

Norme tecniche generali per le gare su strada

Omissis

Indumenti

Articolo 61 -

L'uso del casco **rigido** è obbligatorio in tutte le corse su strada e su pista, in allenamento e nei tentativi di record. Il casco deve corrispondere alle norme di sicurezza e di protezione **dettate dalle norme in materia vigenti.**

Sul casco è consentito l'applicazione di una ricetrasmittente nelle corse su strada a condizione che le relative componenti non costituiscano, a giudizio del presidente di giuria, pericolo per il corridore stesso e gli altri concorrenti.

L'uso di dette apparecchiature rimane, comunque, subordinato alla concessione della relativa autorizzazione da parte della competente amministrazione statale.

Omissis

Articolo 84 -

L'arrivo su strada di tutte la gare nazionali ed internazionali deve avvenire su di un rettilineo di **circa** 300 metri con spazio libero dal pubblico e, almeno 5 metri di larghezza. Non dovrà esservi alcun passaggio a livello nei 5 chilometri precedenti all'arrivo.

Nelle gare iscritte nel calendario nazionale ed internazionale dovranno essere transennati 300 metri prima della linea di arrivo e 100 metri successivamente nel rispetto delle modalità dettate dalla U.C.I. in materia.

Gli organizzatori sono tenuti a predisporre, sulla linea d'arrivo un piano rialzato per il Giudice di Arrivo.

Tale piano dovrà avere un'altezza di almeno m. 1,50 da terra.

Nelle gare regionali è obbligatoria una protezione della sede stradale negli ultimi 200 metri prima della linea di arrivo e 100 metri dopo con elementi di protezione che non costituiscano in alcun modo pericolo per corridori, seguito della corsa e pubblico. Il rettilineo di arrivo dovrà essere di almeno **150** metri.

Gli arrivi in salita **di tutte le corse** possono essere consentiti anche in presenza di misure diverse della sede stradale purché siano strettamente salvaguardate in ogni caso le misure preventive di sicurezza per corridori, seguito corsa e spettatori

Articolo 85 -

Nelle corse iscritte nel calendario nazionale ed internazionale sono obbligatorie le seguenti segnalazioni relative al chilometraggio della corsa **con pannelli fissi**

- chilometro zero sulla linea di partenza
- **50 km di corsa**
- indicazione del chilometraggio mancante all'arrivo relativamente ai chilometri 25-20-10-5-4-3-2.

L'ultimo chilometro dovrà essere segnalato in tutte le gare con un triangolo rosso (**di almeno 30 cm di altezza**) posto al centro della strada ad un'altezza di m. 6. Nelle gare internazionali dovranno essere segnalate le seguenti distanze in relazione all'arrivo: 500 - 300 - 200 - 150 - 100 e 50 metri.

La linea di arrivo con un telone di colore rosso recante la denominazione arrivo di dimensione minima di m. 0,90 e collocato trasversalmente alla sede stradale, privo di iscrizioni pubblicitarie, ad un'altezza di m. 6. In corrispondenza sulla strada la linea, sulla

quale viene rilevato l'ordine di arrivo, di colore nero larga 4 cm. su una fascia bianca larga cm. 72, cioè di cm. 34 da ciascun lato della linea nera. La vernice usata dovrà essere di qualità antisdrucchiolevole.

Nelle gare regionali è sufficiente la tracciatura di una linea bianca larga 4 cm., oltre alla collocazione del telone di cui al comma che precede.

Il telone indicante l'arrivo ed il triangolo rosso dell'ultimo chilometro possono essere sostituiti, in caso di condizioni ambientali difficili o di modificazioni del percorso, da una bandiera rossa ed a scacchi bianco e nero di ben visibili dimensioni da collocarsi ai due lati della strada.

Delle predette variazioni dovranno essere informati direttori sportivi e corridori prima della partenza o nel corso della gara in caso d'imprevista esigenza.

Omissis

Articolo 89 -

Per essere, consentito l'arrivo in pista, questa deve corrispondere alle seguenti condizioni:

- a) avere un fondo regolare, solido ed uguale;
- b) avere uno sviluppo di almeno 300 metri ed un raggio di curva sufficiente a permettere lo sviluppo della piena azione senza pericolo di sbandamento o fuori strada;
- c) avere un ingresso che non influisca sulla regolarità dell'arrivo e non comporti alcun rischio per la sicurezza dei corridori.

Omissis

Articolo 110 -

Tutte le corse dovranno essere precedute da un automezzo recante un cartello di dimensioni tali da essere visibile per tutti, recante la iscrizione "Inizio **corsa** ciclistica". Altro automezzo dovrà chiudere la corsa con cartello recante l'iscrizione "Fine corsa ciclistica". Il cartello dovrà essere di colore bianco con lettere in colore nero.

Per le corse che si disputano totalmente o parzialmente in circuito la società organizzatrice dovrà adottare misure di segnalazione idonee in relazione alle caratteristiche del percorso.

Omissis

Articolo 112 -

In tutte le corse di un giorno ed a tappe, iscritte nei calendari nazionale ed internazionale **prima della linea di arrivo** deve essere previsto possibilmente sul lato destro dell'arrivo una apertura nella protezione degli ultimi 300 metri che consenta alle vetture del seguito la loro deviazione in un parcheggio il più possibile collegato alla linea di arrivo.

Sono esclusi dalla deviazione, che dovrà essere disciplinata da un addetto alla organizzazione, facilmente identificabile, soltanto le seguenti auto:

1. Direttore di corsa o di organizzazione
2. componenti giuria
3. scorte di polizia
4. **medico di gara**
5. direttore sportivo del corridore a condizione che lo stesso abbia almeno un minuto di vantaggio sugli inseguitori.

Per le corse regionali tale deviazione è raccomandata.

Omissis

Titolo Nono

Particolarità corse su strada

Articolo 115 -

Tutte le corse di un giorno e le tappe possono terminare in circuito.

