

## **REGOLAMENTO DI “IL PARCO IN BICI”**

### **CARATTERISTICHE DEL SERVIZIO: ESCURSIONI GUIDATE, SERVIZI GARANTITI E NON GARANTITI**

“Il Parco in bici” si propone di condurre visitatori alla scoperta di diverse aree del Parco Campo dei Fiori accompagnati da una guida di MTB e da una guida naturalistica. Gli itinerari ciclabili saranno intervallati da tappe dedicate ad approfondimenti naturalistici.

Alle escursioni possono prendere parte anche minori, accompagnati da un adulto responsabile, che rispettino i requisiti di età minima di 8 anni.

Le escursioni di mezza o di un’intera giornata avranno come punto di ritrovo località all’interno del Parco Regionale del Campo dei Fiori. I partecipanti all’escursione raggiungeranno il luogo di ritrovo fissato autonomamente. Gli itinerari sono classificati per difficoltà e per tipologia di bicicletta (bici da città o mountain bike) che saranno comunicate ai partecipanti prima dell’iscrizione. Le escursioni non prevedono strutture di appoggio e servizi igienici garantiti (tuttavia talvolta, durante l’itinerario, passeremo da luoghi utili in tal senso).

Le escursioni sono condotte da Guide Professioniste, che sono le uniche responsabili della scelta dei tempi e dei percorsi in modo che siano fruibili in sicurezza. Le guide non forniscono assistenza tecnica quantunque siano in grado di risolvere i problemi più comuni, e non sono attrezzate con ricambi aggiuntivi per le biciclette dei partecipanti. Tutti i partecipanti si attengono alle indicazioni delle guide per l’intera durata dell’escursione e devono sempre mantenersi in contatto con le guide.

### **ISCRIZIONE**

Iscrizione obbligatoria entro 48 ore precedenti all’attività, attraverso il sito [www.insubriparksturismo.eu](http://www.insubriparksturismo.eu). Per considerare valida l’iscrizione occorre, da parte di ciascun partecipante, compilare e firmare il “Modulo di Partecipazione ad Escursione” con presa visione del regolamento e il “Modulo di Partecipazione Tour MTB” della guida Paolo Gaglione, scaricabili dal sito del progetto.

Pagamento online secondo le modalità previste dal sito [www.insubriparksturismo.eu](http://www.insubriparksturismo.eu). L’intestatario del pagamento deve altresì fornire alla guida il modulo “Dati Fatturazione”.

I moduli compilati e firmati devono essere inviati all’indirizzo e-mail [info@anthophila.eu](mailto:info@anthophila.eu) oppure consegnati in forma cartacea entro il giorno dell’escursione. Senza la sottoscrizione di tutti i moduli suddetti, non è possibile prender parte all’uscita e si perde ogni diritto di rimborso.

### **REGOLAMENTO COVID PER ESCURSIONI**

Anche il mondo dell’escursionismo prevede norme specifiche per far fronte all’emergenza Covid-19. Per i dettagli si suggerisce la presa visione del Vademecum per le Guide AIGAE. Ogni partecipante deve dotarsi autonomamente dei DPI necessari: mascherina (meglio anche una di scorta) e gel disinfettante. L’uso della mascherina è obbligatorio qualora non sia possibile mantenere il distanziamento minimo stabilito dalle norme vigenti durante i momenti di arrivo, accoglienza, briefing, sosta e al momento di incrocio sul sentiero con altre persone anche non appartenenti al proprio gruppo, nonché qualora si debba tossire o starnutire. La mascherina non va indossata invece durante gli spostamenti purché sufficientemente distanziati. Non potendo scambiare oggetti/indumenti, è veramente importante che i partecipanti arrivino con tutto ciò che è loro necessario.

### **ANNULLAMENTO**

La guida si riserva di annullare il programma dell’escursione entro 48 ore dall’orario di ritrovo in caso di mancato raggiungimento del numero minimo di partecipanti. La guida può altresì modificare o annullare

l'escursione a causa di ragioni di sicurezza o di condizioni meteo avverse. In caso di pagamento già effettuato, gli iscritti avranno diritto al rimborso integrale qualora non preferiscano un voucher sostitutivo da usare in un'escursione successiva.

### **RINUNCIA ALLA PARTECIPAZIONE**

In caso di rinuncia al di sotto delle 48 ore dall'orario di ritrovo, solo nel caso non si pregiudichi il numero minimo di partecipanti, l'iscritto potrà ottenere un voucher valido per una successiva escursione.

### **INDICAZIONI GENERALI PER USCITE IN BICICLETTA**

Informando preventivamente la Guida sul vostro stato di forma, esperienze vissute o paure e difficoltà nell'affrontare determinati passaggi, si potranno personalizzare al meglio gli itinerari proposti e farvi consigliare le gite più adeguate.

Presentarsi all'appuntamento puntuali, meglio con un leggero anticipo per consentirvi di approntare il vostro mezzo ed equipaggiamento in modo ottimale e senza ansia.

Nella circolazione su strada attenersi al codice della strada, in fuoristrada in caso di fermata evitare di ostruire il percorso e favorire chi è in discesa.

### **ATTREZZATURA E ABBIGLIAMENTO**

È fondamentale presentarsi alla partenza dotati di abbigliamento, bicicletta ed attrezzatura adeguati all'escursione, in modo da evitare pericoli e contrattempi a sé stessi e agli altri partecipanti.

#### **ABBIGLIAMENTO**

- Casco sempre obbligatorio per i minori, fortemente consigliato o obbligatorio per gli adulti in funzione del tipo di percorso.
- Indumenti tecnici da bicicletta (maglia, pantaloni, calze) o indumenti comodi e sportivi. Prevedere un ricambio a fine gita.
- Scarpe da MTB o scarpe chiuse con suola piatta o scanalata, niente tacchi o infradito!
- Guanti, fortemente consigliati per riparare le mani dai rami o in caso di caduta.
- Occhiali, consigliati per ripararsi dal sole, dai rami e dagli insetti.

#### **BICICLETTA**

- Mountain bike o bici da città a seconda di quanto indicato per l'itinerario scelto.
- Bicicletta perfettamente funzionante in tutte le sue parti (cambio, freni, ruote...). Portatela prima da un ciclista se è ferma in garage da tempo o il cambio non funziona bene, eviteremo seccature e contrattempi.
- Controllare la pressione degli pneumatici prima della partenza per evitare forature.

#### **ATTREZZATURA**

- Borsa da bici o zaino per contenere quanto di utile.
- Borraccia con l'acqua (si possono aggiungere i sali).
- Generi alimentari di supporto (gel integratore, barrette, banane, cioccolato...).
- Pranzo o merenda al sacco quando previsti.
- Mantellina impermeabile da usare in caso di vento o pioggia.
- Camera d'aria (attenzione che la valvola sia compatibile col buco presente nel cerchione) di dimensioni adeguate alla ruota. Bombole con liquidi sigillanti, o la pompa per usare pezze/cerotti adesivi.