



## IMBA – Le regole per una pratica responsabile e sicura

La corretta etica d'uso della mountain bike oggi condiziona l'uso e l'accesso ai sentieri in futuro. Fare la propria parte per preservare e migliorare le condizioni d'uso e l'immagine di questo sport implica l'osservanza di alcune regole formulate dall'IMBA (International Mountain Bicycling Association), l'Associazione Internazionale di Mountain Bike. Queste regole sono riconosciute in tutto il mondo come il codice di condotta per mountain bike. IMBA ha il compito di promuovere il ciclismo fuoristrada ambientalmente e socialmente responsabile.

### **1. Percorrere solo sentieri dove è permesso circolare in bicicletta**

Evitare sentieri e strade non accessibili o ad accesso limitato ai pedoni (nel dubbio, informarsi); rispettare le proprietà private e munirsi di permessi ove sia necessario. Nelle aree di interesse naturalistico il transito è generalmente vietato alle biciclette. Il modo in cui viene usata la mtb condiziona la normativa degli enti addetti alla salvaguardia del territorio.

### **2. Non lasciare tracce evidenti (rifiuti compresi)**

Essere sensibili al terreno sotto le ruote, analizzando le differenti tipologie di suolo e rispettando la traccia dei sentieri. Suoli bagnanti e fangosi sono più facilmente danneggiabili. Quando il fondo è cedevole considerare l'ipotesi di un percorso alternativo. Il che non autorizza comunque a creare nuove tracce.

Non tagliare le curve, ma affrontarle secondo le reali capacità della persona e potenzialità del mezzo.

### **3. Moderare la velocità e guidare con prudenza nei tratti difficili**

Anche la disattenzione di un attimo può diventare un problema. Il rispetto delle regole e non abusare della mtb diventano un imperativo.

### **4. Dare sempre la precedenza**

Far sapere agli altri fruitori del sentiero della propria presenza. Un saluto amichevole e/o un tocco di campanello è utile e ben educato. Non spaventare il prossimo, ma sorpassare rispettosamente a passo d'uomo e, se necessario, fermarsi.

### **5. Non infastidire gli animali**

Gli animali sono spaventati da approcci improvvisi o da rumori molesti. Questi atteggiamenti possono costituire pericolo per gli animali, per te e per gli altri. Dare quindi la possibilità agli animali di abituarsi alla presenza umana, specialmente con i cavalli, informando il cavaliere delle intenzioni di sorpassare. Correre in bici selvaggiamente, irrispettosi della natura, è una grave mancanza etica.

### **6. Richiudere il cancello dopo essere transitati nella proprietà di qualcuno**

Spesso i cancelli sono chiusi per impedire al bestiame di uscire dalla proprietà: se trovate i cancelli chiusi, richiudeteli.

### **7. Programmare le uscite senza avventurarsi in sentieri ignoti**

Preparare l'equipaggiamento adeguato e valutare le proprie capacità in relazione alla tipologia di percorso che si ha intenzione di affrontare. Rendersi autosufficienti per ogni eventualità, con attrezzatura in perfetto stato e kit di emergenza per far fronte a cambiamenti di tempo o altre imprevedibilità. Una gita ben riuscita, senza essere stati un fardello per gli altri, è una soddisfazione personale.

Ricordarsi di indossare sempre il casco, portarsi un kit per eventuali riparazioni della bici (attrezzo multifunzione, camere d'aria, toppe etc.) e, se si prevede di uscire dai percorsi battuti, una mappa del percorso e una bussola o un gps e un kit "salva vita" (fischietto, telo vita, luci anteriore bianca e rossa posteriore, specchio per segnalazione, coltellino svizzero multifunzione, siringa succhia-veleno con laccio emostatico, farmacia d'emergenza); non dovrebbero inoltre mai mancare una scorta d'acqua e un telefono cellulare.