I PARADISI
di Cicloturismo

In bici risalendo il Tevere

Viaggio sui pedali dalla foce del "fiume di Roma" alla sorgente sul Monte Fumaiolo. Un'avventura in cinque tappe tra natura, cultura e sapori...

Servizio speciale di **Filippo Lorenzon**

MONTE FUMAIOLO - Risalire la Valle del Tevere dalla sua foce alla sua sorgente. Una sfida? Un viaggio? Una pazzia? Certamente un qualcosa di unico, coinvolgente, variegato ed emozionate. Natura, cultura, storia, sapori, città e "genti" diverse sorgono lungo tutti i 440 chilometri del fiume che ha fatto la fortuna di Roma.

Il viaggio parte dal punto più basso: gli zero metri della foce nei pressi di Ostia. Qui il grande corso forma una palude d'importanza strategica e vitale per uccelli, pesci, erbe, canneti e piccole piante. Dal vento che spira sul Mar Tirreno, perciò, saliamo in sella e, costeggiando più o meno vicino il fiume, pedaliamo verso Roma.

Il passaggio nella Capitale è tanto affascinate quanto caotico ed è questo l'unico spezzone dell'intero tragitto nel quale con la bici si ha qualche difficoltà in più. Però, volete mettere il fascino di pedalare all'ombra di monumenti come Castel Sant'Angelo, Ponte Milvio o il Gianicolo e di farlo dall'interno della "vena di Roma", ristretti dalle alte mura degli argini? Gli stessi che rendono la ciclabile cittadina un'isola di silenzio e tranquillità in mezzo al tran tran più sfrenato. Il verde comunque, anche dentro la città non manca e le fronde degli alberi scendono verso il pelo dell'acqua. Dopo la diga di Castel Giubileo s'inizia a viaggiare verso l'entroterra e il Nord della campagne romane, prima, e sabine poi.

Seguendo la via Tiberina si giunge all'oasi Tevere-Farfa, ai locali nota come Oasi di Nazzano. Assieme a quella di Alviano, che incontreremo un centinaio di chilometri più a monte, è una delle aree protette più importanti del Tevere. Si tratta di una zona paludosa, a bassa profondità, dove soprattutto gli uccelli migratori trovano un habitat perfetto per le soste e la riproduzione. Addirittura questa del Tevere Farfa oltre ad essere un'oasi riconosciuta dal Wwf, fa parte della Convenzione Internazionale delle Zone Umide poiché vi nidificò il rarissimo airone rosso. Nonostante Roma sia solo una ventina di chilometri più a valle, il paesaggio è già radicalmente cambiato. Intorno, tutto è più verde con le colline sabine a fare da sfondo.

Da qui però si entra anche in quella parte più arcigna del percorso. L'itinerario infatti, è ricco di saliscendi. Nazzano e Ponzano sono solo le prime di una serie di salitelle che conducono a Castiglione in Teverina, ultimo lembo laziale dopo aver fatto una prima escursione in Umbria. Dove? A Penna in Teverina, per visitare il famoso presepe cui da decenni tutti i paesani collaborano. La rappresentazione è una vera chicca di artigianato e tecnologia che impegna falegnami, elettricisti, sarti, pittori e musicisti (la colonna sonora è stata composta da Riccardo Cocciante che ama molto queste colline). Continuando a pedalare lungo il Tevere ora più vicino, ora meno a seconda delle strade, s'incontra la Riserva Naturale di Alviano, l'altra zona umida dopo quella di Tevere-Farfa, regno di uccelli acquatici e trampolieri. Il progetto ambientale di quest'area mira a mantenere gli equilibri naturali limitando al massimo l'attività antropica. Per esempio l'erba non si taglia e la pulizia di campi e boschi è assicurata dai cavalli. Cavalli seguiti passo passo dai "guardabuoi" come nei documentari sulle grandi mandrie africane. I guardabuoi sono quegli uccelli che approfittano della presenza dei cavalli per cibarsi delle mosche e degli insetti che attirano. Insomma si fanno comodo a vicenda secondo la perfezione della natura.

Scorpacciata furtiva di gelsi... Con tante campagne non è raro incontrare alberi da frutto

Ripartendo verso la sorgente del Fumaiolo gli amanti del gusto e del buon vino, in particolare, non possono fare a meno di un bicchiere presso l'azienda vinicola Trappolini. In questa terra a cavallo tra Umbria e Lazio nella zona dell'orvietano il vino è la maggiore attività agricola. L'accoglienza è famigliare, il gusto è profondo e il rosso è insuperabile. Ovviamente, senza esagerare perché c'è da pedalare e proprio qui ci sono le ultime "asperità" (qualche falsopiano) prima di Baschi e il Lago di Corbara.

Corbara, insieme al lago della Madonnuccia, è uno dei due bacini artificiali creati dalle dighe per le centrali idroelettriche. La strada che costeggia il bacino è piena di curve che ad ogni svolta regalano scorci diversi. Se nella prima parte la "costa" è bassa e ricoperta da vigneti e ginestre, la seconda è circondata da montagne verdissime che man mano si stringono quasi a formare una gola. Ed è proprio qui che si esce dal lago e ci si addentra nel cuore della regione verde per eccellenza: l'Umbria.

