

AMIGOS de la BICI

Salamanca

-CONBICI en Salamanca-



2018

Programa de la XL Temporada

www.amigosdelabici.es

40 años del Club de Amigos de la Bici

En el año 1978 se fundó el Club Cicloexcursionista de Amigos de la Bici de Salamanca. Con ese motivo, cuando va a cumplir cuarenta años, me han pedido sus actuales responsables, por ser yo uno de sus fundadores y a pesar de estar muy desvinculado del club actual, que diga algo de su nacimiento y de sus características primigenias.

Nuestro club ha tenido desde su nacimiento y durante muchos años dos almas bastante opuestas que han intentado con mayor o menor fortuna llegar a un entendimiento para convivir en la misma organización. El club nació, en muy buena medida, en el seno del llamado en aquellos tiempos Servicio de Educación Física de la Universidad de Salamanca que ofrecía a los universitarios actividades deportivas de tipo recreativo entre las que estaba la montaña y el cicloturismo (este último desde el año 1974). Dado que los universitarios cada año cambiaban y no era posible formar un grupo consolidado, se buscó establecer una base más estable ofreciendo actividades de ciclismo no competitivo al conjunto de la ciudad en la forma de club de cicloturismo. Hay que ponerse en contexto: en aquella época la bici era un vehículo muy desprestigiado socialmente excepto en el nivel competitivo y deportivo; dicho de otra manera, había muy poca gente que usara la bici como vehículo urbano o como vehículo recreativo para hacer excursiones; por otra parte, la población en general hacía muchísimo menos deporte o actividad física que hoy día. El alma primera por tanto de nuestro club era la promoción, iniciar a personas de distintas edades en el uso recreativo de la bici en excursiones de pocos kilómetros muy asequibles a todas las piernas; de ahí que a partir del año 1979 se organizaran los Días de la Bici que pretendían llamar la atención de la ciudad a favor de la bici urbana y al tiempo fomentar el excursionismo ciclista por el campo.

Por otro lado los primeros responsables del Club de Amigos de la Bici habían organizado también en el año 1978 el llamado I Maratón Cicloturista Salmantino (300 kms. en 17 horas con 4.500 m. de ascensión, por las Sierras de Piedrahíta, Béjar y Francia), intentando trasladar a estas tierras el espíritu de los Diplomas cicloturistas franceses de kilometraje largo (nuestro maratón era una mezcla entre los Audax y los Brévet Routier des Alpes y el Brévet Routier des Pyrénées). Este cicloturismo de gran exigencia deportiva y física fue la segunda alma de nuestro club en sus inicios que cristalizaba cada año en los famosos Trescientos y, más recientemente, en organizar Diplomas Audax homologados en Salamanca. La idea, un tanto utópica, era que ambas almas podían encontrarse, en cuanto que gente que, a raíz del Día de la Bici, se iniciaba en excursiones de 25 o 40 kms. en una tarde podía después participar en diplomas de 200 kms. o más. En la práctica esto no funcionaba así y siempre ha habido en el seno del club tirantezas entre estas dos formas de entender la bici, entre la promoción y el cicloturismo como actividad deportiva, no competitiva pero sí muy exigente físicamente, y por tanto solo al alcance de unos pocos.

En cualquier caso la idea fraguó y ofreció a la ciudad una forma distinta de entender el cicloturismo a como lo entendía la Federación de Ciclismo de aquellos tiempos que consistía más o menos en organizar para gente que había participado en su juventud en competiciones ciclistas actividades que se parecían mucho a carreras ciclistas. En este sentido nuestro club, para buscar la diferencia, insistía siempre en el carácter no competitivo de su oferta con excursiones de kilometrajes muy diversos. También hay que decir que quizá parte de nuestro éxito inicial, demostrado en la longevidad de llegar a cumplir ahora los cuarenta años, se debiera en las primeras temporadas a que el club recibía anualmente subvenciones de entidades oficiales, como la Campaña de Deportes para todos, Diputación de Salamanca, Ayuntamiento

de Salamanca, Servicio de Educación Física de la Universidad, que permitían financiar muchos de los costes de excursiones de varios días o asar un cordero en el campo en salidas cortas de sábado por la tarde.

Otra clave para la longevidad ha sido el factor humano: la dedicación año tras año de unas pocas personas en las tareas directivas; no voy a citar nombres porque quedarían algunos injustamente en el olvido, pero todos los socios sabemos que algunos llevan treinta o cuarenta años trabajando en este tipo de tareas sin interrupción. Más tarde vendría un factor decisivo para que hayamos llegado hasta aquí: el servicio de alquiler de bicis, que en la práctica ha permitido que el club haya tenido gratis una sede estable muy céntrica durante muchos años.

