

Associazione Sportiva Dilettantistica “3-cycle”



La S.V. è invitata alla Conferenza Stampa di presentazione della partecipazione dell'atleta ferrarese **Ilaria Corli** alla:

Trans America Bike Race 2016

competizione non stop attraverso 10 Stati, 6.800 km dall'Oregon alla Virginia

che si terrà

MARTEDI 17 MAGGIO, ALLE ORE 11.30

**presso la Sala degli Arazzi della Residenza Municipale
Piazza Municipio, 2 - FERRARA**

Interverranno:

Massimo Maisto – Vice Sindaco del Comune di Ferrara

Simone Merli – Assessore allo Sport del Comune di Ferrara

Enrico Balestra – Presidente Provinciale Uisp Ferrara

Il presidente
Paolo Mecca

Associazione Sportiva Dilettantistica “3-cycle”, via Arianuova, 51– Ferrara

Cell: + 39 392 0178873 | Cell: +39 340 8073822

www.ilariacorli.com

mail: info@ilariacorli.com

www.facebook.com/pages/Ilaria-Corli-Ultracycling

Con il patrocinio del



COMUNE DI FERRARA
Città Patrimonio dell'Umanità

PRESENTAZIONE ILARIA CORLI – maggio 2016

Ilaria Corli, 28 anni – Ultracycler.

Ilaria è nata a Ponte dell'Olio (PC) il 14 luglio 1987. Vive a Ferrara, dove si è laureata in Matematica (2010). Cresciuta con la passione per lo sport, si è poi laureata in Management dello Sport presso l'Università di Firenze (2013), e attualmente frequenta la facoltà di Scienze Motorie nella sua città.

Tecnico Federale di Triathlon, segue i ragazzi dai 4 ai 18 anni.

Ha partecipato a numerose competizioni podistiche fino alla mezza maratona, ciclistiche, di duathlon e di triathlon.

Amante dei lunghi viaggi in solitaria in bicicletta, per le emozioni di avventura, libertà e crescita interiore che riesce a realizzare, al momento attuale ha compiuto: Barcellona-Ferrara: 1200 km in 6 giorni nel 2013; Ferrara-Oslo: 2400 km in 12 giorni nel 2014; Ferrara- Caponord: 4200 km in 30 giorni nel 2015.

ESPERIENZE PASSATE

2013 → Barcellona – Ferrara in solitaria, 1200 km in 6 giorni

2014 → Ferrara – Oslo in solitaria, 2400 km in 12 giorni

2015 → Ferrara – Caponord in solitaria, 4300 km in 30 giorni

RISULTATI 2016

2° posto assoluto **alla Granfondo del Po** (percorso lungo) – **6 marzo**

partecipazione alla **Race Across Italy** (Adriatico –Tirreno – Adriatico) con partenza, valida come prima prova del Campionato Italiano Ultracycling: 808 km non stop con 8.000 metri di dislivello partenza ed arrivo a Silvi Marina (Te) con giro di boa ad Anzio (Lt) attraverso il Parco Nazionale dell'Abruzzo – **aprile 2016**

Mentre i primi due viaggi hanno avuto prevalentemente una connotazione di sfida personale, con l'esperienza di **Caponord 2015** Ilaria ha deciso di condividere il proprio percorso di crescita in quanto inserito in diversi contesti.

L'itinerario rappresenta in primo luogo il simbolo della sua voglia di viaggiare e della sensazione di libertà che solo la bicicletta è in grado di offrire, ma anche l'evoluzione che il ciclismo femminile e l'intero movimento cicloturistico stanno vivendo negli ultimi anni.

Il progetto Capo Nord è partito infatti da una Ferrara "città delle biciclette", che grazie ai recenti interventi di viabilità ciclabile, permette a sempre più persone di utilizzare un mezzo ecologico per gli spostamenti quotidiani, e al contempo tenersi in forma all'aria aperta.

Dopo la stagione dei lunghi viaggi in solitaria durata tre anni, Ilaria **nel 2016** è pronta a cimentarsi nelle **competizioni ultracycling vere e proprie**, confermando la scelta della completa auto sufficienza, ovvero senza avvalersi di mezzi di supporto al seguito.

La sfida sarà la **Trans America Bike Race**, competizione coast to coast di 6.800 km non stop con 65.000 metri di dislivello attraverso 10 Stati con partenza da Astoria (Oregon, costa Pacifico) il 4 giugno e arrivo a Yorktown (Virginia, costa Atlantico).

