

CLUB CICLISTA CHAMARTÍN

Plaza de la Remonta, Portal 2-A Local
28039 MADRID

Teléfono. 91 572 07 07

web: www.clubciclistachamartín.com

e-mail: info@clubciclistachamartin.com



FUNDADO EN 1925
TEMPORADA 2017



CARHESAN, S.A.

Embutidos Herráez

Tel. 920 231 482. Muñana (Ávila)



DISTINCIONES

Diplomas de honor de la Federación Castellana de Ciclismo - 1960 y 1961.

Trofeo al Mérito Deportivo de la D.N.E.F. y D. - 1975

Medalla de Oro de la Fed. Española de Ciclismo - 1975

Placa de la Federación Castellana de Ciclismo - 1975

Placa de la Junta Municipal del Distrito de Tetuán - 1975

Placa de la Delegación Provincial de E.F. y D. - 1975

Placa de la Asesoría de Ciclismo de E. y D. - 1975

Placa de la Federación Madrileña de Ciclismo - 1992

Placa Federación Madrileña de Ciclismo conmemoración nueva Sede Social - 1996

Placa de la Dirección General de Deportes de la Comunidad de Madrid - 2000

Placa de la Federación Madrileña de Ciclismo - 2000

Placa de la Federación Española de Ciclismo - 2015

JUNTA DIRECTIVA DE LA TEMPORADA 2017

Presidente

José Luis Martín Martín

Vicepresidente

Ángel Herráez

Secretario

Francisco Urbano

Tesorero

Manuel Rodríguez

Secretario Honorífico

Santiago Fernández

Coordinadora de Fémimas

Sofía Valverde

Vocales

Sofía Valverde

M. Ángel Fernández

José Facio

Juan Moreno

Jesús Gurría

Susana Romero

Francisco Fernández

Guillermo González

José Manuel Andrey

Pedro Criado

Raúl Martín

José Luis Alvado

Juan Pablo Rodríguez

COMISIONES

Cicloturismo:

Miguel Ángel Fernández

Ángel Herráez

Susana Romero

José Facio

Guillermo González

Juan Moreno

Sofía Valverde

Pedro Criado

José Luis Alvado

Juan Pablo Rodríguez

Vestuario:

Manuel Rodríguez

José Manuel Andrey

Raúl Martín

Jesús Gurría

Juan Moreno

Larga Distancia:

José Manuel Andrey

Francisco Urbano

Susana Romero

Francisco Fernández

Raúl Martín

José Facio

Jesús Gurría

Seguridad Vial:

José Luis Martín Martín

Jesús Gurría

Guillermo González

José Manuel Andrey

Ángel Herráez

SALUDA

¡Queridos amigos/as! UN AÑO MAS y quiero recordaros a todos que este gran Club fue fundado en 1925, y desde entonces, salvo por razones excepcionales, no ha dejado, ni dejará, de realizar su actividad en pro del ciclismo como deporte.

Nuestra actividad es la promoción y mantenimiento del "CICLOTURISMO" como actividad deportiva y lúdica. Ofrecemos un calendario de salidas desde el primer domingo de febrero hasta el último domingo de octubre a todo aquel/aquella que voluntariamente quiera beneficiarse de esta propuesta. Es un calendario, acorde con la categoría y la clase de todos los socios. La temporada se presenta larga, no solo por el número de excursiones, sino por la cantidad y calidad de los kilómetros que nos hemos propuesto recorrer. Tened en cuenta que subimos todos los puertos de la Comunidad de Madrid, algunos varias veces, y bastantes de las Comunidades Autónomas limítrofes.

Tenemos un gran reto deportivo por delante y la Junta Directiva del Club en pleno lo asume y pone al servicio de sus socios/as y amigos/as, que de forma voluntaria y bajo su estricta responsabilidad, quieran practicar el ciclismo y hacerlo con este magnífico Club que es el CHAMARTIN.

Presentamos un calendario de salidas completo, exigente y acorde con las posibilidades de sacrificio y esfuerzo de todos/as, así como para el disfrute de esta actividad de forma lúdica y voluntaria, que nos une a todos los socios/as y amigos/as del CHAMARTIN.

Este deporte es un deporte de cierto riesgo, por eso no tenemos más remedio que llamar la atención del cuidado y precaución de todos/as en nuestras salidas y exigir a todos la disponibilidad personal de seguro de accidentes y R.C. suficientes para la práctica de nuestro deporte. No son salidas competitivas, aunque si exigentes, por lo que debe primar el compañerismo y la ayuda entre nosotros sobre el reto y la competitividad. De esta forma, respetando las normas de tráfico y manteniendo permanentemente la conciencia de que vamos en grupo y por carreteras abiertas al tráfico, con mucha prudencia, superaremos el verdadero reto de este deporte: "Los accidentes".

Todos los viernes del año, estamos en nuestra SEDE de 20:00 a 22:00, para charlar y cambiar impresiones, incluso de ciclismo.

¡FELIZ TEMPORADA PARA TODOS!

LA JUNTA DIRECTIVA

Enero 2017

INSIGNIAS DE ORO DEL CLUB CICLISTA CHAMARTÍN

| | |
|------|-----------------------------|
| 1981 | Santiago Fernández |
| 1982 | Ángel Mayo |
| 1983 | Emilio Rodríguez |
| 1984 | Benito Palacios |
| 1985 | Julián Berrendero |
| 1987 | Leonardo Vegas |
| 1988 | Francisco García |
| 1989 | Francisco del Val |
| 1990 | José Campillejo |
| 1991 | Ángel Fernández |
| 1992 | Juan Gallego |
| 1993 | Juan José López Segura |
| 1994 | José López (LEO's). |
| 1995 | Simón Millán |
| 1996 | Macario Llorente |
| 1997 | Ramón Pérez |
| 1999 | Vicente Colmenar López-Rey |
| 2000 | Jesús Sanz |
| 2001 | Jorge Fernández |
| 2004 | Félix Criado |
| 2005 | Julián González |
| 2006 | Francisco Urbano |
| 2007 | Inocencio Oporto |
| 2008 | Manuel Rodríguez |
| 2009 | Miguel Ángel Fernández |
| 2010 | José Luis Martín Martín |
| 2011 | Julián Oporto Cárdbaba |
| 2012 | Antonio Perlado Martín |
| 2013 | Miguel Ángel Llorente Uceta |
| 2015 | Ángel Herráez Morales |
| 2016 | Laureano Zurdo Pacho |

LOS VENCEDORES EN CICLOTURISMO AÑO A AÑO

| | |
|-------|--|
| 1959: | Vicente Moreno |
| 1960: | Grupo A: Miguel Madrid Grupo B: Ángel Mayo |
| 1961: | Grupo A: Francisco García Grupo B: Ángel Mayo |
| 1962: | Grupo A: Ángel Carrasco Grupo B: José Martín |
| 1963: | Grupo A: Antonio Jacomé Grupo B: Francisco Mayo |
| 1964: | Francisco Mayo |
| 1965: | Francisco Mayo |
| 1966: | Antonio Jacomé |
| 1967: | Antonio Jacomé |
| 1968: | Antonio Jacomé |
| 1969: | Manuel Martos |
| 1970: | Manuel Martos |
| 1971: | Benito San Benito |
| 1972: | José María Venzala |
| 1973: | José María Venzala |
| 1974: | José García |
| 1975: | José María Venzala |
| 1976: | Antonio Palacios |
| 1977: | Manuel Castellanos |
| 1978: | Benito San Benito |
| 1979: | Benito San Benito |
| 1980: | Benito San Benito |
| 1981: | Benito San Benito |
| 1982: | Benito San Benito |
| 1983: | Juan Francisco Astasio |
| 1984: | Francisco García |
| 1985: | Fernando Astasio |
| 1986: | Fernando Astasio |

| | |
|-------|---|
| 1987: | Luis Astasio |
| 1988: | Laureano Zurdo |
| 1989: | Laureano Zurdo |
| 1990: | Santiago Romero |
| 1991: | Pedro Carreño |
| 1992: | Pedro Carreño |
| 1993: | Pedro Carreño |
| 1994: | Pedro Carreño |
| 1995: | M ^a . José Carreño |
| 1996: | M ^a . José Carreño |
| 1997: | Pedro Carreño |
| 1998: | Laureano Zurdo |
| 1999: | Laureano Zurdo |
| 2000: | Félix Criado |
| 2001: | Félix Criado |
| 2002: | Guillermo González |
| 2003: | Álvaro Reyes |
| 2004: | Grupo A: Álvaro Reyes. Grupo B: Miguel Ángel Perruca |
| 2005: | Miguel Ángel Perruca |
| 2006: | Miguel Ángel Perruca |
| 2007: | Miguel Ángel Perruca |
| 2008: | Miguel Ángel Perruca |
| 2009: | Miguel Ángel Perruca |
| 2010: | Miguel Ángel Perruca |
| 2011: | Laureano Zurdo |
| 2012: | Laureano Zurdo |
| 2013: | Laureano Zurdo |
| 2014: | Miguel Ángel Fernández |
| 2015: | Marcos Merino Guidotti |
| 2016: | Miguel Ángel Fernández |

