

Immagini della Camminata Campagnola 2018





Il **G.P. LONGARA - APS**

organizza

DOMENICA 6 OTTOBRE 2019
a **LONGARA di Calderara di Reno** la

con il patrocinio di



Comune di
Calderara di Reno

CAMMINATA CAMPAGNOLA

Manifestazione ludico motoria (delibera Regionale n. 775/2004 e n. 9/2005) **di km 13 - 8 e 3**

ISCRIZIONI:

a partire da **Domenica 29 settembre presso la tenda del G.P. LONGARA**
oppure telefonando ai n. **3342192295 - 3403408571 - 0513547493.**

RITROVO:

CENTRO SOCIALE RICREATIVO CULTURALE E ORTI LONGARA - via Caduti della Libertà 9.

PARTENZA LIBERA:

dalle ore **8,30** alle **9.**

RISTORI:

Saranno predisposti due ristori: uno a metà percorso e uno nei pressi del Centro Sociale.

ASSISTENZA:

Servizio di autoambulanza.

PREMIAZIONI:

A tutti gli iscritti premi in natura. Premi ai gruppi (considerati tali quelli con almeno dieci iscritti). **Inizio della premiazione alle ore 10,15.**

RESPONSABILITA':

Gli iscritti, all'atto dell'iscrizione, dichiarano di essere a conoscenza di prendere parte ad un'attività ludico motoria (delibera Regionale n. 775/2004 e n. 9/2005). Il G.P. LONGARA-APS declina, in ogni caso, ogni responsabilità civile e penale per incidenti verso i partecipanti, verso terzi o cose, prima, durante e dopo la manifestazione. Il Podista è tenuto a rispettare il Codice della Strada, l'ambiente e le cose, durante tutta la manifestazione. L'organizzazione ricorda, inoltre, che l'articolo 134 del Codice della Strada stabilisce che i pedoni in mancanza di marciapiede debbono procedere sul margine sinistro della carreggiata della strada.

Il Partecipante ha l'obbligo di rispettare gli orari di partenza stabiliti dagli organizzatori. Al di fuori degli orari fissati nel programma non è garantito alcun servizio da parte dell'Organizzazione.

**PREMIO SPECIALE
A TUTTI I GRUPPI
SCOLASTICI con
almeno 10 iscritti**

IMPORTANTE: Quest'anno, a causa di lavori nella piazza di Longara, sono cambiati il luogo del ritrovo, il parcheggio dei capigruppo e il percorso.

Il servizio fotografico della manifestazione sarà assicurato dal Circolo Fotografico Calderarese-APS

L'utile della manifestazione verrà utilizzato per aiutare le Associazioni:



L'Associazione opera per: Affiancamento a famiglie con figli disabili • Promozione e sostegno di scambio tra famiglie • Sostegno psico-pedagogico alle famiglie • Promozione di progetti innovativi per una risposta più adeguata a bisogni vecchi e nuovi, per la "promozione" delle persone con disabilità • ...e molto altro ancora!



AMOA realizza progetti e programmi di: Allestimento di ambulatori, sale operatorie oculistiche e laboratori di ottica. • Formazione del personale sanitario locale. • Prevenzione, promuovendo l'educazione sanitaria, attuando indagini di screening. • Cure oculistiche specialistiche a livello ambulatoriale e chirurgico. • Sostegno sanitario e formativo alle persone irreversibilmente cieche.

La Camminata è sostenuta dal Consiglio di zona soci di Coop Alleanza 3.0 grazie all'1% delle spese di prodotti Bene.si

Camminata Campagnola 2019

Domenica 6 ottobre 2019 a Longara si terrà la CAMMINATA CAMPAGNOLA e siamo alla 17^a Edizione. Il lavoro organizzativo della nostra Camminata è già cominciato da tempo e quest'anno ci sono un paio di novità importanti. Causa lavori nella Piazza di Longara il ritrovo, il parcheggio dei capigruppo e la partenza saranno al Centro Sociale di via Caduti della Libertà 9. Anche i percorsi sono stati modificati soprattutto per quanto riguarda la Mini e la Maxi. Comunque i percorsi saranno ben segnalati e come al solito rispettando la denominazione "Campagnola" saranno per lunghi tratti lontani dalla strada e in mezzo alla campagna Calderarese.



L'anno scorso avevamo avuto un calo di partecipanti (poco più di 800) dalle iscrizioni dei Gruppi Podistici. Secondo noi questo calo è dovuto al fatto che diversi podisti hanno deciso di partecipare alla camminata organizzata dal Gruppo di Porta Saragozza, camminata organizzata al di fuori del Calendario Podistico Bolognese! Mi sembra di aver capito che anche quest'anno succederà la stessa cosa e a questo punto penso che per il prossimo anno bisognerà trovare una qualche soluzione.

