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



05/07/2016
Federació

# Darreres places per a la 2a Estada de Tecnificació

**18, 19 i 20 juliol**
***Organitza:  Federació Catalana de Ciclisme***

L' Estada Ciclista "Tecnificació", està oberta a tots els cadets amb llicència federativa, que competeixen en les modalitats del BTT i/o carretera.
Ofereix a tots els cadets una formació adaptada al seu esport, i la possibilitat de perfeccionar la tècnica i qualitat d'entrenaments,  amb les necessitats, coneixements i millores que se'ls plantegen en aquestes edats. L'entorn de la Comarca del Ripollès, és ideal per als entrenaments tant en carretera, com en BTT, així com les instal·lacions esportives que ens ofereix el Centre de Tecnificació Esportiva del Ripollès.

**Lloc:**
-Hotel La Solana de Ripoll ( 2 nits)
-Instal·lacions Esportives de Ripoll
-Entorn Natural i carreteres del Ripollès

**Dies:** 18, 19 i 20 de juliol. Acollida al Hotel el dilluns 18, a les 10h matí.
El primer dia del campus durant l'arribada cada nen/a ha de presentar l'Autorització dels pares signada (se us enviarà al rebre la inscripció), tarja catsalut, llicencia federativa i DNI.
Sortida i recollida: el dimecres 20, a les 17h tarda.

**Qui s'hi pot inscriure i quines activitats faran?**
Obert a nens i nenes dels 15 als 16 anys (cadets), nascuts els anys 2000 i 2001, en possessió de la llicencia federativa i que practiquin el BTT i/o el ciclisme en carretera; i que vulguin aprendre noves tècniques, realitzar bons entrenaments i adquirir coneixements sobre preparació i recuperació, nutrició, psicologia esportiva, i varis tallers de mecànica, estiraments, etc. Places limitades a 30

inscripcions.  Tindran prioritat els cadets de les Escoles i Equips de Ciclisme inscrits a la FCC.

**Què cal portar?**
Documentació personal (DNI, Catsalut, llicència Federativa) i Autorització pares.
Equipaments ciclistes per entrenar durant tres dies. Bicicleta de la modalitat que practiqui o competeixi, es poden portar totes dues bicicletes en cas de tenir-les. Material ciclista: casc i guans obligatoris.

**Inscripcions i preus:**
El preu per als tres dies de la Estada ( pensió complerta) és de 80 euros, la FCC subvenciona en un 40% el cost de cada cadet federat.
Per inscriure's i reservar plaça, cal omplir el següent FORMULARI [1], i realitzar una transferència de 80 euros al compte número:
2100 2895 78 02 00088775  posant:  ESTADA TECNIFICACIÓ (nom i cognom)

Per qualsevol dubte i informació us podeu adreçar al correu: tecnics@ciclisme.cat [2]

---

[3]

---

**Links**
[1] https://docs.google.com/forms/d/1NU4y4qWHwv7KG5HPKfbzRjF3e-BC-ngR7JrUoZuuVyA/edit?ts=57644a4d [2] mailto:tecnics@ciclisme.cat [3] https://www.ciclisme.cat/printpdf/node/5003192