



**BUTLLETÍ  
INFORMATIU  
DE  
«LA GRUPA»**

**Any 2007  
Segon trimestre**

**LA GRUPA**

Resum de l'assemblea anual del club ..... 3

Més que un company ..... 4

**EL SOCI**

Josep Maria Ribera ..... 7

**SALUT**

Hiperplasia benigna de pròstata (hbp) ..... 9

**CICLOTURISME**

Per què faig la quebrantahuesos? ..... 11

Nadal per la serra de tramuntana ..... 15

Recorregut per la tramuntana ..... 18

¿Cuánto sabes? ..... 21

**CALENDARIS**

Sortides (maig 2007- juliol 2007) ..... 23

**HISTÒRIA DE LA GRUPA**

Petita història d'un gran Club ..... 37

**NOTÍCIES**

Activitats al barri ..... 42

Notícies de la Grupa ..... 43

**OFERTES**

Bike World ..... 44

Foto de portada: 90 anys de "Grupa".

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

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

Associació Ciclista Montjuïc, carrer Concòrdia 28 - baixos  
08004 Barcelona, Tel. 617 923 699, correu electrònic: grupa@acmontjuic.org,  
web: www.acmontjuic.org

## RESUM DE L'ASSEMBLEA ANUAL DEL CLUB.

Acords presos a l'Assemblea del Club, el 27-01-07.

1. La quota per a l'any 2008 serà de 25 euros.
2. Tots els comptes de la Grupa s'unificaran a la Caixa d'Enginyers.
3. S'abandonarà el fons d'inversió Fibanc i es buscarà un altre que doni més rendibilitat i seguretat.
4. L'equipació d'hivern es farà a través d'un nou proveïdor: Santini (més qualitat, semblant preu).
5. A part de les activitats habituals de la Grupa (Pernilada, Mostra d'Entitats, Sopar d'Entrega de Premis i Bicicletada), es programaran alguns actes per a celebrar el 90è aniversari del Club.
6. El primer dissabte de juliol es promourà una sortida de tots els grups a Vallter 2000. Es projectaran 4 itineraris diferents (un per grup) amb la mateixa sortida i el mateix final, per tal d'acabar amb un dinar de germanor, amb famílies, etc.
7. A l'octubre es farà una foto de tots els socis commemorativa del 90è aniversari.
8. Els grups que definiran classificacions i recorreguts a partir d'ara seran: Llebrers, Rodadors (antic grup de marxes de l'A), A (antics A i B) i C.
9. Durant els mesos d'hivern (fora de campionat) s'intentarà potenciar un grup de sortides en BTT.

## MÉS QUE UN COMPANYY

Carta per al company i amic Mingo

Estimat amic:

Espero que quan rebis aquest Butlletí i obris aquesta pàgina tinguis un record per a aquell que, d'uns dies ençà, li dóna voltes al cap pensant en escriure aquestes paraules.

Espero també que el teu nou "destí" et sigui plaent i que –com diu el poeta- ara que has arribat a Itaca, no la trobis pobra, i pensis en tot el que has gaudit durant el viatge. I en el que et queda per gaudir encara...

Espero que la teva bicicleta no dormi penjada de qualsevol innoble clau o amagada sota una flassada de plàstic, ans que estigui ben neta i engraixada, o ben bruta de la pols recent dels camins, el millor símptoma de que encara en fas ús.



*Josep María Ribera "NINUS"*

SEPÚLVEDA, 13 TEL/FAX: 93 424 55 85 08015 BARCELONA

Espero que les teves ferides de vell lleó de la carretera hagin tingut prou temps de guarir-se i que les noves latituds per les quals pedaleges et siguin prou amables, benignes i acollidores.

Espero que recordis –com jo faig en aquests moments, i faré durant tota la meua vida- les estones meravelloses de les matinals ciclistes del diumenge, quan jo era encara molt més "passerell" que ara –que ja és dir!- i amb prou feina sabia rodar en grup, o entrar la velocitat adient. No oblidaré mai el teu mestratge. Mestratge ciclista i mestratge de vida.

Espero conservar de tu una memòria perfecta, rodona, de persona recta, sincera, lleial, afable, comprensiva.

Espero gaudir per sempre de la teva bonhomia.

Espero conservar el mallot més significatiu de la "Grupa" (recorda: sempre serà teu, jo només te'l guardo una temporadeta).

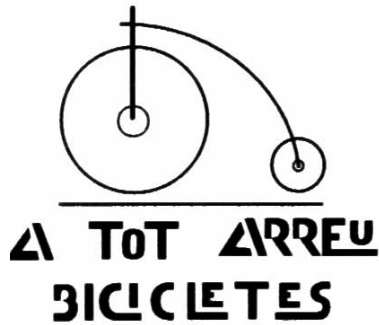
Espero, finalment, no haver ferit la teva senzillesa, la teva humilitat, la teva discreció, amb aquesta carta.

Tot i que ja sé que no ets allò que se'n diu "un futbolero", m'he permès robar el lema d'un famós club de futbol de la nostra ciutat per tal de fer-lo meu i aplicar-te'l, tant si vols com si no. Perquè tu has estat, per a mi, molt més que un company de la "Grupa", i em sentiria molt orgullós si algun dia arribessis a incloure'm en la llista dels teus amics.

Gràcies per tot el que m'has donat i pel poc que m'has demanat a canvi.

Sempre teu, mestre, company, amic Mingo.

IÑAKI MARÍN



AMÍLCAR, 102, BIS  
TEL/FAX 93 455 26 57  
08032 - BARCELONA

## CARLES MANZANO

BICICLETES FETES A MIDA

MUNTATGE ARTESANAL

REPARACIONS

RECANVIS ACCESORIS

### CALEFACCIÓ ECONÒMICA: sense OBRES ni DEPÒSITS

#### Consums orientatius

Pis 50 m2: de 240 a 270 euros tot l'any  
Pis 100 m2: de 330 a 360 euros tot l'any

#### IMPORTANT

Possibilitat de subvenció  
oficial fins a un 35% de descompte

"Kalderes" automàtiques amb o sense rodes

Dissabtes portes ofertes:  
**Únic importador: Sol Solet**  
Sant Martí de Tous, 2 - 08700 IGUALADA  
Tel. 93 804 88 32 - Fax 93 804 88 34  
www.solsolet.net - info@solsolet.net  
JOSEP M<sup>a</sup> CASTELLVI (soci de la grupa)



## JOSEP MARIA RIBERA BOLUDA

Lugar y fecha de nacimiento: 29/01/1945

Vive en: Barcelona

Situación familiar: Casado.

Profesión: Mecánico de motos

Aficiones: Ciclismo, fútbol y deportes en general

Apodo(s): Ninu, desde que nació.

Música preferida: Moderna, no chillona

Película(s) favorita(s): Acción, Musicales.

Lectura: Periódicos, todos en general.

Socio desde: 1994

Con qué grupo sales habitualmente: A, B, C, Rodadors, LI, Cap: Ay B

Por qué te has hecho socio de "la Grupa": Por mis tíos, Mariano Martínez y Juan Martínez.

Mejores hazañas en la bicicleta: Comarruga - Andorra - Comarruga

Algún proyecto, plan o deseo para ir en bicicleta: Salir cada sábado.

Ciclista(s) favorito(s): Eddy Merckx, Joaquim Ferri, Juanito Martínez y todos los jubilados, por la voluntad de salir todos los días

**Recorridos(s) favorito(s):** Todos en general.

**Bicicleta(s):** GIOS - VITUS

**Qué te gusta de "la Grupa":** El compañerismo, las amistades, nuestros "desayunos" y el poder practicar el hobby que me gusta.

**Qué te gustaría cambiar/mejorar en el club:** Que se respeten los reagrupamientos. Me gustaría que volvieran los "sufridores". Que hubiera la figura de un "capitán" en los grupos.

**Para finalizar, qué te parece el boletín del club:** Bien.

JOYERIA



**MODESTO**



RELOJERIA

Manso, 74

Frente Mercado San Antonio

Teléf. 93 441 54 96

08015 BARCELONA

## HIPERPLASIA BENIGNA DE PRÓSTATA (HBP)

Como es un tema que nos preocupa a muchos, he decidido hablar de esta patología que afecta especialmente al pelotón de los menos jóvenes.

Las causas que motivan el crecimiento de la próstata a partir de los 35 ó 40 años todavía no se han llegado a esclarecer. Se sabe, eso sí, que del 45 al 90% de los varones entre la quinta y la octava década de la vida muestran síntomas de HBP.

Estos síntomas varían en función de los pacientes. Los que tienen próstatas grandes presentan pocos síntomas y los de próstata escasamente aumentada de tamaño pueden ser muy sintomáticos. Los síntomas en general se relacionan con la obstrucción del flujo urinario (chorro débil, lento, goteo terminal, esfuerzo miccional, vaciado incompleto) y del tramo urinario inferior (urgencia al orinar, orinar muchas veces al día, levantarse varias veces durante la noche a orinar, especialmente en personas mayores de 65 años, e incontinencia de urgencia).