L'anno scorso abbiamo sopperito a questo calo di iscritti con la presenza nella classifica di due gruppi di cittadini Calderaresi e soprattutto di 3 gruppi scolastici. Il gruppo della scuola di Longara con 80 iscritti si è classificato secondo assoluto. I bambini e i loro accompagnatori hanno fatto la camminata e si sono presentati alla premiazione pieni di entusiasmo! Il G.P. Longara ha premiato la partecipazione dei gruppi scolastici aggiungendo, al premio spettante al gruppo, del materiale scolastico.

Speriamo anche quest'anno di coinvolgere le scuole del territorio e i cittadini ricordando a tutti che la Camminata non è competitiva, è un'occasione per stare in allegra compagnia, ci sono percorsi per tutte le possibilità e si può percorrere correndo o camminando.

Abbiamo in questi anni, e continueremo a farlo, organizzato la nostra manifestazione con molta cura cercando di accogliere i podisti con un percorso bello, un ristoro ricco e una premiazione decorosa. Ma sin dall'inizio abbiamo avuto un altro scopo, per noi altrettanto importante. La Camminata vera e propria è quella della solidarietà: raccogliere fondi per poter finanziare o aiutare a finanziare progetti importanti (per diversi anni è stato il Progetto Chernobyl, poi il Burkina Faso con Amici nel Mondo, ecc.). Da un paio di anni abbiamo sposato la causa dell'Associazione PASSO PASSO, che sul nostro territorio ha appena curato l'allestimento a Sala Bolognese di una STANZA BASALE per interventi di "stimolazione basale" a favore di bambini con gravi o complesse disabilità. I locali sono stati inaugurati domenica 8 settembre con una toccante manifestazione. Il progetto è partito, c'è l'entusiasmo e la determinazione delle famiglie ma ci sarà anche bisogno dell'aiuto economico e il G.P. Longara sarà presente. Nelle pagine interne potrete leggere più dettagliatamente a riguardo del progetto.

A questo punto la speranza è che la stagione ci assista con una bella giornata a fare da cornice alla nostra manifestazione! Grazie a tutti coloro che contribuiranno alla buona riuscita della manifestazione e a coloro che vorranno partecipare!

Salvatore Lumia
(Presidente G.P. LONGARA-APS)

La Camminata Campagnola 2018

raccontata dal nostro speaker Stefano Billi

Domenica 7 ottobre 2018 a Longara si è svolta la 16ª edizione della Camminata Campagnola organizzata dal nostro gruppo.

In precedenti occasioni, nei giorni successivi all'evento, ho ripensato ai bei momenti vissuti durante la manifestazione e ne ho fatto una breve, personale cronaca, pubblicata poi, per bontà del Presidente, su questo notiziario.

Questa volta non descriverò le varie fasi della mattinata che si è svolta, come sempre, nel migliore dei modi sotto ogni profilo, ma piuttosto mi preme invece mettere in risalto ciò che ho visto domenica mattina dal mio osservatorio privilegiato di speaker nella piazza di Longara: ho visto un ponte.

Un ponte solido che collega ed avvicina giovani e meno giovani, sportivi e non, imprenditori e territorio, istituzioni ed associazioni. Viviamo una realtà in cui ogni giorno siamo costretti a vedere (ma non ci adatteremo mai) uomini che costruiscono muri, che scavano profondi solchi divisorii.

Ed invece a Longara si è realizzato, con la più grande naturalezza e spontaneità possibile, un momento di grande aggregazione.

C'era la storia e l'esempio del sano podismo bolognese con la presenza di Romano Montaguti (che per tanti anni è stato, tra l'altro, il nostro speaker prima che io ne prendessi – indegnamente – il posto).

C'erano i ragazzi provenienti da tre scuole del nostro territorio (quella di Longara, quella di San Vitale e la 4C della Rodari di Calderara) che prolungano il ponte verso il futuro e danno speranza di continuità.

C'erano il Sindaco di Calderara Irene Priolo e il Vice Sindaco Giampiero Falzone, da sempre grandi sostenitori del nostro gruppo, a testimoniare con le loro parole e la loro presenza l'importan-

za di un dialogo continuo tra amministrazione e comunità che mantenga viva la collaborazione e l'amicizia, ingredienti indispensabili per la realizzazione di qualsiasi progetto.

C'era Alberto Angelici, titolare dell'azienda agricola La Rizzola, sponsor della prima ora del nostro gruppo e, ci è parso di intendere, ancor più determinato a condividere i valori di solidarietà ed impegno che il GP Longara continuerà a portare avanti.

