

CICLISMO

1. Modalidades o disciplinas incluidas en esta guía

Las modalidades incluidas en la presente guía son las siguientes:

1. Ciclismo de Pista
2. BMX
3. Ciclismo de Ruta
4. Mountain Bike (Ciclismo de montaña)

2. Federación, unión o asociación a la que se encuentra afiliada la federación nacional

Union Cycliste Internationale (UCI)

www.uci.ch

Confederación Panamericana de Ciclismo (COPACI)

www.copaci.org

3. Bibliografía consultada

Union Cycliste Internationale – UCI (2017). Reglamento del Deporte Ciclista UCI – Título III (Pruebas de pista)¹. Tomado de

http://www.uci.ch/mm/Document/News/Rulesandregulation/16/26/54/3-PIS-20171001-E_English.PDF

Union Cycliste Internationale – UCI (2017). Reglamento del Deporte Ciclista UCI – Título I (Organización General) – Capítulo 3 (Equipamiento). Tomado de

http://www.uci.ch/mm/Document/News/Rulesandregulation/18/30/80/1-GEN-20171025-EN_English.pdf

Union Cycliste Internationale – UCI. Guía de aclaración del Reglamento Técnico de la UCI Tomado de

http://www.uci.ch/mm/Document/News/Rulesandregulation/16/51/61/ClarificationGuideoftheUCITechnicalRegulation-2017.11.06-ENG_English.pdf

Union Cycliste Internationale – UCI (2018). UCI Cycling Regulations - Part VI: BMX. Tomado de

http://www.uci.ch/mm/Document/News/Rulesandregulation/16/61/41/2018.02.02-6-BMX-EN_English.PDF

Union Cycliste Internationale – UCI (2017). BMX Freestyle Park Event Organization / Guidelines for National and Regional Events. Tomado de

[http://www.uci.ch/mm/Document/News/News/18/33/32/BMXFreestyleParkEventOrganisationGuidelines\(regionalandnationalevents\)v20170810_Neutral.pdf](http://www.uci.ch/mm/Document/News/News/18/33/32/BMXFreestyleParkEventOrganisationGuidelines(regionalandnationalevents)v20170810_Neutral.pdf)

¹ Se puede consultar una versión traducida del reglamento en la RFEC www.rfec.com/ckfinder/userfiles/files/Docs/Legislacion_Normativa/UCI/03_pruebas_de_pista_act_20170701.pdf

Union Cycliste Internationale – UCI (2017). UCI BMX Track Guide. Tomado de http://www.uci.ch/mm/Document/News/News/18/23/58/UCIBMXTrackGuide2017_English.pdf

CICLISMO DE PISTA

A. Descripción general de deporte

1. Breve descripción de la dinámica del juego

El ciclismo de pista incluye varias pruebas que combinan técnica y velocidad. Las distintas pruebas que pueden desarrollarse de manera individual o por equipos son las siguientes:

- **200 metros contra el reloj.**- Es una prueba contra el reloj, de salida lanzada desde la línea de los 200 metros, destinada a seleccionar y clasificar a los participantes para la prueba de velocidad.
- **Velocidad.**- Es una carrera de 2 a 4 corredores, a 2 o 3 vueltas.
- **Persecución individual.**- Dos corredores se enfrentan sobre una distancia determinada. Toman la salida en dos puntos opuestos de la pista. Será declarado vencedor el corredor que alcance al otro corredor o al corredor que registre el mejor tiempo.²
- **Persecución por equipos.**- Es una prueba enfrentando a dos equipos que toman la salida en dos puntos opuestos de la pista. Será declarado vencedor el equipo que alcance al otro equipo o el que registre mejor tiempo. La prueba para hombres y mujeres se desarrolla en cuatro kilómetros con equipos de cuatro corredores.
- **Kilómetro y 500 metros.**- Son pruebas contra el reloj individual con salida parada. En la copa del mundo y campeonatos del mundo, la prueba se disputará sobre 1.000 metros para los hombres y 500 metros para las féminas.³
- **Carrera a los puntos.**- Es una especialidad en la cual, la clasificación final se establece por los puntos ganados y acumulados por los corredores en los sprints y por vuelta ganada.⁴
- **Keirin.**- Los corredores se enfrentan en un sprint después de haber completado un número de vueltas, lo más próximo a 1.500 metros, tras un velomotor (conductor) que abandonará la pista a falta de 3 vueltas para el final (en pistas de 250 metros). Para otros tamaños de pista, el velomotor abandonará la pista lo más próximo a falta de 750 metros para el final.
- **Velocidad por equipos.**- Es una prueba que enfrenta a dos equipos, en la que cada ciclista debe conducir durante una vuelta. La prueba para hombres se desenvuelve en equipos de tres corredores y sobre tres vueltas a la pista. La prueba para mujeres se desenvuelve en equipos de dos corredoras y sobre dos vueltas a la pista.
- **Madison.**- Es una carrera que se disputa con sprint intermedios y disputada por equipos de dos ciclistas. La clasificación se establece a los puntos acumulados por los corredores.
- **Scratch.**- Es una carrera individual sobre un trayecto determinado.
- **Tándem.**- Es una carrera de “velocidad” para tándems. Se organiza según las reglas de la prueba de “velocidad”, en la que cada pareja de ciclistas es considerada como un solo participante.

