

Anno primo numero 9

Novembre 2013

Il giornale sarà disponibile in sede
il primo giovedì del mese

il giornale del



G.S. Crescenzago
Milano

Affiliato C.S.A. In

Sede legale

Via Amalfi, 27

20128 Milano

Ritrova soci: circolo familiare

Romeo Cerizza

via A. Meucci, 2 Milano

Www.gscrescenzago.it

Siamo su FACEBOOK

Ci si trova il giovedì sera

PRESIDENTE

Mario Montanari

Cell. 3383105456

La parola del Presidente

Cena sociale "GS CRESCENZAGO", una bella serata con i soci partecipanti, un bel locale, un ottimo menu personalizzato "un grazie ai ristoratori".

Mi sento di ringraziare i soci che sono intervenuti, ed anche chi per motivi fisici "indisposizioni e/o malattie varie" non è potuto partecipare.

GRAZIE A TUTTI VOI " un pensiero particolare va alle nostre cicliste, che con gli impegni di casa "figli ed altro" sono state della compagnia.

ORA, vi aspetto nel maggior numero possibile nella serata di Giovedì 19 Dicembre per le votazioni ed anche per scambiarci gli auguri di buon **NATALE** . .
Non mancate, mi raccomando.

Un caloroso grazie a tutti da parte del Presidente

Questo mese avrebbe compiuto gli anni

Aldo Terni

"il nostro Capitano storico"
uno dei fondatori
del **GS CRESCENZAGO**



**DA TUTTI NOI
CIAO ALDO**



E' SUCCESSO

SUCCEDERA'



Venerdì 22/11/2013
La nostra cena sociale . . .
Questa è la torta

BUONISSIMA?????

Compiranno gli anni:

Gallina Alessandro anni 36
Malinverno Maurizio anni 28
Montanari Mario anni 65

Opinioni a confronto



Pietro
47 anni
imprenditore



Rinaldo
65 anni
pensionato



Da quanti anni vai in bicicletta, da quanto sei socio del GS quanti Km percorri in un anno (non in auto)	Da 9 anni - 4 anni — 3/4 mila	Da 25 anni — da circa 20 — 5/6 mila
Quante biciclette possiedi e di che materiale sono	2 in carbonio	2 “ 1 Carbonio 1 Alluminio”
Qual è il terreno a te più congeniale — salita — pianura — discesa?	Mi piacerebbe la salita se non fosse così dura	Pianura però mi diverte la salita
Pensi che sei considerato nel GS per le tue performance in bici oppure per la tua simpatia?	Per entrambe le cose “credo”	Per come sono
Per te è fondamentale solo l'alimentazione per andare in bicicletta?	1° allenamento 2° alimentazione	Prima di tutto la testa, poi allenamento ed alimentazione
Oltre la bicicletta pratichi altri sport?	Si — Jogging — nuoto — sci	Ho solo il nuoto come hobby
Sei appassionato anche di calcio? Se sì per quale squadra fai il tifo?	Moderatamente Milan	Sono tifoso dell' Inter
Il GS ed i suoi soci sono soltanto compagni di uscite in bici ... Oppure	Sono anche amici, e qualche volta ci troviamo per uscire assieme	Alcuni sono anche amici con i quali mi vedo dopo le uscite in bici
Qual è il campione del pedale (di tutti i tempi) che hai come mito?	Coppi — Lemond	Il mio mito è assolutamente Pantani
Che ne pensi del logo GS CRESCENZAGO e dell'abbigliamento?	Mi piacciono entrambi	Ottima scelta mi piacciono entrambi
Giovedì sera preferisci andare al bar con gli amici rimanere a casa con tua moglie, andare al cinema, oppure venire al GS	Non mi faccio mancare nulla	Rimango volentieri in casa, se esco, vengo al GS
Ti sei fatto un'idea fino a quale età continuerai a pedalare (non sui rulli nel box) oppure pensi che non si debba mai appendere la bici al chiodo?	Finchè mi piacerà e la fatica non mi ammazzerà	La bicicletta non sarebbe da appendere, passando gli anni, mi sento sempre meglio
Per chiudere , se ti fa piacere manda un saluto oppure di qualche cosa ad un socio amico	Spero di frequentare tutti ancora per molto tempo	Forza coscritto “Presidente” ti aspettiamo presto in bici con noi

LE CAMPIONESSE DI OGGI



Risultato del mondiale di Firenze "femminile"

1° Marianne Voss - 2° Emma Johansson - 3° Rosella Ratto

Una grande ennesima vittoria della fuoriclasse Marianne Voss detta anche il cannibale al femminile del ciclismo, dove corre lei si partecipa "solo" a partire dal 2° posto, un riconoscimento a lei ed a tutte le donne sportive

I CAMPIONI DI IERI



Una gita del GS CRESCENZAGO sul passo Gavia, si noti la strada "ancora" sterrata, e noi ciclisti impavidi e senza paura "senza casco", allora non vi era ancora l'abitudine per l'uso, ora, passati un po' di anni, abbiamo cominciato "quasi tutti" ad usarlo.

In primo piano si vede Bruno, poi ci sono io, Mario "con qualche kilo in meno", il terzo non sono in grado di riconoscerlo, il quarto è Alberto (monello), sono passati alcuni anni, ma il ricordo è sempre nei cuori di chi ha partecipato (certe fatiche ti seguono negli anni).

Doping, Armstrong e il piano perfetto

“Non mi avrebbero mai trovato positivo”



AP

Lance Armstrong è stato squalificato a vita dal ciclismo

L'ex corridore ha ammesso l'utilizzo di sostanze proibite ma non è mai stato incastrato da un test:

«Non c'era nessun rischio: usavamo un modello matematico»

Nonostante la squalifica a vita per doping, Lance Armstrong non è mai stato trovato positivo ad un test antidoping. E il ciclista statunitense è sicuro che non l'avrebbero mai trovato positivo perché utilizzava un sistema «conservativo». «Non ero mai positivo, mai, perché il piano era molto conservativo», ha detto Armstrong nella seconda parte dell'intervista con cyclingnews.com. Lo statunitense 41enne, oltre alla squalifica a vita, è stato privato anche dei suoi sette titoli al Tour de France, quando l'Usada, l'Agenzia Antidoping degli Stati Uniti, ha reso pubblica un anno fa l'indagine su di lui.

A gennaio e dopo anni di richieste, il texano ha ammesso in un'intervista televisiva che effettivamente aveva preso delle sostanze proibite durante gran parte della sua carriera. «Il piano era conservativo -ha ripetuto-, per niente rischioso e matematico», ha aggiunto descrivendo il programma di doping