

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 23 Sep 2014 17:16



Una vez más convocamos a todos aquellos amantes de la biciescuela, que quieran aprender a andar en la bicicleta o mejorar sus habilidades ciclistas, a asistir a los cursos de formación que deseamos impartir, casi mensualmente, en esta nueva temporada 2014-2015. Dichos cursos se enmarcan dentro de [nuestro proyecto de biciescuela](#); cursos que, en [la anterior edición impartida dentro de la Semana Europea de la Movilidad](#), fueron todo un éxito [según opiniones de los más de 40 asistentes](#).

A continuación os detallamos la planilla así como las condiciones y datos necesarios para poder realizar la inscripción.

LOCALIDAD	FECHA	HORARIO	CURSO
-----------	-------	---------	-------

GIJÓN	ESTAMOS TRABAJANDO EN ELLA
Próximamente más información	
Próximamente	
Próximamente	
Próximamente	

ESTAMOS TRABAJANDO EN ELLA	Próximamente más información

--

ESTAMOS TRABAJANDO EN ELLA
Próximamente más información

ESTAMOS TRABAJANDO EN ELLA
Próximamente más información

ESTAMOS TRABAJANDO EN ELLA
Próximamente más información

OVIEDO
sábado 19 de Septiembre de 2015
De 11h a 13h

Nivel 0

Campo de san Francisco (El Escorialín)

De 11h a 13h

Nivel 1

Campo de san Francisco (El Escorialín)

GIJÓN
ESTAMOS TRABAJANDO EN ELLA
Próximamente más información

ESTAMOS TRABAJANDO EN ELLA
Próximamente más información

Recordemos qué es cada nivel:

- **Nivel 0:** Destinado a aquellos que quieran iniciarse en las dos ruedas, **aprendiendo a mantener el equilibrio** y seguir una línea recta pedaleando.
- **Nivel 1:** Destinado a aquellos que sabiendo mantener el equilibrio, desean **adquirir las habilidades ciclistas básicas** tales como arranque, parada y pedaleo, giros, mirar hacia atrás...
- **Nivel 2:** Aquellos que, teniendo las **habilidades ciclistas básicas, deseen aplicarlas de manera segura y con autonomía en la calzada** acorde con la ley de circulación vial.
- **Nivel 3:** Destinado a aquellos que quieran conocer **recorridos seguros de punto a punto**, como por ejemplo para ir a trabajar en bici. El curso se impartirá individualmente.

Todos los cursos son **GRATUITOS** y de una duración aproximada de 2 horas.

CONDICIONES.

- Cada persona interesada debe conseguir una bicicleta por sus propios medios. No obstante, para la realización de los talleres **Asturias ConBici** (en adelante AcB) dispone **en los cursos de Gijón de 10 bicicletas** (mayores de 8 años) **a petición por orden de inscripción**. Dichas bicicletas han sido facilitadas por el Patronato Deportivo Municipal.
- En otros concejos y/o cubierto el cupo, AcB aconseja alquilar la bici si no se puede conseguir una prestada. En el [siguiente enlace le recomendamos algunos sitios donde realizar dichas gestiones de alquiler](#) y en la que algunas les harán descuento si van de parte de la Biciescuela de Asturias ConBici.
- AcB desaconseja utilizar bicicletas públicas, que aunque son gratuitas, algunas tienen un muy

deficiente mantenimiento mecánico aparte de limitar ciertas acciones sobre la misma que son necesarias para la realización de los cursos.

- Será **imprescindible** asistir con la **bicicleta** —si es propia o prestada— **en buenas condiciones de uso** (ruedas hinchadas, frenos y cableado en buen estado, etc) reservándose, en caso contrario, el derecho de admisión.

Para el hinchado de ruedas haremos una doble comprobación: respetando siempre las especificaciones, en cuanto a presión se refiere, del fabricante de la cubierta y la llanta, inflaremos hasta que no consigamos hendir con decisión el pulgar en la misma; para después, al subirnos en la bici, comprobar que no se hunde mucho. En el caso de los frenos, estando parado con la bici bien frenada, si la rueda gira, es necesario ajustar la tensión de los cables, zapatas o incluso cambiar estas últimas.

- Respecto a la indumentaria, **utilizar calzado y ropa deportiva que no sea susceptible de engancharse** con los elementos de la bicicleta (principalmente cadena y frenos). No recomendable usar chanclas.

- En caso de **contratiempo meteorológico** estad atentos a esta sección de la web. **Avisaremos el día antes de la suspensión** por los canales habituales, debiendo transmitirnos de nuevo vuestra preferencia de inscripción para una sesión posterior. No obstante para aquellos "despistadillos" que decidan acercarse al lugar de reunión, estaremos allí para no dejar a nadie desinformado.

LUGARES y HORARIOS.

Para los **niveles 0 y 1 en Gijón** el lugar elegido es el [Palacio Deportes de La Guía \(Paseo del Doctor Fleming, 21\)](#) mientras que para el **nivel 2** será

[La Plazuela de San Miguel \(junto al antiguo quiosco\)](#)

Para los **niveles 0 y 1 en Oviedo** el lugar elegido es la zona del [Estadio Carlos Tartiere](#). También en el Campo de san Francisco.