ILARIA E CAPONORD 2015

“Perché Caponord: la scelta della meta del viaggio 2015 rappresenta la realizzazione di un sogno che avevo nel cassetto dal 2010, quando per la prima volta nella mia vita sono salita su una bici da corsa, quella di mio nonno. E' stato l'anno in cui ho iniziato a praticare triathlon e dei miei primi viaggetti in solitaria. In quell'anno suonavo in un gruppo musicale, e ricordo che più di una volta ho raggiunto la mia band sulla mia bici a 100/150 km da casa, per poi salire sul palco. Con la passione per la bicicletta ho iniziato a documentarmi, a guardare video tutorial su youtube per imparare da sola a stringere i freni, a cambiare la catena, ma anche a fare operazioni elementari come la semplice sostituzione o riparazione della camera d'aria a seguito di una foratura. Mi sono iscritta a vari forum di cicloturisti, dove mi sono sentita immedesimata con molti di loro. Le mete che più leggevo erano al nord, per la grande rete ciclabile del centro Europa e parallelamente per la cultura ciclistica dei paesi anglosassoni.

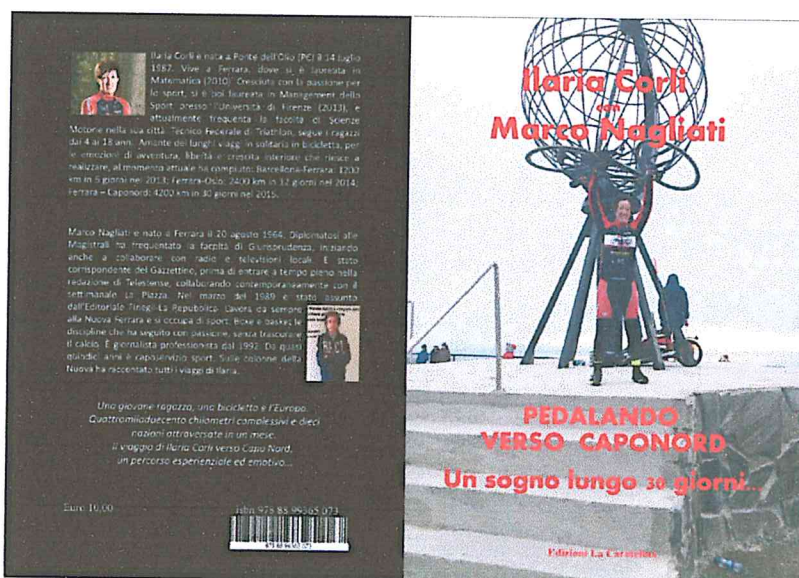
Leggevo tanti articoli e blog di viaggi che avevano come meta il Capo più settentrionale d'Europa, meta simbolica di molti ciclisti da tutta Europa. Ma i km per me allora erano tanti, troppi, non avevo esperienza. E l'elemento che più mi spaventava del nord è stato il meteo, la piogge quotidiane, il freddo delle montagne che avrebbe richiesto un equipaggiamento invernale oltre che estivo.

La prima scelta di viaggio è stata dunque la Spagna, Barcellona. L'idea di uscire di casa in bici e di arrivare in Spagna, per me amante dei paesi caldi, mi affascinava molto, ma come prima esperienza ho trovato più semplice imbarcare la bici in un grande scatolone e percorrere la strada a ritroso, piuttosto che arrivare in aeroporto alla ricerca disperata di un qualsiasi contenitore dove imbarcare il mio mezzo. Furono 6 giorni durissimi, soprattutto perché non avevo trovato il modo di mettere un portapacchi sull'unica bici da corsa che avevo, così decisi di tenere sulle spalle un grosso zaino, del peso di circa 8 kg, che mi massacrò letteralmente le spalle da non riuscire quasi più a stringere i freni gli ultimi due giorni. Questo primo viaggio fu un'esperienza bellissima, di libertà e al contempo una prova con me stessa e mi pentii di aver scoperto la bici solo così tardi.

L'anno successivo, ossia lo scorso anno, mi allenai di più, e decisi anche io di percorrere le tanto quotate piste ciclabili del centro Europa di Austria, Germania, Danimarca. La meta fu scelta ad Oslo, per comodità di volo diretto di ritorno.

Mi attrezzai questa volta con un portapacchi adeguato, e decisi di viaggiare nella direzione che prediligevo, ossia con la partenza da casa. Raddoppiai i giorni e i km, e quando arrivai sentii che dentro di me la strada non era finita, ma il vento continuava ancora a soffiare verso nord, e che l'anno successivo sarei stata pronta anche io per arrivare a Nordkapp.

