio rientrerà ad essere uno del nostro gruppo ... Emilio probabilmente no, già da 1-2 anni ha un po’ ‘mollato’ (lo capisco molto bene, dopo tanti anni di Turbike!) ...

Si parte, per il trasferimento, a ritmo piuttosto blando: Salaria nuova, poi Borgo S. Maria, quindi Salaria vecchia, Borgo Quinzio ... Dopo Acquaviva di Nerola, come di consueto, il via, con Paolo Proietti, mossiere di giornata - nonché neo-Redattore della Gazzetta per il 2017 – che ‘benedice’ il nostro passaggio ... Raggiungo Carlo Gobbi - che si era un poco avvantaggiato – e comincio ad aumentare l’andatura, nel tratto di pianura, poi di discesa ed infine di falsopiano-salita, volendo interpretare, fin dall’inizio, il ruolo ‘che mi sono assegnato’, costringendo tutti quanti ad un impegno muscolare maggiore ... Dopo un po’, Giovanni mi passa, quasi domandandomi – o forse domandando agli altri – perché nessuno mi dà il cambio’ ... Lo lascio passare volentieri e mi ‘intruppo’ in mezzo agli altri ... Continuando ‘l’ascesa’, i battistrada, Paolo, Giovanni, Bruno e credo Maurizio, aumentano il ritmo e qui – per me – ‘cominciano i dolori’ ... perdo 20-30 metri, poi li recupero ... poi li perdo di nuovo ... Davanti accelerano e poi sembrano rallentare ...

Sto usando una bicicletta diversa da quella solita ... è una Wilier 0.7, piuttosto leggera, ruote anch’esse in carbonio, cui però non sono granché abituato ... i rapporti sono leggermente diversi da quelli abituali, debbo fare attenzione a non ‘sbagliarli’ ... Ce l’ho in prestito, appunto per provarla e vedere come mi ci trovo ... Non c’è niente da fare, il ritmo del gruppetto di testa non è il mio, basta una piccola accelerazione, un

cambio di ritmo, ed ecco che mi trovo nuovamente in difficoltà ... Intanto Andrea Prandi, Beppe Bucci e Carlo Gobbi – come prevedibile, dato lo scarso allenamento – si staccano ... Io ‘mi riprendo’ dopo il bivio per Ponticelli, e rientro in gruppo poco prima che la strada torni a spianarsi ... Quando la salita ricomincia, riesco anzi a rimettermi in testa, dando il cambio a Giovanni e a Paolo, tirando il gruppo fino in cima, dove c’è il bivio per Toffia ... E qui si ha la svolta della corsa: Paolo scatta all’improvviso, nel tratto di strada in falsopiano, ‘bucherellata’ all’inverosimile, ad una velocità tripla e, poco a poco, tutti mi passano ... Non riesco a reagire adeguatamente ... poi arriva la



discesa verso il paese e, per quanto prenda qualche rischio vedendo davanti a me Roberto Rotella, a una cinquantina di metri, non riesco a rientrare ... Immagino a quale velocità possa essere scesa gente come Paolo, Giovanni, Bruno, Americo, insomma, quasi degli ‘specialisti’ ... Poi, poco prima dell’ingresso in paese ci si mettono di mezzo anche 4-5 macchine, che mi costringono a rallentare ... “E’ finita!” mi dico ... Riprendo poi a pedalare ‘con foga’ quando la salita ricomincia ... Intravedo, un centinaio di metri più avanti, Maurizio! Come è possibile? Che è successo? Mi metto al suo inseguimento e lo riacciuffo proprio all’inizio della discesa per Farfa ... Lo affianco e gli chiedo spiegazioni ... Diciamo un’mezzo’ guasto meccanico, il manubrio non ben fissato! Il meccanico cui aveva affidato la bicicletta per una revisione generale, ha stretto male il manubrio! Faccio la discesa senza ‘esagerare’ lasciandomi dietro Maurizio, poi diminuisco ancora

l’andatura e siamo di nuovo insieme ... I Granari, e Maurizio, verso la fine, scatta ... io rimango di nuovo attardato di qualche decina di metri ... Lo riprendo poi in discesa ... Il resto lo facciamo insieme, fin su a Torrita Tiberina ...

