



**BUTLLETÍ
INFORMATIU
DE
«LA GRUPA»**

**Any 2005
Segon trimestre**

LA GRUPA	
Asamblea de cicloturismo, ejercicio 2004 . . .	3
Nota informativa	5
CONTRAPUNTS	
Algunes reflexions	6
La buena gente	7
EL SOCI	
Alfonso Ruiz	8
SALUT	
Piernas duras	10
CIRCULACIÓ	
Pacte per la mobilitat. Com va la cosa?	12
Nuevas normas para los ciclistas	13
Uno de 68 años	15
Ciutats que pedalegen	17
LLEGENDES	
Abur al tour	19
Rivalidades (II)	20
TEMPS ERA TEMPS	
El bagul dels records	26
CICLOTURISME	
Els llebrers anem a conèixer l'Empordà	28
CALENDARIS	
Calendari de marxes del 2005	30
Calendari de sortides del club	33
NOTÍCIES	
Notícies de la grupa	45
OFERTES	
Bicicletas y material de ocasión	46

RESUMEN DE LA ASAMBLEA DE CICLOTURISMO EJERCICIO 2004

La Asamblea de Cicloturismo se celebró el 29 de enero de 2005 en el local de la Coordinadora d'Entitats. Los temas que se trataron fueron los siguientes:

1.- Presentación del estado de cuentas y aceptación de las mismas. Se decide que en el ejercicio 2005 se continuará con la misma política que en 2004: intentar no atesorar y reinvertir en el socio cicloturista las aportaciones que se obtengan.

2.- Se pone en conocimiento de los socios la posición de la Junta a raíz de los enfrentamientos surgidos por la entrega de Premios de Verano, haciendo hincapié en que la intención de esta Junta es la de unir la Grupa y hacerla más grande. Para ello toda la junta en bloque presenta su dimisión, con la intención de seguir gestionando la Entidad hasta la fecha de celebración de elecciones.

3.- En posterior debate, se propone realizar una votación a mano alzada para confirmar y reafirmar la gestión de la Junta y su continuidad hasta el final del mandato, quedando la votación de la siguiente forma:

Asistentes: 44 socios (de los cuales 10 son miembros de la junta, por lo que no ejercieron su derecho a voto).

Votos a favor: 29

Votos en contra: 0

Abstenciones: 5

A la vista de los resultados, la Junta informa a los asistentes que se convoca una reunión de la misma para consensuar entre todos sus componentes la decisión de continuar o mantener la dimisión. Del resultado de esta reunión se dará conocimiento a los socios mediante una circular o comunicado.

4.- Por unanimidad, la Asamblea toma la decisión de eliminar la Clasificación General dentro del Campeonato de Verano de 2005.

5.- Por mayoría, se aprueba la creación de 4 grupos (A, B, C y Llebrers) que tendrán una disciplina propia, administrada por un Capitán elegido por los componen-

Butlletí editat per l'A.C. MONTJUÏC
a través del seu consell de redacció:
Andries Ruesink, Xavier Òdena, Iñaki Marín,
Josep Mendez, Paco Cascón i Xavier Jover.
Número d'exemplars: 190

La redacció no es fa responsable de l'opinió de cap escrit publicat i, per tant, exigeix que qualsevol escrit vingui signat per algú que se'n faci responsable.

tes de cada grupo. El Capitán será el responsable de su grupo y se apoyará en las personas que estén dispuestas a colaborar con él para la elaboración de clasificaciones, la realización de salidas, la recaudación del euro y otras acciones que pudieran surgir.

Los Capitanes de grupo se someterán a la disciplina del reglamento y de la Junta.

Se deja constancia que los grupos no están cerrados. Por ese motivo, y con la intención de no perjudicar a ningún socio, se observa y se admite:

A.- La posibilidad de que un miembro de un grupo pueda realizar la salida semanal con un grupo superior. En este caso, puntuará con los tres puntos y se le adjudicará el kilometraje correspondiente a la salida de su grupo.

B.- La posibilidad de que un miembro de un grupo pueda realizar la salida semanal con un grupo inferior. En este caso, también puntuará con los tres puntos, pero se le adjudicará el kilometraje correspondiente a la salida de ese grupo inferior.

LA JUNTA

NOTA INFORMATIVA

Estimats companys:

El motiu de la present és comunicar-vos la decisió que ha pres aquesta Junta respecte a la petició, per part de la gran majoria de socis que van assistir a la passada Assemblea del 29 de gener, de continuar amb la seva tasca d'organització al front de la Grupa.

La Junta, en reunió extraordinària celebrada el passat dissabte dia 2 de febrer, va decidir per unanimitat continuar endavant i tornar a agafar les regnes del club, sortint d'aquesta situació doblement reforçada, com a conseqüència del nombrós recolzament dels socis per majoria absoluta.

Així doncs, només ens queda agrair-vos l'enorme interès que tots vosaltres heu demostrat per tal que la Grupa continui essent dirigida per una Junta que, fins el dia d'avui, ha procurat fer les coses de la millor manera possible.

Moltes gràcies.

LA JUNTA

ALGUNES REFLEXIONS

Ja sabeu que el cap mai deixa de pensar i, a vegades, de tant donar-hi voltes, reflexions fins que arribes a una conclusió. Hi ha coses que passes de llarg, però segons com, sents el desig d'explicar-les i què millor que escriure-les! Així el vent no se les emporta.

En primer lloc, plantejaré les meves inquietuds.

Sóc una persona que pertany a una entitat anomenada "Agrupació Ciclista Montjuïc", coneguda com la "Grupa". Fa uns anys que fem sortides tres cops a la setmana i compartim quilòmetres amb un companyerisme meravellós. A part del pedaleig en bicicleta, he estat feliç pel comportament de tots. Hem fet sardinades, pernilades i alguns esmorzars en els quals han pogut participar les nostres dones, fills i amistats.

Però portem una temporada que tot això s'ha capgirat. L'ambient s'ha enrarit i això sap molt de greu. Aquest ambient de tanta unió i aquesta tranquil·litat van desaparèixer, cosa que sentim els qui estimem el club. Es formen capelletes, o sigui, grupets.

No seria millor que ens assegússim tots al voltant d'una taula i cadascú exposés les seves queixes amb "talante y buen rollo", i miréssim d'arreglar les coses? Ja sabem que cada persona és un món i cadascú té la seva raó, però hauríem de solucionar-ho pel benefici de tots els socis.

RAFEL SORIA

LA BUENA GENTE

...para Juanjo

Hace ya tiempo que vengo observando el excelente nivel humano que se está exhibiendo dentro de nuestro club. A lo largo de estos últimos años ha ido llegando gente francamente extraordinaria, y es que, en realidad, a veces una mirada o un simple roce bastan para encontrar esa complicidad que nos reconoce como personas solidarias.

La amistad, ese sentimiento que nos hermana y nos hace ser especiales para unos y otros, es algo a lo que nadie debería renunciar nunca, y fomentarla debería ser siempre el principal objetivo de todos nosotros, por encima de ese vínculo que nos une y nos hace pasar tan buenos ratos como es la bici.

Cualquier club ciclista se compone de un grupo de aficionados a la bici que, además, establecen a través de sus salidas diversas relaciones de compañerismo. En la Grupa, la cosa funciona al revés: somos un grupo de compañeros que, además, compartimos la pasión por las buenas bicis y salimos a disfrutar con ellas. Y cuando tenemos un percance allí estamos, poniendo en práctica todo nuestro buen hacer, ofreciéndonos al compañero en todo lo que sea necesario. ¡Qué bien nos sentimos entonces!, aunque no menos que cuando ese amigo nos mira a los ojos y, emocionado, nos agradece nuestra pequeña muestra de apoyo. Es en esos momentos cuando te das cuenta de la grandeza de un club como el nuestro, movido por grandes personas, excelentes compañeros, buenos amigos.

Podremos tener nuestros más y nuestros menos, nuestras largas discusiones que no llevan a nada, nuestros cabreos políticos de club, pero por encima de todo siempre estará ese gran compañerismo que impera en la Grupa.

Por encima de todo, siempre estará la buena gente.

XAVIER JOVER



ALFONSO RUIZ

Nombre: Alfonso Ruiz Montoya

Lugar y fecha nacimiento: Igualada 16-11-1934

Vive en: Barcelona

Situación familiar: Padre de 6 hijos

Profesión: Mecánico

Aficiones: Deporte, lectura y música

Apodo(s): -

Música preferida: Flamenco

Película(s) favorita(s): La Ley del Silencio

Lectura: Política e Historia

Socio desde: 1988

Con qué grupo sales habitualmente: B

Por qué te has hecho socio de "la Grupa": Anteriormente era socio de U.D. Les Corts y buscaba un club de nivel superior

Mejores hazañas en la bicicleta:

1988: 1º Excursionismo - 3º Lebreles 54 años

1989: 1º Excursionismo - 5º Lebreles 55 años

1990: 1º Excursionismo - 6º Lebreles 56 años

Algún proyecto, plan o deseo para ir en bicicleta: Diversión y mantener la forma física

Ciclista(s) favorito(s): Lance Armstrong y Miguel Induráin

Recorrido(s) favorito(s): Subida a Montserrat

Bicicleta(s): Colnago y Pinarello

Qué te gusta de "la Grupa": En general, me gusta

Que te gustaría cambiar/mejorar en el club:

No me gusta la existencia de tantos grupos. Veo mejor que haya 2, como antes, con igual punto de salida y destino pero siguiendo recorridos alternativos. Por ejemplo: si el destino es Sant Sadurni, unos que hagan su itinerario por Masquefa y los otros por Gelida; o para ir a Santa Maria de Vilalba, unos por Ullastrell y otros por la carretera de las Carpas.

