



SOSTIENE



REGOLE DEI TRAIL Aree condivise

PERCORRERE SOLO SENTIERI DOVE È PERMESSO CIRCOLARE IN BICICLETTA

Evitare sentieri e strade non accessibili o d'accesso limitato solo ai pedoni. (Nel dubbio prendete informazioni); rispettare le proprietà private e munirsi di permessi dove fosse necessario attraversarle. Le aree di interesse naturalistico sono vietate o limitate al transito delle biciclette. Il modo in cui viene usata la bicicletta condiziona la normativa di enti addetti alla salvaguardia del territorio.

NON LASCIARE TRACCE EVIDENTI (RIFIUTI COMPRESI)

Essere sensibili al terreno sotto le ruote, analizzando le differenti tipologie di suolo e rispettando la traccia dei sentieri. Suoli bagnanti e fangosi sono più facilmente danneggiabili. Quando il fondo è cedevole considerare l'ipotesi di un percorso alternativo. Ciò non autorizza a creare nuove tracce. Non tagliare le curve, ma affrontarle secondo le reali capacità della persona e potenzialità del mezzo.

MODERARE LA VELOCITÀ E GUIDARE CON PRUDENZA NEI TRATTI DIFFICILI

Anche la disattenzione di un attimo può diventare un problema. Il rispetto delle regole e non abusare della bicicletta diventa un imperativo.

DARE SEMPRE LA PRECEDENZA

Far sapere agli altri fruitori del sentiero della propria presenza. Un saluto amichevole e/o un tocco di campanello è utile e ben educato. Non spaventare il prossimo, ma sorpassare rispettosamente a passo d'uomo e se necessario fermarsi.

NON INFASIDIRE GLI ANIMALI

Tutti gli animali sono spaventati da un approccio improvviso o da rumori molesti. Questo fatto può degenerare in pericolo per gli animali, per te e per gli altri. Dare quindi la possibilità agli animali di abituarsi alla presenza umana, specialmente con i cavalli, informando il cavaliere delle intenzioni di sorpassare. Correre in bici selvaggiamente irrispettosi della natura è una grave mancanza di etica e morale. Richiudere il cancello aperto nel transito nella proprietà di qualcuno.

PROGRAMMARE LE USCITE SENZA AVVENTURARSI IN SENTIERI IGNOTI

Preparare l'equipaggiamento adeguato e valutare le proprie capacità in relazione alla tipologia di percorso che si ha intenzione di affrontare. Rendersi auto-sufficienti per ogni eventualità, con attrezzatura in perfetto stato e kit di emergenza per far fronte a cambiamenti di tempo o altre imprevedibilità. Una gita ben riuscita è prima di tutto una soddisfazione personale che un fardello per gli altri. Ricordarsi di indossare sempre il casco e portarsi un kit "salva vita" (fischietto, telo vita, luci anteriore bianca e rossa posteriore, bussola, specchio per segnalazione, coltello svizzero multi funzione, mappa del percorso, siringa siccchia veleno con laccio emostatico, farmacia d'emergenza, acqua, telefono, Cps eventualmente) e un kit per eventuali riparazioni della bici (attrezzo multi funzione, camere d'aria etc.)

MTB CHECKLIST

I percorsi per mountain bike sono impervi ed esigenti, sia per la bici che per il proprio corpo. Prima di iniziare controllate la vostra attrezzatura o fatelo fare da un meccanico di biciclette qualificato.

Assicuratevi che il vostro **CASCO SIA IN BUONO STATO** e regolato correttamente.

ISPEZIONATE IL TELAIo della bicicletta, forcella e altri componenti per vedere se sono rotti o ammassati.

Verificate che le **PASTIGLIE DEI FRENI** siano in buone condizioni.

Verificate che i **PERNI ANTERIORI E POSTERIORI** siano ben stretti. Serie **STERZO E ATTACCO MANUBRIO** devono essere ben fissati e senza giochi.

Verificare che i **COPERTONI SIANO IN BUONO STATO**, senza tagli o strappi.

