



FIAB

Melegnano

L'ABICI

PROGRAMMA 2015

Iniziative e Ciclogite



**KEEP
CALM**

AND

**PEDALA
OGNIGIORNO**



EUROPEAN CYCLISTS' FEDERATION

Chi siamo

FIAB Melegnano - L'ABICI

E' un'associazione cicloambientalista che aderisce a FIAB, la Federazione Italiana Amici della Bicicletta, e promuove un modello di mobilità sostenibile basato sull'uso della bicicletta in città, per il lavoro, lo studio, lo shopping, ma anche il tempo libero e il turismo.

Il nostro sito Internet

www.fiabmelegnano.it

Trovate molte informazioni sulle attività dell'associazione, ma anche altre curiosità legate al mondo della bicicletta.

Senza alcuna registrazione al sito, potete lasciare un commento, proporre iniziative, chiedere informazioni.

Sul sito trovate per ogni cicloescursione i dettagli della giornata.

Contatti

Sede Associazione  P.le delle Associazioni, Melegnano.
Ci trovate tutti i Mercoledì.
dalle 17.30 alle 19

Facebook  L'abici-fiab Melegnano

Twitter  @LABICIF

Mail  info@labicimelegnano.it

Cellulare  348 97 52 878

Tessera Socio FIAB

Socio Ordinario	21 €	Socio Sostenitore	25 € minimo
Coppia di Soci (stessa residenza)	33 €	Socio Benemerito	60 € minimo
Socio Junior (0 - 14 anni)	6 €		

Diventa Socio

Perchè associarsi?



- Assicurazione RC valida in tutta Europa
- Consulenza legale per i sinistri ed i risarcimenti
- Supporto tecnico normativo per la promozione della mobilità
- Abbonamento alla rivista BC



- Formazione (corsi su normativa, tecniche di accompagnamento, manutenzione, attività di lobbying)



- Cicloviaggi
- Convenzioni e sconti
- Ma, soprattutto, per aiutarci a sostenere i diritti di chi #pedalaognigiorno



5x1000 a FIAB

Da oltre 25 anni le associazioni come la nostra si battono per la promozione dell'uso della bicicletta per città più vivibili, sostenibili e sicure per tutti. Anche il tuo aiuto attraverso il 5x1000 è importante. Segnala nella tua dichiarazione dei redditi il **codice fiscale 11543050154**.
Aiutaci a costruire città più sane, vivibili, sicure, sostenibili e divertenti!



Tenete presente

- le ciclogite sono **aperte a tutti**
- per ogni ciclogita i **dettagli della giornata** si trovano sul sito **www.fiabmelegnano.it**
- si percorrono il più possibile **piste ciclabili** e strade secondarie
- non si corre, ma si **pedala per divertirsi** e rilassarsi a contatto con la natura
- i **capigita sono volontari** non retribuiti che desiderano divertirsi come tutti i partecipanti
- i **minori sono ammessi** solo se accompagnati da un adulto

Domenica

25



Happy Program, Happy Hour!

ore 17 - Melegnano, P.le delle Associazioni

Presentazione delle attività 2015
e un aperitivo per concludere

Per partecipare alle ciclogite

- è previsto un **costo per l'assicurazione infortuni della giornata** 1€ (soci / < 14 anni) 3€ (non soci)
- per le ciclogite di **2 o + giorni** è obbligatoria la **tessera FIAB**
- sono **esclusi** eventuali **costi** di trasporto, pasti, bevande e visite a pagamento
- per le **ciclogite giornaliere** è previsto il **pranzo al sacco**, se non diversamente specificato
- è necessario **prendere visione** e attenersi al **regolamento gite**
- le gite non si svolgono in **caso di pioggia**

Gennaio



Programma in Tour

Durante i mesi di Febbraio e Marzo incontriamoci nei comuni intorno a Melegnano: noi veniamo da voi per farci conoscere. I dettagli su dove e quando li troverete sul nostro sito www.fiabmelegnano.it

Legenda



Iniziativa



Facile (10-30 km)



Media (40-60 km)



Impegnativa (70-100 km)



Treno + Bici



Pullman + Bici

Domenica

22



Mostra fotografica "Oltre lo sguardo"
di Steve McCurry

Le opere di uno dei fotografi contemporanei più famosi, a cui si devono numerose copertine sulla stampa internazionale, in mostra al Palazzo Reale di Monza. La nostra prima uscita all'insegna della cultura.



Febbraio



Marzo

★
"Ma dove vai
bellezza in Bicicletta"

Non sappiamo ancora dove andiamo, ma lo facciamo tra donne per festeggiare le donne.



Domenica

8

★ ★ ★

Uomini
in Festa

...e anche gli uomini si divertono con un percorso tutto loro.



