



CLUB ALPINO ITALIANO  
Sezione di Bolzano



REGOLAMENTO DELLA

## COMMISSIONE ESCURSIONISMO

- Articolo 1 - Costituzione
- Articolo 2 - Scopi
- Articolo 3 - Attività previste dalla Commissione Escursionismo
- Articolo 4 - Organico della Commissione Escursionismo
- Articolo 5 - Responsabile – Vice-Responsabile – Segretario - Comitato Ristretto
- Articolo 6 - Bilancio Commissione
- Articolo 7 - Funzionamento della Commissione Escursionismo
- Articolo 8 – Programmazione delle attività/escursioni della C.E.
- Articolo 9 - Partecipazione alle attività da parte dei Soci ed assimilati
- Articolo 10 - Compiti degli Accompagnatori
- Articolo 11 - Accompagnamento di minori
- Articolo 12 - Normativa nuovi collaboratori
- Articolo 13 - Modifiche del Regolamento

- Allegato 1 - SCALA DIFFICOLTÀ ESCURSIONISMO
- Allegato 2 - SCALA DIFFICOLTÀ CICLOESCURSIONISMO / MTB
- Allegato 3 - Codice di autoregolamentazione del cicloescursionismo CAI

*Il presente Regolamento annulla e sostituisce il precedente approvato dal Consiglio Direttivo della Sezione di Bolzano in data 19.8.2015.*

### **Art. 1 – Costituzione**

1. La Commissione Escursionismo della Sezione di Bolzano (nel seguito indicata con C.E.) è costituita all'interno della Sezione di Bolzano del Club Alpino Italiano;
2. La C.E. è disciplinata dal presente Regolamento approvato dal Consiglio Direttivo della Sezione, in linea con le direttive degli Organi Tecnici Centrali operativi (OTCO) e degli Organi Tecnici Territoriali Operativi (OTTO) di riferimento del CAI Alto Adige;
3. Ha carattere permanente e non ha una rappresentanza esterna;
4. Ha un distintivo di riconoscimento il cui "LOGO" è depositato presso la Sezione di Bolzano.

### **Art. 2 – Scopi**

1. La Commissione Escursionismo ha per scopo istituzionale la promozione e l'organizzazione di escursioni ed ascensioni alpinistiche sociali in ogni sua manifestazione per la conoscenza di tutte le montagne e il rispetto del loro ambiente naturale.
2. Per conseguire i propri scopi istituzionali la C.E, in ottemperanza allo Statuto Sezionale, organizza escursioni di uno o più giorni sia escursionistiche, naturalistiche, culturali, alpinistiche, sci-alpinistiche, ciclo-escursionistiche, speleologiche ed ambientali principalmente su tutto il territorio italiano.
3. Può altresì organizzare escursioni sociali in territorio europeo ed extra-europeo.

### **Art. 3 - Attività previste dalla Commissione Escursionismo**

1. Organizzare e condurre in sicurezza:
  - Escursioni su sentieri;
  - Escursioni in ambiente innevato;
  - Escursioni su percorsi attrezzati;
  - Escursioni a carattere turistico-culturale;
  - Cicloescursioni;
  - Attività di montagnaterapia
2. Per le escursioni di notevole difficoltà alpinistiche (roccia e/o ghiaccio) si gioverà della collaborazione delle Scuole di Alpinismo e Sci-Alpinismo della Sezione.
3. Collaborare su richiesta della Sezione alle varie attività sociali.
4. Collaborare con altre sezioni del CAI nei vari campi di attività escursionistiche.
5. Promuovere la cultura escursionistica del CAI in generale con la presentazione di serate tematiche.
6. Organizzare corsi base e avanzati per soci e non soci come previsto da Regolamento della CCE.
7. Predisporre annualmente giornate di aggiornamento per i componenti della stessa C.E.
8. La C.E. promuove la formazione dei propri componenti titolati e dei qualificati attraverso corsi organizzati dalla scuola di Escursionismo dell'OTTO (Organo Tecnico Territoriale Operativo CAI A.A)

Tutte le attività saranno organizzate in osservanza del Regolamento della CCE e sulla base delle classificazioni dei percorsi.

