



**BUTLLETÍ
INFORMATIU
DE
«LA GRUPA»**

**Any 2002
Segón Trimestre**

S U M A R I O

TODOS POR LA GRUPA	2
ELECCIONES A.C. MONTJUÏC	3
OPINIÓ A CERCA DE LAS ELECCIONES	4
SALIDAS 2º TRIMESTRE	5
MONTSERRATINA 2001 Y LAS «CHICAS DE ORO» ..	13
REFLEXIONS	14
EL CONFESONARIO	15
CLASIFICACIÓ D'HIVERN	19
EL CIRCUIT DE CATALUNYA DE LLARGA DISTÀNCIA	20
LA LAPERBIE	28
NOTICIAS E BICICLETA	31
NOTICIAS DE LA GRUPA	32

TODO POR LA GRUPA

Por primera vez en cincuenta y nueve años que llevo en el club, me decido a escribir un pequeño artículo en el boletín, una nota de agradecimiento a todos aquellos que habéis depositado vuestro voto de confianza en mí y en mis compañeros de junta.

Muchos de vosotros sabéis de mi labor dentro de LA GRUPA, durante todo este tiempo, no he hecho otra cosa que trabajar para ella y al final he llegado a la conclusión de que realmente es mi segunda casa.

No quiero comenzar etapas, ni revolucionar nada, simplemente quiero seguir trabajando como hasta ahora, llevar a cabo nuevos proyectos, enseñar a los jóvenes y aprender de ellos, en definitiva, continuar con la labor de futuro que mi amigo y predecesor JOSÉ ANTONIO MAÑAS comenzó con ilusión y esperanza.

Una vez más gracias a todos por confiar en mí para seguir haciendo grande LA GRUPA.

Con vuestra ayuda lo conseguiremos.

Gracias.

RODOLFO JOVER
PRESIDENTE

NOTA INFORMATIVA

ELECCIONES A LA JUNTA DE LA A.C. MONTJUÏC

Se han celebrado las elecciones en LA GRUPA, el resultado ha sido altamente positivo, ejercieron su derecho a voto 1/3 de los electores, concretamente 65 sobre un total de 180, los votos se han distribuido de la siguiente manera: 59 votos a favor de la candidatura presentada por RODOLFO JOVER y 6 votos en blanco, podemos decir también se han votado la práctica totalidad de los socios que están en activo, es decir que practican bicicleta en estos momentos.

Es evidente la importancia que ha tenido este evento ya que, sobre todo, es el inicio de una nueva andadura, la cual está basada en el ejercicio democrático de las elecciones, Rodolfo Jover es el presidente de LA GRUPA por que así lo ha decidido la mayoría de los socios del club y eso es lo que nos hace grandes.

Este proceso ha significado un antes y un después en LA GRUPA, el compromiso electoral del grupo humano que configura la candidatura es la mejor garantía para afrontar el futuro de LA GRUPA, un futuro que servirá para convertir en realidad todos aquellos proyectos e ilusiones que ahora nos animan y que sin duda convertirán a la A. C. Montjuïc en el club que se merece.

Felicitaciones a todos los miembros de la nueva Junta y a todos los socios y socias de la A. C. Montjuïc.

MANEL FERNÁNDEZ (BUGNO)

OPINIÓ A CERCA DE LAS ELECCIONES

Eleccions, votacions, favoritismes?

Segurament que alguns pensaran que soc un antidemòcrata o dictador, però no es pas aquesta la meva intenció o pensament, és la manera de veure les coses i els futurs resultats.

En aquests moments hem d'elegir un nou president i cas que se'n presenti més d'un, hem de decidir per qual. Votarem el que creiem que serà més actiu i positiu, no votarem a l'amic (perquè ens és simpàtic), ni al que aparentment sembla que tindria més, diguem influències. Escollirem la persona que per la seva abnegació i sense ànim de lucre, vulgui dedicar de forma desinteressada els seus serveis a l'entitat.

El president que surti elegit triarà per formar la junta les persones que cregui poden actuar en els diferents llocs, segons les seves possibilitats i coneixements, sempre recordant que l'entitat no és una empresa, i que els únics beneficiats han d'ésser els associats.

Els components de la Junta no sempre seran elogiats ja que sempre sorgirà «l'etern descontent» que sempre critica, i a més, sempre ho acostuma a fer amagant la seva imatge. Quan us assabenteu per qui i perquè sou objecte de les crítiques, no us poseu nerviosos, i més units que mai, feu «pinya». Si és possible procureu portar a una reunió la persona que sempre va dient per tot arreu (recordo que per darrera) que ell ho faria així o aixà, i li proposeu que vingui a treballar amb vosaltres desinteressadament. Potser llavors es donarà compte que no és tant fàcil i senzill complaure tothom.

Per una «GRUPA» millor i per seguir avançant en la nostra història, desitjo molts èxits a la nova junta.

Visca LA GRUPA i tots els seus components!

SANTIAGO PRAT I GILAVERT

SALIDAS 2º TRIMESTRE

ABRIL 2002 (Puntuable VERANO – GRUPO A)

Día 06: CALDAS DE MONTBUI. «L'Ermita». Tel 93 865 00 02

IDA: Por Ripollet, cruce ctra. Sabadell, Reagrupamiento en cruce ctra. Polinya, Sentmenat, Caldas de Montbui y por ctra exterior hasta San Feliu de Codinas y regreso hasta CALDAS DE MONTBUI.

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

Salida a las 8:00h del LOCAL SOCIAL

90 Km

Día 13: COLLBATÓ (por Can Sedó). «Bar Brasilia». Tel 93 777 90 01

IDA: Por Martorell, ctra. de las Carpas. Olesa de Montserrat. Reagrup. Can Sedó, Esparraguera, y COLLBATÓ.

VUELTA: Bajar hasta ctra. de Manresa, Olesa de Montserrat. Reagrup. a la salida del pueblo. Ctra. de las Carpas, Martorell, Molins de Rei. Reagrup. en M. de Rei, en la fuente de "La Grupa". S. Feliu y Barcelona. Recorrido alternativo, ctra. de Tarrasa (als once), Castellbisbal y M. de Rei.

Salida a las 8:00h del CORTE INGLÉS

100 Km.

Día 20: LLERONA. «Restaurante Llerona». Tel 93 846 84 00

IDA Por Montcada, Mollet. Reagrupamiento. Granollers). Reagrupamiento. Granollers y LLERONA.

VUELTA: Por Granollers, Montmeló, ctra. de la Roca hasta Montcada. Reagrupamiento. Meridiana. Reagrupamiento en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

SALIDA a las 8:00h del LOCAL SOCIAL

80 Km.

Día 27: SAN SADURNI. «Bar La Perla». Tel 93 8910702

IDA: Por Martorell. Reagrupamiento, Masquefa, cruce hacia San Sadurni. Reagrupamiento, Monistrol de Anoya y SAN SADURNI.

VUELTA: Por Gelida. Reagrup. a la Font de Can Torrents, Molins de Rei. Reagrup, San Feliu y Barcelona. Recorrido alternativo, Martorell, ctra. de Tarrasa (als once), Castellbisbal y M. de Rei.

Salida del CORTE INGLÉS a las 8:00h

100 Km

ABRIL 2002 (Puntuable VERANO – GRUPO B)

Día 06: CALDAS DE MONTBUI. «L'Ermita». Tel 93 865 00 02

IDA: Por La Llagosta, La Florida, Palau de Plegamans y CALDAS DE MONTBUI.

Rec. alternativo: Abrera – Parador de Camioneros, 70 Km.
(Salida del Corte Inglés a las 8:30h)

VUELTA: Por el mismo recorrido.

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

Día 13: LA CHOPERA. . Tel 93 770 09 97

IDA: Por Martorell, Abrera, Olesa de Montserrat. Reagrup. a la entrada del pueblo, ctra. de las Carpas hasta LA CHOPERA.

Rec. alternativo: La Chopera (directo), 60 Km
(Salida del Corte Inglés a las 8:30h)

VUELTA: Por ctra. de las Carpas. Reagrup. en M. de Rey, S. Feliu y Barcelona.

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

Día 20: LLERONA. «Restaurante Llerona». Tel 93 846 84 00

IDA Por Montcada, Mollet, Granollers y LLERONA.

Rec. alternativo: M. de Rei, Martorell, Abrera y OLESA 70 Km
(Salida del Corte Inglés a las 8:00h.)

VUELTA: Por Granollers, Montmeló, ctra. de la Roca hasta Montcada. Reagrupamiento. Meridiana. Reagrup. en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

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

Día 27:GELIDA: «Can Fanga»

IDA y VUELTA por el mismo recorrido. Martorell, ctra. de Gelida hasta GELIDA.

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

ABRIL 2002 (Puntuable VERANO – Lebreles)

Nota: Les sortides que tinguin un sol quilometratge (sense separar anada i tornada) vol dir que es puntua 5 punts per tothom sense diferenciar el lloc en el qual s'arriba (puntuació d'especial).

Día 6: CALDAS DE MONTBUI (L'Ermita)

8:00 Local Social 65 + 40 km.

Sortida meridiana, Ripollet, Cerdanyola a la dreta, Polinyà (sprint), Sentmenat, Caldes de Montbui (sprint) i arribada al Farell.

Tornada: directe nacional per Palau de Plegamans, La Llagosta, Montcada i Barcelona.

Día 13: EL VENDRELL

7:30 Corte Inglés

140 km.

Molins de Rei, Ordal, Avinyonet, Vilafranca del Penedès, El Vendrell.

Tornada: Coma-ruga, Segur de Calafell, Cunit, Cubelles, Vilanova i la Geltrú, Sitges, Castelldefels i Barcelona.

Día 20: LLERONA (Restaurante Llerona)

7:30 Local Social

80 + 40 km.

