

C.C. PEÑA LOS CONEJOS

memoria

2011

Florián Rey, 7-9 local
50002 ZARAGOZA
Teléfono 976 20 06 41
clubciclistalosconejos@gmail.com
www.clubciclistalosconejos.com



Mercado Gran Vía - Post. 42 y 127
Tel. 976 55 41 58

Mercado San Francisco- Post. 32
Tel. 976 35 55 96



Cañete

GENEROS SELECTOS

ZARAGOZA

Mercado Ciudad Jardín - Post. 15
Tel. 976 33 17 99

Gascón de Gotor- 24
Tel. 976 38 65 50

Saluda

CLUB CICLISTA PEÑA
LOS CONEJOS



En la asamblea celebrada el pasado 22 de Marzo, uno de los puntos a tratar era la elección a presidente tal y como os decía en el saluda del año pasado.

Hubiera deseado que se presentaran algunos socios, pero no fue así, por lo que determiné seguir cuatro años más, acompañado de la junta directiva y colaboradores.

Espero que en la próxima ocasión haya socios que se presenten para dirigir las actividades del club.

En lo que se refiere a esta temporada que termina, las actividades previstas, se han realizado con muy buena participación.

La carrera Máster se hizo en colaboración con el ayuntamiento de San Mateo de Gállego y es posible que este año se vean mejoradas.

La excursión especial de este año fue por el Moncayo, un recorrido fantástico, que nos agradó ampliamente a todos los participantes y acompañantes.

Hemos efectuado “El camino de Santiago”, fuimos siete ciclistas y dos colaboradores, (fotógrafo y conductor) y supongo que ya sabéis a quienes me refiero.

También han participado en la cicloturista LIEJA BASTOGNE LIEJA varios componentes del club, siete en bici, otro conduciendo.

Todo esto quiere decir que el club se ha prodigado ampliamente por las carreteras nacionales e internacionales.

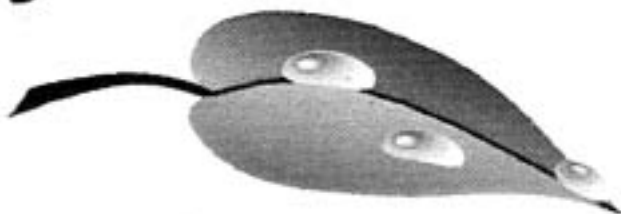
A todos aquellos que vinisteis al almuerzo de Villanueva, se os informo que tenemos previsto volver a organizar la marcha cicloturista “Las 4 Cimas”. Estamos en contacto con las instituciones locales para ver si colaboran y podemos organizar el evento. Estamos a la espera, ya que la viabilidad del proyecto depende en gran medida de su colaboración y tenemos claro que hasta que no tengamos los compromisos necesarios que nos aseguren poder realizarla con el nivel de calidad que pretendemos, no la pondremos en marcha.

Os deseo como siempre un feliz y deportivo año nuevo.

**Junta
Directiva**

PRESIDENTE: D. PORFIRIO DELSO DELSO
VICEPRESIDENTE: D. FERNANDO SÁNCHEZ ROYO
TESORERO: D. VÍCTOR FORCÉN LLORÉNS
VOCALES: D. ALFREDO GÓMEZ RIAGUAS
D. ANDRÉS MATUTE PÉREZ
D. FRANCISCO DE LA FUENTE GARCÍA
D. JOSÉ GÓMEZ OSTÁRIZ
D. ROBERTO PARDOS CORRAL

AGQUATISA



gestión técnica del agua

Pablo Ruiz Picasso, 44 local 50018 Zaragoza

t. 976 528 074

aquatisa.com

chema@aquatisa.com

m. 679 181 169

Henri Cornet

MONUMENTO AL VENCEDOR DESCONOCIDO

Si hubiera alguien que se sorprendiera de haber ganado el Tour, ese sería Henri Cornet. Pensad que no se enteró de la divina noticia hasta el día 30... de Noviembre de 1904, es decir cuatro meses más tarde de que el segundo Tour llegase a París. Y eso por gracia de la comisión deportiva de la Unión Velocitédica Française (la Federación de Ciclismo de entonces) que acababa de decidir descalificar a los cuatro corredores que le precedían: Maurice Garin, vencedor por segunda vez; René Pottier, Hippolyte Aucouturier, llamado «El Terrible», doble vencedor de Paris-Roubaix (1903 y 1904) y de Bordeaux-Paris (1903 y 1905); y César Garin, hermano de Maurice. Y todo esto por hacer algunas tonterías que hoy en día no les hubiera supuesto sino alguna pequeña multa.

Henri Cornet, situado en la general a más de tres horas de Maurice Garin, se vio promovido a la categoría de laureado casi sin darse cuenta, pero lo que no pudo saborear fue la más mínima ración de gloria...

El público, doblado por una decisión tan tardía y poco convincente, le echó en cara su «victoria», no dudando en abuchearle cada vez que aparecía en una carrera. Una injusticia, y más grande todavía si tenemos en cuenta que en este Tour Henri Cornet (que todavía no tenía 20 años, puesto que nació el 4 de Agosto de 1884 en Desvres, en Pas-de-Calais) se había afirmado como una firme promesa del ciclismo, ganando una etapa, la tercera, entre Marseilla y Toulouse (paradójicamente su segunda victoria de etapa en este Tour, entre Nantes y París, se produjo, también, por la descalificación de los cuatro primeros más otros ocho concurrentes). Esta publicidad, que él no había buscado (puesto que no deseaba que sus allegados supieran que era ciclista [Cornet era un seudónimo, su «nombre artístico», ya que el verdadero era Jardy]) le hizo abandonar el ciclismo «definitivamente».

De todas formas tuvo la buena idea de rectificar esta decisión, ya que en 1906 demostró a todo el mundo que era un auténtico ciclista ganando de manera magistral Paris-Roubaix y vengándose así de su infortunio en la pasada edición, de la que fue el gran animador a pesar de tener que conformarse con una injusta tercera posición. Además, Henri se clasificó 3º de Bordeaux-Paris en 1905 y 2º en 1906, 6º del Tour en 1908 y 6º del Tour de Bélgica de ese mismo año, ganó Paris-Alençon en 1910 y terminó 3º de la Bol d'Or en 1911. Todo esto bastaría para demostrar que era, al menos, un corredor más que honorable, que merecía un poco más de consideración de la que jamás tuvo. Pensad que murió un 16 de Marzo de 1941, en Plunay-le-Gillon, y que los periódicos no se enteraron hasta años más tarde... También es cierto que desde hacía mucho tiempo era el señor Henry Jardy y que nadie, ni en su mismo pueblo, conocía al ganador del Tour.

La postal que inmortalizó a un hombre que buscaba el anonimato.



LOS MOMENTOS CLAVES DEL TOUR DE 1904

Maurice Garin dispone de sus fuerzas y de una baza suplementaria para ganar el Tour, el contrar en las filas de su equipo, La Française, con el único corredor susceptible de inquietarle: René Pottier. La salida para Lyon se dio a las 2h 30'. Garin ataca y vence con más de 2h 30' sobre Aucouturier, pero solamente con 20" sobre Pottier.

Los dos estaban fuera de combate: el uno por el tiempo perdido, y el otro porque jamás atacó a su jefe. Garin gana ya el Tour ganado.

La primera etapa fue pródiga en incidentes, en los que Pottier y Garin no tomaron parte. Por la noche, Pottier y Chevalier se remolcaban en un coche hasta alcanzar la cabeza de carrera. Además, Garin fue víctima de una agresión por otro vehículo que buscaba hacerle caer.

Chevalier fue descalificado inmediatamente por su remolcador, mientras que Pottier fue sancionado con una multa. Aucouturier y Sarrion también fueron sancionados. Garin fue acusado de aceptar un sospechoso avituallamiento desde un automóvil desconocido (se habló de doping... ya en aquella época).

Los testimonios de aquel suceso son, sin embargo, bastante casuales. Garin que jamás se avituallaba en marcha, giró inmediatamente su bolsa sin siquiera abrirlo. También hubo otros incidentes que ensuciaron la carrera; en St-Etienne el público dejó pasar a su pariente Faure, impidiendo el paso por el col de la République a los demás participantes; en Nîmes algunos corredores y miembros de la organización fueron agredidos en protesta por la descalificación del «regional» Pajan (foto incluso disponible).

La decisión a todo este barullo se supo cuatro meses más tarde. Los cuatro primeros fueron descalificados por colusión y fue el quinto, Henri Cornet, quien sería declarado vencedor.

La organización decidió que jamás se volvería a celebrar el Tour de France, aunque rápidamente se retractó de su decisión. Finalmente,

39

Ciclismo
a través



ASYGES

Asesoría y Gestión de Empresas

Fiscal - Laboral - Contable

Gran Vía 7-9 • 50001 Zaragoza

Tel. 976236170

C A F E T E R I A

Bilbilis

R E S T A U R A N T E

Sanclamente, 7-9 • 50001 Zaragoza

Restaurante 976 23 11 70 • Taberna 976 22 91 62

Fax 976 21 13 90 • www.restaurantebilbilis.com

2º Trofeo Peña Los Conejos



A las 10:30 h del pasado 8 de Mayo se daba la salida al 2º Trofeo Peña Los Conejos, prueba que se está convirtiendo en un clásico dentro de la Copa Master Aragón. En esa edición variamos el recorrido adaptándolo a la salida y llegada en San Mateo de Gállego, cuyo Ayuntamiento colaboró amablemente en la organización y al que estamos muy agradecidos, esperando que esta colaboración se prolongue en el tiempo.

Con una distancia de 95 km y una cota máxima de 620 mts la carrera discurre por las poblaciones de San Mateo de Gállego - Leciñena - Alcubierre - Cruce Robres - Alcubierre - Leciñena - Perdiguera - Cruce Carretera Farlete - Perdiguera - Leciñena y llegada a San Mateo de Gállego.

El grupo de escapados se disputó la victoria al sprint, siendo Javier Meoqui el que al final impuso su clase, proclamándose vencedor con un tiempo de 02:33:13.

El primer socio clasificado fue Alberto Matute que entró en el puesto 18 y con un tiempo de 02:35:27



CLASIFICACIÓN GENERAL:

- 1 MEOQUI,FCO. JAVIER 02:33:13
- 2 FERNANDEZ,DIEGO 02:33:13 mt.
- 3 FERNANDEZ,JORDI 02:33:13 mt



Servicio Oficial



● **BLAUPUNKT**



ELECTRICIDAD DEL AUTOMOVIL

EUSEBIO - JAVIER SOLA PELLICER

Leopoldo Romeo, 27, bajos - Teléfono 976 42 10 46
50002 ZARAGOZA



**INSTALACIONES • REPARACIONES
MANTENIMIENTOS • AGUA • GAS
CALEFACCION**

Tiermas, 15
Teléfonos 976 39 39 79 - 976 31 18 52
50002 ZARAGOZA

“IN MEMORIAN”

Manuel Delibes y su bicicleta

LOS CONEJOS

El día 12 de marzo del pasado año 2010, falleció el escritor y maestro de las “letras españolas”, Manuel Delibes.

Leyendo el global de su insigne obra, lo que más impacta de la misma, además de su estructura narrativa, es la forma de describir, y acercarse a sus personajes, creando “mundos” tan reales, que al lector le parecen pasajes de su misma vida. El que haya leído la maravillosa obra de “Los santos inocentes”, habrá quedado sobrecogido por el “aluvión” de verdades que Delibes “arroja” sobre el lector. Azarías es el gran personaje, y aquellos lectores y espectadores, que hayan leído la novela o visto en cinematógrafo la “película” que sobre la misma se hizo, interpretando Paco Rabal al “humano y pobre” Azarías, no la olvidarán jamás, pues en sus mentes, éste volará al “Cielo”, con una bandada de “milanos”, y allí tendrá reservado un lugar preferente cerca de la “inmortalidad”. Esta que le acogerá por su humildad, su pobreza y amor a la naturaleza.

Pero Delibes, no sólo fue creador de personajes reales y humanista, sino que también fue “crítico” de la “falsa moral” de la burguesía española del siglo pasado; comprometido con su tiempo, hombre mundano, sencillo, “vocero”, deportista, amante de la vida al aire libre, y como no, amante de la BICICLETA.

Practicó diversos “deportes” en su vida, pero el ciclismo era el que mas adoraba. La bicicleta y sus largas excursiones y paseos, le habían hecho “soñar”. De niño, y adolescente había soñado con la subida al “Aubisque” y “Tourmalet”; y posteriormente, en sus salidas, casi siempre por los campos de su Castilla natal, había logrado con el esfuerzo físico, la paz de espíritu y energía para trabajar. Decía que la bicicleta aunaba las ventajas salutíferas de la marcha a pie con las ventajas de la velocidad permitiéndole recorrer distancias largas, y al mismo tiempo contem-

plar la naturaleza sin barreras, olerla, escuchar sus sonidos, sin ruidos, ni molestias de “gasolinas y motores”.

Otros muchos autores (Rafael Alberti, Gabriel García Márquez, Muñoz Rojas, Roland Barthes) han escrito sobre la bicicleta, pero Delibes escribió uno de los textos mas hermosos de la literatura en español sobre ella: “Mi querida bicicleta”, insertado en su libro “Mi vida al aire libre”. En 30 páginas son un canto de amor a este simpático vehículo de dos ruedas, con quien mantuvo una relación que le duro toda su vida.

La bicicleta, que en otros autores es un “artilugio” de sufrimiento, en Delibes fue una satisfacción ininterrumpida, asimilada al ejercicio físico, a la luz, la libertad, y la cercanía al “Eterno Creador”

Los amantes de la bici, que disfrutamos casi todas las semanas del “candor” de la misma, cuando cualquier día de esta próxima primavera veamos una nube que acoge y se lleva una “áurea” de gas y luz, sabremos que será Miguel Delibes, con sus muchos amigos de la “bici” que recorrerán con sus compañía las infinitas y maravillosas carreteras y caminos que tenemos preparados en el Eterno Infinito.

Pachi Ramos.



