



BUTLLETÍ
INFORMATIU
DE
«LA GRUPA»

Any 2005
Primer trimestre

SUMARIO

Entrega de premis 2004	1
Carta abierta de un socio	4
Respuesta de la Junta	5
D'interès general	7
Las agujetas	8
Juventud y vejez... también en "la grupa" ...	9
Crónica de la contrarellotge	11
Clasificación	12
Y la Costa Brava se tiñó de negro	14
Rivalidades (1)	16
Pujades fetes per la grupa en el 2004	20
El soci del mes	21
Excursión al Montcaro	22
Alps 2004	26
Salidas	29
Larra-Larrau	37
Mont Ventoux	39
El pallasso de la bici	43
Noticias de LA GRUPA	44

ENTREGA DE PREMIS 2004

La present edició de l'entrega de premis del Campionat d'hivern, celebrada el passat dia 11 de desembre al restaurant La Font del Bosc, va tenir un caire molt especial.

En primer lloc, el club va decidir –amb molt bon criteri segons un important nombre de socis- canviar el tradicional esmorzar per un sopar amb festa. Això va permetre l'assistència de moltes dones de socis i va facilitar la creació d'un ambient més “de gala” per a un acte tan important com aquest.

En segon lloc, el tradicional repartiment de premis ciclistes va tenir dos moments estel.lars en l'homenatge que van rebre dues persones veteranes del nostre club. Ens referim, d'una banda, al sentit aplaudiment que vam dedicar al bon amic i millor persona “Mingo” i al trofeu-recordatori que va rebre absolutament emocionat; i, d'una altra, al reconeixement que vam oferir al inefable Juanito Martínez, memòria viva d'aquest club, que donarà nom al proper campionat d'estiu. Aquesta va ser una nit d'emocions fortes, ja ho veieu...

I un cop eixugades les llagrimetes de rigor...que comenci la festa! En aquest moment de la crònica, un servidor només pot fer servir l'adjectiu que em va prestar el bon amic Lluís: nano, això és IMPRESSIONANT!

Impressionant va ser, en primer lloc, la resposta de la gent, animadíssima i que no va deixar de fer gresca durant tota la nit.

Impressionant va ser la demostració artística del Sr. Mariano Alento (el molt bandit ja estava practicant passos de ball molts dies abans).



Impressionants van ser les piruetes i recargolaments del Sr. Carrillo i del Sr. Gimeno (quin parell, tu...).

Impressionant va ser l'intent d' strip-tease del Sr. Lluís, tallat a temps pel bon criteri de la concurrència (i per sort de tothom).

Impressionant va ser la marxa d'alguna senyora

2 ENTREGA DE PREMIOS 2004



–i no de les més joves, precisament- a l'hora de marcar-se uns quants “meneos” estil country.

Impressionants el sopar, la nit, la festa, el bon rotllo, els bons amics i el bé que ens ho passem també quan no portem l'equipatge de la Grupa (potser perquè sempre el duem a sobre, encara que sigui al cor?).

No vull tancar la crònica sense agrair públicament des de les pàgines d'aquest butlletí la tasca d'uns quants companys –ja sé que no us agrada que digui els vostres noms, però esteu presents al cap de tothom- que van fer possible un esdeveniment d'aquesta magnitud. Està clar que el club no admet personalismes i que tots som els que el fem més gran, dia a dia, amb el nostre esforç i les nostres ganes de viure, però no vull oblidar aquelles persones concretes que, com el Xavi Jover, s'hi deixen moltes hores de la seva vida intentant organitzar tot aquest potencial humà. Gràcies companys.

I gràcies a tots. Aquesta entrega de premis serà recordada per molts motius, entre ells per la satisfacció de compartir una nit de festa i alegria tots plegats. VISCA LA GRUPA!!!!

IÑAKI MARÍN

HOMENAJE

(Estas palabras fueron pronunciadas en la cena especial de entrega de premios que se celebró en el restaurante La Font del Bosc el pasado 11/12/04)

Hace ya unos meses, en la autovía de Castelldefels, nos dio un vuelco el corazón, al ver tendido en la carretera, transformándose su sonrisa habitual en gestos de terrible dolor, a un compañero de ruta.

Desde entonces venimos echándolo de menos en la carretera, en las salidas, en los desayunos..., a nuestro lado.

Echamos de menos su espíritu joven. El de esa persona que, más allá de sus años, se mete siempre en el grupo de delante, y acaba comentando: “¡Pero que hago yo entre toda esta gente joven! Esta no es mi guerra”.

Pero ahí sigue estando siempre, porque Sí, es joven,

y difícilmente se le dejaría atrás, si no fuera por un accidente como el sufrido (y provisionalmente).

Echamos de menos su espíritu jovial, su talante para dialogar, su mente siempre abierta a las ideas, a las bromas. Su ayuda dispuesta.

Echamos de menos a nuestro maravilloso lanzador en las subidas. Hasta que llega el fantástico comentario de “seréis sinvergüenzas...”, “...todos los buenos aquí detrás, callados y agazapados, aprovechándose de mi esfuerzo para luego darme el hachazo final”. Pero él sigue ahí y en la próxima montaña tirará de nuevo para adelante con su gran energía vital.

Con todo nuestro cariño

y con nuestros mejores y mayores deseos de verlo pronto a nuestro lado: o en la bicicleta, o en el desayuno, o en las excursiones,.... entregamos este homenaje

a nuestro **COMPAÑERO**
a nuestro **AMIGO**
a **MINGO**

Un gran abrazo.

LA GRUPA Y EL GRUPO A EN ESPECIAL.

CARTA ABIERTA DE UN SOCIO

A UN MIEMBRO DE LA JUNTA DE LA A.C.MONTJUÏC

Sr:

La publicación de esta carta en el boletín nos dará a entender que “La Grupa” es un club democrático y que su boletín está abierto a la opinión de TODOS sus socios.

En el “Butlletí Informatiu” correspondiente al cuarto trimestre de 2004 se anuncia el reparto de premios del campeonato de verano para el día 27 de noviembre, pero hay una nota que dice: “A la hora de cerrar este boletín aún no se ha decidido si se hará un almuerzo o una cena. Todos los socios serán convenientemente avisados por carta cuando se tome una decisión”

Aún ahora (15 de diciembre), al no haber recibido ninguna notificación, muchos compañeros ignoran cuándo ha de celebrarse el reparto de premios. Cuando nos hemos enterado, según rumores, de que ya ha tenido lugar una cena en lugar de un almuerzo como estaba en principio programado para el pasado día 27 de noviembre, hacemos las siguientes observaciones:

¿Por qué la Junta no ha cumplido con lo mencionado en el boletín correspondiente al cuarto trimestre de 2004 y se ha celebrado una cena sin previa comunicación a todos los socios?

¿Por qué la Junta ha tomado unilateralmente una decisión que afecta a todos los socios del club sin tener en consideración que un acto de más de veinte años de antigüedad se convierte, por uso y costumbre, casi en un derecho adquirido?

¿Por qué no se ha tenido en cuenta una carta dirigida a la Junta con la disconformidad de este cambio y firmada por gran cantidad de socios?

¿Por qué no se ha esperado a la Asamblea de Cicloturismo (la única asamblea que se hace en el club) del próximo 29 de enero de 2005, para hacer, por parte de la Junta, una propuesta de cambio para los próximos campeonatos y que esta propuesta fuera refrendada por los socios asistentes?

Los cicloturistas que han estado aportando religiosamente 1 euro en cada una de las muchas salidas del campeonato de verano (dinero principalmente destinado a pagarles el almuerzo del día del reparto de premios) ¿en qué manera se verán compensados?

Y, por último, argumentamos que, con el reglamento de la sección de cicloturismo “en mano”, habría que hilar muy fino para deducir si la Junta Directiva tiene atribuciones para decidir una variación tan importante en los actos de celebración del reparto de premios del campeonato de verano, y aunque jurídicamente por el reglamento SI la tuviera, moral y éticamente no deja de ser una mala jugada para una gran cantidad de cicloturistas y socios en general de “la Grupa”.

EL REPORTERO TRIBULETE (Lluís Giménez)

RESPUESTA DE LA JUNTA AL REPORTERO TRIBULETE

En la carta que Vd. ha hecho llegar al Consejo de Redacción de este Boletín, reclama explicaciones para una serie de decisiones y hechos relacionados con la pasada cena de entrega de premios, explicaciones que pasamos a exponer:

- *¿Por qué la Junta no ha cumplido con lo mencionado en el boletín correspondiente al cuarto trimestre de 2004 y se ha celebrado una cena sin previa comunicación escrita a todos los socios?*

Por un error. Adaptaciones que tuvimos que hacer de última hora provocaron que, al final, no pensáramos en el envío de la carta.

Desde estas líneas pedimos públicamente disculpas a todos los socios que se vean afectados por la no entrega de la mencionada carta.

- *¿Por qué la Junta ha tomado unilateralmente una decisión que afecta a todos los socios del club sin tener en consideración que un acto de más de veinte años de antigüedad se convierte, por uso y costumbre, casi en un derecho adquirido?*

La Junta realizó un sondeo que le permitió deducir que una mayoría de socios estaba de acuerdo con la celebración de la cena. De la misma manera que otros años ha habido cambios en el formato de esta celebración (un año se hizo un almuerzo de diferente formato, de mucho mayor coste, sufragado por el club), y que ha habido varios cambios en diferentes eventos del club: calçotada, salida en autocar a Campdevàrol, bicicletada, boletín, ..., del mismo modo se cambió el formato del sistema de reparto de premios. Se trata de una actividad más del club, y la Junta es el órgano que legítimamente organiza estas actividades. No creemos que el hecho de realizar una actividad durante unos años signifique que se deba realizar toda la vida, (por esa misma razón, todos los años deberíamos hacer la pernilada - que al final no se podrá realizar-. Es lógico que en un club existan cambios, ya que éstos demuestran dinamicidad, y el haber hecho algo toda la vida no es un motivo para continuar haciéndolo. Los tiempos cambian y hemos de adaptarnos a ellos, o nos moriremos de viejos (como club).

- *¿Por qué no se ha tenido en cuenta una carta dirigida a la Junta con la disconformidad de este cambio y firmada por gran cantidad de socios?*

El hecho de que una parte de los socios esté en contra no es un motivo concluyente para cambiar de opinión, sobre todo cuando existe otra "gran cantidad" de socios que están a favor. Es nuestro deber valorar la situación y decidir lo que creemos más adecuado. En el momento de llegar la carta nos encontrábamos con mucha gente repleta de expectativas y con enormes ganas de hacer la cena, por lo cual creímos más adecuado no decepcionarles y acabar realizándola. El hecho de no hacer lo que ponga en la carta no significa no tenerla en cuenta, sino simplemente que, valorada la situación, se prefirió hacer la cena.

6 RESPUESTA DE LA JUNTA AL REPORTERO TRIBULETE

- *¿Porqué no se ha esperado a la Asamblea de Cicloturismo (la única asamblea que se hace en el club) del próximo 29 de enero de 2005, para hacer, por parte de la Junta, una propuesta de cambio para los próximos campeonatos y que esta propuesta fuera refrendada por los socios asistentes?*

Porque no lo hemos creído necesario. Ha habido muchos más cambios que afectan al excursionismo y que no han sido sometidos a votación por parte de la asamblea, sin que ello haya generado discusión alguna. Nos ha parecido más razonable realizar la cena, que la gente pudiese comparar entre las dos alternativas, y que la asamblea decidiese cuál es el mejor sistema. En estos momentos el socio puede comparar con conocimiento de causa y decidir qué prefiere (por haberlo probado, no por suposiciones). De hecho, ya ha habido otros cambios que han seguido esta dinámica.

- *Los cicloturistas que han estado aportando religiosamente 1 euro en cada una de las muchas salidas del campeonato de verano (dinero principalmente destinado a pagarles el almuerzo del día del reparto de premios), ¿en que manera se verán compensados?*

Esta última afirmación es incorrecta. El euro está destinado, en primera instancia, a sufragar cualquier incidencia que ocurra en una salida, y con lo sobrante a financiar las diferentes actividades excursionistas, de las cuales forma parte (fijese bien: sólo una parte) el almuerzo de reparto de premios. El dinero se distribuye entre almuerzo de premios de verano, almuerzo de premios de invierno, premios de invierno, pernilada, subvención de salidas en autocar... La Junta distribuye el dinero entre las diferentes actividades, de forma que la gente que participa en mayor número de ellas se ve más beneficiada, y la gente que participa menos, se ve menos subvencionada. Por esa misma regla de tres, quienes no fueron a la calçotada, o a la pernilada, o a cualquier otro evento también tendrían que ser compensados. De hecho, la persona a quien le ha tocado un premio ha sido igualmente premiada.

Esta Junta es consciente de que la cena de entrega de premios ha generado disconformidad en ciertos socios del club, pero al mismo tiempo ha sido valorada muy positivamente por otros que asistieron a ella y la disfrutaron.

No podemos continuar viviendo exclusivamente de los hechos pasados. La historia de "la grupa" es grande, pero para conseguir esa grandeza se han tenido que ir introduciendo cambios, ya que nuestro entorno cambia, y hemos de adaptarnos a él. Seguro que en el pasado también se realizaron cambios de diferentes tipos, que probablemente provocaron alguna que otra discusión, pero gracias a ellos hoy estamos aquí, con 87 años de edad y con una gran vitalidad.

