

*El reflejo
de nuestra tierra*

Como la encina, somos el reflejo de
nuestra tierra.

Apoyamos con firmeza las iniciativas
de los hombres y mujeres que, con su
esfuerzo, labran día a día el futuro de la
región.

 **Caja Salamanca**

CLUB CICLOEXCURSIONISTA AMIGOS DE LA BICI SALAMANCA



**PROGRAMA DE LA XII TEMPORADA
1990**

 **Caja Salamanca**

CLUB CICLOEXCURSIONISTA AMIGOS DE LA BICI

SALAMANCA

PROGRAMA DE EXCURSIONES



XII TEMPORADA 1990

Existen muchas formas de concebir la bici y pedalear, como podremos ver en el **III ENCUENTRO DE CICLOTURISTAS Y CICLISTAS URBANOS**, que reunirá en nuestra provincia a grupos de ciclistas y movimientos a favor de la bici urbana de todos los rincones de España. Este programa no es, por tanto, sino una propuesta, la de **AMIGOS DE LA BICI**, para pedalear y divertirse en grupo, en la que se intenta ofrecer variedad en cuanto a los lugares que se recorren y diversidad en cuanto al nivel de preparación física.

Existen tantos cicloturismos como cicloturistas, existen tantas modalidades de ciclismo urbano como ciudades y ciclistas. En definitiva, más allá de las diferentes concepciones, lo importante es usar la bici. Tenemos la impresión de que son muchas las bicis que están cubiertas de polvo. Hay que animarse a usar la bici para nuestros desplazamientos por una ciudad irremediablemente atascada. Usar la bici para estirar un poco las piernas y hacer deporte. Usarla para entablar amistades y relacionarse con otros ciclistas. Usarla para disfrutar con la naturaleza, con el paisaje, con el campo, entrar en contacto con nuestros pueblos y sus habitantes.

La bici es un vehículo polifacético del que se puede disfrutar de mil formas y en mil ocasiones, por infinidad de motivos y finalidades.

Por ello, hemos elaborado un calendario de excursiones amplio y variado para que cada uno pueda encontrar lo que mejor encaje con su forma de pedalear. En este sentido, distinguimos tres modalidades dentro de nuestras excursiones:

— *Iniciación*, para los que empiezan; aquellos que se animan al **DÍA DE LA BICI** y quieren seguir con excursiones cortas. La mayor parte de ellas se celebrarán los sábados por la tarde. En algunas ocasiones hemos escogido rutas con tramos de camino para huir de los coches y disfrutar más a gusto.

— *Media*, en este nivel encajan muchas de nuestras excursiones con kilometrajes de 70 a 80 kms. para salidas de domingo por la mañana y de 100 a 120 kms. en las de día entero.

— *Rodadora*, concebida para los que disfrutan rodando muchos kilómetros a un ritmo suave.

El calendario no está planteado para conseguir una progresión desde el nivel de iniciación al rodador. En realidad, su núcleo son las excursiones de tipo medio, asequibles a todos los que participen con cierta asiduidad en las de iniciación.

Agradecemos a todas las personas y organismos que con su aportación hacen posible que se lleve a cabo este programa, muy especialmente, a la **Caja de Ahorros de Salamanca**, a la **Consejería de Educación y Cultura de la Junta de Castilla y León**, a la **Excm. Diputación de Salamanca** y al **Excmo. Ayuntamiento de Salamanca**, así como a la Prensa y Radio locales.

Por otra parte, consideramos que la mayor expresión del cicloturismo es el viaje en bici, de ahí el gran número de *cicloacampadas* propuestas.

Es un programa para pasarlo bien, para ver desde restos arqueológicos a bellezas naturales y ecológicas, para paladear curiosidades gastronómicas o jugar tranquilamente al balón en un prado. Sólo pretendemos disfrutar usando como medio la bici.

COMPRA Y MANTENIMIENTO DE LA BICI

LA BICICLETA

A la hora de comprar una bici, recomendamos, como es natural, acudir a una tienda especializada.

El cuadro: Aconsejamos el trapezoidal clásico, tipo carreras, con orejas que permitan la sujeción de los guardabarros y transportín. Sobre todo, es importante que su tamaño sea el adecuado. Para saber cual es, divide tu estatura (en centímetros) por 3,1 y tendrás la altura del cuadro, que se mide en el tubo vertical desde el centro de la caja de pedalier hasta el extremo superior del tubo.

El manillar: Es mejor el llamado de carreras, pues permite más posiciones de las manos y del cuerpo, lo que repercute en la comodidad.

Las ruedas han de ser grandes (700 C); si la economía lo permite, de aluminio. Las cubiertas de 25 mm. o más anchas para poder ir con peso y rodar por caminos. En este sentido pueden ser buenos los radios reforzados.

El sillín debe ser estrecho, tipo carreras, ya que los anchos y con muelles rozan la cara interna de los muslos. El mejor material es el cuero.

El cambio de marchas: hay que ser exigentes a fin de obtener los desarrollos adecuados. Para la práctica del cicloturismo, recomendamos para ruedas de 700, platos de 40-42 dientes (el pequeño) y 50 dientes (el grande), combinados con coronas en el piñón de 26-28 dientes la mayor a 14-16 la menor. En general, platos de 40 ó 42 dientes sólo existen en duraluminio, que es el material recomendable para todo el movimiento central.

Accesorios:

El transportín es imprescindible para llevar equipaje, es decir, participar en una *cicloacampada* (llevar la carga a la espalda es muy perjudicial para la columna, además de sumamente incómodo e incluso peligroso al elevar el centro de gravedad). Los de aluminio no suelen ser suficientemente sólidos, por ello recomendamos que sea de acero.

La luz: Es muy aconsejable llevar luz propia delante y atrás, aunque no se piense circular de noche, ya que muchas veces se invierte más tiempo del previsto. Los reflectantes y catadióptricos son aconsejables pero por sí solos son totalmente insuficientes. Recordamos que la mayor parte de los atropellos de ciclistas se producen al principio de la noche, por caracer éstos de luz. La única forma segura de contar con luz propia en el momento necesario es que la bici tenga instalada una dinamo de forma permanente y disponer de bombillas de repuesto. La experiencia demuestra que no se tiene nunca a mano la linterna-brazalet en el momento necesario.

Los guardabarros son aconsejables, ya que en caso de lluvia, si no los llevas, te mojarás por abajo.

Las alforjas son necesarias para viajes de más de un día, deben ir firmemente unidas al transportín (no suele ser suficiente el método de sujeción con muelle que suelen traer); por otra parte, deben ser grandes e impermeables.