A sinistra, una pianta di gelsi presso Sant'Andrea in Flumine. Sopra, lo spettacolare passaggio sul Gianicolo con Roma che si estende sotto il colle dal quale tutti i giorni a mezzogiorno tuona il cannone.

Il fiume è il filo che unisce le perle: le perle della natura e della cultura. Qui in Umbria, sotto la bellissima Todi (deviazione per i più allenati e curiosi) ci sono entrambe le cose, così come a Deruta, città delle ceramiche, presso la quale hanno vissuto artisti

del calibro del Perugino e del Pinturicchio. Man mano che si risale il suo corso, il “biondo Tevere” si fa meno biondo e diventa sempre più verde. Perugia segna una vera svolta in tal senso.

Nell’area perugina c’è da visitare il Museo del Laterizio a Marsciano e il borgo di Deruta stessa, una piccola città-scrigno di storia millenaria. Nell’antica chiesa di Sant’Antonio, per esempio, si può ammirare un affresco del Perugino. L’opera, commissionata dai cittadini (ricchi) sopravvissuti, è un ringraziamento alla Madonna per averli salvati dalla terribile peste del 1456. Quel che ci cattura e che si lega col nostro itinerario è che nel dipinto appare il Tevere, il quale circonda le mura della città. In realtà il fiume non ha mai lambito Deruta, ma si è comunque voluto rappresentarlo in quanto bisognava ingraziarsi anche il grande corso d’acqua per eventuali alluvioni o forse perché l’acqua stessa è sempre stata segno di purezza e sacralità.

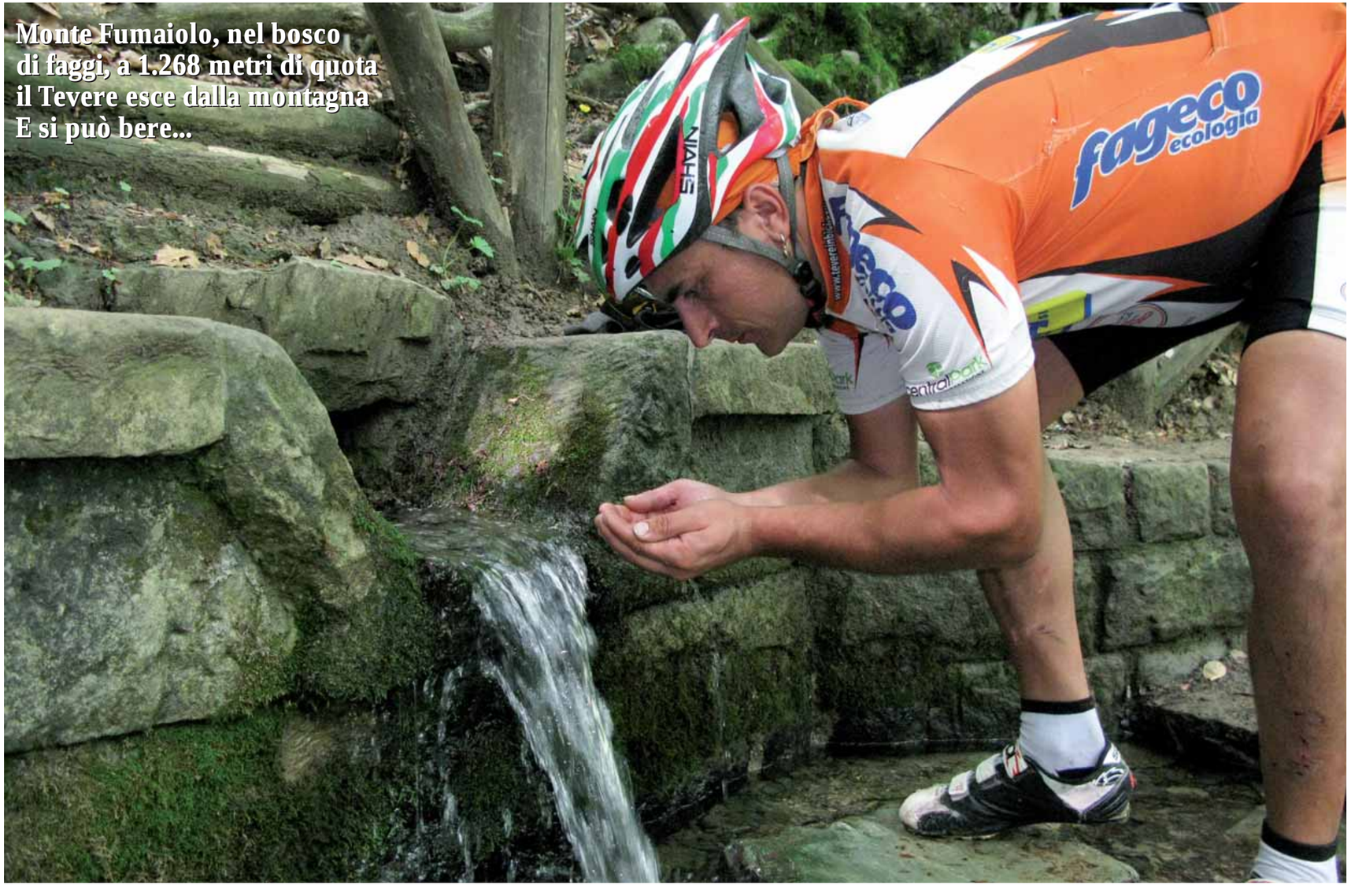
Lasciata la bellissima Badia di Montecorona si entra ad Umbertide, città di Pico della Mirandola, colui che col suo Manifesto aprì le porte dell'epoca rinascimentale. A destra, il punto preciso in cui l'acqua del Tevere vede la luce.