² Tomado de <http://www.ciclismoclm.com/2017/index.php/torneo-intervelodromos>

³ Tomado de <http://www.ciclismoclm.com/2017/index.php/torneo-intervelodromos>

⁴ Tomado de <http://www.ciclismoclm.com/2017/index.php/torneo-intervelodromos>

- **Medio fondo.**- El medio fondo es una carrera en la que cada ciclista rueda detrás de un entrenador en motocicleta.
- **Carrera de eliminación.**- La carrera de eliminación es una prueba individual en la que el último corredor de cada sprint intermedio es eliminado.
- **Prueba de 6 días.**- Es una prueba que dura seis días consecutivos con una duración de carrera de al menos 24 horas. Es una carrera por equipos, compuestos de 2 o 3 corredores.
- **Ómnium.**- El ómnium es una única competición consistente en cuatro pruebas disputadas con un número máximo de corredores, definidos en función de la longitud de la pista.
- **Vuelta lanzada.**- Es una prueba contra el reloj con salida lanzada sobre la línea de meta.
- **Tempo race.**- Es una especialidad en la que los resultados finales serán determinados de acuerdo a los puntos acumulados durante los sprints y las vueltas ganadas.⁵



Figura 1
Ciclismo de pista⁶

B. Características del área de juego

1. Aspectos generales del área de juego

El ciclismo de pista se desarrolla en un velódromo. El velódromo es una pista de forma ovalada, con los extremos redondeados y peraltados.

⁵ Tomado de <http://www.ciclismoclm.com/2017/index.php/torneo-intervelodromos>

⁶ Tomado de <http://www.eluniversal.com.co/deportes/ciclismo/comenzo-el-mundial-de-ciclismo-de-pista-en-cali-182199>

El capítulo VI de del Título III del Reglamento del Deporte Ciclista UCI establece las características generales de un velódromo, no obstante, debido al nivel de inversión y especialización requerido para el diseño e implementación de un velódromo, **es recomendable que para la creación o intervención de una de estas instalaciones se efectúen las coordinaciones necesarias con la Unión Ciclista Internacional (UCI)**, lo cual se consigue a través de la Federación Nacional Deportiva Peruana de Ciclismo (FNDPC), desde la etapa de conceptualización del proyecto hasta la culminación de su ejecución, **siendo recomendable incluir dentro de los alcances de implementación, la homologación de las instalaciones por parte de la UCI.**

Los especialistas a cargo del diseño, ejecución e implementación del velódromo deben contar con experiencia comprobada en el diseño, construcción e implementación de este tipo de instalaciones, es por ello que la coordinación con la UCI a través de la FNDPC es fundamental y por lo que solo se los alcances generales incluidos en el presente documento, están sujetos a modificaciones por parte de la UCI y deben ser tomados de forma referencial.

GEOMETRÍA DE LA PISTA

El borde interior de una pista presenta dos virajes unidas por dos líneas rectas paralelas. La entrada y la salida de los virajes deben estar concebidas de tal forma que el paso se efectúe progresivamente. La inclinación de la pista será determinada teniendo en cuenta el radio de los virajes y las velocidades punta en las diferentes pruebas.

LONGITUD

La longitud de la pista se mide a 20 centímetros del borde interior de la pista (Límite superior de la zona azul).

ANCHURA

La anchura de la pista debe ser constante en su conjunto. Las pistas homologadas en categoría 1 y 2 deben tener una anchura mínima de 7 metros. Las otras pistas deben tener una anchura proporcional a su longitud, con un mínimo de 5 metros.