Badalona, Montgat, girar interior cap Alella, carretera de la Roca, la Roca (sprint), coll de Parpers (muntanya), esquerra cap a interior, Dos Rius, al començament del port desviar cap a la esquerra, Cardedeu i interior per arribada a l'entrada de Cànoves. Reagrupament. Samalús. La Garriga. Llerona.

Tornada: Granollers, creuar per anar a buscar la carretera de la Roca i Barcelona.

Día 27: SANT SADURNÍ (Bar La Perla)

7:30 Corte Inglés

85 + 45 km.

Barcelona, Molins de Rei, Martorell, carretera las carpas, Olesa de Montserrat (sprint), 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 (muntanya), creuar el poble i a la sortida girar esquerra, Sant Quintí de Mediona, Sant Pere de Riudebitlles i arribada a Sant Sadurní.

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

MAYO 2002 (Puntuable VERANO – GRUPO A)**Día 04: CARDEDEU: «Bar Casal». Tel 93 846 11 27**

IDA: Por Meridiana, Mollet, Reagrup. Coll de la Manya, Granollers, Reagrup. y CARDEDEU.

VUELTA: Por Vilanova de la Roca, reagrup. Montcada, reagrup. Meridiana, reagrup. en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

Salida del LOCAL SOCIAL a las 8:00h.

80 Km.

Día 11: BIGAS Y RIELLS. «La Parada». Tel 93 865 80 23

IDA: Por Montcada, Palau de Plegamans. Reagrupamiento, Caldas de Montbui por ctra. exterior, Sant Feliu de Codines hasta BIGAS Y RIELLS.

VUELTA: Por Sta Eulalia de Ronsana. Reagrupamiento en la fuente D'en Poblet, Meridiana. Reagrupamiento en Meridiana, Mallorca y Barcelona.

Salida del LOCAL SOCIAL a las 7:30h.

100 Km.

8 SALIDAS 2º TRIMESTRE

Día 18: SADURNI. «Bar La Perla».Tel 93 8910702

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

VUELTA: Por Gelida. Reagrupamiento, Martorell, Molins de Rei. Reagrupamiento, S. Feliu y Barcelona. Recorrido alternativo, Martorell, ctra. de Tarrasa (als once), Castellbisbal y M.de Rei.

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

Día 25: VILLALBA SASERRA. «L'Estanc». Tel 93 841 09 34

IDA: Por Mollet. Reagrup., Granollers. Reagrup, Cardedeu y VILLALBA SASERRA.

VUELTA: Por Vilanova de la Roca. Reagrup, hasta Moncada. Reagrup. en la plaza, Meridiana. Reagrup. en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

Salida del LOCAL SOCIAL a las 7:30h. 100 Km

MAYO 2002 (Puntuable VERANO – GRUPO B)

Día 04: CARDEDEU: «Bar Casal». Tel 93 846 11 27

IDA: Por Meridiana, Mollet, Reagrup. Coll de la Manya, Granollers, Reagrup. y CARDEDEU.

Recorrido alternativo: La Chopera, 60 Km
(Salida del Corte Inglés a las 8:00h)

VUELTA: Por Vilanova de la Roca, Reagrup..Montcada, Reagrup. Meridiana, Reagrup. en Meridiana – Mallorca y Barcelona.

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

Día 11: BIGAS Y RIELLS. «La Parada». Tel 93 865 80 23

IDA: Por Mollet, Parets, Santa Eulalia de Ronsana, hasta BIGAS Y RIELLS

Recorrido alternativo: La Chopera, 60 Km.
(Salida del Corte Inglés a las 8:00h)

VUELTA: Por el mismo recorrido.

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

Día 18: GELIDA «Can Fanga».

IDA y VUELTA por el mismo recorrido. Martorell, ctra. de Gelida hasta GELIDA.

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

Día 25:CARDEDEU: «Casal de Cardedeu». Tel 93 846 11 27

IDA: Por Mollet, Granollers hasta CARDEDEU.

Recorrido alternativo: Castellví Rosanes, 60 Km.
(Salida del Corte Inglés a las 8:00h)

VUELTA: Por ctra. de La Roca.

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

MAYO 2002 (Puntuable VERANO – Lebreles)**Día 4: CARDEDEU (Bar Casal)**

7:30 Local Social

65 + 55 Km.

Badalona, Montgat, El Masnou, Premià de Mar, Vilassar de Mar (sprint), Mataró, desviament direcció Argentona, continuar nacional fins rotonda, desviament per la pujada dels Parpers (muntanya), baixada fins La Roca, creuar en direcció Barcelona per desviar a l'esquerra a la sortida del poble per pujar Òrrius, baixar, al entrar a la carretera girar esquerra, rotonda direcció Dos Rius, creuar el poble, pujant desviar esquerra i arribada dalt del port. Reagrupament i baixada fins Cardedeu.

Tornada: Abans de sortir de Cardedeu desviar a l'esquerra, DosRius, pujar Òrrius, La Roca, i ja tornada per la carretera de la Roca :Montornés, Martorelles, Sant Fos, fins Montcada i Barcelona.

Día 11 : BIGES I RIELLS (La Parada)

7:30 Local Social

80 + 45 km.

Molins de Rei, Rubí, les Fonts de Terrassa, creuar riera, Castellar del Vallés, Sant Llorenç Savall i arribada a la pujada de Gallifa. Reagrupament. Gallifa, Sant Feliu de Codines. Bigas i Riells.

Tornada: Sta. Eulalia de Rosana, Lliçà de Munt, Lliçà de Vall, Parets, Montcada i Barcelona.

Día 18: LLORET DE MAR

7:00 Local Social

160 Km.

Badalona, Montgat, Premià de Mar, Mataró, Arenys de Mar, Sant Pol de Mar, Calella, Pineda de Mar, Santa Susanna, Malgrat de Mar, Blanes i Lloret de Mar.

Tornada: pel mateix recorregut.

Día 25: VILLALBA SASERRA (L'Estanc)

7:30 Local Social

75 + 55 Km.

Montgat, Masnou, Premià, Vilassar (sprint), Mataró, Arenys de Mar, Canet de Mar, abans d'arribar a Sant Pol desviar a l'esquerra, Sant Cebrià de Vallalta, Sant Iscle de Vallalta, al desviament anar direcció Sant Celoni, coronar El Pollastre Pelat (muntanya), Vallgorguina, Sant Celoni i arribada a Villalba Saserra.

Tornada: Cardedeu, i carretera de la Roca fins Montcada i Barcelona.

JUNIO 2002 (Puntuable VERANO – GRUPO A)**Día 01: LA CHOPERA. Tel 93 770 09 97**

IDA: Por Martorell, Abrera, Olesa. Reagrup. en Olesa, ctra. de las Carpas hasta LA CHOPERA.

10 SALIDAS 2º TRIMESTRE

VUELTA: Por ctra. de las Carpas. Reagrupamiento en M. de Rei, S. Feliu y Barcelona.

FINAL DE SALIDA: En la Mostra d'Entitats, Stand de «LA GRUPA», en la calle Blay. Se premiará con 1 punto de bonificación, a los cicloturistas que realicen el control de firmas en el Stand.

Salida del CORTE INGLÉS a las 7:30h. 70 Km..

Día 08: HOSTALETS DE PIEROLA

IDA: Por M de Rei, Martorell. Reagrupamiento. Esparreguera, cruce Pierola. Reagrupamiento, hasta HOSTALETS DE PIEROLA.

VUELTA: Piera, La Beguda, Martorell. Reagrupamiento. Pallejà, Reagrup. en M. de Rei, Sant Feliu y Barcelona.

Salida del CORTE INGLÉS a las 7:30h. 95 Km.

Día 15: SAN LLORENÇ SAVALL. «Cal Ramón». Tel 93 714 00 52

IDA: Por M de Rei, Tarrasa. Reagrup, Castellar del Valles. Reagrup, hasta S. LLORENÇ SAVALL.

VUELTA: Por Sabadell. Reagrupamiento, Cerdanyola y Barcelona.

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

Día 22: VACARISAS. «El Rebot». Tel 93 828 03 84

IDA: Por Martorell, ctra. de las Carpas, Olesa de Montserrat. Reagrup, Can Sedó, ctra. de Manresa, Monistrol, Castellbell i Villar, ctra. antigua de Vacarisas hasta VACARISAS.

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

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

Día 29: OLIVELLA.«EL PA TORRAT». Tel 600 20 22 62

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

VUELTA: Por Sitges, Costas de Garraf. Reagrup. frente a Can Lloret, autovía hasta el cruce de El Prat. Reagrup. Por Zona Franca y Barcelona.

Salida del Corte Inglés a las 7:30h. 115 Km.

JUNIO 2002 (Puntuable VERANO – GRUPO B)

Día 01: LA CHOPERA. Tel 93 770 09 97

IDA: Por Martorell, Abrera, Olesa. Reagrup. en Olesa, ctra. de las Carpas hasta LA CHOPERA.

VUELTA: Por ctra. de las carpas hasta M. de Rei, S. Feliu y Barcelona.

FINAL DE SALIDA: En la Mostra d'Entitats, Stand de «LA GRUPA», en la calle Blay. Se premiará con 1 punto de bonificación, a los cicloturistas que realicen el control de firmas en el Stand
 Salida del CORTE INGLÉS a las 7:30h. 70 Km.

Día 08: LA CHOPERA

IDA: Por M de Rei, Martorell, Abrera, Olesa y La Chopera.
 VUELTA: Por Martorell, Molins de Rei y Barcelona.
 Salida del CORTE INGLÉS a las 8:00h. 70 Km.

Día 15: CASTELLAR DEL VALLES

IDA: Por Molins de Rei, Rubí, Tarrasa y CASTELLAR.
 Rec. alternativo: Olesa de Montserrat, por ctra de las Carpas, 70 km.
 VUELTA: Por Sabadell, Cerdanyola y Barcelona.
 Salida del CORTE INGLÉS a las 8:00h. 80 Km.