Actividades que suponían una gran exigencia organizativa, como los Días de la Bici en los primeros diez años del club, o las excursiones de varios días con acampada, o las excursiones de Rastreo y Orientación, u otras excursiones con autobús para evitar el tráfico de las salidas de Salamanca y pedalear en carreteras tranquilas de poco riesgo, han tenido sus épocas de florecimiento y después de decadencia a medida que han cambiado los usos y costumbres. Para que nuestro club prosiga con éxito es necesario saber en cada caso hacer una oferta atractiva a una sociedad de gustos cambiantes; en una palabra, evolucionar y no repetir siempre lo mismo. Y, claro, encontrar la fórmula para conjugar las dos almas que han marcado desde su inicio la vida de nuestro longevo club.

Ojalá llegue a cumplir otros cuarenta. ¡Feliz cumpleaños!

Paco Cortés

REGLAMENTO DE SEGURIDAD

- ☞ Es obligatorio usar el casco.
- ☞ Respeta las normas de circulación (direcciones prohibidas, semáforos, etc.).
- ☞ Circula por la derecha. No invadas la mitad izquierda. Nunca.
- ☞ Al detenerte, deja libre la calzada.
- ☞ Sé previsible, señaliza con tiempo cualquier maniobra (giros, paradas, baches).
- ☞ Si circulas de noche debes tener luz delantera y trasera y chaleco reflectante.
- ☞ Controla el buen funcionamiento de los frenos, dirección, neumáticos, etc.

Normas de circulación en grupo

- ☞ Circula en fila, nunca de tres en tres o más.
- ☞ Mantén una distancia prudencial con las bicis de delante.
- ☞ Respeta los reagrupamientos, si deseas separarte del grupo, indícaselo al coordinador.
- ☞ Los niños menores de 14 años deben ir acompañados de un responsable.
- ☞ Los menores de 18 años necesitan una autorización paterna para poder participar en las actividades.

INSCRIPCIÓN COMO SOCIO

Ventajas:

1- Un seguro de Accidentes y otro de Responsabilidad Civil (daños a terceros). Ha sido contratado con una compañía privada. Para disponer de esta ventaja es necesario haber hecho el ingreso y entregado la hoja de inscripción antes del 25 de marzo. Estos seguros son necesarios ya que en caso de accidente o caída la Seguridad Social puede no asumir los costes de la asistencia médica por tratarse de un "accidente de tráfico".

2- Posibilidad de transporte en furgoneta en las excursiones que lo precisen.

3- Recibir información sobre las actividades de los Amigos de la Bici.

4- 10 euros en material para la bici.

La cuota anual es de **40 euros** para los mayores de 18 años y **20 euros** para los que todavía no han cumplido 18 años.

Requisitos:

1. Pagar la cuota anual.

2- Si eres un nuevo socio: Entregar la hoja de inscripción y el resguardo de ingreso del banco directamente en la sede de Amigos de la Bici en el "Espacio Joven", c/ Arco 11-21, entreplanta, los viernes de 20,00 a 21,00 h.

Formas de pago:

Por transferencia:

Ingresar en la Cuenta de Amigos de la Bici en Bankia (ES29 2038 7734 5060 0006 4043) la cuota anual, indicando claramente nombre y apellidos en el apartado "concepto". Esta opción puede tener un coste, que depende del banco desde el que la hagas, pero suele ser poco. Por ejemplo, haciéndola por internet son muchos los bancos que no cobran nada. Esta es la forma más cómoda de pagar

En efectivo, en mano:

Pagar el importe de la cuota anual al tesorero del Club en el alquiler. Para ello estará allí los viernes de febrero y marzo de 20:00 a 21:00. Esta opción está exenta de gastos.

En efectivo, en una oficina de Bankia:

Ingresar en la Cuenta de Amigos de la Bici en Bankia (ES29 2038 7734 5060 0006 4043) la cuota anual, indicando claramente nombre y apellidos en el apartado "concepto". Esta opción es la más cara, pues el banco cobra cinco euros por hacer el ingreso.

En efectivo, en un cajero de Bankia:

En un cajero, siguiendo las instrucciones que salen en pantalla para hacer un ingreso en metálico, ingresar en la Cuenta de Amigos de la Bici en Bankia (ES29 2038 7734 5060 0006 4043) la cuota anual, indicando claramente nombre y apellidos en el apartado "concepto". Esta opción está exenta de gastos.

Hoja de inscripción

Nombre y apellidos: _____

D.N.I.: _____ Fecha de Nacimiento: _____

Domicilio: _____

Población: _____

C.P.: _____ Provincia: _____

Tel : _____ Teléfono móvil _____

Correo electrónico _____

Firma: (del padre, si es menor)

Salamanca, a

Para participar en las actividades del Club Amigos de la Bici es necesario ser socio. Así tendrás un seguro de Accidentes y otro de Responsabilidad Civil.

RESPONSABILIDAD DEL CLUB

El Club de Amigos de la Bici no se hace responsable de ningún accidente del que pudiera ser causa o víctima alguno de los participantes en sus salidas, como tampoco se hace solidario de los gastos ni de las deudas que pudieran contraer durante las mismas.

