

Codice di autoregolamentazione CAI

Il CAI annovera la bicicletta tipo mountain bike tra gli strumenti adatti all'escursionismo. Il comportamento del cicloescursionista deve essere sempre improntato al fine di: "Non nuocere a se stessi, agli altri e all'ambiente".

Norme ambientali

- I percorsi sono scelti in funzione di tracciati e/o condizioni ambientali che consentano il passaggio della mtb senza arrecare danno al patrimonio naturalistico; evitare di uscire dal tracciato.
- Le tecniche di guida devono essere ecocompatibili, evitando manovre dannose quali, ad esempio, la derapata (bloccaggio della ruota posteriore).
- Non fa parte della filosofia CAI servirsi d'impianti di risalita o di mezzi meccanici e poi usare la mtb solo come mezzo di discesa (il *downhill* è estraneo allo spirito del CAI).

Norme tecniche

- Il mezzo in uso deve essere in condizioni meccaniche efficienti.
- L'abbigliamento, l'attrezzatura e l'equipaggiamento devono essere adeguati al percorso da affrontare.
- Il casco deve sempre essere indossato ed allacciato.

Norme di sicurezza

- La velocità di conduzione deve essere commisurata alle capacità personali, alla visibilità ed alle condizioni del percorso, in modo da non creare pericolo per sé e per gli altri.
- Occorre sempre dare la precedenza agli escursionisti a piedi, che devono essere garbatamente avvisati a distanza del nostro arrivo, a voce o con dispositivo acustico.
- La scelta dei percorsi deve tenere conto delle personali capacità fisiche, tecniche ed atletiche.

Questione di coerenza

Riteniamo opportuno commentare brevemente le regole del Codice CAI, al fine di favorirne la comprensione e una consapevole adesione.

I nove articoli non hanno nulla di originale, solo enunciano in modo diverso e più facilmente applicabile alcuni principi generali, in coerenza con norme e codici di rango su-

periore. In particolare, ci siamo ispirati al Codice della Strada e alle Tavole di Courmayeur. Le seconde stabiliscono che “non bisogna adattare l'ambiente alle esigenze degli sportivi, bensì adattare queste ultime alle realtà ambientali”.

Per questo il nostro Codice pone una importante discriminante. Là dove recita: “evitare di uscire dal tracciato”, implica che il cicloescursionismo si deve praticare su percorsi e tracciati esistenti. Da tale regola discende tutta una serie di applicazioni pratiche, a cominciare dalla compatibilità ambientale fino agli aspetti pratici, quali le esigenze di orientamento o di sicurezza. Fatta questa importante premessa, è possibile analizzare i problemi che la frequentazione con la mtb pone, al fine di individuare le restanti regole.

Dal punto di vista dell'impatto naturalistico, essendo una attività escursionistica, gli effetti su flora e fauna sono identici a quelli delle altre attività escursionistiche. Con tutti gli accorgimenti del caso: scegliere un percorso in condizioni tali da “non arrecare danno al patrimonio naturalistico” significa rispettare flora e fauna, oltre che il suolo, come dovrebbe sempre fare qualsiasi escursionista a prescindere dalle “protesi tecniche” impiegate.



L'impatto sul suolo è limitato a strade e sentieri, ovvero a tracciati che sono già opera dell'uomo. È comunque necessario che il passaggio delle bici non alteri tali tracciati. Studi scientifici condotti nei parchi nordamericani giungono alla conclusione che l'impatto della mountain bike in montagna è del tutto paragonabile a quello dell'escursionista a piedi, a condizione che le ruote girino sempre. Infatti l'azione volvente di uno pneumatico tende a compattare il terreno, mentre una ruota che striscia tende a creare un solco; se poi il fondo è roccioso l'impatto è praticamente influente. Gli effetti possono cambiare in funzione del grado di umidità del terreno, delle condizioni stagionali e meteo-climatiche: di questo se ne deve tenere debito conto. Lo stile di guida cicloescursionistico è eco-compatibile, in quanto si basa sul principio del minimo impatto.

La compatibilità con gli altri frequentatori e fruitori dell'ambiente si risolve applicando il Codice della Strada. Infatti, laddove si parla di “velocità commisurata” ad alcune specifiche situazioni, si riprende semplicemente il dettato dell'art. 141 del CdS. Anche l'obbligo di dare la precedenza ai pedoni da parte dei ciclisti deriva dall'art. 182 del Codice. Abbiamo comunque ritenuto di dover sottolineare queste norme anche nella nostra autoregolamentazione. Il rispetto che dobbiamo, al di là dei principi universali di buona educazione e di civile convivenza, non è limitato agli altri escursionisti che troviamo sul nostro percorso. Oltre agli animali selvatici e domestici, occorre pensare soprattutto a chi vive delle risorse del territorio: contadini, pastori, allevatori; rispettiamo le proprietà private e ricordiamoci di essere ospiti a casa d'altri.

