



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



LA STRADA CHE UNISCE:

tra Abruzzo e Slovenia

SU DUE RUOTE



L'itinerario

Dal 15 al 18 settembre ,Durante la Settimana Europea della Mobilità 2025, un gruppo di 10 appassionati di ciclismo che hanno partecipato al progetto formativo Cicloteca presso il Centro Culturale Aldo Moro di San Salvo, ha intrapreso un viaggio speciale: una mobilità green in Slovenia, ospiti del Centro Regionale di Sviluppo di Capodistria (Regionalni razvojni center Koper).

Il viaggio si è svolto con modalità intermodale : in treno con le bici caricate dalla Stazione di Vasto San Salvo con sosta a Bologna e proseguimento per Trieste e da qui a Muggia (ultima località Italiana) in traghetto per poi raggiungere Koper /Capodistria in bici. L' esperienza è stata così intensa e arricchente, che vogliamo raccontarla attraverso il diario di bordo dei partecipanti



Il progetto «Cicloteca»

Cicloteca è un progetto di inclusione sociale e promozione culturale sostenuto da Akon Service , Coordinatore del Consorzio Erasmus + L'idea, partita da noi comuni cittadini, è semplice: rendere la bicicletta accessibile a tutti, come un libro in prestito in una biblioteca.

Quel lunedì di febbraio 2025, durante la presentazione del progetto "Cicloteca" al Centro Culturale Aldo Moro di San Salvo, nessuno di noi partecipanti, ciclisti aspiranti o esperti, immaginava quanto lontano ci avrebbe portato.

Non sapevamo ancora esattamente cosa aspettarci, ma sicuramente non di intraprendere, alla fine dell'estate successiva, un'avventura sulle due ruote grazie al programma Erasmus+

Eppure, dopo rocamboleschi preparativi, il giorno della partenza per la nostra destinazione è arrivato.



GIORNO 1

14/09/2025

A partire siamo in dieci, ognuno con il suo vissuto e con differenti gradi di familiarità con le due ruote, ma con la voglia di mettersi in gioco e **condividere** un'esperienza che si rivelerà unica.

Perché il viaggio sia ecosostenibile sin dall'inizio, decidiamo di raggiungere la stazione di Vasto-San Salvo in bicicletta, percorrendo la pista ciclabile della città in una silenziosa domenica mattina di settembre.

Più emozionati che previdenti, arriviamo in anticipo, consapevoli del fatto che quattro su dieci di noi dovranno smontare il proprio mezzo, perché il vagone messo a disposizione per le biciclette ne contiene solo sei.

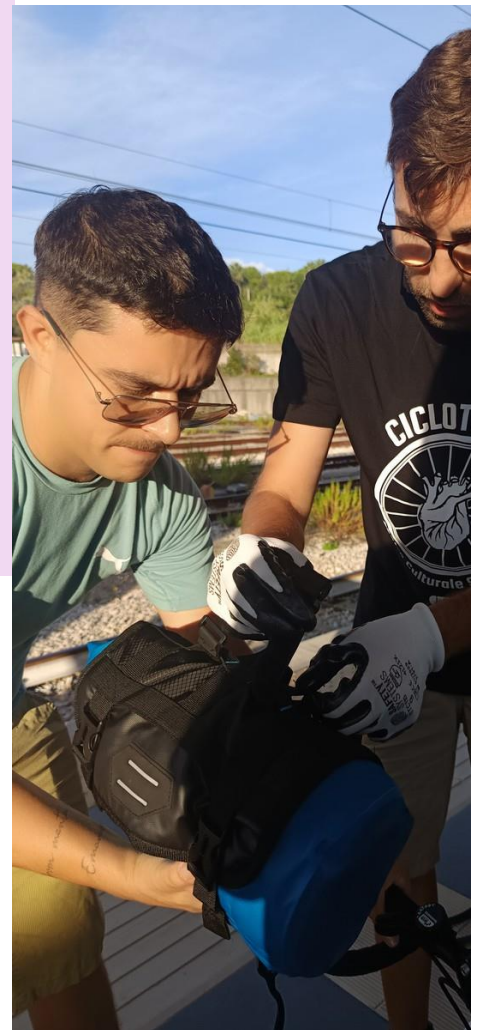
Sembra filare tutto liscio, o quasi, e dopo la foto di rito con la maglietta della cicloteca, finalmente partiamo.