#### **Art. 4 - Organico della Commissione Escursionismo**

1. L'organico viene presentato annualmente dal Responsabile della C.E al Consiglio Direttivo della Sezione che ne convalida i componenti.
2. L'organico può essere così formato:

<b>Tipologia componente</b>	<b>Sigla</b>	<b>Descrizione</b>
Titolato II livello	ANE, ANC	Accompagnatore nazionale di escursionismo, accompagnatore nazionale di cicloescursionismo
Titolato I livello	AE, AC, EEA, EAI, INV	Accompagnatore di escursionismo, accompagnatore di cicloescursionismo, con o senza specializzazione per percorsi attrezzati, per ambiente innevato, istruttore neve e valanghe
Qualificato	ASE, ASC	Accompagnatore sezionale di escursionismo, accompagnatore sezionale di cicloescursionismo
Collaboratore	Coll.	Collaboratore non qualificato
Altra qualifica / titolo	ISA, IA, ASAG, AAG, ANAG, OTAM, altro	Istruttore di scialpinismo, Istruttore di alpinismo, accompagnatori di alpinismo giovanile, operatore tutela ambiente montano, altra qualifica o titolo riconosciuto all'interno di scuole o gruppi sezionali

#### **Art. 5 - Responsabile - Vice Responsabile – Segretario – Comitato Ristretto**

1. La C.E., al termine della stagione escursionistica, tramite elezioni a votazione segreta, provvede al rinnovo delle cariche di Responsabile, Vice Responsabile e Segretario, le cui nomine devono essere ratificate dal C. D.
2. Le elezioni delle tre cariche devono avvenire con la maggioranza semplice dei voti.
3. Hanno diritto di voto attivo i componenti in organico l'anno in corso i titolati, i qualificati ed i collaboratori a partire dal secondo anno di attività.
4. Hanno diritto di candidarsi alle cariche di Responsabile e Vicespagnatore i componenti titolati e qualificati. Alla carica di Vice-Responsabile possono altresì candidarsi i collaboratori a partire dal secondo anno di attività.
5. Si definiscono di seguito i compiti delle cariche citate, nonché i requisiti delle persone che si candidano a ricoprire le stesse.

##### Responsabile

- Convoca e presiede le riunioni della C.E.
- Sottoscrive la convocazione con l'ordine del giorno, che deve essere inviata via E-mail od altra modalità telematica ai componenti della C.E. e al Responsabile della Sezione almeno (10) dieci giorni prima della riunione.
- Rappresenta la C.E nei suoi compiti operativi, tecnici e culturali e può delegare in caso di necessità un componente del Comitato Ristretto.

- Il candidato alla carica di Responsabile della C.E. al momento della sua elezione deve aver maturato esperienza organizzativa nella conduzione escursionistica ed essere a conoscenza dei vigenti regolamenti del CAI.

#### Vice-Responsabile

- Coadiuvava il Responsabile e lo sostituisce, con gli stessi poteri, in caso di sua assenza o impedimento.
- Il candidato alla carica di Vice-Responsabile al momento della sua elezione deve aver maturato esperienza organizzativa nella conduzione escursionistica all'interno della C.E.

#### Segretario

Sempreché specifici compiti non siano demandati ad altri componenti della C.E.:

- Redige i verbali delle riunioni della C.E. e del C.P.
- Tiene aggiornata la contabilità annuale.
- Elabora i dati statistici dell'attività escursionistica.

#### Comitato Ristretto

- Il Responsabile, il Vice-Responsabile ed il Segretario costituiscono il Comitato Ristretto (C.R.).
- Il C.R. coordina l'attività della C.E, ed ha facoltà di riunirsi ed intervenire con la dovuta tempestività qualora fosse necessario trattare questioni urgenti.
- Le decisioni del C.R. devono essere ratificate nel corso della successiva riunione.

6. Il Responsabile, il Vice-Responsabile ed il Segretario rimangono in carica tre (3) anni e possono essere rieletti per un secondo mandato consecutivo, trascorso il quale non possono più candidarsi se non dopo una interruzione di almeno un mandato triennale. Sono fatti salvi i casi di forza maggiore o di dimissioni; in tale ipotesi si procederà, per il periodo residuo del mandato, a nuove elezioni.

