



28/08/2015

## **Resten 6 PLACES per la inscripció a l'estada "Tecnificació Ciclista" per cadets**

Organitza: Federació Catalana de Ciclisme

L'estada "Tecnificació Ciclista" vol oferir a tots els CADETS, nois i noies, la possibilitat de perfeccionar la tècnica i qualitat dels entrenaments, projectant-los cap a un futur prometedor.

També pretén donar a conèixer la Comarca del Ripollès a tots els cadets que competeixen en carretera, BTT o Trial i que podrien optar a ser alumnes interns al centre de Tecnificació de Ciclisme de Ripoll ([CTERipoll](#)) [1].

Â

Lloc:

-Hotel La Solana de Ripoll ( 2nits + 1 dinar)

-Instal·lacions Esportives de Ripoll

-Entorn Natural i carreteres del Ripollès.

Â

Dies: del 8 al 11 de setembre. Acollida al Hotel el dilluns 8 de setembre de 9 a 10h. per iniciar els entrenaments a les 10:30h. El primer dia del campus durant l'arribada cada nen/a ha de presentar:Â Â

Autorització dels pares signada

Carnet Catsalut

Llicència federativa i el DNI.

Â

Qui pot inscriure?

Obert a nens i nenes dels 15 als 16 anys (cadets), nascuts els anys 1999 i 2000, amb possessió de la llicència federativa i que practiquin el BTT, la Carretera o el Trial de competició i vulguin aprendre noves tècniques, realitzar bons entrenaments i viure grans experiències amb i sense bicicleta. Places limitades a 30 inscripcions. Tindran prioritat els nens i nenes dels Equips de Ciclisme de la FCC.

Â

Â

Â

Â

Â

Activitats:

Durant l'estada realitzaran entrenaments específics de la modalitat triada. No tot serà bici al campus, també tindran xerrades tècniques, consells de nutrició, estiraments, classes de mecànica, i comentarem tècnica i tècticament les etapes de la "Vuelta".

Â

Â

Que cal portar?

La documentaci3 anteriorment referida i lâ equipaci3 de ciclisme per entrenar durant tres dies. Bicicleta de competici3 de la modalitat que pactiqui cada nen/a.

Material ciclista:

bicicleta neta i en bon estat.

3 mudes de roba de ciclisme especÃfica.

casca.

ulleres de sol.

guants obligatoris.

bossa de pluja.

pneumÃtics en bon estat i recanvis.

Â

Lâ Estada finalitzarÃ el dijous dia 10 de setembre a les 18h.

Â

Inscripcions i preus:

Inscripcions obertes fins el 4 de setembre. Per a inscriureâs omple el segÃ¼ent [FORMULARI](#) [2]

Â

Preu: 80â€ per alumne a pagar mitjanÃsant transferÃncia bancÃria al CCC 2100 2895 78 0200088775Â indicant ESTADA + NOM i COGNOMSÂ

### Qui sâhi pot inscriure?

Obert a nens i nenes dels 15 als 16 anys (cadets), nascuts els anys 1999 i 2000, amb possessi3 de la llicencia federativa i que practiquin el BTT, la Carretera o el Trial de competici3 i vulguin aprendre noves tÃcniques, realitzar bons entrenamentsÂ i viure grans experiÃncies amb i sense bicicleta.Â **Places limitades a 30 inscripcions.**Â Tindran prioritat els nens i nenes dels Equips de Ciclisme de la FCC.

---

[3]

### Links

[1] <http://www.ripoll.cat/cter/index.php> [2]

[https://docs.google.com/forms/d/18bjT306pAW3HX6sHZktTRbLrR8PdlgizeKvfl6151\\_A/viewform](https://docs.google.com/forms/d/18bjT306pAW3HX6sHZktTRbLrR8PdlgizeKvfl6151_A/viewform) [3]

<https://www.ciclisme.cat/printpdf/node/5000201>