In tal caso il circuito, oltre a rispondere alle esigenze di sicurezza per corridori e seguito, deve avere uno sviluppo minimo di 3 km.

Il numero massimo dei giri è il seguente:

- 3 per i circuiti di sviluppo fra 3 e 5 km
- 5 per i circuiti di sviluppo fra 5 e 8 km
- 8 per i circuiti di sviluppo fra 8 e 12 km

Qualora la corsa o la tappa si svolga totalmente in circuito questa dovrà avere una lunghezza minima di 12 km, oltre a rispondere alle condizioni di sicurezza **prescritte dall'articolo 98 (secondo comma e successivi) e dall'articolo 99 (secondo comma e successivi)**.

criterium

Articolo 116 -

Per gara **di tale specialità** si intende una corsa che si svolge su un percorso compreso fra i 2 e i 5 km da ripetersi più volte e per un totale complessivo stabilito di anno in anno dal **Settore Dilettanti e dal Settore Giovanile**.

Le gare in questione su un percorso inferiore ai km 2 debbono svolgersi con il regolamento speciale per la pista di cui all'art. 127.

Omissis

Articolo 122 -

Il rettilineo d'arrivo deve essere delimitato per 200 metri prima e 100 metri dopo la linea di arrivo.

Tali delimitazioni debbono rispettare le misure di sicurezza e di protezione per i corridori, seguito della corsa e pubblico.

Omissis

Gare tipo pista

Articolo 127 -

Le gare tipo pista debbono svolgersi su percorsi chiusi al traffico e dallo sviluppo inferiore ai 2 km, **nel rispetto di quanto dispongono i precedenti articoli n. 123 e124**.

A tali gare si applicano, in quanto possibile, le norme indicate per ciascuna della Parte **Quinta** del presente regolamento, concernente le **modalità di svolgimento** delle gare su pista.

Omissis

PARTE TERZA Corse fuori strada Titolo Primo

Ciclocross

Articolo 147-

<i>Omissis</i>

5. **Sicurezza.** L'organizzatore deve evitare nel percorso le situazioni che presentino un particolare rischio per la sicurezza dei corridori e del pubblico.
L'assistenza sanitaria nelle gare del settore deve essere garantita conformemente alle prescrizioni in materia contenute dal precedente art. 57 del presente regolamento in quanto applicabili. Nessuna gara potrà svolgersi in assenza della autoambulanza opportunamente collocata sul percorso di gara.
6. Una zona di almeno 100 metri prima e di almeno 50 metri dopo la linea di arrivo dovrà **essere** protetta dalle transenne.
7. Tale zona sarà accessibile esclusivamente ai responsabili dell'organizzazione, ai corridori, ai massaggiatori, ai direttori sportivi ed ai rappresentanti accreditati della stampa.
8. **Installazioni.** Il palco del giudice di arrivo dovrà essere coperto e preferibilmente montato a sinistra della direzione di provenienza dei corridori.
9. L'organizzazione dovrà mettere a disposizione dei corridori un locale riscaldato, le docce con acqua calda e fredda oltre ad un approvvigionamento di acqua per la pulizia del materiale. Tali installazioni devono essere situate ad una distanza massima di 2 Km. dalla linea d'arrivo.
10. **Percorso ed ostacoli.** Il percorso di una gara di ciclo cross deve essere caratterizzato da tratti di strada, sentieri di campagna o di bosco e prati, in un'alternanza, che assicuri dei cambiamenti di ritmo della corsa e che consentano il recupero dopo un tratto impegnativo. Il percorso, di preferenza, deve presentare cambiamenti di direzione, piccoli ostacoli, tratti da percorrere portando la bicicletta a spalla (80 metri al massimo per tratto).
11. Il percorso deve essere praticabile in qualsiasi circostanza qualunque siano le condizioni climatiche. E' consigliabile evitare dei terreni argillosi o facilmente inondabili ed anche campi allo stato incolto o arato.
12. Il percorso deve formare un circuito chiuso di una lunghezza minima di 2,5 Km., del quale i _ dovranno essere percorribili in bicicletta.
13. Su tutta la sua lunghezza, il percorso deve avere una larghezza minima di 3 metri ed essere ben delimitato e protetto. Al più tardi due ore prima dell'inizio della gara, il percorso deve essere segnato in modo visibile per mezzo di bandiere, strisce, segnature, ecc. L'uso di elementi pericolosi, quali l'uso del fil di ferro (spinato e non) è vietato. Inoltre il percorso deve restare sgombro da qualsiasi elemento che presenti un pericolo per i corridori.
14. E' consigliato un percorso alternativo per l'effettuazione dell'allenamento.
15. Un luogo di raduno dei partenti (zona d'appello) deve essere previsto di fianco al percorso, all'altezza della linea di partenza.
16. Il tratto iniziale, di lunghezza minima di 500 metri e di larghezza minima di 6 metri, deve essere il più rettilineo possibile e non presentare discese. Il primo restringimento od ostacolo dopo il tratto iniziale non può essere brusco; deve permettere un facile passaggio all'insieme dei corridori. La prima curva deve essere superiore ad un angolo retto.

