

**Cursos de jardinería
para adultos**

**Monográficos para
profesionales**

Jardinería:

- Diseño de jardines
- Montaje de riegos
- Podas
- Escarificación
- Desbroce de parcelas

forjar.es
formación y jardinería



Las Viñas 11

T 923 197 901

Tm 669 142 507

forjarcarbajosa@gmail.com

Carbajosa de la Sagrada / 37188 / Salamanca

forjar es Yolanda San Román Ibáñez

AMIGOS de la BICI Salamanca

-CONBICI en Salamanca-



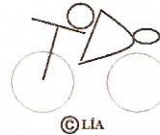
2015

Programa de la XXXVII Temporada
www.amigosdelabici.es

Cuando leemos un **prólogo**, en el caso de que lo hagamos, tenemos en mente que será una introducción, una apertura... Algunas veces nos parecen algo repetitivos, pesados, así que, ¿por qué no empezar de una manera diferente? ¿Por qué no leer un prólogo que, además de introducirnos al asunto, nos recuerde cosas que **aprendimos en el pasado**?

Seguro que te estás preguntando: "¿Eso es posible?" Si quieres la respuesta no tienes más que seguir leyendo...

TODO SOBRE RUEDAS: expresión que utilizamos cuando las cosas nos van bien. Claro, que con la que está cayendo es posible que esta frase pase desapercibida... Pero...¿y si pensamos en esta expresión dentro del contexto de pasear en bici? Entonces sí que tiene sentido, lo mires por donde lo mires... (→ cuando vas en bici, vas **sobre 2 ruedas**... y pasas un buen rato, porque hacer deporte libera endorfinas [llamadas las "moléculas de la felicidad"], que hacen que estemos más content@s...).



© LIA

Y es que, cuando un@ monta en bici, se da cuenta de que además de pasárselo bien puede aprender Geografía, Filosofía... pero también cosas que solo se adquieren estando con los demás.

¿Aprender Geografía? Sí: cuando recorres pueblos, ciudades, lugares a los que no imaginas que puedes llegar en bici... (Saldaña, Torrelavega, Torrejoncillo...)

¿Y Filosofía? Cuando te das cuenta de que tu mente te hace llegar lejos, aunque a veces cueste creerlo. Montar en bicicleta es una filosofía de vida.

Claro, que cuando ruedas en bici también surgen problemas, no puede ser todo perfecto. ¿Qué pasa si tenemos un pinchazo o si se rompe una cadena? La respuesta:

Nosotros arreglamos la bicicleta

Sujeto N CD

Porque el sujeto, somos nosotros, y nuestro complemento, la bici... (Como dijimos al principio: "un prólogo que, además de introducirnos al asunto, nos recuerde cosas que **aprendimos en el pasado**"...).

¿Has pensado alguna vez hasta donde podrías llegar pedaleando? Coger un sendero y perderte en un bosque, empaparte de naturaleza, llegar hasta lo más profundo, donde las plantas te rocen y el viento susurre ("El canto del viento"...), ese lugar mágico que se grabará en tu mente y jamás podrás olvidar...

Si no quieres perderte nada de esto, coge la bici, ámate. No necesitas más que ILUSIÓN (en latín 'animus') y ganas de vivir nuevas experiencias.

Para terminar te propongo un jeroglífico:



Solución: Sal, rueda y disfruta para que **TODO** vaya igual que empezó...→ **SOBRE RUEDAS**

© LIA F.S → lia_amigabici

INSCRIPCIÓN COMO SOCIO

Ventajas:

1- Recibir información sobre las actividades de los Amigos de la Bici

2- Precio reducido en el transporte de las excursiones que lo precisen.

3- 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.

4- 15 euros en material para la bici.

La cuota anual es de **45 euros** para los mayores de 18 años y **30 euros** para los que todavía no han cumplido 18 años.

Requisitos:

1. Ingresar en la Cuenta de Amigos de la Bici en Caja Duero (ES76 2104 0000 1030 0009 4593) la cuota anual.

2- 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.

Datos:

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 _____

REGLAMENTO DE SEGURIDAD

Normas esenciales:

- ☞ Es obligatorio el uso del 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, señala 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 por un responsable.
- ☞ Los menores de 18 años necesitan una autorización paterna para poder participar en las actividades.

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.

