



A.C. MONTJUÏC

BUTLLETÍ INFORMATIU DE LA GRUPA



MAR-ABR-MAI-JUN 2022

ÍNDEX



Vista general del bar.



SOCIS

2



Resum
Assemblea

4

Esmorzar
comiat de
Temporada 2021

8



Isa
Ramos i
Jose Sandá

10

2022

Calendari
PRIMAVERA

23



Autobus a
Riudecanyes

ESMORZAR COMIAT DE



El passat dissabte dia 6 de novembre vam celebrar a Can Raiguer (Martorelles) la tradicional trobada de tot el club per acomiadar una temporada que ha estat atípica a causa

de la pandèmia, i on no hi ha hagut un calendari de sortides oficials. Afortunadament, la situació sanitària ha anat millorant poc a poc. A causa de la pandèmia, es va triar un lloc amb una

gran terrassa per a aquells que volguessin estar a l'exterior. Tot i així, la millora de la situació sanitària va permetre que els socis es poguessin repartir entre l'interior i l'exterior del local en un matí força fred. A les 8:00, els diversos

TEMPORADA 2021



Foto Club.



grups van sortir de Plaça Espanya direcció Martorelles. Feia goig veure un bon grapat de mallots del club repartits per les carreteres de camí al bar. Cada grup va fer un recorregut adequat al seu nivell per poder arribar a les 10:00 al bar. Alguns

van anar directes per Montcada, i d'altres van allargar el recorregut per la costa i fent algun port de la zona. També s'hi van afegir altres gruperos que per la seva forma física o per la fresca que feia es van estimar més anar directes en cotxe.

“Feia goig veure un bon grapat de mallots del club repartits per les carreteres”

En total ens vam aplegar 93 socis, cosa que demostra les ganes de la gent de retrobar-se amb els companys. Entre d'altres, vam poder comptar amb la presència de socis il·lustres com en Joaquim Ferri, amb una salut de ferro i el

bon humor de sempre, o en Mariano Alento, que després de molt de temps també es va poder sumar amb els companys. Al bar de Can Raiguer ens van servir l'esmorzar prou ràpid per tota la collar que érem. Aquest

“En total ens vam aplegar 93 socis, cosa que demostra les ganes de la gent de retrobar-se”



Homenatge Ferri i Cordero.



Insignia Josep Cordero.



Foto Grup B.

esmorzar, que va ser pagat pel club, va consistir en un entrepà de pernil, una beguda i cafès, i ens va recordar a les pernilades d'altres anys.

En acabar l'esmorzar, el grup B va fer un homenatge als socis

il·lustres Joaquim Ferri i Josep Falcó, amb un parlament d'en Manel Royo.

També es van lliurar les insígnies de 25 anys de soci a Josep Cordero, José Martínez (Tete), Roberto Puntero, Jordi Maya,

Daniel Gómez i Xavier Òdena, com a premi a la seva fidelitat al club.

I finalment es van fer diverses fotos de grup d'aquest gran retrobament.

Comptem amb tots vosaltres l'any que ve! Salut i pedals!



President i Ex-President.



Vista del bar amb gent esmorzant.



Foto Llebrers.



ENTREVISTES DE SOCIS

■ Maria Isabel Ramos da Pena - Soci núm. 206.

■ Jose Sandá pazos - Soci núm. 237.



Tens algun sobrenom?
No No

Aficions a banda del ciclisme:
Correr por asfalto o montaña.
Runing y manualidades.

Preferències musicals:
Pop latino y las baladas.
Flamenco Pop.

Preferències cinema, literatura, etc:
Ciència ficción, suspense, misterio.
Mi película: bailando con lobos. Espacio, NASA, y libros solo técnicos.

Motiu de ser soci de la Grupa:
Empecé con Duatlones y Triatlones, pero como me gusta tanto el ciclismo, pregunté a un amigo socio de la Grupa "Juan" y me habló de la Grupa, entonces probé un día, me sentí muy acogida por todos y haciendo el deporte que más me gusta, y así fue como me hice socia de la Grupa.
Salir en grupo y compartir con mi *churrimaki*.

Preferències / qualitats personals damunt la bici (pla, escalada, esprint...):
Prefiero la escalada, pero voy mejor en terrenos planos.
Ninguna cualidad destacada, lo menos malo las bajadas a full y sobretodo en BTT.

Fites personal/Ruta emblemàtica/ aspiracions amb la bicicleta:
Poder disfrutar de este deporte, todo lo que se pueda.
Ruta por los Minipueertos en Galicia, Pontevedra y el camino de Santiago.

Aspiracions/projectes ciclistes:

Mejorar con la bici para estar bien en Duatlon.

Rutes habituals / favorites:
José y yo, cuando solemos ir a Castellví de Rosanes, Gélida, Olesa de Montserrat o por el Prat para hacer un poco de rodaje plano.
Sitges y Gélida.

Marca bicicleta preferida:
No tengo ninguna marca preferida. Orbea.

Que t'agrada de la Grupa:
La organización que hay en cuanto las salidas de todo el año, ya que estan todas puestas en el calendario del año actual, y sobretodo el sentirnos tan acogidos tanto Jose como yo por la Grupa.
Cantidad de grupos que puedes elegir segun el nivel que tengas cada año o temporada.

Que es podria canviar / millorar a la Grupa:
Un poco mas de alguna manera de intercambio de componentes entre grupos.



Sortida del Grup A pujant Ullastrell pel Suro i tornant per les Planes i el Tíbidabo.

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

CALENDARI PRIMAVERA 2022

Llebrers

Grup A

Grup B22

Grup B

Veterans

MARÇ

5 Març

"PERNILADA DEL CLUB a Santa Rita"

Llebrers: CASTELLBISBAL: Pernilada de Club en Restaurant Santa Rita

ANADA: Vallvidrera, St Cugat (RG), Rubí, Terrassa, Alt dels 4 vents (RG i foto de grup), Rubí, Castellbisbal (ESM).

TORNADA: Martorell, Gelida direcció Can Barga-lló, Castellvi de Rosanes, Martorell, Molins de Rei per Congost, Bcn

SORTIDA: A les 8:00 de Palau Reial 100 kms / 1300 dsn.

Grup A: POLIGONO CASTELLBISBAL: "Santa Rita"

ANADA: Molins (RG), La Ferralla, Congost (RG), rotonda Martorell, Los once (RG), bajada a Castellbisbal i Polígon.