Lieja-Bastogne-Lieja

MEMORIA
2011



La “Doyenne” (la Decana). Así se conoce a la Lieja Bastogne Lieja precisamente por ser la clásica más antigua del calendario ciclista. Su primera edición data de 1892, y fue organizada por la “Liege Cyclist Union”, que eligió Bastogne como punto para dar la vuelta porque allí había estación de tren, lo que era muy conveniente para los organizadores. Casualmente el “Liege Cyclist Union” era el club al que pertenecía el primer vencedor, Léon Houa, que ganó las dos primeras ediciones (cuando era una carrera para amateurs) y también la tercera edición, cuando ya se abrió a los profesionales.

La carrera belga atraviesa la parte central de las Ardenas belgas, una tierra plagada de repechos y cotas que hacen de las carreras que se disputan en esta zona un auténtico rompepiernas, donde los corredores que destacan deben ser fuertes, resistentes y muy hábiles para saber leer las carreras y situarse adecuadamente en las escapadas.

Un recorrido, por tanto, exigente y rompepiernas, como no podía ser de otra manera en

una clásica así, y que atraviesa de norte a sur esta parte de Bélgica para regresar después trazando un ocho.

De nuevo Eddy Merckx ostenta el récord de victorias, pues en siete años, entre 1969 y 1975, ganó cinco ediciones de “la Decana” (1969, 71, 72, 73 y 75).

Nosotros, los cicloturistas, no hacemos exactamente el mismo recorrido que los profesionales, ya que todos los años cambian algo. Además, nosotros salimos y llegamos en un pueblo cerca de Lieja, Tilff. Este año no nos toca subir La Redoute, y es una pena ya que es la subida más dura de la carrera y la más famosa.



Nuestro amigo Eloy Porroche
en una entrevista para TV de Luxemburgo



Estos párrafos anteriores son un extracto de la crónica publicada por el periodista bilbaino, especialista en ciclismo, Javier Sánchez-Beaskoetxea en su blog EL COL DEL AGONIS-TIC. La lectura de sus crónicas y reportajes de las pruebas ciclistas de mayor nivel y de su versión cicloturista, fué lo que me metió el gusanillo de afrontar este proyecto que poco a poco se va haciendo realidad, recorriendo cada año las carreteras europeas con mayor tradición ciclista. Un proyecto en el que nos hemos embarcado varios miembros del Club y que nos sirve de motivación para disfrutar cada año más de este maravilloso deporte.

La casualidad nos hizo coincidir en Lieja y la carretera nos permitió compartir unos kilómetros de conversación y experiencia, con el que sin saberlo tenía mucho que ver con que estuviéramos allí.

Un año más la experiencia ha merecido la pena. Hablar de la dureza del recorrido o de la belleza del mismo son obiedades.

Lo que realmente queda grabado para siempre en tu *adn* son las sensaciones y eso no se puede transmitir. ¡Hay que sentirlas!

¡Animaros y vivir el ciclismo!





El Camino de Santiago

Tradición e ilusión

Después de un cambio de fechas y haber efectuado la reserva de las habitaciones en los diferentes hoteles, el pasado 19 de Mayo, un grupo de nuestro club, iniciamos la peregrinación "El Camino de Santiago".

Comenzamos en Zaragoza a las 6 de la mañana cargando las bicicletas en la furgoneta que nos iba a llevar hasta nuestro punto de partida, la frontera con Francia en el alto de Somport. El día salió triste con una ligera llovizna, Eloy

nos motivó y decidimos comenzar, tuvimos que ponernos los chubasqueros para iniciar nuestra aventura, nosotros estábamos alegres y contentos, por suerte prácticamente no nos mojamos.

Este día fue el de recorrido mas largo, 175 kilómetros, parada en puente la Reina para el consabido almuerzo y continuar hacia Campanas. Durante nuestra comida llovió pero dejo de hacerlo antes de continuar. Como final de etapa la localidad de Lorka, situada junto a Estella.

La segunda etapa de Lorka a Belorado, pasando por Logroño, donde almorzamos junto a la catedral en el centro de la ciudad, al salir tuvimos ciertos problemas para encontrar la salida hacia Santo Domingo donde teníamos previsto parar a comer.

Tercera etapa, dirección Villalcazar de la Sirga, este día amanece con niebla, pero ello no impide que iniciemos nuestra particular peregrinación. Dirección a

Burgos pasando antes por el puerto de la Pedraja, paramos frente a la Catedral y nuestro particular fotógrafo, hizo las fotos de rigor y seguidamente a reponer fuerzas junto a un río, seguidamente a Villalcazar de la Sirga por unas carreteras estupendas para rodar, aunque para nuestro amigo el gladiador no tanto, este día lo paso mal por la alergia al polen.

Cuarta etapa, por las tierras rectas y planas hacia León, con algo de aire, pero no hay problema, Eloy delante, los demás detrás,

algún pinchazo de Armando. Paramos en Sahagún a tomar un tente en pie de la mañana. Localidad preciosa y en Mansilla para la comida a falta de unos kilómetros para terminar el recorrido en León.

Quinta etapa, león Ponferrada, hace muy buen día en la salida y como siempre el ánimo por todo lo alto. Una de las etapas más duras.

En la mitad del recorrido se encuentra Castrillo de Polvazares, un pueblo precioso, medieval, que visitaron Eloy y Porfi acompañados de Fernando, los demás no entraron y se lo perdieron. En este recorrido aparece el mayor problema mecánico que tuvimos, a Porfi se le estropeó el cambio en Rabanal, una avería que le salvó de subir el alto del Acebo, lo que aprovechó para meterse al colete el famoso Codillo, pues no podía continuar en bicicleta. En la cruz de Ferro el clásico ritual de echar una piedra de espaldas junto a la cruz, en Acebo la comida de rigor, bajada a Ponferrada llegada a un buen hotel para descansar, reparar en un taller la bicicleta de Porfi, lo que aprovecha Armando para ajustar una rueda.

Sexta etapa, Ponferrada Palas de Rei de 158 kmtrs. Quizá la peor. Aquí teníamos tres puertos, alto Piedrafita, Cebreiro y alto de Poio, durante la etapa se acumuló 51.6 kmtrs de subida, algunos tramos con buena pendiente, de las que no hay por nuestras tierras. En esta etapa hubo algún que otro empujoncillo a la furgoneta, para subir un poco mejor esos duros puertos.

Por ultimo el séptimo día destino a santiago de Compostela, el recorrido más corto ya que fueron únicamente 66 kilómetros pero con repechos bastante duros

No hemos querido cansarnos sobre los recorridos que fueron estupendos, con bellos paisajes unos más que otros, dependiendo por la zona por donde pasábamos.





Hemos de decir que el Santo nos protegí, ya que no tuvimos lluvia en ninguna de las jornadas en las que transcurrió el viaje. Realmente no hubo problemas, salvo algún pequeño despiste en los cruces o rotondas (Eloy delante ciego, no se fijaba en los cruces, todos detrás) y en la salida de Logroño que creíamos que no podíamos ir por la autovía pero había que ir por ella durante unos kilómetros.

Lo más importante es que todos llegamos bien a Santiago de Compostela, aunque alguno con un poco de dolor de piernas por la sobrecarga del recorrido.

Tuvimos la suerte que esos días se retransmitía el Giro de Italia, lo que aprovechábamos para verlo después de la comida y comentarlo, seguidamente continuábamos la etapa del día.

Día 25 de Mayo llegada a Santiago, fue de lo más emocionante, un regocijo y una alegría colectiva nos invadió por el deber cumplido, lo que nos unió más de lo que estábamos al principio, juntando nuestras manos y

abrazarnos para confirmarlo.

Por la tarde, pasamos a recoger la Compostelana, mostrando la Credencial del Peregrino con los sellos que durante el recorrido se encargaban de conseguir Fernando y Pascual, por los lugares donde pasábamos.

Fueron 887 los kilómetros recorridos en siete días. Al día siguiente regreso a Zaragoza

Por último deciros que a demás de los colaboradores, Pascual y Fernando, los ciclistas fuimos, nuestro presidente Porfirio Delso, Armando M. Casorran, José Gomez, Eloy Porroche, Roberto Pardos, Adolfo Ibañez y Joaquín Gimeno.

Nota por si fuera poco. Al día siguiente de nuestro regreso jueves, Eloy coge el coche y se va a Alicante, para el sábado hacerse nada más que 600 kilómetros. (Parece ser que se quedó con ganas de bici).

Felicitaciones a todos



UNA EXPERENCIA MÁS

A veces piensas las cosas y dices.... pues no sé que es lo que tiene de especial eso.....o por qué no lo puedo hacer yo si los demás también lo hacen y por fin me decido y me voy a Santiago de Compostela en bici, ni más ni menos que con unos amigos y compañeros de fatigas que tenemos una amistad muy entrañable desde hace años.

Pascual Barra es amigo mío prácticamente desde que teníamos 14-15 años, tenemos muchas cosas para poder hablar y recordar de aquellos años de juventud, que bien lo pasábamos. Armando cuando había un grupo de conejos y nos dejaban ir con ellos a los más chicos, y que casi todos sábados almorzábamos en Mozota, que tiempos aquellos !he! Armando. Eloy con su categoría de excelente ciclista veterano y sus grandes "Randones" de cientos de Kms.. José Gómez desde hace también muchos años y habiéndole visto como corría en sus mejores momentos. El gran Roberto Pardos mi querido amigo y estimadísimo "rival" en casi todas carreras que corríamos, nos "auxiliábamos mutuamente" y con mucho consuelo pero siempre llegábamos ¿verdad Gladiador?. Joaquín Gimeno alias "El Grillo" que no tenía el gusto de conocer antes de esta "excursioncilla" a Santiago de Compostela, pero te

das cuenta en muchos momentos así, que el valor de las personas se descubre cuando convives con ellas aunque sean pocos días, estupendo chaval y fuerte. !Hola Fernando! nuestro querido reportero y buen asistente en todos momentos, de avituallamiento, desganas, ánimos, etc. todo con mucho cariño y con una envidieta sana por no estar con nosotros en la bici, que sea la próxima cuando te podamos ver montado en ella, lo de reportero....casi na., mil doscientas fotografías, excelentes y como te lo "curraste" para poder coger los mejores momentos, eres un gran profesional de la Foto. Y por fin...Porfi, estuviste muy bien, se te vieron las ganas de ir siempre por delante, con ganas de llegar pronto y de animarnos; un poco de mala suerte con tu máquina por la avería que tuvo pero todo "chapó".

Todo nos salio también, que no nos lo podíamos imaginar, no hubo que lamentar accidentes y el tiempo fue a la carta, no llovió, pero sí hizo mucho calor. Los hospedajes ya no pudieron ser mejores y el regreso solamente con parada para comer en Burgos de un tirón a casa.

No me importaría repetirlo.

Un abrazo fuerte para todos.

Adolfo Ibañez

Spinning in the air

MEMORIA
2011

El cielo de Zaragoza se llenó de bicicletas



La azotea de la Torre del Agua, a casi 100 metros de altura, se convirtió en el escenario de una espectacular y original clase de Spinning.

El cielo de Zaragoza se ha llenado este sábado de bicicletas con "Spinning® in the air".

Una iniciativa espectacular y única en Europa en la que cien participantes han tenido el privilegio de participar en cuatro sesiones de esta disciplina en la azotea de la zaragozana Torre del Agua.

La azotea de la zaragozana Torre del Agua ha sido este sábado 9 de julio el escenario de celebración de una de las propuestas deportivas más originales y espectaculares del año. Se trata de "Spinning® in the air" que ha brindado la oportunidad a cien aficionados de disfrutar de cuatro sesiones de esta disciplina a casi 100 metros de altura y al aire libre.

La capital aragonesa se ha convertido en referente nacional de esta disciplina con esta propuesta única en España y Europa, ya que hasta el momento sólo se había realizado sobre un rascacielos de la ciudad brasileña de Sao Paulo en 2003.

El promotor de esta iniciativa, Jesús Naya, ha calificado la experiencia de "éxito total" y ha agradecido



SPINNING EN LA TORRE DEL AGUA

la implicación de los participantes y de los instructores, algunos llegados de fuera de España, y de los patrocinadores.

“Es muy difícil de explicar lo que se siente porque hay que vivirlo. Pero esto es lo más bonito y lo más grande de Zaragoza y, si lo unes a un deporte que te gusta y que te apasiona, es lo más”, ha valorado Naya.

Esta fiesta del deporte, organizada por Spinning@ragon, pretende dar a conocer esta disciplina e intentar posicionar a Zaragoza como referente para los más de un millón de instructores que hay en 30 países en los que está consolidada.

El evento ha constado de cuatro sesiones de 50 minutos cada una, con un tiempo de descanso para refrescarse y reponer fuerzas. La primera de ellas ha dado comienzo a las 9.00 horas y ha estado dirigida por Robbie Ambrosini (Suiza) y Goyo (España); tras ellos, ha tomado el relevo Eva García (España); la sesión de las 11.00 horas ha sido impartida por David Pérez (Venezuela) y Jesús Naya (España) ha sido el encargado de cerrar la jornada.



Spinning@ragon es una asociación de

Instructores titulados del programa oficial Spinning® que imparten clases en varios Centros Oficiales y Centros Deportivos privados y cuyo objetivo es dar a conocer la disciplina. Tras ocho años de trabajo en la Comunidad, acumulando experiencia en la organización de eventos y con una gran trayectoria profesional, se ha propuesto convertir el evento en una de las grandes citas del Spinning®.



Entre los eventos organizados, destaca la Copa Aragón de Spinning 2011 ya que es la única asociación, a nivel nacional, que ha organizado una copa de Spinning®, compuesta de seis etapas, con cuatro sesiones en cada una, y en la que todas y cada una de las 24 sesiones son réplicas reales de carreras oficiales vigentes en el 2010-2011 por la Federación Aragonesa de Ciclismo. Una de estas pruebas a sido la Carrera del Trofeo Peña Los Conejos



EMBUTIDOS • QUESOS • JAMONES

CARNICERIA

montesa

Nicanor Villa Villita, 8

Teléfono 976 29 41 83 - Particular 976 56 32 59

ZARAGOZA

TERNERA

LANAR

CERDO

CHACINERIA

montesa

Plaza San Felipe, 12 - Teléfono 976 22 32 57

ZARAGOZA

UN INVIERNO EQUILIBRADO

LOS CONEJOS

ALIMENTOS ACONSEJADOS PARA ESTOS MESES

Durante la época invernal nuestras necesidades energéticas aumentan. ¿Pero como arreglárselas con una ingesta en frutas y verduras reducida?

