

EVALUACIÓN DE LAS PRIMERAS “JORNADAS DE TECNIFICACIÓN PARA LA MODALIDAD DE CICLOCROSS EN ARAGÓN”

[Plan estratégico para la mejora del rendimiento en
MTB/CX en Aragón]



La mejora del rendimiento en los jóvenes ciclistas aragoneses es un tema necesario y actual. Por ello, es necesaria la creación de una “línea de trabajo” que esté recogida dentro de un PLAN ESTRATÉGICO PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO (Año 2020). En este sentido, el Ciclocross (disciplina en auge dentro de la comunidad) ha servido como “banco de pruebas” para dar inicio a este proyecto. A continuación, se presenta la memoria inicial y marco donde se sitúa el proceso de tecnificación.

Javier Torres Pérez
tecnificacion@aragonciclismo.com

Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

INDICE

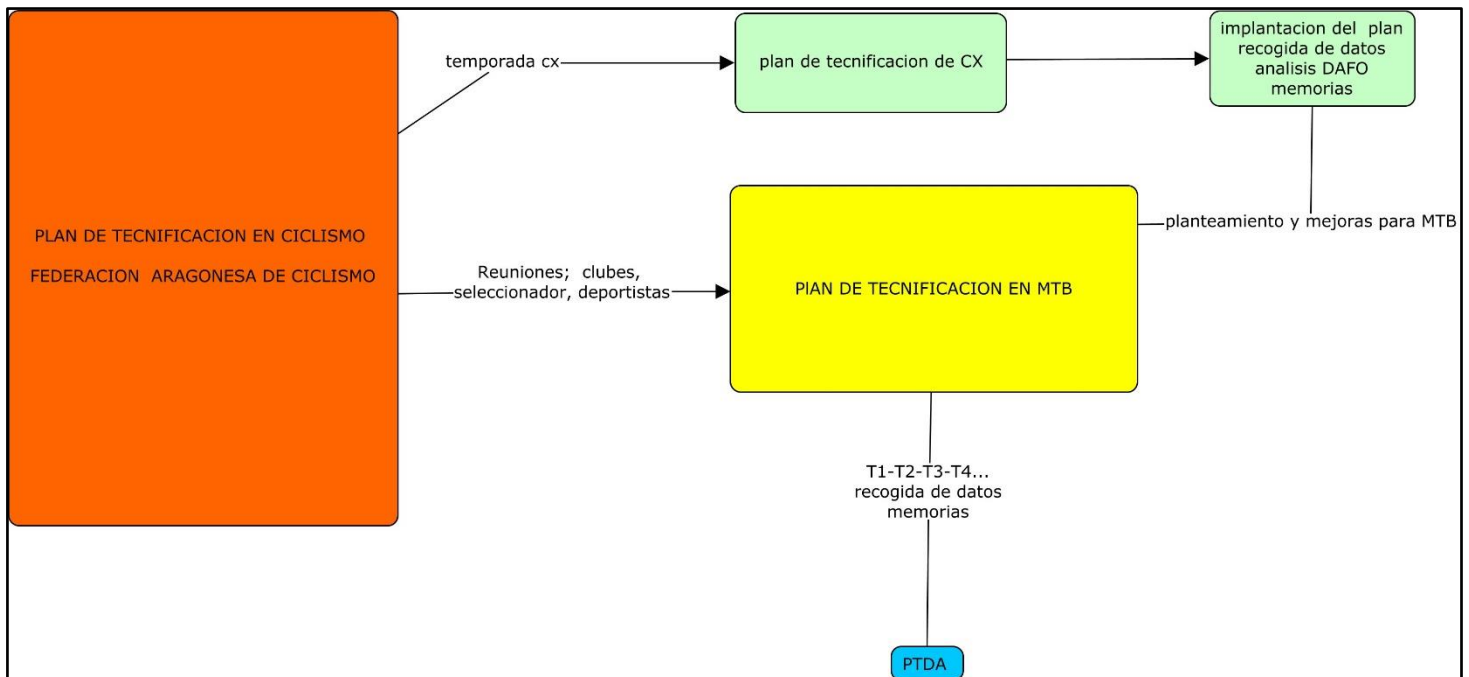
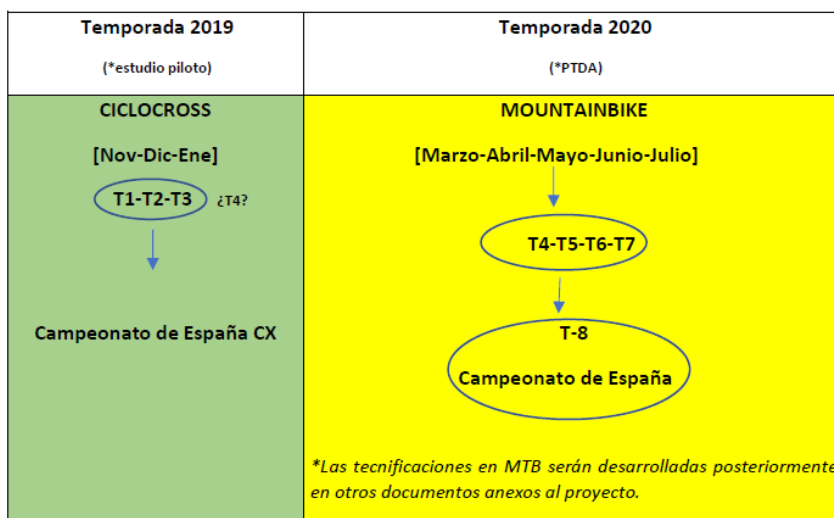
INTRODUCCION	2-3
ANÁLISIS T1-T2-T3	4-10
T4; INTERCAMBIO CON EL CC VILLEMUR (ALBI)	11
CUESTIONARIO GOOGLE	12-14
PROBLEMAS INICIALES Y PROPUESTA DE MEJORA	15-16

Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020


Como ya se desarrolló en el proyecto previo **“PROPUESTA PLAN DE TECNIFICACION PARA CX Y MTB EN ARAGON”**, durante la presente (y futura) temporada 2019/2020 se va a implantar en ARAGÓN el desarrollo de planes de tecnificación, con el objetivo de la mejora y seguimiento en el nivel de los ciclistas aragoneses.


Así pues, hasta la fecha, un primer bloque de Tecnificación en la Modalidad de Ciclocross ya ha sido llevado a cabo, y es la razón por la cual se desarrolla el siguiente documento. A continuación, se mostrará un pequeño resumen y esquema tanto sobre lo ya realizado, como sobre la mejora y siguientes pasos a llevar a cabo.

De este modo, a continuación, se presentan los “esquemas” iniciales propuestos sobre la Tecnificación:



Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

FECHA	TIPO DE REUNIÓN	OBJETIVOS
19/10/2019 	Reunión informativa clubes, escuelas (t1-t2-t3)	Tecnificaciones en Ciclocross; presentación ,objetivos, fechas...
02/11/2019  ---	T1-T2-T3	*Experiencia PILOTO Recogida de datos Análisis de mejora
02/02/2020	Reunión FAC	Balance de las primeras tecnificaciones, Planteamiento de la temporada 2020 (MTB) PROYECTO PTDA 2020 (presupuestos, temporalización...)
X/02/2020	Reunión informativa clubes, escuelas	Planteamiento de la temporada 2020 (MTB) Tecnificaciones en MTB
Febrero-Julio 2020	T3,T4,T5,T6	PTDA
X/05/2020	Reunion FAC	Balance del PLAN PROYECTO PTDA

[Marcado con  los puntos ya llevados a cabo]

Las fechas propuestas, como es lógico, están sujetas a la aprobación y/o modificación en función de los calendarios de reuniones de FAC. Por tanto, únicamente se deberán tomar como referencia los objetivos y contenidos de cada una de las reuniones, así como el tipo de reunión.

Análisis de la tecnificación llevada a cabo en Ciclocross (T1-T2-T3)

Desarrolladas ya las TRES CONCENTRACIONES DE TECNIFICACION EN CICLOCROSS , el balance general ha sido el siguiente:

- Un numero de 11 y 13 jóvenes ciclistas (1 fémina), pertenecientes a las categorías Cadete y juvenil, ha sido el grupo que ha conformado la tecnificación llevada a cabo desde el mes de octubre hasta diciembre.
- Un total de 3 SESIONES ,de duración entre 3 y 4h han sido desarrolladas en los diferentes trazados previos a la celebración de competiciones (Huesca-Villamayor-Sesué).
- Cada una de las sesiones ha tenido objetivos y trabajos específicos a desarrollar, ya expuestos previamente en el proyecto del “plan estratégico”.

A continuación, se expone el desarrollo y ejercicios de cada una de las sesiones:

Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

T1-CICLOCROSS (HUESCA)