In quanto donna, ci tengo a valorizzare l'evoluzione del ciclismo femminile e dell'intero cicloturismo degli ultimi anni. Sono sempre di più le ragazze che si avvicinano alla bicicletta sia come valida alternativa sportiva, che per il senso di libertà e per la vicinanza con la natura che pochi altri sport sanno dare.”



PROGETTO 2016: TRANS AMERICA BIKE RACE

La sfida per il 2016 è il passaggio dai lunghi viaggi in solitaria ed autonomia al confronto ed alla competizione ultracycling, mantenendo la caratteristica dell'autosufficienza ed indipendenza: la TRANS AMERICA BIKE RACE, competizione coast to coast negli Stati Uniti di 6.800 km non stop con 65.000 metri di dislivello attraverso 10 Stati, con partenza da Astoria (Oregon, costa Pacifico) il 4 giugno e arrivo a Yorktown (Virginia, Costa Atlantico), senza equipaggi al seguito.

Le principali difficoltà della sfida sono riconducibili a due fattori. Il **primo** è relativo alle caratteristiche tecniche del tracciato. Oltre alla lunghezza ed al dislivello complessivo, i concorrenti dovranno affrontare temperature che vanno dagli zero gradi della parte montagnosa iniziale ai quasi 40° delle pianure di Kansas, Missouri ed Illinois. Per oltre 1.500 km inoltre (tra Montana, Wyoming e Colorado) l'altitudine non scenderà mai al di sotto dei 1.500 metri sul livello del mare con il picco massimo dell'Hoosier Pass nelle montagne rocciose (3.518 metri). In questo tratto è prevista un'escursione termica di oltre 20° gradi all'interno della stessa giornata.

La **seconda** tipologia di difficoltà deriva dalla categoria di appartenenza della TABR, ovvero alle competizioni cosiddette "solo" o "self supported". A differenza di altre competizioni ultra-cycling, quali ad esempio la più celebrata Race Across America (RAAM) nella quale l'equipaggio al seguito è parte obbligatoria ed integrante di ciascun atleta partecipante, la Trans America Bike Race si caratterizza per il fatto che non consentita alcuna forma di supporto esterno, nè da parenti o amici né dagli altri concorrenti. Ogni forma di approvvigionamento (cibo, pernottamenti, assistenza meccanica, medicinali....) deve provenire dagli esercizi commerciali posizionati lungo il percorso. In tale contesto le decisioni relative al ciclo veglia/sonno, alle ore di pedalata e di riposo, le scelte alimentari e di riapprovvigionamento sono strategiche ai fini del risultato finale allo stesso modo della performance atletica ed agonistica.

La posizione dei concorrenti è monitorata costantemente attraverso una traccia GPS, visualizzabile in ogni momento sul sito dell'organizzazione. I partecipanti sono obbligati ad attenersi alla traccia ufficiale del percorso.

Il percorso della Trans America Bike Race si sviluppa quasi interamente lungo l'itinerario Cicloturistico denominato "**Bikecentennial '76**" percorso per la prima volta nell'estate del 1976 da oltre 4.000 ciclisti per commemorare il bicentenario della Dichiarazione di Indipendenza degli Stati Uniti.

Obiettivo di Ilaria è arrivare a Yorktown in Virginia un mese esatto dopo la partenza dall'Oregon: il 4 luglio 2016, festa nazionale e giorno del 240° anniversario dell'Indipendenza Americana.

Numeri: 4.400 miglia (6.800 km), 65.000 metri di dislivello positivo, Quota massima: 3518 metri s.l.m (Hoosier Pass), 10 Stati attraversati: Oregon, Idaho, Montana, Wyoming, Colorado, Kansas, Missouri, Illinois, Kentucky, Virginia.

Edizione 2016: 103 iscritti in rappresentanza di 18 nazioni e 4 continenti, 10 italiani (8 nella categoria singoli e 1 coppia): seconda nazione dopo gli Stati Uniti per numero partecipanti.

