

Regolamento iniziative cicloturistiche



Lo spirito con cui si partecipa alle iniziative cicloturistiche di FIAB Milano Ciclobby è quello di collaborazione e autonomia. **Collaborazione** perché tutte le nostre gite sono organizzate e svolte da accompagnatori volontari, in rapporto di amicizia e armonia tra organizzatori e partecipanti; **autonomia** perché FIAB non è un'agenzia turistica e quindi ognuno deve essere in grado di gestire eventuali inconvenienti che dovessero presentarsi nel corso delle gite.

Le attività proposte da Ciclobby sono normalmente aperte ai soci. Chi non è ancora socio può partecipare ad un massimo di 2-3 escursioni di un giorno per conoscere le caratteristiche delle attività proposte. Nel caso intenda continuare a partecipare ad ulteriori iniziative, **è tenuto ad associarsi**. In ogni caso, il non ancora socio deve avvisare per tempo l'organizzatore, che decide se consentire la partecipazione con autonoma valutazione.

Per partecipare a gite di più giorni è sempre necessario essere già soci o iscriversi preventivamente alla FIAB.

1. PRENOTAZIONI

Per partecipare alle gite è necessario prenotarsi con l'apposita funzionalità disponibile sul Calendario del sito www.fiabmilano.it. La prenotazione è confermata una volta ricevuto una e-mail di conferma da parte dell'organizzatore. In alternativa si può contattare il capogita attraverso i canali di comunicazione proposti dall'organizzatore (mail, sms, whatsapp o chiamata telefonica) non oltre un giorno prima della gita.

Per motivi di sicurezza e logistici, per ogni gita può esserci un numero massimo di partecipanti. L'organizzatore può quindi rifiutare la partecipazione perché è già stato raggiunto tale limite. Ovviamente è più facile trovare posti disponibili contattando il capogita con un certo anticipo.

E-mail o chiamate al mattino della gita stessa non possono essere prese in considerazione, perché il capogita potrebbe non avere il tempo di controllare o rispondere.

2. PRIMA DELLA GITA

Ogni partecipante si informa preventivamente sul **programma e sul percorso** (chilometri, dislivelli e difficoltà) e valuta se ha le condizioni fisiche e la bicicletta adatta per affrontare la gita.

La **bicicletta deve essere in perfetta efficienza**. Assicuratevi di avere i pneumatici in buono stato, le gomme gonfie, il cambio funzionante, i freni a posto, il sellino all'altezza giusta.

Il capogita è a disposizione dei partecipanti per la riparazione di forature. In caso di problemi meccanici più gravi lo stesso valuterà se è in grado di porre rimedio, ma non può in alcun modo garantirne con certezza la soluzione.

E' consigliabile utilizzare **abbigliamento adatto**: pantaloncino con fondello, magliette di tessuto tecnico traspirante adatte alla stagione estiva o invernale, guanti, mantella anti pioggia, crema solare, occhiali da sole. Il casco non è obbligatorio ma consigliato.

Ogni partecipante deve avere con sé almeno una (meglio se due) camera d'aria di scorta

adatta alla propria bici (in caso di dubbio verificare con il proprio ciclista di fiducia). Date le numerose dimensioni e tipologie esistenti, l'organizzatore non può infatti coprire tutti i casi. Inoltre, nel caso le ruote della propria bicicletta non siano a sgancio rapido, il proprietario **deve avere con sé la chiave** necessaria per lo smontaggio della ruota.

Consigliamo anche di partire con la borraccia dell'acqua già piena e qualche snack, barrette, frutta secca etc.

3. ASSICURAZIONE

Per ogni gita, ai **soci** si chiede un contributo di 1 euro al giorno per l'**assicurazione infortuni** che ha validità per la durata della gita. Ai **non soci** si chiede un contributo di 2 euro per l'**assicurazione infortuni e l'assicurazione RC** (per i soci è compresa con la tessera annuale) più 3€ per contribuire alle spese che l'associazione sostiene per organizzare e gestire l'offerta di iniziative. Nel caso di gite cittadine di mezza giornata, il contributo all'associazione è solo di 1€.

Tale contributo va consegnato direttamente all'organizzatore il giorno della gita.

4. COMPORTAMENTO DURANTE LA GITA

Si raccomanda la puntualità. Se ci sono problemi che impediscono di arrivare in orario al ritrovo di partenza, va contattato tempestivamente il capogita.

Durante tutto lo svolgimento dell'escursione è consigliabile disporre di un telefono cellulare funzionante e carico, su cui è memorizzato il numero di telefono dell'organizzatore. La suoneria deve essere ad un volume tale che permetta di rendersi conto di eventuali chiamate durante la marcia.

- Quando parla il o la capogita è importante **fare silenzio e ascoltare attentamente** le indicazioni e informazioni sulla gita.
- Le nostre gite non sono delle gare. Il capogita tiene un'andatura turistica adatta a tutti i partecipanti presenti. Durante la marcia **si supera il capogita solo su sua espressa autorizzazione.**
- In alcune escursioni vi può essere persona designata dal capogita che ha il ruolo di stare in coda e chiudere il gruppo (La "scopa"). Se si ha bisogno di fermarsi è consigliabile avvertirlo, per non rimanere indietro all'insaputa del resto del gruppo.
- E' importante **rimanere ragionevolmente compatti**. Se si imbocca un'altra strada e ti accorgi che le persone dietro non arrivano, fermati per segnalare la direzione e se ci sono problemi avvisa il capogita.
- **Ci si ferma** tutte le volte che il capogita lo ritiene necessario (per aspettare chi va piano, spiegazioni o altra evenienza) e si riparte solo al via del capogita. Se tu hai un motivo per fermarti ricordati di avvisare il capogita, la scopa o in mancanza, almeno altri partecipanti che stanno transitando. Durante le soste è importante non invadere la strada e lasciare libero il passaggio per altri ciclisti o veicoli.
- Nel caso ci si sia **staccati dal gruppo** per qualsiasi motivo e non si sappia più in che direzione procedere, **contattare immediatamente il capogita per telefono**. Non aspettare o procedere per tentativi; si rischia di peggiorare inutilmente la situazione.
- Ricordati di essere prudente e osservare tutte le norme del **Codice della Strada**. Evita per quanto possibile le brusche frenate e tieni una distanza di sicurezza da chi ti precede. In strada ma anche sulle ciclabili è importante procedere in fila indiana. Se occorre attraversare la strada, a seconda delle condizioni del traffico, il capogita

stabilirà il modo più sicuro. Se è necessario scendi dalla bici e portala a mano.

- **Rispetta la natura.** Non lasciare rifiuti in giro. Non pedalare su prati e aiuole. Non danneggiare piante, alberi, animali. Non prendere frutti dai campi lungo il percorso.