



# S.C. ARGENTIA



Notiziario di informazione a cura della Soc. Ciclistica Amatoriale Argentia - Gorgonzola  
Sede: Via per Cascina Antonietta Tel. 9513692 - Stampato in proprio - Data Febbraio Num. 6



USCITA DI FINE INVERNO

CIANCI  
1983

E' iniziato un nuovo anno di attività! Tutti si augurano che le cose vadano meglio rispetto a prima.

Tutti fanno proponimenti per fare di più. Naturalmente stiamo parlando del ciclismo amatoriale, anche se quanto detto sui proponimenti va d'accordo con tutto ciò che riguarda la vita dell'uomo in generale: salute al primo posto, benessere ovviamente, tranquillità e poche preoccupazioni.

Ogni inizio d'anno di loto nello sportivo si delinea mentalmente questo disegno: "...l'anno scorso ho avuto molti impegni e in bicicletta sono andato proprio poco" oppure ".. quest'anno voglio decidermi a fare più chilometri, ad allenarmi di più!" oppure "..

chi mi obbliga a essere sempre occupato dal lavoro e perchè non riesco a trovare tempo libero per la bicicletta!".

Ognuno di noi queste frasi se li pone e non aspetta altro che la prima favorevole occasione per soddisfarne almeno uno. Infatti capita di vedere nostri amici cavalcare imbacuccati la bicicletta anche in giornate pressochè impossibili. Evidentemente stanno mettendo in pratica quel desiderio o quel proponimento nuovo!

Sono facilmente irriconoscibili perchè, a parte la bicicletta o la scritta della società sui giubbotti solo le pupille degli occhi sono visibili. Sembrano fantasmi viaggianti, che emanano litri di vapore;

procedono sul ciglio della strada in modo anonimo grigio, molte volte da soli, noncuranti di suoni di clacson di saluto. "...Speriamo di non essere riconosciuti!" Questo è il primo pensiero; è importante, quando si faranno le prime uscite domenicali di massa farsi forti e dire: "...ragazzi, mi raccomando, andiamo adagio perchè oggi è la prima volta che esco!" (La bugia ha le gambe corte almeno 500/1000 Km.).

Come vedete, cari lettori siamo alle solite, con gli stessi problemi di ogni anno, con le stesse speranze e così via.

Buona fortuna quindi a tutti, un anno in più ci aspetta!

LA REDAZIONE

# Assemblea generale

A dicembre, come tutti gli anni, ci siamo ritrovati per la consueta Assemblea Generale dei Soci della S. C. ARGENTIA.

Altissima la partecipazione degli iscritti, a riprova dell'interesse che riscuote questo importante appuntamento.

Ha preso per primo la parola il nostro Presidente Tacchini Attiliano che ha fatto un resoconto di tutte le attività svolte nel 1987 dalle iniziative extra sportive, quali l'inaugurazione della nuova sede con la qualificata partecipazione del Presidente del Comitato Lombardo sig. Cerchiari Achille, al pranzo sociale in quel di Stresa, alle attività prettamente ciclistiche, quali le prove per il Campionato Sociale, le gite domenicali e l'ormai tradizionale Giro delle Dolomiti. Attività che hanno registrato la massiccia partecipazione dei Soci.

Successivamente il Sindaco della Società, Sig. Pertusati Angelo ha illustrato il Bilancio Consuntivo del 1987 che è stato approvato dalla Assemblea alla unanimità. Sono iniziati quindi gli interventi dei vari Soci che hanno voluto esprimere un loro giudizio sulle attività svolte durante lo

anno; giudizi estremamente positivi bisogna dire, che hanno confermato la validità delle scelte fatte dal Consiglio Direttivo uscente in fase di stesura del programma, e che è riuscito a soddisfare tutti i Soci.

Importante novità presentata alla Assemblea è stato l'annuncio di nuovi sponsor per l'anno 1988 nelle persone del Sig. Bodega (trafilerie), del Sig. Villa Giovanni (Bar Cavallino Bianco), della Coeco-Vergani. Questo inserimento di nuovi sponsor sottolinea la credibilità e serietà dimostrata dal nostro gruppo sportivo. Logicamente dovremo inserire i nuovi sponsor sulla nostra maglia, e a questo proposito abbiamo già avviato la confezione di una nuova divisa che promette (visto il nuovo look) di essere veramente eccezionale.

