

# Ruote in libertà

Le dolci ondulazioni del Formico si prestano particolarmente alla frequentazione dei bikers. Un tempo erano le mtb, oggi si parla di free ride, ma il risultato è lo stesso: sudore sulla fronte, la vertigine dei grandi orizzonti e il piacere della discesa

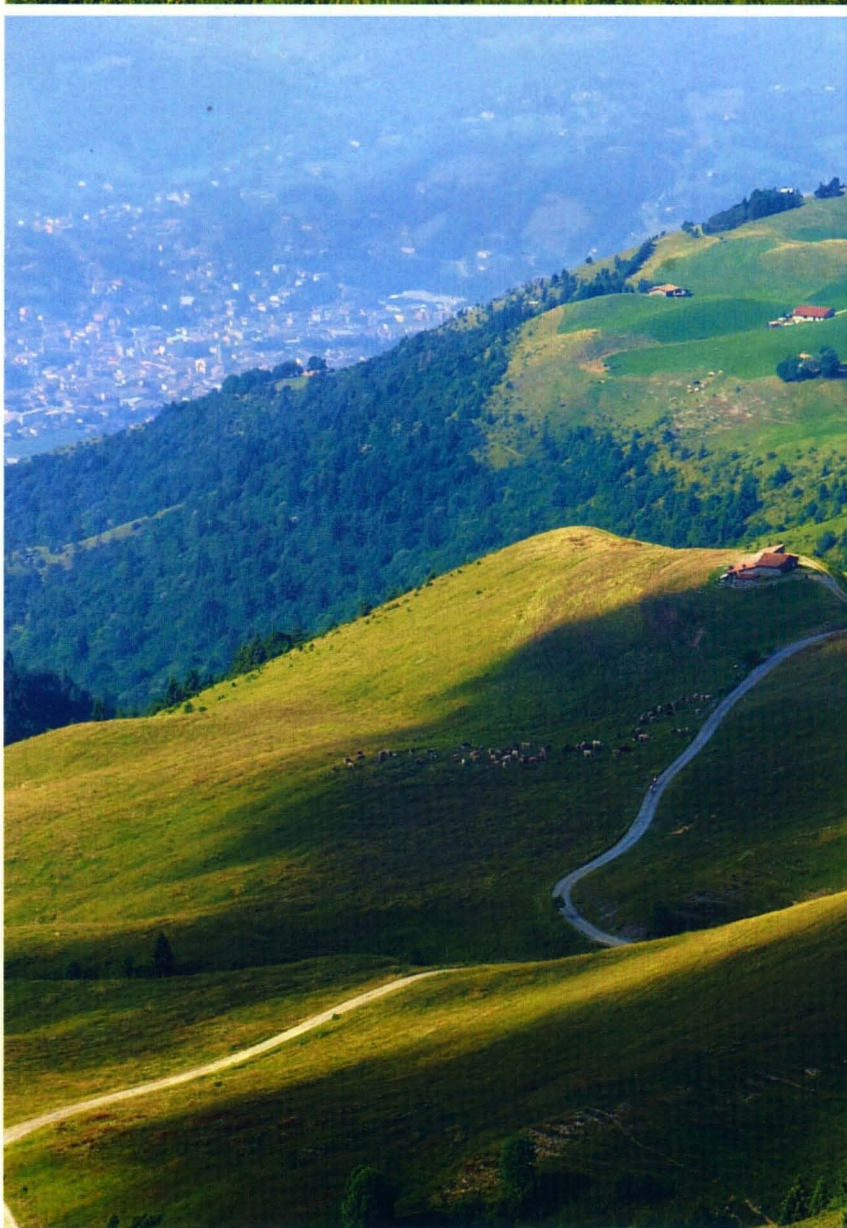
Testo **Maurizio Panseri**  
Fotografie di **Matteo Zanga**