Esta junta intenta adoptar esa dinámica activa, ilusionar al socio con algo más que la salida del sábado. Probablemente al recorrer ese camino se darán pasos en

falso, pero para caminar (como para montar en bici) hay que arriesgar: si hay errores aprenderemos de ellos y rectificaremos; si se acierta, mucho mejor.

Sería mucho más fácil para esta Junta no proponer nada nuevo, continuar con lo existente, ahorrarse trabajo y disgustos. Al fin y al cabo, a nadie le gustan los enfrentamientos ni las tensiones, pero creemos sinceramente que esa dinámica no nos llevaría más que a la desaparición progresiva, al no ser capaces de incentivar a la gente.

LA JUNTA

D'INTERÈS GENERAL

Degut a la desagradable situació generada arrel del sopar d'entrega de premis, la Junta es manté en estat semi-operatiu, mantenint només les activitats mínimes que exigeix el club, de forma indefinida fins la creació d'una nova junta, i per tant, en no poder garantir la celebració de la pernilada ni del repartiment dels premis d'hivern, la classificació d'hivern d'enguany queda anul.lada. Per tant ni es recollirà l'euro, ni es signarà al full.

LA JUNTA

Aprofitem els últims esdeveniments per recordar una màxima d'aquest butlletí: 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. Si es desitja la publicació de qualsevol carta on s'expressi algun tipus d'opinió que faci referència, crítica o alusió a terceras persones, és absolutament necessari que existeixi un signatari responsable del seu contingut.

EL CONSELL DE REDACCIÓ

LAS AGUJETAS

Intentaré responder en este artículo a una pregunta que mucha gente se hace: ¿Qué produce las molestas agujetas?

Las agujetas se producen por las microroturas de las células musculares y de las fibras de actina y miosina que establecen los puentes cruzados que provocan la contracción muscular.

Está demostrado que las agujetas son el dolor producido por esa lesión en el músculo, la cual provoca una leve inflamación generalizada (más o menos). Literalmente, cuando entrenamos nos estamos autolesionando de forma microscópica.

Por otra parte, también es cierto que el ácido láctico puede cristalizar formando esos famosos cristallitos que se supone que provocan el dolor. Pero tengamos en cuenta una cosa: el porcentaje de agujetas que pertenece a la formación de cristales es ínfimo en comparación al porcentaje de agujetas producidas por las microroturas musculares.

La teoría de las microroturas cobra mayor validez si tenemos en cuenta que el organismo, tras un esfuerzo, está en constante proceso de eliminación de ácido láctico (de forma completamente natural). Es más, el organismo siempre tiende a eliminar el ácido láctico, aunque a veces sus capacidades para hacerlo se vean desbordadas por la exigencia del esfuerzo, produciéndose entonces una acumulación de dicha sustancia (debido a la insuficiencia de la vía energética aeróbica, que se solapa con la anaeróbica láctica, etc.). E incluso (y esto os va a resultar muy curioso) el organismo libera ATP cuando degrada ácido láctico; es decir, ¡que obtenemos energía de la propia eliminación de ácido láctico!

Parece, pues, contradictorio que nos digan que las agujetas se producen por la acumulación de ácido láctico, cuando sabemos que el organismo, por naturaleza, tiende a eliminarlo en menos de día y medio mediante la intervención aeróbica. Con lo cual, la cantidad de ácido láctico que puede llegar a cristalizar, es mínima.

¿Qué ocurre entonces? Pues se cumple un principio muy básico: el principio de adaptación. Si un culturista entrena un grupo muscular, lo está lesionando, y el organismo responde a esa lesión mediante una adaptación del músculo:

- 1.- Lo “restaura”, lógicamente, para regenerarlo de las lesiones.
- 2.- Y aumenta su sección ventral como respuesta al estímulo aplicado.

Dicho de otro modo: si el músculo ha sido solicitado para realizar un determinado trabajo, el músculo es reparado en sus lesiones y reforzado en previsión de una nueva solicitud de ese esfuerzo (explicado a grandes rasgos). Es como si la presa de un pantano reventase. Lo que haríamos al día siguiente sería reconstruir la presa y reforzarla.

SERGIO DELONGE

JUVENTUD Y VEJEZ... TAMBIÉN EN LA GRUPA

(ARTÍCULO A CUATRO MANOS)

Hay quienes creen que la juventud y la vejez tienen que ver con el paso de los años, con la edad.

Está claro que los años nos dan y nos quitan algunas capacidades. Objetivamente, el cuerpo responde menos (aunque mirad a Mariano, o a Valls), a pesar de que nos gustaría poder salir con los lebreles sin perder rueda. Y, a quienes se lo hayan currado, la experiencia y la sabiduría les pueden aumentar.

Pero no son los años los que determinan si somos jóvenes o viejos. Tiene más que ver con nuestra actitud ante las cosas, ante la vida. Hay gente con pocos años profundamente vieja y personas con muchos años muy joven. Ejemplos tenemos por todas partes, y también en la grupa.

Viejo es aquel que siempre está mirando para atrás, que sigue pensando que todo tiempo pasado fue mejor, que cree que nada puede ni debe cambiar y, por lo tanto, pone trabas a cualquier innovación, a cualquier cambio: "es que siempre se hizo así". Es aquel que siempre está enfadado y a todo le ve la cara mala, sin saber disfrutar de cada pequeña cosa de la vida, de las que hace él y de las que hacen los demás. Es aquel que ni hace ni deja hacer. Es aquel que no colabora ni pone en marcha cosas, pero no deja de criticar y dificultar lo que hacen los demás.

Joven es quien mira hacia delante. Quien está vivo y activo. Alegre y disfrutando. Con ganas de innovar, de crecer, de colaborar, de proponer, de sumarse a toda iniciativa que se proponga por el bien común... Quien no le importa reconocer lo valioso que hacen los demás, valorarlo y apoyarlo.

Aprendamos de los jóvenes de la grupa, de los que mantienen ese espíritu joven y quieren poner en marcha iniciativas y llevarlas adelante con éxito. Ayudémosles y colaboremos. Aprendamos de esa gente joven de la grupa: del optimismo y la energía de Vall, del coraje y las ganas de dar oportunidad a las nuevas ideas de Mariano, de la alegría de Juanito, del espíritu colaborador de Tete...

No caigamos en las actitudes que nos hacen viejos. Apoyemos una grupa viva y joven. Lancémonos a mirar hacia adelante, reconociendo y apoyándonos en el pasado, pero vivos y con ganas de seguir creciendo, que apenas somos unos jovencitos que van a cumplir pronto 100 años.

Hagámonos jóvenes, **HAGAMOS JOVEN LA GRUPA.**

PACO CASCÓN (UN ASPIRANTE A JOVEN)

10 JUVENTUD Y VEJEZ... TAMBIÉN EN “LA GRUPA”

P.D.

En llegir l'article del Paco, m'han vingut al cap els vuit manaments que em va xiuxiuejar a cau d'orella un home vell i savi (un jove de 75 anys), bon amic meu: l'oncle Sisquet. Escolteu què em proposava per a combatre el “mal del temps”, com ell mateix deia.

1. Avui és el primer dia de la teva vida. El que passa és que ja has nascut sabent.
2. Només que t'hi fixis una mica, veuràs que la teva dona encara és la més maca de totes. No siguis burro i aprofita-ho.
3. No et disfressis de jovenet: faràs el ridícul. Sigues un xaval com si fos la cosa més natural del món.
4. Veus a tots aquests que estan al teu voltant? Són amics teus, pallús, escoltal's una mica i no els expliquis sempre el mateix rotllo de què et fa mal ni per què has d'anar a cal metge. Hi ha més temes de conversa...
5. Qui ho ha dit que no has de tenir projectes?
6. Hi ha alguns idiotes que, perquè no han arribat als trenta, es pensen que encara els resta tota la vida per davant, i que tu, en canvi... Són molt llestos. Que t'expliquin com han arribat a saber on els espera el punt final. Jo encara no sé com es pot averiguar una cosa així.
7. Mira el teu nét –si el tens-. Creus que es passaria les setmanes fent sempre el mateix? Doncs tu tampoc. Canvia, collons, canvia. En la varietat està el gust, diuen...
8. El teu món no és només el món del passat. El teu món és aquest, i el vius ara mateix. I si s'ha d'aprendre informàtica, doncs endavant. Segur que va ser molt més difícil sobreviure a la posguerra...

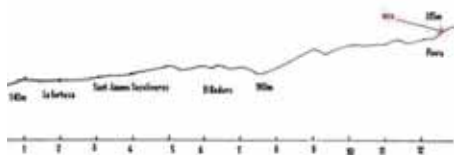
Aquestes eren les paraules de l'oncle Sisquet. Però com nosaltres estem acostumats a que els manaments siguin deu, i no vuit, aquí van els altres dos, que són de la meva collita, si em permeteu:

9. Com diu el proverbi xinès: no importa com siguis de vell, sinó com portis la teva vellesa.
10. No deixis mai, mai, mai, però mai, de sortir amb la GRUPA. Nosaltres sí que som l'autèntica VACUNA ANTI-VELLESA.

IÑAKI MARÍN

CRÒNICA DE LA CONTRARELLOTGE DEL 18-IX

Tal com m'ha demanat en Xavi Òdena, us faré la meua particular crònica de la Contrarellotge, vista des de "fora", ja que no soc soci de l'AC Montjuïc. Per a mi era una novetat la participació en una prova com la contrarellotge, poc habitual dins el ciclisme, ja que hi predominen les marxes. Era per tant una nova experiència pels que, como jo, hi participaven.



Durant el recorregut fins a Sant Sadurn d'Anoia ens vam anar trobant pel camí tots els participants, la majoria dels quals del Montjuïc i de l'EC Sant Andreu, però també gent del CC Molins de Rei i alguns independents.

El recorregut d'enguany no era ni una crono totalment plana ni una cronoescalada en tota regla, ja que alternava trams plans amb constants repetjions i amb el vent com un factor força habitual. La carretera en qüestió era la que uneix Sant Sadurn d'Anoia amb Piera, passant pel Bedorc, amb un total de 13 kms. Els participants, 21 en total, van anar sortint amb una diferència d'un minut entre cadascun d'ells, cosa que permetia que en els trams més rectes, abans d'arribar al Bedorc, s'arribessin a veure fins a 3 participants.

Un dels factors clau era el fet de conèixer el recorregut, ja que calia dosificar esforços per la part final, en la que hi havia força trams ascendents. De fet, va ser la gent que més s'ho coneixia la que va quedar en les primeres posicions, però malgrat tot les diferències no van ser gaire grans entre els participants i, en general, tothom va aconseguir unes mitges força altes, tractant-se d'un recorregut que picava cap amunt. En aquesta ocasió, i encara que no sigui el més habitual, crec que cal felicitar especialment a l'últim classificat, en Ricardo, del Sant Andreu, que va realitzar la crono amb un peu enguixat per tal de no perdre el Campionat de Ciclisme del seu club, que tenia aquesta prova com a puntuable. La veritat és que fer la crono pedalant amb una cama únicament té molt de mèrit.

En general podríem dir que es va tractar d'un bonic matí de ciclisme, en el que cadascú va poder provar les seves habilitats en aquesta modalitat, donant una possibilitat als més rodadors, que sempre es veuen "penalitzats" a la muntanya. També m'agradaria felicitar a les dues persones que van encarregar-se de cronometrar i a tots els participants. Així doncs, l'any que ve esperem tornar a trobar-nos una bona colla de gent, si som més millor, per poder fer el recorregut que ens preparin els companys del Montjuïc.