Se recuerda que es necesario respetar la normativa que regula la circulación de bicicletas en las vías públicas.

Nuestra sede está en el Espacio Joven (Alquiler de Bicicletas), c/ El Arco 11-21, entreplanta.

Los primeros miércoles de cada mes, a las 20 h, hay reunión de la Junta Directiva de Amigos de la Bici a la que pueden asistir todos los socios que lo deseen.

ACTIVIDADES CON TRANSPORTE

Muchas de las actividades de este programa necesitan trasladarse en coche hasta el lugar de inicio del pedaleo. Con esto pretendemos llegar a zonas nuevas y con poco tráfico.

Teniendo en cuenta que no todo el mundo dispone de coche propio para llevar las bicis y que mover muchos vehículos es poco económico y ecológico, se ofrece la posibilidad de coordinar el transporte.

Por supuesto, cada persona puede ir con su coche.

Las actividades que necesiten transporte tienen fijada una fecha en la que se realizará la coordinación. Es necesario apuntarse antes. En cada excursión se indica la fecha límite.

Los Amigos de la Bici ofrecerán la posibilidad de compartir un vehículo. En este caso es necesario tener en cuenta las siguientes consideraciones:

- Habrá un número máximo de plazas en ese o esos vehículos.
- Es necesario compartir los gastos del vehículo.
- En el caso de que solo sea necesario llevar la bici en el vehículo coordinado por Amigos de la Bici habrá que abonar la tercera parte de esos gastos.

Para participar en las actividades del Club Amigos de la Bici es necesario ser socio. Así tendrás un seguro de Accidentes y otro de Responsabilidad Civil.

CALENDARIO DE EXCURSIONES

Además de las excursiones de este programa los Amigos de la Bici realizamos otras muchas actividades que se convocan a través del foro de nuestra web, www.amigosdelabici.es.

FEBRERO

Domingo 18 de febrero: Diploma de 50 km

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldeaseca, Calzada, Huelmos, La Vellés, Pedrosillo, Castellanos, Salamanca, 50 km.

Horario: Salida 10,00 h, llegada 13,30 h.

Lugar de salida: Plaza Mayor.

Coordina: Alfonso.

Domingo 25 de febrero: Golpejas y Barbadillo

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, Parada de Arriba, Golpejas, Rollán, Barbadillo, Salamanca, 60 km.

Horario: Salida 10,00 h, llegada 14,00 h.

Lugar de salida: Rotonda del cementerio.

Coordina: Luisma.

MARZO

Domingo 4 de marzo: Buscando el puente Bucarón

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca por vía verde a Alba de Tormes, puente Bucarón, puente los Ventorros, ermita de la Virgen de Otero, Palomares de Alba, Pinar de Alba, calzada "romana", Terradillos y por vía verde a Salamanca, 51 km.

Objetivos turísticos: Puente Bucarón y su calzada antigua, puente los Ventorros, ermita de la Virgen de Otero y calzada "romana" de Alba a Salamanca.

Horario: Salida 10,00 h, llegada 14,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordinan: Javier González y Blanqui.

Sábado 10 de marzo: Visita a la iglesia de Carrascal de Velambélez

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, Pino de Tormes, Carrascal de Velambélez, San Pedro del Valle, Parada de Arriba, Florida de Liébana, Salamanca, 49 km.

Horario: Salida 10,00 h, llegada 14,00 h.

Lugar de salida: Rotonda del cementerio.

Coordina: Blanqui.

Domingo 11 de marzo: Recorrido por Las Villas

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Castellanos, Gomecello, Pitiegua, Arabayona, Babilafuente, Encinas, Salamanca, 67 km.

Horario: Salida 10,00 h, llegada 14,00 h.

Lugar de salida: Plaza de toros.

Coordina: José Miguel.

Domingo 18 de marzo: Vuelta Yeyo

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Villagonzalo, Alba de Tormes, Sieteiglesias, Buenavista, Cuatro Calzadas, Mozárbez, Salamanca, 68 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 14,30 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Manuel.

Sábado 24 de marzo: Visita al Polvorín

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Campo de Golf de Villamayor, Santibáñez del Río, el Polvorín, Salamanca, 19 km.

Horario: Salida 17,00 h, llegada 19,00 h.

Lugar de salida: Calle Fonseca.

Coordina: Gabriel.

Domingo 25 de marzo: Miradores sobre el Duero, el Huebra y el Uces

Atención al cambio de hora

Salamanca - Aldeadávila de la Ribera en coche, 97 km.

Modalidad: Carretera (algunos tramos de caminos).

Recorrido: Aldeadávila de la Ribera, Salto de Aldeadávila, Mieza de la Ribera, Cereza de Peñahorcada, Vilvestre, Saucelle, Barruecopardo, Villasbuenas, El Milano, Cabeza del Caballo, Masueco de la Ribera, Aldeadávila, 107 km.