Se ha llegado a una falta de cohesión dentro del club, distando mucho de la unidad que había antaño.

Para finalizar, qué te parece el boletín del club: Correcto

PIERNAS DURAS

El hecho de notarse las piernas duras, con sensación de hinchazón, pesadez, ligeramente doloridas y musculatura tensa al tacto es indicativo, en algunos casos, de que la musculatura anda ligeramente contracturada.

En otros casos, puede ser una indicación de cierta retención de agua en el músculo, lo cual no es malo ni bueno, simplemente molesto.

Otras veces, esa sensación puede indicar un edema muscular muy normal y típico que se produce después de grandes esfuerzos o después de esfuerzos moderados tras un período de cierta "inactividad", o sea, de desentrenamiento. Que este hecho no nos asuste, esa especie de abultamiento de los músculos después de una sesión de entrenamiento (parece como si hubiese aumentado la masa muscular) no es más que una reacción edemática (extravasación de líquidos y retención de los mismos) para aliviar y superar las microlesiones que produce el entrenamiento en las fibras musculares.

Para ello, podemos encontrar alivio:

- Revisando los desarrollos empleados.

- Realizando unas rutinas muy sencillas de estiramientos diarios de los principales grupos musculares de las piernas (y del resto del cuerpo también, nunca viene mal).

- Es muy recomendable CALENTAR antes de entrenar o competir. En ciclismo es algo de lo que nos olvidamos con frecuencia. Creemos que aquí se calienta sobre la marcha. Sería muy recomendable que, antes de competir o entrenar, dedicásemos al menos una media hora a rodar sueltos, a una velocidad suave, con desarrollo ligero y constantes cambios de posición: de pie, sentado, estirar un poco el gemelo dejando caer el talón. Una vez cumplida la media hora, podemos ir aumentando progresivamente la intensidad hasta comenzar con el entrenamiento propiamente dicho.

- Estirar después de entrenar y sólo si no llegamos hechos polvo. Los estiramientos con el músculo muy fatigado pueden no ser buenos. Pueden realizarse, pero sin llevar la amplitud del estiramiento al máximo.

- Realizar la "vuelta a la calma" tras una sesión de entrenamiento. Igual que calentamos para preparar el organismo al esfuerzo, debemos prepararlo para adaptar sus parámetros al reposo, disminuyendo la intensidad del esfuerzo de forma paulatina. Es decir: no hay que parar de golpe al llegar a casa viniendo a mil, sino que realizaremos los últimos kilómetros a un ritmo más suave, soltando las piernas y manejando desarrollos "blandos".

- A ser posible, tras un esfuerzo muy importante, como puede ser un entrenamiento bestial o una competición, es recomendable salir a andar o a pasear un poco durante la tarde, o hacer un poco de rodillo, muy, muy suave, o rodar en carretera muy despacito, a unos 10-15 km/h.

Estas son, a grandes rasgos, unas cuantas recomendaciones saludables para evitar esa desagradable sensación de pesadez e hinchazón de piernas. Si te es posible, que te den un masaje deplectivo o de vaciamiento y relajación que ayude a reactivar la circulación y a movilizar toxinas.

Existen también sistemas de recuperación con hielo. ¡Pero hay que tenerlos bien puestos para meterse en una bañera con agua y hielo, y alternar estas inmersiones con otras de agua caliente!

Los que defienden esto lo fundamentan en lo siguiente:

Si aplicamos frío general tras un esfuerzo, estamos provocando una vasoconstricción superficial, lo cual enfría los tejidos más externos. El cuerpo reacciona mediante una vasodilatación general de los grandes vasos sanguíneos profundos para aportar calor interno y contrarrestar el enfriamiento general. Esta vasodilatación profunda favorece un mayor aporte de sangre a todos los tejidos y una mayor nutrición y movilización de toxinas de los mismos.

SERGIO DELONGE

PACTE PER LA MOBILITAT. COM VA LA COSA?

El Pacte per la Mobilitat és un fòrum constituït per l'administració municipal, les associacions i les entitats barcelonines, encarregades de dissenyar el model de Mobilitat de la Barcelona del segle XXI.

El pacte ha d'ésser, doncs, un organisme viu que evoluciona d'acord amb els nous reptes que genera la ciutat. Una taula de diàleg i compromís recíproc, una fórmula per arribar a acords.

L'objectiu número 9 del pacte persegueix el foment de l'ús de la bicicleta com a mode habitual de transport. I defineix les accions que s'han de portar a terme per tal d'aconseguir-ho:

- * Ampliar, racionalitzar i millorar la xarxa d'itineraris i de carrils bici amb espais protegits i senyalitzats, i definir els llocs adients d'estacionament.
- * Potenciar el transport de bicicletes al metro i als ferrocarrils de la regió metropolitana.
- * Promoure el coneixement i respecte a les normes de circulació per part dels usuaris i usuàries de la bicicleta.
- * Adherir-se al projecte europeu EuroVelo de construcció d'una ronda costanera per a bicicletes.

Què en penseu de tot això? Anem camí de complir aquests objectius? O encara queda molt? Com que alguns de nosaltres fan servir la bici com a vehicle de transport, a banda de màquina d'entrenament i tortura, m'ha semblat una interessant proposta de debat.

IÑAKI MARÍN

NUEVAS NORMAS PARA LOS CICLISTAS

Aunque muchos de vosotros ya las conocéis, hemos creído interesante ofrecer desde el Boletín de la Grupa un resumen de las novedades que la Dirección General de Tráfico ha introducido respecto a la circulación de bicicletas. Todas ellas están en vigor, aunque muchos automovilistas las desconozcan y algunos compañeros ciclistas también. Ni que decir tiene que las normas de circulación EN NINGÚN CASO son un salvoconducto de seguridad, por lo que, desde estas páginas, os animamos para que, tanto en las salidas con el club como en vuestras excursiones particulares, extreméis las precauciones.

Reflectantes obligatorios:

Cuando sea obligatorio el uso del alumbrado, si circulan por vía interurbana, los conductores de bicicleta llevarán colocada una prenda reflectante que permita a los conductores de vehículos y demás usuarios distinguirlos a una distancia de 150 metros.

En bicicleta, todos con casco:

Los conductores y ocupantes de bicicleta deberán utilizar cascos de protección homologados o certificados cuando circulen en vías interurbanas, salvo en rampas ascendentes prolongadas, por razones médicas y en condiciones extremas de calor.

Circular en grupo, pero no en pelotón:

Se permite a los conductores de bicicleta circular sin mantener la separación entre ellos, extremando la atención a fin de evitar alcances entre los propios ciclistas. Además, no se consideran adelantamientos los producidos entre ciclistas del mismo grupo. Podrán circular en columna de a dos como máximo, siempre lo más a la derecha posible de la vía y colocándose de uno en uno en tramos de poca visibilidad. En autovías sólo podrán circular por el arcén, siempre que sean mayores de 14 años y no esté prohibido por la señal correspondiente. Cuando se prohíba su circulación un panel indicará el itinerario alternativo.

Ciclistas, prioridad respecto a vehículos a motor:

Los ciclistas tendrán prioridad de paso respecto a los vehículos a motor cuando éstos giren a la derecha o la izquierda para entrar en otra vía, y cuando circulando los ciclistas en grupo, el primero de ellos haya iniciado ya un cruce o entrado en una glorieta.

Descensos pronunciados y seguimiento:

En los descensos prolongados con curvas, los ciclistas podrán abandonar el arcén circulando por la parte de la calzada que necesiten, siempre por la derecha. Podrán circular por el arcén los vehículos en seguimiento de ciclistas a velocidad lenta.

IÑAKI MARÍN

UNO DE 68 AÑOS

El pasado dos de noviembre, tuve la oportunidad de inscribirme en una de las diez pruebas que se realizaron en Barcelona con el objetivo de valorar qué medio de transporte es más rápido y menos costoso, tanto desde el punto de vista económico como medioambiental. Organizaba el evento la "Associació per la Promoció del Transport Públic".

La "carrera" acabó con dos claros ganadores, al menos en velocidad: la bici y la moto, por este orden. El coche quedó siempre en las últimas posiciones, mientras que el metro sólo funcionó mejor en los trayectos muy largos.

En mi caso, tomé la salida –junto con otros participantes– desde el Ayuntamiento de Sants- Montjuïc. La TV estaba presente para filmarnos: eran las 18:00 horas. Nuestro destino era la Escuela Industrial, a la cual debíamos llegar eligiendo la ruta libremente, siempre respetando el código de la circulación. Competidores: moto, taxi y transporte público (como bus o metro); yo, por supuesto, escogí mi bicicleta de montaña.

Durante todo el trayecto respeté las aceras, los semáforos, la derecha y la señora mayor que cruzaba el paso de cebra... (en mi mente tenía a mi jefe, que me estaba vigilando como ..., en fin, que estaba en todas partes).

Mi recorrido fue el siguiente: Ayuntamiento, c/Torre de'n Damians, cruzar el parque por la rampa, la Estació de Sants, Avda. Roma, C/Mallorca, C/València, C/Comte d'Urgell y final en la Escuela Industrial. Allí me esperaba una señorita (alta y delgada como su madre, morena y salada como su madre) que era la responsable de las llegadas.

Los tiempos invertidos fueron: la bici, 12 minutos; la moto, 16 minutos; el taxi, 20 minutos más 5,3 euros; el coche, 25 minutos; el metro, un poco menos que el coche, y el bus rondó la media hora.