Para la evaluación básica en la consulta médica se necesita realizar una serie de exploraciones:

El tacto rectal es una exploración necesaria y obligada para el estudio de la próstata. En él se evalúa el tamaño, consistencia, simetría, superficie y bordes de la misma. Así pues, ármense de valor compañeros, pues desgraciadamente es imprescindible llevarlo a cabo.

Entre los análisis que el médico solicita, se halla la evaluación de la función renal (urea y creatinina principalmente), el examen de orina (para determinar si hay sangre microscópica o infección) y el nivel del antígeno prostático (PSA), para establecer si existe sospecha de cáncer oculto, especialmente en pacientes en que el tacto rectal es normal y su elevación comporta la indicación de una biopsia prostática.

El PSA es una proteína que normalmente se sintetiza en la glándula prostática y ha demostrado una buena correlación con el volumen de la próstata, incrementándose con la edad. No es específica de cáncer, ya que cualquier proceso inflamatorio de

la próstata (prostatitis aguda, crónica) eleva sus niveles en sangre. Esta falta de especificidad hace que, ante elevaciones moderadas entre 4 y 10 ng/ml, un 70% de las biopsias no confirmen la presencia de cáncer. En estos casos el médico solicita otro examen de PSA libre (más complicado) y en función del porcentaje solicita la biopsia o hace control semestral.

La ecografía investiga si existe repercusión de la obstrucción sobre la parte superior del riñón, principalmente.

El tratamiento inicial para la HBP es farmacológico, con opciones variadas de tres grupos de fármacos a probar, según situación, o con terapias de combinación de hasta 2 fármacos.

El tratamiento quirúrgico más utilizado es la RTUP (resección transuretral de la próstata), pero si la próstata es muy grande se realiza cirugía abierta convencional, bien por laparoscopia, bien mediante la utilización del láser de holmio, por vía transuretral.

Quedo a vuestra disposición para aclarar cualquier duda.

SERGIO LEDESMA

## PER QUÈ FAIG LA QUEBRANTAHUESOS?

Les opinions recollides en aquest article han estat expressades pels seus autors lliurement i sense cap tipus de restricció. Algunes són més serioses, d'altres no tant..., bé, ja ho veureu. Ha estat la nostra intenció copsar les motivacions diferents de la gent que s'entrega al sacrifici d'una marxa ciclista exigent, fins i tot pels que se la prenen amb calma.

- Me gusta la QH porque es una marcha de ambiente y camaradería, aunque también –cómo no- de sufrimiento y risa. Además, ya casi le he cogido aprecio -a pesar de no haberla acabado siempre- porque hice la mili por aquellos parajes (Candanchú). RAMÓN BONET.

- La verdad es que cuando decidí apuntarme a esta aventura mis motivaciones eran las típicas: reto personal, afán de superación y poder explicar la batallita con orgullo. Ahora, en lo único que pienso es en llegar y dedicarle el esfuerzo a mi padre, que era un gran aficionado al ciclismo y que seguro que hubiese querido estar allí para animarme. GABRIEL SEGURA.



Varios miembros de "La Grupa" llegando juntos a la meta

- Aquesta serà la meua 4ª QH i tinc una motivació esportiva (mantenir el nivell de l'any passat) i una altra no menys important: passar un gran cap de setmana amb els companys de la Grupa (ep, i l'esmorzar de Barbastro que no falti!). IÑAKI MARÍN.

- Yo corro este año la QH para ganarme la plata (por lo menos...). SERGIO LEDESMA.

- Tanto mi hermano como yo habíamos planeado estar presentes en otra marcha que se corre por las mismas fechas, para cambiar de ambiente, pero ya que nuestro amigo Manel nos ha guardado hotel para este año, lo dejaremos para otro, y sufriremos con los compañeros una nueva QH. BARTOLOMÉ MARTÍNEZ.

- Quiero correr la QH porque ya que mi bici ha perdido peso, a ver si tengo voluntad y lo pierdo yo también. Creo que lo conseguiré, y que yendo con vosotros (Rodadors) no me será tan difícil (aunque no me gusta ir detrás ni en el entrenamiento). JORDI ARNAL.

- Como algunos ya sabéis, mi motivación para hacer la QH este año no es otro que mi reto personal de los últimos 5. El primero no pude ir porque mi hija tenía una fiesta de cumpleaños. El segundo no fui porque en la marcha de las 3 Naciones, una semana antes, tuve un reventón que me quitó las ganas (y eso que ya había pagado

**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

la habitación). El tercero no pude ir porque me partí la cadera. El cuarto, por fin, pude participar, pero me pilló la lluvia y quien me conoce sabe que Juanjo, con lluvia, es pajarón seguro. Saliendo de una caída no quise arriesgar ni sufrir nada de nada. Retirada en coche (autocar) escoba. Este año espero poder decir que a la quinta va la vencida. JUANJO RODRÍGUEZ.



- Mi participación en la QH 2007, el día 23 de junio, y anteriormente el 13 de mayo en Terra de Remences, se debe a que quiero celebrar mi despedida como miembro del grupo de Rodadors y mi posterior alta en el grupo A, con mi asistencia a estas dos importantes marchas. Este cambio de grupo conllevará un mejor trato a mi algo deteriorada espalda, castigada por demasiado deporte a lo largo de toda mi existencia, dedicándome al deporte de mantenimiento, que es el que me han recomendado los galenos. No por eso dejaré de asistir a cenas u otras celebraciones de los Rodadors, a las que se me quiera invitar. MANEL ROYO.

- Son varios los motivos que me empujan a participar en la QH, pero principalmente dos. El 1º es que este año se cumple ¡mi 10ª QH! Todavía no me lo creo, pues desde el primer año decía que aquél sería el último, y así hasta el día de hoy. Todo esto representa para mí un reto personal y nada más. El 2º motivo es de índole personal, pues quiero dedicarle este reto a una persona muy querida para mí que ya no está. FERNANDO SÁNCHEZ.

- Tot i que la novatada de l'any passat no va ser molt reeixida, encara se'm posen els pèls de punta quan penso en l'últim quilòmetre del Portalet, ple de gent animant als sacrificats i sacrificades (que també n'hi havia) que estàvem amb les últimes forces coronant el que gairebé és el final real de la QH. El sopar de després, memorable, com totes les vetllades de la Grupa... Vèncer -encara que sigui una mica- els més de 200 qm de la QH... qui digui que no, diu mentida!! XAVIER ESTEVE.



- Este año hubiera preferido participar en otra marcha de las clásicas, como por ejemplo la de los Lagos de Covadonga. Encuentro que la QH es demasiado para nuestro nivel, pero le he dado prioridad a la decisión del grupo. Disfruto viendo sufrir a algún “escamarlán”. Por otra parte, no deja de ser una forma de motivarme para practicar mi deporte favorito. LLUÍS MARTÍNEZ.

- Aunque me han pedido que diga por qué voy a hacer este año la QH yo quiero explicar precisamente lo contrario: por qué no voy a ir. Creo, eso sí, que hay que hacerla un par de veces en la vida, como mínimo. Una para estrellarse en el Marie Blanc y la otra para poder llegar a la meta siendo persona. Yo no voy a ir más porque creo que está masificada y porque no podré ganarla nunca. JOAN LLORENS.

- Bueno, pues la verdad, no sólo tengo un motivo, sino varios, y los voy a exponer por orden de importancia. Por la amistad, por poder compartir en un lugar lejos de casa el ambiente sano de los compañeros cicloturistas con los que estoy corriendo durante todo el año, y haciendo lo que más me gusta. Por la ilusión, pero no la propia, sino la de tus amigos, que quieren que todo acabe lo mejor posible, y por poder oír “este año sí la he terminado” o “he superado el tiempo del año pasado” o “¡soy oroooo!” o “estás hablando con un plata” o “¡olééé, no me han puesto suero!”. Por el ambiente: yo la considero la reina de las marchas cicloturistas. Por el gusanillo que tienes la noche anterior preparándolo todo para que la prueba salga lo mejor posible y no haya errores. Porque en ella se pedalea junto a ciclistas de todas partes, admirando el ambiente multicolor de la salida. Por los ánimos sucesivos y reiterados que vas recibiendo durante todo el recorrido, “¡aupa neska!”. Recorrido, por cierto, con un paisaje excelente. Y por el reto personal: para mí es una evaluación final de la temporada, y puedo analizar mi estado físico en función de cómo me ha ido. ELIGIO RODRÍGUEZ.

Bé, companys, aquestes han estat les respostes d’alguns “gruperos” a la pregunta que ens ocupa. Ja sé que molts de vosaltres afegiríeu unes quantes raons per explicar per què no hi participeu. Potser al proper Butlletí... De moment, gràcies a tots els qui heu tingut la paciència i la bona voluntat de participar en aquesta petita investigació.

## NADAL PER LA SERRA DE TRAMUNTANA

S’acostava el Nadal, ja ho sabeu: família, regals, àpats excessius, indigestions... Són festes sempre esperades però un xic monòtones (no ens enganyem: per a molts, alguns d’aquests dies acaben esdevenint obligacions). Així doncs, per què no aprofitar els dies entre Sant Esteve i Cap d’Any, per fer un parèntesi i carregar piles? I amb aquesta idea, tres Llebrers (Albert Porta, Xòdena i Xavi Molons) i un company del Provençalenc (Rubén Carro) vam muntar aquesta moguda. Per als qui no ho hagin endevinat pel títol, us diré que varem anar fins a Mallorca (la Serra de Tramuntana és la principal carena muntanyosa, que travessa el nord de l’illa d’est a oest), per a iniciar la pre-temporada ciclista.

