



Comunicato n°11 del 7 Marzo 2022

STR Fuoristrada Vademecum Attività Agonistica e Organizzativa 2022

Assegnazione Campionati Regionali

CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE MARATHON

Il Campionato Regionale Individuale Marathon MTH si disputerà in una prova unica il giorno **22 Maggio 2022 ad AIELLI (AQ)**. Il titolo Regionale e la relativa maglia di Campione Regionale sarà assegnata ai corridori tesserati con Società affiliate alla F. C. I. in Abruzzo, primi classificati nelle categorie Agonistiche U23 e ELITE e in tutte le categorie Amatoriali. Le prove di cross-country Marathon sono aperte a tutti i corridori di età dai 19 anni in poi ed includono la categoria Master.

CAMPIONATO REGIONALE INDIVIDUALE CROSS COUNTRY

Il Campionato Regionale Individuale Cross Country XCO si disputerà in una prova unica il giorno **25 Settembre 2022 a ROCCACASALE (AQ)**, per le categorie Master e il giorno **28 Agosto 2022 ad Archi (CH)**, per le categorie Agonistiche. Il titolo Regionale e le relative maglie di Campione Regionale saranno assegnati ai corridori tesserati con Società affiliate alla F. C. I. in Abruzzo, primi classificati nelle categorie Giovanili, Agonistiche e in tutte le categorie Amatoriali.

L'assegnazione del titolo per ciascuna categoria non è condizionata dal numero dei partecipanti.

CAMPIONATO REGIONALE SOCIETÀ'

Il Campionato Regionale di Società si disputerà in 9 (nove) prove, e precisamente il:

- 26 marzo 2022 a SCERNI (CH) organizzazione VASTESE INN BIKE Asd;
- 10 aprile 2022 a POPOLI (PE) organizzazione CICLI SPORTMANIA Asd;
- 24 aprile 2022 a FOSSACESIA (CH) organizzazione BICIMANIA FOSSACESIA Asd;
- 01 maggio 2022 a RAPINO (CH) organizzazione TEAM BIKE BUCCHIANICO Asd;
- 08 maggio 2022 a PESCIANA (AQ) organizzazione GS FONTAMARA Asd;
- 10 luglio 2022 a POGGIO PICENZE (AQ) organizzazione NO LIMITS Asd;
- 17 luglio 2022 a SANT'OMERO (TE) organizzazione AREA 259 Asd;
- 28 agosto 2022 ad ARCHI (CH) organizzazione CICLISTICA L'AQUILA 2022 Asd;
- 25 settembre 2022 a ROCCACASALE (AQ) organizzazione PAVID BIKE TEAM Asd;

Il titolo Regionale sarà assegnato alla Società Abruzzese affiliata alla F.C.I. prima classificata, sommando i punti acquisiti da tutti i suoi atleti.

In ciascuna prova e per ogni categoria, verranno assegnati i seguenti punteggi:

PUNTEGGI

1° Class. – 1000 pt. 2° Class. – 950 pt. 3° Class. – 900 pt. 4° Class. – 870 pt. 5° Class. – 840 pt. 6° Class. – 800 pt. 7° Class. – 780 pt. 8° Class. – 760 pt. 9° Class. – 740 pt. 10° Class. – 720 pt ... Dal 11° Class. Al 30° Class. 10 pt a scalare, Dal 31° al 50° Class. 5 pt. a scalare e Dal 51° Class. a seguire, 2 pt. a scalare per tutti coloro che hanno portato a termine la prova.

La classifica finale verrà ottenuta con la somma dei punti ottenuti in tutte le prove, senza la possibilità di scarto; sommando i punteggi della classifica assoluta più i primi cinque di ogni categoria. In caso di parità nella classifica finale, la vittoria è assegnata alla Società con il maggior numero di atleti partecipanti all'ultima prova. È ammessa la partecipazione degli extraregionali e di quelli tesserati con gli Enti di promozione sportiva, i quali non tolgono punteggi per la classifica di Campionato.