El canal de televisión BTV estuvo cubriendo la llegada y, durante la espera, me realizaron un corto interviú (que yo no llegué a ver después, pero que el compañero Ferri me confirmó).

Una vez concluida la prueba, se nos dijo que debíamos dirigirnos a un restaurante de la C/ Llibreteria, junto a Via Laietana, donde nos reunimos a cenar unas 25 personas, entre reporteros, cámaras, responsables y participantes.

Visca la Grupa.

ROBERT PUJOL

(NOTA: L'Associació per la Promoció del Transport Públic té les dades a la pàgina web <http://www.laptp.org>)

"La conclusió general que se'n va treure va ser:

Fent una ponderació entre temps i costos s'obté la valoració final.

La bici queda primera en 6 de les 10 curses, la moto a 2 i el transport públic en 2. El cotxe queda en darrera posició a la majoria de curses, en 7 i el taxi a 3. De mitjana el cotxe aconsegueix la pitjor valoració, fins i tot per sota de la del taxi.

Altres conclusions interessants que s'hi poden llegir son per exemple:

De mitjana, l'ordre de més a menys ràpid és: moto (10,1 km/h), bici (9 km/h), taxi (8,8 km/h), TP (7,6 km/h) i cotxe (5,8 km/h). A peu 4,4 km/h. Les velocitats de tots els sistemes de transport, en viatges porta a porta, són baixes. Es mouen en l'interval 8-10 km/h excepte en el cas del cotxe que és notòriament inferior, 5,8 km/h. En els trajectes curts (menys de dos quilòmetres) es va arribar abans caminant que conduint.

Pel que fa al preu de la mobilitat, es calcula que el cotxe costa 0,53 euros per quilòmetre; la moto, una tercera part; i la bici, tan sols 0,0007."

Extraïdo del *Diari de Barcelona* 17-IX

CIUTATS QUE PEDALEGEN

Per si us agafa la vena i voleu passar unes vacances en bicicleta, vet aquí com està la cosa per Europa.

Holanda està considerada com el paradís dels ciclistes. La seva geografia plana, la important xarxa de carrils bici amb que compta i la ja consolidada cultura del "moure's en bici" són una realitat en aquest país. Anar en bici és un autèntic mode de transport per als holandesos. Tant és així que les ciutats compten amb 18.000 km de carrils bici i amb una senyalització pròpia, la finalitat de la qual és, sobretot, diferenciar i protegir les bicis de les motocicletes.

Estrasburg fomenta l'ús de la bicicleta prohibint la circulació al centre de la ciutat i tornant a implantar el tramvia. Una recent enquesta realitzada entre els automobilistes posa de manifest que el 80% considera que "per millorar la circulació a la ciutat és necessari limitar l'ús del cotxe".



¿Hay bicicletas en Ferrara? 9-5-2004

Ferrara té 132.000 habitants i 100.000 bicis. Més del 30% dels desplaçaments al col·legi o a la feina es fan en bicicleta. El centre és una zona de vianants, però accessible als ciclistes. Ferrara desenvolupa progressivament la xarxa per a bicicletes dins del grans eixos de circulació, augmenta el nombre de recintes residencials per ciclistes i vianants, obre totes les vies de sentit únic als ciclistes i millora l'aparcament de les bicicletes (2.500 places gratuïtes, 330 places vigilades i 800 places a l'estació de ferrocarril).

La xarxa de 13 itineraris per bicicleta de Ginebra, adoptada l'any 1987, havia d'arribar a 100 km i costar, aproximadament, 4 milions d'euros. En deu anys, la participació de la bicicleta ha passat d'un 2 a un 4%. El creixement actual anual és del 0'5%. Una prova de la gran utilitat d'aquesta xarxa és que la progressió de la bici és menor ens els districtes on encara no s'han fet els itineraris.

I si el pressupost és més just, i us quedeu a la Península...

San Sebastián, ciutat pionera en molts àmbits del ciclisme, compta amb una forta predisposició cap a l'ús de la bicicleta. Associacions com Kalapie s'han creat amb l'objectiu de promoure la seguretat vial per als usuaris de la bici en el territori de Guipúscoa. Amb el Projecte Lehendabizi, Kalapie vol impulsar la creació de "bidegorris" (carrils vermells) és a dir, xarxes viàries per a bicicletes. També, mitjançant campanyes de sensibilització, volen promoure l'ús de la bici com a mitjà de transport urbà.

La província de Biscaia, al País Basc, compta amb varies grans ciutats, entre les quals es troba Bilbao. Entre elles s'acaba de posar en marxa un projecte de xarxa de bicicletes de 200 km per garantir, a llarg plaç, l'enllaç entre tots els grans centres urbans de la província, les ciutats petites i els pobles. Els nou itineraris projectats permeten nombroses connexions amb la xarxa de transport públic i també amb excursions amb finalitats lúdiques.

IÑAKI MARÍN

ABUR AL TOUR

Com molts de vosaltres ja sabreu, el passat mes de gener el cantant Joan Manel Serrat, el noi del Poble Sec, va rebre el premi de Català de l'Any 2004. I què té a veure això amb el món de la bici?, us preguntareu. Doncs ara us ho explicaré.

Durant l'estiu de 1984, Serrat –gran amant del ciclisme – va col·laborar amb El Periódico de Catalunya amb una sèrie de breus articles sobre la ronda francesa (potser els recordeu i tot). Per acomiadar aquesta feina, el cantautor va deixar escrit un irònic poema que mai no es va arribar a convertir en cançó. Aquest poema es titula "Abur al Tour" i va ser ideat en col·laboració amb l'escriptor colombià Daniel Samper Pizano. Per qüestions d'espai, no us el puc transcriure sencer, però vet aquí uns versos força divertits que expliquen l'aventura periodística d'algú que ha seguit el Tour en directe i des d'un cotxe de premsa oficial (qui pogués fer-ho!!!!).

Si usted tiene libres tres semanas
 Y el mes para echar por la ventana (...)
 Si entra en sus planes tomarse por la vida
 Cervezas calientes y la sopa fría (...)
 Si no le teme a respuntear los precipicios
 E incorporar entre sus muchos vicios
 La conducción de coche a tumba abierta
 Tomar las curvas sin cerrar la puerta(...)
 Si usted es hombre de hábitos sencillos
 Como lavar de noche calzoncillos
 Y le caben de una sola vez
 Dos metros de largo de ese pan francés,
 Deje en su casa sus aires de elegancia
 Y venga a mover el culo al Tour de Francia.
 Es hora de que empiece
 A pensar en el Tour
 Y abur, abur, abur.

(Les dades estan extretes del llibre de Luis García Gil Serrat, cançió a cançión)

IÑAKI MARÍN

RIVALIDADES (II)

JACQUES ANQUETIL Y RAYMOND POULIDOR

El 50 % de los franceses y el 80 % de las francesas admiraban a JACQUES ANQUETIL, pero es que el 100% de franceses y francesas amaban a RAYMOND POULIDOR.

Ciertamente, la mayor fama de RAYMOND POULIDOR fue debida a sus participaciones en el TOUR, pero es un hecho innegable que su rivalidad con JACQUES ANQUETIL contribuyó en gran manera a cimentar la extraordinaria popularidad del corredor de Limoges.



Poulidor y Anquetil

Eran dos estilos completamente diferentes: ANQUETIL era el estilista, la táctica y la inteligencia puestas al servicio de unas condiciones innatas fuera de lo común. POULIDOR era la fuerza, el punzonador y el espíritu de sacrificio, puesto todo a disposición de un amor sublime hacia el ciclismo.

Era lógico que la Francia deportista se dividiera en dos: los ANQUETILISTAS y los POULIDORISTAS. Es cierto que casi siempre salía vencedor el normando: tenía más clase, sabía preparar sus carreras para terminar como vencedor, era metódico, calculador y frío; en definitiva, era un vencedor nato. Mientras que POULIDOR era todo corazón: en cada carrera ponía toda su alma y, mientras su rival parecía tener siempre la suerte de su lado, a "POU-POU" ésta le era, en muchas ocasiones, esquivada.



Jacques Anquetil

resultados por otras cosas que no fueran ni cifras ni victorias, quizás más de uno se sorprendería.

En primer lugar, POULIDOR corrió muchos más años que ANQUETIL. En segundo lugar, es una cosa muy cierta que el ciclista de Limoges conquistó muchas más simpatías y amistades que el normando. Y, finalmente, habría que saber cuánto ganó uno y cuánto el otro, ya que POULIDOR, siempre a la sombra de las victorias de otros ciclistas y en plan de "víctima-de-la-desgracia", solía ser el corredor que, especialmente tras la conclusión del TOUR, disputaba más "criteriums", y éstos acostumbraban a ser los mejor pagados. Año tras año, siempre lo enfrentaban al "héroe-de-turno": unas veces era ANQUETIL, otras GIMONDI, MERCKX u OCAÑA; pero él, RAYMOND POULIDOR, siempre estaba allí, y mientras iba cimentando su fama y leyenda, iba también llenando sus arcas...



Raymond Poulidor

Por otra parte, el sobrenombre que se le adjudicó a POULIDOR de "El Eterno Segundo", tenía mucho de mito, ya que si bien es cierto que a lo largo de su dilatada vida deportiva terminó muchísimas carreras en segundo lugar (en especial en el

TOUR, ya que fue segundo en 1964, 1965 y 1974), en no pocas ocasiones subió a lo más alto del cajón como vencedor en pruebas muy importantes

Un ciclista que había ganado el Campeonato de Francia, la MILAN-SAN REMO, la FLECHA VALONA, la VUELTA A ESPAÑA, la SETMANA CATALANA, la PARIS-NIZA (dos veces), la MIDI LIBRE, la DAUPHINE LIBERE (dos), la ESCALADA AL CASTILLO DE MONTJUÏC (en tres ocasiones), el CRITERIUM NACIONAL FRANCES (cinco veces), etc., un corredor que había logrado llegar a la línea de meta en primer lugar en 178 ocasiones a lo largo de su carrera como profesional, ¿podía honestamente ser llamado "el Eterno Segundo"?