Sorprese della giornata? Molte ... Bruno che arriva per primo e Americo secondo ... Giovanni – così come un po’ dopo di lui, Paolo – ha ceduto sull’ultima salita di Torrita ... Un momento di flessione, forse ... Comunque, come immaginavo, ‘gli uomini’ da favorire, in squadra, quando sarà possibile – se sarà possibile – sono loro due, senza ombra di dubbio ...

Carlo Clavarino

INTROSPETTIVA

LE OMBRE

Quando ero ragazzino, poco più di dieci anni, c'era Michele Plastino che commentava le partite del calcio tedesco ed inglese su Teleroma 56, partite talvolta in notturna. Ora, sul campo di calcio, ogni giocatore era contornato da quattro ombre proiettate dai fari montati su quattro piloni. Ogni giocatore si muoveva in compagnia della sua X di ombre. Anche a me oggi è capitato di avere due ombre per compagnia. Due ombre sui Granari, due ombre a Colonna, due ombre a Poggio Mirteto. Due ombre che non mi hanno lasciato solo, anzi, che hanno incombuto sul mio pedalare, sul mio sbuffare, sul mio affannarmi. L'ombra, come tutti sanno, non puoi cacciarla via, sta lì, ti segue, ti pedina, a volte ti precede, a volte ti si fa di lato e a volte rimane dietro, ma sta sempre lì, irrimovibile. Quando, dopo l'andatura fatta da Carlo "el Clava" e Gianni tra Osteria di Nerola e Ponticelli, abbiamo svoltato al bivio per Toffia, ho pensato che la corsa dovesse "esplodere". Accelero, nessuno mi segue, niente ombre, niente, solo quelle proiettate dagli alberi sulla strada. Cardiofrequenzimetro impazzito, gambe dolenti, velocità sostenuta e niente ombre!!! Quando attacco i Granari mi volto e vedo una coppia a cento metri, non riesco a capire chi siano, non rallento ma si fanno sempre più vicini... ed in un attimo mi ritrovo con due ombre: Ombra Bruno, dal nickname Ombra (nomen omen) e ombra Castagna. Ombra Bruno mi precede, talvolta mi segue, mentre ombra Castagna mi segue sempre. Ultima salita ed Ombra Bruno sta sempre davanti a me e, quando dopo il tornante sale sui pedali ed aumenta l'andatura, se ne va: ma come? Io, un ciclista senza ombra? Impossibile!!! Tant'è... ma mi ero dimenticato di Ombra Castagna, sempre presente, sempre dietro. Manca poco, pochissimo, questione di metri ed ecco che, come in un cambio di posizione del sole, l'ombra Castagna sempre proiettata



dietro di me improvvisamente se ne va avanti, si proietta sui metri d'asfalto che mi precedono e si allunga come in tramonto invernale. Rimango senza ombra, anzi, improvvisamente ne sbucca una dietro di me, quella di Ale Cicirelli... e allora mi adombro! Nel post tappa, carico di adrenalina ed annesso dalla fatica "questiono" a più riprese con Americo. Voglio qui, pubblicamente, chiedere venia, perché le mie accuse, ancorché infondate, erano ingiuste, dettate dalla stanchezza e dalla mai sopita incapacità ad accettare un insuccesso... a Roma "se dice roscare". Shel Shapiro con i suoi Rokes cantava "...bisogna saper perdere, non sempre si può vincere...": parole sante. Complimenti a Bruno, complimenti ad Americo, complimenti al Turbike. E per chiudere una bella giornata frizzante, vai di rinforzino.

