

MEMORIA DE ACTIVIDAD

PRÁCTICA TÉCNICA BTT Sección de FORMACIÓN

DATOS PRINCIPALES

Fecha: Domingo 24 de Abril 2022

Lugar de realización: Madrid, Becerril de la Sierra, Cerro del Telégrafo.

Número de participantes: 9

Transporte: Vehículo particular

Coordinador/a: Jacinto López (Txinto)

Fotografías:



Descripción de la actividad:

Nos reunimos en el lugar establecido para el inicio de actividad a las 9:30 de la mañana de un domingo soleado y cálido que nos haría disfrutar de nuestra actividad. Participamos 9 de los 10 inscritos ya que tuvimos una baja de última hora.

Arrancamos hacia una senda técnica de dificultad moderada para ir calentando y realizar las primeras prácticas. Comenzamos con una breve charla teórica, tras ella, pasamos a practicar los ejercicios de ataque, equilibrio y reparto de pesos, de los que habíamos hablado.

Una vez superado este comienzo, pasamos a una senda de mayor dificultad, donde el coordinador se adelanta un tramo para indicar las mejores opciones de paso. A continuación, el resto de participantes van saliendo de uno en uno, para superar el tramo en cuestión.

Al final de esta senda, nos vamos en busca de la pista que sube al cerro del telégrafo por la vertiente de Morzarzal. Nuestro objetivo es ganar altura para realizar la primera bajada técnica de la jornada. Al comienzo de la misma, hacemos otra pequeña charla sobre técnicas de bajada, altura del sillín, presión de neumáticos y en especial, técnicas de frenado.

Comentamos que es importante mantener una distancia de unos 30 o 40 metros entre nosotros, así como la indicación de que si no se puede superar algún tramo, apartarse para permitir el paso a los demás. Tras ello, nos vamos tirando de uno en uno y nos reunimos abajo.

Volvemos a ganar cota en busca de otras dos bajadas, en las cuales esta vez, hacemos dos grupos. Unos optan por repetir la anteriormente comentada y otros por una trialera con un poco más de dificultad.

Continuamos realizando más prácticas de las mismas características, en las cuales el grupo va progresando adecuadamente.

Cuando miro el reloj veo que prácticamente han transcurrido las 4 horas de actividad sin apenas enterarnos, por tanto, ponemos rumbo hacia los coches y al llegar a ellos nos despedimos y damos por terminada la actividad.



PEGASO
A.D. GRUPO MONTAÑA

Análisis: Una jornada productiva, en un día espléndido y con un grupo muy motivado y con muchas ganas de practicar.

Poco más...

Saludos Txinto

OTRA INFORMACIÓN RESEÑABLE (opcional)

Incidentes: Si durante la actividad ocurrió algún incidente como participantes sin el material adecuado, haber caminos cortados, multas por acceso a zonas protegidas, extravío de algún participante, si algún socio acudió con su perro, etc.

Accidentes: Personas lesionadas, si hubo necesidad de rescate, etc.

Alojamiento: Lugar/alojamiento, si hubo trato especial de algún tipo, con instalaciones disponibles para material (bici, esquís,..)