ALEX MAYMÓ (CC MOLINS DE REI)

CLASSIFICACIÓ GENERAL DE L' A.C. MONTJUÏC

(DEFINITIVA)

Ordre	Punts	Quilòmetres	Nom i cognoms
1	103	3.060	Héctor Segura
2	102	3.060	Manuel M. Royo
3	100	2.950	David Perdomo
4	98	2.935	Joaquim Ferri
5	97	2.320	Josep Maria Ribera
6	96	2.975	Andrés Fuentes
7	96	2.920	Alfred Dolz
8	94	2.275	Josep Cordero
9	93	2.370	Alfonso Ruiz
10	91	2.715	José Martínez
11	88	2.155	Pau Gascón
12	85	2.650	Mariano Alento
13	85	2.595	Xavier Odena
14	83	2.575	Valentín Pérez
15	82	2.430	José Luis Gutiérrez
16	82	1.910	Ramon Carrillo
17	81	2.495	Antonio Martínez
18	81	2.010	José Méndez
19	81	2.005	José Rubio
20	79	2.250	Xavier Jover
21	79	1.905	Josep Falcó
22	76	2.290	Josep Maria Llonc
23	76	1.870	Juan Martínez
24	75	1.850	Ricardo Biete
25	73	1.800	José Vall-Batet
26	72	2.240	Andries Ruesink
27	69	2.185	Antonio Rodríguez
28	69	2.080	Ivan Robles
29	69	1.760	Martín Márquez Maldonado
30	69	1.705	Domingo Boixet
31	64	1.965	Antonio Almansa
32	64	1.450	Rafael Soria
33	63	1.940	Albert Porta
34	63	1.835	Agustí Velàzquez
35	60	1.830	Paco Cascón
36	60	1.680	Lluís Martínez
37	58	1.645	José Luis Andreu
38	58	1.625	J. Robert Puntero
39	54	1.665	Iñaki Marín
40	54	1.635	Jaume Cardona
41	54	1.525	Alberto Sánchez
42	54	1.315	Augusto Galavis
43	54	1.300	Joaquín Fernández
44	52	1.405	Ramon Bonet

45	51	1.265	Jorge Mora
46	51	1.205	Juan Morales
47	48	1.500	Jesús Martínez
48	46	1.315	Isidre Gimeno
49	46	1.245	Nuñez Ubaldo
50	45	1.145	Alfonso Ruiz López
51	45	1.125	Albert Llaudet
52	43	1.230	Joan Girona
53	43	1.185	Juanjo Rodríguez
54	42	1.370	Fernando Sánchez Montañés
55	42	1.355	Bartolomé-Juan Martínez
56	42	1.320	Fulgencio Martínez
57	42	1.060	Isidre Suñé
58	41	1.295	Alfredo Risa
59	39	1.195	Josep Ferrer
60	36	870	Alfonso Muñoz
61	36	860	Francesc Barberà
62	33	985	Andreu Domingo
63	33	865	Sergio Ledesma
64	31	820	Ramon Pintado
65	30	875	Andreu Sánchez
66	30	840	Miguel Rancaño
67	30	770	Jesús A. Sanz
68	27	630	Gregori Grima
69	25	680	Miguel Gutiérrez
70	25	525	Rodolfo Jover
71	24	845	Fernando Ruiz
72	24	810	David Hernández
73	24	640	Alfonso Acosta
74	24	580	Jesús Ruiz López
75	24	550	Antonio Pallarés
75	24	550	Francisco Pallarés
76	21	645	Sergio Luceno
77	21	500	Lluís Giménez
78	18	530	Manuel Garcia
79	18	500	César Arrillaga
80	18	390	Fernando Dela-Vila
81	15	355	Jaume Carbonell
82	13	285	Ángel Martín
83	12	310	Joaquin Torralba
84	9	300	Manuel Linares
85	9	250	Enric Guillamot
86	7	120	Luis Calvo
87	6	165	Eligio
88	6	145	Josep Bochaca
89	6	125	Bartolomé Carrillo
90	4	0	Josep Maria Borràs
91	3	70	Francesc Piella
92	3	0	Ferran Lapiedra
92	3	0	Josep Arran
92	3	0	Manel Esteban

“ ...Y LA COSTA BRAVA SE TIÑÓ DE NEGRO”

RELATO DE UNA SALIDA ÉPICA

En pleno mes de octubre, y desafiando a las leyes de la naturaleza ciclista, aquellas mismas que dicen que después de la QH se acaba la temporada, vamos y nos montamos una especial. Es que no aprenderemos nunca.

El encargado de diseñar la ruta, como no podía ser menos, fue Andries. Todo una garantía de éxito en cuanto a planificación de rutas, pero como vamos descubriendo poco a poco, y con alguna que otra lágrima por nuestra parte, también el sufrimiento está garantizado.

El itinerario escogido esta vez fue por la Costa Brava Sur. Saliendo desde Blanes, pasábamos por Lloret y Tossa, entrábamos hacia el interior ascendiendo el alt de St.Grau, Llagostera, Alt de Romanyà, St.Antoni de Calonge, Platja d’Aro, St. Feliu y vuelta por la carretera de la costa: Tossa, Lloret y Blanes.

Así que, ni cortos ni perezosos, nos organizamos como bien pudimos y, desde la Plaza España, partimos con los coches y la marchosa, que es así como se denomina a la furgoneta del Xavi Ôdena, pues con ella vamos a todas las marchas, hacia el punto de encuentro y salida: estación de tren de Blanes.

Una vez estuvimos debidamente pertrechados, léase disfrazados de ciclistas, empezamos a rodar. Aún no habíamos salido de Blanes, cuando la carretera ya empezó a empinarse. Al principio con ligeros repechos, pero una vez pasas Lloret y enfilas dirección Tossa, las subidas empiezan a ser de consideración, alternadas con bajadas. Lo justito para que se calienten bien las piernas (aquello era el tramo “linimento Sloan”). La carretera era muy sinuosa, con abundancia de curvas, bastante parecida a las costas de Garraf, pero en plan bestia. Vamos, que no tiene desperdicio.

Entre subidita y bajadita se llegó al desvío de St. Grau. En teoría, el punto duro de la jornada, pero no os creáis nada, todo mentira. La emboscada estaba más adelante. La ascensión a este alto, al principio con rampas suaves, pero con un asfalto de aquel granuloso que hace que la bicicleta se adhiera más de lo necesario, y en el tramo final con una rampa cuyo porcentaje debe oscilar sobre el 14%, no nos representó gran dificultad, la cual cosa se explica también por el hecho de llevar pocos kilómetros en las piernas. Al coronar, reagrupamiento de rigor, y hala, a bajar por la otra vertiente (con el asfalto mucho mejor que por donde habíamos subido) dirección a Llagostera.

Parada a reponer fuerzas en la gasolinera de los ciclistas, que es el bar-restaurante, y de nuevo a continuar con la segunda parte de la aventura, que iba a discorrir por la zona de las Gabarras, con ascensión final al alt de Romanyà. Una vez coronado, nos lanzamos en una gran bajada hasta St. Antoni de Calonge. Aquí reagrupamos de nuevo y ya enfilamos dirección a casa (Je,je,je, pero ya veréis lo que les pasará a nuestros intrépidos muchachos...)

Una vez pasado el pueblo de St. Feliu de Guíxols, volvemos a entrar en una carretera muy sinuosa que, bordeando los acantilados, nos conduce a Tossa. ¡Aquí estaba la emboscada, habíamos dado con ella! Fue un ataque en toda regla: los indios, agazapados en lo alto de los farallones, nos acribillaron con sus flechas. Difícil era salvarse, y de hecho muy poquitos lo hicieron.

La carretera, con sus continuos “subeibajas”, junto al cansancio acumulado y los elementos en nuestra contra (calor y viento), hicieron que el retorno no fuera nada plácido. Aquello fue un martirio, y consiguió que la gente llegara al lugar de partida en cuentagotas, algunos con evidentes signos de agotamiento en sus caras. El hombre del mazo se había hinchado a repartir leña en cada curva, en cada repecho. Pero se llegó, y ahora lo piensas y te ríes, cómo no, ¡por algo somos lebreles! (aunque a partir del próximo año quizás nos cambiemos de nombre y seamos los suicidas o los locos del cannonball).

En fin, última especial del año, y parece que este sistema de salidas triunfa dentro de nuestro grupo. ¿Será que a la gente le va el rollo sadomaso? En el fondo es una manera de descubrir nuevas rutas y nuevos parajes, porque quien más o quien menos se mueve mucho por las zonas circundantes de Barcelona (sea el Suro, los Once, Montserrat e incluso, los más osados, las Estenalles), pero en cambio las zonas por las que este año nos hemos ido moviendo con las especiales, seguro que muy poquitos las conocen, y os aseguro que valen muchísimo la pena.

En fin, ya sabéis que las puertas de los Lebreles están abiertas a todo el que se quiera aventurar a entrar, y que no mordemos a nadie, ni tenemos cuernos ni rabo.

Hasta la próxima.

ALFRED DOLZ

RIVALIDADES (I)

Las rivalidades son una cosa innata, tanto en el mundo animal como en los seres humanos. Incluso existen rivalidades entre ciudades, comunidades o estados.

Entre los animales, algunos rivalizan por conseguir el favor de una determinada hembra. Los humanos rivalizan entre sí por cosas más materiales, como quién posee el coche más potente o quién puede disfrutar de la bicicleta último modelo. Muchas ciudades quieren presumir de tener el edificio más alto, el paseo más bonito, el zoo mejor dotado o el mejor equipo de fútbol. Ya hemos ido a parar al deporte, y es aquí donde las rivalidades, muchas veces, se desmadran.

La rivalidad que existe entre el REAL MADRID y el F.C. BARCELONA es sólo un ejemplo entre cientos. ¿Es mejor el BETIS que el SEVILLA, el BARÇA que el ESPANYOL?; ¿qué escudería es mejor, FERRARI o McLAREN?; en su desafío anual por el Támesis, ¿qué regatistas serán los mejores, OXFORD o CAMBRIDGE?

Ahora voy a decir una perogrullada, una cosa que es tan obvia que no sé por qué la menciono: “para que haya rivalidades tiene que haber rivales”. No sé si me explico. En una actividad, sea deportiva o no, si alguien o algo sobresale del resto, ya no hay rivalidad. Ésta se manifiesta cuando hay dos o más sujetos que se disputan la primacía.

Por ejemplo: en automovilismo, en los últimos años, MICHAEL SCHUMACHER ha estado dominando de forma apabullante la Fórmula 1; en motos GP, VALENTINO ROSSI no tiene actualmente contrincante. En ambos casos no puede haber rivalidad, porque sencillamente son los mejores en su actividad..

Es como cuando MIGUEL INDURAIN reinaba en el TOUR o, como en estos últimos años, LANCE ARMSTRONG ha hecho en la Grande Boucle (por suerte parece ser que el estadounidense no va a intentar –de momento- ganar su séptimo TOUR). Digo por suerte porque cuando un deportista domina de una manera tan aplastante, para organizadores, periodistas y aficionados en general, la cosa ya parece que deja de interesar. Es cierto que los propios organizadores, en este caso los del TOUR, tratan de poner todas las “trampas” imaginables para que esos corredores tengan cierta dificultad en lograr su objetivo y, al mismo tiempo, dar facilidades a los posibles rivales, pero en la mayoría de los casos fracasan, ya que cuando alguien es tan superior, siempre sale victorioso y supera con éxito dichas “trampas”.

A INDURAIN los organizadores le colocaban más llegadas en alto e incrementaban la dureza de la contra-reloj por equipos, pero el navarro, aunque sufría al pasar esas pruebas que le ponían, se superaba en las contra-reloj individuales y superaba ampliamente todas las “trampas”. Con ARMSTRONG han intentado de todo, pero el norteamericano ha sido tan superior a todos sus rivales que todas las artimañas de los organizadores no han servido de nada, y el tejano ha logrado sus seis triunfos consecutivos.

Del “club de los cinco” (cinco corredores que han logrado cinco o más TOURS) INDURAIN y ARMSTRONG han sido los que menos rivales han tenido. Al navarro sólo BUGNO y ROMINGUER le hicieron forzar algo, pero sólo eso: esforzarse algo más de lo habitual. En cuanto a ARMSTRONG, sólo ha tenido cierta oposición por parte de JAN ULLRICH (que ha sido varias veces segundo), pero el alemán (aparte de tener la mala suerte de coincidir con el americano), unas veces porque estaba en baja forma y otras porque llegaba al TOUR con un exceso de kilos en su cuerpo, nunca puso en peligro los triunfos del tejano. Sólo en el 2003 el norteamericano las pasó algo canutas. El vasco JOSEBA BELOKI estaba en una gran forma, pero una desgraciada caída le obligó a retirarse, mientras que JAN ULLRICH sólo quedaba al final a 1” 01” de ARMSTRONG. Pero en esta última edición del 2004, el estadounidense ha vuelto a demostrar que no tenía rival.

Los otros tres del “club de los cinco” Sí tuvieron rivales más consistentes. JACQUES ANQUETIL tuvo en RAYMOND POULIDOR a un rival que, en más de una ocasión, le puso “contra las cuerdas”. Pero es que en la época del dominio del normando había unos tales GAUL, BAHAMONTES, RIVIERE, NENCINI, GIMONDI, etc., que Sí eran verdaderos rivales.

EDDY MERCKX también tuvo sus serios oponentes: VAN IMPE, GIMONDI, POULIDOR, ZOETEMELK, THEVENET y, especialmente, LUIS OCAÑA. El conqueño, que venció en el Tour de 1973 (MERCKX no participó), en el año 1971 había dejado casi KO al belga, pero una caída bajando el Col de MENTE obligó al español a abandonar la carrera cuando prácticamente ya se veía vencedor de la misma.

En cuanto a BERNARD HINAULT, también tuvo que luchar lo suyo con los “viejos” ZOETEMELK, VAN IMPE, y POULIDOR, pero es que al mismo tiempo le surgieron jóvenes como FIGNON, ROCHE, DELGADO y LEMOND que le hicieron dar lo mejor de sí mismo para ganar sus cinco TOURS.

Ya hemos mencionado que cada deporte tiene sus particulares rivalidades y que el ciclismo no es una excepción. Pues claro, los ciclistas, aparte de ser algo “rarillos”, no dejamos de ser humanos (¿y algo animales?). Bueno, yo no diría tanto, pero sí es cierto que las rivalidades, a veces, se llevan a ciertos extremos no muy recomendables.



