

Chi siamo

FIAB è un'organizzazione ciclo-ambientalista che lavora dal 1989 per città vivibili, un ambiente più sano, strade più sicure ed una "mobilità nuova" e sostenibile. FIAB da sempre incoraggia e promuove cicloturismo e tutta l'economia che ruota intorno alla bicicletta.

La FIAB aderisce a **European Cyclists' Federation**; è, inoltre, riconosciuta dal Ministero dell'Ambiente come associazione di protezione ambientale e dal Ministero delle Infrastrutture come associazione di esperienza nel settore della prevenzione e della sicurezza stradale.

Gli **Amici della Bici di Arezzo** si impegnano con progetti e idee per il miglioramento della "mobilità dolce" nella nostra città:

- promozione bici come mezzo di trasporto quotidiano;
- sviluppo rete piste ciclabili;
- uso combinato bici+mezzi di trasporto pubblico;
- presenza di una ciclostazione ad Arezzo;
- uso di sedimi ferroviari dismessi per ciclabili.

Durante le ciclogite ai partecipanti è richiesto un adeguato equipaggiamento (bici in buono stato di manutenzione, vestiario adeguato, casco protettivo), il rispetto dello spirito di gruppo e del codice della strada.

AdB partecipa anche a cicloescursioni ed eventi nazionali organizzati da FIAB.

LIVELLO DIFFICOLTÀ

Facile: percorso breve e pianeggiante, senza difficoltà; può essere fatto da tutti anche principianti.

Media: percorso che per lunghezza e/o altimetria richiede un minimo di allenamento e di conoscenza delle cicloescursioni.

Impegnativa: percorso con asperità e lunghezze adatto a cicloturisti allenati.

Agenzia Viaggi

HAPPY TRAIN

Bus Aereo Nave

Viaggi di gruppo - Specialisti in soggiorni mare e montagna
Gite domenicali in città d'arte - Biglietterie e Crociere

Agenzia Viaggi del DLF - Viale Piero della Francesca, 5 - Arezzo
Tel 0575.352062 - www.happytrain.it f

Calendario 2018 Cicloescursioni

N.B.: Sono evidenziate in verde le gite organizzate da Fiab nazionale, regionale e le cicloturistiche vintage.

DOMENICA 25 FEBBRAIO

PRESENTAZIONE PASSERELLA PONTE A BURIANO

Livello: Facile - Lunghezza 30 Km - Mezza giornata

Referente: F. Montaini

DOMENICA 18 MARZO

CICLOTARTUFATA A CAPOLONA

Livello: Medio/Impegnativa - Lunghezza 50 Km

1 giorno - Referenti: N. Niccolai - F. Bucci

SABATO 24 - DOMENICA 25 MARZO

GIORNATE FAI - SULLE TRACCE DEI LUOGHI DI GNICCHE

Livello: Facile - Lunghezza 20 Km - Mezza giornata

Referenti: G. Cardinali - M. Barbagli

DOMENICA 8 APRILE

FAC - FERROVIA DA NON DIMENTICARE

Giornata di primavera per mobilità dolce

In collaborazione con DLF Arezzo

III° Memorial Guidelli - Bidini

Livello: Media - Lunghezza 35 Km - 1 giorno

Referenti: G. Cardinali - P. Chiasserini

DOMENICA 22 APRILE

ARDITA, LA CICLOSTORICA ARETINA - www.bicinfiara.it

MERCOLEDÌ 25 APRILE

RESISTERE PEDALARE RESISTERE

Livello: Medio - Lunghezza 25 Km - Mezza giornata

Referente: G. Cirinei



LA BOTTEGHINA

Loc. Gragnone, 29 - Arezzo

Tel. 0575 365251



chiuso il martedì

www.labotteghinadigragnone.it

DA SABATO 28 APRILE A MAR. 1 MAGGIO

IN BICI CON GLI ETRUSCHI INTORNO AL TRASIMENO

Livello: Media/Impegnativa - Lunghezza tot. 200 Km

4 giorni / 1 giorno

Referenti: F. Montaini - C. Nasini

DOMENICA 13 MAGGIO

BIMBIBICI 2018

Memorial Betti Villa

Livello: Facile - Lunghezza 10 Km - Mezza giornata

Referente: CD Fiab

DOMENICA 27 MAGGIO

"ASINALONGA" E IL SUO TERRITORIO

In collaborazione con Ass.ne "Gigante Bianco"