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. Para eso se establecen las siguientes aportaciones, en función de la distancia a la que se encuentre el lugar de salida

Distancia al <i>lugar de salida</i> :	Socios	No socios
Hasta 25 km.	3 euros	3 euros
De 25 a 50 km.	4 euros	6 euros
De 50 a 75 km	5 euros	9 euros
De 75 a 100 km	6 euros	12 euros

- 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 esas aportaciones.

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

Los últimos jueves 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.

CALENDARIO DE EXCURSIONES

FEBRERO

Domingo 22 de febrero: Diploma de 50 km.

Modalidad: Carretera.

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

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Isaac.

MARZO

Domingo 1 de marzo: El Cueto

Modalidad: Carretera y caminos.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Tordelalosa, Ermita del Cueto, El Gejo de Doña Mencía, Los Montalvos, Salamanca. 56 km.

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

Objetivos turísticos: Ermita del Cueto.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Efraín.

Sábado 7 de marzo: Paseo a Castellanos

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Castellanos de Moriscos, Moriscos, Cabrerizos, Salamanca. 22 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Gabriel.

Domingo 8 de marzo: Paseo a Topas

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Monterrubio, Carbajosa, Palencia de Negrilla, Topas, Huelmos, Salamanca. 51 km.

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

Objetivos turísticos: La Armuña en primavera, el curso alto de la Rivera de Cañedo.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Blanqui.

Sábado 14 de marzo: Paseo al Polvorín

Modalidad: Carretera y caminos.

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

Horario: Salida 16,00 h., llegada 19,30 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Raquel.

Domingo 15 de marzo: Nacedero del Alagón

Modalidad: Carretera (hay algún tramo por caminos).

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Santo Tomé, Las Veguillas, Membribe, Nacedero del Alagón, San Pedro de Rozados, Salamanca. 78 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Manuel.

Sábado 21 de marzo: Puente de Mozodiel del Camino

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Aldeaseca de la Armuña, Mozodiel del Camino, Puente de Mozodiel, Monterrubio de la Armuña, Villares de la Reina, Salamanca. 27 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 19,30 h.

Objetivos turísticos: Puente de Mozodiel sobre el Arroyo de la Encina, La Armuña.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Isaac.

Domingo 22 de marzo: Diploma de los 100 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Vecinos, Linares (fuente), Herguijuela del Campo, La Sierpe, Las Veguillas, Santo Tomé, Aldeatejada, Salamanca. 107 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Alfonso.

Sábado 28 de marzo: El Canto y El Marín

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Campo de Golf de Villamayor, El Canto, El Marín, Salamanca. 28 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 19,30 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Dani.

Domingo 29 de marzo: Diploma de los 150 km.

Atención al cambio de hora

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Villaseco de los Reyes, Puertas, Espadaña, Villar de Peralonso, Cipérez, Grandes, Villasdardo, Villaseco de los Gamitos, Gejuelo del Barro, Ledesma, Espino de los Doctores, Vega de Tirados, Doñinos, Salamanca. 155 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Luisma.

ABRIL

Sábado 4 de abril: Flecha Ibérica.

Consiste en rodar durante 24 horas en bicicleta, haciendo un mínimo de 360 km. Es una prueba necesaria para la obtención del galardón Randonneur5000. Puesto que la inscripción a la prueba hay que hacerla antes de finalizar febrero, es necesario que los interesados se pongan en contacto con nosotros para tener una reunión previa a mediados de febrero.

Modalidad: Carretera, larga distancia.

Lugar de salida: Salamanca.

Lugar de destino: Yepes (Toledo).

Coordinan: José Vicente y Paco.

Domingo 5 de abril: Alba, Cuatro Calzadas, Morille

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Alba, Valdemierque, Martinamor, Cuatro Calzadas, Morille, Aldeatejada, Salamanca. 70 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Alfonso.

Sábado 11 de abril: Cometas en Cabrerizos

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Cabrerizos, Las Caenas, Aldehuela, Salamanca, 18 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 19,30 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Blanca.

Domingo 12 de abril: Buscando el Puente Rando.

Modalidad: Mixta (unos 15 km. por caminos)

Recorrido: Salamanca, Frades, Endrinal, Los Santos, Puente Rando, Monleón, La Sapa, Endrinal, Villar de Leche, Las Veguillas, Salamanca. 130 km.

Objetivos turísticos: Puente Rando y Ollas de La Sapa.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Lía.