### **Art. 6 - Bilancio della Commissione**

1. La C.E non ha patrimonio autonomo, ma gestisce le risorse assegnate dalla Sezione e redige il bilancio della propria attività.
2. Il Responsabile della C.E. presenta annualmente il bilancio preventivo e il bilancio consuntivo annuale delle attività al C.D. per l'approvazione.
3. Il bilancio della C.E. è parte integrante del bilancio della Sezione.
4. I componenti della C.E. operano a titolo gratuito. Hanno diritto al rimborso delle spese documentate sostenute nello svolgimento dell'attività programmata, nella misura e secondo le norme stabilite dalla Sezione.
5. Eventuali forme di sponsorizzazione per pubblicazioni e per l'acquisizione di materiali devono essere autorizzate dal C.D.

### **Art. 7 - Funzionamento della Commissione Escursionismo**

1. La C.E. si riunisce su convocazione del suo Responsabile o, in caso di impedimento, del suo Vice-Responsabile; si può riunire altresì su convocazione del Presidente Sezionale o su richiesta di almeno cinque (5) componenti della stessa.
2. Le riunioni sono valide con la presenza della maggioranza semplice dei componenti, tra i quali dovrà essere presente il Responsabile o il Vice-Responsabile.

3. Le delibere e le decisioni della C.E. vengono prese a maggioranza semplice; in caso di parità prevale il voto del Responsabile.
4. I verbali devono essere approvati dalla C.E. nella seduta successiva. Dopo l'approvazione copia del verbale dovrà essere inviato al Presidente di Sezione.
5. Annualmente la C.E. prepara il programma delle escursioni estive e invernali da effettuare, sottoponendole al C.D. per l'approvazione. Le attività di più giorni dovranno essere corredate da una breve relazione tecnica e finanziaria alla C.E..
6. Una volta approvato, il programma annuale, diventerà parte integrante del libretto sezionale.
7. Allo scadere di ogni anno il Responsabile della C.E. presenta al C.D. della sezione una relazione sull'attività svolta, il bilancio consuntivo e propone il preventivo di spesa per l'anno successivo.
8. Alle riunioni della C.E. deve essere invitato, senza diritto di voto, il Presidente della Sezione;
9. Il Responsabile, anche su proposta dei singoli componenti, può invitare alle riunioni previo il consenso della C.E., persone esterne per l'espletamento di varie specifiche attività.
10. La C.E. propone, con mandato triennale, un proprio referente all'interno del C.D. L'incarico verrà conferito, con votazione segreta, contestualmente al rinnovo delle cariche del Comitato Ristretto.
11. I componenti della C.E. garantiscono la propria presenza regolare alle attività ed alle riunioni della Commissione; in caso di impedimenti l'assenza andrà comunicata al Responsabile. In caso di prolungata ed immotivata indisponibilità del componente la C.E. deciderà a maggioranza dei presenti, se inoltrare al C.D. istanza di decadenza.

#### **Art. 8 - Programmazione delle attività/escursioni**

1. La C.E. ha il compito di curare l'organizzazione dettagliata delle attività proposte e di assicurare il loro regolare svolgimento.
2. Il programma particolareggiato di ogni singola attività, dopo la sua elaborazione, viene diffuso almeno 14 giorni prima della data prevista.
3. In caso di escursioni di più giorni e/o di particolare interesse è facoltà della C.E. e del promotore organizzare una riunione allo scopo di illustrare il programma nei suoi aspetti organizzativi, tecnici e finanziari.
4. La data di tale incontro deve essere riportata sul programma e pubblicizzata con congruo anticipo.
5. Le escursioni di due o più giorni devono essere autofinanziate dai partecipanti senza alcun contributo della Sezione incluse le spese organizzative degli Accompagnatori designati.
6. Tutti i programmi devono contenere informazioni sufficientemente dettagliate sulle caratteristiche dell'itinerario. In particolare, dovranno essere indicati data ed orari di partenza, mezzi di trasporto, tempi di percorrenza, dislivelli e difficoltà tecniche da affrontare.
7. Dovranno essere inoltre fornite indicazioni per ciò che riguarda l'equipaggiamento da adottare nonché gli eventuali dispositivi di protezione individuale da utilizzare. Sono sempre obbligatorie calzature adatte (scarponi o scarponcini).
8. Con la pubblicazione (bacheche, sito internet, social media, ecc.) il programma si intende validamente divulgato.
9. In qualsiasi momento sarà possibile modificare il programma dell'escursione se ciò è ritenuto necessario dall'organizzatore / accompagnatore.
10. La Montagnaterapia è attività del Club Alpino Italiano svolta attraverso le sue sezioni e organi tecnici operativi. La Montagnaterapia è un approccio metodologico terapeutico/riabilitativo e/o socio-educativo finalizzato alla prevenzione secondaria, alla cura