BANDA AZUL

Una banda de rodamiento de color azul oscuro, denominada “Zona azul” debe ser acondicionada a lo largo del borde interior de la pista. La anchura de esta banda debe ser, al menos, del 10% de la anchura de la pista y su superficie debe tener las mismas propiedades que las de la pista. En esta zona queda prohibida cualquier inscripción publicitaria.

ZONA DE SEGURIDAD

A partir del borde interior de la zona azul debe estar acondicionada y delimitada una zona de seguridad. La anchura del conjunto de la zona de seguridad y de la zona azul debe ser de 4.00 metros como mínimo para las pistas de 250 metros a más y de 2.50 metros para las pistas menores de 250 metros.

A excepción de los comisarios, de los corredores que rueden en bicicleta y de las personas autorizadas por el presidente del colegio de comisarios, ninguna persona ni objeto (incluidos

los bloques de salida), pueden situarse en la zona de seguridad cuando haya corredores sobre la pista.

Una balaustrada, de una construcción que garantice la seguridad necesaria para los corredores, y de una altura de al menos 1.20 metros, se alzarán sobre el borde interior de la zona de seguridad, salvo si se reúnen las condiciones siguientes:

- No hay estribos o desnivel abrupto entre el área interior y la zona de seguridad, y
- Entre el área interior y el interior de la zona de seguridad, y en una distancia de 10.00 metros de la banda azul, no se encontrará ninguna persona u objeto no autorizado.

La balaustrada debe ser transparente y en ningún caso se podrán colocar pantallas de publicidad en ella.

En los lugares donde el área interior se sitúe a un nivel inferior de 1.50 metros o más en relación con el borde interior de la zona de seguridad deben colocarse protecciones complementarias (redes, vallas, etc.) para reducir los peligros derivados de eventuales salidas de pista que se produzcan por accidente.

Las puertas situadas eventualmente en la balaustrada deben tener un cerrojo fácil y fiable. Deben estar cerrados durante el desarrollo de las carreras y entrenamientos.

PERFIL / SECCIÓN / CORTE TRANSVERSAL

En cualquier punto de la pista, el corte transversal debe presentar, desde el borde interior al borde exterior, un perfil rectilíneo. En los virajes el borde interior debe estar enlazado con la zona azul mediante un redondeado.

En cualquier punto de la pista y de la zona de seguridad, una elevación, perpendicular a la superficie, como mínimo de tres metros debe ser garantía libre de cualquier obstáculo.

SUPERFICIE

La superficie de una pista debe ser completamente plana, homogénea y no abrasiva. Las tolerancias de planimetría de la superficie serán de 5 mm sobre 2.00 metros. El revestimiento debe ser uniforme en todos sus aspectos sobre la totalidad de la superficie de la pista. Los revestimientos destinados a mejorar la calidad de rodadura sobre una sola parte de la pista, están prohibidos.

El color de la superficie de la pista debe permitir una buena visibilidad de las líneas de demarcación.

MARCAJE / TRAZADO

Cualquier marca, línea, publicidad u otra sobre la pista debe ser realizada con una pintura o producto no deslizante y que no modifique las propiedades de adherencia, la consistencia ni homogeneidad de la superficie.

Marcaciones longitudinales

Las líneas longitudinales tienen un ancho constante de 5 cm.

Línea de medición

A 20 cm del borde interior de la pista se traza una línea de color negro sobre fondo claro o blanca sobre fondo oscuro, denominada "línea de medición", numerada cada 10 metros y marcada cada 5 metros. La longitud de esta línea de medición se toma sobre su borde interior.

Línea de sprinters

A 85 cm del borde interior de la pista se traza una línea roja denominada "línea de sprinters". La distancia se mide sobre el borde interior de la línea roja.

Línea de stayers

A un tercio del ancho total de la pista pero como mínimo a 2.45 metros del borde interior de la pista, se traza una línea azul denominada "línea de stayers". La distancia se mide sobre el borde interior de la línea azul.

Marcaciones transversales

Las líneas transversales tienen un ancho constante de 4 cm.

Línea de meta

La línea de meta estará situada al final de una línea recta a varios metros antes de la entrada en el viraje y en principio, delante de la tribuna principal. Será una línea transversal negra de 4 cm de ancho centrada sobre una banda blanca de 72 cm de ancho. Esta marca sobre la pista debe continuar sobre toda la altura de la parte rellena de la balastrada.

Línea de los 200 metros

200 metros antes de la línea de meta será trazada una línea blanca transversalmente a la pista, línea a partir de la que serán tomados los tiempos para las pruebas de velocidad.