Objetivos turísticos: Mirador del Fraile, Salto de Adeadávila, mirador de La Code, castillo de Vilvestre, mirador de las Janas, Barruecopardo y su bacalao y el molino del tío Lucas al lado del río Uces.

Horario: Salida 8,00 h, llegada 22,30 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 22.

Precio del transporte en furgoneta: 7 Euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Javier Nicolás.

ABRIL

Domingo 1 de abril: Diploma de 100 km

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Morille, Pedrosillo de los Aires, Berrocal de Salvatierra, Guijuelo, Endrinal, Frades, Salamanca, 109 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 15,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Alfonso.

Sábado 7 de abril: Vuelta a San Pedro de Rozados

*Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Santo Tomé de Rozados, Aldealgordo de Abajo, San Pedro de Rozados, Aldeatejada, Salamanca, 44 km.

Horario: Salida 17,00 h, llegada 20,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

*Coordina: Gonzalo.

Domingo 8 de abril: Por el Oeste de Ávila

Salamanca - Peñaranda en coche, 42 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Peñaranda, Mancera de Abajo, Convento de Duruelo, Blascomillán, Herreros de Suso, Solana de Rioalmar, Grandes, San Martín, El Parral, Vita, Herreros de Suso, Solana de Rioalmar, Muñico, Mirueña, Embalse del Milagro, San García de Ingelmos, Mancera de Arriba, Mancera de Abajo, Peñaranda, 106 km.

Horario: Salida 8,00 h, llegada 20,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 5.

**Precio del transporte en furgoneta:* 5 Euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Blanqui.

Domingo 15 de abril: Diploma de 200 km

Modalidad: Carretera, larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Fuentesauco, Bóveda de Toro, Cañizal, Madrigal de las Altas Torres, Peñaranda, Alaraz, Alba de Tormes, Salamanca, 200 km.

Horario: Salida 8,00 h, llegada antes de las 21,30 h para obtener homologación.

Inscripción: En www.amigosdelabici.es, donde también puedes bajarte el documento detallado, con hoja de ruta para imprimir.

Precio: 5 euros (socios gratis).

Lugar de salida: Espacio Joven, c/ El Arco Nº 21.

Coordina: Paco.

Sábado 21 de abril: Los Artesones

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Moriscos, Aldearrubia, Alto de las antenas (Artesones), San Morales, La Aceña, Aldealengua, Salamanca, 45 km.

Horario: Salida 17,00 h, llegada 21,00 h.

Lugar de salida: VIALIA.

Coordina: Adela.

Domingo 22 de abril: Portugal 2018: Sorteíha

Salamanca - Fuentes de Oñoro en coche, 116 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Fuentes de Oñoro, Castel Bom, Freineda, Malhada Sorda, Vilar Maior, Badamalos, puente Sequeiros, Vale Longo, Seixo do Cõa, Rapoula do Cõa, Sabugal, Sortelha, Sabugal, Rendo, Nave, Alfaiates, Aldeia da Ponte, Batocas, Nave de Haver, Vilar Formoso, Fuentes de Oñoro, 126 km.

Horario: Salida 8,00 h, llegada 21,30 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 19.

Precio del transporte en furgoneta: 8 euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Barajas.

Sábado 28 de abril: Parques y carril bici

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Alamedilla, La Aldehuela, Isla del Soto, Santa Marta, Carbajosa de la Sagrada, Parque Botánico de Carbajosa de la Sagrada, La Pinilla, Salamanca por Camino de Santiago, Puente Romano, 15 km.

Objetivos: Identificación de especies emblemáticas, interpretación de paisajes y ecosistemas.

Horario: Salida 17,00 h, llegada 20,30 h.

Lugar de salida: Pabellón de La Alamedilla.

Coordina: Yolanda.

Domingo 29 de abril: Molinos de Villar del Buey

Modalidad: Carretera, con algún tramo de caminos.

Recorrido: Salamanca, Ledesma, Almeida de Sayago, Carbelino, Salce, Villar del Buey, Villamor de Cadozos, Almeida, Santiz y Salamanca, 152 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 20,00 h.

Interés turístico: Las carreteras de Sayago y los molinos en primavera.

Lugar de salida: Rotonda del cementerio.

Coordina: María.

MAYO

Martes 1 de mayo: Huerto solar en Paradinas

Modalidad: Carretera, con algún tramo de caminos.

Recorrido: Salamanca, Ventosa de Rio Almar, Villar de Gallimazo, Zorita, Paradinas de San Juan, Campo de Peñaranda, Villoria, Encinas, Salamanca, 103 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 19,00 h.

Lugar de salida: MOPU

Coordina: Ramón.

Sábado 5 de mayo: De Almenara a La Mata de Armuña

Modalidad: Carretera

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, Almenara, Valverdón, Torresmenudas, Forfoleda, Calzada de Valdunciel, Naharros de Valdunciel, La Mata de Armuña, Salamanca, 68 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 14,00 h.

