



# Bufalo News

19 Ottobre 2006

Anno 0 Numero 28

Scauzzone

di giornata:

**CARRINO**

Stupisce ancora con i suoi incredibili scarpini. Addirittura i chiodi all'interno!



Classifica:

**LOLLI 14, RUSSO 5, CARRINO 4, F. UNGARI, SCATTEIA 2, BUCI, MAZZI, BUF. SPIAGGIA, BUCCILLI, B. BILL, BUF. RAGIONIERE, ROMAGNOLI e BUF. D NORD 1.**

## Trofeo Bufeloce e Bufasola

BufaLovino	114
Max Bufalonon	108
Bufalo d. Nord	106
Buf. Ragioniere	86
Buf. Misterioso	68
Bufalo Bill	58
Buf. d Spiaggia	40
Nonno Bufalo	30

**Dopo Cervara ancora in bilico la vittoria in E2**

## Grande Nardini!

**Vincono anche Ruggeri, Fiammenghi&Silvestri e Biccocchi**

Cervara – Tappa sempre molto bella e dura (alla fine 84 km, 1160 m. di dislivello totale per arrivare ai 970m. s.l.m di Cervara) in una fresca giornata di sole.

In E1, assente C. Ungari, si è imposto ancora l'ex campione Ruggeri giunto al traguardo con 40 secondi di vantaggio su BufaLovino. E' ora ad un passo dalla conquista del 2° posto nella classifica di

E1 ai danni dello stesso BufaLovino. 3° posto per un Faggiari in ottima forma davanti a Grassetti e Bufalo del Nord.

Ancora una tappa avvincente in E2 e prepotente vittoria di Nardini che se ne va di forza sulla salita di Cervara addirittura con il 53!! Niente da fare per Sabbatini 2° a 30 secondi, Buccilli a 1.30, seguito da Bufalonon e Nardi. Solo 6° un accigliato

Bertolini davanti al leader C. Piccioni che vistosi staccato dai primi e potendo incrementare i punti in classifica solo arrivando ai primi due posti, si è lasciato sfilare dal gruppo ed ha chiuso la tappa senza forzare, davanti al solo Goio al momento in scarsa condizione. Ancora in bilico la vittoria in E2 che si deciderà nell'ultima tappa di Sasso tra

*...continua in ultima*



Foto di gruppo all'arrivo di Cervara – da sinistra: un amico di Sabbatini, Devenuto, Sabbatini, De Angelis, Bufalo del Nord, Iannicelli, Buccilli, Nardi e Degl'Innocenti.

# **Intervista esclusiva al neo Campione Turbike**

## **«Ho vinto grazie alla mia regolarità»**

**«Decisivo il mio allenamento in vacanza sulle Dolomiti»**

Ha vinto meritatamente il Turbike 20-06 con la costanza e la tenacia. Non è stata una passeggiata anzi, è stata una stagione lunga, faticosa e combattuta. Alla fine ha conquistato 4 vittorie in solitaria (Muro Pizzo, Orvinio-2, Saracinesco e Cottanello), 3 vittorie pari merito, 6 secondi posti (battuto 3 volte da Ruggeri, poi anche da Marullo, Lovino e Gozzuti). Oltre a questo ci sono stati però anche risultati deludenti (tappe di Monteflavio, Guadagnolo e Campo Catino), un periodo difficile a giugno e luglio in cui ha raccolto pochissimi punti e le 3 vittorie decisive, in sequenza, ottenute solo a Settembre dopo la pausa estiva. Andiamo a scoprire come lui ha vissuto questa lunga stagione.

C. Ungari Campione Turbike 2006: te l'aspettavi?

«All' inizio della stagione non pensavo di poter vincere anche perchè il tempo di allenarmi proprio non lo avevo. Durante la stagione mi sono poi accorto che tutto

sommato ero più regolare di altri e che sia mio fratello che Marullo (decisamente più forti di me) erano distratti da altri sport».