Nombre técnico responsable: JESUS	Apellidos: Torres Pérez	Nº de alumnos: 11	Edad: 12-17	Categoría; cadete-sub23												
Fecha: 09/11/2019 Nº de sesión; 1 Deporte: Ciclocross Instalaciones: CDM/Ciclocross HUESCA Materiales: CIRCUITO MARCADO, SALA DE REUNIONES, CONOS, VALLAS.		<table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>Fecha y lugar</th> <th>Objetivos</th> <th>Contenidos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td><small>*Todos estos contenidos específicos serán desarrollados en Unidades didácticas</small></td> </tr> <tr> <td>T1</td> <td>09/11 HUESCA</td> <td> <i>Promoción y captación</i> Presentación de la disciplina del Ciclocrós Presentación del grupo del PLAN y el grupo de tecnificación Fijación de objetivos ind. </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Historia del Ciclocrós ➤ Reglamentación y calendario ➤ Aspectos básicos del Ciclocrós: materiales, técnica, táctica, entrenamiento... </td> </tr> </tbody> </table>				Fecha y lugar	Objetivos	Contenidos				<small>*Todos estos contenidos específicos serán desarrollados en Unidades didácticas</small>	T1	09/11 HUESCA	<i>Promoción y captación</i> Presentación de la disciplina del Ciclocrós Presentación del grupo del PLAN y el grupo de tecnificación Fijación de objetivos ind.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Historia del Ciclocrós ➤ Reglamentación y calendario ➤ Aspectos básicos del Ciclocrós: materiales, técnica, táctica, entrenamiento...
	Fecha y lugar	Objetivos	Contenidos													
			<small>*Todos estos contenidos específicos serán desarrollados en Unidades didácticas</small>													
T1	09/11 HUESCA	<i>Promoción y captación</i> Presentación de la disciplina del Ciclocrós Presentación del grupo del PLAN y el grupo de tecnificación Fijación de objetivos ind.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Historia del Ciclocrós ➤ Reglamentación y calendario ➤ Aspectos básicos del Ciclocrós: materiales, técnica, táctica, entrenamiento... 													
Ciclistas participantes: Pablo Jarai Carla Melero Andrés Vaca César González Nicolas Juste Rafael López Nacho Gómez Ramiro Uriol Marcos Moreno Adrián Villacampa Daniel Sanahuja																

2. DESARROLLO DE LA SESIÓN.

2.1 Calentamiento:	EN SALA: QUÉ ES EL CICLOCROSS, MATERIALES, TÉCNICA, REGLAMENTO, MOTIVOS DE INCLUSION, PROGRAMA DE LA JORNADA, DUDAS.	Tº 20'
	EN CIRCUITO: MOV ARTICULAR + CALISTENIA GENERAL CALENTAMIENTO EN CIRCUITO EN PAREJAS, GUIADO.RECONOCIENDO TERRENO.PUESTA EN MARCHA.	20'
2.2 Parte principal:	TRAZADAS CURVAS EN U; DCHA & IZQDA TRAZADA ACHICANE DESMONTAR + MONTAR BICI DESMONTAR + PORTAR BICI+ MONTAR DESMONTAR + CURVA+ MONTAR DESMONTAR + ESCALERAS+ MONTAR	Tº 50'

	<p align="center">DESMONTAR + OBSTÁCULOS+ MONTAR</p> <p align="center">¿PASO DE OBSTÁCULOS?</p> <p align="center">“DESCANSO PARA BEBER AGUA”</p>	
	<p align="center">PEDALEO SOBRE BARRO</p> <p align="center">PEDALEO SOBRE SECO</p> <p align="center">PEDALEO EN CONTRAPERALTE</p> <p align="center">PEDALEO A 1 PIE (CURVA)</p> <p align="center">REGULACIÓN DEL ESFUERZO: ACELERACIÓN + FRENADA+ ACELERACIÓN.</p> <p align="center">VISUALIZACIÓN TRAZADAS</p>	<p align="center">30</p>
<p>2.3 vuelta a la calma:</p>	<p>DUDAS EN EL DESARROLLO DE LA SESIÓN PROPUESTAS, CONOCIMIENTOS COMPARTIDOS.</p> <p>REFLEXIONES PARA SIGUIENTES “T” Y PARA CARRERA DIA DE DESPUES</p> <p>LIGERO STRECHING + MOVILIDAD RANGO ARTICULAR.</p>	<p align="center">Tº</p> <p align="center">30'</p>

3. OBSERVACIONES.

-BUENA PREDISPOSICIÓN DE PRACTICANTES.

- ✓ Atención
- ✓ Respeto
- ✓ Orden
- ✓ Material en buen estado

-PARTE “TEORICA” CORRECTA, CON PARTICIPACIÓN E INTERACCIÓN ENTRE CICLISTAS, A SEGUIR TRABAJANDO EN PROXIMAS SESIONES PARA EVITAR “EXCESO DE INFORMACIÓN.

- ✓ Nociones básicas sobre reglamento
- ✓ Practicantes conocen la disciplina
- ✓ Buen trabajo de Escuelas en su conocimiento

-DESINTERES O PREDISPOSICIÓN POR FALTA DE OTRAS ESCUELAS DE LA COMUNIDAD AUTÓNOMA; SIENDO OBJETIVO DE PROMOCIÓN INICIAL DE LA DISCIPLINA, EN ESTA PRIMERA SESIÓN, ESTANDO INVITADOS TODOS INTEGRANTES DE LAS ESCUELAS:

- ✓ Ausencia de chicos/as con material disponible por federación en su ayuda por el impulso de la disciplina

Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

T2-CICLOCROSS (VILLAMAYOR)