CLUB CICLISTA CHAMARTÍN
REGLAMENTO SOCIAL
DE
CICLOTURISMO



Artículo 1º. La asociación al Club así como la participación en cualquiera de las actividades programadas es voluntaria y bajo la estricta responsabilidad de cada uno/a. El Club Ciclista Chamartin en el ánimo de cumplir con sus objetivos de promoción del deporte y en concreto el ciclismo no competitivo, pone a disposición de sus socios un programa de actividades, calendario de salidas, asequible, según las posibilidades de cada uno/a, para la práctica deportiva cumpliendo con lo estipulado en este Reglamento.

Artículo 2º. El programa de excursiones para la temporada será elaborado por la comisión nombrada a tal fin, integrada por socios/as voluntarios/as que en la temporada anterior hayan obtenido al menos el 70% de los puntos previstos, y en su defecto se encargará de su elaboración la Comisión de Cicloturismo. Se expondrá durante quince días para alegaciones. En caso de que las hubiera, serán estudiadas por la Comisión de Cicloturismo que se encargará de hacer las correcciones correspondientes, y una vez realizadas, la Junta Directiva lo aprobará de forma definitiva. Dicho programa de excursiones, en su aplicación práctica, podrá sufrir alteraciones por causas que, a juicio de la Comisión de Cicloturismo, las justifiquen.

Artículo 3º. Cada Grupo de cicloturistas, (A, B, y C), para la presente temporada y en las excursiones planificadas en el Calendario, tendrá como mínimo un jefe/a o responsable de grupo. Todo excursionista está obligado a seguir sus instrucciones en materia de seguridad, imagen, civismo y compañerismo, así como las de cualquier miembro, de la comisión de Cicloturismo o de la Junta Directiva, para la buena marcha de las excursiones. Así mismo se deberá respetar en todo momento el Código de la Circulación y el Reglamento de Cicloturismo, lo cual supondrá una mayor seguridad y civismo, de todos los participantes. En caso de no respetar dichas normas será sancionado/a con la pérdida de los puntos de dicha excursión, previo acuerdo de la Comisión de Cicloturismo, a instancia del Jefe de Grupo informante.

Artículo 4º. Las puntuaciones serán las siguientes: tres puntos para las excursiones, cinco puntos para la Excursión Reina, seis para los Jurados en Ruta y un punto adicional en los altos o puertos de montaña marcados en el calendario, así como en las excursiones que se indique. Al excursionista que no firme el control de salida se le podrá quitar un punto, y el que no firme el control de reunión se le podrán quitar hasta dos puntos, por acuerdo de la Comisión de Cicloturismo. Los excursionistas deberán preocuparse de firmar los controles.

Las excursiones que dentro de calendario se organicen con recorridos de punto a punto y con apoyo de autobús o vehículos particulares, tendrán la misma puntuación que la Excursión Reina.

Todos/as los/las socios/as participantes en cada salida, obtendrán los mismos puntos, independientemente del Grupo en el que lo hagan, y realicen o no la ampliación prevista para cada grupo, pero SÍ es obligatorio, para puntuar de acuerdo con lo previsto, hacer el recorrido completo, salvo que le pueda surgir cualquier incidente que, a juicio del responsable del grupo, le imposibilite a terminarlo. El/la socio/a que obtenga el mayor número de puntos será el/la “Vencedor/a de Cicloturismo de la Temporada”. El/la vencedor/a de Cicloturismo podrá repetir hasta un máximo de tres temporadas consecutivas. En caso de que a partir de la tercera temporada siguiera siendo el/la que más puntos obtiene, el trofeo de vencedor/a se le otorgará al segundo/a en puntos obtenidos.

Artículo 5º. Todo excursionista tiene la obligación de conocer el recorrido, informarse por sus propios medios de la hora de salida, lugar de reunión o puesto de jurado que le corresponda para poder puntuar. Todo jurado que no cumpla con el servicio que se le ordene perderá la puntuación de ese día. Es imprescindible presentarse al responsable de cicloturismo para firmar las hojas de control siempre dentro del horario previsto, para poder puntuar.

Artículo 6º. Si por causa del mal tiempo (lluvia, nieve o fuerte viento) hubiera que suspender la excursión prevista, se determinará su realización o no por votación a mano alzada de los presentes con derecho a voto, siendo necesario para el acuerdo decisivo de que hacer, la mitad más uno de los votos válidos. Sólo tendrán derecho a voto y puntuación aquellos socios/as que se presenten con equipación y bicicleta en perfectas condiciones para salir. También se les otorgarán los puntos al encargado/a de la apertura del Club y al conductor del coche de apoyo.

Artículo 7º. La clasificación se realizará por la suma de puntos de todas las excursiones. En caso de empate, se resolverá de la siguiente forma: se procederá al desempate mediante la celebración de tres pruebas de concurso. La Comisión de Cicloturismo, de acuerdo con la Directiva del Club, resolverá en su momento la forma y fecha en que se efectuarán los posibles desempates. Una vez confeccionada la clasificación, se dispondrá de 15 días a partir de su aparición en el tablón del Club, para posibles reclamaciones.

Artículo 8º. Tendrán trofeo por salidas de cicloturismo, todos los/as socios/as al corriente de pago de las cuotas, que en el calendario de salidas hayan obtenido al menos el 60% del total de los puntos previstos en la totalidad de actividades reguladas por este Reglamento, en cada temporada. Siempre previa revisión y aprobación por la Comisión de Cicloturismo. Así mismo para obtener los Premios de: Más desafortunado/a, Más compañero/a, Más Veterano/a y Más joven, es necesario contar con al menos el 50% de los puntos previstos en las salidas del calendario de cada temporada.

En cuanto al trofeo de Habilidad a otorgar al ganador/a del concurso anual a realizar en la última salida del calendario, es necesario, contar al menos con el 30% de los puntos del calendario, y siempre a propuesta de la Comisión de Cicloturismo y aprobación de la Junta Directiva.

El reparto de los premios se efectuará al finalizar la temporada y en el lugar y fecha que previamente se dará a conocer a todos los/as socios/as.

Para no perder el Trofeo obtenido en la temporada, será obligatorio asistir al reparto de premios. Solamente y por excepciones que la Directiva estudiará, podrá posteriormente recoger su Trofeo, el socio que presentase una justificación importante por la cual no pudo retirarlo en su momento, en un plazo máximo de 30 días.

Artículo 9º. Es necesario presentar la bicicleta en las debidas condiciones para efectuar el recorrido proyectado. En caso contrario el/la ciclista será sancionado/a con la pérdida de puntos de ese día. En caso de avería, se tiene derecho a puntuación y a ser recogido por el coche de apoyo. No se considerará avería un pinchazo.

Artículo 10º. Todo excursionista que al final de la temporada no estuviese al corriente de pago de la cuota anual del Club, perderá los puntos obtenidos durante la temporada.

Artículo 11º En caso de accidente, caída o avería mecánica el/la socio/a que previamente se presentó en la salida en perfectas condiciones, tendrá derecho a los puntos correspondientes. Si por causa de accidente y/o caída no pudiese asistir a posteriores excursiones, seguirá puntuando hasta su recuperación o, si es el caso, hasta fin de temporada.

Artículo 12º. Todos/as los/as menores de catorce años y mayores de sesenta y cinco no estarán obligados/as a realizar excursiones de más de 70 kilómetros, siéndoles aplicados los mismos puntos.

