



FCI
FEDERAZIONE
CICLISTICA
ITALIANA

NORME ATTUATIVE CICLOCROSS

Corso per Giudici di Gara Regionali 2025
13 novembre

Elisa Marras

IL CICLOCROSS

Regolamento
UCI – Parte 5

Regolamento
FCI -
Fuoristrada

Norme
Attuative
FCI

Regolamento
Speciale di
Gara





Home / Home Fuoristrada / Regolamenti Settore Fuoristrada

REGOLAMENTI SETTORE FUORISTRADA

- BMX
- Ciclocross
- Gravel
- MTB
- Trial

REGOLAMENTI FUORISTRADA

-  **Regolamento Tecnico dell'Attività Fuoristrada**
Approvato dal CF del 09.08.2017 - successivo adeguamento normative UCI 25.01.2021
Dimensione: 580.80 KB
-  **Norme per il trasferimento degli atleti 2025-2026**
Allegato n.1 - Allegato n.2 - approvate dal CF del 17/09/2025
Dimensione: 852.19 KB
-  **Norma maglie tricolori settore Fuoristrada**
approvate dal CF del 26/10/2024

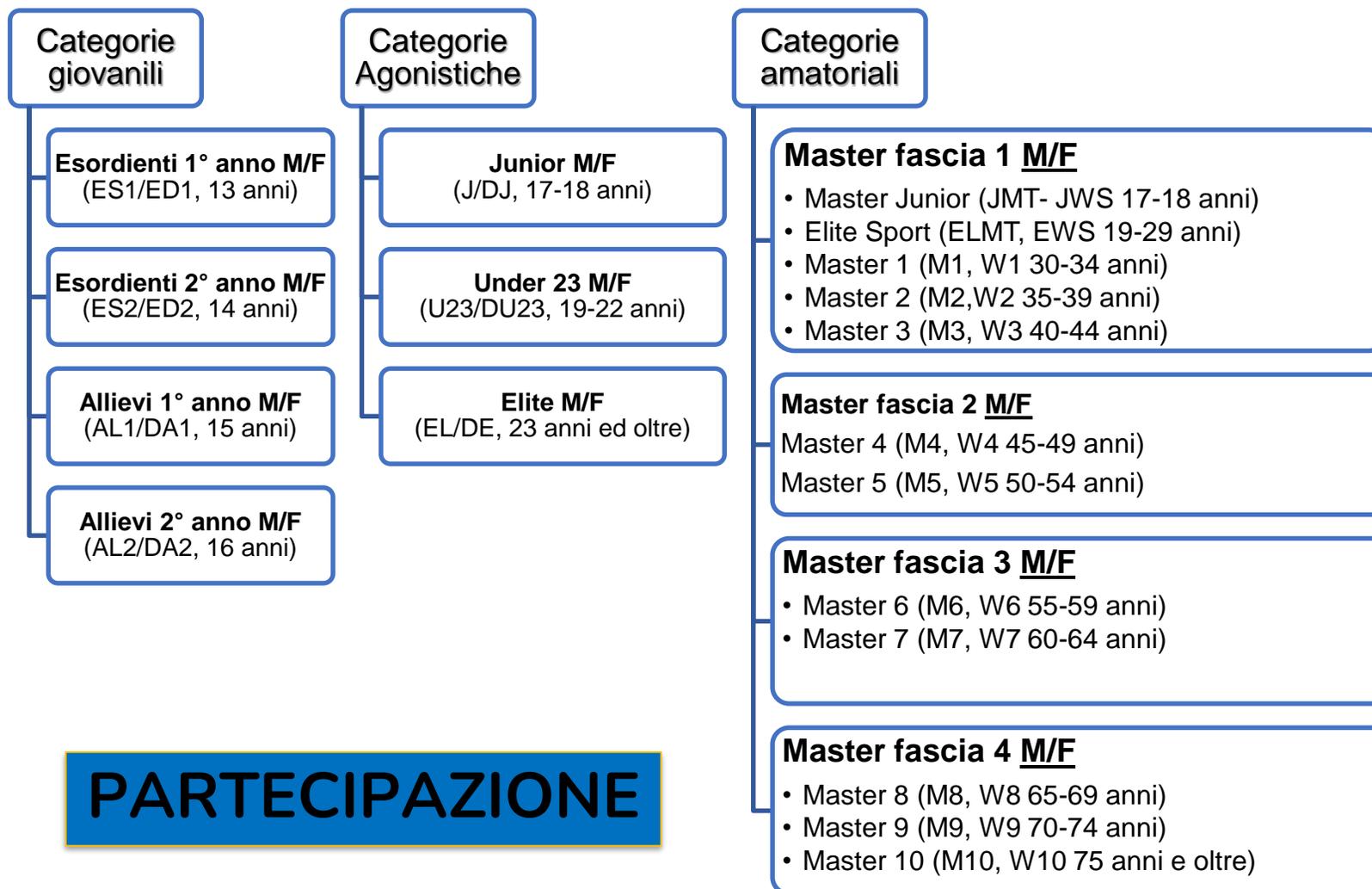
 **F.C.I.** [Follow](#) X 21,627 30,174
I tweet ufficiali della Federazione Ciclistica Italiana

F.C.I. Ritwittato

 **Elia Viviani** [@eliaviviani](#) · 27 Ott

COME NELLE FAVOLE 🌈 ARRIVEDERCI CICLISMO 🚴





Per le **categorie giovanili** la stagione CX inizia il 28 settembre e finisce il 26 gennaio 2026; oltre tale data non potranno più essere organizzate gare riservate a queste categorie

PARTECIPAZIONE

Il passaggio di categoria avviene il 15 settembre

Eccezione per i G6, che passano esordienti il 1° gennaio

Possibilità di includere prova G6 di 20 minuti

PRESTITO TEMPORANEO

NON AMMESSO per categorie giovanissimi ed amatoriali.

AMMESSO SOLO per categorie giovanili (ES/ALL) e agonistiche.

Valido fino al 9 febbraio 2026.

