

## Domanda di partecipazione alle uscite di Mountain Bike anno 2020

Il/La sottoscritto/a (cognome e nome) \_\_\_\_\_  
nato/a a \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_  
residente a \_\_\_\_\_ via \_\_\_\_\_ n. \_\_\_\_\_ CAP \_\_\_\_\_  
recapito telefonico \_\_\_\_\_  
email (scrivere in modo leggibile) \_\_\_\_\_  
iscritto/a al C.A.I. sezione di \_\_\_\_\_  
quota associativa versata per l'anno in corso  NO  SI  
corsi C.A.I. Frequentati  NO  SI  
se sì quali \_\_\_\_\_

### CHIEDE

- di partecipare alle **uscite di avvicinamento** nel periodo 01 febbraio – 07 marzo 2020  
e/o  
 di partecipare al **programma di escursioni** nel periodo 22 marzo – 11 ottobre 2020

**in mountain bike** organizzate dalla sezione C.A.I. di Biella

Il/La sottoscritto/a dichiara di:

- aver preso visione del programma delle uscite, di approvarlo e di accettare fin da ora le modifiche che la sezione ritenesse opportuno apportare;
- conoscere il regolamento delle uscite e di impegnarsi a rispettarlo scrupolosamente;
- di essere pienamente consapevole ed informato che la pratica della Mountain Bike comporta dei rischi;
- impegnarsi a osservare scrupolosamente tutte le prescrizioni che verranno impartite dagli accompagnatori C.A.I.

Il/La sottoscritto/a allega alla presente, il **certificato medico di buona salute**.

Il/La sottoscritto/a autorizza il trattamento dei propri dati personali trasmessi con il presente modulo ai sensi art. 13 GDPR 679/2016 EU.

Luogo e data \_\_\_\_\_ Firma \_\_\_\_\_

### Questionario valutativo

#### Tipologia di percorsi normalmente frequentati

- Interpoderali  Mulattiere  Sentieri

#### Distanze mediamente percorse (in km)

- 0 – 20  20 – 50  più di 50

#### Frequenza delle uscite

- 1volta/mese  2volte/mese  3volte/mese o più

#### Dislivello positivo medio

- 300 - 600 m  600 – 1000 m  più di 1000 m