

Lessona Bike Team

Affiliata alla Federazione Ciclistica Italiana



REGOLAMENTO GIOVANISSIMI ANNO 2020

Consiglio Direttivo:

PRESIDENTE: Cornale Daniela;

VICE PRESIDENTE: Fangazio Alessio;

CONSIGLIERI: Salvetti Atisc, Perotto Paolo, Marovino Andrea, Cornale Giuseppe, Lisato Simone;

TECNICI: Centenaro Mauro - Tecnico allenatore 3°livello, Edoardo Valsania - Tecnico allenatore 3°livello, Atisc Salvetti - Tecnico allenatore 2°livello, Mattiazzo Marco - Tecnico allenatore 2°livello

RESP. SETTORE GIOVANISSIMI : Mattiazzo Marco 3703668177

OBIETTIVI GENERALI

Lo scopo del Lessona Bike Team è di creare un gruppo di appassionati di ciclismo, in questo caso fuori strada. La volontà è quella di portare i bambini/ragazzi ad una crescita fisico atletica usando sistemi ludici che possano divertire e far piacere uno sport che induce alla libertà di essere.

Nessuno della dirigenza chiederà mai di ottenere risultati importanti, ma verrà richiesta la volontà di partecipare, di essere presenti, di dare tutto l'impegno possibile senza imposizioni.

Durante il corso della stagione potranno esserci priorità di carattere privato dovute a studio, motivi di salute o fatti personali che indurranno a saltare alcune lezioni. Si richiede di limitare al massimo questi eventi in modo da poter creare un gruppo omogeneo ed affiatato e riuscire in tal modo ad integrare ogni bambino/ragazzo all'interno della squadra sia in termini di preparazione tecnica sia di spirito di gruppo.

DOCUMENTI NECESSARI

Per iscrivere i bambini /ragazzi, di età compresa tra 5 e 16 anni, alla società e avere diritto di partecipare agli allenamenti e/o gare, i genitori dovranno tassativamente compilare, firmare e fornire i seguenti documenti:

- modulo di iscrizione (che comprende l'autorizzazione al trattamento dei dati personali, lo scarico di responsabilità e l'accettazione integrale del presente regolamento);
- certificato medico di sana e robusta costituzione per la pratica di *attività fisica non agonistica*;
- in alternativa, certificato medico sportivo per la pratica di *attività fisica agonistica* per partecipare alle gare;
- versamento della quota riferita al corso scelto.

ORGANIZZAZIONE DEGLI ALLENAMENTI

Il tecnico di riferimento avrà il dovere di comunicare settimanalmente la sede del corso che potrà variare di volta in volta secondo l'attività in programma. Luoghi diversi corrispondono a terreni e difficoltà differenti necessari ad insegnare tutte le tecniche di base. Le sedi in riferimento saranno: Lessona, Masserano, Castelletto Cervo, Baraggia di Candelo, Pianetta di Cossato, Quaregna.

I corsi saranno della durata di 2 ore sia in settimana (solo per la categoria G4-G5-G6), sia al sabato, anche se alla domenica ci sarà una eventuale gara in programma.

Ad avvenuta comunicazione del tecnico, i genitori dovranno dare debita risposta, anche in caso di assenza del figlio, in maniera che l'allenatore sappia organizzare l'allenamento in maniera ottimale.

In base al numero di iscritti, ci sarà la possibilità dell'inserimento ulteriori maestri o tecnici..

MATERIALE NECESSARIO

I genitori avranno l'obbligo di mandare i propri figli alle uscite in bicicletta muniti di casco omologato, occhiali con lenti bianche, borraccia con acqua (**niente integratori**), zainetto con camera d'aria di dimensione adeguata alla ruota, una bomboletta auto-riparante, un kit smonta copertone e giacchetta impermeabile.

La bicicletta dovrà essere adeguata all'uso fuoristrada, funzionante in tutte le sue parti e con copertoni in buono stato. I tecnici sono a disposizione per suggerimenti e consigli.

I pedali dovranno essere di tipo "flat"(senza aggancio) per apprendere meglio le tecniche di controllo del mezzo. Sarà cura del tecnico comunicare chi potrà montare pedali con gli attacchi. L'abbigliamento dovrà essere comodo e adeguato alla stagione, sufficientemente pesante per il freddo e a strati in modo da poterlo alleggerire in caso di caldo eccessivo.

Non è possibile utilizzare divise di altre squadre.

Inoltre saranno necessari guanti corti o lunghi e scarpe adeguate alla specialità o da ginnastica, possibilmente senza lacci e possibilmente impermeabili.

Si consiglia di portare un cambio da utilizzare al termine dell'allenamento in modo da sostituire l'abbigliamento sudato, bagnato e/o infangato.

AGONISMO

Chi parteciperà alle gare potrà effettuare esclusivamente le competizioni segnalate dal tecnico per evitare squalifiche dovute al superamento del limite di gare che dal 2020 verrà imposto ai bambini/ragazzi dalla Federazione Ciclistica.

I bambini/ragazzi che parteciperanno alle gare dovranno tassativamente indossare la divisa del Lessona Bike Team.

Ogni genitore dei minorenni che fanno parte del Lessona Bike Team, prende atto di quanto è scritto.

Sperando di aver fatto cosa gradita il Direttivo vi saluta distintamente.