

Anno quarto numero 1  
Gennaio 2016

Il giornale sarà disponibile in sede  
il primo giovedì del mese

# il giornale del



## La parola del Presidente

prova taglie, giovedì 21 Gennaio quasi tutti i soci erano presenti in sede per la prova, è stato uno spettacolo (indecoroso) vedere i soci in mutande, chi si lamentava per il pantaloncino troppo stretto o largo chi per la maglietta troppo attillata, ho pensato che per molti soci io compreso ci vuole una dieta e non è colpa dell'abbigliamento, bando agli scherzi stiamo facendo le nuove maglie ed anche i pantaloncini "per i 40 anni del G.S. Crescenzago" con un po' di sforzo perché abbiamo trovato e ringraziamo tanto 3 sponsor (3000 € + iva) così siamo riusciti fare la divisa estiva. Informo i soci che si può già pagare la quota d'iscrizione anno 2016, che è di 100€ e che si può frazionare 50 entro Febbraio e 50 entro giugno, ricordo ancora una volta di portare il certificato medico per avere il cartellino che ho già fatto, ricordo inoltre che senza non siete assicurati, vi avviso che giovedì 4 Febbraio ci sarà la programmazione anno 2016, e la presentazione del bilancio 2015. Poi manderò l'avviso a tutti. Spero in una vostra risposta positiva come l'altra sera

**G.S. Crescenzago**  
Milano

Affiliato C.S.A. In

Sede legale

Via Amalfi, 27

20128 Milano

Ritrovo soci: circolo familiare

Romeo Cerizza

via A. Meucci, 2 Milano

Www.gscrecenzago.it

Siamo su FACEBOOK

Ci si trova il giovedì sera

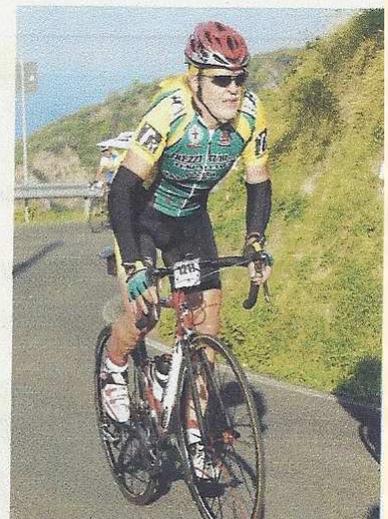
**PRESIDENTE**

Mario Montanari

Cell. 3383105456



bozzetto  
senza  
sponsor



**MESTIERI E GRIDA DELLA VECCHIA MILANO.** A la fin del '800 e ai inizi del '900, specialment in di cortil di ca' de ringhera cont el cess de foera, tutti i di se sentiva vosà: "Nettacù! Nettacù!". Minga tucc g'aveven i danè per comprà un rotol de carta igienica, allora rivava el nettacù e la gent la podeva scernì: strato semplice, doppio, ruvida (la pussè economica), morbida, ultramorbida ecc. Inscì mentre gh'era la fila per andà al cess, quel che g'aveva bisogn comprava, per nettass, domà quel che ghe serviva; du foej, quater, all'ucurrenna

**Siamo in attesa per giovedì Sera 4 febbraio di soci per bilancio 2015 e attività 2016 e già che ci siamo di altri sponsor**