La bolsa de manillar es sumamente práctica para excursiones de un día.

Herramientas: Hay que salir siempre con las herramientas necesarias para reparaciones básicas. Son casi imprescindibles:

- bomba de aire, caja de parches, disolución, lija, desmontables, cámara de repuesto.
- destornillador, alicates, llave inglesa de 6 pulgadas, llave de radios.
- cables de freno y cambio, bombillas de repuesto, cinta aislante, un trapo.

Para excursiones largas, además, llaves allen del 3, 4, 5 y 6, llaves de conos, tronchacadenas, extractor para tus bielas, llave para tu piñón, 5 ó 6 radios, una cubierta, aceite, alambre fina, zapatas de freno, tornillos, tuercas, arandelas.

ADAPTACIÓN DE LA BICI

Aunque la bici sea de tu talla es necesario hacer unas adaptaciones.

Altura y posición del sillín: Una vez sentado el ciclista, con la pierna estirada, sin estar forzada, debe poder poner el talón sobre el pedal en posición baja y 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. En cuanto a la posición longitudinal, con la mano extendida y el codo apoyado sobre la punta del sillín, la mano debe llegar a tocar el eje de la potencia del manillar. O bien, si colocas una plomada en la punta del sillín, debe caer de 5 a 7 cms. hacia atrás del eje del pedalier. **Nota:** Todos los sillines tienen procedimientos que permiten realizar estas operaciones con una simple llave.

Altura del manillar: debe estar, respecto a la altura del sillín, de 1 a 5 cms. más bajo.

Manejo del cambio: Para poder cambiar es necesario dar pedales a fin de que actúe el desviador, ahora bien no se debe cambiar cuando se está haciendo mucha fuerza sobre la cadena, hay que pedalear suavemente. En el caso del cambio de plato es bueno dejar de pedalear un momento, mientras se desplaza el desviador delantero. Por otra parte, 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 menor y el plato grande con la mayor.

PREPARANDO TU SALIDA

Si se trata de una excursión de un día basta con que lleves una capa de agua, un gorro y un poco de comida a mano, pero si se trata de una excursión de varios días o una cicloacampada hay que ser muy cuidadoso para seleccionar el equipaje: hay que llevar lo justo, evitar lo superfluo, que pesa, y no olvidar lo imprescindible.

Ropa: Dependerá de la estación del año y la zona por la que vayas a viajar. Como norma general se debe llevar lo puesto y repuesto de todo, nunca está de más llevar un buen jersey y unos guantes. Las zapatillas deben ser de suela dura para que no se claven los pedales en la planta del pie. Hay que ir siempre preparado para la lluvia tanto para protegerte tú, como para proteger el equipaje, para lo cual llevarás muchas bolsas de plástico.

Comida: Puedes hacértela tú o comprarla hecha. En el primer caso, no debes olvidar el material de cocina, una sartén y un cazo pequeño, cubiertos, navaja, camping-gas, un encendedor, un abrelatas. Es preferible para evitar acarrear peso ir comprando la comida, ahora bien siempre debe llevarse comida que proporcione energía rápidamente, como fruta, frutos secos, chocolate. Para evitar la

hipoglucemia —la típica pájara— es necesario comer al empezar a sentir hambre.

Material de acampada: Una tienda que sea ligera, saco de dormir (que irá siempre protegido en bolsas de plástico), un aislante isotérmico, una linterna.

Mapa: El cicloturista debe saber siempre dónde está para lo cual debe disponer de un mapa detallado de la zona, la escala 1 = 200.000 es muy apropiada.

MANTENIMIENTO

Dirección: Debe estar ajustada. Se comprueba la posible holgura frenando la rueda delantera y dando empujones presionando hacia abajo. Tampoco debe estar demasiado apretada, para comprobar levanta la rueda delantera del suelo, la dirección debe girar libremente.

Frenos: Hay que comprobar periódicamente el desgaste de las zapatas así como de los cables. Es una buena costumbre cambiarlos todos los años.

Ruedas: Deben estar perfectamente centradas, para lo cual deben reponerse los radios rotos en el momento. Las cubiertas deben estar en buen estado, con dibujo. Con carga, se desgastan muy deprisa.

Cadena, platos, piñón: Tienen que estar siempre limpios. Hay que aceitarlos periódicamente, especialmente si se han mojado, siempre con moderación para que no se pegue todo el polvo. Es bueno tras echar el aceite pasar un trapo que elimine el que sobra. El eje de pedalier debe ir perfectamente ajustado, ni holgado ni apretado. Es buena costumbre hacer abrir la caja de pedalier todos los años, así como desmontar los conos de las ruedas.

INSCRIPCIÓN COMO SOCIO

VENTAJAS

Los socios del **Club de Amigos de la Bici** tienen derecho a un seguro de accidentes (daños físicos del ciclista) a través de la licencia de cicloturista de la Federación de Ciclismo, así como a un seguro de Responsabilidad Civil (daños a tercero) contraído con una compañía privada. Además, el socio se beneficiará de subvenciones a gastos en excursiones. Para todo aquél que quiere participar con cierta asiduidad es necesario y conveniente hacerse socio. La cuota de inscripción es poco más de lo que cuesta la licencia federativa.

REQUISITOS

Basta con rellenar la **HOJA DE INSCRIPCIÓN** que aparece en el programa, con todos los datos, acudir a una oficina de la **CAJA DE AHORROS DE SALAMANCA** y pagar la cuota anual de **2.500 ptas.** si eres mayor de 18 años, y **1.500 ptas.** si tienes menos de 18 años. Te darán un recibo (la parte de abajo de la **HOJA DE INSCRIPCIÓN**), el resto de la **HOJA DE INSCRIPCIÓN** debe quedar en poder de la **CAJA DE AHORROS DE SALAMANCA** para que lo remita al Club. Si no es así, es imprescin-

dible que lo hagas llegar al Club, metiéndola en un sobre con la siguiente dirección:

CLUB DE AMIGOS DE LA BICI
Apdo. 2.116
37080 Salamanca

Una vez realizado el trámite de la **CAJA DE AHORROS**, debes acudir a la Delegación de la Federación de Ciclismo, en Plaza de la Constitución, 1, 2º (en el edificio de la Delegación Territorial de Cultura), los martes y jueves de 20,00 h. a 21,00 h., donde te indicarán los trámites para hacerte la licencia (2 fotografías y rellenar un impreso). La tramitación de la licencia te resultará gratuita gracias a la presentación del recibo (parte de abajo de la **HOJA DE INSCRIPCIÓN**) sellado por la **CAJA DE AHORROS**.