Tra spuntini sostanziosi, chiacchiere animate e suddivisione dei compiti, il tempo vola e arriviamo nella calda e viva stazione di **Bologna**.

Giriamo per la città, **accogliente** come sempre con i suoi portici e l'umanità variopinta che li attraversa.



14/09/2025



14/09/2025





Le brave ragazze vanno in paradiso,
le cicliste vanno dappertutto!



GIORNO 2

15/09/2025

Dopo una gustosa colazione da Forno Brisa, famoso in città per le sue **politiche d'impresa sostenibili**, torniamo verso la stazione, per prendere un treno regionale diretto a **Trieste**. Ci accorgiamo che il vagone non è sufficiente per tutte le biciclette (non siamo i soli a viaggiare sulle due ruote). Avviamo una **riflessione** sulla necessità di incentivare una mobilità che sia realmente sostenibile, non solo a parole.

Dalla stazione di **Trieste**, dove arriviamo sani e salvi nonostante il disagio, si snoda una pista ciclabile che ci conduce al Porto dei Bersaglieri, da cui ci imbarchiamo per Muggia, l'ultimo comune italiano dell'Istria.

Sul traghetto conosciamo un simpatico gruppo di ciclisti dall'energia contagiosa. (Al rientro Morena ci invierà una sua foto, con indosso la maglietta della Cicloteca che le abbiamo donato, all'evento "Bimbinbici" a Santa Maria di Sala, proposto dal **FIAB MIRANO-RIVIERA DEL BRENTA** e dall'associazione **Spirito Libero Gravel**. A dimostrazione che la bicicletta crea legami inaspettati).



15/09/2025

Giunti a **Muggia**, decidiamo di costeggiare il mare per raggiungere il confine con la Slovenia e, dopo un paio d'ore di vivaci pedalate, arriviamo con grande gioia a **Capodistria** (Koper). Anche se la segnaletica ci confonde un po', ci godiamo le piste ciclabili della città.

Nel pomeriggio ci rechiamo al Centro di Sviluppo Regionale di Capodistria (RRC Capodistria). L'atmosfera è subito calorosa e informale, ideale per rompere il ghiaccio grazie all'accoglienza del professionale e simpatico Tilen che ci illustra brevemente la missione del Centro di mobilità di cui lui è responsabile: promuovere uno sviluppo regionale equilibrato e sostenibile, con particolare attenzione al tema della mobilità verde. Ci sentiamo fin da subito parte di un progetto internazionale di grande valore, che connette comunità diverse ma unite dagli stessi obiettivi. Veniamo informati che in occasione della settimana della mobilità sostenibile, sono previste una serie di iniziative volte a:

- disincentivare l'uso delle automobili
- rendere maggiormente fruibili i percorsi ciclabili, uniformando la segnaletica;
- migliorare il trasporto pubblico (treni, autobus, etc.)

Insieme ci scambiano esperienze ed idee e si discute delle sfide e delle opportunità future per lo sviluppo di sistemi di mobilità più ecologici ed efficienti a livello europeo.



15/09/2025





"Non c'è supermarket dove si compra la grinta:
o ce l'hai, o non ce l'hai"



GIORNO 3

16/09/2025

In mattinata ci rechiamo nuovamente al Centro di Sviluppo Regionale di Capodistria, dove ci attende un programma ricco di contenuti. Ci vengono mostrate esperienze di trasporto sostenibile già attive a livello urbano e regionale. Viene affrontato anche il tema della mobilità dolce e della bicicletta. Si condivide il concetto che andare in bici non è solo un'attività ricreativa, ma una scelta di vita quotidiana capace di ridurre l'inquinamento e migliorare la salute. Osserviamo esempi concreti di buone pratiche adottate nella città di Koper e veniamo invitati a "testare" le piste ciclabili della regione.

Pertanto si rimonta in sella per imboccare finalmente la celebre Parenzana, un'ex linea ferroviaria lunga 123 km, che collegava Trieste a Parenzo, attraversando tre nazioni (Italia, Slovenia e Croazia) e oggi riqualificata come percorso cicloturistico.