Dopo Perugia, che il fiume attraversa nei suoi borghi più bassi come Ponte San Giovanni, Ponte Felcino e Ponte Pattoli, la valle si allarga nuovamente. I borghi si fanno più piccoli sulle colline. Campi arati in basso, oliveti e vigneti sui dolci declivi disegnano questo splendido quadro in cui pedalare è un vero piacere. Piacere che si moltiplica da Ponte San Giovanni in poi, quando dal vecchio ponte ricostruito in legno dopo la seconda guerra mondiale, ci si può immettere nella pista ciclabile che lo costeggia a pochi centimetri dall’acqua. Tratti asfaltati, in terra battuta e di strada bianca accompagnano il fiume fino a Badia Sant’Andrea e quindi ad Umbertide e Città di Castello.

Il fiume è largo e sempre più verde. Il silenzio di questo “mondo” s’interrompe solo quando si esce dalla ciclabile e si entra in queste antiche cittadine. Con la giusta calma, anche per recuperare un po’, ognuno di essi offre una piazza o un borgo dove gustare un gelato, un caffè o una bibita fresca. Ricaricare le pile con questi vecchi palazzi signorili, il lastricato e il rituffarsi nella natura è un qualcosa di difficile da trasmettere: va pedalato in prima persona. Dopo Città di Castello, una delle tappe più importanti e significative è Sansepolcro. Qui si entra nelle terza regione (la Toscana) del nostro viaggio, la provincia è quella di Arezzo e la città medioevale sembra una piccola Firenze incastonata tra le colline che adesso cominciano a somigliare all’Appennino. Proprio qui nella città di Piero della Francesca, dopo aver percorso circa 400 chilometri da Ostia, si entra nella Alta Valle del Tevere e sempre qui ci sono le ultime grandi coltivazioni nella pianura creata dal fiume in millenni e millenni di attività. Solo Sansepolcro meriterebbe diversi giorni di visita. I suoi palazzi, le sue chiese e le sue biblioteche sono una testimonianza della cultura italiana, la stessa che ci distingue nel mondo. Noi per esempio, abbiamo avuto l’esclusiva fortuna di potere ammirare in notturna, il Museo della Vetrata Antica. In una chiesa sconsacrata del 1.200 sono esposte vetrate colorate di varie epoche e provenienze geografiche e un laboratorio. Da San Sepolcro per raggiungere la cima del Monte che dà vita a questo immenso bacino idrografico, mancano circa 50 chilometri. Piste ciclabili vere e proprie non ce ne sono più, ma le strade sono veramente poco trafficate. Sempre da qui, inizia però la parte più dura dell’intero tragitto. Dopo i saliscendi tra Lazio ed Umbria c’è da affrontare il dislivello (oltre mille metri) finale.

Panorama e fiume cambiano aspetto: le colline diventano montagne e il fiume assume sempre più l’aspetto di un torrente. Non c’è però da preoccuparsi, perché in realtà il dislivello vero e proprio lo si copre negli ultimi 15 chilometri. Basta sapere che se fino a qui il Tevere era stato “gentile”, adesso anche lui è in lotta con i monti e quindi non fa più complimenti: c’è da sudare un po’ per arrivare alla sua fonte.

Il Lago della Madonnuccia, regala delle spianate quanto mai gradite e panorami che adesso tornano, per qualche chilometro ad allargarsi. I boschi però dominano la scena e l’azzurro del lago che inghiottì all’inizio degli anni ’80 il paesino di Madonnuccia è un vero punto di riferimento per gli amanti del wind surf e della canoa. Seguendo la provinciale aretina Sp 77 si entra a Pieve Santo Stefano, l’ultimo della lunga serie di bor-



Monte Fumaiolo, nel bosco di faggi, a 1.268 metri di quota il Tevere esce dalla montagna E si può bere...

ghi incontrati. Pieve, nota anche come la "città del diario" fu rasa al suolo dopo la guerra. Con dignità ha saputo risollevarsi dalle sue stesse macerie e non a caso è stata scelta questa località per la sede dell'Archivio del Diario. Qui passava la Linea Gotica, ultimo confine tra i tedeschi in ritirata e le forze alleate e soprattutto partigiane, e qui si è voluta stanziare la sede della raccolta nazionale del diario: memorie della gente, dei cittadini, del popolo. Scritti che vengono dal basso, che raccontano delle storie di ognuno e che, come dice la sua custode, "non dicono bugie, ma solo la verità". Gli oltre seimila scritti provengono da ogni angolo d'Italia ed ognuno cela emozioni profonde. Se passate da queste parti una sosta va fatta senza dubbio.