Poco después recibirás la licencia federativa y el carnet de socio del Club de Amigos de la Bici. Para considerarte socio del Club es imprescindible que hagas el trámite de la licencia federativa.

RESPONSABILIDAD DEL CLUB Y CONDICIONES DE LOS SEGUROS

El **CLUB DE AMIGOS DE LA BICI** no se hace responsable de ningún accidente del que pudie-

ran 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 y la posesión de la licencia federativa, dan derecho a un seguro de accidentes, aplicable en las excursiones que organiza el Club y que figuran en el presente programa o en posibles entrenamientos a ellas. Además todos los socios se be-

nefician de un seguro de Responsabilidad Civil (daños a tercero), con una garantía máxima de 10.000.000 ptas., que es aplicable todos los días del año, tanto en el uso particular de la bici, como en las excursiones del club. Para hacer efectivos los seguros será necesaria la intervención de un directivo. Por otra parte, el seguro de accidentes cubre los daños físicos del ciclista lesionado a través de los médicos y clínicas de la compañía aseguradora.

Nuestras salidas se realizan normalmente por carreteras secundarias, pero siempre abiertas al tráfico, y la posibilidad de un accidente existe en todo momento. Con el fin de disminuir esa posibilidad, hemos elaborado un reglamento que interesa sea cumplido por todos los participantes.

NORMA Nº 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 Nº 2.— Circular en fila. Nunca se rodará de tres en tres o más.

NORMA Nº 3.— Al detenerse sacar la bici de la carretera. Para detenerse deberá indicar previamente la intención de hacerlo y dejar pasar a quienes le sigan de cerca.

NORMA Nº 4.— Respetar los puntos de reagrupamiento. Estos se darán a conocer por el responsable antes de la salida.

NORMA Nº 5.— Respetar en todo momento las normas de circulación.

NORMA Nº 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 indi-

car al responsable la intención de abandonar al grupo y obedecer en todo momento a los que llevan brazalete.

NORMA Nº 7.— Evitar al máximo la circulación nocturna. De realizarse, es imprescindible contar con luz propia adelante y atrás, y llevar reflectantes.

NORMA Nº 8.— Señalizar cualquier maniobra que se desee hacer (giros, paradas, baches...) para no crear peligro a los demás ciclistas.

NORMA Nº 9.— Mantener una distancia prudencial.

NORMA Nº 10.— Los niños pequeños, menores de 10 años, deberán ir acompañados de alguna persona mayor, su padre o tutor, que se responsabilice de ellos.

NORMA Nº 11.— Es imprescindible que las bicis cuenten con frenos, delantero y trasero, y que tanto la dirección como las ruedas, especialmente las cubiertas, estén en buen estado.

Son los responsables de marcha, con su correspondiente brazalete, los encargados de vigilar el cumplimiento de estas normas.

Por otra parte, la organización extremará al máximo las precauciones en lo que concierne a

la señalización del grupo en carretera. 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 respon-

sabiliza de los accidentes que las infracciones al Código de la Circulación puedan producir. A los socios les facilita el acceso al seguro de accidentes y a un seguro de daños a tercero sin que por ello asuma la responsabilidad.

CALENDARIO DE EXCURSIONES

El lugar de concentración y salida de todas las excursiones desde Salamanca será la Plaza de la Constitución.

Las reuniones que se anuncian para las excursiones de varios días se realizarán en el Colegio Mayor San Bartolomé, Plaza de Fray Luis de León, 1.

MES DE MARZO

Domingo día 4: XII DÍA DE LA BICI

Patrocina: Caja de Ahorros de Salamanca.

Recorrido: circuito urbano de 12 kms.: Plaza Mayor, Pl. del Corriño, C. Quintana, C. San Pablo, C. San Buenaventura, C. España, Pº de Canalejas, Pº de S. Antonio, Pº del Rollo, Avda. de los Comuneros, C. Pérez Galdós, Pº de la Estación, Río Miño, Avda. de los Cipreses, Avda. de Federico Anaya, Avda. de Portugal, Pl. del Barrio Vidal, Avda. de Portugal, C. Candelario, Avda. de Filiberto Villalobos, Avda. de Alemania, Pl. del Ejército, C. Zamora, Plaza Mayor.

Horario: Salida 11,00 h. Llegada 13,30 h.

Sábado día 10: Paseo a Santibáñez del Río

Recorrido: Salamanca, Villamayor, Santibáñez del Río, Villamayor, Salamanca, 22 kms.

Objetivos turísticos: Puente Gudino (paisaje fluvial, ermita románica de Santibáñez) y alrededores (colina, fuente, arroyo).

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Santibáñez 17,00 h., Regreso 18,00 h., Llegada 19,00 h.

Información: Gabriel Ángel Lucas Ramos, telf. 26 23 22.

Domingo día 11: Excursión por «las villas»

Recorrido: Salamanca, Aldealengua, camino agrícola, Aldearrubia, Villoruela, Villoria, Babilaufuente, Morihigo, Cordovilla, Huerta, Nuevo Amatos, Santa Marta de Tormes, Salamanca, 60 kms.

Objetivos turísticos: iglesias románico-mudéjares de Aldealengua y Villoria, artesanía del mimbre en Villorueta.

Modalidad: media.

Horario: Salida 9,00 h., Villorueta 11,00 h., Babilafuente 11,30 h. (reagrupamiento). Llegada 13,30 h.

Sábado día 17 a lunes día 19: Cicloacampada por el Yeltes y el Huebra

Recorrido primer día: La Fuente de S. Esteban, Boada, Retortillo, Balneario de Retortillo, Villavieja de Yeltes, Yecia de Yeltes, Bogajo, 44 kms.

Recorrido segundo día: Bogajo, Villavieja de Yeltes, Villares de Yeltes, Pozos de Hinojo, Escuernavacas, Vitigudino, Villarmuerto, Villargordo, Brincones, Ahigal de Villarino, Sanchón de la Ribera, 63 kms.

Recorrido tercer día: Sanchón de la Ribera, Vitigudino, Traguntia, El Cubo de D. Sancho, La Fuente de S. Esteban, 39 kms.

Objetivos turísticos: Balneario de Retortillo y puentecillo romano, ríos Yeltes y Huebra, calzada romana y castro ibérico de Yecia, roledales de Villargordo y Villarmuerto, castillo del Cubo de D. Sancho.

Modalidad: media con cicloacampada.