Línea de persecución

A la mitad exacta de las líneas rectas de la pista se traza, en una prolongación de una sobre la otra, transversalmente y por la mitad del ancho de la pista, dos líneas rojas para señalar los puntos de llegada de las carreras de persecución.

Inscripciones publicitarias

Las inscripciones publicitarias sobre la superficie de la pista deben estar situadas por encima de la línea de stayers, en una banda longitudinal comprendida entre 50 cm del borde exterior de esta línea y 50 cm de la balastrada (borde exterior de la pista), Cualquier inscripción publicitaria está prohibida en la zona comprendida entre un metro antes y un metro después de las líneas de persecución y de los 200 metros, así como en la zona comprendida entre tres metros antes y tres metros después de la línea de llegada siendo que esta distancia se mide, a cada lado, con relación al límite de la banda blanca.

TÚNEL DE ACCESO

El acceso a la zona central, que se sitúa en el interior de la zona de seguridad, debe estar obligatoriamente asegurado por uno o varios túneles.

ZONA DE CORREDORES

En una zona central deben acondicionarse unas áreas donde los corredores puedan cambiarse y realizar calentamiento así como zonas de espera cerca de las líneas de persecución y de meta.

BALAUSTRADA

El borde exterior de la pista debe estar rodeado de una balaustrada de protección para proteger a los corredores y a los espectadores. Debe ser estable y estar sólidamente anclada y tener una altura total de al menos 90 cm. La parte interior debe ser completamente maciza y lisa sobre al menos 65 cm por encima de la pista y no presentar ninguna aspereza ni parte saliente.

En los lugares en los que el área exterior de la pista se sitúa a un nivel inferior de al menos 1.50 metros en relación con el borde exterior de la superficie de la pista, deberán ser colocadas protecciones suplementarias (redes vallas, etc.) para reducir los riesgos emanados de eventuales salidas accidentales de la pista.

El color de la balaustrada exterior debe resaltar especialmente en relación con el color de la pista. Las puertas situadas eventualmente en la balaustrada exterior deben imperativamente, abrirse hacia el exterior y poseer un cerramiento fácil y fiable. Deben estar cerrados durante el desarrollo de las carreras y entrenamientos.

ALUMBRADO / ILUMINACIÓN

El sistema de iluminación debe estar duplicado con otra iluminación de emergencia independiente de la red eléctrica, capaz de producir, de manera instantánea, una intensidad de al menos 100 lux durante cinco minutos.

TIPO DE INSTALACIÓN	NIVEL DE ILUMINACIÓN VERTICAL MÍNIMO
Velódromo homologado nivel 1	1400 lux
Velódromo homologado nivel 2	1000 lux
Velódromo homologado nivel 3	500 lux
Velódromo homologado nivel 4	500 lux
Entrenamiento sin espectadores	300 lux

2. Homologación

Un velódromo no podrá ser homologado por la UCI a menos que responda a las exigencias fijadas a continuación:

- La estabilidad, la resistencia de los materiales y de los anclajes que constituyen la estructura del velódromo deben respetar las reglas de construcción y de seguridad del país en el que se construye y tener en cuenta las condiciones geológicas y climáticas específicas.
- Estos elementos así como, en general, la adaptación de la construcción y de los materiales con las normas técnicas y las reglas del arte, quedan bajo la responsabilidad del diseñador, empresario, arquitecto superior, arquitecto técnico, propietario, explotador, usuario, organizador y cualquier otro, de acuerdo con las

disposiciones legales o reglamentarias locales. La UCI está exonerada de cualquier responsabilidad eventual en este aspecto.

- La homologación del velódromo por la UCI no se refiere a las cualidades técnicas y estructurales del velódromo y sí a la adecuación, en el momento de la inspección, de su aspecto exterior con las disposiciones del reglamento del Deporte Ciclista UCI. La UCI no es responsable de cualquier defecto situado fuera del objeto de la homologación o se produzca o manifieste después del acta levantada luego de la inspección de las instalaciones durante el proceso de homologación.

En su homologación, los velódromos serán clasificados en cuatro categorías en función de la calidad técnica de la pista y de las instalaciones. La categoría determina el nivel de las competiciones que pueden organizarse en el velódromo, como se indica en la siguiente tabla:

CATEGORÍA	HOMOLOGACIÓN	NIVEL DE LAS PRUEBAS
1	UCI	Campeonatos del mundo élite y juegos olímpicos
2	UCI	Copas del mundo, campeonatos continentales y campeonatos del mundo junior
3	UCI	Otras pruebas internacionales
4	Federación Nacional	Pruebas nacionales

La solicitud de homologación será hecha a la UCI por la federación nacional del país donde esté situado el velódromo. La solicitud de homologación debe ser dirigida a la UCI dos meses antes de la fecha prevista de inspección. Debe ir acompañada de un expediente técnico completo conforme al modelo estándar de la UCI. La UCI puede exigir cualquier documento o información complementaria.

