

Informació i inscripcions gratuïtes a:
www.besos.cat / www.ciclisme.cat

NOVA SORTIDA AL RIU TENES!

La gran NOVETAT de l'edició d'enguany és la creació d'una **nova sortida al riu Tenes**, concretament al terme municipal de **Parets del Vallès**. Els treballs de connectivitat i arranjamet del tram final del camí fluvial d'aquest riu, duts a terme recentment, han permès sumar aquest nou recorregut (d'uns 22,5 km de distància) a la prova. L'objectiu és fer créixer any rere any aquest riu de bicicletes i facilitar que hi puguin participar més ciclistes procedents de diferents municipis de la nostra conca.

FESTA FINAL AMB ZUMBA I SPINNING

Per segon any consecutiu, la botiga **Decathlon Port Fòrum-Sant Adrià** organitzarà una gran festa de l'esport al Parc Fluvial del Besòs, a la zona d'arribada, amb tallers de *zumba i spinning*, així com activitats per a tots els públics.

UN ITINERARI PLE DE VIDA

Amb aquesta bicicletada popular, que organitza el **Consorci per a la Defensa de la Conca del riu Besòs** des de l'any 2003, apropem la ciutadania a aquests entorns fluvials i donem a conèixer indrets naturals i noves rutes i vies per a la pràctica esportiva i l'oci. Fundat l'any 1988, el Consorci ha aconseguit recuperar l'entorn fluvial de la Conca del Besòs, que ara gaudeixen diàriament molts ciutadans i ciutadanes. Bona mostra d'aquest èxit mediambiental és aquesta bicicletada popular, un itinerari acompanyat per les aigües del Besòs, plenes de vida.



Organitzen:



Col·laboren:

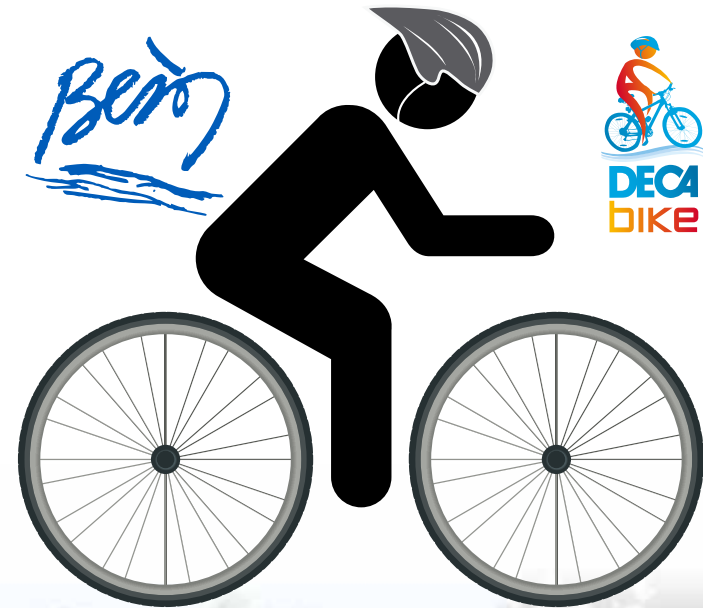


DIUMENGE 29 DE MAIG

XIV

BICICLETADA

DEL BESÒS-DECABIKE

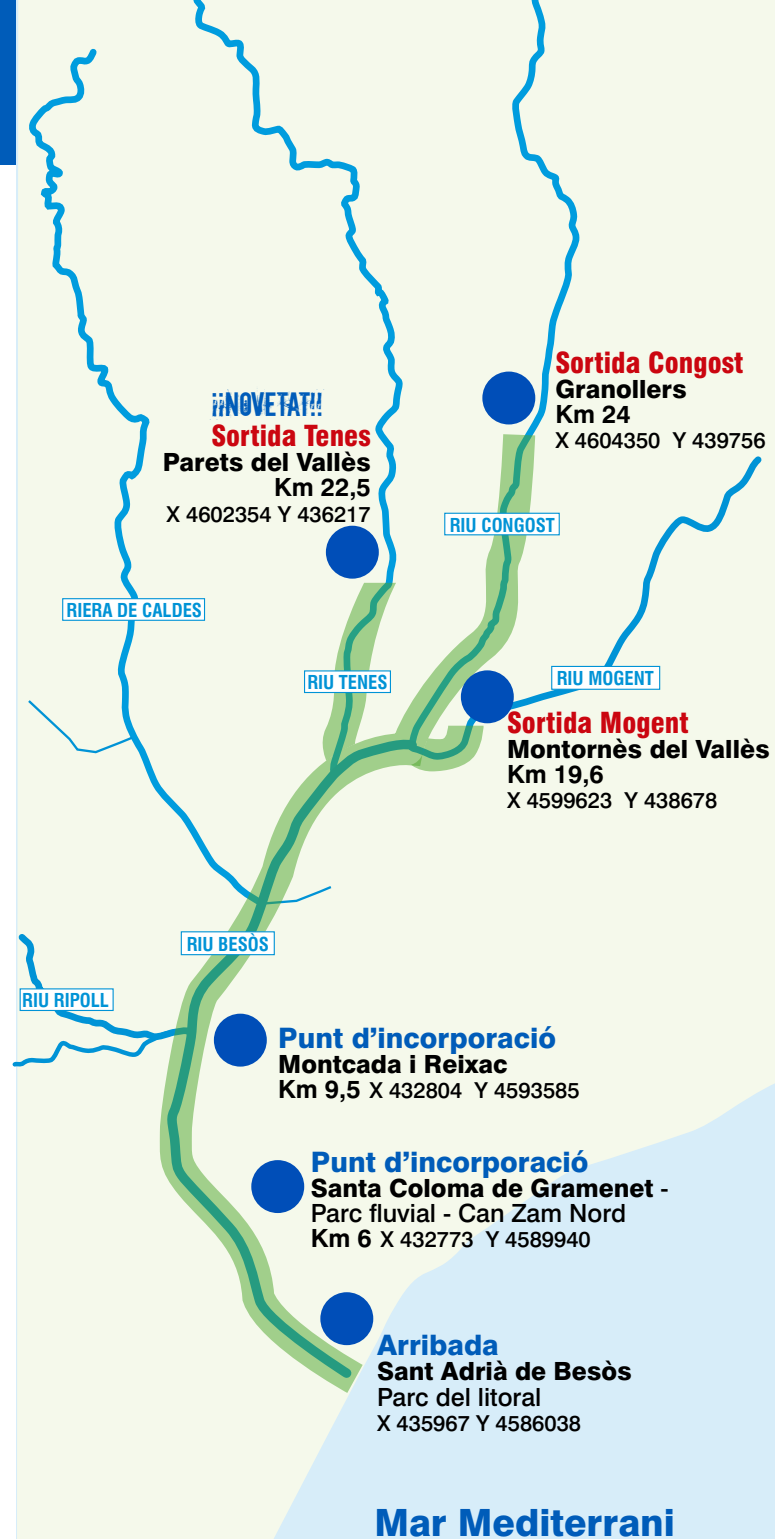


XIV BICICLETADA del BESÒS-DECABIKE

Horari d'activitats (aproximat)

- 9.30 h Sortida Congost:** Parc Firal (Granollers).
Tancament del control a les 9.45 h.
- 9.30 h Sortida Tenes:** Pavelló Municipal Joaquim
Rodríguez (Parets del Vallès)
Tancament de control a les 9.45 h.
- 9.30 h Sortida Mogent:** Av. de la Llibertat cantonada
Av. d'Ernest Lluch (Montornès del Vallès).
Tancament de control a les 9.45 h.
- 10.30 h Punt d'incorporació Montcada i Reixac.**
Accés Parking 2000 a 15 km de la sortida.
Tancament del control a les 10.45 h.
- 10.30 h Punt d'incorporació Santa Coloma de Gramenet -**
Parc Fluvial del Besòs. Accés per la primera rampa.
Can Zam Nord.
- 13 h** Tancament del control de l'arribada al Parc Fluvial
del Besòs.

- Hi haurà 15 minuts de marge per validar la inscripció després de l'hora d'obertura en cada punt de trobada.
- A partir de les 11.30, festa de l'esport al Parc Fluvial del Besòs (Sant Adrià de Besòs).
- Després que el vehicle de tancament de la cursa passi pels punts de trobada a l'hora fixada, l'organització no es responsabilitzarà de cap incidència que pugui haver-hi.
- Els participants podran iniciar la cursa des de les sortides o bé incorporar-s'hi a Montcada i Reixac o Santa Coloma de Gramenet.
- Avituallament per a tots els participants.
- La tornada és lliure i l'organització no es farà responsable de cap incidència un cop s'hagi conclòs l'acte.



Recomanacions

- És obligatori l'ús del casc (en cas de no portar-lo, no es podrà participar).
- Es recomana l'ús de guants.
- Es recomana l'ús d'una bicicleta BTT.
- Cal adequar el ritme de la pedalada al d'un passeig.
- Recordeu que no és una competició esportiva.
- Cal revisar la bicicleta i vetllar pel seu bon estat mecànic.
- Seguiu en tot moment les recomanacions de l'organització.
- L'organització disposarà d'un servei d'ambulàncies i d'un servei de reparacions d'emergència durant el recorregut.
- També es disposarà d'una assegurança amb cobertura per als participants.
- S'aconsella que els menors de 6 anys s'incorporin a la bicicletada en el punt de Santa Coloma de Gramenet a l'inici del Parc Fluvial - Can Zam Nord, a 6 km de l'arribada.
- En cas d'alerta hidrològica per inundació, la prova se suspendrà. Si ja s'hagués iniciat, se seguirà el protocol establert, coordinat pels responsables dels organismes pertinents.

GUIDEM L'ENTORN! Durant tot el recorregut, tingueu cura del medi ambient. Feu servir la recollida selectiva de residus en els punts de sortida, d'avituallament i d'arribada.

