

BTT d'Alta Muntanya

Objectiu general del curs

L'objectiu principal del curs és dotar a l'alumne dels coneixements i capacitats que els permetin practicar aquesta modalitat esportiva amb seguretat. Donant eines per poder realitzar sortides i reparacions bàsiques d'una manera autònoma.

Matèries a impartir i els seus objectius específics.

Per cada matèria perseguirem uns objectius específics:

- La bicicleta de muntanya: tipologies, models i radis.
- Ajust bàsic de la bicicleta (seient, pedals, manillar...), transmissió i frens.
- Tècniques d'ascens i tècniques de descens (la frenada, agafar corbes, esquivar i saltar obstacles).
- Excursionisme en btt, portabultos i alforges.

Organització

El curs consta d'una presentació-sessió teòrica i quatre sessions pràctiques o teòrico-pràctiques i cloenda (opcional).

En aquest nivell cada tècnic es farà càrrec de vuit alumnes com a màxim.

El programa i els horaris de cada sessió s'organitzaran a conveniència de la direcció del curs, respectant els mínims estipulats per l'ECAM.

Nota: L'organització del curs pot estar modificada a conseqüència de les mesures COVID19, fent la presentació-sessió teòrica de manera online.