Sábado 18 de abril: Pequeña vuelta por la Armuña.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldeaseca, Valdunciel, Naharros de Valdunciel, La Mata de la Armuña, Villares de la Reina, Aldeaseca, Salamanca, 33 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 19,30 h.

Objetivos turísticos: La Armuña en primavera, posible avistamiento de avutardas, fuente romana de Naharros de Valdunciel.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Blanqui.

Domingo 19 de abril: Brevet Randonneur de 200 km.

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Zamora, Carbajales de Alba, Fonfría, Bermillo de Sayago, Santiz, Salamanca, 210 km. 1200 m.

Horario: Salida 8,30 h., llegada antes de las 22,00 h. para obtener homologación.

Inscripción: Puedes hacerla 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.

Jueves 23 de abril: Lagunas de Terrubias.

Modalidad: Caminos.

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

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

Objetivos turísticos: Lagunas de Terrubias.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Lía.

Domingo 26 de abril: XXX Excursión de Rastreo y Orientación

La zona de rastreo se dará a conocer el mismo día. Es un secreto muy bien guardado por los organizadores, y para conocerla (nunca mejor dicho), tienes que participar. Cada participante o grupo fijará su itinerario particular.

Modalidad: Carretera y caminos.

Horario: Salida 9,00 h., llegada 21,30 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del miércoles 22.

Precio del transporte en autobús: 6 euros los socios y 12 euros los no socios.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordinan: Paco Cortés y Pedro Pedrero.

MAYO

Viernes 1 de mayo: De los castaños a los olivos

Salamanca – Béjar en coche, 70 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Béjar, Peñacaballera, Lagunilla, Valdelageve, Colmenar de Montemayor, Horcajo, La Calzada, Béjar, 71 km.

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

Inscripción: Obligatoria, antes del martes 28

Precio del transporte en furgoneta: 5 euros los socios y 9 euros los no socios.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Adela.

Domingo 3 de mayo: La Covatilla

Salamanca - Guijuelo en coche, 49 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Guijuelo, pto Vallejera (1202 m.), La Hoya, La Covatilla (1960 m.), San Bartolomé de Béjar, Neila de San Miguel, Medinilla, Santibáñez de Béjar, Guijo de Ávila, Guijuelo, 72 km. Quien quiera puede llegar en bici a Salamanca, 121 km.

Horario: Salida 9,00 h., llegada 21,30 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del martes 28.

Precio del transporte en furgoneta: 4 euros los socios y 6 euros los no socios.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Dani.

Domingo 10 de mayo: Brevet Randonneur de 300 km.

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Peñaranda, Ávila, Piedrahíta, Guijuelo, Linares, Tamames, San Muñoz, Aldehuela de la Bóveda, Salamanca, 301 km. 1990 m.

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

Inscripción: Puedes hacerla 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 16 de mayo: Visita al monumento a Colón

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Aldeaseca de Armuña, Castellanos de Villiquera, Monumento a Colón, Mozodiel de Sanchiñigo, El Canto, Salamanca. 31 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 20,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Luisma.

Domingo 17 de mayo: Por la Huebra en primavera

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Matilla de los Caños, Villalba de los Llanos, Carrascal del Obispo, cruce carretera de Tamames, Peralejos de Solís, Narros de Matalayegua, Sanchogómez, carretera de Linares, Hondura, Barbalos, Alcazarén, Coca, Berrocal de Huebra, Sanchón de La Sagrada, La Sagrada, Gallegos de Huebra, San Muñoz, Salamanca, 145 km.

Objetivos turísticos: Los mejores encinares de la provincia, las carreteras más recónditas.

Horario: Salida 9,00 h., llegada 21,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Blanqui.

Sábado 23 de mayo: Castillo y Teso de Carpio-Bernardo

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Pelabravo, Carpio Bernardo, El Encinar, Calvarrasa de Arriba, Salamanca. 48 km.