**G**occe di sudore che imperlano la fronte, si staccano dalle sopracciglia con regolarità, precipitando nel vuoto, sino ad incontrare e bagnare l'acciaio della bicicletta. A volte delle gocce ribelli scivolano oltre, provocando un bruciore intenso agli occhi e un sapore salino sulle labbra. Il cuore batte forte e regolare e le gambe assecondano il movimento rotondo dei pedali, trasmettendo alle ruote tutta l'energia prodotta dai muscoli. I tasselli dei copertoni mordono rumorosi l'asfalto che lentamente scivola alle mie spalle mentre salgo. Respiro dopo respiro disperdo anidride carbonica e in cambio prelevo ossigeno dall'atmosfera. Lo sguardo si perde nella foschia adagiata sul fondo della valle, dove il fiume Serio serpeggia tra disordinate distese di tetti mentre le geometrie delle strade litigano con quelle dei capannoni. Ormai alto sopra la conca addormentata della Val Gandino, godo dei primi raggi di sole che iniziano a scaldare il nastro d'asfalto.

La strada, dopo una lunga diagonale, si fa sinuosa, sino a trovare riposo nei pascoli del monte Farno. In questa fresca mattina d'estate ognuno è chiuso nel suo silenzio, nella sua fatica, a volte gli sguardi si incrociano complici. Le rare macchine non danno fastidio e obbligano a metterci in fila. La puzza dei gas di scarico si perde veloce nell'aria e disordinati riprendiamo possesso dello spazio. Ammiro il crinale dell'Alben e le sue torri calcaree stagliarsi nel cielo azzurro. La fatica è sempre quella di quando pedalavo con la mia prima mountain bike, rigida e leggera, salendo verso il pizzo Formico. Immutato resta il piacere che provo e identica è la passione





## Dolci ondulazioni e sterrati terreno ideale per i free riders

Dalla vetta le dolci ondulazioni del Formico, un terreno ideale per i free riders. **In alto:** alcuni momenti della salita, di tanto in tanto capita di dover scendere e spingere la bici per superare tratti particolarmente ripidi; ne vale comunque la pena soprattutto in vista della divertentissima discesa. **Pagine precedenti:** durante l'escursione si può osservare anche lo splendido roccolo del Farno, vero e proprio monumento verde.



## Super ammortizzatori ed esperienza il segreto del successo

**Sopra e pagina a fronte:** le bici da free ride sono caratterizzate da ammortizzatori generosi che le rendono adatte a qualsiasi terreno. Se a questo si aggiunge un po' di tecnica ed esperienza, anche gli ostacoli apparentemente più impervi possono essere affrontati con successo.

per la bicicletta che ogni volta mi regala emozioni con sfumature inedite.

Eppure dicono che ora faccio «free-ride». Effettivamente la bici è cambiata, si è appesantita e ha due ammortizzatori dalle escursioni generose. Porto pure uno zainetto contenente non solo materiale utile per le riparazioni ma, soprattutto, nuovi ed indispensabili accessori: le protezioni per ginocchia e gomiti da indossare in discesa.

Un tempo, dopo avere affrontato lo strappo che sale a Prato Porta, guardavo la croce che, gigantesca, se ne stava piantata sulla vetta e non mi sfiorava l'idea di salire sino là in bicicletta. Mi pregustavo semplicemente il piacere che avrei provato nel percorrere il sentiero verso Campo d'Avène e il lungo sterrato sino alla malga Lunga e al monte Sparavera.

Oggi invece dietro la baita Montagnina, imbocchiamo il sentiero che sale verso la Forcella Larga, da dove ci si affaccia su Clusone. Ogni ostacolo che incontriamo è una sfida, un nuovo gioco da spe-

rimentare, che a turno proviamo a superare, cercando la traiettoria migliore che ci permetta di rimanere in sella. Nei pressi dei ruderi della capanna Ilaria, ci fermiamo per una sosta. Le biciclette riposano abbandonate a terra e noi ce ne stiamo seduti nell'erba, bevendo dalla borraccia che passa di mano in mano. Il sole scalda e asciuga il sudore delle nostre maglie inzuppate. Alla nostra sinistra, la Presolana chiude l'altopiano di Clusone come un bastione. I pascoli della Montagnina, dominati dal rifugio Parafulmine, si stendono a destra e si scorge in lontananza la mole isolata del Guglielmo.