Gli atleti in prestito temporaneo CX POSSONO partecipare ad attività su strada (fino a ottobre), XCO, pista e gravel (su consenso della società titolare del prestito depositato al C.R. e al SFN)

- *Senza consenso DIVIETO di svolgere contemporaneamente altra attività.*

Possibilità di interruzione del prestito e reintegro nella società titolare del tesseramento anche prima del termine della stagione (9 febbraio 2026)

- *In questo caso non sarà poi possibile per l'atleta svolgere attività di ciclocross*

RESPONSABILE MANIFESTAZIONE

- *Deve garantire mezzi, materiale e personale affinché tutte le componenti (atleti, giuria, pubblico, stampa...) che partecipano alla manifestazione abbiano ad operare nelle migliori condizioni possibili*

DELEGATO TECNICO

- *Controlla la preparazione degli aspetti tecnici e assicura il collegamento con Struttura Tecnica*
- **DETERMINA LA VERSIONE FINALE DEL PERCORSO**

PARTECIPAZIONE GARE REGIONALI

CORRIDORI STRANIERI (art 52 RT Attività Fuoristrada)

Partecipazione a gare regionali

- deve essere tesserato alla FCI
- deve presentare esclusivamente la tessera rilasciata dalla FCI
- ammessa la partecipazione di n. **3 atleti stranieri** tesserati per una federazione estera per ogni singola categoria (qualora nel calendario non vi siano concomitanze con gare nazionali/internazionali – art 41 RT Attività Fuoristrada)

In gare regionali o nazionali: partecipazione EPS e tessere giornalieri (se richieste da organizzatore)

CONDIZIONE

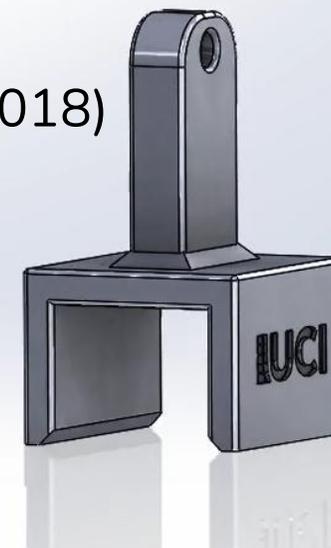
Un corridore classificato tra il 21° e il 50° posto dell'ultima classifica Elite M/F CX UCI, non può partecipare a eventi nazionali in un paese diverso dalla federazione della sua nazionalità sportiva (UCI Art. 5.1.02)

Un corridore classificato tra i primi 20 della classifica Elite M/F CX UCI, di recente pubblicazione, non può partecipare a nessuna gara nazionale

MATERIALI

Bicicletta:

- **Gare promozionali Giovanissimi G6** (anche nel contesto delle gare nazionali):
Consentito ogni tipo di bicicletta e forcella, se MTB (manubrio largo max 60 cm e ruote Max 29")
- **Gare Regionali, cat. giovanili e amatoriali:**
Consentito l'uso di ogni tipo di bicicletta e forcella (anche gravel).
Se MTB, manubrio largo al massimo 60 cm.
- **Gare Regionali, cat Internazionali:**
Telaio da ciclocross e pneumatico spessore massimo 33mm (UCI 1.3.018)



MATERIALI

GARE REGIONALI

Apparecchiature di comunicazione o produttrici di suoni e immagini o simili



NO

E-BIKE

NON consentito uso ai **corridori** durante la prova percorso programmata
Consentito uso a tecnici e DOF