<i>Omissis</i>

23. Il rettilineo d'arrivo deve essere un tratto diritto. Deve avere una lunghezza minima di 200 metri ed una larghezza minima di 6 metri. Dovrà essere in piano o in salita.
24. Il tratto iniziale e quello d'arrivo devono essere privi di ostacoli.
25. Il percorso dovrà comprendere da 4 a 6 ostacoli che obblighino i corridori a scendere dalla loro bicicletta. Gli ostacoli artificiali devono essere disposti almeno a quattro metri l'uno dall'altro, pieni in tutta la loro altezza e non metallici. Essi devono avere da 30 a 40 cm. di altezza e la loro larghezza deve essere uguale a quella della sede stradale.
26. E' vietata la eventuale dislocazione di scale in discesa.
27. Il superamento di ponti o passerelle in legno è autorizzato a condizione che la larghezza sia di 4 metri minima e che siano previste barriere di protezione sui due lati. Inoltre deve essere prevista una passerella separata per gli spettatori.
28. Il passaggio degli ostacoli non deve richiedere nessuna acrobazia da parte dei corridori.
29. In caso di pioggia o di neve abbondante o di disgelo, gli ostacoli artificiali devono essere parzialmente o totalmente rimossi.
30. Potranno essere organizzate al massimo 3 gare al giorno sullo stesso percorso.
31. L'organizzatore dovrà prendere tutte le misure per evitare che il pubblico rovini il percorso. Dalla partenza della gara, il percorso potrà essere usato solamente dai corridori in corsa.
32. **Postazione dei materiale.** La postazione del materiale deve essere ubicata in una parte del percorso dove i corridori possono cambiare le ruote o la **bicicletta, oltre ad effettuare il rifornimento.**
33. Dovranno essere previste due postazioni per il cambio del materiale, opportunamente dislocate sul percorso, in punti in cui l'andatura non sia elevata, ad esclusione delle zone sassose e delle discese. Devono essere libere da ostacoli artificiali. **Nelle corse internazionali e nazionali deve essere prevista la disponibilità di acqua per la pulizia dei materiali, oltre ad apparecchiature di pulizia ad alta pressione disponibili per tutti i partecipanti.**
34. Se i corridori passano ogni giro in due punti sufficientemente vicini l'uno all'altro, può essere prevista in tale punto una sola postazione del materiale, detta "doppia"
35. Le postazioni del materiale devono essere situate su tratti rettilinei. Devono essere segnalate e delimitate in modo preciso per mezzo di una bandiera gialla **posta in ciascuno dei quattro vertici della postazione.**
36. Alla sinistra ed alla destra delle postazioni del materiale sarà prevista una zona riservata ai meccanici, che dovrà avere una profondità minima di 2 metri.

Omissis

38. **Caratteristiche tecniche della bicicletta.** Apposite disposizioni saranno contenute nelle norme attuative proposte dal settore fuoristrada alla **approvazione del Consiglio Federale, nel rispetto delle norme dettate in materia dalla Unione Ciclistica Internazionale.**
39. **il cambio della ruota o della bicicletta deve essere effettuato nei limiti delle postazioni e nello stesso punto. Detto cambio non può essere effettuato fra corridori.**

Omissis

Titolo Secondo

Art. 148 - B.M.X.

Omissis

2. EQUIPAGGIAMENTO E VESTIARIO

Esso è costituito da:

- maglia con maniche lunghe fino al polso
- pantaloni lunghi e stretti alle caviglie
- guanti
- casco integrale con copertura delle orecchie e mentoniera **delle caratteristiche indicate dal precedente articolo 61.**

Obbligo di indossare la maglia di Campione Italiano di categoria secondo quanto detta il precedente articolo 68.

3. IMPIANTI

La pista deve avere una lunghezza di 250. m. e massimo 400 m. (tempo di percorrenza medio 35").

La pista deve avere una larghezza minima di 10 m. alla partenza e di 15 m. sul resto del percorso.

La pista deve essere isolata dagli spettatori.

Il primo rettilineo, compreso tra il cancello di partenza e la prima curva, deve avere una lunghezza inferiore a 30 m.

La rampa deve avere una larghezza di 10 m. e prevedere 8 corsie di 1 m. di larghezza delimitate da linee per una lunghezza di almeno 10 m.

La pendenza deve essere compresa tra il 30% ed il 40% con un dislivello di 1,5 m.

La parte posteriore della rampa deve essere progettata in maniera da permettere un facile accesso al cancello di partenza.

Il cancello di partenza, da realizzare con un sistema di comando manuale di tipo elettrico o idraulico, deve essere collegato simultaneamente ad un impianto sia sonoro che semaforico.

La pista deve avere minimo 3 curve - la prima ad almeno 30 m. dalla partenza, le altre ad almeno 10 m. una dall'altra.

Gli ultimi 10 m. devono essere rettilinei e senza ostacoli.

La linea d'arrivo deve essere chiaramente tracciata sul terreno.

4. BICICLETTA

Il telaio della bici deve essere **conforme alle norme dettate dall'Unione Ciclistica Internazionale.**

Sono vietati carter in genere, accessori metallici e pedali a sgancio rapido, la sporgenza dei perni non deve superare i 5 mm.

La larghezza massima del manubrio non può superare i 75 cm., la sua altezza dall'attacco non deve superare i 30 cm.

Sono obbligatorie le impugnature che coprono le estremità del manubrio. Non è consentito alcun tipo di fissaggio rapido.

Il freno anteriore è facoltativo mentre è obbligatorio il posteriore, le leve dei freni devono essere arrotondate e ricoperte da protezione.

È obbligatorio proteggere la barra trasversale del manubrio, il tubo orizzontale del telaio e l'attacco del manubrio.

Ogni bici deve essere dotata da una placca porta numero fissata sul davanti del manubrio.

Il bordo superiore non deve sopravanzare la protezione della barra trasversale del manubrio.

Le dimensioni della placca sono le seguenti: 20-25 cm altezza; 25-30 cm larghezza, deve

essere di plastica o di materiale equivalente.

La placca ed i numeri devono rispettare le seguenti colorazioni:

5.1. BMX: MASCHI E FEMMINE

Élite	placca	GIALLA	numero	NERO
Juniores	"	NERA	"	BIANCO
Allievi	"	BIANCA	"	NERO
Esordienti	"	BLU	"	BIANCO

5.2. Cruiser

Per tutte le categorie: placca ROSSA numero BIANCO. Le cifre devono essere di 8 cm. d'altezza per una larghezza di 1 cm.