Día 22: CASTELLBISBAL. «EL CASAL». Tel 93 772 07 83.

IDA: Por M de Rei, Tarrasa, ctra a Martorell. Regrup. cruce a Castellbisbal, CASTELLSBISBAL.
 –Rec. alternativo: Castellbisbal, directo por ctra. de Rubí, 50 Km.
 VUELTA: Por Papiol, Molins de Rei. Reagrupamiento, S. Feliu y Barcelona.
 Salida del CORTE INGLÉS a las 8:00h 70 Km.

Día 29: SITGES. Tel 93 818 8181

IDA: Por Zona Franca, Autovía, Costas de Garraf hasta SITGES
 Rec. alternativo: Pié de Costas, 60 Km.
 (Salida de Bahaus a las 8:30h)
 VUELTA: Por el mismo recorrido.
 Salida de BAH AUS a las 8:00h. 80 Km.

JUNIO 2002 (Puntuable VERANO – Lebreles)

Día 1: LA CHOPERA

7:00 Corte Inglés 25+25+30 Km.
 Molins de Rei, Sant Andreu de la Barca, Martorell, entrar a las Carpas. Reagrupament. En aquest punt inicia la contrarellotge individual de recorregut: carpes fins rotonda Olesa, volta per la rotonda, tornada fins primer desviament esquerra per arribar a Santa Maria de Villalba (on acaba el port).
 Tornada: Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei i Barcelona. Hauríem d'entrar a Molins de Rei junt amb l'A.
 Hem d'entrar tots junts a la Mostra d'Entitats del Poble Sec. És important pel club. Signar a la mostra significarà 1 punt més l'agraïment de LA GRUPA.

12 SALIDAS 2^o TRIMESTRE

Dia 8: HOSTALETS DE PIEROLA

7:00 Corte Inglés

145 Km.

Barcelona, Molins de Rei, Martorell, las carpas, Olesa de Montserrat, Monistrol de Montserrat, desviament al pont cap a Castellbell i el Vilar, Marganell, al creuament girar dreta direcció Manresa, baixant desviar esquerra cap a Sant Salvador de Guardiola, Òdena, La Pobla de Claramunt, desviar esquerra cap a Capellades, Vallbona d'Anoia, Piera, desviament direcció Esparreguera i esmorzar a Hostalets de Pierola.

Tornada: Piera, Masquefa, La Beguda, Martorell, Molins de Rei i Barcelona.

Día 15: EL MONTAGUT

7:00 Corte Inglés

170 Km.

Barcelona, Molins de Rei, Martorell, desviament carretera La Beguda, Piera, Capellades, continuar direcció la Pobla de Claramunt, desviament direcció Carme, Santa Càndia, al arribar a creuament girar a l'esquerra, Santa Romà, Esblada, Querol, desviament per pujar el Montagut, baixar, desviament general cap a l'esquerra i Valldossera.

Tornada: per Pontons, Vilafranca del Penedès, Ordal, Molins de Rei i Barcelona.

Día 22: VACARISAS (EI Rebot)

7:30 Corte Inglés

65 + 50 Km.

Molins de Rei, Rubí, Terrassa, desviament cap a la riera (sprint), pujar riera, desviament, pujada l'Obac (muntanya), Reginàs, Castellbell i el Vilar, entrada per la Bauma, desviament per carretera interior i arribada a Vacarisses per l'antiga.

Tornada: carretera de la Bauma, Terrassa, Les Fonts, Rubí, i opcional per Molins de Rei o per Vallvidrera cap a Barcelona.

Día 29: OLIVELLA (EI Pa Torrat)

7:00 Bauhaus

165 Km.

Castelldefels, Sitges, Sant Pere de Ribes, Casino, Pantà de Foix, Castellet, Arboç, Banyeres del Penedés, desviament cap a Cornudella, Sant Jaume del Domenys, encreuament direcció Vilafranca, La Múnia, Vilafranca, continuar direcció Barcelona, desviament Sant Pere Molanta i Olivella.

Tornada: Sant Pere de Ribes, Sitges, Castelldefels i Barcelona (opcional segons ànims per darrere del Palau Novella).

MONTSERRATINA 2001 Y LAS «CHICAS DE ORO»

Como cada año, los amigos de la A.C.Montjuic, nos decidimos a realizar la Montserratina, que como todos sabéis es la escalada anual a la montaña de Montserrat, este año contamos con un número importante de socios todo y teniendo en cuenta que el día pintaba lluvia y estuvimos a punto de abortar la salida, finalmente nos decidimos viendo que no llovía y salimos dirección Olesa de Montserrat, fue de destacar el compañerismo que se mantuvo durante todo el trayecto, eso si cuando llegamos a la falda de la montaña se acabó el compañerismo, cada uno tiró lo que pudo y como siempre un servidor y algún otro compañero nos quedamos en la retaguardia y «chino – chano», la verdad es que no resulto tan dura, cuando vas a tu ritmo con buenos compañeros hasta te da tiempo de ver el paisaje, que por otro lado es precioso, la temperatura era ideal, la visibilidad perfecta, la verdad es que algún tramo se hace duro pero se sobrelleva bien, sobre todo si eres de LA GRUPO.

Antes de empezar la escalada y como es norma de la casa, se establece el punto de encuentro en la cima, en esta ocasión quedamos todos al principio del parking, una vez allí iniciamos el tramo final hasta el monasterio, la verdad es que estaba lleno de gente e incluso nos costó entrar, una vez en la explanada nos dirigimos a la zona donde se entregan los pins y las cintas bendecidas, teníamos pensado bajar a Olesa y almorzar allí, pero de repente en un lateral de la plaza encontramos un grupo de simpáticas y cariñosas señoras que sin pedir nada a cambio y viendo nuestras caras desencajadas por el esfuerzo y necesitadas de alimento, nos ofrecieron sus bebidas y sus bocadillos además de fruta, pan de higo, chocolate, etc, incluso después de un buen rato volvieron a ofrecernos más comida, la verdad es que nos pusimos «morados», cargaditos como íbamos, bajamos como flechas. Tengo que reconocer que fue un detalle por su parte y demuestra el espíritu altruista de este grupo humano, espero poder recompensar algún día a estas «Chicas de Oro» en alguna otra salida, pertenecían a la Unión Carabanista de Catalunya y desde estas líneas quiero agradecerles en mi nombre y en el de mis compañeros ese esfuerzo desinteresado que nos dedicaron.

De vuelta a casa lo de siempre, sin prisa pero sin pausa, todos en grupo y a disfrutar de la bajada que es lo mejor del día sin ningún lugar a dudas, entre otras cosas por que bajando se liman las diferencias, en fin espero que en el 2002 podamos tener una representación como la de este año, Montserrat es una clásica que se la merece y la Montjuic siempre la tiene en cuenta, hasta otra.

MANEL FERNÁNDEZ (BUGNO)

REFLEXIONS

Perquè sempre que et quedes d'un pilot afluixen la marxa el suficient perquè els de dins descansin però tu ja no puguis empalmar?

Perquè quan sembla que estiguis apunt d'acabar un port sempre queda una mica més?

Com pot ser que ningú entreni però el dissabte quan arribi la pujada miraculosament es trobin bé?

Perquè tothom de jove era un grandíssim ciclista?

Com pot ser que no hi hagi dia de la temporada estiuenca que no vegis algú de la Grupa a Montjuïc o al Pedrosa si tothom estudia o treballa i no té temps?

Perquè les distàncies son relatives?

Perquè quan algú no entra als relleus a vegades es diu que es un corredor intel·ligent, i d'altres es diu que es "pestoso", quin criteri fa diferenciar un cas de l'altre?

Com es reconeix un «globero»?

Perquè plou el dia després de netejar una bicicleta?

Perquè quan tu et quedes es que no pots o no en saps més, però quan es queda un altre es degut a un problema mecànic o físic (sempre extern i circumstancial)?

Perquè l'aire quasi sempre bufa de cara?

Perquè quan algú no puja se li diu que és un rodador?

Perquè quan algú va malament diu que simplement no té ganes?

Perquè la gent es gasta tants diners en comprar bicicletes lleugeres però carrega dos bidons, forces recanvis, entrepà, ...

Perquè la gent creu que portant les mateixes bicicletes que els millors corredors aniran com ells?

Si no es així, quin mecanisme fa que aquestes siguin les més venudes si s'assumeix que en una carrera el que guanya és el que és més fort?

Perquè val similar un pinyó sol que un cassette amb tots els pinyons?

Perquè aquest any a la Quebrantahuesos hi haurà més gent de l'A que dels llebrers?

Perquè "Cualquier tiempo pasado fue mejor"?

XAVIER ÒDENA

EL CONFESONARIO

Anécdotas reales, vividas y contadas por JUANITO MARTÍNEZ

(Recopiladas por Lluís G.)

Sincera y definitivamente os digo que me han tomado por un «negro». Sí, por un «negro» y nada más que un «negro». ¿Sabéis que es un «negro»? Seguro que sí, ya que como bien conocéis, en literatura, se llama «negro» al «machaca» que escribe para que otro firme y se lleve (sí es el caso) la fama y la gloria. En nuestro país ultimamente ha habido algún que otro caso.

Hace algún tiempo fue nuestro compañero y amigo FERRI que me sugirió que escribiera sobre su ascensión en bici al Tourmalet, Ahora es el entrañable JUANITO MARTÍNEZ el que me insinúa que tiene muchas anécdotas que contar y que él, al igual que FERRI, no es muy ducho en eso de escribir, como si yo fuera un maestro en el manejo del mecanismo del lenguaje escrito.