Livello: Medio - Lunghezza 35 Km - 1 giorno

Referente: M. Barbagli

DOMENICA 3 GIUGNO

SANSEPOLCRO - MONTECASALE E DINTORNI

In collaborazione con Ass.ne "Cammini di Francesco"

Livello: Media/Impegnativa - Lunghezza 35 Km

1 giorno - Referente: F. Montaini

DOMENICA 17 GIUGNO

ALLA SCOPERTA DELLA STORIA NEI DINTORNI DI AREZZO

Livello: Facile/Medio - Lunghezza 30 Km

Mezza giornata - Referente: M. Barbagli

DA LUNEDI 18 A DOMENICA 24 GIUGNO

CICLORADUNO NAZIONALE A RAVENNA

Referente: FIAB Ravenna - www.cicloraduno.it

DOMENICA 24 GIUGNO

CICLO STORICA "LA CHIANTINA"

www.lachianina.net



DOMENICA 24 GIUGNO

IL "CONTRATTO DI FIUME DEL CANALE MAESTRO DELLA CHIANA"

Livello: Medio - Lunghezza 60 Km - 1 giorno

Referente: M. Barbagli

DOMENICA 1 LUGLIO

ALLA SCOPERTA DELLA CICLOPISTA LUNGO IL TEVERE

In collaborazione con Ass.ne "Intrepida"

Livello: Facile - Lunghezza 40 Km - 1 giorno

Referente: CD FIAB

GIOVEDÌ 12 LUGLIO

CHOCOSBIKE IN GIRO PER AREZZO DI NOTTE

Livello: Facile - Lunghezza 8 Km

Referente: A. Pedone

DA GIOVEDÌ 19 A DOMENICA 22 LUGLIO

CASENTINO NATURALMENTE PIANOFORTE

Livello: Impegnativa - Lunghezza totale 180 Km

4 giorni / 1 giorno - Referente: F. Montaini

AGOSTO

CICLOVIAGGI FIAB IN ITALIA E ALL'ESTERO

www.andiamoinbici.it – www.biciviaggi.it

VENERDÌ 7 SETTEMBRE

LA TRANSUMANZA - "SCHEGGIA - RAPOLANO" - 2ª tappa

In collaborazione con Ass.ne "Fuori dalle vie maestre"

Livello: Impegnativa - Lunghezza 70 Km - 1 giorno

Referente: F. Montaini

DOMENICA 16 SETTEMBRE

INAUGURAZIONE SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITÀ SOSTENIBILE

Alla scoperta della storia intorno ad Arezzo

Livello: Medio - Lunghezza 30 Km - Mezza giornata

Referente: M. Barbagli

LUCIANO GOMME
di Orsini e C.



Via Genova, 43/C - Arezzo
Tel. 0575 302883 - Cell. 338 4705333
info@lucianogomme.it - luciano-orsini@alice.it
www.lucianogomme.it