Acabat el dinar de Sant Esteve, vam embarcar el cotxe, ple de bicis i bosses, al ferri. Després d’una llarga nit (les nostres costelles van provar la duresa del parquet) trepitjàvem terra de matinada. Trasllat a l’apartament al port d’Alcúdia i a les 10:00 ja estàvem disfressats (i preparats?) per fer el primer recorregut. Després d’uns quilòmetres planers, vam entrar a la Serra pel Coll de Sa Batalla (on com diu el nom n’hi





hagué una de bona), i d'aquí cap a Pollença per pujar a la Talaia d'Albercutx (els seguidors de la Xallenge de Mallorca la coneixeran com el Mirador d'Es Colomers), amb unes vistes privilegiades dels penya-segats del cap de Formentor.

El segon dia ens esperava l'etapa reina: 125 km amb els ports més importants de l'illa: Sóller, Puig Major i Sa Calobra. El primer, amb un promig del 4% i 25 paelles, és molt distret (en bici, perquè en cotxe són 54 paelles entre les dues vessants). El Puig Major, igual que el Mont Caro ho fa al Port, domina majestuós l'illa amb més de 1400 metres d'alçada. S'hi pot arribar per una sinuosa carretera penjada, pel vessant sud del cim, però és d'ús militar. Haurem d'esperar l'abandó de la base militar (com d'altres), per poder gaudir dels darrers 8 km de rampes infernals, envoltats d'un paratge lunar. Ens vam aturar davant la barrera, perquè tot d'una aparegué un 4x4 carregat d'uns mal encarats "armaris", que amb "cara de gos" ens van convidar a tocar el dos. És clar, no era el moment de demanar-los una foto. Sembla ser que amb la roba ajustada, els guants, les bragues fent de passamuntanyes, les ulleres de visió nocturna i el casc, ens van prendre per una possible amenaça terrorista (quina poca feina!).

El mal humor se'ns va passar a Sa Calobra, un d'aquells ports que se't queda gravat a la memòria. No hi ha paraules que descriguin la bellesa que envolta una carretera curulla de paelles amb la característica "Corbata" de 360°.



El tercer dia, vam creuar la Serra d'Alfàbia a través del coll d'Orient. Ens vam dirigir a Valldemosa, poble molt conegut per la Cartoixa i la seva relació amb Chopin. Des d'allà, i per la costa, cap al port de Sóller, per una carretera similar a la de la Costa Brava, però amb més vegetació i muntanya, ja que està al peu de la Serra de Tramuntana.

El darrer itinerari va ser un continu puja i baixa passant per: Galilea, Puigpunyent, Port d'Es Canonge, Estellencs i Graó d'Es Capdellà com a ports i amb in comptables repeticions. Durant 100 km trencacames vam recórrer l'oest de la Serra de Tramuntana, passant per Calvià, Banyalbufar i Andratx.



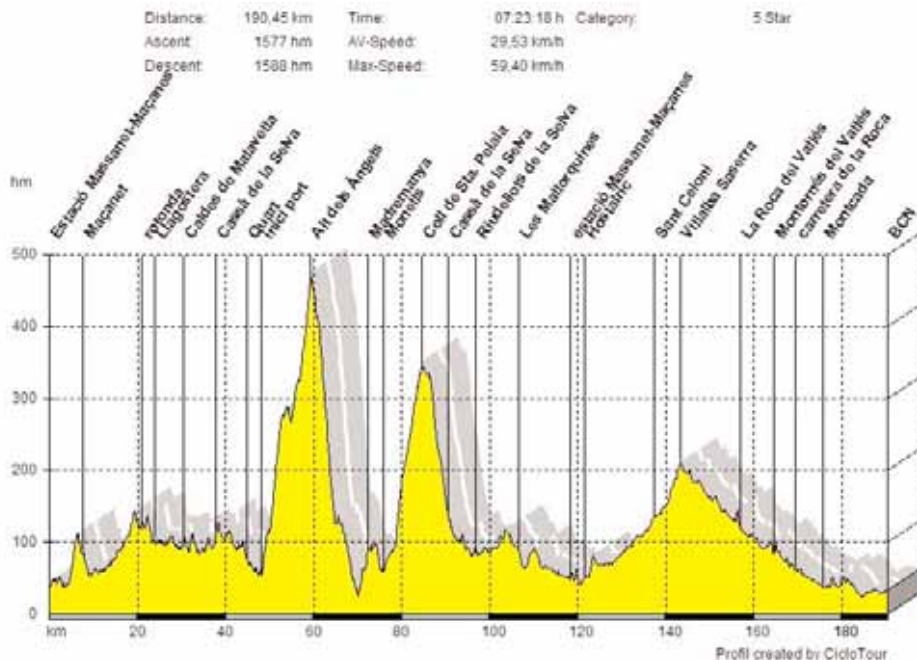
Com ja sabeu molts equips professionals trien l'illa per les concentracions hivernals. El clima i una orografia compensada la fan ideal per a iniciar la pretemporada. A més, per tal de promocionar aquest tipus de turisme fora de la temporada estival, s'han adaptat les carreteres pensant en nosaltres. Ens va sorprendre trobar carreteres amb preferència pels ciclistes, senyals de limitació de velocitat, i altres de perill de ciclistes. A més a més, el respecte dels conductors va ser gran; imaginem que fou degut als senyals d'avís (tant verticals com horitzontals) al llarg de les carreteres.

El dia 31 vam agafar el catamarà que en poc més de tres hores ens retornà a Barcelona. Van ser 4 jornades amb més de 400 km, aprofitades al màxim, ja que des de les deu del matí i fins gairebé les cinc de la tarda, ens dedicàvem a pedalar, parant a fotografiar, avituallar-nos o descansar, sense pensar en cronòmetres ni en velocitats mitges. Els que ja havíem estat, ens vam endur una imatge ben diferent: una illa tranquil·la, sense les bullangues estrangeres dels mesos d'estiu. I vam estar de sort, ja que la setmana anterior hi hagué un dels temporals de pluja més intensos dels darrers anys. Per les carreteres encara regalimava aigua, i la Serra de Tramuntana estava ben humida. Us animem a fer una escapada com la nostra, segur que no us en penedireu.

## RECORREGUT PER LA TRAMUNTANA

El passat dissabte dia 10 de març es va iniciar la temporada d'especials del grup dels Llebrers i, per canviar una mica la tendència de la temporada passada d'anar cap al sud, aquest any hem començat pel nord. A la sortida ens vam presentar 13 llebrers (està clar, mal nombre), més el Ruben i l'Iñaki (del grup dels Rodadors, que sembla que no s'acaben d'animar a fer aquestes mogudes amb nosaltres: a veure si s'inverteix la tendència!).

La sortida donava molt mala impressió. Sortir d'una estació que semblava treta d'un documental del NODO, totalment abandonada, impròpia de l'època en què vivim, i a més a més amb la tramuntana saludant-nos, doncs no era el millor per a animar al personal. Això, més algun imprevist de mala sort, va fer que al final 4 persones es tressin enrere i no fessin el recorregut.



Finalment, quedem 11 valents disposats a lluitar contra el vent i contra el que faci falta per tal de poder completar el recorregut. La primera part estava dissenyada per a rodar en grup; el que no havíem tingut en compte és que amb vent de cara i sobretot, a estones, lateral, el concepte de rodar en grup era bastant utòpic. De manera que, de forma contínua, el grup s'anava trencant i es van haver de fer diverses esperes. Així que vam passar els quilòmetres com vam poder fins a Quart, on van aparèixer dues novetats: els ports i el canvi de direcció.

A partir d'aquest punt, el tema -tret d'algun moment puntual- va millorar força. Els ports dels Àngels i Santa Pelàia, són llargots, però molt suaus; a més, el paisatge és xulo i el vent no molestava (fins i tot a estones ajudava), de manera que els vam fer prou bé i vam poder gaudir-ne plenament. Un cop a Cassà de la Selva, tret d'un tramet on el vent molestava lateralment, ja anàvem en direcció sud, amb el vent de cul i sense esforç, rodant a bones velocitats. Ara ja podíem rodar com havíem previst sobre el paper!

Un cop vam arribar a l'estació de tren, amb 120 qm a les cames (i sobretot amb el cansament acumulat de l'anada, on el vent tant ens havia castigat) hi va haver tres

opcions: per una banda, els que tenien més pressa van tornar en cotxe per tal d'arribar a l'hora de dinar a Barcelona. Per una altra, un grup de persones es van quedar a dinar a Maçanet de la Selva i així fer una mica de germanor. I, finalment, un matat, aprofitant que tenia la tornada amb el vent de cul, va fer els 70 qm que separen l'estació de Maçanet-Maçanes de Barcelona en bicicleta, completant una sortida de 190 qm. Costa poc d'imaginar qui deu ser aquest personatge...

Per cert, al qm 80, aproximadament, vam passar a la vora d'un poblet que es diu... Llebrers de Dalt!