e alla riabilitazione degli individui portatori di differenti problematiche, patologie, disabilità. È rivolta agli ambiti più svariati, come salute mentale, dipendenze: disabilità cognitive e sensoriali, promozione della salute, disagio sociale

11. Con convenzioni stipulate tra la Sezione e ASL, Servizi Sociali, Comunità terapeutiche, Associazioni o altro, gli accompagnatori della Commissione Escursionismo assieme ad altri gruppi sezionali (scuola di alpinismo, speleo, ecc.) si rendono disponibili all'accompagnamento in ragionevole sicurezza in ambiente montano di persone giudicate idonee dal committente stesso a tale attività. La convenzione dovrà indicare il ruolo degli accompagnatori e degli operatori e/o educatori. Tutti i partecipanti devono essere assicurati per gli infortuni e la responsabilità civile.

### **Art. 9 - Partecipazione alle attività da parte dei Soci ed assimilati**

1. La partecipazione alle attività è aperta ai Soci del CAI nonché ai Soci dei sodalizi equiparati.
2. Tutti i Soci che intendano partecipare debbono essere in regola con il pagamento della quota sociale relativo all'anno in corso.
3. Le iscrizioni si ricevono presso la segreteria sezionale negli orari di apertura al pubblico ovvero in modalità telematica.
4. Salvo diversa indicazione, le iscrizioni per le attività giornaliere si accettano nella settimana precedente l'escursione. Per le attività di più giorni o di particolare interesse potranno essere formulate tempistiche diverse.
5. L'iscrizione è strettamente personale, non è cedibile a terzi e comporta l'impegno ad osservare il presente Regolamento.
6. Alle escursioni non sono ammessi animali.
7. Nei casi in cui, per necessità organizzative, sia necessario limitare il numero dei partecipanti, la C.E. si riserva la facoltà di stabilire modalità e termini particolari per l'iscrizione.
8. Prima dell'iscrizione è doveroso leggere attentamente il programma e valutare le proprie capacità e preparazione in funzione delle informazioni ivi contenute. Gli orari di partenza dovranno essere rispettati con precisione e puntualità.
9. I Soci possono proporre alla Commissione Escursionismo dei percorsi escursionistici o cicloescursionistici.
10. Il Socio iscritto all'escursione che partecipa con mezzi propri è tenuto a versare il contributo per le spese organizzative, nella misura stabilita dalla Sezione.
11. Per prevenire inconvenienti e/o infortuni, i partecipanti all'escursione devono agli Accompagnatori la massima collaborazione tenendo un contegno corretto e disciplinato. Fermo restando il dovere di protezione a carico degli accompagnatori, sussiste a carico analogo e corrispondente dovere di seguire le indicazioni degli accompagnatori, di collaborazione fattiva e di solidarietà sociale da parte del partecipante.
12. Per ciò che riguarda il soggiorno nei rifugi valgono le relative norme emanate dal CAI.
13. Eventuali mancanze ed infrazioni del Socio al presente Regolamento saranno segnalate, a discrezione dell'accompagnatore, alla C.E., il cui Responsabile provvederà con il consenso della C.E., a segnalare per iscritto i fatti al C.D. per i provvedimenti del caso.
14. Eventuali reclami od esposti da parte dei partecipanti dovranno essere inoltrati alla C.E. per iscritto entro cinque (5) giorni dalla data di effettuazione dell'attività nella quale si sono verificati i fatti.
15. In caso di annullamento dell'escursione da parte della Sezione gli iscritti hanno diritto al rimborso della quota.
16. Le disdette da parte dei partecipanti per le escursioni giornaliere (con rimborso della quota versata) saranno accettate entro gli orari previsti di segreteria.