E' stato più facile o più difficile di quanto ti aspettassi?

«Ho avuto la fortuna di andare tre settimane in vacanza sulle Dolomiti e di potermi allenare tutti i giorni anche con la pioggia ed un giorno anche con la neve. Al ritorno dalle vacanze tutto è stato facilissimo. Ho vinto tre tappe di fila andando al 70%, miracoli dell' allenamento».

Qual è stato l'avversario che hai temuto di più?

«Gli avversari più forti di me li ho già citati ma quello con cui mi sono più divertito e mi ha impegnato sino alla fine è stato il mio coetaneo Ruggeri. Stessa filosofia ed amore per lo sport. Lovino è un bravo ragazzo ma non ha i trascorsi sportivi degli altri già nominati e si vede».

Qual'è stata la tappa che ti ha dato più soddisfazione o ti ha lasciato il ricordo più bello?



Claudio Ungari.

«La tappa che mi ha divertito di più è stata quella di Saracinesco, salita dura e superiorità schiacciante (W le Dolomiti) mentre quella che mi ha dato più soddisfazione è stata quella di Muro Pizzo (fuga con mio fratello Fabio e Ruggeri, a tre km dall' arrivo ho detto a Fabio: "io ci provo" e sono riuscito ad allungare, gli ultimi 500 m una sofferenza non più adatta alle coronarie di un cinquantenne)».

Il momento più difficile della stagione?

«Il momento più difficile è stato nella tappa di Campo Catino: ero ancora cotto dalla Maratona delle Dolo-

miti e reduce dal Fuoco di Sant'Antonio, ero in fuga con Fabio ma mi sono accorto che se continuavo mi sarei sentito male, meglio tenere sempre acceso il cervello».

Progetti e speranze per il prossimo anno?

«Per il prossimo anno ho intenzione di continuare ma forse dedicandomi maggiormente alle gran fondo».

A chi senti di voler rivolgere un ringraziamento?

«Sicuramente a Marcello Cesaretti, uomo saggio. Gli sono debitor».

COMPLIMENTI CAMPIONE!!!!

## Ancora proposte per il 2007

# La gara a tappe del Turbike!

### E poi anche due cicloturistiche meno impegnative

Facendo seguito a quanto scritto sul BFN della settimana scorsa, sono pervenute da alcuni di Voi altre proposte per il 2007. Sono progetti meno ambiziosi quindi più facilmente realizzabili.

Particolare rilievo va

dato alla proposta di Ferruccio Fiammenghi, la "Tre giorni di Rieti", non solo perché lo stesso Ferruccio in passato è stato autore di altre fortunate proposte (vedi le nuove tappe di Muro Pizzo e Orvinio2 dove ha addirittura segnato il

percorso) ma anche perché più volte ho avuto occasione di sentire espresso il desiderio di una competizione Turbike a somma di tempi.

Questa proposta di Ferruccio soddisfa tale desiderio oltre a rappresentare un possibile

momento di aggregazione del Gruppo. Come anche la "Cicloturistica Turbike" è inoltre una proposta che potrebbe entrare a far parte del Calendario Turbike dei prossimi anni.

*Bufalo d Nord*

## "LA TRE GIORNI DI RIETI "

### PRIMA GARA A TAPPE DEL TURBIKE

#### OBIETTIVO

La tre giorni di Rieti, gara a tappe in tre giornate, ha l'ambizione di offrire ai partecipanti al "gioco" Turbike, la possibilità di cimentarsi in una competizione diversa dagli usuali programmi fino ad oggi attuati.