Antiguamente, nuestro organismo consumía mucha energía para mantener su temperatura a 37º durante los meses fríos, hecho que habría mucho el apetito. El confort del que gozamos hoy en día es el causante de que nuestro cuerpo ya no necesite tanta energía en invierno. De todas formas, la práctica de un deporte al aire libre como el ciclismo, justifica un aumento de la aportación energética. Aquí tenéis algunas pistas para adoptar una alimentación adaptada a tal efecto, pero sin aumentar vuestra masa.

NO OS OLVIDEIS DE LOS CARBOHIDRATOS

Priorizar las patatas, la pasta, pero también el arroz, el trigo... Estos alimentos están llenos de carbohidratos complejos que difunden despacio su energía y sacian de forma duradera. Tienen que estar presentes en todas vuestras comidas. También hay que recalcar que las legumbres secas (lentejas, judías blancas, garbanzos, etc.) son los carbohidratos de invierno por excelencia. Además de los carbohidratos que contienen, son una excelente fuente de minerales (magnesio, potasio, hierro, etc.), de fibras, de vitaminas del grupo B, etc.

Se tienen que consumir por lo menos dos veces a la semana. Durante los entrenamientos, debéis procurar tomar suficientes carbohidratos. Tenéis que aumentar la dosis de vuestra isotónica: 50 g. de carbohidratos/litro para una temperatura inferior a 10º y 70

g/l a 0º. Pensar también en los geles energéticos, en las pastas de frutas o en las barras de cereales, que podrán completar la aportación en azúcar.

A POR LAS VITAMINAS

La fruta y la verdura son ricas en vitaminas (C, beta caroteno, etc.), en magnesio y en antioxidantes, indispensables para el buen funcionamiento de nuestros anticuerpos. ¡Evitan ponernos enfermos! Si la oferta parece

menos atractiva, las frutas y las verduras de temporada que contienen numerosos aportes nutricionales son numerosas.

Del lado de las verduras, podéis elegir las zanahorias, la col, los puerros, las endibias, las espinacas, los nabos, etc. Las verduras congeladas o en conserva son una solución. Los potajes también son excelentes para hacer reservas de micronutrientes protectores.

En cuanto a la fruta, elegid variedades de todos los rincones del planeta para llenaros de vitamina C: naranjas, kiwis, pomelos, mandarinas, etc. En la nutrición hay "grasas" y "grasas". En invierno, necesitamos buenas grasas para dar un empujón a nuestras defensas inmunitarias. Tenéis que consumir alimentos ricos en omega 3 (aceite de colza o de nuez) cada día y pescado azul (arenque, salmón, rodaballo, caballa, etc.) por lo menos dos veces a la semana.



16 MAYO 11 DE OCTUBRE DE 2011

EN EL RECUERDO

EL MODESTO ARAGONÉS QUE OSÓ BATIR EL RÉCORD DE LA HORA DE MIGUEL INDURAIN

Javier Castañer tiene la segunda mejor marca española de todos los tiempos

PARA cuando sean Javier Castañer Malinero, el 5 de marzo de 1970, la Comunidad de Aragón ha dejado más atrás un pasado importante en el deporte ciclista para encontrarse en el momento más bajado de su larga historia. Las Escuelas, Luchó, Corralés y otros establecimientos llevan muchos años relacionados del ciclismo y por muy buen sabor de boca que hubieran dado sus logros deportivos, estos se encuentran desahogado lejos en el tiempo.



Javier es el cuarto hijo de un matrimonio almeriense sin relación con el deporte. A pesar de ello, los padres comenzaron con un bazo que sus hijos practicasen deportes y desde niño Javier muestra la capacidad para la práctica de casi cualquier deporte. Empezó con fútbol y béisbol, pero no le motivan. Con 6 años ingresa en la escuela de baloncesto de su colegio. En esta época es más bien bajito y lento, pero su espíritu puede con todo y pronto empieza a destacar.

Cambiado este ciclo, a los 14 años de un físico y físico en poco tiempo casi 28 centímetros, de manera que se convierte en otra persona. El entrenador pasa al zudo Cayetano al lateral derecho, posición a la que no se acostumbra y abandona el baloncesto. Lo que no va a dejar es el deporte, buscando especialización en la llamada Féliz que, en aquella época, es uno de los mejores atletas de Aragón de medio fondo. Después de romper las pruebas de cross, tampoco quiere involucrarse a la sociedad del atleta. Entonces aparece la moto, tal vez por un hábito que en él se entra de que su abuelo fue campeón de Aragón en 1928.

LAS PRIMERAS PEDALADAS

A los 16 años Javier estaba entrenando, pero su inquietud le obliga a abandonar los estudios para dedicarse a trabajar en un taller de maquinaria. Lo cual le permite cubrir la compra de una bici de carretera de segunda mano para empezar a salir los fines de semana. Alguien le introduce en una pista ciclista aragonesa de solista, Los Corrales, en el instituto de transporte que desde en 1987 debutar en carreras federativas. Javier se feliz involucra al punto, ya no dudaría de alcanzar la meta en un segundo grupo. Cuando no tiene ganas ni que, lo normal es que cuando más le gusta, y eso es lo que él hizo.

A los 18 años marcha a la mili, lo que es inevitable para tanto de portistas. Por suerte coincide con el coronel José Labarte, uno de los mejores ciclistas que ha tenido Aragón en sus últimos años. Luego añade a tres campeonatos de Ribera y logra una medalla en otro tanto en Balconiano. Ese año el aspirante a ciclista



Castañer llegó muy tarde al ciclismo, pero acabó demostrando su gran calidad de luchador.

quiere programar por primera vez en su historia una temporada. Cuando empieza el curso ciclista del 82 se encuentra con el de un segundo nivel creado, con un campeonato durante 50 jornadas en carreras de importancia disputada en las comarcas más próximas. En su tierra se impone en la prueba social del CC Iberia, llamando la atención de Ignacio Laizarte, el director del CAI, uno de los mejores equipos aficionados del país. Conden con este equipo debutó en una Vuelta al Bidasoa que gana un tal Alastair Olan. No le hará tan mal cuando recibe la oferta de fichar por el CAI, que naturalmente acepta, porque tiene claro que quiere ser ciclista.

Por primera vez a través de atención con un calendario. En el equipo al director Labarte, reclama de la Federación Española. Le consigue Juan Cervera Sabariego. La media jornada paga en su honor porque se ha alcanzado los 23 años. Pero para él lo negativo no ocurre. Así, destaca en estas etapas el llamado Tour español, el Cir-

cuito Montaña. Más tarde Cango aprata sobre su pupilo «Castañer llegó al CAI con una edad avanzada pero lo he visto, lo que me he sentido, al menos a su esfuerzo y seriedad, progresar y incluso llegar a ganar una clásica importante como el Trofeo San Remigio de Logroño, que por aquellos años era una carrera de prestigio, importante al momento». Javier Delvicio. Me gusta con sus ganas de aprender, ilusión, aplicación y seriedad en el ciclismo, aparte de ser un niño y legal. De haber empezado a correr antes, no se habría alcanzado nunca mejor, ya que sus previsiones al respecto eran desafortunadas.

Aquí se escribe la historia, otra vez hubiera sido que en la comarca existiera una escuela de ciclismo en la que aprender el oficio con seriedad, mostrando bandos y con el cargo de carrera. En 1994 y 1995 se repite actuaciones destacadas en carreras importantes e incluso con victorias, como la clásica de Logroño a la que añade Cango a la primera edición del Trofeo Aragón, una clásica prueba en Pao-

Caldes a un equipo palmero, resultado vencedor de todas las clasificaciones de la clásica Vuelta Occidental a la Palma. Javier es el típico ciclista de tradición aragonesa, es decir combato hasta el límite, pero mal calculador de sus fuerzas y con poca paciencia para esperar un final incluido y remarcar la carrera. En ese sentido las críticas son válidas: si hubiera corrido con un poco más de frialdad, hubiera alcanzado metas más altas. Pero si este muchacho viene algo, es autenticidad y generosidad a cualquier, él es el dentro y fuera de la carrera.

En 1995 continúa como independiente. Las obligaciones laborales ya no le permiten tanto desplazamientos entre Jaraña y Baza de participar a sí ir. De esta forma obtiene otros buenos resultados en pruebas menores a en el campeonato regional.

Siempre desde un tesón y de una voluntad excepcional, poca a poca se le mete en la cabeza la idea de batir el récord de la hora aragonesa que César Labarte obtiene

un par de años antes. Aunado a lo de falta y el 2 de noviembre del 90, después de cinco entrenamientos, se enfrenta en el velódromo de Zaragoza, junto a un montón de amigos y aficionados. ¿Qué ha hecho Javier para conseguir reunir a toda la participación fuera ciclista de la ciudad? Lo ha siempre tirar de energía, ganas y resultados. Y, como siempre, evitando el bazo de los jugadores de fútbol para mostrar de ciclista a intentar una hazaña. En este caso su estancia tiene su premio porque bate el récord aragones por casi dos kilómetros.

Pero al inquieto recordó, nada más abandonar el velódromo ya le anda rondando por la cabeza la idea de hacer un intento más serio, porque se ve a cara con la impresión de que sus piernas no han dado todo lo que pueden dar. ¿El récord de Indurain? Esto parece una utopía, pero la verdad es que no se conoce límites.

Lo que él ha hecho es llamar a un grupo de especialistas, le ofrece la posibilidad de utilizar para este intento la Colegio de carbonero de Baza por Tony Reminger en algunos entrenamientos que le conducen a lograr finalmente el récord mundial de la hora. Para acabar de entenderlo, Javier conoce a Víctor, su futura mujer y madre de sus hijos, quien le anima como si fuera su mejor entrenador.

EL AÑO DECIDIDO, 1987

Estamos en 1987, su año decisivo. Para empezar, el frío invierno no se permite meterse le abre las puertas a varios sponsors. Con ellos decide que este segundo intento tenga lugar el 14 de junio. Pero continúa levantándose a las 6 de la mañana para cumplir con su jornada laboral. Dificultades muchas, pero estas no le hacen desistir. Por supuesto, algunas cosas van sangrantes en el momento, producidos por el estado lamentable del velódromo de Zaragoza, a pesar de lo cual su preparador Fernando Aseredo y el equipo del Dr. Terrores consiguen que campeon con los tiempos fijados.

Con el apoyo al instante llega los aguas. El momento no llega, Javier quiere probar a estos desastres. Además el interés manana de los medios locales que se ocupan de captar el poco tiempo que le queda después de los entrenamientos más la jornada laboral, de manera que algunos días acaba agotado. Pero a vista al futuro el pulso no es oscuridad, para poder más allá Javier ya tiene el ritmo en las piernas y sobre todo en su mente, aunque el interés es el de un amateur, todo resulta familiar, no desahogado respecto por los cambios, y por lo tanto, ellos. Finalmente, el día más, los mejores resultados, uno de manga corta y otro de manga larga. Cuando al fin llega la mañana, apenas quedan 18 años para su segundo intento y empieza a empezar a llamar a la calma. Los últimos resultados están muy buenos. Todo es familiar que el ex profesional

EN EL RECUERDO

17 DE OCTUBRE DE 2011 | EL PAÍS | 17



Javier Castañer, junto a Miro Piretti, en un acto pensado para apoyar a los siles con cáncer.

Pepe del Barrio le regala un casco para el ensayo. Todo en la vida de este ciclista es benevolencia de y para.

Ya no hay tiempo para corrigir errores porque llega el día señalado. El día 14 Javier se levanta tranquilo pero en cuanto se abre la ventana y ve la tierra húmeda con que se agitan las ramas de los árboles, porque Zaratúa y el viento son amigos prodigiosamente inseparables, se da cuenta de que la jornada va a ser una día de verdad.

ACOMPAÑADO DE CÁBADA

A las 10 le espera David Cañada, su inseparable amigo y compañero de entrenos. Los dos van a dar un par de horas, se relajan, charlan y sobre todo tratan de normalizar una vida que vivirá por la tarde.

Javier llega al velódromo después de comer. Cuando le hacen un chequeo las sondas preparadas y pronto se pone a pedalear, siempre el mismo como fondea el manual lo que forman los aficionados que van entrando al recinto. Su novia y su entrenador precisan detalles de para que se afronte el esfuerzo que se monta en las gradas. Cuando faltan 45 minutos comienza la ceremonia de vestirse, totalmente antes de salir al escenario, como si fuera un viejo actor, no sin antes echar un último vistazo a la máquina. Al acceder a la pelotista y ver lo grande frente al público comienza a pararse con la novedad, siente que es una vida nueva. Por tabuletes, jamás olvidará esos momentos.

Tras rodar 15 minutos por la pista, se posiciona en la línea de salida. Luego llega la competición, al fin, el momento de su primer pedaleo de competición. Pronto el tiempo es mejor del previsto, lo cual no le sabe sino bueno a más, porque mientras las piernas piden más, el entrenador grita que hay que seguir. Los primeros 20 minutos transcurren bien, pero queda mucho por recorrer. Como estaba previsto, entre el minuto 35 y el 40 llegan las primeras. No por el esfuerzo sino, sino por que se están

Javier Castañer, con los medios más humildes, no pudo superar el registro de Indurain, pero sí los de Coppi, Anquetil, Baldini, Rivière... al completar 47,102 kilómetros en una hora

en evidencia el registro más hecho del siles y vuelve a verla con la boca de agua hacia abajo, lo cual hace más dolorosa la dicha repetida. Por suerte está acompañado a sufrir y a esforzarse de verdad, de manera que continúa en el intento sin bajar su ritmo de pedaleo.

Las motivaciones siguen con el contrato firmado a los 47 años: 10 minutos. Se trata de una etapa de trabajo que rebasa los 45 kilómetros, así es y el objetivo. Cuando Javier cruza la línea de llegada final y suena el cronómetro que marca el final de su hora agónica, los rebasados son kilómetros en 53 segundos. El esfuerzo ha merecido la pena porque la marca ha sido conseguida a pesar de los problemas físicos, la planificación laboral y las malas condiciones de la grada, en un velódromo que por cierto no parecía tan grande desde muchas años atrás.

