



Algunos de los carriles bici que se encuentran en el casco urbano forman parte del recorrido de las rutas ecoturísticas.

Las rutas ecoturísticas son una red de caminos para los amantes del turismo a pie o en bicicleta y permiten descubrir los valores naturales y culturales que forman parte del patrimonio del municipio.

Las rutas son temáticas y tienen en común un punto de encuentro: el Moli de les Tres Eres, donde empiezan y terminan todos los recorridos.

Destacan las rutas rurales, por las zonas más interiores y desconocidas de Cambrils. Nos permiten descubrir un paisaje agrícola escondido, lejos del tráfico y el ruido y con panorámicas de todo el territorio.

Las rutas rurales son:

- Ruta del aceite • 14 Km.
- Ruta verde • 19 Km.
- Ruta premodernista • 17 Km.

➔ El Departamento de Medio Ambiente del Ayuntamiento de Cambrils organiza regularmente salidas en bicicleta por las rutas ecoturísticas.

➔ Para más información, existe la guía "Rutas ecoturísticas", específica de estos recorridos.

direcciones y teléfonos de interés

Ayuntamiento de Cambrils
Plaça de l'Ajuntament, 4
www.cambrils.org
Departamento de Medio Ambiente
• Tel. 977 794 579
Patronato Municipal de Turismo
• Tel. 977 792 307

Asociación de promoción del uso de la bicicleta Bicicleta Club de Catalunya (BACC)
Carrer Verneda 16-22 - 08018 Barcelona
Tel./ Fax 933 077 100
www.bacc.info / info@bacc.info

Clubes ciclistas
Club Ciclista Costa Daurada
Avinguda Adelaide, 30
Tel. 977 558 426
Peña Cicloturista Cambrils
Passeig La Salle, 15
Tel./ Fax 977 361 739
www.penyacicloturistacambrils.com
pccambrils@lycos.es

comercios de venta de bicicletas

ESPORTS MARINÉ
Passeig La Salle, 15
Tel. 977 361 739
GABY BIKE
Passeig Albert, 19
Tel. 977 362 790

comercios de alquiler de bicicletas

CYCLO CAMBRILS
Passeig Miramar, 8
Tel. 606 369 180
DRAC BEACH
Avinguda Diputació, 16
Tel. 977 791 144
www.dracbeach.com