6.1. QUARTIERE CORRIDORI E SERVIZI

Per quartiere corridori si intende l'area che accoglie le squadre in attesa di correre la gara. Tale area deve essere dotata di servizi igienici, attrezzata per lo stazionamento e operazioni di manutenzione delle biciclette, spogliatoi ecc. La sua dimensione deve essere rapportata alla reale necessità di atleti e accompagnatori.

6.2. *Paddock*

Per paddock si intende un settore transennato e coperto all'interno del quartiere corridori ove gli atleti sostano in attesa di accedere al Park-Ferme'.

6.3. *Park-Fermé*

Il park-fermé è la zona destinata ai corridori in procinto di partire, deve essere situata dietro o a fianco della rampa di partenza. Si tratta di uno spazio delineato da corsie e coperto, ove saranno fatti allineare i corridori.

6.4. *Unità di Controllo Gara*

L'unità di controllo gara è la postazione coperta destinata al collegio di giuria. Deve essere realizzata in posizione tale da permettere una completa visuale.

6.5. *Unità di Segreteria*

Deve essere un ambiente chiuso, dove opera il personale di segreteria (direzione e organizzazione corsa) che elabora i dati delle singole manche.

6.6. *Unità di Pronto Soccorso*

Tale unità deve essere collocata in posizione idonea allo svolgimento delle proprie funzioni sanitarie di pronto intervento e trasporto. Essa dovrà essere articolata e funzionare secondo quanto stabilisce il successivo punto 14.1.

Omissis

Titolo Terzo Mountain Bike

Art 149 -

Omissis

5. Abbigliamento

E' obbligatorio l'uso del casco di protezione sul percorso di gara, compresi gli allenamenti, **di tipo rigido che rispetti le caratteristiche stabilite dal precedente articolo 61**

6. Tracciato

6.1 - Il tracciato di una prove di MTB deve essere costituito in maniera prevalente da tratti di fuoristrada, campi, sentieri sterrati o erbosi.

I raccordi su strade pavimentate o totale del percorso.

6.2 - Le linee di partenza e/o arrivo devono essere tracciate al suolo segnalate con bandiere poste al di sopra delle relative linee ad una altezza minima di m. 2,6. dal suolo ed attraversare tutta la larghezza del tracciato di gara.

6.3 - Le zone di partenza di una gara della specialità "cross-country" e di ogni altra prova che preveda la partenza collettiva dei concorrenti deve:

- a) essere larga almeno 6 metri per una lunghezza minima di 30 metri prima della linea di partenza;
- b) essere larga almeno 6 metri per una lunghezza di 100 metri dopo la linea di partenza;
- c) essere collocata su terreno pianeggiante o in salita per una lunghezza di almeno 1000 metri o valutabile per la sua percorrenza in almeno 5'. Successivamente il terreno potrà restringersi.

6.4 - L'area di arrivo di una gara per la quale si possa prevedere l'arrivo contemporaneo di più corridori dovrà rispondere alle seguenti caratteristiche:

- essere larga almeno 4 metri per una lunghezza minima di 50 metri prima della linea di arrivo;
- essere larga almeno 4 metri per una lunghezza minima di 20 metri dopo la linea di arrivo;
- essere sistemata in una zona pianeggiante o in salita.

6.5 - Per una lunghezza di 50 metri prima della linea di partenza e per 50 metri successivamente alla stessa i due lati della strada dovranno essere transennati.

Sia l'area di partenza sia quella di arrivo dovranno essere totalmente sgombre di qualsiasi ostacolo che possa causare la caduta o la collisione dei corridori.

6.6 - La larghezza dell'area di partenza e di arrivo delle gare di discesa dovranno essere, rispettivamente, di almeno 2 e 6 metri. **La zona di partenza dovrà essere coperta.**

6.7 - Dopo la linea di arrivo dovrà essere prevista una zona di frenata supplementare di almeno 50 metri. La superficie di tale zona dovrà essere priva di qualsiasi asperità.

6.8 - Nelle manifestazioni che prevedono la disputa di prove di "cross-country" e "downhill" dovranno essere previsti percorsi differenziati non aventi nessuna parte in comune.

Nell'impossibilità di un tale approntamento gli organizzatori dovranno stabilire orari diversi differenziati per gli allenamenti delle due specialità.

6.9 - Il percorso di ogni prova deve essere libero da qualsiasi ostacolo che non sia stato espressamente previsto e/o specificatamente segnalato ai corridori.

6.10 - Il percorso di ogni prova deve essere marcatamente segnalato ad ogni chilometro con l'indicazione della distanza mancante all'arrivo.

In maniera particolare dovrà essere segnalato l'ultimo chilometro di corsa.

6.11 - Nelle prove sulle quali si susseguono lunghi tratti di "single track" (sentiero stretto che non consente sorpassi) dovranno essere predisposti un sufficiente numero di zone dove sia possibile il sorpasso.

7. Materiale ed equipaggiamento

7.1 - Gli organizzatori della gara devono prevedere una zona di preparazione (o di

riscaldamento) collocata in vicinanze dell'area destinata alla punzonatura delle biciclette ed all'appello dei corridori. Tale area dovrà essere riservata unicamente ai corridori.

7.2 - Gli organizzatori della gara e la segreteria dovranno operare all'interno di un locale coperto e riservato.

7.3 - Dovrà essere posto in opera un sistema di sicurezza e di assistenza sanitaria conforme alle norme, in quanto applicabili, contenute dai precedenti articoli 57, 75, 106, del presente regolamento.

7.4 - Gli automezzi dell'organizzazione, del servizio di sicurezza e dell'assistenza sanitaria possono avere accesso al percorso soltanto quando ne sia richiesta la loro presenza da parte del responsabile dell'organizzazione.

7.5 - Gli spettatori, compresi quelli in bicicletta, dovranno essere tenuti all'esterno del percorso delle prove, oltre che durante le prove stesse, anche nel corso degli allenamenti ufficiali.

