

Festival del Ciclista Lento

25 - 27 ottobre 2024 a Ferrara, la città delle biciclette

8ª edizione

Da venerdì 25 a domenica 27 ottobre 2024, torna a Ferrara il “Festival del Ciclista Lento”, ottava edizione della festa per “la bella gente che pedala”, il festival per chi ama pedalare senza fretta gustando panorami, incontri, racconti e bellezze del territorio.

In programma: la Pedalata più lenta del mondo “5 km in 5 ore”, la Granfondo del Merendone, il Galà del Ciclista Lento e aperitivi, documentari, cantanti & scrittori, premiazioni, “lental-coach” e... campioni e campionesse che anche quest’anno proveranno a farsi lenti!



Diciamolo... i ciclisti lenti salveranno il mondo!

Dalla prepotenza della velocità. Dalla noia dei primati in classifica.

Dal conformismo del campione solo al comando.

"Beati gli ultimi che la vita sanno goder" è la filosofia che da otto anni caratterizza la manifestazione ferrarese dedicata al *ciclismo-slow*, per festeggiare chi utilizza strade e ciclabili per pedalare piano, senza particolare talento per lo sport, senza tempi da rispettare o primati da stabilire.

C'è chi sceglie la bicicletta per il piacere stesso del pedalare e muoversi in scioltezza con un mezzo ecologico, senza per questo rincorrere performance, watt e contachilometri. Chi si gode le due ruote senza l'ansia di arrivare primo, chi vive il piacere del viaggio più che del traguardo, apprezzando paesaggi, gusti e curiosità incontrati lungo il percorso. Chi usa la bici quotidianamente, per andare al lavoro o a fare acquisti, per accompagnare i bambini a scuola, per godere di spazi della propria città, nel tempo libero e non, in modo ecologico e sostenibile e lo fa chiedendo sicurezza.

Così **Guido Foddìs**, ideatore e patron della manifestazione, presenta la nuova edizione del Festival:

“L’anno 2024 è per il ciclismo l’anno dei record:

frantumato ogni primato di salita sulle montagne del Giro d’Italia e del Tour de France; demolita ogni media oraria nelle corse ciclistiche, sia dai campionissimi che dai loro gregari; anche la pista olimpica di Parigi ha decretato nuovi sensazionali tempi sul giro. Il ciclismo agonistico va veloce, sempre più veloce...

Eppure a **Ferrara il Festival del Ciclista Lento** sta preparando una **contro-rivoluzione**. Una riforma al contrario. Sono allo studio, nella “*galleria del lento*” della capitale estense, nuove soluzioni aerodinamiche che rallentino i pedalatori, biciclette in acciaio dal peso sconsiderato e dalle performances tragicomiche.

Stiamo preparando il futuro. Il futuro dei Ciclisti Lenti.

Quelli che il peso forma lo moltiplicano per il coefficiente 1,5.

Quelli che alle maltodestrine e ai gel di carboidrati e zuccheri preferiscono lo gnocco fritto e le frittelle di mele.

Quelli che partono da soli e ritornano con decine di numeri di telefono di nuovi Amici Lenti.

Quelli che se il treno parte alle 12 possono sempre prendere quello delle 15.

Quelli che è già un record salirci, sulla bicicletta, magari a batterie elettriche, vincendo la proverbiale pigrizia da divano.

Quelli che sognano di passeggiare insieme ai propri bambini pedalando sulle piste ciclabili, senza temere la giungla del traffico motorizzato.

Quelli che la Granfondo la fanno solo se i chilometri sono meno di 50 e prevede la ricompensa di una Merendona ad alto tasso di colesterolo.

Il Festival del Ciclista Lento è unico nel suo genere.

È l’apologia della schiappa. La tana-libera-tutti per chi, senza imprese o percorsi Strava da sbandierare (se non il tragitto per andare dal fornaio a comprare il pane), viene rimbalzato da tutti gli altri raduni di appassionati a pedali.

Dal 25 al 27 ottobre 2024 Ferrara torna ad essere **capitale della lentezza**, inesauribile fucina di “ta...lenti”, territorio completamente pianeggiante, dove ogni cavalcavia diventa Gran Premio della Montagna.

Per tre giorni il popolo dei ciclisti lenti si ritroverà in questo paradiso delle pedalate a passo d’uomo, per celebrare la propria forza e la propria predominanza numerica.

Con il **patrocinio del Ministero dell’Ambiente, di Sport & Salute, ISPRA, CONI e Comitato Paralimpico Italiano**, e con il coinvolgimento di campioni dello sport e di giornalisti della sala stampa del Giro d’Italia, Ferrara non vede l’ora di raccontare la declinazione estense della bicicletta: lenta e alla portata di tutti.

Un vero *festival inclusivo*, da otto anni!”.