Lugar de salida: Rotonda del cementerio.

Coordina: Rafa.

Domingo 6 de mayo: Rastreo y orientación

Salamanca - Granja de Moreruela en coche, 102 km.

Modalidad: Carretera y caminos.

Recorrido: Reedición del rastreo celebrado en 2008 por tierras de Tábara, Moreruela y Villafáfila. Podrás conocer rincones únicos como el Monasterio de Moreruela, Castrotorafe....

Horario: Salida 8,00 h, llegada 22,00 h.

Inscripción: Obligatoria antes del jueves 3.

Precio: 8 euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Blanqui.

Sábado 12 de mayo: Diploma de 300 km

Modalidad: Carretera, larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Vitigudino, Barruecopardo, Aldeadávila, Villarino, Famoselle, Bermillo, Peñausende, Cubo del Vino, Cañizal, Cantalpino, Salamanca, 300 km.

Horario: Salida 6,00 h, llegada antes de las 2,00 h del domingo para obtener homologación.

Inscripción: En www.amigosdelabici.es, donde también puedes bajarte el documento detallado, con hoja de ruta para imprimir.

Precio: 5 euros (socios gratis).

Lugar de salida: Espacio Joven, c/ El Arco Nº 21.

Coordina: Paco.

Domingo 13 de mayo: Excursión a Navagallega

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Aldeagordo, Las Veguillas, Membribe, Navagallega, Calzadilla del Méndigos, Aldeatejada, Salamanca, 71 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 14,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Sábado 19 de mayo: A Morille por el Camino de Santiago

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Morille, Salamanca, por el Camino de Santiago. 35 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 15,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

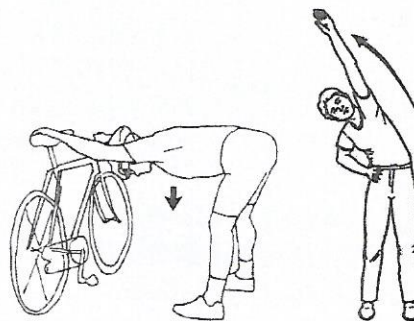
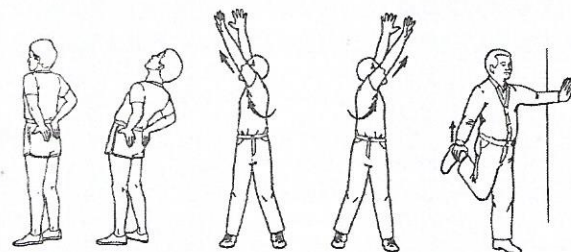
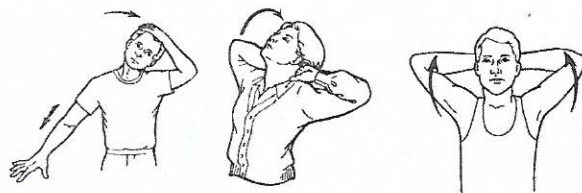
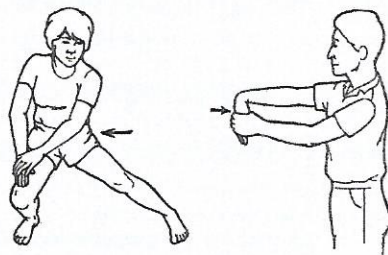
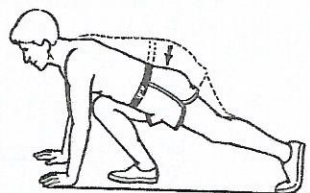
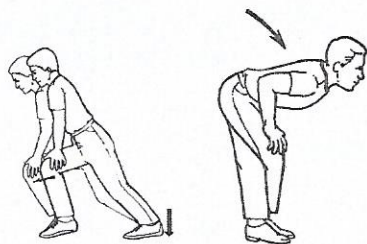
Coordina: Isidro.

Domingo 20 de mayo: Diploma de 150 km

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Cubo del Vino, El Maderal, Argujillo, El Piñero, Fuentespreadas, Santa Clara de Avedillo, Corrales del Vino, Cabañas de Sayago, Peñausende, Ledesma

ESTIRAMIENTOS CICLOTURISTAS



Espino de los Doctores, Vega de Tirados, San Pedro del Valle,
Parada de Arriba, Salamanca, 151 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 19,00 h.

Lugar de salida: Plaza de toros.

Coordina: Carlos "Pelago".

Sábado 26 de mayo: Diploma de 400 km

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Zamora, Ricobayo, Villalcampo,
Miranda do Douro, Mogadouro, Barca D'Alva, Almeida,
Fuentes de Oñoro, Ciudad Rodrigo, Salamanca, 403 km.

Horario: Salida 6,00 h, llegada antes de las 9,00 h del domingo
para obtener homologación.

Inscripción: En www.amigosdelabici.es, donde también puedes
bajarte el documento detallado, con hoja de ruta para
imprimir.