JACQUES ANQUETIL ha sido, sin duda alguna, uno de los más grandes campeones que hayan existido en el ciclismo. "Maître Jacques" nació en 1934. Durante 16 temporadas estuvo entre la élite de su deporte y se retiró en 1969, a los 35 años, cuando todavía estaba en plena forma ya, que en ese mismo 1969 había vencido en la VUELTA AL PAIS VASCO. El gran campeón normando fue el primer ciclista en conseguir cinco triunfos en el TOUR. Entre sus innumerables victorias se pueden destacar dos GIROS, una VUELTA, una VOLTA A CATALUNYA, nueve G.P. de las Naciones (récord), cinco PARIS-NIZA, la LIEJA-BASTOGNE-LIEJA, la BURDEOS-PARIS, batió el récord de la hora, etc., etc., etc. Lo único importante que falta en su palmarés es un Campeonato del Mundo de Fondo en Carretera (fue sub-campeón en 1966, así como también sub-campeón del mundo de persecución en 1956). ANQUETIL falleció, víctima de un cáncer de estómago, a la edad de 53 años.

RAYMOND POULIDOR nació en 1936 y su longeva vida deportiva se prolongó hasta 1977, es decir, que se retiró de la alta competición con más de 41 años. Durante ocho temporadas estuvo compitiendo sin la "sombra" de su eterno rival. La prensa francesa quería buscarle nuevos rivales pero el corredor de Limoges ya no era un contrincante temido para los ciclistas de los años setenta. De todas maneras, POU-LIDOR todavía conseguía buenos triunfos pasados los 35 años, como una PARIS-NIZA, una MIDI-LIBRE y un segundo lugar en un Campenato del Mundo y en un TOUR a los 38 años (con 40 años cumplidos aún subió al podio en el TOUR de 1976 al hacer tercero). Había sido laureado por el gobierno francés como Caballero de la Legión de Honor. Pasados ya muchos años desde su retirada, su presencia en las carreras

francesas, especialmente en el TOUR, todavía ha seguido despertando entusiasmo y admiración entre los aficionados al ciclismo, especialmente los franceses.

FAUSTO COPPI Y GINO BARTALI.

De todas las rivalidades habidas dentro del mundo del ciclismo, sin duda alguna la más famosa y conocida por los entendidos y aficionados fue la protagonizada por el piamontés FAUSTO COPPI y el toscano GINO BARTALI. Fue una rivalidad tan arraigada en los "tifossi" italianos que llegó a dividir deportivamente en dos a Italia.



Gino Bartali

Aparte del aspecto deportivo, el aspecto humano también contribuyó a fomentar y acrecentar esta rivalidad. FAUSTO COPPI era una buena persona pero su vida privada estaba unida a lo que, en aquel entonces, se consideraba un escándalo, ya que convivía con una mujer que no era su verdadera esposa, y eso en la Italia católica y apostólica de los años cuarenta era considerado casi como un verdadero crimen. Mientras que para esos mismos católicos italianos, el profundamente religioso GINO BARTALI (conocido como "El Piadoso Gino" y también como "El Fraile Volador") era un santo varón. No era extraño ver al toscano entrar en una iglesia a rezar sus oraciones o a oír misa antes de una competición. En las carreras por etapas, siempre llevaba consigo una imagen de la Virgen a la que se encomen-

daba constantemente. Pero lo que tenía de medio-santo cuando estaba sin bicicleta lo tenía de medio-diablo cuando estaba sobre ella, ya que entonces se convertía en un

verdadero demonio de las carreteras, con un mal genio capaz de asustar a los más valientes.

COPPI era de izquierdas y convivía con la denominada "Dama Blanca", mientras que BARTALI era conservador, profundo católico y amante padre de familia.

Todo esto, unido a que los dos grandes campeones compitieran constantemente en las mismas carreras del mismo país, explicaba la profunda rivalidad que a lo largo de los años se fue creando entre el piomontés y el toscano.

Cuando ambos ciclistas tomaban la salida en una misma carrera y especialmente si ésta era el GIRO- las carreteras italianas casi se convertían en campos de batalla.

Los seguidores de COPPI creían que éste era el "Mesías" del ciclismo y muchos se arrodillaban a su paso, considerándolo un verdadero dios, mientras que los seguidores de BARTALI, al paso de su ídolo parecían volverse locos dándole ánimos con el solo fin de derrotar a su rival.

Era innegable que la rivalidad entre ambos corredores no era publicidad creada por la prensa deportiva con ganas de vender más periódicos, como otras tantas rivalidades, muchas veces prefabricadas. La rivalidad entre ambos grandes campeones estaba allí y era imposible no darse cuenta de ella. La naturaleza se encargó de ponerle fin cuando COPPI, que era más joven que BARTALI, empezó a sobrepasar a un GINO en el ocaso de su carrera (a pesar de que, con casi cuarenta años, vencía en pruebas tan importantes como el GIRO A LA EMILIA o el GIRO A LA TOSCANA).



Fausto Coppi

La reconciliación entre estos dos grandes campeones se inició y tuvo sus grandes momentos en el TOUR de Francia. Aquí hay que recordar que GINO BARTALI ha sido el único ciclista que ha vencido la Grande Boucle en dos ediciones con diez años de diferencia entre una y otra (1938 – 1948), teniendo en cuenta que durante la Segunda Guerra Mundial el TOUR no se disputó. En esos años, el toscano estaba en la plenitud de su vida deportiva, por lo que, seguramente, hubiera incrementado sus triunfos en la ronda francesa. Fue en el TOUR de 1949 cuando una fotografía dio la vuelta al mundo: en ella se veía a FAUSTO COPPI, en la ascensión al TOURMALET, dando su bidón de agua para que GINO BARTALI bebiera de él. Fue allí, en los Pirineos, donde ambos hicieron las paces, defendiendo el jersey con la bandera italiana. En la etapa que transitaba por el IZOARD ambos corredores se fugaron. BARTALI le dijo a COPPI que renunciaba al triunfo final en París -reconociendo así la superioridad de FAUSTO-, que a cambio de esta renuncia a luchar por el "Maillot Jaune" del TOUR le pedía sólo que le dejara ganar la etapa para así celebrar su 35º cumpleaños. BARTALI ganó la etapa. En París, COPPI fue primero y BARTALI segundo. La Italia deportiva se había reconciliado y todos los "tiffossi" se sintieron inmensamente felices..

También en el TOUR, en el año 1952, siendo ambos integrantes nuevamente de la "Squadra Azzurra", un hecho acabó de sellar la paz entre los antiguos rivales. COPPI iba con el Jersey Amarillo de líder, pero BARTALI estaba asimismo muy bien clasificado en la general, con sus opciones al triunfo final aún intactas. FAUSTO pinchó una rueda y GINO, que rodaba a su lado en aquel momento, no dudó ni un solo instante en reconocer a su ex-rival como jefe de filas, y le cedió la rueda para que COPPI pudiera continuar la carrera y defender su jersey de líder sin ninguna complicación. Un gesto de gran campeón y de gran señor. El toscano no esperó a que un "gregario" le cediera la rueda a su capitán, él mismo supo convertirse en "gregario" cuando fue necesario. Aquel año, FAUSTO COPPI ganó su segundo TOUR, GINO BARTALI fue cuarto y otro italiano, FIORENZO MAGNI, llegó sexto. Eran los grandes momentos del ciclismo italiano en la Vuelta a Francia.

REPORTERO TRIBULETE (LLUIS GIMÉNEZ)

EL BAGUL DELS RECORDS

Fa ja un parell d'anys, en una mostra d'Entitats, vaig quedar sorprès quan una dona d'avançada edat se'm va apropar i, després de contar-me que havia format part del nostre club com a sòcia cicloturista, em va parlar d'un himne escrit pel llavors soci i periodisra, Antoni Vila i publicat al butlletí de juliol de 1946.

Francament, he de dir-vos que em vaig quedar una miqueta perplex i alhora expectant davant tal afirmació, i si no és per alguna estrofa que, alegrement, em va taral.lejar la bona senyora, no hagués donat crèdit a semblant notícia. La Grupa, ¡un himne! , ¡com el Barça...! -vaig pensar jo. Clar que eren altres temps -i quins temps!-, en els quals la Grupa ho guanyava tot amb els seus equips de pista i carretera.

Així doncs, com record per als més veterans i primícia per als més joves, entonem tots l'himne de la Grupa (ep!, amb la tonadilla de "Fiel Espada Triunfadora...", la coneixeu, oi?)

HIMNE OFICIAL DE L' A.C. MONTJUÏC

L'ENCIS DE LA "GRUPA"

I

Si sentiu per al ciclisme
una forta inclinació
no deixeu d'afiliar-vos
a la nostra Agrupació:
¡ la Montjuic !
És l'entitat que més personifica
el noble esport del pedal,
la que marxa a l'avantguarda
del ciclisme nacional:
¡ la Montjuic !

Els de la "Grupa"
amb alegria
de nit i de dia
cerquem la ruta
que ha de portar-nos
per nostra gloria
a la victòria
més absoluta.
Brindem a coro
i amb noble eufòria
per la victòria
de nostra "Grupa".