Adesso non resta che arrampicarsi verso il Fumaiolo. Per farlo si deve entrare in Emilia Romagna e più precisamente nella provincia di Forlì-Cesena. Anche questa è notizia particolare. Storicamente questo territorio ricadeva nella Toscana, ma Mussolini nel 1927, fece modificare i confini proprio per far sì che la sorgente del Tevere ("fiume sacro di Roma") venisse a ricadere nella sua provincia di nascita. Dal verde delle faggete, che come vedremo riservano indirettamente una delle probabili origini del nome Fumaiolo, spuntano i primi calanchi grigi, quasi lunari che sempre con la strada in salita conducono a Balze. La cosa che più dà all'occhio è la rupe che sovrasta questo centro (il più alto della Romagna). Una leggenda racconta che due bambine, una sordomuta e l'altra ceca ebbero un'apparizione della Madonna, proprio mentre erano in cima a quella rupe. Le due bimbe guarirono e da quel giorno per alcuni secoli Balze divenne un luogo di culto.

Manca poco. Una secca svolta a sinistra c'introduce nel segmento finale. Dopo giorni e giorni di viaggio siamo alla resa dei conti. Una strada ripida, con curve strette e una faggeta fittissima sono una specie di catarsi verso il Fumaiolo. Già, ma perché questo nome? C'è chi dice derivi da fiume (fiumaiolo) e col tempo chissà attraverso quale percorso linguistico, si sia persa la "i". E chi, più probabilmente, sostiene che la grande quantità di faggi su questo monte fece sorgere delle carbonaie e quindi dalla sua cima si potevano vedere continuamente dei pennacchi di fumo salire verso l'alto: da qui Fumaiolo. Ci dobbiamo invece abbassare noi, e scendere di sella se non si possiede una Mtb, per raggiungere la tanta agognata fonte. Tramite un percorso di circa 500 metri, infatti, immerso manco a dirlo tra i faggi, si raggiunge il punto esatto dove l'acqua del Tevere sgorga dalla montagna.

Un'acqua pura, che forse nemmeno immagina di diventare tanto grande e tanto importante. Come suggellare l'avventura? Ma con una bella, sana e meritata sorsata d'acqua.

Filippo Lorenzon

La foce di Ostia: da qui è partito il nostro viaggio verso la sorgente...

A sinistra, ecco l'acqua tiberina arrivare in una delle paludi presso la costa tirrena dopo 440 chilometri ed aver superato boschi, dighe, oasi, città e campagne. Nel tondo, lo spettacolo del tramonto tra le fronde vicine all'estuario.

Se voi ci volete andare...

Volete ripetere l'esperienza dei nostri giornalisti e dei nostri fotografi? E' semplicissimo. Basta ordinare a Cicloturismo ufficio abbonamenti, la copia arretrata (9 euro) sulla quale è comparso il servizio che vi interessa per organizzare la vostra avventura. CICLOTURISMO, via Capogrossi 50 00155 Roma. Fax 06-2285915 - Tel. 06-2286068

1999

Gen - MADAGASCAR
Viaggio nell'Isola degli uomini scalzi
Feb - SARDEGNA
Viaggio tra fenicotteri rosa e miniere di ferro dell'800
Mar - AMIATA
Viaggio nella terra dei lupi e dei funghi
Apr - DANUBIO
Viaggio lungo il Danubio. La pista più amata d'Europa
Mag - NEUCHATEL
Viaggio nella patria degli orologi svizzeri
Giu - MUGELLO
Viaggio nel regno dei Medici, sull'Appennino
Lug - PARCO VELINO
Viaggio in Abruzzo fra santi, pastori e orsi...
Ago - CORNOVAGLIA
Viaggio nel verde con lontra, bussola e "pasty"
Set - CARNIA
Viaggio nell'antico. S'inizia dal piatto di "cjarson"
Ott - CROAZIA
Viaggio nell'altro Adriatico. A caccia del tesoro
Dic - SCOZIA
Viaggio in lande selvagge. Fra clan, druidi e pietre