Il tratto su cui pedaliamo costeggia il mare ed è divisa tra pedonale e ciclabile, è larga una decina di metri e con bagni pubblici a metà percorso. Praticamente il sogno di tutti i cicloturisti. Giunti alla bellissima cittadina di Izola veniamo sorpresi dalle prime gocce di pioggia. Non ci scoraggiamo e proseguiamo in sella, con un misto di eccitazione e timore. Con i lampi in lontananza sul mare e il vento che sferza le nostre biciclette, l'atmosfera è surreale. Quando arriviamo in hotel, bagnati e raffreddati, ci lasciamo andare ad un'esultanza liberatoria: ce l'abbiamo fatta!



16/09/2025



16/09/2025



16/09/2025

Oggi Tilen ci illustra i “points” delle reti ciclabili: scopriamo i diversi elementi che possono arricchire o ostacolare un percorso in bici, come attrazioni turistiche, ostacoli fisici, segnaletica, collegamenti con i mezzi pubblici e servizi di assistenza. ci viene mostrato come queste informazioni vengano utilizzate per migliorare la sicurezza e l’esperienza del ciclista.

Ci aspetta il compito di identificare e categorizzare diversi tipi di punti su un percorso ciclistico locale.

Ed eccoci di nuovo sulla Parenzana, a ahime a causa della segnaletica in sloveno ci ritroviamo fuori pista sulle colline istriane, tra vigneti a perdita d’occhio e percorsi in salita e discesa in mezzo al verde.

Dopo la cittadina di Strugnano, si erge di fronte a noi una salita rapidissima a tornanti, ahinoi! Non ci abbattiamo e, tra una risata e un “non verrò mai più”, cominciamo a pedalare, ricordando a noi stessi che non si tratta di una competizione.

Alla fine arriviamo in cima, stanchi ma soddisfatti, e come a ripagarci della fatica si aprono di fronte a noi panorami mozzafiato, tra il mare blu e Isola in lontananza. Ripartiamo e arriviamo finalmente a Pirano, cittadina che si rivela essere un gioiello della costa slovena. Riprendiamo la Parenzana, da imboccare con una piccola deviazione a Portorose (ciclovie D8) (foto cartello Parenzana). Alterniamo i caratteristici tunnel ai bei paesaggi collinari, lungo un tragitto godibilissimo, per un totale tra andata e ritorno di circa 40 km (con 400 metri di dislivello). Entusiasti della giornata indimenticabile, ci godiamo il tramonto lungo il tratto sul mare e rientriamo in hotel.



GIORNO 4

17/09/2025

Dopo le prime giornate di incontri e scoperte, la nostra esperienza Erasmus continua con una nuova tappa di formazione presso il Centro di Sviluppo Regionale. In questa occasione affrontiamo un tema centrale per la crescita sostenibile del territorio: l'intermodalità. Scopriamo come integrare diversi mezzi di trasporto – bici, treno, bus, traghetti – possa ridurre l'impatto ambientale e migliorare la mobilità delle persone, favorendo al tempo stesso il turismo lento e responsabile. È una lezione che va oltre la teoria: ci mostra un modo diverso di pensare lo spostamento, come parte di una rete europea di connessioni intelligenti e rispettose del pianeta.



17/09/2025

Nel pomeriggio mettiamo in pratica quello spirito di movimento consapevole con pedalata in direzione Pirano. Superata Isola, decidiamo di continuare lungo la Parenzana, ma tra la stanchezza e qualche indicazione poco chiara, finiamo per sbagliare strada. Poco male: ci ritroviamo immersi tra le colline istriane, circondati da vigneti e profumo di terra. La salita di Strugnano ci mette alla prova, ma la affrontiamo con ironia e spirito di squadra. In cima, il panorama ci ripaga di ogni sforzo — il mare che brilla, Isola in lontananza, il silenzio del vento. A Pirano ci accoglie la magia del suo centro storico, le calli strette e l'ampia Piazza Giuseppe Tartini che sembra abbracciare il mare. Dopo una sosta con un tuffo rigenerante tra gli scogli, riprendiamo la via del ritorno lungo la ciclovía D8. Tra tunnel e colline, la pedalata diventa un'esperienza di libertà e connessione: con la natura, con i compagni di viaggio, con noi stessi. Al tramonto, rientrando in hotel, ci rendiamo conto di quanto abbiamo imparato: che la sostenibilità è un percorso fatto di scelte quotidiane, che la fatica condivisa unisce più di ogni traguardo, e che ogni chilometro percorso insieme costruisce un pezzo d'Europa reale, viva, fatta di persone che si muovono, imparano e crescono insieme.