TORNADA: Molins de Rei (RG), Creu d'Olorda (RG), Tibidabo i Barcelona.

SORTIDA: a les 8:00h. del PALAU REIAL, 80 Qm. / 1.100 mts.

Grup B22: Pernilada de Club - Castellbisbal

"Bar Santa Rita" Tel.: 93.772.31.57

ANADA: Palau Reial, Esplugues de Llobregat (RG), Sant Just Desvern, Sant Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), El Papiol, Polígon La Ferralla (RG), Castellbisbal, Alt de la Creu de Batlles (RG), Baixada a Rubí per les Martines, Castellbisbal. TORNADA: Castellbisbal, El Papiol, Molins de Rei (RG), Sant Feliu de Llobregat, Sant Just Desvern, Esplugues de Llobregat, L'Hospitalet de Llobregat, i Barcelona. Opcional: Un cop a Molins de Rei pujar a Santa Creu d'Olorda, Vallvidrera i Tibidabo.

SORTIDA: 8.00 h de Palau Reial
Distància: 67 qm. Desnivell: 651 m Index duresa IBP: 40

Grup B: CASTELLBISBAL "Santa Rita" (esmorzar plegats)

ANADA: Per Molins de Rei, carretera de la chartarra, pujar fins a Castellbisbal a la rotonda (RG) baixar fins al Restaurant Santa Rita

TORNADA: Per Molins de Rei (RG) Sant Feliu i Barcelona

SORTIDA a les 8.00 del PALAU REIAL 60 Km.

Veterans: Santa Rita

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

12 Març

Llebrers: MATARÓ: Restaurant la Marina

ANADA: Badalona, Vallengana (RG), St Fost de Campsentelles (RG), Tiana per la Conreria (tram P) (RG), el Masnou, Alella (RG), Vallromanes (ESM) TORNADA: La Roca, coll de Parpers (RG), Argenton, Premià de Mar, Bcn per NII.

SORTIDA: A les 8:00 de Plaça Espanya 110 kms / 1300 dsn.

Grup A: MIRA-SOL "La Ponderosa" Tel. 93 589 25 71

ANADA: per Titoral, río Besós, Coll de Montcada, Coll de la Ventosa, Vall d'Hebron, Rabassada, Tibidabo (RG), ctra. de l'Arrabassada, "Rancho El Paso", La Floresta, Valldoreix i Mira-Sol.

TORNADA: per La Floresta (RG), Rierada, St. Bartomeu, Creu d'Olorda (RG) i Barcelona.

SORTIDA: a les 8:00 de Plaça Espanya 80 kms / 1200 mts.

Grup B22: Avinyó Nou "Rte. La Calsoteca" Tel. 93 131 45 80

ANADA: Pl. Espanya, L'Hospitalet de Llobregat, Esplugues de Llobregat (RG), Sant Just Desvern, Sant Feliu de Llobregat,

bikeit



bikeit

Concell de Cent, 180 (Local 3)
08015 Barcelona

93 323 59 40
www.bikeit.es
info@bikeit.es

@bikeit_es 


www.facebook.com/bikeit.es

12 Març (continuació)

Molins de Rei (RG), Cerve-lló, Vallirana, Les Casetes d'en Julià, El Lledoner, Alt de l'Ordal (RG), Ordal, El Pago, Cantallops, Clariana, Avinyó Nou.

TORNADA: Avinyó Nou, Olesa de Bonesvalls (RG), Begues, Variant de Begues, Alt de Begues (RG), Bruguers, Gavà, Carretera de Viladecans, Zona de Terminales Aeroport, El Prat de Llobregat, L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona.

SORTIDA: 7:30 h de Pl. Espanya
Distància: 89 qm. Desnivell: 1.079 m Index duresa IBP: 73

Grup B: CORBERA BAIXA "El Casal"

Tel. 93 650 06 04

ANADA: Per Molins de Rei, carretera de Vallirana, encreuament car-

retera de Corbera (RG) pujar fins a Corbera Alta i baixar al Casal.

TORNADA: La Palma, cruïlla Sant Vicens dels Horts, Sant Boi, El Prat (RG), Zona Franca i Barcelona
Sortida a les 8.00 de PALAU REIAL 60 Km

Veterans: Sant Andreu de la Barca

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

19 Març

Llebrers: ST PERE DE RIUDEBITLLES: Braseria Magust

ANADA: Molins de Rei, Martorell (RG), Gèlida, St Llorenç d'Hortons, desviament cap a Espiella, Fortesa cap a Mas Castells, Can Ormiga, St Pere de Riudebitlles (ESM)
TORNADA: St Sadurn

d'Anoia, Gèlida (RG), Martorell (Opc. Creu d'Aragall), Molins de Rei, Bcn
SORTIDA: A les 8:00 de Palau Reial 110 kms / 1200 dsn.

Grup A: OLIVELLA (Urb. Mas Milà) "Bar Rosi" Tel. 93 896 82 42

ANADA: Zona Franca, El Prat, T2, ctra. de Viladecans, Camí de la Pava, Peu de Costes (RG), Rat Penat (RG), Can Grau, Olivella i Urb. Mas Milà. (alternativa a Rat Penat por Alt de la Maladona, Sitges (RG), Sant Pere de Ribes (RG))

TORNADA: Avinyonet, Ordal (RG), Vallirana, S. Vicenç del Horts, Esplugues i Barcelona.
SORTIDA: a les 8:00 de Plaça Espanya 100 km. / 1500 mts.

Grup B22: Vacarisses (di-recció Castellbell) "Bar Cal Xavi" Tel.: 93.828.01.94

B22 en Villalba Sasserra.



19 Març (continuació)

ANADA: Palau Reial, 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, Viladecavalls, Terrassa (RG), Les Fonts, Rubí, Sant Cugat del Vallès (RG), Les Planes, Vallvidrera (RG), Barcelona.

Opcional: Un cop arribats a Molins de Rei, podem pujar els 12 qm de Santa Creu d'Olorda i arribar a Vallvidrera i els que encara tinguin ganes de gresca fer cim del Tibidabo.

SORTIDA: 7:00 h de Palau Reial.

Distància: 107 qm.

Desnivell: 1.052 m Index duresa IBP: 76.

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

ANADA: Per Molins de Rei, Martorell, desviament a la carretera de Gelida, (RG) sota l'autopista, desvio direcció Gelida fins encreuament carretera del Polígon.