Si día siguiente Javier, sacando patrimonio del esfuerzo del deporte agonista, vuelve a madurar para cumplir una jornada laboral más. Pero la historia no acaba aquí. Y esto porque quienes le han querido en esta intensa etapa de acuerdo en que en sus pistas hay todavía más a lograr que sus recuerdos en este. Y la máquina se vuelve a poner en marcha, aunque en este caso resulta ser más difícil encontrar la financiación necesaria para aspirar a repetir el récord de Indurain. Pero finalmente hay suerte. Un reportaje en Herald de Aragón titulado "Castañer, un ciclista con el récord", de sus frutos y recibe cuatro llamadas por invitarse a permitir elegir patrocinador. La oferta recae en la CAJ, que se hace cargo de los gastos, que supone además este nuevo intento con las mismas garantías previas.

Con la tranquilidad de que el tema económico no va a ser motivo de preocupación, se llega una vez más a la fecha, el 13 de septiembre. El nuevo plan contempla reducir los esfuerzos durante las sesiones laborales para lograr objetivos. Se tiene lugar en Aragón, localidad francesa que por su cercanía con el inicio semana le ayuda a adquirir una mayor fortaleza. Dos días de trabajo acumulado son el prólogo que dará paso a 45 días de intenso entrenamiento antes de que llegue el día de la tercer hora.

De vuelta a casa cumple en la prestigiosa clínica del calendario aragonés, el CP San Lorenzo de Nueva España, donde como siempre a un ritmo establecido. Siguiendo la forma habitual de correr, día a día se gana tras otro a lo largo de la prueba, terminando satisfecho y derrotado sólo por los velocistas.

A POR LOS 47 KILÓMETROS

Después, la jornada laboral sigue siendo un desafío y rutina diaria, aunque su cabeza se encuentra en los entrenamientos que tendrán lugar por la tarde. El objetivo en esta ocasión es alcanzar los 47 kilómetros a la hora. Se gana de trabajo en este caso es más completo y la responsabilidad mayor, por lo que también se gana más dinero. El equipo del Centro de Medicina Deportiva del Gobierno de Aragón, con el Dr. Temerall frente, se vuelve a poner al frente del plan, repitiendo día a día su entrenamiento. Y Javier está motivado.

En esta ocasión el campeón mundial de pista Juan Urribe es quien envía su invitación a Zaratúa para el nuevo intento. Pero está ocupado cuando va al equipo y el mismo Javier le expone desesperado tras tener los entrenamientos con los jugadores, con la que a pesar de todo se consigue alcanzar los tiempos previstos. En esta ocasión, todo mejora, incluso el escenario,

ya que el lugar elegido es el velódromo Luis Puga valenciano, en el que habitualmente suelen celebrarse partidos. Los gestos son suaves y su director les permite utilizar desde una semana anterior a la fecha establecida. Se le da antes tiene lugar un ensayo general con la misma forma de actuar que se supone tendrá lugar en el día establecido, con la idea de poder corregir cualquier posible error. Javier, con su enorme humildad, no piensa en descansar, incluso tiene todo dispuesto este ensayo como si correspondiera a la prueba definitiva. Claro que el velódromo es demasiado para él, pero Javier es una máquina de aprender. De entonces cuando llega la decepción, el tiempo no es el que él y su equipo esperan. De hecho que sólo supera en algunos metros su marca anterior. Quien se le da la buena noticia, nadie sabe lo que ha ocurrido. Naturalmente no le da por ver eso, sino que está en busca a volver a los entrenamientos con más ganas.

La última semana es dura porque a los entrenamientos se le añaden May que tomar de nuevo entrenamiento con los medios locales, lo cual la descontra. Pero su capacidad de superación vuelve a imponerse, como siempre. Así es que, pensando en positivo como acostumbra, toma a su propia medida cómo un día más.

De vuelta a casa sigue entrenando mientras gana en mil cosas. Al fin se consolida a tal altura que su inseparable Víctor la vigila del interior. Los vecinos no le llegan a tiempo el material se dispara y la idea de rodar con un descuido de 55 a 15 se frustra y debe volver a recibir el utilitario en los entrenos. 54 a 15. Pero eso no le preocupa porque conoce sus posibilidades.

A las 18 horas ya se encuentra en el Luis Puga acompañado por su gente y se razona que con todo preparado. Una media a tres kilómetros y una respiración larga y profunda son invitación al llegar a este momento. El siles empieza a levantarse y él lo sigue. Pronto em-

pezos a presentarse en la pelotista el resto de los protagonistas de la función, los amigos acompañados por el señor Tortajada, un juez del que dará a su mayor presencia a cuanto allí ocurra. Mientras tanto cada firma se posiciona, Javier se encuentra rodeado para recibir sabiamente el calentamiento y los aficionados empiezan a sentarse en las gradas. Entre estos se encuentran sus compañeros de la Peña Los Conejos y su familia.

Por su parte, el ciclista intenta concentrarse. 10 minutos antes Javier se encuentra vestido con la equipación oficial para su ensayo, un busto de color CAJ de manga larga, blanco, cubrebotas rojo de Cañada, el guante rojo, herramienta fundamental en estas jornadas, todo perfectamente a punto como consecuencia de una perfecta elección. Después en la zona de salida, Oscar Larrea, árbitro de adelantados entre desahogado, más tarde, sujeta la parte posterior de la silla mientras Tortajada cumple con el protocolo de dar las explicaciones que hacen al caso. Ahí, y gracias lo más importante, que es el busto de Víctor, que le da la señal para llegar al objetivo fijado de alcanzar los 47 kilómetros.

EL ÚLTIMO INTENTO

Faltaba en mano, de nuevo el 13, y comienza la última hora agonista de Castañer. Según las tablas, se fracciona el viento en cuatro partes: el primer parcial se compone de 28 minutos, en los que deberá mantenerse en las 176 vueltas, algo que en el primer momento no consigue, lo cual le pone a fallar. Durante los segundos 20 minutos su ritmo se acelera a 182 y no se moviera a pesar de estar en medio la fatiga barrera de los 40 minutos, donde el cuerpo comienza a ligera declive en su resistencia, algo que en esta ocasión pasa perfectamente, incluso por encima de lo esperado. Javier llega al término de los 42 a 53 minutos, en los que no debe de pasar a 194 vueltas. En esos 10 minutos de minutos de una cierta inestabilidad y comienza a marcar los tiempos debidos, hasta llegar a los 10 minutos que son a lo que lleva dentro". Según los registros grabados en su poliza, marca los minutos 132 en los 13 minutos finales, lo cual demuestra que el largo camino recorrido para llegar a explorar el terreno a estos niveles ha sido el correcto. Y Castañer, el prodigio de una vida, comienza su batalla después de dar 13 vueltas al velódromo, lo cual supone 102,102 kilómetros por hora.

De paso de bajar el récord de la hora, el mismo Víctor dice que no le está duro que había hecho en su vida y que para volver a intentar. Por eso no se extrañaría que Javier necesite ayuda para bajar de la hora, pero la felicitación por haber conseguido lo que se había propuesto es objetivo complicado como y al alcance de pocos profesionales.

Más dudas para la historia los récords de los grandes: Coppi, 46,178; Anquetil, 46,119; Baldini, 46,184, y la primera marca homologada del mundo para Roger Rivière con los 46,074. Así afortunadamente, la marca de Castañer es la segunda española de la historia, algo demasiado meritorio para convertirse a base de voluntad y esfuerzo. Recordando a quienes han obtenido este increíble éxito, resulta. En verdad los ciclistas aragonés parecen estar hechos de una pasta especial. A la fuerza alcanza.



Excursión Especial Vera de Moncayo



Excursión Especial • VERA DE MONCAYO

LOS CONEJOS



Erte año por diferentes motivos la EXCURSIÓN ESPECIAL se desplazó del habitual mes de Julio al de Septiembre. Este cambio de fecha no impidió que la asistencia fuera otra vez masiva.

El autobús se llenó de ciclistas y acompañantes que volvimos a disfrutar de una maravillosa jornada de ciclismo y convivencia.

El recorrido alrededor del Moncayo fué espectacular. con salida desde Borja nos dirigimos a Tarazona bordeando las faldas del Moncayo por Trasmóz y Santa Cruz.

Después de un buen almuerzo en Las Brujas los acompañantes visitaron la Catedral y otros lugares de interés y los ciclistas comenzamos la ascensión, unos hasta Agramonte y otros hasta en final de la carretera. Después a disfrutar bajando hasta Vera donde nos esperaba el resto de la expedición para dar cuenta de una abundante paella.



Excursión Especial • VERA DE MONCAYO

LOS CONEJOS



Excursión Especial • VERA DE MONCAYO

LOS CONEJOS



LOS CONEJOS

**TODO TIPO DE BICICLETAS, REPARACION,
ACCESORIOS, COMPONENTES, ROPA,
COMPLEMENTOS...**



**Avda. Santa Isabel, 29
50.016 – Zaragoza**

**Tlfno. 876 161 008
universobike@gmail.com**

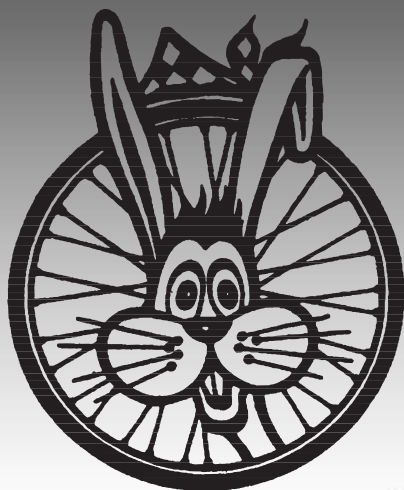
centro de fotografía técnica
diaporama

TU NUEVA ESCUELA DE FOTOGRAFÍA EN ZARAGOZA

**NUEVAS INSTALACIONES CON LA ÚLTIMA TECNOLOGÍA DIGITAL
TODOS LOS NIVELES DE APRENDIZAJE**

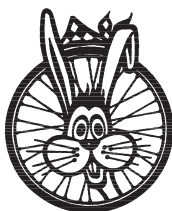
**C/ TOMÁS HIGUERA Nº 8
info.cursos@centrodiaporama.com
www.centrodiaporama.com
Tlf. 976 491 762**

Excursiones 2012



CLUB CICLISTA PEÑA
LOS CONEJOS





Excursiones

EXCURSIONES NO PUNTUABLES

FECHA	HORA	Nº Rec.	DESTINO	Itinerario IDA	Itinerario VUELTA	Kms.
8-ener	9	36	Ontinar	San Mateo-Zuera-Crtra HU	San Mateo	80
15-ener	9	2	Alfamén	Cariñena(Virgen de la Laguna)	Longarés	102
22-ener	9	34	Muel	Crtra.Madrid-La Muela-Muel	Maria de Huerva	70
29-ener	9	27	Leciñena	Ctra.HU-Cruce S. Mateo-Leciñena	Perdiguera-Santa Isabel	77
5-febr	9	30	Luceni	Alagón	Alagón	80
12-febr	9	39	Pina	Vuelta a Pina(Ctra.Barna)	Fuentes	87
19-febr	9	7	Alto de Alcubierre	Villamayor	Perdiguera	80
26-febr	9	32	Lumpiaque	Alagón	Muel	104
						680

EXCURSIONES PUNTUABLES

FECHA	HORA	Nº Rec.	DESTINO	Itinerario IDA	Itinerario VUELTA	Kms.	Asistencia	Teléfono
4-marz	9	18	Embalse de la Sotonera	Villa./Zue./La Paul/Gurrea	Ontinar	118	Andrés Matute	976370743
5-marz	9	5	Almudevar	Montañana-Zuera-Ctra.HU	Crta.HU	106		
11-marz	9	2	Alfamén	Cariñena(Virgen de la Laguna)	Longarés	102	Pedro Escanilla	976414226
18-marz	08:30	42	Quinto o Pina	Mián-San Remo	El Burgo	85/117	Arturo Tutor	976279067
25-marz	9	25	La Puebla de Albortón	Valmadrid	Valmadrid	89	Porfirio Delso	976351298
1-abri	9	35	Ontinar	San Mateo-La Paul-Gurrea	San Mateo	97	Francisco De la Fuente	976536456
5-abri	9	38	Paniza	Longares-Cariñena	Cariñena-Longares	107		
8-abri	9	37	Osera	Villamayor	Villafranca	97	Angel Carrera	976596331
15-abri	9	39	Pina	Vuelta a Rodén	Mediana	101	J.A. Lacasa	976552811
22-abri	9	1	Alfamen	Muel-Longares-Alfamén	Longares-Muel	92	Armando Martinez	976292949
23-abri	9	41	Gurrea	Zuera-La Paul-Gurrea-Puendeluna	Alc.de Gurrea-El Temple-Zuera	92		
29-abri	9	48	Tosos	Muel-Villanueva de Huerva	Villanueva de Huerva-Muel	97	Isabel Hernandez	976503352
1-mayo	08:30	21	Fuendejalón	Figueruelas-Pedrola-Pozuelo	Pedrola-Figueruelas	112		
6-mayo	08:30	19	Embalse de la Sotonera	San Mateo-Zuera-Ctra.HU-Almud	Temple-Ontinar-Crta.HU	125	Fernando Sanchez	976279326
13-mayo	08:30	46	Tardienta	San Jorge	Leciñena	123	Angel Sanz Notivoli	976386856
20-mayo	08:30	45	Remolinos	Villan.-Castejón-Tauste-Remolinos	Alagón	120	José Antonio Cano	976444294
27-mayo	08:30	49	Tosos	Cariñena-Tosos	Villanueva de Huerva-Muel	111	Pascual Izaguerri	976425123
3-juni	8	47	Tardienta	Perdiguera-Leciñena	San Jorge	123	Maxi Tejada	976492329
10-juni	8	5	Almudevar	Montañana-Zuera-Ctra.HU	Crta.HU	106	Fernando Gimeno	976345736
17-juni	8	13	Calatorao	Longares-Alfamén	Epila-Muel	119	Alfonso Lacasa	976383086
24-juni	8	9	Azuara	Botorrita-Jaulín-Fuendet.-Azuara	La Puebla-Valmadrid	122	J. Ignacio Fernandez	976425453
1-juli	8	46	Tardienta	San Jorge	Leciñena	123	Eduardo Bustos	976373092