Domenica

22



★ ★

Le giornate FAI di Primavera

In bicicletta alla scoperta dei tesori nascosti e proposti al pubblico in occasione delle giornate del Fondo Ambiente Italiano.

Sabato

28

Domenica

29

★ ★

La pista ciclabile del "GIRO D'ITALIA"

Il Giro d'Italia partirà dalla pista ciclabile più famosa e bella d'Italia, quella lungo la costa ligure tra Ospedaletti e San Lorenzo a Mare. Ma noi la facciamo dopo.



La Fiera del Perdono

dalle 9 alle 18 - P.za Vittoria Melegnano

Tradizionale stand in Piazza all'ombra del Castello Mediceo con le associazioni cittadine.

Un'occasione per venire a conoscerci.

Giovedì

2



Lunedì

6



Pasquetta in Bicicletta Da Colico a Chiavenna

Un suggestivo percorso ciclabile per scoprire la Valtellina e la Valchiavenna. E a Pasquetta le biciclette viaggiano gratis sui treni.



Assemblea Nazionale a Firenze

Sabato 18 e **Domenica 19** si terrano, a Firenze, le votazioni per eleggere il nuovo consiglio nazionale e il/la nuovo/a Presidente. Un momento importante per la vita associativa locale e nazionale.

Sabato

25



Visita al Castello di Pandino



Una visita in bicicletta al castello Visconteo di Pandino, costruito intorno al 1355 dal signore di Milano Bernabò Visconti, e il tradizionale pic-nic.

Aprile

Venerdì

da

1

a

3

Domenica



Il percorso Verdiano

Parma, Busseto, Roccabianca
terra di musica e buon cibo.

Anche quest'anno
contribuiamo a sostenere
il progetto

“Biciclette a Fiumi”

www.bicicletteafiumi.it



Abbigliamento

- vestirsi a “cipolla” per affrontare le diverse temperatura della giornata
- utilizzare pantaloncini con il rinforzo aiuta
- portare qualche capo adatto alla pioggia (kway, pantaloni anti pioggia, mantella)

Bicicletta

Non occorre essere dotati dell'ultimo modello di bici, ma è importante che questa sia in buone condizioni. Prima di ogni cicloescursione verificate che: le ruote siano gonfie, i freni siano efficienti, le luci funzionino e la catena sia oliata

Bimbimbici

Piccoli ciclisti crescono e imparano a muoversi
nella loro città e anche fuori.



Domenica

10



Maggio

Domenica

17



Sesto Calende - Garbagnate

Il lago Maggiore, il Canale Villoresi, il Parco delle Groane, luoghi diversi per un unico percorso ciclabile



Biciviaggi

Oltre alle attività in bicicletta organizzate da noi, FIAB nazionale propone delle ciclovacanze.

4 - 11 Luglio 2015 | Salento

Taranta Bike & Camp Murge

18 - 25 Luglio 2015 | Repubblica Ceca

Avventura Ceca e Praga

25 Luglio - 1 Agosto 2015 | Germania - Lussemburgo - Francia

Le ciclovie d'acqua

31 Luglio - 9 Agosto 2015 | Olanda

Da Rembrandt a Van Gogh

8 - 16 Agosto 2015 | Bosnia - Croazia

Mosaico Bosniaco

15 - 22 Agosto 2015 | Ungheria

Ungheria di terra e d'acqua

Tutti i dettagli su

www.biciviaggi.it/viaggi_2014.htm

Castellania Museo Fausto Coppi

Nella terra di Fausto Coppi dove il ciclismo è diventato un mito.



Domenica

24

Maggio



Venerdì

da

29

a

2

Domenica



Il Mare della Slovenia

La verde Slovenia offre anche uno splendido mare e suggestivi percorsi ciclabili che sconfinano dall'Italia alla Croazia. E per i più pigri la SPA saprà coccolarli.



Il ciclista "Illuminato"

Spesso dopo un incidente gli automobilisti dicono di non aver visto il ciclista: non rischiare la tua vita e fatti vedere, rendersi molto visibili conviene!

Sulla bicicletta sono obbligatorie: la luce anteriore bianca o gialla, la luce posteriore rossa, la gemma riflettente posteriore, le gemme riflettenti gialle sui fianchi dei pedali e quelle agganciate ai raggi delle ruote.

La casacca con inserti rifrangenti è obbligatoria dopo il tramonto nelle strade extraurbane e nelle gallerie, anche in città.

da Lecco a Melegnano

Uno dei tracciati più classici, perchè il classico non passa mai di moda.