Un gruppetto di mountain-bikers pedala a ritmi sostenuti lungo la sterrata che va al rifugio. Sembrano in gara. Gli amici mi ricordano che il giorno dopo ci sarà la competizione del circuito «Orobie Cup» e che probabilmente stanno provando il percorso. Iniziamo a discutere di quanto il nostro modo di andare in bicicletta sia lontano da quel mondo, eppure ci siamo passati tutti e ci siamo divertiti



## LO CHIAMANO FREE RIDE

Scaffali ordinati di luccicanti classificazioni ci attendono. Sistemare, ordinare, categorizzare. Cross country, enduro, all mountain, big hit, black diamond, down hill. L'idiozia massima si raggiunge poi con una pseudo etichetta che inflaziona e cataloga la libertà di vivere una disciplina: la chiamano free ride. Chi può essere così autorevole da definire dove inizia e dove finisce la libertà di interpretare uno sport? Amo la bicicletta sotto ogni suo aspetto e ho la passione di scovare in ogni angolo d'Italia feroci appassionati che abbiano i miei stessi sintomi; adoro farmi portare sui loro sentieri preferiti e passare la giornata assieme. Ogni personaggio e ogni gruppo matura la propria visione attraverso le capacità e il tipo di percorsi che frequenta. La bicicletta diventa un pennello e l'ambiente un'enorme tela bianca sulla quale disegnare linee, colori e sulla quale esprimere una visione della propria felicità a due ruote. Una riflessione che, come una boccata di aria fresca, attraversava le mie meningi venerdì sera al rientro, dopo aver visitato visionarie montagne e nuovi amici. Mi hanno portato nel loro mountainbiking, nella loro idea di questo sport, tra i loro boschi e nelle loro sensazioni. Loro sono davvero fuori da ogni classificazione del fare questo sport, perché la loro passione è sconfinata e indefinibile. Continuamente rinnovabile e perpetuamente entusiasmante. Neppure loro sanno dove inizia e dove finirà. E questo per me è eccezionale. Mi hanno regalato un tango tra i loro monti, una speciale suite con vista e un posto alla loro tavola che difficilmente dimenticherò. Sono rientrato stremato. Pervaso dalla loro idea di mountain bike. Loro non appartengono ad una categoria, io neanche e neppure voi. Ma tutti assieme siamo la bicicletta. (Tarantola tratto da orme.tv).



## ARTE E DUE RUOTE

## LE «CINQUE TERRE DELLA VAL GANDINO»

La Val Gandino era nota già nel Medioevo per l'industria tessile e la produzione dei «pannilani». I cinque Comuni della valle si sono riuniti nel distretto turistico e commerciale **Le Cinque Terre della Val Gandino**. Gandino vanta un borgo ricco di chiese e palazzi nobiliari, la monumentale **basilica barocca di Santa Maria Assunta**

e il vicino Museo di arte sacra, fra i primi al mondo per i paramenti sacri, i merletti, le sete e gli argenti che custodisce. In molti casi sono utilizzati ancora oggi per le ricorrenze liturgiche più solenni come il Triduo dei Morti, quando viene esposta la grande raggiera (seconda domenica di Quaresima), e la processione del Corpus Domini ([www.gandino.it](http://www.gandino.it)).

