

# Garrigambici



## BOTIGUES DE LA GARRIGA

**CLUB CICLISTA GOLDEN BIKES**  
C/Anselm Clavé, 61  
08530 la Garriga  
Tel. 93 871 80 75  
Fax. 93 871 71 35

**PLANET BIKE**  
Ctra. de l'Ametlla, 51  
08530 la Garriga  
Tel. 93 860 58 46

## ENTITATS DE LA GARRIGA

**CLUB CICLISTA LA GARRIGA**  
cotagarriga.blogspot.com

**CENTRE EXCURSIONISTA GARRIGUENC**  
Secció BTT  
Plaça Mossèn Jaume Oliveras, 1  
08530 la Garriga  
Tel. 938716953  
Dm. 20 a 22h Dv 22 a 24h  
www.cogarriga.org; entitat.lagarriga.cat  
info@cogarriguenc.org

**GOLDEN BIKE**  
C/Anselm Clavé, 61  
08530 La Garriga  
Tel. 93 871 80 75

### Calendari de sortides en bicicleta

Febrer: VILADRÀU-LA GARRIGA  
Juny: PUJADA NOCTURNA A SANT CRISTÓFOL  
Juliol: CRONOESCALADA A SANT CRISTÓFOL

Febrer: BICICLETADA POPULAR  
Juny: DIPEN INFANTIL DE BTT  
Agost: TAGARRIGA-ANDORRA  
Setembre: BICICLETADA POPULAR

### La bici ha de circular amb correcció i seguretat

En la mobilitat tenen preferència de pas primerdels i les vianants, segon, les bicic, i tercer, els vehicles a motor. Però cal circular amb correcció, per això és molt important tenir en compte:

- Ves sempre per la teua dreta, i en els carrers estrets d'un sol carril pel centre.
- Per seguretat utilitza un braç separador d'1,5m.
- Circular en línia recta, sense fer zig-zagues.
- No circulars per les voreres, són pel·ls i les vianants.
- En grup s'ha de circular en filera, mai de costat.
- Evita, bé en els senyals de circulació, flex el que t'indiquen.
- En cruïlla no senyalitzada, té prioritat el vehicle que ve per la teua dreta.
- Quan giris has de fer senyals amb prou temps.
- Per girar a la dreta, doblega el braç. Per girar a l'esquerra, estira'l horitzontalment.
- Has de conservar la bicicleta en bon estat, cal revisar-la periòdicament.
- Per portar infants al darrere, cal utilitzar cadenes homologables.

A l'Ajuntament considerem que la bicicleta és el vehicle més sostenible, saludable i econòmic. Diverses raons fonamenten aquesta creença:

### Ambientals

La bicicleta ni contamina ni fa soroll per tant contribueix molt a la reducció de la contaminació atmosfèrica. Cal tenir en compte que el 85% del CO2 emès a Catalunya prové dels motors dels vehicles.

### De trànsit

Es el mitjà més ràpid per a distàncies de fins a 7km i contribueix a disminuir la congestió del trànsit. És fàcilment aparcatable: on hi cap 1 cotxe hi caben 15 bicicletes. És pot combinar el seu ús amb altres mitjans de transport com: el tren.

### La suma d'aquestes raons fa que la bicicleta sigui un vehicle ideal tant per al seu ús quotidià, com pel lleure o l'esport.

Per generalitzar el seu ús cal una xarxa de rutes ciclables que assegurin el desplaçament urbà i la connexió amb municipis veïns. Posem l'èmfasi en l'accés als equipaments i centres educatius. Disposem dels carrils bici i els carrers compartimentals amb velocitat màxima de 30km/h pels cotxes i preferència de pas per les bicic.

### De salut

Genera beneficis físics: disminució de les malalties cardiovasculars i també les mentals (disminució de l'estrès i l'ansietat).

### Solucions per a possibles inconvenients

En pendents com els del Padró, Can Pol del Bosc, Tremolens, etc., cal disposar d'un bon carril de marxes, i/o combinar-ho amb trams a peu. També van bé les bicic elèctriques. Cal portar roba adequada per protegir-se de la pluja, el fred i el sol. Amb l'ús de cadenes i alforjes es poden portar fins a 10kg de pes. Per seguretat: cal utilitzar cadenes segurs.

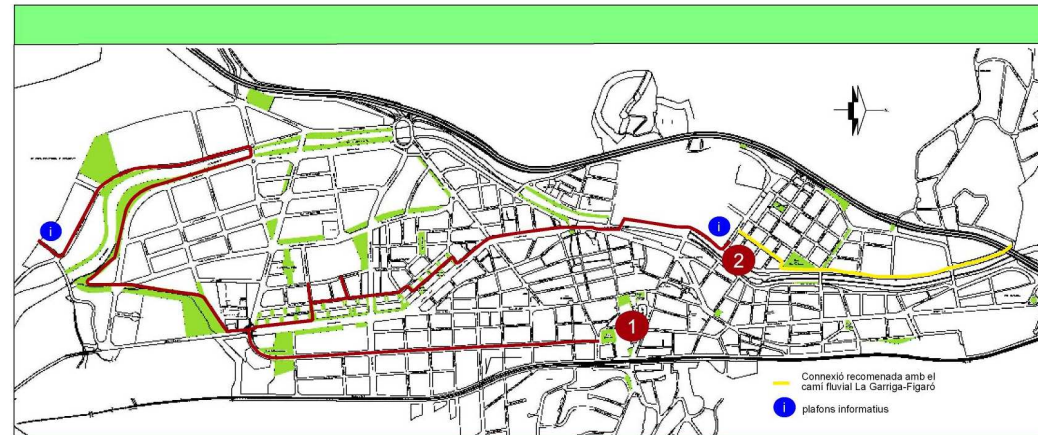
### La seguretat de la persona que circula amb bicicleta és molt important, cal portar de manera obligatòria:

- Llum blanc al davant i llum vermell al darrere.
- Timbre.
- Casc (només en vies interurbanes).
- Armbia reflectant.

### Econòmiques

Desplaçar-se en bicicleta és molt econòmic: 0,02 euros per cada viatge dins del nostre espai urbà. A més és de fàcil manteniment i té poques reparacions.

\* paper ecològic i reciclat



— Connexió recomanada amb el camí fluvial La Garriga-Figaró  
i platons informatius

Per més informació:  
Ajuntament de la Garriga  
Àrea de Turisme i Patrimoni  
Edifici de Can Raspall  
C. Banyes, 38-40  
93 860 56 63  
www.turisme.lagarriga.cat

### Ruta 1. Via ciclable del Congost. Pel Passeig, Can Terrés, i el camí fluvial a Llerona, Rosanes i l'Ametlla

Recorregut: 3.9Km  
Connexió del centre cap al sud del municipi. Plaça del Silenci - el Passeig - plaça Narcisca Freixes - Can Terrés - pont del carrer Bages - carrer Ramon Ciuans - enllaç amb els camins a Llerona, Rosanes i l'Ametlla.

### Ruta 2. Via ciclable urbana. Del barri de Can Noguera al barri de Can Terrés.

Recorregut: 1.6Km  
Connexió de la piscina municipal als equipaments escolars de can Terrés. Piscina municipal - horts de la Doma - pont antic de la Doma - carretera Nova - carrer Satel·lites - passatge Vil·la Romana - Can Terrés - Abat Oliva - Abadessa Emma - masia de can Terrés.