

Barcelona, 12 de març de 2021.

CONVOCATÒRIA **1ª JORNADA SEGUIMENT PROGRAMA TECNIFICACIÓ**

Dia: Dissabte 20 de Març

Hora: De 9h00 a 11h00. Trobada a les 08:30

Lloc: Velódromo de Horta Miquel Poblet

Indispensable confirmació abans de les 15:00 hores del 18 de març al mail:

tecnic@triatlo.org

Per més informació contacteu amb al mail:

tecnic@triatlo.org

CRITERI DE SELECCIÓ.

Les dues millors puntuacions per categoria i any d'aquesta de la TNT 2021 , més cinc esportistes a criteri del tècnic de la federació Sr. Jordi García.

LLOC DE LA JORNADA:

Passeig de la Vall d'Hebron, 185, 08035 Barcelona

OBJECTIUS:

Realitzar test de rendiment en Wattbike.

Avaluar el nivell físic en el ciclisme.

MATERIAL:

Els esportistes hauran d'acudir a la jornada amb el material habitual per realitzar test de ciclisme indoor:

- Sabatilles ciclisme model: Look KEO* (**Si no caldrà portar el pedal propi compatible amb les sabatilles*)
- Banda de Freqüència cardíaca.
- Roba de ciclisme.
- Tovallola.
- Hidratació.
- Mesures de referència de la posició a la bicicleta (adjuntar en la confirmació quines son).

La Comissió de Tecnificació.