



GUIA DE PRÁCTICAS ASIGNATURA BICICLETA Y MOVILIDAD SOSTENIBLE CURSO:2009/10

PARTE 1: MECÁNICA Y CIRCULACIÓN.

OBJETIVOS: Dar a conocer los aspectos generales necesarios para el uso y disfrute de la bicicleta.

CONTENIDOS: 2 sesiones de 2 h cada una.

- Mecánica básica de la bicicleta.
- Circulación y conducción: posiciones adecuadas sobre la bici, cambio de velocidades, etc.
- Atrezzo del ciclista.
- Aspectos de Seguridad Vial.
- Circulación por vías ciclistas de Sevilla, casos prácticos.

METODOLOGÍA: Las sesiones serán prácticas y muy participativas.

MATERIALES: Se recomienda ropa cómoda y bicicleta (obligatoria).

FECHAS: 16-27 NOVIEMBRE 2009.

LUGAR: OFICINAS CENTRALES (CORTIJO) PARQUE DEL ALAMILLO.

HORAS	L 16	M 17	X 18	J 19	V 20
9:30-11:30	GRUPO 1				
12:00-14:00	GRUPO 2				
16:30-18:30			GRUPO 3	GRUPO 4	
	L 23	M 24	X 25	J 26	V 27
9:30-11:30	GRUPO 1				
12:00-14:00	GRUPO 2				
16:30-18:30			GRUPO 3	GRUPO 4	

PLAZOS Y FORMA DE ADSCRIPCIÓN A LOS GRUPOS

- Hemos propuesto 4 grupos de prácticas para que podáis adaptaros al horario que mejor os convenga.
- Cada grupo de prácticas irá realizando las distintas sesiones que se propongan en las fechas arriba reseñadas hasta completar las 4 h que se proponen en el programa de la asignatura , Por ejemplo, el GRUPO 1 tendrá el siguiente calendario:
 - MECÁNICA Y CIRCULACIÓN :17 y 24 NOV, 9:30-11:30 H
- Para adscribiros a un grupo concreto, tenéis que enviar un email a porlabici1@gmail.com con los siguientes datos:
 - NOMBRE Y APELLIDOS
 - GRUPO AL QUE OS ADSCRIBIS
 - EMAIL DE CONTACTO
- Cada grupo de prácticas contará con un máximo de 30 personas a las que se irá asignando plaza por orden de llegada de los emails con los datos solicitados correctamente cumplimentados.
- Los plazos serán:
 - Desde el momento de publicación de esta guía en la Web y hasta las 15:00 H del MIERCOLES 4 de NOVIEMBRE para presentación de solicitudes.
 - Los listados provisionales de grupos se publicarán en la Web de ACONTRAMANO, www.acontramano.org el LUNES 9 de ese mismo mes.
 - Plazo de observaciones y cambios de grupo justificados: MARTES 10 Y MIERCOLES 11, hasta las 15 h de este último, siempre a través de porlabici1@gmail.com.
 - Listados definitivos: JUEVES 12 DE NOVIEMBRE en www.acontramano.org

PARTE 2: TRABAJO DE CAMPO

Como ya sabéis , para realizar el TRABAJO DE CAMPO, tenéis que formar grupos de 3-5



personas, por lo que podéis ir mandando la composición definitiva de estos a la dirección porlabici1@gmail.com.

El resto de detalles acerca de su elaboración y demás, podéis encontrarlos en la GUIA DE LA ASIGNATURA, o comentando directamente vuestras dudas con RICARDO MARQUES bien durante las jornadas de clases teóricas o en marques@us.es.

NOTA: Para evitar posibles confusiones con la nomenclatura de los GRUPOS PARA EL TRABAJO DE CAMPO, hemos pasado a llamar a estos con letras, así hablaremos de GRUPO A,B,C,etc.

Un saludo y muchas gracias por vuestra participación.

Raúl Gómez Dorado

COORDINACIÓN PRÁCTICAS “BICICLETA Y MOVILIDAD SOSTENIBLE”

porlabici1@gmail.com