E c'era, per tutti noi soci del GP, il nostro Presidente a raccogliere queste attestazioni di riconoscenza e stima, giusta ricompensa della sua personale dedizione a questi ideali e segno che la strada percorsa era ed è ancora quella giusta.

Di tutti questi riconoscimenti ne va, a noi soci del GP, un pezzetto per ciascuno, più grande o più piccolo in proporzione alla diversa intensità con cui ognuno di noi collabora, in tutti i casi sempre dimostrando un grande senso di appartenenza.

E parlando ancora di noi, vorrei mettere in luce la figura di Valter Tassinari, per tutti Ugo, senza il quale questa nostra camminata non potrebbe essere come tutti la vediamo. In teatro ci sono due ruoli che spesso si fondono in un'unica persona: è il trovarobe/attrezzista. Non gode della luce dei riflettori, non compare nel cartellone, spesso nemmeno si vede (perché, invece di mostrarsi, lavora). Ma vi posso garantire che senza di lui lo spettacolo non potrebbe andare in scena.

Concludo con una frase non mia, scritta da un anonimo, che mi ha molto colpito:

"Ci saranno sempre dei sassi sul tuo cammino. Dipende da te se farne dei muri o dei ponti".

Stefano Billi





Immagini della Camminata Campagnola 2018



Il G.P. LONGARA ha, negli ultimi anni, donato buona parte degli utili della Camminata Campagnola all'Associazione PASSO PASSO. Questi fondi sono stati utilizzati per l'allestimento e le attività della Stanza Basale.

STANZA BASALE Padulle di Sala Bolognese Piazza G. Marconi

La nostra Stanza Basale è gestita dalle farniglie dell'Associazione Passo Passo, in collaborazione con l'Associazione Sala Presente ed il patrocinio del comune di Sala Bolognese, e si propone di essere un luogo dove i bambini affetti da disabilità possano usufruire di un approccio pedagogico volto a migliorarne la vita e la consapevolezza.

La Stimolazione Basale è un approccio pedagogico che considera fondamentale permettere alle persone affette da grave disabilità di poter conoscere il mondo sensoriale in autonomia, attraverso tecniche di postura che migliorino la propria percezione e quella del mondo esterno e offre un materiale specifico che facilita tale sperimentazione.

Presso la nostra Stanza Basale si organizzeranno incontri individuali, in coppia ed in piccolo gruppo per bambini e ragazzi: l'attività sarà gestita da personale specializzato e formato e da volontari.

La Stanza Basale si propone, inoltre, di comunicare con la Neuropsichiatria del Territorio per organizzare attività che possano giovare ai bambini e alle famiglie in un dialogo costante.

Oltre alla Stimolazione Basale, i bambini potranno approcciarsi ad altre attività che favoriscano lo sviluppo di loro potenzialità ed interessi, come ad esempio quelle di tipo musicale.

La Stanza Basale si propone anche di diventare un luogo di scambio per i genitori attraverso incontri tematici che esplorino argomenti come la nutrizione, la riabilitazione, la vita quotidiana delle famiglie che si confrontano con la disabilità dei propri figli in un'ottica di condivisione e di ricerca di buone prassi per i bambini e per l'intero nucleo familiare.

Un altro obiettivo è quello di creare una cultura di inclusione attraverso eventi ed iniziative che coinvolgano il territorio.

(dal volantino stampato in occasione dell'inaugurazione della Stanza Basale di Sala Bolognese)



passo
Olivetti

COS'È LA STIMOLAZIONE BASALE

Metodo creato dal Prof. A. Fröhlich, ha come obiettivo principale l'intervento riabilitativo in senso lato, l'accompagnamento e il sostegno per le persone con grave disabilità: bambini, adolescenti ed adulti non autonomi, totalmente dipendenti, che percepiscono e comunicano con il mondo esterno solo attraverso il proprio corpo. Questa modalità di intervento è finalizzata principalmente a stimolare un maggior sviluppo delle capacità di chi è disabile grave per favorire un aumento della consapevolezza della propria esistenza e migliorare così la qualità della vita.

Negli ultimi decenni l'approccio pedagogico-relazionale della Stimolazione Basale è stato sperimentato con notevoli successi con altre utenze: persone con problemi psichiatrici, anziani, pazienti affetti da ictus, Alzheimer, sclerosi multipla, autismo etc.

Attraverso le proposte delle posture basali facilitanti e di stimoli semplici sensoriali si cerca di facilitare e sostenere la scoperta di se stessi e il proprio corpo.

Attraverso il proprio corpo si costruisce il processo di differenziazione tra se stessi e l'ambiente e si favorisce un processo di cambiamento tra l'io e il mondo. La Stimolazione Basale aiuta a cambiare la caotica sovrabbondanza di stimoli e ad avvicinarsi al mondo come struttura più comprensibile, fatta di minori paure.

