



## BREVETTO DI II LIVELLO

- FRENARE bloccando le ruote
- SLALOM SEMPLICE (da più largo a più stretto)
- SLALOM GIGANTE
- SLALOM GIGANTE CON PORTE (passaggi obbligati).
- SOTTOPASSAGGIO
- SLALOM E SOTTOPASSAGGIO
- TRAIETTORIA CHE FORMA UN OTTO (formare un 8 attorno a due birilli).
- TRAIETTORIA CHE FORMA UNA MARGHERITA (formare tanti 8 attorno ad un solo birillo centrale e più birilli esterni).
- SCENDERE DALLA BICI IN CORSA
- SALIRE SULLA BICI IN CORSA
- CORRERE E SPINGERE LA BICI
- CORRERE E TRASPORTARE LA BICI
- PRENDERE E RIMETTERE LA BORRACCIA nel portaborracce.
- PRENDERE LA BORRACCIA (dall'istruttore), BERE e depositarla nel portaborracce.
- RACCOGLIERE E DEPOSITARE OGGETTI (borracce, birilli, palle, ecc.).
- USO DEL CAMBIO (utilizzo cambio moltipliche e pignoni)
- FILA SEMPLICE (prova in gruppo con valutazione individuale)

### INDICAZIONI PER IL SUPERAMENTO DEL 2° BREVETTO

- ✓ Le prove di questo gruppo richiedono il possesso da parte del candidato delle abilità specifiche di base delle diverse specialità del ciclismo.
- ✓ Le prove del 2° brevetto - vanno effettuate in pianura e possibilmente anche in discesa o salita, su percorsi e fondo diversi: erba, ghiaia, sterrato coerente e non, fango, pietre, radici e bagnato.
- ✓ Bisogna saper affrontare alla guida varie situazioni di percorso con destrezza, sicurezza e rapidità dimostrando di possedere durante le prove varie capacità motorie e le abilità specifiche del ciclismo in generale.
- ✓ Non si chiederà già una specializzazione tecnica, ma piuttosto il possesso di un ricco bagaglio di capacità specifiche. Oltre alla corretta esecuzione la velocità di avanzamento inizia a diventare un fattore importante soprattutto in alcuni tipi di esercizio.