DA DOMENICA 16 A SABATO 22 SETTEMBRE

SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITÀ SOSTENIBILE

ATTIVITÀ VARIE

Referente: CD Arezzo

DAL 23 / 29 SETTEMBRE

BICISTAFFETTA NAZIONALE SULLA CICLOVIA AIDA

Referente: FIAB Naz.le - www.bicistaffetta.it

DOMENICA 30 SETTEMBRE

“UNA GITA DA MATTI” A GELLO BISCARDO

Livello: Impegnativa - Lunghezza 57 Km - 1 giorno

Referente: F. Donatelli

DOMENICA 7 OTTOBRE

MARCIA DELLA PACE PERUGIA - ASSISI

Referente: FIAB Perugia

DOMENICA 7 OTTOBRE

EROICA - www.eroica.it

DOMENICA 14 OTTOBRE

LE NUOVE CICLABILI DEL CASENTINO

Livello: Media - Lunghezza 40 Km - 1 giorno

Referenti: E. Valentini - M. Barbagli

13/14 OTTOBRE

PAROLE E PEDALI - FIAB TOSCANA

DOMENICA 21 OTTOBRE

L'INTREPIDA BICISTORICA ANGHIARI - www.lintrepida.it

DOMENICA 28 OTTOBRE

FOGLIAGE IN ALTO CASENTINO

Livello: Impegnativo - Lunghezza 30 Km - 1 giorno

MESE DI NOVEMBRE

RECUPERO DI GITE NON EFFETTUATE PER MALTEMPO



GENERALI
Italia S.p.A.

Agenzia Generale: Via Calamandrei, 66 - Arezzo

tel. 0575 35951 - fax 0575 3595232

agenzia.arezzocalamandrei.it@generali.com

Associarsi

Per iscriversi a FIAB Amici della Bici Arezzo e sostenere la nostra attività, è sufficiente compilare un modulo di iscrizione che potete scaricare dal sito adbarezzo.altervista.org, oppure utilizzare il modulo allegato ed effettuare un versamento pari a:

- 30 euro "Socio Sostenitore"
- **25 euro "Socio Ordinario"**
- 15 euro "Ulteriori familiari"
- 5 euro "Socio junior" (figli/bimbi fino a 14 anni)

La quota associativa è comprensiva della rivista "BC" di euro 5 (opzionali per sostenitore e ordinario) e dell'assicurazione valida nel corso di manifestazioni FIAB.

Le modalità di iscrizione possono essere le seguenti:

1. presso la nostra sede in Via XXV Aprile, 34 (3° piano) Arezzo previo appuntamento telefonico:
(Ferdinando 338.1603207 - Fabrizio 366.1589871
Giovanni 329.4309009);

2. Durante una delle nostre Ciclo-escursioni contattando il Capogita;

3. con un bonifico (IBAN IT82P0310414100000000821908 intestato "Amici della Bici") ed inviando il modulo a adbarezzo@altervista.org o via fax al 0575.28676.

COSA COMPORTE L'ISCRIZIONE

- Possibilità di partecipare ed usufruire di sconti ed agevolazioni per tutte le iniziative della FIAB a livello nazionale (cicloraduni, convenzioni quali AlbergaBici, ecc).
- **Copertura assicurazione RC** per tutto l'anno ogniqualvolta utilizzate la bicicletta per i vostri spostamenti.
- **Copertura assicurazione RC e infortuni** ogniqualvolta partecipate ad una cicloescursione organizzata da AdB FIAB o da altra associazione affiliata FIAB.
- **Ricezione della rivista "BC"** (se inclusa nella iscrizione)
- **Agevolazioni e sconti** come indicato negli spazi sponsor di questa locandina.

PERCHÈ ASSOCIARSI

Per sostenere e partecipare attivamente a tutte le attività sia ricreative, ma anche di impegno sociale e civile sostenute da FIAB: ad esempio per incentivare le infrastrutture ciclabili (piste, cicloparcheggi, ecc.) presso gli Enti preposti, per agevolare l'utilizzo della bici sia in ambito urbano che in quello extraurbano e cicloturistico.

Regolamento FIAB “Amici della Bici” Arezzo

Insieme... senza fretta

Alle gite di Fiab ... si pedala in allegra compagnia, si fanno nuove amicizie e si conoscono il territorio percorrendo strade secondarie, senza correre e fermandosi quando occorre. Chi vuole andar forte, si stanca ad aspettare gli altri, non vuole osservare il comportamento necessario per pedalare in gruppo... non deve venire.

Con un'associazione

Fiab ... è un'Associazione, non un'Agenzia Turistica. Gli accompagnatori sono tutti volontari, non retribuiti e non qualificati, che desiderano divertirsi come gli altri. Pertanto i partecipanti collaborano, osservano le regole e il programma, si arrangiano con la bici e, se possono, danno volentieri una mano a chi è in difficoltà. Accettano con un sorriso eventuali contrattempi!