TORNADA: Pel mateix recorregut, (RG) a dalt del Congost, Molins de Rei, (RG) Sant Feliu i Barcelona.

SORTIDA a les 8.00 de Palau Reial 60 Km

Veterans: Santa Rita

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

26 Març**26 Març "ESPECIAL DE CLUB A RIUDECANYES" Sortida puntuals a les 8:30h de Riudecanyes****Lebrers: ESPECIAL CONJUNTA RIUDECANYES, sortida del bus de Plaça Espanya a les 6:00**

ANADA: Riudecanyes, Montbrió del Camp, Montroig del Camp, ColldeJou, La Torre de Fontaubella, Marçà, Falset, Gratallops, Viella Baixa, Vilella Alta, Escaladei, Morera de Montsant, Cornudella de Montsant, Porrera, Alt de la Teixeta, Dueaigües, camí del Castell, Alt d'Escornalbou, Riudecanyes.

SORTIDA: des de Restaurant la Societat de Riudecanyes a les 8:30 100 kms.

Grup A: ESPECIAL DEL CLUB: RIUDECANYES

RECORREGUT: Riudecanyes, Montbrió, Mont-roig, Pratdip, Coll de Fatxes, La Serra d'Amos, Capçanes, Castell de Falset, Porrera, Coll Teixeta, Mirador de Puigferrós, Riudecanyes.

SORTIDA: Riudecanyes a les 8:30 90 KmS / 1800 mts.

Grup B22: Especial Conjunta Club Riudecanyes

Aquesta ruta es fa amb desplaçament en vehicle fins al punt d'inici de la

ruta, que queda fixat a la població de Riudecanyes, al Parking del Parc de les Glaneres, (c/ Dimecres) Es prega, per al bon funcionament de la ruta, la màxima puntualitat en els punts de quedada. Desplaçament amb vehicle: 136 Km - 1:30 h.

Altres opcions: Anar amb l'autocar organitzat per l'A.C. Montjuïc.

RUTA: Riudecanyes, Montbrió del Camp, Montroig, Pratdip, Santa Marina, Coll de Fatxes, Tivissa, La Serra d'Almòs, Guiamets, Capsanes, Marsà, Falset, Collada de Falset, Coll del Pigat, Coll de la Teixeta, Duesaigües, Castell d'Escornalbou, Riudecanyes.

SORTIDA a les 6:00 de Plaça Espanya, 8:30 des de Riudecanyes.

Distància: 85 kms Desnivell: 1600 m (mitjana metres desnivell x qm: 18.36).

Grup B: Especial Conjunta del club a Riudecanyes

RECORREGUT: Riudecanyes, Montbrió del Camp, Montroig, Pratdip, Santa Marina, Coll de Fatxes, Vandellós (esmorzar), Hospital del Infant, Miami Platja, Cambrils, Montbrió del Camp, Riudecanyes.

Sortida en bus de plaça Espanya a les 6:00 i sortida de Riudecanyes a les 8:30.

OPCIONAL RUBI "Bar Torrecilla" Tel. 93 697 56 45

ANADA: Per Vallvidrera, Tibidabo, Arrabassada, (RG) Sant Cugat (RG) i Rubi.

Grupo B a la Casa Pedro



26 Març (continuació)

TORNADA: Rubí, El Papiol, Molins de Rei, (RG), Sant Feliu i Barcelona.
Sortida a les 8:00 de PALAU REIAL 60 Km.

Veterans: Castelldefels

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

ABRIL

2 Abril

Llebrers: St MARGARIDA i ELS MONJOS: Restaurant Casa Paco

ANADA: El Prat, autovia fins carretera de les costes, Sitges (RG), Vilanova i la Gertrú, Pantà de Foix (RG), Torrelletes, les Masques, St Margarida i els Monjos (ESM).

TORNADA: Vilafranca, Ordal per la N-340, Vallirana (RG), Molins de Rei, Bcn
SORTIDA: A les 7:30 de Plaça Espanya 125 kms / 1300 dsn.

Grup A: COLLBATO (Coves del Salnitre) "Can Llates" Tel. 93 777 00 15

ANADA: Molins de Rei, Pallejà, Sant Andreu de la Barca, Martorell, Les Carpes, Olesa de Montserrat (RG), Can Sedó, ca n'Astruc Vell (RG), Aeri de Montserrat, Ctra. a Collbató (B-112), Coves del Salnitre (RG) i Collbató.
TORNADA: recto por deba-

jo de la autopista (lateral direcció Martorell i primera salida a Esparraguera), Esparraguera, Olesa de Montserrat (RG), Les Carpes, Martorell (RG), La Ferralla, Molins de Rei (RG), Sta Creu d'Olorda (opcional) i Barcelona.
SORTIDA: a les 7:30 del PALAU REIAL, 115 Qm. / 1.500 mts.

Grup B22: Pantà del Foix Rte. El Barretet Tel.: 93.102.22.69

ANADA: Pl. Espanya, L'Hospitalet de Llobregat, El Prat de Llobregat, Enllaç a Terminal 2, Zona externa del Aeroport a Les Filipines, Autovia C-31 – Gavà Mar, Castelldefels (RG), Les Botigues de Sitges, Garraf, Alt de la Maladona, Sitges (RG), Vilanova i La Geltru, Castellet.

2 Abril (continuació)

TORNADA: Castellet, Les Masqueres, La Gornal, Santa Margarida i Els Monjos (RG), Variante N-340, Avinyo Nou (RG), Clariana, Cantallops, El Pago, Ordal, Port de l'Ordal (RG), Vallirana, Cervelló, Sant Vicenç dels Horts (RG), Sant Feliu de Llobregat, Sant Just Desvern, Esplugues de Llobregat, L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona.
SORTIDA: 7:00 h de Plaça Espanya.
 Distància: 130 qm.
 Desnivell: 1.200 m Index duresa IBP: 98.

Grup B: ABRERA "Can Vilaiba" Tel. 626 826 604 (Conchi)

ANADA: Per Molins de Rei, Martorell, Ctra. de les Carpes (RG) fins a la entrada d'Olesa i tots junts fins a Can Vilaiba.
TORNADA: Pel mateix recorregut, (RG) Alt del Congost, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei (RG), Sant Feliu i Barcelona. Sortida a les 8.00 de PALAU REIAL 60 Km.