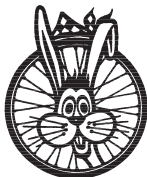
Temporada 2012

SALIDA DESDE PLAZA DE ESPAÑA

FECHA	HORA	Nº Rec.	DESTINO	Itinerario IDA	Itinerario VUELTA	Kms.	Asistencia	Teléfono
8-juli	8	6	Almudevar	Villan/Zuera/Ontinar/Alc.Gurrea	Zuera	127	Pascual Barra	976496547
15-juli	8	14	Cariñena	Cariñena-Alto Tosos-Aladren-Paniza	Cariñena	131	Ramón Gerona	976499791
22-juli	8	33	Sierra Luna	Zuera	Zuera	104	J.Maria Ruiz	976200581
29-juli	8	3	Almonacid	Longares-Cariñena-Almonacid	Alfamén-Longares-Muel	120	José Gomez Ostariz	976572396
5-agos	8	18	Embalse de la Sotonera	Villa./Zue./La Paul/Gurrea	Ontinar	118		
12-agos	8	47	Tardienta	Perdiguera-Leciñena	San Jorge	123		
15-agos	8	23	Huesca	Crtra.HU	Crta.HU	148		
19-agos	8	2	Alfamén	Cariñena(Virgen de la Laguna)	Longarés	102		
26-agos	08:30	35	Ontinar	San Mateo-La Paul-Gurrea	San Mateo	97		
2-sept	08:30	51	Villanueva de Huerva	Cariñena-Villan.de Huerva por A220	Muel	117	Pedro Figueroa	976590436
9-sept	08:30	18	Embalse de la Sotonera	Villa./Zue./La Paul/Gurrea	Ontinar	118	Joaquín Torralba	976734574
16-sept	9	3	Almonacid	Longares-Cariñena-Almonacid	Alfamén-Longares-Muel	120	Victor Forcén	976384066
23-sept	9	20	Erla	Zuera-Las Pedrosas	Zuera	121	Angel Ramos Chicharro	699204932
30-sept	9	9	Azuara	Botorríta-Jaulín-Fuende.-Azuara	La Puebla-Valmadríd	122	Francisco Javier Rodán	976733287
7-oct	9	36	Ontinar	San Mateo-Zuera-Crtra HU	San Mateo	80	Jesús Tarancon	976593501
14-oct	9	16	Codo	El Burgo-Mediana-Codo	Roden-Fuentes de Ebro	89	José María Ortega	679181169
21-oct	9	34	Muel	Crtra.Madrid-La Muela-Muel	Maria de Huerva	70	José Luis Remacha	655456677
28-oct	9	5	Almudevar	Montañana-Zuera-Crta.HU	Crta.HU	106	Roberto Pardos Corral	976251856
						4189		

EXCURSIONES NO PUNTUABLES

ECHA	HORA	Nº Rec.	DESTINO	Itinerario IDA	Itinerario VUELTA	Kms.
1-novi		51	Valmadríd/Alto Valmadríd	La Cartuja	La Cartuja	63/72
4-novi	9	1	Alfamén	Muel-Longares-Alfamén	Longares-Muel	92
11-novi	9	35	Ontinar	San Mateo-La Paul-Gurrea	San Mateo	97
18-novi	9	31	Luceni	Alagón-Cabañas	Cabañas-Alagón	85
25-novi	9	34	Muel	Crtra.Madrid-La Muela-Muel	Maria de Huerva	70
2-dici	9	11	Cabañas	Alagón	Pedrola	72
6-dici		28	Leciñena/Virgen Magallón	Villamayor-Perdiguera-Leciñena	San Mateo-Peñaflor-Montañana	73
9-dici	9	16	Codo	El Burgo-Mediana-Codo	Roden-Fuentes de Ebro	89
16-dici	9	36	Ontinar	San Mateo-Zuera-Crtra HU	San Mateo	80
23-dici	9	34	Muel	Crtra.Madrid-La Muela-Muel	Maria de Huerva	70
30-dici	9	24	La Paul	Villanueva-Zuera	Zuera-Villanueva	80
						808

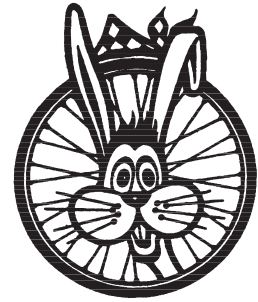


Excursiones Temporada 2012

Salidas sábados

FECHA	HORA	Nº Rec.	DESTINO	Itinerario IDA	Itinerario VUELTA	Kms.
7-ener	9	26	Leciñena	Villamayor-Perdiguera-Leciñena	San Mateo-Peñaflor-Montañana	71
14-ener	9	30	Luceni	Alagón	Alagón	80
21-ener	9	35	Ontinar	San Mateo-La Paul-Gurrea	San Mateo	97
28-ener	9	1	Alfamen	Muel-Longares-Alfamén	Longares-Muel	92
4-febr	9	48	Tosos	Muel-Villanueva de Huerva	Villanueva de Huerva-Muel	97
11-febr	9	16	Codo	El Burgo-Mediana-Codo	Roden-Fuentes de Ebro	89
18-febr	9	34	Muel	Crtra.Madrid-La Muela-Muel	Maria de Huerva	70
25-febr	9	18	Gurrea	Villa./Zue./La Paul/Gurrea	Ontinar	92
3-marz	9	29	Leciñena/Virg. Mag.	Villamayor-Perdiguera-Leciñena	San Mateo-Peñaflor-Montañana	73
10-marz	9	12	Calatorao	Alagón-Epila	Epila-Muel	116
17-marz	9	38	Paniza	Longares-Cariñena	Cariñena-Longares	107
24-marz	9	2	Alfamén	Cariñena(Virgen de la Laguna)	Longarés	102
31-marz	9	40	Pina	Vuelta a Rodén	Mediana	101
7-abri	9	35	Ontinar	San Mateo-La Paul-Gurrea	San Mateo	97
14-abri	9	23	Fuendetodos	Botorrita-Jaulín-Fuendetodos	La Puebla-Valmadrid	107
21-abri	9	5	Almudevar	Montañana-Zuera-Ctra.HU	Crta.HU	106
28-abri	9	37	Osera	Villamayor	Villafranca	97
5-mayo	08:30	4	Almonacid	Longares-Alfamén-Almonacid	Cariñena-Longares-Muel	120
12-mayo	08:30	10	Belchite	Valmadrid-La Puebla-Belchite	Mediana-El Burgo	112
19-mayo	08:30	21	Erla	Zuera-Las Pedrosas	Zuera	121
26-mayo	08:30	19	Embalse Sotonera	San Mateo-Zuera-Ctra.HU-Almudevar	Temple-Ontinar-Crta.HU	125
2-juni	8	17	Cosuenda	Longares-Cariñ.-Aguaron-Cosuenda	Cariñena-Muel	117
9-juni	8	43	Remolinos	Luceni-Boquiñeni-Cruce Tauste	Remolinos-Alagón	102
16-juni	8	47	Tardienta	Perdiguera-Leciñena	San jorge	123
23-juni	8	4	Almonacid	Longares-Alfamén-Almonacid	Cariñena-Longares-Muel	120
30-juni	8	9	Azuara	Botorrita-Jaulín-Fuendetodos-Azuara	La Puebla-Valmadrid	122
7-juli	8	22	Fuendejalón	Casetas-Figueruelas-Pedrola-Pozuelo	Pedrola-Figueruelas-Casetas	112
14-juli	8	5	Almudevar	Montañana-Zuera-Ctra.HU	Crta.HU	106
21-juli	8	12	Calatorao	Alagón-Epila	Epila-Muel	116
28-juli	8	9	Azuara	Botorrita-Jaulín-Fuendetodos-Azuara	La Puebla-Valmadrid	122
4-agos	8	2	Alfamén	Cariñena(Virgen de la Laguna)	Longarés	102
11-agos	8	20	Epila	Bardallur-Urrea de Jalón-Epila	Epila-Muel	120
18-agos	8	18	Embalse Sotonera	Villa./Zue./La Paul/Gurrea	Ontinar	118
25-agos	08:30	49	Tosos	Cariñena-Tosos	Villanueva de Huerva-Muel	111
1-sept	08:30	17	Cosuenda	Cariñena-Aguaron-Cosuenda	Cariñena-Muel	117
8-sept	08:30	9	Azuara	Botorrita-Jaulín-Fuendetodos-Azuara	La Puebla-Valmadrid	122
15-sept	9	44	Remolinos	Alagón-Pedrola-Gallur-Remolinos	Alagón	100
22-sept	9	5	Almudevar	Montañana-Zuera-Ctra.HU	Crta.HU	106
29-sept	9	13	Calatorao	Longares-Alfamen	Epila-Muel	119
06-octu	9	34	Muel	Crtra.Madrid-La Muela-Muel	Maria de Huerva	70
13-octu	9	51	Villanu. Huerva	Cariñena-Villanu. Huerva por A220	Muel	117
20-octu	9	36	Ontinar	San Mateo-Zuera-Crtra HU	San Mateo	80
27-octu	9	32	Luceni	Alagón-Cabañas	Cabañas-Alagon	85
3-novi	9	16	Codo	El Burgo-Mediana-Codo	Roden-Fuentes de Ebro	89
10-novi	9	2	Alfamén	Cariñena(Virgen de la Laguna)	Longarés	102
17-novi	9	34	Muel	Crtra.Madrid-La Muela-Muel	Maria de Huerva	70
24-novi	9	35	Ontinar	San Mateo-La Paul-Gurrea	San Mateo	97
1-dici	9	30	Longares	Muel	Muel	80
8-dici	9	15	Cariñena	Muel-Longares-Cariñena	Longares-Muel	94
15-dici	9	34	Muel	Crtra.Madrid-La Muela-Muel	Maria de Huerva	70
22-dici	9	39	Pina	Vuelta a Pina(Ctra.Barna)	Fuentes	87
29-dici	9	28	Leciñena	Crtra.HU-Cruce S. Mateo-Leciñena	Perdiguera-Santa Isabel	77

Salidas sábados desde:
VALDESPARTEA (CTRA. VALENCIA)
PABELLÓN PRINCIPE FELIPE (CTRA. CASTELLÓN)
RUZAFÁ (CTRA. MONTAÑANA / VILLAMAYOR)
GASOLINERA ZOILO RIOS (CTRA. LOGROÑO)
HIERROS ALFONSO (CTRA. HUESCA)



Preparación

Luchon-Bayona 2012

FECHA	HORA	Salida	DESTINO	Itinerario	Kms.
21-ener	9	Zaragoza	Embalse Sotenera	San Mateo-Zuera-Ctra.Hu-Almudevar-Embalse Sotenera-Temple-Ontinar	125
28-ener	9	Zaragoza	Tardienta	Perdiguera-Leciñena	123
4-febr	9	Zaragoza	Cariñena	Cariñena-Alto Tosos-Aladren-Paniza	131
11-febr	9	Zaragoza	Almudevar	Zuera-Las Pedrosas-Piedratjada-Puendeluna-Almudevar-Ctra.HU	128
18-febr	08:30	Zaragoza	Almonacid	Longares-Alfamén-Almonacid-La Almunia-Epila-Muel	142
25-febr	08:30	Zaragoza	Embalse Sotenera	Zuera-Las Pedrosas-Erla-Valpalmas-Puendeluna-Embalse	143
3-marz	08:30	Zaragoza	Tardienta	Ctra.HU-San Jorge-Tardienta-Alcubierre-Leciñena	123
5-marz	9	Huesca	Nocito	Ayerbe-La Peña-Rasal-Arguis-Monrepós Viejo-Belsue-Nocito-Arguis-Huesca	153
10-marz	08:30	Zaragoza	Fuendejalón	Grisén-Bardallur-Rueda de Jalón-Pozuelo-Fuendejalón-Lumpiaque-Epila-Muel	169
17-marz	08:00	Zaragoza	Cerveruela-Paniza	Fuendetodos-Villanueva-Alto de Tosos-Aladrén-Vistabella-Cerveruela-Paniza	140
24-marz	08:00	Zaragoza	Mainar	Longares-Cariñena-Codos-Mainar-Paniza-Cariñena	150
31-marz				BREVET 200	
5-abri	08:30	Fuendejalón	Beratón	Pto.Chabola-Beratón-Agreda-Vozmediano-Moncayo-Vera Moncayo-Fuendejalón	150
7-abri	9	Zaragoza	Tardienta	Perdiguera-Leciñena-Alcubierre-Robres-Tardienta-San Jorge	123
14-abri	08:00	Zaragoza	Sant.Herrera	Muel-Villanueva-Aguilon-Herrera-Azuara-Valmadrid	154
21-abri	08:00	Zaragoza	Tarazona	Alagón-Tauste-Tudela-Tarazona-Vera de Moncayo-Gallur	190
23-abri	07:30	Zaragoza	Calatayud	Longares-La Almunia-Mores-Sabiñan-Calatayud-Mara-Cariñena	206
28-abri				BREVET 300	
1-mayo	08:30	Fuendejalón	Beratón	Pto.Chabola-Beratón-Agreda-Vozmediano-Moncayo-Vera Moncayo-Fuendejalón	150
5-mayo	07:30	Zaragoza	Cerveruela-Codos	Fuendetodos-Alto de Tosos-Aladrén-Vistabella-Cerveruela-Mainar-Codos-Cariñena	180
12-mayo	08:30	Sabiñanigo	Baños de Panticosa	Larrede-Barbenuta-Cotefablo-Biescas-Baños de Panticosa-Formigal-Sabiñanigo	150
19-mayo	9	Daroca	M ^o Piedra	Used-Abanto-Monterde-Nuevalos-Jaraba-Cimballa-EmbidSanted-Daroca	155
26-mayo	08:30	Biescas	Aubisque	Biescas-Portalet-Aubisque-Portalet-Biescas	150
2-juni	08:00	Zaragoza	Mainar	Longares-Cariñena-Codos-Mainar-Paniza-Cariñena	150
9-juni	07:30	Zaragoza	Cerveruela-Codos	Fuendetodos-Alto de Tosos-Aladrén-Vistabella-Cerveruela-Mainar-Codos-Cariñena	180
16-juni		Tarazona	Tarazona	CICLOTURISTA MONCAYO 4 CIMAS	
23-juni	07:30	Fuendejalón	Beratón	Pto.Chabola-Beratón-Agreda-Vozmediano-Moncayo-Vera Moncayo-Fuendejalón	150



Avda. Navarra, 63

Teléfono 976 33 01 23

Fax 976 53 18 60

50010 ZARAGOZA

CICLOS ARAGON



**VESTUARIO ESPECIALIZADO
CON LAS ULTIMAS FIBRAS CONTRA EL FRIO**

TALLER ESPECIALIZADO

Nuestro horario es: Mañanas de 9:00 a 13:00 • Tardes de 16:00 a 20:00

Sábados tarde y Domingos CERRADOS.

