



## GITA SOCIALE A SAN DANIELE



di Roberto Russi

### Salite da mal di schiena

**S**e volevamo far sapere agli appassionati del Giro d'Italia che il Friuli è terra di salite aspre e severe, ci siamo riusciti perfettamente con la tappa che il 25 maggio ha onorato, con il suo percorso, i paesi devastati dagli eventi sismici che trenta anni fa sconvolsero questa parte del Friuli. Anche noi della Cicloturistica Portogruarese, che sappiamo gettare il cuore e lo sguardo oltre l'ostacolo (qualche volta vorremmo buttare oltre l'ostacolo anche la bicicletta ...), abbiamo voluto provare l'ultima parte della tappa proposta dal Giro d'Italia 2006; e dato che non eravamo convinti della durezza del tracciato e della attendibilità del profilo altimetrico, l'abbiamo inserita nel programma sociale 2006 e testata lo scorso 14 maggio. Ci siamo concentrati sulla parte più difficile, per intenderci, quella che presentava le salite che ti fanno venire il mal di schiena ... e abbiamo centrato entrambi gli obiettivi prefissati: 1) salite conquistate 2) mal di schiena a fine pedalata. In modo intelligente domenica 14 maggio, nel parcheggio di San Daniele del Friuli, ci siamo divisi in due gruppi. Il primo, guidato da Mario, ha optato per una versione ridotta e più agevole del percorso perché priva delle asperità più difficili; una soluzione molto apprezzata da chi ha optato

per questo percorso, in considerazione dell'amenità dei paesaggi e dei luoghi attraversati. Mario ha guidato i suoi ciclisti sulle salite di Susàns e Montenars, sulle colline di Buja, di Treppo Grande e di Magnano in Riviera, sulle strade solitarie di Ragogna e Bueriis. In questo gruppo, a dettare i tempi e a suonare la carica, il mitico Guglielmo: sempre lì, sempre presente, sempre entusiasta, sempre pronto a condividere con i compagni di pedalata il fascino di questo sport che ti avvicina alle bellezze della natura e della vita: sempre incredibile esempio per tutti noi. Alla testa del secondo gruppo (solo perché conosceva le strade), c'ero io. Abbiamo affrontato dapprima la salita del Cuel di Forchia da Avasinis: una salita vera, aspra, lunga 8,5 km, con una pendenza media del 7,7% e punte massime fino al 18%. Durante questa ascesa si sono formati gruppetti di pari livello: con me è salito Alfredo, che mi ha fatto compagnia e con il quale, nonostante il fiatone, ci siamo raccontati qualche storiella, quelle che si raccontano i ciclisti per non pensare troppo alla fatica. Sono riuscito anche a fargli vedere sul ciglio della strada un bellissimo esemplare di asfodelo, pianta rara e assolutamente protetta, che ci ha distratto in uno dei

passaggi più difficili. Il gruppo si è ricompattato in cima alla salita: qui i "grimpeur" erano già al dolce, mentre i "velocisti" non avevano ancora ordinato l'antipasto. La bella discesa verso Forgaria e il trasferimento verso Tarcento, avvenivano rapidi e senza intoppi. Qui ci aspettava la seconda asperità della giornata: il "muro" di Sammardenchia, uno strappo di quasi due chilometri con pendenze anche superiori al 18%. Su questa salita abbiamo quasi tutti speso le residue energie, tranne Fulvio che ha affrontato questo muro con un 23 (dopo averci fatto notare che aveva scalato anche il Cuel di Forchia con il 23, ha poi rassicurato tutto il gruppo che quel rapporto non era stata una sua scelta, ma una necessità dovuta al fatto che la catena non saliva oltre: per fortuna, altrimenti che umiliazione!). Con votazione palese e unanime, il gruppo, stanco per le salite già affrontate, decideva di rinunciare alla programmata salita di Montenars e di rientrare lungo la direttrice più breve a San Daniele. Saggio è il ciclista che sa accontentarsi. E' stata davvero un'altra bella giornata di sport e di divertimento: e il mal di schiena ... passerà! Mandi e a presto



