



JUFRÉ
CYCLING

INFORMACIÓ

ESCOLA DE CICLISME JUFRÉ CYCLING

TEMPORADA 2025-26

Benvolgudes famílies,

Iniciem aquest curs amb molta il·lusió i ganes de pedalar junts. En primer lloc, us volem donar les gràcies per fer-nos confiança i esperem que a l'Escola de Ciclisme us hi trobeu com a casa.

L'Escola de Ciclisme forma part del Club Natació Vic-ETB (ETB Esport), , entitat amb un fort projecte esportiu que el formen tres Clubs com són el Club Natació Vic, Club Ispira espai salut i el Club Jufré Cycling. Soc el coordinador de la secció de ciclisme i porto la direcció tècnica de l'Escola en el marc del projecte Jufré Cycling.

Jufré Cycling és un projecte global de ciclisme forjat a Vic l'any 2012 i engloba sis línies d'actuació:

- L'Escola de Ciclisme per a nens, nenes i joves
- Els equips de competició: acompanyament, entrenament i formació
- L'organització d'esdeveniments de ciclisme: curses i activitats populars
- Els campus esportius infantils i juvenils (Setmana Santa i estiu)
- El foment d'activitats de cicloturisme
- L'assessorament en ciclisme en general

Tot seguit, teniu la informació de l'Escola de Ciclisme. Recomanem que la llegiu atentament.

ÍNDEX

1. Escola homologada, programació i instal·lacions
2. Què fem a l'Escola de Ciclisme?
3. Organització dels grups
4. Què cal portar?
5. Roba del Club

6. Comunicació
7. Què cal tenir en compte?
8. Competició
9. Llicència federativa
10. Avantatges del Club

1. ESCOLA HOMOLOGADA, PROGRAMACIÓ I INSTAL·LACIONS

L'Escola de Ciclisme Jufre Cycling és una Escola homologada per la Federació Catalana de Ciclisme amb la màxima categoria. Això implica una sèrie de requeriments com tenir unes instal·lacions adequades per a l'ús de la bicicleta, tenir el personal titulat i tenir un programa de treball, entre altres aspectes. Tenim la sort, gràcies a l'Ajuntament de Vic, de disposar d'una zona esportiva àmplia i totalment tancada i equipada, amb una pista asfaltada circular de 500 m, una pista de *Pump Track*, una zona *rock garden* per millorar la tècnica i una línia de salts, dins d'una àmplia zona verda.

2. QUÈ FEM A L'ESCOLA DE CICLISME?

A l'Escola de Ciclisme Jufre Cycling volem que els nens i nenes puguin practicar el ciclisme com una activitat extraescolar. La nostra prioritat a l'Escola és que els alumnes s'ho passin bé i puguin trobar un espai on fer nous amics tot gaudint de l'esport. Treballem amb diferents grups i procurem sempre que tot l'alumnat s'hi senti còmode.

Més enllà de l'exercici físic, els eduquem i formem com a persones i esportistes. Fer ciclisme és una oportunitat per aprendre els valors de l'esport.

En les sessions, combinem aquestes activitats:



Jocs i circuits
d'habilitats



Tècnica i seguretat
viària



Sortides per l'entorn
natural



Sortides per l'entorn
urbà



Tallers de mecànica i
seguretat

Els transmetem els valors de l'esport: respecte, igualtat, companyonia, esforç, sacrifici, constància i treball en equip. Valors que treballem en el dia a dia, amb professionalitat i responsabilitat.

Els dies de pluja i mal temps, **no anul·lem les classes**. En aquestes sessions, aprofitem per fer exercicis físics, jocs lúdics, introduïm nocions teòriques i posem en pràctica diferents temes com:

- Seguretat viària (nocions bàsiques del codi de circulació)
- Mecànica (parts de la bici, vocabulari específic i reparacions bàsiques)
- Alimentació (la piràmide dels aliments, la importància de menjar bé i dels hàbits saludables)
- Modalitats del ciclisme (diferències entre les diferents modalitats del ciclisme: carretera, BTT, ciclocròs, BTT descens, pista, trial i BMX)
- Corrons d'escalfament (aprenem a rodar sobre corrons)

3. ORGANITZACIÓ DELS GRUPS

Distribuïm els alumnes en grups. Cada grup té un monitor o monitora de referència a cada sessió. A l'hora de fer els grups, tenim en compte les afinitats i/o amistats. Ens podeu fer arribar els suggeriments per a la confecció de grups via WhatsApp. Escriviu el nom del nen/a i amb qui vol compartir grup.

La sortida de l'escola és gradual, per grups. Els acompanyants no poden entrar al recinte en el moment de portar o recollir els infants. Es poden veure en tot moment a través de la porta principal de la instal·lació.

4. QUÈ CAL PORTAR?

- Bàsicament roba d'esport còmoda (Recomanem la de ciclista de l'Escola.)
- La bicicleta ha d'estar en bones condicions: rodes, frens, cadena greixada i, si tenen canvis, que funcionin correctament.
- Les reparacions que es facin a l'Escola de Ciclisme es cobraran en efectiu a la mateixa Escola.
- Una càmera de recanvi (A partir de 8 anys)
- Una motxilla petita per portar tot anant en bici (En tenim a l'Escola per 15 €.)
- Aigua: bidó, ampolleta o *camelbag*
- Roba d'abric en funció de la temporada
- Guants (Recomanable)
- Dissabtes, portar una mica d'esmorzar per menjar una mica a mig matí.
- En horari d'hivern, cal portar llum de davant i darrere. Imprescindible per als grups de dilluns i dijous de 17.30 a 19.00 h i els de dimecres i divendres de 18.00 a 20.00 h.