Veterans: Sant Andreu de la Barca

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

9 Abril**Llebrers: OLIVELLA: Bar Rosí (P)**

ANADA: Castelldefels per la autovia (RG), Rat Penat

(tram P), Olivella (ESM)
TORNADA: St Pere Molanta, Ordal per N340 (RG), Vallirana, Molins de Rei, Bcn.
SORTIDA: A les 7:30 de Plaça Espanya 100 kms / 1500 dsn.

Grup A: EL FARELL "El Remei" Tel. 93 8650002

ANADA: per litoral, Rio Besós, Montcada (RG), Ripollet, Pol. Ind. Santiga, ctra. Sabadell (B-140), Can Roqueta, Torre-Romeu, La Salut, Pedra Santa, Sentmenat (RG), Caldes de Montbui (RG), El Farell i baixada a Caldes de Montbui.
TORNADA: Palau-Solità (RG), La Llagosta (RG), Cerdanyola (RG), Rabassada (RG) i Barcelona.
SORTIDA: a les 7:30 de Plaça Espanya 110 km. / 1600 mts.

Grup B22: Sant Miquel del Fai "Rte. El Revolt" Tel.: 93 866 08 43

ANADA: Pl. Espanya, Montcada i Reixac (RG), Sant Fost Campsentelles, Mollet del Vallès (RG), Pareds del Vallès, Lliçà de Vall, Lliçà de Munt, Santa Eulàlia de Ronçana, Bigues, Sant Feliu de Codines (RG), Sant Miquel del Fai, Sant Quirze Safaja. **TORNADA:** Sant Quirze Safaja, Sant Feliu de Codines, Caldes de Montbui (RG), Palau i Solita, Santa Perpètua de Mododa (RG), La Llagosta, Montcada i Reixac, Santa Coloma de Gramenet, Barcelona.
OPCIONAL: En arribar al Pont de Montcada, qui tingui ganes de gresca encara

pot arribar a Barcelona per el Cementiri de Collserola.
SORTIDA: 7:00h de Pl. d' Espanya. Distància: 115 qm. Desnivell: 1.178 m Index duresa IBP: 100

Grup B: CASTELLBISBAL "Can Costa" Tel. 93 772 07 84

ANADA: Per Molins de Rei, Ctra de Rubi direcció a la chatarra (RG) pujar a Castellbisbal (RG) i tots junts fins a Can Costa.
TORNADA: Per El Papiol, Molins de Rei, (RG), Sant Feliu i Barcelona
 Sortida a les 8:00 de Palau Reial 65 Km.

Veterans: Santa Rita

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

16 Abril**Llebrers: VACARISSES: Cal Kiku**

ANADA: Molins de Rei, Martorell (RG), Olesa de Montserrat, Monistrol (RG), Vacarisses (ESM)
TORNADA: Urb. Els Caus (RG), Terrassa, Les Fonts, Rubí, Les Planes, Bcn (Opc. Tibidabo).
SORTIDA: A les 7:30 de Palau Reial 100 kms / 1300 dsn.

Grup A: VACARISSES "La Graella de Vacarisses" Tel. 938 280 506 o "Carní de l'Obac" Tel. 938 28 09 17

ANADA: Molins de Rei, Pallejà, Sant Andreu de la Barca, Martorell, Les Carpes, Olesa de Montserrat (RG), Monistrol (RG), Esta-

16 Abril (continuació)

ció de Castellbell i el Vilar, Rellinars, Alt de l'Obac (RG), Els Caus i Vacarisses. TORNADA: per ctra. Bau-ma (primera salida), ctra. Torreblanca, Viladecavalls (RG), Terrassa, Les Fonts, Rubí, Sant Cugat (RG), l'Arrabassada i Barcelona. SORTIDA: a les 7:30 de Palau Reial 120 km. / 1660 mts.

Grup B22: El Pollastre (direcció Sant Pol de Mar) "Rte. Tres Turons" Tel.: 93 795 14 46

ANADA: Pl. Espanya, Sant Adrià de Besòs (RG), Badalona, Montgat, El Masnou, Premià de Mar, Vilassar de Mar, Mataró (RG), Sant Andreu de Llavaneres, Caldes d'Estrac, Arenys de Mar, Canet de Mar, Sant Pol de Mar (RG), Sant Cebrià de Vallalta, Sant Iscle de Vallalta, Arenys de Munt, Coll del Pollastre, Torrentbó. TORNADA: Torrentbó, Sant Vicenç de Montalt, Sant Andreu de Llavaneres, Mataró (RG), Vilassar de Mar, Premià de Mar, El Masnou, Montgat (RG), Badalona, Sant Adrià de Besòs, Barcelona. SORTIDA: 7:00 h de Pl. d'Espanya. Distància: 112 qm. Desnivell: 841 m Index duresa IBP: 63.

Grup B: SENTMENAT "El Racó d'en Clapes" Tel. 93 715 03 82

ANADA: Meridiana, Montcada i Reixach,

encreuament a la Llagosta direcció Sta. Perpetua de la Mogoda a la sortida (RG) direcció Palau de Plegamans per la variant de Caldes i (RG) i tots junts a Sentmenat. TORNADA: Per Polinyà cruïlla direcció Mollet (RG), Santa Perpetua (RG) Sta. Perpetua, La Llagosta, Font d'en Poblet (RG), Meridiana-Mallorca (RG) Sortida a les 8:00 de PLAÇA ESPANYA 70 Km.

Veterans: Castelldefels

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

23 Abril

Llebrers: St LLORENÇ DE SAVALL: Fonda Rius

ANADA: Arrabassada (RG), St Cugat, Rubí, Terrassa, Alt d'Estenalles (RG), St Llorenç de Savall per la V (ESM) TORNADA: Castellar, Sabadell per Bonvilar, Cerdanyola, Cementiri i Bcn SORTIDA: A les 7:30 de Palau Reial 125 kms / 2000 dsn.

Grup A: MATADEPERA "Bar Pavelló Esportiu" Tel. 937 87 06 40

ANADA: Montcada, Ripollet, Santiga, Sentmenat (RG), Castellar del Vallés, Sant Llorenç Savall (RG), Pas de Lligabosses (RG), Les Estenalles (RG) i Matadepera. TORNADA: Terrassa, Les Fonts (RG), Rubí, Les Planes, Vallvidrera (RG) i Barcelona. SORTIDA: a les 7:30 de

Plaça Espanya 125 Qm. / 1670 mts.

