

## ACTIVIDAD DE LA ESCUELA JULIO TORRES DEL VELO-CLUB RIBERA DEL DUERO

Dentro del marco de actividades de organización la Escuela de ciclismo Julio Torres, perteneciente al club Deportivo Velo-Club Ribera del Duero, está la cuarta edición de Jornadas de Ciclismo de la Escuela de Ciclismo Julio Torres.

Consiste en ordenar por fecha de nacimiento a los participantes inscritos que comprenden desde los 6 años hasta los 14 años (previstos 40 aproximadamente), y dividirlos en cuatro grupos iguales según la edad. Cada grupo realizará cada una de las dos partes en que se divide la actividad.

Los objetivos primordiales que tiene la organización de la actividad no son otros que promocionar la actividad física como algo imprescindible para una vida saludable, promover la práctica del ciclismo a través del juego a la vez que fomentar el uso de la bici como medio de transporte sostenible y saludable y la más importante que es conocer el diseño, funcionamiento básico y mantenimiento de la bicicleta como herramienta que nos posibilita alcanzar los objetivos anteriores.

Desde el club ponemos una serie de normas para evitar problemas durante la celebración de la actividad, es obligatorio el uso de casco, se permiten únicamente bicicletas con frenos y con pedales (bicicletas de montaña) y que absolutamente todos los participantes los cuales se deben inscribir a través del delegado deportivo de los distintos centros educativos estén dados de alta en el DEBA.

No se permitirá la inscripción el día de la actividad.

La jornada se desarrollará entre las 11h00 y las 13h30 del sábado 22 de marzo de 2025 en el Parque General Gutiérrez.

La actividad consiste en realizar tres grupos dependiendo la edad y la participación que se subirán a la plataforma de la concejalía de deportes el miércoles 19 de marzo;

Parte 1.- Consiste en realizar una carrera de ciclocrós, es decir una carrera en la que los participantes van a poder aprender a tener una mayor técnica y manejo de la bicicleta, ya que durante el recorrido encontraremos conos marcando un zig-zag, curvas cerradas...

Se realizaron dos recorridos distintos dependiendo la edad de los corredores, un recorrido para las promesas e principiantes de menos de un kilómetro (se puede ver en el plano adjuntado) y para los alevines e infantiles un recorrido de un kilómetro y medio aproximadamente. Al concluir esta prueba se les entregará un detalle por parte del presidente del club organizador junto a la concejala de deportes de Aranda de Duero, a todos los participantes.

Parte 2.- Mientras otro grupo realizara un cursillo de mecánica, donde podrá aprenderá a cambiar una rueda pinchada, a realizar una revisión de esta antes de salir de ruta con los amigos...

## ACTIVIDAD DE LA ESCUELA JULIO TORRES DEL VELO-CLUB RIBERA DEL DUERO

Parte 3.- Mientras otro grupo realizara otra actividad la cual se denomina como la Caja Menguante: Señalizaremos una zona con conos, de aproximadamente 5 metros de diámetro. A la señal del monitor, los participantes circularán libremente por ella, el monitor irá acercando los conos, para hacer la “caja” más pequeña y que sea cada vez más difícil mantenerse dentro. El que ponga un pie en el suelo, o se salga de la zona señalizada, es eliminado.

Al final de la actividad se entregará un recuerdo por la participación en la actividad y además se realizará un sorteo de ropa del club organizador entre todos los participantes de la prueba.

Se les entregara un almuerzo saludable, con agua una pieza de fruta y un regalo del club sorpresa.

Durante el desarrollo de la misma, de realizaran demostraciones prácticas para explicar cada una de las partes.

También se prevé organizar charlas explicativas sobre los beneficios de una buena alimentación, de la actividad física y los valores que el deporte aporta a los jóvenes, todo ellos de una manera dinámica, animando la implicación activa de los participantes.

La actividad se desarrollará en un recinto cerrado al tráfico pero abierto a que todo el público lo pueda ver y pueda también participar en la actividad. La previsión es realizarlo en el Parque General Gutiérrez.

Desde la organización queremos potenciar el ciclismo de base, y por eso en relación con la anterior jornada de ciclismo en la que potenciamos la técnica y el manejo de la bici, en esta queremos potenciar el compañerismo y el coger técnica en el recorrido.

También queremos aparte de invitar a la participación por parte de los chicos, queremos además que los padres y madres de los inscritos se acerquen y vean a sus hijos como se comportan ante una posible carrera de ciclismo.

Algo indispensable que el club impone y si no se trae a la jornada sintiéndolo mucho y muy a nuestro pesar es la del casco. Desde el club damos una gran importancia a la seguridad vial y sobre todo a la protección de los chicos, por esa razón imponemos la obligación de acudir a la actividad con este.



## ACTIVIDAD DE LA ESCUELA JULIO TORRES DEL VELO-CLUB RIBERA DEL DUERO

### CRONOGRAMA:

**11:00-11:20** Bienvenida, repartimiento de dorsales y división de participantes en 3 grupos.

**11:30-12:00** Comenzamos con la actividad (1ª, 2ª y 3ª).

**12:00-12:30** Primer Cambio (1ª, 2ª y 3ª).

**12:30-12:55** Segundo de Cambio (1ª, 2ª y 3ª).

**12:55-13:10** Entrega del Avituallamiento (zona de la carpa de organización).

**13:10-13:30** Sorteo de artículos del club, despedida y agradecimiento por la participación.

**13:30** Final de la actividad.

También durante toda la realización de la prueba contaremos con la asistencia de una ambulancia proporcionada por el ayuntamiento en caso de caídas o accidentes durante el transcurso de la actividad.

La participación está abierta a todos los chicos y chicas de entre 6 y 14 años cumplidos en el año en curso, inscritos en el deporte escolar con cada uno de los colegios e Institutos de

Enseñanza secundaria de la localidad de Aranda De Duero, la inscripción se cerrará el martes 18 a las 00:00 horas.