

Kit del Biker in vacanza alle Terme di Comano

Cosa portare

- completo da ciclista: maglia e pantaloncini
- maglietta intima tecnica
- scarpette con sgancio rapido: meglio se miste da bici-trekking per eventuali tratti a spinta
- occhiali da sole
- guanti
- casco
- giacca impermeabile
- bandana: l'hai dimenticata? Puoi acquistare quella originale Dolomiti di Brenta Bike negli uffici info
- pompa
- camera d'aria
- cartina: mappe e schede tecniche sono disponibili nei punti informativi della Comano ValleSalus
- eventuale dispositivo GPS: puoi scaricare gratuitamente tutte le tracce su www.visitacomano.it/bike
- macchina fotografica
- portafoglio
- cellulare
- cerotti
- integratori o barretta energetica
- borraccia
- set attrezzi vari? Non serve può utilizzare gratuitamente quelli presenti delle Bike Box in valle

Il decalogo del Buon Ciclista

- Dare la precedenza agli escursionisti non motorizzati: la gente giudicherà la mountain bike dal vostro comportamento.
- Rallentare ed usare cautela nell'avvicinare e nel sorpassare altri escursionisti, facendo in modo che si accorgano della vostra presenza con anticipo
- Controllare sempre la velocità ed affrontare le curve prevedendo che vi si possa incontrare qualcuno. L'andatura va commisurata al tipo di terreno e all'esperienza di ciascuno
- Restare sui percorsi già tracciati per non arrecare danni alla vegetazione e limitare l'erosione del suolo evitando di tagliare per terreni molli
- Non spaventare gli animali, siano essi domestici o selvatici. date loro il tempo di spostarsi dalla vostra strada
- Non lasciare rifiuti. Portare con sé i propri e, se possibile, raccogliere quelli abbandonati da altri
- Rispettare le proprietà pubbliche e private inclusi i cartelli segnaletici, lasciando i cancelli così come sono stati trovati. Rivolgersi possibilmente ai proprietari per chiedere il permesso di entrata nei loro terreni: "Vietato l'ingresso" spesso significa solo "per favore chiedete il permesso"
- Essere sempre autosufficienti. Meta e velocità media verranno stabiliti in funzione dell'abilità personale, dell'equipaggiamento, del terreno, delle condizioni meteorologiche esistenti e di quelle previste
- Non viaggiare da soli in zone isolate e se si devono coprire lunghe distanze. Comunicare la destinazione ed il programma di viaggio
- Rispettare la filosofia del cicloescursionismo tesa al minimo impatto con la natura. Limitarsi a scattare fotografie e a lasciare impronte leggere portandosi via solamente bei ricordi

Ed ora? Buon divertimento!