Paolo Benzi

LA BICI IN VERSI



LA CANZONE DEL CICLISTA

TÈTES DE BOIS (2011)

E penso a te che sei in cima alla salita
 E già respiri la libertà
 Della discesa
 E io che ho fatto la tua stessa fatica
 Arriverò tra un'ora
 Con la tua gomma bucata
 A mio padre dirò
 Che l'ho fatto per onore
 Alla mia donna dirò
 Che l'ho fatto per dovere
 Alla radio, alla tv,
 che l'ho fatto per la squadra
 Alla mia bici dirò
 che l'ho fatto per amore
 E penso a te che sei in cima alla salita
 E già respiri la libertà
 Della discesa
 Correavamo verso il fiume
 Con l'aria nei polmoni
 E sotto due maglioni
 Il cuore di in bambino
 Sprintavamo come pazzi

Sulle strisce pedonali
 Volate sull'asfalto
 Con le ruote con le ali
 Ho accompagnato il padre di un mio amico
 Alla curva
 Pioveva
 Ci è voluto andare in bici
 Tremava
 Mi ha abbracciato dalla sella
 Piangevo, piangeva
 Poi mi ha detto, stretto al petto
 Continua,
 Continua, continua
 E penso a te che sei in cima alla salita
 E già respiri la libertà
 Della discesa
 E io che ho fatto la tua stessa fatica
 Arriverò tra un'ora
 A festa già finita

Il credo del Turbike

Questo è la mia bici. Ce ne sono tante come lei, ma questo è la mia.

La mia bici è la mia migliore amica. È la mia vita. Devo dominarla come domino la mia vita.

La mia bici, senza di me, è inutile. Senza la mia bici, io sono inutile. Devo pedalare bene con la mia bici. Devo correre meglio del mio avversario che tenta di battermi. Devo sconfiggerlo prima che lui sconfigga me. Lo farò...

La mia bici è umana, come me, poiché è la mia vita. Pertanto, imparerò a conoscerla come una sorella. Imparerò i suoi punti deboli, i suoi punti di forza, le sue parti, i suoi accessori. La proteggerò anche dalle intemperie e da ciò che potrebbe danneggiarla, come farei con le mie gambe, le mie braccia, gli occhi ed il cuore. Terrò la mia bici pulita ed in ordine. Diverremo una sola cosa. Lo diverremo...

(Libero adattamento de "la Preghiera del Marines" da Full Metal Jacket di Hoby Wan)



PERLE DI SAGGEZZA

E così si riparte, un'altra stagione Turbike che si promette entusiasmante come tutte quelle che l'anno precedente e quindi, "in bocca al lupo a TUTTI i Turbikers e divertimento ed amicizia a profusione"...

Piccola diversione verso un altro sport, il calcio: in settimana avviene la incredibile remuntada del Barcellona sul Paris S.G. ,dallo 0-4 dell'andata al 6-1,tutto entusiasmante, storico ecc., ecc. ... ma date le sponsorizzazioni sceiccali dei due grandi competitors ... e se si fossero messi d'accordo gli sponsor cammellati arabi ?... (ma la partita è stata super entusiasmante!!!)

Sono stato di recente ad EUDI show di Bologna, il salone internazionale della subacquea e sto parlando con un visitatore ciclista e così mi presento, "sono la Maglia Nera del Turbike di Roma", "come dire" mi suggerisce "che sei il palombaro ciclista", uno che non si affanna !!!!

La bici, che grande varietà di protagonisti :sapete qual è il motto dei randonnisti? "Né forte né piano, ma ... lontano"

"Mushio", secondo la tradizione buddista Giapponese, "Tutto è effimero" (Aruki Murakani), ... ricordiamolo!!.

Il giorno 8 Marzo, il giorno della donna: a proposito dei delitti contro le donne: "la violenza dei cattivi, e l'indifferenza dei buoni" (Mario Aiello giornalista del Messaggero).

