

Escola de Ciclisme Alpicat – Bike Aventura



**ESCOLA
CICLISME
ALPICAT**

CURS 25-26

Dilluns a la tarda

Preinscripció a:
bikeaventura.org/alpicat



Afa Escola
Doctor Serés



ACTIVITAT

L'escola de ciclisme d'Alpicat està enfocada en habilitats i pilotatge/pumptrack/sortides a la natura

Des de l'Escola de Ciclisme Alpicat – Bike Aventura oferim un extraescolar de ciclisme per a totes les edats, on es desenvolupa física i tècnicament a tots els alumnes en la modalitat de BTT i pumptrack. Els infants i joves aprendran a conduir amb seguretat i controlar la bicicleta, aprofitant les fases sensibles del creixement.

Els alumnes del grup baby entrenaran al mateix pati de l'escola, els alumnes del grup iniciació i intermig faràn els seus entrenaments al pumptrack i també sortirem a pedalar per l'entorn.

Els babys han de portar una mica de berenar fàcil ja que a les 16:30 primer berenarem i després anirem en bicicleta.

Els alumnes del grup avançat entrenaran els mesos de setembre/octubre/novembre fins al canvi d'hora als senders de Rosselló. Desembre/gener/febrer i fins al canvi d'hora, entrenaran al pumptrack i part del març/abril/maig/juny després del canvi d'hora, tornaran a entrenar als senders de Rosselló.

Aquesta, és una activitat per a tots els nivells, des d'infants de 4 i 5 anys que aprenen tot jugant, passant pels grups intermig o avançat en els que amb dinàmiques de lleure, treballem totes les tècniques del ciclisme general.

Aquells infants més apassionats, de forma totalment voluntària i sense que sigui mai una obligació, podran participar de competicions de la modalitat més els atregui.

Competir no és obligatori, però qui entrena amb nosaltres i va a competir, ha de portar la samarreta de la nostra escola tant en els entrenaments com en les competicions. (per demanar la samarreta parla amb el Marc)

Aquells alumnes que tinguin patrocinadors/sponsors poden posar a la samarreta de competició de l'escola tots aquells logos que considerin necessaris, sense tapar els ja existents

No patiu pares, que a poc a poc i si l'infant ho demana, ja us anirem ajudant a introduir-vos en aquest apassionant món del ciclisme.

Benvinguts!



COMPROMÍS

La inscripció és per a tot el curs escolar.

Demanem compromís tal com el tenim nosaltres.

Els grups es fan d'acord amb el número d'inscrits, les baixes a mig curs ens perjudiquen directament i dificulten la viabilitat en continuar l'activitat i, per tant, poden afectar altres nens i nenes.



INSTAL·LACIONS



PUNT DE TROBADA

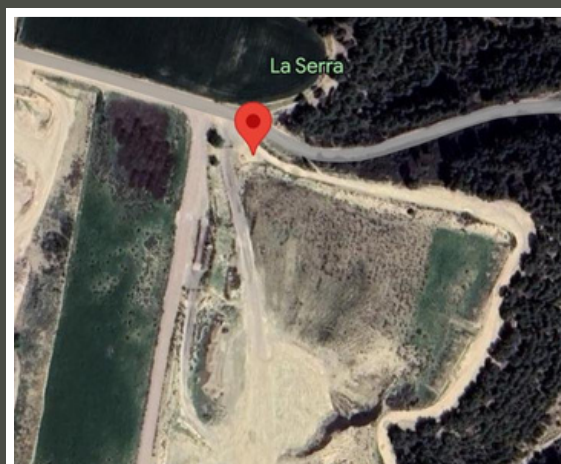
1. Punt de trobada entrenaments al pumptrack: Pmptrack
2. Punt de trobada dels que entrenen a l'escola: Pati d'herba
3. Punt de trobada dels entrenaments als senders de Rosselló: La serra de Rosselló



1



2



3



Calendari

- Seguim el calendari escolar general de tota Catalunya.
- Si hi ha classes a l'escola hi ha entrenaments, només si es festiu a tota Catalunya, és deixa de fer l'entrenament.
- Entre les escoles de Bike Aventura de Lleida hi ha la possibilitat d'inscriure's en més d'una per a complementar-les entre elles, adjuntem tots els horaris a continuació per a que us pugueu organitzar:



	INICIACIÓ	INTERMIG	AVANÇAT	BABYS	RENDIMENT BTT	RENDIMENT DH
VILA-SANA	Dimecres i divendres de 18:00 a 19:00	Dimecres i divendres de 19:00 a 20:00	Dimecres i divendres de 19:00 a 20:00	Divendres de 18:00 a 19:00	Dimarts de 18:00 a 19:30 ruta btt Dimecres i divendres de 19:00 a 20:00 tecnica bmx	Dimarts de 18:00 a 19:30 ruta btt Dimecres i divendres de 19:00 a 20:00 tecnica bmx
MOLLERUSSA	Dimarts de 18:00 a 19:00	Dimarts de 18:00 a 19:00				
ALMACELLES	Dijous de 17:00 a 18:00	Dijous de 18:00 a 19:00	Dimarts de 16:00 a 17:00			
ALPICAT	Dilluns de 17:00 a 18:00	Dilluns de 17:00 a 18:00	Dilluns de 18:00 a 19:00			
ROSSELLO CORBINS GERB					Dissabtes de 09:30 a 11:30 entrenament xco en punts rotatius	Dissabtes de 09:30 a 11:30 entrenament dh en punts rotatius
JESUÏTES	Dimarts de 13:00 a 15:00	Dilluns de 14:00 a 15:00	Dimecres de 13:00 a 13:40	Dimarts i dimecres de 14:00 a 15:00		
LLEIDA BIKEPARK GARDENY	Dissabtes de 10:00 a 12:00	Dissabtes de 10:00 a 12:00				

Tipus d'escola de ciclisme



Habilitats i pilotatge



BTT



BMX



Pump Track



Enduro/DH



Dirt Jump



Sortides a la natura



*El grup de rendiment inclou molts serveis addicionals, mirar web

MATERIAL NECESSARI

- Bicicleta amb pedals de plataforma
- Casc homologat i de la talla correcta
- Genolleres
- Colzeres
- Bosseta de reparació: bomba d'aire, càmera
- Guants
- Aigua

***Els requisits anteriors són obligatoris per a poder realitzar l'activitat**

PREUS DE L'ACTIVITAT

Aquells que vulguin inscriure's només a l'escola de ciclisme d'alpicat consultar els preus a l'AFA

Per aquells que ho vulguin combinar amb alguna altra escola podeu consultar la següent taula de preus:

2 DIES / SETMANA	3 DIES / SETMANA
50€	65€



Comunicació pares → escola:

- Per dubtes del dia a dia, pregunteu al entrenador del vostre infant.
- Per dubtes que no puguin esperar a veure l'entrenador, podeu enviar un mail a: info@bikeaventura.org

Comunicació escola → pares:

- Rebreu totes les comunicacions a través del grup de whatsapp.
- Podreu veure fotos de l'entrenament a l'Instagram i @bikeaventuraescola



INFORMACIÓ D'INTERÈS

- Els entrenaments seran de lleure per als més petits i més tècnics per als més grans.
- Tots els monitors són especialistes, estan formats i segueixen la metodologia de les escoles de Ciclisme Bike Aventura.
- Tots els alumnes vindran a entrenar amb pedals de plataforma.
- La quota extraescolar us dóna accés de forma il·limitada al bike aventura park de Vila-sana, al entrar dieu el vostre nom a recepció.
- Per saber el grup que li pertoca a cada pilot, ens basem en l'edat i l'experiència del mateix. El primer dia es valora, s'assigna un grup i periòdicament, i amb l'ajuda de l'entrenador verifiquem que cada alumne estigui al grup correcte.
- En cas que faci mal temps, us notificarem per whatsapp
- En cas de que no hi hagi entrenament, us notificarem amb el màxim de temps possible a través del correu electrònic que ens hagueu facilitat.
- Podeu celebrar el vostre aniversari al park amb un descompte de 30€
- Teniu un 20% de descompte en tot el material Fox a la botiga del park de Vila-Sana

Qualsevol dubte, no dubteu en contactar. Salut i pedals!

620 23 61 98

info@bikeaventura.org

