



**caja de ahorros  
y m.p. de salamanca**

**135**

oficinas al servicio de  
SALAMANCA - VALLADOLID y ZAMORA

## CLUB CICLOEXCURSIONISTA AMIGOS DE LA BICI

SALAMANCA



**PROGRAMA**  
DE LA  
**TEMPORADA 1983**

# CLUB CICLOEXCURSIONISTA AMIGOS DE LA BICI

SALAMANCA

## PROGRAMA DE EXCURSIONES **CICLOPOPULARES** Y **CICLOTURISTICAS**



TEMPORADA 1983

## Cinco años de amigos de la bici

Hola, amigo de la bici, éste es el quinto año en el que te hemos invitado a desempolvar la bicicleta para participar en el Día de la Bici, esa gran movida de pedaleantes que en la mañana del primer domingo de marzo se empeña año tras año en pasárselo bien a ritmo de pedal, sin importarles la edad o la calidad de la bicicleta, buscando sólo divertirse por las calles de Salamanca sobre dos ruedas. A lo mejor es el primer año que participas, si es así, enhorabuena y que se repita, que todavía le quedan fuerzas al Club de Amigos de la Bici.

Y por qué un club, dirás. Pues, muy fácil, para que el Día de la Bici no sea eso, sólo un día. Porque, claro, seguro que no sabes que todas las semanas hay gente en Salamanca que coge la bicicleta para darse una vuelta por el campo, en grupo, tan simple como eso. Pensarás que eso está muy bien, pero que tú, sólo de pensarlo, te tienes que sentar del cansancio que te entra. Nada, no te preocupes, estamos en todo, y para los que se cansan antes de empezar tenemos pensadas unas excursiones cortitas y casi sin cuestas. Si repites un par de veces y sigues empeñándote en usar la bici para divertirse y salir de la ciudad para ver un poco el campo, te declaramos cicloturista del Club de Amigos de la Bici y te puedes apuntar ya a excursiones más largas, y lo mismo, a la vuelta de un par de años o menos, estás cicloescalando los Pirineos o haciendo cicloturismo por Asturias, o por Granada, quién sabe, o atreviéndote con un Diploma Audax, sólo es cosa de animarse: otros lo han hecho ya en temporadas anteriores. De la edad, de si eres chico o chica, olvídate.

Esta es la quinta temporada y ya sabemos de qué va. Nacimos porque creíamos que las bicicletas servían para algo más que saltar bordillos en la plazuela o competir; porque sabíamos que es un vehículo maravilloso para hacer excursiones, ver paisajes, conocer el campo, sus pueblos y, por añadidura, a otros chalados que les da por lo mismo. Por eso desde el primer momento, hemos buscado la promoción del cicloexcursionismo, mediante la organización de dos tipos de excursiones:

## Excursiones ciclopobulares

*Son cortas en su recorrido, abiertas más o menos a los que completen los doce kilómetros del Día de la Bici sin dificultad. Y para que todo no sean ruedas, pedales, cadenas y piñones, las animamos a base de darle a la merienda y, también, organizando Diplomas Ciclopobulares, para que cuando hayas completado tus primeros cincuenta kilómetros a golpe de pedal, te quede un recuerdo y le puedas contar tus hazañas a los nietos. Es muy fácil, con mantener cierta continuidad, como la que te ofrece el programa de excursiones ciclopobulares que te brindamos, así llegarás a hacer, aunque ahora te parezca imposible, cien kilómetros en un día en bicicleta y verás cómo te entra el gusanillo. Van encuadradas para la seguridad en carretera por jefes de marcha, uno de los cuales sabe arreglar las averías más elementales, y por un coche que facilitará el transporte de la merienda, ropa, etc.*