XAVIER ÒDENA



## ¿CUÁNTO SABES?

1. ¿Con qué fechas relacionas las ruedas metálicas y las ruedas de goma maciza: 1875-1867?
2. ¿Cuándo y dónde se corrió la primera carrera en carretera?
3. ¿Quién y cuándo realizó el primer viaje en bicicleta alrededor del mundo?
4. ¿En qué fechas se corrieron el primer: Tour de Francia, Giro de Italia, Vuelta Ciclista a España y Vuelta Ciclista a Colombia: 1951-1903-1935-1909?
5. ¿Quién inventó la cámara de caucho?
6. ¿Quién ganó el primer Tour de Francia, en 1903?
7. ¿Quién ganó el Tour de Francia el año que Bahamontes fue Premio de la Montaña?
8. ¿Qué gesta llevó a cabo Jacques Anquetil en 1964?
9. ¿De qué murió, en 1960, Fausto Coppi?
10. ¿Qué gesta llevó a cabo Eddy Merckx en 1974?
11. ¿Qué gesta llevó a cabo, en 1995, Miguel Indurain?
12. ¿Qué velocidad alcanzó el estadounidense John Howard, considerado el ciclista más veloz del mundo, en 1985: 245,08 km/h – 325,44 km/h – 132,34 km/h?
13. ¿Cuántas bicicletas se calcula que circulan actualmente en China?

## RESPUESTAS:

- R1 (1867-1875)  
 R2 (Fue en 1870, en Italia, desde Florencia a Pistoia, con un recorrido de 33 km)  
 R3 (El 7 de enero de 1887, el norteamericano Thomas Stevens)  
 R4 (1903, 1909, 1935, 1951)  
 R5 (En 1889 John Boyd Dunlop)  
 R6 (El francés Maurice Garin, un deshollinador de 32 años)  
 R7 (El francés Bobbet)  
 R8 (Ganar por quinta vez el Tour de Francia)  
 R9 (De malaria, que contrajo en una carrera en el Alto Volta)  
 R10 (Ganó su quinto Tour)  
 R11 (Fue el primer ciclista que ganó el Tour cinco veces consecutivas)  
 R12 (245,08 km/h)  
 R13 (Aproximadamente, 300 millones)

## IÑAKI MARÍN

## SORTIDES MAIG-JULIOL 2007

*MAIG (Puntuable ESTIU):**Dia 5 de Maig:***Día 5 Llebrers: COLL DE RAVELL 7:00 Local Social 170 km.**

ANADA: Montcada, carretera de la Roca, La Roca, variant de Cardedeu, Vilalba-Sasserra, Sant Celoni, La Batllòria, desviament, Breda, Coll de n'Orri, Arbúcies, continuar direcció al Vidal i Espinelves, Coll de Ravell,

TORNADA: Santa Fe, Sant Celoni, Vallgorguina, Collsacreu, Arenys de Mar, i tornada a Barcelona per la carretera de la costa.

RECORREGUT ALTERNATIU: un cop arribata a coll de n'Orri baixar fins Hostalric (esmorzar), Blanes i tornar per la carretera de la costa fins Badalona i Barcelona.

**Dia 5 Rodadors: LES VENTOSSES-VILAFRANCA (Tot seguit)**

RECORREGUT: Per Zona Franca, l'Autovia, Garraf, Sitges, Vilanova i la Geltrú, Pantà de Foix, l'Arboç, Banyeres del Penedès, Llorenç del Penedès, Sant Jaume dels Domenys, Coll de les Ventoses, Pla de Manlleu, Valldossera, Pontons, Torrelles de Foix, Sant Martí Sarroca, Vilafranca del Penedès, Avinyonet, l'Ordal, Vallirana, Cervelló, Molins de Rei, Sant Just i Barcelona.

SORTIDA a les 6:30 h. de BAUHAUS, 168 Km. / 1.950 mts.

**Día 5 Grup A: LES FONTS DE TERRASSA. "Bar Tramontana". Tel. 93 784 20 43**

ANADA: Per Martorell, ctra. de les Carpes, Olesa de Montserrat. Viladecavalls, Terrassa i Les Fonts.

TORNADA: Rubí, Les Planes, Vallvidrera i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30 h. del CORTE INGLÉS, 95 Km.

**Dia 5 Grup C: SANT MUÇ**

SORTIDA a les 8:15 del Corte Inglés, 60 km.



**Dia 12 de Maig:****Dia 12 Llebrers: COLLBATÓ (Bar Collbató) 7:30 Corte Inglés 70 + 55 Km.**

ANADA: Molins de Rei, Rubí, Les Fonts, Terrassa, interior Terrassa, creuar fins la carretera vella de Viladecavalls, Viladecavalls (punt intermig), creuar Viladecavalls, desviament direcció contrària Olesa, Vacarisses (4a), Monistrol, aeri i Collbató (3a, arribada).

TORNADA: aeri, Olesa de Montserrat, les Carpes, Sta. Maria de Vilalba, Ullastrell, les antenes, Castellbisbal, Molins de Rei i Barcelona (opcional directe les Carpes i Martorell, Molins de Rei i Barcelona).

**Dia 13 Rodadors: TERRA DE REMENCES (Marxa Cicloturista)**

RECORREGUT: Per Les Preses, Olot, La Canya, Sant Salvador de Bianya, Coll de Capsacosta, Sant Pau de Segúries, Sant Joan de les Abadesses, Ripoll, Vallfogona de Ripollès, Coll de Cannes, Olot, La Pinya, Les Preses, Joanetes, Coll de Bracons, Sant Andreu de la Vola, Sant Pere de Torelló, Torelló, Manlleu, Sant Martí Sescorts, L'Esquirol, Cantonigros, Coll de Condreu, Coll d'Úria i Sant Esteve d'en Bas.

SORTIDA a les 8:00 h. de SANT ESTEVE D'EN BAS, 173 Km. / 2.606 mts.

**Dia 12 Grup A: COLLBATÓ (per Can Sedó). "Bar Collbató". Tel. 93 777 90 01**

ANADA: Per Martorell, ctra. de les Carpes, Olesa de Montserrat. Reagrup. Can Sedó, pont a la dreta i pujada fins la "Masia de ca n'Astruc Vell", llavors baixar fins la ctra. de Manresa, cruïlla de l'aeri, a la esquerra i pujada fins COLLBATÓ.

TORNADA: Baixar fins ctra. de Manresa, Olesa de Montserrat. Reagrup. a la sortida del poble, Ctra. de les Carpes, Martorell, Molins de Rei. Reagrup. a M. de Rei, a la font de la "Grupa". St. Feliu i Barcelona.

REC. ALTERNATIU: per Sta. Maria de Vilalba, Ullastrell, Castellbisbal i M. de Rei. SORTIDA a les 7:30 h. del CORTE INGLÉS, 100 Km.

**Dia 12 Grup C: CASETES CA N'OLIVERÓ**

Anada per Castellbisbal, tornada per Martorell.

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 70 km.

**Dia 19 de Maig:****Dia 19 Llebrers: SANT LLORENÇ SAVALL (Cal Ramon) 7:30 Local Social 80+55 Km.**

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

TORNADA: Castellar del Vallès, Sentmenat, Polinyà (direcció Sabadell), Santiga, Ripollet i Barcelona.

**Dia 19 Rodadors: GRANERA "L'Esclopet". Tel. 93 866 84 39**

ANADA: per Molins de Rei, Rubí, Les Fonts, Terrassa, Matadepera, Coll d'Estenalles, Talamanca, Navarxes, Calders, Monistrol de Calders i Granera.

TORNADA: per Castellterçol, Sant Feliu de Codines, Caldes de Montbui, Palau i Solità, Montcada i Barcelona.

SORTIDA a les 6:30 del CORTE INGLÉS, 163 Km. / 2.168 mts.

**Dia 19 Grup A: SANT LLORENÇ SAVALL. "Cal Ramón". Tel. 93 714 00 52**

ANADA: per Molins de Rei, Rubí, Terrassa, (pujar per la riera), Castellar del Vallès i pujada fins SANT LLORENÇ SAVALL.

TORNADA: per Gallifa, Sant Feliu de Codines, Caldes de Montbui, Palau de Plegamans, Montcada (reagrup. a la Font d'en Poblet) i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30 del CORTE INGLÉS, 115 Km.

**Dia 19 Grup C: SANTA MARIA DE VILALBA.**

Anada i tornada per Martorell

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 70 km.

*Dia 26 de Maig:***Dia 26 Llebrers: LES FONTS (Bar Mundial) 7:30 Corte Inglés 100 + 30 km.**

ANADA: Molins de Rei, Martorell, carretera les Carpes, Olesa de Montserrat, Monistrol de Montserrat (punt intermig), desviar, Castellbell i el Vilar, agafar carretera principal, El Pont de Vilomara, Rocafort, Mura, alt de les Estenalles (1a, arribada). Reagrupament. Terrasa, baixar per la riera i Les Fonts.

TORNADA: Rubí, Sant Cugat, Vallvidrera i Barcelona. Opcional pel refugi In-Out i Tibidabo.

