

PERCORSO

(PROVA PRATICA DI AMMISSIONE / PROVA PRATICA ESAME FINALE)

Per allestire il percorso è necessario disporre di uno spazio pianeggiante, possibilmente inerbito o asfaltato di mt. 50 x 50.

Il percorso si suddivide in 3 zone ognuna monitorata da un istruttore.

Ogni zona comprende più stazioni nelle quali il candidato dovrà eseguire un esercizio specifico atto a valutare le sue abilità.

ZONA A

(zona di partenza)

- STAZIONE 1 Il candidato parte da fermo con un piede sul pedale (flat o con sgancio) e deve essere in grado di posare/agganciare il secondo piede durante le prime pedalate.
- STAZIONE 2 Il candidato dopo un'accelerazione dovrà eseguire una frenata per affrontare una curva stretta a destra seguita da un'altra accelerazione e frenata per affrontare una curva stretta a sinistra.

ZONA B

- STAZIONE 3 Slalom a curve progressivamente più strette.
- STAZIONE 4 Scendere da un gradino (marciapiede) di 15-30 cm.
- STAZIONE 5 Raccolta e posa di un oggetto (da eseguirsi prima con la mano destra e dopo un'inversione con la mano sinistra).
- STAZIONE 6 Salire un gradino di 10-15 cm.

ZONA C

- STAZIONE 7 Oltrepassare, in sella alla bicicletta, un ostacolo del diametro di 10-15 cm.
- STAZIONE 8 Superamento di un ostacolo di 40 cm da eseguire a piedi con la bicicletta trasportata/sostenuta a mano.
- STAZIONE 9 Sottopassaggio (altezza asticella 130 cm circa).
- STAZIONE 10 Strettoia ad imbuto con proseguimento per 4 m su una linea retta di 10 cm.
- STAZIONE 11 Surplace di 3 secondi su un'area di 2 x 2 m.