Quest'anno dobbiamo anche registrare un notevole balzo in avanti quanto a iscrizioni di Soci, non solo di simpatizzanti ma anche praticanti ciclisti. Questo a dimostrazione della vitalità del nostro gruppo sportivo e dimostra che le scelte fatte sia dal lato sportivo (vedi attività ciclistiche) che dal lato extra sportivo sono e si

confermano sempre più valide. Un grazie a tutti coloro che si adoperano con il loro impegno e sfruttando la loro influenza a cercare nuovi sponsor, a fare nuovi iscritti e a studiare nuove attività.

Il punto di forza della nostra Società è dato dal fatto che tutti si impegnano nei limiti delle loro possibilità; questo fa sì che il lavoro non gravi solo e sempre sulle stesse persone rendendolo meno gravoso; un incitamento quindi a proseguire su questa strada per il bene della S. C. ARGENTIA.

Dopo questa utile divagazione e ritornando alla serata della Assemblea non mi resta da dire che in chiusura si è passati alla votazione del nuovo Consiglio Direttivo che dopo parere favorevole della Assemblea, rimarrà in carica per due anni. Questi i componenti il nuovo Consiglio: Frangi Rodolfo, Mantegazza G. Carlo Pazzi Giovanni, Tacchini Attiliano, Pertusati Angelo Meroni Augusto, Meroni Luigi, Barzaghi Luigi, Ghidotti Angelo, Comizzoli Giancarlo, Cereda Luigi, Dorigato Giacomo, Castelli Ivo. Successivamente si è riunito il nuovo Consiglio per distribuire gli incarichi sociali che riportiamo nella tabella sotto riprodotta

## CONSIGLIO DIRETTIVO DELLA S. C. ARGENTIA PER IL 1988-1989

PRESIDENTE	:	TACCHINI ATTILIANO
VICE PRESIDENTE	:	PAZZI GIOVANNI
SEGRETARI	:	MANTEGAZZA GIOVANNI CARLO MERONI LUIGI
CASSIERE	:	BARZAGHI LUIGI
DIRETTORE TECNICO	:	COMIZZOLI GIANCARLO
DIRETTORE SPORTIVO	:	GHIDOTTI ANGELO
DIRETTORE GIORNALE	:	PERTUSATI ANGELO
DIRETTORE GARA	:	MERONI AUGUSTO
MAGAZZINIERE	:	CURTI ISIDORO
SINDACI	:	PERTUSATI ANGELO CASTELLI IVO FRANGI RODOLFO

M. G.

OROLOGERIA OREFICERIA  
**Umberto Mamprin**  
LABORATORIO RIPARAZIONI  
Via Cavour 25 • tel. 9513308 • GORGONZOLA



RIPARAZIONI ACCURATE  
con GARANZIA di 6 MESI

# NUOVO SPONSOR.....NUOVA MAGLIA

Anno nuovo, sponsor nuovo, maglia nuova!

Per essere in corsa coi tempi, anche la S.C. Argentia ha deciso di adeguarsi a molte altre società ciclistiche e cioè ha pensato di farsi un vestito nuovo. Venuto a scadere il mandato di sponsorizzazione con la Coeco-Vergani, che ringraziamo per la positiva collaborazione, la nostra Società ha trovato un nuovo sponsor: la ditta BODEGA-ESTRUSI che opera nelle nostre vicinanze.

Non possiamo ancora descrivervi la nuova maglia, perchè è in fase di produzione, ma sicuramente all'inizio della primavera farà la sua apparizione ufficiale sulle nostre strade.

I nostri stilisti hanno pensato di cambiare completamente il look con colori nuovi, più vivi, anche se i nostri colori sociali, azzurro e bianco, saranno sempre presenti.

Chi vive da vicino il ciclismo amatoriale non può fare a meno di essere in linea con la moda, moda intesa nel senso di vestiario per non parlare di quella della bicicletta.

Infatti chi percorre le strade può notare maglie di ciclisti sempre più nuove, più smaglianti, con colori più vivi che colpiscono lo occhio di chi li incontra.

Le scritte poi si confondono da tante che sono. Chi più ne ha, sembra sia più importante. Chi non ne ha, non viene neanche preso in considerazione. Si è giunti a tal punto di sofisticazione nell'abbigliamento sportivo che una maglietta modesta di lana, di acrilico, di acetato ma anonima non dovrebbe neanche essere abilitata alla guida di una

bicicletta da corsa.