Cualquier modificación o reparación de las instalaciones posteriores a la inspección del velódromo anula la homologación, siendo necesario someterse a un nuevo procedimiento de homologación.

3. Entrenamiento y práctica recreativa

El entrenamiento se desarrolla en instalaciones con las mismas características de los escenarios de competición, con un menor requerimiento de iluminación, tal como se indica en el apartado Alumbrado/Iluminación del numeral 1 del literal B del presente.

4. Práctica para personas con discapacidad

La práctica de esta disciplina dirigida a las personas con discapacidad es promovida por la Asociación Nacional Paralímpica del Perú, en las mismas instalaciones que deberán cumplir con las condiciones de accesibilidad necesarias.

C. Equipamiento

1. Equipamiento deportivo de competencia

BICICLETAS

Solamente pueden ser utilizadas las bicicletas admitidas por el Reglamento para las pruebas en pista, debiéndose ajustar a lo establecido en el Título I (Organización General) del Reglamento del Deporte Ciclista UCI (numerales 1.3.001 al 1.3.034) y la Guía de aclaración del Reglamento Técnico de la UCI. La ubicación de ambos documentos se indica en el numeral 2 del literal A del presente.

CASCOS

Los cascos de los deportistas se deben ajustar a lo establecido en el Título I (Organización General) del Reglamento del Deporte Ciclista UCI (numerales 1.3.001 al 1.3.034) y la Guía de aclaración del Reglamento Técnico de la UCI. La ubicación de ambos documentos se indica en el numeral 2 del literal A del presente.

INDUMENTARIA DE DEPORTISTAS

La indumentaria de los deportistas se debe ajustar a lo establecido en el Título I (Organización General) del Reglamento del Deporte Ciclista UCI (numerales 1.3.001 al 1.3.034) y la Guía de aclaración del Reglamento Técnico de la UCI. La ubicación de ambos documentos se indica en el numeral 2 del literal A del presente.

BLOQUES DE SALIDA

Los bloques son empleados para las pruebas de salida parada. Debe ser empleado en las pruebas de salida parada, debiéndose ajustar a lo establecido en el Título III (Pruebas de pista) del Reglamento del Deporte Ciclista UCI (numerales 3.6.001 al 3.6.006). La ubicación del documento se indica en el numeral 2 del literal B del presente.

MOTOS

Las motos se emplean para la prueba del medio fondo, debiéndose ajustar las especificaciones de éstas y la indumentaria de sus conductores a lo establecido en el Título III (Pruebas de pista) del Reglamento del Deporte Ciclista UCI (numerales 3.6.007 al 3.6.028). La ubicación del documento se indica en el numeral 2 del literal A del presente.

VELOMOTOR

El velomotor está destinado a sustituir al entrenamiento humano, proporciona un abrigo que debe ser sensiblemente el mismo que el que puede ofrecer una bicicleta, debiéndose ajustar las especificaciones de éstas y la indumentaria de sus conductores a lo establecido en el Título III (Pruebas de pista) del Reglamento del Deporte Ciclista UCI (numerales 3.6.029 al 3.6.06e). La ubicación del documento se indica en el numeral 2 del literal A del presente.

2. Equipamiento auxiliar

PODIO DEL JUEZ DE LLEGADA

Debe preverse un podio para el juez de llegada que estará situado en el área central enfrente de la línea de meta.

ZONA PARA EL COLEGIO DE COMISARIOS

Una zona adecuada deberá estar previsto para los comisarios en el centro de la pista adyacente a la línea de llegada.

ZONA PARA EL JUEZ ÁRBITRO

En el exterior de la pista debe instalarse una pequeña zona para el juez árbitro. Deberá estar situado en un lugar tranquilo y aislado que permita tener una vista general dominante y completa de la pista, por ejemplo en lo alto de la tribuna frente a la línea de meta. Durante las competiciones, un sistema de enlace por radio deberá instalarse para el juez árbitro y los otros comisarios, especialmente el starter y el presidente del colegio.

Los velódromos de categoría 1 y 2 deberán, además, poner a disposición del juez árbitro un sistema de toma de vistas y vídeo con cámara lenta que permita visualizar todas las secuencias de la carrera.