## DOVE MANGIARE

I ristoranti della Val Gandino propongono gustosi menù turistici. Al ristorante **Centrale** (piazza del Municipio, tel. 035.745496) si può gustare la «Spinata», una sorta di pizza, deliziosa con salame e formaggella. Al **rifugio Parafulmine** (tel. 329.9634386) trionfano casoncelli, polenta con formaggella fusa, arrostiti e stufati. Menù tipico anche all'**agriturismo Le Rondini** (tel. 035.745760) e buona cucina al **Baraonda di Cirano** (tel. 035.745583) da intenditori il carrello dei dolci, e al **Capriccio di Barzizza** (tel. 035.745170). A Peia alla **trattoria Scarni** (tel. 035.731710) si ordina «alla carta» su un menù d'altri tempi, che propone una trippa da buongustai.

## A MISURA DI BIKER

Numerosi sono i percorsi adatti per la mountain bike che salgono e scendono dai versanti del pizzo Formico. Itinerari adatti a tutti e in

## COME ARRIVARE



**In auto:** uscire dall'autostrada A4 Milano-Venezia al casello di Bergamo (oppure Seriate) e seguire per la Valle Seriana (direzione Alzano Lombardo, Albino, Clusone). Dopo circa 18 km, all'altezza di Gazzaniga, deviazione per la Val Gandino.

**In treno:** si raggiunge Bergamo e si prosegue con la tramvia sino ad Albino e successivamente con autobus.

grado di soddisfare ogni esigenza. L'approccio più semplice è quello di salire in auto sino al monte Farno (zona ex Colonia) e poi percorrere la sterrata che conduce al **rifugio Parafulmine**, ottimo punto d'appoggio per i bikers. Dal rifugio si gode di un bel colpo d'occhio su tutto il gruppo del **pizzo Formico** e relativi itinerari. Si può raggiungere



la vetta del Formico partendo addirittura da Casnigo ed evitando parte della lunga salita asfaltata (23,5 km) oppure affrontare, sempre da Casnigo, la cosiddetta **Maratona del Formico** in stile cross-country, inserendo la salita al Grumello e quella al monte Alto (43 km). Sempre da Casnigo, la **Traversata dei Pizzi**, dopo la dura salita che da Gandino porta al Farno, propone una lunga teoria di sterrati che percorrono l'intera corona dei crinali (34,7 km).

## PER SAPERNE DI PIÙ

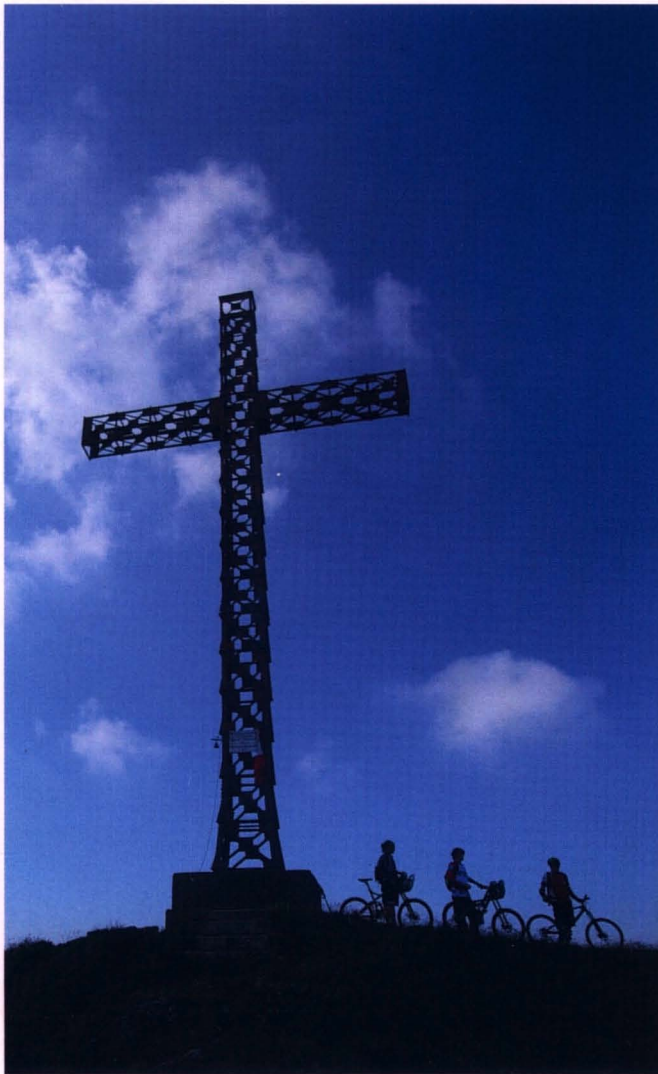
Gli itinerari proposti sono tratti dalla pubblicazione «Mountain bike tra Lecco e Bergamo. 87 itinerari e racconti tra il Lago di Como e le Orobie» di Maurizio Panseri, Marzia Fioroni, Claudio Locatelli, Enrico Fioroni (Edizioni Versante Sud).