Altre norme di riferimento per il cicloescursionista sono: il Codice NORBA, le Regole IMBA e le Tavole di Cou rmayeur. L'autoregolamentazione CAI non le sostituisce, ma si aggiunge ad esse al fine di fornire i principi informativi dell'attività.

Codice N.O.R.B.A.

Gli **Stati Uniti d'America**, luogo d'origine del fenomeno mountain bike, sono stati anche il Paese che per primo si pose il problema del comportamento da tenere alla guida di una bicicletta da montagna, dell'impatto del suo utilizzo sull'ambiente e dei rapporti con le autorità e l'opinione pubblica.

Di queste problematiche si fece carico la **N.O.R.B.A.** (National Off Road Bicycle Association, oggi confluita nella federazione ciclistica statunitense), che stilò un vero e proprio **codice di comportamento**, in seguito adottato anche in Italia.

(Fonte www.usacycling.org, traduzione a cura di Piergiorgio Rivara)

1. Dare la precedenza agli altri escursionisti non motorizzati.
2. Procedere con cautela durante i sorpassi e avvisare con il giusto anticipo del proprio arrivo.
3. Tenere sempre sotto controllo la propria velocità.
4. Rimanere sempre all'interno del percorso tracciato.
5. Non disturbare o spaventare gli animali, siano essi domestici o selvatici.
6. Non lasciare rifiuti a seguito del proprio passaggio.
7. Rispettare le proprietà private e pubbliche.
8. Essere autosufficienti.
9. Non intraprendere mai da soli escursioni in zone isolate.
10. Rispettare il principio del minimo impatto con la natura.
11. Indossare sempre il casco.

Regole I.M.B.A.

I.M.B.A. (International Mountain Bicycling Association) ha sviluppato "le Regole del Sentiero" per promuovere l'utilizzo responsabile ed educato dei sentieri condivisi con altri escursionisti. Tenete presente che le convenzioni di precedenza e superamento possono variare, in dipendenza del traffico e dell'uso predominante del sentiero.

(Fonte www.imba.com, traduzione a cura di Piergiorgio Rivara)

1. Percorrete soltanto sentieri accessibili

Rispettate la chiusura di strade e sentieri – chiedete informazioni al responsabile se avete dubbi circa lo status del sentiero. Non accedete a proprietà private. Ottenete permessi o altre autorizzazioni laddove richiesto.

2. Non lasciate tracce

Siate sensibili al terreno sotto di voi. I percorsi in aree umide o fangose sono più vulnerabili dei percorsi asciutti. Quando il sentiero è allentato considerate mete alternative. Questo implica anche il rimanere sui sentieri segnati e non crearne di nuovi. Non tagliare i tornanti. Riportate a casa i vostri rifiuti.

3. Mantenete il controllo del vostro mezzo

Anche un solo attimo di disattenzione può esporre voi e gli altri a rischi. Rispettate i limiti di velocità e le raccomandazioni e non eccedete le vostre capacità.

4. Date la precedenza

Fate tutto il possibile per rendervi visibili agli altri frequentatori del percorso – un saluto amichevole o un campanello sono buoni metodi. Ponete particolare attenzione quando vi avvicinate a curve cieche. I ciclisti devono dare la precedenza a tutti gli altri frequentatori dei sentieri a meno che il sentiero non sia riservato esclusivamente all'utilizzo ciclistico. I ciclisti che percorrono il sentiero in discesa devono dare la precedenza a coloro che salgono, a meno che non si tratti di un percorso chiaramente indicato per la sola percorrenza in discesa. Fate tutti gli sforzi possibili per rendere i sorpassi sicuri e cortesi.

5. Non spaventate gli animali

Gli animali sono facilmente spaventati da un approccio senza preavviso, un movimento improvviso o un forte rumore. Date agli animali il giusto spazio e tempo per adeguarsi alla vostra presenza. In caso di superamento di cavalli, prestate particolare attenzione e seguite le indicazioni del cavaliere (chiedete in caso di incertezza). Fare scappare il bestiame e disturbare la fauna selvatica sono reati gravi.

6. Pianificate in anticipo

Abbiate consapevolezza dello stato della vostra attrezzatura, delle vostre capacità e del luogo dove si svolgerà l'escursione e preparatevi di conseguenza.

Organizzatevi per essere autosufficienti: mantenete la vostra attrezzatura al riparo e portate il necessario per cambiarvi in caso di tempo mutevole o altre occasioni. Indossate sempre il casco e gli accessori di sicurezza appropriati (es. guanti, occhiali, ecc.).