II

Més enllà de les fronteres,
competint amb els millors,
assolirem nom i fama.
Nostres invictes colors
¡ el blau i el verd !
símbols eterns
de nostra hegemonia,
trionfadora amb mil empreses
per l'audàcia i valentia
dels nostres braus corredors.
¡ Sempre els millors !

Lletra d'Antoni Vila, sobre la música de
"La canción de la espada", de la sarsuela
"El huésped del sevillano"

(Segur que més d'un us ho heu après i fins i tot ho cantareu a alguna sortideta...)

ELS LLEBRERS ANEM A CONÈIXER L'EMPORDÀ..., I NO PRECISSAMENT A LA PLATJA

El passat dia 12 de març, els llebrers vam fer una sortida especial per la zona de l'Empordà. L'excursió, llarga, (150 Km) però força plana (700 metres desnivell acumulats en tota la sortida) va presentar una novetat: després d'uns quants números dient al Butlletí que la resta de gent del club pot venir a les especials, que són molt maques, que estan molt bé, que no mosseguem (gaire) ..., per fi hi ha hagut un valent del grup A que ha vingut amb nosaltres: el Valentí. Felicitats!!!!!!

Ens trobem a les 5:00 -negra nit- a Plaça Espanya. Arribem a Platja d'Aro, "entre pitos i flautes" (bé, entre cotxes i furgonetes) a les 7:00 i, després d'un cafè i d'una presa de situació de tot plegat, sortim a les 8:00, amb un fred terrible.

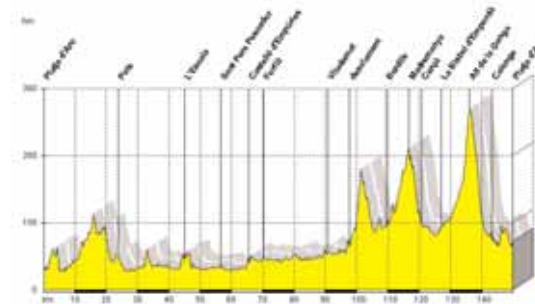
L'esmorzar el fem a Castelló d'Empúries, després de 65 Km. de terreny molt pla, on el pilot verd-i-blau circula a ritme més o menys constant i amb relleus més o menys



regulars. Tret d'algun repetxó puntual, el grup ha anat completament compacte i hem arribat en unes dues hores a Castelló d'Empúries. Aquest trajecte inicial ha anat bé per a alguns que no estan acostumats a rodar i que s'han pogut situar en aquest interessant moment del ciclisme. No hi ha millor manera d'aprendre que practicant.

Després d'un bon esmorzar (qualitat, velocitat i preu), empenem la tornada, que es promet més dura: ens queden, segons els càlculs, 70 Km que, a la pràctica, resulten 85 (glups), amb vent de cara i, cap al final, terreny pestòs.

Total, que fins a Viladamat es pateix pel vent, però s'arriba; però, a partir d'aquí, organitzem tres grups, per tal d'evitar "globus": un parell de persones tornen directament, altres tres tornen per l'alt de la Ganga, i la resta d'insensats decidim afrontar el recorregut íntegre.



A partir de Bordils, enganxem una carretera pestosa, però molt bonica, que passa per Corçà, on els supervivents aguantem amb prou dignitat. A continuació, Bisbal d'Empordà i pugem l'únic port del dia: l'Alt de la Ganga. Aquest port té un començament suau i uns últims dos quilòmetres durs que, és clar, com que ja se sap que només són dos, doncs res d'assaborir-los a poc a poc. La trencadissa del port fa que no ens trenquem res més, ja que la baixada té un asfalt en molt mal estat que desaconsella el descens en pilot. Però com arribem d'un en un dalt del port, cada individu té tota la carretera per a ell solet. Així les coses, reagrupem a Calonge, des d'on -després d'un repetxó (faltaria més, per acomiadar!!!!)- arribem a Platja d'Aro.

Així acaba una bona sortida, que no ha provocat massa estralls, per un terreny que personalment desconeixia i on, curiosament, força professionals van a petar a l'hivern.

XAVIER ÒDENA

CALENDARI DE MARXES DEL 2005

Us adjuntem el calendari de marxes del 2005, tant els circuits catalans com el circuit de "Ciclismo a fondo" (els organitzadors del qual reparteixen regals a qui faci un mínim de quatre marxes i notifiquen a la revista que ho han fet) i d'altres marxes que poden ser d'interès i on, possiblement, algun grupero s'hi deixi veure.

Recordeu que a la web del club (<http://www.acmontjuic.org>) teniu informació completa sobre les diferents marxes on es preveu participació grupera.

Si teniu dubtes, podeu contactar amb Xavier Jover o Xavier Òdena i us informarem dels plans que tenim.

15ena. Xallenge Catalana de Cicloturisme 2005 (mínim 6):

dium, 13 març: 3 Marxa La Ganxona (St Feliu de Guíxols)
 dium, 10 abril: 11 Marxa Rutes Riberenques (Mora d'Ebre)
 dium, 24 abril: 7 Marxa dels Mossos d'Esquadra
 dium, 15 maig: 20 Marxa Vilanova del Camí (Vilanova del Camí)
 dium, 5 juny: 22 Marxa Cicloturista Ciutat de Vic (Vic)
 dium, 26 juny: 16 Marxa Verge de Ribera (La Pobla de Segur)
 dium, 3 juliol: 12 Marxa de l'Arròs (St Jaume d'Enveja)
 dium, 4 setembre: 14 Marxa Ciutat d'Amposta (Amposta)
 dium, 18 setembre: 14 Marxa Vila de Pineda (Pineda de Mar)
 dium, 2 octubre: 17 Marxa Pelegrí Pi (Mollet del Vallès)

8è. Circuit de Catalunya de Llarga Distància 2005 (mínim 6):

dium, 20 març: 14 Ruta Alt Penedès (Vilafranca del Penedès)
 dium, 3 abril: 1 Marxa Segarra i Solsonès (Cervera)
 dium, 17 abril: 13 Marxa Memorial Montaña i Vidal (Martorell)
 dium, 1 maig: 9 Marxa Racons de La Conca (Rocafort de Queralt)
 dium, 8 maig: 8 Marxa Terra de Remences (St Esteve d'en Bas)
 dium, 22 maig: 5 Marxa Cicloturista Melcior Mauri (Martorelles)

dissab, 4 juny: 6 Marxa La Bonaigua (La Pobla de Segur)
 dium, 12 juny: 25 Marxa Rutes del Montseny (Granollers)
 dium, 19 juny: 26 Ruta Pirinenca 3 Nacions (Puigcerdà)
 dissab, 3 setembre: Marxa La Pallaresa 2005 (Trepç)

Altres marxes importants catalanes:

14 maig: Marxa Cadí-Moixeró (La Seu d'U.) 174/3200
 29 maig: Marxa Terra de l'Aigua (Riells i V.) 145/2300
 11 juny: Transcollserola (Cerdanyola) 144-94/1520
 4 setembre: Pujada al Turó de l'Home (St.Celoni) 26/1500
 11 setembre: Marxa Pre-Pirenaica (Ripoll) 118/2100

Circuit "Ciclismo a Fondo" (mínim 4)

16 abril: 13 Erandio-Erandio (Erandio, Vizcaya)
 7 mayo: 8 La Balmaseda (Balmaseda, Vizcaya)
 8 mayo: 8 Terra de Remences (St.Esteve, Girona)
 8 mayo: 8 Marcha Sierra Norte (Bustarviejo, Madrid)
 21 mayo: 3 Lagos de Covadonga (Nava, Asturias)
 21 mayo: 9 Sierras de Moratalla (Moratalla, Murcia)
 22 mayo: 5 Melcior Mauri (Martorelles, Barcelona)
 28 mayo: 5 Puertos Ribagorza (Graus, Huesca)
 29 mayo: 2 Martínez Oliver (El Alquíán, Almería)
 29 mayo: 15 Marcha Requena (Requena, Valencia)
 4 junio: 5 Javier Castellar (Massamagrell, Valencia)
 4 junio: 6 La Bonaigua (La Pobla de Segur, Lleida)
 5 junio: 8 Marcha Lale Cubino (Béjar, Salamanca)
 18 junio: 15 Quebrantahuesos (Sabiñánigo, Huesca)
 19 junio: 26 Tres Nacions (Puigcerdà, Girona)
 10 julio: 7 Ciudad de Córdoba (Córdoba)
 10 julio: 8 Marcha Tea (Ponteareas, Pontevedra)
 24 julio: 14 Miguel Induráin (Bera, Navarra)
 7 agosto: 5 Óscar Sevilla (Ossa de M, Albacete)

14 agosto: 12 Marcha Pedro Delgado (Segovia)
 4 septiembre: 13 Trofeo F.Sanz (Alcobendas, Madrid)
 10 septiembre: 12 Larra-Larrau (Isaba, Navarra)
 18 septiembre: 9 Puertos Esmeralda (Nava, Asturias)

Altres marxes:

dium, 24 d'abril: Los Degollaos (Venta de la Pintada, Teruel)
 dium, 26 de juny: 1 Gran Fondo Marco Pantani — Aprica, (SO) Sondrio (Itàlia)
 dium, 03 de juliol: 19 Maratona de les Dolomites — La Villa, (BZ) Bolzano (Itàlia)
 dissab, 09 de juliol: La Marmotte 2005 — Bourg d'Oisans, (38) Isère (França)
 dium, 24 de juliol: Le Défi Pyrénéen 2005 — Argelès-Gazost, (65) Hautes-Pyrénées (França)
 dium, 31 de juliol: L'Enfer du Mont Tauch – Paziols (França)
 dium, 04 de setembre: La Lapébie 2005 — Luchon, (31) Haute-Garonne (França)

VALL **Articles de**
Viatge i Pell
 DES DE 1923

Gran de Gràcia, 165
 Tel. 93 217 94 36
 08012 BARCELONA

Escorial, 17
 Tel. 93 284 98 85
 08024 BARCELONA

CAMPIONAT D'EXCURSIONISME 2005
PREMI JUANITO MARTINEZ

MAYO (grupo A)

Día 07 LES FONTS DE TERRASSA. "Bar Mundial". Tel. 93 783 61 31

IDA: Por Martorell, ctra. de las Carpas. Olesa de Montserrat. Reagrup. Ctra. de Torreblanca, Vacarises, Alt de l'Obac, Terrassa y Les Fonts.
 VUELTA: Rubí, Les Planes, Vallvidrera y Barcelona.
 SALIDA a las 7:30 h. del CORTE INGLÉS, 95 Km.

