

Sappiamo tutti quanto al momento sia importante limitare i contatti sociali. Tuttavia ciò non significa che non sia possibile godersi qualche attività all'aperto. Nella situazione attuale siamo tutti chiamati a compiere uno sforzo, agire responsabilmente per proteggere noi stessi e gli altri.

Condividere con altre persone momenti all'aria aperta è una delle cose più belle dello sport. Per poter fare questo dobbiamo mantenere la **distanza di almeno 2 metri** prescritta per lo svolgimento dell'attività sportiva e cicloturistica.

1. Ogni partecipante ha l'obbligo di informarsi preventivamente su programmi e percorsi, in modo da affrontare l'escursione soltanto se ritiene di portarla a termine in piena autonomia.
2. Le escursioni sono dedicate alle biciclette tradizionali; sono esclusi i mezzi motorizzati, mentre sono ammesse le bici a pedalata assistita
3. Per quanto gli itinerari si articoleranno lungo piste ciclabili e strade secondarie, non è possibile eliminare i rischi connessi alla circolazione stradale; pertanto ogni partecipante deve assumere in proprio tali rischi, comportandosi con prudenza e osservando le norme vigenti.
4. Sarà necessario arrivare 15 minuti prima della partenza prevista dal programma con idoneo equipaggiamento: bicicletta e abbigliamento idonei, camera d'aria di scorta, pompa, borraccia, viveri, ecc. E' consigliato e raccomandato il casco. La bicicletta deve essere in perfetta efficienza: copertoni in buono stato, cambio e freni efficienti, sella alla giusta altezza. Alla partenza e durante il percorso gli accompagnatori forniranno informazioni e indicazioni che tutti saranno tenuti ad ascoltare ed osservare, per garantire l'ordinato svolgimento dell'escursione.
5. Durante l'escursione sarà necessario tenere un corretto comportamento:
 - Non superare mai il direttore di escursione in testa al gruppo.
 - Non attardarsi in coda, non lasciare troppo spazio al ciclista che precede.
 - Fermarsi e ripartire secondo le istruzioni del direttore di escursione.
 - Segnalare immediatamente a chi segue il cambio di direzione.
 - Non invadere la carreggiata durante le soste.
 - Procedere in fila indiana e a distanza di sicurezza, prestare sempre attenzione al traffico motorizzato.
 - Vigilare sul proprio mezzo e sul proprio bagaglio, dei quali si è responsabili.