**Dia 26 Rodadors: COLLFORMIC - LA POLLOSA (Tot seguit)**

RECORREGUT: Per Montcada, Martorelles, Vilanova del Vallès, La Roca, Vilalba Sasserra, Sta. Maria de Palautordera, Sant Esteve de Palautordera, Collformic, El Brull, Seva, Balenyà, Tona, Coll de La Pollosa, Moià, Castellterçol, Sant Feliu de Codines, Caldes de Montbui, Palau i Solità, Montcada i Barcelona.

SORTIDA a les 6:30 h. del LOCAL SOCIAL, 167 Km. / 1.931 mts.

**Dia 26 Grup A: ESPECIAL "ELS CINC CIMS". "La Fonda" Tel. 93 797 14 58**

ANADA: C. Guipúscoa, Badalona, Coll de La Vallençana (reagrupament), ctra. de la Roca, Sant Fost, Coll de la Conreria (reagrupament), Tiana, Mongat, El Masnou, Alella, Coll de la Font de Cera, Vilanova de la Roca (reagrupament), La Roca del Vallès, Coll d'Òrrius (reagrupament i esmorzar)

TORNADA: desviament ctra. d'Argentona a l'esquerra, Coll de Parpers, La Roca del Vallès (reagrupament), Vilanova, Montornés, Martorelles, Montcada (reagrupament) i Barcelona (reagrupament al c. Mallorca).

SORTIDA a les 7:00 h. del LOCAL SOCIAL, 120 Km.

**Dia 26 Grup C: CASTELLBISBAL**

Anada per pol.lígon Els Ferros i pujada, tornada directa.

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 65 km.



- ACCIDENTES DE TRÁFICO
- ACCIDENTES LABORALES Y SEGURIDAD SOCIAL (falta de medidas de seguridad, invalideces, etc.)
- RESPONSABILIDAD PATRIMONIAL DE LA ADMINISTRACIÓN (deficiente asistencia sanitaria, caídas en la vía pública, mal funcionamiento de los servicios públicos, etc.)
- ASESORAMIENTO JURÍDICO EN EL RESTO DE MATERIAS (Civil –matrimonial, herencias, arrendamientos, impagados etc.–, Penal, etc.) en colaboración con profesionales especializados.

ASESORAMIENTO INTEGRAL Y ESPECIALIZADO

ASUNTOS EN TODA ESPAÑA

CONSULTA INICIAL E INFORMACIÓN SIN COMPROMISO

Tel.: 93 310 03 12 (4 líneas de atención)

Fax.: 93 310 14 00

e-mail: [advocats@caroz-armayones.com](mailto:advocats@caroz-armayones.com)

Via Laietana núm. 9, 1º-1ª - 08003 (Barcelona)

<http://www.caroz-armayones.com>

Nota: Trato especial a todos los socios de la A. C. MONTJUIC



**Juny (Puntuable ESTIU). Dia 2 de Juny:****Dia 2 Llebrers: VACARISSES (Cal Kiku) 7:30 Corte Inglés 65 + 45 Km.**

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

TORNADA: Olesa de Montserrat, les Carpes, Martorell, Molins de Rei i Barcelona (opcional per Santa Creu).

**Dia 2 Rodadors: SANT HILARI SACALM (Tot seguit)**

RECORREGUT: Per Montcada, Martorelles, Montornés, Vilanova del Vallès, La Roca, Vilalba-Sasserra, Sant Celoni, La Batllòria, Breda (GI-552), Coll de n'Orri, Arbúcies (GI-550), Sant Hilari Sacalm (GI-541), Matamala (GIV-5411), Coll de Revell (GI-544), direcció Espinelves desviament a l'esquerra cap a Viladrau (GI-543), desviament a l'esquerra (GIV-5201)-(BV-5114), Sant Marçal, Santa Fe del Montseny, Campins, Sant Celoni, Vallgorguina, Collsacreu, Arenys, Mataró, Vilassar, El Masnou, Montgat, Badalona i Barcelona.

SORTIDA a les 6:00h. del LOCAL SOCIAL, 200 Km. / 2.300 mts.

**Dia 2 Grup A: VACARISSES. "Cal Kiku". Tel. 93 828 03 84**

ANADA: Per Martorell, ctra. de les Carpes, Olesa de Montserrat. Reagrup, Can Sedó, ctra. de Manresa, Monistrol, La Bauma, reagrupament al pont, ctra. antiga de Vacarisses fins VACARISSES.

TORNADA: Per ctra. de Torreblanca, Olesa de Montserrat. Reagrup. a la sortida del poble. Ctra. de les Carpes, Martorell, Molins de Rei. Reagrup. a M. de Rei, Sant Feliu i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30h. del CORTE INGLÉS, 105 Km.

**Dia 2 Grup C: SANT ESTEVE SESROVIRES**

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 80 km

**Dia 9 de Juny:****Dia 9 Llebrers: OLIVELLA (Bar Rossi) 7:30 Corte Inglés 85 + 55 Km.**

ANADA: Molins de Rei, Ordal (2a). Reagrupament. Avinyonet (punt intermig), Vilafranca (anar per interior), Sant Martí Sarroca, desviament dreta direcció La Llacuna, desviament dreta, Fontrubí (arribada, 4a). Reagrupament. Guardiola de Font-Rubí, Vilafranca del Penedès, nacional, desviament, Olivella.

TORNADA: Olivella, Palau Novella, urbanització Rat Penat, Castelldefels, autovia i Barcelona. Opcional per Sant Pere de Ribes, Sitges, costes del Garraf, Castelldefels, autovia i Barcelona.

**Dia 9 Rodadors: CAN MASSANA - LES ESTENALLES (Tot seguit)**

RECORREGUT: Per Molins de Rei, Pallejà, Sant Andreu de la Barca, Martorell, Olesa, Monistrol de Montserrat, Montserrat, Can Massana, Manresa, Sant Fruitós de Bages, Navarcles, Talamanca, Les Estenalles, Terrassa, Rubí, Sant Cugat, Les Planes, Vallvidrera i Barcelona.

SORTIDA a les 6:30h. del CORTE INGLÉS, 159 Km. / 2.485 mts.

**Dia 9 Grup A: OLIVELLA. "Bar Rosi" Tel. 93 896 82 42**

ANADA: Molins de Rei, Vallirana, Ordal, Avinyonet. Reagrup, ctra. de Vilafranca, creuament a la esquerra fins OLIVELLA.

TORNADA: Per Sant Pere de Ribes, Sitges, Costes de Garraf. Reagrup. al final de les costes, autovia fins el creuament del Prat. Reagrup. davant benzinera, Zona Franca i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30h. del CORTE INGLÉS, 115 Km.

**Dia 9 Grup C: OLESA DE MONTSERRAT (poble)**

Anada per Martorell i Abrera, tornada per la carretera les Carpes.

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 80 km.

*Dia 16 de Juny:***Dia 16 Llebrers: CASTELLBELL I EL VILAR (Bar la Torre) 7:30 Corte Inglés 75+55 Km.**

ANADA: Molins de Rei, Martorell, Olesa de Montserrat (punt intermig), aeri, Collbató (3a), El Bruc, Can Massana (arribada i 3a). Reagrupament. Marganell i Castellbell i el Vilar.

TORNADA: Carretera antiga de Vacarisses, Vacarisses, Viladecavalls, Terrassa, Les Fonts, Rubí, Sant Cugat, Vallvidrera i Barcelona.

**Dia 16 Rodadors: TURÓ DE L'HOME (Tot seguit)**

RECORREGUT: Per Badalona, Montgat, El Masnou, Vilassar de Mar, Mataró, Arenys de Mar, Arenys de Munt, Collsacreu, Vallgorguina, Sant Celoni, Campins, Alt de Santa Fé, desviament esquerra al mirador, desviament a la dreta al Turó, Alt del Turó del Home, baixada per La Costa del Montseny, Sant Esteve de Palautordera, Santa Maria de Palautordera, Vilalba-Sasserra, La Roca, Vilanova del Vallès, Montornés, Martorelles, Montcada i Barcelona.

SORTIDA a les 6:00h. del LOCAL SOCIAL, 182 Km. / 2.150 mts.

**Dia 16 Grup A: CASTELLBELL I EL VILAR: "Bar La Torre". Tel. 93 834 03 33**

ANADA: Barcelona, Molins de Rei, Rubí, Terrassa, pujar la riera, desviament cap a Rellinars, pujada a l'Obac, Rellinars i arribada a CASTELLBELL I EL VILAR.

TORNADA: Monistrol, Olesa de Montserrat, ctra. de les Carpes fins Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei. Reagrupament a Molins de Rei, Sant Feliu i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30h. del CORTE INGLÉS, 110 Km.

**Dia 16 Grup C: LES FONTS**

Per Castellbisbal i els 4 (alternativa directa)

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 70 km.

*Dia 23 de Juny:***Dia 23 Llebrers: SANT CEBRIÀ DE VALLALTA (Baix Montseny) 7:30 Local Social 70 + 55 km.**

ANADA: Montcada, carretera de La Roca, terme municipal de la Roca (punt intermig), La Roca, Llinars del Vallès, Vilalba-Saserra, Sant Celoni, Vallgorguina i Collsacreu (4a, arribada). Reagrupament. Baixada amb desviament cap a Sant Iscle de Vallalta i Sant Cebrià de Vallalta.