17. I trasferimenti possono avvenire attraverso mezzi a noleggio o con mezzi pubblici. Il CAI precisa che sono compresi in garanzia gli infortuni derivanti da: uso di qualsiasi mezzo di trasporto, anche privato, terrestre o natante, dalla sede sociale o dal luogo di ritrovo fino al ritorno al medesimo o altro stabilito (sono esclusi, pertanto, i sinistri occorsi nel tragitto dalla propria abitazione o analogo luogo di partenza sino alla sede o al luogo di ritrovo e viceversa).
18. La frequentazione della montagna è soggetta per sua natura a pericoli e rischi. Gli accompagnatori adottano le misure di prevenzione e prudenza derivanti dalla loro normale esperienza per contenere i rischi, che però non possono essere totalmente eliminati.
19. Nessun partecipante deve abbandonare il gruppo durante l'escursione. L'attività escursionistica di livello avanzato presenta rischi ineliminabili, la sicurezza totale non esiste e quindi, come partecipante all'escursione, una quota parte di rischio rimane a carico del socio.
20. Durante l'escursione i partecipanti sono tenuti a seguire il passo dell'accompagnatore in testa al gruppo, senza mai precederlo e senza attardarsi inutilmente. E' necessario cercare di non distanziarsi da chi ci precede. Ma se ciò fosse avvenuto e ci si trovasse incerti sul percorso da seguire, fermarsi e aspettare l'accompagnatore in coda al gruppo.
21. Il comportamento dell'escursionista e cicloescursionista deve essere sempre improntato al fine di "Non nuocere a se stessi, agli altri ed all'ambiente". A tal fine, è importante improntare sempre il proprio comportamento allo spirito di collaborazione, solidarietà e mutuo soccorso anche con gli altri partecipanti, non lasciare tracce del proprio passaggio sulla montagna, non abbandonare rifiuti di nessun genere, rispettare piante e animali.
22. Per le attività di cicloescursionismo è obbligatorio indossare e allacciare il casco (omologato) la bicicletta (MTB - cicloturismo) in uso deve essere in condizioni meccaniche efficienti adeguata al percorso in base alle indicazioni riportate sulla locandina, è auspicabile che ogni partecipante sia dotato di kit di riparazione in caso di foratura. Per altro equipaggiamento specifico, abbigliamento e attrezzatura fare riferimento al programma e/o all'accompagnatore.
23. Durante le attività cicloescursionistiche le tecniche di guida devono essere ecocompatibili, evitando manovre dannose quali, ad esempio, la derapata (bloccaggio della ruota posteriore); 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.
24. Per tutto quanto qui non previsto in materia di cicloescursionismo si fa riferimento al "Codice di Autoregolamentazione del Cicloescursionismo" allegato al presente Regolamento.

## **Art. 10 - Compiti degli Accompagnatori**

1. L'Accompagnatore di Escursionismo, di Cicloescursionismo o di Montagnaterapia è un Socio volontario maggiorenne che all'interno delle Sezioni del CAI svolge con competenze specifiche, disponibilità e capacità, le finalità istituzionali a favore dei propri soci per la conoscenza della montagna in tutti i suoi aspetti, alpinistici, escursionistici, storici, culturali, naturalistici e paesaggistici.
2. Ogni escursione è diretta da almeno due accompagnatori designati dalla C. E.
3. Nel caso di escursioni impegnative, di comitive numerose o di alternative previste, la C.E può designare ulteriori accompagnatori.
4. Se nell'ambito dell'escursione sono presenti più accompagnatori anche non designati, essi sono tenuti a prestare la loro collaborazione per la migliore riuscita dell'escursione.