In particolare avrà un significativo interesse per i seguenti aspetti:

- La gestione dei tempi che non saranno più, come fino ad oggi, indifferenti nel risultato finale. Arrivare a 30" dall'avversario che ti precede o a 30' non è certo la stessa cosa;

- La tattica e la strategia che sviluppate sulle tre giornate assumono fondamentale importanza, come la gestione delle energie su un tempo più lungo e le conseguenti capacità di recupero;

- La possibilità di primeggiare anche per chi scalatore non è, ossia passisti, passisti scalatori, che avranno la possibilità di mettersi in luce e perché no anche di battere gli scalatori nella classifica finale;

- Respirare l'atmosfera della corsa a tappe, ove giorno per giorno si costruisce la prestazione e dove il giorno successivo si può ribaltare, migliorare il risultato del giorno precedente;

- Approfittare dell'occasione per

un momento ulteriore di socializzazione all'interno del gruppo, anche attraverso occasioni mirate (cena sociale).

La tre giorni di Rieti è quindi un esperimento che se ben accolto dai Turbikers potrebbe entrare a far parte in maniera stabile nel programma annuale del gruppo.

#### PROGRAMMA

La tre giorni di Rieti, come evidente dalla denominazione, è una gara a tappe di tre giorni da effettuarsi preferibilmente nel periodo che va dalla fine di maggio alla fine di giugno su strade paesaggisticamente molto belle con bassissimi volumi di traffico.

Le tre tappe, costruite in maniera tale da offrire possibilità a ciclisti con diverse caratteristiche agonistiche, sono le seguenti:

- **1^ tappa, Rieti (F.te Cottorella) - Vicovaro** - km 50+50, dslv. 600 m. - Percorso: Rieti-Turanense-Bivio Rocca Sini-balda- Posticciola- Castel di Tora- Bivio Vicovaro- Arrivo 3° km. In leggera salita.

- **2^ tappa, Rieti(Fte Cottorella)-Muro Pizzo** - km 50+25 dslv. Circa 1000 - Percorso: Rieti-F.te Cottorella-Turanense-Bivio Maganalaro-Fassinoro-Longone-Rocca Sini-balda-Posticciola-Muro Pizzo.

- **3^ tappa, Cronometro Piediluco** - km 25 dslv 80m circa - Percorso: Piediluco- bivio Labro- deviazione Colli sul Velino- Piediluco.

#### CARATTERISTICHE TAPPE

##### 1^ TAPPA, Rieti-Vicovaro.

Si tratta di tappa adatta a passisti ben dotati anche in salita, presentando un arrivo in leggera salita (per ovvie ragioni di sicurezza).

Due sole salite non lunghe ed eccessivamente dure ma che potrebbero creare una certa selezione.

La prima che porta a Rocca Sini-balda è lunga circa quattro chilometri di cui i primi tre molto pedalabili. L'ultimo presenta uno strappo alla fine (circa 500 m. all'8/9%). Vista la distanza dall'arrivo non dovrebbe creare selezione se non tra i meno preparati.

La seconda (salita della diga) è lunga circa un chilometro con una pendenza media del 6%. Potrebbe essere una occasione per creare selezione e giungere all'arrivo in pochi.

Il resto è tutta pianura lungo la bellissima strada che costeggia il lago del Turano con traffico davvero modesto.

L'arrivo, come già detto si presenta in leggera salita e potrebbe vedere una bella volata a ranghi ridotti.

## 2<sup>a</sup> Tappa, Rieti- Muro Pizzo

E' tappa adatta agli scalatori , tappa che potrebbe decidere la classifica finale. Su un percorso assai nervoso presenta due ascese impegnative, la prima è rappresentata dalla salita di Magnalardo, circa quattro chilometri con l'ultimo che presenta pendenze vicino al 10%, seguita da strappi tagliagambe fino a Longone. La seconda è la salita di Muro Pizzo, già affrontata nel 2006 con pendenze notevoli intervallate da tratti ove respirare. La tappa Percorre delle belle discese - in particolare quella che da Longone porta a Rocca Sinibalda che presenta, oltre ad un traffico praticamente inesistente, anche un ottimo fondo stradale.