XCO ABRUZZO RACE

Il circuito XCO ABRUZZO RACE 2022 è un circuito di gare inserite nel calendario Fuoristrada 2022 del Comitato Regionale Abruzzo articolato su 8 prove:

*Comitato Regionale Abruzzo*

- 26 marzo 2022 a SCERNI (CH) organizzazione VASTESE INN BIKE Asd;
- 10 aprile 2022 a POPOLI (PE) organizzazione CICLI SPORTMANIA Asd;
- 24 aprile 2022 a FOSSACESIA (CH) organizzazione BICIMANIA FOSSACESIA Asd;
- 01 maggio 2022 a RAPINO (CH) organizzazione TEAM BIKE BUCCHIANICO Asd;
- 10 luglio 2022 a POGGIO PICENZE (AQ) organizzazione NO LIMITS Asd;
- 17 luglio 2022 a SANT'OMERO (TE) organizzazione AREA 259 Asd;
- 28 agosto 2022 ad ARCHI (CH) organizzazione CICLISTICA L'AQUILA 2022 Asd;
- 25 settembre 2022 a ROCCACASALE (AQ) organizzazione PAVID BIKE TEAM Asd;

Sono ammessi a partecipare al Circuito XCO ABRUZZO RACE 2022 tutti gli atleti AGONISTI FCI, AMATORI (Master), tesserati degli ENTI di Promozione Sportiva riconosciuti dal CONI, che siano in regola con il tesseramento 2022.

La quota iscrizione è uniforme per tutte e 8 (otto) le gare ed è fissata in € 20,00 (Venti/00) compreso del costo del Chip. Il versamento di tale quota sarà gestito dalle società organizzatrici della gara.

Per quest'anno non sono previsti abbonamenti.

Al termine di ciascuna prova saranno premiati a cura e discrezione dell'organizzatore della gara almeno i primi 5 di ogni categoria presente alla manifestazione. Nella premiazione che si terrà il 25 Settembre 2021 ad Roccacasale (AQ) saranno premiati i vincitori di ciascuna categoria sia femminile che maschile con assegnazione della maglia e busta alimentare, il secondo e terzo con busta alimentare.

CLASSIFICHE: per ciascuna delle otto prove in programma saranno redatte le classifiche del Circuito XCO ABRUZZO RACE 2022 secondo le categorie previste e secondo i punteggi in tabella.

Posizione	XCO	Posizione	XCO
1°	500	26°	147
2°	475	27°	144
3°	450	28°	141
4°	425	29°	138
5°	400	30°	135
6°	380	31°	132
7°	360	32°	129
8°	340	33°	126
9°	320	34°	123
10°	300	35°	120
11°	285	36°	118
12°	270	37°	116
13°	255	38°	114
14°	240	39°	112
15°	225	40°	110
16°	215	41°	108
17°	205	42°	106
18°	195	43°	104
19°	185	44°	102
20°	175	45°	100
21°	170	46°	98
22°	165	47°	96
23°	160	48°	94
24°	155	49°	92
25°	150	50°	90



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

Comitato Regionale Abruzzo

- **Bonus di 300 punti per chi termina 8 gare;**
- **Bonus di 200 punti per chi termina 7 gare;**
- **Bonus di 100 punti per chi termina 6 gare.**

ABRUZZO MTB CUP 2022

Il Circuito Abruzzo MTB Cup si disputerà in sette prove, organizzate da 7 società affiliate alla Federazione Ciclistica Italiana precisamente il:

- 22 maggio 2022 AIELLI (AQ) organizzazione AVEZZANO MTB Asd;
- 05 giugno 2022 SCANNO (AQ) organizzazione MTB SCANNO Asd;
- 12 giugno 2022 CAMPO di GIOVE (AQ) organizzazione BIKE SHOCK TEAM Asd;
- 26 giugno 2022 S.EUFEMIA a MAIELLA (CH) organizzazione FUNCTIONAL FIT Asd;
- 04 settembre 2022 CASTEL del MONTE (AQ) organizzazione TEAM BIKE BUCCHIANICO Asd;
- 18 settembre 2022 PESCIASSEROLI (AQ) organizzazione PESCIASSEROLI Asd;
- 02 ottobre 2022 COLLARMELE (AQ) organizzazione COLLARMELE MTB Asd;

CLASSIFICHE

Per ciascuna delle sette tappe in programma saranno redatte le classifiche del Circuito ABRUZZO MTB 2022 secondo le categorie previste e il percorso effettuato e secondo i punteggi in tabella. Nell'ipotesi di gara Marathon nella quale ci siano atleti che scelgono il percorso Classic o GF questi verranno comunque considerati nella classifica dei punteggi per società dietro all'ultimo classificato della Marathon. Lo stesso vale nelle altre gare per le categorie che faranno il percorso ridotto. Le classifiche finali saranno ottenute dalla somma dei punti realizzati nelle gare sostenute e regolarmente terminate a prescindere da percorso. Nel caso in cui una o più gare non potessero avere luogo per cause di forza maggiore, ai fini della classifica finale si terrà conto delle gare effettivamente svolte. Per le sole società organizzatrici, per ovvi motivi organizzativi, potranno ottenere il punteggio minore avuto in altra gara nel caso in cui nella loro gara abbiano totalizzato un risultato inferiore.