Precio: 5 euros (socios gratis).

Lugar de salida: Espacio Joven, C/ El Arco Nº 21.

Coordina: Paco.

Domingo 27 de mayo: Topas, Valdelosa y Zamayón

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca Salamanca, Mata de Armuña, Palencia
de Negrilla, Topas, Valdelosa, Zamayón, Torresmenudas,
Calzada, Salamanca, 75 km.

Objetivos turísticos: Alcornocales de Valdelosa.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 14,30 h.

Lugar de salida: Plaza de toros.

Coordina: María.

JUNIO

Sábado 2 de junio: Cometas en el Teso de las Zorreras

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Teso de las Zorreras,
Salamanca, 13 km.

Horario: Salida 17,00 h, llegada 20,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Gonzalo.

Domingo 3 de junio: Sangusín

Salamanca - San Esteban de la Sierra en coche, 64 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: San Esteban, Cristóbal, Horcajo, Aldeacipreste,
Montemayor, Peñacaballera, Baños de Montemayor, La
Garganta, Candelario, Navacarros, Béjar, Navalmoral,
Peromingo, Valdelacasa, Los Santos, San Esteban, 106 km.

Horario: Salida 8,00 h, llegada 20,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 31.

Precio del transporte en furgoneta: 6 euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordinan: Alberto y Ana.

Sábado 9 de junio: Alba y Cuatro Calzadas

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Alba de Tormes, Cuatro Calzadas, Salamanca, 49 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 12,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Luisma.

Domingo 10 de junio: Villoria, Riobobos, el río Almar y los Molinos

Modalidad: Mixta.

Recorrido: Salamanca, Villoria, Azud de Riobobos, Villar de Gallimazo, Ventosa, Alconada, ribera del Río Almar, San Vicente, molinos de viento, San Vicente, toro de Osborne, Salamanca. Unos 85 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 14,30 h.

Lugar de salida: Alto de El Rollo.

Coordina: Borja.

Martes 12 de junio: La Covatilla

Salamanca - Fresnedoso en coche, 65 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Fresnedoso (fuente del Cantaro), Puerto de Vallejera, Vallejera, La Hoya, Puerto de La Covatilla, La Hoya, Barco de Ávila, Tormellas, Nava del Barco, Umbrias, Barco de Ávila, San Bartolomé, Medinilla, Sorihuela, Fresnedoso, 107 km.

Horario: Salida 8,00 h, llegada 22,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del viernes 8.

Precio del transporte en furgoneta: 6 Euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Gabriel.

Sábado 16 y domingo 17 de junio:

Diploma de 600 km

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Zamora, Bermillo, Trabanca, Vitigudino, Lumbrerales, Ciudad Rodrigo, Fuente de San Esteban, Tamames, Guijuelo, Barco de Ávila, Piedrahita, Ávila, Arevalo, Madrigal de las Altas Torres, Cañizal, Fuentesauco, Salamanca, 602 km.

Horario: Salida 6,00 h, llegada antes de las 22,00 h del domingo para obtener homologación.

Inscripción: En www.amigosdelabici.es, donde también puedes bajarte el documento detallado, con hoja de ruta para imprimir.

Precio: 5 euros (socios gratis).

Lugar de salida: Espacio Joven, c/ El Arco Nº 21.

Coordina: Paco.

Domingo 17 de junio: Fuentesauco y Peñausende

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Fuentesauco, Cubo del Vino, Peñausende, Santiz, Torresmenudas, Salamanca, 116 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 15,00 h.

Lugar de salida: Plaza de toros.

Viernes 22 de junio: A Cabrera en bici de noche

Nota: Obligatorio portar luz trasera y delantera (no intermitentes) y chaleco reflectante.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Cristo de Cabrera (Las Vaguillas), Membribe, Navagallega, San Pedro de Rozados, Aldeatejada, Salamanca, 80 km.

Horario: Salida 22,00 h. Llegada 4,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Gabriel.

Domingo 24 de junio: Diploma de Montaña: Ávila

Salamanca - Ávila en coche, 95 km

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Ávila, Puerto del Boquerón, San Bartolomé de Pinares, Puerto de Arrebatacapas, Cebreros, El Barraco, Navalmoral, Puerto de Navalmoral, Ávila, 106 km.

Horario: Salida 7,00 h, llegada 21,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 21.

Precio del transporte en furgoneta: 7 euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Gabriel.

JULIO

Durante los meses de verano los Amigos de la Bici realizamos muchas actividades que se convocan a través del foro de nuestra web, www.amigosdelabici.es.

Salidas nocturnas en verano

Todos los miércoles de los meses de julio y agosto.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Serán recorridos de unos 50 o 60 km que nos permitan disfrutar del fresco de la noche durante unas tres horas, siempre por carreteras tranquilas y próximas a Salamanca.

Horario: Salida 22,00 h. Llegada sobre la 1,00 h.