Cuatro de los cinco pentacampeones del Tour: Hinault, Merckx, Armstrong e Indurain (sólo faltaba el fallecido Anquetil)

18 RIVALIDADES (I)

En la mayoría de los casos, estos extremos no son protagonizados por los propios rivales en sí, sino más bien por los fans o seguidores de dichos deportistas. Estos casos concretos quizás son mucho más numerosos entre los “supporters” de los futboleros, pero también en ciclismo se ha dado algún caso de irracionalidad casi animal.

Tal fue el caso de aquel TOUR en que el gran campeón belga EDDY MERCKX sufrió un brutal golpe en los riñones, propinado por un energúmeno que, en una dura ascensión pirenaica, a punto estuvo de dejar KO al ciclista belga. Por suerte MERCKX se recuperó y pudo continuar en carrera. Algo similar le ocurrió a GINO BARTALI en el TOUR de 1950: en la cima del Col D'ASPIN unos gamberros, seguramente fans franceses que querían impedir un nuevo triunfo del italiano, atacaron a puñetazo limpio al corredor toscano; éste se las vio y deseó para poder huir de aquel vendaval de golpes.

BARTALI, tras el susto -y tras cazar a JEAN ROBIC, que había aprovechado el incidente para escaparse-, logró llegar en solitario y vencer en la meta de SAINT GAUDENS, pero a raíz de aquel incidente tan desagradable todo el equipo italiano en pleno, con el entonces líder de la carrera FIORENZO MAGNI, decidió abandonar la prueba, como muestra de protesta por lo ocurrido en el ASPIN.

Pero las rivalidades no siempre conllevan gamberrismo. Hay rivalidades sanas y alegres. ¿Quién no ha oído, en cola del pelotón grupero, un sábado cualquiera, algo parecido a esto?:

“- ¡¡¡ RUBIO, RUBIO!!!, ¿dónde está el RUBIO? -pregunta JUANITO- Ostras, si el RUBIO está aquí, eso quiere decir que vamos parados, si el RUBIO nos aguanta, es que nos vamos a caer.

-Calla, calla, JUANITO -contesta RUBIO— Apaga la radio, que es que no paras...”

Como ejemplos de rivalidades sanas, querría intentar resumir las tres que se produjeron entre distintos corredores de los mismos países: españoles (BAHAMONTES-LOROÑO), franceses (ANQUETIL-POULIDOR) e italianos (COPPI-BARTALI).



Bahamontes con Charly Gaul

FEDERICO MARTÍN BAHAMONTES Y JESÚS LOROÑO

Cuando BAHAMONTES apareció en el escenario ciclista español, ya LOROÑO era una figura consagrada. El deporte español en la época franquista necesitaba de ídolos para que la afición no



Bahamontes tras su triunfo en el TOUR de 1959. Junto a él Fausto Coppi "El Campeonísimo".

JESUS LOROÑO. El vizcaíno era el vigente "Rey" de la montaña, ya que había ganado el Gran Premio de la Montaña en el TOUR de 1953 (además de haber ganado una etapa). Asimismo, era el Campeón de España de Montaña, título conquistado en aquel mismo año de 1954. Pero a causa de la aludida lesión, LOROÑO no podía acudir al TOUR. Fue entonces cuando el seleccionador nacional, JULIAN BERRENDERO, apostó por el toledano y lo llevó al TOUR como jefe de filas. BAHAMONTES debutó exitosamente en la ronda francesa y venció en el Gran Premio de la Montaña, tras coronar en primera posición puertos tan conocidos como el AUBISQUE, TOURMALET, PEYRESOURDE, GALIBIER, LA ROMEYERE, etc.

Es entonces cuando la afición española se divide. BAHAMONTES es más espectacular, pero JESÚS LOROÑO demuestra más regularidad. El vasco gana la VUELTA A ESPAÑA y la VOLTA A CATALUNYA en 1957, mientras que BAHAMONTES sólo es segundo en esa misma VUELTA A ESPAÑA de 1957.

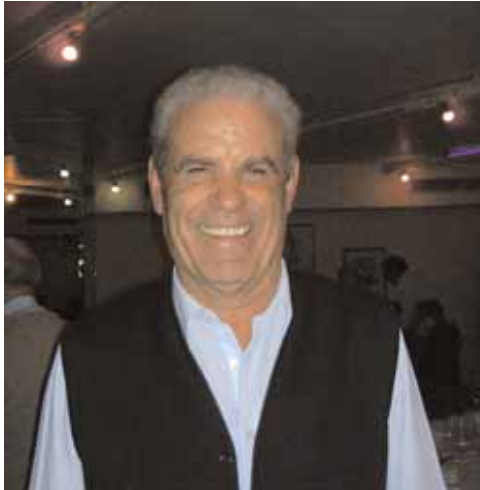
BAHAMONTES es cuarto en el TOUR de 1956, mientras que LOROÑO es quinto en el de 1957. La cosa va pareja, pero el seleccionador siempre tiene problemas a la hora de formar un equipo para una ronda nacional y hacer correr a los dos ciclistas juntos. La cosa se soluciona definitivamente cuando, en 1959, "El Águila de Toledo" logra para el ciclismo español el primer triunfo absoluto en la VUELTA A FRANCIA. El toledano se convierte en figura de nivel mundial, mientras el vizcaíno, ya casi con 35 años, está dando las últimas pedaladas como corredor ciclista profesional.

Continuará...



PUJADES FETES PER LA GRUPA EN EL 2004

GALIBIER, Savoia, França, 2642m
ENUALIRA, Andorra, 2409m
COLL DE RAT, Andorra, 2380m
IZOARD, Hautés Alpes, França, 2361m
ARCAIS, Andorra, 2225m
PUIGMAL, Pirineus Orientals, França, 2220m
COMA MORERA, Pirineus Orientals, França, 2205m
TOURMALET, Alps Pirineus, França, 2115m
UARS, Hautés Alpes, França, 2111m
COLL DE PAL, Barcelona, Catalunya, 2110m
LA BONAIGUA, Lleida, Catalunya, 2072m
CROIX DE FER, Isere, França, 2064m
BOSC DE LA RABASA, Andorra, 2060m
MADELEINE, Savoie, França, 1993m
COLL DORDINO, Andorra, 1961m
PORTAINE, Lleida, Catalunya, 1975m
COMA ORIOLA, Girona, Catalunya, 1960m
COLL DE LA CREUETA, Barcelona, Catalunya, 1925m
GLANDON, Savoie, França, 1924m
MONT VENTOUX, Alps Alta Provença, França, 1912m
AMPRIU, Lleida, Catalunya, 1911m
GUILS FONTANERA, Girona, Catalunya, 1905m
NAUACERRADA, Madrid, Espanya, 1860m
COTOS, Madrid, Espanya, 1830m
ALPE D'HAUEZ, Isere, França, 1815m
PORTALET, Pirineus Atlàntics, França, 1794m
NAUAFRIA, Segovia, Espanya, 1778m
MORCUERA, Madrid, Espanya, 1776m
PIERRE ST. MARTIN, Navarra, País Vasc, 1760m
TURO DE L'HOMÉ, Barcelona, Catalunya, 1680m
COLL DE PORT NORT, Lleida, Catalunya, 1658m
SOMPURT, Huesca, Espanya, 1640m
HAUTACAM, Alps Pirineus, França, 1635m
COLL DEL TUNEL DE UIELLA, Lleida, Catalunya, 1630m
PRA LOUP, Alps Alta Provença, 1630m
PAS DU PEYROL, Cantal, França, 1586m
LARRAU, Pirineus Atlàntics, França, 1585m
CANENCIA, Madrid, Espanya, 1524m
ISARBE, Pirineus Atlàntics, França, 1440m
CARÓ, Tarragona, Espanya, 1435m
ESPINA, Lleida, Catalunya, 1425m
COTEFABLO, Huesca, Espanya, 1425m
ERMITA ST. SALVADOR, Lleida, Catalunya, 1415m
PERUES, Lleida, Catalunya, 1388m
COLL DE TRAPA, Barcelona, Catalunya, 1321m
VENTOLA, Girona, Catalunya, 1305m
STA. FÉ DEL MONTSENY, Barcelona, Catalunya, 1300m
COLL DE SANT GREGORI, Barcelona, Catalunya, 1290m
PUERTO DE HOZ, Huesca, Espanya, 1272m
COLL DE LA MINA, Lleida, Catalunya, 1200m
BORDERES, Alps Pirineus, França, 1157m
RASSOS DE PAGUERA, Barcelona, Catalunya, 1145m
COLL FORMIC, Barcelona, Catalunya, 1125m
PORT DE COMIOLS, Lleida, Catalunya, 1102m
MONTLLOBAR, Lleida, Catalunya, 1060m
MONTCORTÉS, Lleida, Catalunya, 1060m
MARIE BLANC, Pirineus Atlàntics, França, 1035m
FONTFREDA, Lleida, Catalunya, 1004m
ARTESIAGA, Navarra, País Vasc, 999m
ROJALS, Tarragona, Catalunya, 979m
OTSONDO, Navarra, País Vasc, 632m
TURCHINO, Piemonte, Itàlia, 532m
LIZARRIETA, Navarra, País Vasc, 441m



SOCIO DEL MES

NOMBRE: Miguel Rancaño Álvarez

LUGAR Y FECHA NACIMIENTO: Gordoncillo (León) 8 de mayo 1942

VIVE EN: Barcelona

SITUACIÓN FAMILIAR: Casado-3 hijos-2 nietos

PROFESIÓN: Taxista

AFICIONES: Ciclismo

APODO(S): Miguel o Rancaño

MÚSICA PREFERIDA: Española

PELÍCULA(S) FAVORITA(S): Las del Oeste

LECTURA: -

SOCIO DESDE: Más de diez años

CON QUÉ GRUPO SALES HABITUALMENTE: A y B

POR QUÉ TE HAS HECHO SOCIO DE “LA GRUPO”: Por un amigo que estaba apuntado

MEJORES HAZAÑAS EN LA BICICLETA: 115 Km

ALGÚN PROYECTO, PLAN O DESEO PARA IR EN BICICLETA: Seguir practicando y mejorando dentro de mis posibilidades

CICLISTA(S) FAVORITO(S): Pedro Delgado

RECORRIDO(S) FAVORITO(S): Todos son difíciles

BICICLETA(S): Rossini

QUÉ TE GUSTA DE “LA GRUPO”: Todo en general

QUÉ TE GUSTARÍA CAMBIAR/MEJORAR EN EL CLUB: Nada

PARA FINALIZAR, QUÉ TE PARECE EL BOLETÍN DEL CLUB: Muy bien

EXCURSIÓN AL MONTCARO

El 12/10/04, a las 6 de la mañana, salieron de Barcelona José Luis, José y X. Òdena, de los lebreles, con H. Pérez de la U.C.C. y V. Pérez, (dos entusiastas domingueros), dispuestos todos ellos a subir al Caro. Les amaneció cerca de la localidad de La Aldea, desde donde debía partir la excursión. Y allí, en una cafetería, mientras con el café “se empujaban” unas pastas, planificaron por última vez la ascensión. Los lebreles decidieron, con muy buen criterio, que ellos saldrían desde La Aldea y recomendaron a los domingueros que siguieran en el coche hasta Roquetas, distante unos 16 Km, y partieran desde allí con sus bicis de montaña. Así se hizo, y el comienzo no pudo ser mejor para ambos grupos: cielo ligeramente nublado, viento en calma, temperatura fresca, carretera con arcén, pavimento en buen estado y llano hasta salir de Roquetas. Allí empezaban las largas rectas sin arcén, con benignas rampas del 2% al 4%, que atravesaban un paisaje plagado de olivos, desde donde podíamos admirar las impresionantes paredes verticales de roca caliza, cubiertas de espesa vegetación, que daban forma a “nuestro objetivo”, cuya quebrada silueta sobresalía claramente del entorno.

Los domingueros iban uno junto a otro, comentando lo difícil y complicado que sería subir a pie esa montaña, pues las vías de ascensión deberían ser escasas y complicadas, a no ser que se salvaran las dificultades escalando. Y así, llegan al 4º Km. en donde hay un corto descenso y desde donde se aprecia, a la izquierda, la fuerte rampa que les espera. Adquieren velocidad para aprovechar la inercia, pero al fondo aparece una traicionera curva de herradura a izquierdas, bacheada y con arena endurecida, (el cruce de un torrente seco sobre la carretera), que les obliga a frenar para no salirse “del todo” de la carretera, y ya a velocidad casi 0, comienzan una rampa del 8,3%, seguida de otras tres del 10%. El pavimento se ha vuelto rugoso y ha salido un sol que cada vez será más intenso y que es acompañará durante todo el espléndido día.

Nuestros domingueros siguen juntos, pero ahora apenas hablan entre sí, pues están ocupados jadeando. No en vano las rampas son ahora del 10% y 11% , con pavimento bacheado y unos surcos cuya profundidad supera en altura a la cubierta más la llanta de una bicicleta de carretera. Aprovechando que reina un gran silencio y pueden oír a los vehículos a motor que se acercan, circulan, buscando la sombra, por cualquier lado de la carretera y miran en cada curva hacia abajo, hasta que por fin divisan, muy lejos, a los que parecen ser sus tres compañeros, que van distanciados uno de otro (por lo visto sí son ellos, y van en serio). Más tarde Xavi comentaría al respecto: “Vam arribar junts a la corba on s`empina fort, però el Josep és una moto a reacció y de seguida va marxar. Al darrere, enganxat, se'n va portar el José Luis durant 100m., però aquest va dir: “¡Ufff, qué duro, me muero!”, i es va deixar caure fins que jo el vaig enganxar. I és que les rampes són massa dures perquè jo trobi un ritme còmode”.