Grup B22: Olesa de Bonesvalls "Bar El Casal" Tel.: 93 818 93 42

ANADA: Palau Reial, 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), Castellvi de Rosanes, Gelida, Sant Sadurní d'Anoia (RG), Els Cassots, Cantallops, Avinyó Nou, Olesa de Bonesvalls. TORNADA: Olesa de Bonesvalls, Urbanització Pla d'en Pelach (RG), Vallirana, Cervelló, Molins de Rei (RG), Sant Feliu de Llobregat, Sant Just Desvern, Esplugues de Llobregat, L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona. SORTIDA: 7:00 h de Palau Reial. Distància: 104 qm. Desnivell: 1163 m Index duresa IBP: 81

Grup B: MARTORELLES "Can Raiguer" Tel 93 579 49 88

ANADA: Per Paral·lel, Vila Olímpica, Besos, (RG) Ctra de La Roca, cruïlla de Vilanova del Valles (RG), Ctra de La Roca i tots junts fins al Cal Rigau TORNADA: Sant Fost, Montcada, (RG) Meridiana-Mallorca (RG) Sortida a les 8:00 de PLAÇA ESPANYA 65 Km

Veterans: Sant Andreu de la Barca

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

30 Abril**Llebrers: MARGANELL: El café de Marganell**

ANADA: Vallvidrera (RG), St Cugat, Rubí, les Fonts, Terrassa, Viladecavalls, Vacarisses (RG), Castellbell i el Vilar, Marganell (ESM)
 TORNADA: El Bruc, Esparaguera, Olesa de Montserrat, Martorell (RG), Molins de Rei, Bcn
 SORTIDA: A les 7:30 de Palau Reial 130 kms / 1900 dsn

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

ANADA: Molins de Rei (RG), Pallejà, Fontpineda (RG), Corbera (RG), Can Rafel (RG), Cervelló, Vallirana, Plà de Pelach (RG), Olesa.
 TORNADA: Begues (RG), Gavà, Viladecans, Sant Climent (RG), Sant Boi, Carrer del Plà, Molins, San Bartomeu (RG), Rierada, La Floresta (RG), Les Planes, Vallvidrera (RG) i Barcelona. (opcional voler directe desde Sant Boi o por Creu)
 SORTIDA: a les 7:30 de Palau Reial 100 km. / 2000 mts.

Grup B22: Monestir de Montserrat "Bar La Roca" Tel.: 93.835.02.93

ANADA: Palau Reial, Esplugues de Llobregat (RG), Sant Just Desvern, Sant Feliu de Llobregat, Molins de Rei (RG), El Papiol, Pallejà, Sant Andreu de la Barca, Martorell (RG), Carretera

de Les Carpes, Olesa de Montserrat (RG), Monistrol de Montserrat, Monestir de Montserrat (RG), Monistrol de Montserrat.

TORNADA: Monistrol de Montserrat, Olesa de Montserrat, Martorell (RG), Sant Andreu de la Barca, Polígon La Ferralla, El Papiol, Molins de Rei (RG), Sant Feliu de Llobregat, Sant Just Desvern, Esplugues de Llobregat, L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona.
 SORTIDA: 7:00 h de Palau Reial.
 Distancia: 120 km. Desnivell: 1200 m Indez duresa IBP: 105.

Grup B: SANTA EULALIA DE RONÇANA "La Àmfora" Tel 93 844 90 79

ANADA: Per Meridiana, Mollet (RG), a la dreta direcció a Parets (RG), Llista de Munt i Santa Eulalia de Ronçana.
 TORNADA: A la sortida de Santa Eulalia per la rotonda de la dreta, direcció a Caldes de Montbui al final de la pujada (RG) Palau de Plegamans, Montcada, Font d'en Poblet (RG)

Meridiana-Mallorca (RG).
 Sortida a les 8:00 de PLAÇA ESPANYA 80 Km

Veterans: Santa Rita

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

MAIG**7** Maig**Llebrers: CAPELLADES: Restaurant Dalt i Baix**

ANADA: Molins de Rei, Martorell (RG), Gelida, St Sadurn d'Anoia, la Fabrica d'en Jordana, St Jaume Sesoliveres, Canaletes (RG), St Pere Sacarrera, Capellades (ESM)
 TORNADA: Vallbona d'anoia, Piera, Martorell (RG), Molins de Rei, St Creu d'Olorda i Bcn
 SORTIDA: A les 7:30 de Palau Reial 125 kms / 1700 dsn



7 Maig (continuació)

**Grup A: GRANERA
"L'Esclopet"
93 866 84 39**

ANADA: Rio Besós, Sant Fost, Mollet, Parets, Lliça, antes de Lliça d'Amunt desvío (RG), Ca L'Artigues, Els Lledoners, Castell de Montbui, Sant Feliu de Codines (RG), Castellterçol, Granera.
TORNADA: Sant Llorenç Savall, Castellar (RG), Sentmenat, Polinya, Ripollet, Cerdanyola (RG), Forat del Vent (RG) i Barcelona.
SORTIDA: a les 7:00 de PLAÇA ESPANYA, 140 Qm. / 1.850 mts.

**Grup B22: ESPECIAL DE
PRIMAVERA "La Mussara
- Curta"**

Aquesta ruta es fa amb desplaçament en vehicle fins al punt d'inici de la ruta. Es prega, per al bon funcionament de la ruta, la màxima puntualitat en els punts de quedada Desplaçament amb vehicle: 110 Km - 1 h 15 min Altres opcions: Anar en tren i dormir la nit abans allà.
RUTA: Realitzarem el mateix recorregut que la Marxa Ciclista La Mussara, en el seu recorregut curt. Sortint de Reus.
SORTIDA: 6:00h de Pl. d' Espanya. (Trasllat en Cotxe fins a Reus) 7.30 h de Reus Distància: 102 qm. Desnivell: 1.928 m Index duresa IBP.

Grup B: SITGES "Bar La Era" Tel. 93 894 73 99

ANADA: Per El Prat, carretera interior Aeroport,

sortida autovia (RG) costes del Garraf i Sitges (RG) i tots junts fins al Bar.
TORNADA: Pel mateix recorregut, al final de les costes (RG), autovia, carretera interior Aeroport (RG) Zona Franca i Barcelona
Sortida a les 7:30 de PLAÇA ESPANYA 80 Km.