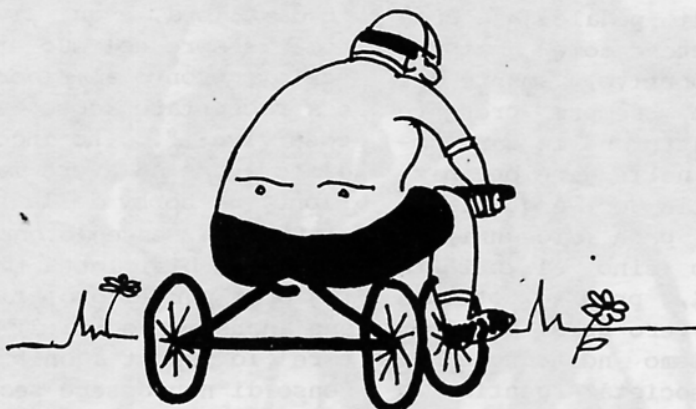
In ossequio a questo pseudo-principio per la terza volta cambiamo la maglia!

Questo perchè la S.C. Argentia, come si è detto, vuole rimanere in corsa coi tempi, vuole essere una società sempre fresca!

E a proposito delle diciture non vogliamo dimenticare di elencare la sponsorizzazione della Trattoria "Cavallino Bianco", che ci ospita e la presenza ancora anche se minimizzata della Coeco-Vergani.

**Amico,  
la S.C. Argentia  
ti aspetta!**

**IL CICLISMO  
udace**



IL DIRETTORE DI GARA  
IN ALLENAMENTO!

GIANNI  
1988

officina autorizzata  
PIAGGIO - GILERA

e vendita  
CAGIVA - OXFORD - BENELLI -  
ATALA

Riparazioni cicli e moto  
con garanzia

## DOMENICO GHERARDI

GORGONZOLA

VIA PIAVE 23 - TEL. 9513488

ASSICURA A TUTTI I SOCI DELLA  
S.C. ARGENTIA LA CENTRATURA  
GRATUITA DELLE RUOTE E GARANTISCE  
UNO SCONTO SULL'ACQUISTO DI  
MATERIALE E PEZZI DI RICAMBIO  
DELLA BICICLETTA.



# ITINERARIO FRA I SOCI

Con questo numero inizia una serie di interviste ai nostri soci condotte dal noto giornalista sportivo, gorgonzolese Gianni Prati.

A lui la Redazione del giornale rivolge i più sentiti ringraziamenti per la Sua fattiva collaborazione e soprattutto per aver iniziato questa nuova rubrica con l'intervista al nostro socio più anziano:

Giovanni Morandi!

- Mentre nasceva Sergio, classe '36 papà Giovanni Morandi dava gli ultimi colpi di pedale. Ma come dilettante e come amatore.

Vero sportivo, amante del ciclismo, sempre presente soprattutto nelle gare sociali e nelle gare organizzate dalla Soc. Argentia.

E lui, papà Giovanni, lo ha fatto sino ad ottanta anni! Sì, proprio ottanta anni davvero spesi bene per il ciclismo nostrano e per la sua società Argentia, la società dove lui è stato anche uno dei fondatori assieme all'attuale Presidente Tacchini e a tanti altri amici.

Giovanni Morandi, classe 1901, sì signori, questa classe la stessa di Sua Eccellenza, Monsignor Caz-

zaniga, ex Arcivescovo di Urbino, ora a godersi le sue fatiche a Gorgonzola, ma sempre vivo, vegeto e pimpante come papà Giovanni anche se Mons. Cazzaniga in bicicletta ci va per tenersi in forma e basta. Ma lui papà Giovanni in bicicletta ci ha vissuto una vita; egli potrebbe raccontare una storia, scrivere un libro. Ma il libro lo lascia scrivere agli altri; lui racconta: "A seri un bagai... a Secugnago visin a Lodi, sunt arivà a Gorgonzola a quatordes an... come garzone!".

E da allora, e qui diventa come sempre nel suo stile, serio e pronto a ricordare e a raccontare cose vere, cose vive: "... ho incominciato anche ad avere la passione, l'hobby della bicicletta. Sa, essendo garzone andare in bicicletta tutti i giorni per lavoro, ti viene anche la voglia di tentare lo sport agonistico. Penso di non essere secondo a nessuno! Quindi ci provo! Era l'anno 1916/17, quando per poter gareggiare dovevi chiedere prima il permesso ai genitori, che te lo davano a fatica, e poi anche ai carabinieri! Sì, proprio ai carabinieri perchè ti tenevano sotto controllo.