Nombre técnico responsable: JAVIER	Apellidos: Torres Pérez	Nº de alumnos: 9	Edad: 12-17	Categoría; cadete-sub23				
Fecha: 16/11/2019 Hora: 10:30-13:30 Nº de sesión; 2 Deporte: Ciclocross Instalaciones: Circuito de CX de Villamayor Materiales: CIRCUITO MARCADO, CONOS, VALLAS. Ciclistas participantes: Pablo Jarai (Turiaso) Carla Blero (Turiaso) Andres Vaca (Turiaso) César Gonzalez (Turiaso) Nicolas Juste (Aldía) Rafael López (C.C Bilbilitano) Nacho Gómez (E.C Cuarte) Víctor Vallejo (Turiaso) Yago Pardo (Turiaso)		<table border="1"> <tr> <td>T2</td> <td>16/11 ZARAGOZA</td> <td> <i>Tecnificación de mejora</i> Mejora de los elementos técnicos propios de la disciplina Mejora en las estrategias de carrera </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Trabajo técnico; trazadas y curvas, montar y desmontar, obstáculos. ➤ Trabajo táctico; análisis de una competición de Ciclocrós </td> </tr> </table>			T2	16/11 ZARAGOZA	<i>Tecnificación de mejora</i> Mejora de los elementos técnicos propios de la disciplina Mejora en las estrategias de carrera	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Trabajo técnico; trazadas y curvas, montar y desmontar, obstáculos. ➤ Trabajo táctico; análisis de una competición de Ciclocrós
T2	16/11 ZARAGOZA	<i>Tecnificación de mejora</i> Mejora de los elementos técnicos propios de la disciplina Mejora en las estrategias de carrera	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Trabajo técnico; trazadas y curvas, montar y desmontar, obstáculos. ➤ Trabajo táctico; análisis de una competición de Ciclocrós 					

2. DESARROLLO DE LA SESIÓN.

2.1 Calentamiento:	Presentación, experiencias de la anterior sesión, carreras, entrenamientos...	Tº 20'
	EN CIRCUITO: <ul style="list-style-type: none"> Vuelta en "trenecito" , fila de uno. Vuelta en "trenecito" adelantando , el último se coloca el primero , así hasta completar la rueda. Vuelta trenecito en fila de dos; adelantando. 	20'
2.2 Parte principal:	<u>ANÁLISIS DEL CIRCUITO</u> <ul style="list-style-type: none"> Piso, elementos técnicos, puntos fuertes/débiles 	Tº 10'
	<u>TRAZADAS CURVAS EN CONTRAPERALTE</u> <ul style="list-style-type: none"> Individual Parejas Cruzando trazadas Desmontando a mitad de curva 	20'
	<p align="center">"DESCANSO PARA BEBER AGUA"</p>	10'
	<u>DESMONTAR-SUBIR ESCALERAS</u>	20'

Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

	<p style="text-align: center;"><u>PASO DE ARENA O GRAVA</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Montado-desmontado<ul style="list-style-type: none">• Individual• Parejas• Trazadas	20'
	<p style="text-align: center;"><u>SUBIR "TALUD" Y TECNICA DE ACELERACIÓN</u></p>	20'
	<p style="text-align: center;">VUELTAS RESTANTES APLICANDO LAS TECNICAS APRENDIDAS Y</p> <p style="text-align: center;">VISUALIZACIÓN TRAZADAS</p>	30'
2.3 vuelta a la calma:	<p>DUDAS EN EL DESARROLLO DE LA SESIÓN PROPUESTAS, CONOCIMIENTOS COMPARTIDOS.</p> <p>REFLEXIONES PARA SIGUIENTES "T" Y PARA CARRERA DIA DE DESPUES</p>	10'
<p>3. OBSERVACIONES.</p> <p>-BUENA PREDISPOSICIÓN DE PRACTICANTES.</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Atención✓ Respeto✓ Orden✓ Material en buen estado <p>-PARTE "TEORICA" CORRECTA, CON PARTICIPACIÓN E INTERACCIÓN ENTRE CICLISTAS, A SEGUIR TRABAJANDO EN PROXIMAS SESIONES PARA EVITAR "EXCESO DE INFORMACIÓN.</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Nociones básicas sobre reglamento✓ Practicantes conocen la disciplina✓ Buen trabajo de Escuelas en su conocimiento <p>-AUSENCIA DE PARTICIPACION DE ALGUNOS DEPORTISTAS (PRESENTES EN LA TECNIFICACION DE HUESCA ,T1) CON NIVEL Y CUALIDADES NOTABLES.</p>		

Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

T3-CICLOCROSS (SESUÉ-BENASQUE)

Nombre técnico responsable: JAVIER Y JESÚS	Apellidos: Torres Pérez	Nº de alumnos: 11	Edad: 12-17	Categoría; cadete-sub23
Fecha 23 /11/2019 Hora: 11:30-13:30/14:00 Nº de sesión; 3 Deporte: Ciclocross Instalaciones: Circuito de CX de Sesué (Huesca) Materiales: CIRCUITO MARCADO, CONOS, VALLAS.		Ciclistas participantes: Pablo Jarai (Turiaso) Carla Blero (Turiaso) Andres Vaca (Turiaso) César Gonzalez (Turiaso) Nicolas Juste (Aldía) Rafael López (C.C Bilbilitano) Nacho Gómez (E.C Cuarte) Víctor Vallejo (Turiaso) Yago Pardo (Turiaso) *Lilian Bernat (Grupo intercambio C.C Villemur)		