Domenica

14



L'assicurazione

Il socio FIAB ha diritto ad un'assicurazione che riguarda la Responsabilità Civile verso terzi. Questo significa, per esempio, che se con la mia bici procuro un danno a qualcuno, le spese di risarcimento sono coperte, fatta salva la franchigia. La copertura è sempre presente anche nelle attività personali.

Giovedì

da

18

o

21

Domenica



XXVI Cicloraduno Internazionale FIAB

Il tradizionale Cicloraduno FIAB quest'anno diventa internazionale.

Molte informazioni su www.cicloraduno.it

Da Melegnano organizziamo un gruppo per raggiungere insieme Peschiera del Garda.



Domenica

28



Trebbia Una ciclogita al fiume

Fa caldo? E allora pic-nic al fiume, ma lo raggiungiamo in bicicletta, naturalmente.



Giugno

Sabato

4



Aperitivo Night a Lodi



Col caldo ci muoviamo di sera...
e ricordate che "ciclista illuminato,
ciclista fortunato".



Frescobici Altopiano di Asiago



Una ciclovacanza breve
per un'esperienza alla
portata di tutti nella terra
del famoso formaggio,
i 7 comuni e il miele.



Venerdì

10

da

12

a

Domenica

Sabato

25



Aperitivo Night a Milano



Col caldo ci muoviamo di sera...
e ricordate che "ciclista illuminato,
ciclista fortunato".

Luglio

★
Gita a Sorpresa

...perché la bicicletta sa sempre stupirci!

Domenica

6

Domenica

14

La Battaglia dei Giganti

Nel 500° della Battaglia dei Giganti e nell'anno dell'Expo a Milano partecipiamo alle iniziative del comune di San Giuliano Milanese.



Settimana Europea della Mobilità'

Dal 16 al 22 **Settembre** tanti appuntamenti per promuovere l'uso della bicicletta per città più belle, sicure e vivibili.

Expo 2015, Cremona

Nell'anno dell'EXPO anche Cremona è pronta ad accogliere i turisti... molto meglio se in bicicletta.



Domenica

20



Domenica

27

Expo 2015, Val Cavallina e Lago d'Endine

Nella zona della bergamasca, un gioiello antico chiuso tra verdissime sponde, la ciclovia è la prima realizzata dalla provincia di Bergamo oltre 15 anni fa.



Settembre

Sabato

3



Pedali nella Notte per le Festa del Riso a Carpiano

Tempo permettendo la risottata alla sagra di Carpiano non ce la toglie nessuno. E' necessario attrezzarsi con luci e gilet.



Un biciviaggio Coast-to-Coast da Viareggio a Rimini

COAST
COAST

Il percorso Bicalta n.7 la Ciclovía Romagna Versilia www.bicalta.it Ma noi la facciamo al contrario.



Venerdì

9

da

12

o

Lunedì

Domenica

18



Pranzo Sociale



Come sempre non sappiamo dove, ma sicuramente mangeremo bene e ci andremo in bicicletta.

Ottobre



Giornata Mondiale Vittime della strada



Anche quest'anno vogliamo ricordare tutte le vittime della strada a partire da Lucia e Altea che hanno perso la vita nelle strade delle nostre città.

Domenica

15



Novembre

Progetto *ViviAMO la città'*

Dalla collaborazione tra associazioni diverse di Melegnano che si occupano di sostenibilità ambientale, educazione e qualità della vita a partire dal proprio contesto urbano, nasce la proposta di coinvolgere i cittadini in varie iniziative per poter praticare stili di vita più sostenibili. I partners promotori del progetto sono, oltre a noi, il Circolo Legambiente, la Banca del Tempo, il Comitato "Vivere Meglio la Città" e l'Osservatorio Mafie Sud Milano. Tra le attività fatte insieme, il concorso #pedalachevinci e la manifestazione in ricordo delle vittime della strada.

Il progetto è aperto al contributo di tutte le associazioni che promuovono a vario titolo stili di vita sostenibili

Domenica



13

Dicembre

Bicipanettone

Si chiude un anno con gli auguri di Natale e l'inizio del nuovo tesseramento 2016.

Inverno

Giovedì

*

26

Febbraio

Presentazione Programma 2015

Anche a San Donato presentiamo il programma di attività del 2015...
aperitivo incluso!

Milano: Fa' la cosa giusta

Alla fiera del consumo critico verrà presentato il programma delle attività di San Donato Milanese.

Sabato

14

*

Marzo

In collaborazione con l'Amministrazione Comunale e La Stazione delle Biciclette

Per ogni informazione, per iscriversi all'associazione o ad un'uscita potete contattare:

Elena (San Donato) : **339 34 06 980** | elena@lastazione dellebiciclette.com

Moreno (San Giuliano) : **349 17 31 211** | moreno.genovesi@gmail.com

Lino (Casalmaiocco) : **333 41 10 173** | pinu.merli@alice.it

Sabato

?