Le Tour
de France

Su
Historia

Historia Ciclistas españoles en el Tour

Muchos han sido los corredores ciclistas españoles que han participado con mayor o menor suerte en el "Tour de France" a lo largo de su ya dilatada vida, llena de dudas, sobresaltos y éxitos.

En la presente ocasión hablaremos de los ciclistas españoles que de alguna manera hicieron historia en el Tour, aunque esta fuera muy corta y sin ningún motivo a destacar en cuanto a brillantez en su participación o victorias conseguidas.

También citaremos a algunos de los primeros participantes con meritorias actuaciones y valiosos triunfos obtenidos, que marcarían poco a poco, el futuro del ciclismo nacional, con una participación prácticamente testimonial hasta los años 30, reactivándose a partir de los años de 1.950 hasta nuestros días y muy particularmente a partir de los años 80 hasta el presente de 2.011

Lógicamente vosotros amigos y ciclistas compañeros, os podrá extrañar la ausencia de grandes ciclistas que han brillado a gran altura en otras pruebas de gran dureza y prestigio como son el "Giro de Italia" o la "Vuelta a España", o grandes pruebas clásicas disputadas en Italia, Bélgica o Francia, como también en "Campeonatos del Mundo, u "Olimpiadas",

El motivo de esa ausencia, se debe a que se ha considerado a ciclistas participantes en el "Tour de Francia" con resultados brillantes, también ciclistas que vencieron la tendencia a competir sólo en España y que vencidos y agobiados por las necesidades y falta de porvenir, decidieron dar el salto a competir con los grandes de su época, pero con una falta total y absoluta de preparación, mínimos cuidados médicos, preparadores, e inmediata necesidad de recursos económicos.

También tenemos a ciclistas que prácticamente sólo realizaron la salida, no llegando siquiera a concluir ni la primera etapa, pero que significó un hito histórico en el ciclismo español.

He aquí algunos de los ciclistas que marcaron época por sus circunstancias y triunfos en el "Tour de Francia":

JOSE MARIA JAVIERRE.- Fue el primer corredor español participante en el Tour, concretamente en la edición de 1.909. Este primer ciclista era aragonés, concretamente de Jaca, quedando huér-

fano de padre en sus primeros años de vida y emigró con su madre y hermano a Francia ante la negra perspectiva de necesidades de todo tipo que se avecinaban.

Participó en el Tour bajo el nombre francés de Joseph Habierre, consiguiendo la nacionalidad francesa años después. Sólo participó en los años 1.909 y 1.910, y ambos Tours los logró terminar en meritorios puestos entre los 30 primeros clasificados.

VICENTE BLANCO.- Participó en 1.910 y ni siquiera pudo terminar la primera etapa disputada sobre los durísimos pavés del "Infierno del Norte". En su haber figura ser Campeón de España contrarreloj sobre 100 kms. en los años 1.909 y 1.910.

SALVADOR CARDONA.- Se inició en el Tour en el año 1.928 donde alcanzó una meritorio 15º puesto.

Repitió su participación en 1.929 donde consiguió ser el primer corredor español en ganar una etapa. Además fue 4º clasificado, obteniendo la mejor clasificación general obtenida por un corredor español hasta ese año de 1.929. Volvería a participar en años posteriores ,pero ya no obtendría buenos resultados, limitándose a discretas clasificaciones.

VICENTE TRUEBA.- Participó en los Tours de los años 1.931 y 1.932, donde se dio a conocer por su facilidad para la escalada, favorecido por su baja estatura y poco peso, pero también perjudicado por los mismos motivos en los densos. En estos Tours obtendría decorosas clasificaciones.

Sería en 1.933 su mejor actuación en el Tour, donde demostraría sus grandes dotes de escalador, cruzando en primer lugar en numerosos grandes Cols de Pirineos y Alpes. Consiguió ganar el "Premio de la Montaña", siendo el primer corredor español en lograrlo.

Debido a su gran demostración pasó a denominarse le "Pulga de Torrelavega"

FRANCISCO CEPEDA.- Este ciclista tuvo una vida deportiva cortísima debido a un fatal accidente en plena competición.

Debutó en el Tour en 1.930 con una digna clasificación en el 27º puesto en la clasificación general.

Historia Ciclistas españoles en el Tour

LOS CONEJOS

Fue el primer corredor fallecido a causa de una caída, acaecida en el Col de Galibier en el Tour de 1.935.

JULIÁN BERRENDERO.- Inició su andadura en el Tour en el año 1.936 ganando la montaña y un meritorio 11º puesto en la general. Repitió su participación en 1.937 consiguiendo la victoria en Pau y 15º puesto en la general y al siguiente año de 1.938, ya no brillaría con una clasificación muy discreta.

JESÚS LOROÑO.- Debutó en el Tour en el año 1.953 con una gran actuación. Venció en una etapa y con sus buenas dotes de escalador, fue vencedor, además, del gran "Premio de la Montaña".

Su gran rivalidad con el gran emergente Federico Martín Bahamontes, dividió en aquella época a la afición española, que se decantaban por el vasco o el toledano.

Siguió participando en años posteriores y en 1.957 finalizó el Tour en 5ª posición en contrapartida a su gran rival F. Martín Bahamontes que debería de abandonar. Loroño ya no volvería a brillar en el Tour.

FEDERICO MARTÍN BAHAMONTES.-

Fue el primer vencedor español en el Tour en el año 1.959, pero ya en su primera participación en el año 1.954 tuvo una gran participación en Pirineos y Alpes, coronándose como Rey de la Montaña.

En el Tour del año 1.958 ganaría sus primeras etapas y también el Gran Premio de la Montaña. Sería al siguiente año de 1.959 donde en lucha con los mejores corredores del mundo (Anquetil, Riviere, Baldini, Anglade, Geminiani, Gaúl) ganaría su Tour pasando a ser una gran figura del pelotón internacional y ser considerado el mejor ciclista escalador, junto con el gran Charly Gaul.

En los años posteriores obtendría alguna gran clasificación (2º en 1.963 y 3º en 1.964) además de triunfo de etapas en Superbagnères, Grenoble, Briançon y Pau, además de tres Premios de la Montaña.

Tiene en su honor ser el vencedor en la cima del Col de la Bonette-Restefonds, de 2.800 metros de altitud, el más alto ascendido en el Tour en las dos primeras ocasiones que se ascendió.

MIGUEL POBLET.- Fue el primer ciclista español en enfundarse el maillot amarillo ganando además dos etapas en su debut en el año 1.955.

Era un sprinter de pura raza, fortísimo en los metros finales, con un tirón de riñones que le hacían ser junto a sus rivales Van Stembergen y Van Looy, los lobos más temidos en esa disciplina. Volvería a ganar otra etapa en La Rochelle en el siguiente año de 1.956.

JOSÉ PÉREZ FRANCÉS.- Excelente rodador. Consiguió un tercer puesto en la clasificación general del año 1.963. Repitió participación en 1.964, debiendo abandonar. En el año siguiente de 1.965 se clasificó en sexta posición y ganó la etapa con final en Barcelona, tras escapada de más de 200 kms.

JULIO JIMÉNEZ.- El "Relojero de Ávila" debutó en el Tour en el año 1.964 dando muestras de ser un excelente "grimpeur". Venció en dos etapas y se clasificó en séptima posición.

Volvería al Tour al siguiente año de 1.965, con una clasificación más discreta, pero ganaría otras dos etapas y el Premio de la Montaña.

También en el año 1.966 ganaría una etapa en Briançon y nuevamente el Premio de la Montaña.

El año de 1.967 sería su mejor año en el Tour subiendo al segundo cajón tras Pingeón, además del Gran Premio de la Montaña. Abandonaría en 1.968, tras un Tour decepcionante, su carrera deportiva muy fructífera en cuanto a resultados pero corta en el tiempo ya que se inició en el Tour con cerca de 30 años en su cuerpo.

LUIS OCAÑA.- Era un ciclista con cualidades físicas fuera de lo común y ya de amateur ganó la mejor prueba mundial contra el crono "El Gran Premio de las Naciones", pero falto de salud muy a menudo y con un carácter fuerte y rebelde.

Debutó en el año 1.969 debiendo abandonar. En el siguiente año de 1.970 ganaría su primera etapa, llegando a París en una discretísima posición en la clasificación final.

Su siguiente año de 1.971 en el Tour, ganó dos etapas en el prestigioso Puy de Dome y Orcières-Merlette en durísima pugna con el gran Eddy Merckx. Debí de abandonar tras una caída vistiendo el maillot amarillo de líder.



Historia Ciclistas españoles en el Tour

LOS CONEJOS

El año de 1.973 fue su mejor año, el de su "gloria" al vencer en el Tour de Francia, además de seis victorias de etapa, -dos de ellas contra el crono- y otras en llegadas de prestigio como Luchón y Puy de Dome.

Ya no volvería a brillar, posiblemente por problemas en sus negocios además de una vida llevada al límite en todos los aspectos.

En 1.994 falleció tras suicidarse en su casa de Mont de Marsán.

JOSE MARÍA FUENTE.- Conoció el Tour en el año 1.971 en una actuación sobresaliente. Venció en las etapas de Luchón y Superbagnères de la forma que sólo él sabía hacer, atacaba con gran fiereza, pero con posibilidades de agotarse antes de la llegada. Era un corredor que luchaba y atacaba para vencer o morir.

Por otra parte tenía un carácter muy fuerte y rebelde y no programaba los alimentos y esfuerzos, por lo que fue muy habitual sufrir grandes desfallecimientos en momentos esenciales de carrera.

Repitió participación en 1.973, donde obtuvo su mejor clasificación, subiendo al tercer escalón en dura lucha con Zoetemel, Van Impe, Ocaña y todos los grandes de la época. Junto con Ocaña, fueron los dos corredores que más obligaron a doblar la rodilla al dominador absoluto en aquella época, el gran Eddy Merckx.

José Manuel Fuente, era un fumador empedernido además de vivir su "vida" sin limitaciones, por lo que tuvo una vida deportiva con salud deteriorada y falleció en 1.996 a los 51 años de edad.

MANUEL ARROYO.- Excelente corredor que fue excepcional escalador. Se inició en Tour en el año 1.983 obteniendo el segundo puesto tras el "intelectual" Fignón, además de ganar la cronoescalada de Puy de Dome.

Repitió participación al siguiente año 1.984 donde se clasificaría en un meritorio sexto puesto además de una etapa en la alpina Morzine. Volvería a participar en años posteriores con abandonos por problemas de salud y decidió "colgar la burra" en el año 1.988, el año en el que venció el segoviano Pedro Delgado.

PEDRO DELGADO.- Fue el ciclista hispano con mayor imagen deportiva y social, debutando en el Tour en 1.983 obteniendo un excelente 15º puesto. Abandonó en el 84 por fractura de clavícula propiciada por una caída.

De nuevo en el Tour de 1.985 ganaría su primera victoria con final en Luz Ardiden, acabando el Tour en sexta posición. Era un corredor de "raza" y hacía presagiar los mayores y mejores tiempos para el ciclismo español.

Volvió a ganar una etapa en Pau en el año 1.986, pero luego debió abandonar por fallecimiento de su madre.

Demostró sus grandes cualidades de gran escalador en el año 87, consiguiendo vestirse de amarillo en Alpe d'Huez, además de una etapa en Villard de Lans, y en lucha agónica con Stephen Roche hasta los últimos metros de la crono final. Perico se tendría que contentar en el 2º cajón.

El carismático Delgado tomó la salida también en el Tour del 88 y esta vez... ¡sí! ¡sí! Sería para ganarlo. Se vestiría de amarillo en Alpe d'Huez para no abandonarlo hasta París, además de ganar una etapa contra el crono.

Perico, como todos sabemos, era algo despreocupado y en el año 1.989 fruto de falta de concentración, se presentó fuera de hora en el podio de salida en la crono del prólogo. El tiempo perdido marcaría finalmente su clasificación con podio de tercer clasificado tras Fignón y LeMond.

Los galones en el ciclismo español en esa época, empezaron a cambiar pasando poco a poco a Miguel Indurain. El segoviano siguió participando hasta 1.993 con buenas clasificaciones, pero sin victorias importantes.

MIGUEL INDURAIN.- Sus andaduras en el Tour se remontan al año 1.985, en el que abandonó, al igual que en el año siguiente de 1.986, cuando todavía era un gregario. Obtuvo clasificaciones discretas en los años 87 y 88.

El siguiente año de 1.989 sería en el que vencería en su primera etapa finalizada en Cauterets. También obtuvo victoria de etapa en Luz Ardiden en el año 90, alcanzando una meritoria clasificación en el décimo puesto al finalizar el Tour en París.

Fue en el año 1.991 donde se produjo su



**ADMINISTRACION
DE LOTERIA N° 56**

“Doña Luisa”



Se hacen reservas para Navidad

Salvador Minguijon 35
(Bº de Las Fuentes)
50002 Zaragoza



976/299608
649/545242



976/299608

Historia Ciclistas españoles en el Tour

LOS CONEJOS

imparable explosión y donde empezaría su reinado en "mano de hierro", durante cinco años exultantes.

Conquistó su primer Tour adornado con victorias en dos etapas contra el crono. De nuevo acudió a la cita con el Tour en 1.992, para defender el maillot amarillo ganado en año anterior y lo defendió con apabullantes demostraciones, como en la crono de Luxemburgo sobre más de 60 kms.