Alla fine del Circuito verrà stilata una classifica a Squadre.

Alla fine del Circuito verrà stilata una classifica individuale di partecipazione ed entreranno in classifica chi avrà partecipato a 5 delle 7 gare previste. Saranno premiati i primi tre della classifica con maglia e buste alimentari.

Le gare MTH, GF avranno punteggi diversi, come indicato in Tabella a fondo pagina. Nelle gare con solo percorso GRAN FONDO verrà presa a riferimento la colonna della tabella con il punteggio maggiore (quella indicata come XCM), verrà assegnato un punteggio forfettario di 250 punti, uguale per tutti, ad ogni partecipante tesserato regolarmente arrivato.

Tutti coloro che, in base alle rilevazioni effettuate dalla Società di cronometraggio che gestiscono le varie manifestazioni, risultano regolarmente presenti e partiti senza però aver portato a conclusione la gara, solo ed unicamente a causa di guasto meccanico, verranno classificati con il punteggio attribuito all'ultimo classificato della propria categoria di appartenenza, fino ad un massimo di 100 punti e sarà considerato presente nella classifica di partecipazione. Tale norma è valida solo ed esclusivamente se il guasto viene segnalato immediatamente alla Giuria, che effettuerà i previsti controlli sul mezzo accidentato; non saranno prese in considerazione segnalazioni che non rispettano questo iter. Ad ognuno degli atleti regolarmente abbonati al Circuito, ma che non hanno potuto prendere il via perché impegnati per conto della Società organizzatrice della manifestazione in programma, verrà riconosciuto un punteggio forfettario di 20 punti.

Le classifiche Parziali esposte in occasione di ciascuna tappa del Circuito dovranno essere consultate anche allo scopo di segnalare eventuali errori alla Segreteria di gara. I reclami avversi alle classifiche dovranno essere inoltrati alla Direzione Gara entro e non oltre mezz'ora dalla loro esposizione. I singoli Comitati Organizzatori si riservano comunque di prendere in considerazione ulteriori reclami per modifiche imputabili esclusivamente ad errori di anagrafica e/o di categoria, anche in tempi successivi, ma entro e non oltre la settimana successiva allo svolgimento della manifestazione. Onde evitare spiacevoli controversie, si fa espressa raccomandazione di controllare le predette classifiche non appena esposte e provvedere in tal senso.



Tabella Punteggi

Posizione	XCM	XCP	Posizione	XCM	XCP
1	1000	500	51	185	112
2	950	475	52	180	109
3	900	450	53	175	106
4	870	435	54	170	103
5	840	425	55	165	100
6	810	415	56	160	97
7	780	405	57	155	94
8	750	395	58	150	91
9	720	385	59	145	88
10	690	375	60	140	85
11	670	365	61	135	82
12	650	355	62	130	79
13	630	345	63	125	76
14	610	335	64	120	73
15	590	325	65	115	70
16	570	315	66	110	67
17	550	305	67	105	64
18	530	295	68	100	61
19	510	285	69	95	58
20	490	275	70	90	55
21	470	265	71	87	53
22	450	255	72	84	51
23	430	245	73	81	49
24	410	235	74	78	47
25	390	225	75	75	45
26	370	215	76	72	43
27	350	205	77	69	41
28	330	195	78	66	39
29	310	185	79	63	37
30	290	175	80	60	35
31	285	172	81	58	33
32	280	169	82	56	31
33	275	166	83	54	29
34	270	163	84	52	27
35	265	160	85	50	25
36	260	157	86	48	23
37	255	154	87	46	21
38	250	151	88	44	19
39	245	148	89	42	17
40	240	145	90	40	15
41	235	142	91	38	14
42	230	139	92	36	13
43	225	136	93	34	12
44	220	133	94	32	11
45	215	130	95	30	10
46	210	127	96	28	9
47	205	124	97	26	8
48	200	121	98	24	7
49	195	118	99	22	6
50	190	115	100	20	5

Dalla posizione 101 in poi, stessi punteggi della posizione 100, 20 punti per il percorso Marathon e 5 punti per il percorso Point to Point.