Videocamere



Solo se autorizzate da Struttura Tecnica e Comitato Organizzatore



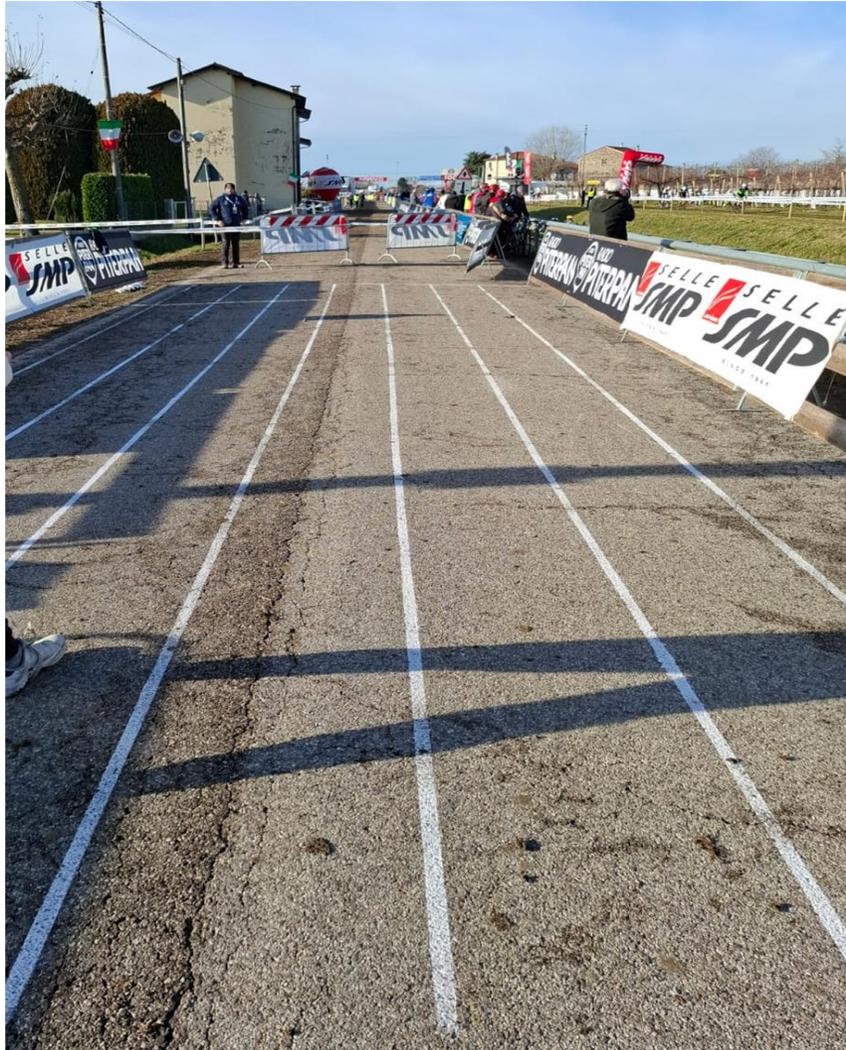
Solo per esigenze televisive/sicurezza



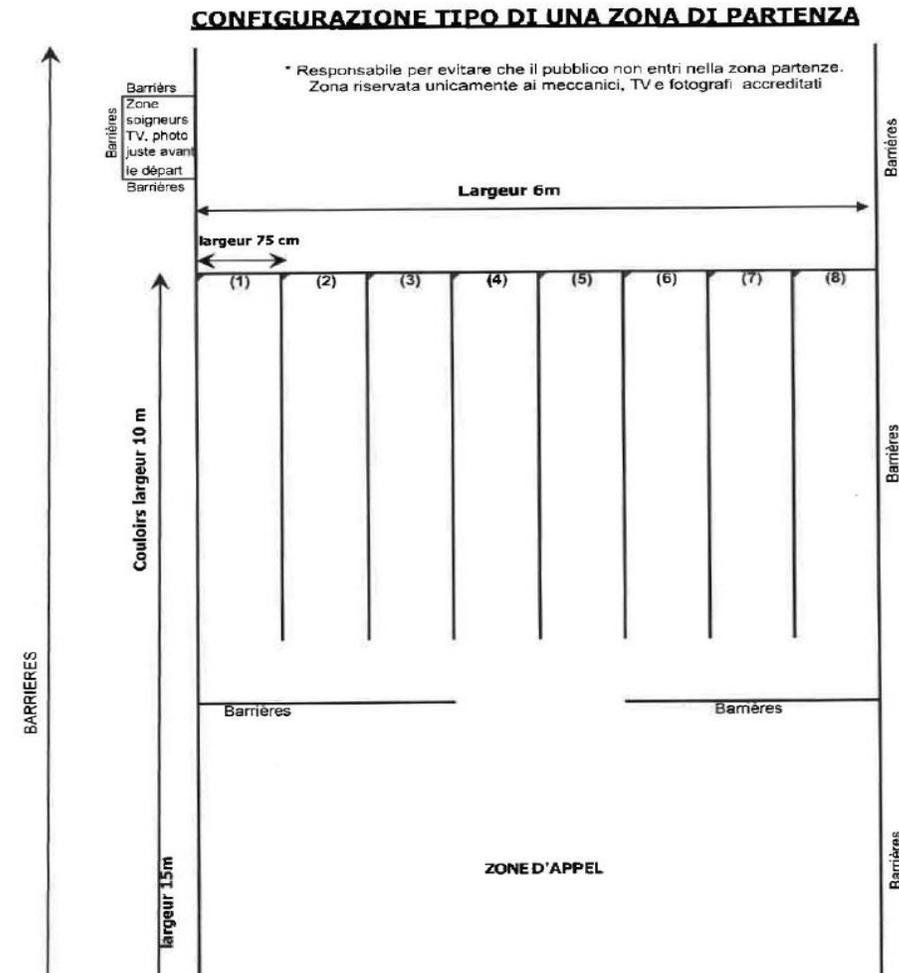
Solo su visiera casco o fissate su telaio bicicletta



PERCORSO - ZONA DI PARTENZA



Devono essere tracciate sul terreno, prima della linea di partenza, **otto corsie aventi una larghezza di 75 cm ed una lunghezza di 10 metri** per la composizione delle griglie di partenza dei corridori (gare regionali almeno sei corsie).



PERCORSO - TRANSENNATURA

Le transenne nelle gare **Internazionali/Nazionali** saranno posizionate ai due lati del percorso per un tratto minimo di 100 metri prima e di 50 metri dopo le linee di arrivo e di partenza. Qualora non coincidano partenza/arrivo, dove si svolge la messa in griglia degli atleti 25 metri. Nelle gare **Regionali** è consentita, dove le condizioni di sicurezza lo permettano, la fettucciatura. Per transenna si intende transennatura di chiusura rigida senza interruzione di continuità per tutto il tratto previsto. (11.1 N.A.)

1.8.46 (NA generali MTB) Nelle manifestazioni Nazionali e Regionali è **vietato installare, su tutto il percorso di gara, strutture ad archi gonfiabili** che attraversino il percorso, se non sostenuti da struttura fissa.



NO!!!



PERCORSO

Deve comprendere strade, sentieri di campagna o di bosco e dei prati, in un'alternanza che assicuri cambiamenti di ritmo della corsa e che consentano il recupero dopo un tratto impegnativo. Preferibile evitare i terreni argillosi e facilmente inondabili, come i campi arati.



Organizzatore deve prevedere un numero minimo di passaggi sorvegliati dove il pubblico possa attraversare il percorso

PERCORSO



min 2,5 – max 3,5 km
min 2 km gare regionali

min 90% pedalabile

larghezza minima 3 m

PERCORSO



SONO VIETATI:

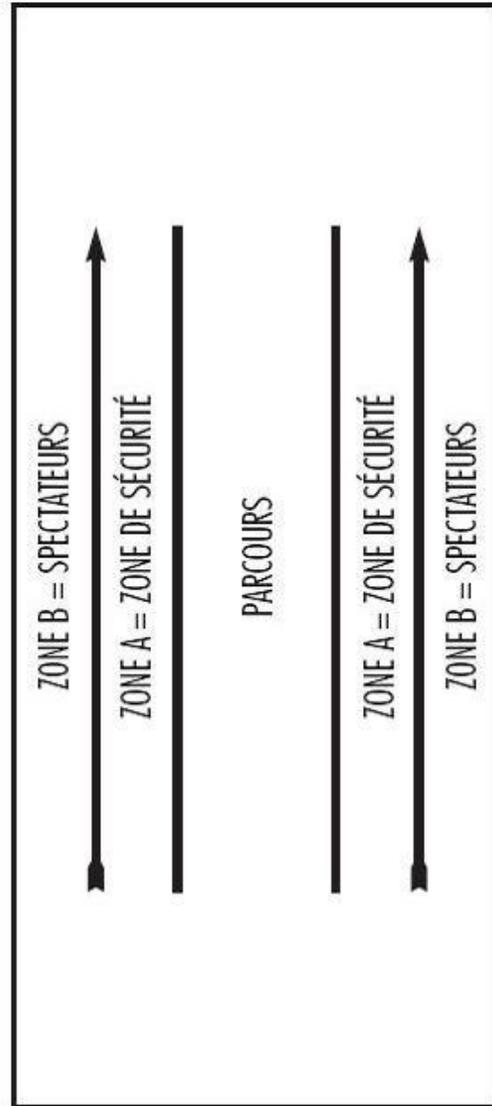
- gli archi gonfiabili che attraversano il percorso
- gli ostacoli che possono creare collisioni o cadute nelle fasi di partenza ed arrivo.



