

Festival del Ciclista Lento

24 - 26 ottobre 2025 a Ferrara, la città delle biciclette

9ª edizione

Da venerdì 24 a domenica 26 ottobre 2025, torna a Ferrara il “Festival del Ciclista Lento”, la nona edizione della festa per “*la bella gente che pedala*”, il festival per chi ama pedalare senza fretta gustando panorami, incontri, racconti, bellezze e delizie del territorio.

In programma: la Pedalata più lenta del mondo “5 km in 5 ore”, la Granfondo del Merendone, il Galà del Ciclista Lento, la serata dedicata allo sport inclusivo e ancora: autori ‘a pedali’, visite guidate, premiazioni ai più lenti, pasticcio ferrarese & tenerina, una banda e... campioni e campionesse che anche quest’anno proveranno con noi ad imparare ad andare pianissimo!



I *ciclisti lenti* salveranno il mondo: dalla prepotenza della velocità; dalla noia dei primati in classifica; dal conformismo del campione solo al comando.

"**Beati gli ultimi che la vita sanno godersi**" è la filosofia che caratterizza la manifestazione ferrarese dedicata al *ciclismo-slow*, per festeggiare chi utilizza strade e ciclabili per pedalare piano, senza particolare talento per lo sport, senza tempi da rispettare o primati da stabilire.

C'è chi sceglie la bicicletta per il piacere stesso del pedalare e muoversi in scioltezza con un mezzo ecologico. Chi si gode le due ruote senza l'ansia di arrivare primo, chi vive il piacere del viaggio più che del traguardo, apprezzando paesaggi, gusti e curiosità incontrati lungo il percorso. Chi usa la bici quotidianamente, per andare al lavoro o a fare acquisti, per accompagnare i bambini a scuola, per godere di spazi della propria città, nel tempo libero e non, in modo ecologico e sostenibile, e lo fa chiedendo sicurezza.

[La nona edizione del Festival del Ciclista Lento](#) è una *sinfonia* che raccoglie le più belle storie di questo 2025 e racconta il popolo dei pedalatori felicemente *scarsi* che dal 2017 hanno colorato e animato l'appuntamento ferrarese, davvero inimitabile e unico nel suo genere.

Quest'anno la rassegna ideata e condotta del giornalista e musicista **Guido Foddìs** si arricchisce di un nuovo, prestigiosissimo scalpo. Dopo avere traviato sulla strada irreversibile della lentezza campioni come Gianni Bugno, Gianbattista Baronchelli, Gibo Simoni e Davide Formolo, solo per citarne alcuni, le rilassanti piste ciclabili ferraresi ospiteranno il super campione **Giuseppe Saronni**. Colui che vinse nel 1982 un memorabile Campionato del Mondo con uno scatto midiciale passato alla storia come *“la Fucilata di Goodwood”* dovrà ora misurarsi con la ben più temuta **Granfondo del Merendone**, a caccia di quell'ultimo posto che garantisce l'ingresso nell'albo d'oro del Festival del Ciclista Lento, oltre alla dose più generosa di cappellacci con la zucca e pasticcio ferrarese nei succulenti punti ristoro della manifestazione. Beppe Saronni racconterà la sua nuova vita di placido pedalatore, le leggende più o meno verificate del duello mai sopito con l'acerrimo avversario Francesco Moser, e anche di quel ragazzino sloveno scoperto tra le tante sirene dei procuratori sportivi nel lontano 2019: il campionissimo del ciclismo odierno **Tadej Pogačar**.

Ma il Festival del Ciclista Lento 2025 racconterà anche di chi questa estate a **Dresda** si è laureato campione del mondo di ciclismo dopo una lunga e tortuosa via crucis di un **trapianto di rene**. O di chi lotta con i morsi del morbo di **Parkinson** a cavallo di una bicicletta, girando l'Italia per far conoscere la terapia dello sport e per portare sempre più persone colpite da questa malattia sulle strade a pedalare. **Marco Pastonesi**, per antonomasia lo scrittore dei ciclisti lenti, in gara e nella vita, racconterà le storie a pedali delle pionieristiche corse sulle **“Strade nere”**, come dal titolo del suo ultimo libro, su percorsi sterrati e con biciclette sgangherate. Quasi a raccogliere il testimone dalla prima storica edizione africana dei Mondiali che si è appena svolta in **Rwanda**.

“Insomma, **dal 24 al 26 ottobre a Ferrara** – racconta Foddìs – troverà casa quel ciclismo degli ultimi troppo spesso ignorato dal mondo dello sport, e snobbato da chi pensa che non ci sia alcun gusto ad andare in bicicletta senza misurare i watt, le calorie, le medie orarie, le frequenze cardiache. Loro, gli aspiranti campioni della velocità, per tre giorni lasceranno la ribalta mediatica e gli onori della cronaca a chi pedala lentamente fischiettando quel motivetto della Repubblica delle Biciclette che fa così: *“Beati gli ultimi che la vita sanno godèr”* .

PROGRAMMA 2025

Venerdì 24 ottobre

Opening Party • *Lo sport è inclusione!*

Circolo La Casona, Via Smeraldina 35 - Ferrara • dalle ore 20.00

Aperitivo di benvenuto e serata-incontro con **Marco Pastonesi** e **Liliana Castellani**, campionessa mondiale ed europea in ciclismo, atletica e freccette della **Nazionale Italiana Trapiantati - ANED**, e la squadra ferrarese di **Parkithlon**, che ci racconterà la sfida alla malattia attraverso corsa, nuoto e ciclismo. Presenti anche **Lorenzo Sacchetto** e gli amici di **Pedalando – Movimento di Resistenza al Parkinson**.