5. Gli orari di partenza saranno rispettati senza attendere ritardatari.
6. Nell'esercizio delle sue facoltà l'Accompagnatore deve agire con la diligenza del “*bonus pater familias*”.
7. In caso di avverse condizioni atmosferiche o per cause di forza maggiore, l'accompagnatore può cambiare l'itinerario programmato o sospendere l'escursione. In caso di modifiche sostanziali dovrà essere inviata una comunicazione al Presidente di Sezione ed al Responsabile della C.E.
8. Egli può esercitare la facoltà di non accettare la partecipazione all'escursione tutti coloro i quali, per palese incapacità e per inadeguato equipaggiamento, siano ritenuti non idonei ad affrontare le difficoltà del percorso. In tal caso hanno diritto al rimborso della quota.
9. Prima di iniziare il viaggio di andata e quello di ritorno l'Accompagnatore verifica la presenza dei partecipanti.
10. Durante lo svolgimento dell'escursione regola il proprio passo in modo da assicurare al gruppo una certa compattezza.
11. In caso di infortunio, occorso durante lo svolgimento dell'escursione, l'Accompagnatore designato è tenuto a dare comunicazione al più presto possibile, e comunque in giornata al Presidente di Sezione e, per conoscenza, al Responsabile della C.E.

### **Art. 11 – Accompagnamento di minori**

1. Sono ammessi alle attività del C.E i minori dal 12° anno fino alla maggiore età solo se accompagnati dai genitori o da chi ne fa le veci. E' comunque facoltà dell'accompagnatore ammettere, a suo insindacabile giudizio, anche minori di età inferiore ai 12 anni, sempre se accompagnati dai genitori.
2. La sorveglianza ricade comunque sul genitore (o di chi ne esercita la responsabilità genitoriale) che ha l'obbligo di informarsi delle difficoltà dell'escursione e decidere se il minore è in grado di affrontarle.
3. Il padre e la madre, o il tutore, sono responsabili del danno cagionato dal fatto illecito dei figli minori.

### **Art. 12 - Normative nuovi collaboratori**

#### Criteria di ammissione

Per entrare a far parte della C.E. i requisiti necessari sono la maggiore età, essere socio del CAI ed aver dimostrato esperienze in ambito escursionistico o cicloescursionistico.

#### Accettazione

Il nuovo collaboratore è proposto da un componente della C.E. oppure può autoproporsi.

La C.E. valuta e approva l'eventuale entrata. Di seguito il Responsabile convoca nella successiva riunione il nuovo collaboratore. Questi si presenta esponendo le proprie attività svolte in ambiente montano.

#### Percorso formativo

Viene consegnato al nuovo collaboratore il Regolamento della C.E.

Il nuovo collaboratore dovrà approfondire la conoscenza dell'organizzazione della Sezione partecipando alle riunioni della C.E.

Egli dovrà prendere conoscenza:

- dell'ambiente montano e delle sue caratteristiche naturali e culturali;



- delle modalità di progettazione e preparazione di un'escursione, di conduzione di un gruppo curando le interazioni con i partecipanti;
- dei sistemi di segnaletica dei sentieri e degli elementi base di cartografia ed orientamento;
- del Regolamento e Statuto del CAI.

### **Art. 13 - Modifiche del Regolamento**

1. Eventuali modifiche al presente Regolamento possono essere apportate dalla C.E. con l'approvazione del Consiglio Direttivo della Sezione.
2. Per quanto non contemplato dal presente Regolamento valgono, anche per analogia, le norme contenute nel Regolamento Sezionale, nel Regolamento della CCE, nello Statuto e Regolamento Generale del CAI.

*Versione così modificata ed approvata dal Consiglio Direttivo della Sezione CAI di Bolzano nella seduta del 19.06.2024.*

## ALLEGATO 1

### SCALA DIFFICOLTÀ ESCURSIONISMO

Definizione delle sigle per la descrizione della difficoltà escursionistica:

<b>T</b>	<b>(Turistico)</b> Itinerari inerari su stradine, mulattiere o larghi sentieri, con percorsi non lunghi, ben evidenti e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono di solito sotto i 2000 metri. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.
<b>E</b>	<b>(Escursionistico)</b> Itinerari che si svolgono su terreni di ogni genere, oppure su evidenti tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni; possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua dove, in caso di caduta, la scivolata si arresta in breve spazio e senza pericoli. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi, dove tuttavia i tratti esposti sono in genere protetti o assicurati (cavi). Possono avere singoli passaggi, o tratti brevi su roccia, non esposti, non faticosi né impegnativi, grazie alla presenza di attrezzature (scalette, pioli, cavi) che però non necessitano l'uso di equipaggiamento specifico (imbragatura, moschettoni, ecc.). Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza dell'ambiente alpino, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguati. Costituiscono la grande maggioranza dei percorsi escursionistici sulle montagne italiane.
<b>EE</b>	<b>(Escursionisti Esperti)</b> Si tratta di itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, o misti di rocce ed erba, o di roccia e detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc.). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate fra quelle di minore impegno). Rimangono invece esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci (perché il loro attraversamento richiederebbe l'uso della corda e della piccozza, nonché la conoscenza delle relative manovre di assicurazione. Necessitano: esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguate. Per i percorsi attrezzati è inoltre necessario conoscere l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (moschettoni, dissipatore, imbragatura, cordini).
<b>EEA</b>	<b>(per Escursionisti Esperti, con Attrezzature)</b> Questa sigla si utilizza per certi percorsi attrezzati o vie ferrate, al fine di preavvertire l'escursionista che l'itinerario richiede l'uso dei dispositivi di autoassicurazione.) come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli
<b>EAI</b>	<b>(Escursionismo in Ambiente Innevato):</b> Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve, con percorsi evidenti e riconoscibili, con facili vie di accesso, di fondo valle o in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscano sicurezza di percorribilità.

## ALLEGATO 2

### SCALA DIFFICOLTÀ CICLOESCURSIONISMO- MTB

Vengono separate le valutazioni della difficoltà fisico/atletica e della difficoltà tecnica di un percorso.

L'identificazione della difficoltà di un percorso si esprime mediante le seguenti indicazioni obbligatorie:

<p>Per descrivere l'aspetto di impegno fisico: <b>dislivello in m. lunghezza in km.</b></p> <p>per descrivere l'aspetto di impegno tecnico: <b>sigla/sigla</b></p>
<p>Per descrivere l'aspetto tecnico, si definiscono le seguenti sigle: <b>TC - MC - BC - OC</b></p> <p><b>si deve indicare una sigla per la salita e una per la discesa, separate da una barra (/)</b></p>

Definizione delle sigle per la descrizione della difficoltà tecnica il criterio per individuare una sigla è il tipo di fondo prevalente, secondo la seguente didascalia:

<b>TC</b>	<b>(Turistico)</b> percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile
<b>MC</b>	<b>(per cicloescursionisti di Media Capacità tecnica)</b> percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole
<b>BC</b>	<b>(per cicloescursionisti di Buone Capacità tecniche)</b> percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici)
<b>OC</b>	<b>(per cicloescursionisti di Ottime Capacità tecniche)</b> come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli
<b>EC</b>	<b>(massimo livello per il cicloescursionista...Estremo!)</b> livello escluso dalle gite sociali

Per "sconnesso" si intende un fondo non compatto e cosparso di detriti; si considera "irregolare" un terreno non scorrevole segnato da solchi, gradini e/o avvallamenti.

# Codice di autoregolamentazione del cicloescursionismo CAI

## Principi

*Il cicloescursionismo è una disciplina per la frequentazione e la conoscenza degli ambienti naturali attraverso l'utilizzo della bicicletta, più comunemente definita mountain bike, ma comunque in tutte le tipologie tecniche disponibili, comprese le biciclette a pedalata assistita o e-bike. Fra gli obiettivi ci sono la tutela degli ambienti naturali e la loro più ampia fruizione, in una modalità sostenibile. Condividere con altri questi ambienti è il primo modo di viverli, in un'ottica fatta di valori e beni comuni. Il rispetto di persone e animali che in questi ambienti vivono, lavorano o passano il loro tempo libero, ne è l'essenza ed è un principio informatore del cicloescursionismo Cai. Il codice di autoregolamentazione impegna i soci del Cai ma vuole essere anche uno strumento di stimolo di comportamenti positivi per tutti i frequentatori della natura e di interlocuzione con quei soggetti, esterni al Cai, implicati nelle decisioni e nell'attuazione delle politiche per l'ambiente.*