En el Km. 10, los Pérez procuran distraer sus pensamientos mirando esa preciosa superficie de tierra ganada al mar gracias a las masas de aluvión arrastradas por el río a través de los años: el Delta del Ebro, una inmensa llanura de pantanales subdividida en infinidad de arrozales y rica flora fluvial.

Llegan al Km. 12 y ahora aumenta el número de coches que los adelanta o les sale de frente, por lo que deciden seguir muy atentos por la derecha de la carretera y soportar todo el sol que caiga.

De pronto, los adelanta José, les saluda y sigue su ascensión con un pedaleo redondo y potente. Desde atrás grita un Pérez: “¿Ese era uno de los nuestros?” Y su amigo le responde: “El de la moto...Sí”. Entre breves comentarios siguen ascendiendo, pero con la preocupación de estar acusando el cansancio y desconocer la dificultad de lo que todavía les queda. Van uno tras otro, por el Km. 14, y ahora ya ni se hablan, ni se cruzan miradas siquiera, tan sólo van pendientes de regular su esfuerzo en esa rampa del 12% que culmina en La Fuente. El Pérez delantero se acerca a ella y la ve seca, (cosa que ya se esperaba, pues se lo habían advertido) pero, aunque le quedaba abundante agua, hubiera echado pie a tierra muy a gusto para rellenar los bidones si hubiera habido ocasión.



Monumento en la cima del Mont Caro

Después de La Fuente, acometen una rampa del 14%, a la sombra y con un fuerte viento frío en contra. Se agazapan sobre sus bicicletas y pedalean con un horizonte de visibilidad de no más de 6m. por delante de sus bicis. De ese modo no ven “lo que se avecina” y no han de pelear contra su cerebro, además de contra el viento, alguna de cuyas ráfagas los deja casi parados. Aproximadamente a esa altura les rebasan José Luis y X. Òdena, con quienes cruzan unas palabras (“Estos no van tan “sobraos” pero ¡que bien suben! Si yo pudiera...”, piensa uno de los Pérez). De repente ven una ligera bajada, ponen desarrollo largo, cogen velocidad y descansan durante parte de esos 200m. que les saben a gloria (el viento era de popa en oblicuo) y, al final, unos indicadores: a la derecha, El Mascar, y algo más... Sobre

ellos, Monte Caro, 144_ m. (alguien le había borrado la última cifra al letrero). Titubean un momento y toman la carretera estrecha hacia arriba, bordeada de bosque, con el propósito de no quitar ya el plato mediano que acaban de poner pero... "144, ¿no es un número muy raro para ser distancia? Ya los hemos recorrido de sobras", se decían. 144_ m. y aquí hay demasiada vegetación para ver por dónde va la carretera... Vuelven a la realidad y estiman que faltan 2,5km. para la cima. Y así, entre curva y curva de herradura con rampas del 14%, 15%, 12%, y sin quitar el plato mediano, llegan a una zona despejada pero con complicaciones: fuerte viento en contra, sol abrasador, coches que piden paso, firme algo mejor, pero con bocados a los lados que les obligan a ir haciendo señales con la mano izquierda a los coches que oyen por detrás, para que no les adelanten, y así poder desplazarse hacia el centro de la calzada. Pero todo tiene sus ventajas, pues se esfuerzan en pasar el obstáculo cuanto antes para dar paso a los coches y, en definitiva, nuestros "domingueros" corren más. Como no pueden aflojar, porque en rampas tan pronunciadas harían "eses", ocuparían más anchura de la carretera y podrían perder el equilibrio mientras les están rebasando los coches, no les queda otro remedio que mejorar su rendimiento en la ascensión.

"Esto no se acaba. Veo las antenas cerca, pero muy por encima nuestro, por tanto aún nos queda mucho y ya debemos haber recorrido más de 2 Km", se dicen. Al tomar una larga curva a la izquierda, ven unas puertas de valla metálica abiertas y gente distraída paseando por el medio de la carretera que les corta el paso. Los esquivan. Uno mete la rueda delantera en el canal recogeaguas que atraviesa la carretera, maniobra bien y sale de él sin poner pie a tierra. Llega a un cambio de rasante, hay un bordillo al frente que le corta el paso, ve salida hacia la izquierda y a sus compañeros esperándole, gira y se queda clavado y algo perplejo (¿conato de "pájara"?), con la rueda delantera sobre los dos escalones del monolito de la Virgen que hay en el Mirador. Enseguida llega el otro Pérez, con pedaleo más tranquilo, y le dice al primero: "Pues yo ahora habría podido seguir otros cinco km más" (conato de "pájara" también). Y todo esto cuando son las 12 en punto de ese gran día.

Desde la cima se divisa el abrupto Parc Natural dels Ports, el Delta, etc. Todos los ciclistas comentaban el paisaje, (José es montañero y gran conocedor de aquellos parajes). Sin embargo, a pesar del radiante sol, hacía frío. Los lebreles llevaban más de 20 min. esperando y aún tenían la ropa mojada por el sudor (los domingueros, empapados), por lo cual no se recrearon en la cima durante mucho más tiempo.

Comenzaron el descenso y, como la carretera es tan mala, enseguida hubo pinchazo, que le tocó a José, (el mismo que hizo sin ir a tope el notable promedio de 14 Km./h. subiendo).

Pero allí no terminó su aventurilla, pues más tarde, cuando aún estaba a 13 Km. de la "civilización", se le rajó el neumático y tuvo que esperar a que lo subiera a buscar Xavi con la furgoneta, ya que uno de los Pérez que había subido a buscarlo, se pasó de largo el sendero donde, prudencialmente, José se había metido para no

dificultar el paso de vehículos y resguardarse del viento; total, que no lo encontró. Y nuestro amigo se pasó más de una hora de meditación a sotavento por incompatibilidad en el protocolo de sincronización.

Una vez todo bajo control, nuestros cinco excursionistas disfrutaron con tranquilidad de una buena comida y enriquecedora conversación. Cosa frecuente esta última, entre personas que comparten la misma afición (que en este caso es pasión por la bicicleta). Con un escalonamiento de edades de casi 40 años, sus puntos de vista eran muy distintos, y más después de la euforia que sentían todos ellos tras subir el MONTE CARO.



INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

Aproximación muy asequible desde Barcelona, pues se puede ir en tren hasta La Aldea, punto de salida de la excursión.

Debemos procurar subir en hora temprana y día que no sea festivo, pues es un lugar turístico y de fácil acceso en coche, lo cual, unido a la angosta y mala carretera, pone en peligro a los ciclistas.

Hay que llevar agua suficiente para ida y vuelta, pues en verano no la hay en los últimos 20 Km. de la ascensión. Cerca de la cima, junto a una curva a izquierdas, hay un depósito de agua en hormigón nuevo y sin tapa, pero actualmente es mejor no tomar agua de él.

Mientras no arreglen la carretera, no es mala idea hacer la excursión en bicicleta de montaña que, entre otras ventajas, nos permitirá pasar sobre los baches y mantener a la vez una trayectoria rectilínea cuando tengamos coches detrás a punto de adelantarnos.

Ascensión muy bonita, progresiva y realmente dura. Habitualmente hay niebla y hace frío en la mitad superior (abrigarse para bajar).

EL ÁNGEL DE LA GUARDA

ALPS 2004, L'AVENTURA CONTINUA

Com molts de vosaltres sabreu, alguns "Gruperos" ens vam posar molt alt el llistó amb l'aventura Pirineus 2003. Aquesta experiència ens va despertar, d'una part, l'instint ciclista d'afrontar nous reptes engrescadors i, d'altra banda, les ganes de conèixer nous indrets i noves experiències amb un alt grau de misticisme. Així, a l'autocar de tornada dels Pirineus, al juny del 2003, ja es concebia Alps 2004, i abans de finals de juliol ja hi havia una proposta de recorregut. Com podeu imaginar, l'any va passar volant.

Aquest any l'organització era més complexa, però l'experiència també era més gran. Els desplaçaments es van muntar amb tres furgonetes per 22 persones i les bicicletes. Entre bromes i una amenaçadora pluja arribàvem a Albertville a una hora raonable del 23 de juny, revetlla de Sant Joan.

La primera etapa cobria 140 km amb 3 colossos que ens feien dubtar si podríem arribar al final pujant tot el que s'havia de pujar (4056 m de desnivell): Madeleine, Glandon i Alpe d'Huez. La sortida va ser suau, amb punxada inclosa. Però no vam trigar a trobar-nos amb les primeres rampes de la Madeleine. Primers quilòmetres entre uns paratges espectaculars, amb boscos frondosos i una olor a terra humida que encara recordava la pluja del dia anterior.

Després de 2 km al voltant del 8,5%, el pendent s'anava suavitzant fins arribar a un descans d'un parell o tres de quilòmetres. A partir de la població de Cellers la cosa es posava més seriosa, el paisatge es tornava típicament alpí i entre vaques pasturant i traces de neu als pics coronàvem els 2000 m de la Madeleine. Com a bons globeros i per immortalitzar tots els moments possibles, fem una paradeta per esperar la gent, reposar forces, menjar alguna cosa i fer les fotos de rigor.

Després d'una baixada ràpida ens plantem a l'altra vessant de la muntanya, trobant-nos de seguida amb el poble de La Chambre, on comença l'ascensió al Glandon. La pujada va ser realment dura, amb uns quilòmetres inicials movent-se entorn al 7-8%, descans a la zona mitja i part final amb corbes de ferradura i un pendent del 10% mig als 3 últims quilòmetres. En total, quasi 22 km d'una duresa que va sorprendre a més d'un.

La baixada és francament maca. Carretera obrint-se per una vall espectacular i pendents que presagiaven el patiment que hauríem de suportar l'endemà pujant la Croix de Fer. Un cop a baix, i després d'haver superat el que portàvem a les cames, la gent es plantejava si podria fer front al més mític dels ports del dia, l'Alpe d'Huez. No cal dir que la inconsciència va poder més que el seny i ens vam deixar portar per l'atractiu de les famoses corbes numerades del colós.

Sortint de Bourg d'Oisans en direcció a l'estació hivernal que li dona nom, de seguida ens trobem la primera rampa. És un seguit de corbes en paella que encadenen pendents realment espectaculars. Fent us del nostre inseparable 39x27 i pujant bona part del recorregut de peu, els cartells commemoratius dels diferents ídols que hi han guanyat anaven caient. Arribar a dalt em va fer sentir la sensació

que molts de nosaltres hem sentit en cims similars: la "gallina de piel", veient i vivint allò que tantes vegades hem vist per la tele.

La baixada, ja cap el tard (eren al voltant de les 19h), també valia la pena. Una panoràmica de la vall de Bourg d'Oisans amb el sol ponent-se i un munt de corbes perfectament visibles des de la part més alta, ens van obligar a parar-nos a fer fotos pel nostre àlbum. Un cop a l'hotel, i amb un aspecte patètic, vam recuperar part de les energies amb el menú ciclista que ens tenien preparat.

L'endemà ens aixequem d'hora, en previsió d'una llarga jornada com la del dia anterior. Ens esperen uns altres 140 km, dos ports espectaculars i 3386 m de desnivell. El primer port del dia era la Croix de Fer per la vessant que el dia anterior havíem baixat. Quasi 28 km bastant irregulars, però amb trams molt durs. Els primers, amb un pendent al voltant del 8%, se'm van fer bastant llargs pel ritme que el meu grup portava. Curiosament, la pujada la vaig fer amb 3 companys de La Grupa (José Luís, Agustí i Xavi) i un company del Cunit (Xavi Molons).

El descans posterior va servir per recuperar-nos i fer front a una rampa del 15% que alguns encara busquen. A partir d'allà, es passava per un embassament i el paisatge es convertia en alta muntanya fins a coronar.



La baixada de la Croix de Fer és llarguíssima i vam tenir de tot: velocitat, túnels, paratges impressionants i, fins i tot, una caiguda sense conseqüències. A St. Michel de Maurienne comença la pujada del Télégraphe. El Télégraphe és el primer tram del mític Galibier, consta d'uns 12 km amb una mitja al voltant del 7%.

Des del cim, hi ha uns 4 km de baixada que porten a Valloire, on comença la pujada definitiva al Galibier, 18 km realment durs tot i que l'altimetria no deixa entreveure el grau d'exigència. No m'atreveria a dir que fos el port

més dur dels que vam fer, però sí que puc confirmar que va ser l'únic que se'm va fer interminable. Possiblement es nota el fet que es fan 7 km a una alçada superior als 2000 m i el cos nota la manca d'oxigen. És realment especial la sensació de fer els últims quilòmetres entre parets de neu que donaven una sensació de fred important. I potser el més impressionant eren les vistes d'infininitat de pics escarpats per sobre dels 3000 m.

La baixada era ràpida i estava dominada pel fred en els seus primers quilòmetres, fins al punt de saltar-nos el monument a Henry Desgrange, fundador del Tour. Vam arribar a una hora acceptable a Briançon, cosa que alguns van aprofitar per fer una petita visita turística.