RINGRAZIAMENTI

Ringrazio tutti coloro che a vario titolo hanno contribuito alla realizzazione del progetto:

il **Comune di Ferrara** nelle figure del vicesindaco **Massimo Maisto**, dell'assessore allo sport **Simone Merii** e dell'assessore alla mobilità **Aldo Modonesi**; ancora del Comune di Ferrara **Ilaria Menegatti** e **Maria Teresa Pinna**; il Sindaco **Antonio Giannini** per il Comune di Ro; **Emma Barboni** e l'Ufficio Turismo della Provincia di Ferrara; **Bruna Ravani**, **Rodolfo Pazzi** ed il Professor **Edgardo Canducci** della sezione di Nutrizione Umana dell'Università di Ferrara; Gianni, Ilaria ed il direttore **Michele Balboni** per **AMI (Agenzia Mobilità ed Impianti) Ferrara**, **Maurizio Canzi** e tutto il team **Kuotacycle**, **Daniele Sala** e **Therence** per l'abbigliamento **Damasportswear**, **Lucy Rusjun** splendida ambasciatrice dell'artigianato made in Italy, **Emanuela** e **Manuele** dello staff **+Watt**, **Stefano Bottoni** e **Rebecca** per il **Ferrara Buskers Festival**, **Stefano Diegoli** e la **Federazione Italiana Amici della Bicicletta**; **Luca Lodi** e **Mara Folegani** di **TME Lavori Edili**; **Paolo Albanese** e **Paola Folli** Presidente del **Lions Club Portomaggiore San Giorgio**, **Simone** ed **Erica Zannini** e tutto lo staff **Linktours**, il coach **Cristiano Caporali**; la psicologa dello sport **Marisa Antollovich**, **Paolo Godina** ed il **Centro Analisi Barzanò**.

L'intera Città di Ferrara, rappresentata dal Sindaco **Avv. Tiziano Tagliani**, per la concessione del Patrocinio dell'Amministrazione Comunale alla: "Partecipazione atleta **Ilaria Corli** alla **Trans America Bike Race 2016**"

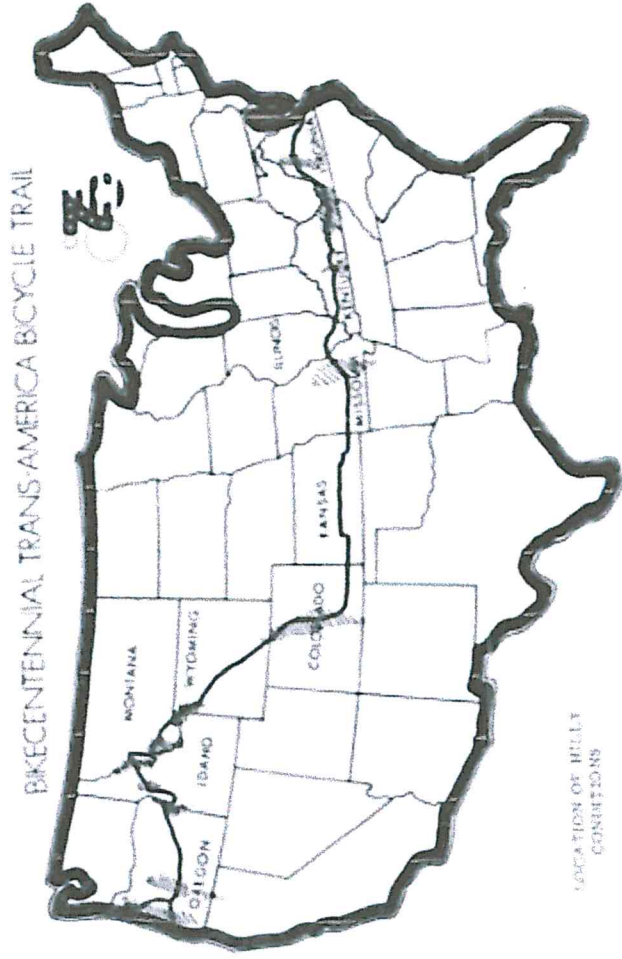
Con il patrocinio del



COMUNE DI FERRARA
Città Patrimonio dell'Umanità

TRANS AM BIKE RACE

**Coast to Coast: 6800 km.
Partenza da Astoria (OREGON) il 4 giugno 2016.
Arrivo a Yorktown (VIRGINIA)**



SHOWDOWN ON THE OPEN ROAD

TRANS AM BIKE RACE
2016

THE 4TH OF JUNE AT 8AM



**THE LONGEST SELF SUPPORTED
ROAD RACE IN THE UNITED STATES
NO DRAFTING - NO SUPPORT CREW
4400 MILES - 10 STATES - 1 COUNTRY
YORKTOWN, VIRGINIA
ASTORIA, OREGON
ACCEPTING INQUIRIES FOR
SOLO, PAIRS, AND TOURISTS AT
TRANSAMBIKERACE.COM**