Saprete che il Presidente del Napoli è convinto che i nordisti ce l'hanno con il Napoli calcio; sta a vedere che il Presidente de Laurentis è a conoscenza di una battuta del Principe, attore, divino TOTO', che in un suo piacevole film declamava "Noi Sudisti stiamo sotto lo Stivale".

Ma domani si gioca Italia-Francia di Rugby ,6Nazioni e sentite come si esprime un folle cronista televisivo, (Vittorio Munari), a proposito di Simone Favaro uno dei Terza Linea più coraggiosi, "Se a Favaro gli spieghi come cercare ... i tartufi ... in mischia ... ti porta a casa un tesoro".

Ma torniamo seri ed allora un pensiero di San José Maria Escrivà che ci può aiutare nei rapporti interpersonali, nel lavoro di ogni giorno: "Urti contro il carattere di questo e di quello... È logico che sia così: non sei una moneta d'oro che piace a tutti. E poi, senza gli urti che nascono dalla convivenza con il prossimo, come faresti a perdere le asprezze, gli spigoli e le sporgenze-imperfezioni, difetti del tuo temperamento, per acquistare la forma regolare, brunita e fortemente soave della carità, della perfezione?"

A presto

La "Maglia Nera" del Turbike Claudio Scatteia



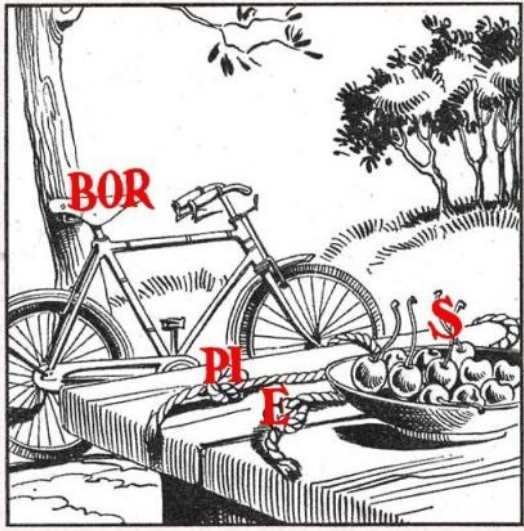
RELAX

(A CURA DI R. ROTELLA)

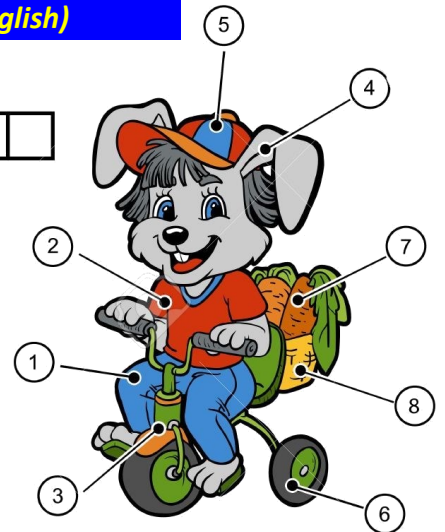
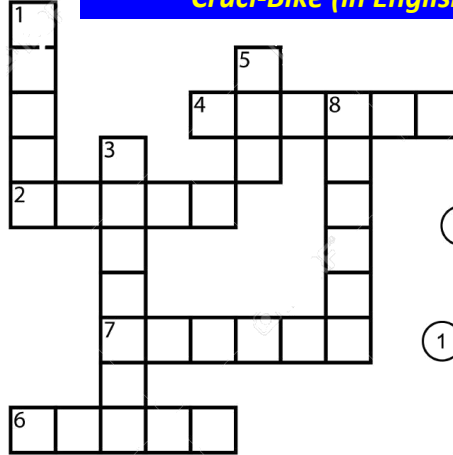
Clamoroso: gli Alieni sono già tra noi!!!