Y, ¿quién le puede negar algo a JUANITO?. Es ese compañero que si te dice —«Luís, eres un mierda»—. Sonríes y asientes. Si fuera otro que te dijera lo mismo, igual esplotabas e intentabas romperle la cara.

Yo no tenía la cosa muy clara. Intenté escusarme. —«Pero Juanito —le dije— si contando las cosas tu tienes mas gracia y alegría que dos docenas de castañuelas sevillanas mientras que yo soy más soso que un saco de yeso..».

—«Vamos Luís —me replicó— no seas otra vez un mierda, si tu no tienes mas que escribir lo que yo te cuente».

Y así empezó la cosa, ahora veremos lo que sale de todo esto.

ANÉCDOTA 1: «LAS CHINCHES»

Nota del recopilador: quiero comentar que en los años próximos a la conclusión de la guerra civil española, años cuarenta y cincuenta, era usual de que en fondas, pensiones, cuarteles, escuelas, hospitales, etc., proliferaran gran cantidad de arácnidos y hemípteros —bichitos—, una fauna muy difícil de eliminar en aquellos tiempos, esta fauna estaba principalmente

compuesta por pulgas, cucarachas, piojos, ladillas, garrapatas y las chinches a las que se alude en esta anécdota.



Era una Volta a Catalunya de finales de los años cuarenta. Al término de una etapa estábamos, entre otros, VINUESA, mi hermano MARIANO (Q.E.P.D.), RUBIO (en calidad de acompañante) y yo, buscando alojamiento para pasar la noche. Os quiero aclarar que por aquella época la mayoría de los ciclistas participantes en la Volta, especialmente los que no éramos figuras internacionales, nos teníamos que «buscar la vida» en lo referente al sitio donde comer, dormir y asistencia en carretera.

La organización de la carrera subvencionaba a los quince primeros de cada etapa con 30 Ptas. y a los que se clasificaban del dieciséis para arriba con solo 25 Ptas. Hay que contar que el dormir en una pensión o fonda regularcilla ya costaba entre 18 y 20 Ptas., por lo que los posibles benefi-

cios que podías obtener estaba entre lo que te daba la organización y lo que te gastabas en subsistir.

A lo que íbamos. Al finalizar la etapa preguntamos a unos taxistas por una pensión donde dormir, obviamente que no fuera de «categoría superior». Muy amablemente nos indicaron la dirección de una fonda llamada CAL SOPAPOS.

Nos acercamos a la mencionada fonda y el aspecto exterior no nos desagradó, preguntamos por la «mestressa» y ésta nos atendió con mucha cortesía.

—Pasen, pasen —nos dijo la patrona— el dormir les costará «sólo» 18 Ptas. a cada uno y podrán entrar las bicicletas y dejarlas en el patio trasero, la única precaución que deberán tomar es que tendrán que sujetar todas las bicicletas con una cadena.

—Señora —pregunté inocentemente— lo de la cadena ¿es para que no nos roben las bicicletas?

—No, hombre, no, aquí no entran los cacos —respondió la «mestressa»— esta precaución la tomamos por-



que es que hay tantas chinchas y se aburren tanto que se distraen montando en bicicleta...

—Pues señora -dije a mi vez— para dormir déjenos una escopeta ya que quizás nos pasemos la noche disparando a las fieras...

No necesitamos la escopeta, dormimos regularcillo, pero nuestro compañero RUBIO (que era nuestro cuidador y ángel de la guarda) se pasó la noche, zapatilla en riste, apaciguando a las fieras, recuerdo muy bien que a la mañana siguiente las paredes de la habitación parecían un cuadro surrealista ya que estaban acribilladas con pequeñas manchas «chincheteras» producidas por los zapatillazos de nuestro inefable compañero JOSEP RUBIO.

ANÉCDOTA 2: «LA BOMBA».

También era en una Volta a Catalunya. Estábamos ya por las últimas etapas y todos íbamos bastante justillos de fuerzas. Teníamos un entrenador, nos os revelaré su nombre ya que su apellido era, y continua siendo, muy ilustre y conocido en el mundillo ciclista, que era el encargado de proporcionarnos lo que por aquel entonces nosotros llamábamos «la bomba».

Por aquellos tiempos eso de la epo, nandrolona, anabolizantes, etc. eran cosas totalmente desconocidas, al menos por nuestra parte y por supuesto eso del control anti-doping aún no se había puesto en práctica.

Cada noche, en la pensión, el entrenador nos entregaba las llamadas «bombas» para la etapa del día siguiente. Eran unas bolitas pequeñas envueltas en un papel oscuro muy conocido en todo el mundillo ciclista. La recomendación del entrenador era siempre la misma: —A unos 15 ó 20 kms. de la meta os tomáis una o dos de estas, pero recordad siempre que al finalizar la etapa tenéis que meteros un par de dedos en la boca e intentar vomitar y después beber leche, mucha leche, es para contrarrestar el efecto negativo de la «bomba»—.

Al cabo de tantos años yo todavía me pregunto que coño contendrían aquellas bolitas envueltas en aquel papel oscuro.

No es que quiera hacerme el puritano pero yo no creía demasiado en el poder de aquellas bolitas milagrosas y mi «ración» casi siempre la daba a otros compañeros.

Como ya he dicho al principio, todos los de mi equipo y resto de compañeros de similar categoría a la mía, íbamos ya bastante apuradillos y no lográbamos ningún buen resultado. Y si no conseguíamos buenas clasificaciones no había compensación en dinero. (No era como ahora con fijos de salida, altos sueldos, fichajes millonarios, etc., entonces lo poco que se ganaba había que sudarlo de verdad).

Al finalizar una etapa, bastante mal por cierto, se me acercó un com-

pañero llamado VINUESA y me rogó que le diera alguna de aquellas bolitas milagrosas ya que él no tenía quien se las proporcionara. Era por la noche, estábamos en la pensión (no la de las chinches pero sí en una de similar categoría) y yo ya había distribuido mi ración de «bombas» entre otros compañeros pero me comprometí con VINUESA de que a la mañana siguiente le proporcionaría alguna.

Le pregunté a mi hermano MARIANO si le quedaba alguna pero él tampoco disponía de las bolitas milagrosas y me lo demostró mostrándome los papelitos oscuros que las envolvían, pero vacíos. Fue entonces cuando se me ocurrió una idea: cogí unas bolitas de pan, las humedecí y les puse un poco de bicarbonato y una pizca de sal. Así, bien amasadas, daban el pego ya que las puse bien envueltas en los mismos papelitos oscuros de las «bombas» originales que me había proporcionado mi hermano.

A la mañana siguiente, antes de iniciar la etapa fui a ver a VINUESA y le dije: —Toma, te he conseguido dos, te las tomas a 20 kms. de la meta, pero recuerda que al finalizar tienes que procurar vomitar y tomar leche, mucha leche.

VINUESA aguantó como pudo gran parte de la etapa y cuando faltaban unos 20 kms. para la meta sacó las bolitas, se las tragó y... MILAGRO, empezó a marchar como una moto. Fue remontando corredores hasta integrarse en el pequeño grupo de los escapados y en la meta fue solo tercero porque no era un gran sprinter, pero ser tercero en una etapa de la Volta en la que participaban grandes figuras internacionales era todo un éxito y especialmente le fue muy bien en el asunto monetario ya que ganó más con aquel tercer puesto que en el resto de la carrera.

Ya en la pensión se me acercó VINUESA para darme las gracias.

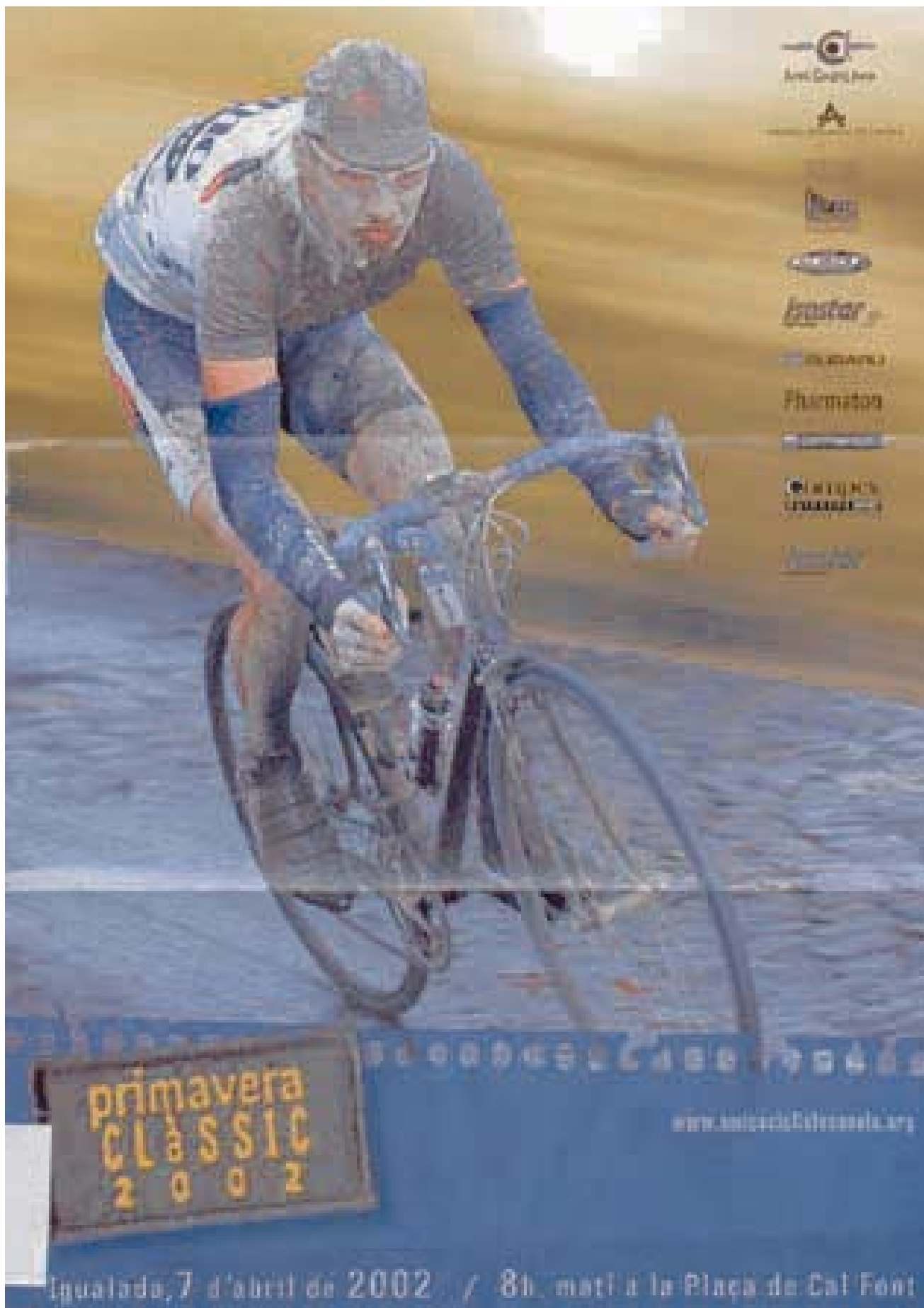
—JUANITO —me dijo— estas «bombas» que me has proporcionado si que son de las buenas, si las hubiera tenido desde el inicio de la Volta aún me hubiera visto capaz de ganar la carrera.