Iniziai nel 1924 a correre seriamente come dilettante di 2a categoria per la Martesana e, visto che un mio fratello lavorava al Caseificio Cademartori, entrai anch'io nella ditta e mi misi a correre.... Ho corso trent'anni per la Martesana come dilettante. Poi a quarantacinque anni ritornerai sulla scena per passione. Dopo tanti anni fui uno dei fondatori della attuale Argentia, con l'amico, il "figlio" Tacchini. E sono ancora qua, anche se ormai non posso più correre e mi dispiace questo, visto che fino ad ottanta anni ho corso, e poi una bronco-polmonite, che mi ha portato in fin di vita, mi ha tolto la soddisfazione di gareggiare. Ma quanto mi pesa questo, mi creda!...".

Vuole affermare che i grandi del ciclismo italiano, per non dire mondiale, sono stati nei tempi: Binda, Guerra, Coppi, Moser, Giondi e Argentin di oggi. "Forse molti non saranno della mia idea, ma, mi creda, campioni come questi non ce ne sono mai stati e non ne nasceranno più! Quelli correvano e tacevano, magari come me; altri invece corrono, ma parlano troppo! Io, con Binda ho



**TRATTORIA  
CAVALLINO BIANCO**  
"DEI FIOEU DEL VTTORI"  
CASCINA ANTONIETTA

cucina casalinga  
comunioni cresime  
banchetti  
riunioni leva  
nei giorni feriali trattoria a prezzo fisso  
convenzioni con aziende

Via per Cascina Antonietta, 31 - Tel. 02/95.13.692 - 20064 Gorgonzola



**PIRELLI**  
di Ornella

**LANE PLATE**

via Italia 64 Gorgonzola

corso come dilettante; che maestro!, che amico!, che campione, ragazzi!" E mentre dice questo qualche lacrimuccia scende dagli occhi sempre vivi, sempre grintosi.

Poi parla del ciclismo di casa nostra, di Gorgonzola. "Una frana.. come tutti gli sport a Gorgonzola! Manca l'organizzazione, la collaborazione nella nostra città! Ma non lo scriva questo!". Ma papà Giovanni sta dicendo la verità (N.D.R.). "E pensare che abbiamo avuto un piccolo campione come Maccali, mondiale in Venezuela anni 80', terzo arrivato e medaglia di bronzo, con medaglia d'oro quello anno, quel Corti, anche diverse volte campione d'Italia e azzurro spesso ai recenti mondiali. Quindi, come Corti, anche Maccali poteva arrivare a certi vertici ma, parola di Giovanni Morandi, stare, abitare, e correre a Gorgonzola, tutto questo non è possibile!

E vorrei dire e farmi capire che la mia non è polemica, ma verità pura e sacrosanta!...".

Papà Giovanni che magari voleva vedere il suo Sergio e il nipote Davide magari piccoli campioni, nomi un pò famosi se pur nei dilettanti, nel mondo del ciclismo italiano! Ma sono rimasti sogni nel cassetto, per mille motivi. Sergio, poca grinta! Davide, più calcio che ciclismo!

Ma con tutto questo papà Giovanni è sempre lui, bandiera insostituibile di un ciclismo di un tempo, che "molla" bicicletta a ottantatré anni per malattia e non per colpa sua. Ma se fosse per lui ancora andrebbe a correre perchè, dice, finchè c'è la benedizione del Padreterno, in questo caso di Monsignor Cazzaniga.. anche lui classe 1901... tutto funziona bene! Perchè la classe 1901

e scusate se è poco, è sempre una classe di ferro, indistruttibile e soprattutto fatta di biciclette senza freno, fatta di discese e di voglia di correre, sempre, sino alla fine, sino ad un traguardo che non ha fine che non ha ostacoli....!!

Gianni Prati



**Giovanni Morandi - Anno 1936 Olgiate Comasco**

A. S. M A R T E S A N A

Programma delle gare per il 1988

13 marzo 1988 - Memorial Facetti per dilettanti 2a

29 maggio 1988 - G.P. Mobilificio Saita per allievi

## MEDICINA SPORTIVA

# Alimentazione del ciclista Il pranzo pre-gara

Prima di una prova di corsa vanno escluse tutte quelle bevande o cibi che possono peggiorare la prestazione, ad esempio gli alcoolici (perchè tossici), le bibite fredde (perchè danno irritazione allo stomaco).

