



# A.C. MONTJUÏC

BUTLLETÍ INFORMATIU DE LA GRUPA





# EVERESTING

**E**l pasado 15 de mayo, dos de nuestros miembros de la Grupa **Alberto Guerra** y **José Manuel Perera** completaron el **Everesting** del Tibidabo, subiendo **25 veces** por la carretera de Vallvidrera desde Barcelona y consiguiendo un

total de 9000 metros de desnivel acumulado y 340 kms, en poco más de 20 horas.

*Enhorabuena a los finisher de tal hazaña, al alcance de pocos y que engrandece a nuestro Club con esos retos superados con éxito.*



# ÍNDEX

**2** 

Everesting

**4** 

Assamblea  
2021 de la  
AC Montjuic



**6** 

Gegant  
de Pedra

**8** 

Xavier  
Òdena



**10** 

Calendari  
ESTIU





# ASSEMBLEA 2021 DE LA AC MONTJUÏC

**E**l dia 6 de Març a les 17:05 va donar començament l'Assemblea anual del club en format telemàtic usant l'eina Microsoft Teams amb un total de 22 assistents.

**“Es va votar el pressupost amb 17 a favor (+8 avançat) i cap abstenció ni en contra”**

Després de la presentació de la temporada que va fer el president Xavier Òdena on es va recordar que la quota es manté intacte a la de l'any passat, Josep M<sup>º</sup> Bordas va proposar mirar de negociar millor amb el banc per reduir les despeses de comissions, cosa amb la que va quedar d'acord amb la tesorera Gemma Moran. També es va decidir que fins el 1er de maig no es farà el pagament domiciliat pel que fins llavors hi ha temes per fer el pagament

a tothom qui el faci per avançat.

Tot seguit es va passar a votar el pressupost amb 17 persones a favor (+ 8 del vot avançat) i cap abstenció ni cap en contra.

El segon punt es va comentar el tema de la LOPD que ja compliem però que excepte alguns aspectes fàcils de solucionar com els enviaments de correus avisadors o alguns indicadors a la web del club, el gran problema era la necessitat de tenir el consentiment del

soci si volem publicar la seva imatge. Aquest punt va provocar debat, entre el qual es va dir de preguntar als advocats que ens porten la LOPD si aquest permís afecta als WhatsApp dels grups. Es va valorar la problemàtica de la gent que no vulgui cedir els seus drets d'imatge a més de la gent que simplement pugui costar aconseguir resposta tot i que no tinguessin cap inconvenient. També es va proposar, per facilitar tenir les signatures, fer una foto

de grup tant aviat com la pandèmia ens deixi, cosa que entre altres coses serveixi d'al·licient per tenir aquests permisos. El tercer punt va ser respecte a les assegurances. Es va informar de l'assegurança de grup que ja teníem per obligacions legals i protecció del club, i es va posar a votació l'obligatorietat d'exigir als socis que tinguin algun tipus d'assegurança per sortir amb el grup. La votació va sortir favorable amb 17 vots a favor (+ 7 del vot avançat), cap en contra i 2 + 1 abstencions. El quart punt que valorava el reglament es va iniciar amb un parell d'indicacions del soci Francisco Cascon sobre arreglar els espais i revisar l'ús dels termes capitans/portaveus que s'usa de forma indiferent sense cap criteri diferencial.

Tot seguit Francisco Cascon va proposar afegir un límit de sortides a realitzar per part d'un convidat (sempre revisable pel capità donat el cas i sense afectar a les conjuntes amb altres clubs) que es va decidir que fos de 4 amb un total de 16 vots a favor, cap en contra i 4 abstencions.

Un altre esmena que es va afegir la va proposar l'Ivan Robles arrel de la petició del soci Andrés Vargas sobre afegir al règim disciplinari l'agressió verbal

diferenciant-lo dels menyspreu. Aquesta esmena va introduir el debat d'incloure termes pejoratius com sexistes i racistes i es va acordar afegir aquest punt al text amb un total de 15 vots a favor, cap en contra i 5 abstencions.

Un cop fetes les esmenes, es va procedir a votar les opcions previstes que havien portat controvèrsies. La primera va ser al respecte de que la roba del club fos visible tot i ser temporada d'hivern, però va ser rebutjada amb 14



vots a favor (+8 dels vots avançats), 1 en contra i 5 abstencions.

Per votar la segona es va introduir la variant proposada per Jaume Cardona de plantejar si les marques en representació del club havien de puntuar com les sortides ja que no era una sortida de club, es va rebutjar amb 12 vots a favor, 3 en contra i 3 abstencions.

Així es va poder plantejar la segona opció que es referia a si es continuava puntuant una marxa que

no deixés portar el mallot del club, després de un debat respecte al tema, es va procedir a les votacions i es va dir que si continués puntuant tot i no portar el mallot (sempre complint els requisits especificats al reglament de fer la inscripció com membre del club) per un total de 8 vots a favor (+7 del vot delegat), 6 en contra i 3 abstencions.

Un cop teníem totes les esmenes es va procedir a la votació del reglament tal i com havia quedat. El reglament es va aprovar amb 16 vots a favor (+7 vot avançat), 1 en contra d'un vot delegat i 2 abstencions.

L'últim punt per concloure l'Assemblea va ser al respecte del comitè de disciplina que es va plantejar i que havia de ser completament independent de la junta i els capitans demanant que fossin membres dels diferents grups. Es van oferir voluntàries pel comitè l'Imma Sanjuan del grup A i la Mercè Montero del grup B. A posteriori s'han ofert el Victor Isern del B22 i el Manuel Pascual del grup de llebrers. Per tant després de 2h 30' d'Assemblea es va donar per finalitzada amb el desig de tornar a la normalitat amb la major brevetat possible tant a nivell de sortides, com als esdeveniments, com evidentment l'Assemblea.

# GEGANT DE PEDRA



El pasado sábado 05 de junio nuestro miembro de la Grupa Juan Gómez finalizó con éxito la marcha cicloturista de mtb

GEGANT DE PEDRA, marcha durísima de 190 kms y 5700 metros de desnivel en poco más de 16 horas.

**Enhorabuena a Juan, por finalizar una marcha tan dura técnicamente, de puro**

**mountain bike con sendas y caminos que transitan por las regiones de Castellón y Teruel y que han finalizado la marcha un total de 263 corredores de unos 600 inscritos.**



# CA

## Caroz Armayones

ADVOCATS



ESPECIALISTAS EN:

ACCIDENTES DE TRÁFICO Y LABORALES

NEGLIGENCIAS MÉDICAS

CAÍDAS EN LA VÍA PÚBLICA

INVALIDECES SEGURIDAD SOCIAL

DERECHO CIVIL Y DE FAMILIA

**¡¡ Consulta inicial GRATUITA a los socios de la A.C. Montjuïc !!**

Via Laietana 9, 1º 1ª - 08003 - Barcelona Tel. 93 310 03 12 - Fax 93 310 14 00  
info@caroz-armayones.com - www.caroz-armayones.com



**Síguenos en RRSS: Caroz Armayones Advocats**



XAVIER ÒDENA TORRENT - Soci 26 - Barcelona, 1973 - Llebrers



#### Sobrenom "Àlies":

Tot i venir en la època del Juanito Martínez que posava sobrenoms a tothom en aquest aspecte em vaig lliurar. Si que esporàdicament va haver una època que se'm va comparar amb Salvatore Comesso pel volum de les cames

#### Aficions a banda del ciclisme:

Bàsicament activitats al aire lliure i de contacte amb la natura. Apart del ciclisme de carretera i BTT m'agrada practicar senderisme, escalada, vies ferrades, esquí de pista, esquí de muntanya, barrancs, tot el que permeti estar al aire lliure.