MANUBRIO E MANOPOLE devono essere ben strette e non devono girare.

SELLA E REGGISELLA devono essere saldamente fissati.



1

2

3

4

5

6

7

Mountain bike trails are rough and demanding on both the bike and body. Before riding always inspect your equipment or have it checked by a qualified bike mechanic.

Ensure your **HELMET IS IN GOOD SHAPE** and properly adjusted.

INSPECT BIKE FRAME, fork and other components for cracked, damaged or dented areas.

Check that your **BRAKE PADS** are in good condition and are not worn.

FRONT AND REAR AXLES (skewers) should be tight. **HEADSET AND STEM** must be secure with no looseness or play.

Check that your **TIRES ARE IN GOOD CONDITION** with no tears or cuts in the sidewall.

HANDLE BAR AND HANDLE GRIPS must be tight and unable to spin.

SEAT AND SEAT POST must be fastened securely.



ATTENZIONE CAUTION

INFORTUNI POSSIBILI
TI ASSUMI TUTTI I RISCHI
INJURY POSSIBLE
YOU ASSUME ALL RISKS

REGOLAMENTO DI ACCESSO ALLA BIKE AREA (TUTTI I PERCORSI)

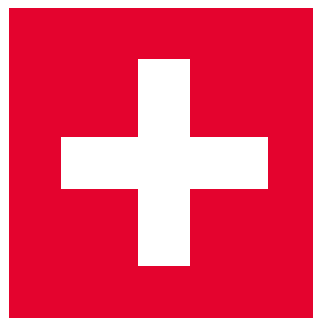
Tutte le discipline di mountain biking sono a rischio infortuni, vi consigliamo di leggere attentamente e rispettare il regolamento di ogni tipo di percorso, al fine di tutelare la vostra sicurezza. Il seguente regolamento si applica a tutti i percorsi, dove non diversamente specificato, quali le aree "Bike Park" - "Pump Track" e "Skills Area" che hanno un regolamento dedicato, "fermo restando che, accedendo alla Bike Area, alla Bike Park Zone, agli impianti di Risalita e ai tracciati, gli utenti utilizzatori dei tracciati prendono visione delle difficoltà degli stessi, indicate nella cartellonistica in loco e sui siti web www.paganella.net e www.dolomitipaganellabike.com; dovranno inoltre affrontare i tracciati con adeguata preparazione e competenza, nonché con strumenti, attrezzatura e materiali adeguati alla difficoltà del tracciato. L'accesso al Bike Park, ed ai suoi percorsi, comporta da parte del biker l'assunzione della piena responsabilità della propria condotta, delle conseguenze derivanti da essa, e l'accettazione in toto del regolamento. Nessuna responsabilità è imputabile alla gestione impianti, alla gestione del Bike Park, al Comune e/o agli enti preposti, i quali declinano ogni responsabilità.

