TRAINING CAMP CBC

CICLISMO DE ESTRADA

CATEGORIAS DE BASE

15 a 18 anos

Local: Rio Claro - SP

Data: 22 a 26 de janeiro de 2020

REALIZAÇÃO:

CBC CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CICLISMO

APOIO:

SETUR

PREFEITURA DE RIO CLARO

Objetivos

- Identificar talentos para o ciclismo.
- Fomentar e desenvolver o ciclismo das categorias de base.
- Realizar treinamentos técnicos e táticos do ciclismo de estrada.
- Realizar avaliações e testes físicos padronizados para criar um banco de dados.
- Difundir o conhecimento de temas relevantes ao esporte.

CBC CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CICLISMO

Participantes
Inscrição
Vagas

- Poderão participar atletas que em 2020 façam parte das categorias Juvenil e Junior (**nascidos de 2002 a 2005**)

- A pré-inscrição deverá ser realizada através de FORMULÁRIO ONLINE (Link: https://forms.gle/6daNzDcF5tWeZ6WQ8)

- **Período de Inscrição: de 25/11/2019 a 15/12/2019**

- Taxa de inscrição – R$ 50,00 (Somente para os atletas selecionados na lista final). Esta taxa de inscrição será utilizada para a contratação do seguro individual do atleta e para demais despesas da organização do evento
  - Em caso de desistência, o valor pago não será devolvido.

- Serão disponibilizadas **30 vagas**, sendo 15 vagas masculino e 15 vagas feminino

- Após o período de pré-inscrição, a organização fará a seleção de acordo com a quantidade e distribuição das vagas. O resultado será publicado até o dia 17/12/2019

- Os atletas selecionados serão comunicados através do e-mail para confirmação da inscrição, envio de documentos e pagamento da taxa de inscrição

CBC CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CICLISMO

CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

- Após o período de pré-inscrição, a organização fará a seleção, seguindo os seguintes critérios:
  - 15 atletas Feminino e 15 atletas masculino
  - Atletas federados em 2019
  - Títulos Nacionais atuais
  - Títulos Estaduais atuais
  - Títulos em Jogos Escolares da Juventude atuais
  - Critérios técnicos

- Os atletas selecionados serão comunicados através do e-mail informado na pré-inscrição, para confirmação da inscrição, envio de documentos e pagamento da taxa de inscrição.

Documentos de Inscrição

Somente para os atletas que receberam a confirmação que foram selecionados

- Para efetivar a sua inscrição, todos os atletas **selecionados** para participar do Training Camp CBC deverão enviar por email **até o dia 22/12/2019** os seguintes documentos:

1) Ficha de inscrição assinada
2) Autorização assinada pelo Responsável Legal
3) Cópia do RG e CPF
4) 1 Foto 3x4
5) Atestado Médico **recente** (no máximo três meses) para prática esportiva
6) Cópia da carteirinha do Plano de Saúde (se houver)
7) Comprovante do pagamento

- Caso ocorram desistências, os próximos atletas da lista serão convidados

CBC CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CICLISMO

Transporte

- O transporte para o local de realização do Training Camp CBC será de responsabilidade de cada atleta participante.

Hospedagem

- Todos os atletas participantes do Training Camp CBC ficarão hospedados em alojamento que será em uma escola cedida pelo município de Rio Claro.

- Cada atleta deverá trazer roupa de cama e banho individual.

- Período de hospedagem:
  - Entrada: 22/01/2020 – das 13:00h às 15:00h
  - Saída: 26/01/2020 – 12:00h

CBC CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CICLISMO

Alimentação

- Será oferecido a todos os atletas participantes do Training Camp CBC alimentação composta por 3 refeições (Café da Manhã, Almoço e Jantar), de acordo com cronograma abaixo:

	Café da Manhã	Almoço	Jantar
22/01 - 4ª feira			X
23/01 - 5ª feira	X	X	X
24/01 - 6ª feira	X	X	X
25/01 - Sábado	X	X	X
26/01 - Domingo	X	X	

CBC CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CICLISMO

Material Esportivo
Bicicleta
Capacete

- Cada atleta participante deverá trazer seus próprios equipamentos, de uso **obrigatório:**
  - bicicleta de estrada, capacete, uniforme de ciclismo, sapatilha, luva, óculos, caramanhola, toalha de rosto)

- Os equipamentos devem estar em perfeitas condições de uso para treino.

- O atleta deverá trazer seu próprio kit de manutenção, para uso pessoal.

- Será obrigatório o uso de capacete nos treinamentos coletivos.

- Sugerimos trazer suplementos, barrinhas ou outros alimentos para ingestão durante os treinamentos de ciclismo.

CBC CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CICLISMO

Programação Provisória
22 a 26 de Janeiro de 2020

- **22 de Janeiro – Quarta Feira**
  - Horário de chegada - das 13:00 às 15:00h impreterivelmente
  - 15:30h - Palestra de Boas Vindas
  - 19:30H – Palestra I

- **23 de Janeiro – Quinta Feira**
  - 08:00h – Avaliação Física II
  - 13:30 – Avaliação Física III
  - 19:30 – Palestra II

- **24 de Janeiro – Sexta Feira**
  - 08:00h – Teste de campo - Prática
  - 14:00 –Treino técnico
  - 19:30 – Palestra III

- **25 de Janeiro – Sábado**
  - 08:00h – Teste de campo- Prática
  - 14:00 – Treino na academia
  - 19:30 – Palestra IV

- **26 de Janeiro – Domingo**
  - 08:00h – Treino de Ciclismo – Prática
  - 11:00h – Palestra de Encerramento

CBC CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CICLISMO