

Calendario d'Avvento – 20 dicembre 2021

Se avete guardato le classifiche degli allenamenti del mercoledì, vi sarete accorti che, di tanto in tanto, nella riga riservata alle note, vi era l'aggiunta "XY arrivato all'allenamento a corsa", oppure "XY arrivato all'allenamento in bici". Sì, perché alcuni ragazzi agetini sono molto indipendenti nei loro spostamenti. Vanno e vengono dagli allenamenti e dalla palestra da soli, senza che la mamma o il papà debbano scarrozzarli avanti e indietro. Usano con destrezza i mezzi pubblici, bus, treno e autopostale per raggiungere il luogo dell'allenamento. Bravissimi. Alcuni di loro saltano in sella alla bici e pedalano a lungo prima di farsi il giro con cartina e bussola e anche dopo l'esercizio, per tornare a casa. Fanno benissimo. Usare la bici per andare all'allenamento, a scuola, o in giro attorno a casa è un ottimo esercizio per allenare tutti i muscoli e soprattutto è gratis, nel senso che se si fanno 10 km al giorno in bici, non ci sarà più bisogno di uscire tante volte per la mezz'oretta di corsa pura. La bici ha già fatto il suo lavoro, per gambe, schiena, braccia e fiato.

Un tempo, nemmeno troppo lontano, la bici era molto usata per andare al lavoro; pochi si potevano permettere l'auto e così si pedalava anche per distanze decisamente impegnative (ad esempio Bellinzona- Monte Ceneri) prima della giornata lavorativa di 9 e passa ore. Le bici non erano mica performanti come quelle di adesso, e siccome venivano adoperate tanto si rovinavano parecchio, tant'è che la maggior parte del parco bici del canton Ticino era costituita da bici malconce, chiamate *carnasc*, *capín*, *biròcc*, *carcöss*, *trabicol*, cioè catorci, uncini, veicoli disastriati, , carcasse, trabiccoli.



Non so se adesso ci sia ancora la differenza fra *bici da dòna* e *bici da omm*, bici da donna e bici da uomo (con la canna, cioè la stanga da sella a manubrio), fatto sta che la bici era un oggetto prezioso per poter lavorare e non lo si prestava neppure ai parenti. Un brutto inconveniente era bucare copertone e camera d'aria della bici, perché voleva dire spingerla per ore e ore prima di poterla riparare.

In tempo di guerra, nel Mendrisiotto, *i vécc ... i cüsivan i cupertún dala bici cula gügia dal tabacch* i vecchi cucivano i copertoni bucati delle bici con l'ago che usavano per infilare le foglie di tabacco.

Sarà nato in tempi di guerra anche questo invito a servirsi della bicicletta negli spostamenti per risparmiare le suole delle scarpe: *el curám dala sèla dala bici l'è dūr, ma l'è sémpru püssée cunveniént che quèll di scarp*, il cuoio della sella della bicicletta è duro, ma è sempre più conveniente di quello delle scarpe.



Chissà quante scarpe hanno risparmiato i nostri specialisti di Bike-O (lo sport che combina bici e C.O.), gli agetini Arianna e Mathias Arpagaus, pluricampioni svizzeri e non solo, che di chilometri in bici ne fanno tantissimi ogni anno.

Buona giornata in sella
Lidia