2. DESARROLLO DE LA SESIÓN.

2.1 Calentamiento:	Presentación, experiencias de la anterior sesión, carreras, entrenamientos...	Tº 20'
	EN CIRCUITO: <ul style="list-style-type: none"> • Vuelta en “trenecito” , fila de uno. • Vuelta en “trenecito” adelantando , el último se coloca el primero , así hasta completar la rueda. • Vuelta trenecito en fila de dos; adelantando. 	30'
2.2 Parte principal:	<u>ANÁLISIS DEL CIRCUITO</u> <ul style="list-style-type: none"> • Piso, elementos técnicos, puntos fuertes/débiles 	Tº 10'
	<u>GRUPO 1 ;</u> <u>TRAZADAS CURVAS CONTRAPERALTE</u> <ul style="list-style-type: none"> • Individual • Parejas • Cruzando trazadas • Desmontando a mitad de curva <ul style="list-style-type: none"> • Montado-desmontado <ul style="list-style-type: none"> • Individual • Parejas • Trazadas <u>SUBIR “TALUD” Y TECNICA DE ACELERACIÓN</u>	30'

Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

	<p align="center"><u>GRUPO 2:</u></p> <p align="center"><u>TECNICA DE SUBIR RAMPA CON BICI CARGADA</u></p> <p align="center"><u>TECNICA PASO DE AGUA</u></p> <p align="center">VUELTAS RESTANTES APLICANDO LAS TECNICAS APRENDIDAS Y VISUALIZACIÓN TRAZADAS</p>	30' 10'
<p>2.3 vuelta a la calma:</p>	<p align="center">DUDAS EN EL DESARROLLO DE LA SESIÓN PROPUESTAS, CONOCIMIENTOS COMPARTIDOS. REFLEXIONES PARA SIGUIENTES “T” Y PARA CARRERA DIA DE DESPUES</p>	10' 10'
<p>3. OBSERVACIONES.</p> <p>-BUENA PREDISPOSICIÓN DE PRACTICANTES.</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Atención✓ Respeto✓ Orden✓ Material en buen estado <p>-AUSENCIA DE PARTICIPACION DE ALGUNOS DEPORTISTAS (PRESENTES EN LAS ANTERIORES SESIONES) CON NIVEL Y CUALIDADES NOTABLES.</p>		

Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

T4-ALBÍ (FRANCIA)

Nombre técnicos responsables: JAVIER/JESÚS/LUIS MARQUINA	Nº de alumnos: 4	Edad: 12-17	Categoría; cadete-juvenil
Fecha: 30-01 Diciembre 2019 Nº de sesión; 4 Deporte: Ciclocross Instalaciones: Villemur Ciclistas participantes: Nicolas Juste Alejandro Aldea Rafael López Javier Zaera	La posibilidad de realizar una T4 figuraba en el proyecto inicial, y así se hizo; de este modo cuatro deportistas viajaron a Francia (con los correspondientes técnicos) para participar en el intercambio realizado con el CC Villemur, coincidiendo con la celebración del Ciclocross de Albi.		

2. DESARROLLO DE LA CONCENTRACIÓN (INTERCAMBIO)

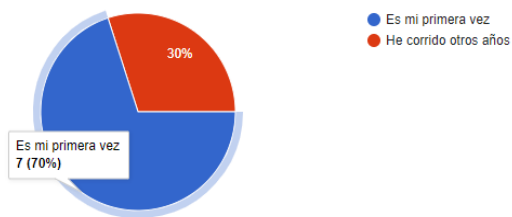
VIERNES 29 →	16:30 salida 22:00 llegada a Montauban Recibimiento representantes C.C Villemur, Hospedaje y cena	Tº 6h
SÁBADO 30 → CICLOTURISTA C.C VILLEMUR A lo largo de la mañana del sábado se realizó una cicloturista organizada por el C.C Villemur, con la presencia de Antoine Calmejane (Ciclista Profesional). En ella, los integrantes pudieron disfrutar del paisaje a las orillas del Río Tarn, así como de los "Cols" y carreteras de la región de Occitania.		
DOMINGO 1 → CICLOCROSS ALBÍ	09:00 llegada al circuito y preparación del material 10:00 reconocimiento del circuito 11:00 desarrollo de las carreras en las diferentes categorías. 15:00 Comida-Despedida 16:00 Vuelta a Zaragoza	

Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

Así mismo, finalizadas las jornadas de tecnificación, se planteó un cuestionario GOOGLE (de carácter anónimo) para todos los deportistas que habían asistido. Una batería de preguntas que se formularían a modo de instrumento para conocer el nivel e intereses de los deportistas sobre la práctica del Ciclocross. A continuación, se muestran los resultados:

Cuanto tiempo llevas practicando Ciclocross

10 respuestas



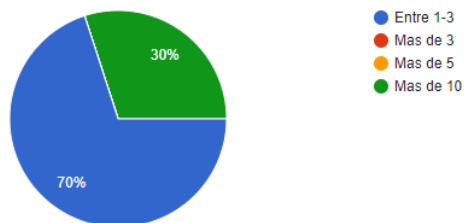
¿Como descubriste la modalidad?