7.6 - Gli organizzatori dovranno fornire al collegio di giuria radio ricetrasmittenti o telefoni cellulari nel numero minimo di tre apparati. Il collegio di giuria dovrà disporre di un canale riservato per le comunicazioni fra i componenti della stessa. Un secondo canale dovrà essere predisposto per le comunicazioni tra la giuria ed il responsabile dell'organizzazione, il quale rappresenta a tutti gli effetti la società organizzatrice, chiamata al rispetto di quanto stabilisce l'articolo 37 terzo comma e seguenti del presente regolamento tecnico.

<i>Omissis</i>

11. Tipi di corsa

12.1 - In conformità di quanto stabilito dal precedente articolo 73 tutte le biciclette usate nel MTB devono funzionare con la sola forza dell'uomo ed essere prive di qualsiasi dispositivo atto a diminuire la resistenza alla penetrazione dell'aria o ad accelerarne artificialmente la propulsione.

12.2 - **Cross-country- (XC)** Ove questo tipo di gara si disputi in circuito esso dovrà avere uno sviluppo di almeno 7 km. La distanza da percorrere potrà variare secondo le categorie dei corridori partecipanti.

12.3 - **Point to point - (P+P)** La distanza da percorrere in una gara in linea dovrà essere di almeno 25 km e presentare delle rilevanti variazioni di altimetria. Le partenze possono essere date in gruppo o individualmente.

Il luogo di partenza potrà essere o meno quello di arrivo.

12.4 - **Circuito breve - (SC)** il percorso di un cross-country qualificato "breve" non dovrà superare 5 km. Il luogo di partenza e di arrivo sarà lo stesso. Dal percorso dovranno essere esclusi ostacoli naturali o artificiali se non sia assicurata ed accertata una totale sicurezza per i corridori. In relazione alle sue caratteristiche non potranno essere ammessi più di 80 partecipanti per ciascuna prova.

12.5 - **Cross. Country Raid (EN)** - Questo tipo di prova si disputa su di una lunga distanza ad una andatura stabilita. Esso comporta la percorrenza di alcuni tratti con trasporto a spalla della bicicletta, prove di orientamento (lettura di cartine) tratti di sola andatura a velocità costante e prove tecniche dedicate alla soluzione di problemi meccanici.

Dovranno essere previsti numerosi punti di controllo. Il percorso dovrà presentare difficoltà variabili.

Tale prova potrà svolgersi in due o più giorni.

12.6 - **Discesa - Downhill (DH)** Il percorso della specialità potrà essere asfaltato al massimo per il 5% del suo intero sviluppo ed essere interamente in discesa.

Il percorso deve essere compreso fra km 1,5 e km 5.

Il percorso deve presentare sezioni diverse: sezioni strette e parti larghe, sentieri nei boschi, parti campestre e rocciose. Deve, inoltre, prevedere sezioni tecniche più o meno veloci. Il tracciato deve essere mirato ad evidenziare l'abilità tecnica dei corridori più che alla loro capacità di essere veloci.

12.7 - *Salita - Up-Hill (U.H)* Il percorso della prova dovrà essere costituito almeno per l'80% dalla salita. La partenza potrà essere data collettivamente o individualmente. La partenza e l'arrivo, collocato al punto più alto del percorso, avverrà in località diverse.

12.8 - *Trials* - Il percorso è costituito da tratti con grado di difficoltà differente. La classifica è compilata sulla base dei punti di penalizzazione attribuiti ai partecipanti per gli errori commessi nel superare le difficoltà poste sul tracciato. Il settore fuori strada federate emanerà annualmente nel contesto delle norme integrative le regole per lo svolgimento della prova in oggetto.

12.9- Il Dual (DL) è una prova che consiste in una serie di prove di eliminazione tra due concorrenti che devono scendere fianco a fianco su di uno stesso percorso.

12.9 bis - *Dual slalom (DS)* - La corsa comporta la partenza per ogni prova eliminatoria, e per quelle successive dirette alla qualificazione dei finalisti, di due corridori contemporaneamente. Il percorso è delimitato da asticelle flessibili.

<i>Omissis</i>

15. Regole generali del cross country

16.1 - *Caratteristiche del percorso.*

Il percorso dovrà essere interamente percorribile in bicicletta indipendentemente dallo stato del terreno o dalle condizioni meteorologiche. Tali aspetti dovranno essere valutati volta per volta dal Presidente di Giuria.

16.2 - La durata di una prova di cross country deve essere compresa nei limiti di tempo di percorrenza stabiliti annualmente dal settore fuori strada in relazione alle seguenti categorie di corridori:

- allievi
- junior uomini
- junior donne
- under 23
- élite uomini
- élite donne
- master uomini
- master donne

16.3 - *Segnalazione del percorso*

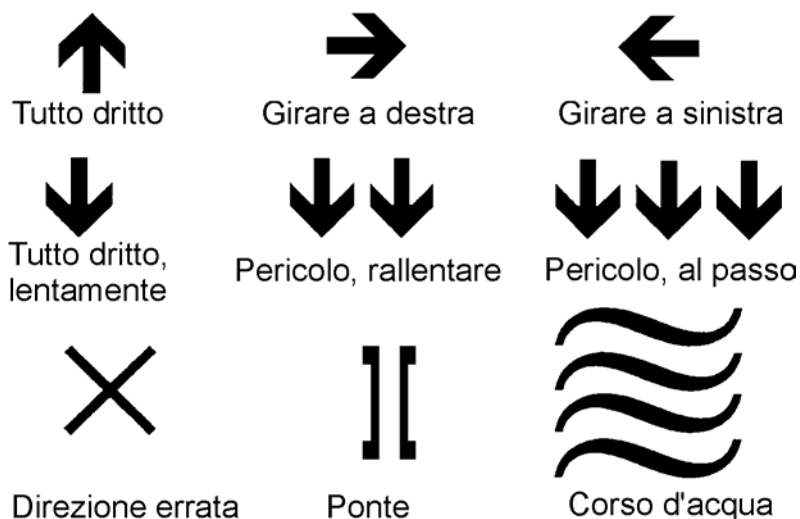
Il percorso deve essere segnalato a mezzo di frecce i cui colori e la cui collocazione è stabilita come segue:

- frecce di direzione di colore nero, blu o rosso su fondo bianco;
- dimensioni minime 30 cm. di altezza e 60 cm. di lunghezza;
- le frecce segnalano il tracciato da seguire, i cambiamenti di direzione, le intersezioni ed, in genere tutte le situazioni di pericolo;
- le frecce sono collocate ad intervalli regolari per confermare l'esatta direzione ai corridori;
- le frecce devono essere collocate alla destra dei corridori, con esclusione delle curve a destra per le quali saranno poste prima della curva, e per tutta la sua lunghezza, a sinistra dei corridori;
- una prima freccia dovrà essere sempre posta prima di un incrocio, una seconda sull'incrocio ed una terza dopo l'incrocio a confermare la direzione da seguire;
- il segnale X segnala la direzione errata e dovrà essere collocato in maniera ben

visibile;

- le situazioni di possibile pericolo dovranno essere segnalate con una o più frecce dirette verso il basso, collocate sia prima dell'ostacolo o del tratto del percorso potenzialmente pericoloso, sia sull'ostacolo stesso o sul tratto pericoloso;
- il pericolo grave sarà segnalato con due frecce rivolte verso il basso;
- il pericolo molto grave dovrà essere segnalato con tre frecce rivolte verso il basso.

16.4 - Le caratteristiche dei segnali dovranno essere le seguenti:



16.5 - Le zone dei percorsi di cross country che presentino discese ripide e/o pericolose dovranno essere segnalate e protette con l'aiuto dei mezzi complementari di seguito indicati:

- due picchetti di bambù o due picchetti da sci alpino in PVC di altezza fra m. 1,5 e 2.

16.6 - Nei tratti di percorso estremamente ripidi la pista ciclabile dovrà essere delimitata a mezzo di bandierine collocate secondo le disposizioni emanate dal presidente di giuria, sentito il parere del delegato tecnico.

16.7 - Le sezioni della zona A, di cui alla pianta di seguito riportata, dovranno avere una larghezza minima di 2 metri:



16.8 - Le zone del percorso ove siano presenti muri, sassi o tronchi d'albero dovranno essere protette con appropriati rivestimenti a tutela della sicurezza dei corridori. Tuttavia tali misure di protezione non dovranno limitare la percorrenza del tracciato da parte dei corridori.

16.9- Nelle zone a rischio (come ad esempio i bordi di burroni) dovranno essere tese reti di protezione delle necessarie caratteristiche protettive.

16.10 - I ponti e le rampe in legno dovranno essere ricoperti di materiale antisdrucciolevole.

16.11 - Nel caso in cui radici di alberi, sassi o rocce sporgenti non possano essere protette, come indicato al precedente punto 16.8, dovranno tuttavia essere spalmate con vernice fluorescente spray, tale da essere visibile dai corridori anche se lanciati a velocità sostenuta.

Nessun'altra vernice diversa dal tipo biodegradabile dovrà essere usata.

16. Zone di rifornimento

17.1 - Il rifornimento, ed il cambio di occhiali, non è consentito fuori dalle zone stabilite. Spetta al presidente di giuria, d'intesa con il delegato tecnico ed il responsabile dell'organizzazione, stabilire le zone ove debba essere effettuato.

Comunque le zone predette dovranno essere collocate in tratti quanto più possibile piatti o di salita dove la velocità sia maggiormente controllabile ed il terreno poco accidentato onde facilitare le operazioni relative ed appositamente delimitate da cartelli indicanti l'inizio e la fine del rifornimento.

17.2 - La zona di rifornimento dovrà avere sufficiente larghezza ed estensione onde consentire lo svolgimento delle operazioni da parte dei concorrenti sia senza arrestarsi sia sostando.

L'accesso ad esse dovrà essere consentito unicamente alle persone in possesso del relativo contrassegno.

Le zone dovranno essere delimitate e separate dal pubblico a mezzo transennatura.

L'accesso alle predette aree dovrà essere controllato dai giudici di gare e/o dagli addetti al servizio d'ordine.

E' fatto divieto di qualsiasi rapporto fisico tra gli addetti al rifornimento ed i concorrenti per una qualsiasi forma di assistenza tecnica pena l'adozione della sanzione per tale infrazione prevista.

La collocazione delle borracce sulle biciclette dovrà essere materialmente effettuata dagli stessi concorrenti.

17.3 - Punzonatura delle biciclette

Il telaio e le ruote delle biciclette devono essere punzonate in modo chiaramente visibile prima della partenza della gara.

Il controllo della punzonatura a fine gara sarà effettuato secondo le disposizioni annualmente stabilite dal settore fuori strada.

Le operazioni di punzonatura si svolgeranno nella stessa zona di preparazione della partenza ed avranno inizio almeno un'ora prima dell'orario di partenza e cesseranno all'inizio dell'appello dei corridori.

L'adesivo utilizzato per attestare la punzonatura delle biciclette dovrà recare:

- timbro o logo della società organizzatrice;
- firma o sigla del Presidente di giuria;
- numero di gara del concorrente ed avere caratteristiche tali da assicurare la più totale aderenza e la più assoluta resistenza a tutte le condizioni meteorologiche.

17. Sicurezza

18.1 - Trasmissioni

Deve essere approntato un sistema di comunicazioni via radio che copra l'intero percorso, dalla partenza all'arrivo, senza alcuna zona scoperta.

