



Sezione Macerata – Cicloescursionismo

Etica e Scala difficoltà



ETICA DEL CICLOESCURSIONISMO

Codice di autoregolamentazione CAI

Il CAI annovera la bicicletta tipo mountain bike tra gli strumenti adatti all'escursionismo. Il comportamento del cicloescursionista deve essere sempre improntato al fine di: "Non nuocere a se stessi, agli altri e all'ambiente".

Norme ambientali

- I percorsi sono scelti in funzione di tracciati e/o condizioni ambientali che consentano il passaggio della mtb senza arrecare danno al patrimonio naturalistico; evitare di uscire dal tracciato.
- Le tecniche di guida devono essere ecocompatibili, evitando manovre dannose quali, ad esempio, la derapata (bloccaggio della ruota posteriore).
- Non fa parte della filosofia CAI servirsi d'impianti di risalita o di mezzi meccanici e poi usare la mtb solo come mezzo di discesa (il downhill è estraneo allo spirito del CAI).

Norme tecniche

- Il mezzo in uso deve essere in condizioni meccaniche efficienti.
- L'abbigliamento, l'attrezzatura e l'equipaggiamento devono essere adeguati al percorso da affrontare.
- Il casco deve sempre essere indossato ed allacciato.

Norme di sicurezza

- La velocità di conduzione deve essere commisurata alle capacità personali, alla visibilità ed alle condizioni del percorso, in modo da non creare pericolo per sé e per gli altri.
- Occorre sempre dare la precedenza agli escursionisti a piedi, che devono essere garbatamente avvisati a distanza del nostro arrivo, a voce o con dispositivo acustico.
- La scelta dei percorsi deve tenere conto delle personali capacità fisiche, tecniche ed atletiche.

SCALA DELLE DIFFICOLTÀ PER I PERCORSI DI TIPO CICLOESCURSIONISTICO

Sigla	Descrizione
TC	Turistico. Percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile: rientrano sotto questa sigla tutti i percorsi che si svolgono su strade agevolmente percorribili dalle comuni autovetture: sterrati inghiaiaati, tratturi inerbiti o di terra battuta senza solchi, ecc.; anche se esulano dal cicloescursionismo, si faranno rientrare sotto questa sigla le strade pavimentate (asfaltate, cementate, acciottolate, lastricate...)
MC	Media capacità tecnica. Percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole: tutte le strade rientranti nelle categorie di tratturi, carrarecce, piste agro-silvopastorali o di servizio a impianti, strade militari alpine ecc., che sono agevolmente percorribili da veicoli fuoristrada e non da una comune autovettura, segnate da solchi e/o avvallamenti o con presenza di detrito che non penalizza la progressione (ma che induce a cambiare la traiettoria per cercare un passaggio più agevole). Mulattiere selciate, sentieri inerbiti o in terra battuta, con fondo compatto e scorrevole, senza ostacoli (solchi, gradini) rilevanti, dove l'unica difficoltà di conduzione è data dalla presenza di passaggi obbligati che impongano precisione di guida.
BC	Buone capacità tecniche. Percorso su sterrate molto sconnesse ed accidentate o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici): strade sterrate percorribili solo ed esclusivamente da veicoli fuoristrada, dal fondo sconnesso ed irregolare, con solchi e piccoli gradini; mulattiere e sentieri che presentano un fondo sconnesso, con detrito instabile, e con occasionali e modesti ostacoli elementari (radici, gradini non molto alti, avvallamenti) mulattiere e sentieri che presentano un fondo abbastanza compatto ma con presenza significativa di ostacoli elementari, radici o gradini non troppo elevati, in generale, oltre ad una buona conduzione e precisione di guida in passaggi obbligati, è anche richiesto un discreto equilibrio
OC	Ottime capacità tecniche. Come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli: mulattiere e sentieri dal fondo sconnesso ed inconsistente, caratterizzati da detrito abbondante e grossolano, penalizzante la progressione, con presenza di frequenti ostacoli anche instabili (es. grossi ciottoli non fissati al terreno) oppure di ostacoli compositi e in rapida successione, che richiedono grande precisione di guida, buone doti di equilibrio e ottime capacità di conduzione a bassa velocità, senza peraltro la necessità di dover applicare tecniche trialistiche