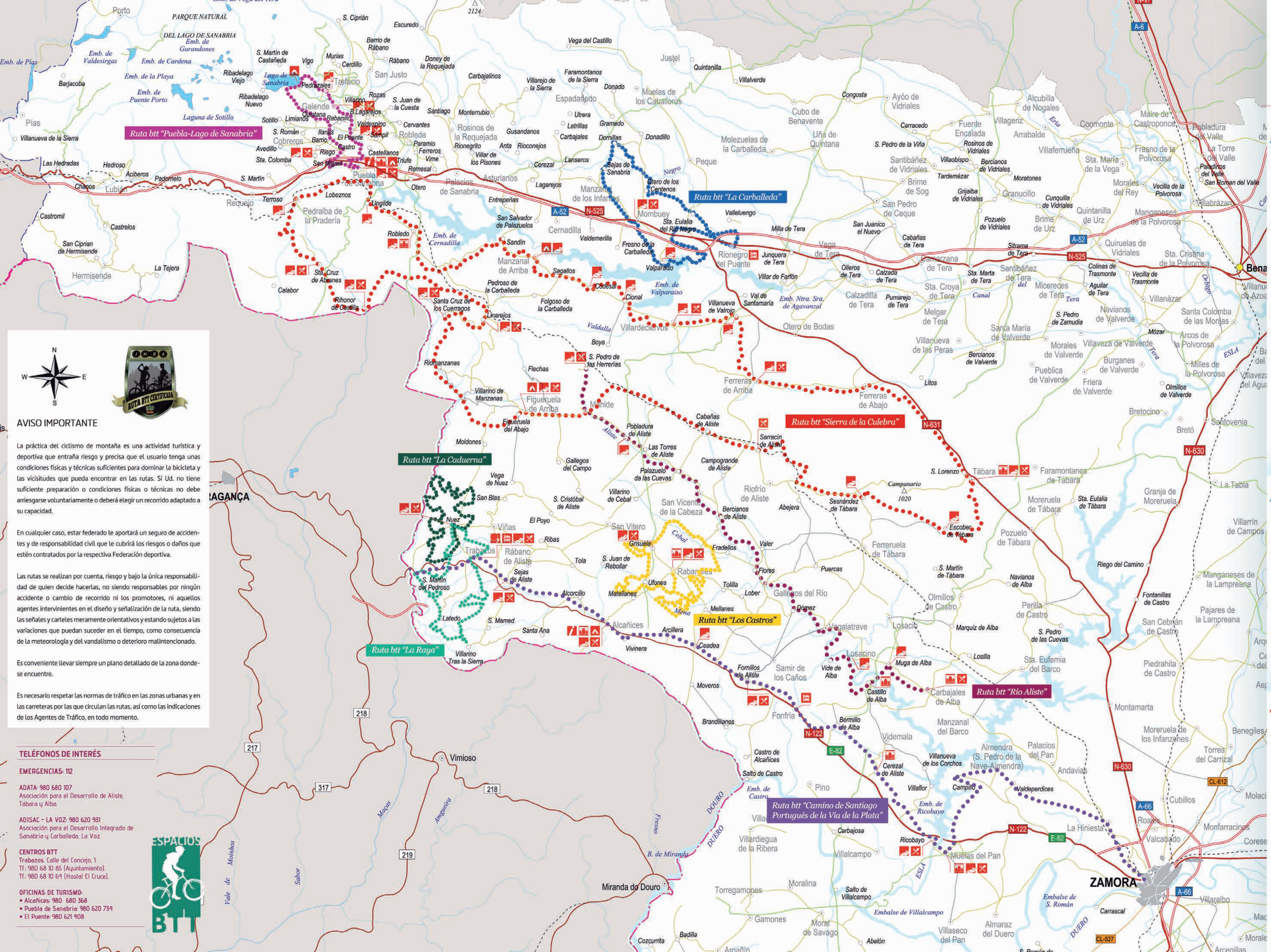

N

W E

S

AVISO IMPORTANTE

La práctica del ciclismo de montaña es una actividad turística y deportiva que entraña riesgo y precisa que el usuario tenga unas condiciones físicas y técnicas suficientes para dominar la bicicleta y las vicisitudes que pueda encontrar en las rutas. Si Ud. no tiene suficiente preparación o condiciones físicas o técnicas no debe arriesgarse voluntariamente o deberá elegir un recorrido adaptado a su capacidad.