## Excursiones cicloturísticas

*Cuando te hayas demostrado a ti mismo que eres capaz de hacer cincuenta o cien kilómetros sin quedarte hecho polvo, comprenderás que para participar en este tipo de excursiones no hay por qué estar loco, ni entrenar todos los días. Basta que te guste la bici y que la saques (o te saque ella a ti, más adelante) a pasear. Y fíjate, basta que te lo tomes un poco en serio para que se te abran perspectivas fabulosas: excursiones de fin de semana casi sin gastos, diplomas de largo recorrido. Hojea el programa y verás que hay donde elegir. En solitario, quizá podrías llegar a realizarlas, pero en grupo es mucho más fácil y se guardan mejores recuerdos. Y es que en temporadas anteriores hemos estado en Asturias, Yuste, Sierra Nevada, Galicia, los Pirineos, etc., independientemente de haber recorrido la provincia palmo a palmo. Un consejo final, si quieres participar inscríbete como socio.*

## ANTE TODO LA SEGURIDAD EN CARRETERA

La experiencia de temporadas anteriores nos ha obligado a considerar cada vez con mayor rigor la necesidad del cumplimiento de unas medidas básicas por parte del cicloturista que circula en grupo, a pesar de que los itinerarios de los Amigos de la Bici discurren, como norma general, por carreteras secundarias, pero también allí hay coches: la desagradable posibilidad de un accidente debe estar siempre en la mente del cicloturista, a fin de evitar al máximo los riesgos. Máxime teniendo en cuenta que las salidas de los Amigos de la Bici se realizan en carreteras en las que el tráfico no ha sido cortado. Los participantes deben, por tanto, velar por su seguridad al máximo.

De cara a esta temporada se ha establecido una normativa, aprobada en asamblea, que es de obligatorio cumplimiento para todos los que participen en el grupo del Club de Amigos de la Bici. Su incumplimiento dará lugar a ciertas sanciones.

**NORMA N.º 1.**—Circular por la derecha, mirando de frente y en línea recta a ritmo regular. NO INVADIR NUNCA LA MITAD IZQUIERDA DE LA CALZADA. NUNCA.

**NORMA N.º 2.**—Circular en fila. NUNCA SE RODARA DE TRES EN TRES O MAS.

**NORMA N.º 3.**—Señalizar cualquier maniobra que se desee hacer con tiempo. Hay que ser previsible en todo momento. Señalizar los cambios de dirección, las paradas, los baches. NUNCA SE PARARA EL QUE PRECEDA A OTRO, procederá como sigue: dejará que le sobrepasen los que le siguen, situándose completamente a la derecha y habiendo advertido sus intenciones, una vez que todos lo hayan adelantado, podrá detenerse.

**NORMA N.º 4.**—AL DETENERSE SACAR LA BICI DE LA CARRETERA.

**NORMA N.º 5.**—Evitar al máximo la circulación nocturna. De realizarse ES IMPRESCINDIBLE CONTAR CON LUZ PROPIA ADELANTE, ATRAS Y REFLECTANTES.

**NORMA N.º 6.**—El grupo es solidario y los participantes en una excursión deberán acatar las decisiones del grupo, sin por ello perder su libertad: HAY QUE INDICAR AL RESPONSABLE LA INTENCION DE ABANDONAR AL GRUPO.

El incumplimiento de cualquiera de las tres primeras normas acarreará la separación del grupo principal y la obligación de rodar en cola. Son los responsables de marcha, con su correspondiente brazalete, los encargados de vigilar el cumplimiento de estas normas y aplicar las sanciones que sean necesarias.

Por otra parte, la organización extremará al máximo las precauciones en lo que concierne a la señalización del grupo en carretera (coches anunciadores, ciclistas con triángulos, etc.). Se procurará también agrupar a los ciclistas en pequeños grupos, para evitar la diseminación y facilitar el adelantamiento.

Insistimos en que el Club de Amigos de la Bici no se responsabiliza de los accidentes que las infracciones al Código de la Circulación puedan producir. A los socios les facilita el acceso al seguro de la Mutualidad General Deportiva y al seguro de daños a terceros contraídos con una compañía privada, sin que por ello asuma la responsabilidad.