Després del descans afrontem el tercer dia, amb els ports més importants superats, però amb tres reptes més per endavant i amb prou interès ciclista: Izoard, Col de Vars i Pra-Loup.

Només sortir de Briançon, comencem a pujar i conforme anem avançant, ens anem adonant que aquell segurament era el port amb el paisatge més encisador dels que havíem fet. Carretera ample, amb un asfalt perfecte i, curiosament, amb un carril bici dedicat a nosaltres. Al cim, alguns van aprofitar per comprar records i parlar amb alguns dels molts cicloturistes de diverses nacionalitats que s'hi aplegaven.

El realment espectacular és la baixada: l'entorn pedregós li dona un aspecte lunar molt particular. La seva bellesa i fama -per les moltes etapes de Tour viscudes- han fet que hagin habilitat una de les corbes com a mirador on vam parar per fer les fotos pertinents de la coneguda "Casse Deserte". El descens ens portava a una carretera força plana on els rodadors van poder retre compte de les seves virtuts.

Sense gaires relleus, perquè les forces ja no eren les del primer dia, arribàvem al trencall cap a Col de Vars, un port assequible, sense grandíssims desnivells i amb alguna zona de descans. A dalt de tot ens esperava una sorpresa realment agradable: les persones que donaven suport des de les furgonetes ens havien preparat uns entrepans que sabien a glòria.

Un descens més, carretera plana per rodar una estona i arribem a Barcelonette. Aquí, molts del grup donaven l'etapa del dia per acabada. La resta ens vam atrevir amb el Pra-Loup, un port que no té res d'especial, a part de portar fins a un complex hivernal i ser el lloc on va començar el final d'un mite com l'Eddy Merckx.

No vull acabar sense confirmar que van ser uns dies molt especials per diversos motius. D'una banda, per molts de nosaltres era veure aconseguit el repte de superar uns ports que normalment només tenim ocasió de veure'ls a través de la tele. I, en segon lloc, l'ambient de grup va ser francament maco. Vull expressar en el butlletí del nostre Club l'agraïment pel suport que ens van donar totes les persones que acompanyaven la nostra caravana, i sense les quals hagués estat impossible dur a terme aquesta aventura. Ànims constants, fotografies, avituallaments, logística... Gràcies a tots ells, i espero que podrem tornar-nos a veure tots plegats i algú més als Dolomites-2005.

SALIDAS

Día 29 ENERO (A y B): EL PAPIOL. “Bar Florida”. Tel. 93 673 13 85

IDA: Por Sant Feliu, Molins de Rei y EL PAPIOL.

VUELTA: Valldoreix, Les Planes, Vallvidrera i Barcelona.

Recorrido alternativo: Por el mismo recorrido, Reagrupamiento en Molins de Rei, S. Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 9:00h. del CORTE INGLÉS, 45 Km.

FEBRERO (grupo A)

Día 05 RUBÍ : “Cal Tony”. Tel. 93 697 24 02

IDA: Por Molins de Rei, ctra. de Terrassa hasta Rubí (EL SOL DORADO)

VUELTA: Por Molins de Rei, Reagrup. en M. de Rei, S. Feliu y Barcelona.

Recorrido alternativo: Por ctra interior hacia Las Planas, Vallvidrera. Reagrup. y Barcelona

SALIDA a las 9:00h. del CORTE INGLÉS, 45 Km.

Día 12 CASTELLBISBAL: “El Casal”. Tel. 93 772 07 83

IDA: Por Palleja, Sant Andreu de la Barca, Polígono Industrial hasta Castellbisbal.

VUELTA: Por El Papiol, Molins de Rei , Sta. Creu d’Olorda. Reagrupamiento antes del desvío y Barcelona.

SALIDA a las 9:00h del CORTE INGLÉS, 55 Km.

Día 19 RIPOLLET: “La Maduixa”. Tel. 93 575 20 20

IDA: Por Vallvidrera hasta Tibidabo, L’Arrabassada, Reagrupamiento en Sant Cugat (final de L’Arrabassada), Cerdanyola, RIPOLLET.

VUELTA: Por Coll de Montcada, Reagrupamiento en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

Recorrido alternativo: por Les Planes y Vallvidrera.

SALIDA a las 9:00h. del CORTE INGLÉS, 55 Km.

Día 26 CASTELLVI DE ROSANES (Polígono Ind.) CASTELL DE SANT JAUME. Tel. 93 774 31 05

IDA: Molins de Rei, Martorell, desvío dirección Gelida hasta el desvío por el polígono.

VUELTA: Por el mismo recorrido.

Recorrido alternativo: por ctra. de Terrassa (Els Onze), Castellbisbal y Molins de Rei.

SALIDA a las 9:00h. del CORTE INGLÉS, 55 Km.

FEBRERO (grupo B)

Día 05 RUBÍ . “Cal Tony”. Tel. 93 697 24 02

IDA: Por Molins de Rei, ctra de Terrassa hasta Rubí (EL SOL DORADO)

VUELTA: Por Molins de Rei, Reagrup. en M. de Rei, S. Feliu y Barcelona.

Recorrido alternativo: Por ctra interior hacia Las Planas, Vallvidrera. Reagrup. y Barcelona.

SALIDA a las 9:00h. del CORTE INGLÉS, 45 Km.

Día 12 CASTELLBISBAL. “El Casal”. Tel. 93 772 07 83

IDA: Por Pallejà, Sant Andreu de la Barca, Polígono Industrial y subida hasta CASTELLBISBAL.

Recorrido alternativo: por Molins de Rei, ctra. de Rubí hasta rotonda y a la derecha subida hasta CASTELLBISBAL

VUELTA: Por El Papiol, Molins de Rei . Reagrupamiento. Sant Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 9:00h del CORTE INGLÉS, 55 Km.

Día 19 RIPOLLET. “La Maduixa”. Tel. 93 575 20 20

IDA: Por Vallvidrera hasta Tibidabo, L'Arrabassada, Reagrupamiento en Sant Cugat (final de L'Arrabassada), Cerdanyola, RIPOLLET.

Recorrido alternativo : por Meridiana y Coll de Montcada.

VUELTA: Por Coll de Montcada, Reagrupamiento en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

SALIDA a las 8:30 h. del CORTE INGLÉS, 55 Km.

GRUPO ALTERNATIVO : CASTELLVÍ DE ROSSANES

SALIDA a las 9:00 h. del CORTE INGLÉS, 70 Km. (solo puntúan 55 Km.)

Día 26 CASTELL DE SANT JAUME. Tel. 93 774 31 05

IDA: Molins de Rei, Martorell, desvío dirección Gelida hasta el desvío por el polígono.

VUELTA: Por el mismo recorrido.

SALIDA a las 9:00h. del CORTE INGLÉS, 55 Km.

Febrer 2005 (Hivern – Llebrers)

Día 5: RUBI (Cal Tony) 8:30 Corte Inglés 50 + 60 km.

Molins de Rei, Sant Andreu de la Barca, Martorell, pujada als Onze, les antenes (reagrupament). Baixada pels Quatre, Les Fonts i arribada a Rubí.

Molins de Rei, Sant Vicenç dels Horts, Sant Boi, Sant Climent, Viladecans, Castelldefels, autovia i Barcelona.

Día 12: CASTELLBISBAL (El Casal) 8:30 Corte Inglés 65 + 25 km.

Molins de Rei, Sant Andreu de la Barca, Martorell, Olesa de Montserrat, pujada direcció Viladecavalls, dalt del portet desviament cap a Ribes Blaves, Santa Maria Villalba, Ullastrell (reagrupament), les antenes i arribada a Castellbisbal. Vallvidrera i Barcelona (opcional directe a Barcelona per Molins de Rei).

Dia 19: RIPOLLET (La Maduixa) 8:30 Corte Inglés 65 + 40 km.
Molins de Rei, Rubí, Terrassa, pujada per la riera, Castellar del Vallés, Sentmenat, Polinyà, polígon Santiga i Ripollet.
Cerdanyola, Rubí, Vallvidrera i Barcelona.

Dia 26: CASTELLVI DE ROSANES (Castell de Sant Jaume) 8:30 Corte Inglés 40 + 45 km.
Molins de Rei, Les Planes, desviament Fontpineda, Corbera Alta, la Creu d'Aragall (reagrupament). Gelida i Castellví de Rosanes.
Martorell, Sant Andreu de la Barca, Sant Vicenç dels Horts, Torrelles de Llobregat, en arribar al poble desviarment pel Pi de Cartró (urb. Cesalpina), Santa Coloma de Cervelló, Sant Boi, Sant Climent, Viladecans i Barcelona.

MARZO (Comienzo del Campeonato de Verano, Premio Juanito Martínez– grupo A)

Día 05 SANT FOST DE CAMPSENTELLES: “L’Aplec”.
Tel. 93 570 66 20

IDA: Por S. Adrià, Badalona, Mongat. Reagrupamiento en el cruce a Tiana, Tiana, La Conrería y SANT FOST.

VUELTA: Por Martorelles, cruce a Montcada. Reagrupamiento en Montcada. Meridiana. Reagrupamiento en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

SALIDA a las 8:30h. del LOCAL SOCIAL, 55 Km.

Día 12 SANT QUIRZE: “Restaurant El Castellet”. Tel . 93 721 30 20

IDA: Por Molins de Rei, cruce ctra. de Terrassa hasta Rubí. Reagrupamiento en Rubí. Subida hacia Sabadell, antes de Sant Quirze, en el Restaurante a pie de carretera.

VUELTA: por Rubí, Les Planes , Vallvidrera y Barcelona.

SALIDA a las 8:30h. del CORTE INGLÉS, 60 Km.

Día 19 LAS CARPAS: “Restaurante Las Carpas” Tel . 93 770 22 78

IDA: Por Molins de Rei, ctra. de Rubí, Castellbisbal, ctra. de Terrassa a Ullastrell. Reagrupamiento cruce ctra. Terrassa – Ullastrell, Ullastrell, Sta. María Villalba, ctra. de las Carpas a la izq. hasta LAS CARPAS.

32 SALIDAS

VUELTA: Por ctra. de la Carpas, Martorell, Sant Andreu de la Barca. Reagrup. en M. de Rei y Barcelona.

Recorrido alternativo: por ctra. de Terrassa (Els Onze), Castellbisbal y Molins de Rei.

SALIDA a las 8:30h. del CORTES INGLÉS, 65 Km.

Día 26 ABRERA: “Parador de camioneros Las Matas”.

Tel. 93 770 01 30

IDA: Por M. de Rei, Martorell, Reagrup. a la salida de Martorell, hasta ABRERA.

VUELTA: Por Olesa de Montserrat, ctra. de las Carpas, Martorell, Molins de Rei.

Reagrup. M. de Rei, S. Feliu y Barcelona.

Recorrido alternativo: Por Olesa de Montserrat, ctra. de las Carpas, ctra. de Terrassa (Els Onze), Castellbisbal y Molins de Rei.

SALIDA a las 8:30h. del CORTE INGLÉS, 70 Km.

MARZO (Comienzo del Campeonato de Verano, Premio Juanito Martínez – grupo B)

Día 05 SANT FOST DE CAMPSENTELLES. “L’Aplec”.

Tel. 93 570 66 20

IDA: por Sant Adrià, Badalona, Montgat, reagrupamiento en el cruce de Tiana, Tiana, subida a la Conrería y bajada hasta Sant Fost.

Recorrido alternativo: por Meridiana, Montcada, cruce ctra. de La Roca y reagrupamiento, Sant Fost.

VUELTA: Por Martorelles, cruce a Montcada. Reagrupamiento en Montcada. Meridiana. Reagrupamiento en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

SALIDA a las 8:30h. del LOCAL SOCIAL, 55 Km.

GRUPO ALTERNATIVO : CASTELLBISBAL (por polígono).

SALIDA: a las 8:30 h. del CORTE INGLÉS, 55 Km.

Día 12 SANT QUIRZE. “Restaurant El Castellet”. Tel. 93 721 30 20

IDA: Por Molins de Rei, cruce ctra. de Terrassa hasta Rubí. Reagrupamiento en Rubí. Subida hacia Sabadell, antes de S. Quirze, Restaurante a pie de carretera.

VUELTA: por el mismo recorrido, reagrupamiento en Molins de Rei.

SALIDA a las 8:30h. del CORTE INGLÉS, 60 Km.

Día 19 EL GARRAF. “Restaurante Antonio”. Tel . 93 632 01 67

IDA: Por Zona Franca, Autovía, subida a la Maladona y bajada hasta el Garraf.

VUELTA: Por el mismo recorrido, reagrupamiento en Can Lloret, Autovía, reagrupamiento en la gasolinera del Prat, Zona Franca y Barcelona.

SALIDA a las 8:30h. de BAUHAUS, 65 Km.

Dia 26 ABRERA. “Parador de camioneros Las Matas”.**Tel. 93 770 01 30**

IDA: Por M. de Rei, Martorell, Reagrup. a la salida de Martorell, hasta ABRERA.

VUELTA: Por Olesa de Montserrat, ctra. de las Carpas, Martorell, Molins de Rei.

Reagrup. M. de Rei, S. Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 8:30h. del CORTE INGLÉS, 70 Km.

