



## VALUTAZIONE DELLA DIFFICOLTÀ TECNICA DEL PERCORSO DELLA 24H DI SUPERGA

### **Premessa**

Si riporta un'analisi della difficoltà tecnica del percorso utilizzato dalla manifestazione denominata "24H di Superga" al fine di dare un documento chiaro ed esauritivo ai fruitori del sentiero riguardo alla tipologia di tracciato e alle sue caratteristiche.

Tale analisi è volta a rendere pienamente consapevoli i fruitori di tutti gli aspetti da tenere in importante considerazione nel momento in cui ognuno di loro deve poter valutare in modo obiettivo se le proprie abilità ciclistiche e la propria esperienza siano adeguate al percorso in questione.

### **Obiettivo della valutazione:**

La classificazione della difficoltà di un tracciato può:

- aiutare gli utenti a prendere decisioni "informate" ;
- incoraggiare gli utenti ad utilizzare il tracciato solo se adatto alle proprie capacità tecniche;
- contribuire alla gestione del rischio e alla minimizzazione degli incidenti;
- migliorare l'esperienza outdoor di larga parte degli utenti;
- aiutare la pianificazione del percorso.

### **Metodo di valutazione**

Il metodo utilizzato per la valutazione "tecnica" del tracciato è di seguito riassunta:

- Il sistema è focalizzato principalmente sulla classificazione del livello tecnico del percorso ma anche sulla valutazione dell'impegno atletico necessario, che durante la fruizione del percorso tende comunque ad influenzare a livello "soggettivo" anche il livello di difficoltà tecnica del tracciato.  
Infatti, trattandosi di un percorso utilizzato per una "24 ore" (format di evento in cui ogni partecipante può fare un numero variabile di giri, e quindi di chilometri percorsi) è inevitabile che gli aspetti "oggettivi" legati alla morfologia del percorso, si intersechino con aspetti "soggettivi" legati a come l'evento viene affrontato. Si considerino ad esempio due atleti che affronteranno il medesimo percorso ma il primo per un solo giro ed il secondo per 10 giri consecutivi. Mentre il livello tecnico del tracciato resterebbe sempre "oggettivamente" lo stesso, l'impegno atletico risulterebbe "soggettivamente" molto diverso, aggiungendo inoltre variabili differenti man mano che la distanza (e quindi il livello dell'impegno atletico) vanno ad aumentare.  
Inoltre anche affrontando la medesima distanza questa avrà effetti differenti su ogni atleta in virtù del loro personale livello di fitness e di allenamento, condizioni, tra l'altro, note solamente agli atleti stessi. Si sceglie quindi di valutare distintamente i due parametri (livello tecnico del percorso ed impegno atletico) al fine di trovare due dati distinti che relazionati insieme da ogni singolo fruitore gli diano la possibilità di filtrare i diversi aspetti secondo la sua personale esperienza
- Al fine di giungere al punteggio definitivo di ogni tracciato le valutazioni del percorso espresse per ogni criterio vengono combinate con il giudizio personale. Non esiste infatti un metodo prescritto per giungere al punteggio definitivo di ogni tracciato.
- Il tracciato viene valutato relativamente ad altri tracciati della zona. Non è infatti conveniente valutare il tracciato singolarmente, mentre sicuramente lo è compararlo con altri percorsi del territorio.  
Questo aiuta a classificare la difficoltà relativa di ognuno ed aiuta gli utenti ad avere un'idea del percorso migliore, potendo avere una prospettiva più ampia della scala di difficoltà
- Nella valutazione del tracciato vengono considerate anche caratteristiche che esulano



dai criteri “obiettivi” proposti dal metodo. Infatti, sebbene il percorso della gara sia stato disegnato per essere adatto ad ogni livello tecnico, una gran varietà di caratteristiche può contribuire ad incrementare la difficoltà percepita del tracciato.

### Scala di valutazione

Al fine che la valutazione di difficoltà tecnica abbia un valore il più possibile oggettivo, in virtù del metodo di lavoro sopra evidenziato, si deve utilizzare una scala di confronto che determini dei livelli di confronto tali da determinare un ben preciso e definito grado di difficoltà.

In linea teorica si potrebbero utilizzare diverse scale di valore, ma quella più accreditata e la scala di difficoltà studiata, ideata ed utilizzata da I.M.B.A. (International Mountain Bike Association).

I.M.B.A. È una delle associazioni di ciclismo fuoristrada più importanti al mondo, che si dedica da sempre alla ideazione, manutenzione ed analisi della rete sentieristica dedicata alla Mountain Bike.

Il suo metodo di analisi, quindi, è frutto di anni di esperienza ed oggi rappresenta un punto di riferimento internazionale.

I.M.B.A. Ha messo a punto sulla base del sistema internazionale di classificazione dei percorsi utilizzato nelle aree sciistiche di tutto il mondo. Molte località che presentano reti sviluppate di tracciati per Mountain Bike utilizzano tale sistema. Esso si adatta specialmente al mountain biking ma è ugualmente applicabile ad altre tipologie di utenti, quali gravellisti, hikers o cavalieri. Il giudizio finale sul tracciato viene formulato valutando lo stesso in base ai criteri di classificazione proposti e combinando tale valutazione col giudizio personale e con input forniti dagli utenti.

Con la scala I.M.B.A. vengono valutate la difficoltà tecnica, da rapportare alla capacità del biker di superare ostacoli di dimensioni crescenti e la difficoltà atletica, da rapportare alle condizioni di allenamento del biker.