La moraleja de todo esto es que el verdadero efecto del doping, al menos de aquellas bolitas llamadas «bombas», no estaba en la sustancia que contenían, si no en la reacción psicológica que producían en nuestro «coco».

CLASSIFICACIÓ D'HIVERN

Ordre	Punts	Nom i cognoms	Ordre	Punts	Nom i cognoms
1	33	José Luís Gutiérrez	10	18	Juan Morales
1	33	Miguel Gutiérrez	11	15	Jordi Inglés
1	33	Andrés Fuentes	11	15	Manel Fernández
2	31	Rodolfo Jover	11	15	Alfonso Muñoz
3	30	Agustí Velázquez	11	15	Domingo Boixet
3	30	Alberto Sánchez	11	15	José Vall-Batet
3	30	Daniel Fuentes	11	15	Juan Pedro Frutos
3	30	Antonio Almansa	11	15	Xavier Òdena
4	27	Isidre Gimeno	11	15	José Rubio
4	27	Lluís Giménez	11	15	Francesc Piella
4	27	Joaquim Ferri	12	13	Ramon Pintado
4	27	Andreu Sánchez	12	13	Manuel Linares
4	27	Manuel Royo	13	12	Andries Ruesink
5	25	Andreu Domingo	13	12	M. Márquez Maldonado
5	25	Alfonso Acosta	13	12	F. Sánchez Montañés
5	25	Antonio Martínez	13	12	Miguel Rancaño
6	24	Gregori Grima	13	12	César Arrillaga
6	24	Ricardo Biete	14	09	Martín Márquez Aguilá
6	24	Jesús Martínez	14	09	Alfred Dolz
6	24	Alfredo Risa	14	09	Josep Arran
6	24	Alfonso Ruiz	15	07	Pere Ponseti
6	24	Juan Martínez	16	06	Óscar Arrillaga
6	24	J. Robert Puntero	16	06	Antonio Rodríguez
6	24	José Martínez	16	06	Enric Guillamot
6	24	Mariano Alento	16	06	Iván Robles
6	24	Jorge Mora	16	06	Sergio Luceno
7	22	Albert Llaudet	16	06	Santiago Prat
8	21	José Luis Andreu	17	03	Joaquin Valls
8	21	Josep Cordero	17	03	José Nicasio Esteban
8	21	Xavier Jover	17	03	Javier Álvarez
8	21	Josep Maria Ribera	17	03	Jordi Maya
8	21	Francesc Barberà	17	03	Alfonso Ruiz López
8	21	José Méndez	17	03	Francisco Pallarés
8	21	Rafael Soria	17	03	Josep Castellví
9	19	Luís Calvo Arnalot	17	03	Pau Gascón
10	18	Augusto Galavis	17	03	Ramon Carrillo
10	18	Juanjo Rodríguez	17	03	Valentín Pérez Delgado
10	18	Lluís Martínez	17	03	Antonio Pallarés
10	18	Ramon Bonet			



primavera
CLàSSIC
2002

www.uniciclistes.com

Igualada, 7 d'abril de 2002 / 8h matí a la Plaça de Cal Font

EL CIRCUIT DE CATALUNYA DE LLARGA DISTÀNCIA

En vista que aquest any hi ha intenció d'aconseguir el Circuit de Catalunya de Llarg Distància per LA GRUPA, i per tant que sembla que força gent participarà en aquest circuit, des de l'experiència que em porta haver-lo realitzat durant 3 anys seguits amb companyia de l'inseparable Fernando Sánchez Montañés, crec que es un deure comentar a la resta de la gent que es el que es trobaran de cara a poder estar preparats física i mentalment per afrontar amb possibilitats d'èxit aquest objectiu.

D'aquestes n'hi ha dues que desconec el recorregut ja que es nou, per tant anirem amb la incògnita de veure que ens trobem. Em refereixo a la marxa de l'Anoia que marquen uns 142 Km. (aparentment assequible) però el fet que es faci molt aviat junt amb la confirmació de la pujada al terrible Montagut junt amb un terreny pestoso farà que de segur ens trobem alguna sorpresa desagradable, i la marxa de Reus d'uns 210 Km. que aparentment es veu com molt animal però l'experiència em recorda que per aquelles terres normalment no col·loquen masses ports ni duressa i per tant crec que serà assequible (estic convençut que força més que la de l'Anoia).

Tampoc comentaré la marxa de la Bonaigua ja que ja la vaig explicar en la passada edició del butlletí (1er trimestre del 2002) i que si no el conserveu el podreu consultar a les oficines del club (en un futur espero que proper a la web).

Per tant anem a centrant-se en la resta:

1.– Marxa Memorial Montaña i Vidal. Martorell (152 km):

Aquesta és més pestosa que dura. Puges un total de 5 ports (Montserrat fins Can Massana, Castellfollit, Bruc fins Can Massana, La Bauma i El Suro) però cap d'ells es espectacular, realment el que castiga és l'acumulació de tots ells i que cau força aviat pel que les cames encara no estan totalment preparades (ens enganxen una mica verds).

22 EL CIRCUIT DE CATALUNYA DE LLARGA DISTÀNCIA

Comences sortint de Martorell on es interessant agafar la roda del pilot (encara que ens pugui costar una mica al principi) que ens podrà portar força còmodament fins a Monistrol. Un cop allà la cosa es trenca degut als ja prou coneguts quilòmetres d'ascensió a Montserrat; en aquest tema tinc dues notícies: una bona es que no es puja fins el monestir pel que ens estalviem el tros del peatge, però la dolenta es que al pujar fins Can Massana ens mengem un parell de repetxos terribles.



Un cop coronats, avituallarem (molt important menjar en aquest punt) i encararem la baixada que ens portarà fins quasi a Manresa. Si en aquest punt veiem que no ens aguantem els pets encara som a temps de pensant-s'ho bé i fer el recorregut curt que encara que no puntua pel Circuit almenys ens permetrà arribar al cotxe sense haver de recórrer al cotxe escombra (ens estalviem dos ports).

Desviarem a esquerra i després d'un curt tros de pla pujarem el segon port: Castellfollit. Aquest, és molt important agafar-lo amb calma ja que encara que al principi s'enganxa, de seguida suavitza i sembla que s'acaba; doncs no, hi ha com 5 o 6 falsos finals que porten a una lleugera baixada seguida d'un altre tros de pujada (que no digueu que no aviso). Un cop coronats segon avituallament, curta baixada i ja estem al poble d'Odena disposats a encarar el tercer del dia.

En aquest punt es molt important estar en un bon pilot ja que encara que el terreny va pujant, ho fa d'una forma força progressiva on realment una bona roda s'agraeix molt. Un cop agafat el desviament del Bruc la cosa agafa més pendent encara que es força constant pel que si no anem molt tocats i anem amb pinyons suaus ho podrem superar sense masses problemes. Compte, que un cop coronat el Bruc encara queda arribar a Can Massana que encara que es curt hi ha un repetxo molt dur (i més a aquestes alçades de la marxa).

Un cop arribats, avituallament, baixada per Marganell fins Castellbell i el Vilar i a pujar la Bauma. Aquest suposo que no es cap secret ja que el coneixeu del club (suau però pesat ja que la carretera es molt recta i ample), es corona al desviament (no fa falta pujar el segon repetxo), es baixa fins Olesa de Montserrat, carpes (clàssiques) i acabar amb el suro.

Aquest últim es una gran putada ja que normalment estem fets una merda i té rampes dures, pel que recomanem agafar amb molt pinyonatge, molta paciència, molt de coco i ja arribarem. Penseu que és l'últim obstacle (ja que després sol hem de baixar els onze) pel que la il·lusió d'acabar ens donarà les últimes forces necessàries per acabar aquesta interessant marxa.

2.- Terra de Remences. Sant Esteve d'en Bas (172 Km)

Probablement aquesta sigui la més assequible de totes per dues raons: recorregut i gent, ja que com que és molt multitudinària es força senzill trobar grups als quals poder agafar roda i fer més agradable el rodament. De ports a pujar en tenim quatre (Capsacosta, Cannes, Mieres i Santa Llúcia), suaus encara que la part final és força enganyosa.