### **1. Rispetta l'ambiente e gli altri frequentatori dei territori che attraversi**

*I luoghi che attraversi hanno spesso equilibri fragili. Attraversali senza disturbare e senza danneggiarli. Lascia l'ambiente come lo hai trovato. Riporta a casa i rifiuti. Adotta comportamenti consapevoli a minore impatto ambientale. Limita l'uso dell'auto viaggiando insieme. Se possibile, usa i mezzi pubblici per raggiungere i luoghi delle tue escursioni. Svolgi l'attività su percorsi che rechino il minor danno possibile ai tracciati e all'ambiente circostante. Ricorda che molti dei percorsi della rete sentieristica italiana sono curati da volontari del Cai; rispetta il loro lavoro e collabora alla manutenzione dei sentieri. Muoviti nella consapevolezza che la bicicletta è un mezzo che può essere un pericolo per cose, persone e animali che incontri. Presta sempre attenzione alla sicurezza tua e di tutti gli altri frequentatori dei luoghi che attraversi.*

## Aspetti ambientali

### **2. Non lasciare traccia**

*Svolgi l'attività su percorsi che arrechino il minor danno possibile ai tracciati e all'ambiente, anche in base alle condizioni meteo-climatiche, specialmente nel caso in cui gli itinerari si snodino all'interno di aree protette, evitando tratti più vulnerabili quali quelli umidi, fangosi o con il fondo meno compatto. Non uscire dal tracciato.*

### **3. Non derapare e non inchiodare**

*Derapate e inchiodate possono segnare profondamente il terreno causando gravi danni ai sentieri già alle prime piogge. Adotta tecniche di guida compatibili con l'ambiente e con il tipo di fondo.*

### **4. I sentieri non sono bike park né piste di gara**

*La mountain bike come mezzo esclusivo di discesa (downhill e, in generale, discipline gravity) e l'uso di impianti o di mezzi di trasporto a motore per la risalita sono estranei allo spirito del cicloescursionismo. Usando i sentieri come se fossero bike park o piste di gara, distruggi vie che sono beni comuni e vengono curate, spesso, solo da volontari. Divertiamoci tutti, in sicurezza: scegli il sentiero giusto.*

## **Aspetti tecnici**

### **5. Cura la manutenzione della tua mountain bike**

*Controlla sempre la tua bici, prima di ogni uscita, e tienila in buone condizioni meccaniche per evitare guasti improvvisi e non compromettere il buon esito dell'uscita.*

### **6. Prepara la tua attrezzatura in base al percorso**

*Abbigliamento, equipaggiamento, scorte di acqua e cibo devono essere adeguati al percorso da affrontare e ad eventuali imprevisti. Porta con te abbigliamento aggiuntivo in caso di pioggia o freddo. Porta con te l'attrezzatura per le riparazioni base, per l'orientamento e per una eventuale richiesta di soccorso.*

### **7. Indossa sempre il casco**

*Usa la testa, proteggila. Indossa sempre il casco e controlla la corretta allacciatura in modo che sia stabile.*

## **Aspetti di sicurezza**

### **8. Mantieni sempre una velocità controllata**

*Adotta tecniche di guida responsabili, nel rispetto del contesto escursionistico in cui ti trovi. Adegua la velocità alle condizioni del percorso e alla tua esperienza di guida. Affronta le curve con un passo che ti permetta l'arresto immediato; non sai chi o cosa puoi incontrare nella parte nascosta del sentiero. Mantieni sempre la capacità di conduzione della tua mountain bike senza mettere a rischio la sicurezza di tutti, anche la tua.*

### **9. Dai la precedenza**

*Sentieri e strade sono di tutti. Fai in modo che altri frequentatori e animali si accorgano del tuo arrivo, senza spaventarli. Avvicinati lentamente. Se la larghezza del sentiero non consente un passaggio in sicurezza, fermati, eventualmente scendi dalla bici e lascia passare gli altri. Agevola la marcia di chi sale. La tolleranza dei ciclisti sui sentieri passa anche per questi piccoli gesti.*

### **10. Scegli percorsi adatti**

*Tieni conto delle tue capacità fisiche, tecniche ed atletiche. Non intraprendere da solo escursioni in zone isolate. Evita di percorrere sentieri particolarmente affollati, soprattutto da escursionisti a piedi. Privilegia i percorsi che consentano agevolmente il passaggio tuo e di altri sullo stesso sentiero (es. strade forestali, carrarecce e simili). Dove presenti, scegli i percorsi dedicati alle mountain bike.*