Reunión informativa: miércoles día 14 a las 20,30 h.

Horario: reagrupamiento a las 8,00 h. del día 17 en la Estación de Renfe de Salamanca.

Sábado día 24: Visita a la Ermita del Viso

Recorrido: Salamanca, San Cristóbal de la Cuesta, Monterrubio de la Armuña, Ermita del Viso, Villares de la Reina, Salamanca, 17 kms.

Objetivos turísticos: mirador sobre la Armuña.

Cursillo de mecánica: Reglaje de la bici.

Modalidad: Iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Ermita del Viso 17,00 h., Regreso 18,00 h., Llegada 19,00 h.

Información: Isidro Hernández, telf. 22 98 14.

Domingo día 25: Excursión por el Cordel de Merinas

Recorrido: Salamanca, Golpejas, Rollán, Calzada de D. Diego, El Tejado, Carnero, Rodillo, Salamanca, 55 kms.

Objetivos turísticos: La Armuña chica, castillo del Tejado, cordel de Merinas, puente romano sobre La Valmuza.

Modalidad: media.

Horario: Salida 9,00 h., Rollán 11,00 h., El Tejado 11,45 h. (reagrupamiento). Llegada 13,30 h.

Sábado día 31: Paseo y merienda en Pelagarcía

Recorrido: Salamanca, Carbajosa de la Sagrada, Pelagarcía, Ermita de la Peña, y regreso a Salamanca, 17 kms.

Objetivos turísticos: merienda gratuita, Pelagarcía, lavadero, plaza de toros, monte de la Peña.

Cursillo de mecánica: arreglar un pinchazo.

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Pelagarcía 17,00 h., Regreso 18,30 h., Llegada 19,30 h.

Información: David Hernández Vivancos, telf. 23 39 09.

MES DE ABRIL

Domingo día 1: Excursión a Ledesma

Recorrido: Salamanca, Santibáñez del Río, El Pino de Tormes, Carrascal de Velambélez, los Baños de Ledesma, Carrascal de Olmillos, Ledesma, Espino de los Doctores, Vega de Tirados, San Pedro del Valle, Parada de Arriba, Doñinos, Salamanca, 80 kms.

Objetivos turísticos: vega del Tormes, iglesia de Carrascal de Velambélez, Ledesma (rosquillas), baños de Ledesma.

Modalidad: Media.

Horario: Salida 9,00 h., Ledesma (reagrupamiento) 11,30 h., Llegada 14,30 h.

Sábado día 7: Paseo a los Arapiles y Miranda de Azán

Recorrido: Salamanca, Carbajosa de la Sagrada, Arapiles, Miranda de Azán, Aldeagallega, Aldeatejada, Salamanca, 25 kms.



ZAMORA

VALLADOLID

SALAMANCA

PORTUGAL

CACERES

AVILA

--- NACIONAL
... COMARCAL
— CARRETERA
— ASFALTADA

Objetivos turísticos: Los Arapiles (monolito), paisaje de Miranda de A., valle del Zurguén.

Cursillo de mecánica: reglaje y reparación de los frenos.

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Arapiles 17,30 h., Miranda 18,30 h., Llegada 19,30 h.

Información: David Hernández Vivancos, telf.: 23 39 09.

Domingo día 8: Excursión del Tormes y las dehesas

Recorrido: Salamanca, Alba de Tormes, Siete Iglesias de Tormes, Fresno-Alhándiga, Pedrosillo de los Aires, Morille, Aldeatejada, Salamanca, 80 kms.

Objetivos turísticos: contraste entre la Vega del Tormes y el paisaje de dehesas y encinares.

Modalidad: media.

Horario: Salida 9,00 h., Alba 10,30 h., Fresno (reagrupamiento) 11,30 h., Morille 13,15 h., Llegada 14,30 h.

Jueves día 12 a domingo día 15: Cicloacampada en Gredos

Recorrido primer día: Ávila, Pto. de Navalморal (1.514 m.), Navalморal, Burghondo, Navarrevisca, 51 kms.

Recorrido segundo día: Navarrevisca, Serranillos, Pto. de Serranillos (1.575 m.), Pto. del Pico (1.352 m.), S. Martín del Pimpollar, 50 kms.

Recorrido tercer día: S. Martín del Pimpollar, Fonda de Sta. Teresa, Pto. de Menga (1.566 m.), Muñana, Pto. de las Fuentes (1.499 m.), Muñico, 53 kms.

Recorrido cuarto día: opción a): Muñico, Peñaranda de B. y en tren hasta Salamanca.
opción b): Muñico, Gallegos de Sobrinos, Alaraz, Valdecarros, Alba de Tormes, Salamanca, 74 kms.

Objetivos turísticos: Sierra de Navalморal, Sierra de Gredos.

Modalidad: media con cicloacampada.

Reunión informativa: lunes día 9, a las 20,30. **Información:** Manolo Blanco, telf. 25 11 74.

Sábado día 21: Paseo a Huerta

Recorrido: Salamanca, Aldealeguía, Est. de San Morales, Huerta, Nuevo Amatos, Santa Marta, Salamanca, 36 kms.

Objetivos turísticos: Iglesia de Aldealeguía, río Tormes.

Cursillo de mecánica: reglaje y reparación del cambio y de la cadena.

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Aldealeguía 16,45 h., Huerta 17,30 h., Regreso 18,30 h., Llegada 20,00 h.

Información: Manolo Blanco, telf. 25 11 74.

Domingo día 22: Excursión a Valdelosa

Recorrido: Salamanca, La Vellés, Palencia de Negrilla, Huelmos de Cañedo, Valdelosa, Zamayón, Aldearrodrigo, Torresmenudas, Valverdón, Salamanca, 70 kms.

Objetivos turísticos: Alcornocal de Valdelosa, iglesia de Torresmenudas, ribera de Cañedo.

Modalidad: media.

Horario: Salida 9,00 h., Valdelosa (reagrupamiento) 11,45 h., Llegada 14,00 h.

Sábado día 28 a martes día 1 de Mayo: Cicloacampada de los Arribes

Recorrido primer día: Fuentes de Oñoro, Aldea del Obispo, Fuerte de la Concepción, Villar del Ciervo, Castillejo de Martín Viejo, S. Felices de los Gallegos, Ahigal de los Aceiteros, 57 kms. [Opción ciclocaminera: de Villar del Ciervo a Puerto Seguro y desde allí por la garganta del Águeda y un camino de cabras hasta S. Felices].

