

I CAMPUS DE SEGUIMENT SNOWBOARD (SBX)

19 febrer 2018 | La Molina

PRESENTACIÓ

Dins el programa de seguiment de la FCEH i coincidint amb la celebració del CAMPIONAT DE CATALUNYA i amb l'organització de la 2a Fase de la Copa Espanya d'SBX de la Molina, la Federació Catalana d'Esports d'Hivern (FCEH) organitza el I CAMPUS D'SNOWBOARD per a corredors i entrenadors.

ESPORTISTES CONVOCATS I CRITERIS DE PARTICIPACIÓ

La convocatòria dels corredors s'ha realitzat en funció de criteris tècnics, resultats en competicions i anteriors activitats, i està restringida a les categories U19, U17 i U15 (nascuts entre els anys 1999 i 2004, ambdós inclosos).

Corredors convocats per la FCEH:

- Equip de Tecnificació de'SBX de la FCEH (Joan Pascual, Bernat Ribera i Marc Roure)
- Astrid Fina Paredes MAC
- Aina Gomariz PEC
- Anna León CAEI
- Sara Donés CAEI
- Nora Cornell GNA
- Aroa da Silva PEC
- Guillelm Berini CAEI
- Oriol Filella CAEI
- Danae Sanllehy CAEI
- Iker Vidal CAEI
- Antoni Toledo BST
- Narcis Salleras CEMT

A més dels esportistes convocats per la FCEH, **el Campus està obert a tots els Clubs que podran proposar a esportistes i tècnics**, sempre que els candidats estiguin en possessió de llicència oficial (tant tècnics com a esportistes) i abonant la quota d'inscripció.

Qualsevol tècnic assistent haurà d'estar al corrent de la normativa FIS corresponent a la disciplina en qüestió i si cal col·laborarà en qüestions organitzatives.

Els esportistes seleccionats (o les seves federacions) hauran de cobrir les despeses de desplaçament, allotjament i manutenció.

OBJETIUS ESPECÍFICS DEL CAMPUS

1- Treballar la Tècnica específica de l'SBX:

- Start section
- Diferents línees als peraltes
- Treball de dubbies. (absorbir, doblar, pre-ollie, late-ollie...)
- Treball aeri (absorber, pop, ollie, nollie)

2- Treballar la Tècnica de base

- Treball d'amplitud i gradualitat.
- Posició base
- Tipus de viratges

3- Revisar el material específic

- Stance i angulacions
- Material específic recomanacions.

4- Protocols abans de cursa:

- Calentaments específics
- Previsualització.

5- Vídeo (en funció de disponibilitat de sala i timing del treball específic a pistes)

- Visualització de tots els elements tècnics treballats a pistes

PROGRAMA

Data : Dilluns 19 de Febrer de 2018
Lloc : La Molina
Pistes : Alabaus (circuit d'SBX) i Roc Blanc

HORARI:	-8:30h	Recepció pàrquing Alabaus
	-9:00h	Obertura de remuntadors
	-9:00 a 12:00h	Tècnica de base i tècnica específica
	-12:00 a 12:30h	Descans
	-12:30 a 14:30h	Tècnica específica d'SBX al circuit SBX
	-14:30 a 15:30	Dinar
	-15:30 a 17:30	Vídeo i clínic de material

MATERIAL: Taula específica (d'SBX, preferiblement), amb sola i cants preparats adequadament (no es permetrà preparar la taula en pistes, una vegada iniciat el treball), casc, espatllera i màscara amb lents de sol i boira

Demostradors: Equip de Tecnificació d'SBX de la FCEH (Joan Pascual, Marc Roure i Bernat Ribera)

TÈCNIC RESPONSABLE DEL CAMPUS: Astor García Álvarez

NOTA

El programa pot patir variacions sense previ avís per causa de força major. La utilització del circuit d'SBX estarà subjecte a la disponibilitat del circuit davant de possibles imprevistos.

CODI DE CONDUCTA D'ESPORTISTES I TÈCNICS

- Seguir les instruccions del tècnic encarregat d'impartir al CAMP.
- Ser respectuosos amb la resta d'esportistes del grup, tècnics, treballadors de l'estació i esquiadors o surfistes de neu que es trobin compartint el nostre mateix espai.
- L'incompliment del mateix poden suposar sancions disciplinàries.

CONTACTE I INSCRIPCIONS

Astor García (entrenador de l'Equip de Tecnificació d'SBX de la FCEH) astor.garcia@fceph.cat | 609883731

INSCRIPCIONS: Àrea Activitats FCEH (crystina.orea@fceph.cat). Per escrit adjuntant el formulari oficial annex.

TERMINI INSCRIPCIONS: Finalitzarà a les 15:00h del DIMECRES 14 FEBRER

QUOTA INSCRIPCIÓ AMB FORFAIT INCLÒS

1. Corredors convocats FCEH: 15,00 Euros
2. Corredors clubs amb llicència oficial FCEH: 30,00 Euros

Pagament: Compte de la FCEH la Caixa | ES89 2100 0941 29 0200107191