PODIO CENTRAL PARA EL STARTER

En medio del área central, frente a las líneas de persecución, debe preverse un podio para el starter, que debe tener una superficie de 3.00 a 4.00 m² y que debe estar elevado en relación con el nivel de la pista.

BMX

A. Descripción general de deporte

1. Breve descripción de la dinámica del juego

El BMX es una disciplina del ciclismo que se practica con bicicletas todoterreno con ruedas de 20 pulgadas de diámetro. El BMX abarca dos modalidades: carrera, cuyo objetivo es completar el recorrido en el menor tiempo posible, y estilo libre (freestyle), cuyo objetivo es realizar acrobacias.⁷



Figura 1
BMX⁸

B. Características del área de juego

1. Breve descripción de la dinámica del juego

El Anexo 5 del UCI Cycling Regulations - Part VI: BMX, establece un estándar mínimo para el campo de juego de BMX, así como las instalaciones básicas necesarias para las competencias.

Para cualquier evento BMX a nivel internacional, cualquier desviación de los estándares mínimos que se encuentran en este anexo debe estar justificada, y solo puede ser aprobada por la Comisión UCI BMX. Es importante tener en cuenta que el cumplimiento de las normas mínimas descritas en este anexo no garantiza que una pista sea adecuada para un evento BMX de nivel internacional.

⁷ Tomado de <http://www.municipioarroyito.gob.ar/noticias/3853-comienzan-las-inscripciones-en-el-polideportivo-municipal-2>

⁸ Tomado de <http://www.uci.ch/bmx-freestyle-park/>

En general, la forma de una pista de BMX debe ser adecuada para el nivel previsto de los corredores que utilizarán comúnmente la pista. Independientemente de este nivel, las pistas siempre se deben construir de una manera que proteja la seguridad de los usuarios que las usan, y del personal y los voluntarios que trabajan durante los eventos de BMX. Cada vez que se construye o se reconstruye una pista, se debe consultar la Guía de UCI BMX Track.

Así mismo, al igual que la construcción de velódromos, ante la construcción de un nuevo escenario para esta disciplina deportiva, es recomendable contactar con la Federación Deportiva Nacional, a fin de asegurar establecer las condiciones idóneas para la práctica deportiva.



Figura 2
Pista de BMX⁹

⁹ Tomado de http://www.uci.ch/mm/Document/News/News/18/23/58/UCIBMXTrackGuide2017_English.pdf

C. Equipamiento

1. Las bicicletas

ESTRUCTURA / BASTIDOR

El bastidor de la bicicleta debe tener la resistencia suficiente para resistir los rigores de las carreras de BMX y carecer de elementos de armazón rotos o doblados o soldaduras que presenten grietas o deficientes.

Los marcos y componentes deben cumplir con la regla 1.3.024 sobre propiedades aerodinámicas.

Los accesorios superfluos montados en el marco no están permitidos. Ejemplos de tales accesorios superfluos incluyen: accesorios aerodinámicos, protectores de cadena, soportes laterales, protectores de lodo, accesorios de chapa tales como tanques de combustible simulados, tuercas de mariposa, cualquier accesorio superfluo soldada o fijada mecánicamente como orejetas de cadena, reflectores montados en bastidor y cualquier otro objetos filosos que sobresalen no están permitidos.

RUEDAS

Los ejes de las ruedas no pueden sobresalir más de 5 mm más allá de las tuercas del cubo.

En el caso de las bicicletas estándar de 20 pulgadas las ruedas no deben exceder los 57 cm (22 ½ pulgadas) de diámetro con los neumáticos inflados.

En el caso de las bicicletas de la categoría Cruiser de 24 pulgadas: las ruedas no deben tener un diámetro inferior a 57 cm (22 ½ pulgadas) ni más de 66.05 cm (26 pulgadas) de diámetro con las llantas infladas.

Los ejes de liberación rápida no se recomiendan, pero se pueden usar si las palancas de liberación están pegadas o cableadas en la posición de bloqueo.

MANUBRIO

El ancho máximo del manillar debe ser de 73.7 cm (29 pulgadas). El aumento máximo del manubrio debe ser de 30.5 cm (12 pulgadas). Los manubrios del manillar son obligatorios y deben cubrir completamente los extremos del manillar. Los manillares que están rajados o doblados no están permitidos.