2000

Gen - FERRARA
Viaggio dei Romei. Prima tappa nella terra delle bici
Feb - RAVENNA
Viaggio dei Romei. Seconda tappa nella città del "matt"
Mar - FORLI'-CESENA
Viaggio dei Romei. Terza tappa dal mare ai monti
Apr - RIMINI
Viaggio dei Romei. Ultima tappa con i Malatesta
Mag - NORVEGIA
Viaggio verso il Polo Nord. Sotto il sole perenne
Giu - VAL D'AOSTA
Viaggio tra castelli, fontina e stambecchi
Lug - IL TORINESE
Viaggio fra cultura e natura intorno alla metropoli
Ago - ALTA REZIA
Viaggio sui tornanti dei Campioni
Set - CANARIE
Viaggio in una delle 7 isole che guardano l'Africa
Ott - VIA FRANCIGENA
Viaggio sui passi di papi e pellegrini diretti a Roma
Nov - RIVIERA ADRIATICA
Viaggio nelle quattro province affacciate sul mare
Dic - CREMA
Viaggio tra cascine, canali e mulini, nella campagna

2001

Gen - CASENTINO
Viaggio nei segreti di boschi ed eremi
Feb - ISLANDA
Viaggio tra vichinghi deserti di lava e ghiaccio
Mar - CORSICA
Viaggio sull'isola dei ciclisti. Foreste e mare strepitoso
Apr - GERMANIA
Viaggio lungo il Danubio alla ricerca delle sorgenti
Mag - SCOZIA
Viaggio tra le isole Ebridi da un traghetto all'altro
Giu - VALLE STURA
Viaggio nel verde dei colli mitici e della lingua d'Oc
Lug - IRLANDA
Viaggio sull'isola col popolo più "latino" del Nord
Ago - TRASIMENO
Viaggio tra sponde e colli nel cuore dell'Umbria
Set - ALTO MUGELLO
Viaggio nei luoghi di Nencini. Salite mai aspre
Ott - LOFOTEN
Viaggio tra le isole al largo della costa norvegese
Nov - PORTOGALLO
Viaggio alla fine del Vecchio Mondo, seguendo i marinai
Dic - VAL VENOSTA
Viaggio lungo l'Adige in una valle a misura di bici

2002

Gen - COSTARICA
Viaggio tra colline di caffè e foreste tropicali
Feb - ALSAZIA
Viaggio sulla Strada dei vini in un angolo di Francia
Mar - BASILICATA
Viaggio nel silenzio su strade storiche
Apr - FERRARA
Viaggio nella capitale delle bici e nel parco del Delta
Mag - AUSTRIA
Viaggio in Rosental, nella Carinzia, lungo la Drava
Giu - SIBILLINI
Viaggio nelle Marche tra gole e cime oltre i 2.000
Lug - COMELICO
Viaggio sulle montagne di frontiera del Veneto
Ago -TIRRENO-ADRIATICO
Viaggio dalla costa toscana alla costa romagnola
Set - ENGADINA
Viaggio nei Grigioni su ghiacciai e cime mitiche
Ott - SVEZIA
Viaggio sulla Tivedsrundan Tramonti di fuoco e foreste
Nov - RIVIERA DEI FIORI
Viaggio in Liguria nella riviera di Ponente
Dic - LIVENZA
Viaggio nei racconti del fiume, dal Friuli al Veneto

2003

Gen - MOLDAVA
Viaggio sui saliscendi del fiume fino ai ponti di Praga
Feb - SUDAFRICA
Viaggio nelle riserve degli Zulu, tra leoni ed elefanti
Mar - FRANCIACORTA
Viaggio tra le vigne e il lungolago d'Iseo
Apr - CASTROCARO
Viaggio sulla strada dei vini e dei sapori
Mag - MONTI LEPINI
Viaggio tra gli ulivi e le abbazie del basso Lazio
Giu - LIENZ
Viaggio lungo la Drava il fiume verde
Lug - VAL D'OSSOLA
Viaggio tra il Lago Maggiore e la Cascata del Toce
Ago - LA VIA DEL NORD
Viaggio in Norvegia nella Terra dei Vichinghi
Set - LANGHE
Viaggio nelle Langhe nel cuore del Piemonte
Ott - AUSTRALIA
Viaggio da sud a nord fra canguri e serpenti
Nov - NORMANDIA
Viaggio nella Francia del Nord tra magiche scogliere
Dic - BRETAGNA
Viaggio ai confini del mare per borghi e fari

2004

Gen - LOIRA
Viaggio tra i castelli nella Valle della Loira
Feb - CUNEO
Viaggio nel paese che profuma di cime alpestri
Mar - VERONA
Viaggio nella città scaligera tra vini e circuiti iridati
Apr - OLANDA
Viaggio nel regno delle bici dell'acqua e del vento
Mag - AMIATA
Viaggio sulle pendici del "vulcano" della Toscana
Giu-PISA E LE SUE TERRE
Viaggio sulle rotte della Repubblica marinara
Lug - ALTA VAL DI SUSA
Viaggio sulle montagne storiche di Giro e Tour
Ago - BELGIO
Viaggio tra i mulini a vento ed il pavè delle Fiandre
Set - STATI UNITI
Viaggio nella natura del Parco di Yellowstone
Ott - SPAGNA
Viaggio a Barcellona sulle carreteras della Catalogna
Nov - GERMANIA
Viaggio in Baviera sulle tracce del principe Ludwig
Dic - GIORDANIA
Viaggio fantastico sino ai confini della guerra

