

# IL MAESTRO DI CICLISMO FUORISTRADA



Presentazione di

**Gianluigi Camillini**

maestro di ciclismo fuoristrada

# IL COORDINAMENTO PER LA RETE CICLABILE DELL'ABRUZZO TERAMANO

PISTA CICLABILE TERAMO - MARE

## 2 Giorni per l'Ambiente

Sabato 6 dicembre ore 17.00

La Teramo mare nel contesto della rete  
ciclabile dell'Abruzzo Teramano

DIBATTITO PUBBLICO

Sala convegni A.P.I.

(all'interno della ex - Villeroy / Gammarana - Teramo)

Domenica 7 dicembre ore 09.30

+ BICI - SUV

Biciclettata lungo le sponde  
del Fiume Tordino: Gammarana-S.Nicolò

Ritrovo di fronte al cancello della ex - Villeroy / Gammarana - Teramo

Con il patrocinio di:



Amme Provinciale di Teramo



Bacino Imbrifero Montano

Biciclettata promossa dal  
Coordinamento per la rete  
ciclabile dell'Abruzzo  
Teramano.

I partecipanti saranno  
accompagnati da maestri  
di ciclismo fuoristrada  
della Federazione  
Ciclistica Italiana  
dell'Associazione Life Club  
di Teramo.

È consigliabile l'utilizzo di  
un caschetto da bici.  
L'organizzazione declina  
ogni responsabilità per  
eventuali incidenti  
verificatisi nel corso  
dell'iniziativa.

Hanno aderito al coordinamento:  
WWF Abruzzo - WWF sezione di Teramo  
- Centro di Educazione Ambientale di  
Giulianova - Centro Comunale di Educa-  
zione Ambientale - Tutela, Ricerca e Documentazione  
Ambientali del Comune di Notaresco -  
Comitato per la Tutela della Val Tordino -  
Comitato Riserva Naturale Regionale  
Guidata Borsacchio - Associazione  
sportiva dilettantistica RuotaLibera  
Veloteam TE - Associazione sportiva di il-  
lettantistica Polisportiva Life Club -  
Associazione sportiva dilettantistica  
Cicliaga.it - Associazione Xteam  
Mountain Bike Racing - Associazione  
sportiva dilettantistica Monti Gemelli  
Bike - Associazione Culturale Quartiere  
Gammarana - Legambiente Circolo di  
Giulianova - Legambiente Abruzzo - Asd  
Us Acli Teramo - Asd D'Ascenzo Bike -  
Asd Scuola di MTB Prati di Tivo - Gran  
Sasso d'Italia - Palestra Man and  
Woman TE - Palestra Wellness Club TE -  
Palestra New Olimpia TE - Club Interam-  
nia TE - Italia Nostra Sezione di Atri -  
Italia Nostra Sezione di Teramo - Associa-  
zione I.T.A.C.A. - Accordo di programma  
4C per lo sviluppo amministrazioni  
comuni Conzano-Castellalto-Cellino-  
Atanasio-Cermignano - Associazione di  
Promozione Sociale Ambientiamoci Giu-  
lianova - Associazione La Boscachia -  
Associazione Politorama TE.



A - B

A scuola in Bicicletta

Educazione in Bicicletta

ABBIAMO REALIZZATO QUESTO PROGETTO PER  
INVESTIRE SUI GIOVANI STUDENTI.



**BMX**



**A.S.D. POLISPORTIVA LIFE CLUB**

Settore Ciclismo e Mountain Bike



CITTA' DI TERAMO



PROVINCIA DI TERAMO



**Progetto  
Sperimentale "A - B"**

**A scuola in Bicicletta**

EDUCAZIONE IN BICICLETTA



NEL 2008  
LA PRIMA  
ESPERIENZA IN  
ABRUZZO E NEL  
TERAMANO

# A SCUOLA IN BICICLETTA



La bicicletta per i ragazzi delle scuole è uno dei giocattoli più coinvolgenti e offre non solo la possibilità di svolgere un'adeguata attività motoria, ma un lavoro interdisciplinare che coinvolge l'alunno nella sua globalità.



# OBIETTIVI PRINCIPALI:

- Conoscenza e uso della bicicletta e mountain bike, attraverso attività ludico-sportive.
- Miglioramento delle capacità motorie attraverso il principio della multilateralità.
- Miglioramento delle abilità tecniche.
- Valorizzare gli aspetti sanitari benefici che ne derivano dall'uso della bicicletta
- Creare negli studenti una coscienza ecologica sull'inquinamento atmosferico e qualità dell'aria.
- La sicurezza stradale.
- Sviluppare la manualità per effettuare piccole riparazioni.
- Coinvolgere l'amministrazione locale e le scuole, per concordare ed attuare specifiche soluzioni per decongestionare il traffico creando percorsi ciclo/pedonali.