# LA BICI DEL CICLOTURISTA

Comprar una bici para la práctica del cicloturismo plantea para los que no están al tanto de mecánica o carecen de experiencia serias dificultades. Existe gran variedad de bicis y precios en el mercado y muchas veces es preferible no dejarse aconsejar por el vendedor. El cicloturista precisa de una bici robusta y ligera en lo posible, adecuada a sus características anatómicas. Los modelos más recomendables son la bicicleta mal llamada de carreras o las denominadas mixtas, de cuadro triangulado, sin por ello desechar las clásicas de paseo, con un comportamiento en carretera muy superior a las plegables de rueda pequeña o las de cross, que hay que rechazar por completo. El material más caro o sofisticado no es muchas veces, a la larga, el más robusto.

## Adecuación de la bici al ciclista

A la hora de comprar la bici hay que vigilar que la altura del cuadro es la necesaria. Esta es la tabla para bicicletas de carreras:

| Estatura del ciclista | altura del cuadro |
|-----------------------|-------------------|
| 1,55 - 1,60 m.        | 48 a 51 cm.       |
| 1,60 - 1,65 m.        | 52 a 53 cm.       |
| 1,65 - 1,70 m.        | 53 a 55 cm.       |
| 1,70 - 1,75 m.        | 55 a 57 cm.       |
| 1,75 - 1,80 m.        | 57 a 58 cm.       |
| 1,80 - 1,85 m.        | 58 a 59 cm.       |

(La altura de un cuadro se mide en el tubo vertical, desde el centro de la caja de pedalier hasta el extremo superior del tubo).

Una vez que se ha comprado la bici hay que hacer ciertos preparativos:

### 1. Altura del sillín, posición longitudinal e inclinación

Una vez sentado, el ciclista, con la pierna estirada, sin estar forzada, debe poder poner el talón sobre el pedal en posición baja. Debe llegar al suelo con la punta de ambos pies.

La parte delantera del sillín debe estar de 0,4 a 1 cm. más alta que la parte trasera.

Posición longitudinal del sillín: con la mano extendida, el codo apoyado sobre la punta del sillín, la mano debe llegar a tocar el eje de la potencia del manillar. Colocar una plomada en la punta del sillín, debe caer de 5 a 7 cm. hacia atrás del eje del pedalier.

(Todos los sillines tienen procedimientos que permiten realizar estas operaciones con una simple llave).

### 2. Altura del manillar

Respecto de la altura del sillín, el manillar debe estar de 1 a 5 cm. más bajo.

## El cambio de marchas, los desarrollos más adecuados

Para no cometer errores que luego se pagan en fatigas innecesarias, aconsejamos ser muy exigentes a la hora de comprar, a fin de obtener los desarrollos que deseamos, si la bici tiene cambio, que recomendamos para la práctica del cicloturismo, tanto en el piñón (rueda de atrás) como en los platos (movimiento central). Su manejo se aprende enseguida, su mantenimiento no es engorroso y se multiplican las posibilidades del cicloturista. Ahora bien, los desarrollos con los que generalmente se venden las bicis no son los más adecuados, hay que hacerlos cambiar. Para ruedas de 700 recomendamos platos de 40-42 dientes (el pequeño) y 50 dientes (el grande). Coronas de 24 ó 26 dientes (la mayor) y de 16 ó 14 (la más pequeña). Con ello se obtienen los desarrollos para la práctica del cicloturismo habitual más apropiados. Para nada le sirven al cicloturista platos de 46-52 y coronas de 20 a 13 dientes, que sólo son apropiados para corredores y en llano. La bici del cicloturista debe ser polivalente. En general, platos de 40 ó 42 dientes sólo existen en duraluminio, aconsejamos este material sobre todo para el movimiento central y si nos alcanza la economía para las ruedas. Los cuadros en dicho material son un lujo innecesario y poco robusto.

Una pequeña norma en el manejo del cambio: para un mayor rendimiento mecánico y menor desgaste, la cadena debe funcionar lo más alineada posible. Esto supone que se evitará hacer funcionar el plato pequeño con la corona más pequeña, y el plato grande con la corona mayor.