2005

Gen - GAVIA
Viaggio nel silenzio e nella fatica di una cima da sogno
Feb - PROVENZA
Viaggio dalla Camargue alle rive del Rodano
Mar - ANCONA
Viaggio ad Ancona tra il mare e la montagna
Apr - LAGO DI GARDA
Viaggio intorno al Benaco lungo la Riviera degli Ulivi
Mag - DOLOMITI
Viaggio tra le "stellari" vette dei Monti Pallidi
Giu - METAURO
Viaggio da Fano al Monte Catria
Giu - ALTO ADIGE
Viaggio sulle ciclabili più belle d'Italia
Lug - MONTI SIBILLINI
Viaggio tra colli morbide rampe e paesini antichi
Lug - ALPI DI CUNEO
Viaggio da una valle verde fino al colle Fauniera
Ago - MONTECATINI
Viaggio in Toscana tra terme e belle salite
Set - CINQUE TERRE
Viaggio in Liguria, sospesi tra mare e cielo
Ott - SANTIAGO
Viaggio in Spagna sulla strada dei pellegrini
Nov - MANTOVA
Viaggio nella terra di Guerra, tra Mincio e Po
Dic - NORVEGIA
Viaggio al Nord tra i fiordi e le isole Lofoten

2006

Gen - CANADA
Viaggio sulle orme dei cercatori d'oro
Feb - CORSICA
Viaggio sull'isola che ha dato i natali a Napoleone
Mar - JURA
Viaggio magico tra Svizzera e Francia
Apr - ADELAIDE
Viaggio tra canguri e koala nell'Australia del Sud
Mag - DOLOMITI
Viaggio tra le affascinanti montagne bellunesi
Giu - ABRUZZO
Viaggio in una terra dove la natura domina
Giu - SVIZZERA
Viaggio nel Ticino, dalle palme alle stelle alpine
Lug - FIUME ISONZO
Viaggio lungo le sponde della Grande Guerra
Ago - AUSTRIA
Viaggio nel verde Tirolo da Soelden al Rombo
Set - PROVENZA
Viaggio tra castelli e stradine fino al Ventoux
Ott - SAN DANIELE
Viaggio in bici sulle strade del prosciutto...
Nov - BORNEO
Viaggio nella giungla di un'isola da sogno
Dic - GUADALUPA
Viaggio nei colori delle Piccole Antille

2007

Gen - IRLANDA
Viaggio a Dublino tra pub e itinerari nel verde
Mar - FAENZA
Viaggio tra le colline del Passatore
Mar - TREVISO
Viaggio nel verde del parco delle Bandie
Apr - CESENATICO
Viaggio tra il Porto Canale e le colline
Mag - LIENZ
Viaggio tra le salite e i castelli del Tirolo
Giu - BIELLA
Viaggio tra le meraviglie del Piemonte
Giu - MUGELLO
Viaggio tra le colline dell'Appennino
Lug - DANIMARCA
Viaggio tra villaggi e vie di Copenaghen
Ago - CIPRO
Viaggio sulle strade del sole e di Venere
Set - CARPI
Viaggio favoloso nella capitale delle bici
Ott - VAL D'AOSTA
Viaggio tra i castelli e le cime di Napoleone
Dic - BRETAGNA
Corsari in bici al vento della Francia

2008

Gen - LIGURIA
Tra i borghi e le colline di Beigua
Feb - PIEMONTE
Bici e vino tra le Langhe e il Roero
Mar - TRENTINO
Alla conquista delle salite del Giro
Apr - VARESE
Nel "giardino dei ciclisti" tra ville, laghi e boschi
Apr - LANDECK
Tirol West, fatiche, cime e... grappa
Giu - BONDONE
La salita di Trento e i profumi delle vigne
Lug - MONTI AUSONI
Da Sperlonga fino ai colli del Frusinate
Ago - ISOLE CANARIE
Strade del sole e profumi d'Africa
Set - CUBA
A casa del Che, movida e strade battute dal vento
Ott - DUBAI
Negli Emirati Arabi in bici tra dune e cammelli
Nov - SUDAFRICA
Avventura in bici nella terra dei leoni
Dic - CORNOVAGLIA
Nel Sud dell'Inghilterra tra i castelli di Re Artù

2009

Gen - LOMBARDIA
Viaggio sulle ciclabili da Milano a Lecco
Feb - CALIFORNIA
Viaggio da San Diego a San Francisco
Mar - S. DOMINGO
Viaggio in bici sull'isola dei Pirati
Apr - LIENZ
Viaggio in Austria sulle strade del Giro
Mag - TICINO
Laghi, fortezze e... iride
Giu - UMBRIA
Viaggio sui pedali nel cuore d'Italia
Set - SPERLONGA
In bici sui Monti Ausoni e la Riviera di Ulisse
Ott - VAL DI VARA
In Liguria tra i vigneti i saliscendi e il mare
Nov - BRASILE
In bici sulle spiaggie di Copacabana...
Dic - CAPO NORD
Sui pedali ai confini del mondo. Che avventura...