E' questa una delle prove più impegnative del programma agonistico del Turbike.

## 3<sup>a</sup> Tappa, cronometro di Piediluco

Ecco finalmente un'occasione per

i passisti di dimostrare il loro valore. Il percorso in perfetta pianura, a parte uno strappetto di circa un chilometro al 5%, potrà definire i valori e la classifica finale.

Sarà importante, se non decisiva, la capacità di recupero dopo le fatiche dei giorni precedenti.

Comunque ci sarà la possibilità per tutti di dimostrare le proprie capacità.

Al vincitore di questa tappa sarà assegnato il "trofeo del passista"

## PREMI e RICONOSCIMENTI

Al vincitore assoluto ed ai vincitori di categoria sarà consegnata una targa ricordo.

Al vincitore assoluto sarà consegnata la maglia del primo in classifica.

Inoltre tra tutti i partecipanti e per ogni categoria saranno estratti a sorte buoni acquisto di € 100 da spendere presso un esercizio commerciale, ovvia-

mente relativo al ciclismo.

Inoltre sarà stilata una classifica per squadre facente riferimento ai tempi dei primi tre classificati per squadra.

## REGOLAMENTO

- Il vincitore della classifica/e finale sarà l'atleta che nel computo dei tempi realizzati nelle tre tappe avrà realizzato il tempo minore;

- Valgono per le singole tappe gli attuali regolamenti del Turbike.

## PUNTEGGI

- Ai vincitori delle singole tappe saranno assegnati punti come attualmente da Regolamento Turbike;

- Al vincitore della classifica finale e a seguire in ordine di piazzamento saranno assegnati punteggi doppi rispetto a quelli attualmente assegnati per ogni singola tappa.

Ferruccio Fiammenghi

## MARATONA DOLOMITI + GIRO CICLOTURISTICO

Quando: 30 giugno - 8 luglio 2007

Dove: La Villa / Corvara

Costi: hotel.

*Descrizione:* Se saremo iscritti alla Maratona delle Dolomiti (1 luglio 2007), si potrebbe soggiornare in Alta Badia anche nella settimana seguente la Maratona ed organizzare una serie di uscite giornaliere (più o meno impegnative) da effettuarsi in gruppo (eventualmente supportate da auto al seguito di ciclisti a riposo o familiari volenterosi) nello splendido scenario delle Dolomiti (magari inserendo una puntata allo Stelvio o sul Mortirolo per lasciare il ricordo di un'impresa). Per tale soluzione il difficile è appunto l'organizzazione (oltre che essere iscritti alla Maratona) ma favorisce la partecipazione delle famiglie.

## CICLOTURISTICA TURBIKE DI 2 - 3 GIORNI

Quando: sab 28 aprile - mar 1 maggio 2007

Dove: A TAPPE da Roma ad Assisi(2gg.)  
oppure Loreto o Pisa (3gg.)

*Descrizione:* Una piccola cicloturistica a tappe sfruttando il ponte del 1 maggio. Una possibile destinazione è Assisi che si potrebbe raggiungere in 2 tappe con soggiorno intermedio sul Lago di Piediluco. Ad Assisi ci si potrebbe ritrovare con le famiglie e trascorrere insieme ad esse un altro giorno di vacanza per poi fare ritorno a Roma.

Sfruttando 1 giorno in più si potrebbe andare a Loreto o anche a Pisa facendo il viaggio in 3 tappe. Auspicabile almeno un'auto al seguito. Da organizzare.



**Terminato il Prestigio 2006, 540 atleti Prestigiosi**

## Turbike al 79° posto!

Con la GF delle Cinque Terre si è conclusa l'undicesima edizione del circuito più ambito e leggendario d'Italia: il Prestigio di Cicloturismo.

Si sono laureati Prestigiosi 540 atleti, solo 112 dei quali sono riusciti a concludere tutte le 9 Grandi Fondo in programma.