Día 14 ESPECIAL "ELS CINC CIMS". "La Fonda" Tel. 93 797 14 58

IDA: C. Guipúscoa, Badalona, Coll de La Vallensana (reagrupamiento), ctra. de la Roca, Sant Fost, Coll de la Conrería (reagrupamiento), Tiana, Mongat, El Masnou, Alella, Coll de la Font de Cera, Vilanova de la Roca (reagrupamiento), La Roca del Vallés, Coll d'Ûrrius (reagrupamiento y desayuno)
 VUELTA: desvío ctra. d'Argentona a la izqda., Coll de Parpers, La Roca del Vallès (reagrupamiento), Vilanova, Montornés, Martorelles, Montcada (reagrupamiento) y Barcelona (reagrupamiento en c. Mallorca).
 SALIDA a las 7:00 h. del LOCAL SOCIAL, 120 Km.

Día 21 SANT LLORENÇ SAVALL. "Cal Ramón". Tel. 93 714 00 52

IDA: por Molins de Rei, Rubí, Terrassa, (subir por la riera), Castellar del Vallés y subida hasta SANT LLORENÇ SAVALL.
 VUELTA: por Gallifa, Sant Feliu de Codines, Caldes de Montbui, Palau de Plegamans, Montcada (reagrup. en "la Font d'en Poblet") y Barcelona.
 SALIDA a las 7:30 del CORTE INGLÉS, 115 Km.

Día 28 SITGES: "Bar-Restaurante La Era". Tel. 93 894 73 99

IDA: Por Z. Franca, El Prat, salida bucle aeropuerto y SITGES.
 VUELTA: Por Costas de Garraf, Reagrup. frente a Can Lloret, el Prat, Reagrup. de los tres grupos ,A, B, y Lebreles frente a gasolinera a las 12:00h. aproximadamente, Z. Franca y Barcelona.
 Entrada todos juntos a la Mostra d' Entitats, Stand de "La Grupa", en la calle Blai.

Se premiará con 1 punto de bonificación a los cicloturistas que realicen el control de firmas en nuestro stand.

SALIDA a las 7:30h. de BAUHAUS (Pº Z. Franca), 80 Km.

MAYO (grupo B)

Día 07 CASTELLBISBAL. "Cal Dino" Tel. 93 772 22 95

IDA: Por Molins de Rei, Martorell, cruce ctra. de Terrassa (els Onze), cruce ctra. Castellbisbal, reagrupamiento, Castellbisbal.

VUELTA: Por El Papiol, Molins de Rei, reagrupamiento, S. Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 8:00 h. del CORTE INGLÉS, 70 Km.

Día 14 LA ROCA DEL VALLES "El Cafe" Tel. 93 842 12 02

IDA: Por Meridiana, Mollet reagrupamiento, Granollers y La Roca del Vallès.

VUELTA: Por Vilanova de la Roca, Montcada reagrupamiento, Meridiana y reagrupamiento en calle Mallorca.

SALIDA: a las 8 horas LOCAL SOCIAL 80 Km.

Día 21 L'AMUNT. "Restaurant Can Tres". Tel. 93 650 18 03

IDA: Por Molins de Rei, carretera Vallirana, La Palma, Corbera Alta y bajar hasta L'AMUNT.

VUELTA: Por La Palma. Reagrupamiento en Molins de Rei, Sant Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 8:00h. del CORTE INGLÉS, 60 Km.

Día 28 EL GARRAF " Restaurante Antonio" Tel 93 632 01 67

IDA: Por Zona Franca, El Prat salida a la Autovía dirección El Garraf, subida alternativa a la Maladona y desayuno en El Garraf.

VUELTA: Por las costas, reagrupamiento en Can Lloret. El Prat reagrupamiento frente gasolinera a las 12 horas aproximadamente en espera de los demás grupos, Zona Franca y Barcelona.

Entrada todos juntos a La Mostra d'Entitats, Stand de "La Grupa" en la calle Blai. Se premiará con 1 punto de bonificación a los cicloturistas que realicen el control de firmas en el Stand.

SALIDA a las 8 horas en Bauhaus (Pº Zona Franca) 65 Km.

Mayo (grupo C)

Día 7: Castellbisbal "El Casal"

Ida por polígono

Salida a las 8:00 Corte Inglés 60 Km.

Día 14: San Mus

Salida a las 8:00 Corte Inglés 65 Km.

Día 21: La Chopera

Ida por Castellbisbal y los 11

Salida a las 8:00 Corte Inglés 70 Km.

Día 28: El Garraf

Salida a las 8:00 Bauhaus 65 Km.

Al regreso a la Mostra d'Entitats, a las 12 reagrupamiento en Cal Lloret

MAIG 2005 (Puntuable ESTIU – Llebrers)

Día 7: LES FONTS DE TERRASSA (Bar Mundial) 7:30 Local Social 60 + 40 Km.

Cementiri de Collserola (4a), Ripollet, Cerdanyola, polígon Santiga, Polinyà (punt intermig), Sentmenat (desviar esquerra dalt del poble), Castellar del Vallès (arribada). Reagrupament. Terrassa i les Fonts.

Tornada: Rubí, polígon de Rubí fins les antenes, baixada pels Onze, Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei i Barcelona (opcional per Santa Creu d'Olorda).

Día 14 : MONT CARO (Especial) 5:00 Plaça Espanya 125 Km.

Estació de tren de l'Aldea, Amposta, Mas de'n Verge, Sta. Bàrbara, La Galera, La Sènia, Mas de Barberans, Raval de Crist, Roquetes, Mont Caro. Reagrupament. Roquetes. Tortosa i estació de tren de l'Aldea.

Parada a dinar a "La Barraca", carretera de Sant Jaume, per tant no hi ha esmorzar.

Dia 21: SANT LLORENÇ SAVALL (Cal Ramon) 7:30 Local Social 85 + 55 Km.

Montcada, Mollet, nacional fins desviament Parets, Lliçà de Vall, Lliçà de Munt (punt intermig), Bigues i Riells, Sant Feliu de Codines (4a), desviament direcció Centelles, desviament, Sant Quirze Safaja, Castellterçol, desviament i Granera (arribada). Reagrupament. Carretera de Moià a l'esquerra i Sant Llorenç Savall.

Tornada: Castellar del Vallès, Sentmenat, Polinyà (direcció Sabadell), Santiga, Ripollet, entrada pel cementiri de Collserola i Barcelona.

Dia 28: SITGES (Bar Restaurant – La Era) 7:30 Bauhaus65 + 40 Km.

El Prat, autovia, Castelldefels (punt intermig), a peu de costes desviament dreta, Rat Penat (2a), plana Novella, Olivella, Sant Pere de Ribes i Sitges (arribada dalt del repetxo).

Tornada: Costes del Garraf

Reagrupament amb el grup A i B a les 12:00 a la benzineria.

Entrada tots junts a la Mostra de Entitats, Stand de "La Grupa", al carrer Blai.

JUNIO (Grupo A)**Dia 04 VACARISSES. "Cal Kiku". Tel. 93 828 03 84**

IDA: Por Martorell, ctra. de las Carpas, Olesa de Montserrat. Reagrup, Can Sedó, ctra. de Manresa, Monistrol, La Bauma ,reagrupamiento en el puente, ctra. antigua de Vacarisses hasta VACARISSES.

VUELTA: Por ctra. de Torreblanca, Olesa de Montserrat. Reagrup. a la salida del pueblo. Ctra. de las Carpas, Martorell, Molins de Rei. Reagrup. en M. de Rei, Sant Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 7:30h. del CORTE INGLÉS, 105 Km.

Dia 11 OLIVELLA. "Bar Rosi" Tel. 93 896 82 42

IDA: Molins de Rei, Vallirana, Ordal, Avinyonet. Reagrup, ctra. de Vilafranca, cruce a la izqda. hasta OLIVELLA.

VUELTA: Por Sant Pere de Ribes, Sitges, Costas de Garraf. Reagrup. al final de las

costas, autovia hasta el cruce de El Prat. Reagrup. frente gasolinera, Zona Franca y Barcelona.

SALIDA a las 7:30h. del CORTE INGLÉS, 115 Km.

Dia 18 CASTELLBELL I EL VILAR: "Bar La Torre". Tel. 93 834 03 33

IDA: Barcelona, Molins de Rei, Rubí, Terrassa, subir la avenida, desvío hacia Rellinars, subida a l'Obac, Rellinars y llegada CASTELLBELL I EL VILAR.

VUELTA: Monistrol, Olesa de Montserrat, ctra. de las Carpas hacia Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei. Reagrupamiento en Molins de Rei, Sant Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 7:30h. del CORTE INGLÉS, 110 Km.