- Prima di affrontare qualsiasi percorso, analizzare se questo è adatto alle proprie abilità ed attrezzatura, pertanto è necessario avere le basi tecniche di guida e le sufficienti abilità, destrezza fisica e conoscenza necessarie per affrontare i percorsi in tutta sicurezza e senza recare pericolo a sé stessi e agli altri.
- È obbligatorio mantenere sempre la velocità sotto controllo in relazione ai percorsi ed alle proprie capacità. Per ogni necessità è possibile rivolgersi agli uffici informativi per maggiori informazioni percorsi oppure su istruttori e guide.
- È obbligatorio indossare sempre l'abbigliamento adatto al tipo di percorso itinerario, indossando sempre ed in ogni caso il casco.
- Per la tua sicurezza e quella degli altri, controlla che tutta la tua attrezzatura sia adeguata ed in condizioni di massima efficienza. Se qualcosa non funziona correttamente recati immediatamente presso un centro di assistenza/manutenzione prima di proseguire nell'uso.
- È obbligatorio il massimo rispetto ed osservanza della segnaletica, prestando attenzione agli incroci, attraversamenti pedonali, stradali,
- È obbligatorio mantenere le distanze minime di sicurezza con l'atleta che precede, se vi sono atleti fermi sul percorso (così come per ogni altro possibile ostacolo) rallentare immediatamente, evitare di formarsi sui percorsi, ed in caso di sosta è obbligatorio lasciare libero il tracciato e rimanere in una posizione visibile.
- È obbligatorio seguire le indicazioni del personale incaricato della bike area, bike park, degli impianti di risalita.
- È obbligatorio il rispetto e l'osservanza della segnaletica biking e segnaletica stradale
- È tua responsabilità evitare ciclisti, persone, animali, ed oggetti che ti stanno intorno anche se non previsti sui percorsi. **Ad eccezione dei tracciati esclusivi aree bike park, pedoni ed altri fruitori dei sentieri hanno la precedenza.**
- Alcuni tracciati prevedono l'attraversamento di strade e sentieri. Mantieni sempre la necessaria attenzione alla presenza di veicoli, pedoni e rispetta le precedenza. È obbligatoria la massima attenzione, rallentando, in particolare negli attraversamenti di strade forestali, incroci con altri percorsi e il massimo rispetto della precedenza nei confronti degli autoveicoli, motoveicoli e pedoni.
- È vietato uscire dai tracciati segnalati, entrare nel bosco ed accedere ai tracciati chiusi. Detto comportamento è passibile di multa e del ritiro del bike pass
- Presta soccorso se vieni coinvolto in un incidente o sei nei pressi. Chiama il Soccorso (112) ed avverti la gestione della Bike Area.
- Lungo i tracciati del bike park, identificabili attraverso il cartello informativo posto all'ingresso di ciascuna area, verranno effettuate riprese fotografiche da personale autorizzato allo scopo di porre in vendita foto ricordo della giornata. Riprese fotografiche e video potranno essere utilizzati per scopi promozionali delle strutture Bike Area e/o del proprio territorio solo nel caso in cui il soggetto interessato abbia prestato il proprio consenso. Il gestore della Bike Area, si impegna all'utilizzo di tale materiale nei termini previsti dalla legge, evitando contesti che pregiudichino la dignità personale ed il decoro della persona ritratta. La posa e l'utilizzo delle immagini sono da considerarsi effettuate in forma gratuita.
- Non provocare, dare da mangiare e infastidire gli animali presenti. Se incontri mucche, pecore o altri animali non spaventarli
- Non arrecare danno alla vegetazione. Non lasciare rifiuti e mozziconi sulla montagna. Rispetta l'ambiente in cui vi trovate.
- È consigliato ai riders esperti ed ai locali di dare informazioni sui percorsi ai nuovi rider ospiti e far rispettare il regolamento.
- Il comportamento scorretto sui tracciati e sugli impianti comporta il ritiro della giornaliera, senza indennizzo.
- Gli impianti ed i tracciati possono chiudere senza preavviso ed indennizzo qualora si manifestassero avverse condizioni meteo, l'interruzione di corrente elettrica o altri imprevisti.
- È vietata la percorrenza nella bike area, e sugli impianti di risalita, nonché tutti i percorsi o strutture sotto effetto di alcolici o stupefacenti.

NORME AGGIUNTIVE PER L'ACCESSO ALLE BIKE PARK ZONE (AREE ESCLUSIVE BIKERS)

Le discipline di MTB Gravity, Downhill, Freeride, Enduro sono ad alto rischio infortuni, vi consigliamo di leggere attentamente e di rispettare il regolamento delle Bike Park Zone (esclusive bike), al fine di tutelare la vostra sicurezza, valgono le norme di cui sotto, suppletive ai regolamenti generali.

