



28/11/2014  
Cicloturisme

## L'Estada Catalana del Cicloturisme 2015 arrenca motors

Ja tenim preparats tots els detalls de la XXII Estada Catalana del Cicloturisme que es celebrarà a la localitat de Salou, a la comarca del Tarragonès, els dies 20, 21 i 22 de febrer de 2015.

Els amics de Cycling Costa Daurada ens ajuden amb l'organització i ens tenen preparades dues sortides en bici amb la novetat de poder triar entre dos grups de diferents nivells, amb recorreguts i velocitats adaptats per a tots. Dissabte hi haurà preparat un recorregut de 91 km i 1.100 metres de desnivell on la protagonista serà l'ascensió a la població de Llaberia, amb unes espectaculars vistes. Com a alternativa, una altra ruta de 107 km i 1.400 metres de desnivell que també pujarà a Llaberia per a tornar a Salou fent una volta per Vilanova d'Escolnabou, Riudecanyes i Botarell.

Ja el diumenge podreu triar entre un recorregut que pujarà tres dels colls més representatius de la zona -la Teixeta, Porrera i Alforja- per totalitzar 85 km i 1.200 metres de desnivell i la ruta alternativa que també tindrà aquestes tres ascensions afegint abans la pujada al Castell d'Escornalbou per fer un total de 95 km i 1.500 metres de desnivell. Totes les sortides en bici comptaran amb vehicle de recolzament, guies en bicicleta i avituallaments.

L' allotjament estarÀ situat al Regina Gran Hotel\*\*\*\* de Salou. A mÀs de les rutes en bici, tambÀ hi ha preparada una visita guiada per Tarragona el dissabte a la tarda. Qui ho prefereixi, tambÀ s'organitzarÀ una doble xerrada tÈcnica sobre la planificaci³ de l'entrenament de la temporada cicloturista i sobre els estudis biomecànics adaptats a la bicicleta al mateix hotel.

El diumenge, desprÀs de la sortida en bici, hi haurÀ una calÀotada opcional per a tots al Restaurant El Retiro de Cambrils que servirÀ de comiat per a tots els assistents.

Com veieu, aquesta edici³ 2015 de l'Estada estarÀ oberta per a tothom. No badeu perquè les inscripcions ja estan obertes a la web <http://www.estadacicloturisme.cat/> [1] on podreu trobar tota la informaci³ i detalls. Les places s³n limitades.

---

[2]

---

### **Links**

[1] <http://www.estadacicloturisme.cat/> [2] <https://www.ciclisme.cat/printpdf/node/3007134>