



## Activitat:

Des de **Tribikecamps** i el **Club BTT Llagostera** iniciem unes sortides de ciclisme de muntanya per a nens i nenes. Els infants aprendran a conduir amb seguretat i control la bicicleta, alhora que exploraran l'entorn natural de Llagostera i faran nous companys i amics.

Són sortides de 2 hores, aquest espai és ideal per a tots aquells que vulguin iniciar-se dins la modalitat de bicicleta tot terreny (BTT). A través de les rutes introduïrem les tècniques bàsiques del BTT forma global, coneixença de l'entorn, millora de l'orientació, aplicació de coneixements mecànics i dels passos previs a una ruta de BTT.

Es pretén que els nens i nenes vegin la bicicleta com:

- Una font de diversió i moltíssimes aventures.
- Un vehicle de transport, generador d'una major autonomia.
- Una forma d'estar en contacte amb la naturalesa, descobrir l'entorn i aprendre a orientar-se.
- Una eina que cal cuidar per a què funcioni.
- Una manera per aprendre a gestionar el risc, fomentant la responsabilitat.

## **Horari:**

Primer sortida dissabte 14 de novembre,

de 9h a 11h el grup de 5 a 8 anys

de 11h a 13h el grup de 9 a 12 anys

Es pot venir a una sortida sense haver d'apuntar-se a les altres.

## **Mitjà de comunicació:**

- Grup de WhatsApp, s'utilitzarà per a enviar la informació tècnica de l'activitat i avisar de les properes sortides.
- Correu electrònic a [info@tribikecamps.com](mailto:info@tribikecamps.com) o per WhatsApp al 628289053 (Nick) per als dubtes o informació personal.

## **Material necessari:**

- Bicicleta de muntanya que funcioni correctament
- Casc
- Càmera de recanvi
- Aigua
- Mascareta



## Grups:

- Entre 5 i 12 anys.
- Fem els grups segons el nivell tècnic i físic de cada participant.
- No són necessaris coneixements previs en bicicleta.

**Punt de trobada:** Davant el pavelló municipal de Llagostera



## Els nostres objectius pedagògics

- Fomentar el desenvolupament integral de la persona mitjançant la pràctica esportiva.
- Promoure les relacions socials entre els infants, mitjançant els entrenaments en equip.
- Fomentar els valors següents: amicitat, respecte, col·laboració, superació personal i disciplina de treball, amb tot, afavorint una millora de l'autoestima.
- Una millora de la condició física i les habilitats motrius bàsiques dels nostres "joves ciclistes".

## Preus:

Cada sortida té un cost de 10€ a pagar en efectiu o per transferència bancària.

El número de compte per les transferències bancàries és ES68 2100 0002 5802 0212 1519, caldrà enviar el justificant del pagament a [info@tribikecamps.com](mailto:info@tribikecamps.com)

Es pot fer una assegurança de dia per 2,5€ per cada sortida, o bé una assegurança de 10€ que cobreix totes les sortides en BTT que realitzem durant 1 any. Opcionalment es pot renunciar a l'assegurança.

**Tens algun dubte ? Pregunta'm! (Nick 628 289 053)**