En cualquier caso, estar federado le aportará un seguro de accidentes y de responsabilidad civil que le cubrirá los riesgos o daños que estén contratados por la respectiva Federación deportiva.

Las rutas se realizan por cuenta, riesgo y bajo la única responsabilidad de quien decide hacerlas, no siendo responsables por ningún accidente o cambio de recorrido ni los promotores, ni aquellos agentes intervinientes en el diseño y señalización de la ruta, siendo las señales y carteles meramente orientativos y estando sujetos a las variaciones que puedan suceder en el tiempo, como consecuencia de la meteorología y del vandalismo o deterioro malintencionado.

Es conveniente llevar siempre un plano detallado de la zona donde se encuentre.

Es necesario respetar las normas de tráfico en las zonas urbanas y en las carreteras por las que circulan las rutas, así como las indicaciones de los Agentes de Tráfico, en todo momento.

TELÉFONOS DE INTERÉS

EMERGENCIAS: 112

ADATA: 980 680 107
Asociación para el Desarrollo de Aliste, Tábara y Alba.

ADISAC - LA VOZ: 980 620 931
Asociación para el Desarrollo Integrado de Sanabria y Carballeda. La Voz.

CENTROS BTT
Trabazos. Calle del Concejo, 1
Tf.: 980 68 10 85 (Ayuntamiento).
Tf.: 980 68 10 64 (Hostal El Cruce).

OFICINAS DE TURISMO:
- Alcañices: 980 680 368
- Puebla de Sanabria: 980 620 734
- El Puente: 980 621 408

ESPACIOS BTT

Rutas btt homologadas por: IMBA
INTERNATIONAL MOUNTAIN BICYCLING ASSOCIATION ESPAÑA

SEÑALÉTICA

SEÑALES DEL CAMINO

Señal de camino de Santiago

Señal de dirección
Nos señaliza la dirección a tomar (izquierda, recto y derecha).

Señal de camino erróneo
Indica que el camino tomado no es el correcto, salvo que se prefiera seguir libremente por caminos no señalizados.

Señal de doble sentido
Indica que podemos encontrarnos bicicletas en sentido contrario.

Señal de peligro
Advierte al ciclista que debe extremar las precauciones, al encontrarnos próximos a una carretera, cruce peligroso, bajada pronunciada, etc.

La **dificultad de todos los caminos** se encuentra señalizada según el código de colores en:

Rojo (Alta dificultad).

LUGARES DE INTERES SITUADOS EN EL MAPA

- Oficina de Turismo
- Centro Interpretativo/ Monumento
- Camping
- Centro BTT
- Alberque
- Alojamiento
- Restaurante

LAS REGLAS DEL CAMINO DE IMBA España.

Sigue el camino establecido.
Respeta la propiedad privada y las prohibiciones.
Los Centros BTT no serán responsables del mal uso de los circuitos, ni de las imprudencias cometidas por los usuarios.

No dejes huellas de tu paso.
Trata de no dejar huella, controlando la frenada y evitando los derrapes.
El derrape produce una erosión innecesaria del terreno. No arrojes basura.

Controla tu bicicleta.
Adapta tu velocidad a las condiciones del camino y a la visibilidad. El control te permitirá evitar accidentes y derrapes.

Cede siempre el paso a otros usuarios.
La base de la convivencia entre ciclistas y peatones reside en ceder el paso. Avisa de tu llegada con tiempo y reduce la velocidad hasta pararte si es necesario.

No molestes a los animales.
Estos en su medio, y posiblemente no estén acostumbrados a tu presencia. Se respetuoso y no hagas ruido innecesariamente. Vuelve a cerrar las vallas que cruces.

Planifica tu salida.
Especialmente en caso de hacerlo por alta montaña, debes ser autosuficiente en todo momento, y conocer tu nivel (físico y técnico), el equipamiento, y la bicicleta (mantenla en buen estado), escogiendo el recorrido en función de todo ello.

Usa siempre el casco.
Se trata de tu seguridad y de la seguridad de los te acompañan.