BOCCONI SPORT

Cos'è la Bocconi Social Ride?

La Bocconi Social Ride è un'uscita **in bicicletta in community organizzata da Bocconi Sport** che si svolgerà **domenica 11 maggio 2025**.
Il percorso si svolge nel Parco agricolo sud Milano e dintorni con partenza dall'Università in **piazza Sraffa 13** dove sarà allestito il Village di accoglienza.

La Bocconi Social Ride è **adatta a tutti gli amanti delle lunghe pedalate nella natura.**
Non è una gara ma ci sono regole da rispettare per la vostra sicurezza.

Quando e dove sarà?

Domenica 11 maggio 2025
Ritrovo presso il Village presenza nell'area antistante al Velodromo con ingresso da piazza Sraffa 13 dalle **ore 8:30**
Partenza prevista ore 9:30

Come ci si iscrive alla Bocconi Social Ride?

Per iscriverti alla Bocconi Social Ride usa il form che trovi a questo **LINK**.

LE ISCRIZIONI SI APRIRANNO LUNEDÌ 28 APRILE E CHIUDERANNO MERCOLEDÌ 7 MAGGIO ALLE ORE 13:00.

Chi può partecipare?

Per partecipare alla Bocconi Social ride è necessario:

- essere iscritti o iscriversi a **Bocconi Sport**

  https://www.bocconisport.eu/news/bocconi-sport-membership
- essere in possesso di un **certificato medico** di idoneità alla pratica sportiva non agonistica (con ECG a riposo) o un certificato medico di livello superiore specifico per ciclismo (certificato medico di idoneità alla pratica sportiva agonisitca o ad alto impegno cardiovascolare)

  https://www.bocconisport.eu/news/certificato-medico

Possono partecipare anche i familiari di studenti, docenti, staff, alumni.
È necessaria l'iscrizione a Bocconi Sport e il certificato medico.
Per maggiori informazioni e iscrizioni scrivere a bocconisporteam@unibocconi.it.

La Social Ride è a numero chiuso – fino ad un max di 45 iscritti.
Tutti i partecipanti saranno assicurati da Bocconi Sport.

Bocconi Sport Team SSD a r.l.
Via Sarfatti 25 | 20136 Milano – Italia | Tel +39 02 5836.5825
bocconisporteam@unibocconi.it

Puoi consultare la polizza **QUI**.

Chi e cosa troverai ad accoglierti?

- lo staff di **Bocconi Sport** al welcome desk per verificare la registrazione all'evento e per darti le info necessarie
- stand **rh+** per il ritiro del welcome pack fornito da **rh+ - Scott - Enervit** contente un GILET TECNICO rh+ personalizzato per l'evento, prodotti Enervit e Scott
- stand e "bike station" **Scott** - per il ritiro delle biciclette (**numero limitato, disponibili fino ad esaurimento**)
- piccola officina - briefing tecnico
- fontanelle per l'acqua per riempire le borracce
- postazione per lasciare al sicuro borse/zaini con cambi o altro
- toilette

Che tipo di bici utilizzare?

Il percorso di circa 60 km è impegnativo, senza salite, consigliato alle persone allenate.

È possibile utilizzare la classica **bici da corsa, gravel e bici a pedalata assistita**.

Se pensi di non avere la bici adatta o hai piacere di testarne una nuova, **puoi prenotare**, **ENTRO MERCOLEDÌ 7 MAGGIO**, scrivendo a bocconisporteam@unibocconi.it – indicando modello e taglia.

Sono disponibili le seguenti bici SCOTT:

DA CORSA - SOLO PER CICLISTI ESPERTI (portare con sè pedale e scarpe con attacco)

- FOIL RC 10 BLACK - taglia S M L
- ADDICT RC 10 SUNBEAN BLACK taglia S M
- ADDICT RC 20 carbon black - taglia S L

ADATTE ANCHE A BEGINNER (senza necessità di portare pedali e attacco)

- ADDICT GRAVEL 30 - taglia S L
- ADDICT GRAVEL 40 - taglia M
- SOLACE GRAVEL ERIDE 20 - taglia M L

ATTENZIONE : DISPONIBILITÀ MOLTO LIMITATA SOLO CON ISCRIZIONE A BOCCONI SPORT

Potrai ritirare la tua bici direttamente al Village di partenza presso lo stand Scott dalle 8:30 alle 9:00.

Qual è l'attrezzatura obbligatoria per partecipare?

- Casco
- Pantaloni da ciclismo con fondello
- Borraccia/e
- Giacca antivento anche smanicata
- Telefonino carico (power bank molto consigliato)
- Se non si è in possesso di Garmin o simili vi suggeriamo di scaricare l'app Komoot dove caricherete la traccia GPS che vi verrà fornita il giorno della biciclettata

Come si svolge il percorso?

Lunghezza 60km
Dislivello 150m
Tempo di percorrenza stimato: 2h30'/3h
Si parte e si arriva in piazza Sraffa 13
Alcune parti del percorso non sono su pista ciclabile e verranno affrontate scortati dalle auto e dall'automedica, il tutto rispettando le regole del codice stradale.
Verrà escluso dall'evento chi non si atterrà a queste regole.
Nella pista ciclabile ci si muoverà con le regole sopra descritte dando sempre precedenza ai pedoni.
Nei percorsi riservati alle bici le auto si faranno trovare a periodici e poco distanti touch point col gruppo, automedica compresa che avrà il percorso sempre più vicino possibile al gruppo con accessi per eventuali soccorsi.

Regole del percorso in strada

Ci muoveremo sempre in gruppo.
Ci sarà un apripista/pacer che darà il ritmo (velocità max consentita 30 kmh - media 25kmh circa).
L'apripista non può MAI essere superato.
Ci sarà una "scopa" a chiusura del gruppo che si fermerà con chi eventualmente dovesse avere difficoltà.

Il gruppo sarà supportato da un tecnico Scott che potrà assistere chi dovesse avere problemi tecnici.
È prevista la presenza di automedica dalla partenza all'arrivo e la presenza di auto di assistenza.
Vi verrà fornito anche un numero di cellulare d'emergenza.

È disponibile un ristoro?
Enervit vi fornirà un energy pack con sali, gel, barrette e borraccia, vi verrà consegnato alla partenza.
Ognuno, a seconda delle proprie esigenze, dovrà essere autonomo a livello alimentare e idrico durante la social ride.
A metà percorso circa sarà prevista una tappa c/o bar.
Potrete acquistare autonomamente ciò di cui avrete eventualmente bisogno.

Cosa succede se piove?
48h prima dell'evento consulteremo le previsioni metereologiche.
Se prevista pioggia al 60% RICEVERETE COMUNICAZIONE DI ANNULLAMENTO ALL'INDIRIZZO EMAIL INDICATO.
Se non è prevista pioggia NON RICEVERETE ALCUNA COMUNICAZIONE E CI VEDREMO AL MEETING POINT in PIAZZA SRAFFA 13.