

FICHA TÉCNICA de la actividad deportiva de bicicleta de montaña - BTT (recorridos baja montaña)

La Sección Deportiva de la Fundación Pere Tarrés está inscrita en el Registro de Entidades Deportivas de la Generalitat de Catalunya con el nº A00968.

La Fundación Pere Tarrés dispone de una póliza de responsabilidad civil para el desarrollo de esta actividad con la aseguradora CATALANA OCCIDENT, con nº de póliza 8-8.573.518-W y cumple las condiciones estipuladas en el Decreto 56/2003, de 20 de febrero, de la Generalitat de Catalunya.

De acuerdo con el Artículo 10.1 del Decreto 56/2003, de 20 de febrero, por el que se regulan las actividades físico-deportivas en el medio natural, se facilita en esta ficha descriptiva toda la información sobre la actividad que proponemos.

Descripción de la actividad:

La actividad consiste en aprender a usar la bicicleta de montaña para desplazarse por terrenos irregulares y con pendiente utilizando una postura correcta y los recursos que ofrece la mecánica (cambios, frenos...) con el objetivo de completar un recorrido con el mínimo de desgaste físico posible.

El monitor explicará cómo se usa la bicicleta y las normas básicas de funcionamiento general: cuáles son las medidas de seguridad a tomar y seguir, cómo se circulará en los diferentes tramos, cómo y cuándo se detendrá o se replegará al grupo y cómo se recoge el material. Se valorarán los resultados para fomentar la corrección en la técnica.

Edad recomendada:

Se realizará con participantes mayores de 11 años. **Alumnos matriculados en la ESO.**

Prevención de riesgos:

Se establecerá la pauta de seguir al monitor que irá delante, en fila y a una distancia que permita maniobrar la bicicleta sin poner en peligro a los demás participantes, y habrá un segundo monitor (como mínimo) que cerrará el grupo, para que nadie se quede atrasado.

No se permitirá el acceso a espacios o caminos particulares con prohibición de entrar y/o circular ni a los espacios en los que se considere que pueda haber riesgo de accidentes.

Los ciclistas usarán casco protector, llevarán calzado atado y una vestimenta cómoda que no impida pedalear libremente sin trabar los mecanismos de la bicicleta, como los pantalones de cintura muy baja, las perneras anchas, los jerséis o camisetas o las mangas muy largas, por ejemplo.

Los ciclistas seguirán las indicaciones del monitor en todo momento.

En caso de negativa de los participantes a respetar las normas o en caso de no asimilarlas, se excluirá al participante o participantes de la actividad de forma automática, pues se entiende que estamos manipulando objetos potencialmente peligrosos tanto para uno mismo como para los demás.

Para cualquier incidencia, se tendrá el soporte del personal del equipamiento.

Plan de emergencia de la actividad:

En caso de accidente o situación de emergencia fuera de la instalación, el responsable de la actividad avisará al responsable de la instalación para activar el Plan de Emergencia de la Instalación y se seguirán las normas y procesos descritos en éste.

Espacio donde se desarrollará la actividad:

Las zonas de circulación serán al aire libre, en terrenos escogidos según la edad, condición física o percepción del grupo que tenga el monitor. Pueden combinar tramos urbanos o asfaltados para acceder a zonas libres de tráfico donde se realice propiamente la circulación todoterreno.

Preservación del medio natural y otros elementos del entorno

Durante la actividad se tendrá cuidado de dejar el terreno tal y como estaba o mejor, por lo que no se tirará ningún papel al suelo ni se dejará ningún desperdicio y se retirarán todos los carteles o rótulos que se hayan podido utilizar. No se pasará en bicicleta por espacios protegidos o fuera de caminos señalizados y aptos para el rodaje en BTT.

Material:

Se usarán bicicletas con cuadro de talla media, preferentemente para público juvenil, y alguna con cuadro de adulto. Se usarán cascos de talla media con reguladores para distintos diámetros craneales.

Conocimientos:

No son necesarios conocimientos ni experiencia previa, y los que se facilitarán serán básicos, pues se entiende la actividad como un primer contacto con el deporte.