Artículo 13º. Todos los/as socios/as del Club tendrán derecho a los puntos los días que participen en las excursiones programadas, y también siempre que participen en las carreras organizadas

por el Club. En dichas carreras tendrán el mismo número de puntos que los jurados en ruta.

Artículo 14º. Se darán los puntos como si se hubieran asistido a la excursión establecida, a los cicloturistas que en el mismo día realicen una de las Marchas de Cicloturismo organizadas por cualquier otro Club y que hayan sido comunicadas a la Comisión de Cicloturismo previamente a la realización de la Marcha y a cualquiera de las Brevets organizadas en el territorio nacional.

Artículo 15º. Todos los cicloturistas participantes en las excursiones previstas en el calendario anual, deben ser socios/as del Club y tener Licencia Federativa en vigor o seguro de RC con una cobertura mínima de 300.000€.. Además es obligatorio el uso del casco y llevar la ropa que identifica a nuestro Club.

Artículo 16º. Todos los cicloturistas que participen en las marchas o salidas, organizadas por el Club, deberán estar en posesión de la correspondiente licencia federativa o seguro de RC con una cobertura mínima de 300.000€.

Artículo 17º. Todos aquellos casos no previstos en el presente Reglamento serán resueltos por la Comisión de Cicloturismo. Las dudas que tuviese algún cicloturista sobre el presente Reglamento, serán aclaradas por la citada Comisión de Cicloturismo.

Artículo 18º. Con el fin de que en todas las excursiones organizadas, los participantes puedan beneficiarse de la seguridad que ofrece el coche de apoyo y en el caso de que no hubiera conductor fijo, a principio de temporada cada socio-excursionista debe apuntarse a conducir el coche al menos un domingo de salida.

En su caso la Junta Directiva de oficio, asignará por orden de lista de puntos de la temporada anterior, el domingo que le corresponde conducir el coche a aquellos socios/as que no lo hubieran hecho de forma voluntaria.

Aquel socio/a que aún así no se responsabilice de la conducción del coche el día que le corresponda, por iniciativa de la Junta Directiva, o no haya sido conductor ningún domingo en el año anterior y en el presente, podrá ser incluso expulsado del Club por insolidario, aparte de quitarle los puntos y privarle del trofeo que le pudiera corresponder.

Artículo 19º. Para participar en la carrera social, además de lo establecido en el artículo 15º de este Reglamento, será obligatorio haber participado y terminado en un mínimo de cuatro excursiones de las previstas en el calendario anual del club, para cada año, en las fechas anteriores a la realización de la carrera social, así como estar al corriente de pago de la cuota del Club.

Se exceptúa de este requisito, previa comprobación por los miembros de la comisión de "Organización de carreras", a aquellos/as socios/as que en el año en curso, demuestren tener su domicilio fuera de la Comunidad de Madrid.

LA COMISIÓN DE CICLOTURISMO

Lino Palacios
CESTERIA Y PERSIANAS

ALFOMBRAS, ESTORES, MUEBLES DE CAÑA Y MIMBRE,
FELPUDOS Y PERSIANAS
TRABAJOS DE REJILLA
CORDELERÍA Y ARTÍCULOS DE BARRO

C/ Capitán Blanco Argibay, 21
28029 - Madrid

Tel.: 91 579 12 15 - 91 572 03 06
linopalacios@gmail.com

CLUB CICLISTA CHAMARTÍN

EXCURSIONES Y CONCURSOS

TEMPORADA 2017

NÚMERO DEL TELÉFONO MÓVIL
DEL COCHE DE APOYO

639 440 525

(Sólo activo el día de la salida por la mañana)



FEBRERO

1ª excursión (3 Puntos)

5 de Febrero – Hora: 9:30

Recorrido “A” (82 km)

Madrid, Fuencarral, Tres Cantos, Colmenar Viejo (3^{er} puente), desvío hacia Manzanares el Real (rotonda), desvío hacia Soto (rotonda), Soto del Real, Colmenar Viejo, Tres Cantos, Fuencarral, Madrid.

Recorrido “B” (82 km)

Madrid, Fuencarral, Tres Cantos, Colmenar Viejo (3^{er} puente), desvío hacia Manzanares el Real (rotonda), desvío hacia Soto (rotonda), Soto del Real, Colmenar Viejo, Tres Cantos, Fuencarral, Madrid.

Recorrido “C” (65 km)

Madrid, Fuencarral, Tres Cantos, Colmenar Viejo (3^{er} puente,) Tres Cantos, Fuencarral, Madrid.

Firma y Control: Colmenar Viejo (Junto a la Plaza de toros).

ATENCIÓN: Recordar, que debéis llegar al Club sobre las 9:00 ó 9:15 para hacer la ***foto oficial de inicio de temporada.***

Recorrido “A” (90 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Guadalix de la Sierra, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (90 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Guadalix de la Sierra, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (80 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Soto del Real

**NÚMERO DEL TELÉFONO MÓVIL
DEL COCHE DE APOYO**

639 440 525

(Sólo activo el día de la salida por la mañana)

Recorrido “A” (107 km)

Madrid, Alcobendas, Cruce Algete, Fuente el Saz, Alalpardo, Valdeolmos, cruce con N-320, El Casar de Talamanca, Talamanca del Jarama, Valdetorres del Jarama, Fuente el Saz, Alcobendas, Madrid

Recorrido “B” (107 km)

Madrid, Alcobendas, Cruce Algete, Fuente el Saz, Alalpardo, Valdeolmos, cruce con N-320, El Casar de Talamanca, Talamanca del Jarama, Valdetorres del Jarama, Fuente el Saz, Alcobendas, Madrid

Recorrido “C” (82 km)

Madrid, Alcobendas, Cruce Algete, Fuente el Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, Valdetorres del Jarama, Fuente el Saz, Alcobendas, Madrid.

Firma y Control: Talamanca del Jarama

Recorrido “A” (112 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Manzanares el Real, Cerceda (rotonda), (rotonda del alpinista), Alto de la Pedriza (3ª cat.), aparcamiento de Cantocochinos, Manzanares, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (112 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Manzanares el Real, Cerceda (rotonda), (rotonda del alpinista), Alto de la Pedriza (3ª cat.), aparcamiento de Cantocochinos, Manzanares el Real, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido Grupo C (97 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Manzanares el Real, alto de la Pedriza (Quebranta Herraduras), Manzanares el Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Manzanares el Real - (2º paso)

| <u>TOTAL km FEBRERO</u> | | <u>TOTAL PUNTOS</u> |
|-------------------------|-----|---------------------|
| Grupo A: | 391 | 12 |
| Grupo B: | 391 | |
| Grupo C: | 341 | |

MARZO

5ª excursión (3 Puntos)

5 de Marzo – Hora: 9:00

Recorrido “A” (122 km)

Madrid, Alcobendas, Algete, Cobeña, Daganzo, Fresno Del Torote, Serracines, Ribatejada, El Casar de Talamanca, Mesones, Valdepiélagos, Talamanca del Jarama, Valdetorres del Jarama, Fuente el Saz, Alcobendas, Madrid.

Recorrido “B” (109 km)

Madrid, Alcobendas, Algete, Cobeña, Daganzo, Fresno Del Torote, Serracines, Ribatejada, El Casar de Talamanca, Talamanca del Jarama, Valdetorres del Jarama, Fuente el Saz, Alcobendas, Madrid

Recorrido “C” (101 km)

Madrid, Alcobendas, Fte. El Saz, El Casar de Talamanca, Mesones, Valdepiélagos, Talamanca del Jarama, Valdetorres del Jarama, Fuente El Saz, Alcobendas, Madrid.

Firma y Control: El Casar de Talamanca

Recorrido “A” (115 km)

Madrid, Alcobendas, San Agustín de Guadalix, Atalaya del Molar, Pedrezuela, (ctra. del pantano), Venturada, Torrelaguna, El Vellón, El Espartal, Talamanca del Jarama, Valdetorres del Jarama, Fuente El Saz, Alcobendas, Madrid.

Recorrido “B” (115 km)

Madrid, Alcobendas, San Agustín de Guadalix, Atalaya del Molar, Pedrezuela, (ctra del pantano), Venturada, Torrelaguna, El Vellón, El Espartal, Talamanca del Jarama, Valdetorres del Jarama, Fuente El Saz, Alcobendas, Madrid.