Veterans: Castelldefels

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

14 Maig

Llebrers: SORTIDA ESPECIAL AL AL MONT CARO

Grup A: LA LLACUNA "La Pansa" Tel. 93 897 62 42

ANADA: Molins de Rei, Cervelló, Vallirana, L'Ordal, Avinyonet, Vilafranca del Penedès, Sant Martí Sarroca, Alt de La Llacuna (13 km. de puerto) i La Llacuna.
TORNADA: per Rofes, Sant Joan de Mediona, Sant Pere Sacarrera, Capellades, Vallbona d'Anoia, Piera, Masquefa, La Beguda, Martorell, Sant Andreu de la Barca, Molins de Rei i Barcelona.
SORTIDA a les 7:00 de Palau Reial 150 km. / 1850 mts.

Grup B22: Canyelles "Rte. El Casal" Tel.: 93 897 37 02

ANADA: Pl. Espanya, El Prat de Llobregat (RG), Enllaç a Terminal 2, Zona externa del Aeroport a Les

Filipines, Autovia C-31 – Gavà Mar, Castelldefels (RG), Les Botigues de Sitges, Garraf, Alt de la Mala Dona, Sitges (RG), Sant Pere de Ribes, Canyelles.
TORNADA: Canyelles, Sant Miquel d'Olèrdola (RG), Sant Pere Molanta, Avinyó Nou, Cantallops, Ordal, Port de l'Ordal (RG), Vallirana, Cervelló, 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.
Distància: 110 qm.
Desnivell: 1.169 m Index duresa IBP: 86.

Grup B: OLESA DE MONTSERRAT "Bar Kike" Tel 93 770 12 92

ANADA: Per Molins de Rei, Martorell, ctra. de les Carpes, (RG) a Olesa de Montserrat (RG) i tots junt fins al restaurant.
TORNADA: Pel mateix recorregut, alt del Congost (RG), Sant Andreu de la Barca i Molins de Rei, (RG) Sant Feliu i Barcelona.
Sortida a les 7:30 de PALAU REIAL 65 Km.

Veterans: Sant Andreu de la Barca

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

21 Maig

Llebrers: MASQUEFA: Xurreria can Parellada (P)

ANADA: El Prat, Gavà, Begues (RG), Avinyó Nou (RG), els

21 Maig (continuació)

Casots (tram P), St Sadurni (RG), Masquefa (ESM)
TORNADA: St Esteve de Sesrovires per la Beguda alta, Abrera, Olesa de Montserrat, Ullastrell (RG), Rubí, Molins de Rei i Bcn.
SORTIDA: A les 7:00 de Plaça Espanya 135 kms / 1800 dsn.

Grup A: ESPECIAL TOUR DE MADELOC

Desplaçament en cotxe fins a Garriguella (2:00 h.)
Sortida de Barcelona a las 6:30.
De Garriguella a las 8,30
RECORREGUT: Garriguella, Espolla, Coll de Banyuls, Mas Reig, Tour de Madeloc, Collioure, Port-Vendres, Banyuls, Cerbère, Coll dels Belitres, Port Bou, Col del Frare, Valleta i Garriguella
SORTIDA: a les 8,30h. de Restaurant La Vinya Garriguella. 101 Km. / 2.400 mts.
ALTERNATIVA SI TRAMUNTANA: ESPECIAL RASOS DE PEGUERA
Desplaçament en cotxe fins a Col Rosal-Berga (1:30 h.).

Sortida de Barcelona a las 6:30. De Berga a las 8
RECORREGUT: Berga, variant túnels, central tèrmica, Desviament a Figols, Desviament al Hotel El Jou, baixada a la principal, desviament cap a Malanyeu, collada de sant Isidre, baixada a la Nou, Coll de Vinyoles i Rasos de Peguera (alternativa Santuario de Queralt (23,5 km. y 1.000 metros menos).
SORTIDA: a les 8h. de

Col Rosal-Berga. 92 Km. / 2.600 mts.

Grup B22: Hostalets de Pierola "Casal Català" Tel.: 93 771 24 02

ANADA: Palau Reial, 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), Castellví de Rosanes, Gelida, Sant Llorenç d'Hortons, Piera, Hostalets de Pierola
TORNADA: Hostalets de Pierola, Esparraguera, Olesa de Montserrat, Carretera de Les Carpes, Martorell (RG), Sant Andreu de la Barca, Polígon La Ferralla, El Papiol, Molins de Rei (RG), Sant Feliu de Llobregat, Sant Just Desvern, Esplugues de Llobregat, L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona.
SORTIDA: 7:00 de Plaça Espanya Distància: 114 qm. Desnivell: 1.039 m
 Index duresa IBP: 80

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 Bruguers 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 km.

Veterans: Santa Rita

Sortida a les 8:00 Barce-

lona, 9:00 Sant Feliu de Llobregat, 50 km.

28 Maig**Llebrers: St LLORENÇ D'HORTONS: Casa ont de l'Alzina**

ANADA: Molins de Rei, Corbera de Llob., Creu d'Aragall Junior (RG), Gèlida, St Llorenç d'Hortons (ESM).
TORNADA: St Joan Samorra, Martorell, (RG), Molins de Rei, St Creu d'Olorda i Bcn (Opc. Tibidabo).
SORTIDA: A les 7:00 de Palau Reial 95 kms / 1700 dsn.

Grup A: MURA-MATADEPERA "Bar Pavelló Esportiu"

ANADA: Martorell (RG), Olesa, Monistrol (RG), S. Vicenç de Castellet, Pont de Vilomara (RG), Rocafort, Mura, Coll de Estenelles (RG), Matadepera
TORNADA: Terrassa (RG), Les Fonts, Sant Cugat (RG), Arrabassada (RG) i Barcelona.
SORTIDA: a les 7:00 de Palau Reial 140 km. / 1800 mts.

Grup B22: La Baix Llobregat (Begues) "La Taperia" Tel.: 93.105.85.82

ANADA: Palau Reial, 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 (RG), Corbera de Llobregat, La Palma de Cervelló, Sant Vicenç dels Horts (RG), Torrelles de Llobregat, Begues
TORNADA: Begues, Olesa

28 Maig (continuació)

Bonesvals, Pla de Pelach, Vallirana, Cervelló, Molins de Rei, Sant Feliu de Llobregat, Sant Just Desvern, Esplugues de Llobregat, L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona
OPCIONAL: Qui encara tingui ganes de gresca pot pujar per Santa Creu d'Olorda fins al Tibidabo.
SORTIDA: a les 7:00 de Plaça Espanya Distància: 100 km. Desnivell: 1200 m Index duresa IBP: 88

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

ANADA: Per Molins de Rei, pujar ctra. De Terrassa fins cruïlla Ullastrell (RG) a 100mts cruïlla a la dereta direcció RUBI tots junts fins al Bar Torrecilla.
TORNADA: El Papiol, Molins de Rei, (RG) Sant Feliu i Barcelona
Sortida a les 7:30 de PALAU REIAL 75 Km.

