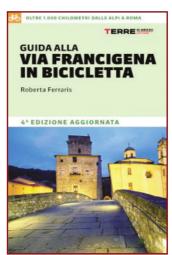
## il Tieino



## "Guida alla via Francigena in Bicicletta"

edizione della «Guida alla

la

nuova

disponibile

Via Francigena in bici-cletta» (pagine 216, euro 18,00) di Roberta Ferras. Il volume è uscito per tipi di Terre di mezzo Editore, casa editrice spe-cializzata in pubblicazio-ni apprezzate dalle comudei camminatori nità е degli appassionati trekking. «Tra il maggio e il settembre 2010, scrive Ferraris, ho percorso l'in-tero itinerario fino a Ro-ma, cercando di definire un'ipotesi di tracciato per le due ruote, il più possi-bile aderente a quelli attestati storicamente, che evitasse dislivelli eccessivi, strade troppo trafficate o sentieri sconnessi». «Questa quarta edizione aggiornata al giugno 2018, aggiunge, propone nuove soluzioni ciclabili, con particolare attenzio ne alla sicurezza, alla fa-cilità e alla scorrevolezza del percorso» e tiene conto che «vari tratti della Via sono stati ripercorsi, an Via che alla luce delle opzioni studiate da enti e associazioni, e con il contributo dei suggerimenti dei let-tori». La Guida contiene tutto quello che occorre sapere sapere per percorrere le ventitré tappe dell'antico tracciato seguendo strade secondarie, sterrati e sen-tieri adatti alla due ruote. Partendo dal Monginevro o dal Gran San Bernardo – le due principali porte d'accesso alpine al tratto italiano della Via –, Roberta Ferraris illustra gli itinerari che si snodano attraverso un mosaico di paesaggi unico al mondo: dalle Alpi alle risaie, dalle colline toscane, alla campagna laziale, senza di-menticare le città d'arte, le isolate pievi romani-che, i castelli e i borghi medievali. In Prima di partire l'autrice ripercor-re brevemente la storia della Via Francigena e fornisce le informazioni su come affrontare agevolmente il tragitto; parla del valore non solo simbo-lico della credenziale come «passaporto» del pellegrino; si sofferma sui se-gnavia, le informazioni informazioni tecniche relative alla bici-cletta da utilizzare, i concletta da utilizzare, i consigli sul periodo migliore per affrontare il viaggio, il materiale da portare e come prepararsi. Nella sezione Percorso sono spiegate le singole tappe: una mappa in scala1:60.000 con la segnalazione dei punti di interesse; un riquadro con altimetria, distanza, altitudi-ni, località e difficoltà deldistanza, altitudi la tappa. Ti.Co.