DIRECCIÓN

Las horquillas deben girar suavemente en el cojinete del auricular sin ataduras ni juego excesivo. El vástago no puede sobresalir por encima de la tuerca de seguridad del auricular en una cantidad que exceda las recomendaciones del fabricante o en más de 5 cm si no se inscribe una marca de altura máxima en el vástago.

Todas las bicicletas que entren en competencia deben estar equipadas con un freno trasero efectivo, que debe ser operado a mano. El cable/manguera del freno trasero debe

asegurarse al marco. Se puede instalar un freno delantero, pero no es obligatorio. El extremo libre de la palanca del freno de mano debe redondearse suavemente o cubrirse de manera tal que evite que represente un peligro. Todos los extremos expuestos del cable deben estar tapados, soldados o cubiertos para evitar que se deshilachen.

ASIENTO

La base del asiento debe estar construida de un material lo suficientemente fuerte como para resistir la penetración del poste del asiento.

El poste del asiento debe asegurarse al tubo del asiento por medio de una abrazadera de poste de asiento. El perno de fijación de esta abrazadera puede no sobresalir del cuerpo de la abrazadera en más de 5 mm.

BIELAS, PETALES Y ENGRANAJES

Las bielas pueden ser de cualquier longitud, siempre que no comprometan la altura libre sobre el suelo de la bicicleta.

Los cojinetes del soporte inferior deben ajustarse para permitir que las bielas giren suavemente y sin juego notable.

Los pedales deben estar firmemente sujetos a los brazos de la biela. Los clips y las correas de los dedos no están permitidos. (N) Se permiten los sistemas de enclavamiento de pedal y cornamusa.

Con la excepción del UCI BMX World Challenge, las federaciones nacionales o confederaciones continentales pueden decidir establecer límites en el uso de dichos sistemas de pedal y enclavamiento para las categorías de desafío de 12 años o menos en todos los eventos celebrados dentro de su territorio. En caso de que la confederación continental establezca dicho límite, se aplicará en todos los países miembros de esa confederación continental. Se permiten sistemas de engranaje de velocidad múltiple.

Para BMX, la bicicleta puede ser accionada por una cadena o un cinturón de construcción de una sola pieza.

2. Indumentaria y equipo de protección

CASCO Y PROTECCIONES

Los cascos deben ser de construcción de cara completa, y deben estar equipados con una visera que tenga una longitud mínima de 10 cm. Los cascos abiertos no están permitidos. Ni el casco ni su visera pueden ser modificados.

Los cascos se deben usar con las tiras aseguradas cuando el corredor esté practicando o corriendo o esté dentro de los límites de la pista.

Al competir, desde el inicio de un heat o correr hasta el momento en que un corredor completa el heat o corre cruzando la línea de meta, si el casco de un corredor es removido por cualquier razón, se considerará que el corredor ha abandonado el heat o corre en cuestión y se puntuará como No terminó (DNF).

La UCI recomienda que los corredores usen la siguiente protección:

- Protectores de espalda, codo, rodilla y hombro hechos de materiales rígidos
- Protección de las vértebras cervicales.

JERSEY

El jersey debe ser una camisa holgada de manga larga cuyas mangas se extienden hasta las muñecas del corredor. Las camisetas usadas en los eventos de BMX deberían ser de un tipo vendido específicamente para su uso en eventos de descenso BMX, Moto-cross o Mountain Bike.

Se permiten jerseys producidos a medida de este tipo y que coincidan con los requisitos de este artículo. No se permite el uso de jerseys estilo carretera, trajes ajustados o trajes de una pieza que incluyan la camiseta y los pantalones / pantalones cortos en los eventos de BMX, ni camisetas con cremalleras, salvo una cremallera muy corta (menos de 10 cm de largo) en el cuello.

La camiseta debe estar bien ajustada alrededor de la cintura o debe estar metida en los pantalones antes del inicio para no causar interferencia.

La única variación permitida será la publicidad en la camiseta. La camiseta del equipo nacional debe usarse siempre que un corredor participe en actividades en la pista, ceremonias de entrega de premios, conferencias de prensa, entrevistas de televisión, sesiones de autógrafos y otras ocasiones durante el evento, que requieren una buena presentación a los medios y al mundo exterior.

PANTALONES

El objetivo del uso de los pantalones BMX es proporcionar protección y reducir el riesgo de lesiones. Esto se puede lograr con pantalones largos o con pantalones cortos combinados con una protección adecuada para la rodilla y la espinilla.

Estos pantalones largos o cortos deben ser de un tipo que esté específicamente diseñado y se venda para brindar protección en eventos de BMX, Motocross o descenso en bicicleta de montaña.