Recorrido “C” (100 km)

Madrid, Alcobendas, San Agustín de Guadalix, Atalaya del Molar, Pedrezuela, El Vellón, Torrelaguna, Talamanca del Jarama, Valdetorres del Jarama, Fuente El Saz, Alcobendas, Madrid.

Firma y Control: Talamanca del Jarama

Recorrido “A” (118 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Alto de Hoyo, (3ª cat.), Hoyo de Manzanares, la Berzosa, vía de servicio N-VI, Collado Villalba, Moralzarzal, Cerceda, Manzanares el Real, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (118 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Alto de Hoyo, (3ª cat.), Hoyo de Manzanares, la Berzosa, vía de servicio N-VI, Collado Villalba, Moralzarzal, Cerceda, Manzanares el Real, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (109 km)

Madrid, Colmenar Viejo Viejo, Alto de Hoyo (3ª categoría), Hoyo de Manzanares, la Berzosa, vía de servicio N-VI, Collado Villalba, Moralzarzal, Cerceda, Colmenar Viejo Viejo, Madrid.

Firma y Control: Cerceda

**NÚMERO DEL TELÉFONO MÓVIL
DEL COCHE DE APOYO**

639 440 525

(Sólo activo el día de la salida por la mañana)

ATENCIÓN AL CAMBIO DE HORA (LOS RELOJES SE ADELANTAN 1 HORA)

Recorrido “A” (116 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro de San Pedro, Guadalix de la Sierra, Navalafuente, Bustarviejo, Miraflores de la Sierra, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (104 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro de San Pedro, Guadalix de la Sierra, Miraflores de la Sierra, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (104 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro de San Pedro, Guadalix de la Sierra, Miraflores de la Sierra, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Miraflores de la Sierra

| <u>TOTAL km MARZO</u> | | <u>TOTAL PUNTOS</u> |
|-----------------------|-----|---------------------|
| Grupo A: | 471 | 12 |
| Grupo B: | 446 | |
| Grupo C: | 414 | |

ABRÍL

9ª excursión (3 Puntos)

2 de Abril – Hora: 8:30

Recorrido “A” (131 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Manzanares el Real, Cerceda, Becerril de la Sierra, Collado Mediano, Los Molinos, Navacerrada (pueblo), Cerceda, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (116 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Manzanares el Real, Cerceda, Becerril de la Sierra, Navacerrada (pueblo), Cerceda, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (104 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Manzanares el Real, El Boalo, Mataelpino, Cerceda, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Cerceda

Domingo 2 de Abril – Hora 7:30

Excursión Especial (3 puntos)

BREVET 200

Hoja de ruta:

<http://www.clubciclistachamartin.com/larga-distancia/>

Homologada como BRM 200 por el Audax Club Parisien.

Recorrido “A” (123 km)

Madrid, Alcobendas, rotonda de Algete, Fuente El Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, El Espartal, alto del Espartal (2ª categoría), Torrelaguna, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (113 km)

Madrid, Alcobendas, rotonda de Algete, Fuente El Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, El Espartal, alto del Espartal (2ª categoría), El Vellón, (ctra. del pantano), Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (113 km)

Madrid, Alcobendas, rotonda de Algete, Fuente El Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, El Espartal, alto del Espartal (2ª categoría), El Vellón, (ctra. del pantano), Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Guadalix de la Sierra

Recorrido “A” (117 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro San Pedro, Guadalix de la Sierra, Miraflores de la Sierra, puerto de Canencia, Miraflores de la Sierra, Soto del Real, Alto urbanización Los Rancajales, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (111 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Miraflores de la Sierra, puerto de Canencia (2ª categoría), Miraflores de la Sierra, Soto del Real, Alto urbanización Los Rancajales, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (107 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Miraflores de la Sierra, puerto de Canencia (2ª categoría), Miraflores de la Sierra, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Miraflores de la Sierra

**RECUERDA QUE ES OBLIGATORIO
EL USO DEL CASO
Y LA EQUIPACIÓN DEL CLUB**

Recorrido “A” (132 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro San Pedro, Guadalix de la Sierra, Venturada, Cabanillas, Valdemanco, Bustarviejo, Miraflores de la Sierra, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (126 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro San Pedro, Guadalix de la Sierra, Venturada, Cabanillas, Valdemanco, Bustarviejo, Navalafuente, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (110km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro San Pedro, Guadalix de la Sierra, Venturada, Cabanillas, Navalafuente, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Guadalix de la Sierra
(2º paso para)

Recorrido “A” (140 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Manzanares el Real, Cerceda, Becerril, Navacerrada (pueblo), Los Molinos, Collado Mediano, Becerril, Cerceda, Manzanares el Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (131 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerceda, Becerril, Navacerrada (pueblo), Los Molinos, Collado Mediano, Becerril, Cerceda, Manzanares el Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (116km)

Madrid, Colmenar Viejo, Manzanares el Real, Cerceda, Becerril, Navacerrada (pueblo), Cerceda, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Cerceda

| <u>TOTAL km ABRIL</u> | | <u>TOTAL PUNTOS</u> |
|-----------------------|-----|---------------------|
| Grupo A: | 643 | 15 |
| Grupo B: | 597 | |
| Grupo C: | 550 | |

MAYO

14ª excursión (3 Puntos)

7 de Mayo – Hora: 8:00

Recorrido “A” (142 km)

Madrid, Alcobendas, rotonda de Algete, Fuente el Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, El Espartal, Alto del Espartal (2ª categoría), Torrelaguna, Alto de Valgallegos (2ª cat.), La Cabrera, Valdemanco, Bustarviejo, Navalafuente, Guadalix de la Sierra, Cerro de San Pedro (3ª cat.), Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (125 km)

Madrid, Alcobendas, Fuente el Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, Torrelaguna, Alto de Valgallegos (2ª categoría), La Cabrera, Valdemanco, Cabanillas de la Sierra, Navalafuente, Guadalix de la Sierra, Cerro de San Pedro (3ª categoría), Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (118 km)

Madrid, Alcobendas, Fuente el Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, Torrelaguna, Alto de Valgallegos (2ª categoría), La Cabrera, Cabanillas de la Sierra, Navalafuente, Guadalix de la Sierra, Cerro de San Pedro (3ª categoría), Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: La Cabrera

Recorrido "A" (153 km)

Madrid, Alcobendas, Fuente el Saz, Talamanca de Jarama, Valdepiélagos, Cubillo de Uceda, cruce CM-1001, Cruce con CM-123 (dirección Valdepeñas de la sierra), cruce con la GU-1065, Tortuero, cruce con la GU-1065, Patones, Torrelaguna, Talamanca de Jarama, Fuente el Saz, Alcobendas, Madrid.

Recorrido "B" (139 km)

Madrid, Alcobendas, Fuente el Saz, Talamanca de Jarama, Valdepiélagos, Cubillo de Uceda, cruce CM-1001, Cruce con CM-123, Patones, Torrelaguna, Talamanca de Jarama, Fuente el Saz, Alcobendas, Madrid.

Recorrido "C" (122 km)

Madrid, Alcobendas, Fuente el Saz, Talamanca de Jarama, Valdepiélagos, Cubillo de Uceda, Uceda, Patones, Torrelaguna, Talamanca de Jarama, Fuente el Saz, Alcobendas, Madrid.

Firma y Control: Torrelaguna

Sábado 20 de Mayo – Hora 6:30
Excursión Especial (4 puntos)

BREVET 300

Hoja de ruta:

<http://www.clubciclistachamartin.com/larga-distancia/>

Homologada como BRM 300 por el Audax Club Parisien.

Recorrido "A" (140 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro San Pedro (3ª cat.), Guadalix de la Sierra, Navalafuente Bustarviejo, Miraflores de la Sierra, Pto. De La Morcuera (1ª cat.), Miraflores de la Sierra, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro (3ª cat.), Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido "B" (118 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Miraflores de la Sierra, Pto De La Morcuera (1ª cat.), Miraflores de la Sierra, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro (3ª cat.), Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido "C" (112 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Miraflores de la Sierra, Pto De La Morcuera (1ª categoría), Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Miraflores de la Sierra de la Sierra.