També es important comentar que es probablement la marxa millor organitzada de Catalunya tant a nivell d'avituallaments, com obsequis, controls, encreuaments, assistència,, cosa que la fa interessant d'assistir encara que sigui per saber que hi ha per allà.

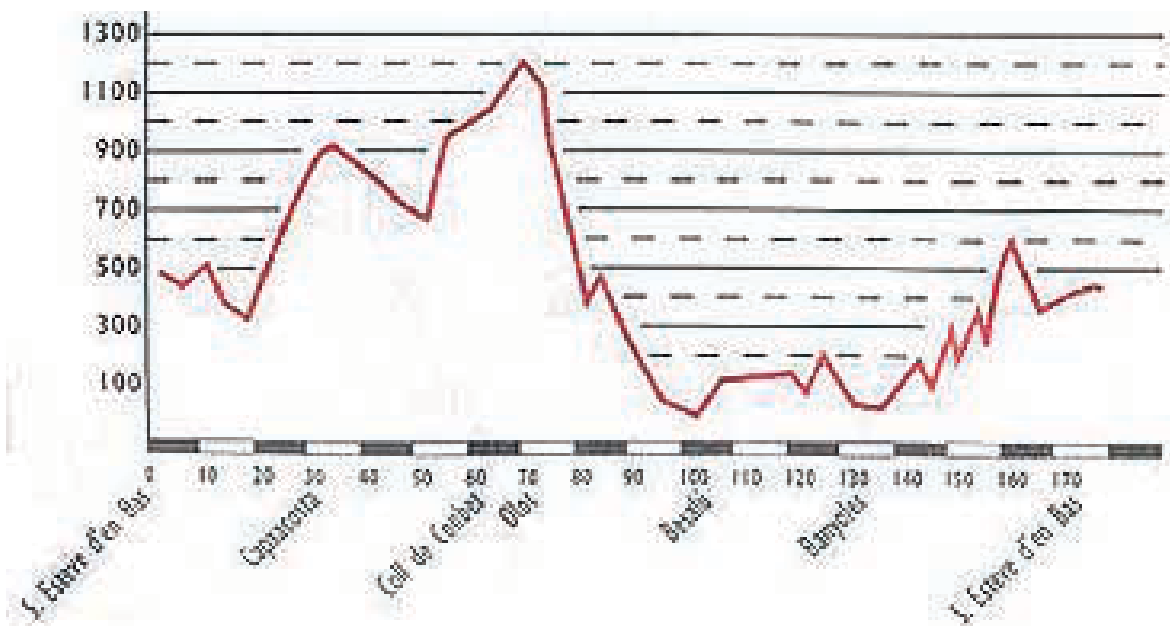
Es surt de Sant Esteve de Bas direcció Olot (baixada i molta gent) pel que el ritme de començament es vertiginós, un cop a Olot encara que es pla i comença a pujar la gent continua anant molt fort fins que uns dels repetxos que apareixen pel camí fan desaparèixer de cop les ànsies corredores de la gent. En aquest punt d'ofegament comença el primer port: Capsacosta, el qual NO es un primera com diu l'organització ja que veureu que si l'agafeu sense masses ànsies es força suau. Un cop coronats, avituallament (no es para molt normalment ja que cau un pel aviat), i mireu sobretot enganxar algun grup nombrós per tenir bona roda que ens ajudarà en el tros de pla i baixada seguit de pla fins a Ripoll.

En aquest punt teniu el segon port (Cannes) el qual comença amb rampes pesades però per sort al acabar aquest tros que dura pocs quilòmetres teniu un avituallament sòlid molt interessant per agafar forces. Un cop recuperats continuem Cannes amunt amb un tros de pla, seguit de la part final del port amb rampes molt suaus. De fet l'únic problema que podeu tenir en aquest punt és que forceu massa pensant que ja acabeu el port quan encara us quedarà de ben segur un bon tros (paciència).

Un cop coronats, baixeu fins Ripoll (si aneu realment cansats en aquest punt ja podeu donar per finalitzada la marxa si entreu a la curta), i ja podeu anar buscant un bon pilot ja que farem forces quilòmetres de

24 EL CIRCUIT DE CATALUNYA DE LLARGA DISTÀNCIA

pla fins ben bé Banyoles. Aquest tros del recorregut sota el meu punt de vista es el pitjor ja que circulem per una nacional que es fa molt pesada per l'amplitud de la seva carretera (i algun petit repetxo que d'altre), sort que abans del desviament de la nacional tenim un altre avituallament que ens ajudarà a alliberar una mica les cames (i sobretot la ment) i que pasat el desviament la carretera es fa més agradable (encara que hi ha un repetxo-emboscada d'uns 2 Km. que Deu n'hi do).



Arribats a Banyoles convé agafar forces a l'avituallament i mirar la resta del recorregut amb molta calma i filosofia ja que entrem a la zona volcànica que es dura amb la pujada dels ports de Mieres, Santa Llúcia i infinitat de repetxos amb percentatges realment durs on probablement si aneu tocats us tocarà fer us de les paelles que porteu. Fins que no coroneu el port de Santa Llúcia us aconsello que feu el tram amb molta prudència i calma ja que es força fàcil quedar enganxat.

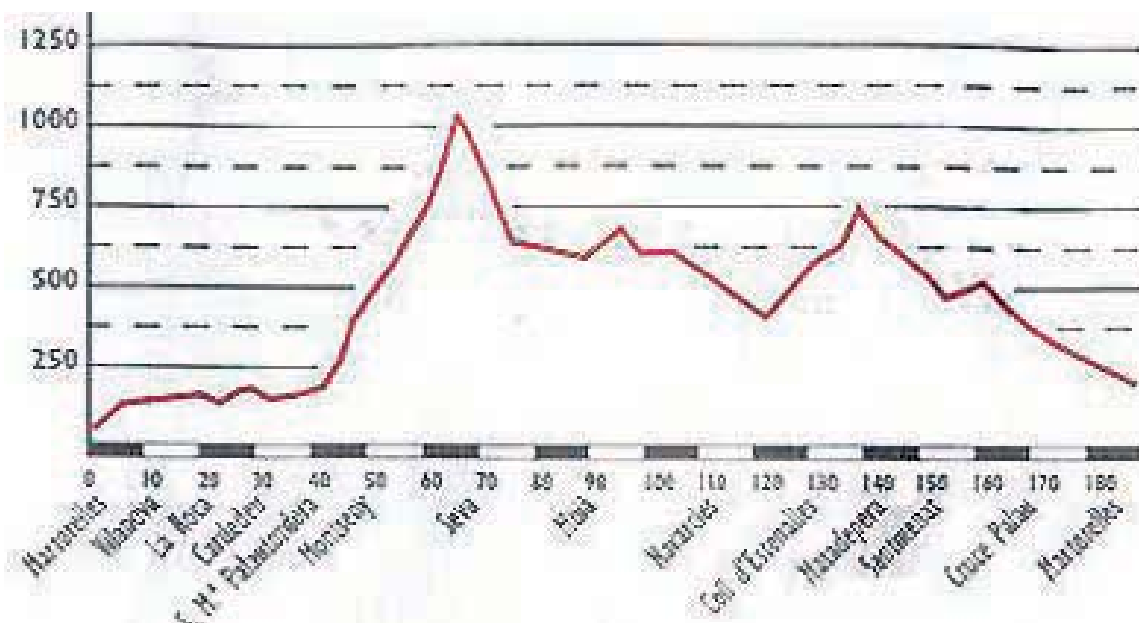
Un cop arribeu a Santa Llúcia, ja podreu dir que heu acabat la marxa: baixada fins Olot, i el tram de pla-pujada fins Sant Esteve de Bas que per ser l'últim, segur que acabeu de cremar el poc que quedi per fer l'entrada triomfal a l'arribada del poble. Un cop allà val la pena estar una estona a la zona per gaudir del pisolabis que dona la organització i per mirar les fotos que ens han fet pujant i que segons com pot ser un bonic record de la jornada.

3.- Melchor Mauri. Martorelles (180 Km.)

Marxa força llarga que no puja gaires ports (Collformic, Pollosa i Estenalles), però dos d'aquests son força durs i un cop més l'acumulació ens pot fer mal. També és una marxa molt interessant ja que reco-

res ports típics de la zona barcelonina i que sempre és interessant conèixer.

El començament de la marxa es pla, es recorre la típica carretera de la Roca fins arribar a Cardedeu i continuació fins Sant Celoni, i tot i que tendeix més a pujar que a baixar, si som capaços d'enganxar una bona roda (vital) aconseguirem arribar força ràpid i descansats al peu del Collformic.



Del primer port en principi no crec que faci falta dir gaires coses (bastants de vosaltres el vau conèixer l'any passat), assenyalar que es força llarg, amb un primer tram de rampes suaus (que poc a poc es van endurint) fins arribar a un gran descans amb una petita baixada incluída que dona entrada al tram realment dur del port on es interessant posar força pinyonatge que probablement arrossegarem fins el final del port (penseu que just acabeu de començar).

Un cop coronats, gaudirem d'una maca i ràpida baixada, d'un avituallament al final d'aquesta, i d'un tram no gaire llarg de pla que ens donarà entrada al segon del dia: La Pollosa. Aquest port realment no es dur, es manté sempre en percentatges suaus encara que al ser força llarg i al començar a castigar una mica el sol es pot arribar a fer pesat. Un cop amunt, rodarem, avituallarem de nou, un tros de pla-baixada per estirar les cames i ja ens trobarem davant la gran prova del dia: Les Estenalles.

Aquest port té una desagradable barreja de longitud, trams amb percentatges elevats i carretera calorosa que a aquestes alçades de marxa pot arribar a fer força mal. És important començar molt suaus i ser conscients que a meitat del port tenim un avituallament líquid que ens ajudarà a descansar, també es important saber que els dos trams durs son: un bastant llarg i pestós abans d'arribar a Talamanca (sort que després hi ha un bon descans), i l'altre format pels últims tres quilòmetres que son realment terribles amb percentatges força elevats.