18.2 - Servizio d'ordine

Gli addetti al servizio d'ordine dovranno essere dotati di una bandiera da utilizzare secondo le indicazioni seguenti.

18.2.1. - Gli addetti al servizio d'ordine collocati sui tratti di percorso ritenuti potenzialmente rischiosi dovranno essere in possesso di bandiera gialla da utilizzare al verificarsi d'incidenti, durante le gare e gli allenamenti nel modo che segue.

18.2.2. - Saranno agitate le bandiere gialle per segnalare ai corridori il sopravvenire di

un incidente sul percorso, avvertendo i corridori stessi di rallentare la propria andatura. La collocazione degli addetti al servizio d'ordine dovrà essere disposta in modo, quando possibile, che gli addetti medesimi possano vedere quelli più vicini, avvertendo gli stessi dell'arrivo del prossimo concorrente con un colpo di fischiotto.

18.2.3 - Nelle gare di cross-country dovranno essere utilizzate due moto, una delle quali da impiegare quale moto di testa e l'altra con funzione di scopa.

18. Pronto soccorso

19.1 - Il servizio sanitario deve essere organizzato, come minimo, con la presenza di un'autoambulanza attrezzata per la rianimazione, oltre che di un medico e del necessario personale paramedico nel numero minimo di tre unità sufficientemente specializzato.

La postazione di pronto soccorso dovrà essere collocata in una zona centrale del percorso, identificabile dai presenti e quanto più possibile raggiungibile da ogni punto del tracciato.

Tutto il personale addetto al pronto soccorso, non escluso il medico, dovrà recare un segno distintivo ed una uniforme che ne permetta l'immediata e facile identificazione.

Il personale paramedico dovrà essere collocato sui tratti del percorso di maggior rischio ed essere presente tutti i giorni della manifestazione. Nei giorni e negli orari di allenamento dovrà essere predisposta una squadra di pronto soccorso.

19.2 - Le postazioni di pronto soccorso dovranno essere collegate fra di loro a mezzo radio, oltre che con il responsabile dell'organizzazione ed il presidente di giuria.

La loro collocazione dovrà ubbidire alla necessità del raggiungimento del luogo dell'incidente nel minor tempo possibile.

19.3 - Ove la natura del percorso ne consenta la percorrenza dovrà essere predisposta una moto da cross, con relativo conducente sufficientemente esperto, che consenta il trasferimento immediato nelle zone del percorso più difficoltose di una unità del personale paramedico.

19.4 - I tratti del percorso di maggior rischio dovranno essere resi accessibili alle autoambulanze, dotate, se possibile, di quattro ruote motrici.

<i>Omissis</i>

21. Sicurezza

22.1 - A integrazione delle norme in materia di sicurezza stabilite in linea generale dal precedente punto 18.2, si dettano di seguito altre particolari disposizioni in materia di sicurezza che vivamente si consigliano ai partecipanti delle gare di discesa.

Viene raccomandato in particolare l'uso dei seguenti accessori dell'abbigliamento:

- casco integrale,
- protezione dorsale, dei gomiti, delle ginocchia e delle spalle in materiale rigido
- para fianchi
- para tibia
- pantaloni lunghi
- maglia a manica lunga
- guanti lunghi

22.2 - Gli addetti al servizio d'ordine dovranno essere dotati di una bandiera gialla ed una rossa ed essere collocati nei tratti che si presumono di maggior rischio.

La prima dovrà essere usata esclusivamente durante gli allenamenti per segnalare un incidente accaduto più avanti sul percorso.

La seconda da utilizzare durante le gare e gli allenamenti per ordinare l'arresto della corsa, secondo le modalità che di seguito si dettano.

22.3 - *Interruzione della corsa*

Gli addetti al servizio d'ordine dovranno essere dotati, oltre che della bandiera gialla e rossa, di apparato ricetrasmittente sintonizzato sulla stessa lunghezza d'onda di quelli in dotazione al presidente di giuria, al responsabile dell'organizzazione ed al medico di servizio.

22.4 - Gli addetti al servizio d'ordine che verifichino un grave incidente dovranno immediatamente segnalarlo a mezzo radio al presidente di giuria ed al responsabile dell'organizzazione, informando nel contempo delle condizioni dell'infortunato e della sua esatta posizione sul percorso di gara.

22.5 - Il presidente di giuria in relazione agli elementi forniti dagli addetti al servizio d'ordine, sentito il responsabile della organizzazione, potrà disporre o meno la sospensione della prova, dando immediata disposizione a tutti gli addetti al servizio d'ordine su tutto il percorso di agitare il più evidentemente possibile la bandiera rossa.

22.6 - Tutti i corridori che vedranno sventolare la bandiera rossa dovranno arrestarsi e lentamente avviarsi alla linea di partenza per conoscere le disposizioni che saranno emanate dal presidente di giuria in merito alle modalità di ripetizione della partenza o di altra disposizione al riguardo.

Omissis

23. Norme generali di svolgimento del dual slalom - Generalità

24.1 - La prova consiste nello svolgimento di serie eliminatorie disputate da due corridori contemporaneamente su due percorsi paralleli a slalom. I due percorsi devono possedere, per quanto possibile, le stesse caratteristiche.

I percorsi sono costituiti da una serie di porte attorno alle quali devono passare i concorrenti.

La differenza dei tempi medi di percorrenza dei due tracciati non deve superare il 5%.

24.2 - Salvo disposizioni contrarie è vietato l'allenamento sul percorso. Ai concorrenti deve essere consentita l'ispezione a piedi prima della prova.

Nei confronti del corridore che, non autorizzato, compia l'allenamento sul percorso in bicicletta, può essere adottata la sanzione della esclusione dalla gara da parte della giuria.

24.3 - Il diametro delle ruote delle biciclette deve essere pari a 26 pollici.

Omissis

26. Caratteristiche del percorso

27.1 - Il percorso dovrà essere tracciato su pendenze moderate con inclinazione progressiva.

