

Cos'è il club

### **Bimbibici®**,

È un club promosso da Fiab attraverso la manifestazione Bimbibici®, che unisce tutti i bambini che desiderano approfondire i temi della bicicletta e della moderazione del traffico, per una città più vivibile e una migliore qualità della vita.

La Fiab ha deciso di lanciare il progetto **Club Bimbibici®**, per:

- ✓ mantenere vivo nel corso dell'anno lo spirito di Bimbibici nei bambini che partecipano all'iniziativa.
- ✓ permettere loro di essere sensibilizzati sui temi della bicicletta, della scuola e della moderazione del traffico;
- ✓ informare e coinvolgere i bimbi su iniziative specifiche, come progetti di solidarietà ed eventuali concorsi creativi,

### **BICinFAMIGLIA**

Brevi escursioni in bicicletta per bambini con i loro genitori, domeniche diverse, all'aria aperta, di sano movimento, di scoperta del territorio, in un clima di festosa amicizia per grandi e piccini.

In tutte le escursioni, alla pedalata seguiranno momenti di riposo e di giochi per permettere ai bambini di rilassarsi e divertirsi. Si auspica che attraverso queste escursioni si diffonda in un numero crescente di persone, la consapevolezza che la bicicletta è una valida alternativa all'auto nel tempo libero, un'alternativa economica, salutare e divertente.

### *Quali distanze possono percorrere i bambini senza affaticarsi troppo*

E' sorprendente verificare la resistenza dei bambini, che pure dopo molti chilometri, approfittano per giocare, mentre gli adulti riposano.

La distanza che potranno percorrere è quindi un fatto molto soggettivo, che dipende dalla costituzione del bambino, dalla frequenza con la quale usa la bici e soprattutto dalla motivazione a pedalare che può essere molto stimolata dalla presenza di altri coetanei.

Nelle escursioni con bambini (7 – 11 anni) gli itinerari non devono essere superiori a 20/30 km ed occorre considerare, nei tempi di percorrenza, anche soste occasionali.

### **La Sicurezza**

Diamo per scontato che tutti i bambini debbano indossare il **casco protettivo**, le escursioni si svolgono lungo itinerari pianeggianti, su piste ciclabili o lungo strade secondarie a scarso traffico.

I bambini devono procedere in **fila indiana**, il Codice della strada prevede la possibilità che il **genitore affianchi il bambino**, il gruppo numeroso diventa "padrone" della strada e modera il traffico.

I genitori ed anche i bambini è bene indossino un **giubbotto o una pettorina colorata**; per favorire la sicurezza; si organizza un servizio d'ordine negli attraversamenti.

I percorsi sono tutti su piste ciclabili o su strade a bassissima intensità di traffico; il gruppo numeroso fa "massa critica" diventa padrone della strada.

### **La Bicicletta**

La bicicletta, sia dei bambini che dei genitori deve essere in buon stato, con gomme gonfie e freni efficienti; è consigliabile una camera d'aria di ricambio.



## **CICLOESCURSIONI 2019**

**Tuttinbici - Associazione FIAB di Reggio Emilia ha sede al Centro Sociale Orologio in Via Jules Emile Massenet, 19**

**Telefono: 328 185 0980**

**email: info@tuttinbici.info**

**Sul sito web dell'associazione potete trovare i dettagli delle gite, gli orari di partenza e di ritorno, gli indirizzi di posta elettronica degli organizzatori e tutte le altre informazioni utili.**

**[www.tuttinbici.org](http://www.tuttinbici.org)**

## Domenica 7 aprile

Gita "treno+bici" ai parchi di Parma



Obiettivi e contesto:

La combinazione bici+treno è molto interessante per i cicloviatori che vogliono affrancarsi completamente dall'auto per effettuare escursioni; questa gita ha lo scopo di prendere confidenza con questa modalità di trasporto insieme ai bambini, partendo dal tragitto più semplice.

Non penso che la città ducale abbia bisogno di presentazioni, ma forse non tutti i reggiani l'avranno girata con il mezzo più indicato, la bicicletta.