Si superem aquesta dura prova, ens restarà la baixada, avituallament, i els últims quilòmetres que lluny de ser plans i relaxats estan formats per incomptables repetxos que faran la arribada força agònica. És important en aquest punt tenir paciència i agafar un bon grup de gent per arribar sense patir en excés.

Un cop arribats podrem gaudir una estona del menjar i estada que ens proporciona l'organització i que ens permetrà gaudir del moment i de la sensació d'haver pogut fer bé la feina.

4.– Marxa del Bergadà. Bergà. (152 Km.)

Realment si mirem el quilometratge ens pensarem que ens trobem en una de les més fluixes del lot, doncs, bé, res més lluny de la realitat, realment aquesta marxa es molt dura degut a que no sol puja grans ports (coll de Jou fins Port del Compte i Rasos de Peguera) sinó que a més no té un quilòmetre pla ja que recorre terreny ple de repetxos (extremadament pestós).

Sortim de Berga i un cop fets uns pocs quilòmetres de seguida ens adonarem que més que buscar roda el que hem de fer es buscar el ritme que ens vagi millor, ja que el tram que ens porta a Solsona es molt pestós, ple d'infinitat de repetxos on és imprescindible no cremar-se abans d'hora.

Passat aquest tram, i un cop arribats a Solsona, avituallarem per agafar forces i poder encarar la primera gran prova: El Coll de Jou. Aquest port personalment el crec el més pestós de Catalunya ja que alterna trams seus de pla amb trams realment terribles amb percentatges molt animals, a més es força llarg el qual fa que hem d'anar amb moltíssim de compte per no quedant-se enganxats en alguna de les seves rampes. Comentar també que està compost de dos ports: Portell de Ter i Jou, ja que veureu que quan sembla que coroneu (atenció a les grans vistes en aquest punt) us toca baixar uns pocs quilòmetres per continuar ascendint fins el Coll de Jou pròpiament dit.

En aquest punt avituallarem, continuarem pujant fins Port del Compte (ja molt més suau) i encararem la llarga baixada que ens portarà cap a Sant Llorenç de Morunys. Un cop allà anirem per un tram de carretera un altre cop pestosa que ens anirà conduint cap el següent port: Coll de la Mina. Aquest port sense ser dur si que es fa pesat pel pestós de la seva aproximació i per l'acumulació de quilòmetres que ens començarà a castigar. Al igual que en el port anterior també té dues parts i per tant després d'una baixada encara us queda el port de debò (acaba en un túnel cosa que pot ser útil com referència).

Al coll ens trobarem un avituallament vital que junt amb el següent tram de baixada ens permetrà agafar forces per encarar la prova més

dura del dia (Rasos de Peguera). Aquest port està molt a prop de la categoria especial i per tant molt probablement que és el més dur que farem durant aquell any (de forma individual també és més dur que qualsevol de la Quebrantahuesos).

Realment l'ascensió comença molt suau però de seguida agafes percentatges forts que suavitzen al arribar a un desviament. A partir d'aquest punt convé posar-ho absolutament tot ja que entrarem en un tram d'uns 5 o 6 quilòmetres amb percentatges migs molts elevats (entre 9 i 10% en sostingut) que juntament amb la carretera recta ho farà absolutament terrible. Si superem aquest tram, arribarem a un avituallament líquid a partir del qual sense rebaixar el percentatge, si que ens trobem a vegades algun petit descans i sobretot un paisatge molt agraït que no sense problemes ens permetrà poder assolir aquest cim i amb ell la marxa.

Un cop amunt, gaudirem d'una baixada extremadament ràpida fins Berga on podrem donar per finalitzada l'aventura.

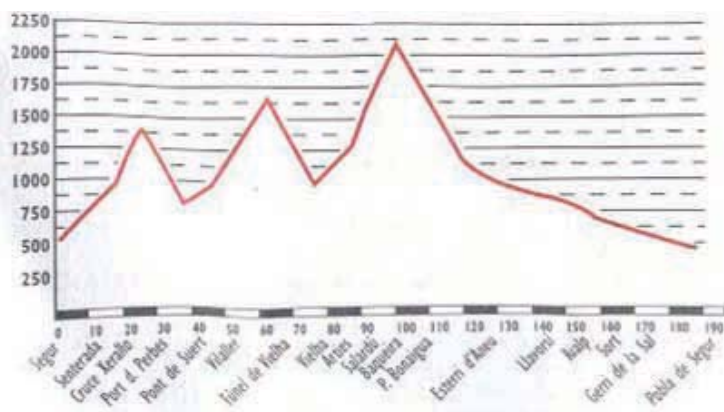
Bé, això es el que hi ha. Estem davant d'un conjunt de marxes exigents però paisatgísticament molt maques (res a veure amb el que esteu acostumats a fer per les rodalies de Barcelona), amb un grandíssim ambient cicloturista i que de bon segur us agradaran.

La meva intenció amb aquest escrit no es fer tirar enrere ningú, però si que m'interessa remarcar les dificultats perquè la persona que s'ho plantegi realitzar es prepari bé física i mentalment per poder-ho fer amb èxit. Aquestes marxes son molt diferents de les que hi ha a la Xallenge (en moltíssims sentits tant bons com dolents) i per tant ni la mentalitat ni la manera d'afrontar-les ha de ser la mateixa.

Si realment us prepareu estic convençut que us encisaran com ha passat amb mi (aquest serà el quart any consecutiu que estic amb el tema) i que realment valorareu en quin món que desconeixíeu us heu ficat, i us preguntareu com pot ser que hagueu tardat tant en trobar-lo. També coneixereu nova gent, gent amb ganes de bicicleta com vosaltres i que en moments de crisi segur que us ajudaran psicològicament i cedint aquella roda que us permetrà superar el moment i a més guanyar una nova amistat.

Ens veiem al Circuit

XAVIER ÒDENA



La marxa de la Bonaigua

LA LAPERBIE

A la vista d'aquest estrany nom la gent que comenci a llegir pensarà; que pot ser això?, de que parlaran?. Si mireu qui l'ha escrit probablement ja començaran a veure de que va el tema: es una marxa cicloturista!

Aquesta marxa es francesa (per greu que ens pugui saber el bressol del ciclisme i si hi aneu comprovareu que ho tenen millor muntat que aquí en tots el sentits: organització, afició, ...). Surt del poble de Luchon (a uns 50 Km. a l'Oest de Viella) i per tant el tenim enmig dels impressionants Pirineus (a uns 350 Km. de Barcelona, unes 4 hores en un bon cotxe).

Les dates son prou bones: primer diumenge d'agost (bona manera de començar les vacances), i la participació masiva: uns 1000 ciclistes repartits en tres recorreguts. Penseu que pel volum i organització d'aquesta marxa a Catalunya potser sol Remences o Tres Nacions es poden comparar, però us asseguro: el paisatge no té punt de comparació. Us asseguro que val la pena.

Com he comentat hi ha tres recorreguts en funció de la categoria i ganes de fondre's de la gent:

1.- Curt: 58 Km. amb un desnivell acumulat de 870 metres. Surt a les 8:30

Puja el port del Portillón per la vessant espanyola (1^o fluixet) i es on acostuma a anar la gent molt gran (equivalent al nostre B o BB). Jo he arribat a veure gent molt gran, dones, tàndems, nens, ...

2.- Mitjà: 103 Km. amb un desnivell acumulat de 2185 metres. Surt a les 8:00

Aquí ja acumulem tres ports: Coll d'Ares (3a), Coll de Mente (1a xungo) i Portillón (1a). El nivell seria l'equivalent a la gent forteta del A. En aquest grup surt la majoria de la gent (unes 800 persones) essent un recorregut no molt llarg però força intens i sobretot preciós.

3.- Llarg: 178 Km. amb un desnivell acumulat de 3250 metres. Surt a les 6:00

En aquest cas ens mengem cinc ports: Peyresourde (1a), Saint-Arroman (4a), Coll d'Ares (3a), Coll de Mente (1a) i Portillón (1a). Aquí estem parlant d'una dificultat similar i potser una mica superior a la mítica Quebrantahuesos per tant ja es per gent força més preparada ja que l'acumulació de ports pot fer molt de mal.

Si us fixeu el llarg inclou els recorreguts mitjà i curt i el mitjà inclou el curt, per tant, i en base a l'experiència personal passaré a descriure el recorregut llarg que ja inclou la informació de la resta.

Abans d'entrar en el recorregut en sí vull destacar un tema molt curiós que vaig trobar per aquelles latituds: el triple plat!! Realment la gent l'usa molt, tant gent gran per fer ports durs sense patir, gent mitjana i fins i tot força gent del recorregut llarg. És realment interessant veure com per allà no és cap tipus de demèrit portar aquest tipus de pinyonatge, es més, el trobes sovint a moltes bicicletes i no sol a màquines de gent gran, sinó també a gent jove i aparentment forta.

Bé, els que fem el recorregut llarg ens toca matinar per sortir força aviat (6:00). Es surt del poble de Luchon, es fa una petita volta pels voltants per escalfar les cames i de seguida ens trobem pujant el Peyresourde.



Aquest port es absolutament preciós, probablement sigui el port més maco que he pujat amb un paisatge meravellosos. La part que pugem es la dura pel que ens ho hem de prendre amb força calma. Es dur en quant a percentatges (bastants trossos per sobre el 7,5), però té alguns descansos, no es extremadament llarg (15 Km.) i els seus paisatges i l'ànim de tot just començar

fa que es pugui força bé (de fet vaig pujar amb el 39x23). Destacar d'aquest port els últims dos quilòmetres que son el més maco de la pujada encara que probablement també sigui la part més dura.