# CORSA PER HAITI

**D**omenica 7 maggio 2006, 18 corridori della Portogruarese prendono parte alla Corsa per Haiti, appuntamento fisso nel programma sociale delle granfondo. Quest'anno eravamo veramente in tanti, anche perché oltre a me, debuttano a queste prove particolari anche Antonio Castiello, Werner Wielander, Massimo Cecca ed il giovanissimo Giuliano Bozza, figlio del sempreverde Guglielmo, che alla sua età ha ancora il coraggio di affrontare simili prove. Dovevamo essere in 19, ma Gaetano De Faveri non parte perché colto da una bronchite. Solo Renato Miorin ha fatto il percorso lungo, mentre tutti gli altri hanno corso la mediofondo. Io ho "partorito" la decisione di iscrivermi a metà aprile, dopo almeno 6 mesi di dubbi, incertezze e paranoie sul partecipare per la prima volta ad una mediofondo. Nei giorni precedenti la corsa ho avuto un attacco di raffreddore ed ero molto dubbioso sul mio reale stato di forma per la faticosa domenica. Oltretutto nei precedenti 10 giorni sono uscito solo per andare al raduno di Casarsa. Sabato sono stato al raduno di Feletto Umberto, con Gabriele e Paolo e ho avuto modo di testare la gamba, che mi è sembrata buona, non sono così male come credevo. La faticosa domenica è infine arrivata e al ritrovo al parcheggio frati si presenta anche Fabio Citron, che quest'anno corre col Team Zerowind e si unisce alla nostra carovana d'auto per andare a Feletto Umberto. Appena sceso dall'auto preparo la bicicletta e controllo di avere tutto quel che mi serve. Sento un po' la tensione, la stessa dei pre-gara di quando correvo allievo nel 1994. In trance non sento nulla intorno a me, finché mi passa accanto Romeo che mi dice: "Denis...Andiamo..." Allora mi sveglio dal mio torpore e lo seguo alla partenza. In griglia ci sono già i soci udinesi, che riconosco dalla divisa, perché alle loro facce seppur sconosciute non so abbinare il nome esatto (è solo il secondo anno che sono tesserato con la Portogruarese). Dopo quasi mezz'ora di immobilismo in griglia la partenza. Dopo un chilometro di velocità controllata alla svolta a destra il gruppo si allunga e in cima al ponte non riesco a credere che il contachilometri segni i 52 all'ora. Non sono nelle primissime posizioni, per cui il gruppo un po' sfilacciato mi impedisce di proteggermi stando a ruota, così decido di non ammazzarmi a correre a perdifiato e ad andare ad un'andatura comunque elevata, ma non esagerata. Tanto poi ai primi saliscendi di Pagnacco devo comunque rallentare

di Denis Daneluzzi

da solo, perché già sento le gambe dure. Fino al castello di Colloredo vedo solo corridori che mi sorpassano a velocità inaudite. Dopo l'erta si forma un gruppetto omogeneo e fino a Moruzzo si va ai 35 all'ora ed io sto bene a ruota. Spero di restare su quel gruppetto il più a lungo possibile, ma poi i saliscendi che portano a Fagagna mi mettono in difficoltà, anche perché in salita due ciclisti si toccano e cadono, ed io devo fare uno slalom per evitarli. In discesa spero di recuperare la coda del gruppo, ma è una discesa troppo veloce, così prima di prendere la strada per San Daniele mi trovo a 30 metri dal gruppo. Vedo che la strada è in salita, così non provo nemmeno ad accodarmi, e infatti come la strada sale perdo definitivamente il contatto visivo col gruppo, e, anzi, un secondo gruppo mi sorpassa. Al culmine mi raggiunge Romeo, l'unico della Portogruarese che vedrò per tutta la durata della corsa. Scendiamo insieme fino a San Daniele e lì c'è l'erta che porta al duomo. Vado alla mia modesta velocità e in cima c'è il ristoro. Mi fermo per una mezza banana e per dell'acqua. Romeo lo salta e prosegue, così non lo vedo più. Io faccio il ragionamento che un minuto perso qui a mangiare sono 5 minuti guadagnati poi in salita, perché non vorrei mai trovarmi in crisi di fame, e poi per 25 euro di iscrizione non vedo perché dovrei saltare i ristori...Vedo bottiglie d'acqua per terra, un po' dappertutto. Mezze piene, perché quelli forti le prendono in corsa, bevono un po' e poi le buttano. Tante bottiglie sono in mezzo alla strada, calpestate dalle ruote dei corridori che seguono, chissà che pericoloso dev'essere stato per i primi che vanno a velocità folle...Riparto e sulla strada per Tarcento si forma un bel gruppo, davanti un centinaio di metri un folto plotone. Si viaggia quasi ai 40 km/h, ma io un po' stupidamente mi stacco quando la velocità sale un po' e mi sento le gambe dure. Procedo ai 35 km/h e fino a Buia vedo il gruppo davanti a me. Potevo rimanere attaccato, perché vedo che il gruppo sembra andare alla mia velocità...Dopo un po' mi trovo da solo, ma due corridori mi prendono e fino all'erta di Coia andiamo via assieme, anche se io nei tratti in salita puntualmente mi stacco, per recuperare nei successivi falsipiani. Durante la salita di Coia arriva gente da dietro. Pensavo di essere l'ultimo, ma sono in molti a pensare la stessa cosa. Verso la fine della salita il tratto più duro, che io affronto col 39 x 27 da seduto, e devo fare