## INSCRIPCION COMO SOCIO AL CLUB DE AMIGOS DE LA BICI

El socio tiene derecho al seguro de accidentes de la Mutualidad General Deportiva y a un seguro de daños a terceros contratado con una compañía privada, en las condiciones que más abajo se señalan. Por ello recomendamos la inscripción a todos los que tengan la intención de participar con cierta regularidad a nuestras salidas. Los no socios no podrán en ningún caso involucrar al club en ningún tipo de responsabilidades o exigencias. Los que deseen tomar parte de las salidas cicloturísticas de fin de semana deberán ser socios para poder beneficiarse de las subvenciones del club a gastos de desplazamientos, estancia, etc.

**Requisitos:** Rellenar los datos que se piden en la Hoja de Inscripción que se adjunta al programa y pagar una cuota anual de 250 ptas.

Recomendamos un reconocimiento médico, en caso de no haber realizado nunca otra actividad deportiva. Existe un servicio de Reconocimiento Médico Deportivo, dependiente del Consejo Superior de Deportes, en el antiguo Hospital Provincial.

**Formalización de la inscripción:** Una vez rellenada la Hoja de Inscripción entregarla con 250 ptas. en el Banco allí indicado. Los empleados del Banco te devolverán un resguardo de que efectivamente has pagado. Sólo serás socio del club y te beneficiarás de los seguros cuando recibas (por correo) la tarjeta de socio debidamente cumplimentada, unos quince días después.

Si tienes alguna duda o surge algún problema, los empleados del Banco donde has entregado el dinero no podrán solucionarla. Dirígete, aprovechando una excursión, a algún directivo del club o escribe a

**CASA DE LOS AMIGOS DE LA BICI**  
C. Concordia, 40  
SALAMANCA

**Plazo:** Se cerrará el plazo de inscripción para la temporada 1982, el 31 de junio de dicho año, en principio.

### Responsabilidad del Club y condiciones de los seguros

*El Club de Amigos de la Bici no se hace responsable de ningún accidente del que pudieran ser causa o víctimas los participantes en sus actividades, como tampoco se hacen solidarios de los gastos ni de las deudas que pudieran contraer durante las mismas.*

Sin embargo, la inscripción como socio da derecho a un seguro de responsabilidad civil contratado con una compañía privada, con validez todos los días del año de la temporada para la que uno se inscribe, tanto en excursión de los Amigos de la Bici como en el uso particular de la bicicleta, con una garantía máxima de 3.000.000 de ptas. por siniestro, víctima o daños materiales; sin embargo, el seguro sólo se hará efectivo a través de uno de los responsables del club. También al seguro de accidentes de la Mutualidad General Deportiva que sólo será válido en caso de accidente ocurrido en una de las excursiones organizadas por el Club de Amigos de la Bici que figuran en el presente programa (cubre los daños físicos del ciclista lesionado en accidente, a través exclusivamente de los médicos y clínicas de la Mutualidad General Deportiva). Los socios tienen derecho a este último seguro, a través de la Campaña del Deporte del Tiempo Libre, con la que colabora el club.

## PROGRAMA DE EXCURSIONES CICLOPOPULARES

**Advertencia:** El lugar de concentración y salida de todas las excursiones de este programa es la Plaza de la Constitución, excepto en el Día de la Bici.

**Coordinadora general:** M.<sup>a</sup> TERESA GONZÁLEZ MATEOS

### MES DE MARZO

#### Día 6: DÍA DE LA BICI

**Patrocina:** Caja de Ahorros y M. P. de Salamanca.

**Organiza:** Club de Amigos de la Bici.

**Recorrido:** Circuito urbano de 12 kms.: Plaza Mayor, Corriño, Quintana, San Pablo, San Buenaventura, C. España, P.<sup>o</sup> de Canalejas, P.<sup>o</sup> de San Antonio, P.<sup>o</sup> del Rollo, Avda. de los Comuneros, C. Pérez Galdós, P.<sup>o</sup> de la Estación, C. Elcano, C. El Fresno, Avda. de los Cedros, Avda. de Federico Anaya (giro en la rotonda), Avda. de Portugal, Pl. del B.<sup>o</sup> Vidal, Avda. de Portugal, Carretera de Ledesma, paralela a C. Vallejera, C. de Linares, Avda. de Filiberto Villalobos, C. Peña de Francia, Avda. de Champagnat, P.<sup>o</sup> de San Vicente, C. San Gregorio, P.<sup>o</sup> del Rector Esperabé, Arroyo de Sto. Domingo, C. San Juan de la Fuente, C. de San Pablo, Plaza Mayor.