Sulle strade... non ci siamo solo noi

L'associazione Fiab ... non è in grado di diminuire i normali rischi connessi alla circolazione su strade aperte al traffico. Ogni partecipante deve assumere in proprio tali rischi e comportarsi con prudenza, osservando le normative vigenti.

Attenzione ai pericoli

Gli accompagnatori, anche se talvolta lo fanno, non possono segnalare tutte le situazioni di pericolo che si trovano su un percorso (ad es. traffico elevato, discese, strade accidentate). Ogni partecipante è in grado di percepirle da sé quando presta la dovuta attenzione alla strada.

Conosco il programma... fa per me?

Ogni partecipante si informa preventivamente sul programma e sul percorso (chilometri, dislivelli e difficoltà). Gli accompagnatori non sono in grado di intervenire in caso di particolari difficoltà (fisiche, meccaniche, ecc.). Pertanto partecipa quando è sicuro di poter compiere la gita anche in assoluta autonomia.

Quando parla il capogita

Tutti i partecipanti devono ascoltare attentamente il capogita quando, alla partenza o durante il tragitto, dà indicazioni ed informazioni. Se qualcuno, per disattenzione o suo allontanamento, non sente le istruzioni, non può poi lamentarsi delle eventuali conseguenze.

La mia bicicletta è ok?

Assicuratevi che la bicicletta sia in perfetta efficienza: i pneumatici in buono stato, le gomme gonfie, il cambio funzionante, i freni a posto, il sellino all'altezza giusta, di avere al seguito almeno una camera d'aria di scorta e il necessario per riparare una piccola foratura. L'associazione Fiab durante le gite può darvi una mano in caso di foratura (meglio se ve la cavate da soli), non possono invece rimediare alle inevitabili conseguenze di una vostra cattiva manutenzione del mezzo. La bici in buono stato è anche una questione di rispetto verso gli altri partecipanti.

Gli orari

Venire 5 minuti prima della partenza con l'equipaggiamento previsto (es: colazione al sacco, camera d'aria).

Come si pedala durante la gita?

Non superare mai l'incaricato a guidare il gruppo (chi lo fa rischia di seguire strade non previste portandosi dietro altre persone). Non attardarsi in coda rispetto alla "scopa", e non lasciare troppo spazio dal ciclista che precede per rimanere uniti. Se si imbocca un'altra strada e ci si accorge che le persone dietro di noi non arrivano, fermarsi a segnalare la direzione. Fermarsi tutte le volte che il capogita lo ritiene necessario (per aspettare chi va piano o altra evenienza) e ripartire solo al via del capogita. Durante le soste mettersi in disparte e non invadere la strada. Procedere in "fila indiana" (come previsto dal codice della strada), prestando particolare attenzione in caso di traffico pesante. Prima di fare brusche frenate accertarsi che chi segue sia a distanza di sicurezza. Essere prudenti ed osservare tutte le norme del codice della strada.

Come ci si comporta "oltre" la bicicletta?

Dopo colazione o spuntini non lasciare rifiuti in giro. Non pedalare su prati, aiuole, ecc. e non molestare piante, alberi, animali, ecc. ecc. Non fumare in luoghi chiusi (edifici e mezzi di trasporto), quando si mangia in compagnia e in zone naturalistiche.

Ladri di biciclette consigli per un parcheggio sicuro



Azioni preventive

- 1) Predisporre in caso del funesto evento delle foto che ritraggano la bici insieme al proprietario mettendo in evidenza particolari significativi (spesso le bici hanno un numero di telaio sotto l'asse dei pedali).
- 2) Utilizzare un buon antifurto (catena o similare) dedicando a questo una cifra che non deve essere inferiore ai 40 euro.
- 3) Se si è costretti a lasciare in strada la bici assicurarla coinvolgendo telaio e almeno la ruota posteriore (più costosa).
- 4) Asportare il sellino o comunque utilizzare un morsetto e *non* uno sgancio rapido per il montaggio.
- 5) Preferire pali per illuminazione o ringhiere ai pali per segnaletica stradale (si sfilano).