Veterans: Castelldefels

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

JUNY

4 Juny

Llebrers: ESPECIAL CAP DE SETMANA A LA VALL D'ARAN

Grup A: ESPECIAL OLOT-CAMPRODÓN-VALLTER 2000

Desplaçament en cotxe fins a La Canya (1:30 h.).
Sortida de Barcelona a les 6:30. De La Canya (Olot) a las 8
RECORREGUT: La Canya, Sant Pau de Segúries (RG), Camprodón (RG), Vilallonga de Ter, Setcases (RG), Valter 2000 (RG), Setcases, Camprodón, Sant Pau de Segúries (alternativa directo por Capsacosta), Sant Joan de les Abadesses, Olot
SORTIDA: a les 8:00 de La Canya (parking Top-team Fitness). 120 Km. / 2500 mts.

Grup B22: Vallgorguina (per la costa) "Rte Fogons de Xeremell" Tel.: 666 531 499

ANADA: Pl. Espanya, Sant Adrià de Besòs (RG), Badalona, Montgat, El Masnou, Premià de Mar, Vilassar de Mar, Mataró (RG), Sant Andreu de Llavaneres, Caldes d'Estrac, Arenys de Mar (RG), Arenys de Munt, Coll de Collsacreu (RG), Vallgorguina.
TORNADA: Vallgorguina, Sant Celoni, Vilalba Sasserra, camí rural a Llinars, Polígons Cardedeu, Santa Agnès de Malanyanes, La Roca del Vallès (RG), Vilanova del Vallès, Montornès del Vallès, Martorelles, Sant Fost de Campsentelles, Montcada i Reixac (RG), Santa Coloma de Gramenet, Barcelona.
SORTIDA: 7:00 de Plaça Espanya Distància: 115 km. Desnivell: 800 m Index duresa IBP: 70

Grup B: CORBERA BAIXA "El Casal" Tel. 93 650 06 04

ANADA: Per Molins de Rei, (RG), Gelida, (RG) Creu D'Aragall (RG) i baixar fins a Corbera Baixa.
TORNADA: Per La Palma de Cervelló, (RG) a Molins de Rei, Sant Feliu i Barcelona.
Sortida a les 7:30 de PALAU REIAL 75 Km.

Veterans: Sant Andreu de la Barca

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

11 Juny

11 Juny "Mostra d'Entitats, 1 punt adicional al signar al stand de la Grupa"

Llebrers: CASTELLBELL i EL VILAR: can Ferrolles MOSTRA ENTITATS

ANADA: Molins de Rei, Martorell (RG), Olesa de Montserrat, Esparraguera direcció Can Sedó (RG), el Bruc, Alt de can Massana (RG), Marganell, Castellbell i el Vilar (ESM).
TORNADA: Vacarisses, els Caus (RG), Terrassa, les Fonts, les Planes, Vallvidrera i Bcn.
SORTIDA: A les 7:00 de Palau Reial 135 kms / 2000 dsn.
1 punt adicional al signar al stand de la grupa a la mostra d'entitats.

Grup A: MONISTROL por Marganell "Bar La Roca" MOSTRA ENTITATS
ANADA: Molins de Rei

11 Juny (continuació)

(RG), Pallejà, Sant Andreu de la Barca, Martorell, Olesa de Montserrat (RG), Monistrol de Montserrat (RG), mitja pujada a Montserrat i desviació a Sant Cristòfol (RG), ctra. de Marganell, desviació a El Casot (RG), Can Massana, Monastir de Montserrat (RG), Monistrol

TORNADA: Olesa de Montserrat (RG), Martorell (RG), Sant Andreu de la Barca, Pallejà, Molins de Rei (RG), (opcional si no hay Mostra d'Entitats: Creu d'Olorda por Sant Just 131 qm / 2.100 m.) i Barcelona.

Sortida: a les 7:00 de Palau Reial 120 km. / 1700 mts.

1 punt adicional al signar al stand de la grupa a la mostra d'entitats.

Grup B22: SITGES "Bar - Restaurant "La Era" MOSTRA ENTITATS

ANADA: Pl. Espanya, L'Hospitalet de Llobregat, El Prat de Llobregat (RG), Enllaç a Terminal 2, Zona externa del Aeroport, Carretera Viladecans B-204, - Gavà (Bombers) - Carre-

tera de La Sentiu, Castelldefels (RG), Les Botigues de Sitges, Garraf, Alt de la Maladona, Sitges.

TORNADA: Sitges, Garraf, Les Botigues de Sitges (RG), Castelldefels, Autovia C-31, Gavà Mar, Rotonda de Filipines (RG), Zona del Aeroport, El Prat de Llobregat, Zona Franca, Barcelona.

OPCIONAL: Els que encara acabin amb ganes de gresca poden pujar al Castell de Montjuïc

Sortida: 7:00 de Plaça Espanya Distància: 90 km. Desnivell: 820 m Index duresa IBP: 55

1 punt adicional al signar al stand de la grupa a la mostra d'entitats.

Grup B: ORRIUS "Cal Tantanu" MOSTRA ENTITATS

ANADA: Per Meridiana, Montcada, ctra. de La Roca (RG) Sant Fost, La Roca, (RG) cruïlla a la dreta a Ôrriu a la entrada (RG).

TORNADA: Argentona, Vilassar de Mar (RG) N-II El Masnou, Badalona (RG) a la benzina i Barcelona. Sortida a les 7:30 de PLAÇA ESPANYA 75km.

1 punt adicional al signar al stand de la grupa a la mostra d'entitats.

Veterans: Santa Rita MOSTRA ENTITATS

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

1 punt adicional al signar al stand de la grupa a la mostra d'entitats.