Ponti o rampe in legno devono essere ricoperti con materiale antiscivolo

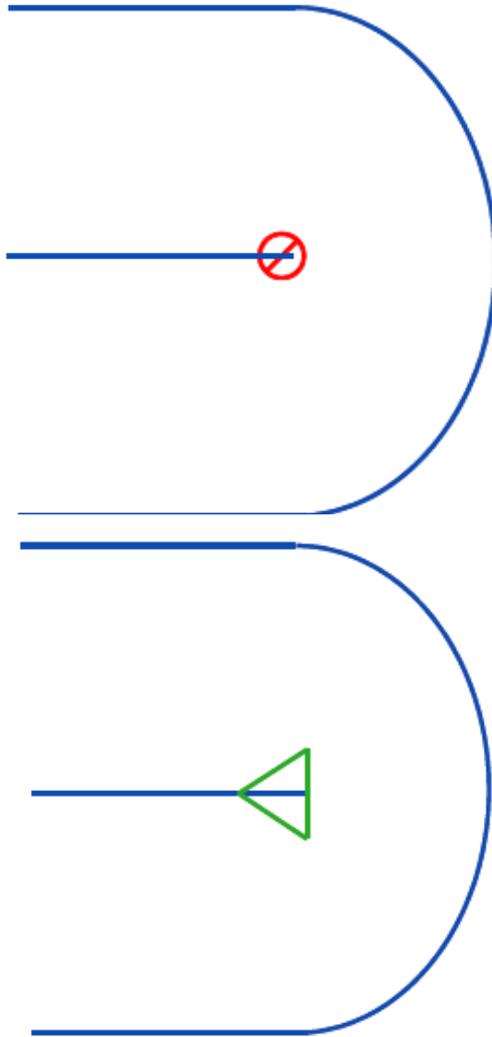


PERCORSO



Quando è prevista una grande affluenza di pubblico, nelle zone tecniche del circuito, deve esserci un corridoio di sicurezza che separi il percorso dalle zone spettatori

PERCORSO - INVERSIONI A U



Le inversioni a U sul percorso saranno installate in modo che i corridori non possano prendere slancio dal paletto o dalla barriera al centro dell'inversione a U

VIETATO (art 5.1.018 bis)



PERCORSO - INVERSIONI A U



PERCORSO : OSTACOLI

Ostacolo: qualsiasi tratto del percorso che induca (ma non obblighi) l'atleta a scendere dalla bicicletta

Massimo 6 ostacoli e una sola sezione di tavole

La lunghezza di un ostacolo non deve superare gli 80 metri

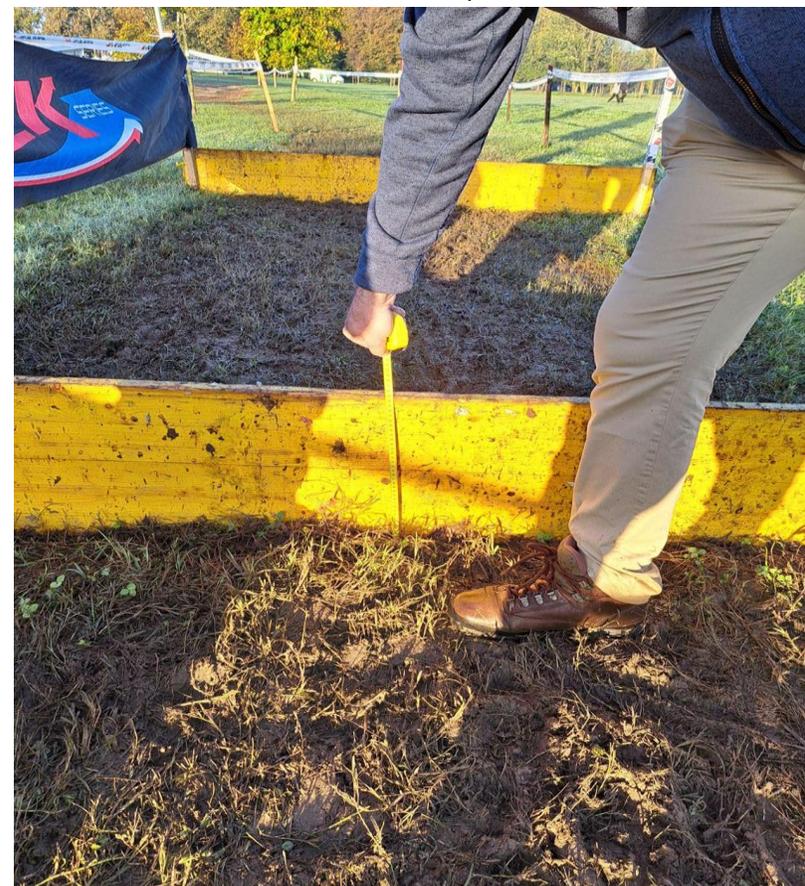
Zone di sabbia artificiale: 40-80 metri, su tratto dritto con stesso livello entrata/uscita

Sono vietate le scalinate in discesa

Zona box: non devono essere presenti ostacoli di alcun tipo, nemmeno naturali

PERCORSO : OSTACOLI

Art 11.2 «L'ostacolo artificiale, laddove presente, deve essere composto da **due** tavole disposte a minimo 4 metri e massimo 6 metri una dall'altra e devono essere compatte su tutta l'altezza massima di 40 cm. e su tutta la larghezza del percorso...Tavole sostituibili da tronchi d'albero (spessore massimo 40cm)»





Sì

Ostacolo:

*qualsiasi tratto del percorso che
induca (non obblighi)
l'atleta a scendere dalla bicicletta*



PERCORSO : OSTACOLI

TRATTO DI SABBIA

Lunghezza min 40 mt / max 80 mt

Tratto pianeggiante

Tratto rettilineo





In caso di anomala scivolosità del percorso, la sezione delle tavole / tronchi deve essere eliminata

