



PEDALS A L'ESCOLA

DEL 3 D'OCTUBRE AL 21 DE JUNY DE 2017

**PARC CICLISTA DEL LLOBREGAT
(Avinguda Baix Llobregat, s/n)**

A partir de les 9.45h

Organitza:



Ajuntament de
SANT JOAN DESPI



Ajuntament de
Cornellà de Llobregat



Ajuntament de
Sant Just Desvern



Amb el suport de:



Generalitat
de Catalunya



esportcat



Consell Comarcal
del Baix Llobregat



Diputació
Barcelona



Informació general

QUÈ ÉS?

L'activitat "Pedals a l'Escola" és una jornada ludicoesportiva, organitzada pel Consell Esportiu del Baix Llobregat.

L'objectiu principal de l'activitat és promocionar la pràctica del ciclisme entre la població en edat escolar de la comarca del Baix Llobregat, prioritzant en tot moment la participació per damunt de la competitivitat.

"Pedals a l'Escola" cerca introduir els infants de la comarca en el món del ciclisme des d'un vessant educatiu i lúdic, aprofitant el gran potencial formatiu de la pràctica esportiva per al desenvolupament integral de les persones.

OBJECTIUS

- ▶ Millorar les habilitats motius bàsiques.
- ▶ Millorar les tècniques específiques del ciclisme.
- ▶ Fomentar la pràctica regular d'activitat física regular i l'adquisició d'hàbits saludables.
- ▶ Conèixer les normes de seguretat vial.

QUAN?

L'activitat es pot realitzar els dilluns, dimecres o divendres, des de l'3 d'octubre al 21 de juny, i segons disponibilitat.

DESTINATARIS

Alumnes de 5è i 6è de primària.

ON?

L'activitat "Pedals a l'Escola" es realitzarà a:

PARC CICLISTA DEL LLOBREGAT
Avinguda Baix Llobregat s/n (cantonada c/ Sant Martí de l'Erm)
Sant Joan Despí



QUIN HORARI SEGUIREM?

L'horari de la jornada serà:

- ??? ⇒ Sortida dels autocars des del centre educatiu.
- 9.30 ⇒ Arribada al Parc Ciclista i distribució dels grups.
- 9.45 ⇒ Inici de la Jornada.
- 11.00 a 11.15 ⇒ Parada per esmorzar.
- 11.15 a 12.30 ⇒ Continuació de les activitats.
- 12.30 h ⇒ Fi de les rotacions i retorn al centre educatiu.

QUINES ACTIVITATS FAREM?

La jornada es dividirà en dos blocs. Entre aquests hi haurà una pausa per esmorzar. Les proves dissenyades per a cada bloc són les següents:

1r Bloc:

- **Circuit urbà**
- **Taller de mecànica**
- **Esgrima**
- **Circuit d'habilitat**

2n Bloc

- **Velocitat**
- **Audiovisual**
- **Circuit de BTT**
- **Taller Saludable**

**L'organització es reserva el dret de modificar algunes de les activitats per qüestions organitzatives.*

ROTACIONS

Dins de l'horari d'activitat (9.45-12.30 hores) es dividirà el grup en 4 subgrups. L'activitat constarà de 8 rotacions de 15-20' cadascuna amb una parada de 15' a la meitat del matí per esmorzar. Es realitzaran dos blocs durant el matí on cadascun constarà de 4 rotacions.

QUÈ CAL PORTAR?

- Roba i sabatilles esportives
- Gorra i protecció solar
- Bidó d'aigua
- Casc (en cas de no disposar-ne poseu-vos en contacte amb el Consell)
- Guants (recomanables)
- Esmorzar (es recomana portar fruita)

PROCÉS D'INSCRIPCIÓ

Les inscripcions s'obriran a partir del dia 12 de setembre de 2016.

El procés per formalitzar la inscripció és el següent:

- Omplir el FULL D'INSCRIPCIÓ On line en la pàgina web del consell Esportiu del Baix Llobregat: www.cebllob.cat i envair-la per correu electrònic a alex@cebllob.cat o via fax (93.632.75.92).
- Un cop confirmada la reserva, rebreu via correu electrònic un dossier amb material didàctic.
- Fer el pagament → **6 €** per nen participant.
NÚM. DE COMPTE IBAN BBVA ES 38 - 0182-0091-98-0200053714
- Enviar-nos el resguard de pagament via fax (93.632.75.92) **15 dies abans del inici de l'activitat.**
- **Tota reserva no pagada dins d'aquest termini, quedarà automàticament anul·lada.** La data límit per a modificar la reserva és de 10 dies abans de l'activitat. A partir d'aquest moment, la variació permesa del nombre de participants serà de 10%. Si la reducció supera el 10% establert, es cobrarà l'excés.
Es faran reemborsaments només en cas de suspendre l'activitat per qüestions meteorològiques.
- Per qüestions d'organització es fixarà un **mínim d'inscripcions per centre de 40 alumnes i un màxim de 50.** (per inscripcions majors o menors poseu-vos en contacte amb el Consell Esportiu del Baix Llobregat).



Què hem de recordar?

1. L'activitat té fonamentalment un **caràcter lúdic i recreatiu**. S'entén que tot participant a aquesta jornada coneix i accepta la normativa bàsica establerta per l'organització i en vetllarà pel seu bon funcionament.
2. És molt important que tots els participants respectin les rotacions establertes per tal de garantir el bon funcionament de la jornada.
3. En cas de pluja, abans d'agafar l'autocar, consulteu la nostra pàgina web (www.cebllob.cat) on us informarem del que cal fer o truqueu al telèfon 609 02 47 84.
4. **Poder dur a terme l'activitat sempre dependrà de les condicions meteorològiques**. Si la climatologia no permet fer les activitats es proposarà una data lliure per recuperar l'activitat i, si no es troba cap, es farà l'abonament d'aquesta.
5. El transport a les instal·lacions vindrà a càrrec del centre participant.
6. **Recomanem que tramiteu una assegurança d'accidents per a cada participant. En cas contrari recordeu que heu d'aprovar la sortida pel consell escolar i que aquesta ha de constar dins del pla anual del centre.**