10 respuestas

X
A raíz de ver a los profesionales en la tele, vi que era una modalidad muy completa y divertida
Por qué me gustaba la BTT y el director de la ECZ nos lo enseñó un día y me gustó mucho
Por amigos
Gracias a Miguel Bergua, que me paso su pasión por el Cx
Por que vi carreras
Mi entrenador me lo recomendó
Por mi club
Por el equipo
Con una carreta q hubo en mi pueblo y x videos de Youtube

¿Cuántas carreras de Ciclocross has corrido desde que lo practicas? Aproximadamente...

10 respuestas



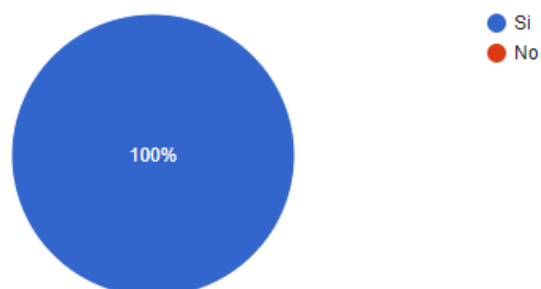
¿Cual es tu mejor resultado en una carrera de Ciclocross?

10 respuestas

X
Decimo
Noveno pero me lo pasé muy bien
1
6
7
Quinto lugar
3 puesto
El 11
4

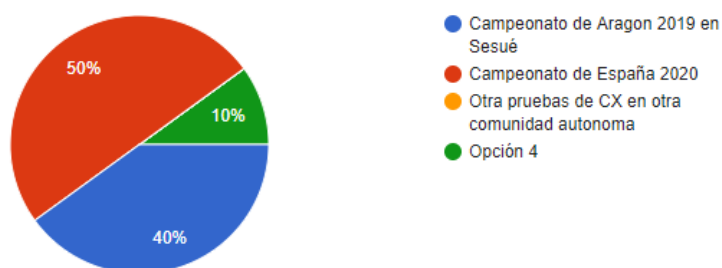
¿Pretendes acudir a todas las tecnificaciones que se organicen?

10 respuestas



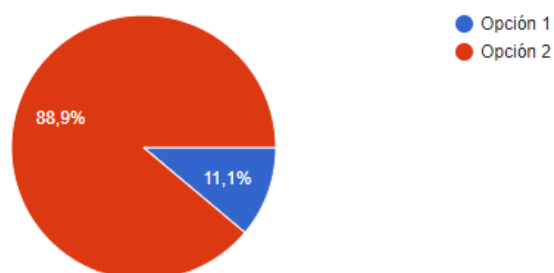
Marca la casilla si tienes previsto competir en :

10 respuestas



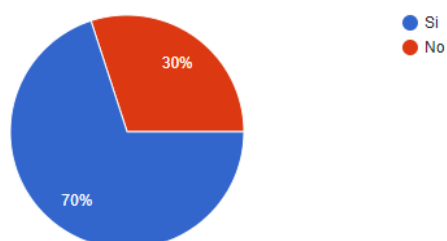
Cuantos días a la semana practicas Ciclocross

9 respuestas



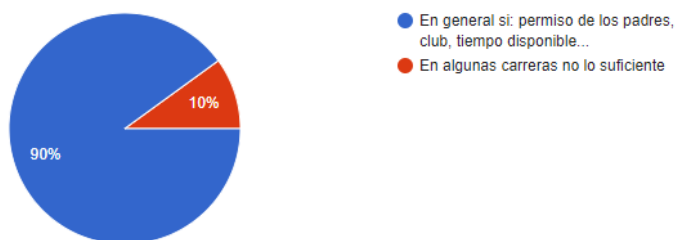
Tras la primeras tecnificaciones, ¿has informado a tu club-escuela cosas aprendidas en ella para poder trabajarlas?

10 respuestas



¿Dispones de medios suficientes para asistir a las carreras de la Copa Autonómica?

10 respuestas



¿Tienes objetivos fijados para las próximas carreras de ciclocross? Explícalos.

9 respuestas

Quedar en mejores posiciones (top5) y saltar todos los tablonos
Si, saltar los tablonos e intentar quedar en mejor puesto esforzándome todo lo que pueda
Ganar
Si, disfrutar mas y intentar llegar a ser top 5 de aragon
Mejorar los resultados
Coger a los primeros de la carrera
Seguir aprendiendo y mejorar los resultados
Ir mejorando y aprendiendo en cada carrera
Obtener un buen resultado para ir a los campeonatos de España

CONCLUSIONES

Nos encontramos con una buena acogida de la propia Tecnificación; tanto por parte de los Clubes como los propios deportistas las sesiones llevadas a cabo han tenido gran aceptación y los asistentes se han mostrado interesados y con actitud positiva.