Ostacoli naturali dati anche dalle condizioni meteo



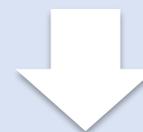
BOX di ASSISTENZA:

parte del percorso dove i corridori possono cambiare **ruote** o **biciclette**



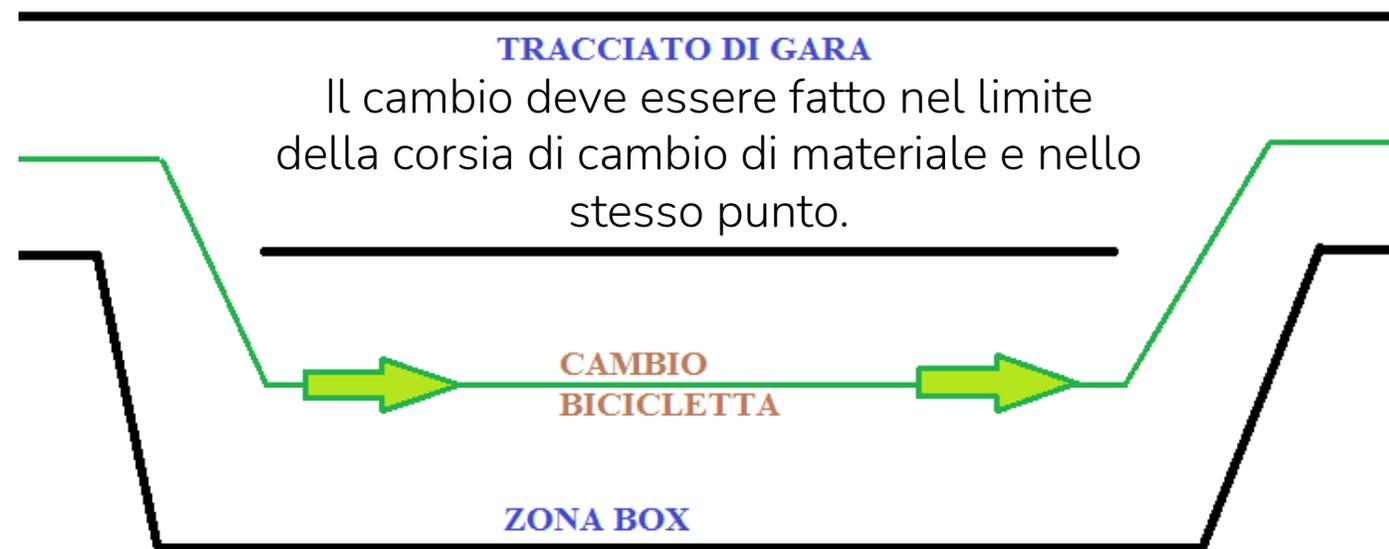
Un corridore può prendere la corsia dei box solo per cambiare la sua bicicletta o ruota o per altra assistenza meccanica

- Cambio di materiale in modo irregolare
- Passaggio nella zona di assistenza senza riceverla ***traendo vantaggio***



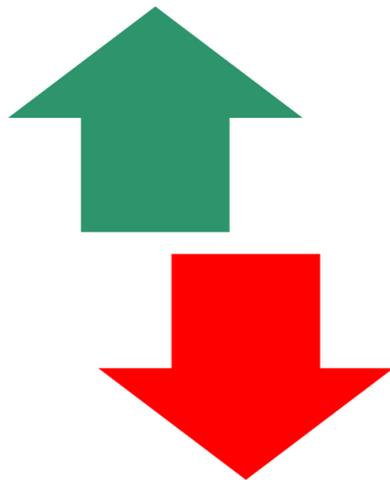
MESSA FUORI GARA

BOX di ASSISTENZA



Il cambio bicicletta deve essere effettuato nello stesso punto (art. 5.1.039 UCI). Se effettuato “in corsa”, si considera come margine di tolleranza 3-4 passi. Oltre, la Giuria applicherà l’art. 5 parte C PUIS «Cambio di materiale non regolamentare» (DSQ)

- *Perché* l'atleta è entrato? *Volontario?* Ha tratto *vantaggio?*



- in cerca di assistenza ma bici non pronta o meccanico non presente → NON VOLONTARIO, nessun provvedimento se non ha tratto vantaggio
- per transitare su terreno più veloce, superare più facilmente un rallentamento → VOLONTARIO, TRAE VANTAGGIO → SQUALIFICA

N.B. “Stop&go” non è previsto dalla normativa UCI/FCI, VALUTAZIONE della motivazione e dell'eventuale vantaggio ottenuto, la valutazione dei commissari è definitiva

N.B. controllare sempre personale accreditato ai box e comportamenti (non fumare, non distrarsi in altre attività)