#### Preferències musicals:

Variat però preferència cap el Rock, Pop, Melòdica, Ska,... que hi hagi una guitarra ajuda.

#### Preferències cinema, literatura, etc:

Ciència ficció i comèdia lleugera, tot i que com es normal no es fa el lleig a grans obres independentment del gènere com per exemple Cadena Perpetua, American History X, La Tumba de las Luciérnagas, El Club de los Poetas Muertos, Your Name o El Indomable Will Hunting.

#### Motiu de ser soci de la Grupa:

Per casualitat, era un ciclista dels mesos de estiu al poble, el Joaquim Ferri em va veure quan vaig portar la bici a reparar ja que coneix a mon pare, i li va dir que provés de sortir amb la Grupa.

#### Preferències / qualitats personals

##### damunt la bici (pla, escalada, esprint...):

Abans dels problemes cardíacs era bàsicament rodador i tragamilles, però les preferències visuals sempre han estat per la muntanya pels paisatges que ofereix, tot i que degut al pes em costava més i no era el terreny més òptim per mi. Des dels problemes cardíacs allà on m'arribi la assistència ja en tinc de sobres, però continuo per la preferència pels paisatges muntanyencs.

##### Fites personal/Ruta emblemàtica/ aspiracions amb la bicicleta:

No soc de marcar fites, i tot i que he arribat a fer moltes animalades mai m'ho he plantejat com repte, però si que en el seu moment per mi va ser molt bona fita







la marxa Alpenbrevet que es fa a Suïssa, la resta era gaudir d'una bona ruta i una bona companyia, i a ser possible conèixer nous llocs.

### **Aspiracions/projectes ciclistes?:**

Continuar gaudint dels paisatges on em du la bicicleta sobretot rodejat de bona gent amb qui gaudir de grans moments, i també em motiva molt ajudar als qui comencen a conèixer un món que tant m'ha donat a mi.

### **Rutes habituals / favorites:**

Les millors rutes per mi són els grans ports alpins: Sella, Sanetsch, Nivolet, Molltaller, Prè de Madame Carle, Furka, Grossglockner, Grosse Scheidegg, Kaunertal, Rombo,... i és que els Alps em tenen el cor robat.

Tot i que també em motiva molt aprofitar la bici per conèixer altres indrets com les illes britàniques, els països del est, països centrals europeus, zona escandinava, i en definitiva voltar arreu per gaudir dels paisatges sempre diferents que poden oferir.

### **Marca bicicleta preferida:**

No és més que un material que m'ajuda a arribar a una fi, per tant no tinc cap preferència. Si parlem de les bicis que he tingut, i no se per quin motiu, li tinc una estima especial a la Merck.

### **Que t'agrada de la Grupa:**

Som un club amb un fort esperit

cicloturista, de companyerisme, i de compartir experiències amb la bici, cosa que m'agrada molt i encaixa molt amb la meua manera de entendre la bici. També conec molta bona gent i molts bons amics que fa que m'agradi compartir estones amb ells amb la excusa de la bicicleta. A dia d'avui el fet de ser un club gran com som també ens ajuda a que independentment del nivell que tinguem, sempre podem trobar gent amb qui compartir hores de ruta i bons esmorzars.

### **Que es podria canviar / millorar a la Grupa:**

Des que vaig entrar ja fa 25 anys que érem dos grups, fins als dies d'avui amb 5 grups i més de 60 persones sortint cada cap de setmana els temps han evolucionat i nosaltres com a club també ho hem fet per adaptar-nos al creixement que hem tingut i al canvi dels temps, tot i que no sempre és fàcil créixer, i no sempre hem estat capaços de mantenir la unitat entre els diferents grups i membres. M'agradaria que la interacció i mobilitat entre els gruperos de diferents grups consolidés la tendència que sembla que últimament estem començant a tenir i fos molt major, i fóssim capaços de que ens coneguéssim i poguéssim compartir una estona de pedals independentment del grup amb el qual rodem habitualment durant aquella temporada.

# CALENDARI ESTIU 2021

Llebrers

Grup A

Grup B22

Grup B

Veterans

## JULIOL

### 3 Juliol

#### Llebrers: CASTELLTERÇOL "Bar Imperial"

ANADA: Molins de Rei, Rubí, Les Fonts, Terrasa (RG), Estenalles (RG), La V, la Granera i Castellterçol.  
 TORNADA: St Feliu de Codines, Caldes de Montbui, Santa Perpètua, Montcada i Reixac i Barcelona (opcional cementiri)  
 SORTIDA a les 7:00 de Palau Reial 130 kms /1900 dsn.

#### Grup A: HOSTALRIC "Bar Restaurant La Conna" Tel. 972 864 522

ANADA: per litoral, Port de Badalona, Montgat, El Masnou, Premià de Mar, Vilassar, Mataró (RG), Arenys, Canet, Sant Pol,

Calella, Sta. Susana (RG), Tordera i Hostalric.  
 TORNADA: per la Bat-llòria, St Celoni (RG), Villalba Sasserra, variant de Cardedeu, La Roca (RG), Vilanova del Vallès, Martorelles, Montcada (RG) i Barcelona.  
 SORTIDA a les 7:00 de Plaça Espanya 150 kms / 800 dsn.

#### Grup B22: VACARISSES (per Castellbell) "Bar Cal Xavi" Tel.: 93 828 01 94

ANADA: PI Espanya, L'Hospitalet de Llobregat, Esplugues de Llobregat (RG), Sant Just Desvern, Sant Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), El Papiol, Polígon La Ferralla, Sant Andreu de la Barca, Martorell (RG), Carretera de Les Carpes, Olesa de Montserrat (RG), Monistrol de Montserrat, Castellbell i el Vilar (RG), Vall de Montserrat, Vacarisses.  
 TORNADA: Vacarisses, Ribes Blaves, Olesa de Montserrat, Les Carpes, Martorell (RG), Sant

Andreu de la Barca, La Ferralla, El Papiol, Molins de Rei (RG), Sant Feliu de Llobregat, Sant Just Desvern, Esplugues de Llobregat, L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona.  
 SORTIDA a les 7:00 de plaça Espanya 110 kms / 1400 dsn Index duresa IBP: 103.

