

E.C. Altamira Los Valles

Practica el ciclismo con nosotros



Municipios de Santillana del Mar, Reocín y Cartes.

C.C. HERMINIO DÍAZ ZABALA

Sede de la Escuela Ciclista en el Palacio de Peredo de Viveda

APÚNTATE A NUESTRA ESCUELA:

NIÑAS Y NIÑOS

Directamente llamando a los siguientes números de teléfono de contacto:

625 01 17 85

615 96 23 68

ccherminio.dz@gmail.com

OBJETIVO

La Escuela ciclista Altamira Los Valles tiene como objetivo cumplir una función social y deportiva a través del ciclismo, intentando inculcar a todos los alumnos, niñas y niños, una vida sana y deportiva, con todos los valores positivos que ello conlleva (compañerismo, amistad, esfuerzo, constancia, etc.)

Escuela Ciclista ALTAMIRA LOS VALLES

Club Ciclista Herminio Díaz Zabala



e.c. altamira - los valles



Proyecto Deportivo

El proyecto deportivo de la Escuela Ciclista integra a todos los niños y niñas que quieran practicar el ciclismo y estén comprendidos entre los 6 y 16 años

- **Promesas**
- **Principiantes**
- **Alevines**
- **Infantiles**
- **Cadetes**

El C. C. Herminio Díaz Zabala contempla también, la categoría JUNIOR, bajo el patrocinio de ISIDORO SAN JUSTO, que les permite a todos los alumnos poder seguir practicando este deporte, al menos hasta los 18 años

ESCUELA CICLISTA ALTAMIRA LOS VALLES

- ✓ La equipación correspondiente para cada alumno es la siguiente:

Maillot M/C - culote - maillot M/L - chándal - guantes cortos.

- ✓ Todo aquél o aquella que no tenga bicicleta de carretera, **le proporcionaremos una.**
- ✓ Los alumnos de la E.C. Altamira los Valles contarán con la **licencia federativa** correspondiente.
- ✓ El uso del casco es obligatorio **siempre.**
- ✓ Los entrenamientos se realizarán en el **velódromo Oscar Freire** de Torrelavega, los Lunes y Miércoles, y Sábados por la mañana hasta que comienzan las competiciones.
- ✓ La Escuela cuenta con **directores deportivos con licencia federativa** que atenderán y enseñarán a los niños/as.

GYMKANA - RODILLO

La **GYMKANA** es una especialidad que se entrena y se realiza en todas las competiciones, se practica para coger habilidad y técnica sobre la bicicleta.



De la misma manera, un elemento importante dentro del aprendizaje de la técnica en el ciclismo en este periodo es la utilización **del RODILLO**