RIFORNIMENTO NON AUTORIZZATO

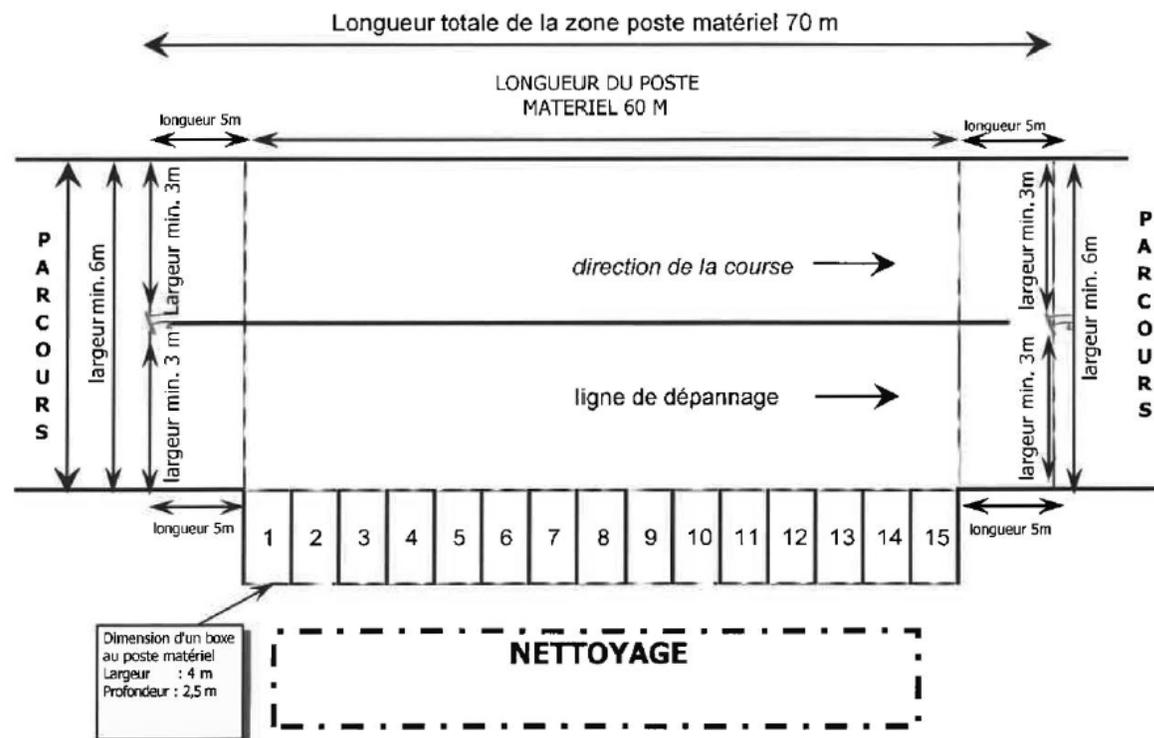


Nelle gare di ciclocross non è previsto il rifornimento di cibo e bevande.

Ai box l'atleta potrà ricevere una nuova bicicletta già equipaggiata con borracce supplementari posizionate nei portaborracce. Le borracce dovranno essere posizionate sul tubo di seduta (*seat tube*) o sul tubo obliquo (*down tube*); non potranno essere posizionate nelle tasche posteriori della maglia.

Un corridore può usare cibo o bevande che porta con sé sulla bicicletta o all'interno della propria maglia.

CONFIGURAZIONE TIPO DI UN POSTO MATERIALE (BOX) SINGOLO



Ammessi due box singoli nelle gare regionali

GRIGLIA DI PARTENZA

Ranking UCI

Classifica Top Class Nazionale

ev. classifica Trofeo Regionale (escluse gare top class regionali)

Gare regionali che assegnano punti TOP CLASS (2):

1. Campionato Regionale (punteggio x 1)
2. Gara Regionale Top Class (punteggio x 1)

p.s. punti TOP CLASS ai primi 25 della classifica

PROCEDURA DI PARTENZA

CHIAMATA IN GRIGLIA (Casistica)

- Atleta in ritardo → perde diritto e prenderà prima posizione libera quando si presenterà
- Atleta presente ma senza bici → si posizionerà in griglia nella propria posizione in attesa del mezzo (fino ai -45")
- Dopo i -45" → perde il posto in griglia, si sposta in coda e parte successivamente

PROCEDURA DI PARTENZA



Presentarsi in zona appello almeno 10 min prima della partenza

Partenza con piede a terra

- Retrocessione ultimo posto (art 5.1.042 RT UCI)

Falsa partenza

- In caso di falsa partenza si ripetono le operazioni di chiamata in griglia
- Il corridore che ha causato la falsa partenza viene posizionato nell'ultimo posto nella nuova griglia di partenza

*La partenza deve essere data dal Presidente di Giuria
(no vip, ospiti...)*

*In caso di caduta o incidenti in partenza
NO assistenza meccanica*

PROCEDURA DI PARTENZA





TEMPI GARA



G6
m/f



Esordienti
m/f
Allievi m/f



Junior
m/f

Master Junior, M4-
M5 (fascia 2) M6-
M7 (fascia 3) M8-
M9-M10(fascia 4)
MW tutte

Donne
Elite –
U23-
Junior
(gare regionali)



Donne Elite-
U23 – Junior
(partenza
unica)



Donne
Elite +
Under 23



Uomini
Elite - U23

Elite
Sport, M1,
M2, M3
(fascia 1)