IL METODO

La Stimolazione Basale è un concetto pedagogico, scientifico, conosciuto e praticato nei paesi europei da oltre 40 anni, dedicato a educatori, insegnanti di sostegno, pedagogisti, terapisti, personale medico etc., che permette, già dopo la formazione teorica, di mettere in pratica questo approccio per creare uno spazio significativo educativo che faciliti ad esprimere le proprie capacità individuali.

Scrivo al proposito il nostro noto pedagogista **Andrea Canevaro**: "Conosco la stimolazione basale e l'ho utilizzata in alcune situazioni con risultati che mi fanno dire che è certamente utile, e, in più, è speciale e normale, nello stesso tempo".

PROF. ANDREAS FRÖHLICH
professore in pedagogia speciale, ideatore della Stimolazione Basale

I principi che ha sviluppato per la presa in carico dei bambini con disabilità grave sono applicati in numerosi paesi. E' docente all'Università di Landstuhl (Germania) e autore dei diversi libri scientifici sull'argomento.

Testo scientifico di riferimento:
Fröhlich, Andreas - 2007:
La Stimolazione Basale per bambini, adolescenti e adulti con pluridisabilità.
Assistenza, cura e riabilitazione. Edizioni del Cerro, Tirrenia (PI).

La Staffetta del 2 Agosto



Sono passati 39 anni dalla terribile strage del 2 agosto e nonostante i tanti anni si ha ancora bisogno di ricordare e di chiedere giustizia.

Il G.P. LONGARA, dalla sua fondazione, partecipa alla Staffetta del 2 Agosto percorrendo la frazione che da Calderara arriva al Parco della Montagnola. La sera del 1° agosto arrivano in Piazza Marconi a Calderara gli staffettisti provenienti da Avio, accolti dalle autorità e da un gruppo di cittadini.

Il 2 mattina alle 5.30 partiamo da Calderara per raggiungere il Centroborgo e poi proseguire, assieme agli staffettisti provenienti da Milano, verso il Parco della Montagnola. Tutti gli anni siamo un gruppetto e ci rammarichiamo del fatto che i Gruppi Podistici, che per anni sono stati un supporto fondamentale per l'Associazione dei Familiari delle Vittime, non sentano il bisogno di partecipare. I Gruppi podistici nella provincia di Bologna sono

una sessantina e basterebbe uno o due rappresentanti per gruppo per comporre un gruppone! Probabilmente bisognerà fare opera di sensibilizzazione al Comitato Podistico magari approfittando del fatto che il prossimo anno sarà il 40° anniversario.

Percorrendo la via Emilia scortati dai Vigili Urbani proviamo una profonda emozione. Le poche persone per strada ci guardano e molti non capiscono cosa stiamo facendo, non sanno che cosa è successo 39 anni fa oppure lo sanno ma considerano i fatti come passati alla storia. Così non è e lo si capisce una volta arrivati alla Manifestazione nel Piazzale della Stazione. Qui la gente è sempre tantissima. Paolo Bognesi (Presidente dell'Associazione dei Familiari delle Vittime) parla delle cose fatte e delle tante cose ancora da fare. I familiari delle Vittime lo affiancano sul palco assieme alle autorità. La gente in piazza sventola bandiere ed espone striscioni.

Ma gli anni passano e chissà se si arriverà a conoscere la verità completa, a sapere chi ha depistato e chi sono i mandanti?

S. Lumia



Bologna, 2 Agosto 1980-2019

PER NON DIMENTICARE

Ci sono eventi che restano indelebili nella nostra mente e questo avviene perché superano ogni umana capacità di immaginazione ed ogni tollerabile limite di accettazione.

È questo il motivo per cui ognuno di noi ricorda esattamente cosa stava facendo e dove si trovava quell'11 settembre del 2001 quando senti, per la prima volta, che due aerei della American Airlines si erano schiantati intenzionalmente contro le torri gemelle di New York.

E per la stessa ragione tutti conserviamo il ricordo di quel tragico 2 agosto, di 21 anni ancora prima, quando arrivarono le prime frammentarie notizie tramite radio e TV (cellulari ed internet non esistevano ancora) che parlavano di uno scoppio alla Stazione di Bologna, forse causato da una caldaia (ma nell'ala sinistra dell'edificio su Piazza Medaglie D'Oro, completamente distrutto dopo il boato, si scoprirà ben presto che di caldaie non ce n'erano).

Io stavo completando il servizio militare a Modena, dopo due mesi di CAR a Trapani, ed ero al mio nono mese di naia. Ero quello che comunemente veniva definito "un imboscato", non perché non facessi il mio dovere (anzi...!), semplicemente non svolgevo nessun compito propriamente "militare" in quanto ero impiegato in fureria. Questa mansione mi dava anche la possibilità di godere di particolari agevolazioni come, ad esempio, il cosiddetto "pernotto", ossia un permesso che mi consentiva ogni sera di dormire a casa mia a Bologna e, la mattina successiva, di rientrare in caserma.