La digestione quando si corre deve essere già completata: se lo stomaco e lo intestino sono impegnati nella digestione, il sangue che dovrebbe servire ai muscoli impegnati nella prestazione sportiva non va ai muscoli ma viene usato per servire quei processi di digestione.

Durante una corsa, per lo impegno psichico-muscolare, la digestione risulta più difficile e quindi si va incontro ad inefficienza fisica ed anche a malore.

Quindi il pasto completo deve venire consumato non meno di tre ore prima.

Nel pasto che precede la corsa vanno esclusi i grassi fritti o cotti a lungo (esempio: le cotolette impanate, le patate fritte, gli umidi e le frittiture) e quelli ricchi di grassi come gli insaccati.

Per quanto concerne l'alcool, esso non va usato soprattutto in giornate cal-

de e umide, perchè, se da un lato favorisce la produzione di urina, da un altro lato non favorisce la dispersione di calore prodotto dai muscoli.

Per quanto concerne la classica zolletta di zucchero, siccome esso produce energie vuote, bisogna ricordare che porta dopo circa 10 minuti ad un abbassamento della glicemia con senso di debolezza muscolare.

Con i cibi e le bevande si prevencono i cali dell'efficienza fisica; le scorte di glicogeno nel fegato garantiscono nutrimento per i tessuti man mano che durante la corsa se ne ha bisogno, mentre le scorte di glicogeno muscolare (una delle principali fonti di energia per il muscolo) portano ad una maggiore efficienza fisica nelle gare di lunga durata.

Per aumentare il glicogeno bisogna mangiare: pane, pasta, riso, torte e biscotti e in quantità non eccessiva miele e marmellata.

Chi prendesse vicino alla gara troppo zucchero rischia di andare incontro alla diarrea. Se la corsa si disputa al pomeriggio, il pranzo deve differire

Da: Rivista CORRERE  
Da: Guida Alimentazione dello sportivo (Regione Lombardia)

da quello normale per l'assenza dei grassi. L'ultimo pasto prima della corsa deve essere ricco di carboidrati (riso pasta ed eventualmente un pò di formaggio, patate, carote lesse, prosciutto crudo sgrassato o pochissima carne ai ferri una fettina di torta.

Vino: (se uno è abituato possibilmente no quando c'è una giornata calda e umida. Pane senza mollica. Frutta e verdura (che peraltro vanno molto bene per chi fa sport) andrebbero escluse per il pasto pre-gara, perchè allungano il tempo di digestione.

Se la gara è di mattina è meglio assumere tè o latte magro, evitare il caffè-latte; mangiare pane tostato, fette biscottate, marmellata o miele.

In attesa della gara, fra il pranzo e la gara si può bere acqua o bevande specificamente studiate, no assolutamente allo zucchero; ma si può assumere qualche tavoletta di fruttosio o sali naturali.



CENTRO MEDICO  
CHINESIOLOGICO "ERRE"

Via Conciliazione 8  
(zona Grattacielo)  
20065 INZAGO (MI)  
Tel. 02/95 47 589



### Tempi medi di digestione

Meno di un'ora - acqua naturale o gassata, tè, caffè birra, brodo, vino leggero, miele, zucchero.

Meno di due ore - gelato, uovo alla coque, succo di arancia, latte, pesce lesso patate lesse, pane, grissini, fette biscottate, marmellata.

Meno di tre ore - pasta, riso, pollo magro, carne bovina molto magra, prosciutto magro, uova sode, quasi tutti i tipi di verdura e frutta, tutti i tipi di dolce tranne quelli con panna e crema.

Prof. E. Rovatti

### S. C. ARGENTIA

Programma gare per il 1988 riservate agli iscritti alla S.C. ARGENTIA.

#### APRILE:

Partecipazione alla gara cicloturistica U.D.A.C.E. valevole per il campionato sociale. Assegnazione quindi punteggio come da fasce U.D.A.C.E. Prima prova.

#### 8 MAGGIO 1988:

Gara in linea valevole per il campionato sociale. Assegnazione punteg-

gio in base all'ordine d'arrivo.

Seconda prova.

#### 29 MAGGIO 1988:

Cronometro sportiva (a terzetti o quartetti da stabilire) con tempo rilevato sull'ultimo del terzetto o quartetto.

Assegnazione punteggio secondo fasce U.D.A.C.E. Terza prova campionato sociale.