Se accorpamento
fascia 1 con altre
tempo gara 40 min

Il numero di giri sarà calcolato e annunciato al termine del **secondo giro**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
0:03:00	0:06:00	0:09:00	0:12:00	0:15:00	0:18:00	0:21:00	0:24:00	0:27:00	0:30:00	0:33:00	0:36:00	0:39:00	0:42:00	0:45:00	0:48:00	0:51:00	0:54:00	0:57:00	1:00:00
0:03:10	0:06:20	0:09:30	0:12:40	0:15:50	0:19:00	0:22:10	0:25:20	0:28:30	0:31:40	0:34:50	0:38:00	0:41:10	0:44:20	0:47:30	0:50:40	0:53:50	0:57:00	1:00:10	
0:03:20	0:06:40	0:10:00	0:13:20	0:16:40	0:20:00	0:23:20	0:26:40	0:30:00	0:33:20	0:36:40	0:40:00	0:43:20	0:46:40	0:50:00	0:53:20	0:56:40	1:00:00		
0:03:30	0:07:00	0:10:30	0:14:00	0:17:30	0:21:00	0:24:30	0:28:00	0:31:30	0:35:00	0:38:30	0:42:00	0:45:30	0:49:00	0:52:30	0:56:00	0:59:30	1:03:00		
0:03:40	0:07:20	0:11:00	0:14:40	0:18:20	0:22:00	0:25:40	0:29:20	0:33:00	0:36:40	0:40:20	0:44:00	0:47:40	0:51:20	0:55:00	0:58:40	1:02:20			
0:03:50	0:07:40	0:11:30	0:15:20	0:19:10	0:23:00	0:26:50	0:30:40	0:34:30	0:38:20	0:42:10	0:46:00	0:49:50	0:53:40	0:57:30	1:01:20				
0:04:00	0:08:00	0:12:00	0:16:00	0:20:00	0:24:00	0:28:00	0:32:00	0:36:00	0:40:00	0:44:00	0:48:00	0:52:00	0:56:00	1:00:00					
0:04:10	0:08:20	0:12:30	0:16:40	0:20:50	0:25:00	0:29:10	0:33:20	0:37:30	0:41:40	0:45:50	0:50:00	0:54:10	0:58:20	1:02:30					
0:04:20	0:08:40	0:13:00	0:17:20	0:21:40	0:26:00	0:30:20	0:34:40	0:39:00	0:43:20	0:47:40	0:52:00	0:56:20	1:00:40						
0:04:30	0:09:00	0:13:30	0:18:00	0:22:30	0:27:00	0:31:30	0:36:00	0:40:30	0:45:00	0:49:30	0:54:00	0:58:30	1:03:00						
0:04:40	0:09:20	0:14:00	0:18:40	0:23:20	0:28:00	0:32:40	0:37:20	0:42:00	0:46:40	0:51:20	0:56:00	1:00:40							
0:04:50	0:09:40	0:14:30	0:19:20	0:24:10	0:29:00	0:33:50	0:38:40	0:43:30	0:48:20	0:53:10	0:58:00	1:02:50							
0:05:00	0:10:00	0:15:00	0:20:00	0:25:00	0:30:00	0:35:00	0:40:00	0:45:00	0:50:00	0:55:00	1:00:00								
0:05:10	0:10:20	0:15:30	0:20:40	0:25:50	0:31:00	0:36:10	0:41:20	0:46:30	0:51:40	0:56:50	1:02:00								
0:05:20	0:10:40	0:16:00	0:21:20	0:26:40	0:32:00	0:37:20	0:42:40	0:48:00	0:53:20	0:58:40	1:04:00								
0:05:30	0:11:00	0:16:30	0:22:00	0:27:30	0:33:00	0:38:30	0:44:00	0:49:30	0:55:00	1:00:30									
0:05:40	0:11:20	0:17:00	0:22:40	0:28:20	0:34:00	0:39:40	0:45:20	0:51:00	0:56:40	1:02:20									
0:05:50	0:11:40	0:17:30	0:23:20	0:29:10	0:35:00	0:40:50	0:46:40	0:52:30	0:58:20	1:04:10									
0:06:00	0:12:00	0:18:00	0:24:00	0:30:00	0:36:00	0:42:00	0:48:00	0:54:00	1:00:00										
0:06:10	0:12:20	0:18:30	0:24:40	0:30:50	0:37:00	0:43:10	0:49:20	0:55:30	1:01:40										
0:06:20	0:12:40	0:19:00	0:25:20	0:31:40	0:38:00	0:44:20	0:50:40	0:57:00	1:03:20										
0:06:30	0:13:00	0:19:30	0:26:00	0:32:30	0:39:00	0:45:30	0:52:00	0:58:30	1:05:00										
0:06:40	0:13:20	0:20:00	0:26:40	0:33:20	0:40:00	0:46:40	0:53:20	1:00:00											
0:06:50	0:13:40	0:20:30	0:27:20	0:34:10	0:41:00	0:47:50	0:54:40	1:01:30											
0:07:00	0:14:00	0:21:00	0:28:00	0:35:00	0:42:00	0:49:00	0:56:00	1:03:00											
0:07:10	0:14:20	0:21:30	0:28:40	0:35:50	0:43:00	0:50:10	0:57:20	1:04:30											
0:07:20	0:14:40	0:22:00	0:29:20	0:36:40	0:44:00	0:51:20	0:58:40	1:06:00											
0:07:30	0:15:00	0:22:30	0:30:00	0:37:30	0:45:00	0:52:30	1:00:00												
0:07:40	0:15:20	0:23:00	0:30:40	0:38:20	0:46:00	0:53:40	1:01:20												
0:07:50	0:15:40	0:23:30	0:31:20	0:39:10	0:47:00	0:54:50	1:02:40												
0:08:00	0:16:00	0:24:00	0:32:00	0:40:00	0:48:00	0:56:00	1:04:00												
0:08:10	0:16:20	0:24:30	0:32:40	0:40:50	0:49:00	0:57:10	1:05:20												
0:08:20	0:16:40	0:25:00	0:33:20	0:41:40	0:50:00	0:58:20	1:06:40												
0:08:30	0:17:00	0:25:30	0:34:00	0:42:30	0:51:00	0:59:30	1:08:00												
0:08:40	0:17:20	0:26:00	0:34:40	0:43:20	0:52:00	1:00:40													
0:08:50	0:17:40	0:26:30	0:35:20	0:44:10	0:53:00	1:01:50													
0:09:00	0:18:00	0:27:00	0:36:00	0:45:00	0:54:00	1:03:00													
0:09:10	0:18:20	0:27:30	0:36:40	0:45:50	0:55:00	1:04:10													
0:09:20	0:18:40	0:28:00	0:37:20	0:46:40	0:56:00	1:05:20													
0:09:30	0:19:00	0:28:30	0:38:00	0:47:30	0:57:00	1:06:30													
0:09:40	0:19:20	0:29:00	0:38:40	0:48:20	0:58:00	1:07:40													
0:09:50	0:19:40	0:29:30	0:39:20	0:49:10	0:59:00	1:08:50													
0:10:00	0:20:00	0:30:00	0:40:00	0:50:00	1:00:00														
0:10:10	0:20:20	0:30:30	0:40:40	0:50:50	1:01:00														
0:10:20	0:20:40	0:31:00	0:41:20	0:51:40	1:02:00														
0:10:30	0:21:00	0:31:30	0:42:00	0:52:30	1:03:00														
0:10:40	0:21:20	0:32:00	0:42:40	0:53:20	1:04:00														
0:10:50	0:21:40	0:32:30	0:43:20	0:54:10	1:05:00														
0:11:00	0:22:00	0:33:00	0:44:00	0:55:00	1:06:00														