TORNADA: Canet de Mar, Arenys de Mar, Caldes d'Estrac, Mataró, Vilassar de Mar, Premià de Mar, Montgat, Badalona i Barcelona (opcional entrar per la Conreria i carretera de la Roca).

**Dia 23 Rodadors: LA QUEBRANTAHUESOS (Marxa Cicloturista)**

RECORREGUT: Per Sabiñanigo, Pardinilla, Jaca, Canfranc, Candanchú, Alt de Somport, Urdós, Sarrance, Escot, Col de Marie Blanche, Bihères, Bielle, Laruns, Eaux Chaudes, Visera, Alt del Portalet, Formigal, Hoz de Jaca, Biescas i Sabiñanigo.

SORTIDA a les 7:30h. de SABIÑANIGO, 204 Km. / 3.331 mts.

**Dia 23 Grup A: SANT CEBRIÀ DE VALLALTA. "Baix Montseny" Tel. 93 763 00 27**

ANADA: Badalona, Montgat, El Masnou, Premià de Mar, Vilassar de Mar, Mataró, Arenys de Mar, Canet de Mar, abans d'arribar a Sant Pol reagrupament, desviar a l'interior i arribada a SANT CEBRIÀ DE VALLALTA.

TORNADA: Sant Iscle de Vallalta, Arenys de Munt, Torrentbó, Sant Andreu de Llavaneres. Reagrupament, creuament a l'esquerra a buscar la N II, Mataró, Vilassar de Mar, Premià de Mar, El Masnou, Montgat, Badalona i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30h. del LOCAL SOCIAL, 115 Km.

**Dia 23 Grup C: PEU DE COSTES (verbena)**

SORTIDA a les 8:30 de l'escola de la zona franca, 60 km.

*Dia 30 de Juny:***Dia 30 Llebrers: CAPELLADES (Café Bar La Lliga) 7:30 Corte Inglés 65+75 km.**

ANADA: Molins de Rei, Martorell, Gelida, Sant Sadurní d'Anoia, Sant Pere de Riudebitlles (punt intermig), Sant Quintí de Mediona, Alt de Guixera (arribada, 4a). Reagrupament. Baixada fins Capellades.

TORNADA: Vallbona d'Anoia, Piera, desviament cap a Hostalets de Pierola, Esparreguera, Olesa de Montserrat, les Carpes, Martorell, Molins de Rei i Barcelona (opcional directe de Piera a Martorell)

**Dia 30 Rodadors: LA LLACUNA "La Pansa". Tel. 93 897 62 42**

ANADA: per Molins de Rei, Cervelló, Vallirana, l'Ordal, Avinyonet, Vilafranca del Penedès, Sant Martí Sarroca, Alt de La Llacuna i La Llacuna.

TORNADA: per Rofes, Sant Joan de Mediona, Sant Pere Sacarrera, Capellades, Vallbona d'Anoia, Piera, Masquefa, La Beguda, Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei i Barcelona.

SORTIDA a les 6:30h. del CORTE INGLÉS, 146 Km. / 1.782 mts

**Dia 30 Grup A: CAPELLADES. "Café Bar La Lliga". Tel. 93 801 00 33**

ANADA: Per Martorell, Gelida, Sant Sadurní d'Anoia, Sant Quintí de Mediona i CAPELLADES.

TORNADA: Per Piera, La Beguda, Martorell, M. de Rei, St. Feliu i Barcelona.

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

**Dia 30 Grup C: CASTELLVÍ DE ROSANES (poble)**

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 70 km.

*Juliol (Puntuable ESTIU)***Dia 7 de Juliol: Commemorativa 90è Aniversari del Club. Dinar a Setcases.****Dia 7 Llebrers: ESPECIAL BEGET-OIX 6:30 Plaça Espanya 120 km.**

Sortida a les 8:30 de Ripoll

RECORREGUT: Sant Joan de les Abadesses, Sant Pau de Segúries, Alt de Capsacosta, Vall de Bianya, Sant Joan les Fonts, Castellfollit de la Roca, Oix, Bestracà, Beget, Rocabrúna, Alt de Boixeda, Camprodon, Colònia Estebanell, desviament, Collada Burgalés, Ogassa, Sant Joan de les Abadeses, Ripoll.

AMB MOTIU DEL 90è ANIVERSARI DEL CLUB ES FARÀ UN DINAR A LA SETCASES.

**Dia 7 Rodadors: ESPECIAL VALLTER 2000. COMMEMORATIVA 90è Aniversari. 90 Km. Dinar a Setcases.**

Sortida: en autocar de la Plaça d'Espanya a les 5:00 h. i de Fabra i Puig a les 5:30. Aproximació en autocar fins Castellfollit de la Roca.

RECORREGUT: Sortida de Castellfollit de la Roca per la GIV-5221, Carrera, Oix, Coll de Bucs, Beget, enllaç amb la GIV-5223, Rocabrúna, Coll de la Boixeda, cruïlla C-38, Camprodon, desviament per la GIV-5264, Llanars, Vilallonga de Ter, Setcases, Vallter 2000 i baixada a Setcases.

**Dia 7 Grup A: ESPECIAL VALLTER 2000. 90 Km. Dinar a Setcases.**

Sortida: en autocar de la Plaça d'Espanya a les 5:00 h. i de Fabra i Puig a les 5:30. Aproximació en autocar fins Castellfollit de la Roca.

RECORREGUT: Sortida de Castellfollit de la Roca per la GIV-5221, Carrera, Oix, Coll de Bucs, Beget, enllaç amb la GIV-5223, Rocabrúna, Coll de la Boixeda, cruïlla C-38, Camprodon, desviament per la GIV-5264, Llanars, Vilallonga de Ter, Setcases, Vallter 2000 i Baixada a Setcases.

**Dia 7 Grup C: COMMEMORATIVA 90è Aniversari. 90 Km. Dinar a Setcases.**

Posible recorrido en bicicleta a decidir.

Sortida: en autocar de la Plaça d'Espanya a les 5:00 h. i de Fabra i Puig a les 5:30.

*Dia 14 de Juliol:***Dia 14 Llebrers: BIGUES I RIELLS (La Parada) 7:30 Local Social 75+50 km.**

ANADA: Montcada, Mollet, nacional fins desviament Parets, Lliçà de Vall, Lliçà de Munt (punt intermig), Santa Eulàlia de Ronçana, a la rotonda desviament esquerra, Caldes de Montbui, Sant Feliu de Codines (3a), desviament, Sant Miquel del Fai (arribada, 4a). Reagrupament. Sant Feliu de Codines per la principal i Bigues i Riells.

TORNADA: Santa Eulàlia de Ronçana, Lliçà, Parets, Montcada, Forat del Vent i Barcelona (opcional directe sense el Forat del Vent).

**Dia 14 Rodadors: LES FONTS DE TERRASSA "Bar Tramontana". Tel. 93 784 20 43**

ANADA: per Molins de Rei, Pallejà, Sant Andreu de la Barca, Martorell, ctra. de les Carpes, Olesa, Can Sedó, Ca'n Estruc Vell, Aeri, desviament a l'esquerra, Collbató, Els Bruçs, Can Massana, Marganell, Castellbell i el Vilar, La Bauma, Terrassa i Les Fonts.

TORNADA: per Rubí, Sant Cugat, Les Planes, Vallvidrera i Barcelona.

SORTIDA a les 7:00h. del CORTE INGLÉS, 131 Km. / 1.723 mts.

**Dia 14 Grup A: BIGUES I RIELLS. "La Parada". Tel. 93 865 80 23**

ANADA: Per Montcada, Palau de Plegamans. Reagrupament, Caldes de Montbui per ctra. exterior, Sant Feliu de Codines fins BIGUES I RIELLS.

TORNADA: Per Sta. Eulàlia de Ronçana. Reagrupament a la font d'en Poblet, Meridiana. Reagrupament a Meridiana – Mallorca i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30h. del LOCAL SOCIAL, 100 Km.

**Dia 14 Grup C: LES FONTS**

Anada per Castellbisbal i els Quatre, alternatiu directe.

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 80 km.

*Dia 21 de Juliol:***Dia 21 Llebrers : MONTSERRAT (Bar la Barca) 7:00 Corte Inglés 70+50 Km.**

ANADA: Molins de Rei, Martorell, les Carpes, Olesa de Montserrat (punt intermig), desviament a Vacarisses, alt Vacarisses (3a). Reagrupament. Monistrol de Montserrat, i Monestir de Montserrat (2a, arribada). Reagrupament. Baixada fins Monistrol.

TORNADA: nacional fins desviar a Olesa, les Carpes, Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei i Barcelona. Opcional per Santa Creu d'Olorda.

**Dia 21 Rodadors: SANT SADURNÍ. "La Terrassa del Cava". Tel. 93 891 10 50**

ANADA: per Molins de Rei, La Palma, Corbera Baixa, Can Rafel, Cervelló, l'Ordal, Els Casots i Sant Sadurní.

TORNADA: per Gelida, la Creu d'Aragall, Corbera Alta, La Palma, Molins de Rei, Santa Creu d'Olorda i Barcelona.

SORTIDA a les 7:00 h. del CORTE INGLÉS, 115 Km. / 2.000 mts.