Lugar de salida: En función de la zona a la que vayamos, el lugar de salida será uno de estos: MOPU (carretera Vecinos), rotonda del cementerio o Plaza de Toros.

Información: En su momento se pondrá un calendario de salidas en la web www.amigosdelabici.es donde se podrá ver el recorrido y lugar de salida de cada una de ellas.

Jueves 12 a domingo 15 de julio:

Diploma de 1000 km

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Zamora, Villalpando, Mansilla de las Mulas, Cistierna, Guardo, Cervera de Pisuerga, Aguilar de Campoo, Orbaneja del Castillo, Quintana de Valdivielso, Oña, Briviesca, Pradoluengo, Salas de los Infantes, Duruelo de la Sierra, Calatañazor, Burgo de Osma, San Esteban de

Gormaz, Ayllón, Riaza, Sepúlveda, Turégano, Sanchidrián, Ávila, Peñaranda, Salamanca, 1000 km.

Horario: Salida 19,00 h, llegada antes de las 22,00 h del domingo para obtener homologación.

Inscripción: En www.amigosdelabici.es, donde también puedes bajarte el documento detallado, con hoja de ruta para imprimir.

Precio: 5 euros (socios gratis).

Lugar de salida: Espacio Joven, c/ El Arco Nº 21.

Coordina: Paco.

Sábado 28 de julio:

Chía y Peñanegra bajo la luz de la luna

Salamanca - Piedrahíta en coche, 70 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Piedrahíta, Villafranca de la Sierra, Puerto de Chía, San Martín de la Vega del Alberche, Herguijuela, Puerto de Peñanegra, Piedrahíta, 83 km.

Horario: Salida 20,00 h, llegada 4,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 26.

Precio del transporte en furgoneta: 6 euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Alfonso.

SEPTIEMBRE

Domingo 2 de septiembre:

De la Armuña a Las Villas. Diploma de 75 km

Objetivo: 75 kilómetros en 5 horas por carreteras de perfil llano.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Gomecello, Cabezabellosa, Arabayona, Cantalpino, Riobobos, Villoria, Babilafuente, Encinas de Abajo, Salamanca, 78 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 14,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Javier Villoria.

Domingo 9 de septiembre: Circular de caminos del alto Corneja y el alto del Adaja

Salamanca - Ermita de la Vega (Piedrahíta) en coche, 66 km.

Modalidad: Caminos.

Recorrido y objetivos turísticos: Ermita de la Vega (Piedrahíta), Mesegar, Bonilla de la Sierra, Tórtolas, subida al Rebollar, Villanueva del Campillo (verracos), Villatoro (verracos), Cañada del Puerto de Villatoro, Fuente del Ortigal (nacimiento del Adaja), Villafranca de la Sierra, San Miguel, Piedrahíta. Unos 63 km (desnivel de 600 m) por caminos y pistas forestales.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 20,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del Jueves 6.

Precio del transporte en furgoneta: 6 Euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Jorge.

Sábado 15 de septiembre: Lagunas y ermita de Terrubias

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Miranda de Azán, Cilleros el Hondo, Santo Tomé de Rozados, Terrubias, Los Montalvos, Salamanca, 47 km.

Horario: Salida 17,00 h, llegada 20,30 h.

Objetivos turísticos: Lagunas y ermita de Terrubias.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Lia.

Domingo 16 de septiembre: Vuelta Muñiz

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, Parada de Arriba, Zarapicos, Baños de Ledesma, Espino de los Doctores, Ledesma, Añover de Tormes, Torresmenudas, Calzada de Valdunciel, Salamanca, 89 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 14,30 h.

Lugar de salida: Rotonda del cementerio.

Coordina: Luisma.

Domingo 23 de septiembre: Salamanca, Zamora, Salamanca

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Zamora, Salamanca, 125 km.

Nota: Si ese día se celebra el Día de la Bici de Zamora acompañaremos a los Amigos de la Bici de Zamora en el mismo.

Horario: Salida 7,00 h, llegada 18,00 h.

Lugar de salida: Plaza de toros.

Coordina: Gabriel.

Domingo 30 de septiembre: Diploma de 200 km

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Aldealengua, Huerta, Encinas de Abajo, Cilloruelo, Alba de Tormes, Valdemierque, Cuatro Calzadas, Torrepata, Morille, San Pedro de Rozados, Aldeagordo de Abajo, Las Veguillas, Vecinos, Matilla de los Caños, Robliza de Cojos, Sagos, Villamayor, Golpejas, Espino de los Doctores, Baños de Ledesma, Almenara, Torresmenudas, Calzada de Valdunciel, Valdunciel, La Mata de la Armuña, Monterrubio de la Armuña, San Cristóbal de la Cuesta, Castellanos de Moriscos, Moriscos, Cabrerizos, Salamanca, 201 km.

Horario: Salida 8,00 h, llegada antes de las 21,30 h para obtener homologación.

Inscripción: En www.amigosdelabici.es, donde también puedes bajarte el documento detallado, con hoja de ruta para imprimir.