REBUS (10 5 2 9)



Cruci-Bike (in English)



IL PIONIERE

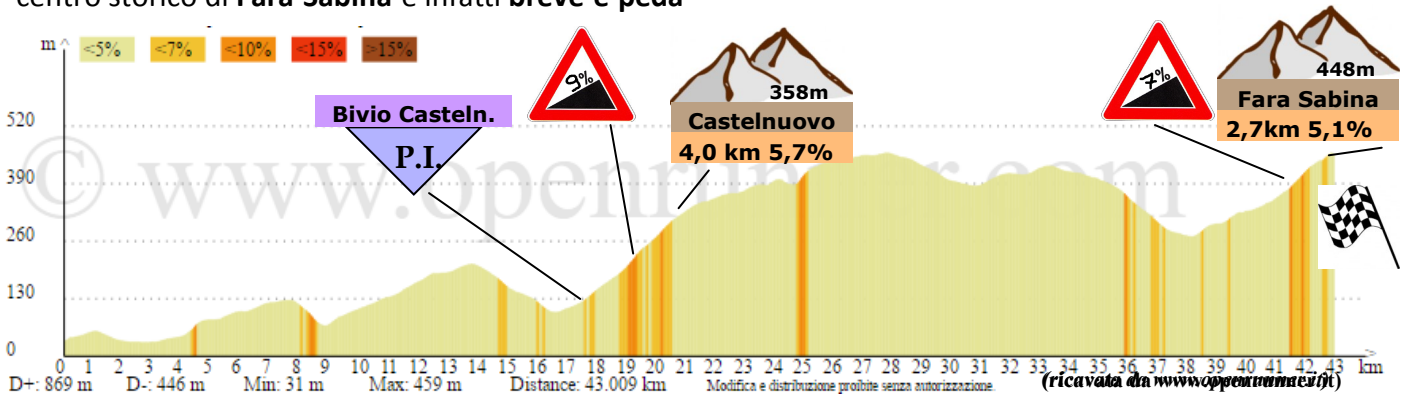
LA PROSSIMA TAPPA: FARA SABINA (di A. LUZI)

LUNGHEZZA	43 km
RITORNO	14 km
DISLIVELLO POS.	869m
DISLIVELLO NEG.	446m
ALTITUDINE MAX	459m
ALTITUDINE MIN.	31m



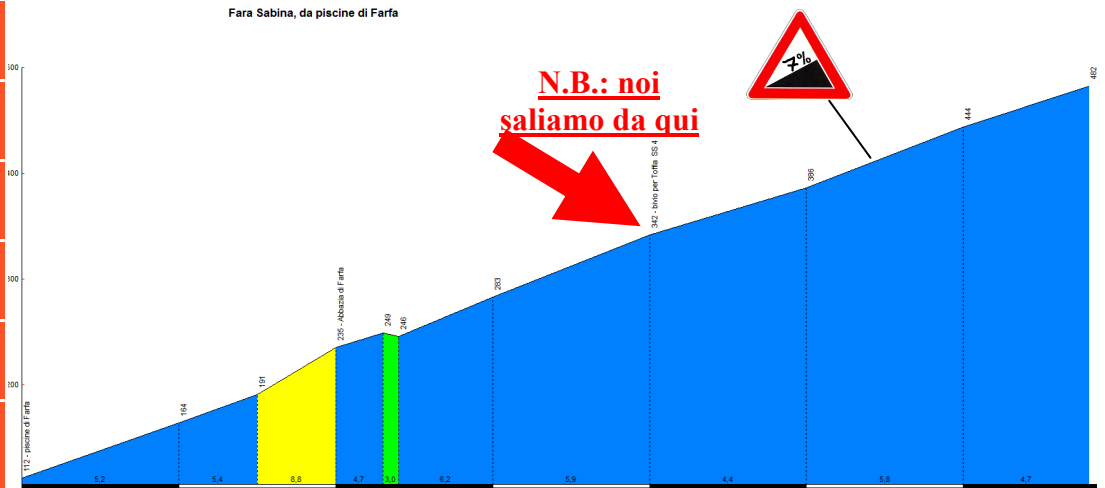
Dopo Torrita, è senza dubbio Fara Sabina la classissima di primavera per eccellenza del Turbike, riproposta quasi sistematicamente negli ultimi anni. Campagne in fiore e tepore primaverile gli elementi di maggior interesse paesaggistico di questa frazione. L'arrivo è relativamente facile, la salita che porta al centro storico di **Fara Sabina** è infatti **breve e ped-**