**Dia 21 Grup A: MONTSERRAT. "Bar La Barca" Tel. 93 835 02 59**

PUJADA OPCIONAL AL MONESTIR.

ANADA: Per Martorell, ctra. de les Carpes. Reagrup. Olesa de Montserrat, ctra. Manresa fins MONISTROL. (Esmorzar a la benzina).

TORNADA: Pel mateix recorregut. Reagrup. a la sortida d'Olesa. Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei. Reagrup., St. Feliu i Barcelona.

RECORREGUT ALTERNATIU: per ctra. de Terrassa (els onze), Castellbisbal i Molins de Rei.

SORTIDA a les 7:00 h. del CORTE INGLÉS, 90 Km.

(amb la pujada al monestir: 115 Km.)

**Dia 21 Grup C: SANT QUIRZE**

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 60 km.

*Dia 28 de Juliol:***Dia 28 Llebrers: SANT SADURNÍ (La Terrassa del Cava) 7:30 Corte Inglés 70+40 Km.**

ANADA: Molins de Rei, Pallejà, Sant Andreu de la Barca (punt intermig), desviament a l'esquerra, Corbera, Creu d'Aragall (2a), Gelida, desviament, Sant Llorenç d'Hortons, Alt del Portell (4a, arribada). Reagrupament. A la sortida desviament esquerra, El Bedorc, Sant Jaume Sesoliveres, La Fortesa i Sant Sadurní.

TORNADA: Casots, Ordal, Molins de Rei i Barcelona (opcional per la carretera de Gelida).

**Dia 28 Rodadors: VACARISSES. "CAL KIKU". Tel. 93 828 03 84**

ANADA: per Molins de Rei, Castellbisbal, Alt de la Creu dels 4 Batlles, Ullastrell, Sta. Maria de Vilalba, Olesa, Can Sedó, Monistrol i Vacarisses.

TORNADA: per Olesa, Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei, Santa Creu d'Olorda i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30 del CORTE INGLÉS, 105 Km. / 1.621 mts.

**Dia 28 Grup A: SANT SADURNÍ. "La Terrassa del Cava". Tel. 93 891 10 50**

ANADA: per Martorell. Reagrup. Masquefa, Piera. Reagrup. Sortida del poble, desviament direcció Sant Sadurní, El Bedorc, Sant Jaume Sesoliveres, La Fortesa i SANT SADURNÍ.

TORNADA: per Gelida, reagrupament a la "Font de can Torrents", Martorell, Molins de Rei, Sant Feliu i Barcelona.

RECORREGUT ALTERNATIU: per ctra. de Terrassa (els onze), Castellbisbal i Molins de Rei.

SORTIDA a les 7:30 del CORTE INGLÉS, 105 Km.

**Dia 28 Grup C: LA CHOPERA**

SORTIDA a les 8:00 del Corte Inglés, 70 km.

**PETITA HISTÒRIA D'UN GRAN CLUB  
ELS FELIÇOS ANYS VINT. 2ª PART**

La dictadura del general Primo de Rivera finalitzà el 1930, això ho veurem en el pròxim capítol. Ara deixem la política i aprofitant que he esmentat el F.C.Barcelona, torno a l'esport (en especial al ciclisme de l'època). Abans, però, de deixar el fútbol, vull comentar-vos quelcom sobre "culés" i "periquitos".

El Reial Club Deportiu Espanyol de Barcelona es fundà l'any 1900. Després de tenir el primer camp a la cruïlla dels carrers Casanova amb Consell de Cent, passà per d'altres fins que, el 1923, s'instal·là a Sarrià, a la zona anomenada Can Ràbia. Durant els anys que estic comentant (1921-1925), no obtingué cap èxit rellevant; cal destacar, però, que fins llavors havia estat Campió de Catalunya en cinc ocasions, i que en dues havia arribat a disputar la final de la Copa d'Espanya.

El F.C.Barcelona, fundat el 1899, durant la dècada dels anys 20 començà a convertir-se en quelcom més que un club. Els èxits esportius i la construcció de l'estadi de Les Corts (inaugurat el 20 de maig de 1922) arrossegaren a una afecció creixent que trobà en el club un vehicle d'expressió i alhora un símbol d'identitat catalanista. Abans dels anys vint ja havia guanyat alguns campionats de Catalunya i d'Espanya. Durant l'època que estic comentant, els èxits continuaren, així com l'augment del número de socis, que passà dels 3.574 de 1921 als 12.207 de 1925. Aquest espectacular increment, tant esportiu com social, es degué, principalment, a la gran quantitat de jugadors d'enorme qualitat de la seva plantilla. Aquella època estigué marcada per l'aparició d'un futbolista decisiu en la història del Barça: Josep SAMITIER. A banda d'aquest excepcional jugador, el Barça tenia altres futbolistes, com: Zamora, Sancho, Alcántara, Sagi-Barba, Piera...La part negativa d'aquells anys fou, como ja he comentat, el tancament del camp de Les Corts. En un partit amistós contra el Júpiter, la banda de música anglesa abans esmentada interpretà l'himne espanyol i el "God save the queen". Les notes de la "Marcha Real" foren rebudes amb una xiulada monumental. Una ovació, en canvi, esclatà en sentir-se l'himne anglès. Dies després, el 25 de juny de 1925, el capità general de Catalunya, Jaime Milans del Bosch, emetia una nota comunicant la clausura de Les Corts per sis mesos.

Deixant el futbol i tornant al nostre esport, comentar que el ciclisme continuava creixent de forma imparable tant en quantitat de corredors com en afeccionats. El TOUR de França s'havia consolidat definitivament com la millor cursa ciclista, així com un dels grans aconteixements esportius a nivell mundial.

Igual que avui, llavors també es deia, "el TOUR és el TOUR" i els grans ciclistes de l'època intentaven destacar en la "Grande Boucle"; doncs un triomf a la ronda francesa els consagrava definitivament com a grans campions.

Si bé el ciclisme era practicat en molts països, la gran competició ciclista estava pràcticament reduïda a Europa. Actualment, el ciclisme, com moltes altres coses, s'ha globalitzat moltíssim. Avui surten grans corredors a qualsevol país del món, però en aquella època el rovell de l'ou ciclista, especialment el TOUR i les grans clàssiques, eren domini gairebé exclusiu dels ciclistes europeus, particularment de francesos, belgues i italians. Posteriorment arribarien holandesos, luxemburguesos, alemanys i, per últim, espanyols.

El TOUR de França actualment té gran repercussió en el món esportiu, però és precisament a França on ha perdut gran part de la popularitat de que gaudia en els anys que estic comentant. La raó és molt senzilla: fa més de vint anys que un francès no el guanya (HINAULT en fou el darrer el 1985) i de moment no hi ha cap corredor gal amb opcions real d'optar a un triomf final a París.

Contràriament, en els anys vint hi havia una gran quantitat de ciclistes francesos que estaven dotats per a triomfar-hi.

El 1921 i 1922 foren dos belgues els triomfadors (Leon SCIEUR i Firmin LAMBOT respectivament); el 1923, però, fou el gran ídol francès Henri PELISSIER qui aconseguí un gran triomf superant l'italià BOTTECCHIA en més de 30 minuts. Fou precisament BOTTECCHIA el vencedor de les dues següents edicions de la ronda francesa (1924 i 1925). Per cert, aquest gran corredor italià tingué una mort tràgica i prematura. El 1927, quan tenia 33 anys, i s'entrenava en solitari, fou trobat mort al costat de la carretera enmig d'unes vinyes. El fet no s'aclarí fins molts anys més tard, quan un camperol, a punt de morir, confessà que ell havia assassinat BOTTECCHIA ja que,

en un atac d'ira, havia mort al ciclista d'una pedrada creient que era un lladre que li estava pisant raïm de les seves vinyes. Altres versions, no confirmades, asseguren que el camperol estava furiós amb el campió italià perquè es "tirava" a la seva dona...

Els espanyols trigarien alguns anys en fer-se notar a la ronda francesa. La primera etapa guanyada per un espanyol al TOUR, fou la novena de l'edició de 1929, per part del valencià Salvador CARDONA. Haurien de passar trenta anys (1959) fins que un altre espanyol, Federico MARTIN BAHAMONTES, aconseguí el primer triomf espanyol a la "Grande Boucle"; mentre que el 1933 "Vicentuco" TRUEBA aconseguia ser el primer "rei" de la Muntanya del TOUR; i Miquel POBLET el 1955 era el primer en vestir-se amb el Mallot Groc després de vèncer en la primera etapa disputada (també guanyà l'última a París).



Maurice Garin  
Ganador del primer Tour de Francia 1903

Per a la majoria dels cronistes ciclistes, el primer espanyol que participà en el TOUR fou Vicente BLANCO, conegut com "el Coix de Bilbao". Posteriors investigacions, però, han desvetllat que un tal José Maria JAVIERRE, nascut a Jaca, l'any 1909 participà com a "isolé" (ciclista que anava "per lliure"). Resident a la localitat francesa d'Oloron-Ste.Marie, fou inscrit com a francès i amb el cognom afrancesat de HABIERRE. El 1910 fou l'esmentat Vicente BLANCO qui es llançà a l'aventura del TOUR (també com a "isolé"); tampoc el basc acabà la cursa, ja que no anà més enllà de la primera etapa.

