

# Dolomiti Adventure Race



## 2021

## Mountain Bike



### Percorso

Expedition	31 km + 1320 m	17 controlli
Adventure	14 km + 500 m	9 controlli

### **Materiale obbligatorio** *(prima del via verrà controllata l'attrezzatura)*

per ogni concorrente:

- MTB
- casco da MTB
- giacca antivento
- un fischietto
- luce frontale di emergenza
- cibo e liquidi a sufficienza per affrontare la prova

per ogni team:

- kit di primo soccorso (contenuto MINIMO: soluzione disinfettante, garze, cerotto/nastro)
- 1 cellulare con batteria carica (fornire il numero all'atto dell'iscrizione)
- kit per riparare eventuali forature, camera d'aria o fast

### **Modalità di esecuzione**

Dopo la sezione di orienteering gli atleti entreranno nel campo dal cancello di ingresso e punzoneranno la lanterna 100; a questo punto prenderanno direttamente dall'area di deposito le proprie biciclette e potranno partire per la sezione di MTB dopo aver punzonato la lanterna 200 posta davanti al cancello di uscita: il tempo impiegato per cambiarsi scarpe e preparare il mezzo sarà tutto tempo di gara!

Verrà utilizzata una carta realizzata nel mese di giugno 2021 appositamente per la gara: scala 1:20000 (1 cm sulla carta equivale a 200 m nella realtà) con equidistanza di 20 metri. Saranno segnate sulla mappa strade, sentieri, edifici, ruscelli, grosse rocce, boschi e prati, oltre alle curve di livello con cui si rappresentano forme del terreno e dislivelli (salita e discesa).

Indicate anche diverse fontane.



In mappa sono segnate con delle **X violette** le **strade che non devono essere percorse o attraversate in quello specifico tratto**. Si prega inoltre di **rispettare il codice della strada facendo particolare attenzione a pedoni e automobili**.

Terminata la sezione di MTB, si rientrerà nel campo sportivo dal cancello di ingresso e si punzonerà la lanterna 100 per stoppare il tempo prima del tiro con l'arco.