

# Tour degli Appennini – Guida sicura su strada

DOMENICA 23 OTTOBRE 2016



AMI  
RIDING  
SCHOOL

MUGELLO  
PROJECT  
MOTORCYCLE ACADEMY

## Programma

### Ritrovo ORE 9 – Bar Ristorante PISCINE BELLARIVA, Lungarno Aldo Moro 6, FIRENZE !

Accoglienza e colazione col gruppo # lezione teorica # partenza (con serbatoio pieno) per tour e corso pratico accompagnati dagli istruttori di AMI e dalla moto guida di Mugello Project (lunghezza percorso circa 180 km) # soste (didattiche, caffè, spuntino di pranzo e ulteriore briefing tecnico finale nel paddock del CIRCUITO del MUGELLO) # fase finale giornata c/o l'Azienda Biologica BORGO DI VEZZANO Loc. Carraia, Calenzano (FI) con visita, degustazioni prodotti tipici e drink, scambio di emozioni e valutazioni, foto di gruppo, consegna attestati partecipazione e gadget.

## Sessione didattica in due fasi

### Lezione teorica (durata 60 minuti circa)

- Approccio mentale e fisico, accenni su alimentazione e idratazione corretta in preparazione ad un viaggio in moto
- Comportamento da tenere su strada per la propria sicurezza, cause d'incidente e cause di lesione, concetto di "RISERVA DI SICUREZZA"
- Analisi dell'ambiente: tipologie e qualità dell'asfalto, ostacoli fissi, guard rail, tracciato
- Abbigliamento tecnico: protezioni passive, airbag, tipologie di casco
- Geometria e fisica della moto, cenni di motodinamica (effetto giroscopico, inerziale e raddrizzante), mantenimento in efficienza della moto
- Tecnica di guida su strada: posizione in sella, analisi comportamenti della moto, teoria dei 3/3 (frenata e accelerazioni graduali e fluidità di guida nei movimenti), tecnica dei 3 secondi (distanza di sicurezza), guida con passeggero, guida sul bagnato

### Metodologia e organizzazione della fase pratica

- Percorso di circa 180 km a tappe della durata di 45 minuti circa ciascuna
- Posizionamento istruttori: in testa, a metà gruppo e in coda
- Riprese video on-board
- Soste con mini-briefing ad ogni tappa per la correzione degli errori
- Light-lunch c/o chiosco/ristorante convenzionato con scelta libera tra prodotti di cucina tipica locale
- Sosta in autodromo per ulteriori nozioni tecniche con professionisti del motociclismo stradale e racing
- Tappa culturale alla scoperta del territorio

## Costo per l'intera giornata

Accoglienza, colazione, lezione teorica, tour e corso pratico, video riprese, degustazione con prodotti tipici locali, kit con materiale informativo, gadget e attestato partecipazione (*SPUNTINO PRANZO ESCLUSO*)... **al costo di 120 euro A MOTO (moto+conduttore, il passeggero eventuale non paga) !!!**

## Info e prenotazioni

Lezioni teoriche e pratiche con 3 istruttori (Guidarini, Mendogni, Luminoso) + 1 guida (Guidotti)  
N. max allievi 10 – n. min allievi 5 - In caso di numero maggiore, aggiunta di un ulteriore istruttore.  
Ammessa e gradita l'eventuale presenza di passeggeri, nel programma si tratta anche la guida "in due".

**Attenzione, la prenotazione è ritenuta valida solo dopo il pagamento della quota, attraverso versamento direttamente agli organizzatori o attraverso bonifico bancario.**

**Maurizio Guidotti 3473849349 [info@mugelloproject.com](mailto:info@mugelloproject.com)**

**Lorenzo Mendogni 3493665585 [lorenzo.mendogni@motociclisti-incolumi.com](mailto:lorenzo.mendogni@motociclisti-incolumi.com)**

Dati per bonifico bancario ad AMI, IBAN: IT53A0760114200000051357937

Es. causale bonifico: "Prenotazione corso di guida su strada 23 ottobre x1 pilota" (x2 piloti, x3 piloti ecc)

Inviare la copia ordine bonifico a [info@mugelloproject.com](mailto:info@mugelloproject.com)

---

***Studia il programma, cogli l'opportunità, contattaci per assicurarti un posto e...  
passaparola!***