- Bonus di 800 punti per chi termina 7 gare;
- Bonus di 400 punti per chi termina 6 gare;
- Bonus di 200 punti per chi termina 5 gare.
- Bonus di 200 punti per ogni abbonato individuale. **I punti sono cumulabili.**



PROGRAMMI DI GARA PER APPROVAZIONE

Si invitano le Società ad inviare al Comitato Regionale i programmi di gara, debitamente compilati attraverso il sistema informatico on-line, in cinque copie **ed accompagnati dall'attestazione del versamento della quota prevista per l'anno 2022** Il pagamento può essere effettuato nelle seguenti modalità:

1. Carta di credito on-line - Servizio attivo all'interno della procedura informatica.

2. MAV bancario – Pagabile tramite home-banking, sportello bancomat o sportello bancario di qualsiasi istituto.

3. Bonifico Bancario – Intestatario: **FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA**

Banca: Banca Popolare di Sondrio IBAN: IT75I0569603215000005755X28

Indicare obbligatoriamente nelle note del bonifico bancario il codice della Società. I dati relativi al bonifico vanno obbligatoriamente riportati nell'apposita procedura on line di registrazione dei versamenti delle società affiliate. Le ricevute dei pagamenti dovranno essere digitalizzate ed allegate alla registrazione del versamento, con notevole anticipo e comunque tassativamente almeno 40 (quaranta) giorni prima dello svolgimento della gara, per consentire il regolare espletamento degli atti dovuti e la pubblicazione sull'Organo Ufficiale. Si ricorda che non è possibile stampare e divulgare materiale informativo sulla gara prima dell'avvenuta approvazione. Nel programma gara dovrà essere specificata la quota d'iscrizione. Fra una gara e la successiva per poter essere approvata deve intercorrere un intervallo minimo di 2 giorni.

ISCRIZIONE

La Società che intende partecipare ad una gara è obbligata ad iscrivere i suoi atleti tramite il sistema informatico federale all'indirizzo web <http://ksport.fattorek.it/fci/> (la gara è facilmente rintracciabile dal link "gare" e inserendo il numero "Id Gara" nell'apposito campo oppure attivando altre possibilità di ricerca: per data per es.). Successivamente si dovrà trasmettere alla Società organizzatrice il previsto fax di conferma dell'avvenuta richiesta d'iscrizione con eventuale attestazione del versamento della tassa d'iscrizione. Da tale obbligo sono escluse le società non affiliate alla F. C. I. , Enti di Promozione Sportiva convenzionati FCI, che siano in regola con la certificazione sanitaria ed etica, che si iscriveranno secondo altre modalità richieste dalla società organizzatrice. Sarà a cura della società organizzatrice ammettere o no in gara gli atleti che non hanno adempiuto all'iscrizione tramite il sistema informatico federale, e verranno gestiti come le società non affiliate alla FCI, ovvero Enti di promozione Sportiva convenzionati FCI.

In tutte le gare, un responsabile del Team potrà presentare alla verifica, tessere o Modulo S. I. F. (Fattore K); nelle gare Regionali XCP e XCM il controllo delle tessere atleti delle categorie amatoriali è di competenza del Comitato Organizzatore; eventuali casi particolari segnalati saranno valutati dal Collegio di Giuria. Al termine del controllo delle tessere, comunque non oltre i 15 minuti prima della partenza della gara, il Responsabile della manifestazione dovrà consegnare al Presidente del Collegio di Giuria l'elenco completo e aggiornato con riportati obbligatoriamente ed in modo aggiornato e corretto:

cognome e nome dell'atleta, codice UCI, numero di tessera, società di appartenenza con relativo codice ed ente di appartenenza, se diverso dalla F. C. I.) di tutti gli effettivi partenti. Con la consegna di tale elenco il Responsabile della manifestazione dichiara anche che, in base ai regolamenti F. C. I. ed U. C. I., tutti i partenti hanno diritto a parteciparvi.

La mancata consegna dell'elenco partenti oltre il termine dei 15 minuti prima della partenza, come previsto dal regolamento tecnico, comporta una sanzione alla società organizzatrice oltre alle eventuali responsabilità civili e penali. Ai Commissari di Gara dovrà essere consegnato esclusivamente l'elenco iscritti redatto in excel o pdf scaricato dal sistema informatico federale. Su tale elenco, o su elenco separato, dovranno essere riportati tutti gli altri iscritti appartenenti agli Enti di Promozione Sportiva o a Federazioni Straniere.

