

## PRUEBAS DE ACCESO TECNIFICACIÓN BTT – MOUNTAIN BIKE

Tras la aprobación del Plan de Tecnificación por parte del Gobierno de Aragón, se procede a segunda convocatoria de pruebas de acceso para todos aquellos deportistas que deseen acceder a los grupos de tecnificación.

Como ya se comentó en reuniones previas, en primer lugar, serán los técnicos, entrenadores/responsables de cada CLUB los encargados de tener en cuenta los **CRITERIOS DE SELECCIÓN** a la hora de incentivar a sus deportistas a acudir a dichas pruebas de selección (edad, asistencia a eventos, resultados, compromiso).

**El responsable de cada CLUB-ESCUELA deberá enviar un e-mail a: [tecnificacion@aragonciclismo.com](mailto:tecnificacion@aragonciclismo.com) indicando NOMBRE, EDAD Y CATEGORÍA DE CADA UNO DE LOS DEPORTISTAS QUE VAYAN A ACUDIR A LA CITA**

**[Para mayores dudas o incidencias, whatsapp a 640956038 / 652913713 Javier y Jesús Torres]**

- **¿CUÁNDO?**→ 20 de febrero de 2021.
- **¿DÓNDE?**→ Circuito XCO “Las Amelias” (Cuarte de Huerva).
- **HORA**→ A partir de las 10 am y a lo largo de la mañana, los deportistas serán convocados en grupos (debido a la normativa actual por la COVID-19) por lo que serán debidamente informados sobre el turno que les será asignado.
- **EDADES**→ 15 a 18 (cadete – junior).
- **Nº DE PLAZAS**→ \*pendiente de confirmación por técnicos de la FAC/DGA.
- **EDAD**→ las categorías que se incluirán dentro del programa de tecnificación son CADETE Y JUNIOR (masculino y femenino), en cualquiera de las modalidades y perfiles que se ven reflejados dentro del programa de tecnificación (MTB, RUTA, CICLOCROSS).

## TEST / PRUEBAS DE RENDIMIENTO DATOS QUE SE RECOGERÁN

- **TEST DE POTENCIA ANAERÓBICA:** realización de Test de campo, con bicicleta de BTT en llano, distancia de 100m a completar en el mínimo tiempo disponible por el deportista. A evaluar condicionantes fisios anatómicos como marcadores del estado del deportista y potencial rendimiento del deportista en consonancia para las demandas físicas del mountain bike.
- **TEST DE POTENCIA AERÓBICA:** realización de Test de campo, con bicicleta de BTT en subida, de entre 5-10' duración a completar según la capacidad del deportista evaluado. A evaluar condicionantes fisios anatómicos como marcadores del estado del deportista y potencial rendimiento del deportista.
- **TEST DE RENDIMIENTO FÍSICO – TÉCNICO EN CIRCUITO:** realización de recorrido específico de BTT de XCO, toma de tiempo invertido por el deportista, atendiendo a demandas físicas y técnicas para la valoración de capacidad y aptitudes en la modalidad.
- **CUESTIONARIOS:** cumplimentación por parte del deportista de cuestionarios para conocer su percepción y participación en la modalidad:
  - Entrenamiento diario del deportista.
  - Hábitos de vida en relación con valores del deporte.
  - Perfil personal del deportista para con el deporte.
- **ENTREVISTA AL DEPORTISTA:** Valoración de los conocimientos del deportista sobre la modalidad practicada, recogida de historia deportiva ( biografía deportiva del deportista para evaluar bagaje y motivaciones sobre la modalidad), encuesta de visión futura del deportista y su desarrollo dentro de la modalidad, otras valoraciones pertinentes a desarrollar por técnicos en forma de preguntas dirigidas a conocer los intereses del deportista.

Se recomienda a los deportistas que traigan ROPA DE RECAMBIO/ABRIGO, así como AGUA/COMIDA y TELÉFONO MOVIL (para rellenar los cuestionarios online). Recordar que se deberán cumplir las medidas preventivas de la COVID-19 (mascarilla, etc).

Zaragoza, a 14 de febrero 2021.