#### Grup B: ST LLORENÇ D'HORTONS "El Cafè" Tel. 93 771 68 88

ANADA: Per Molins de Rei, Martorell (RG) Ctra. de Gelida, Castellví de Rosanes, Gelida (RG) a la dreta dreta direcció a Sant Llorens d'Hortons.  
 TORNADA: Pel mateix recorregut, Gelida (RG) Alt del Congost (RG) Molins de Rei (RG) Sant Feliu i Barcelona.  
 SORTIDA a les 7:30 de Palau Reial 80 Kms

#### Veterans: ST ANDREU DE LA BARCA

SORTIDA a les 8:00 Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat, 50 kms

### 10 Juliol

#### Llebrers: MASQUEFA "Can Parelada"

ANADA: El Prat de Llobregat, Gavà per aeroport, Begues (RG), Olesa de Bonesvalls, Avinyó Nou (RG), Els Cassots (RG), Sant Sadurní i Masquefa.  
 TORNADA: Sant Esteve



# bikeit



# bikeit

Concell de Cent, 180 (Local 3)  
08015 Barcelona

93 323 59 40  
[www.bikeit.es](http://www.bikeit.es)  
[info@bikeit.es](mailto:info@bikeit.es)

@bikeit\_es



[www.facebook.com/bikeit.es](http://www.facebook.com/bikeit.es)



**10 Juliol (continuació)**

de Sesrovires, Can Amat, Abrera, Olesa de Montserrat, Ullastrell (RG), Alt Creu dels Batlles, Rubí, El Papiol, Molins de Rei i Barcelona.  
**SORTIDA:** A les 7:00 de Plaça Espanya 135 kms / 1800 dsn.

**Grup A: ESPECIAL DEL VERANO- LA QUEBRANTAHUESOS DEL A**

**Viernes:** Barcelona-Sabiñánigo (Hotel) 3,5 horas

**Sábado:** La QH: Sabiñánigo, Somport, Marie Blanche, Portalet, Hoz de Jaca, Sabiñánigo (200 kms / 3600 dsn)

**Domingo:** Treparriscos: Sabiñánigo, Biescas, Gavín, Puerto de Cotefablo, Broto, Fiscal, Yebra (84 kms / 1400 dsn).

**Grup B22: MONTSERRAT 360° - Marganell. "Rte. Cal Jaume" Tel.: 93 835 71 50**

**ANADA:** L'Hospitalet de Llobregat, Esplugues de Llobregat (RG), St Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), El Papiol, Polígon La Ferralla, St Andreu de la Barca, Martorell (RG), Carretera de Les Carpes, Olesa de Montserrat (RG), Colonia Can Sedó, Esparraguera, Collbató, El Bruc, Alt de Can Massana, Marganell.  
**TORNADA:** Marganell, Castellbell i el Vilar, Monistrol de Montserrat, Olesa de Montserrat, Martorell (RG), St Andreu de la Barca, Polígon La Ferralla, El Papiol, Molins de Rei (RG), St Feliu de



Llobregat, Esplugues de Llobregat, Barcelona  
**SORTIDA** a les 6:30 de plaça Espanya 130 kms / 1450 dsn Index duresa IBP: 105.

**Grup B: SANTA AGNES DE MALANYANES "Restaurant El Parque"**

**ANADA:** Per Paral·lel, Vila Olímpica, Carril Bici riu Besós, agafar carretera de La Roca, La Roca i Santa Agnès.

**TORNADA:** Pel mateix recorregut La Roca, Vilanova del Vallés (RG), Montornès, St Fost, Moncada (RG), Meridiana-Mallorca (RG).  
**SORTIDA** a les 7:30 de plaça Espanya 70 kms  
**OPCIONAL TORNADA:** Pel riu Besós.

**Veterans: SANTA RITA**

**SORTIDA** a les 8:00 Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat 50 km.

**ANADA:** Torre Baró, Montcada i Reixac, carretera la Roca, Santa Maria de Palautordera (RG), Montseny, Turó del Home (RG). Campins.  
**TORNADA:** St Celoni, La Roca, Montcada i Barcelona.

Opcional tren a la anada o tornada.  
**SORTIDA** a les 6:30 de Palau reial 170 kms / 2400 dsn.

**Grup A: DOSRIUS "Piscina Can Battle" Tel. 937 91 98 64**

**ANADA:** per litoral, riu Besós, Vallençana (RG), Montgat (RG), Vilassar, Argentona, Dosrius y piscina.  
**TORNADA:** Collet, Urb. St Carles, Ctra. Roca, La Roca (RG), St Fost i Barcelona.  
**SORTIDA** a les 7:30 de plaça Espamya 100 kms / 650 dsn.  
 Sortida relaxada a la piscina. No oblideu portar la motxilla amb el banyador, la tovallola i les xancletes.

**17 Juliol**

**Llebrers: TURÓ DEL HOME, CAMPINS "La Terrassa de Campins"**

**Grup B22: MURA (Estenelles + V) "Rte. Cal Carter" Tel.: 93 831 70 36**



**17 Juliol (continuació)**

ANADA: L'Hospitalet de Llobregat, Esplugues de Llobregat (RG), St Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), El Papiol, Rubí, Les Fonts (RG), Terrassa (RG), Matadepera, Coll de les Estenalles (RG), Mura.  
 TORNADA: Coll de la "V" (RG), St Llorenç Savall, Castellar del Vallès (RG), Sentmenat, Polinyà, Santiga (RG), Ripollet, Montcada i Reixac, Santa Coloma de Gramenet i Barcelona  
 SORTIDA a les 6:30 de plaça Espanya 130 kms / 1700 dsn Index duresa IBP: 116.

**Grup B: URB. CASABLANCA "Cal Suso" 93 891 27 53**

ANADA: Per Molins de Rei, Martorell, (RG) Gelida (RG), direcció a St Sadurní fins a Casablanca  
 TORNADA: Pel mateix recorregut, Alt del Congost (RG), Molins de Rei (RG) St Feliu i Barcelona.  
 SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 75 Kms  
 OPCIONAL ANADA: Per l'Ordal.

**Veterans: CASTELLDEFELS**

SORTIDA a les 8:00  
 Barcelona, 9:00 Filipinas  
 60 kms.

**24 Juliol****Liebrers: SANT MARTI SARROCA "Ca la Katy"**

ANADA: Molins de Rei, Ordal per N340 (RG), Sant Pau d'Ordal, Guardiola de Fontrubí, La Llacuna, Pontons (RG) i Sant Martí Sarroca.  
 TORNADA: Vilafranca del Penedés, Ordal per N-340, Vallirana, Molins de Rei i BCN  
 SORTIDA a les 7:00 de Palau reial 145 kms / 2000 dsn

**Grup A: RIELLS DEL FAI "Bar La Parada" Tel. 675 288 038**

ANADA: per Montcada, St Fost, Montornés, Vilanova del Vallès, La Roca (RG), Santa Agnès de Malanyanes, Cardedeu (RG), Corro d'Avall, Alt de Samalús (RG), La Garriga (RG), L'Atmella del Vallès, Bigues i Riells i Riells del Fai.  
 TORNADA: per Bigues i Riells, Santa Eulàlia de Ronçana, Lliçà d'Amunt, Lliçà de Vall (RG), Parets

del Vallès, Martorelles (RG), Montcada (RG) i Barcelona.  
 SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 125 kms / 780 dsn.