Miguel estaba en forma, estaba fino después de ganar meses antes el Giro de Italia, aunque el bravo "Diablo Chiappucci" le puso a prueba en la etapa con término en Sestrières.

También en el 93 participó el "extraterrestre" con la idea de intentar vencer en su tercer Tour. Ganaría dos etapas contra el crono, adjudicándose finalmente su tercer Tour, en fuerte lucha con Jankula y Rominger.

En la próxima temporada de 1.994, también Miguel tenía previsto el Tour entre las pruebas a disputar, y de nuevo defendió con brillantez el triunfo del año anterior. Volvió a repetir victoria en la crono de Bergerac, de más de 60 kms. de recorrido.

Miguel empezó a pensar: ¿si había podido vencer en cuatro Tours consecutivos, por qué no ganar el quinto Tour? Ese pensamiento se cumplió y Miguel ganaría su quinto Tour consecutivo en el año 1.995, además de dos etapas contrarreloj.

Nuevamente en 1.996, volvió a participar pero se intuía que el "gran Indurain", no iba a ser el de años anteriores. Esta edición del Tour, la actuación en etapas decisivas, confirmó que su momento no era el más óptimo, no alcanzó su nivel habitual en etapas aptas para futuros vencedores y llegaría hasta París, donde obtendría un décimo puesto.

JOSEBA BELOKI.- Fue un gran ciclista en el Tour luchando contra el dominio absoluto del "americano Armstrong". Corta fue su vida competitiva, derivada de caídas y oblig-

ados abandonos.

Conseguiría unas excelentes clasificaciones con un tercer puesto en el año 2.000 y 2.001 y ser segundo en el podio con el consentido Armstrong subido a su izquierda en el cajón central de primer clasificado.

ALEJANDRO VALVERDE.- Se presentó en el Tour en el año 2.005, precedido de las mayores expectativas atribuidas por sus resultados en competiciones menores. Estaba encaminado a ser un "hombre Tour".

En su primer Tour, tuvo el atrevimiento, osadía y mucha, mucha clase para vencer al "tejano Armstrong" en la etapa con término en Courchevel.

Pocos días después abandonaría con fuertes dolores en una rodilla. Posteriormente sería sancionado por presunto "doping" por los organismos federativos.

Tras dos años en el "dique seco" sin competir, de nuevo volverá a la competición en 2.012, aunque con expectativas inciertas tras el largo período de inactividad.

OSCAR PEREIRO.- Fue un buen ciclista, que aunque no era un especialista en montaña, cronos o sprints, obtuvo en el Tour notables actuaciones debido a su gran regularidad.

Obtuvo un décimo puesto en el año 2.005 y 2.006 además de una victoria de etapa en este último año en Pau.

Firmó su gran año en 2.006, donde fue declarado vencedor del Tour, tras la eliminación y posterior sanción de Floyd Landys, tras ser cazado por prácticas dopantes.

Oscar era un hábil corredor en la busca de largas escapadas y efectivamente alguna escapada en este Tour con gran diferencia de tiempo sobre sus rivales, le llevaron al segundo puesto en la clasificación final.

Un año más tarde, los organismos oficiales le declararon vencedor del Tour 2.006.

Obtendría en décimo puesto en el año 2.097 y sería en 2.008 cuando sufrió una caída forzando su abandono. También en 2.009 abandonaría y ya no volvió a participar.

CARLOS SASTRE.- Gran corredor en grandes pruebas por etapas. Fue un ciclista con gran regularidad y grandes dotes de escalador, pero perdía opciones en las cronos, respecto a sus directos rivales.

Pinturas

HOGIL, S.L.

- **PINTURAS EN GENERAL**
- **EDIFICIOS - NAVES**
- **COMUNIDADES**
- **ROTULACIONES Y TODA CLASE DE PINTURAS DECORATIVAS**

Tiermas, n.º 18, local, Oficina 2

Tel. 976 42 36 98 - Tel. y Fax 976 20 22 68

Móvil 608 19 56 56

50002 ZARAGOZA

Historia Ciclistas españoles en el Tour

LOS CONEJOS

Ha sido un gran profesional muy honrado, serio y disciplinado mientras fue gregario y muy respetado por todo el entorno ciclista cuando compitió como líder, por la suma de valores como responsabilidad, entrega y métodos competitivos de la más absoluta legalidad.

Finalizó el Tour de 2.001 en la 20ª posición, y la 10ª posición en 2.002.

En el año 2.003 venció en la etapa de montaña en Ax 3Dimaines, además del 9º puesto. Algo más flojo estuvo en 2.004 y 2.005 donde obtuvo los puestos 8º y 21º.

Consiguió subir al tercer puesto del cajón en 2.006, y fue 4º clasificado en 2.007.

El año 2.008 fue, por fin, en el que consiguió el sueño de su vida, totalmente merecido tras su excelente carrera deportiva. Fue el vencedor del Tour.

También venció en el Premio de Montaña, ganando además la etapa finalizada en Alpe d'Huez, donde se vistió de amarillo para no abandonarlo hasta París.

Fruto de su capacidad física, pundonor y entrega además de vencer en este Tour de 2.008, también consiguió podio en el Giro de Italia y Vuelta a España en el mismo año.

Ya en los años 2.009 y 2.010 obtuvo discretas clasificaciones en los puestos 17º y 20º.

ALBERTO CONTADOR.- Considerado en la actualidad como el mejor corredor mundial en largas pruebas por etapas. Posiblemente también el mejor dotado para la montaña, además de estar entre los mejores contra-relojeros en medias y largas distancias, circunstancias que le hacen ser el máximo aspirante al triunfo final en las grandes competiciones por etapas.

Debutó en el año 2.002, consiguiendo terminar el Tour de 2.005 en un discreto 31º puesto.

El año 2.007 consiguió vencer en su primer Tour ganando la etapa con final en Plateau de Bielle.

De nuevo participó en 2.009, donde consiguió su segundo Tour, consiguió vencer en la crono de Montpellier, además de Amméczy y Verbier.

El Tour de 2.010 volvería a ver de nuevo la supremacía del de "Pinto" con su tercera victoria sobre su espalda. Repetiría en su participación en 2.011 en el que Alberto, tras su excepcional demostración meses antes

en el Giro, no llegó a recuperar las fuerzas y el cansancio, por lo que en este Tour no llegó a encontrar su "golpe de pedal" al que nos tenía acostumbrados. Aún en esas condiciones logró un meritorio 5º puesto.

Contador posee posiblemente el mejor palmarés conseguido en muchas de las grandes pruebas de máximo prestigio.

Si la salud y caídas le respetaran, bien pudiera ser en un futuro lejano, el mejor ciclista español de la historia, debiendo para ello vencer al menos en dos Tours más y poder igualarse al gran Miguel Indurain.

Para que todo suceda o no, deberemos esperar y dar tiempo al tiempo.

FERNANDO ESCARTÍN.- Fue el más sobresaliente corredor aragonés hasta la actualidad. Corredor de espíritu luchador e inquieto, con estilo nada convencional, lograría su mejor éxito deportivo en el Tour del año 1.999, acabándolo en tercera posición tras Armstrong y Zulle y ganaría su primera etapa con gran victoria en solitario en la cima de Piau Engaly.

VICENTE LÓPEZ CARRIL.- Excelente corredor muy regular, tuvo una larga vida profesional, muy admirada y exitosa, fue asiduo participante en la década de los años 70. En el año 1.968 debutó con discreta actuación.

Ya en el 1.971 obtuvo un décimo puesto y sería en 1.973 donde logró su primera victoria de etapa y se clasificó en noveno lugar.

De nuevo venció en la etapa en Serra Chevalier y subió al cajón del tercer puesto en el Tour de 1.974, repitiendo victoria en Avoriaz, la tercera en su palmarés, en el año 1.974, además de quinto clasificado.

Repetiría al siguiente año 1.976, con una décima posición.

Los siguientes años de 1.977 y 79 acabó con discreta participación con un 23º puesto y abandono respectivamente.

Por último también nos acordamos de excelentes ciclistas, que también lograron tener su momento de gloria y figurar en la ya larga historia del Tour como lo fueron FREIRE, MAYO, LAISEKA, CHOZAS, LASTRAS, CUBINO y otros más no recordados en estos momentos.

A todos ellos, nuestro mejor reconocimiento.

J.IGNACIO FERNÁNDEZ

Socio número 3

Clasificaciones 2011





Campeonato Social

CATEGORÍA MASTER 30

ALBERTO MATUTE RUBIO
(CAMPEÓN SOCIAL ABSOLUTO)

CATEGORÍA MASTER 40

CARMELO CLOS LASALA

CATEGORÍA MASTER 50

JOSÉ ANDRÉS ARANDA ESPAÑA

CATEGORÍA MASTER 60

JOSÉ ANTONIO LUIS MILLÁN

Clasificación Excursionismo

1º	PASCUAL BARRA PEÑA	158
2º	JESUS TARANCÓN CEBOLLA	149
3º	ARMANDO GARBALOSA PRADA	148
4º	ISABEL HERNÁNDEZ BAILO	137
5º	FRANCISCO DE LA FUENTE GARCÍA	129
6º	FRANCISCO JAVIER ROLDAN	120
7º	ALFREDO GÓMEZ RIAGUAS	115
8º	MAXIMILIANO TEJEDA UREÑA	115
9º	EDUARDO BUSTOS REVUELTO	113
10º	PEDRO ESCANILLA BALLESTERO	110
11º	JOAQUIN TORRALBA SUBIAS	108
12º	JOSÉ MARIA ORTEGA SEGURA	95
13º	ROBERTO MILLAS VIÑIU	92
14º	JOSÉ GÓMEZ OSTARIZ	87
15º	PORFIRIO DELSO DELSO	84
16º	ANTONIO BONACHO MEDINA	83
17º	JOSÉ A. LACASA GRACIA	81
18º	VÍCTOR FORCÉN LLORENS	79



Las Clásicas: TOUR de FLANDES



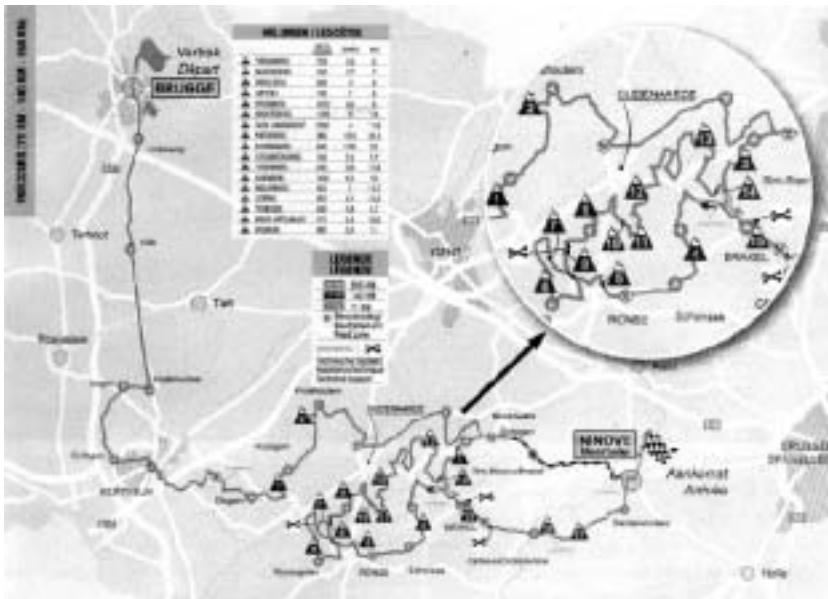
En ocasiones no hay suficiente con contemplar las hazañas de los profesionales por televisión. Después de ver cientos y cientos de veces los lugares míticos por los que ruedan, a nosotros también nos entra el gusanillo de pedalear por esas mismas carreteras aunque sea como los simples cicloturistas que somos, y por el mismo recorrido que sólo un día hacen los Nuyens, Cancellara, Chavanel y compañía...eso sí, a bastante más velocidad que nosotros.

En pocos lugares se vive el ciclismo como lo hacen en Bélgica y más concretamente en la región de Flandes. Allí no es sólo el deporte rey, es tradición y casi podríamos decir que es parte de su cultura. Si a esto le sumamos que el Tour de Flandes (Ronde

Van Vlaanderen como ellos lo llaman en flamenco) es la cita más esperada del año, no es de extrañar que el fin de semana de su celebración sea prácticamente una fiesta.

Periódicos, radios, televisiones...en todos los medios de comunicación la carrera es protagonista días antes y después de su celebración. Pero además la gente la vive de una manera especial. Miles y miles de personas se agolpan al borde de las carreteras para ver el paso de los ciclistas durante la carrera. No hay pueblo por pequeño que sea que no tengaprácticamente todos sus habitantes esperando el paso del pelotón con las omnipresentes banderas de Flandes

Las Clásicas: TOUR de FLANDES



por todos los sitios. Por no hablar de los que viajan con su caravana hasta puntos estratégicos del recorrido o acampan directamente allí.

Al celebrarse solamente un día antes de la prueba profesional, la marcha cicloturista permite vivir en primera persona este increíble ambiente, que, si bien



Los tramos de pavés nos pondrán en dificultades cuesta arriba.

no es lógicamente igual que el domingo de la carrera, se acerca mucho.

EQUIPADOS DE PRIMERA

Nuestra Excalibur de carbono es una gran aliada a la hora de superar los míticos "muros" que nos encontramos y a hacer más llevaderos los tramos duros de pavés, que te hacen sentir como dentro de una batidora cuando los pasa a cierta velocidad.

PARA TODOS

Como es habitual, tenemos varias opciones de recorrido disponibles para que no haya excusa a la hora de poder hacerla.

Además del trayecto completo de Brujas a Ninove de 260 km. también se pueden hacer 140 ó 71 km. partiendo y acabando desde esta última localidad.

El primero de ellos nos permite ascender los 17 famosos "muros" de la carrera; el segundo, 2 menos; y el más corto sólo 4, aunque entre ellos los dos últimos y quizás más decisivos:

Muur-Kapelmuur y Bosberg.