Precio: 5 euros (socios gratis).

Lugar de salida: Espacio Joven, C/ El Arco Nº 21.

Coordina: Paco.

OCTUBRE

Sábado 6 de octubre: Vuelta "Maripuri"

Modalidad: Carretera y caminos.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Arapiles, Calvarrasa de Arriba, Pelabravo, Santa Marta, Salamanca, 32 km.

Horario: Salida 10,00 h, llegada 13,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Ramón.

Domingo 7 de octubre: Marcha cicloturista de bicicletas clásicas

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Calzada de Valdunciel, Aldearrodrigo, Zamayón, Santiz, Peñausende, Ledesma, Espino de los Doctores, Cruce de Baños de Ledesma, Carrascal de Velambélez, Pino de Tormes, Salamanca, 115 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 17,00 h.

Lugar de salida: Plaza de toros.

Coordinan: Carlos "Pelago" y Blanqui.

Viernes 12 de octubre: Intercambio Salamanca - Segovia

Salamanca - Segovia en coche, 145 km. Y vuelta en bici. O al revés, tú eliges.

Nota: El recorrido es lineal y habrá dos grupos. Un grupo hará la ida en bici y la vuelta en coche; el otro grupo irá en coche y volverá en bici. Habrá un emotivo cruce-saludo en la mitad del recorrido. Dependiendo de las condiciones del viento se podrá optar por otros itinerarios de parecido kilometraje.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldealengua, Babilafuente, Villoria, Palaciosrubios, Madrigal de las Altas Torres, Arévalo, Segovia, 145 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 20,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del martes 9.

Precio del transporte en furgoneta: 5 euros

Lugar de salida: En coche (y en bici) desde c/ Fonseca.

Coordina: Barajas.

Domingo 14 de octubre: Alba, Fresno y Pedrosillo

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Calvarrasa de Abajo, Machacón, Villagonzalo, Alba, Ejeme, Fresno Alhándiga, Pedrosillo de los Aires, Monterrubio de la Sierra, Mozárbez, Salamanca, 85 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 15,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Alfonso.

Sábado 20 de octubre: El Cueto

Modalidad: Carretera (6 km por caminos).

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Tordelalosa, Ermita del Cueto, El Gejo de Doña Mencía, Los Montalvos, Salamanca, 51 km.

Horario: Salida 10,00 h, llegada 14,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Emilio.

Domingo 21 de octubre: Yuste y La Vera

Salamanca - Plasencia en coche, 130 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Plasencia, Jaraíz de la Vera, Guijo de Santa Bárbara, Jarandilla, Cuacos de Yuste, Monasterio de Yuste, Garganta la Olla, Piornal, Valdastillas, Plasencia, 128 km.

Horario: Salida 8,00 h, llegada 21,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del Jueves 18.

Precio del transporte en furgoneta: 9 Euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Luisma.

Sábado 27 de octubre: Ermita de la Peña

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Arapiles, ermita de La Peña, búnker de Pelagarcía, Carbajosa de la Sagrada, Salamanca, 26 km.

Horario: Salida 17,00 h, llegada 19,30 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Raquel.

Domingo 28 de octubre: Visita a la almazara en Herguijuela de la Sierra

Atención al cambio de hora

Salamanca - Tamames en coche, 53 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Tamames, El Cabaco, La Alberca, Herguijuela de la Sierra, Cepeda, Miranda del Castañar, Villanueva del Conde, Sequeros, Arroyomuerto, Aldeanueva de la Sierra, Tamames, 83 km.

Horario: Salida 8,00 h, llegada 20,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 25.

Precio del transporte en furgoneta: 6 euros.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Alfonso.

NOVIEMBRE

Jueves 1 de noviembre: Tierras de Peñaranda y Alba

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Calvarrasa de Abajo, Encinas de Abajo, Alconada, Coca de Alba, Tordillos, Macotera, Galleguillos, Pedrosillo de Alba, Alba de Tormes, Palomares de Alba, Machacón, Calvarrasa de Abajo, Salamanca, 97 km.

Horario: Salida 9,00 h, llegada 15,00 h.

Lugar de salida: MOPU.

Coordina: Carlos "Pelago".

Domingo 4 de noviembre: Clausura en San Pedro del Valle

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, Pino de Tormes, Carrascal de Velambélez, San Pedro del Valle, Parada de Arriba, Florida de Liébana, Salamanca, 49 km.

Horario: Salida 10,00 h, llegada 14,00 h.

Lugar de salida: Rotonda del cementerio.

Coordina: Rafa.

Noviembre: Asamblea General de Socios

Se convocará.

Durante los meses de otoño e invierno los Amigos de la Bici realizamos muchas actividades que se convocan a través del foro de nuestra web, www.amigosdelabici.es.

He participado en:

Nº	Fecha	Actividad	Km	Bici
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				

18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				

NOTAS

NOTAS