VERIFICA TESSERE:

Ogni Comitato organizzatore gara, dovrà prevedere un doppio corridoio di ritiro pettorale di gara. Su un corridoio accederanno tutti quelli che hanno fatto la preiscrizione:

- Società affiliate FCI, iscrizioni effettuate tramite fattore k, avranno la tessera già verificata dal Sistema Informatico;
- Enti di Promozione Sportiva convenzionati FCI ,verrà smarcato dall'elenco precedentemente stampato, eventuali casi particolari segnalati dal Comitato Organizzatore saranno valutati dal Collegio di Giuria.
- L'altro corridoio deve essere previsto per chi si iscrive il giorno della gara, Società affiliate FCI e gli altri Enti



di Promozione Sportiva convenzionati FCI, dove la verifica tessera è di competenza del Collegio di Giuria. La partenza dovrà essere vietata al corridore la cui tessera non permetta al Presidente di Giuria l'accertamento della sua identità o nel caso in cui riceva comunicazione scritta di divieto di partenza da parte sia della società di appartenenza sia da organismo federale competente. Questi verranno inseriti in coda, assegnandogli il numero di gara, uno ad uno nel software gestione gare, prima della partenza.

TRAGUARDO:

La linea del traguardo, per le gare dove sono previsti più giri, deve essere posizionato all'interno del circuito di gara e dovrà essere attraversato ad ogni giro effettuato. Non saranno più ammessi traguardi fuori dal circuito di gara.

NUMERI DI GARA:

Ogni società organizzatrice dovrà pensare in proprio alla fornitura della tabella e dorsale numeri di gara.

OBBLIGHI TESSERATI:

Come stabilito dalle Norme attuative del Settore Fuoristrada Nazionale, si ricorda che i tesserati delle Categorie Agonistiche non possono prendere parte ad attività organizzate da qualsiasi altra organizzazione sportiva, pena il deferimento alla Procura Federale.

I corridori daranno prova di sportività in ogni occasione e lasceranno il passo ai corridori più veloci, senza ostacolare il sorpasso, facendo ostruzionismo. Se per qualsiasi motivo un concorrente dovesse uscire dal percorso, egli dovrà rientrarvi nello stesso punto preciso da cui è uscito. Qualora il Presidente di Giuria valuti che il corridore abbia tratto un vantaggio, provvederà alla sua squalifica (DSQ). I corridori dovranno rispettare la natura avendo cura di non sporcare i luoghi lungo il percorso.

L'uso del telefono cellulare è autorizzato per ragioni di sicurezza.

E' proibito l'utilizzo di qualsiasi apparecchiatura riproduttrice di suoni, munita o non di auricolari.

Le "micro-camere", saranno montate in modo da non compromettere la sicurezza dell'Atleta e solo sulla bicicletta o sul frontino del casco.

Per quanto non specificato, valgono le norme attuative Nazionali.

TASSA D'ISCRIZIONE

La Struttura Tecnica Federale emanando le NORME ATTUATIVE 2021, ribadisce che sono esonerati dal pagamento della tassa d'iscrizione tutte le categorie agonistiche M/ F ed a tale riguardo non sono previste deroghe regionali.

La tassa d'iscrizione per le gare, Campionato Regionale Società, Campionato Regionale Individuale XCO, Campionato Regionale Individuale Marathon è fissata ad un massimo di € 20,00 escluso noleggio chip (max € 3,00) ed applicazione DOTAZIONE MINIMA DI SERVIZI PER GARE con pagamento anticipato al venerdì precedente la gara secondo le modalità richieste dalla Società organizzatrice ben specificato sul programma gara in approvazione al Comitato Regionale. Chi si iscrive il giorno della gara, la quota d'iscrizione avrà un costo aggiuntivo, di 10€, che dovrà essere ben specificato sul programma gara in approvazione al Comitato Regionale.

La tassa d'iscrizione per le gare, che non possono assicurare tutti i servizi previsti DOTAZIONE MINIMA DI SERVIZI PER GARE la tassa sarà ridotta e fissata ad un prezzo deciso dalla STR FUORISTRADA.

INSERIMENTO CLASSIFICHE DI GARA NELLA PROCEDURA ON LINE.

Per evitare che ci siano nuovi disguidi nell'assegnazione di Punteggi Top Class si ricorda che una società organizzatrice di gare F.C.I. è tenuta ad usare la procedura informatica sia per iscriversi e sia per gestire le gare in calendario F.C.I. (compilazione programma gara on- line, ricavare e scaricare l'elenco degli iscritti, inserimento classifiche nella gara on- line). Si invitano, a gara terminata, per consentire l'assegnazione del punteggio di valorizzazione e rendere fruibili le classifiche a tutti gli utenti, le Società organizzatrici dovranno inserire i risultati della propria manifestazione alla voce "Classifiche" disponibile all'interno del programma gara on- line.



