



## CLASSIFICAZIONE DEI PERCORSI E SCALE DI DIFFICOLTA'

**LIGURIA MTB** utilizza un modello di valutazione degli itinerari, proposti nell'ambito delle attività associative, con lo scopo di uniformare la loro descrizione e, quindi, di facilitare l'interpretazione dei percorsi/tracciati in relazione alla loro difficoltà tecnica e di impegno fisico-atletico affinché ciascun partecipante possa scegliere quello più aderente al proprio livello di allenamento e di capacità di guida.

Questo metodo è finalizzato a:

- aiutare i partecipanti a prendere decisioni "informate";
- incoraggiare i partecipanti ad utilizzare tracciati adatti alle loro capacità tecniche;
- contribuire alla gestione del rischio e alla minimizzazione degli incidenti;
- migliorare l'esperienza outdoor di larga parte dei partecipanti.

### Il modello

I criteri considerati per la classificazione della difficoltà tecnica comprendono: larghezza del tracciato, il tipo di fondo del tracciato, la pendenza e gli ostacoli naturali e artificiali presenti sul tracciato. Per la difficoltà fisico-atletica il dislivello e la pendenza del tracciato.

I tracciati vengono valutati relativamente ad altri tracciati della zona. Non è corretto valutare ogni tracciato singolarmente, mentre sicuramente lo è compararli l'uno con l'altro. Ciò aiuta a classificare la difficoltà relativa di ogni percorso ed aiuterà gli utenti a selezionare quello più confacente.

### La Scala di difficoltà tecnica

Per esprimere il grado di difficoltà tecnica viene utilizzata una scala per colori: ad ogni colore corrisponde un livello di difficoltà. La scala per colori è suddivisa in cinque livelli di difficoltà presenti sui tracciati esistenti in natura.



Il criterio di classificazione diviso per gradi permette a tutti di catalogare gli itinerari dividendoli per il livello di difficoltà in modo uniforme per tutta l'estensione del territorio nazionale.

DIFFICOLTA' TECNICA		
Molto Facile	MF	<b>strada in asfalto, carrareccia, strada sterrata:</b> ampio (> 2m) con fondo scorrevole e privo di ostacoli degni di nota
Facile	F	<b>mulattiera, tratturo:</b> ampio (> 1m) con fondo scorrevole o lievemente accidentato per presenza di sassi, erba e terreno generalmente irregolare
Medio (Poco Difficile)	M	<b>single track:</b> stretto (< 1m) con fondo scorrevole o a tratti accidentato e con passaggi obbligati su pietre, radici, gradini rocciosi di piccole dimensioni
Difficile	D	<b>single track:</b> stretto (< 1m) con fondo accidentato, con passaggi obbligati ed ostacoli di medie dimensioni, anche su forti pendenze
Molto Difficile	MD	<b>single track:</b> stretto (< 1m) con fondo accidentato, con passaggi obbligati ed ostacoli di grosse dimensioni, anche su forti pendenze; tratti a piedi ( <i>portage</i> )

### La Scala di difficoltà atletica

Ad ogni percorso viene attribuita una scala di difficoltà atletica/impegno fisico. Tale parametro si relaziona essenzialmente alla tipologia delle salite (ma anche delle discese, soprattutto nel caso di elevate difficoltà



tecniche), considerando principalmente la pendenza media e/o di singoli tratti ed il dislivello complessivo, sia positivo che negativo, e in secondo luogo la distanza totale da affrontare.

Costituisce del percorso una sorta di valutazione ponderata, suddivisa anch'essa in cinque livelli di difficoltà.

<b>DIFFICOLTA' ATLETICA – IMPEGNO FISICO</b>		
<b>Molto Basso</b>	<b>1</b>	Pianura o leggera pendenza a strappi - Dislivello positivo indicativo < 400 m
<b>Basso</b>	<b>2</b>	Pendenza leggera o media a strappi - Dislivello positivo indicativo 300/800 m
<b>Medio</b>	<b>3</b>	Pendenza media prolungata . Dislivello positivo indicativo 400/1000 m
<b>Alto</b>	<b>4</b>	Pendenza media o forte pendenza a strappi. Dislivello positivo indicativo 500/1300 m
<b>Molto Alto</b>	<b>5</b>	Pendenza forte prolungata (ev. tratti di bici a mano o a spalla). Dislivello positivo indicativo > 900 m.

Pendenza leggera: sino al 7%

Pendenza media: dal 7 al 12%

Pendenza forte: oltre il 12%

### L'itinerario

Di ogni itinerario sono riportati i seguenti dati:

Itinerario n°	regione	località	
	Partenza e arrivo		
distanza totale km		pendenza media %	ciclabilità salita %
dislivello + metri	1200	pendenza max %	ciclabilità discesa %
dislivello – metri		alt. max	nota generale
grado di difficoltà tecnica		discesa (Mtb Scale)	
grado di difficoltà fisica (5 livelli)			

Accanto a queste informazioni, sono descritti riportati altri dati generali che riguardano l'organizzazione, la logistica, i costi, oltre ad eventuali note sul luogo e le sue tradizioni storico-culturali.