El grupo de tecnificación ha sido conformado en un breve periodo de tiempo, y los deportistas son “muy jóvenes en la modalidad” (siendo algunos su primer año de participación). Aun con todo ello, su compromiso, trabajo y cualidades han sido notables, permitiéndoles mostrar un potencial de mejora propio de los objetivos de ser incluidos en el grupo de tecnificación.

El interés de los deportistas por la participación, tanto en la tecnificación, como en las competiciones a lo largo de la temporada de Ciclocross es significativo de su interés por la disciplina. En este caso, sería de interés que se pueda garantizar a dichos deportistas la posibilidad de participación en pruebas de mayor nivel (internacionales-C2, campeonatos de España...)

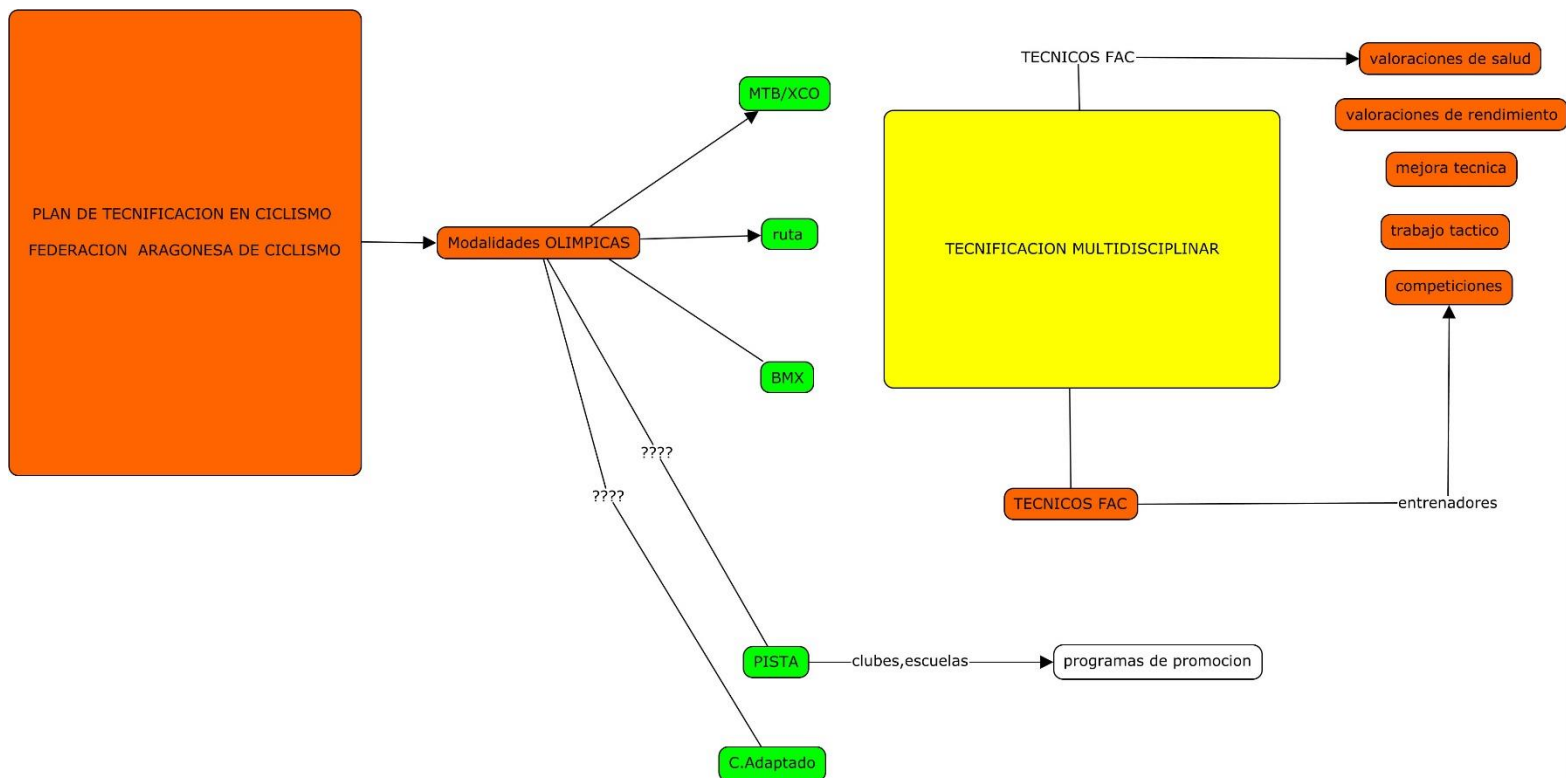
Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020

Problemas iniciales de la primera propuesta encontrados en la Tecnificación en Ciclocross