Una volta a Parma, proveremo ad usare le piste ciclabili della città per visitare il Parco Ducale, dove sarà anche bello fermarci su un prato per il pranzo al sacco.

La pedalata continuerà nel pomeriggio in centro storico, con visita a piazza duomo e pausa gelato, prima di tornare in stazione a riprendere il treno.

### **Programma**

Partenza ore 9,30 da Stazione FFSS di Reggio Emilia

Iscrizione da effettuarsi entro e non oltre il 3 aprile.

Quota di partecipazione

0,00 euro soci di TUTTINBICI + costo biglietti treno

2,00 euro per i non soci di TUTTINBICI+ costo biglietti treno comprensiva di assicurazione RCT

Esclusi i biglietti del treno (da acquistare in comitiva per gli iscritti entro il 3 aprile)

Percorso pianeggiante di Km. 10

Rientro ore 18,00 ca

Organizza: Lorenzo F. (349.6336110) e Paolo Z. (335.607 6672)

## Domenica 5 maggio

Laboratorio di Permacoltura presso l'orto del ristorante "Ca Matilde" a Rubbianino di Quattro Castella.



Obiettivi e contesto:

E' il momento dell'anno in cui la natura sviluppa la massima forza creatrice, e sarà quindi interessante ammirare da vicino lo sbocciare rigoglioso di piante e fiori, imparando qualcosa sulla Permacoltura.

Presso l'orto del Ristorante "Ca Matilde" ci aspetterà infatti Marco, con alcuni laboratori con i quali sperimentare un orto progettato con la Permacoltura.

La Permacoltura è un metodo per progettare e gestire paesaggi antropizzati in modo che siano in grado di soddisfare bisogni della popolazione quali cibo, fibre ed energia e al contempo presentino la resilienza, ricchezza e stabilità di ecosistemi naturali, e Marco ha impostato secondo questi principi i 1000 mq di orto che forniscono le verdure al Ristorante adiacente.

Dopo la visita all'orto con i laboratori per bambini è previsto un pranzo al sacco prima di rientrare in città sempre attraverso strade poco trafficate.

### **Programma**

Partenza ore 9,30 dal Ponte San Pellegrino

Iscrizione da effettuarsi entro e non oltre il 3 maggio

Quota di partecipazione

0,00 euro soci di TUTTINBICI

2,00 euro per i non soci di TUTTINBICI

comprensiva di assicurazione RCT

Percorso pianeggiante di Km. 10+10

Rientro ore 17,00 ca

Organizza: Paolo (335.607 6672) e Lorenzo (349.63 36 110)

## Sabato e Domenica 15 e 16 Giugno

Parco di Roncolo con bici + tenda



Obiettivi e contesto:

Volendo diventare sempre più arditi nello sperimentare il muoversi in bicicletta, proponiamo una esperienza di trekking che ci porterà a piantare le tende al Parco di Roncolo, tra Montecavolo e Quattro Castella.

Inizieremo quindi a sperimentare un po' di salita e di bagaglio caricato sulla bici.

Ogni famiglia dovrà portarsi l'occorrente per dormire fuori una notte (tenda, sacchi a pelo, ...) e quindi le biciclette dovranno essere dotate di portapacchi robusti e cambio a più rapporti.

Il parco di Roncolo è un'area protetta dove è presente un bar trattoria al quale si può chiedere di organizzare la cena di sabato sera.

Dopo la colazione al sacco di domenica mattina verrà organizzata una caccia al tesoro per tutti i bambini presenti.

Al termine dell'escursione i partecipanti verranno "diplomati" Cicloesploratori di Tuttinbici.

### **Programma**

Partenza Sabato ore 15,00 dal Ponte di San Pellegrino

Iscrizione da effettuarsi entro e non oltre il 2 giugno.

Quota di partecipazione

0,00 euro soci di TUTTINBICI

2,00 euro per i non soci di TUTTINBICI

comprensiva di assicurazione RCT

Cena di Sabato, colazione e pranzo di domenica: al sacco o al bar

Percorso pianeggiante di Km. 16+16 ca

Rientro ore domenica ore 18,00

Organizza: Paolo Z. (335.607 6672)