**RECUERDA QUE ES OBLIGATORIO
EL USO DEL CASO
Y LA EQUIPACIÓN DEL CLUB**

Recorrido "A" (158 km)

Madrid, Alcobendas, Fuente El Saz, El Casar, Valdenuño Fernandez, Viñuelas, Casas de Uceda, Alto Del Atazar, Torrelaguna, Alto del Vellon, El Vellon, El Espartal, Talamanca del Jarama, Fuente El Saz, Alcobendas, Madrid.

Recorrido "B" (137 km)

Madrid, Alcobendas, Fuente El Saz, Talamanca del Jarama, Torrelaguna, Patones, Alto Del Atazar(2ª cat.), cruce ctra El Berrueco, Torrelaguna, Talamanca del Jarama, Fuente El Saz, Alcobendas, Madrid.

Recorrido "C" (130 km)

Madrid, Alcobendas, Fuente El Saz, Talamanca del Jarama, Torrelaguna, Patones, Alto del Atazar (2ª cat.), Patones, Torrelaguna, Talamanca del Jarama, Fuente El Saz, Alcobendas, Madrid.

Firma y Control: Torrelaguna

| <u>TOTAL km MAYO</u> | | <u>TOTAL PUNTOS</u> |
|----------------------|-----|---------------------|
| Grupo A: | 593 | 13 |
| Grupo B: | 519 | |
| Grupo C: | 482 | |

JUNIO

18ª excursión (5 Puntos)

4 de Junio – Hora 7:30

EXCURSIÓN A MUÑANA

Recorrido “A” (152 km)

Madrid, Colmenar, Cerceda, Becerril, Collado Mediano, Guadarrama, Alto del León (1ª categoría), San Rafael, El Espinar, Ávila, Martiherrero, Sanchorreja, Balbarda, Muñana.

Recorrido “B” (145 km)

Madrid, Colmenar, Cerceda, Becerril, Collado Mediano, Guadarrama, Alto del León (1ª categoría), San Rafael, El Espinar, Ávila, Padiernos, Muñogalindo, Muñana.

Recorrido “C” (92 km)

Desplazamiento en autobús a Guadarrama.

Guadarrama, Alto del León (1ª categoría), San Rafael, El Espinar, Ávila, Padiernos, Muñogalindo, Muñana

Firma y Control: San Rafael

Nos vamos a Muñana, y como ya sabrás disponemos de dos habitaciones, para una vez terminado el recorrido poder ducharnos. Lleva todo lo necesario para poder cambiarte. Con una pequeña mochila es suficiente. Ten en cuenta que el espacio para llevar las bicis y el equipaje es limitado.

ETAPA REINA

HOMENAJE A FRANCISCO DEL VAL (PAQUERAS)

Recorrido “A” (185 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Miraflores, Pto. De Canencia (2ª categoría), Canencia, Lozoya, Pto. De Navafría (1ª categoría), Lozoya, Rascafría, Pto. de la Morcuera (1ª categoría), Miraflores, Soto del real, Colmenar, Madrid.

Recorrido “B” (160 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Miraflores, Pto. De Canencia (2ª categoría), Canencia, Lozoya, Rascafría, Pto. de la Morcuera (1ª categoría), Miraflores, Soto del real, Colmenar, Madrid.

Recorrido “C” (145 km)

Madrid, Colmenar, Soto, Miraflores, Pto de la Morcuera (1ª categoría) Rascafría, Pto de la Morcuera (1ª categoría), Miraflores, Soto, Colmenar, Madrid.

Opcional: desplazamiento en coche a Soto y hacer el recorrido del grupo “A” desde este punto (104 km)

7,30 Horas en Soto

Firma y Control: Rascafría

Viernes 16 de Junio – Hora 20:00

Excursión Especial (3 puntos)

BREVET 400

Hoja de ruta:

<http://www.clubciclistachamartin.com/larga-distancia/>

Homologada como BRM 400 por el Audax Club Parisien.

20ª excursión (3 Puntos)

18 de Junio – Hora 7:30

Recorrido “A” (160 km)

Madrid, Colmenar, Guadalix, Navlafuente, Bustarviejo, Valdemanco, La Cabrera, El Berrueco, Siete Iglesias, Lozoyuela, Canencia, Pto de Canencia (2ª categoría) Miraflores, Soto, Colmenar, Madrid.

Recorrido “B” (150 km)

Madrid, Colmenar, Guadalix, Venturada, Cabanillas, La Cabrera, El Berrueco, Siete Iglesias, Lozoyuela, Canencia, Pto de Canencia (2ª categoría) Miraflores, Soto, Colmenar, Madrid.

Recorrido “C” (125 km)

Madrid, Colmenar, Soto, Miraflores, Pto de Canencia, (2ª categoría) Canencia (pueblo) Puerto de Canencia (2ª categoría), Miraflores, Soto, Colmenar, Madrid

Firma y Control: Canencia (pueblo)

Recorrido “A” (152 km)

Madrid, Alcobendas, Fte. El Saz, Talamanca, Torrelaguna, ctra. de El Berrueco, cruce hacia El Atazar, alto del Atazar, cruce CM123, Casa de Uceda, El Cubillo de Uceda, Valdepielagos, Talamanca, Fte. El Saz, Alcobendas, Madrid.

Recorrido “B” (139km)

Madrid, Alcobendas, Fte. El Saz, Talamanca, Torrelaguna, ctra de El Berrueco, cruce hacia El Atazar, alto del Atazar, cruce CM1002, Uceda, Valdepielagos, Talamanca, Fte. El Saz, Alcobendas, Madrid.

Recorrido “C” (134 km)

Madrid, Alcobendas, Fte El Saz, Talamanca, Torrelaguna, Patones, cruce CM123, Casa de Uceda, El Cubillo de Uceda, Valdepielagos, Talamanca, Fte El Saz, Alcobendas, Madrid.

Firma y Control: Talamanca del Jarama

| <u>TOTAL km JUNIO</u> | | <u>TOTAL PUNTOS</u> |
|-----------------------|-----|---------------------|
| Grupo A: | 649 | 16 |
| Grupo B: | 594 | |
| Grupo C: | 496 | |

JULIO

22ª excursión (6 Puntos)

2 de Julio- Hora 8:00

CAMPEONATO SOCIAL DEL CLUB CICLISTA CHAMARTÍN

10 Vueltas al circuito (48 km), las tres primeras
neutralizadas



DESPLAZAMIENTO EN COCHE A CERCEDA (8:00 Horas en Cerceda)

Recorrido “A” (125 km)

Cerceda, Becerril de la Sierra, Collado Mediano, Guadarrama, Alto del León (1ª categoría), San Rafael, Alto del Caloco, Las Navas de San Antonio, Zarzuela del Monte, Otero de Herreros, Ortigosa del Monte, Revenga, La Granja de San Idelfonso, Pto de Navacerrada (1ª categoría), Cerceda.

Recorrido “B” (100km)

Cerceda, Becerril de la Sierra, Collado Mediano, Guadarrama, Alto del León (1ª categoría), San Rafael, Los Ángeles de San Rafael, Ortigosa del Monte, Revenga, La Granja de San Idelfonso, Pto de Navacerrada (1ª categoría), Cerceda.

Recorrido “C” (100 km)

Cerceda, Becerril de la Sierra, Collado Mediano, Guadarrama, Alto del León (1ª categoría), San Rafael, Los Ángeles de San Rafael, Ortigosa del Monte, Revenga, La Granja de San Idelfonso, Pto de Navacerrada (1ª categoría), Cerceda

Firma y Control: Revenga

Recorrido “A” (120 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Guadalix, Miraflores de la Sierra, Pto de Canencia, (2ª categoría), Miraflores de la Sierra, Guadalix, Cerro San Pedro (3ª categoría), Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (108 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Miraflores de la Sierra, Pto de Canencia, (2ª categoría), Miraflores de la Sierra, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (108 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Guadalix, Miraflores de la Sierra, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro (3ª categoría), Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Miraflores de la Sierra

**NÚMERO DEL TELÉFONO MÓVIL
DEL COCHE DE APOYO**

639 440 525

(Sólo activo el día de la salida por la mañana)

Recorrido “A” (127 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerceda, Pto. de Navacerrada (1ª categoría), Cerceda, Manzanares, el Real Colmenar, Madrid.