## Tecnica – Una bici da record



L'australiano ha utilizzato una bici da pista di serie, una BMC Track Machine TR01, ma equipaggiata con componentistica tutta particolare, in grossa parte custom: ad essere personalizzata per il recordman e' stata prima di tutto la porzione integrata di forcella e set di guida, che gli ingegneri BMC hanno modellato utilizzando layer di carbonio sagomati in base alle specifiche esigenze ergonomiche – e soprattutto aerodinamiche – necessarie al caso. La base da cui i tecnici sono partiti e' stato un set di guida 3T Brezza II Nano Ltd, che appunto e' stato personalizzato all'occorrenza, per ottenere un manubrio largo appena 30 centimetri e con caratteristiche morfologiche che badassero non solo ad ergonomia ed aerodinamica, ma anche alla rigidita' laterale, cioe' un parametro fondamentale per una bici destinata ad un record di questo tipo. Adattamenti importanti sono poi quelli cui e' stato oggetto l'ingranaggio posteriore da 14 denti, che, per ottimizzare la linea catena e ridurre al minimo le frizioni, e' stato realizzato lavorando al Cnc una barra di alluminio ed ottenendo un 14 denti speciale, disassato verso l'esterno. La corona anteriore era invece una Shimano Dura-Ace, con ingranaggio unico da 56 denti e con rilevatore di potenza Srm che comunicava attraverso in sistema telemetrico i dati di potenza in tempo reale all'allenatore di Dennis, che per tutto il tempo del record era sempre al centro della pista. Le ruote? Ovviamente lenticolari, entrambe da 28 (come impone il regolamento) e con i due emisferi destro e sinistro realizzati in carbonio; le ruote erano prodotte su specifica dalla Lightweight ed erano gommate con tubolari di serie della Continental, dei Tempo da 19 mm di sezione gonfiati – udite, udite – a 15.5 bar... Completava l'assemblaggio una sella fi'zi:k Arione R3 e un paio di pedali Shimano Dura-Ace (entrambi standard). Vale la pensa di segnalare che di serie erano anche le scarpe fi'zik R3, che l'australiano ha calzato senza indossare i copriscarpe aerodinamici. Tutti all'insegna della riduzione all'aria erano invece il casco, un Giro Selector e il body, realizzato dalla Pearl Izumi con una speciale lycra aerodinamica.



## I VERI CAMPIONI

**IL NOSTRO SOCIO SERGIO ROCCA NASCE IL 12 GENNAIO 1942 AVREBBE COMPIUTO 74 ANNI .....**

**MARCO PANTANI NASCE IL 13 GENNAIO 1970 AVREBBE COMPIUTO 46 ANNI**

**IL 2 GENNAIO 1960 MORIVA FAUSTO COPPI COME VEDETE IL MESE DI GENNAIO UNISCE DEI CAMPIONI**

M.M.

### ***Pensieri e resoconti di Silvano "detto ricciolone"***

Terminate le feste si ricomincia a pedalare e ad impostare l'attività con il calendario invernale. Anche se alcuni soci hanno intervallato pranzi, cene e auguri, hanno comunque continuato l'attività ciclistica favoriti dalle buone condizioni atmosferiche, dal fisico che l'attività dello scorso anno non ha affievolito, a loro un pensiero di invidia, pedalano anche con la testa. Queste prime uscite sono accompagnate dal sole anche se il calo delle temperature sotto lo zero le rende difficoltose. Siamo in inverno ma come lo scorso anno dovremo affrontare un cambiamento climatico in cui la nostra attività ciclistica, che si svolge a contatto con la natura e sulle strade, potrebbe essere intralciata. Interessante è l'inizio dell'attività dei professionisti con gare in zone calde. Nuove o vecchie squadre rinnovate nei loro organici, con galli e galline negli stessi pollai (in inglese team), con nuovi sponsor interessati al ciclismo, [caffè Segafredo Zanetti con la squadra statunitense TREK](#). Nello scambio di notizie ed approfondimenti nelle riunioni del giovedì sera si parla pure dello sviluppo delle biciclette elettriche, con particolari tecnici ed estetici non trascurabili, telai e componentistica sono inseriti in maniera eccellente e come si suol dire "ruba l'occhio". Un mio conoscente, tecnico nel settore MBK, mi ha fatto notare che non si chiamano bici elettriche ma bici a pedalata assistita, l'elettricità nella carica delle batterie non fa muovere il mezzo. Anche in questo nuovo settore ci vogliono gambe e testa, anche se si pedala in un modo diverso.

**N:B: nella cronaca sono inseriti prodotti ed inserti a fine pubblicitario.**



## I CAMPIONI D' OGGI



In Australia al Tour Down Under successo di Simon Gerrans della Orica Greendge che ha vinto quasi tutte le tappe Gerrans è la quarta volta che si

aggiudica questa corsa, si è messo in luce in volata il giovane Caleb Ewan Australiano di soli 21 anni . Purtroppo brutta caduta per il nostro Adriano Malori in Argentina sembrano migliorate le sue condizioni dopo



Essere stato in coma farmacologico

## I CAMPIONI D' IERI



Alcuni soci in terra francese dopo aver fatto il Galibier sotto la neve, la pioggia ed un freddo cane, poi hanno fatto il colle de l'Echelle baciati dal sole, notare la borraccia di Claudio, bottiglia di acqua di un litro e mezzo altro che sali gel o barrette.