Recorrido segundo día: Ahigal de los Aceiteros, La Redonda, Sobradillo, Hinojosa de Duero, Saucelle, Vilvestre, 54 kms.

Recorrido tercer día: Vilvestre, Cereza de Peñahorcada, Aldeadávila de la Ribera, Masueco, Pereña, 38 kms.

Recorrido cuarto día: Pereña, Vitigudino, La Fuente de S. Esteban, 60 kms. [Opción rodadora: Pereña, Trabanca, Monleras, Ledesma, Salamanca, 98 kms.

Objetivos turísticos: Ríos Duero, Tormes, Uces, Huebra, Águeda; embalses de los Arribes, Muelle de Vega Terrón, San Felices de los Gallegos, Fuente de la Concepción, Vilvestre, etc.

Modalidad: media con ciclocampada.

Reunión informativa: miércoles día 25 a las 20,30 h.

MES DE MAYO

Sábado día 5: Visita al Pinar de Calzada

Recorrido: Salamanca, Villares de la Reina, Mata de Armuña, Valdunciel, Calzada de Valdunciel, Torresmenudas, Salamanca. 46 kms.

Objetivos turísticos: La Armuña en primavera, pinar de Calzada.

Modalidad: iniciación.

Cursillo de mecánica: reparación de las luces, guardabarros y transportín.

Horario: Salida 16,00 h., La Mata de Armuña (reagrupamiento) 17,00 h., pinar de Calzada 17,30 h., Regreso 19,00 h., Llegada 20,45 h.

Información: Óscar de Vega, telf. 22 05 43.

Domingo día 6: Excursión por la Calzada de San Pedro de Rozados a Alba

Recorrido: Salamanca, San Pedro de Rozados, Cuatro Calzadas, Valdemierque, Alba de Tormes, Salamanca. 65 kms.

Objetivos turísticos: calzada romana entre quejigos y encinas desde Siete Carreras a Valdemierque.

Modalidad: ciclocaminera.

Horario: Salida 9,00 h., Siete Carreras 10,30 h., Cuatro Calzadas (reagrupamiento) 11,30 h., Alba 13,00 h., Llegada 14,00 h.

Sábado día 12: Excursión a Valcuevo

Recorrido: Salamanca, Aldeaseca de Armuña, Castellanos de Villiquera, monumento a Cristóbal Colón, Valcuevo, Zorita, Villamayor, Salamanca. 26 kms.

Objetivos turísticos: monumento a Colón, finca de Valcuevo.

Cursillo de mecánica: Reparación de las ruedas.

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Castellanos de V. 17,00 h., monumento a Colón 17,30 h., parque de Valcuevo 18,30 h., Regreso 20,00 h., Llegada 21,00 h.

Información: José A. San Román, telf. 24 72 20.

Domingo día 13: Excursión al Maderal

Recorrido: Salamanca, Cubo del Vino, El Maderal, Fuentesauco, Salamanca. 92 kms.

Objetivos turísticos: tierra del Vino, La Armuña.

Modalidad: rodadora.

Horario: Salida 9,00 h., El Maderal 11,30 h., Llegada 14,30 h.

Sábado día 19 y domingo día 20: Ciclocampada en Tremedal

Recorrido primer día: Salamanca, Alba de Tormes, Galisancho, Galinduste, Armenteros, Mercadillo, Gallegos de Solmirón, Puente del Congosto, El Tejado, Barco de Ávila, Tremedal, Pto. del Tremedal, Becedas. 115 kms.

Recorrido segundo día: Becedas, La Hoya, Navacarros, Vallejera de Riofrio, Béjar, Naval Moral de Béjar, Ledrada, Fuentes de Béjar, Guijuelo, Pedrosillo de los Aires, Morille, Salamanca. 97 kms.

Objetivos turísticos: Puente del Congosto (río Tormes, castillo), Barco de Ávila (iglesia, plaza, castillo), puertos de la Sierra de Béjar, Béjar.

Modalidad: rodadora con ciclocampada.

Reunión Informativa: miércoles día 16 a las 20,30 h.

Sábado día 26: Parapente en Aldeatejada

Recorrido: Salamanca, teso de las Zorreras (por la calzada de Miranda), Aldeatejada, Salamanca. 14 kms.

Objetivos turísticos: camino de la Calzada de Miranda, demostración de parapente.

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Teso de las Zorreras 17,00 h., Regreso 20,00 h., Llegada 20,30 h.

Información: Juan C. Prieto, telf. 23 07 61.

Domingo día 27: VI EXCURSIÓN DE RASTREO Y ORIENTACIÓN

Recorrido: Se dará a conocer el mismo día la zona del rastreo, cada participante o grupo fijará su propio itinerario.

Modalidad: Media con caminos.

Horario: reagrupamiento obligatorio en la Estación de Autobuses a las 8,30 h. para facturación de bicis. Llegada 22,00 h.
Información: Paco Cortés, telf. 13 09 15.

MES DE JUNIO

Sábado día 2: paseo a Pino de Tormes

Recorrido: Salamanca, Villamayor, Puente Gudino, Florida de Liébana, Pino de Tormes y regreso a Salamanca. 30 kms.
Objetivos turísticos: el río Tormes y la aceña de Pino de Tormes.
Modalidad: iniciación.
Horario: Salida 16,00 h., Pino de Tormes (reagrupamiento) 17,15 h., Regreso 19,00 h., Llegada 20,00 h.
Información: José Luis, telf. 22 67 42.

Domingo día 3: LOS CIEEN KILÓMETROS

Recorrido: Salamanca, Vecinos, Linares, Las Veguillas, Salamanca. 100 kms.
Objetivos turísticos: las dehesas, las fresas de Linares, el bosque de la Honfria.
Modalidad: media.

Horario: Salida 9,00 h., Vecinos (reagrupamiento) 11,00 h., Linares 13,00 h., Comida en la Honfria 14,00 h., Regreso 17,00 h., Las Veguillas (reagrupamiento) 18,30 h., Llegada 20,30 h.

Sábado día 9 y domingo día 10: Cicloacampada en La Bouza

Recorrido primer día: Sancti-Spiritus, Paradinas de Abajo, Sahucedilla, Castillejo de Martín Viejo, Villar de la Yegua, Villar del Ciervo, Puerto Seguro. 55 kms.
Recorrido segundo día: Puerto Seguro, La Bouza, Aldea del Obispo, Almeida (Portugal), Vilar Formoso, Fuentes de Oñoro. 50 kms.
Objetivos turísticos: Camino de Paradinas a Castillejo (aprox. 12 kms.), Camino de Puerto Seguro a La Bouza (4 kms.), Fuerte de la Concepción, Almeida.
Modalidad: cicloacampada con caminos.
Horario: reagrupamiento en Estación RENFE 8,25 h.
Reunión informativa: miércoles día 6 de junio a las 20,30 h.