In collaborazione con l'associazione **Ap&C – Associazione Parkinsoniani & Caregivers** di Ferrara. • *Apericena a buffet a cura del Circolo La Casona (prenotazioni al 353 45 45 337). Bar del circolo aperto.*

Sabato 25 ottobre

La pedalata più lenta del mondo: 5 km in 5 ore

Centro storico di Ferrara - Partenza e arrivo da Factory Grisù, via M.Poledrelli 21 • dalle ore 10.00

Il sabato per le vie di Ferrara: una lenta visita guidata alla città con tanti ospiti – ciclisti, scrittori, associazioni – e degustazioni di bontà del territorio (non mancheranno: cappellacci di zucca, pasticcio ferrarese, zia e salame all'aglio, la torta tenerina)
con

- **Marco Pastonesi**, che presenta *“Strade nere. 100 storie di ciclismo africano e in Africa.*

Da Bottecchia a Mandela, da Coppi a Girmay. Dal tour of Rwanda alla Tropicale Amissa Bongo.”, Ediciclo Editore 2025,

- **Patrizia Cupo**, AiCS - Associazione italiana Cultura Sport aps, curatrice della trasmissione tv dedicata al mondo dell'associazionismo sportivo e culturale “SportivaMente”,

- la squadra ferrarese di **Parkithlon** e l'Associazione **Parkinsoniani & Caregivers** di Ferrara,

- gli amici del gemellaggio del **Cuneo Bike Festival**,

- il corpo bandistico **Banda Giovanile Città Di Budrio**,

- il professor **Agide Cervi**, *“il mago delle bolle”*.

Galà del Ciclista Lento 2025 • *con Giuseppe Saronni*

Circolo La Casona, Via Smeraldina 35 - Ferrara • dalle ore 19.00

Serata in compagnia del super-ospite del Festival 2025, **Giuseppe Saronni**.

Inoltre: celebrazione dei personaggi e delle imprese da Ciclista Lento dell'anno trascorso, con gli *Awards del Ciclista Lento*, a cura di **Marco Pastonesi** e **Guido Foddis**.

- *Apericena a buffet offerta dal Circolo La Casona. Bar del circolo aperto.*

Domenica 26 ottobre

Granfondo del Merendone

45 km da/a Ferrara - Partenza e arrivo da Factory Grisù, via M.Poledrelli 21 • dalle ore 9.00

La gita fuoriporta del Ciclista Lento: un giro ad anello per le migliori ciclabili del territorio con partenza e arrivo a Ferrara, in compagnia del super-ospite del Festival 2025: **Giuseppe Saronni!**

Giuseppe Saronni, ciclista, pistard e dirigente sportivo, professionista dal 1977 al 1990, vincitore di due Giri d'Italia, una Milano-Sanremo, un Giro di Lombardia, una Freccia Vallone e un campionato del mondo su strada, per un totale di 193 vittorie che lo rendono il secondo ciclista italiano più vincente di sempre, dal 2005 è dirigente della UAE Team Emirates, e a lui si deve la scoperta di un ragazzo sloveno che sta riscrivendo la storia di questo sport: Tadej Pogačar. Nel tragitto ci faremo raccontare, con il supporto del decano del giornalismo sportivo **Marco Pastonesi**, i mille aneddoti della sua vita in bicicletta, dentro e fuori le gare.

Il percorso: dal Parco Bassani al Bosco di Porporana, dall'Oasi di Vigarano Mainarda alla Delizia estense della Diamantina, attraverso la Destra Po e la Ciclabile Burana, con banchetto finale al Circolo La Casona, alle porte di Ferrara, dove i Ciclisti Lenti saranno ristorati con ricette tipiche del territorio. Al termine del pranzo, ritorno nel primo pomeriggio a Ferrara, presso Factory Grisù. Tradizionalmente, l'ultimo a tagliare il traguardo della Granfondo scriverà il suo nome nel prestigioso Albo d'Oro del Ciclista Lento!

Il programma completo su: <https://www.ciclistalento.it/il-programma/>

Iscrizione agli eventi dal sito: <https://www.ciclistalento.it/biglietti/>
e su Eventbrite: <https://www.eventbrite.it/o/slow-travel-asd-17797626363>



Festival del Ciclista Lento 2025 I 9ª edizione

da un'idea di **Guido Foddis**,
è un evento di **Slow Travel asd aps** I CONI Cicloturismo

con il patrocinio di **Ministero dell'Ambiente e della Sicurezza Energetica, ISPRA-SNPA, CONI, Comitato Italiano Paralimpico, Sport e Salute**
e il fondamentale supporto del **Comune di Ferrara**,
Sinergas I luce • gas • efficienza energetica,
Officine Ricicletta, Gruppo Locale ODV, Circolo La Casona, Destra Po aps, AICS, Biblioteca della bicicletta L. Cozza.

Media partners:

La Repubblica delle Biciclette, Bikeitalia, BC Amici della Bicicletta

#ciclistalento #repubblicabiciclette #Ferrara #PlasticfreER

© 2025 Festival del Ciclista Lento I www.ciclistalento.it

Social media:

• Facebook @ciclistalento • Instagram @festivalciclistalento

Per info: ufficio stampa - press@ciclistalento.it