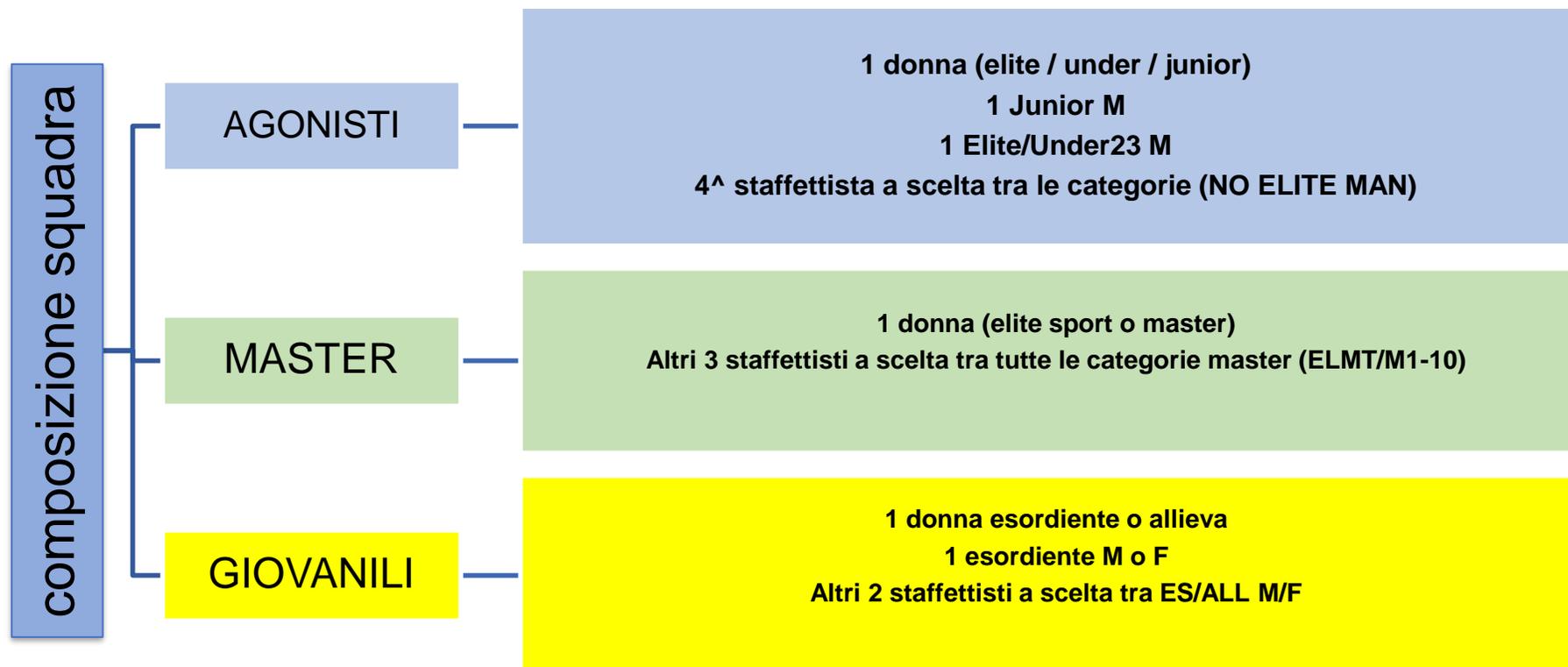
Esempio di tabella per il calcolo dei giri

Il numero di giri sarà calcolato e annunciato al termine del **secondo giro**

TEAM RELAY - CICLOCROSS



REGOLE PARTICOLARI – TEAM RELAY CX



La squadra è composta da 4 staffettisti della stessa società. Squadre miste possibili in gare regionali esclusi campionati

La staffetta si corre su 4 giri. Ogni staffettista compie un giro.

REGOLE PARTICOLARI – TEAM RELAY CX



Giudice

Cambio sempre per contatto



REGOLE PARTICOLARI – TEAM RELAY CX

- **Ufficializzazione squadra alla verifica licenze. Il tecnico consegna ordine staffettisti alla giuria.**
- **Numeri identificativi: parte numerica e letterale (numero indica squadra, lettera ordine staffettista). Es. 1A-1B-1C-1D**
- **Può essere disposta UNA zona box**
- **Ogni staffettista compie un giro. Se non conclude tutta la squadra fuori gara.**
- **Se cambio senza contatto: espulsione. Possibilità di tornare indietro e dare il cambio regolare.**

TEAM RELAY

Novità NA 2025/2026: ELEMENTO DISTINTIVO

In caso di più formazioni della stessa società dovranno presentare un elemento distintivo. Fascia al braccio in contrasto con i colori della divisa. (art. 8.2 N.A.)

Reminder Casistica:

- CAMBIO

Il cambio viene fatto tra concorrenti con il tocco, non è espressamente indicato ma l'atleta «DEVE» aver con sé la bici.

Esempio: se un atleta non tocca il compagno, e per tornare indietro lascia la bici a terra il cambio è da considerarsi non regolamentare quindi questo comporta la squalifica di tutto il team.

- ATLETI DOPPIATI:

Quando la prima squadra conclude l'ultimo giro la gara è considerata conclusa per tutti, la squadra doppiata verrà classificata in base al numero di giri percorsi



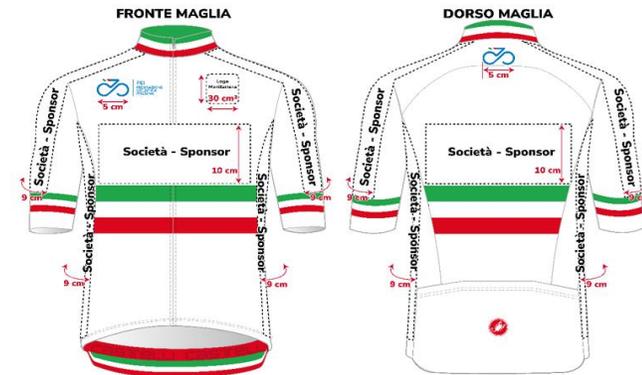
MAGLIE

- **MAGLIA DI CAMPIONE REGIONALE:** può (non deve) essere portata solo nelle gare del calendario Regionale della Regione in cui si è titolari
- **MAGLIA DI CAMPIONE NAZIONALE:** Nella stagione successiva, fino alla data del Campionato Italiano individuale escluso, il titolare che ha conquistato la maglia nella categoria Esordienti e Allievi nel suo 1° anno ha l'obbligo di vestirla in tutte le gare da 2° anno

Agonisti e Giovanili



Amatori:



- **MAGLIA DI LEADER DEL CIRCUITO:**
 - **GARE INTERNAZIONALI:** solo se Serie Approvata UCI
 - **Gare NAZIONALI e REGIONALI:** priorità su Campioni Nazionali se circuito approvato FCI
- Circuiti approvati da STN Fuoristrada:

<https://www.federciclismo.it/fuoristrada/ciclocross/circuiti-ciclocross/>

Grazie a tutti per l'attenzione!