**Horario:** Salida 11,00 h. Llegada 12,30 h.

#### Día 12: Excursión a Nuevo Amatos: charla de mecánica práctica

**Recorrido:** Salamanca, Sta. Marta, Nuevo Amatos y regreso a Salamanca, 28 kms.

**Horario:** Salida 16,00 h. Llegada 19,30 h.

**Responsable e información:** M.<sup>a</sup> Teresa González (Tel. 241692).

#### Día 26: Pinchos morunos en Aldeagallega

**Recorrido:** Salamanca, Aldeatejada, Aldeagallega y regreso a Salamanca, 18 kms.

**Horario:** Salida 16,00 h. Llegada 19,30 h.

**Responsable e información:** Alejandro González (Tel. 225218).

### MES DE ABRIL

#### Día 9: Diploma Ciclopoblado de los 50 kms.

**Recorrido:** Salamanca, Tejares, Pino de Tormes, Almenara, Villamayor, Salamanca, 50 kms.

**Horario:** Salida 16,00 h. Llegada 19,30 h.

**Responsable e información:** Angel L. Blanco (Tel. 223490).

**Día 23: Pinchos morunos en la Fuente de Sta. Teresa**

*Recorrido:* Salamanca, Calvarrasa de Arriba, Fuente de Sta. Teresa y regreso a Salamanca, 26 kms.

*Horario:* Salida 16,00 h. Llegada 19,30 h.

*Responsable e información:* Angel Martín (Tel. 236989).

**MES DE MAYO**

**Día 7: Visita a la Base Aérea de Matacán**

*Recorrido:* Salamanca, Santa Marta, Nuevo Amatos, Matacán y regreso a Salamanca, 36 kms.

*Horario:* Salida 16,00 h. Llegada 19,30 h.

*Responsable e información:* Mariano Merchán (Tel. 225211).

**Día 22: Diploma Ciclopoblar de los 75 kms.**

*Recorrido:* Salamanca, Alba de Tormes, Aldeaseca de Alba, Turra de Alba, Gajates, Valdecarros, Navales, Alba de Tormes, Salamanca, 75 kms.

*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 15,00 h.

*Responsable e información:* Pedro Pedrero (Tel. 245844).

**Día 29: Diploma Ciclopoblar de los 100 kms.**

*Recorrido:* Salamanca, Vecinos, Linares de R., La Herguijuela del Campo, Las Veguillas, Aldeatejada, Salamanca, 100 kms.

*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 20,00 h.

*Responsable e información:* Paco Cortés (Tel. 218115).

**MES DE JUNIO**

**Día 11: Excursión a Cabrera: Merienda**

*Recorrido:* Salamanca, Aldeatejada, Las Veguillas y regreso a Salamanca, 62 kms.

*Horario:* Salida 16,00 h. Llegada 20,00 h.

**Día 25: Chapuzón en Carbajosa de Armuña**

*Recorrido:* Salamanca, Mata de Armuña, Carbajosa de Armuña y regreso a Salamanca, 30 kms.

*Horario:* Salida 16,00 h. Llegada 20,00 h.

*Responsable e información:* Ernesto de Vega (Tel. 220543).

**MES DE OCTUBRE**

**Día 15: Merienda en Aldearrubia**

*Recorrido:* Salamanca, Aldealengua, Aldearrubia, 28 kms.

*Horario:* Salida 16,00 h. Llegada 19,30 h.

*Responsable e información:* Alejandro González (Tel. 225218).

**Día 22: Excursión a Cilleros el Hondo**

*Recorrido:* Salamanca, Aldeatejada, Cilleros el Hondo, 28 kms.

*Horario:* Salida 16,00 h. Llegada 19,30 h.

*Responsable e información:* Paco Cortés (Tel. 218115).

**MES DE NOVIEMBRE**

**Día 6: Excursión de clausura: Comida en Alba de Tormes**

*Recorrido:* Salamanca, Alba de Tormes y regreso a Salamanca, 40 kms.