DOTAZIONE MINIMA DI SERVIZI PER GARE A PREZZO PIENO

1) LA BASE LOGISTICA E SERVIZI PRE e POST GARA;

Tali servizi dovranno trovarsi il più vicino possibile tra di loro, se possibile, per evitare trasferimenti. Questi sono:

- **Segreteria- Verifica Tessere- Zona ritrovo consegna pacchi gara, chip e premiazione:** spazio coperto munito dei seguenti materiali: Personal Computer, Stampante e Carta per le procedure di verifica tessera, di iscrizione, di compilazione ordine di partenza e classifica gara;
- **Iscrizioni e Verifica Tessere:** file sdoppiate, dividendo chi ha già eseguito la prescrizione confattore k/fax da chi si iscrive il giorno della gara;
- **Tabellone** espositivo per affiggere comunicati, ordini di partenza e classifiche;
- **Parcheggio** che non interferisca nel passaggio o arrivo della gara;
- **Pacco Gara;**
- **Ristoro di fine gara;**
- **Pasta Party;**
- **Spogliatoi e Docce;**
- **Servizio Lavaggio Bike**
- **Premiazione dei primi 5 di ogni categoria di egual valore per ogni categoria.**

2) IL PERCORSO e SERVIZI IN GARA:

Dispositivi di Sicurezza:

- Cartelli di indicazione dei tratti tecnici per l'eliminazione del pericolo fine a se stesso;
- Fettucce di delimitazione tracciato, fettucce di individuazione e segnalazione pericolo;
- Assistenza medica e sanitaria nei punti di particolare criticità;
- Presenza di personale qualificato agli incroci particolarmente trafficati;
- Indicazioni per il tracciamento:
- Fettucce di segnalazione ed indicazione percorso;
- Cartelli di segnalazione di imminente cambio di direzione;
- Cartelli di indicazione cambio di direzione;
- Cartelli chilometrici;
- Punti di Assistenza tecnica in gara per consentire autoriparazioni;
- Distribuzione intelligente dei ristori (evitarne due troppo vicini o troppo distanziati oppure posti in punti troppo veloci).
- Cronometraggio e Classifiche:
- Cronometraggio con Chip obbligatorio, la quota del Chip è in ogni caso a carico dell'atleta;
- Affissione obbligatoria delle classifiche stampate su un apposito tabellone.

3) Percorso già tracciato una settimana prima della gara per permettere la verifica della STR e disponibilità traccia GPS.

IL PERCORSO deve essere:

- Sicuro (sia per i concorrenti in corsa sia per gli spettatori);
- Ben segnalato per evitare errori di percorso,
- Deve essere di terreno adatto per "tenere" in caso di intemperie;



- I percorsi per le gare XC devono comprendere terreni diversi, dei punti tecnici, dei punti stretti, ma anche delle zone sufficientemente spaziose da permettere il sorpasso. La distanza massima che può essere percorsa su strada asfaltata non deve eccedere il 15% del totale.
- Il regolamento indica altre norme basilari concernenti i percorsi; lo stesso vale per la frecciatura.

Un percorso ben segnalato evita ai corridori di «sbagliare percorso» (o «tagliare percorso») e, in tal modo, di ottenere un vantaggio.

A mente di ciò:

1) **LA TRACCIATURA DEL PERCORSO** deve avvenire almeno 10 giorni prima lo svolgimento della gara, è importante che la settimana precedente si curino i piccoli particolari, integrando la segnalazione (eventualmente rimossa o danneggiata da terzi) per evitare che qualcuno sbagli strada. È indispensabile che in lunghi tratti senza cambi di direzione vengano appese agli alberi o ad altri sostegni delle fettucce almeno ogni 500 metri di almeno 1,5 mt. Durante la tracciatura, mettersi sempre nei panni di chi non conosce il percorso, evitando anche di posizionare le frecce troppo alte o troppo basse. È meglio perdere 10 minuti in più per posizionare le fettucce piuttosto che perdere ore a fine gara a risolvere contestazioni. I sistemi di segnalazione possono essere vari: frecce dipinte su asfalto, cartelli direzionali e fettucce. Per la segnalazione dei cambi di direzione su incroci oltre i cartelli direzionali (frecce) dovranno essere posizionati a 10- 15 mt dall'incrocio fettucce di segnalazione su entrambi i lati. A volte è preferibile che si utilizzino, nei cambi di direzione, due o addirittura tutti e tre i sistemi sopra elencati per evitare che uno solo possa essere rimosso, intenzionalmente spostato o incidentalmente, essere danneggiato oppure che in caso di tempo pessimo e di scarsa visibilità possa essere causa di errori di percorso. Nei cambi di direzione posti in punti particolarmente pericolosi o in cui si prevede una velocità di percorrenza elevata è buona norma preannunciare per tempo tale situazione. Nei bivi più importanti o a rischio traffico deve essere presente il personale addetto con radio o cellulare (tesserati, protezione civile, Vigili Urbani, Carabinieri, Guardie Forestali), la bandierina di segnalazione rossa e soprattutto la copia del permesso di passaggio gara e dei numeri di telefono utili al seguito.

2) **MAPPA DEL PERCORSO** dove verranno esposte le sue particolarità: altimetria, planimetria, le installazioni di pronto soccorso, i passaggi e le discese pericolose, i punti strategici della corsa, le zone di rifornimento.

3) **PARTENZA:** dovrà rispettare le indicazioni del regolamento federale. Per Gran Fondo e Marathon sarebbe preferibile giungere nella postazione di lancio nel verso di partenza dando una partenza lanciata con il graduale aumento della velocità dell'auto accompagnatrice, evitando tutti i problemi legati all'operazione di "rigirare sul posto" oppure in caso di elevata partecipazione prevedere griglie di partenza, in leggera salita.

4) **APRIPISTA:** Un'ora prima della gara un'apripista deve controllare il percorso, segnalando eventuali problemi che dovranno essere subito risolti dall'organizzazione. Per gare Cross Country sono sufficienti due moto, una delle quali fa da apripista e successivamente rimane alla testa della corsa, l'altra rimane in coda. Nel caso di Gran Fondo o Marathon è preferibile che ci siano più moto. Due si dovranno trovare in testa alla corsa, una farà da "controllore in gara" del tracciato, facendo da "molla" con la seconda, che dovrà fare da "scorta" al concorrente di testa. È preferibile avere moto anche in centro gruppo per assicurare un immediato soccorso in caso di problemi. Dietro l'ultimo concorrente ci sarà l'ultima moto che provvederà anche a chiudere la corsa dando ordine di smobilitazione alle persone a presidio della sicurezza lungo il tracciato. (Chiusura gara). I centauri dovranno essere esperti precedentemente indottrinati e che non siano d'intralcio ai concorrenti.

5) **IL PERSONALE ADDETTO ED I GIUDICI** devono poter essere in collegamento tra di loro tramite radio o cellulare; consigliamo di **compilare un elenco (da fotocopiare e distribuire a tutti) con i numeri di cellulare dei vari responsabili e le rispettive mansioni**, in modo da essere tutti reperibili in qualsiasi momento, senza perdite di tempo. Ogni persona di servizio deve essere tesserata per le coperture assicurative, deve essere inoltre munita di bandierina, copia dei permessi di passaggio gara, sacco per i rifiuti, ed eventuale fettuccia per ritocchi dell'ultimo minuto.

6) **CONTROLLO PASSAGGI SU PERCORSO:** Sono da prevedere in un punti che **non necessariamente** devono essere i più lontani dall'arrivo, ma dove non è più possibile tagliare successivamente, comunque da valutare con i giudici prima della gara. Per agevolare tale operazione è



necessario individuare una zona in cui gli atleti non sopraggiungano ad una velocità elevata (uno strappo o una curva stretta).

7) **AMBULANZA:** è preferibile la presenza di più ambulanze con un dottore per equipaggio, o comunque con un dottore in più rispetto al numero delle ambulanze presenti, perché nel caso in cui una di queste debba partire d'urgenza verso il primo ospedale, **la gara sarebbe da sospendere per mancanza di assistenza medica.** Le ambulanze sono da posizionare in zone strategiche in relazione al punto più distante del percorso, in contatto con radio e/ o cellulare con i responsabili della corsa. **Il personale dell'ambulanza e/ o il medico devono informare i giudici prima di lasciare il campo a manifestazione conclusa, su eventuali rapporti stilati in caso di incidenti.**

8) **RISTORI:** Oltre all'arrivo, è bene prevederne uno almeno ogni 8 km di gara, in leggera salita o comunque in un posto largo, in modo da non intralciare il passaggio degli atleti.