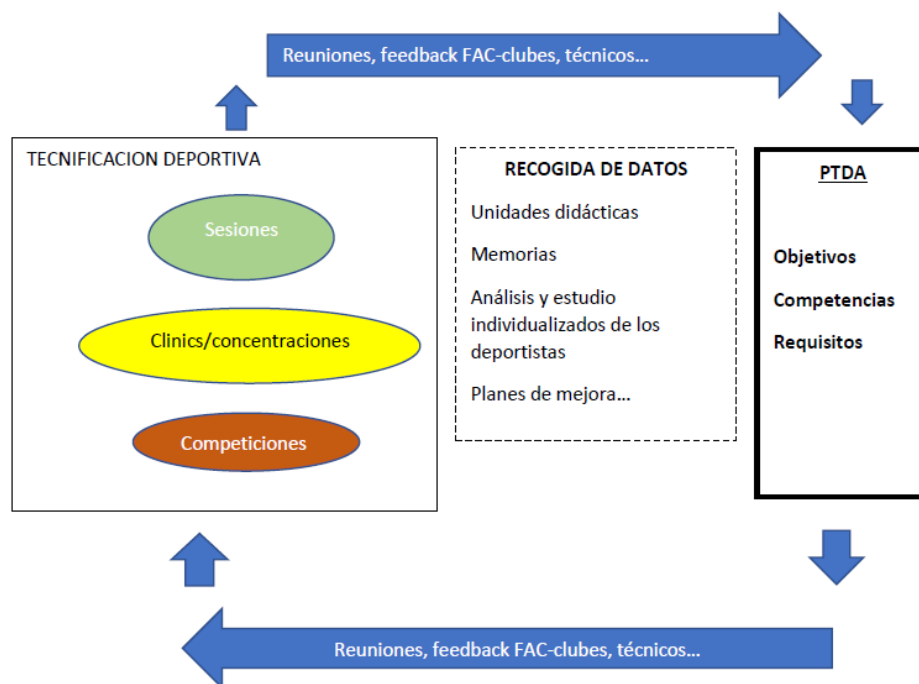
- Tiempo de desarrollo previo del plan
- Adhesión al programa de tecnificación ; condicionado por el breve calendario de la temporada de la disciplina (ciclocross)
- Escasez multidisciplinar del plan (valoraciones de salud, rendimiento, fisiológicas, test campo...)
- Grupos de trabajo con poca multilateralidad (participación en varias disciplinas)
- Poco criterio de seleccionabilidad para las tecnificaciones → baja “masa practicante”
- Disponibilidad de horarios, instalaciones, materiales etc.

Planteados los problemas iniciales encontrados en el desarrollo de las primeras tecnificaciones llevadas a cabo, a continuación se propone un modelo de mejora, basado en la creación de un rango de alcance más amplio. Es decir, en la creación de un PLAN basado en modelo multidisciplinar y común, que contemple un abanico más amplio de disciplinas sobre las que llevar a cabo la tecnificación. Permitiendo por tanto, la captación, control y seguimiento de un mayor número de ciclistas.

Propuesta de MEJORA PARA LA TECNIFICACION 2020



Plan estratégico para la mejora del rendimiento del Ciclismo en Aragón 2020



Mejoras externas a la tecnificación

La creación de un modelo de trabajo común a aplicar sobre el rendimiento de los deportistas lleva consigo el análisis de la situación actual del Ciclismo en Aragón: la evaluación de los métodos actuales debe ser llevada a cabo como medio a través del cual proponer la creación de nuevos objetivos y sistemas de trabajo ampliamente desarrollados y fijados para garantizar la mejora y fiabilidad en los planes a desarrollar.

Por ello, a continuación, se exponen puntos de interés (no siendo propios de la tecnificación) que se cree conveniente deben ser incluidos en los programas y reuniones de la Federación para tratar con los diferentes órganos que pueden ser capaces de desarrollarlos (clubes, técnicos...etc)

- **Incentivación en la creación (por parte de los clubes) de sistemas de promoción deportiva del ciclismo en todas sus modalidades;** jornadas de promoción de disciplinas, intercambios entre escuelas de diferentes modalidades...etc.
- **Creación de sistemas de captación de talentos (trabajo conjunto con los clubes)**
- **Fijación de criterios de seleccionabilidad para cada una de las disciplinas;** la creación de unas pautas y métodos para poder llegar a formar parte del grupo de selección supondría un objetivo claro y conciso que los mismos deportistas podrían incluir en su "lista de logros u objetivos", suponiendo un elemento motivador y dando valor a la propia selección.
- **Tecnificación deportiva únicamente con las SELECCIONES de cada MODALIDAD** (previas campeonatos de España, internacionales...etc.)
- **Fijación de Objetivos de rendimiento 2020 (puesta en común con los clubes).** ej.; llegar a tener deportistas con el nivel suficiente para ser incluidos en selecciones RFEC, resultados en Campeonatos de España...etc.