Marzo

2° Brompton Urban Challenge

Una gara tra "Bromptonisti"
Data da definire.

Tweed Picnic Avirex

Ciclopasseggiata elegante, in occasione del salone del mobile, con brunch a cascina Gaggioli.

Sabato

11

★

Aprile



San Donato

Bimbincargo Bimbibici e Raduno Cargo Family Bike

Un modo nuovo e divertente di festeggiare Bimbibici.



Sabato

9



Maggio

Domenica

24



Maggio

Andar per Cantine ...

Visita guidata con degustazione presso una cantina nelle colline pavese e pranzo in Locanda.



Cargorace @ Europei Bike Messenger

Il mondo del lavoro in bicicletta si sfida.



Domenica

31

Maggio

Domenica

?



Giugno

Gravel Race Notturna

“Mona, di là no!”

Aperitivo night a Milano



Col caldo ci muoviamo di sera... e ricordate che “ciclista illuminato, ciclista fortunato”.

Sabato

25



Luglio

dalla parte di chi
#PEDALAOGNIGIORNO



ASSOCIARSI A FIAB VUOL DIRE SOSTENERE CHI TI TUTELA.

Maggiore sarà la forza della federazione più vantaggi ci saranno per i ciclisti: città più ciclabili, più sicurezza stradale e meno inquinamento, maggiori diritti reali ma anche un'apertura culturale quotidiana verso la bici.

Stai con chi sta dalla tua parte. Scegli la bici.

Cerca la Fiab. Associati.



www.graficart.biz



**SCONTO
10%
ACQUISTI**

Presentare tessera Socio

www.specialbike2010.it



**SCONTO
10%
BICICLETTA
NUOVA**

Presentare tessera Socio



**SCONTO
10%
BICI
PIEGHEVOLE**

Presentare tessera Socio

www.lastazione dellebicycle.com

www.ottolinirusca.com



**SCONTO
15%
SUL MENÙ**

Presentare tessera Socio

**SCONTO
20%
OCCHIALI
NUOVI**

Presentare tessera Socio

SPECIALBIKE

Produzione Biciclette
Vendita - Accessori - Ricambi

SPECIAL BIKE

Via Tolstoj 23
San Giuliano
348 22 53 281

Seguici su Facebook
f Special Bike San Giuliano



PIZZERIA TOCKY-D

Via Montegrappa 59
Melegnano
02 98 36 909

Seguici su Facebook
f Tocky-d Bar-Pizzeria

Grafic Art
Centro
Stampa

LATEXLINE
STAMPA CON COLORI ECOLOGICI
GRAFIC ART s.r.l. Brambati & C. snc
Via R. Morandi 2/a - 20077 MELEGNANO (MI)
Tel. +39 02 98331414
E-mail ufficio grafico: grafico@graficart.com
E-mail ufficio commerciale: info@graficart.com

GRAFIC ART

Via R. Morandi 2/a
Melegnano
02 98 39 154

Seguici su Facebook
f Grafic Art

Cicli Scotti
di Scotti Giuseppe



CICLI SCOTTI

Via dei Pini 7
Melegnano
02 98 33 331

www.ciclisconfigli.com



*Grazie
a chi ci sostiene*

Seguici su Facebook
f L'abici-fiab Melegnano



PARRUCCHIERE STUDIO LEI

Via V. Veneto 19
Melegnano
02 98 34 472

**La stazione
delle biciclette**

LA STAZIONE DELLE BICICLETTE

Piazza IX Novembre
San Donato
02 55 60 37 30

Seguici su Facebook
f La Stazione delle Biciclette

OTTOLINI RUSCA
GIOIELLERIA

GIOIELLERIA OTTOLINI RUSCA

P.za Risorgimento 3
Melegnano
02 98 33 269

Seguici su Facebook
f Gioielleria Ottolini Rusca

PP

PARMIGIANI PNEUMATICI 1960 SAS

Via Castellini 35
Melegnano
02 98 34 458

OTTICA ZAMPILLO
CENTRI OTTICI SELEZIONATI GREENVISION

Via Roma, 28 - 20077 - Melegnano - (MI)
www.otticzampillo.it e-mail: otticzampillo@tin.it

OTTICA ZAMPILLO

Via Roma 28
Melegnano
02 98 39 456

www.otticzampillo.it



Osteria Beccalzu

OSTERIA BECCALZÙ

Fraz. Beccalzu 6
Casaletto Lodigiano
0371 71 729

www.osteria-beccalzu.it

MP

MP INFORMATICA DI SILVIO MONTERISI

Via Sant'Angelo 17
Cerro al Lambro
338 62 75 879

silvio.monterisi@mpinformatica.it