En cuanto al **nivel 3**, al ser individual, solicitar fecha y horario particular para que los monitores se puedan organizar.

INSCRIPCIONES.

Se dispone de **plazas limitadas** teniendo preferencia aquellos que hayan realizado cursos o dichos

niveles con anterioridad para que puedan finalizar su formación.

A la hora de inscribirnos **facilitaremos junto con el nivel y fecha/lugar deseado**, la siguiente información ya sea por correo electrónico a la dirección

Esta dirección electrónica esta protegida contra spam bots. Necesita activar JavaScript para visualizarla

o por teléfono en el 686 893 879:

- **Nombre y apellido del participante/s.** En el caso de ser menor también el de la **persona o tutor** encargado de los mismos.
- **Año de nacimiento.**
- **Forma de contacto** (email o teléfono). Rogamos disponibilidad para confirmar la inscripción.
- **Localidad** del curso así como la de origen (a fin de sopesar futuras ediciones en localidades más cercanas a su domicilio).
- Si se necesita de una bicicleta (mirar apartado [condiciones](#) para requisitos)

COLABORADORES

Patronato Deportivo Municipal de Gijón



A efectos previstos en la Ley Orgánica 15/1999 de 13 de diciembre, sobre Protección de datos de Carácter Personal, se le informa que dichos datos personales proporcionados se incorporarán al fichero de socios/as de Asturies ConBici registrado en la [AGPD](#) con el número 2131200093, con dirección en

C/ Manuel Llaneza 68 – bajo (33208) Gijón - Asturias. La finalidad del tratamiento de los datos será la de la ejecución de los servicios contratados, no siendo cedidos a terceros excepto en el caso de la compañía de seguros y siempre en cumplimiento de lo acordado en contrato. Usted tiene derecho al acceso, rectificación, cancelación y oposición en los términos previstos en la ley, que podrá ejercitar mediante escrito dirigido al responsable de los mismos en la dirección anteriormente mencionada.

[Leer Más...](#)

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 02 Oct 2014 18:29

Sesión de nivel 0 para el día 18 de octubre en Gijón **COMPLETA**

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 08 Oct 2014 19:56

Tras la reunión de ayer, 7 de octubre, concretamos las fechas para los cursos de Gijón. Serán de 11 a 13 horas.

Por otro lado también concretamos que si se diese algún **contratiempo meteorológico** avisaríamos de la suspensión el día antes con un mensaje en este mismo hilo. No obstante para aquellos despistadillos que decidan acercarse al lugar de impartición estaremos para comentarlo.

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 22 Oct 2014 12:51

SESIÓN DE NIVEL 0 PARA EL DÍA 15 DE NOVIEMBRE EN GIJÓN COMPLETA

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 23 Oct 2014 07:53

SESIÓN DE NIVEL 1 PARA EL DÍA 15 DE NOVIEMBRE EN GIJÓN COMPLETA

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 10 Mar 2015 21:04

SESIÓN DE NIVEL 0 PARA EL DÍA 14 DE MARZO EN GIJÓN COMPLETA

=====

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 16 Mar 2015 00:12

Hemos acordado con #30DiasEnBici hacer otro taller el **25 de abril**

=====

Ya podéis apuntaros!!

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 22 Mar 2015 16:08

SESIÓN DE NIVEL 0 PARA EL DÍA 18 DE ABRIL EN GIJÓN COMPLETA

Re: Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por Teresa - 24 Mar 2015 11:53

Se apunta a la biciescuela en el nivel 0, **Martín Calleja Rodil**, menor de edad, nacido el 7/07/2008. Madre: Marta Rodil Díaz. Telefono: 680320541 (no siempre puede cojerlo) email:

=====

Esta dirección electrónica esta protegida contra spam bots. Necesita activar JavaScript para visualizarla

Re: Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por Teresa - 24 Mar 2015 11:54

Se me olvido se apunta en Gijón

Re: Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por Teresa - 25 Mar 2015 12:26

Se apunta a la biciescuela de Gijón en el nivel 1 para el día 25 de abril a Victoria Calleja Rodil, menor de edad, nacida 5/02/2005. Madre: Marta Rodil Díaz. Telefono: 680320541 (no siempre puede cojerlo) email:

Esta dirección electrónica esta protegida contra spam bots. Necesita activar JavaScript para visualizarla

Re: Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 25 Mar 2015 17:08

SESIÓN DE NIVEL 0 PARA EL DÍA 25 DE ABRIL EN GIJÓN COMPLETA

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 13 Abr 2015 11:36

Por motivos organizativos el **Nivel 1** de este próximo sábado **18 de abril se traspasa al 25**

Re: Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 24 Abr 2015 20:59

Otro sábado más habrá #biciescuela, la segunda en este #30diasenbici 2015

Parte metereológico

Cursos de biciescuela 2014-2015

Publicado por acb_web - 29 Abr 2015 07:19

Convocamos **nuevo taller en Oviedo 9 Mayo** de 11 a 13 horas.

Lugar: **Estadio Carlos Tartiere**.

Preferiblemente gente de Oviedo y alrededores teniendo preferencia aquellos que ya han expresado su interés en dicha localidad en talleres anteriores.