**Grup B22: ESPECIAL ESTIU La Creueta - Molina**

Desplaçament en vehicle fins al punt de partida. Aprox 1:30. Es prega màxima puntualitat per al correcte desenvolupament de la sortida.  
 ANADA: Ripoll, Campdevànol, Gombren, Castellar de N'Hug, Coll de la Crueta, La Molina (Alabaus), La Molina (Pista Llagra), La Molina.  
 TORNADA: La Molina, Collada de Toses, Toses, Planoles, Ribes de Freser, Campdevànol, Ripoll.  
 SORTIDA 8:00 del Parking LIDL de Ripoll 105 km / 2400 dsn Index duresa IBP: 133

**Grup B: BEGUES "El Caliu" 93 639 06 05**

ANADA: El Prat, carretera interior Aeroport, Rotonda Filipines, Camí del Mar, Ctra. B-210 direcció Begues, Gava (RG) a la rotonda abans de pujar a Bruquers i Begues.  
 TORNADA: Gava (RG) tornar a Ctra. B-210 però passant per "Mercaflor", fins a la DAMM (El Prat), Zona Franca.  
 SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 70 kms

**Veterans: ST ANDREU DE LA BARCA**

SORTIDA a les 8:00 de Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat 50 kms

# 31 Juliol

## Liebrers: ESPECIAL VALLTER

Sortida a les 8.00 de Ripoll.

RECORREGUT: Port de Cannes (reagrupament). Baixar per Santigosa fins Sant Joan de les Abadesses, Ogassa, Collada Burgarés (reagrupament). Colonia Estabanell, Camprodon, Setcases i Vallter 2000 (reagrupament). Baixada per Setcases, Camprodon, Sant Joan de les Abadesses i Ripoll. Trobada a les 6:00 Plaça Espanya els que no vagin directes.

## Grup A: ST LLORENÇ D'HORTONS "El Café" Tel. 937 71 68 88

ANADA: per Molins de Rei (RG), Pallejà, Sant Andreu de la Barca, Martorell (RG), Gelida (RG), Espiells, Coll Petoll (RG), desviament ctra. de St Llorenç, pol. ind. El Torrent Fondo i St Llorenç d'Hortons. TORNADA: per Gelida, Alt de la Creu d'Aragall (RG), Corbera, La Palma de Cervelló (RG), Molins de Rei (RG) i Barcelona. SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 100 kms / 1250 dsn

## Grup B22: CASTELLDEFELS (per Collserola) Rte. Casa Diego Tel.: 93 664 12 18

ANADA: Maria Cristina (RG al Corte Ingles Diagonal), Ctra de Vallvidrera (Bv-1462), Carretera de Molins (Bv-1468), Alt Santa Creu d'Olorda (RG), St Bartomeu de la Cuadra,

Molins de Rei (RG), Polígon el Plà, Pont del riu Llobregat, St Vicenç dels Horts, Santa Coloma de Cervelló, Sant Boi de Llobregat (RG), St Climent, Viladecans (RG), Gavà, La Sentiu (opcional anar directe al rte), Castelldefels. TORNADA: Les Botigues de Sitges, Peu de Costes, Gavà mar, Rotonda de Les Filipines (RG), Aeroport, El Prat de Llobregat (RG), Zona Franca i Barcelona. (Opcional pujada final al Castell). SORTIDA a les 7:00 de plaça Espanya 80 kms / 850 dsn Index duresa IBP: 64.

## Grup B: CAN SEDO "Antiga Braseria" Tel. 93 777 84 49

ANADA: Per Molins de Rei, Martorell (RG) Ctra. de les Carpes (RG), Olesa (RG) i Can Sedó. TORNADA: Pel mateix recorregut Olesa (RG), Martorell, Alt del Congost (RG) Molins de Rei (RG) St Feliu i Barcelona. SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 80 kms

## Veterans: SANTA RITA

SORTIDA a les 8:00 de Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat 50 kms

ANADA: Vallvidrera, Arrabassada a St Cugat (RG), Bellaterra, Sabadell, Mas Bonvilar (RG), Coll d'Estenalles (RG), Mura i Rocafort.

TORNADA: El Pont de Vilomara, Sant Vicenç de Castellet, Monistrol, Olesa de Montserrat, Martorell, El Congost (RG), Molins de Rei i Barcelona.

SORTIDA a les 7:00 de Palau reial 135 kms / 1800 dsn

## Grup A: ST ANTONI DE VILAMAJOR "Bar Vilamajor" Tel. 93 845 09 84

ANADA: per litoral, Montgat (RG), El Masnou, Premià de Mar, Vilassar de Mar (RG), Argentona, Dosrius, Can Bordoï (RG), Llinars i St Antoni de Vilamajor.

TORNADA: per Llinars, C35, Sta Agnès de Malanyanes, La Roca (RG), Vilanova, Montornès, Martorelles, Montcada (RG), Forat del Vent (RG) (opció Arrabassada) i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 110 kms / 1000 dsn

## Grup B22: St Antoni de Vilamajor "Bar Vilamajor" Tel: 93 845 09 84

ANADA: St Adrià de Besòs, Badalona, Montgat (RG), El Masnou, Vilassar de Mar (RG), Cabrera de Mar, Agell, Argentona, Dosrius, Alt del Collet (RG), Cardedeu, Canoves, St Antoni de Vilamajor.

TORNADA: Llinars del Vallès, Santa Agnès de Malanyanes, La Roca del Vallès (RG), Vilanova del Vallès, Martorelles, Sant Fost de

# AGOST

## 7 Agost

## Liebrers: ROCAFORT "El Racó del Bon Menjar"

7 Agost (continuació)

Campcentelles, Montcada i Reixac (RG), Cerdanyola del Vallès, Forat del Vent (RG) i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 115 kms / 1100 dsn Index duresa IBP: 64

**Grup B: BIGUES "Bar Arcis" Tel. 93 865 87 06**

ANADA: Per Meridiana, Montcada, La Llagosta, Santa Perpètua de la Mogoda, agafar direcció Palau de Plegamans (RG), per la variant a Caldes, pujar a St Feliu de Codines (RG) i baixar fins a Bigues. TORNADA: Per Santa Eulàlia, Lliça, Parets a la sortida (RG), Mollet, Montcada (RG) Meridiana-Mallorca.

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 90 kms

**Veterans: CASTELLDEFELS**

SORTIDA a les 8:00 de Barcelona, 9:00 Filipinas 60 kms.

14 Agost

**Llebrers: CANYAMARS "Cal Victor"**

ANADA: Badalona, Tiana per la Conreria (RG), Montornés del Vallès, La Roca (RG), Dos Rius per Sant Carles i Canyamars.

TORNADA: Dos Rius, Argentina, Premià de Mar, i Barcelona per NII (opcional Vallençana)

SORTIDA a les 7:00 de plaça Espanya 100 kms / 900 dsn

**Grup A: VILADECALLS "Punt Blau" Tel. 93 789 18 31**

ANADA: per Molins de Rei (RG), El Papiol, Castellbisbal, Alt de la Creu de Batlles (RG), Ullastrell, Sta Maria de Vilalba (RG), Ribes Blaves i Viladecavalls. TORNADA: per Terrassa (RG), Les Fonts, St Cugat (RG), Arrabassada (RG), Tibidabo i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 100 kms / 1500 dsn.