labile, esalta senza dubbio chi ha **doti di "finisseur"**. Un pizzico di attenzione merita senza dubbio la **salita di Castenuovo di Farfa**, posta a metà percorso: tutt'altro che un ostacolo insormontabile ma considerato il periodo dell'anno e qualche breve tratto "antipatico" può abbassare il serbatoio di qualcuno in vista del finale...



LA TAPPA ↑ LA SALITA FINALE ↓

LUNGHEZZA	2,73 km
ALTITUDINE CIMA	448m
ALTITUDINE BASE	309m
DISLIVELLO	+139m -1m
PENDENZA MED.	5,1%
PENDENZA MAX.	7,0%



PAESE CHE VAI ...

FARA SABINA

Dell'abbazia di Santa Maria di Farfa, fondata nel VI secolo, ne abbiamo già parlato in questa rubrica nel 2015.

Ma in zona c'è ben altro:

- **Collegiata di Sant'Antonio.** Risale al XVI secolo
- **Chiesa di San Giacomo.** Fu fondata nel 1619
- **Chiesa di Santa Chiara.** Risale al 1643. Oggi sconsacrata, funge da sala da cerimonie municipale.
- **Monastero Clarisse eremite.** Costruito nel XVII secolo sulle rovine del castello è tuttora convento di clausura.
- **Palazzo Orsini.** del XV secolo.
- **Palazzo Farnese.** del 1585.
- **Palazzo Foschi.** poi Manfredi, del XV secolo.
- **Palazzo Castellani.** poi Brancaleoni, oggi sede del Museo civico.
- **Deposito del grano e monte di pietà.** del XV secolo, oggi sede della Biblioteca comunale.
- **Cisterna,** piazza del Duomo. costruita dai Farnese nel 1588.

Ma rivolgiamo la nostra attenzione ai Siti archeologici della zona

Resti della città preromana di Cures Sabini. Cures Sabini, o più semplicemente Cures, o Curi è un'antichissima città della Sabina citata da Cicerone, Virgilio, Stazio, Strabone e Plutarco pro-

babilmente fondata dai Sabini ed era la città sabina di maggiore importanza.

La fondazione di Cures ha forti affinità con quelle di Roma. Il suo fondatore Modius Fabidius sarebbe infatti stato generato da una fanciulla del popolo degli Aborigeni che si sarebbe congiunta con il dio Quirino. Modio Fabidio fondò la sua città e le pose il nome di *Curis*, che in lingua sabina significava "lancia".

Fu la residenza del re sabino Tito Tazio, sotto il cui regno si colloca il ratto delle Sabine ed il successivo accordo tra i Romani ed i Sabini; fu anche il luogo di origine del secondo re di Roma, Numa Pompilio, e del quarto, Anco Marzio, suo nipote. Posta sulla via Salaria nella Sabina tiberina, successivamente decadde fino a diventare, in epoca augustea, un modesto villaggio.

Si riprese poi nei primi secoli dell'era cristiana, tanto che divenne *sede vescovile*, anzi essa è considerata tra le più antiche diocesi della Sabina, con un vescovo, Tiberio, ricordato nel 465.

Alla fine del VI secolo papa Gregorio Magno la unì invece alla diocesi di *Nomentum*, ciò indica che la città era di nuovo decaduta. Forse essa aveva già dovuto subire, in modo assai grave, aggressioni longobarde.



Panoramica interno Ruederi di San Martino

Sopravvisse quasi certamente fino all'VIII secolo quando fu completamente distrutta. Nella località si formarono poi alcuni casali e villaggi che appartennero all'abbazia di Farfa e che ora costituiscono frazioni di Fara in Sabina (fondata dai Longobardi nel VII secolo) lungo il fosso Corese.