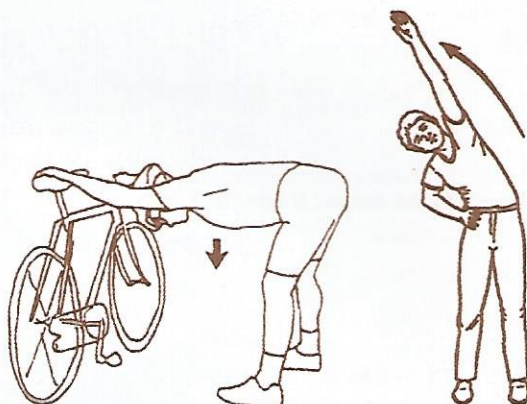
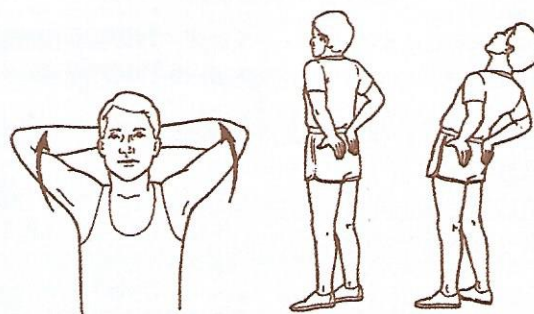
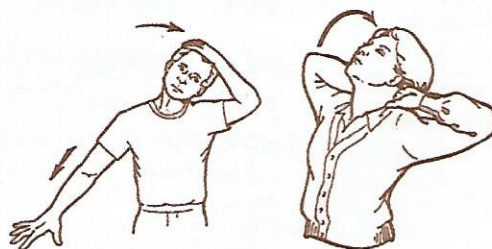
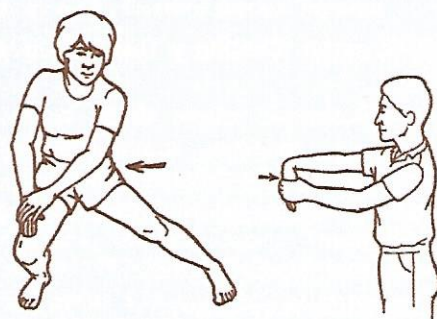
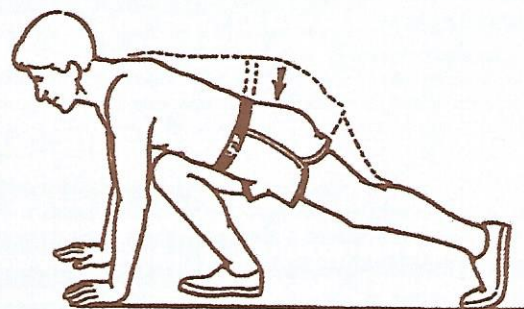
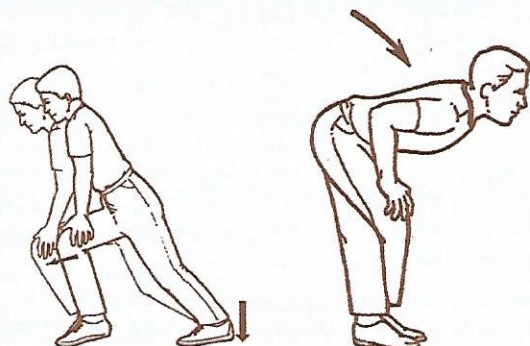
Objetivos turísticos: Restos del Castillo de Carpio-Bernardo y Teso del Carpio.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 20,30 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Ramón R..

ESTIRAMIENTOS CICLOTURISTAS



Domingo 24 de mayo: Fuentes tradicionales de Toro

Salamanca - Villabuena del Puente en coche, 54 km.

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Villabuena del Puente, Fuente del Regato, Fuente de los Villares, Tuda del Judío, Puente de Alcantarilla, Fuente Cantador, Fuente de los Sevillanos, Fuente Malena, Fuente del Camino Ancho, Toro, Tuda de la Tomasina, Puente antiguo río Bajoz, Fuente de Vallongar, Toro, Fuente Pedorra, Fuente Valdelbuey, Valdefinjas, Fuente Picarrico, Villabuena. 84 km

Opción corta: Esperar en Toro, 50 km.

Objetivos turísticos: Fuentes rurales, tudas, puentes antiguos.

Horario: Salida 9,30 h., llegada 21,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 14.

Precio del transporte en furgoneta: 5 euros los socios y 9 euros los no socios.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Isaac.

Sábado 30 de mayo: Brevet Randonneur de 400 km.

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Peñaranda, Piedrahíta, Tornavacas, Plasencia, Coria, Moraleja, Perales del Puerto, Ciudad Rodrigo, Fuente de San Esteban, Salamanca, 413 km. 2530 m.