**Grup B22: VILADECALLS "Bar El Punt Blau" Tel. 93 789 18 31**

ANADA: Esplugues de Llobregat, St Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), El Papiol, Alt de la Creu de Batlles (RG), Ullastrell, Santa Maria de Vilalba (RG), Urbanització Ribes Blaves, Viladecavalls. TORNADA: Terrassa (RG), Les Fonts, Rubí, St Cugat del Vallès (RG), Arrabassada, Tibidabo (RG) i Barcelona.

SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 90 kms / 1500 dsn Index duresa IBP: 96

**Grup B: CANET "Restaurante Montman" Tel. 93 792 07 97**

ANADA: Vila Olímpica, Badalona, Mongat (RG)

Masnou, Mataró (RG), Arenys, Canet i tots junts fins al bar TORNADA: Pel mateix recorregut fins Mongat (Fi de ruta)

SOERTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 90 kms

**Veterans: St ANDREU DE LA BARCA**

SORTIDA a les 8:00 de Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat 50 kms.

21 Agost

**Llebrers: SANT LLORENÇ SAVALL "Fonda Cal Rius"**

ANADA: Arrabassada fins St Cugat (RG), Rubí, Les Fonts, Terrassa, Castellar del Vallès (RG) i Sant Llorenç Savall.

TORNADA: Matadepera per Estenalles (RG), Terrassa, Alt Creu dels Batlles, Castellbisbal, Molins de Rei i Barcelona.

SORTIDA a les 7:00 de Palau reial 125 kms / 1900 dsn.

**Grup A: SANT MIQUEL DEL FAI "El Mirador del Fai" Tel. 93 866 08 68**

ANADA: per Montcada (RG), Mollet, Parets del Vallès, Lliçà de Vall, Lliçà d'Amunt, Sta Eulàlia de Ronçana, Bigues i Riells (RG), St Feliu de Codines (RG) i St Miquel del Fai.

TORNADA: per St Feliu de Codines (RG), Caldes de Montbui, Palau-Solità (RG), Camí de Gallecs (RG), Montcada (RG) i Barcelona. SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 120 kms / 1000 dsn.

**Grup B22: ST MIQUEL DEL FAI "Rte. El Mirador del Fai" Tel. 93 866 08 68**

ANADA: St Adrià de Besòs, Carril bici riu Besòs, Santa Coloma Gramenet, Montcada i Reixac (RG), Martorelles, Mollet del Vallès (RG), Escola de Policia, Parets del Vallès, Lliçà de Vall, Lliçà

**21 Agost (continuació)**

d'Amunt, Santa Eulàlia de Ronçana, Bigues i Riells, St Feliu de Codines (RG), St Miguel del Fai, continuar pujant fins la cruïlla de la ctra de Centelles.  
 TORNADA: Sant Quirze Safaja, St Feliu de Codines, Caldes de Montbui, Palau i Solità (RG), Camí de Gàllec, Mollet del Vallès, Martorelles, St Fost de Campsentelles, Montcada i Reixac (RG), Santa Coloma de Gramenet, Barcelona.  
 SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 110 kms / 1500 dsn Index duresa IBP: 86.

**Grup B: CASTELLVI DE ROSANES "Cal Avi" Tel. 93 775 20 32**

ANADA: Per Molins de Rei (RG), Martorell, Ctra. de Gelida, (RG) sota l'autopista, desvio direcció Gelida fins rotonda entrada (RG) i tornar a Castellvi de Rosanes.  
 TORNADA: Pel mateix recorregut, (RG) a dalt del Congost, Molins de Rei, (RG) St Feliu i Barcelona.  
 SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 75 kms.

**Veterans: SANTA RITA**

SORTIDA a les 8:00 de Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat 50 kms

**28 Agost**

**Liebrers: ST FELIU DE CODINES "Tot Kuina"**

ANADA: St Adrià del Besós, Montcada i Reixac per Besós, Martorelles

(RG), Els Gallecs, Lliçà de Vall, Lliçà d'Amunt, Santa Eulàlia de Ronçana, Bigues i Riells i St Feliu de Codines.  
 TORNADA: Caldes de Montbui, Sentmenat, Sabadell, Bellaterra, Cerdanyola, Forat del Vent (RG) i Barcelona  
 SORTIDA a les 7:00 de plaça Espanya 115 kms / 1400 dsn.

**Grup A: ST SADURNI "La Terrassa del Cava" Tel. 93 891 10 50**

ANADA: per Molins de Rei (RG), Cervelló, Vallirana (RG), Ordal (RG), St Pau d'Ordal, Lavern (RG) i St Sadurní.  
 TORNADA: per Gelida, Martorell (RG), els Onze, Las antenas (RG), Cova Solera, Rubí (RG), Mirasol, Valldoreix (RG), Les Planes i Barcelona.  
 SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 110 kms / 1500 dsn.

**Grup B22: ST SADURNI D'ANOIA "La Terrassa del Maset" Tel.: 93 891 10 50**

ANADA: Esplugues de Llobregat, St Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), Cervelló, Vallirana, Alt del Ordal (RG), El Pago (RG), St Pau d'Ordal, Lavern, Sant Sadurní d'Anoia.  
 TORNADA: Gelida, Castellvi de Rosanes, Martorell (RG), Alt Creu dels Tres Batlles (RG), Rubí, St Cugat del Vallès, Valldoreix, Les Planes, Vallvidrera (RG) i Barcelona  
 SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 100 kms / 1600 dsn Index duresa IBP: 99

**Grup B: DOSRIUS "Can Parral" Tel. 93 791 91 78**

ANADA: Per Paral·lel, Vila Olímpica, Ctra de la Roca, Cardedeu, encreuament a la dreta i arribada a Dosrius.  
 TORNADA: Per Argentina, encreuament amb direcció a Vilassar, El Masnou, Mongat (Fi de ruta)  
 SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 90 kms

**Veterans: CASTELLDEFELS**

SORTIDA a les 8:00 de Barcelona, 9:00 Filipinas 60 kms

**SETEMBRE**

**4 Setembre**

**Liebrers: ST PERE MOLANTA "Restaurant la Posada"**

ANADA: Molins de Rei, Vallirana, Pla de Pelach (RG), Olesa de Bonesvalls, Avinyó Nou i Sant Pere Molanta.  
 TORNADA: Olivella, desviar direcció Plana Novella, Rat Penat (RG), Castelldefels, La Sentiu, Viladecans, St Climent, St Boi, Colonia Guell, Santa Coloma de Cervelló, St Feliu de Llobregat i Barcelona.  
 SORTIDA a les 7:00 de plaça Espanya 110 kms / 1800 dsn.

**Grup A: AVINYONET "Bar Calsoteca" Tel. 931 31 45 80**



**4 Setembre (continuació)**

ANADA: per Zona Franca, El Prat, ctra. Viladecans, Gavà (RG), Begues (RG), Olesa de Bonesvalls, Avinyonet

TORNADA: per Ordal (RG), Molins de Rei (RG), Creu d'Olorda (RG) i Barcelona  
SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 100 kms / 1200 dsn.