I resti di Cures si trovano in contrada Santa Maria in Arci. La città antica doveva occupare l'intero colle a sud di Fara, circondato dai due torrenti che confluiscono nel Tevere.

Ruederi di San Martino. Sono i resti di una imponente abbazia risalente all'XI secolo e mai conclusa. I ruederi si trovano in cima al monte Acuziano (489 m s.l.m.), che fronteggia il monte Bruzio su cui sorge l'agglomerato urbano di Fara in Sabina. La storia dell'abbazia di Fara in Sabina si lega a quella dell'abbazia di Farfa: fu voluta da san Lorenzo Siro, fondatore anche dell'Abbazia di Farfa, per sostituire quest'ultima, distrutta dopo anni di guerra e devastazione.

Le testimonianze più antiche risalgono alla tarda Età del Bronzo: sono stati accertati in loco un'antica villa e i ruederi di un tempio dedicato alla dea sabina Vacuna. Sui resti della villa sono state edificate celle per gli eremiti, mentre l'oratorio fu costruito in una grotta. Attualmente sono visibili i ruederi della costruzione di san Lorenzo Siro, liberatore di Farfa secondo la leggenda per aver sconfitto un drago. Il nome di san Martino deriva dall'antico oratorio dedicato a Martino vescovo di

Tours in cui morì peraltro il cronista farfense dell'XI-XII secolo Gregorio da Catino. Nel XV secolo papa Sisto IV diede il via a delle opere di restauro che distrussero gli affreschi precedenti. Nel 1097, dato che l'abbazia di Farfa si era schierata a favore dell'imperatore Enrico IV e contro il Papato nella lotta per le investiture l'abate Bernardo II progettò di spostare l'abbazia in un luogo più difendibile, sulla cima del monte Acuziano, ma la costruzione non fu mai terminata per la sopraggiunta morte dell'abate. Nel 1142, pur dopo il passaggio del monastero sotto il controllo dell'autorità pontificia con il concordato di Worms, l'abate Adinolfo I decise di ricominciare i lavori per la costruzione dell'abbazia, ma alla sua morte i lavori si interruppero di nuovo.

Il sentiero

I ruederi di San Martino sono raggiungibili tramite un sentiero ben segnalato e di scarsa difficoltà: l'inizio del percorso è in località Quattro Venti. Giunti sulla cima del monte Acuziano, oltre a visitare i ruederi dell'Abbazia, attualmente pericolanti, si può osservare il panorama: della valle del Tevere da un lato, del Terminillo Pellicchia e Gennaro dall'altro, e di Fara in Sabina sul colle di fronte. Il monte Acuziano è anche zona di pascolo ovino.

Fonte Wikivoyage

TURBI GALLERY

TORRITA TIBERINA



Lupo o Scimmia ? ...



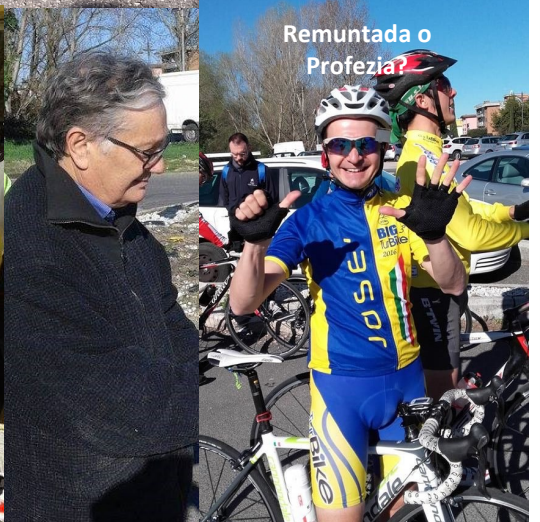
Trova l'intruso



... tutti Scimmie !



Scala 40



Remuntada o Profezia?