



BIKE RANCH S.R.L.S.
PUMPTRACK EVOLVE – PUMPTRACK IN TERRA BATTUTA
RISCHI E PREVENZIONI – NOTA INFORMATIVA

IL BIKE RANCH

Il **Bike Ranch Srls** nasce con l'obiettivo di essere un punto di aggregazione per appassionati e neofiti, offrendo un'esperienza unica. La nostra missione è creare un ambiente accogliente per la comunità ciclistica, dove tutti, dal principiante all'esperto, possano imparare, crescere e divertirsi. I visitatori possono accedere gratuitamente all'area, a meno che non desiderino utilizzare le piste. Questo consente a chiunque di esplorare e apprezzare l'ambiente senza necessariamente partecipare alle attività ciclistiche.

Al **Bike Ranch** sono presenti 2 piste: una Pump track Evolve e una Pump track in terra battuta. Ciascuna pista presenta differenti rischi, che aumentano con la difficoltà del percorso e con l'altezza dello stacco dal suolo mentre si utilizza la bicicletta. È essenziale essere consapevoli di questi rischi sia per la propria sicurezza che per quella degli altri, specialmente durante le sessioni di pratica all'interno del Bike Ranch. Esclusi i casi di dolo o colpa grave, i rischi maggiori sono legati a infortuni personali o danni a cose e persone, sia per chi utilizza il percorso sia per terzi. Per ridurre al minimo i pericoli, è fondamentale seguire le misure di sicurezza raccomandate.

Come ogni sport, è fondamentale affrontarlo questo sport con gradualità, consapevolezza, impegno e dedizione, prestando attenzione a ogni comportamento che possa garantire la propria sicurezza e quella degli altri praticanti presenti sul campo. Per questo motivo bisogna rispettare i tracciati, evitare di ostacolare gli altri, contribuire alla corretta manutenzione dei percorsi e segnalare eventuali problemi che potrebbero aumentare i rischi già previsti.

REGOLE GENERALI:

- Tutti i visitatori, sia quelli che desiderano usufruire delle piste sia quelli che non le utilizzano, sono tenuti a seguire tutte le norme di sicurezza e le regole per l'esercizio dell'attività sportiva specifiche del Bike Ranch, come indicato dal personale e dalla seguente nota. Chi non rispetta le regole potrà essere allontanato e, se possessore di biglietto o tessera, non avrà diritto a un rimborso.
- I minorenni al di sotto dei 10 anni potranno esercitare l'attività sportiva nel Bike Ranch solo alla presenza dei genitori o di un tutore legale.
- Per partecipare alle attività del Bike Ranch, tutti i partecipanti devono presentare un certificato di idoneità fisica in corso di validità, rilasciato da un medico autorizzato. Tale certificato deve attestare l'idoneità alla pratica dell'attività sportiva specifica e deve essere rinnovato periodicamente come richiesto dalle normative vigenti.
- Tutti i partecipanti maggiorenni devono firmare una dichiarazione di liberatoria e manleva, mentre i minorenni devono presentare una dichiarazione firmata dal genitore o tutore legale, accettando tutte le regole e le condizioni stabilite dal Bike Ranch.
- È obbligatorio, allo scadere del turno prestabilito con orario, imboccare i percorsi di uscita e liberare la pista tempestivamente. Coloro che stanno per entrare devono attendere che la pista sia completamente libera, mentre chi esce deve farlo in maniera ordinata e veloce.
- Tutti i partecipanti sono ammessi all'esercizio dell'attività sportiva presso il Bike Ranch solo se dotati dei dispositivi di protezione necessari.
- **È severamente vietato attraversare i percorsi.**



REGOLE PER L'UTILIZZO DELLE PISTE

- Non ostacolare o disturbare gli altri ciclisti durante l'uso delle piste e mantenere una distanza di sicurezza adeguata.
- Collaborare alla buona conservazione dei percorsi e segnalare eventuali danni o problemi che possano aumentare i rischi.
- Utilizzare adeguatamente tutte le attrezzature e rispettare le indicazioni del personale del Bike Ranch.
- Affrontare le piste in modo graduale, adattando l'uso delle strutture al proprio livello di abilità e condizione fisica.
- Conoscere e avere consapevolezza del rischio, attraverso l'acquisizione delle informazioni sui rischi come descritti nell'informativa consegnata a ciascun atleta.
- Rispettare gli altri ciclisti, per evitare il rischio di collisione e/o investimento.
- Avere attenzione e rispetto verso i minorenni, che meritano la precedenza al fine di prevenire collisione e/o investimento.
- Usare attrezzature ciclistiche in buono stato.
- Usare dispositivi di protezione individuale necessari a contenere il danno in caso di infortunio.
- Rispettare le strutture e gli allestimenti esistenti all'interno del Bike Park.