Esso può comprendere curve in pendenza, dossi, avvallamenti, salti e tratti piani.

Il tempo della sua percorrenza deve essere compreso tra 20 e 45 secondi.

Ottimale quella di 30 secondi.

Dovranno essere collocati, almeno, picchetti di bambù o da sci alpino di PVC di una altezza compresa tra metri 1,5 e 2.

L'ultima porta dovrà essere collocata almeno a 10 metri dalla linea di arrivo.

Omissis

Parte Quinta

Norme di svolgimento gare su pista

Titolo Primo

Caratteristiche ed omologazione delle piste

Articolo 176 -

Le piste ciclistiche possono essere coperte o scoperte.

I velodromi e le piste sui quali si intende svolgere una riunione approvata dalla F.C.I. devono essere omologati.

In relazione alle loro caratteristiche tecniche i velodromi e le piste sono divisi in due categorie:

1. quelli in cui si possono disputare tutte le gare, comprese quelle dietro moto pesanti. Essi devono avere il fondo interamente in cemento, asfalto o legno e curve con sopraelevazione che permetta la massima velocità delle moto e delle biciclette;
2. quelli in cui non si possono disputare gare dietro motori pesanti per insufficienza della sopraelevazione delle curve, ma aventi un fondo come quello indicato dal numero precedente.

Titolo secondo

Sistemazione e misurazione della pista

Articolo 177 -

Tutte le piste ciclistiche hanno, all'interno del piano, una fascia **di colore azzurro**, che può essere di asfalto, o legno, chiamata "zona di riposo" di larghezza generalmente uniforme per tutto lo sviluppo della pista (salvo nelle curve), e pari ad almeno la decima parte della pista. La zona di riposo non costituisce parte integrante della pista.

Articolo 178 -

La misurazione della pista si effettua tracciando a 20 cm. dal bordo interno della pista stessa, e per tutto il suo sviluppo, una linea continua normalmente di colore nero su fondo chiaro o di colore chiaro su fondo scuro, larga 4 cm. chiamata linea di misurazione o corda.

Detta misurazione viene rilevata con cifre ben visibili, indicanti la distanza percorsa dal punto di partenza, sul bordo interno della linea stessa, che viene numerata ogni 10 metri e segnata ogni 5 metri.

L'operazione di misurazione della pista si effettua prima verso sinistra (senso antiorario) e poi verso destra, a partire dallo stesso punto in cui si è fatta la prima misurazione, sotto il controllo di un architetto o di un geometra esperto, in presenza di due delegati ufficiali della Federazione che vigilano la rigorosa applicazione della presente regolamentazione.

La media delle misurazioni determina lo sviluppo ufficiale della pista.

Le cifre sono arrotondate al centimetro superiore a partire da 0.006 metri e al centimetro inferiore fino a 0.005 metri.

A 70 cm. dalla linea di misurazione, e cioè a 90 cm. dal bordo interno della pista, viene tracciata un'altra linea normalmente di colore rosso, detta "linea dei velocisti".

A un terzo della pista viene tracciata un'altra linea, normalmente, di colore azzurro, chiamata "linea degli stayers", **ad una distanza di almeno m. 2,50 dal bordo esterno della pista.**

Si traccia trasversalmente alla pista la linea di arrivo che è costituita da una fascia nera di 4 cm. di larghezza (e che non dovrà essere continuata sulla zona di riposo), su una fascia bianca larga 72 cm. ossia 34 cm. per ogni lato della linea nera.

Detta linea d'arrivo, sarà prolungata per 80 cm. di altezza sulla balaustra o rete di protezione che limita esternamente la pista.

A 200 metri dalla linea di arrivo, si traccia una linea bianca o nera, trasversalmente alla

pista per segnalare l'inizio degli ultimi 200 metri.

Inoltre, esattamente alla metà dei due rettilinei e delle due curve, rispettivamente alla stessa altezza, si tracciano trasversalmente alla pista per la metà del manto, quattro linee rosse per indicare i punti di partenza e di arrivo della gara ad inseguimento all'italiana ed all'australiana.

Nelle piste che sviluppano una misura che non sia esattamente un sottomultiplo di km. 4 si dovranno segnalare i punti di partenza **per i 500 metri e** per il km da fermo e quelli per le gare ad inseguimento, sui 2, 3 e 4 km (nei punti diametralmente opposti).

Dovrà inoltre essere segnalato il punto esatto **degli ultimi 500 metri e** dell'ultimo km per le gare ad inseguimento individuale od a squadre per ciascuna delle distanze fissate.

Articolo 179 -

Tutte le linee sulla pista dovranno essere tracciate con vernici che escludano ogni pericolo di slittamento.

Per le riunioni notturne deve essere previsto un efficiente impianto di illuminazione.

Allo scopo di evitare cadute si deve provvedere ad una illuminazione supplementare, indipendente dall'impianto elettrico principale, nel caso in cui questo possa arrestarsi per un guasto qualsiasi.

Articolo 180 -

In vicinanza della linea d'arrivo deve essere collocato un quadro indicante i giri da compiere e la campana.

Il pubblico non deve essere ammesso nel prato interno, a meno che non vi si possa accedere con un sopra o sottopassaggio vi sia contenuto in recinti chiusi e distanti almeno dieci metri dal bordo della pista. Nei casi di violazione alle presenti norme la responsabilità per incidenti derivanti al pubblico è attribuita alla società organizzatrice .

Nessun ostacolo, inoltre, dovrà essere collocato a meno di **3,5** metri dal bordo interno della pista, compresi il contagiri e la campana.

Sul prato e davanti alla linea d'arrivo deve essere riservato uno spazio per la Giuria e un altro, più ampio, per i corridori, direttori sportivi, massaggiatori e meccanici, entrambi riservati alle sole categorie cui sono destinati.