**Grup B22: COLLBATO (per l'aeri) "Rte Can Llates" Tel.: 93 777 00 15**

ANADA: L'Hospitalet de Llobregat, Esplugues de Llobregat (RG), St Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), El Papiol, Polígon La Ferralla, St Andreu de la Barca, Martorell (RG), Carretera de Les Carpes, Olesa de Montserrat (RG), Colonia Can Sedó continuar hacia arriba para salir al lado del aeri de Montserrat, Carretera a Collbató, Collbató.

TORNADA: Entrada Autovía A-2, Sortida 576, Esparraguera, Olesa de Montserrat, Carretera de Les Carpes, Martorell (RG), St Andreu de la Barca, Polígon La Ferralla, El Papiol, Molins de Rei (RG), St Feliu de Llobregat, St Just Desvern, Esplugues de Llobregat, L'Hospitalet de Llobregat i Barcelona

OPCIONAL: Opcional a l'entrada de Collbató pujar el quilòmetre i mig per arribar a les coves de salnitre per gaudir de les seves vistes.

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 105 kms / 1350 dsn Index duresa IBP: 74.

**Grup B: CASTELLAR DEL VALLES "Bar El Recreo" 93 714 23 73**

ANADA: Per Molins de Rei, Rubi (RG) Terrassa, pujar per la riera i al final (RG) a la entrada de Castellar (RG).

TORNADA: Per Sabadell (RG) a la benzineria, Cerdanyola (RG) a Meridiana- Mallorca  
Sortida a les 7'30 h. de PALAU REIAL 80 Km.

**Veterans: Sant Andreu de la Barca**

Sortida a les 8:00 Barcelona, 9:00 Sant Feliu de Llobregat, 50 km.

**11 Setembre****Llebrers: MONISTROL DE MONTSERRAT "Els Arcs"**

ANADA: Molins de Rei, Martorell (RG), Olesa de Montserrat, Can Sedó, Esparraguera, Collbató (RG) i Monistrol de Montserrat.  
TORNADA: Vacarisses, Viladecavalls, Alt de la Creu dels Batlles, Castellbisbal, Molins de Rei i Barcelona (opcional Santa Creu d'Olorda).

SORTIDA: a les 7:00 de Palau Reial 110 km / 1400 dsn.

**Grup A: VALLGORGUINA. "Rte. El Casal" Tel.: 93 867 90 90**

ANADA: per Badalona, El Masnou, Coll de la font de Cera (RG), Vilanova del Vallès, La Roca del Vallès (RG), Vilalba Saserra, Vallgorguina

TORNADA: per Collsacreu (RG), Arenys de Mar (RG), Mataró (RG), Vilassar de Mar, El Masnou, Montgat (RG), Badalona i Barcelona.  
SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 120 kms / 850 dsn

**Grup B22: ST LLORENÇ D'HORTONS (inversa) "Bar El Café"**

ANADA: Esplugues, St Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), Pallejà, Martorell (RG), St Joan Samora, St Llorenç d'Hortons.

TORNADA: Gelida, Martorell (RG), Polígon la Ferralla, Mirasol, Les Planes (RG), In&Out, L'Ar-rabassada, Tibidabo (RG), Vallvidrera i Barcelona  
SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 95 kms / 1400 dsn Index duresa IBP: 83

**Grup B: ORRIUS "Cal Tatanu" 93 756 04 84**

ANADA: Per Meridiana, Montcada, ctra. de La



**11 Setembre (continuació)**

Roca (RG), St Fost, La Roca, (RG) cruïlla a la dreta a Òrrius a la entrada (RG).

TORNADA: Argentona, Vilassar de Mar (RG) N-II fins Mongat (Fi de ruta).

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 75kms

**Veterans: SANTA RITA**

SORTIDA a les 8:00 de Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat 50 kms.

**18 Setembre**

**Llebrers: CANYELLES "Casal Canyelles"**

ANADA: Castelldefels per autovia, Sitges (RG), St Pere de Ribes i Canyelles.

TORNADA: Daltmar, Moja, Castellers de Vilafranca (RG), Avinyó Nou per N340, Olesa de Bonesvalls, Begues (RG), Gavà, El Prat de Llobregat per B210 i Barcelona (opcional per Montjuïc)

SORTIDA a les 7:00 de plaça Espanya 120 kms / 1300 dsn.

**Grup A: LA RAPITA-PANTÀ DE FOIX "L'Arc" Tel. 938983878**

ANADA: per Molins de Rei (RG), alt de l'Ordal (RG), Vilafranca (RG), La Ràpita.

TORNADA: per Pantà de Foix, Villanova, Sitges (RG), Castelldefels (RG), Barcelona.

SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 120 kms / 1100 dsn

**Grup B22: CASTELLBISBAL (4 cims) Rte. Can Costa Tel. 93 772 07 84**

ANADA: Vallvidrera, Cruïlla del Tibidabo, St Cugat del Vallès (RG), Bellaterra, Sabadell (RG), St Quirze del Vallès, Alt de Can Barata, Rubí, Les Fonts, Terrassa (RG), Alt Creu dels 3 Batlles, Castellbisbal (Can Costa)

TORNADA: El Papiol, Molins de Rei (RG), St Bartomeu de la Quadra, Alt de Creu d'Olorda (RG), Barcelona.

OPCIONAL TORNADA: La ultima subida opcional, debido a la dureza de la ruta.

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 85 kms / 1600 dsn Index duresa IBP: 91.

**Grup B: ARENYS "Restaurante Montman" Tel. 93 792 07 97**

ANADA: Vila Olímpica, Badalona, Mongat (RG) Masnou, Mataró (RG), Arenys.

TORNADA: Mataró (RG), Masnou, Mongat (RG – Fi de ruta).

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 90 kms.

**Veterans: CASTELLDEFELS**

SORTIDA a les 8:00 Barcelona, 9:00 Filipinas 60 kms.

**25 Setembre**

**Llebrers: LA GARRIGA "Cal Boter"**

ANADA: Montcada i Reixac per Besós (RG), La Roca del Vallés, Cardedeu, Llinars del Vallés, St Antoni de Vilamajor, Canoves

(RG) i La Garriga.

TORNADA: Bigues i Riells, Caldes de Montbui, Palau Solità i Plegamans, Santa Perpètua, La Llagosta, Montcada i Reixac i Barcelona.

SORTIDA a les 7:00 de plaça Espanya 130 kms / 1200 dsn.

**Grup A: ST ANTONI DE VILAMAJOR "Bar Vilamajor" Tel. 93 845 09 84**

ANADA: per Montcada (RG), St Fost, Vilanova del Vallès, La Roca (RG), Santa Agnès de Malanyanes, Cardedeu, Marata (RG), Alt de Samalús (RG), Cànoves i St Antoni de Vilamajor.

TORNADA: per Llinars del Vallès, Can Bordoí (RG), Dosrius, Òrrius (RG), La Roca (RG), Montornès, Montcada (RG) i Barcelona. SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 125 kms / 1100 dsn.

**Grup B22: ESPECIAL LLAGOSTERA "Costa Brava"**

Sortida especial en la que hi ha un desplaçament en vehicle fins a Llagostera d' 1:30 h.

Es prega la máxima puntualitat ja que no s'esperarà a la sortida pel bon funcionament de la mateixa.