È raccomandata un'adeguata attività di riscaldamento muscolare che precede l'attività in bicicletta da esercitare al di fuori delle piste.

LE PISTE

PUMP TRACK MODULARE IN VETRORESINA

Le pump track sono piste composte da una serie di dossi e curve, progettate per essere affrontate senza pedalare, ma utilizzando solo il movimento del corpo per mantenere e/o aumentare la velocità.

In particolare, la **Pump Track Evolve** è una pista modulare in vetroresina progettata per gli appassionati di ciclismo. Grazie all'uso di resine acriliche a base d'acqua e a una speciale miscela di sughero per la superficie di contatto, è nota per la sua durabilità e flessibilità che la rende idonea sia ai principianti che ai ciclisti più esperti.

RISCHI: L'utilizzo di un pump track modulare in vetroresina comporta rischi di cadute, collisioni, danni all'attrezzatura e lesioni muscolari e articolari, oltre a possibili pericoli legati alle condizioni meteo, agli ostacoli presenti sul tracciato e alla poca attenzione nella distanza di sicurezza. Per prevenire i rischi e i danni durante l'esercizio sportivo lungo il percorso di un pump track modulare in vetroresina, è importante indossare un casco e protezioni adeguate, controllare la velocità, rispettare le regole di circolazione e gli altri partecipanti, mantenere l'attrezzatura in buone condizioni, prepararsi fisicamente, monitorare le condizioni meteo, effettuare una ricognizione del percorso, supervisionare i minori e segnalare eventuali problemi.

PREVENZIONI COMPORTAMENTALI: l'atleta è tenuto a praticare la linea in singolo, attendendo il proprio turno di partenza e osservando una distanza di sicurezza idonea rispetto all'atleta che lo precede; l'atleta alla prima esperienza, è tenuto a farsi guidare dal personale di sorveglianza o da atleti esperti per ottenere le informazioni preliminari necessarie ad affrontare questo percorso.

PUMPTRACK IN TERRA BATTUTA

Un pump track in terra battuta è una pista progettata per essere affrontata senza pedalare, utilizzando solo il movimento del corpo per mantenere la velocità. Questi percorsi sono composti da dossi e curve in terra battuta, offrendo un'esperienza dinamica e divertente.

RISCHI: Durante l'esercizio sportivo lungo il percorso di una Pumptrack in terra battuta, i principali rischi e danni includono cadute, collisioni con altri partecipanti, lesioni muscolari e articolari, danni alle biciclette e alle



attrezzature personali, nonché il rischio aumentato dovuto a condizioni meteo avverse e ostacoli naturali o artificiali presenti sul percorso.

Per prevenire i rischi e i danni durante l'esercizio sportivo lungo il percorso di un pump track in terra battuta, è importante indossare un casco e protezioni adeguate, controllare la velocità, rispettare le regole di circolazione e gli altri partecipanti, mantenere l'attrezzatura in buone condizioni, prepararsi fisicamente, monitorare le condizioni meteo, effettuare una ricognizione del percorso, supervisionare i minori e segnalare eventuali problemi.

PREVENZIONI COMPORTAMENTALI: l'atleta è tenuto a praticare la linea in singolo, attendendo il proprio turno di partenza e osservando una distanza di sicurezza idonea rispetto all'atleta che lo precede; l'atleta alla prima esperienza, è tenuto a farsi guidare dal personale di sorveglianza o da atleti esperti per ottenere le informazioni preliminari necessarie ad affrontare questo percorso.

DISPOSITIVI DI PROTEZIONE INDIVIDUALE:

- **CASCO:** protegge la testa da impatti e cadute.
- **GOMITIERE E GINOCCHIERE:** proteggono le articolazioni da graffi e cadute.
- **GUANTI:** proteggono le mani da tagli e abrasioni.
- **SCARPE ROBUSTE:** con suole antiscivolo, piane e senza tacco. Le calzature inibiscono lo scivolamento del piede dal pedale, prevengono le abrasioni, i tagli.
- **ABBIGLIAMENTO PROTETTIVO:** come giubbotti imbottiti per assorbire gli impatti.