#### 19 GIUGNO 1988:

Gara in salita. Assegnazione punteggio in base all'ordine d'arrivo Quarta prova campionato sociale.

#### 2 3 4 LUGLIO 1988:

Prima gita sociale.

#### 23 LUGLIO 1988:

Seconda gita sociale.

#### 25 SETTEMBRE 1988:

Cronometro individuale. Assegnazione punteggio in base ai tempi d'arrivo.

Quinta prova campionato sociale.



Ciao Angelo, improvvisamente ci hai lasciati, improvvisamente hai voluto scattare e fare lo sprint finale per raggiungere il giusto riposo!

Siamo rimasti molto addolorati per la tua immatura dipartita.

Ti pensiamo sempre molto caramente, caro Angelo, tu tenace e generoso pedalatore che preferivi la tua "Graziella" alla più titolata bici da corsa.

Ti immaginiamo, caro amico, scorazzare per le vie del Cielo che sicuramente ti sarai guadagnato con il tuo comportamento terreno!

Ciao! I tuoi amici!



## AUTOSIMEONE



AUTORIZZATO

**FIAT**

**LANCIA**

VENDITA - ASSISTENZA  
NUOVO e USATO

FRATELLI SIMEONE  
elettrauto

Via del Parco, 41  
Tel. 95.13.485  
GORGONZOLA

## UDACE

Unione degli  
Amatori:

Ciclismo Europeo



## VARIE

Finalmente il duo Pazzi c'è riuscito! Dopo due anni di attesa, la fatidica serata per la presentazione dei filmati del Giro delle Dolomiti ha avuto luogo! Veramente non ce lo aspettavamo più, visto che l'anno scorso.... era andata buca!

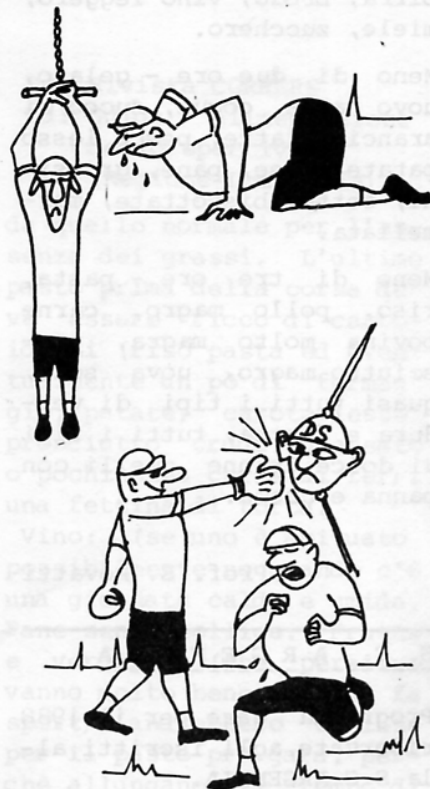
In effetti siamo stati presi un pò tutti in contropiede, ma la partecipazione è stata buona! Una ventina di soci si è fermata per più di un'ora davanti al video a vedere le meravigliose immagini della gita alle Dolomiti 1987, attenta sia alla visione che al commento di Pazzi padre e figlio.

Chi ha potuto vedere lo spettacolo è rimasto colpito sia dalla sceneggiatura che dal commento musicale in sottofondo. Bravi Paolo e Giovanni!

Riuscitissime le riprese al rallentatore; tutti sono stati ripresi nel migliore dei modi! L'unico piccolo neo per chi ha effettuato le riprese è stato quello di non aver inquadrato gli atleti durante le ripide discese; ciò avrebbe permesso di mettere in evidenza le doti di noti discesisti....! Sarà per la prossima volta!

- Durante la visione del filmato del Giro delle Dolomiti De Piazza, guardando Barzagli agile sui pedali sulle rampe del passo di Monte Croce Comelico, ha affermato: "la farmacia ha fatto effetto!".

- Colombo, durante il Giro delle Dolomiti, ha dovuto più volte fare le stesse salite perchè Dorigato non aveva pronta la macchina fotografica per immortalare l'immagine!



GIUGNO 1988 SENZA BICI

# La Fiera degli Affari

occasioni fantastiche con sconti eccezionali

**F.LLI VERGANI**

20064 GORGONZOLA - Via Mazzini, 2 - Tel. 02/9513362



CRISTALLERIE - PORCELLANE - ARTICOLI REGALO - CASALINGHI