- L'accesso ai percorsi è consentito solo a chi ha acquisito regolare titolo di trasporto (bike pass) bike shuttle o seggiovia. Gli utenti utilizzatori dei tracciati prendono visione delle difficoltà degli stessi, indicate nella cartellonistica in loco e sui siti web www.paganella.net e www.dolomitipaganellabike.com; dovranno inoltre affrontare i tracciati con adeguata preparazione e competenza, nonché con strumenti, attrezzatura e materiali adeguati alla difficoltà del tracciato.
- Per accedere alle Bike Park Zone è necessario avere le basi tecniche di guida e le sufficienti abilità, destrezza fisica e conoscenza necessarie per affrontare i percorsi in tutta sicurezza e senza recare pericolo a sé stessi e agli altri.
- È obbligatorio mantenere sempre la velocità sotto controllo in relazione ai percorsi ed alle proprie capacità. Per ogni necessità è possibile rivolgersi alla gestione del bike park per essere seguito da un istruttore o accompagnatore.
- È obbligatorio indossare protezioni della schiena, arti inferiori, casco specifico, minimo all-mountain-enduro, (ma è fortemente consigliato il casco integrale obbligatorio nelle piste nere), inoltre è vivamente consigliato l'utilizzo di gomitiere, guanti, calzoncini protettivi, calzature specifiche, protezione per il collo e maschera. Ferme restanti diverse disposizioni in caso di gara e di specifici eventi.
- È tua responsabilità evitare ciclisti, persone, animali, ed oggetti che ti stanno intorno anche se non previsti sui percorsi. I tracciati del bike park sono vietati ai pedoni, se comunque uno si trova sul tracciato è obbligatorio frenare e farlo passare, o passarlo a bassissima velocità.
- Durante il primo giro su ogni percorso, anche se già conosciuto è obbligatorio percorrerlo a bassa velocità per verificarne lo stato generale e lo stato del terreno. Si rammenta inoltre, che le condizioni di aderenza dei percorsi variano velocemente e che anche in passaggi sequenziali le condizioni trovate possono essere diverse.
- Sui tracciati sono presenti jumps, passerelle, ponti, strutture north shores. Prima di affrontarli controlla bene che siano alla tua portata, se hai qualche dubbio evitali, ed utilizza le apposite varianti.
- È vietato camminare sui percorsi del Bike Park in qualsiasi direzione, così come percorrerli con mezzi motorizzati o in salita con la MTB.
- È vietato modificare percorsi o strutture.



FIRST AID EMERGENCY CALL

112

BIKE AREA (ALL TRAILS) ACCESS REGULATION

Mountain Biking and Gravity sport activities such as Downhill, Freeride and Enduro involve elements of risk that common sense and personal awareness can help to reduce. Please, READ CAREFULLY and adhere the responsibility code and share a safe experience with others. The regulation below is applied on the all Bike area unless otherwise specified (e.g. "Bike Park" - "Pump Track" and "Skills Area", they have their own regulation). Accessing to Bike Area, Bike Park Zone and lifts, bikers are aware of the difficulties and of the trails and explained by the signs on the trails and on the web sites www.paganella.net and www.dolomitipaganellabike.com; bikers have to access to the trails with adequate preparation, skills, bikes and equipment. No responsibilities are due to lift companies, Bike Park operators, municipality or other subjects, who decline any responsibilities.