Martes día 12: Excursión a la Laguna del Cristo

Recorrido: Sancti-Spiritus, Alba de Yeltes, Aldehuela de Yeltes, Laguna del Cristo, Sepulcro Hilario, Cabrillas, Buenabarba, La Sagrada, Sanchón de La Sagrada, Carrascal del Obispo, Villalba de los Llanos, Matilla de los Caños del Río, Vecinos, Salamanca. 98 kms.
Objetivos turísticos: Laguna del Cristo, encinares del curso alto del río Huebra y del río Yeltes.
Modalidad: media con algún tramo de camino.
Horario: reagrupamiento en Estación RENFE 8,25 h.

Sábado día 16: Paseo por los caminos de la Armuña

Recorrido: Salamanca, Monterrubio de Armuña, Aldealama, La Mata de Armuña, Mozodiel del Camino, Salamanca. 27 kms.
Objetivos turísticos: caminos de la Armuña.
Modalidad: iniciación con caminos.
Horario: Salida 16,00 h., La Mata 17,30 h., Regreso 19,30 h., Llegada 20,30 h.
Información: Óscar de Vega, telf. 22 05 43.

Domingo día 17: Diploma Audax de los 200 kms.

Recorrido: Salamanca, Vecinos, Tamames, Sequeros, San Esteban de la Sierra, Los Santos, Fuenterroble, Guijuelo, Cespedosa, Gallegos de Solmirón, Armenteros, Galinduste, Alba de Tormes, Salamanca. 200 kms. (Itinerario de la II TEMPORADA, 1980).
Objetivos turísticos: dehesas, robledal entre Aldeanueva y Sequeros, Sequeros (plaza, mirador de la Cruz), los puentes del Alagón, la zona de Entresieras, el Tormes aguas arriba.
Modalidad: rodadora (para respetar los criterios Audax y obtener el diploma es necesario completar el recorrido en un tiempo inferior a las 12 horas).
Horario: Salida 8,30 h. Llegada a Calvarrasa de Arriba 20,30 h.

Sábado día 23: Paseo al Teso de Utrera

Recorrido: Carbajosa de la Sagrada, Arapiles, Mozárbez, Teso de Utrera, La Alcubilla, La Maza, fábrica de cerámica, estación de Arapiles, Calvarrasa de Arriba, Salamanca. 40 kms.

Objetivos turísticos: Iglesia de Carbajosa, Teso de Utrera (restos de fortificaciones medievales), caminos entre encinares.

Modalidad: iniciación con caminos.

Horario: Salida 16,00 h., Arapiles 17,45 h., Teso de Utrera 18,30 h., La Maza 19,45 h., estación de Arapiles 20,30 h., Calvarrasa de Arriba 21,00 h., Llegada 21,45 h.

Información: Gabriel A. Lucas, telf. 26 23 22.

Domingo día 24: Diploma de Montaña Sierra de Béjar

Recorrido: Salamanca, Frades de la Sierra, Endrinal, Los Santos, Valdelacasa, Peromingo, Navalmoral de Béjar, Béjar (920 m.), Candelario, Plataforma, Travieso (1.800 m.), Candelario, Béjar, Cristóbal, San Esteban de la Sierra (580 m.), Pto. de Linares (1.000 m.), Linares, Las Veguillas, Salamanca. 190 kms.

Objetivos turísticos: depresión del río Sangusín, Candelario, ascensión al Travieso, río Alagón, dehesas.

Modalidad: rodadora.

Horario: Salida 8,30 h., Los Santos (reagrupamiento) 11,30 h., El Travieso 14,00 h., Candelario (comida) 14,30 h., Linares (reagrupamiento) 18,45 h., Llegada 21,30 h.

Sábado día 30: Chapuzón en Calvarrasa de Abajo

Recorrido: Salamanca, Santa Marta, Nuevo Naharros, Calvarrasa y regreso a Salamanca. 22 kms.

Objetivos turísticos: la vega del río Tormes y bañarse en la piscina de Calvarrasa.

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Calvarrasa 17,00 h., Regreso 19,30 h., Llegada 20,30 h.

Información: M.^a Eugenia Lahera, telf. 23 92 64.

MES DE JULIO

Domingo día 1: XII MARATÓN CICLOTURISTA SALMANTINO (300 kms.)

Recorrido: Salamanca, Linares de Riofrío, San Esteban de la Sierra, cruce de Miranda del Castañar, Regajera (510 m.), Casas del

Conde, alto de S. Miguel del Robledo (1.120 m.), El Cabaco, La Alberca, Sotoserrano, puente de Sotoserrano (390 m.), Colmenar de Montemayor (840 m.), Calzada de Béjar, Béjar (920 m.), La Hoya, Pto. de la Hoya (1.260 m.), Barco de Ávila (1.000 m.), La Aliseda de Tormes, Navalperal de Tormes, La Herguijuela, Pto. de la Peña Negra (1.909 m.), Piedrahita (1.060 m.), Collado del Mirón (1.260 m.), Horcajo Medianero, Alba de Tormes, Calvarrasa de Arriba, Salamanca. 310 kms.

Objetivos turísticos: sierras de Francia, Béjar, Gredos y Piedrahita; ascensiones de las Casas del Conde, Colmenar de Montemayor, Peña Negra; paisajes de llanura; dehesa, región del Barco, región de Piedrahita; valles del Alagón, Sangusín, Tormes y Corneja.

Modalidad: superrodadora.

Horario: Salida 5,00 h., Linares 7,15 h., La Alberca (reagrupamiento) 10,00 h., Béjar 13,30 h., Barco de Ávila (reagrupamiento) 15,00 h., Piedrahita 18,00 h., Calvarrasa de Arriba 22,00 h.

Domingo día 8 a domingo día 15: III ENCuentro de Cicloturistas y Ciclistas

Urbanos

Recorrido día 8: concentración en Plaza Mayor de Salamanca, Las Veguillas, Linares de Riofrío. 51 kms.

Recorrido día 9: Linares de Riofrío, Monleón, Endrinal, Los Santos, Valdelacasa, Peromingo, Navalmoral de Béjar, Béjar, Candelario. 45 kms.

Recorrido día 10: Candelario, Calzada de Béjar, Montemayor del Río, Lagunilla, Valdellageve, Sotoserrano. 53 kms.