Recorrido “B” (120 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerceda, Becerril de la Sierra, Collado Mediano, Los Molinos, Navacerrada (pueblo), Cerceda, Colmenar, Madrid.

Recorrido “C” (110 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerceda, Becerril de la Sierra, Navacerrada (pueblo) Cerceda, Colmenar, Madrid.

Firma y Control: Cerceda

**RECUERDA COMPROBAR EL
RECORRIDO Y EL HORARIO DE LAS
EXCURSIONES EN LA
PÁGINA WEB DEL CLUB:
www.clubciclistachamartin.com**

Recorrido "A" (124 km)

Madrid, Colmenar, Guadalix, Navalafuente, Cabanillas de la Sierra, Valdemanco, Bustarviejo, Navalafuente, Guadalix, Cerro San Pedro (3ª categoría), Colmenar, Madrid.

Recorrido "B" (118km)

Madrid, Colmenar, Guadalix, Navalafuente, Bustarviejo, Navalafuente, Guadalix, Cerro San Pedro (3ª categoría), Colmenar, Madrid.

Recorrido "C" (115 km)

Madrid, Colmenar, Soto, Miraflores, Bustarviejo, Navalafuente, Guadalix, Cerro San Pedro (3ª categoría), Colmenar, Madrid.

Firma y Control: Guadalix de la Sierra

| <u>TOTAL km JULIO</u> | | <u>TOTAL PUNTOS</u> |
|-----------------------|-----|---------------------|
| Grupo A: | 554 | 20 |
| Grupo B: | 524 | |
| Grupo C: | 496 | |

AGOSTO

27ª excursión (3 Puntos)

6 de Agosto – Hora 8:30

Recorrido “A” (107 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerceda, Becerril, Rotonda, M-607, Matalpino, El Boalo, Manzanares, Soto, Colmenar, Madrid.

Recorrido “B” (107 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerceda, Becerril, Rotonda, M-607, Matalpino, El Boalo, Manzanares, Soto, Colmenar, Madrid.

Recorrido “C” (107 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerceda, Becerril, Rotonda, M-607, Matalpino, El Boalo, Manzanares, Soto, Colmenar, Madrid.

Firma y Control: Manzanares el Real

**NÚMERO DEL TELÉFONO MÓVIL
DEL COCHE DE APOYO**

639 440 525

(Sólo activo el día de la salida por la mañana)

Recorrido “A” (117 km)

Madrid, Alcobendas, Algete, Cobeña, Daganzo, Fresno De Torote, Serracines, Ribatejada, El Casar, Mesones, Valdepielagos, Tamanca de Jarama, Fte El Saz, Alcobendas, Fuencarral, Madrid.

Recorrido “B” (117 km)

Madrid, Alcobendas, Algete, Cobeña, Daganzo, Fresno De Torote, Serracines, Ribatejada, El Casar, Mesones, Valdepielagos, Tamanca de Jarama, Fte El Saz, Alcobendas, Fuencarral, Madrid.

Recorrido “C” (108 km)

Madrid, Alcobendas, Algete, Cobeña, Daganzo, Fresno De Torote, Serracines, Ribatejada, El Casar, Tamanca de Jarama, Fte El Saz, Alcobendas, Fuencarral, Madrid.

Firma y Control: El Casar

**REVISA TU BICICLETA ANTES
DE SALIR
DE ESTA FORMA EVITARÁS
AVERÍAS**

Recorrido “A” (108 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro San Pedro, Guadalix, Miraflores, Guadalix, Cerro San Pedro (3ª categoría), Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (108 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro San Pedro, Guadalix, Miraflores, Guadalix, Cerro San Pedro (3ª categoría), Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (108 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro San Pedro, Guadalix, Miraflores, Guadalix, Cerro San Pedro (3ª categoría), Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Miraflores de la Sierra

**RECUERDA COMPROBAR EL
RECORRIDO Y EL HORARIO DE LAS
EXCURSIONES EN LA
PÁGINA WEB DEL CLUB:
www.clubciclistachamartin.com**

Recorrido “A” (106 km)

Madrid, Colmenar, Alto de Hoyo (3ª categoría), Hoyo de Manzanares, Torrelodones, La Berzosa, Hoyo de Manzanares, Colmenar, Madrid.

Recorrido “B” (106 km)

Madrid, Colmenar, Alto de Hoyo (3ª categoría), Hoyo de Manzanares, Torrelodones, La Berzosa, Hoyo de Manzanares, Colmenar, Madrid.

Recorrido “C” (106 km)

Madrid, Colmenar, Alto de Hoyo (3ª categoría), Hoyo de Manzanares, Torrelodones, La Berzosa, Hoyo de Manzanares, Colmenar, Madrid.

Firma y Control: Hoyo de Manzanares (2º paso)

| <u>TOTAL km AGOSTO</u> | | <u>TOTAL PUNTOS</u> |
|------------------------|-----|---------------------|
| Grupo A: | 438 | 12 |
| Grupo B: | 438 | |
| Grupo C: | 429 | |

SEPTIEMBRE

31ª excursión (3 Puntos) 3 de Septiembre– Hora 9:00

Recorrido “A” (117 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Manzanares el Real, El Boalo, Mataelpino, Navacerrada pueblo, subida a La Barranca, Cerceda, Manzanares el Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (117 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerceda, Moralarzal, Valdencina, Navacerrada pueblo, subida a La Barranca, Cerceda, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (110 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerceda, Navacerrada pueblo, subida a La Barranca, Cerceda, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Cerceda

**RECUERDA QUE ES OBLIGATORIO
EL USO DEL CASO
Y LA EQUIPACIÓN DEL CLUB**

Recorrido “A” (114 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Miraflores, Pto. de la Morcuera, (1ª categoría), Miraflores, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (108 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto del Real, Miraflores, Pto. de Canencia, (2ª categoría), Miraflores, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (102km)

Madrid, Colmenar Viejo, Cerro San Pedro, Guadalix, Miraflores, Soto del Real, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Miraflores de la Sierra

**REVISA TU BICICLETA ANTES
DE SALIR
DE ESTA FORMA EVITARÁS
AVERÍAS**

Recorrido “A” (122 km)

Madrid, Alcobendas, El Águila, rotonda de Algete, Fuente el Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, El Espartal, Alto del Espartal (2ª categoría), Torrelaguna, Guadalix de la Sierra, Cerro de San Pedro (3ª categoría), Colmenar, Madrid.

Recorrido “B” (112 km)

Madrid, Alcobendas, El Águila, rotonda de Algete, Fuente el Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, El Espartal, Alto del Espartal (2ª categoría), El Vellón, Guadalix de la Sierra, Cerro de San Pedro (3ª categoría), Colmenar, Madrid.

Recorrido “C” (110 km)

Madrid, Alcobendas, El Águila, rotonda de Algete, Fuente el Saz, Valdetorres del Jarama, Talamanca del Jarama, Torrelaguna, Guadalix de la Sierra, Cerro de San Pedro (3ª categoría), Colmenar, Madrid.

Firma y Control: Guadalix de la Sierra

Sábado 23 de Septiembre – Hora 8:00

Excursión Especial (3 puntos)

BREVET 200

Hoja de ruta:

<http://www.clubciclistachamartin.com/larga-distancia/>

Homologada como BRM 200 por el Audax Club Parisien

Recorrido “A” (122 km)

Madrid, Alcobendas, El Águila, rotonda de Algete, Fuente el Saz, Valdeterres del Jarama, Talamanca del Jarama, El Espartal, Alto del Espartal (2ª categoría), Torrelaguna, Guadalix de la Sierra, Cerro de San Pedro (3ª categoría), Colmenar, Madrid.

Recorrido “B” (112 km)

Madrid, Alcobendas, El Águila, rotonda de Algete, Fuente el Saz, Valdeterres del Jarama, Talamanca del Jarama, El Espartal, Alto del Espartal (2ª categoría), El Vellón, Guadalix de la Sierra, Cerro de San Pedro (3ª categoría), Colmenar, Madrid.

Recorrido “C” (110km)

Madrid, Alcobendas, El Águila, rotonda de Algete, Fuente el Saz, Valdeterres del Jarama, Talamanca del Jarama, , Torrelaguna, Guadalix de la Sierra, Cerro de San Pedro (3ª categoría), Colmenar, Madrid.