Quando purtroppo è ormai troppo tardi.

- 1) Denunciare *sempre* il furto alle forze dell'ordine, allegando le foto suddette.
- 2) Utilizzare alcuni siti web come **www.rubbici.it**: il sito si compone di diverse sezioni, tra cui "bici sospette", "bici ritrovate", "bici rubate" (che potete compilare con i dati e le foto della vostra), "bici sequestrate".

Novità

Alla pagina <http://goo.gl/tzYwtX> troverete un'interessante sezione del sito FIAB sui furti di bici e sulla campagna di contrasto che la Federazione Italiana Amici della Bicicletta sta portando avanti.



Via Ricasoli 38/40 Arezzo - Tel./Fax 0575 294066
info@stradadelvino.aretzo.it

Tabaccheria Petrarca

dal 1954

Ricevitoria



Via Petrarca, 19 - AREZZO - Tel. 0575 295300



fatti notare:
sii un ciclista
illuminato,
educato e
con il casco

CALAMANDREI
91e

BAR CAFFETTERIA
PRANZI VELOCI
PIZZA DA ASPORTO
HAMBURGER - HOT DOG
FOCACCE CAMALDOLESI

Via Calamandrei, 99 - Arezzo - Tel. 0575.250414

by
Dire
e Fare
S.N.C.

Sconto 10% ai ciclisti

NON SEPARARE LE DUE PAGINE

Cognome		Nome	
Via	n.	Comune	Prov. CAP
(*) Tel. (fisso e cell.)		(*) e-mail	
data di nascita		(*) comune di nascita	
(*) titolo di studio		<input type="checkbox"/> LAUREA <input type="checkbox"/> LAUREA BREVE <input type="checkbox"/> SUPERIORE <input type="checkbox"/> MEDIA <input type="checkbox"/> ELEMENTARE	
(*) professione		Perché ti iscrivi? (una scelta) <input type="checkbox"/> MOBILITÀ CICLISTICA <input type="checkbox"/> CICLO ESCURSIONISMO	
Tipo socio <input type="checkbox"/> ORDINARIO <input type="checkbox"/> JUNIOR <input type="checkbox"/> FAMILIARE <input type="checkbox"/> SOSTENTORE (solo fino a 14 anni compiuti) socio di riferimento			
Data di iscrizione		Quota euro	
Iscrizione presso <input type="checkbox"/> SEDE <input type="checkbox"/> ESCURSIONE * <input type="checkbox"/> BONFICO/BOLLETTINO <input type="checkbox"/> MANIFESTAZIONE * <input type="checkbox"/> SOCIO *		<input type="checkbox"/> MI ABBONO ALLA RIVISTA BC A 6 € <input type="checkbox"/> RINNOVO <input type="checkbox"/> NUOVO	
		* INCONTRO * <input type="checkbox"/> FIAB POINT * <input type="checkbox"/> ALTRO * * Specificare:	

INCONTRATA SUI TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI: Per quanto previsto dal Decreto legislativo 30 giugno 2002, n. 196 - codice in materia di protezione dei dati personali, chi firma accetta che le informazioni richieste sono raccolte e trattate esclusivamente per le finalità statuite dalla presente associazione e dalla associazione FIAB onlus - (Federazione Italiana Amici della Bicicletta), la sede dei ricambi del trattamento è presso la sede dell'associazione e al Mestre (Ve) in Via Cda di Lana, 59a tel. 041 581513. Per quanto all'art. 13 della citata legge chi accetta potrà modificarli, aggiornarli o richiederli al loro trattamento ovvero chiederne la cancellazione.

Dichiaro di accettare quanto riportato sopra. Firma:

Data rilascio



Anno sociale 2018

FAC-SIMILE

Associazione

FIAB Arezzo Amici della Bici

www.adbarezzo.altervista.org - adbarezzo@altervista.org

Cognome

Nome

Federazione Italiana Amici della Bicicletta-Onlus

www.fiab-onlus.it - info@fiab-onlus.it

Dai il tuo 5x1000 alla FIAB: C.F. 11543050154