uno sforzo sovrumano per alzarmi sui pedali e rilanciare l'azione. Ho rischiato di rimanere in surplace e per un attimo ho anche pensato di andare a piedi! Alla fine della salita altro ristoro e poi giù da solo. Si entra in una valle, all'ombra e in leggera salita. Faccio fatica ad andare ai 20 km/h e fa freddo. Avedronza inizia la salita vera e propria e come la prendo e metto il 39 mi cade la catena. Devo fermarmi e metterla a posto a mano (immaginate le ovvie imprecazioni...) poi rimonto e riparto a razzo, ma poi la salita mi costringe a diminuire la velocità, anche perché per me queste sono strade sconosciute. Non so nemmeno quanto è lunga la salita e poi diverse volte faccio scattare il cambio per cercare un rapporto più agile che...non c'è, sono già sul 27. E' una sofferenza, faccio l'elastico con altri compagni di sventura che soffrono come e più di me, poi vedo il cartello del ristoro ad un km, così riprendo fiducia e la strada passa via veloce. Da Tarcento al culmine di Montaperta sono passati una quindicina di chilometri, che per me non passano mai, i primi 50 sono volati al confronto. Mi fermo in cima al ristoro e mi rifocillo con due belle fette di crostata, poi riparto, raggiungo in discesa altri tre ciclisti partiti pochi istanti prima di me. Andiamo giù in 4 lungo i falsipiani. Alla divisione dei percorsi due svoltano a sinistra sul percorso lungo. Io e l'altro corridore che sceglie il percorso medio ci guardiamo e siamo concordi a pensare che gli altri due sono matti a fare il lungo. Mi sento già distrutto per aver fatto quelle salite, e penso che ormai fino al traguardo è tutta discesa. Non ricordo bene il percorso, ma poi improvvisamente c'è una svolta a destra e lì sono davanti alla montagna, poi una nuova svolta a destra annuncia il cartello della salita di Sedilis. Così altri 2 km di sofferenza, così sono sopravanzato da altri corridori. Giunto in cima approfitto del ristoro e poi mi butto in discesa. Ne ho piene le scatole di salite, così ogni piccola rampetta diventa un calvario. A Lonieracco c'è l'ultima asperità, ormai da affrontare col 39 x 27, poi ho corso come un matto perché mi sono prefissato di arrivare al traguardo entro le 4 ore, così guardo sempre l'orologio. Ai meno 15 mi raggiunge un gruppetto e proseguo con loro, però ai meno 5 vedo che rallentano l'andatura, così vado via da solo e giungo al traguardo convinto di avercela fatta entro il tempo prefissato. Su internet l'indomani ho avuto la conferma, anche se per soli 38 secondi. Sono arrivato sfinito, non ho mai fatto così tanta fatica, con tutte quelle salite. Gli altri che sono già arrivati invece mi sembrano reduci da un raduno cicloturistico...In fin dei conti ne hanno fatte di granfondo e maratone negli anni passati! Nonostante la fatica sono felice e convinto a ripetere l'esperienza l'anno venturo



di Gianni Zanon

## GITA BUS+BICI



una suggestiva Porta ci siamo immessi sulla ciclabile Peschiera - Mantova che costeggiando il fiume Mincio, fra panorami mozzafiato, grandi parchi, vecchi mulini e antiche fortificazioni ci siamo diretti verso quel tempio



**S**i è svolta domenica 21 maggio la gita BUS + BICI che quest'anno ha avuto come mèta le Città di Peschiera del Garda, Valeggio sul Mincio e Bardolino. Appuntamento alle ore 06.00 per i 58 festosi partecipanti e partenza verso Peschiera del Garda dove era tutto predisposto per il noleggio delle biciclette e l'incontro con la nostra guida, Dr. Luca Mastella, che ci avrebbe accompagnato in quella che è stata una meravigliosa giornata. Per prima cosa visitiamo Peschiera, splendido esempio di Città fortificata, uno dei cardini del cosiddetto Quadrilatero, il sistema di baluardi posto dagli Austriaci a guardia della valle dell' Adige e di cui facevano parte anche le Città di Mantova, Verona e Legnago, abbiamo potuto ammirare la settecentesca Parrocchia di S. Martino, la Palazzina del Comando del Presidio e l'imponente complesso del Carcere Militare, lasciato il Centro Storico attraverso