Anche quel sabato 2 agosto 1980 imboccai in Stazione il sottopassaggio a cui si accedeva da una scala posta a ridosso della sala d'aspetto di seconda classe (nella successiva ricostruzione l'accesso è stato spostato ed ampliato) per arrivare al binario da cui partiva il mio treno per Modena: saranno state più o meno le 8.00 del mattino.

Nella tarda mattinata mi trovavo quindi nel mio ufficio di fureria quando, mentre svolgevo i consueti lavori amministrativi, arrivò il maresciallo Collesse dicendo di accendere subito la TV (ne avevamo una piccola in bianco e nero) perché era successo "qualcosa" alla Stazione di Bologna. Ricordo una prima inquadratura stretta, di sole macerie, che non permetteva assolutamente di capire dove si fosse verificato lo scoppio. Fu solo dopo qualche minuto che l'operatore allargò il campo e compresi che si trattava del punto dove ero transitato solo poche ore prima. Le parole per descrivere le sensazioni di quel momento non esistono e non tenterò di trovarle.

Più tardi, oramai nella piena consapevolezza che si trattava di una tragedia di immani proporzioni, cercai

il modo per tornare a Bologna: vi riuscii in pullman poiché qualsiasi collegamento ferroviario era, ovviamente, interrotto. Dalla stazione delle autocorriere rientrai a casa a piedi (allora abitavo ancora con i miei genitori al quartiere Mazzini); durante il tragitto ricordo l'incrocio di sguardi con gli altri passanti, era come se tutti ci conoscessimo e tutti stessimo vivendo lo stesso sconcerto, quando sai che qualcosa è realmente accaduto ma la tua mente razionale non può ancora crederci.

Sono molte le Associazioni impegnate nella commemorazione delle vittime della Strage del 2 Agosto 1980 ed altrettante sono le iniziative organizzate a questo scopo; come Gruppo GP Longara abbiamo sempre partecipato alla parte conclusiva della Staffetta Brennero-Bologna; nel gruppo di podisti partito da Calderara alle 5.30 del mattino c'erano Salvatore e Matteo seguiti in bicicletta da Gabriella e Stefania ed in auto da Stefano Valentini.

Io mi sono unito a loro all'Ipercoop di Borgo Panigale alle 6.15 e, con la scorta dei vigili urbani motorizzati, abbiamo corso fino al parco della Montagnola; avevo partecipato alla staffetta la prima volta nel 2012 (e ne scrissi un articolo sul notiziario) e successivamente un'altra volta ancora, ma in questa occasione ho potuto completare la mattinata partecipando a tutta la manifestazione, svoltasi prima in Comune a Bologna e poi, in corteo, fino al piazzale della Stazione.

Mi è capitato talvolta di discutere tra amici, con pareri non sempre concordi, sull'importanza e l'utilità del solo semplice RICORDARE. C'è una frase che, secondo me, ne racchiude bene il significato profondo ed avverte sui pericoli causati dall'oblio, ed è questa:

"LASCIATA A SÉ STESSA, SENZA MEMORIA, LA STORIA ALTRO NON PUÒ FARE CHE RIPETERSI".

Stefano Billi



3 -10 maggio 2019

Magna Via Francigena

da PALERMO ad AGRIGENTO... la SICILIA da mare a mare

Le tappe

1. ven. 3/5: **Piana Albanesi > Santa Cristina Gela** (6,2 km)
2. sab. 4/5: **Santa Cristina Gela > Corleone** (34,4 km)
3. dom. 5/5: **Corleone > Prizzi** (20,7 km)
4. lun. 6/5: **Prizzi > Castronovo di Sicilia** (25,3 km)
5. mar. 7/5: **Castronovo > Cammarata/San Giovanni G.** (13,3 km)
6. merc. 8/5: **Cammarata/San Giovanni Gemini > Sutera** (22,7 km)
7. giov. 9/5: **Sutera > Racalmuto/Grotte** (34,9 km)
8. ven. 10/5: **Grotte > Joppolo Giancaxio > Agrigento** (36,5 km)

Dopo aver percorso nel 2018 «Il Cammino degli Dei» da Bologna a Firenze, in compagnia di Mauro, Renato e Giorgio, mi è venuta l'idea di proporre la partecipazione a questo Cammino in Sicilia. La verità è che per me tutte le occasioni sono buone per tornare in Sicilia. Inoltre, mi intrigava l'idea di poter fare un Cammino che ci permettesse di visitare luoghi e territori lontani da quelli visitati dal turismo di massa. Giorgio e Renato non sono riusciti a venire e così con Mauro (in considerazione del fatto che è meglio fare oggi quello che magari domani non si riuscirà più a fare) abbiamo deciso di partire lo stesso!

