



FEDERAZIONE CICLISTICA ITALIANA

Comitato Provinciale di Monza e Brianza



Villasanta, 9 Marzo 2020

Sebbene la bici sia l'occasione di evasione più bella per tutti noi, purtroppo nella cosiddetta Zona Classificata Arancione, che è la nostra zona, in base al **DPCM dell'8 marzo** è consentito **muoversi solo per**

"comprovate esigenze lavorative o situazioni di necessità ovvero spostamenti per motivi di salute".

Ergo, purtroppo, **NON SI PUO' USCIRE IN BICI** per allenamento o divertimento. L'unica soluzione possibile rimane quella di **pedalare sui rulli**, per il rispetto della propria salute e di quella altrui.

Andare in bici, in questo momento, ci espone a ulteriori potenziali rischi di contagio. Quindi, cosa fare? Occorre modificare le proprie abitudini e questo è valido tanto per chi pedala su strada quanto per chi pedala in Mtb.

Quanto segue sono delle considerazioni che si sommano alle indicazioni fornite dal Ministero della Salute e che ci sentiamo di condividere con Voi al fine di rendervi più consapevoli e in una certa misura meno esposti al rischio di contagio.

Per un periodo di tempo che potrebbe estendersi anche oltre la data del 3 aprile 2020 le attività agonistiche sono sospese, quindi con buon senso possiamo dire che sarebbe anche inutile attualmente programmare allenamenti mirati ad un ipotetico inizio di stagione che non potrà avvenire regolarmente.

Inoltre una eventuale caduta che vi richieda di andare al Pronto Soccorso, oggi, può rappresentare una complicazione non da poco e significherebbe rischiare inutilmente di sovraccaricare ospedali e personale sanitario. Meglio ricordarlo.

Inoltre, gli sforzi eccessivi potrebbero ridurre per alcune ore le difese immunitarie, cosa che di questi tempi va evitata in ogni modo.

Alcune zone d'Italia si trovano in una situazione meno rischiosa della nostra, ma questa condizione è estremamente mutevole. La cosa di cui dobbiamo essere consapevoli è che ognuno di noi può influire sulla diffusione del virus, riducendola (se si osservano le disposizioni del Governo) oppure amplificandola. E' un fatto di rispetto per gli altri come persone prima e ciclisti poi, possiamo fare la nostra parte.

Vi aggiorneremo nei prossimi giorni se avremo delle novità e vi invitiamo a non utilizzare la bici tenendo conto delle disposizioni di legge vigenti nella vostra zona di residenza.

Per informazioni vi invitiamo a consultare il sito ufficiale del Ministero della Salute