PROGRAMMA 2024

Venerdì 25 ottobre

Opening Party • *Il Giro d'Italia con il Parkinson*

Circolo La Casona, Via Smeraldina 35 - Ferrara • dalle ore 20.00

Aperitivo di benvenuto e serata-incontro con **Marco Pastonesi**, **Lorenzo Sacchetto** e **Raffaella Roveron** per l'associazione **Pedalando - Movimento di Resistenza al Parkinson**, **AP&C** - Associazione Parkinsoniani e Caregivers di Ferrara, la triatleta senior **Francesca Romana Luger** e la partecipazione straordinaria del campione paralimpico e portabandiera della nazionale italiana **Luca Mazzone**.

Nel corso della serata verrà presentato in anteprima assoluta il documentario che riprende l'avventura che Lorenzo e i suoi gregari – a partire dalla compagna di vita e pedalate Raffaella – hanno vissuto questa estate, attraversando la penisola in bicicletta, da est ad ovest, testimoniando con lo sport la lotta e resistenza alla malattia.

Apericena a buffet a cura del Circolo La Casona.

Sabato 26 ottobre

La pedalata più lenta del mondo: 5 km in 5 ore

Centro storico di Ferrara - Partenza e arrivo da Factory Grisù, via M.Poledrelli 21 • dalle ore 10.00

Il sabato per le vie di Ferrara: una lenta visita guidata alla città con tanti ospiti – ciclisti, scrittori, associazioni – e degustazioni di bontà del territorio.

con

Marco Pastonesi, *“Se cadono tutti vinco io. Dino Zandegù: cento storie vere al 90%”*, Ediciclo '23, la campionessa **Morena Tartagni** (*“Volevo fare la corridora. La vita, la passione, le battaglie della campionessa di ciclismo Morena Tartagni”* di Gianluca Alzati, Ediciclo '22),

Lorenzo Franzetti, *“Casciaball. Vita di un pescatore di storie”*, TraccePerLaMeta edizioni '24,

Davide Mazzocco, *“Riconquistare il tempo”*, People '24,

il coro delle **Mondine di Porporana**

e **Tiziano Bordoni**, speciale *‘lental coach’* a supporto dei ciclisti troppo veloci!

a seguire

Galà del Ciclista Lento 2024

Factory Grisù, via M.Poledrelli 21 • dalle ore 15.30

Celebrazione dei personaggi e delle imprese da Ciclista Lento dell'anno trascorso, con gli Awards del Ciclista Lento, con **Marco Pastonesi** e **Guido Foddis**.

Domenica 27 ottobre

Granfondo del Merendone

45 km da/a Ferrara - Partenza e arrivo da Factory Grisù, via M.Poledrelli 21 • dalle ore 9.00

La gita fuoriporta del Ciclista Lento: un giro ad anello per le migliori ciclabili del territorio con partenza e arrivo a Ferrara, in compagnia di ospiti speciali: **Marco Pastonesi** e **Silvio Martinello**.

Mentre il decano del giornalismo sportivo e cantore dei 'lenti' **Pastonesi** accompagnerà con i suoi aneddoti il percorso ciclo-turistico, il campione olimpico di Atlanta **Silvio Martinello**, nonché croni-

sta radio-televisivo – e attualmente candidato alla Presidenza di Federciclismo – incontrerà i ciclisti lenti nel corso della *Gran Merenda* finale, prevista al Circolo La Casona, lungo il tratto finale del percorso.

Tradizionalmente, l'ultimo a tagliare il traguardo della Granfondo scriverà il suo nome nel prestigioso Albo d'Oro del Ciclista Lento!

Il programma completo su: <https://www.ciclistalento.it/il-programma/>

Iscrizione agli eventi dal sito: <https://www.ciclistalento.it/acquista-biglietti/>

e su Eventbrite: <https://www.eventbrite.it/cc/festival-del-ciclista-lento-2024-ferrara-3660009>



Festival del Ciclista Lento 2024 | 8ª edizione

da un'idea di **Guido Foddis**,

è un evento di **Slow Travel asd aps** | CONI Cicloturismo

con il patrocinio di **Ministero dell'Ambiente e della Sicurezza Energetica, ISPRA-SNPA, CONI, Comitato Italiano Paralimpico, Sport e Salute**

e il fondamentale supporto del **Comune di Ferrara** e di **Visit Ferrara**,

Sinergas | luce • gas • efficienza energetica,

IBO Italia, Officine Ricicletta, Gruppo Locale ODV, Circolo La Casona, Destra Po aps

Media partners:

La Repubblica delle Biciclette, Bikeitalia, BC Amici della Bicicletta

#ciclistalento #repubblicabiciclette #Ferrara #PlasticfreER

© 2024 Festival del Ciclista Lento | www.ciclistalento.it

Social media:

- Facebook @ciclistalento
- Instagram @festivalciclistalento

Per info: ufficio stampa - press@ciclistalento.it