5. ROBA DEL CLUB

Opcional però molt recomanable: Els alumnes poden portar l'equipació de l'Escola format per Culot i mallot, estiu i hivern.



Podeu comprar la a través de la nostra web <https://jufrecycling.com/equipacio/>

La botiga en línia (Team Store de Tactic) està disponible en determinats períodes de la temporada; podeu consultar-ne la disponibilitat al web on hi trobareu el codi per accedir-hi.

A continuació, us facilitem també l'enllaç a la [guia de talles](#).

Els preus els podeu consultar una vegada hi accediu.

A l'Octubre a desembre es podrà reservar la jaqueta CMP d'hivern a través d'un formulari del Club, també si voleu el xandall amb la desuadora.

També disposem d'una motxilla molt pràctica per portar mentre van en bici, adaptada a totes les edats, amb un preu unitari de 15€, es compra a la mateixa Escola de ciclisme.

6. COMUNICACIÓ

La comunicació amb les famílies és important. Posem a la vostra disposició un telèfon mòbil amb WhatsApp on us atindrà en Josep Jufré, com a coordinador de la secció de ciclisme.

Us aconsellem que deseu aquest mòbil a la vostra agenda del telèfon.

Mòbil i WhatsApp: 609 890 810

Correu: info@jufrecycling.com

Recordeu que tot el que fa referència a inscripcions i pagaments, es fa al Club Natació Vic-ETB.

Podeu contactar-hi per correu electrònic info@etbesport.cat o bé al telèfon 93 885.21.31

Podeu estar informats a través d'un canal de WhatsApp on anirem penjant informació referent a l'Escola de Ciclisme.

Enllaç: <https://whatsapp.com/channel/0029Vb6dZlqFcowB0E8RRN41>

També trobareu informació al nostre web www.jufrecycling.com o bé si ens seguiu a les xarxes socials [Instagram](#) i [Facebook](#)

7. QUÈ CAL TENIR EN COMPTE?

CALENDARI

- **Consultar-ho al web**
- **GUARDA BICIS:** Es pot **deixar la bici a l'Escola** en cas de necessitat. Té un cost de 5 € mensuals que es cobraran per rebut domiciliat. **Cal demanar disponibilitat.**
- **Si un alumne es perd una classe pel motiu que sigui, la pot recuperar en un altre grup de la seva edat.** Cal avisar per WhatsApp si hi ha disponibilitat per poder-ho fer.
- Les famílies podeu demanar entrevista personal.
- Poseu el nom a la roba: Mallots, jaquetes, dessuadores, motxilles, guants...

COMPETICIONS

Tots els alumnes que vulguin competir ho poden fer, hi ha un calendari per les diferents categories i modalitats que podeu consultar a la web de la Federació Catalana de Ciclisme.

<https://www.ciclisme.cat/calendari/tot>

No cal seguir els diferents calendaris, si es vol es pot anar a córrer de forma esporádica.

Tots els que hi estigueu interessant contacteu amb en Josep Jufré.

8. LLICÈNCIA FEDERATIVA (ASSEGURANCES)

La llicència és obligatòria per a tot l'alumnat de l'Escola. És anual i es renova automàticament el dia 1 de gener del 2026. Si no es vol renovar, cal avisar 15 dies abans (no més enllà del 15 de desembre de 2025).

Aquesta llicència cobreix el/la vostre/a fill/a tant a l'Escola com a fora, tant d'accident com de responsabilitat civil.

Com visualitzar la llicència?

La llicència és digital. Us heu de descarregar l'App de la Federació Catalana de Ciclisme per poder-la veure. Teniu tota la informació relacionada amb la llicència a la Federació de ciclisme: www.ciclisme.cat

Visualització de la llicència <https://www.ciclisme.cat/contingut/licencia-federativa>

Una vegada descarregada l'aplicació de la FCC, hi podreu accedir amb el número i lletra del DNI i la data de naixement. Per als que no tenen DNI, cal introduir les lletres i número de targeta sanitària i la data de naixement.

A partir de la categoria cadet o llicències UCI-REFC, s'ha de validar primer un correu que rebreu a la vostra adreça i llavors heu de seguir els passos de l'APP.

Assegurances i accidents

Tota la informació de les assegurances i protocol d'actuació és al web de la Federació. És molt important seguir els protocols indicats per l'asseguradora, de no seguir-los no es faran càrrec de les despeses. Hi trobareu les cobertures de la llicència, tant d'accidents com de responsabilitat civil, i els passos que cal seguir si teniu algun accident.

En cas d'accident, podeu contactar amb mi i us ajudaré a fer les gestions i tràmits.

Informació assegurança llicència:

<https://www.ciclisme.cat/contingut/assegurances-licencia-federativa>

En cas d'accident:

<https://www.ciclisme.cat/contingut/en-cas-daccident>

Per als alumnes menors de 5 anys, tenim una assegurança d'accidents que només cobreix el moment de fer l'activitat amb nosaltres.

1. AVANTATGES AL CLUB NATACIÓ VIC-ETB

- Ofertes exclusives per ser clients
- Descomptes especials en revisions i proves d'esforç a Bayés Esport

Moltes gràcies per la confiança.

Resto a la vostra disposició per a qualsevol dubte o aclariment.

Bon curs 2025-2026!

Atentament,

A handwritten signature in black ink, reading "Josep Jufre". The signature is stylized with long, sweeping strokes.

Escola de ciclisme

Telèfon i WhatsApp

609 890 810

Jufre Cycling

C/ Josep Maria Pallàs, 1. 08500 Vic. Telf/Fax: 93 885 31 21 · CIF: G58003252 info@etbesport.cat www.jufrecycling.com