Hay que reseñar que la marcha también está dirigida a mountainbikers, que tienen rutas de 100, 75, 55 y 30 kilómetros para elegir, parte de las cuales coincide con la de los cicloturistas. En ese sentido, podemos decir que durante la jornada conviven en armonía todo tipo de bicis: de carretera de montaña, tandems, handybikes... El Tour de Flandes es una fiesta del ciclismo y nadie puede faltar.

La organización también dispone de diversos puntos de avituallamiento donde los participantes pueden repostar líquido y alimentos en abundancia. Tampoco faltan los puntos de asistencia mecánica, más útiles que nunca debido a la naturaleza de la propia prueba. Y es que por culpa de los adoquines o no, pocas veces vemos tantos ciclistas reparando pinchazos y reventones en las cunetas como en esta marcha.

SIN PRISAS

Una de las cosas que más sorprenden cuando se empieza a rodar en esta prueba es la cantidad de gente que toma parte en ella. La salida es libre y desde primera hora de la mañana hasta bien entrado

Las Clásicas: TOUR de FLANDES



Hay bastantes cruces con tráfico, aunque vigilados.



Los avituallamientos son abundantes



La ruta se divide según el recorrido elegido junto a un punto de asistencia.

el día los ciclistas van partiendo sin prisa pero sin pausa. Durante el recorrido en todo momento estás rodeado de bicicletas, por lo que hay que extremar la precaución, pero a pesar de ello todo transcurre en orden y con tranquilidad.

Y es que el Tour de Flandes cicloturista es una prueba relajada y para nada competitiva donde lo importante es disfrutar del recorrido y de la compañía, no llegar un poco antes o después. Lo podemos comprobar al ver a numerosos cicloturistas

parados en las cunetas para hacer fotos o en los bares del camino tomando algo para recuperar fuerzas y relajarse.

El recorrido no está completamente cerrado al

tráfico y en algunos tramos o cruces hay que dejar paso a los coches, aunque la señalización es muy buena y hay mucha gente de la organización para ayudar en este sentido. Además, el respeto de los otros vehículos por el ciclista es exquisito, acostumbrados como están en Flandes a convivir con ellos. Las carreteras por las que transita la marcha también atraviesan algunas vías de tren, por lo que en algún caso te puedes encontrar bajadas las barreras y tener que esperar allí. No importa, no hay prisas

DURO PERO NO TANTO

En cuanto a la dificultad en sí de la prueba, hay que decir que la sensación general es que es bastante menor de la que se espera en un principio. El recorrido es llano en su práctica totalidad y los muros que debemos ascender son bastante cortos. Estas ascensiones y las partes adquinadas, incluso las planas, son las zonas más duras, pero aún así asequibles para un cicloturista medio (teniendo en cuenta siempre el kilometraje que escogamos). Si a esto le añadimos que la velocidad no es elevada y que en estos puntos incluso debemos ir más lentos por la acumulación de ciclistas en la calzada nadie debe temer



El público es abundante pese a ser una marcha.

Las Clásicas: TOUR de FLANDES



Si encuentras un tapón de corredores en un muro, no te quedará otra que echar pié a tierra.



Nos esperan más retos.

participar en el Tour de Flandes.

Sólo diremos un cosa más; para un aman te del ciclismo, pedalear por el siempre decisivo Koppenberg, ascender hasta la capilla del Kapelmuur o adentrarse en el bosque del Bosberg, son momentos que no se olvidan fácilmente y que están al alcance de nuestra mano, ¿por qué no probarlo un año? En esta última edición, casi 20.000 cicloturistas (récord de participación de la prueba) lo hicieron. ¿Serás tú uno de ellos en el futuro?



Subimos el Bosberg, última dificultad de la ruta.



Se cruza la misma meta que los profesionales. ¡Hemos llegado!

SEGURO QUE EN PROXIMAS
TEMPORADAS LOS CONEJOS
ESTAREMOS RODANDO
POR ESTOS ESCENARIOS MITICOS.



Laguardia

LAGUARDIA ALONSO, S.L.

"Distribuidor de COREN"

**MAYORISTA DE AVES, CONEJOS,
CERDO D.O., ELABORADOS Y
HUEVOS**

**POLIG. IND. CENTROVIA
C/BUENOS AIRES, NAVE 55
50196 LA MUELA (Zaragoza)**

Fax: 976 14 44 25



902 200 976

Almuerzo Fin de Temporada

El pasado mes de Noviembre celebramos el tradicional Almuerzo de Fin de Temporada. Este año la cita tuvo lugar en Villanueva de Gállego, en el restaurante La Sarda, que por amplitud y cercanía resulto muy cómodo para todos los que acudimos. Cada año nos juntamos más socios, rondando los ochenta en esta ocasión. Disfrutamos de una jornada muy agradable y emotiva, pues hay ocasión de ver a socios que no salen habitualmente.

Al termino del almuerzo nuestro presidente Porfirio Delso, dirigió unas breves palabras de agradecimiento para todos por asistir a este acto de convivencia, y adelantó algunos proyectos que el Club pretende poner en marcha, entre ellos la recuperacion de la cicloturista 4Cimas teniendo una gran acogida por parte de todos los presentes. Esperemos que se vayan dando las circunstancias necesarias para que llegue a ser una realidad.





Almuerzo Fin de Temporada





Almuerzo Fin de Temporada

neumáticos
MARTINEZ



NEUMÁTICOS ESPECIALIDAD
MECÁNICA RÁPIDA • ELECTRICIDAD
ACCESORIOS AUTOMOVIL • SONIDO
LLANTAS ALUMINIO

SERVICIOS A EMPRESAS DE RENTING

VALDEFIERRO

C/ Biel, s/n, Nave 4-5 (CENTRAL)
☎ 976 330 486

ZONA CENTRO Y DELICIAS

C/ Domingo Ram, 1-3
☎ 976 538 388
C/ Cánovas, 26-28 • C/ Arias, 20-22
☎ 976 211 922 • ☎ 976 321 757

EL ÁGUILA - UTEBO

Autovía Logroño, Km 13,6 Nave 61
☎ 976 784 376
Autovía Logroño, Km 13,6 Nave 8
(Almacén)
☎ 976 771 403

LA PUEBLA DE ALFINDÉN

Pol. Malpica-Alfindén, C/ Nogal, 107
☎ 976 108 816

FIGUERUELAS

Ctra. de Logroño, Km 26,8
(Estación de Servicio Miravegas)
☎ 976 611 396

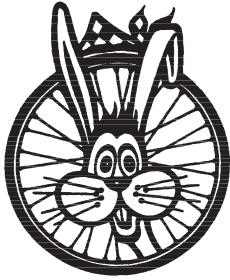
VILLANUEVA DE GÁLLEGO

Pol. Ind. Villanueva de Gállego
C/ Albert Einstein, 11, Nave 3
☎ 976 451 967

www.neumaticosmartinez.es

SERVICIO 24 HORAS: 609 425 667

GOODYEAR



Reglamento de excursiones

Artículo 1.º

En este reglamento del Club Ciclista Peña Los Conejos, para la temporada de excursionismo, están reseñadas las normas que regirán desde el primer domingo de marzo al último de octubre, ambos inclusive.

Artículo 2.º

Las excursiones puntuables serán matinales y se celebrarán solamente los domingos.

Artículo 3.º

Será condición indispensable para optar a la puntuación en disputa, firmar la lista facilitada por el jefe de excursión, en el lugar de salida y llegada.

Artículo 4.º

El recorrido y la hora de salida se anunciarán en el tablón de anuncios del Club.

Artículo 5.º

A la hora de salida se le concederán cinco minutos de espera, a efectos de concentración.

Artículo 6.º

Los excursionistas saldrán en grupo detrás del jefe de excursión y no deberán rebasarlo hasta el lugar señalado como salida oficial.

Artículo 7.º

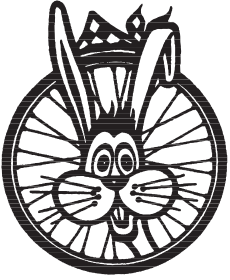
Si quince minutos antes de la hora fijada para el comienzo de la Excursión estuviera lloviendo, ésta quedaría suspendida a los efectos de puntuación. Si comenzase a llover una vez efectuado el sellado de salida, se suspenderá, dándose el punto de salida y el de la camiseta. Si comenzase a llover pasados los cinco primeros kilómetros, se suspenderá dándose todos los puntos de la excursión.

Artículo 8.º

En el control de salida no se sellará ninguna tarjeta una vez transcurridos los cinco primeros minutos de prórroga, así como tampoco en el lugar del almuerzo, ya que es el designado como llegada y por lo tanto solamente se sellará esta.

Artículo 9.º

Se otorgará un punto de salida, tres puntos por la llegada, y un punto por llevar visible, salvo lluvia, camiseta o cabezal de la Peña.



Reglamento de excursiones

Artículo 10.º

Serán doblemente puntuables, el primero y último domingo, la "Milán San Remo" y el primer domingo de junio.

Artículo 11.º

Todo excursionista podrá alargar el recorrido si lo desea, después de haber sellado el control de llegada en el lugar de destino, no teniendo por ello derecho a más puntos de los indicados para cada excursión.

Artículo 12.º

Será campeón de excursionismo, el participante que al final de la temporada sume mayor cantidad de puntos.

Artículo 13.º

En caso de empate en la clasificación final, será vencedor el participante de mayor edad.

Artículo 14.º

Serán asignados los puntos, a los que por colaborar en organización o participar en pruebas organizadas por el Club, no salgan de excursión.

Artículo 15.º

Si un excursionista se sintiera enfermo, sufriera un accidente o avería y tuviera que regresar a su casa, se le otorgarán los puntos de la excursión y a los compañeros, si fuera necesario acompañarle a casa (no se considera avería los pinchazos, ni enfermedad la "pajara").

Artículo 16.º

Al final de temporada se entregarán trofeos a los que consigan 3/4 de los puntos del primer clasificado y medallas a todos aquellos que alcancen 1/2 de los puntos del campeón de cada una de las clasificaciones.

Artículo 17.º

Se tendrá especial interés en tener un comportamiento cívico, guardando en todo momento respeto al código de circulación, siendo por cuenta del excursionista las infracciones a que hubiera lugar.

Artículo 18.º

La junta directiva de este Club se reserva en añadir, eliminar o variar el artículo que estime conveniente.

LA ALINEACIÓN

LOS CONEJOS

Dentro del mundo del fútbol, una de las palabras que más interés despierta es el de "alineación". Palabra mágica y fascinante que hace verter mucha tinta en los medios de comunicación escritos y gastar mucha saliva en los medios de comunicación hablados.

Esta palabra, con todo lo que conlleva, es capaz por sí misma de determinar si un entrenador es bueno o malo para directivos, aficionados y medios de comunicación, solamente por el mero hecho de que no coincida con la que ellos tienen en mente.

Todo el mundo se cree capacitado para poder confeccionar una formación idónea, aún a pesar de no haber visto trabajar al equipo en toda la semana y sólo por las referencias leídas o escuchadas de lo que hicieron en la semana anterior fuera de casa o por lo visto hace quince días en campo propio.

Pero lo que está claro es que sólo debe corresponder al entrenador determinar cuál es el equipo que saltará inicialmente al terreno de juego (a pesar de que con la llegada de las Sociedades Anónimas algún Presidente quiera coartar este derecho), ya que es la persona que trabaja regularmente con el equipo y por ser el que mejor puede valorar una serie de factores que deben ser tenidos en cuenta a la hora de confeccionarla.

Hay unos principios básicos generales por los cuales los entrenadores determinamos cuál va a ser la alineación. El primero y principal que podríamos señalar sería el de poner a los jugadores que por su caudal futbolístico mejor puedan desarrollar el sistema táctico que queremos implantar en el equipo, para combatir el sistema de juego que emplea el rival de turno.

A partir de hay podemos establecer una escala de valores muy subjetivos (diferentes en cada entrenador) para priorizar una serie de factores que nos condicionan la misma.

Así, valoramos cuál es su rendimiento en los entrenamientos y en el partido anterior (todos sabemos que existen jugadores campeones del entrenamiento y que fracasan en el partido).

Tendremos muy en cuenta cuál es en la actualidad su condición física, estado anímico y disposición psíquica para afrontar el partido próximo.

A veces, hemos oído a entrenadores profesionales que condicionan la alineación de un jugador para un partido en función de algún hecho que ocurrió en el partido contra el mismo equipo en la temporada anterior. Hecho que puede actuar como un **factor positivo o negativo**, pero que nos hará reflexionar sobre su conveniencia o no de incluirlo en el equipo.

Otro factor que a veces a los entrenadores nos condiciona la alineación, es la del estado del terreno de juego, ya que si está encharcado preferimos a un jugador en un determinado puesto diferente a si el campo está seco.

Por último, y como factor de menos valor, pero que a veces tenemos muy en cuenta, es el de la altura de los jugadores del equipo contrario.

No obstante, hay factores, como son las lesiones, las enfermedades o las sanciones, que al entrenador lo enfrentan muchas veces con hechos no modificables.

Cómo pueden ver los señores directivos, aficionados o periodistas conocer toda este serie de factores y valorarlos, es el entrenador el que mejor lo puede realizar por el trato directo con el equipo en el trabajo diario. Por lo tanto, nunca digan si una alineación es buena o mala antes del partido, en todo caso digan si es coherente o incoherente. Si es buena o mala, solo el transcurrir del partido y el resultado final (por desgracia) dictará su veredicto.

JOSÉ LUIS IRANZO SIMÓN

Entrenador Nacional de Fútbol.

Profesor de Técnica de la

Escuela Aragonesa de Entrenadores de Fútbol.

Puertas MILLAN

PUERTAS BLINDADAS

PUERTAS DE INTERIOR

ARMARIOS EMPOTRADOS

CUBRERRADIADORES

Presupuestos sin compromiso

Avda. Compromiso de Caspe, 107 - Tel. 976 49 67 07
50002 ZARAGOZA

Pol. Ind. Malpica, calle C, 13 A-B
50016 Zaragoza
Tel 976 571 244 - Fax 976 571 582
aplast@aplast.es



Reciclado plásticos
Fabricación bobinas, sacos, bolsas
Transformación film polyteno

www.aplast.es