18 Juny

Llebrers: PONTONS: Restaurant els Caçadors (P)

ANADA: Molins de Rei, Alt del Ordal per N340 (RG), St Pau d'Ordal, el Plà del Penedés (RG), Alt de la Llacuna (tram P) (RG), Pontons (ESM)

TORNADA: St Martí Sarroca, Vilafranca, Avinyó Nou (RG), Begues, Gavà, St Boi i Bcn

Sortida: A les 6:30 de Palau Reial 150 kms / 2000 dsn

Grup A: COLLFORMIC - LA PULLOSA (desde Cardedeu)

RECORREGUT: Cardedeu, Llinars, Vilalba Sasserra, Sta. Maria de Palautordera, Sant Esteve de Palautordera, Collformic, El Brull, Seva, Balenyà, Tona, Coll de La Pullosa, Moia, Castellarçol, Sant



18 Juny (continuació)

Feliu de Codines, Caldes de Montbui, Palau i Solità, Polinya, Ripollet, Cerdanyola, Sant Cugat, Rabassada i Barcelona. SORTIDA a les 7:35 h. Cardedeu, 6,49 Sants y 6,59 Clot, 139 Km. / 2.300 mts.

Grup B22: Sant Llorenç Savall "Fonda Cal Rius"
Tel.: 93 714 00 44

ANADA: Pl. Espanya, Sant Adrià del Besòs, Montcada i Reixac (RG), Santiga, Sabadell, Sentmenat, Castellar del Vallès (RG), Sant Llorenç Savall. TORNADA: Sant Llorenç Savall, Gallifa, Sant Feliu de Codines, Caldes de Montbui (RG), Palau i Solità, Polígon industrial, Santa Perpètua de Mogoda, La Llagosta, Polígon Industrial, Montcada i Reixac (RG), Santa Coloma de Gramenet, Barcelona. SORTIDA: 7:00 h de Pl. d' Espanya
Distància: 117 qm. Desnivell: 1.100 Index duresa IBP: 98.

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 benzinera, Cerdanyola (RG) a Meridiana-Mallorca.
Sortida a les 7:30 h. de PALAU REIAL 80 Km.

Veterans: Castelldefels

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

25 Juny

Llebrers: SEVA: Restaurant Can Cabo

ANADA: Montcada per Meridiana, Montmelò per la carretera de la Roca, Granollers, L'Ametlla del Vallès, Bigues, St Feliu de Codines (RG), els Hostalets de Balenyà, Seva (ESM).
TORNADA: Collformic, Montseny, St Esteve de Palautordera (RG), Llinars, la Roca, Montcada i Bcn
SORTIDA: A les 6:30 de Plaça Espanya 175 kms / 2000 dsn.

Grup A: SEMIESPECIAL SANT HILARI SACALM. CAMPINS "La Terraza de Campins"

RECORREGUT: Sant Celoni, La Batlloria, Breda, Coll de n'Orri (RG), Arbúcies (RG), Sant Hilari Sacalm, Fontbella (RG), Matamala, Coll de Revell (RG), direcció Espinelves desviament a l'esquerra cap a Viladrau (RG), desviament a l'esquerra (RG), Sant Marçal (RG), Santa Fe del Montseny, Campins (almuerzo rápido), Sant Celoni, Vallgorguina, Collsacreu, Arenys de Munt (alternativa costa y/o tren), Pollastre, Mataró, Vilassar de Mar, El Masnou, Montgat, Badalona i Barcelona. SORTIDA a les 7:30 h. Sant Celoni, 6,45 Sants

y 6,55 Clot, 149 Km. / 2.300 mts.

Grup B22: La Garriga (por Sabadell) "Rte. Triangle" Tel.: 93 871 79 27

ANADA: Pl. Espanya, Sant Adrià Besòs, Santa Coloma de Gramenet, Montcada i Reixac (RG), Sant Fost Campcentelles, Martorelles, Vilanova del Vallès, La Roca del Vallès (RG), Santa Agnès de Malanyanes, Cardedeu, Marata, Llerona, La Garriga. TORNADA: La Garriga, Canovelles, Granollers, Montmelò (RG), Martorelles, Sant Fost de Campcentelles, Montcada i Reixac (RG), Santa Coloma de Gramenet, Barcelona
OPCIONAL: Qui vulgui, un cop arribat a Montcada pot tornar a Barcelona per el Cementiri de Collserola o el Forat del Vent.
SORTIDA: 7:00h de Pl. d' Espanya.
Distància: 94 qm. Desnivell: 718 m Index duresa IBP: 64

Grup B: URB. CASA-BLANCA "Cal Suso" 93 891 27 53

ANADA: Per Molins de Rei, Martorell, (RG) Gelida (RG), direcció a Sant Sadurní fins a Casablanca. TORNADA: Pel mateix recorregut, Alt del Congost (RG), Molins de Rei (RG) Sant Feliu i Barcelona.
Sortida a les 7:30 de PALAU REIAL 75 Km.

Veterans: Sant Andreu de la Barca

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

AUTOBUS A RIUDECANYES

El próximo sábado 26 marzo el Club AC Montjuïc organiza una Especial Conjunta con todos los grupos a Riudecanyes (Tarragona). Cada grupo tendrá su propia ruta, confeccionada por sus capitanes, con el inicio y final de ruta desde el restaurante La Societat, en el cual comerán los miembros que lo deseen al finalizar la ruta.

Para aquellos miembros que quieran participar en la ruta y no quieran utilizar su propio vehículo para desplazarse a Riudecanyes, el Club subvenciona un autobús para aquella persona que lo requiera.

El transporte tendría un coste de 5 euros por persona y bicicleta. El autobús estará a las 6:00 de la mañana en Plaza España, allí se cargarán y se descargarán las bicicletas al finalizar la ruta. Aquellos que utilicen el autobús deben saber que el regreso a Barcelona se hará al finalizar la comida.

Para reservar la plaza del autobús, hay que avisar con antelación al capitán de su grupo, siendo el lunes 21 de marzo el último día de reserva. El capitán sólo

confirmará dicha reserva si ha recibido el pago de los 5 euros.

Pueden utilizar el autobús familiares o amistad de cualquier miembro que le quieran acompañar, siendo el coste de la plaza de 5 euros. **El menú que se servirá a partir de las 14:30 en el Restaurante la Societat de Riudecanyes, costará 25 euros, e incluirá un picapica variado, y un segundo plato a elegir entre:**



MENÚ

Albóndigas caseras con guisantes

Mustos de pollo asado con ciruelas

Bacalao a la catalana con tomate y frijoles

Hamburguesa vegana con frijoles de la tierra

Con bebida (vino, gaseosa, refresco, cerveza, agua)

Cafés y postres incluidos.



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

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.**



**Aigües de
Barcelona**

La gestió responsable