L'ideale per pianificare lo svolgimento della gara, è fare il punto della situazione con **i nomi degli incaricati e relative mansioni** almeno il giorno precedente la manifestazione, prevedendo magari due o tre persone in più (di riserva), per sopperire ad eventuali forfait. Questa riunione, a volte sottovalutata, è in realtà molto importante.

UN CONSIGLIO PER TUTTI: prevedere a fine manifestazione di pulire il percorso entro il giorno stesso della gara, o nei primi successivi, fornendo a coloro che sono di servizio sulle rispettive postazioni, un sacco per rifiuti da utilizzare a fine manifestazione; successivamente, dividendosi per zone saranno sufficienti poche persone per pulire il rimanente.

A livello di immagine e nei confronti dei comuni e dei proprietari interessati al passaggio della gara, è una garanzia di positività; ad una eventuale nuova richiesta di passaggio in proprietà private, non ci saranno risposte negative.

PREMIAZIONI:

Le Società organizzatrici di tutte le manifestazioni MTB valevoli dei Campionati regionali dovranno impegnarsi a mettere in palio premi in natura o di altro genere almeno per i primi 5 classificati di ciascuna categoria : le categorie EliteSport, Master 1, Master 2, Master 3, Master 4 , Master 5 , non devono essere mai accorpate; la categoria Master 6 * verrà accorpata alla MOVER (Master 7 e master 8) se i partecipanti non superano le cinque unità, per le categorie restanti EWS, W1 W2 in MASTERWOMAN. Nelle categorie agonistiche giovanili Esordienti ed Allievi, la classifica femminile e quella maschile deve essere separata. La consuetudine nell'organizzare gare di Mountain Bike è quella di premiare le diverse categorie con premi in natura.

Nella gara Marathon deve essere prevista una doppia premiazione.

Marathon e Gran Fondo

9 Categorie Marathon EL/U23 ELMT,M1,M2,M3,M4,M5,M6*,MOVER E MW.

10 Categorie Gran Fondo EL/U23, JU, ELMT,M1,M2,M3,M4,M5,M6*,MOVER E MW

Di seguito il Questionario, da prendere come riferimento, che verrà compilato dai componenti del Settore Fuoristrada o atleta ad ogni fine manifestazione:

Gara _____ Località _____

Data _____ Società Organizzatrice: _____

Responsabile della manifestazione: _____

Note relative al percorso: _____

Zona di arrivo: _____

Note relative all'Organizzazione: _____

Moto staffetta inizio e fine gara: _____

Servizio sanitario: _____

Luogo di partenza: _____

Segnalazione percorso fettucce e frecce indicative come da regolamento: _____

Salvaguardia della sicurezza con personale in discese pericolose ed incroci: _____

Servizi sufficienti per giustificare la tassa d'iscrizione: _____

Servizi extra : _____



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

Comitato Regionale Abruzzo

Personale addetto alla segreteria: _____
Computer, Stampante, Fotocopiatrice, Carta: _____
Numeri di gara: _____
Iscrizione gara tramite fattore "k": _____
Note Varie: _____

VALUTAZIONE TECNICA DEL PERCORSO

	Scarsa/i	Poco Impegnativa/i	Impegnativa/i	Eccessiva/i
Distanza				
Dislivello				
Salita Piu' Lunga				
Pendenza Massima Salita				
Pendenza Massima Discesa				
Passaggi Tecnici Impegnativi				

VALUTAZIONE ORGANIZZAZIONE

	Scarsa/i/e/o	Insufficiente/i	Sufficiente/i	Buona/e/i/o
Punti Di Ristoro				
Segnaletica Raggiungimento Ritrovo				
Pacco Gara				
Docce/Spogliatoi				
Pasta Party				
Premiazioni				
Cortesia E Disponibilita'Organizzatori				
Personale Di Servizio				
Modalita' Partenza				
Sicurezza Su Punti Pericolosi				
Segnalazioni Percorso				
Tassa Iscrizione Idonea Ai Servizi Offerti				
Lavaggio Bici				
Zona Arrivo				

Il Presidente del C.R. Abruzzo
Mauro MARRONE



Federazione Sportiva Paralimpica
riconosciuta dal CIP

3otticelli, 28 - c/o Palazzo CONI - 65122 Pescara - Tel. 085 4210458 -
Email CR: abruzzo@federciclismo.it



CONI



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

Comitato Regionale Abruzzo