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

Inscripción: Puedes hacerla 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 N° 21.

Coordina: Paco.

Domingo 31 de mayo: Vega de Tirados y Rollán

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, San Pedro del Valle, Vega de Tirados, Golpejas, Rollán, Barbadillo, Galindo y Perahuy, La Rad, Salamanca. 70 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

JUNIO

Sábado 6 de junio: De Torresmenudas a Parada

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Naharros de Valdunciel, Torresmenudas, Valverdón, Almenara, San Pedro del Valle, Parada de Arriba, Florida de Liébana, Salamanca, 73 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 21,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Carlos Barajas.

Domingo 7 de junio: Buscando dólmenes y puentes antiguos por la vereda de los Mártires

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Doñinos de Salamanca, Torre de Martín Pascual, Alberguería de Valmuza, Pericalvo, Santo Tomé de Colledo, Rollán, Porquerizas, Gejo de Diego Gómez, Villarmayor, Vega de Tirados, Parada de Arriba, Carrascal de Barregas, Santibáñez del Río, Salamanca. 80 km por caminos y campo a través.

Opción ampliada: Gejo de Diego Gómez, Doñinos de Ledesma, Zafrón y Villarmayor. 89 km.

Objetivos turísticos: Dólmenes (4): Porquerizas, Gejo, Zafrón y Villarmayor. Puentes antiguos (5): Torre Martín, Santo Tomé, las Brujas, Gejo (pontón) y Villarmayor. Fuentes antiguas (2): Doñinos de Ledesma y Zafrón. Paisaje de dehesas.

Horario: Salida 9,00 h., llegada 18,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Javier González.

Viernes 12 de junio a domingo 14: Acampada mochilera en Pinofranqueado

Modalidad: Cicloacampada.

Recorrido primer día: Salamanca, Vecinos, Linares, San Esteban de la Sierra, Miranda del Castañar, Sotoserrano, Vegas de Coria, Pinofranqueado. 126 Kms.

Recorrido segundo día: Vuelta por los alrededores: Pinofranqueado, Casar de Palomero, Mohedas, Guijo de Granadilla, Santibáñez el Bajo, Pozuelo de Zarzón, Santibáñez el Alto, Pinofranqueado. 101 Kms

Recorrido tercer día: Pinofranqueado, Vegas de Coria, Casares de las Hurdes, Serradilla, Ciudad Rodrigo. 73 Kms.

Objetivos turísticos: Conocer el norte de Cáceres, las Hurdes, Sierra de Gata.

Horario: Salida: 8,30 h. del día 12, llegada 22,00 h. del día 14.

Reunión preparatoria: 29 de mayo, a la 20 h. en la sede del Club.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución

Coordina: Ramón R.

Domingo 14 de junio: De Robleda a la Sierra de Gata

Salamanca - Robleda en coche, 115 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Robleda, Sahúgo, Descargamaria, Cadalso, Villasbuenas de Gata, Hoyos, Villamiel, El Payo, Villasrubias, Robleda. 107 km.

Inscripción: Obligatoria, antes del Jueves 11

Precio del transporte en furgoneta: 7 euros los socios y 15 euros los no socios.

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

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Carlos Barajas.

Miércoles 17 de junio: Café en San Pedro del Valle

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, Parada de Arriba, San Pedro del Valle, Pino de Tormes, Salamanca, 54 km.

Horario: Salida **16,30 h.**, llegada 20,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Félix.

Sábado 20 de junio y domingo 21: Brevet Randonneur de 600 km.

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Tordesillas, Medina, Villalón, Sahagún, Cistierna, Riaño, Llánaves de la Reina, Riaño, Cistierna, Mansilla, Valencia de Don Juan, Valderas, Villalpando, Zamora, Salamanca. 601 kms, 3530 m.

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

Inscripción: Puedes hacerla 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 21 de junio: La vuelta Muñiz

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida, Zarapicos, Espino de los Doctores, Ledesma, Añover, San Pelayo, Torresmenudas, Salamanca, 94 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Miércoles 24 de junio: Café en San Pedro del Valle

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, Parada de Arriba, San Pedro del Valle, Pino de Tormes, Salamanca, 54 km.

Horario: Salida **16,30 h.**, llegada 20,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Félix.

Noche del viernes 24 al sábado 25 de junio: A Cabrera en bici de noche

Modalidad: Carretera.

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

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Gabriel.