Los pantalones largos del tipo descrito anteriormente deben ser de corte holgado, de una sola pieza y hechos de material resistente a la rotura. Deben cubrir toda la longitud de ambas piernas hasta justo arriba del zapato o el tobillo.

Los pantalones cortos del tipo descrito anteriormente deben ser de corte holgado, de una sola pieza y estar hechos de material resistente a la rotura. Deben usarse junto con una protección adecuada para las piernas, que cubra toda la rodilla y toda la espinilla hasta justo arriba del tobillo.

La protección que está diseñada para cubrir solo la rodilla o cubrir solo la rodilla y la parte superior de la espinilla no será aceptada. Dicha protección debe ser de un tipo específicamente diseñado, construido y vendido para proteger la rodilla y la espinilla completa para eventos de BMX, Motocross o descenso en bicicleta de montaña, y debe extenderse hasta justo arriba del calzado o el tobillo.

No se permiten pantalones o pantalones cortos compuestos de material elástico ajustado, ya que dicho material no se considera resistente a la rotura. Dichos pantalones, shorts o leggings solo pueden usarse debajo de pantalones largos o shorts aceptables, o para cubrir una protección aceptable para la rodilla y la espinilla, o debajo o como parte de la construcción de esa protección. Tal material no se considerará en sí mismo como un elemento protector.

GUANTES

Siempre que viaje o corra en la pista, todos los ciclistas deben usar guantes cuyos dedos cubran por completo las puntas de los dedos del ciclista.

ACCESORIOS

No se permiten accesorios aerodinámicos añadidos en el equipo personal.

Las cámaras no están permitidas durante las carreras. De lo contrario, los corredores son responsables de asegurar la fijación de las cámaras para evitar cualquier peligro. La UCI puede decidir permitir una cámara durante las carreras, pero solo para el uso de la compañía de producción de TV.

No se permiten accesorios metálicos / permanentes para sujetar las cámaras, se permiten cintas y velcros. Las cámaras (como se describe anteriormente) solo pueden ser utilizadas por ciclistas en las categorías de nivel de Campeonato.

No se permite el uso de enlaces de radio u otros medios de comunicación remotos por parte de los competidores.



Figura 3
Ciclista con indumentaria y equipos de protección reglamentarios¹⁰

¹⁰ Tomado de http://www.uci.ch/mm/Document/News/News/18/23/58/UCIBMXTrackGuide2017_English.pdf

CICLISMO DE RUTA

A. Descripción general de deporte

1. Breve descripción de la dinámica del juego

El ciclismo en ruta o ciclismo en carretera es una modalidad de ciclismo de competición que consiste en competir en carretera, a diferencia del ciclismo en pista que queda reducido al óvalo del velódromo u otras modalidades que no se disputan sobre asfalto.¹¹



Figura 1
Ciclismo de ruta¹²

¹¹ Tomado de <http://todobici.com.es/ciclismo-en-ruta/>

¹² Tomado de <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=10796324>

CICLISMO DE MONTAÑA

A. Descripción general de deporte

1. Breve descripción de la dinámica del juego

El ciclismo de montaña, considerado un deporte de riesgo, es un ciclismo de competición realizado en circuitos naturales generalmente a través de bosques por caminos angostos con cuestas empinadas y descensos muy rápidos.¹³

Las bicicletas suelen ser fabricadas de aluminio, titanio, carbono u otras aleaciones lo más ligeras posibles, llevan suspensión delantera normalmente en la horquilla, con recorrido desde 180 a 203mm, que puede ser de resorte, aceite, aire o ambos sistemas combinados; algunas usan también suspensión para la rueda trasera, normalmente con un sistema de articulación en el cuadro de la bicicleta.¹⁴

Es muy recomendado el uso de elementos de seguridad como casco especial, guantes de dedos largos, pedales clip y zapatillas especiales para este tipo de pedal. Así como el uso de Protectores de torso, codos y rodillas.

Algunas de las especialidades y competiciones están reguladas por la UCI.¹⁵



Figura 1
Ciclismo de montaña¹⁶

¹³ Tomado de <https://www.lima2019.pe/es/deportes/panamericanos-ciclismo-de-montana>

¹⁴ Tomado de <https://www.cochabamba2018.bo/deporte/esquema/4/deporte/21>

¹⁵ Tomado de <http://www.fecichile.cl/disciplinas/mtb/>

¹⁶ Tomado de https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/3/33/Bas_Peeters_tijdens_NK_MTB_2008.jpg