Firma y Control: Guadalix de la Sierra

| <u>TOTAL km SEPTIEMBRE</u> | | <u>TOTAL PUNTOS</u> |
|-----------------------------------|-----|----------------------------|
| Grupo A: | 470 | 12 |
| Grupo B: | 445 | |
| Grupo C: | 424 | |

OCTUBRE

Recorrido “A” (100 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto, Miraflores de la Sierra, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (100 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto, Miraflores de la Sierra, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (90 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto, Guadalix de la Sierra, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Guadalix de la Sierra

Recorrido “A” (107 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Guadalix de la sierra, Pedrezuela, San Agustín de Guadalix, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (107 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Guadalix de la Sierra, Pedrezuela, San Agustín de Guadalix, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (84km)

Madrid, Colmenar Viejo, San Agustín de Guadalix, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: San Agustín de Guadalix

**RECUERDA QUE ES OBLIGATORIO
EL USO DEL CASO
Y LA EQUIPACIÓN DEL CLUB**

37ª excursión (3 Puntos)

15 de Octubre– Hora 9:30

Recorrido “A” (90 km)

Madrid, Alcobendas, El Águila, Belvis, Alto de Paracuellos (3ª cat.), Paracuellos, Ajalvir, Daganzo, Cobeña, Fuente el Saz, Alalpardo, Algete, Alcobendas, Madrid.

Recorrido “B” (90 km)

Madrid, Alcobendas, El Águila, Belvis, Alto de Paracuellos (3ª cat.), Paracuellos, Ajalvir, Daganzo, Cobeña, Fuente el Saz, Alalpardo, Algete, Alcobendas, Madrid.

Recorrido “C” (75km)

Madrid, Alcobendas, El Águila, Belvis, Cobeña, Fuente el Saz, Alalpardo, Algete, Alcobendas, Madrid.

Firma y Control: Cobeña

38ª excursión (3 Puntos)

22 de Octubre – Hora 9:30

Recorrido “A” (100 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto, Miraflores Guadalix, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “B” (100 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto, Miraflores Guadalix, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Recorrido “C” (90 km)

Madrid, Colmenar Viejo, Soto, Guadalix, Cerro San Pedro, Colmenar Viejo, Madrid.

Firma y Control: Guadalix de la Sierra

39ª excursión (3 Puntos)

30 de Octubre – Hora 9:00

**ATENCIÓN AL CAMBIO DE HORA
(LOS RELOJES SE ATRASAN 1 HORA)**

Recorrido “A, B, C” y Básico (80 km)

Madrid, Fuencarral, Tres Cantos, Colmenar Viejo (tercer puente), Tres Cantos, El Pardo, Fuencarral, Madrid.

Firma y Control: El Pardo (Mingorrubio).

Concurso de habilidad y degustación de gachas.

| <u>TOTAL km OCTUBRE</u> | | <u>TOTAL PUNTOS</u> |
|-------------------------|-----|---------------------|
| Grupo A: | 467 | 15 |
| Grupo B: | 467 | |
| Grupo C: | 409 | |

RESUMEN GENERAL

| MESES | EXCUR. | km Gr. A | km Gr. B | km Gr. C | PTOS. |
|--------------|-----------|-------------|-------------|-------------|------------|
| FEBRERO | 4 | 391 | 391 | 324 | 12 |
| MARZO | 4 | 471 | 446 | 414 | 12 |
| ABRIL | 4 | 643 | 597 | 550 | 15 |
| MAYO | 5 | 593 | 519 | 482 | 13 |
| JUNIO | 4 | 649 | 594 | 496 | 16 |
| JULIO | 5 | 554 | 524 | 496 | 20 |
| AGOSTO | 4 | 438 | 438 | 429 | 12 |
| SEPTIEMBRE | 4 | 470 | 445 | 424 | 12 |
| OCTUBRE | 5 | 467 | 467 | 409 | 15 |
| TOTAL | 39 | 4676 | 4421 | 4024 | 127 |

| | |
|---|-----|
| Número de salidas:..... | 39 |
| Puntos a disputar:..... | 127 |
| 60% de los puntos (trofeo de cicloturismo)..... | 76 |
| 50% de los puntos.(trofeos veterano, joven, desfort. y solid.)..... | 63 |
| 30% de los puntos.(trofeo de habilidad)..... | 38 |

**FECHAS Y CATEGORÍAS DE LAS CARRERAS
QUE
ORGANIZARÁ EL CLUB EN LA TEMPORADA
2017**

* * * * *

Gran Premio de Tetuán

2 de Julio – Élite y Sub-23

Campeonato Social

2 de Julio – Socios.



<http://www.jardinbotero.com>
teléfono: 91 562 76 49
oficinas: C/ López de Hoyos, 71
Madrid

INFORMACIÓN DE INTERÉS GENERAL

Al iniciarse una nueva temporada y como Anexo al Reglamento, consideramos de vivo interés para todos aquellos posibles socios/as que han de formar parte del Grupo Cicloturista los siguientes puntos aprobados por la Directiva del Club.

Obtención de licencia en la Federación Madrileña de Ciclismo. Los impresos de solicitud podéis retirarlos gratuitamente en el Club

La participación en las excursiones diseñadas por este Club lo son a título particular y totalmente voluntario, asumiendo todos y cada uno de los participantes la responsabilidad correspondiente al riesgo inherente por su participación.

El Reglamento del Club, así como el de Cicloturismo recogen las normas de convivencia y de orden y control en el desarrollo de la actividad. Siendo de obligado cumplimiento por todos y cada uno de los que, de forma voluntaria, participen en las excursiones, con el fin de guardar el Orden, velar por su Seguridad y el respeto recíproco dentro del desarrollo de cada excursión así como el buen funcionamiento del Club como promotor del ciclismo como actividad deportiva. Su cumplimiento es el marco de conducta y comportamiento colectivo para todo aquel/lla que voluntariamente decida participar en las propuestas del Club. **Quedando claro que las excursiones propuestas por el CLUB CICLISTA CHAMARTIN en ningún caso tienen carácter competitivo.**

Los premios a disputar serán los siguientes:

1. Clasificación general para todos los que realicen un mínimo del 60% de los puntos a disputar en la temporada y que figuran en el presente calendario.
2. Habilidad. Trofeo Santiago Fernández. 30%
3. Al cicloturista más joven y al más veterano. 50%
4. Al más desafortunado.50%
5. Al más compañero.50%

Cualquier duda o mayor información se os aclarará gustosamente en la sede social del Club, los viernes no festivos de 20 a 22 horas.

No retirar el Trofeo obtenido (Cicloturismo y Campeonato Social) en el lugar y día indicados con anterioridad, llevará implícito la pérdida del mismo (Artículo 8º del Reglamento de Cicloturismo).

El Club dispone de coche de apoyo en cada una de las salidas, para atender cualquier avería o posible percance que surgiera.

PROTOCOLO EN CASO DE ACCIDENTE

El **federado** deberá descargar de la web la Declaración de Accidente y Certificado de accidente deportivo, cumplimentando los datos que se solicitan en la misma en mayúsculas. Deberá adjuntar a la Declaración de Accidente:

Fotocopia de la licencia federativa.

Certificado de accidente deportivo, firmado por la Federación Madrileña de Ciclismo.

Remitirá la documentación anterior a Correduría de Seguros Sure Service S.A., por FAX N° 902361110 o por correo electrónico:

siniestros.fmc@sureservice.es

Una vez enviada la documentación, podrán dirigirse con la misma a cualquiera de los Centros Recomendados (Ver última página). Posteriormente, y en caso necesario, el Departamento de Siniestros irá indicando las pautas a seguir con cada uno de los lesionados.

Únicamente en caso de URGENCIA vital encontrándose fuera de la provincia de Madrid, podrán dirigirse a otros Centros Médicos no recomendados (Max. 24h).

Adicionalmente, todos los federados dispondrán de un NUEVO servicio de consultoría informativa gratuita para cualquier cuestión relativa a accidentes. Dicho servicio será proporcionado por el bufete de abogado Ruiz de Alegría

Federación Madrileña de Ciclismo

Edificio El Barco

Av. Salas de los Infantes, 1, 7ª Planta

28034 - Madrid

Telf.: 91 364 63 51 – Fax: 91 334 18 74

De lunes a jueves de 10:00 a 13:30 y 17:00 a 20:00

y los viernes de 9:30 a 13:30

<http://www.fmciclismo.com>

En el Club está disponible la relación de centros médicos, así como el impreso de declaración de accidente.