Venerdì 3 maggio siamo arrivati, provenienti da Bologna, a Palermo! Avevamo deciso (anche su consiglio dell'organizzazione) di non partire da Palermo ma di portarci in pullman a Piana degli Albanesi da dove partire per Santa Cristina Gela per una tappa di 6 km. Così la prima tappa è stata veramente una passeggiata ma ci siamo rifatti abbondantemente il secondo giorno da Santa Cristina Gela a Corleone. Le condizioni atmosferiche erano pessime, pioveva e sul percorso c'era parecchio fango. Si faceva fatica a camminare e un paio di volte abbiamo sbagliato strada. Soprattutto nella parte finale ci siamo trovati a percorrere un tratto in salita ripida e su un sentiero fangoso difficile da percorrere (a quel punto avevamo già percorso più di 30 km) che ci ha veramente messo alla prova. Siamo arrivati a Corleone stremati e completamente bagnati e pieni di fango. Se è vero che il buongiorno si vede al mattino c'era da essere preoccupati.

Le altre tappe sono andate meglio, il percorso non era sempre ben segnalato ma ci aiutavano le mappe predisposte dall'organizzazione e che avevo caricato sul telefonino. I paesi erano tutti belli e arrivando nel primo pomeriggio abbiamo avuto modo di visitarli. Prizzi, Castronovo, Cammarata, Sutera, Racalmuto (il paese di Leonardo Sciascia), Grotte. In tutti i paesi abbiamo avuto modo di rifocillarci gustando i piatti della cucina siciliana e bevendo del



buon vino. La sera a cena ci si incontrava con gli altri pellegrini e ci si scambiava pareri ed emozioni.

Arrivati a Grotte mancavano due tappe ma noi, probabilmente sottovalutando le difficoltà, avevamo deciso di percorrerle nello stesso giorno. Il tempo era decisamente cambiato e adesso faceva caldo e il sole bruciava la pelle. I chilometri dell'ultima megatappa che non avevamo considerato intorno ai 32 sono diventati 36,5 ma soprattutto quando pensavamo di essere arrivati ad Agrigento ci siamo ritrovati ad affrontare una salita davvero impegnativa. Dopo 180 km la fatica si faceva sentire e abbiamo dovuto stringere i denti per arrivare al Duomo di Agrigento.

Adesso ci aspettavano due giorni di relax prima di riprendere l'aereo per tornare a casa.

Sabato mattina una puntata a Scala dei Turchi e la possibilità di un bagno ritemperante anche se freddo.

Dal treno che ci ha portati a Palermo riguardiamo i paesaggi che avevamo visto camminando a piedi e cominciamo ad riordinare i tanti ricordi che avevamo accumulato in questo affascinante Cammino. Tanta fatica, tanta emozione e la sensazione che camminare è il modo migliore per visitare il mondo!

Salvatore



La storia del Cammino

La via Magna Via Francigena® è un Cammino che collega Palermo ad Agrigento, da sempre in Sicilia una delle direttrici più importanti di movimento per uomini, animali e cose. Ha permesso sin dall'età arcaica, di collegare le sponde del Mediterraneo a quelle del Tirreno facendo sì che il Sud potesse respirare l'aria del Nord e le sue contaminazioni culturali.

Dai coloni Greci provenienti dalle isole dell'Egeo che vennero nel VII sec. a fondare le *poleis siceliote* e si confrontarono e scontrarono con le genti fenicie che occupavano la cuspide occidentale dell'isola, ai Romani che, una volta presa Akragas risalirono questa via per conquistare Panormus, costruendo una rete a maglie ordinate di statio e mansio, punti costruiti a distanze precise che permettevano di cambiare cavalli, rifocillarsi o dormire, rimasti attivi fino al IV sec. d.C. . Per l'Impero di Roma, questo percorso era inserito nel *cursus publicus* e rientrava tra le vie annoverate nell'*Itinerarium Antonini Augusti*, un manuale di strade e tappe dove venivano segnate le soste e le distanze tra un punto di sosta e l'altro per tutte le vie dell'Impero romano.