Dia 25 SANT CEBRIÀ DE VALLALTA. "Baix Montseny" Tel. 93 763 00 27

IDA: Badalona, Montgat, Masnou, Premià de Mar, Vilassar de Mar, Mataró, Arenys de Mar, Canet de Mar, antes de llegar a Sant Pol reagrupamiento, desviar al interior y llegada a SANT CEBRIÀ DE VALLALTA.

VUELTA: Sant Iscle de Vallalta, Arenys de Munt, Torrentbò, Sant Andreu de Llavaneres. Reagrupamiento, cruce a la izquierda a buscar la N II, Mataró, Vilassar de Mar, Premià de Mar, Masnou, Montgat, Badalona y Barcelona.

SALIDA a las 7:30h. del LOCAL SOCIAL, 115 Km.

JUNIO (Grupo B)**Dia 04 OLESA DE MONTSERRAT. "Bar Strada". Tel. 93 778 38 17**

IDA: Por Molins de Rei, Sant Andreu de la Barca, Martorell, ctra. de las Carpas, reagrupamiento, Olesa de Montserrat, reagrupamiento hasta gasolinera.

VUELTA: Por Abrera, Martorell, reagrupamiento en el alto del Congost junto a la gasolinera, Molins de Rei, reagrupamiento, Sant Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 8:00h. del CORTE INGLÉS, 75 Km.

Dia 11 LES FONTS DE TERRASSA. "Bar Mundial". Tel. 93 783 61 31

IDA: Por Molins de Rei, ctra. de Rubí, Castellbisbal, cruce ctra. de Terrassa, subir a la derecha y bajar "els quatre", reagrupamiento y llegada a Les Fonts de Terrassa.

VUELTA: Por Rubí, Molins de Rei, reagrupamiento, Sant Feliu y Barcelona.
 SALIDA a las 8:00h. del CORTE INGLÉS, 80 Km.

Día 18 SANT ESTEVE SESROVIRE. "El Casal". Tel. 93 771 34 31

IDA: Por Molins de Rei, Martorell, reagrupamiento a la salida, carretera de Piera y llegada a Sant Esteve Sesrovires.

VUELTA: Por el mismo recorrido, reagrupamiento en Molins de Rei, Sant Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 8:00h. del CORTE INGLÉS, 80 Km.

Día 25 LLERONA. "Restaurante Llerona" Tel. 93 846 84 00

IDA: Por Meridiana, Mollet, reagrupamiento, Granollers, reagrupamiento y llegada a Llerona.

VUELTA: Por Granollers, Montmeló, Ctra. de la Roca, Montcada, reagrupamiento, Meridiana y reagrupamiento en calle Mallorca.

SALIDA a las 8:00h. del LOCAL SOCIAL, 75 Km.

Junio (Grupo C)

Día 4: Olesa "Gasolinera"

Ida por Martorell, vuelta por las Carpas

Salida a las 8:00 Corte Inglés 80 Km.

Día 11: Les Fonts

Ida por Castellbisbal y els "4"

Salida a las 8:00 Corte Inglés 70 Km.

Día 18: Sant Esteve Sesrovires

Salida a las 8:00 Corte Inglés 80 Km.

Día 26: Castellví Rosanes

Salida a las 8:00 Corte Inglés 70 Km.

JUNY 2005 (Puntuable ESTIU – Llebrers)

Día 4: VACARISSES (Cal Kiku) 7:30 Corte Inglés 65 + 45 Km.

Molins de Rei, Castellbisbal, les antenes (3a). Reagrupament. Ullastrell, Santa Maria de Villalba, Olesa de Montserrat (punt intermig), carretera direcció Esparreguera, passat el pont desviament dreta per la Colònia Sedó (4a), aeri de Montserrat, Monistrol de Montserrat, desviament dreta, continuar direcció Castellbell i el Vilar, desviar per la Bauma, carretera antiga de Vacarisses i Vacarisses (arribada, 4a).

Olesa de Montserrat, les Carpes, Martorell, Molins de Rei i Barcelona.

Día 11: OLIVELLA (Bar Rossi) 7:30 Corte Inglés 75 + 55 Km.

Molins de Rei, Sant Andreu de la Barca, Martorell, Gelida (punt intermig) , Sant Sadurn d'Anoia, continuar recte direcció Sant Pere de Riudebitlles, desviar esquerra cap el Pla del Penedès, pujar portet (4a), baixant desviar esquerra, Caserío de Cal Batista, en arribar a la carretera principal desviar esquerra, Lavern, a l'alçada del poble desviar dreta, Sant Sebastià dels Gorgs, N-II, desviament direcció Olivella i arribada dalt del port (4a, arribada). Reagrupament. Baixada fins el bar. Olivella, Palau Novella, urbanització Rat Penat, Castelldefels, autovia i Barcelona. Opcional per Sant Pere de Ribes, Sitges, costes del Garraf, Castelldefels, autovia i Barcelona

Día 19: CASTELLBELL I EL VILAR (Bar la Torre) 7:30 Corte Inglés 75 + 55 Km.

Molins de Rei, Martorell, Olesa de Montserrat (punt intermig), aeri, Collbató, El Bruc, Can Massana (arribada i 2a). Reagrupament. Marganell i Castellbell i el Vilar. Carretera antiga de Vacarisses, Vacarisses, Viladecavalls, Terrassa, Les Fonts, Rubí, Sant Cugat, Vallvidrera i Barcelona (opcional Rabassada).

Día 26: ST. CEBRIÀ DE VALLALTA (Baix Montseny) 7:00 Local Social 80 + 75 Km.

Badalona, Montgat, Premià de Mar, Vilassar de Mar (punt intermig), desviament interior, Argentona, Dosrius, Can Bordoí (4a), Llinars del Vallés, Villalba Saserra, abans d'arribar a Sant Celoni desviar interior, Vallgorguina i parada dalt del port (arribada, 4a). Reagrupament. Baixada, Arenys de Munt, Arenys de Mar, Canet, Sant Pol, desviament, St. Cebrià de Vallalta.

Sant Iscle de Vallalta, Torrentbó, Sant Andreu de Llavaneres, Mataró, desviament interior, Orrius, La Roca del Vallés, Montornès del Vallès, Martorelles, Montcada i Barcelona (opcional directe per la costa des de Mataró).

JULIO (Grupo A)

Día 02 SANT MIQUEL DEL FAI. "El Mirador del Fai" Tel. 93 866 08 68

IDA: Por Mollet, Parets, Lliçà de Vall, Lliçà de Munt, Bigues i Riells, Sant Feliu de Codines y Sant Miquel del Fai.

VUELTA: Subir a ctra. principal, Sant Feliu de Codines, Caldes de Montbui, Sentmenat, Castellar del Vallès, Terrassa, Rubí, Molins de Rei y Barcelona.

Recorrido alternativo, por Les Planes, Vallvidrera y Barcelona.

SALIDA a las 7:30 h. del LOCAL SOCIAL, 120 Km.

Día 09 CAMPINS. "La Terrassa de Campins" Tel. 93 847 53 29

IDA: Por Badalona, Montgat, El Masnou, Vilassar de Mar, Mataró, Arenys de Mar (reagrup.), Arenys de Munt, Vallgorguina, Sant Celoni (reagrup.) i Campins.

VUELTA: Sant Celoni, Vilalba Sasserra. Desviació ctra. Nova, La Roca, Vilanova del Vallés, Martorelles, Montcada (reagrup.) Meridiana y Barcelona.

SALIDA a las 7:00h. del LOCAL SOCIAL, 135 Km.

Día 16 ESPECIAL "CAMPDEVÀNOL-VENTOLÀ".

Recorrido: CAMPDEVÀNOL, Gombren, La Pobla de Lillet, Castellar de N'Hug, (La Creueta 2.068 mts.), Collada de Toses, Planoles y llegada a Ventolà.

Desayuno: CASTELLAR DE N'HUG Comida: VENTOLÀ "Ca l'Anna"

SALIDA en Autocar a las 5:00h. de la Plaça d'Espanya y 5:30h. de Fabra i Puig (Estación). 115 Kms.

ALTERNATIVO: CAPELLADES. "Café Bar La Lliga". Tel. 93 801 00 33

IDA: Por Martorell, Gelida, S. Sadurní, Sant Quintí de Med., y Capellades.

VUELTA: Por Piera, La Beguda, Martorell, M. de Rei, S. Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 7:30h. del CORTE INGLÉS, 115 Km.

Día 17 BICICLETADA DE FESTA MAJOR PEL POBLE SEC.

3 puntos para todos los socios cicloturistas que participen.

Día 23 MONTSENY. "Ca la Petita" Tel. 93 847 30 34

IDA: Montcada, ctra. de la Roca, La Roca del Vallès, Vilalba Sasserra, cruce a la izquierda a Sta. Maria de Palautordera, reagrupamiento en la entrada del pueblo. Sant Esteve de Palautordera y llegada al pueblo del MONTSENY.

VUELTA: Por el mismo recorrido, con reagrupamientos en Vilanova de la Roca (frente gasolinera), Montcada y Meridiana-Mallorca.

SALIDA a las 7:00 h. del LOCAL SOCIAL, 140 Km.

Día 30 MONTSERRAT. "Bar La Barca" Tel. 93 835 02 59

SUBIDA OPCIONAL AL MONASTERIO.

IDA: Por Martorell, ctra. de las Carpas. Reagrup. Olesa de Montserrat, ctra. Manresa hasta MONISTROL. (Desayuno en la gasolinera).

VUELTA: Por el mismo recorrido. Reagrup. a la salida de Olesa. Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei. Reagrup., S. Feliu y Barcelona. Recorrido altern. por ctra. de Terrassa (els onze), Castellbisbal y M.de Rei.