CONSEJOS DE INTERÉS

MECÁNICA

- Revisa en cada salida el estado de la bicicleta, sobretodo de la cubierta y de los frenos.
- Lleva siempre de repuesto al menos 2 cámaras y parches.
- Utiliza el desarrollo y cadencia adecuados al perfil de la carretera, así evitarás lesiones.

SEGURIDAD

- Recuerda siempre que a tu alrededor circulan otros compañeros/as, avisa de los posibles obstáculos.
- Lleva siempre algo de dinero, el móvil y la documentación, te puede solucionar muchos problemas, aunque tan sólo sea para comprar comida o llamar por teléfono en caso de necesidad.
- Cuando te pares en plena excursión por cualquier motivo procura que alguien tenga conocimiento del hecho.
- No circules fuera del arcén en caso de parada por alguna prueba, no entorpezcas el paso. Respeta siempre las Normas de Circulación.

AVITUALLAMIENTO

- Desayuna, con una hora previa a la salida, con alimentos ricos en hidratos de carbono. (Cereales, pan, mermelada, pasta, arroz, etc.)
- Hay que beber antes, durante, y después del ejercicio.
- Lo aconsejable es beber aproximadamente medio litro de líquido en los 30-60 minutos previos al ejercicio (1 bidón) y seguir hidratándonos con 1 litro por cada hora, mientras dure el ejercicio.

- En general, bajo condiciones normales, al menos en aquellas salidas de menos de tres horas de duración, es suficiente con beber agua.
- En salidas de más de 3 horas es conveniente aportar electrolitos (sales).
- No salgas nunca sin comida, recuerda que no se trata de que tengas o no apetito, sino de evitar el desfallecimiento.
- En invierno es aconsejable llevar frutos secos que tienen calorías, té con miel, frutas, pastelillo, dulces, etc. En verano agua con glucosa.

VESTUARIO

- Lleva siempre la vestimenta adecuada a la climatología, prefiriendo que te sobre antes de que te falte. En invierno o tiempo frío maillot de manga larga, camiseta, y si fuera necesario otro maillot debajo. El chubasquero te puede ser muy útil sobre todo para el frío de las primeras horas, ya que puedes quitártelo y guardarlo fácilmente también te puede venir bien llevar un papel de periódico.
- En verano será suficiente con un maillot de manga corta, es aconsejable la camiseta, ya que absorbe el sudor evitando que te enfríes en los descensos. Los calcetines de punto blanco evitarán que sufras de los pies por el calor.
- Las piernas bien abrigadas con perneras, culottes largos, leotardos, etc., evitarán molestias y lesiones en tiempo frío.

ENTRENAMIENTO

- Si no estás muy entrenado/a, no has hecho nunca los kilómetros de la excursión que se va a realizar o desconoces el recorrido, pregunta en el Club.

- No es aconsejable superar en más de 20 km los de la excursión anterior.
- Si dispones de pulsómetro, úsalo adecuadamente, sobretodo para regular la frecuencia cardiaca en la subida a los puertos y evitar desfallecimientos.
- En el Club hay todo tipo de ropa a tu disposición; es obligatorio al menos en las excursiones de Cicloturismo la utilización de la ropa con los colores y anagramas del Club, para una mejor imagen del mismo y mejor reconocimiento entre todos los participantes. Dicha ropa se encuentra a vuestra disposición a precio de fábrica en la sede social, donde tendréis todo tipo de facilidades e información.
- Recuerda comprobar el recorrido y el horario de las excursiones por posibles cambios en la página Web del Club.

Cualquier duda te será solucionada en el Club; estamos todos los viernes no festivos desde las 20 horas hasta las 22 horas.



Normas de funcionamiento y características de los grupos A, B y C

Para optimizar la seguridad y la unidad de los grupos en los distintos recorridos organizados en el calendario anual del club, se establecen las siguientes premisas:

Que circulando por las distintas carreteras en general, deberemos ir siempre respetando el código de circulación y en especial por la vía ciclista de Colmenar-Soto del Real, debido a la alta ocupación de la misma por otros compañeros/as de otros clubes y las características de diseño que tiene con túneles en curva y sin visibilidad, no podemos ir compitiendo entre nosotros comprometiendo nuestra seguridad y la de los demás al adelantar a otros que vamos encontrando, en situaciones complicadas y que llevan menor velocidad. Para el buen desarrollo de los distintos grupos se nombrará un responsable en cada grupo, que velará por la uniformidad y mantenimiento de su unidad. Éstos tendrán la potestad de poder controlar la velocidad que se lleve, según el grupo, en cada momento para que nadie se quede descolgado/a y solo/a. También deberán poder indicarle al ciclista que no pueda llevar el ritmo del grupo que por su beneficio y a fin de no perjudicar al resto, que se integre en el siguiente. Antes de la parada en el control de firmas, se podrá realizar algún reagrupamiento si así lo estiman los responsables de grupo. Como norma general los grupos, deberán ir de a dos, siempre que lo permitan las condiciones de la vía y se irán realizando relevos por tiempos o por distancias manteniendo la velocidad.

En caso de avería se quedarán, al menos 2 ciclistas, con el afectado/a para facilitarle el reintegro al grupo.

Grupo C: Este grupo está representado por un perfil en su mayoría por ciclistas de iniciación, jóvenes y veteranos, o que por distintas causas personales, lesiones, parones, etc... les conviene estar ahí y sus pretensiones estarían cubiertas con poder acabar sin sofocos recorridos fáciles. Es un nivel medio-bajo y a él puede pertenecer cualquier socio/a que pueda realizar con garantías la distancia exigida en el calendario. La velocidad media suele estar en unos 22 km/h.

Grupo B: Este grupo está representado por un perfil en su mayoría por ciclistas con ciertos años de práctica deportiva y que prefieren un nivel más exigente en las salidas, además de poder realizar itinerarios de mayor distancia y dificultad orográfica. Pueden pertenecer a este grupo cualquier socio/a que sea capaz de realizar con garantías la distancia exigida en el calendario. La velocidad media suele estar en torno a los 27 km/h.

Grupo A: Este grupo está representado por un perfil en su mayoría por ciclistas con mucha experiencia, con capacidad para afrontar recorridos con desniveles importantes y que enfocan su temporada con un claro objetivo de entreno deportivo de cara a obtener buenas clasificaciones en algunas pruebas del calendario Federativo Ciclista o retos personales. Pueden pertenecer a este grupo cualquier socio/a que sea capaz de realizar con garantías la distancia exigida en el calendario. La velocidad media suele estar en torno a los 30 km/h.

CENTROS CONCERTADOS 2014

Desde el 1 de Enero de 2014, ÚNICAMENTE se dará cobertura por la póliza de accidentes de la FMC a los federados accidentados amparados por dicha póliza en los centros hospitalarios, que se relacionan a continuación:

HM Universitario de Madrid

(Pl. del Conde del Valle de Suchil, 16 - Madrid)

HM Universitario Montepincipe

(Avda. de Montepincipe, 25- Boadilla del Monte)

HM Universitario Torrelodones

(Avda. Castillo Olivares, s/n - Torrelodones)

HM Universitario Sanchinarro

(C/ Oña, 10 - Madrid)

Policlínico HM Arapiles

(C/ Arapiles, 8 - Madrid)

Policlínico de Especialidades y Gimnasio de Rehabilitación Suchil

(Pl. del Conde del Valle de Suchil, 3 - Madrid)

Policlínico HM Torrelodones

(C/ Cudillero, 6 - Torrelodones)

Policlínico HM Sanchinarro

(C/ Sierra de Atapuerca, 5 - 8 - Las Tablas Madrid)

Para toda la información referente a estos centros así como teléfonos y posibles cambios, consultar la página web de la Federación Madrileña de Ciclismo y entrar en la pestaña "EN CASO DE ACCIDENTE"

<http://www.fmciclismo.com/fmc/index.php/en-caso-de-accidente.html>

SHIMANO

Servicio Técnico Oficial



Shimano España



macario®