I Bizantini poco tempo dopo, occuparono la regione e la inserirono la Sicilia in un più ampio *thema*, una suddivisione in regioni del loro impero,

insediandosi sulle rocche e sulle alture a scopi difensivi. Furono i guerrieri Musulmani che dall'Africa settentrionale, dall'Arabia e dalla Spagna invasero l'isola nel IX sec., a trasformare il paesaggio, le strade e i villaggi che nel corso dei secoli prosperarono o vennero abbandonati. Fino all'arrivo dei cavalieri Franchi provenienti dalle coste della Normandia: in poco più di trenta anni, i Normanni guidati dal Gran Conte Ruggero d'Altavilla e dal fratello Roberto il Guiscardo, riconquistarono l'isola, da due secoli ormai sotto controllo degli Emiri e ricristianizzarono tutto il territorio, rinforzando le chiese di rito greco, edificandone nuove di rito latino e permettendo quell'osmosi che ha creato le premesse per la società siciliana di oggi, un mix culturale e genetico di genti diverse, accoglienti per costituzione.

Ciò che vedrai non sono solo sentieri tra i campi e i vari centri urbani. Sono l'eredità lasciataci da queste genti, sono le Regie Trazzere che alla fine del XIX secolo i Borboni catalogarono e disegnarono nei loro Regi Catasti. Tutto questo miscuglio è ciò che incontrerai. Quello che ci fa ancora dire: «*Siciliani semu, un populu chi canta in allegria; 'nta lu sangu avemu la forza dill'antichi cavalieri, Nurmanni, Greci, Arabi e Spagnoli, chi sta Sicilia vosiru vantari...*».

da <http://www.magnaviafrancigena.it/>

SETTEMBRE 2019

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Domenica 15	Maratonina del Pesco Du Pass Par San Zvan	30 - 20 - 16 - 11.5 9 - 3 Ludico Motoria	9,00	Palazzetto del Pattinaggio - Via Muzzinello - S.Giovanni in Persiceto (BO) Tel 392.4261362 ASD PERSICETANA PODISTICA ellepirretifiche@libero.it
Domenica 22	Centopassi	11.3 - 6.8 - 3.8 Ludico Motoria Competitiva 11,3	9,00 9,05	White Park di Cento di Ferrara (FE) filippini@alice.it Tel 051-902710 334.5769994 POL. CENTESE
Domenica 29	Camminata dall'Eremo ai Gessi	12.5 - 7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Viale della Libertà zona centro sportivo Ceretolo (BO) Tel 051-563784 347.0641783 POL. C.S.I. CASALECCHIO vito.attrotto@libero.it
Domenica 29	Ecomaratona di MonteSole	10 - 7 - 2 Ludico Motoria Comp. 10/21.097 42.195	9,00 9,00 8,30	Centro Sportivo Riveggio Tel. 393.9309984 393.9546838 Fax 051-6815033 info@ecomontesole.com CIRCOLO P. SAN FILIPPO NERI

OTTOBRE 2019

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Venerdì 4	19° Memorial Spiga Gorenzi	13 - 7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Parco Com. Meraville Decathlon - Bologna CIRCOLO GHINELLI Tel. 051-516898 Fax. 051-420098 circologhinelli@alice.it
Sabato 5	41° Camminata Marconiana	6,5 - 3 Ludico Motoria	16,00	Centro Sportivo (dietro la Chiesa di Pontecchio Marconi) Tel 324.8912029 334.1648781 CSI SASSO MARCONI atletica@csisassomarconi.it
Domenica 6	Camminata Campagnola	13 - 8 - 3 Ludico Motoria	8,30/9,00	Centro paese di Longara G.P. LONGARA Tel 051-721218 051-723418 334.2192295 340.3408571 gplongara@gmail.com
Domenica 6	S. Giorgio Ten - corri per Giorgia Chiude a 500	10 - 3 Ludico Motoria	8,30	Piazzale Coop Reno S. Giorgio di Piano BO Tel. 339.7185822 quasiatletisangiorgio@gmail.com QUASI ATLETI SAN GIORGIO
Sabato 12	Du Pas Par Pianor	9 - 4.5 - 2.5 Ludico Motoria	16,00	Parco del Ginepreto Pianoro prolocoavisplanoro@alice.it Tel. 338.7512138 349.0720871 PROLOCO AVIS PIANORO
Domenica 13	40° Trotterellata	12,5 - 6,5 - 2,5 Ludico Motoria	9,00	Centro PalaSala - Sala Bolognese Via Gramsci, 50/a monica.bernardini1@tin.it Fax 051-6873039 - 051-6814155 339.8681271 G.P. AVIS SALA BOLOGNESE
Domenica 20	Camminata la Caldaroosta	11 - 7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Campo Sportivo di Montepastore Tel. 339.5262717 333.8506123 COMITATO SAGRA ASD BO-ZO
Domenica 20	Fira di Sdazz CHIUDE A 1000	13 - 7 - 3.5 Ludico Motoria	9,00	Stadio Renato Bottazzi di Baricella Tel. 338.2746256 NUOVA CASBAH atletica.baricella@tiscali.it
Domenica 20	51° Giro dei tre Monti	Distanze varie 15,3 - 5 Competitiva e Ludico M.	9,00 9,30	Autodromo Ferrari Imola Tel. ? ATLETICA IMOLA SACMI AVIS Quota iscrizione lud. mot. € 2.5
Domenica 27	Du Pas Par Calderara XII Maratonina di Calderara	12 - 7 - 3 Ludico Motoria Competitiva 21,097	8,30/9 9,30	Centro Sportivo Pederzini - Via Garibaldi, 6 - Calderara di Reno Tel. 339.3419348 Fax. 051-6873207 POD. LIPPO CALDERARA presidente@upcalderara.com
Domenica 27	Ghost Run la corsa che non c'è	6 Ludico Motoria	2,00	Parco del Ginepreto Pianoro BO Tel. 338.7512138 349.0720871 prolocoavisplanoro@alice.it PROLOCO AVIS PIANORO