### Difficoltà tecnica:

I criteri considerati comprendono:

- Larghezza del tracciato > la larghezza media del tracciato.
- Tipo di fondo del tracciato > la tipologia del fondo e la relativa stabilità superficiale.
- Pendenza del tracciato (massima e media) > Il grado massimo di pendenza misurato in % sul tratto più ripido del tracciato, di lunghezza comunque superiore a 20 metri. La pendenza media misurata sull'intera lunghezza del tracciato.
- Ostacoli naturali e artificiali presenti sul tracciato > elementi che aggiungono difficoltà opponendosi alla progressione. L'altezza di ogni ostacolo viene valutata dalla superficie del tracciato alla cima dell'ostacolo. Se l'ostacolo è irregolare in altezza viene valutato il punto in cui è più facilmente superabile. Gli ostacoli artificiali del tracciato (Technical Trail Features – TTF) sono oggetti eventualmente posti in essere per incrementarne il livello di difficoltà.

In sintesi, la difficoltà tecnica del tracciato si relaziona essenzialmente alle caratteristiche del terreno da affrontare (sia in salita che in discesa).

In presenza di passaggi particolarmente impegnativi e pericolosi (per esempio esposti) viene estesa per ragioni di sicurezza a tutto il percorso la valutazione di quei passaggi, indipendentemente dalla loro incidenza sul totale. Al contrario, un tracciato classificato nel complesso come impegnativo, potrà includere anche brevi tratti tecnicamente difficili, a patto che le difficoltà siano discontinue (tali cioè da permettere al biker di rifiutare eventualmente l'ostacolo) e il pericolo contenuto. In tal modo il biker godrà della possibilità di incrementare il proprio livello tecnico senza tuttavia correre particolari rischi.

	LIVELLO	CARATTERISTICHE
--	---------	-----------------

	Molto facile	Fondo scorrevole, ampio e privo di ostacoli degni di nota
	Facile	Fondo scorrevole, ampio e lievemente accidentato
	Medio	Fondo scorrevole, a tratti accidentato e con passaggi obbligati, su medie pendenze
	Impegnativo	Fondo accidentato con passaggi obbligati ed ostacoli di medie dimensioni, anche su forti pendenze
	Difficile	Fondo accidentato con passaggi obbligati ed ostacoli di grosse dimensioni, anche su forti pendenze

#### Difficoltà atletica:

Tale parametro si relaziona essenzialmente alla tipologia delle salite (ma anche delle discese, soprattutto nel caso di elevate difficoltà tecniche), in secondo luogo al dislivello complessivo e al chilometraggio da affrontare.

	LIVELLO	CARATTERISTICHE
	Molto facile	Pianura o leggera pendenza a strappi disl. indicativo < 400 metri
	Facile	Leggera pendenza e media pendenza a strappi disl. indicativo 300/800 metri
	Medio	Pendenza media prolungata disl. indicativo 400/1000 metri
	Impegnativo	Pendenza media e forte pendenza a strappi disl. indicativo 500/1300 metri
	Difficile	Forte pendenza prolungata (ev. tratti di bici a mano) disl. indicativo > 900 metri

Al fine di leggere correttamente la tabella legata ai livelli di intensità atletica, vanno considerati i seguenti dati:

- Pendenza leggera: sino al 7%
- Pendenza media: dal 7 al 12%
- Pendenza forte: oltre il 12%

#### VALUTAZIONE TECNICA DEL TRACCIATO

Il tracciato della “24H di Superga” è lungo circa 10 km e presenta un dislivello positivo di circa 250 mt. Le salite che si incontrano possono avere brevi tratti con pendenza intorno 10%.

Il percorso è prevalentemente in “Single Track” e non sempre presenta le condizioni per effettuare



sorpassi ad altri concorrenti, imponendo quindi andature anche più lente di quelle che l'atleta potrebbe fare.

Il fondo è naturale e mediamente scorrevole, con alcuni tratti in discesa che presentano passaggi obbligati di media difficoltà.

Non sono presenti ostacoli naturali considerabili pericolosi e il percorso non attraversa mai aree vicino a dirupi e scarpate che possono creare senso di vertigine ai fruitori del sentiero.

Considerando tali caratteristiche, avendo preso in considerazione le premesse sopra riportate e avendo analizzato le tabelle di valutazione di riferimento; si considera il tracciato della "24H di Superga" di **DIFFICOLTA' MEDIA**

### **CONSIDERAZIONI SULLA VALUTAZIONE**

Nessun sistema di valutazione può essere totalmente obiettivo o valido in ogni situazione e dovrà essere combinato con il senso comune. Ogni tracciato, quindi, deve essere "guardato" con occhio attento da ogni fruitore e valutato anche con un proprio metro di misura soggettivo.

In virtù dei fattori soggettivi di tutti i possibili fruitori del tracciato, si deve tenere conto che in ogni caso la valutazione del tracciato non risulta obiettiva in modo assoluto per ogni tipologia di biker.

Risulta quindi conveniente combinare dati misurabili (pendenze dell'itinerario, raggi di curvatura delle curve, condizioni del fondo del tracciato, ecc..) a giudizi soggettivi da parte di utilizzatori per giungere ad una valutazione finale più completa. Per esempio, un tracciato può essere composto da diverse sezioni differenti per tipo di fondo: gran parte del tracciato risulta facile, ma alcune sezioni sono più difficili. Come valutare il percorso? Utilizzando la propria esperienza personale, considerando ogni elemento e selezionando la valutazione che meglio si adatta allo "stile" del tracciato.

E' quindi importante che ogni utente del sentiero, dopo essersi informato sulle indicazioni "oggettive" del tracciato della manifestazione, prenda comunque visione del tracciato e valuti il percorso anche considerandotutti gli eventuali rischi che la pratica della Mountain Bike/Gravel porta in seno.