Il Prestigio a squadre è

stato vinto dal team Pinarello, il Turbike si è classificato al 79° posto (su più di 200 squadre classificate avendo almeno 1 atleta che ha concluso il Prestigio).



Passano gli anni e le salite si fanno sempre più dure! Bisogna allenarsi di più e la sola uscita settimanale non basta. Purtroppo per quelli come me, che hanno raggiunto un certo... numero di anni e ancora lavorano a tempo pieno, non c'è molto da fare e allora che si fa? Si attacca la bici al fatidico chiodo? No, io credo che in questo caso si possa abbandonare quel pizzico di "agonismo" ed allentare la pedalata con i rapporti più convenienti. Certamente le prestazioni saranno scarse, ma la soddisfazione di arrivare là "dove osano le Aquile" possiamo ancora togliercela! Così, la tappa di Cervara ha dato i suoi ver-

## L'occhio del Presidente

detti che non si differenziano molto dalla tappa precedente, ad eccezione di Fabrizio Nardini che si è preso una bella rivincita su coloro che lo avevano "strapazzato" a Rocca di Cave. A una tappa dalla conclusione del Turbike 2006, ci sono ormai da completare i "podi" e quello ancora incerto è proprio della "E2". A Cervara si è rivisto il "Leader" che conoscevamo, Maurizio Ruggeri ha vinto ancora e per distacco su Lovino e Faggiani. Bella vittoria per Nardini che va in fuga e resiste sul finale al ritorno dei più giovani antagonisti! Il "vecchiaccio" ha colpito ancora, diranno Sabbatini, Buccilli, Petella e Nardi, ma allora la crisi di sabato scorso? Era tutto un "bluff" per rendere più entusiasmante il finale! Nella "A1" noto rassegnazione da parte di Capitan Silvestri e Fiammenghi che arrivano "mano nella mano" ovvero alla

"volemose bene" e non approfittano dell'assenza di quel "lupo famelico" di Cardiello. Nella "A2" ancora Biccocchi davanti a tutti a dimostrazione che questo ragazzo del 40' non sente il peso degli anni, ma che avesse fatto il patto col diavolo? Forse il buon Domenico ha trovato la formula giusta ed alla sua età riesce a scalare le montagne con l'agilità del Tasso e la potenza del "Giaguaro"! Per concludere, vorrei raccontare quella visione del paese di Cervara, visibile solo a chi alza la testa, maestoso paese costruito sulla roccia e tu lì sotto, piccolo e stanco che prosegui la tua marcia raccogliendo le ultime forze a disposizione, aspettando quel bivio a sinistra che non arriva mai!

Marcello Cesaretti

### **DALLA PRIMA**

due settimane: Nardini, al momento 2°, vince la categoria se arriva tra i primi 3 precedendo C. Piccioni. Questi invece vince se Nardini arriva dal 4° posto in giù o se lo precede all'arrivo nel caso in cui Nardini arrivi 2° o 3°. Entrambi vincono la categoria vincendo la tappa! Insomma tra 2 settimane ci attende una sfida appassionante.

In A1 grande prestazione di Fiammenghi che tiene

testa a Silvestri costringendo il Capitano dei Lupi all'ex-aequo. Pari merito anche al 3° posto tra E. Piccioni e lo *Scugnizzo lombardo* (Devenuto) davanti Iannicelli, Lollo e Tomei.

Ancora una vittoria per Biccocchi in A2 davanti Goyret, Carrino e Gobbi. La classifica di categoria è però consolidata con Biccocchi vincitore, Carrino e Gobbi ai posti d'onore, solo 4° Goyret

autore di una splendida seconda parte di stagione. 5° posto per De Angelis davanti al Presidente e a Degl'Innocenti. Non completano la tappa Bertelli, Buontempo, Romagnoli, Susini e Micheli. Si è rivisto all'arrivo di Cervara anche lo Scauzzone 2005 Claudio Scatteia.