ITINERARI: Llagostera (Parking supermercat), Alt de Romanyà de la Selva, Calonge, St Antoni de Calonge, St Joan de Palamòs, Montràs, Palafurgell, Calella de Palafurgell, Llafranch, Tamariu, Fornells, Begur, Sa Tuna, Aiguafreda, Sa Riera, Begur, Regencós,

**25 Setembre (continuació)**

Pals, Sant Julià de Boada, Palau Sator, Ullastret, Matajudaica, Parlavà, Rupià, La Pera, Pedrinyà, La Creueta, Palol d'Onyar, Quart, Llambilles, Cassà de la Selva, Llagostera. SORTIDA a les 6:00 de plaça Espanya 130 kms / 1950 dsn Index duresa IBP: 145.

**Grup B: PAPERERS La Roca Bar "El Parque" Tel. 93 842 01 34**

ANADA: Parai. Iel, Vila Olímpica, Badalona, Montgat, Vilassar de Mar i RG a la desviació direcció Argentona, pujar riera d Argentona, Coll de Parpers, la Roca i Sta Agnes. Tornada: per ctra de la Roca, Montornes, St Fost, Moncada, Meridiana, c/ Mallorca (RG).

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 85 kms OPCIONAL TORNADA: Pel riu Besòs.

**Veterans: ST ANDREU DE LA BARCA**

SORTIDA a les 8:00 de Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat 50 kms

**OCTUBRE****2 Octubre****Liebrers: CASABLANCA "Mesón Suso"**

ANADA: Molins de Rei, Martorell (RG), Masquefa per la Beguda Baixa, St Sadurní per Monistrol d'Anoia i Casablanca.

TORNADA: Gelida, Creu d'Aragall (RG), Corbera, La Palma de Cervelló, Molins de Rei i Barcelona (opcional Santa Creu d'Olorda) SORTIDA a les 7h30 de Palau reial 90 kms / 1200 dsn.

**Grup A: SEMIESPECIAL LLAGOSTERA**

Desplaçament en cotxe fins a Llagostera (1h10) RECORRIDO: per Romanyà, Calonge, Palafrugell, Tamariu, Pals, La Bisbal, Santa Pellaia, Cassà de la Selva, Llagostera SORTIDA a les 8:00 de Llagostera 110 kms / 1500 dsn.

<https://www.strava.com/routes/23233990>

**Grup B22: ST ANTONI DE VILAMAJOR "Bar Vilamajor" Tel. 93 845 09 84**

ANADA: St Adrià de Besòs, Carril bici Riu Besòs, Santa Coloma Gramenet, Montcada i Reixac (RG), St Fost de Campsentelles, Mollet del Vallès (RG), Parets del Vallès, LLiçà de Vall, Lliçà d'Amunt, Santa Eulàlia de Ronçana, L'Ametlla del Vallès (RG), La Garriga, Alt de Samalús (RG), Cànoves, St Antoni de Vilamajor.

TORNADA: Llinars del Vallès, Alt de Can Bordoï (RG), Dosrius, Argentona, Cabrera de Mar, Vilasar de Mar, El Masnou, Montgat (RG), St Adrià de Besòs i Barcelona

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 110 kms / 1200 dsn Index duresa IBP: 77.

**Grup B: ST VICENÇ DELS HORTS "Casa Paco" Tel. 93 656 90 01**

ANADA: El Prat, camí agrícola fins a Viladecans (RG), agafar direcció Sant Climent i Sant Boi (RG). Agafar direcció Alt Colonia Guell, Sta Coloma de Cervelló, baixar a la ctra i continuar fins St Vicenç dels Horts.

TORNADA: Molins de Rei, St Feliu i Barcelona SORTIDA a les 8:00 de plaça Espanya 70 kms

**Veterans: SANTA RITA**

SORTIDA a les 8:00 Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat 50 kms

**9 Octubre****Liebrers: ALT DEL FARELL "Can Farell"**

ANADA: Cerdanyola per Meridiana, Ripollet, Santiga, Polinyà, Sentmenat (RG), Caldes de Montbui i Alt del Farell.

TORNADA: Caldes de Montbui, Palau Solità i Plegamans, Santa Perpètua de Mogoda, La Llagosta, Montcada i Reixac i Barcelona (opcional pel cementiri). SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 95 kms / 1200 dsn.

**Grup A: CANYAMARS "Cal Victor" Tel. 93 795 50 10**

ANADA: per Montcada (RG), St Fost de Campsentelles, Vilanova del Vallès (RG), La Roca, St Agnès, desvió

**9 Octubre (continuació)**

Urb. St Carles (RG), El collet (RG), Dosrius i Canyamars. TORNADA: per Dosrius, Argentona, Vilassar de Mar (RG), Montgat (RG), Badalona i Barcelona. SORTIDA a les 8:00 de plaça Espanya 100 kms / 650 dsn.

**Grup B22: TRANSCOLLSEROLA (BAR por determinar)**

ANADA: Sarrià, Santa Creu d'Olorda (RG), St Bartomeu de la Quadra, La Floresta, Vallvidrera, Cruïlla Tibidabo (RG), St Cugat del Vallès,

Cerdanyola del Vallès, Forat del Vent (RG), Coll de la Ventosa, Cementiri Collserola, Montcada i Reixac i Barcelona.

SORTIDA a les 8:00 de plaça Espanya 70 kms / 1400 dsn Index duresa IBP: 94.

**Grup B: MARTORELLES "El Loro Charlie" Tel 93 570 63 88**

ANADA: Per Paral·lel, Vila Olímpica, Sant Adrià, Badalona, cruïlla de Tiana (RG), pujar la Conreria, baixada a St Fost (RG) i tots junts fins al Loro Charlie.

TORNADA: St Fost, Montcada, (RG) Meridiana-Mallorca (RG).

SORTIDA a les 8.00 de plaça Espanya 60 kms OPCIONAL TORNADA: Pel riu Besòs.

**Veterans: CASTELLDEFELS**

SORTIDA a les 8:00 TV Hospitalet 50 kms

**16 Octubre**

**Llebrers: ST AGNÉS DE MALANYANES "La República"**

ANADA: Badalona, El Masnou (RG), Alella, Vallromanes (RG), Ca n'Alegre (RG), La Roca del Vallès i St Agnès de Malanyanes. TORNADA: Dos Rius, Argentona, Cabrera de Mar, Vilassar de Mar i Barcelona per NII.

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 90 kms / 1000 dsn

**Grup A: CASTELLVI DE ROSANES "Castell de Sant Jaume" Tel. 937 74 31 05**

ANADA: per Molins de Rei (RG), La Ferralla, St Andreu de la Barca (RG), Corbera (RG), Corbera de Dalt, l'Amunt (alternativa Aragall Junior), Creu d'Aragall (RG), Gelida i Castellví de Rosanes.

TORNADA: per Martorell (RG), La Ferralla, Molins de Rei (RG), Sta Creu d'Olorda (RG) i Barcelona. SORTIDA a les 8:00 de Palau reial 90 kms / 1300 dsn.