17/09/2025



17/09/2025





"Emozioni in cammino verso l'estremo nord
dell'Adriatico nella terra del sale e del mare che
non hanno potuto fare ritorno al cielo."



GIORNO 5

18/09/2025

La giornata inizia presto, con l'energia di chi sta per attraversare ancora una volta un confine, non solo geografico ma anche culturale. Dopo giorni intensi di osservazione e confronto, è arrivato il momento di rimettersi in viaggio verso l'Italia. Prima di ripartire, però, ci attende un'ultima tappa significativa: l'arrivederci al team del Centro regionale di Capodistria, un luogo dove abbiamo respirato pienamente lo spirito di cooperazione e della formazione. Qui abbiamo incontrato professionisti accomunati dalla volontà di condividere buone pratiche e costruire reti di collaborazione transnazionali. È stata un'esperienza di dialogo concreto, in cui abbiamo compreso quanto l'Europa sia fatta di persone, di idee che circolano, di esperienze che si intrecciano oltre ogni barriera.





GIORNO 5

18/09/2025

Dopo i saluti , ci rimettiamo in cammino. Questa volta percorriamo il tratto opposto della Parenzana, da Capodistria a Muggia. Il paesaggio muta: il mare si allontana e la natura torna protagonista. Campi, colline e abitazioni punteggiano il percorso; lungo la strada incontriamo, divertiti, galline e asinelli che ci ricordano la semplicità della vita rurale. È un viaggio lento, sostenibile, in perfetto spirito europeo: muoversi rispettando il territorio e apprezzando la sua diversità. Arriviamo a Muggia con un po' di anticipo sul traghetto, e ne approfittiamo per entrare nel borgo attraverso le sue mura. Passeggiare per le viuzze, ammirare il Duomo di Muggia, sentire il profumo del mare: tutto contribuisce a un senso di continuità tra i luoghi visitati, come se il confine non esistesse davvero. Sbarcati a Trieste, la nostra avventura non può che concludersi con una breve ma intensa esplorazione della città. La Piazza Unità d'Italia ci accoglie con la sua maestosità; una gentile signora del posto ci racconta con orgoglio la storia della città, crocevia di culture e simbolo di convivenza europea. In un momento spontaneo e sentito, sventoliamo la bandiera della pace, segno del nostro comune impegno per un'Europa solidale e aperta. È stata una giornata intensa, attraversata da incontri, scoperte e piccole emozioni condivise. Un giorno che ci ha fatto sentire cittadini europei nel modo più autentico: viaggiando, ed imparando insieme.



18/09/2025



Trascorriamo l'ultima mattinata a Bologna, pedalando ancora tra le sue strade.

Questa esperienza Erasmus di gruppo ci ha insegnato che il vero valore dell'Europa non sta solo nei confini aperti, ma nella circolazione delle idee, delle buone pratiche e delle persone. Abbiamo visto quanto il confronto arricchisca, quanto la collaborazione renda più consapevoli, e quanto la sostenibilità debba essere un impegno condiviso.

Il viaggio è quasi finito, ma già sogniamo la prossima avventura. Abbiamo capito che la meta conta meno del percorso, e che ciò che davvero lascia il segno sono le persone con cui cammini. Abbiamo imparato che in cima alla salita il panorama è più bello se la fatica è condivisa; che ognuno di noi può arrivare lontano, ma insieme possiamo andare ancora oltre; che servono gambe per muoversi, certo — ma sono i sorrisi, la curiosità e la voglia di costruire insieme l'Europa del futuro a farci andare avanti.





Erasmus+ non è solo un viaggio: è
l'inizio di una nuova visione del
mondo e di sé stessi."

