Published on *Federació Catalana de Ciclisme* (https://www.ciclisme.cat)

UNIVERSITAT D'ESTIU DE VIC 2013 www.uvic.cat

Jornada Tècnica Sobre Entrenament en el Ciclisme

Ripoll, 29 de juny de 2013
De 9.30 a 18.30 h

Objectius:

- Donar a conèixer la metodologia d'entrenament de les diferents modalitats de ciclisme
- Ensenyar els mètodes d'entrenament en funció de les edats
- Fer una valoració del moment actual del ciclisme

Programa:

09.30-10.00h Presentació de la jornada

10.00-11.00h Visita al Centre de Tecnificació Esportiva del Ripollès:

- Instal·lacions d'entrenament, residència i organització
- Estudis i ciclisme

A càrrec de: **Quim López**. Director del CTERipoll

11.00-12.00h Planificació de l'entrenament del Ciclisme de Resistència: De la sessió al mesocicle. A càrrec de: **Carles Torrent**, entrenador del grup de ciclisme de fons del CTERipoll

12.00-13.00h Entrenament del Trial: Del CTER al Mundial. A càrrec de: **Dani Parramon**, entrenador del grup de Trial del CTERipoll.

13.30-16.30h Dinar (inclòs en la inscripció).

16.30-18.30h Taula Rodona: Opcions de futur del ciclisme català. A càrrec de **Josep Bochaca**, president de la Federació Catalana de Ciclisme(FCC), **Carles Torrent**, tècnic del CTERipoll, i professionals del món del ciclisme.

Coordinació:
Joaquim López (Centre de Tecnificació Esportiva del Ripollès)

Adreçat a:
Esportistes federats i practicants de l'esport de la bicicleta en les modalitats de pista, carretera, btt i trial, entrenadors, coordinadors d'equip, directius i persones interessades en els mètodes d'entrenament d'aquestes modalitats esportives.

Acreditació: certificat d'assistència

Preu: 50€. Consulteu possibles descomptes a la pàgina web

Lloc: Centre de Tecnificació Esportiva del Ripollès,
Avinguda Ripollès, 1
17500 Ripoll
Tel: 636 449 740

Matrícula: www.uvic.cat/activitat/458
Secretaria de Formació Continuada de la UVic
Tel. 938815516 - sfc@uvic.cat - www.uvic.cat/uev

UNIVERSITAT D'ESTIU DE VIC · UVIC · CTER · Capital Catalana de la Cultura Popular Ripoll 2013 · Jove

14/06/2013
Federació

Ripoll acollirà una jornada tècnica sobre ciclisme el 29 de juny

El proper 29 de juny Ripoll acollirà una jornada tècnica sobre entrenament en el ciclisme que tindrà per objectius donar a conèixer la metodologia d´ entrenament de les diferents modalitat de ciclisme, ensenyar els mètodes d´ entrenament segons l´edat i valorar la situació actual del ciclisme. La jornada arrencarà a partir de les 9.30 hores i es perllongarà durant tot el dia incloent una visita al Centre de Tecnificació Esportiva del Ripollès. Aquesta acció s´ emmarca dins del programa d´ Universitat d´ Estiu de Vic.

Per inscripcions i informació: www.uvic.cat/activitat/458 [1]

---

[2]

Links
[1] http://www.uvic.cat/activitat/458 [2] https://www.ciclisme.cat/printpdf/node/3005890