MARÇ 2005 (Puntuable ESTIU – Llebrers)**Dia 5: SANT FOST DE CAPCENTELLES (L’Aplec)****8:00 Local Social 70 + 35 km.**

Montcada, Sant Fost, Montornés (punt intermig), Vilanova de la Roca, coll de Parpers (4a), Argentona, Vilassar de Mar, Premià de Mar, Masnou, Alella, Font de Cera (3a, arribada). Reagrupament. Vilanova de la Roca, Martorelles i Sant Fost.

Tornada: Conreria, lateral de la pota Nord, Coll de la Vallensana, Santa Coloma de Gramenet i Barcelona. Optatiu directe per la carretera de la Roca.

Dia 12: SANT QUIRZE (Restaurant El Castellet)**8:00 Local Social 65 + 35 Km.**

Cementiri de Collserola (4a), Ripollet, Cerdanyola, polígon Santiga, Polinyà (punt intermig), Sentmenat (desviament esquerra dalt el poble), Castellar del Vallés (arribada). Reagrupament. Terrassa, Les Fonts, Rubí, Can Barata i Sant Quirze.

Tornada: Sabadell, Barberà, Cerdanyola, Forat del Vent i Barcelona.

Dia 19: (ESPECIAL PER DEFINIR) 6:00 Plaça Espanya**Dia 26: ABRERA (Parador Las Matas)****8:00 Corte Inglés 50 + 50 Km.**

Molins de Rei, Sant Andreu de la Barca, Martorell, carretera las carpes, rotonda de la nacional (punt intermig), desviament cap El Suro, Santa Maria Villalba, dins el poble desviar esquerra, Ribes Blaves (3a, arribada). Reagrupament. Baixada fins Olesa de Montserrat i Abrera.

Tornada: Martorell, Els Onze fins encreuament, Castellbisbal, Vallvidrera i Barcelona (opcional directe a Barcelona per Molins de Rei).

ABRIL (grupo A)

Día 02 OLESA DE BONESVALLS. “Cal Sadurní”. Tel. 938 984 205

IDA: Barcelona, El Prat, autovía de Castelldefels, desvío interior, Viladecans, Gavà, Begues, reagrupamiento y OLESA DE BONESVALLS.

VUELTA: carretera interior hacia Vallirana, Cervelló, Molins de Rei y Barcelona.

SALIDA a las 8:00h. de BAUHAUS, 75 km.

Día 09 VILADECALLS. “Punt Blau”. Tel. 93 789 18 31 *

IDA: Por M de Rei, Terrassa y VILADECALLS

VUELTA: Olesa, ctra. de la Carpas, Martorell, S. Andreu de la Barca. Reagrup. en M. de Rei y Barcelona.

Recorrido alternativo: por ctra. de Terrassa (Els Onze), Castellbisbal y M. de Rei.

SALIDA a las 8:00h. del CORTE INGLÉS, 85 Km.

Día 16 MATADEPERA: “Polideportivo”. Tel. 93 730 04 88

IDA: Por Molins de Rei, ctra. de Rubí, cruce hacia Castellbisbal hasta cruce ctra. de Terrassa. Reagrupamiento. Cruce a la derecha, Terrassa y MATADEPERA.

VUELTA: Por ctra. Rubí, Molins de Rei. Reagrupamiento, S. Feliu y Barcelona.

SALIDA a las 7:30h. del CORTES INGLÉS, 85 Km.

Día 23 CALDES DE MONTBUI. “El Remei”. Tel. 93 865 00 02

IDA: Por Ripollet, cruce ctra. Sabadell, Reagrupamiento en cruce ctra. Polinyà, Sentmenat, Caldes de Montbui y por ctra. exterior hasta Sant Feliu de Codines y regreso hasta CALDES DE MONTBUI.

Para los que se sientan fuertes y con ganas se sustituirá la subida a Sant Feliu de Codines por la ascensión al FARELL (puerto de 2ª categoría).

VUELTA: Por Palau Plegamans, La Llagosta, Reagrupamiento en la fuente D'en Poblet, Meridiana. Reagrupamiento en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

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

Día 31 SANT SADURNI. “La terraza del cava” Tel. 93 891 10 50

IDA: Por Vallirana, Ordal, cruce a Lavern. Reagrupamiento, por ctra. interior hasta SANT SADURNI.

VUELTA: Por Gelida. Reagrupamiento, Martorell, Molins de Rei. Reagrupamiento, S. Feliu y Barcelona.

Recorrido alternativo, Martorell, ctra. de Terrassa (Els Onze), Castellbisbal y M.de Rei.

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

ABRIL (grupo B)**Día 02 CASTELLVÍ DE ROSSANES. (Polígono Ind.)**

“CASTELL DE SANT JAUME”. Tel. 93 774 31 05

IDA: Por Molins de Rei, Sant Andreu de la Barca, Martorell, reagrupamiento debajo de la autopista , subir hasta Can Fanga y bajar al Poligono.

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

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

Día 09 OLESA DE MONTSERRAT. “Bar Strada ”. Tel. 93 778 38 17

IDA: Por M de Rei, Sant Andreu de la Barca, Martorell, reagrupamiento a la salida, Abrera, ctra. de Monistrol hasta gasolinera.

VUELTA: Por Olesa, ctra. de la Carpas, Martorell, S. Andreu de la Barca, Molins de Rei, reagrupamiento, Sant Feliu y Barcelona.

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

Día 16 LAS FONTS DE TERRASSA. “Bar Mundial”. Tel. 93 783 61 31

IDA: Por Molins de Rei, ctra. de Rubí, Rubí, reagrupamiento, Les Fonts de Terrassa.

VUELTA: Por ctra. Rubí, Molins de Rei. Reagrupamiento, S. Feliu y Barcelona.

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

Día 23 CALDES DE MONTBUI. “L’Ermita”. Tel. 93 865 00 02

IDA: Por Meridiana, Montcada, cruce a La Llagosta, cruce a Santa Perpetua, reagrupamiento, Santa Perpetua, Palau de Plegamans y Caldes de Montbui.

VUELTA: Por Palau Plegamans, La Llagosta, Montcada, reagrupamiento en la fuente D’en Poblet, Meridiana. Reagrupamiento en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

SALIDA a las 8:00h. del LOCAL SOCIAL, 80 Km.

GRUPO ALTERNATIVO : CASTELLBISBAL (por Terrassa y els Quatre).

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

Día 31 CASTELLBISBAL. “El Casal” Tel. 93 772 07 83

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.

ABRIL 2005 (Puntuable ESTIU – Llebrers)**Dia 2: OLESA BONESVALLS (Cal Sadurní) 8:00 Corte Inglés
75 + 45 Km.**

Molins de Rei, Sant Andreu de la Barca (punt intermig), Martorell, Gelida, Creu d'Aragall (3a), Corbera, La Palma, pujada direcció Ordal, Cervelló, desviament Casetes per la urbanització i arribada al port (3a, arribada). Reagrupament. Olesa de Bonesvalls.

Begues, Gavà, Castelldefels, autovia i Barcelona.

Dia 9: VILADECAVALLS (Punt Blau) 8:00 Corte Inglés 75+45Km.

Molins de Rei, Sant Andreu de la Barca, Martorell, carpes, Olesa de Montserrat, Monistrol (punt intermig), Castellbell i el Vilar, l'Obac (3a i arribada). Reagrupament. Baixada per Vacarisses, la bauma i arribada a Viladecavalls.

Per l'antiga anem a Terrassa, encreuament els Quatre, les Fonts, Rubí, Sant Cugat, Arrabassada i Barcelona.

**Dia 16: MATADEPERA (Polideportivo) 7:30 Local Social
85 + 40 Km.**

Montcada, Mollet, Gallecs, Palau de Plegamans, Caldes de Montbui (punt intermig), Sentmenat, Castellar del Vallés (reagrupament), Sant Llorenç Savall, continuar direcció Monistrol de Calders, entre els 5 o 6 Km. desviament esquerra direcció Estenalles, pujar el Coll d'Estenalles (2a i arribada). Reagrupament. Baixada fins Matadepera.

Tornada: Matadepera, Terrassa, Rubí, Molins de Rei i Barcelona (opcional per Vallvidrera).

**Dia 23: ESPECIAL SIURANA-MUSSARA (aproximació en cotxe)
6:00 Plaça Espanya 110 Km.**

Reus estació (8:00), Vinyols, Montbrió del Camp, Riudoms, Vilaplana, La Mussara (port), Prades, Albarca, Siurana (port).

Tornada: Cornudella, carretera nova que puja directe a Arbolí, Alforja, Les Borges del Camp, Reus.

**Día 30: SANT SADURNÍ (La Terrassa del Cava)
7:30 Corte Inglés 85 + 45 Km.**

Barcelona, Molins de Rei, Martorell, carretera les Carpes, Olesa de Montserrat (punt intermig), creuar el poble i creuar el pont direcció Esparreguera, entrar dins Esparreguera, a l'interior desviament esquerra direcció Hostalets de Pierola, fer la carretera fins Piera, desviament dreta, continuar nacional fins gran rotonda, continuar direcció l'interior de Capellades, creuar el poble i a la sortida girar esquerra, port de Guixera (4a i arribada). Reagrupament. Sant Quintí de Mediona, Sant Pere de Riudebitlles i Sant Sadurní.

Tornada: Gelida, Martorell, Molins de Rei i Barcelona.

LARRA – LARRAU

“Buenas”.

Com us podeu imaginar, en un article escrit per un servidor, de què creieu que puc parlar? A veure, a veure..., síííí, és clar, d'una marxa!!!!!!

La Larra – Larrau és una de les marxes més dures que es fan a l'Estat espanyol (de fet, no us sabria calibrar si la que més o no, ja que em falten força per conèixer). Considero que la duresa supera de llarg la Quebrantahuesos (que per molta gent és una referència), i té algunes característiques que la fan especial:

Transcorre per la zona de Navarra, fent bona part del recorregut per França, amb un paisatge brutal. L'organització està a càrrec de l'ajuntament d'Isaba i d'un ajuntament francès, els quals s'apliquen de debò per tal d'aconseguir que tot funcioni correctament.

Es fa al setembre, que és una època en què molt cicloturista està més pendent de descansar de la temporada que d'embolicar-se en noves mogudes.

I les dues característiques anteriors acaben definint la final: l'ambient és molt agradable i casolà.

Realment, per paisatge i per ambient aquesta marxa és molt aconsellable de fer. L'únic “però”, per a molta gent, és la seva duresa, que fa que molts desisteixin d'anar-hi. El recorregut no és massa llarg (143 Km.) però concentra molt desnivell (3600 m), i es pugen tres senyors ports:

Pierre de Sant Martin: 17 Km. per superar 830 m a una mitja del 4,9 %

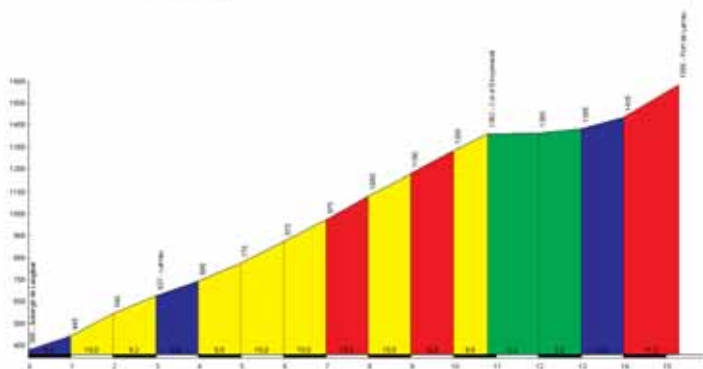
Issarbe: 13 Km. per superar 1050 m a una mitja del 8 % (molt constant)



Col de la Hourstère, de Barinès



Port de Larrau, de Nord



Larrau: 15 Km. per superar 1170 m a una mitja el 7,8 % (el port més dur que he pujat mai, té un tram de més de 5 Km. a una mitjana superior al 10%, i si el percentatge mig no és tant alt és perquè, quasi bé al final, té un tram d'uns 3 Km. de pla-baixada).

Realment, superar Larrau com tercer port és un repte. Per posar un exemple: jo em vaig trobar molt trencat amb el meu 39 X 27, fins al punt que, en un moment de gran duresa, parlant amb un espectador que m'animava (anava tant lent que podia fer una mica de conversa), li vaig dir alguna cosa semblant a: "No puedo más, qué duro es esto". I ell em va contestar: "Venga, aquí se demuestran los chicarrones del norte". Llavors, vaig haver de contestar amb sinceritat: "Yo soy de Barcelonaaaaa". Per sort, vaig treure forces no sé d'on i vaig poder coronar sense haver de posar peu a terra.

Com que l'època de l'any no és propícia per a aconseguir enganyar gaires persones, a l'expedició vam ser únicament 3 : Alex Maymó, del Molins, el qual ens va sorprendre a tots amb un estratosfèric 12è lloc i

un temps de 5h31'53"; Xavi Molons, que ha estat sortint amb el club i que va fer un temps impressionant: 6h4'26"; i un servidor, que va fer un temps molt bo, 6h29'26", però que va quedar minimitzat per la gran actuació dels companys. Allà també ens vam trobar un vell conegut com és l'Alberto (no precisament l'II).