*Horario:* Salida 10,00 h. Visita a Alba 13,00 h. Comida 14,00 h. Llegada 19,00 h.

*Responsable e información:* M.ª Teresa González (Tel. 241692).

**Nota:** La comida corre por cuenta de los participantes, el Club facilita su transporte e invita a la bebida.

## PROGRAMA DE EXCURSIONES CICLOTURISTICAS

**Advertencia:** El lugar de concentración y salida de todas las excursiones desde Salamanca será la Plaza de la Constitución. En el caso de excursiones de fin de semana o más largas, existirá una reunión previa dos días antes de la salida (por ejemplo si la salida es un sábado, la reunión tendrá lugar el jueves) en la Casa de los Amigos de la Bici, C/. de la Concordia, 40, a las 20,30 h.

**Coordinadores generales:** ANGEL L. BLANCO (Tel. 223490) y ALEJANDRO GONZÁLEZ (Tel. 225218).

### MES DE MARZO

#### Día 13: Excursión por la Rivera de Cañedo

*Recorrido:* Salamanca, Calzada de V., Torresmenudas, San Pelayo, Añover de Tormes, Ledesma, Salamanca, 78 kms.

*Itinerario reducido:* Desde Torresmenudas a Valverdón y Salamanca, 47 kms.).

*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 14,00 h.

#### Días 19 y 20: Excursión y acampada: Los Arribes del Duero y el Yeltes

*Recorrido del día 19:* Salamanca, Ledesma, Trabanca, Pereña, Masueco, Aldeadávila, Presa de Aldeadávila, 117 kms.

*Recorrido del día 20:* Presa de Aldeadávila, Barruecopardo, Saucelle, Salto de Saucelle, Hinojosa de Duero, Lumbrerales, Cerralbo, Bogajo, Villavieja de Yeltes, La Fuente de San Esteban, 113 kms.

*Itinerario reducido:* Desde Barruecopardo a Cerralbo por Saldeana directamente, en total 80 kms.).

*Responsable e información:* Alejandro González (Tel. 225218).

#### Día 27: Excursión del Tormes y el Zurguén

*Recorrido:* Salamanca, Alba de Tormes, Galisancho, Fresno Alhándiga, Pedrosillo de los Aires, Morille, Aldeatejada, Salamanca, 80 kms.

*Itinerario reducido:* Desde Alba a Cuatro Calzadas y Salamanca, 50 kms.).

*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 14,00 h.

### MES DE ABRIL

Días 31-III y 1, 2 y 3 del IV: Acampadas volantes y excursión de Semana Santa; Guadalupe, Sierras de la Deleitosa, de Miravete, de los Canchos, la Vera, Sierra del Piornal, el Jerte, Montes de Tras la Sierra, Sierra de Béjar

*Día 31-III:* Cáceres, Trujillo, Madroñera, Berzocana, Pto. de Berzocana (1.061 m.), Cañamero, Pto. Llano (836 m.), Guadalupe, 130 kms.

*Día 1-IV:* Guadalupe, Navalvillar de Ibor, Castañar de Ibor, Robledollano, Deleitosa, Jaraicejo, Torrejón el Rubio, P.º de la Serrana (587 m.), Plasencia, 140 kms.

*Día 2:* Plasencia, Valdeffigios, Jaranda, Mesillas, Jarandilla, Garganta de la Olla, Piornal, Valdastillas, Cabezueta del Valle, 132 kms.

*Día 3:* Cabezueta, Pto. de Honduras (1.430 m.), Hervás, La Garganta, Candelario, Béjar, Salamanca, 132 kms.

*Responsable e información:* Angel L. Blanco (Tel. 223490).

#### Día 10: Excursión a Linares de Riofrío

*Recorrido:* Salamanca, Las Veguillas, Frades de la S., Endrinal, Linares de R., Salamanca, 108 kms.

*Itinerario reducido:* Desde Las Veguillas a Vecinos y Salamanca, 66 kms.).

*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 14,30 h.