# CONOSCENZA ED USO DELLA BICI ATTRAVERSO ATTIVITA' LUDICO DIDATTICHE









**MIGLIORAMENTO DELLE ABILITA' TECNICHE**



**LA FRENATA**

# IL SALTO DEGLI OSTACOLI



# LA SICUREZZA STRADALE





**ANDARE IN GRUPPO**



# SVILUPPO DELLA MANUALITÀ EFFETTUANDO PICCOLE RIPARAZIONI.

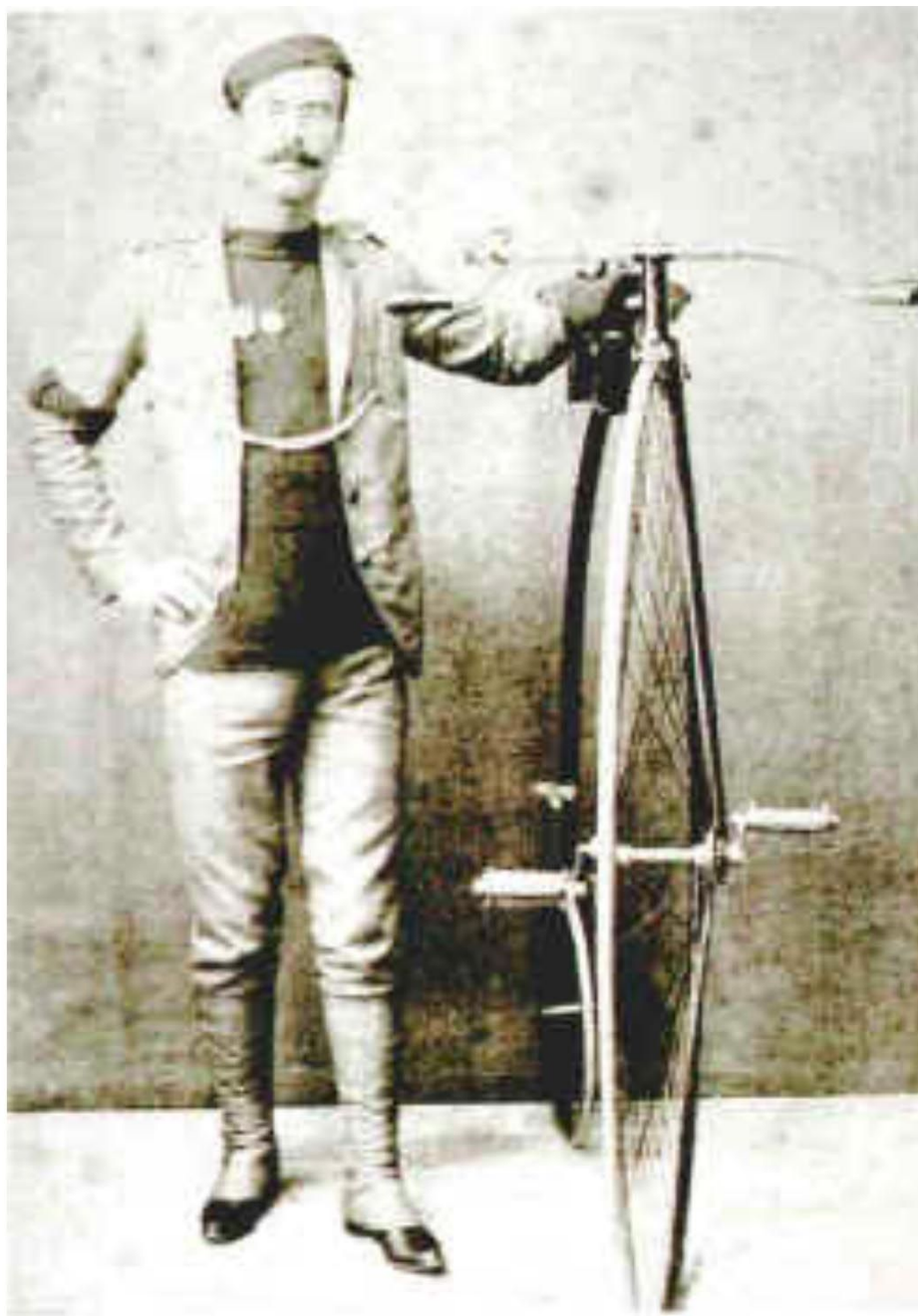






# LA STORIA DELLA BICICLETTA





# IL CICLISMO TERAMANO



**COINVOLGERE LE AMMINISTRAZIONI LOCALI**







# Verifiche:

Controllo delle attività proposte

Grado di partecipazione

Grado di soddisfazione  
espresso dagli alunni

Svolgimento di un diario

**A.S.D. POLISPORTIVA LIFE CLUB**  
Settore Ciclismo e Mountain Bike

**Progetto  
Sperimentale "A - B"**  
**A scuola in Bicicletta**  
EDUCAZIONE IN BICICLETTA



DIARIO DEL MIO PERCORSO STRADALE  
Anno scolastico \_\_\_\_\_  
Nome \_\_\_\_\_ Cognome \_\_\_\_\_  
Scuola \_\_\_\_\_ Classe \_\_\_\_\_

## **A - B - A** scuola in **B**icicletta:

si è svolto dal **29 aprile al 7 giugno 2008** e ha visto coinvolti **234 alunni** di cui **124** delle classi terza, quarta e quinta elementare e **110** delle scuole medie. Sono state effettuate **150 ore** di esercitazioni sia nelle palestre scolastiche della Scuola Media Zippilli e della Scuola Elementare De Iacobis che alla Villa Comunale e al Campo della Gammarana attiguo alla Scuola.