2010

Gen - BARBADOS
Alla scoperta dell'isola delle Piccole Antille
Feb - NEW YORK
Nella Grande Mela da Manhattan a Central Park
Mar - LOFOTEN
In bici nella terra dei Fiordi
Apr - LAGO D'ORTA
In bici tra le bellezze del Cusio
Mag - TERRACINA
Mito e bici sulle strade di Terracina
Ago - PATTI
Un'arancia sul "terrazzo" di Patti
Set - AMSTERDAM
A zonzo nel paese del vento e delle bici
Ott - VAL ARZINO
Spilimbergo nelle valli dei mosaici

2011

Gen - CALIFORNIA
Sui pedali per ammirare il Pacifico
Mar - VARMO
A spasso tra le ville nobiliari del Friuli
Apr - FLORIDA
Pedalando sui ponti verso Key West
Mag - SIRIA
A spasso tra le dune della Siria

E il prossimo mese...

Andiamo a... San Diego!

Strada facile fino a Sansepolcro Poi... salita cattiva

Ideatori della risalita del Tevere sono stati i ragazzi di una Onlus di Latina, appunto la Tevereinbici, che su iniziativa del suo presidente Andrea Onida hanno intrapreso questo viaggio. In realtà lo stesso Onida aveva fatto anni prima, un'"edizione zero" di questa avventura spinto da motivi personali e affettivi verso questi territori. La cosa piacque moltissimo e stuzzicò la passione di molti suoi amici e compagni di uscite. Informandosi, cercando, tracciando itinerari, contattando enti locali e turistici, col tempo ha archiviato cinque edizione della risalita del Tevere.

Lo spirito, come è giusto che sia per un'iniziativa del genere, è pienamente cicloturistico. A cominciare dalla bici che non deve essere necessariamente una superleggera, anzi... Meglio invece una ibrida con gomme tacchettate o una Mtb front, visto che molte delle strade che costeggiano il Tevere sono bianche. E poi serve comodità, se non i supporti per il trasoporto del bagaglio. In tal senso la Tevereinbici offre un'assistenza che contempla trasporto bagagli e in parte meccanica-sanitaria. In più, si stanno studiando soluzioni alternative: c'è chi propone di farla in tenda e chi, appunto, in completa autonomia.

Quel che più conta è che di anno in anno Andrea Onida e i suoi collaboratori cercano di variare le soste e le località da visitare senza però stravolgere in alcun modo il percorso originario: il Tevere e la sua valle devono restare centrali.

Col tempo si è creato un vero gruppo di amici che ogni fine maggio si dà appuntamento per questo evento. Alla fine del viaggio è difficile lasciarsi senza avere un po' di magone in gola. Chilometri, fatica, bellezze naturalistiche, culturali e cene goliardiche, uniscono in maniera inaspettata.

Sopra, brindisi al rifugio Biancaneve in cima al Fumaiolo e sotto, foto di gruppo ad Ostia prima della partenza.

DALLA FOCE ALLA SORGENTE

La nostra pedalata da Ostia al Fumaiolo in cinque tappe. Le più dure? La seconda e l'ultima.

- Dislivello totale: 2.200 metri (circa)
- Lunghezza totale: 444 chilometri
- Distanza media di tappa: 89 chilometri

Dalla provincia di Forlì solo salita. A sinistra, l'intero percorso Ostia-Fumaiolo.

LE TAPPE DELLA TEVEREINBICI

Lunghezza: 444 chilometri
Difficoltà: media

Ecco nel dettaglio come si sono distrbuite le tappe della Tevereinbici.

***- Prima tappa**, Ostia - Nazzano (Rm - Oasi Tevere-Farfa): 104 chilometri, pianeggiante.*

***- Seconda tappa**, Nazzano (Rm) - Castiglione in Teverina (Vt): 99 chilometri, ondulata.*

***- Terza tappa**, Castiglione in Teverina (Vt) - Deruta (Pg): 87 chilometri, pianeggiante.*

***- Quarta tappa**, Deruta (Pg) - Sansepolcro (Ar): 97 chilometri, pianeggiante.*

***- Quinta tappa**, Sansepolcro (Ar) - Monte Fumaiolo (FC): 57 chilometri, di salita.*

ALTRI ITINERARI

Lunghezza: variabile
Difficoltà: variabile

Con uno spazio così ampio come l'intero percorso del Tevere le alternative possono essere tantissime. A seconda di dove ci si trova si può pedalare su percorsi pianeggianti e di alta montagna.

Nei dintorni di Ostia, ci sono la Pineta di Castel Fusano e la costa del Tirreno. Nei pressi di Nazzano si può partire alla volta delle colline nel cuore della Sabina e quindi verso l'Abbazia di Farfa. In Umbria ovunque si decida di mettere le ruote si va bene, vista la bellezza di quei luoghi. Infine, da Sansepolcro ci si può sfogare con percorsi di alta montagna come il Fumaiolo stesso, il Carpegna, il Valico di Viamaggio...