#### Día 17: Excursión a Los Santos

*Recorrido:* Salamanca, Guijuelo, Fuenterroble, Los Santos, Valdelacasa, Guijuelo, Campillo, Berrocal de Salvatierra, Pedrosillo de los Aires, Morille, Salamanca, 125 kms.

*Horario:* Salida 9,00; 14,00 h., degustación de hornazos en Los Santos; llegada 19,30 h.

#### Día 24: Excursión por las comarcas de Las Villas, Las Guareñas y Tierra de Peñaranda

*Recorrido:* Salamanca, Aldealengua, Babilafuente, Poveda, Cantalapiedra, Zorita de la Frontera, Peñaranda, Encinas, Salamanca, 112 kms.

*Itinerario reducido:* de Babilafuente a Encinas directamente y Salamanca, 40 kms.).

*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 15,00 h.

### MES DE MAYO

#### Días 30-IV y 1-V: Excursión y acampada en Las Batuecas

*Día 30-IV:* Salamanca, Vecinos, Tamames, La Alberca, Las Batuecas, 93 kms.

*Día 1-V:* Las Batuecas, Riomalo de Abajo, Sotoserrano, Valdelageve, Lagunilla, Montemayor del Río, Peñacaballera, Béjar, 70 kms.

*Responsable e información:* Angel L. Blanco (Tel. 223490).

**Día 8: Excursión del Campo de Salamanca**

*Recorrido:* Salamanca, Vecinos, Matilla de los Caños, Robliza de Cojos, Sagos, Villarmayor, Golpejas, Salamanca, 88 kms.  
*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 14,00 h.

**Día 15: Excursión de la Armuña Baja y Tierra de Ledesma**

*Recorrido:* Salamanca, Calzada de V., Valdelosa, Zamayón, Palacios del Arzobispo, Añover de T., Ledesma, Almenara, Salamanca, 87 kms.  
*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 14,00 h.

**Día 28: Excursión de la Tierra del Vino y de la Armuña**

*Recorrido:* Salamanca, Calzada de V., Cubo del Vino, Villamor de los Escuderos, Fuentesauco, La Vellés, Salamanca, 84 kms.  
*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 14,00 h.

**MES DE JUNIO**

**Día 5: Excursión a Zamora y Toro**

*Recorrido:* Salamanca, Calzada de V., Cubo del Vino, Zamora, Toro, La Bóveda de Toro, Fuentesauco, Salamanca, 165 kms.  
*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 20,00 h.

**Día 12: Excursión del Campo Charro**

*Recorrido:* Salamanca, Calzada de V., Torresmenudas, San Pelayo, Añover, Ledesma, Sando, Robliza de C., Matilla de los C., Vecinos, Las Veguillas, Endrinal, Guijuelo, Beleña, Salamanca, 190 kms.  
*(Itinerarios reducidos:* Desde Ledesma directamente a Salamanca, 80 kms.; desde Robliza a Salamanca, 108 kms.; desde Vecinos a Salamanca, 130 kms.).  
*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 21,00 h.

**Día 19: Excursión a Cañizal y Cantalpino**

*Recorrido:* Salamanca, Pedrosillo el Ralo, Parada de Rubiales, Cañizal, Cantalpino, Babilafuente, Salamanca, 97 kms.  
*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 14,30 h.

**Día 26: Diploma Cicloturista de Montaña Sierra de Béjar**

*Recorrido:* Salamanca, Guijuelo, Pto. de Vallejera (1.200 m.), Béjar, Candelario, Plataforma, El Travieso (1.800 m.), Cristóbal, San Esteban de la S., Linares (1.000 m.), Las Veguillas, Salamanca, 188 kms.  
*Horario:* Salida 8,30 h. Llegada 21,30 h.

**MES DE JULIO**

**Día 3: Diploma Audax de los 200 kms.**

*Recorrido:* Salamanca, Mozárbez, Pedrosillo de los A., Campillo, Guijuelo, La Cabeza de Béjar, Santibáñez de Béjar, El Tejado, El Losar, Barco de Avila, Sta. Lucía, Tremedal, Pto. del Tremedal (1.637 m.), Becedas, La Hoya (1.280 m.), Pto. de Vallejera (1.200 m.), Nava de Béjar, Ledrada, Valdelacasa, Los Santos, Endrinal, Las Veguillas, Salamanca, 200 kms.  
*Horario:* Salida 8,30 h. Llegada 20,30 h. (Tiempo máximo para la obtención del diploma: doce horas).