Aquesta és una marxa molt bonica, que ens va permetre a tots tres passar un gran cap de setmana en un ambient molt maco, envoltats de paisatges encisadors, i -perquè no dir-ho- amb ganes de repetir l'any vinent.

XAVIER ÒDENA

MONUMENTOS DEL CICLISMO: MONT VENTOUX

“Impulsado únicamente por el deseo de contemplar un lugar célebre por su altitud, hoy he escalado el monte más alto de esta región, que no sin motivo llaman Ventoso”. Así arranca una carta escrita en el año ¡¡1336!! por el italiano Francesco Petrarca, con la que entra en la historia como fundador del excursionismo. Aunque tal vez no tan conocido entre el gran público, es uno de los personajes clave de los comienzos del Humanismo y el Renacimiento. Por primera vez en la historia del occidente moderno, alguien sube una montaña sin otra intención que disfrutar de la vista una vez arriba. Hasta entonces, a no ser por asuntos de fe o por razones laborales -un pastor, por ejemplo- a nadie se le había ocurrido semejante hazaña. Y, además, lo dejó plasmado por escrito.

Desde entonces ha llovido mucho, y miles y miles de personas han seguido el ejemplo de Petrarca y han subido hasta la cima del Mont Ventoux, sea a pie, en coche o -la variante que nos concierne- en bicicleta. De hecho, para los ciclistas el Mont Ventoux, el gigante de la Provenza, se ha convertido en un verdadero lugar de peregrinación. ¿Qué aficionado al ciclismo no ha oído hablar de los famosos 6 últimos kilómetros hasta la cima, sin vegetación alguna? Y esta montaña sólo se encuentra a 4 horas y media en coche desde Barcelona. Así que ya no había más excusas para experimentar en propia carne qué es subir por este famosísimo paraíso lunar.

El día elegido fue el 22 de agosto de 2004. Éramos 5: Xavier Òdena, Albert Porta y un servidor, de la Grupa; Xavier Molons del Cunit y Claudio Montefusco del Sant Andreu. Salimos en bicicleta a las 08.30, de Carpentras, no muy lejos de Aviñón, hacia Bedoin, unos 15 kilómetros más al norte, donde empieza la madre de todas las subidas. El tiempo era agradable; el ritmo, de “germanor”; charlábamos animadamente y la carretera, flanqueada por viñedos, era muy plácida. Pero delante de nosotros, omnipresente, estaba el Mont Ventoux y a medida que nos acercábamos a él, se fue imponiendo un silencio nervioso.

En 1988 se fundó “La Confrérie des Cinglés du Ventoux”, algo así como “la cofradía de los chalados del Ventoux”. Puedes entrar en este singular grupo si logras subir el mismo día el Mont Ventoux por tres lados distintos. Son 136 kilómetros y debes superar 4.285 metros de desnivel. Si esto no te basta, puedes optar por el título “Galérien du Ventoux” (Galeote del Ventoux): consiste en subir 4 veces, que son 190 Km y 6.052 metros de desnivel. Los interesados pueden homologar sus títulos en Internet, <http://perso.clubinternet.fr/les.cingles.du.mont-ventoux>.

Desde 2003 es posible convertirse en “Diable du Ventoux”. Únicamente tienes que subir 5 veces, que son 232 Km y 7.770 m. de desnivel. Para los más atrevidos,

40 MONT VENTOUX

aún queda el reto de hacerse “Cannibale du Mont Ventoux”. Para entrar en este comando de élite hay que subir 6 veces y superar 9.530 metros de desnivel en 286 kilómetros. Los dos últimos títulos mencionados son una iniciativa de una página Web holandesa “dekaleberg.nl” (La montaña calva), dedicada exclusivamente al Mont Ventoux.

Nosotros nos contentamos con subirlo una sola vez, aunque por el lado clásico y más duro. Un cartel a la salida de Bedoin indica dónde empieza la subida, pero ... nada de nada: durante más de 5 kilómetros la carretera, recién asfaltada y en perfecto estado, no daba señales de empinarse, así que seguimos juntos a un ritmo prudente, porque éramos conscientes de que, en cualquier momento, empezaría a subir de verdad. De repente, en una aldea llamada Saint Estève, tras una curva cerrada hacia la izquierda, ya nos encontrábamos en plena ascensión. A partir de este punto nos esperaban 10 kilómetros de ascenso por un espeso bosque sin que el porcentaje bajara del 9%.

La literatura sobre el Mont Ventoux es bastante abundante y casi todos los escritores relatan el sufrimiento y los horrores de estos kilómetros interminables, rodeados de cedros, encinas, pinos y moscas cojoneras. Pero no sé si por la euforia de estar escalando el monumento del ciclismo por excelencia, o simplemente por tener un día bueno, la verdad es que disfrutaba como un niño pequeño y los kilómetros pasaban casi sin que me diera cuenta. Y tampoco había insectos. Con la grata compañía de Claudio, pasé a bastante gente y sólo dos ciclistas nos adelantaron. Estaba tan a gusto que casi lo lamenté cuando, en el kilómetro 15, salimos del bosque y llegamos al Chalet Reynard. Aquí hay un pequeño descanso antes de afrontar los últimos 6,5 km. Ya no hay árboles, ni arbustos, ni una mala hierba. A partir de aquí se entra en otra dimensión de rocas y piedras.

13 de julio de 1967. 13ª etapa del Tour de Francia, de Marsella a Carpentras, de 211 Km. Reina un calor asfixiante cuando los corredores empiezan la subida al Mont Ventoux. En cabeza, el español Julio Jiménez, que se había escapado en la curva de Saint Estève. Entre sus perseguidores hay nombres tan ilustres como Pingeon, Poulidor, Gimondi, Aimar, Janssen y el británico Tom Simpson. Este último no puede seguir el ritmo de los mejores y muchos ciclistas descolgados le adelantan. A dos kilómetros de la cima empieza a zigzaguear y se va al suelo. Algunos espectadores le ayudan a montar otra vez en la bici, pero una vez más cae al suelo, y esta vez ya no se levanta. El médico del Tour intenta reanimarlo infructuosamente: la combinación de doping y calor excesivo había podido con su corazón. Julio Jiménez, “el relojero de Ávila”, coronó la cima con más de un minuto de ventaja sobre sus perseguidores, sin saber nada del drama de Simpson. Al final, el ganador de la etapa fue el holandés Jan Janssen que, junto con Pingeon y Felice Gimondi, había atrapado a Jiménez.

Años más tarde, una de las hijas de Simpson consiguió lo que no había logrado su padre: llegar en bicicleta a la cima. En honor al malogrado ciclista se ha erigido un monumento, a 1,5 Km de la cima, con la inscripción "there is no mountain too high" (no existe montaña demasiado alta). Siempre está decorado con todo tipo de artefactos que dejan los ciclistas que pasan por allí, como bidones, cámaras, etc.

500 metros más arriba hay otro monumento, en memoria de un cicloturista, Pierre Kraemer, muerto en 1983 en la falda del Ventoux. Aún hay un tercer monumento, cerca de los otros dos, que conmemora la anual marcha cicloturista de Brujas, en Bélgica, hasta el Mont Ventoux.

Desde el Chalet Reynard hasta el observatorio de la cima pudimos observar montones de ciclistas que afrontaban los famosos últimos kilómetros. Los ciclistas temen aquí, sobre todo, el calor y el viento. Pero habíamos elegido bien el día y la hora, porque la temperatura era idónea y apenas había viento. Aquí tiene fama el Mistral, que azota con regularidad la cima. A su lado, la Tramontana parece una brisa primaveral agradable.



Por una vez en mi vida estaba yendo de "menos a más" en una subida, así que me hinché a adelantar ciclistas. Increíble: había ciclistas de todas las edades y, entre ellos, muchísimas mujeres. Aquí el cicloturismo es una fiesta para todo el mundo, no sólo para hombres de cierta edad.

En el último kilómetro aumenta considerablemente el porcentaje de la subida, y en especial en la última curva, a 100 metros de la cima. Es muy duro, pero el portal de la gloria ya está muy cerca. Una vez arriba, se disfruta de uno de los panoramas más extensos que pueden verse en Europa. Aunque el cielo no era del todo nítido ese día, las vistas eran realmente impresionantes.

La cima del Ventoux parece ser muy inspiradora. En junio de 1999, el periodista holandés Bas Steman subió el Ventoux desde Bedoin. Al mismo tiempo, su novia Ariane partía en bici desde Malaucène, donde empieza una subida también muy dura por la otra vertiente. Se encontraron en la cima, donde se juraron fidelidad eter-

42 MONT VENTOUX

na. Dos años más tarde, bautizaron en el mismo lugar al primer fruto de su matrimonio.

Una de las cosas divertidas de la subida es que puedes comparar el tiempo que has invertido con los tiempos de los profesionales y otros mortales. Ya en el año 1958, el escalador luxemburgués Charly Gaul dejó el récord en 1 hora 2 minutos y 9 segundos. El récord actual lo sostiene el vasco Iban Mayo que, en la cronoescalada de la Dauphiné Liberé de 2004, mejoró la marca del americano Jonathan Vaughters, que mantenía el récord desde 1999, con un tiempo de 55 minutos y 51 segundos. Mayo había subido casi dos veces más rápido que nosotros. Nuestros tiempos: Xavier Molons, 1 h. 35 m; Albert, Claudio y servidor 1 h 41 m; y Xavi Òdena, 1 h 45 m.

Hicimos la bajada por Sault, capital del cultivo de la famosa lavanda de la Provenza. Pedaleábamos en una nube de buenos olores, ya que las flores habían sido recién cosechadas. Para volver a Carpentras fuimos por las “Gorges de la Nesque”, un verdadero paraíso para cicloturistas: una carretera estrecha, sin tráfico, con vistas que quitan la respiración. Muy, pero muy recomendable.

Hay un dicho en la Provenza que dice que no estás loco si quieres subir el Mont Ventoux, pero sí que lo estás cuando, después de haber subido la montaña, quieres repetir la experiencia. No estoy conforme.

ANDRIES RUESINK

EL PALLASSO DE LA BICI

Álvaro Neil, el biciclown, va néixer a Oviedo (Astúries), el 17 de juliol de 1967. Segons ell mateix diu, va néixer rient, i no va plorar fins que no li van donar la primera "cleca".

Va estudiar Dret i Clown (pallasso), activitats aparentment força incompatibles.

Un bon dia, va vendre el seu cotxe i va renunciar al seu treball fix en una notaria de Madrid, per llançar-se a recórrer el món en bicicleta, i de pas oferir gratuïtament el seu espectacle de pallasso a les persones més humils.

Per aquest motiu, alguns el consideren un boig, uns altres un aventurer i alguns –sense jutjar-lo- el tanquen a la garjola, com ell mateix ha explicat en un llibre (Kilómetros de sonrisas).

Amb aquesta senzilla presentació, m'agradaria estimular a tots aquells que tinguin accés a la xarxa que visitessin la seva pàgina web. Resulta, si més no, enriquidora, i relaciona el nostre esport amb un àmbit humà que potser molts no havíem arribat ni a plantejar-nos. Ànim. Segur que us agrada.

(La pàgina és: www.biciclown.com)

IÑAKI MARÍN

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

NOTÍCIES DE "LA GRUPA"

Marxes

La Llarga Distància continua: un total de 8 gruperos han realitzat el Circuit de Llarga Distància fent que un any més (tercer any consecutiu) tinguin trofeu per part de la federació, en aquest cas quedant en quarta posició.

A pesar dels anys, continuem estant allà.

També hem tingut dues persones que han fet Xallenge.

I l'any que ve espero que en siguem més.

Altimetries

Després de la compra per part d'uns quants membres del club d'un comptaquilòmetres que fa d'altímetre, ho estem aprofitant per tenir dues millores a la web:

- 1) Estem penjant a la web, i preparant de cara a properes temporades en format llibre, l'altimetria de les sortides del club. Així sabreu si el dissabte toca recorregut dur o suau.
- 2) Estem penjant a la web l'altimetria dels diferents ports que anem fent, de forma que, ara per ara, ja tenim pràcticament tots els ports de les rodalies de Barcelona perquè els podeu gaudir.

"El ojo que todo lo ve"

A Molins de Rei tenim un grupero que sempre està al tanto de quan surt o deixa de sortir la gent. No hi ha manera de sortir a entrenar sense que et vegi.

Es comenta que està a punt de vendre's aquesta llista secreta.

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 EUR
Massi Ctr.T/58 Acero Shimano RX-100 8v. sti	300 EUR
Zeus Ctr.T/48 Acero, grupo Shimano 105 8v. sti	300 EUR
Romani Ctr. T/52 Acero Shimano 105 7v.	150 EUR
Cuadro Massi Over Speed Mtb.	100 EUR
Decathlon Mtb. 600 Manitou Shimano STX-Sram.	275 EUR
Sunn Mtb. Shimano XT	120 EUR
BH Gavia Ctr. T/50 Shimano Sora STI	300 EUR
Corbetta Ctr. T/58 Shimano 105 STI	400 EUR
Conor Max Doz R/20 12v.	75 EUR
Quer R/20 12v.	75 EUR
Conor XC-700 Híbrida	80 EUR