MINIGUIDA
trovare il meglio

Vini e porchetta lungo il fiume del Rinascimento

Ed ora, ecco qualche consiglio utile per organizzare e gestire la propria avventura a pedali.

QUANDO ANDARE

Metà primavera e fine estate sono i periodi migliori

Il periodo migliore è proprio quando si organizza la Tevereinbici e cioè a cavallo tra maggio e giugno. Prima di tutto si comprende il 2 giugno (festa della Repubblica) e quindi si deve prendere un giorno di ferie in meno, e poi il clima è buono non fa troppo caldo e, nella parte finale (un breve tratto della deviazione della E45), è ancora scarso di traffico. In alternativa, la metà di settembre può andare bene. Se amate il caldo allora ogni giorno d'estate è okay per mettersi in marcia.

Sopra, la Riserva Umida di Alviano ammirata dall'interno di una torretta d'avvistamento.

COSA COMPRARE

Le colorate ceramiche di Deruta regnano sovrane

L'artigianato lungo tutta la valle del Tevere non manca e si differenza molto, ma le ceramiche di Deruta sono forse il manufatto più significativo. Anche sul Fumaiolo si possono comperare oggetti in legno: ovviamente in faggio.

COSA MANGIARE

I vini dell'Alto Lazio e la porchetta del perugino

In 440 chilometri la cucina italiana offre mille gusti. Dal pesce di Ostia, alla carbonara o l'amatriciana nella zona romana, ai vini dell'Alto Lazio e dell'Orvietano. Dalla porchetta del grande troncone umbro (rigorosamente condita col finocchio selvatico), fino ai formaggi dell'Appennino. Quindi ravioli e gnocchi al tartufo e condimenti di funghi nella seconda metà del viaggio.

COSA VEDERE

Affreschi e borghi a go-go, ma non perdete la Città del Diario

L'attraversamento di Roma parla da sé. Rimanendo in tema Tevere, Ponte Milvio e i quartieri che vi si affacciano (tipo Trastevere), meritano uno sguardo.

In teoria, lungo tutto il tracciato ci sarebbero migliaia di cose da vedere. Ogni borgo ha la sua peculiarità che lo distingue, chiesa, abbazia, centro storico, museo… Noi consigliamo le oasi del Wwf (Tevere-Farfa e Alviano), l'archivio del Diario, Sansepolcro, il Castello delle 365 finestre a Giove (Tr), le abbazie di Sant'Andrea in Flumine a Nazzano e quella di Madonna dei Bagni poco prima di Deruta.

Invece, se amate la vita mondana, i locali di Perugia allora fanno per voi. Non dimenticate, inoltre, che d'estate feste paesane e sagre spuntano come funghi specialmente in Umbria.

Deruta è conosciuta nel mondo per le sue ceramiche apprezzate soprattutto dagli statunitensi. Sopra la porchetta: apprezzata da tutti!

COSA PORTARE

Assistenza sempre presente: si può anche viaggiare leggeri

Per andare lontano, servono almeno un paio di borracce, due camere d'aria e un copertone. Per il resto si può viaggiare leggeri visto che negozi di bici proprio non mancano in queste zone, specialmente a partire da Orte in su. Proprio qui, per esempio, c'è 2L Bike (www.2lbike.it; tel. 0761/403059), mentre qualche chilometro più a Nord c'è Saccarelli a Marsciano (tel. 075/8743421).

Quindi più che un allestimento tecnico non dovrebbe mancare una buona guida sulle bellezze artistiche del periodo rinascimentale: se ne incontrano molte strada facendo.

DOVE DORMIRE

Ostelli, agriturismo e rifugi se si vuol risparmiare

Sono gli agriturismo il piatto forte di questo tragitto (sono nati proprio tra Umbria e Toscana) e si trovano facilmente, così come i Bed&Breakfast (pernottamento e prima colazione).

In alternativa, presso quasi tutti i centri visitati (Sansepolcro, Pieve Santo Stefano, Città di Castello…) ci sono ostelli, foresterie o strutture ecclesistiche presso cui pernottare a costi veramente bassi (partono da 19 euro in su). Sempre in tema di alloggio: ecco qualche sito utile per indirizzarsi: www.umbria-turismo.it; www.regioneumbria.eu; www.apt.arezzo.it e www.fumaiolotourismo.it e, ovviamente, www.tevereinbici.it. Noi, per esempio, abbiamo soggiornato presso la casa-rifugio dell'Oasi Tevere-Farfa (tel. 0765/331757), l'Ostello di Sermugnano (tel. 347/9314577; www.muovimente.it) a Castiglione in Teverina, l'agriturismo L'Alveare (info@alvearea griturismo.it) a Deruta, la Foresteria Santa Maria dei Servi (www.santamariadeiservi.it) a Sansepolcro e presso il Rifugio Biancaneve (tel. 0543/906659) in cima al Fumaiolo.

A sinistra, i pregiati vini Trappolini. Sopra, invece un particolare del presepe di Penna in Teverina (Tr).