SALIDA a las 7:00 h. del CORTE INGLÉS, 90 Km. (al Monasterio: 115 Km.)

JULIO (Grupo B)

Día 02 SITGES. "Bar -Restaurante La Era" Tel 93 894 73 99

IDA: Por Z.Franca, El Prat, Autovía, Sitges. Reagrup. en la gasolinera y llegada todos juntos al restaurante La Era.

VUELTA: C.de Garraf. Reagrupamiento frente CAN LLORET, el Prat. Reagrup., Z. Franca y Barcelona.

SALIDA a las 8:00h. de BAUHAUS, 80 Km.

Día 9 CASTELLAR DEL VALLÈS.

IDA: por M. de Rei, Rubí, Terrassa, reagrup.(subir por la riera) y CASTELLAR

VUELTA: por Sabadell, reagrupamiento en la gasolinera, Cerdanyola, Meridiana y calle Mallorca (reagrupamiento).

SALIDA a las 7:30 del CORTE INGLÉS, 80 Km.

Dia 16 DOSRIUS. Tel. 93 791 90 13

IDA: Por Meridiana, Mollet del Vallès, reagrupamiento, Granollers, reagrupamiento, Cardedeu, cruce a la derecha y llegada a Dosrius.

VUELTA: Por Argentona, cruce hacia Vilassar, El Masnou, Badalona, reagrupamiento en gasolinera y entrada a Barcelona.

SALIDA a las 7:30h. del LOCAL SOCIAL, 90 Km.

Dia 17 de Juliol "BICICLETADA DE FESTA MAJOR",

3 puntos para todos los cicloturistas que participen, a las 10 de la mañana nos vamos a encontrar en el local social para almorzar, la bicicletada empieza a las 11.30 horas.

Dia 23 SANT SADURNÍ. "La Terrassa del Cava". Tel. 93 891 10 50

IDA: M. de Rei, Martorell, ctra. de Gelida y reagrup. Gelida y SANT SADURNÍ.

VUELTA: por Gelida, reagrupamiento en la "Font de can Torrents", Martorell, Molins de Rei, Sant Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 7:30 del CORTE INGLÉS, 90 Km.

Dia 30 MONISTROL DE MONTSERRAT. "Rest. La Barca" Tel. 93 835 02 59

IDA: Por Martorell, ctra. de las Carpas. Reagrup. Olesa de Montserrat, ctra. Manresa hasta MONISTROL.

VUELTA: Por el mismo recorrido. Reagrup. a la salida de Olesa. Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei. Reagrup., S. Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 7:00h. del CORTE INGLÉS, 90 Km. (al Monasterio: 115 Km)

*Julio (Grupo C)***Dia 2: Maladona (desayuno Casa Laura)**

Salida a las 8:00 Bauhaus 65 Km.

Dia 9: Les Fonts

Salida a las 8:00 Corte Inglés 70 Km.

Dia 16: Cal Tony

Ida por Castellbisbal i els "4"

Salida a las 8:00 Corte Inglés 80 Km.

Dia 17 BICICLETADA DE FESTA MAJOR PEL POBLE SEC.

3 puntos para todos los socios cicloturistas que participen

Dia 23: Castellví Rosanes (poble)

Salida a las 8:00 Corte Inglés 70 Km.

Dia 30: La Chopera

Ida por Castellbisbal i els "11"

Salida a las 8:00 Corte Inglés 70 Km.

*JULIOL 2005 (Puntuable ESTIU – Llebrers)***Dia 2: SANT MIQUEL DEL FAI (Mirador del Fai) 7:00 Corte Inglés 90 + 55 Km.**

Molins de Rei, Rubí, Les Fonts (punt intermig), Terrassa, pujar per la riera, Estenalles (2a). Reagrupament. Baixant passat el desviament de Mura desviament dreta direcció Sant Llorenç Savall i Moià, en arribar a la carretera principal desviar esquerra direcció Granera (4a) i Castellterçol, Sant Quirze de Safaja, desviament esquerra direcció Centelles i poc després desviació a la dreta per carretera estreta cap a Sant Miquel del Fai, continuar per la carretereta i arribada a l'encreuament amb la carretera principal (arribada, 4a).

Baixada fins Sant Feliu de Codines, Caldes de Montbui, Palau de Plegamans, La Llagosta i Barcelona.

Dia 9: CAMPINS (La Terrassa de Campins) 7:00 Local Social 105 + 65 Km.

Montcada, Mollet, Parets, Circuit de Montmeló, Granollers (reagrupament a l'entrada al poble), Les Franqueses, Llerona (punt intermig), la Garriga, autovia de l'Atmetlla, Tona, Seva, Viladrau, Coll de Sant Marçal i Coll de Santa Fe (arribada, 2a). Reagrupament. Baixada fins Campins.

Tornada: Sant Celoni, Villalba Saserra, carretera de la Roca i Barcelona.

Dia 16: DEL RIPOLLÈS AL BERGUEDÀ (ESPECIAL EN COTXE) 5:00 Plaça Espanya 105 Km.

Ripoll (estació de tren), Campdevàrol, Gombrén, desviament, Castellar de n'Hug, baixada Creueta, Pobla de Lillet, desviament, Collada Sobirana, Guardiola de Berguedà.

Baixada nacional, desviament La Nou, Alt de Vinyoles, Borredà, Alt de les Lloses, Ripoll.

Pels que vulguin quedar-se a dinar a Ventolà (Ca l'Ana) es fletarà un autocar.

Dia 17 BICICLETADA DE FESTA MAJOR PEL POBLE SEC.

Dia 23: MONTSENY (Ca la Petita) 7:00 Local Social 170 km.

Montcada, Mollet, Parets, Granollers, Cardedeu, Villalba Saserra, Palautordera, Montseny, a l'entrada del poble desviament, La Costa del Montseny i Turó del Home.

Tornada: Palautordera, Villalba Saserra, Cardedeu, carretera de La Roca i Barcelona.

Dia 30: MONTSERRAT (Bar la Barca) 7:00 Corte Inglés 80 + 50 Km.

Molins de Rei, Papiol, benzinera Rubí (punt intermig), Rubí, Les Fonts de Terrassa, els quatre fins les antenes (4a). Reagrupament. Ullastrell, Olesa de Montserrat, Monistrol de Montserrat, i monestir de Montserrat (2a, arribada). Reagrupament. Baixada fins Monistrol.

Tornada: nacional fins desviar a Olesa, les carpes, Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei i Barcelona. Opcional per Castellbell i el Vilar, Rellinars, Coll de l'Obac, Terrassa, Rubí, Sant Cugat i Vallvidrera.

NOTÍCIES DE LA GRUPA

El passat dia 15 de novembre el nostre amic i company David Perdomo va ser pare d'una esplèndida nena (molt més guapa que ell, per descomptat), que porta per nom Anaisa Milena. Moltíssimes felicitats al pare i a la mare.

I QUE NO DECAIGUI!

El passat mes de gener, l'amic Josep Falcó i la seva esposa Palmira han sigut avis, per quarta vegada, d'un nen preciós de nom Gerard. Els pares són: la seva filla, Esther, i en Josep Maria. El seu germà Roger està molt content.

FELICITATS

El mes de febrer, el nostre soci Miquel Moya va patir un accident, en caure per les escales de casa seva, que li ha deixat una fractura al peu. Desitgem la seva millora i una ràpida recuperació.

ENDAVANT, MIQUEL

També al febrer, el company David Hernández i la seva dona Patricia han tingut un fill, de nom Oriol. Tot va anar perfecte i el pare se li cau la baba cada cop que preguntem pel nen.

FELICITATS

El passat dia 12 de març, el company i membre de la Junta Juanjo Rodríguez, va patir un desgraciat accident quan baixava amb la seva bicicleta per la carretera de Vallvidrera. Sembla que -tot i ser un paio fort- haurà de mirar-se el ciclisme per la tele durant una temporadeta. Tots desitgem que es recuperi el més aviat possible (en especial el trobaran a faltar els companys del grup de marxes, tan acostumats a xupar-li roda al pla...)

ÀNIM, COMPANYY

SE VENDE

* **Bicicleta KUOTA KHARMA.** Toda de Carbono excepto grupo, frenos y bielas.
Montada con CAMPAGNOLO VELOCE 10 V. Potencia y sillín GOKA.
Ruedas CAMPAGNOLO VENTO. Pedales SHIMANO. Talla 54.
A estrenar. Precio 1.400 E. Contacto: OSCAR 647 778 275.



* **Triple plato Campagnolo Record:** plato y bielas, desviador y eje pedalier
1 año de uso. Precio: 180 euros. Contacto: PACO 667086875



GRANDES OPORTUNIDADES

EN BICICLETAS DE SEGUNDA MANO,
CARRETERA Y BTT, AL MEJOR PRECIO

Pasa y visítanos. Te esperamos en: «BIKE WORLD»

TIENDA: Ctra. de Collblanc, 106

TALLER: Passatge de Xile, 53

e-mail : bikeworld@terra.es

Peugeot Ctr.	T/54	Grupo Shimano 105 STI 16v.	360
Massi Ctr.	T/58	Acero Shimano RX-100 8v. sti	300
Cuadro Massi Over		Speed Mtb.	100
Decathlon Mtb. 600		Manitou Shimano STX-Sram	275
Sunn Mtb.		Shimano XT	120
BH Gavia Ctr.	T/50	Shimano Sora STI	300
Willier Lavaredo	T/50	Shimano Durace 9v.	900
Trek OCLV 5500		Shimano 600 8v. T/58	900
Peliser	T/56		120
Trek 6700		Shimano XT	600