Un cop baixats, ens queda tot un terreny pla fins allà pel quilòmetre 100 que fa que sigui important aconseguir agruparse amb altres ciclistes. Normalment sempre es troba gent, i el fet que el paisatge acompanyi molt (res a veure amb els plans que coneixem) fa que aquesta distància es faci força bé. L'única dificultat en tot aquest tros la tenim en un petit port (Saint-Arroman) que es fa molt bé (de fet el vaig fer amb el plat sense problemes).

Arribats a aquest punt ja ens comencem a creuar amb la gent de la marxa mitjana, i tot seguit ens tocarà fer el següent port: Ares. Aquest es força assequible comparant-se al típic Tibidabo: seguit i amb percentatges suaus. Un cop coronats baixarem, ens trobarem una petita emboscada en forma de port curtet i suau (Col de Buret) i ens apropiarem a la gran emboscada de la marxa: el Coll de Mente.

Aquest realment per mi és el més dur (tot i que el fem per la part suau), comença molt suau amb un rodar de calma tensa el qual es trenca tot de cop en una corba on enganxem una rampa prolongada per sobre el 9% que ens deixa molt tocats, passat un petit descans ens trobem en 7 quilòmetres de contínua pujada (sobre el 8%) que ens col·loca de ple en un fregat que ens costarà superar. A partir d'aquí ens tocarà rampes dures fins al final del port (11 km. de duració en total). Penseu que ens aquests punts vaig anar amb el 39x26 i si hagués tingut més pinyonatge l'hagués usat.

Un cop coronats baixarem, ens creuarem amb la gent de la part curta en un tros de pla amb lleugera pujada (remuntem la vall del Garona) que acabarà de forma sobtada al poble de Bossost on ens faran trencar cap el port del Portillón.

Aquest es el més suau dels tres primeres que fan els de la marxa llarga però es molt continu (els últims cinc quilòmetres per sobre el 7%) i ja ens agafa força

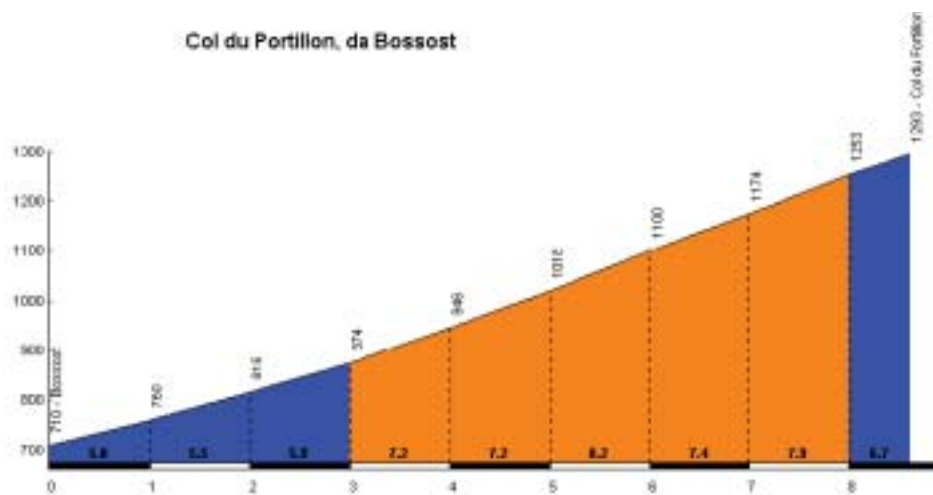


tocats pel que normalment se'ns farà força pesat. Sort que no arriba als 9 quilòmetres i que un cop coronats, després de la vertiginosa baixada ens trobem ja dins el poble de Luchon, cosa que voldrà dir que haurem de donar per finalitzada l'aventura.

Arribats en aquest punt; diploma, dutxa, un dinar potent (servit per la organització) i a gaudir una estona de l'impressionant entorn que ens envolta després d'haver fet correctament els deures.

Un cop hagueu recuperat l'aler, i conforme aneu agafant el cotxe de tornada us adonareu de tot el que heu deixat enrere; de quins paisatges tant diferents dels que feu habitualment, de com son de curioses les carreteres franceses, sempre estretes amb poc tràfic, ideals per rodar amb tranquil·litat, de com hem aconseguit pujar mítics ports clàssics a les grans carreres com el Tour, coses que ens ajudaran a veure que el ciclisme no acaba al Garraf, els onze o Montserrat, tot just comença, i s'obre per tot un món que tenim al davant i que l'únic que hem de fer es treure'ns la són de les orelles, agafar el cotxe i descobrir tot allò que ens envolta i que si ens deixem, segur que ens encisaran.

Realment espero que algú ho provi (aquesta o alguna altre de similar), i que llavors em comenti que ha canviat en el seu pensament a partir de llavors.



També crec que a LA GRUPA existeix dintre els llebrers i l'A gent que té aquesta inquietud, gent amb ganes de conèixer molt més enllà. Espero que si llegeixen aquest escrit es plantegin obrir una mica més les mires, i si arriben a aquesta conclusió espero que es posin en contacte amb mi ja

que llavors tots plegats intentarem buscar marxas i recorreguts més enllà del entorn habitual de rodament.

XAVIER ÒDENA

NOTICIAS EN BICICLETA

Un interesante informe de la Comisión Europea, sobre medios de transporte alternativos en las ciudades, cita que los españoles, a pesar de nuestro clima y las muchas horas de sol que disfrutamos, somos los miembros de la Unión que menos utilizamos la bicicleta como medio de transporte. El informe cita datos tan interesantes como que:

Cada holandés recorre en bicicleta al año 1020 Km
Los españoles no llegamos a los 24 Km
Portugal 35 Km, habitante / año
Luxemburgo 40 Km
Grecia 91 Km

Según el estudio realizado por la UE, el desplazamiento en bicicleta por las ciudades es seguro aunque en principio pueda parecer lo contrario. Según las últimas estadísticas de tráfico, el riesgo de accidente en bicicleta es del 7%, pero cuando el transporte se realiza sobre vehículos a motor el riesgo se eleva hasta un 33%, especialmente entre conductores jóvenes.

Hoy en día de los 70 billones de Km que se pedalean anualmente en la Unión, el ratio para un danés es de 958 Km, 327 para cada belga y 300 para cada alemán.

Se me ocurre pensar que aquí los grupos cicloturistas tenemos un importante campo de trabajo en labores de promoción de la bicicleta, a pesar de que nuestro fin es más deportivo que no la utilización de la bicicleta como medio de transporte pero, ¿porqué no probar?.

JOSÉ ANTONIO MAÑAS

NOTICIAS DE LA GRUPA

Es prega que dia 22 de Juny (sortida a Vacarisses), abans d'emprendre la marxa, es faci un respectuós minut de silenci en memòria de tots aquells bons companys gruperos (que aquest any en seran forces), que en una gran demostració d'inconsciència estaran en aquells moments recurrent i patint la gran «Quebrantahuesos».

Que Deu s'apiadi de les seves ànimes.

I després la gent diu que no entrena

El passat dijous dia 14 de febrer vam coincidir (que jo sàpiga ja que vaig marxar aviat), sense trucades ni pactes ni res per l'estil, un total de 8 membres de La Grupa al Polígon Pedrosa barrejats entre membres de l'A i dels llebrers. Casualitat?.

Recordamos que tenemos ropa de «LA GRUPA»

Tenemos mallots y coulottes de verano de todas las tallas (tallas normales), también tenemos otro tipo de material como calcetines ciclistas, camisetas de manga corta e incluso algún nos queda algún polo muy guapo con los colores y el escudo del club.

Si necesitas alguna cosa pásate por el club en horario de oficina (19:00 a 20:30 los martes) o llama a nuestro teléfono (617 923 699) y haremos todo lo posible para facilitarte la adquisición del artículo que quieras.

Altas y bajas del año 20001

Altas

Héctor Fernández Sánchez
Sergio Luceno Alonso
Alfred Dolz Górriz
Ramon Carrillo Mingorance
Jorge Mora Flores
Amanda Jover Comte
Silvia Garcia Martínez
Andrea Rodríguez Vázquez
Helena Rodríguez Vázquez
Josep Vall Batet

Bajas

Raul Marsal Martín
José Godoy Pérez
Eduardo Presas Reboredo
Pep Martí Cid
Rafael Romero Tabuenca
Baja por falta de pago
Jordi Exposito Gil
José G. Sanz Roman
Agustín Andreu Gavadá

Defunción

Juan Salarich Ballesta

GRANDES OPORTUNIDADES

EN BICICLETAS DE SEGUNDA MANO
CARRETERA Y MTB AL MEJOR PRECIO

BIKE WORLD

TIENDA: Ctra. de Collblanc, 106

TALLER: Passatge Xile, 53

e-mail: bikeworld@terra.es

Peugeot Ctr. Grupo Shimano 105 STI 16v.	360
Peugeot Ctr.T/53 12 v.	90
Olmo Ctr.T/53 Grupo Shimano Tiagra STI 18v.	480
Orbea Ctr.T/54 Grupo Shimano 105 STI 18 v. (a estrenar)	450
Vitus Ctr.T/51 Cuadro Carbono 21v.	270
Decathlon Ctr.T/54 14v. (semi nueva)	180
Romani Ctr.T/51 14v.	210
Pinarello Paris Ctr.T/60 Grupo Campagnolo Record 16v.	1050
Pinarello Ctr.T/53 Grupo Campagnolo Veloce 13v.	360
Trek 6000 Mtb.T/19.5 Con suspensión	480
Diamond Back Mtb.T/19 Grupo Shimano 200 21v.	150
Conor Infantil R-18 (4 a 6 años)	60
Horch Infantil R-24 (8 a 12 años)	72
Strongman Infanti IR-24 (8 a 12 años)	48