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

Domingo 28 de junio: Diploma de montaña Sierra de Francia

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Vecinos, Tamames, Peña de Francia, Sequeros, San Esteban de la Sierra, Linares, Salamanca, 189 km.

Horario: Salida 7,00 h., llegada 22,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Paco.

JULIO

Salidas nocturnas en verano

Fecha: 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: Obras Públicas (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.

Sábado 4 de julio y domingo 5: Brevet Randonneur de 600 km.

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Recorrido: Salamanca, Alaejos, Medina del Campo, Olmedo, Cuéllar, Cantalejo, Turégano, Hontanares de Eresma, San García, San Pedro del Arroyo, Santa Marta, Piedrahíta, Barco de Ávila, Santibáñez de Béjar, Guijuelo, Linares, Fuente de San Esteban, Salamanca, 600 km. 3550 m

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

Inscripción: Puedes hacerla 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.

AGOSTO

Domingo 16 de agosto a jueves 20: París – Brest – París

Se trata de una actividad cicloturista que nació en 1891 y ahora se realiza cada cuatro años. Consiste en realizar el recorrido de París a Brest, y volver a París, en menos de 90 horas. Participan más de 6000 cicloturistas de todo el mundo. Los Amigos de la Bici de Salamanca hemos participado en ella desde 1991.

Modalidad: Carretera. Larga distancia.

Coordinan: Paco y Gene.

SEPTIEMBRE

Domingo 6 de septiembre: Topas, Valdelosa y Zamayón

Modalidad: Carretera.

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

Objetivos turísticos: Alcornocales de Valdelosa y posible avistamiento de buitres.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: María.

Martes 8 de septiembre: Vuelta por La Armuña

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Gomecello, Cabezabellosa, Pitiegua, Arabayona, Espino de la Orbada, La Orbada, Salamanca, 70 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Audacio.

Sábado 12 de septiembre: Los Artesones

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Moriscos, Aldearrubia, Artesones (alto de las antenas), San Morales, La Aceña, Aldealengua, Salamanca. 47 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 20,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Adela.

Domingo 13 de septiembre: Iniciación a la escalada en San Pelayo

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, Almenara, Juzbado, San Pelayo de la Guareña, Torresmenudas, Calzada de Valdunciel, Salamanca, 61 km.

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

Nota: Puesto que la escalada lleva su tiempo, la idea es comer y pasar el día por allí, pero habrá gente que venga a comer a Salamanca.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Dani.

Sábado 26 de septiembre: Cometas en el Teso de las Zorreras

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Teso de las Zorreras, Salamanca, 16 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 19,30 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Celia.

Domingo 27 de septiembre: Siega Verde y Puente de los Franceses (en memoria de Jesús Lobato)

Salamanca - San Felices de los Gallegos en coche, 105 km.

Modalidad: Mixta.

Recorrido: San Felices de los Gallegos, Castillejo de Martín Viejo, Siega Verde, Villar del Ciervo, Puente Quebrada, Campocerrado, ruinas de La Sacristía, La Bouza, Puerto Seguro, San Felices, 70km.

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

Objetivos turísticos: El pueblo de San Felices, castillo, museo del aceite, puentes antiguos. Siega Verde con sus espectaculares grabados rupestres, Puente Quebrada, las escondidas ruinas del monasterio de La Sacristía y por último el descenso a los infiernos del Puente de los Franceses entre Puerto Seguro y San Felices.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 24.

Precio del transporte en furgoneta: 7 euros los socios y 15 euros los no socios.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: David.

OCTUBRE

Sábado 3 de octubre: San Pedro del Valle

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Florida de Liébana, Parada de Arriba, San Pedro del Valle, Pino de Tormes, Salamanca, 54 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 20,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Luisma.

Domingo 4 de octubre: Paella en Traguntía

Salamanca – Fuente de San Esteban en coche, 55 km.

Modalidad: Mixta.

Recorrido: Será una excursión caminera de unos 45-50 km. Ideal para todos, también para niños cuyos papás quieran enseñar algunas de las sorprendentes bellezas de la provincia de Salamanca. Disfrutaremos de una comida en Traguntía que nos prepararán Iván y Carlos.

Horario: Salida 9,00 h., llegada 21,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 1.

Precio del transporte en furgoneta: 5 euros los socios y 9 euros los no socios.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Iván.