Un ringraziamento va anche: alle scuole che ci hanno ospitato, gli insegnanti che hanno collaborato con noi Maestri di ciclismo fuori strada e agli alunni.



A - B

A scuola in B Bicicletta

2009

PER INVESTIRE SUI GIOVANI

SI HA BISOGNO ANCHE DI

STRUTTURE DOVE POTERSI

ESERCITARE

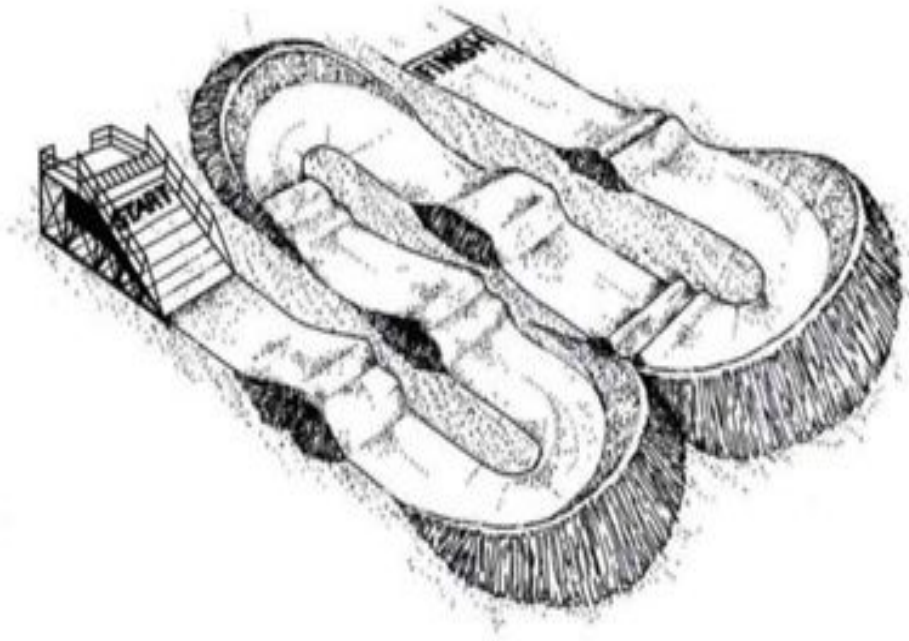
# PALESTRE





**PARCHI o PISTE CICLABILI**

B M X o percorsi specifici.



LA NOSTRA SCUOLA DI CICLISMO FUORI STRADA OLTRE A EDUCARE, ORGANIZZA ESCURSIONI SUL NOSTRO TERRITORIO E APOGGIA INIZIATIVE COME QUELLA DI QUESTA SERA, ACCOMPAGNANDO IN SICUREZZA LE TANTE PERSONE CHE PARTECIPANO ALLE PASSEGGIATE:





LA PASSEGGIATA PARTIRA' DALLA GAMMARANA ALLE  
9,30.

È APERTA A TUTTI,

CHI POSSEDERE UN CASCO DI INDOSSARLO.

CI SARANNO DUE PERCORSI IN BASE ALLE CONDIZIONI





La biciclettata da Giulianova lungo il Tordino - 9 novembre 2008



































**Federazione Ciclistica Italiana**  
**Maestri di Mountainbike**



***BUONE PEDALATE A TUTTI***