

# ESCUELA DE LA PEÑA CICLISTA EDELWEISS

## FINALIDAD

Como fin primordial se pretende la formación integral del ciclista infantil en sus diferentes áreas: moral, intelectual y física, de tal manera que no pretendemos la especialización del niño en estas edades, sino todo lo contrario: formarlo en las diferentes áreas que constituyen su vida.

Por otra parte, el ciclista infantil se encuentra en condiciones evolutivas óptimas para el aprendizaje de las técnicas y tácticas del ciclismo, a modo de corredor adulto, o, lo que es más preciso, del corredor profesional.

En esta escuela se pretende, entre otras cosas, la convivencia social de los diferentes alumnos que la componen, que dará como resultado el enriquecimiento personal en la formación de cada uno de sus elementos.



## OBJETIVOS

### CONSEGUIR LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL INDIVIDUO A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO

Distinguiremos otros objetivos generales de no menos importancia:

- Desarrollar la creatividad y la capacidad de expresión.
- Resolver de problemas de carácter motor (falta de coordinación, etc.)
- Mejorar de las cualidades físicas.

Como objetivos específicos a alcanzar en la escuela de ciclismo:

- Conocer las diferentes modalidades de práctica del ciclismo.
- Aprender a disfrutar de la actividad física en a través de la bicicleta.
- Valorar, conservar y respetar el medio natural en que se desarrolla la actividad.
- Respetar los valores y normas que rigen la práctica del ciclismo como deporte y la de la bicicleta como actividad de ocio.
- Valorar la importancia del trabajo cooperativo en un deporte de resultado individual.
- Relativizar la importancia del acto competitivo.
- Dominar las habilidades y técnicas de conducción de la bicicleta en diferentes situaciones y contextos inestables.
- Aplicar los principios y normas de seguridad vial.
- Solucionar los problemas mecánicos básicos y comunes que puedan acontecer durante la práctica del ciclismo.
- Conocer los principios de alimentación e hidratación para la práctica de deportes de resistencia.
- Adquirir hábitos de higiene y seguridad.

## CONTENIDOS

Dentro de cada materia a tratar se desarrollará una progresión pedagógica de manera que éstas sean asimiladas progresiva y fácilmente por todos los niños. Los contenidos serán los siguientes:

- 1.Educación Física general y deportiva.
- 2.Preparación física.
- 3.Técnicas y tácticas ciclistas.
- 4.Modalidades ciclistas (BTT, cicloturismo, BMX, downhill, pista, orientación)
- 5.Seguridad Vial.
- 6.Carreras.
- 7.Ginkhanas.
- 8.Carreras de cintas.
- 9.Clases teóricas.





## ¿QUE TE OFRECE LA ESCUELA CICLISTA?

### Para todos

- Entrenamientos dirigidos por monitores titulados
- Licencia federativa gratis
- Camiseta y gorra de la escuela
- Avituallamiento durante los entrenamientos
- Viajes a Zaragoza para practicar BMX y en velódromo



### Para quienes decidan salir a competir y formar parte de los equipos

- Poder formar parte de los equipos para asistir a competiciones de Escuelas de Aragón ( viaje en autobus, gratuito )
- Equipacion ciclista
- En estudio poder disponer de algunas bicicletas de carretera para los entrenamientos.



### PARA MAS INFORMACION, PARA APUNTARSE

En la web <http://www.pcedelweiss.es/escuelas/>

En la sede de la Peña Ciclista Edelweiss, en horario de 18:30 a 20:30 de lunes a viernes  
En ese mismo horario por telefono 974 480660

Por email: [info@pcedelweiss.es](mailto:info@pcedelweiss.es)

¿Te gusta  
la bici?  
¿Quieres divertirte y aprender?

Ven a nuestra Escuela