NOVEMBRE 2019

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Venerdì 1	2° Valsamoggia per Telethon	13 - 6 - 2 Ludico Motoria	9,00	Monteveglia - Bologna Tel. 346.7407535 G.P. MONTEVEGLIO cavigna15@gmail.com
Domenica 3	41° La Vallazza	14 - 8 - 3,1 Ludico Motoria Competitiva 14	8,45 10,00	Parco La Torretta - Via Mazzini, 82 - Molinella (BO) Tel. 338.8469828 G.P. ATLETICA MOLINELLA lavallazza@gmail.com
Domenica 10	Pianeta Uomo	11.5 - 7.5 - 3 Ludico Motoria	9,00	Poliambulatorio San Camillo Via Seminario 1 S. Lazzaro di Savena Tel. 335.6890187 Francesco Perri SAN RAFEL info@samur.it
Domenica 17	7° Camminata Memorial Massimo Miccoli	14 - 7 - 3 Ludico Motoria Competitiva 14	9,00 9,30	Palamezzolara - Via Lumaca, 2 - Mezzolara di Budrio (BO) Tel. 333.8506123 SSDRL CINQUE CERCHI
Domenica 24	"5 Fossi Run&Walk-Inver Running Cup" 7° edizione	14 - 12.5 - 7.7 - 5.7 - 3 Ludico Motoria Competitiva 10	9,00 10,00	Via Roma Piazza Cesare Battisti - Minerbio (BO) Fax 051-4177020 339.4810371 issian@gmail.com I SSSIAN RUN&WALK

DICEMBRE 2019

Data	Manifestazione	Distanza percorsi Km	Partenza Ora	Luogo di partenza – Società organizzatrice Informazioni e iscrizioni
Domenica 1	20° Camminata del G.J.M. 3° Trofeo Vialarga	12 - 7 - 4 Ludico Motoria Competitiva 12	8,30 9,00	Centro Comm. Vialarga Bologna Tel. 392.2959989 ASD ATL. GNARRO JET MATTEI gnarrojetmattei@gmail.com
Domenica 8	44° Camminata di San Luca	7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Piazza della Pace zona Stadio - Bologna atletica@csibologna.it Fax 051-406578 Tel. 051-405318 347.8485714 CSI BOLOGNA
Domenica 15	40° Corrida del Progresso	13 - 7 - 2.6 Ludico Motoria Competitiva 21,097	9,00 9,30	Centro Sportivo di Via Lirone - Castel Maggiore (BO) info@gruppopodisticooprogresso.it Tel. 347.3084198 G.P. POL. PROGRESSO
Domenica 22	Natalizia Lungo il Reno	10,5 - 7 - 3 Ludico Motoria	9,00	Via Allende Centro Sociale Amici Dell'Acquedotto - Casalecchio di Reno (BO) Tel 051-563784 347.0641783 C.S.I. CASALECCHIO vito.attrotto@libero.it
Giovedì 26	53° Podistica di S. Stefano	10 - 7 - 4 Ludico Motoria Competitiva adulti 8	9,00 9,15	Piazza 2 Agosto 1980 - Sant'Agata Bolognese (BO) monardina@alice.it Tel 051-956510 349.0569918 Fax 051-957901 A.S.D. SOC. VICTORIA
Domenica 29	Camminata Villa Bernaroli	8 - 5 - 3 Ludico Motoria	9,00	Centro Sociale Villa Bernaroli Borgo Panigale BO Tel. 333.8506123 ASD BO - ZOCCA
Martedì 31	18° Maratona di San Silvestro	42,195 Solo Competitiva	9,30	Centro Sportivo Pederzini - Via Garibaldi, 6 - Calderara di Reno (BO) Tel. 339.3419348 Fax. 051-6873207 presidente@upcalderara.com POD. LIPPO/CALDERARA