- Before riding check if the trail respond to your ability level and your equipment. You must have a basic technical ability to ride in control and safety to you and the others.
- You must control your speed according to trails and your ability level. In case of need contact Paganella Bike Park instructors and guides who can follow you and help you.
- It is mandatory to wear an approved full-face helmet and other protective equipment such us back/elbow/knee armor. Strongly recommended the use of gloves, technical pants, shoes, neck brace and mtb googles. Different regulations could be during races, competitions and contests.
- To ensure both your safety and other bikers ensure your equipment and bike are in perfect conditions and shape. If something doesn't work ask in one of our Service Points and have your bike and your equipment checked by a qualified bike mechanic and expert before you start riding.
- It is mandatory to respect all signs and warnings along the trails, paying attention to road crossings, pedestrian crossings and access roads.
- When entering a trail or starting downhill you must look uphill and yield to other riders, keep a safe distance from riders ahead of you: they have the right of way! You must proceed in such a manner that you can stop or avoid any biker and object on the trail. Do NOT stop where you obstruct a trail or are not visible from above.
- It is mandatory follow the instructions provided by the Paganella Bike staff.
- Acting correctly at road signs and bike signs.
- It is your responsibility to avoid bikers, people, animals and everything that it is not expected on the trail. **Except on the Bike park trails, pedestrians, hikers and other track users take precedence.**
- Some trails presents road crossings. Keep a safe distance from cars and pedestrians and give them the right of way. You must pay attention and slow down especially when approaching a secondary dirt road and road crossings: yield to vehicles, motorbikes and people.
- Stay on marked trails. Keep-off closed trails and areas. Such an unfair behavior can be condemned with a fee or by immediate withdrawing of the bike pass.
- Please assist if you are involved in or witness a collision or accident: dial emergency number 112; call and identify yourself to Bike Park and lift facility offices.
- Along the bike park routes, identifiable through the information sign placed at the entrance to each area, photographs will be taken by authorized personnel for the purpose of selling souvenir photos of the day. Photographic and video footage may be used for promotional purposes of the Bike Area facilities and/or its territory only if the interested party has given their consent. The manager of the Bike Area undertakes to use this material within the terms established by law, avoiding contexts that compromise the personal dignity and decorum of the person portrayed. The installation and use of the images are to be considered free of charge.
- Do NOT feed, provoke or approach wildlife. If you see a cow, sheep or other animals give them plenty of room and do NOT disturb them.
- Do NOT destroy nature and respect the environment around you! Take all trash with you: LEAVE NO TRACE!
- Expert and local riders are asked to guide the new guest riders along the trails and make them respect the Bike Park Responsibility Code.
- The unfair behavior along the trails and on lift facilities causes the immediate withdrawal of daily bike pass without any refund.
- Lifts and trails can close without any warning or refund because of weather conditions, interruption of electricity supply or other particular necessities.
- Stay off the lifts and out of the Bike Park if your ability is impaired through the use of drugs or alcohol.

SUPPLEMENTARY REGULATIONS ON ACCESS TO BIKE PARK ZONE (BIKERS ONLY)

Mountain Biking and Gravity sport activities such as Downhill, Freeride and Enduro involve elements of risk that common sense and personal awareness can help to reduce. Please, READ CAREFULLY and adhere the responsibility code and share a safe experience with others. The Bike Park access implies the full responsibility assumption for biker conduct, the consequences from and the full acceptance of the regulation below.

- The access to the trails is permitted to people having bought a bikepass or a lift-ticket only. Bikers have read and understood the difficulty of the trails, shown at the signs in the bike area and online on www.paganella.net and www.dolomitipaganellabike.com; the bikers shall enter the trail with an adequate preparation and with suitable bike and equipment.
- When entering the Bike Park you must have a basic technical ability to ride in control and within your ability level. You must be able to avoid other people and objects.
- You must control your speed according to trails and your ability level. In case of need contact Paganella Bike Park instructors and guides who can follow you and help you.
- It is mandatory to wear an approved full-face helmet and other protective equipment such us back/elbow/knee armor. Strongly recommended the use of gloves, technical pants, shoes, neck brace and mtb googles. Different regulations could be during races, competitions and contests.
- It is your responsibility to avoid bikers, people, animals and everything that it is not expected on the trail. In the Bike park trails, pedestrians, hikers and for other track users the access to the bike park is forbidden, anyway, you must let him up!
- During your first ride on every trail even if you know it, you must ride at a low speed to check and inspect the terrain and features. Be aware of changing conditions of trails throughout the day after many passages.
- Hiking in any direction and uphill biking on the Bike Park trails is not permitted. Downhill riding only. It is forbidden also to drive any kind of vehicle on trails.
- You must be able to avoid other people, animal or object around you even if unexpected on the trails. Uphill riding and biking in the Bike Park is NOT permitted. In any case you must be able to avoid any people: slow down and give them the right of way.
- It is forbidden to modify Bike Park trails and structures.