**Grup B22: MARTIVELL (per Ordal) "Rte. Meson Suso" Tel. 93 891 27 53**





## 16 Octubre (continuació)

ANADA: L'Hospitalet de Llobregat, Esplugues (RG), St Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), Cervelló, Vallirana, Alt de l'Ordal (RG), Els Cassots, St Sadurní d'Anoia (RG), Martivell.  
TORNADA: Gelida, Castellví de Rosanes, Martorell (RG), St Andreu de la Barca, La Ferralla, El Papiol, Molins de Rei (RG), St Feliu de Llobregat, Esplugues i Barcelona  
OPCIONAL: En arribar a Molins qui encara tingui ganes de gresca pot pujar a Santa Creu d'Olorda  
SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 90 kms / 1100 dsn Index duresa IBP: 68.

### Grup B: RUBÍ "Bar Torrecilla" Tel. 93 697 56 45

ANADA: Per Molins de Rei, ctra. fins a RUBÍ (RG) a la rotonda, i tots junts fins al Bar.  
TORNADA: pel mateix recorregut, Molins de Rei, (RG) St Feliu i Barcelona  
SORTIDA a les 8:00 de Palau reial 60 kms  
OPCIONAL TORNADA: Per Les Planes, Vallvidrera.

### Veterans: ST ANDREU DE LA BARÇA

SORTIDA a les 8:00 Barcelona, 9:00 St Feliu de Llobregat 50 kms

## 23 Octubre

Llebrers: TERRASSA "Mirador de la Mola"  
ANADA: Molins de Rei, Martorell (RG), Santa Maria Vilalba (RG), Ur-



banització Ribes Blaves, Vacarisses i Terrassa.  
TORNADA: Mas Bonvilar, St Quirze per Can Barata, Rubí, St Cugat, Arrabassada i Barcelona.  
SORTIDA a les 7:30 de Palau reial 100 kms / 1500 dsn.

### Grup A: OLESA DE BONESVALLS "Bar Centre Cívic" Tel. 93 794 02 82

ANADA: per Zona Franca, el Prat, la Pava, Gavá (RG), Begues (RG) i Olesa de Bonesvalls.  
TORNADA: per Plà d'en Pelach (RG), Casetes d'en Julià (RG), Vallirana, Molins de Rei (RG) i Barcelona.  
SORTIDA a les 8:00 de plaça Espanya 80 kms / 800 dsn

### Grup B22: CANET DE MAR (per Pollastre) "Bar El Molí" Tel. 93 818 93 42

ANADA: St Adrià de Besòs (RG), Badalona, Montgat, Vilassar de Mar, Mataró (RG), Carretera de Mata, St Andreu de Llavaneres, St Vicenç de Montalt, Arenys de Munt, St Iscle de Vallalta, St Cebrià de Vallalta, St Pol de Mar, Canet de Mar.  
TORNADA: Arenys de Mar, Caldes d'Estrac, St Andreu

de Llavaneres, Mataró (RG), Vilassar de Mar, Montgat (RG), Badalona, St Adrià de Besòs i Barcelona.  
SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 110 kms / 850 dsn Index duresa IBP: 67

### Grup B: VALLROMANES "Cafè La Plaza" Tel. 93 572 98 70

ANADA: Meridiana, Montcada, Mollet (RG), Granollers, (RG) agafar direcció Vilanova del Vallès (RG) i tots junts fins a Vallromanes.  
TORNADA: Vilanova (RG) ctra. de La Roca, Sant Fost, Montcada, (RG) Meridiana i Barcelona c/. Mallorca (RG).  
Sortida a les 8:00 de plaça Espanya 70 kms  
OPCIONAL TORNADA: Pel riu Besòs.

### Veterans: SANTA RITA

SORTIDA a les 8:00 Barcelona, 9:00 Sant Feliu de Llobregat, 50 km.

## 30 Octubre

**MARTELLES, Esmorzar comiat de temporada a Can Raiguer**  
**Llebrers:**

ANADA: Badalona, Vallencana per Can Ruti (RG),



Montcada i Reixac, Sant Fost de Campcentelles, Alt de la Conreria (RG), Tiana, Montgat, El Masnou, Alella (RG), Vilanova del Vallés i Montornés.

TORNADA: directe a Barcelona.

SORTIDA a les 7:30 de plaça Espanya 90 km / 1000 dsn.

**Grup A:**

ANADA: per Montcada (RG), Vallença (RG), Canyet, Montgat (RG), El Masnou, Alella, Alt de la Font de Cera (RG), Vilanova del Vallès (RG), Martorelles. TORNADA: per Montcada (RG), Coll de Montcada, Ventosa (RG), Alt del Forat

del Vent (RG), Arrabassada (opcional) i Barcelona. SORTIDA a les 8:00 de plaça Espanya 95 kms / 1000 dsn.

**Grup B22:**

Aquesta es l'ultima sortida de la temporada d'estiu, on coincidim tots els grups al mateix restaurant per a poder gaudir en la mesura de les possibilitats del trajecte junts i compartir l'esmorçar amb tots els companys que assisteixin.

ANADA: Vila Olímpica, St Adrià de Besòs (RG), Carril bici riu Besòs, Santa Coloma de Gramenet, Alt de la Vallença (RG), Badalona (Opcional pujada a Can

Ruti), Alt de la Conreria (RG), St Fost de Campcentelles, Martorelles.

TORNADA: St Fost de Campcentelles, Montcada i Reixac (RG), (Opcional tornar a Barcelona directe), Cerdanyola del Vallès, Alt del Forat del Vent (RG) i Barcelona.

SORTIDA a les 8:00 de plaça Espanya 75 kms / 950 dsn Index duresa IBP: 71.

**Grup B:**

ANADA: Meridiana, Montcada, Mollet (RG) direcció Montmeló, pujar pel circuit

i baixar a Montmelo. Agafar direcció La Roca fins Martorelles

TORNADA: St Fost, Montcada, (RG) Meridiana-Mallorca (RG).

TORNADA OPCIONAL: Pel riu Besòs

SORTIDA a les 8:00 de plaça Espanya 60 Kms

**Veterans:**

SORTIDA a les 8:00 de Barcelona.

<https://acmontjuic.com/tienda-nova/ca/>





## A.C. MONTJUÏC

Butlletí editat per  
l'A.C. Montjuïc a través del seu consell  
de redacció:  
Gemma Moran, Xavier Odena i Elvis Sanchis

Disseny i impressió:  
Fotoescuela.net  
info@fotoescuela.net

butlleti@acmontjuic.org  
Número d'exemplars: 250

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

Associació Ciclista Montjuïc,  
C. Elcano, 24 baixos  
(local coordinadora d'entitats)  
08004 Barcelona  
T. 617 92 36 99  
grupa@acmontjuic.org  
[www.acmontjuic.org](http://www.acmontjuic.org)

A woman with short, wavy white hair and glasses is shown from the chest up, wearing a white long-sleeved shirt. She is holding a clear glass filled with water and drinking from it. The background is a plain, light-colored wall.

# **Garantim l'aigua a qui no la pot pagar amb els nostres ajuts i bonificacions socials**

**41.627 famílies ja s'han beneficiat  
del nostre Fons de Solidaritat.  
Informa-te'n a [aiguesdebarcelona.cat](http://aiguesdebarcelona.cat).**



**Aigües de  
Barcelona**

La gestió responsable