



Región de Murcia  
 Consejería de Educación  
 Juventud y Deportes  
 Dirección General de Deportes



**FEDERACIÓN  
 CICLISMO**  
 Región de Murcia

**ACTIVIDAD  
 FÍSICA Y  
 DEPORTE  
 EN EDAD  
 ESCOLAR**

**FINAL REGIONAL  
 CICLISMO- GIMKANA**  
 25 de MAYO 2019

**FEDERACIÓN  
 CICLISMO**  
 Región de Murcia

**Ayuntamiento de  
 Molina de Segura**

**Región de Murcia**

**Coca-Cola**

**La Opinión DE MURCIA**



## PROGRAMA FINAL ESCOLAR REGIONAL

### CICLISMO GYMKHANA

- **Nombre de la Prueba:** Final Regional Escolar Ciclismo Gymkana
- **Organiza:** Dirección General de Deportes de la Región de Murcia.
- **Colabora:** FCRM, Concejalía de Deporte y Salud de Molina de Segura y Club Ciclista Molinense.
- **Fecha:** **sábado 25 de mayo de 2019.**
- **Lugar de celebración:** Molina de Segura, Velódromo “Alejandro Valverde”.
- **Hora de Llegada de los participantes:** 9:00 Horas
- **Reunión Técnica** (solo entrenadores): 9:30 horas
- **Modalidad:** se recomienda bicicleta de Btt ya que puede haber tramos de tierra, aunque se permitirán todo tipo de bicicletas, carretera, Mtb, Ciclocross, Bmx.

Indumentaria: se aconseja equipación de ciclismo, siendo **obligatorio el uso del casco.**

#### - **Recorrido:**

El recorrido lo compondrá una Gymkana seguido de un tramo que discurre por dentro del velódromo, con un terreno predominantemente llano y con poca dificultad técnica, siendo superable por cualquier participante escolar.

- **Destinatarios:** todos los alumnos (federados y no federados FCRM) de los centros escolares de la Región de Murcia.

- **Inscripción:** A través de la plataforma de Deporte en Edad Escolar, en el apartado de **“JORNADAS y FINALES”**, teniendo como plazo máximo el **LUNES 13 DE MAYO A LAS 12 HORAS**

<http://deportescolar.carm.es/DeporteEscolar/>

#### - **Categorías:**

Las categorías puntuables son EQUIPOS compuestos por un mínimo de 3 y un máximo de 5 alumnos, pudiendo optar por un máximo de 2 alumnos individuales. Todos los participantes (individual y equipo) puntuarán en la competición individual, y los inscritos como equipo puntuarán como equipo.

Categorías FEMENINA y MASCULINA con opción a incluir féminas.

Los centros escolares pueden participar con un máximo de 5 equipos más 2 individuales por categoría y modalidad

El resultado de cada equipo será la suma de los puntos obtenidos por cada uno de sus miembros.



**- Horarios y distancias:**

**Comienzo pruebas escolares 10:00 horas.**

Hora	Categoría y año nacimiento	Kilometraje y vueltas
10:00 h	Alevín	Gymkhana + 4 vueltas – 3.000 m aprox.
11:00 h	Infantil	Gymkhana + 8 vueltas – 5.000 m aprox.
12:30 h	<b><u>Entrega trofeos Final Regional Escolar Gymkhana</u></b>	
	<b>CATEGORIA ALEVÍN:</b>	Individual femenina Alevín Individual masculina Alevín Equipos femeninos Alevín Equipos masculinos Alevín
	<b>CATEGORÍA INFANTIL:</b>	Individual femenina Infantil Individual masculina Infantil Equipos femeninos Infantil Equipos masculino Infantil

**- Zona de boxes:**

En todas las pruebas se habilitará una zona debidamente señalizada cerca de la línea de salida donde permanecerán juntos todos los participantes de la prueba. Se llamará a línea de salida por megafonía a cada corredor.

La salida será individual realizando la Gymkhana compuesta por una serie de curvas y obstáculos y seguido un recorrido con las distancias aproximadas en la tabla.

**- Personal técnico:**

No se permitirá la estancia en el interior del circuito, línea de Salida o Llegada, a personal no identificado distinto al de Directores Deportivos o Monitores, Árbitros, miembros de la Organización y participantes de la prueba que se esté disputando en ese momento.

No se permitirá la estancia en esta zona a padres o familiares de corredores si no disponen de autorización. Para estos habrá una zona habilitada fuera del circuito con total visualización del recorrido.



## - PUNTUACIONES

PUESTO OBTENIDO INDIVIDUAL	PUNTUACIÓN
1º	15
2º	12
3º	10
4º	9
5º	8

PUESTO OBTENIDO EQUIPOS (3-5)	PUNTUACIÓN PARA TU EQUIPO
1º	15
2º	12
3º	10
4º	9
5º	8

## - PRUEBAS BASICAS PARA LAS GYMKHANAS

Para la realización de las gymkhanas se recomiendan un mínimo de cinco zonas, pudiendo ser algunas de ellas estas:

- PASO ESTRECHO: pasar entre dos maderas colocadas paralelamente.
- ZONA DE EQUILIBRIO: en una zona de 2 metros por 2 metros como máximo y 1'5 metros como mínimo, mantener el equilibrio sobre la bicicleta durante 10 segundos sin apoyar el pie en tierra y sin salirse de la zona marcada.
- PIVOTES EN ZIC ZAC: Realizar un pequeño slalom con un mínimo de 5 obstáculos. (Estos pueden ser conos, pivotes, maderas etc.).
- PIVOTES EN LINEA: con un mínimo de 5 pivotes colocando estos en línea recta y a una distancia de un metro aproximadamente entre uno y otro zigzaguar.
- GIROS Y CAMBIOS DE ORIENTACION: girar alrededor de 2 aros, en sentido contrario uno del otro.
- RECOGIDA Y SUELTA DE OBJETOS 1: utilizando 2 mesas y colocadas en línea, coger un bote lleno de agua colocado en la primera mesa y depositarlo en la segunda, en posición vertical, sin apoyarse con ninguna de las extremidades tanto en la recogida como en la entrega.
- RECOGIDA Y SUELTA DE OBJETOS 2: tras realizar el marcado de 2 círculos en el suelo a una distancia mínima de 2 metros, en el primero se coloca un bote (termo) de agua a medio llenar, se coge y se traslada hasta el segundo círculo, depositando la botella en su interior, sin apoyar ninguna de las extremidades tanto en la recogida como en la entrega.
- PUENTE DE ALTURA: colocar un puente con un listón a una cierta altura para intentar atravesar este sin derribar ningún elemento del puente.

- **PASO EN EQUILIBRIO:** pasar por encima de una tabla de 30 cm. de anchura y unos 3 metros de longitud apoyada en el suelo sin salirse de esta.
- **CIRCULO INTERIOR:** Circulo de al menos metro y medio de diámetro con una abertura por donde se entra y sale tras dar la vuelta en su interior. Este será un elemento de los fijos en todas la Gymkhanas.

**- CRITERIOS DE PUNTUACIÓN DE ESTAS:**

- A. Por el apoyo de un solo pie, pero con la realización de la zona, o fallo en un obstáculo (por caída del objeto a depositar, derribo obstáculo o desplazamiento de pivotes u obstáculos, etc.). 1 punto de penalización.
- B. Por caída del participante, por el apoyo de ambos pies, por la no realización de una zona o alterar el sentido marcado. 3 puntos de penalización.

**La clasificación general final se realizará teniendo en cuenta el menor número de fallos en primer lugar y en caso de igualdad el menor tiempo empleado.**

**CONTACTA CON LA ORGANIZACIÓN.**

- En horario de oficina al tel. 968 36 53 21/ 968 36 53 24
- El día de la jornada al tel. 695 695 185/ 686 71 77 37

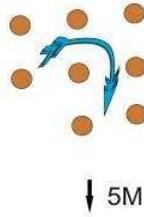




# GYMKANA



→  
5M



↑ 5M



↑ 5M



↑ 5M



↑ 5M



↑ 5M



- SALIDA - META.
- DISTANCIA ENTRE CONOS 1.20 metros (8 CONOS)
- TABLA DE 20 cm\*5 metros.
- DESPLAZAMIENTO OBJETO 5 metros.
- SURPLACE DE 5 segundos.
- RANPA DE 20cm \* 2 metros.
- PASO BAJO BARRA ALTURA A 1.25 metros ANCHO de 1 metro
- INDICADOR DE SENTIDO DE LA PRUEBA Y
- DISTANCIA ENTRE EJERCICIOS +/- 10metros
- 1 VUELTA Y MEDIA INTERIOR DIAMETRO DE 2.5 metros:



Para el desarrollo de la prueba en los casos no previstos, se establecerá lo dispuesto en:

REGLAMENTO-TECNICO-FCRM-KIDS-SERIES-BTT-2019

- Trofeos:

Modalidad Individual	Medallas Individuales	Modalidad Equipos (de 3-5)	Trofeos Equipos
Alevín Femenino	1ª-2ª-3ª	Equipo Alevín Femenino	1º-2º-3º
Alevín Masculino	1º-2º-3º	Equipo Alevín Masculino	1º-2º-3º
Infantil Femenino	1ª-2ª-3ª	Equipo Infantil Masculino	1º-2º-3º
Infantil Masculino	1º-2º-3º	Equipo Infantil Femenino	1º-2º-3º

Además se entregará un obsequio a todos los participantes.

**ORGANIZA:**



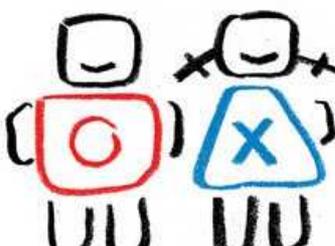
**COLABORAN:**



CONCEJALÍA  
DE  
**DEPORTE Y SALUD**  
Ayuntamiento de Molina de Segura



## CAMPAÑAS DE JUEGO LIMPIO Y CUIDADO DEL ENTORNO.

 <p><b>JUEGO LIMPIO</b></p>	<p><b>Respeto a tus compañeros/as</b></p> <p><b>Respeto a tu entrenador/a</b></p> <p><b>Respeto a tu rival</b></p> <p><b>Respeto al árbitro</b></p> <p><b>Respeto al público</b></p>
<p><b>Cuida tu entorno.</b></p> <p><b>Usa las bolsas, contenedores y papeleras para tus residuos.</b></p> <p><b>Mantén limpia tu instalación</b></p> <p><b>No ensucies el deporte</b></p>	

Se ruega encarecidamente que a lo largo de toda la jornada de competición, tanto por parte de los docentes, entrenadores, familiares, personal de organización y demás asistentes a las instalaciones, que por favor cuidemos la instalación, depositando los residuos en las bolsas de basura, papeleras o contenedores habilitados para ello. **YO CUIDO EL ENTORNO!**

Del mismo modo, rogamos que se lleve a cabo un juego limpio, tanto en la cancha de juego como en la grada. **YO, ME RESPETO!**