**Día 10: VI MARATON CICLOTURISTA SALMANTINO**

*Recorrido:* Salamanca, Aldeatejada, Las Veguillas, Endrinal, Linares, S. Esteban de la Sierra, Puentes del Alagón, cruce de Miranda del Castañar, Casas del Conde, Arroyomuerto, El Cabaco, La Alberca, Sotoserrano, Colmenar de Montemayor, Calzada de Béjar, Béjar, La Hoya (1.280 m.), Barco de Avila, Navalperal de Tormes, La Herguizuela, Pto. Peña Negra (1.909 m.), Piedrahita, Horcajo Medianero, Alba de Tormes, Salamanca, 306 kms.  
*Horario:* Salida 5,00. Llegada 22,00 h., en Aldeatejada.

**MES DE SEPTIEMBRE**

**Días 25 de septiembre a 2 de octubre: Semana Cicloturista de las Sierras de Cuenca y Albarracín**

*Recorridos:* En etapas de 120 kms. se recorrerán las regiones indicadas.  
*Organización:* Acampadas con coche de apoyo.  
*Responsable e información:* Francisco Cortés (Tel. 218115).

**MES DE OCTUBRE**

**Día 16: Excursión al nacimiento del río Alagón**

*Recorrido:* Salamanca, Las Veguillas, Frades de la Sierra, nacimiento del río Alagón, y regreso a Salamanca, 83 kms.  
*Horario:* Salida 9,00 h. Llegada 14,00 h.

**Día 23: Excursión a Peñausende**

*Recorrido:* Salamanca, Villamayor, Almenara, Ledesma, La Mesnal, Peñausende, Mayalde, Cubo del Vino, Salamanca, 110 kms.

Días 29, 30, 31 y 1 de noviembre: Excursiones y acampadas volantes por El Abadengo, Campo de Camaces, Campos de Argañán y Azaba, El Rebollar y Gata: Clausura

*Día 29:* Salamanca, Vitigudino, Lumbrerales, La Fregeneda, 121 kms.

*Día 30:* La Fregeneda, Lumbrerales, San Felices de los Gallegos, Castillejo de Martín Viejo, Villar de la Yegua, Villar del Ciervo, Aldea del Obispo, La Alameda de Gardón, Gallegos de Argañán, Ciudad Rodrigo, 106 kms.

*Día 31:* Ciudad Rodrigo, Fuenteguinaldo, Navasfrías, Valverde del Fresno, San Martín de Trevejo, El Payo, Peñaparda, 96 kms.

*Día 1 de noviembre:* Peñaparda, Pto. de Perales, Gata, Cadalso, Descargamaría, El Saugo, Ciudad Rodrigo, 95 kms.

## CALENDARIO DE ASAMBLEAS DE SOCIOS

Gracias a la generosidad de Alejandro, el Club cuenta con una *Casa de los Amigos de la Bici* (C/. de la Concordia, 40), que permite fijar un calendario de reuniones y asambleas al contar con un local.

### Asambleas:

*29 de abril*, a las 20,30 h., se entregarán los diplomas de los 50 kms.

*11 de junio*, a las 20,30 h., se entregarán los diplomas de los 75 y 100 kms.

*8 de julio*, a las 20,30 h., se entregarán los diplomas de montaña y audax.

*16 de septiembre*, a las 20,30 h., se entregarán los diplomas de los 300 kms. y se preparará la excursión a la S. de Albarracín.

*14 de octubre*, a las 20,30 h., se proyectarán las diapositivas de la excursión a la S. de Albarracín.

*18 de noviembre:* ASAMBLEA GENERAL DE SOCIOS, a las 20,30 h.

### Reuniones:

Dos días antes de cada excursión de fin de semana a las 20,30 h. y cada vez que se convoquen (proyección de diapositivas, etc.).