



## *Programma Festival del Ciclista Lento 2019 - terza edizione -*

### **Venerdì 25 ottobre**

#### **Convegno \***

La **bicicletta come modello di turismo moderno**, per valorizzare il territorio e recuperare la funzione sociale dei piccoli centri abitati. La bicicletta come **mobilità sostenibile**, modello scelto da tutte le grandi metropoli per regolare il traffico urbano. La bicicletta come prodotto di **eccellenza artigianale** per esportare un **Made in Italy** di qualità. La bicicletta come strumento per divulgare la **cultura**, la **ricerca scientifica** e la **prevenzione rischi ambientali**.

*Intervengono esperti del mondo del turismo e dell'economia, dello sport e della ricerca scientifica*

#### **Gran Galà del Ciclista Lento**

*Teatro Estense - ore 21.15*

#### **Sconfitti di tutto il mondo, Ciclisti Lenti... a voi la scena!!!**

Lo show delle Maglie Nere del **Giro d'Italia**. Conducono **Guido Foddis**, **Marco Pastonesi** e **Giambattista Baronchelli**, con la musica **band a pedali della "Repubblica delle Biciclette"**. Ai **Ciclisti Lenti** che più si sono distinti nel corso del 2019 verrà consegnato il **Ghiro d'Italia**, ambitissimo award che ogni pedalatore sogna di mettere nella propria bacheca!



## Sabato 26 ottobre

### 5 km in 5 ore - La pedalata più lenta del mondo €

Per le vie di Ferrara, partenza e arrivo al Velodromo Comunale - dalle ore 9.30

**5 km in 5 ore** per la pedalata che sfida le leggi della fisica e ridicolizza le medie orarie dei grandi campioni. Andare piano, talmente piano da realizzare in gruppo un record di lentezza storico. In cinque ore di pedalate a passo d'uomo **5 grandi penne del giornalismo sportivo italiano** racconteranno le **prodezze e le batoste dei grandi campioni del ciclismo**. Nel frattempo **godrai la città di Ferrara** e **assaggerai le tradizioni eno-gastronomiche** ad alto contenuto calorico che questo lembo di Emilia sa offrire ai suoi visitatori. Fino a tagliare il traguardo esausto. Perché a pensarci bene, anche andare così piano è una fatica boia.

### Il record dell'ora... alla rovescia \*

Velodromo Comunale, Ferrara - ore 16.00

**Due grandi campioni** del ciclismo sfidano **Eddie Merckx, Francesco Moser** e gli altri assi che hanno fatto la storia del ciclismo correndo a folle velocità per un'ora sulla pista di un velodromo. L'obiettivo è di centrare però un altro record: **il ciclista che in un'ora percorrerà meno pista**. Presiede la giuria tecnica **GB Baronchelli** attualmente detentore dell'incredibile record stabilito al Festival del Ciclista Lento 2018: **1.313 metri percorsi in 60' minuti!** Chi andrà più piano di lui?



## Domenica 27 ottobre

### La "Granfondo del Merendone": le Valli del Delta del Po €

Ritrovo di Partenza da Anita alle ore 9.00

La **Granfondo più lenta mai disputata** partirà dal cuore delle **Valli del Delta del Po**. Percorrendo **oasi naturalistiche di inestimabile bellezza, percorsi arginali in parte sterrati**, attraversando **insidiosi agriturismi e punti ristoro ad altissimo contenuto calorico**, arriverà ad Argenta. L'ultimo a tagliare il traguardo scriverà il suo nome nel prestigioso **Albo d'Oro del Ciclismo Lento**. Per tutti gli altri partecipanti, ecco servito in tavola il premio di consolazione: **una scorpacciata di cappelletti ferraresi!**

\* gli appuntamenti contrassegnati con l'asterisco saranno trasmessi in diretta dai Media Partners del Festival

€ gli appuntamenti con questo contrassegno prevedono una pre-iscrizione.. Per maggiori info: [www.ciclistalento.it](http://www.ciclistalento.it)

Il **Festival del Ciclista Lento**, da un'idea di **Guido Foddis**, è organizzato da **Slow Travel** con il patrocinio di **Ministero dell'Ambiente, FIAB e ISPRambiente, Comitato Paralimpico Italiano, US Acli, Regione Emilia-Romagna, Comune di Ferrara, Comune di Argenta, Visit e Ascom Ferrara**.

Media partner: La Repubblica delle Biciclette, Rivista BC, Radio Sound.



## *Il manifesto del Ciclista Lento*

Il **Ciclista Lento** è una presenza inesorabile ed allo stesso tempo rassicurante.

Lo puoi incontrare su ogni tracciato stradale, sia esso pista ciclabile, carrareccia di montagna o percorso rotabile. Il **Ciclista Lento** è disciplinato, non ama il pericolo, detesta la competizione. O se proprio si trova coinvolto in una gara, cerca di farsi superare da tutti nel minor tempo possibile. Perchè in fondo, il **Ciclista Lento**, non ha bisogno di conferme cronometriche, di trofei da sollevare, per convincersi che vale.

Il **Ciclista Lento** fondamentalmente è una persona felice, pacifica e gaudente in mezzo ad uno sciame di ciclisti invasati, fasciati da cardiofrequenzimetri, alimentati a maltodestrine e barrette energetiche.

Il **Ciclista Lento**, se ha sete, si ferma e ordina da bere. Se ha fame, si ferma e ordina da mangiare. Le barrette energetiche le lascia ai ciclisti veloci, perchè possano esprimere tutta la loro potenza e vincere le loro sfide con se stessi e con i propri simili.

Il **Ciclista Lento** viene deriso, consigliato, doppiato, snobbato, confortato, sopportato, soprattutto aspettato. Non chiede altro che essere lasciato indietro, a godersi la pedalata più che il traguardo, il panorama più del contachilometri. Per questo viene considerato, a torto, l'anello debole della catena che compone il traffico stradale. Un grosso errore di sottovalutazione: lento sì, debole no.

Il **Ciclista Lento** non è espressione di una moda, è semplicemente se stesso. Orgoglioso di andare piano. Orgoglioso di essere, a suo modo, un signor ciclista. Un signor **Ciclista Lento**!

Se anche tu sei un **Ciclista Lento**, allora non puoi mancare alla tua festa, al tuo raduno.

Dal **25 al 27 ottobre 2019**, a Ferrara,

ti promettiamo di trovare gente che ama andare piano come te.

Che insieme a te creerà una straordinaria comunità a pedali affratellata dalla lentezza:

***beati gli ultimi, che la vita sanno godèr!***

**- [www.ciclistalento.it](http://www.ciclistalento.it) -**

Su: [Facebook.com/ciclistalento](https://www.facebook.com/ciclistalento)