Recorrido día 11: Sotoserrano, Riomalo, Las Mestas, Las Batuecas, La Alberca, Cereceda de la Sierra. 41 kms.

Recorrido día 12: Cereceda de la Sierra, San Martín del Castañar, Casas del Conde, Mogarraz, Miranda del Castañar, Santibáñez de la Sierra, San Esteban de la Sierra, Linares de Riofrío. 58 kms.

Programa día 13: por la mañana, ponencias y charlas en Linares sobre temas de cicloturismo y ciclismo urbano; por la tarde, una excursión hasta Valero, con vuelta a Linares (24 kms.); proyección de un audiovisual sobre la trayectoria del Club de Amigos de la Bici.

Programa día 14: por la mañana ponencias y charlas en Linares sobre temas de cicloturismo y ciclismo urbano; por la tarde, excursión a Las Quilamas, Pico Cervero y la Honfría (31 kms.).

Programa día 15: clausura del III ENCUENTRO DE CICLOTURISTAS Y CICLISTAS URBANOS. Regreso a Salamanca por Frades (55 kms.).

MES DE AGOSTO

Noche del sábado día 4 a domingo día 5: NOCHE DE LA BICI

Recorrido: Salamanca, cruce de S. Pedro de Rozados, Frades de la Sierra, Endrinal, Linares, Tamames, Vecinos, Salamanca. 125 kms.

Objetivos turísticos: rodar por carreteras sin tráfico a la luz de la luna, escuchando los sonidos de la noche en el campo charro.

Modalidad: rodadora especial. Es imprescindible llevar brazaletes reflectantes en piernas y brazos, catadiópticos y luz de dinamo delantera y trasera en la bici.

Horario: Salida 21,30 h., Frades 0,00 h., Linares 2,00 h., Tamames 4,00 h., Vecinos 5,30 h., Llegada 7,30 h..

MES DE SEPTIEMBRE

Fecha por asignar: MARRUECOS EN BICI

Recorrido: será fijado por los interesados, así como la fecha exacta, en una reunión que se anunciará mediante circular a todos los socios.

Sábado día 8 a domingo día 9: Cicloacampada en la Bastida

Recorrido primer día: Salamanca, Las Veguillas, Castroverde, Narros de Matalayegua, Tejeda y Segoyuela, Rinconada de la Sierra, La Bastida. 65 kms.

Recorrido segundo día: La Bastida, Rinconada de la Sierra, Navarredonda de la Rinconada, Escorial, Hondura, Íñigo, Terrones, Las Veguillas, Salamanca. 70 kms.

Objetivos turísticos: Campo charro, Sierra de las Quilamas, caminos.

Modalidad: media con cicloacampada y algún tramo de camino.

Reunión informativa: miércoles día 5 de septiembre a las 20,30 h.

Sábado día 15: Castañas asadas en Otero de M^a Asensio

Recorrido: Salamanca, Calvarrasa de Arriba, Los Cisnes, Otero y regreso a Salamanca. 26 kms.

Objetivos turísticos: Ruinas, encinares, castañas asadas.

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Calvarrasa 16,45 h., Otero 17,00 h. a 18,00 h., Llegada 18,45 h.

Información: Pedro Pedrero, c/ Peñaranda 28.

Domingo día 16: Vuelta de Las Veguillas

Recorrido: Salamanca, Vecinos, Las Veguillas, Salamanca. 66 kms.

Objetivos turísticos: dehesas, el Zurquén.

Modalidad: Media.

Horario: Salida 9,00 h., Vecinos 11,00 h., Llegada 14,30 h.

Sábado día 22: Paseo a San Benito de Valmiza

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, punto kilométrico 17 de la carretera de Vecinos, San Benito de Valmiza, Muñovela, Sanatorio Martínez Anido, Salamanca. 38 kms.

Objetivos turísticos: Campo charro, dolmen de San Benito.

Modalidad: iniciación con un tramo por caminos.

Horario: Salida 16,00 h., punto kilométrico 17 (reagrupamiento) 17,30 h., San Benito 17,45 h., Regreso 18,30 h., Llegada 20,00 h.

Información: Pedro Pedrero, c/ Peñaranda, 28.

Domingo día 23: Excursión a Carpio Bernardo

Recorrido: Salamanca, Calvarrasa de Arriba, Fuente de Sta. Teresa, Palomares, Carpio Bernardo, Calvarrasa de Abajo, Huerta, Babilafuente, Salamanca. 70 kms.

Objetivos turísticos: Fuente de Sta. Teresa, Carpio Bernardo, Azud de Villagonzalo, río Tormes.

Modalidad: media.

Horario: Salida 9,00 h., Carpio Bernardo (reagrupamiento) 10,30 a 11,30 h., Babilafuente 13,00 h., Llegada 14,30 h.

Sábado día 29 a domingo día 30: Cicloacampada en la Sierra de Tonda

Recorrido primer día: Salamanca, Morille, Pedrosillo de los Aires, Berrocal de Salvatierra, Pizarral, Salvatierra de Tormes, Aldeavieja de Tormes, Guijuelo, Sierra de Tonda. 68 kms. [Opción reducida: desde Berrocal directamente a Guijuelo].

Recorrido segundo día: Sierra de Tonda, Los Santos, ermita del Mesegal, Endrinal, Frades de la Sierra, Calzadilla de Mendigos, Aldeatejada, Salamanca. 66 kms.

Objetivos turísticos: pastas de Pedrosillo, ruinas del castillo y casas señoriales de Salvatierra, dolmen de Aldeavieja, monte público de la Sierra de Tonda, iglesia de Los Santos, ermita del Mesegal.

Modalidad: media con cicloacampada.

Reunión informativa: miércoles día 26 a las 20,30 h.

MES DE OCTUBRE

Sábado día 6: visita a las cuevas de Villamayor

Recorrido: Salamanca, Villamayor, puente Gudino, cuevas de la Moral, Villamayor, cruce del Helmántico, Salamanca. 16 kms.

Objetivos turísticos: río Tormes en el puente Gudino, cuevas de la Moral.

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., puente Gudino (reagrupamiento) 16,45 h., cuevas de la Moral 17,15 h., Regreso 18,00 h., Llegada 19,00 h.

Información: Ángel L. Blanco, telf. 22 34 90.

Domingo día 7: Excursión a Cantalpino

Recorrido: Salamanca, Cabrerizos, Aldealengua, Arabayona, Cantalpino, Riobobos, Villoria, Babilafuente, Aldealengua, Salamanca. 70 kms.