della natura che è il Parco Giardino Sigurtà, una delle più straordinarie meraviglie al Mondo, 560.000 mq. di superficie curata in ogni dettaglio, prati sconfinati, alberi secolari, romantici laghetti oltre alle innumerevoli e multicolori fioriture che il mese di maggio sa regalare, per un attimo infinito il tempo sembra fermarsi ma è già tempo di proseguire, usciamo dal Parco per visitare Borghetto, ultimo abitato prima del confine Lombardo, che offre una suggestiva veduta dell' imponente Diga-Ponte Viscontea detta Ponte Rotto, da qui percorrendo la ciclabile sul lato opposto del Mincio ritorniamo a Peschiera dove presso l' Hotel Ristorante "Al Fiore", sulle sponde del Romantico Lago, abbiamo pranzato coniugando P allegria con i gioielli enogastronomici che ci venivano ser-

viti in modo inappuntabile con un servizio ed una accoglienza sopra le righe, ma il tempo continua ad essere tiranno ed è già tempo di andare verso l'ultimo appuntamento della giornata. Bardolino, sulla sponda orientale del Lago, località turistica di grande interesse e rinomato centro viticolo che da un territorio fertilissimo trae l'omonimo vino, qui ognuno ha impiegato il tempo libero a disposizione in modo diverso, chi ha visitato le Chiese di S. Zeno e S. Severo, chi ha fatto una salutare e suggestiva passeggiata sul lungolago e qualcuno (compreso chi scrive) a sorvegliare una ottima birra sotto l'ombra di poetici cipressi di Carducciana memoria, pensando alla splendida giornata ormai trascorsa e con un angolo della mente già rivolto alla prossima edizione. Con amicizia

# GARA AMATORIALE COMUGNE



## PARTECIPANTI

BEDIN SIMONE,  
BENVENUTO PAOLO,  
CERESATTO GABRIELE,  
CERESATTO MARIO  
LUONGO PASQUALE

## CLASSIFICA GRANFONDO HAITI

POS	KM 155	TEMPO
68	MIORIN RENATO	4,58,51
	<b>KM 103</b>	
155	CERESATTO MARIO	3,01,40
192	FRANZOLINI ROBERTO	3,04,19
196	BENVENUTO PAOLO	3,04,29
228	CERESATTO GABRIELE	3,07,14
312	BOZZA GIORGIO	3,14,34
320	LUVISUTTO LUIGI	3,16,20
337	BOZZA GIULIANO	3,17,04
348	BIASI FRANCO	3.19.55
392	PANDOLFO ROBERTO	3.22.57
422	RUSSI ROBERTO	3.25.00
487	DI LUCA ALESSIO	3.36.27
520	CHIAROT ROMEO	3.46.53
564	WIELANDER WERNER	3.56.32
565	CECCA MASSIMO	3.57.04
572	DANELUZZI DENIS	3.59.22
601	BOZZA GUGLIELMO	4.14.34
606	CASTIELLO ANTONIO	4.19.10

## RADUNO A CASARSA 1° MAGGIO

**PARTECIPANTI:**  
BATTISTON DINO  
BELLUZZO DORINO  
BERTOLO IVAN  
BERTOLO PIERINO  
BOZZA GUGLIELMO  
CASTIELLO ANTONIO  
DANELUZZI DENIS  
DI PALMA ANTONIO  
LUONGO PASQUALE  
PEGORARO GUGLIELMO  
SONZIN LUIGI

La VOCE  
Notiziario fondato  
da:  
Luigi BOZZATO

**SITO INTERNET C.T. PORTOGRUARESE:**  
[www.portogruarese.it](http://www.portogruarese.it)  
**A CURA DI FABRIZIO BRANZ**

**Cicloturistica PORTOGRUARESE** - Sede c/o Bar Treviso V.le Cadorna 68 Portogruaro VE Tel 0421 72230  
Consiglio Direttivo in carica: Presidente G. Zanon - V.Pte G.Ceresatto - V.te R. Bertoli - Segr. I.Geromin  
Consiglieri: Claudio Barbui, Mario Ceresatto, Romeo Chiarot, Pasquale Luongo, Luigi Luvisutto, Leandro Rupil,  
Luigi Sonzin.  
Cassiere: A. MICHIELON.  
A questo numero hanno collaborato: Gabriele Ceresatto, Gianni Zanon, Mario Ceresatto, Fulvio Babich, Ivan Geromin, Pasquale Luongo