TRADIZIONE E FOLKLORE  
EVENTI TUTTO L'ANNO

Il calendario della Val Gandino è ricco di appuntamenti legati alla tradizione. Tra i più originali c'è la Corsa delle uova a Gandino, il venerdì antevigilia della prima domenica di luglio, che si conclude con la **Notte bianca** e una gigantesca frittata. Non mancano un ricco carnet di concerti oppure iniziative come la camminata enogastronomica **Gustar Gandino**, la seconda domenica di luglio. A Leffe il 16 agosto festa grande per i **Copertini** in onore di San Rocco (suggestivo l'incanto vecchio stile di prodotti tessili), mentre in occasione della festa della Santissima Trinità di Casnigo a inizio settembre si tiene anche **Bere Bergamo** con degustazioni di prodotti tipici. A Peia, la terza di settembre, trionfa la Sagra del cinghiale, mentre Cazzano la prima di dicembre propone un caratteristico mercatino natalizio.

## NUMERI UTILI

- **Comune di Gandino**, tel. 035.745567; **Comune di Casnigo**, tel. 035.740001
- **Comune di Cazzano Sant'Andrea**, tel. 035.724033
- **Comune di Leffe**, tel. 035.7170700.
- **Comune di Peia**, tel. 035.731108
- **Ufficio turistico di Gandino**, tel. 035.746144
- **Pro loco di Gandino**, tel. 035.746042 - 3382438613 - [progandino@gandino.it](mailto:progandino@gandino.it)



## In tanti al Parafulmine

**Sopra:** la vetta del Formico dominata dalla croce a quota 1.637.

**A fianco:** il rifugio Parafulmine è un punto di sosta importante per tutti gli escursionisti che frequentano la zona sia in estate sia in inverno.

Nella stagione fredda c'è anche la possibilità di praticare lo sci di fondo lungo gli anelli tracciati nella piana della Montagnina.

un sacco a metterci un pettorale e a correre contro un cronometro. Alla fine conveniamo che non ha senso fare distinzioni, se non in termini puramente tecnici, perché ciò che conta è la manciata di emozioni che ognuno si porta a casa.

Quando ripartiamo, il sentiero diventa più impervio. Riusciamo a percorrere ancora in sella qualche breve diagonale, poi nell'ultimo tratto ci carichiamo la bici in spalla e lentamente saliamo alla grande croce del Pizzo Formico. Provo un'esaltante sensazione di libertà nell'alzare lo sguardo al termine della salita e nel vedere in lontananza la valle da cui sono partito.

Mentre ci prepariamo per la discesa, indossando le protezioni e regolando la sella e gli ammortizzatori, chiacchieriamo con alcuni escursionisti che hanno condiviso con noi l'ultimo tratto della salita. Sono curiosi di sapere i motivi che ci spingono a fare tanta fatica e perché non ci accontentiamo di pedalare lungo lo sterrato. Non è facile spiegare ciò che proveremo tra poco planando lungo la cresta sospesi tra il verde dei pascoli ed il blu del cielo. Lo chiamano free-ride ma per noi è solo il desiderio di condividere la passione per la bicicletta.

**Maurizio Panseri**