

JORNADA TÉCNICA

“MECÁNICA Y TÉCNICAS DE CONDUCCIÓN DE CICLISMO: BICICLETA DE MONTAÑA”.

Organiza: Diputación de Córdoba. Delegación de Juventud y Deportes

Fecha: 9 de junio de 2022.

Lugar: Albergue Provincial de Cerro Muriano.

Horario: de 9.45 a 14.00 hs.

Programa:

9.45 hs. Recepción participantes.

10.00 hs. Ruta en bicicleta de montaña por los alrededores del Albergue, trabajando los siguientes aspectos:

- reglaje bicicleta
- posición sobre la bicicleta
- técnicas de: frenado, virajes, ascenso y descenso.

12.00 hs. Descanso.

12.15 hs. Charla técnica: Las averías más comunes de una bicicleta de montaña y como resolverlas.

13.45 hs. Conclusiones y cierre.

14.00 hs. Comida de convivencia entre participantes.

*la organización facilitará la bicicleta para todos/as los/as participantes (max 25). Indicar la talla de bicicleta que se necesita cumplimentando el formulario habilitado al efecto. En caso de no enviar el formulario se entiende que el alumno/na aportará su bicicleta.

Profesorado:

- **Francisco Javier León.** Mecánico ajustador especialista en hidráulica. Participantes en 4 ediciones de la Andalucía Bike Race.

Inscripciones:

- entidades adheridas Red Deporte Local: [enlace al formulario](#)
- formulario para solcitar bicicleta: [enlace](#)

Coordinación:

Antonio Cazallo / Cristóbal Pérez - Delegación de Juventud y Deportes.



Diputación
de Córdoba



Delegación de Juventud y Deportes

Información: www.dipucordoba.es/deportes