Objetivos turísticos: vega del río, pinares, canal de Villoria, monasterio de Hornillos.

Modalidad: media.

Horario: Salida 9,00 h., Arabayona 11,15 h., Babilafuente 12,20 h., Salamanca 14,30 h.

Viernes día 12 a domingo día 14: Cicloacampada de La Vera, el Jerte y el Cuerpo de Hombre

Recorrido primer día: Plasencia, Valle del Jerte, Casas del Castañar, Barrado, Arroyomolinos de la Vera, Pasarón de la Vera, Jaraíz, Cuacos de Yuste, Monasterio de Yuste, Garganta la Olla, Pto. del Píornal (1.269 m.), Píornal, Valdastillas, Cabezuela del Valle. 105 kms.

Recorrido segundo día: Cabezuela del Valle, Pto. de Honduras (1.430 m.), Hervás, Aldeanueva del Camino, Abadía, Valdelamataza, Lagunilla, Montemayor del Río, Puente de la Magdalena, Béjar, Candelario. 89 kms. [Opción reducida: de Hervás a Candelario directamente por la Garganta, 59 kms.]

Recorrido tercer día: Candelario, Navacarros, Pto. de la Hoya (1.260 m.), Becedas, Medinilla, Santibáñez de Béjar, Guijo de Ávila, Guijuelo, Berrocal de Salvatierra, Frades de la Sierra, Salamanca. 103 kms.

Objetivos turísticos: La Vera y el Valle del Jerte en otoño, Monasterio de Yuste, Garganta la Olla, Pto. del Píornal, Pto. de Honduras, Montemayor del Río, calzada romana en el valle del Cuerpo de Hombre, Tranco del Diablo, camino de Berrocal a Frades.

Modalidad: media con cicloacampada.

Horario: concentración en Estación de Autobuses a las 6,30 del día 12.

Reunión informativa: miércoles día 10, a las 20,30 h.

Sábado día 20: Bicicleta de montaña en Cabrerizos

Recorrido: Salamanca, Aldehuela de los Guzmanes, Cabrerizos, circuito de trial hasta Aldealengua, Salamanca. 18 kms.

Objetivos turísticos: disfrutar de la bici por los caminos.

Modalidad: ciclocaminera.

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

Información: Rodrigo, telf. 23 04 07.

Domingo día 21: Excursión al Nacedero del río Alagón

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Morille, Monterrubio de la Sierra, Pedrosillo de los Aires, La Dueña, ctra. de Frades, nacedero del río Alagón, Calzadilla de Mendigos, Aldeatejada, Salamanca. 80 kms.

Objetivos turísticos: perronillas de Pedrosillo, caminos de la sierra de Herreros, miliarios de la Dueña, nacedero del río Alagón.

Modalidad: media con tramos de camino.

Horario: Salida 9,00 h., Pedrosillo (reagrupamiento) 11,30 h., Nacedero del Alagón (comida) 13,00 h., Regreso 16,00 h., Llegada 18,30 h.

Sábado día 27: Paseo a Gargabete

Recorrido: Salamanca, La Serna, Gargabete, Carbajosa de la Sagrada, Salamanca. 15 kms.

Objetivos turísticos: encinar de Gargabete, iglesia de Carbajosa.

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 16,00 h., Gargabete 16,45 h., Regreso 18,15 h., Llegada 19,00 h.

Información: José A. San Román, telf. 24 72 20.

Domingo día 28: Excursión por el cordel de las Alambres

Recorrido: Salamanca, Doñinos, Zafrón, Gejo de Diego Gómez, Tabera de Abajo, Robliza de Cojos, cordel de las Alambres, Canillas de Torneros, Gejo de Doña Mencía, Muñovela, Montalvos, Tejares, Salamanca. 85 kms.

Objetivos turísticos: Campo charro, encinares, cordel de las Alambres.

Modalidad: ciclocaminera.

Horario: Salida 9,00 h., Matilla de los Caños del Río (reagrupamiento) 12,00 h., Llegada 14,30 h.

MES DE NOVIEMBRE

Jueves día 1 a domingo día 4: Cicloacampada por la Sierra de la Demanda

Recorrido primer día: Logroño, Isallana, Torrecilla en Cameros, Villanueva de Cameros, Villoslada de Cameros. 57 kms.

Recorrido segundo día: Villoslada de Cameros, Montenegro de Cameros, Pto. de Sta. Inés, Laguna Negra de Urbión (1.700 m.), Duruelo, Pto. del Hierro (1.135 m.), Quintanar de la Sierra. 75 kms.

Recorrido tercer día: Quintanar de la Sierra, Laguna Negra de Neila (1.915 m.), Huerta de Arriba, Monterrubio de Demanda, Riocavado de la Sierra, Collado el Manquillo (1.400 m.), Pineda de la Sierra. 60 kms.

Recorrido cuarto día: Pineda de la Sierra, Pto. del Matorro (1.160 m.), Villamur de Herreros, Arlanzón, Ibeas de Juarros, Burgos. 47 kms.

Objetivos turísticos: Valle del Iregua, Torrecilla en Cameros, Villoslada de Cameros, hayedo de N^o S^o de Lomos de Orios, Laguna Negra de Urbión, necrópolis de Quintanar, Laguna Negra de Neila, pinares.

Modalidad: medio con cicloacampada.

Reunión informativa: martes 30 de octubre a las 20,30 h.

Domingo día 11: Excursión de Clausura, comida en Alba de Tormes

Recorrido: Salamanca, Calvarrasa de Arriba, Alba de Tormes y regreso a Salamanca. 42 kms.

Objetivos turísticos: Alba de Tormes

Modalidad: iniciación.

Horario: Salida 10,00 h., Visita a Alba 12,00 h., Comida 14,00 h., Regreso 16,30 h., Llegada 18,30 h.

Nota: La comida será en común y hecha por el Club, pero pagada por los participantes a escote. Es necesario llevar cubiertos y escudilla.

Información: Fabián Juanes, telf. 25 84 14.

CALENDARIO DE REUNIONES Y ASAMBLEA DE SOCIOS

Reuniones: El primer viernes de los meses de marzo, abril, mayo, junio, julio, septiembre, octubre y noviembre se celebrará una reunión de la Junta Directiva en la que pueden participar en calidad de vocales los socios que lo deseen, en el Colegio Mayor San Bartolomé, Pl. de Fr. Luis de León.

Viernes día 16 de Noviembre: ASAMBLEA GENERAL DE SOCIOS.