Sábado 10 de octubre: Merienda en la Ermita de La Peña

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Carbajosa de la Sagrada, Arapiles, Ermita de la Peña, Calvarrasa de Arriba, Valdelagua, Santa Marta, Salamanca. 31 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 19,30 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Javier Villoria.

Domingo 11 de octubre: La Peña de Francia

Salamanca - El Maíllo en coche, 75 km.

Modalidad: Senderismo y bici de montaña.

Recorrido: A pie por un sendero desde El Maíllo hasta la Peña de Francia. En bici: Peña de Francia, La Alberca, La

Herguijuela, La Rebollosa, Riomalo de Abajo. 35 km. (casi todo bajando).

Objetivos turísticos: Senderos de la Sierra de Francia en otoño, la Peña de Francia, La Alberca, haya de La Herguijuela, almazara...

Horario: Salida 9,00 h., llegada 21,00 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del miércoles 7.

Precio del transporte en furgoneta: 6 euros los socios y 12 euros los no socios.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Gabriel.

Lunes 12 de octubre: Carretera Nacional a favor de viento

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Dependiendo de la dirección del viento se hará uno u otro recorrido, pero siempre a favor del viento. El tramo contra el viento se hará en furgoneta a primera hora. Unos 80 ó 90 km.

Horario: Salida 8,00 h., llegada 14,30 h.

Inscripción: Obligatoria, antes del jueves 9.

Precio del transporte en furgoneta: 6 euros los socios y 12 euros los no socios.

Coordina: Gabriel.

Sábado 17 de octubre: Teso de Utrera

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Carbajosa, Arapiles, La Maza, Teso de Utrera, Mozárbez, Las Torres, Carbajosa, Salamanca. 35 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 20,00 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Dani.

Domingo 18 de octubre: Ligares y Castelo Rodrigo

Salamanca - Barca d'Alva en coche, 121 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Barca d'Alva, Ligares, Maçores, Açoreira, Duero, Pocinho, Vila Nova Foz Côa, Orgal, Castelo Melhor, Almendra, Vilar de Amargo, Figueira de Castelo Rodrigo, Castelo Rodrigo, Figueira de Castelo Rodrigo, Escalhão, Barca d'Alva. 102 km.

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

Inscripción: Obligatoria, antes del Jueves 15.

Precio del transporte en furgoneta: 7 euros los socios y 15 euros los no socios.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Carlos Barajas.

Sábado 24 de octubre: Vuelta a San Pedro de Rozados

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldeatejada, Aldeagordo, San Pedro de Rozados, Aldeatejada, Salamanca. 46 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 19,30 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Gonzalo.

Domingo 25 de octubre: Castillo de Castronuevo

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Aldealengua, Babilafuente, Villoria, Campo de Peñaranda, Aldeaseca de la Frontera, Gimialcón, Salvadiós, Castillo de Castronuevo, Salvadiós, Peñaranda, Encinas de Abajo, Salamanca. 127 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: David.

Sábado 31 de octubre: A la Ermita del Viso por caminos de la Armuña

Modalidad: Caminos.

Recorrido: Salamanca, Villares de la Reina, Ermita del Viso, San Cristóbal de la Cuesta, Aldealama, Monterrubio de la Armuña, Villares de la Reina, Salamanca, 25 km.

Horario: Salida 16,00 h., llegada 19,30 h.

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: Luisma.

NOVIEMBRE

Domingo 1 de noviembre: Vuelta otoñal por Las Hurdes

Atención al cambio de hora

Salamanca - La Alberca en coche, 75 km.

Modalidad: Carretera.

Recorrido: La Alberca, Las Mestas, Cabezo, Ladrillar, Riomalo de Arriba, Casares de Hurdes, Asegur, Nuñomoral, Rubiaco, Vegas de Coria, Las Mestas, La Alberca. 92 km.

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

Inscripción: Obligatoria, antes del Jueves 29.

Precio del transporte en furgoneta: 6 euros los socios y 12 euros los no socios.

Lugar de salida: En coche desde c/ Fonseca.

Coordina: Luis.

Domingo 8 de noviembre: CLAUSURA: Parrillada mixta en "La Nave"

Modalidad: Carretera.

Recorrido: Salamanca, Hospital de los Montalvos, "La Nave" y regreso, 20 km.

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

Lugar de salida: Plaza de la Constitución.

Coordina: María y Ángel Cascón.