Per fi, el 1924 dos ciclistes estatals pogueren acabar la ronda francesa. El lleonès Victorino OTERO i el català Jaume JANER (nascut a Terrassa el 1900). No era la pri-



mera vegada que tots dos hi participaven, però el fet de córrer com a "isolées" era molt dur: sense equip, ni l'ajut de ningú (havien de buscar-se allotjament, reparar avaries, avituallar-se, etc. ells mateixos) era gairebé impossible acabar una cursa tan dura. Aquell 1924 ambdós aconseguiren arribar a París. A la seva tornada a Espanya foren rebuts com a autèntics herois. Tenen el mèrit de ser els precursors que van posar la llavor inicial per a que florissin les grans figures espanyoles que posteriorment triomfarien en el TOUR: Bahamontes, Ocaña, Delgado, Indurain...

No tot el ciclisme es reduïa al TOUR, també hi havia les grans clàssiques que llavors estaven dominades per francesos, belgues i italians. Parlant d'italians; el GIRO, l'altra gran prova per etapes del calendari ciclista, des de la seva creació el 1909 havia estat un vedat exclusiu dels corredors transalpins. Fins el 1950 en que guanyà el suís KOBLET, cap ciclista no italià havia guanyat la ronda italiana. Fins 1925 cal destacar dos grans noms entre els ciclistes d'aquell país que havien guanyat el GIRO: Constante GIRARDENGO i Alfredo BINDA.



Encara no es disputava ni el Campionat Mundial de Fons en Carretera ni la "Vuelta" a Espanya. I les dues competicions estatals de caire més internacional eren la "Vuelta" al País Basc i la Volta a Catalunya. Aquesta darrera des de l'any 1923 ja s'havia consolidat i s'ha fet sense interrupcions (tret de dos anys durant la Guerra Civil) fins avui. El 1920 i el 1923 l'havien guanyada dos ciclistes francesos, POLLETIER i VILLE respectivament, mentre que el 1924 i 1925 fou Miguel MUCIO el triomfador d'ambdues edicions.

Aparquem, de moment, altres fets i tornem a centrar-nos en afers més propers com la "Grupa", el Paral.lel o el Poble Sec. Aquells entusiastes primers socis de l'A. C.

Montjuïc eren testimonis de la continua evolució de la seva ciutat i especialment del seu barri.

Els preparatius per a l'Exposició Internacional que havia de fer-se el 1929, anaven modificant continuament la fesomia de la muntanya de Montjuïc i no oblidem, que tant el Paral.lel com el barri del Poble Sec, estan al peu d'aquesta muntanya tan entranyable.

Ja he esmentat els nombrosos teatres i cabarets del Paral.lel però no s'ha d'oblidar que a aquesta avinguda també hi havia arribat la gran novetat d'aquells primers anys del segle XX: el cinematògraf. La primera sala de la que es té constància fou la METENSMOGRAFF el 1898, després vindrien: el 1901, l' OLYMPIA (també conegut com LUMIER) -Paral.lel, 70-; la MARAVILLA o FERRUSIN el 1903 -Paral.lel, 108-; el CONDAL obert com a teatre el 1904 i que passà a ser cinema el 1911 -Paral.lel, 91; el COMICO, teatre el 1905 i cinema el 1911 -Paral.lel, 87-; el TALIA, obert el 1924 com a teatre i que posteriorment també es convertí en cinematògraf -Paral.lel, 100-; i també el 1924 l'ESLAVA -Paral.lel, 125-. Després vindrien l'AVENIDA, l'HORA, l'AMERICA, el GAYARRE, etc.

Els "sportmen gruperos" de ben segur que eren afeccionats a freqüentar els nombrosos teatres, cinematògrafs i cabarets del Paral.lel, sense deixar, però, de practicar la seva afecció favorita: muntar en bicicleta.

La llavors anomenada "Agrupación Ciclista Montjuich" anava creixent i creixent, tant en número de socis com en activitats. I els presidents i les juntes s'anaven succeïent. Actualment (si no hi ha cap circumstància que ho alteri) els presidents del club són escollits per un període de quatre anys, però en aquells anys pràcticament en cada assemblea anual es decidia el president i la junta fins a la següent assemblea. Així, a la Junta General del dia 21 de gener de 1922 (sempre amb l'autorització de l'autoritat competent i l'assistència del Sr. Delegat de l'Excm. Sr. Governador Civil de la província) s'escollí, per unanimitat, una nova junta directiva presidida pel Sr. José REX ANIORTE.

## ACTIVITATS AL BARRI

Els propers 19 i 20 de maig la Grupa instal·larà –com ja és habitual des de fa una pila d’anys- la seva carpa a la Mostra d’Entitats del Poble Sec.

Des d’aquesta Junta som conscients que els caps de setmana són sagrats per a molts de vosaltres, i que els dediqueu a la pràctica de la bici i a la família. Però també ens agradaria transmetre a tots els socis la necessitat que té el nostre Club de sentir-se vinculat a la resta d’Entitats del barri, de fer-se notar com a part del teixit associatiu del Poble Sec. És per això que us demanem a tots una mica de col·laboració, en especial un xic de dedicació a l’hora de muntar i desmuntar el “xiringuito” de la Mostra, així com de passar-hi una estona. No es tracta de dedicar moltes hores, sinó que molta gent hi dediqui una estoneta, de manera que es pugui cobrir l’horari del cap de setmana en diversos torns organitzats.

Animeu-vos i veniu a petar la xerrada amb nosaltres! Qualsevol oferiment serà ben atès. La gent interessada pot dirigir-se al club directament (carrer Concòrdia) o bé telefonar al 617923699.

Encara que ens caigui una mica lluny en el temps, us comuniquem que, dintre dels actes de la Festa Major del Poble Sec (del 13 al 22 de juliol), la tradicional Bicicletada ha estat programada per al dia 15 a les 11 hores (una mica abans de l’habitual per tal de no coincidir amb Gegants i Castellers).

## NOTÍCIES DE LA GRUPA

El pasado mes de enero falleció el compañero y socio Albert Costán Solaesa. Siempre generoso y amante de la Grupa, sirva de ejemplo, que era el único socio que en lugar de pagar la cuota normal, pagaba una cuota extra de mecenazgo y apoyo a la entidad. Todos le echaremos de menos y le recordaremos. Descanse en paz.

El passat 15 de gener ens va deixar el pare del company i amic Ferran Sánchez Montañés. Tots compartim el seu dolor i l’acompanyem en el sentiment. De tot cor, Ferran. Descansi en pau.

## ACTES 90 ANIVERSARI

Us recordem que en la darrera Assemblea es va decidir que–dintre dels actes de celebració del 90è aniversari del Club- el 1r dissabte de juliol es realitzaria una sortida de tots els grups a Vallter 2000. Es projectaran 4 itineraris diferents (un per grup) amb la mateixa sortida i el mateix final, per tal d’acabar amb un dinar de germanor, amb famílies, etc. Ja que és una ocasió tan especial, pensem que la participació en aquesta activitat hauria de ser la màxima possible. Pròximament us mantindrem informats dels detalls (itineraris, desplaçaments, preus, etc.)

Igualment i dintre del calendari d’activitats relacionades amb aquesta efemèride, el mes d’octubre es farà una foto de tots els socis de la “Grupa”. Aneu reservant la data, doncs seria molt bonic que hi sortíssim tots.

BICICLETAS OCASIÓN BIKE WORLD



**GRANDES OPORTUNIDADES**

EN BICICLETAS USADAS

CARRETERA Y MTB ALMEJOR PRECIO

TOTALMENTE REVISADAS

		P. venta
Ctra.	Trek Pilot 2,1 T/54 grupo Sh 105-Ultegra 27v.	1.000€
Ctra.	Detto Pietro acero T/58 grupo Sh 105 24v.	220€
Ctra.	Vitus 979 aluminio T/50 grupo Sh 600 16v.	300€
Ctra.	Look carbono T/52 grupo Sh 600 STI 16v.	600€
Ctra.	Olmo aluminio T/54 grupo Sh Ultegra-Durace 18v.	550€
MTB	"Trek Fuel EX8 06 T/15,5"" Sh XT disc 27v."	1.495€
MTB	BH Sierra Nevada aluminio grupo Deore 27v.	250€
MTB	"Schwinn Frontier FS T/21"	150€
MTB	"Decathlon XC 8 T/19"" Sh XT disc 27v."	690€
MTB	"Trek 6700 T/18"" Sh LX 27v."	475€
MTB	"Trek 7000 T/18"" Shimano"	300€
MTB	Cannodale Super V (doble sus.) T/L	550€
MTB	Varias desde	60€

**PUEDES VERLAS EN: [www.bikeworldbcn.com](http://www.bikeworldbcn.com)**

**Visítanos. Te esperamos en**

**Tienda: c/. Collblanc, 106**

**Taller y lavado: Psg. Xile, 53**

**Telf. 93.440.15.30 - Fax 93.511.49.78**

**e.mail: [bikeworld@bikeworldbcn.com](mailto:bikeworld@bikeworldbcn.com)**

**Dto. 5%**

con la presentación del carnet de socio A.C. Montjuïc del año en curso