transporte de bicicletas en autobús y tren

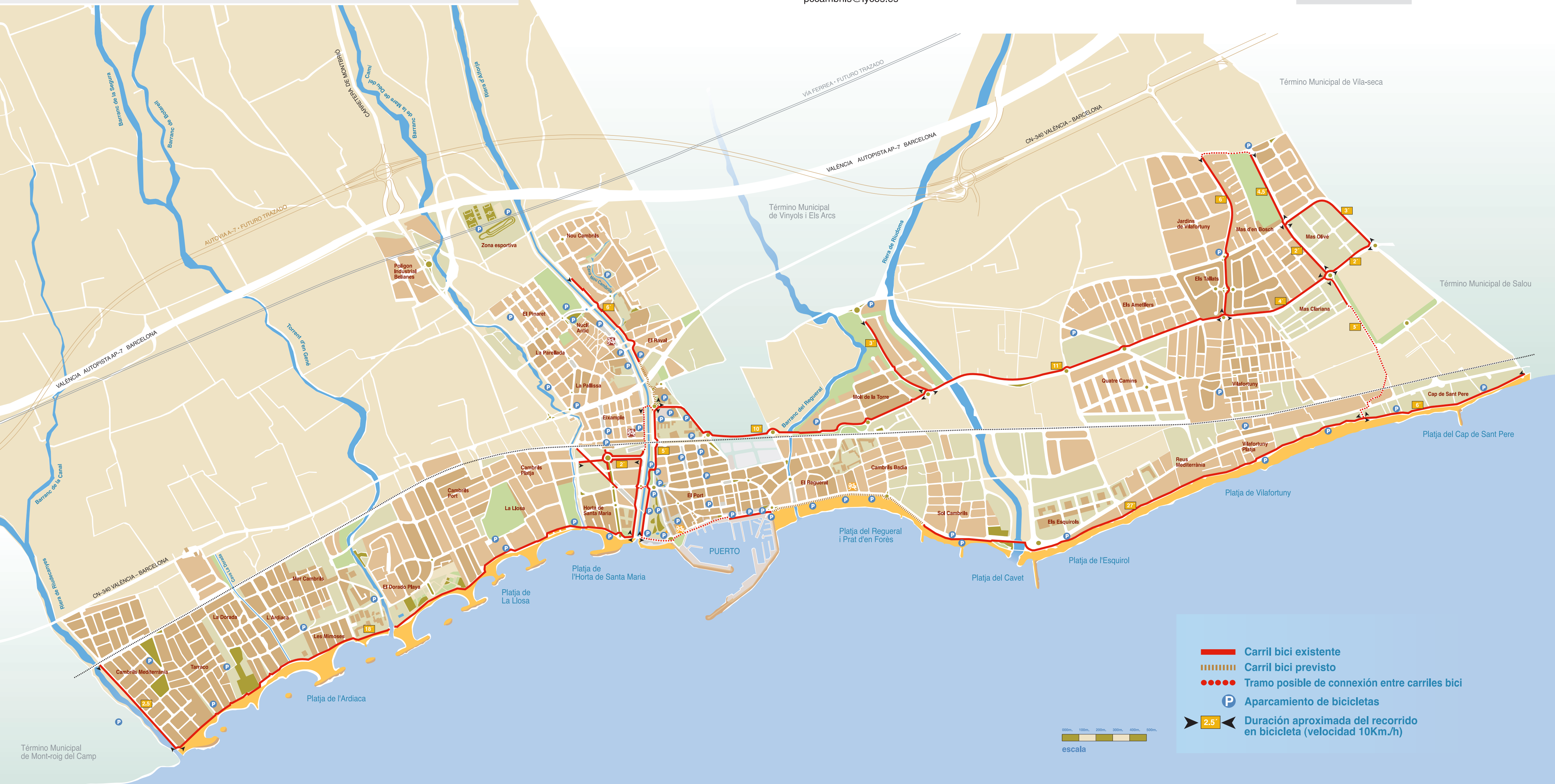
AUTOBÚS

Los autobuses urbanos no admiten el transporte de bicicletas. Respecto a los autobuses interurbanos, no existe una normativa unificada, o sea que, existen criterios diferentes en función de la compañía. La mayoría de las compañías las admiten, siempre que no sean más de dos o tres bicicletas. Infórmate previamente de las condiciones de cada compañía.

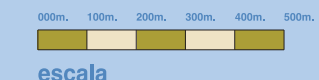
TREN

Está permitido el transporte de bicicletas en los trenes regionales cuando se cumplan las siguientes condiciones:
• Las bicicletas deben colocarse en las plataformas o en los espacios destinados a este fin.
• Si el grupo es mayor de 5 personas, se debe pedir permiso con antelación a la compañía (RENFE Regionales).

CAMBRILS trama urbana



Carril bici existente
 Carril bici previsto
 Tramo posible de connexión entre carriles bici
 Aparcamiento de bicicletas
 Duración aproximada del recorrido en bicicleta (velocidad 10Km/h)





El Ayuntamiento de Cambrils propone potenciar el uso de la bicicleta como medio de transporte habitual en el municipio, como una de las herramientas para mejorar la calidad del medio ambiente urbano y para facilitar la movilidad de las personas, especialmente durante los meses de fuerte afluencia turística. El objetivo último es conseguir introducir la bicicleta en el sistema de transporte ordinario, es decir, como medio de transporte habitual, reduciendo así el uso del vehículo motorizado privado para los desplazamientos internos por el municipio.

CAMBRILS centro urbano



- Carril bici existente
- - - - Carril bici previsto
- Tramos posibles de conexión entre carriles bici
- P Aparcamiento de bicicletas

las ventajas de ir en bici

- Ambientales**
 - Es sostenible
 - Disminuye la contaminación atmosférica y acústica
 - Descongestiona las vías urbanas
 - Es el medio de transporte más eficiente energéticamente
- Sociales**
 - Implica la democratización de la movilidad
 - Favorece las relaciones sociales y la convivencia
 - Facilita conocer mejor el municipio
 - Se puede practicar en todo momento y casi en cualquier sitio
- De salud**
 - Haces ejercicio regularmente
 - Contribuye a mejorar la condición física general
 - Tonifica los músculos
 - Mejora el buen humor, promueve una actitud positiva, reduce el estrés
 - El riesgo de lesiones es bajo
- Económicos**
 - Los costes de adquisición y mantenimiento son bajos
 - No está sujeta a impuestos
 - Implica un ahorro energético
 - Para distancias de hasta 5 Km., la bicicleta es el medio de transporte más rápido en los desplazamientos urbanos puerta a puerta

consejos de seguridad

- Busca una ruta segura:** Escoge los itinerarios más apropiados (carriles bici, calles de poca circulación,...) Al circular por parques o por la montaña, sé respetuoso/a con el entorno.
- Cuando circules por la calzada:** Circula con prudencia y respeta las normas de circulación. Utiliza cuando sea posible, el carril de la derecha más cercano a la acera y circula siempre por el centro de tu carril, manteniendo de esta forma, una distancia de seguridad con los otros vehículos. Utiliza los carriles bici y respeta la señalización específica para bicicletas.
- Guarda una distancia prudencial con la acera y los coches aparcados:** Una puerta que se abre, un peatón que baja la acera, etc. te pueden obligar a hacer un movimiento brusco. También por esto tienes que circular siempre por el centro de tu carril.
- Respetar a los peatones:** Cuando circules por las aceras, zonas peatonales y paseos, respeta la preferencia de paso de los peatones y adapta tu velocidad a su afluencia, sin sobrepasar los 10Km./h. Piensa que el peatón siempre tiene prioridad.
- Antes de hacer maniobras:** En las maniobras de adelantamiento o de cambio de dirección, hazlo progresivamente y con seguridad, indicándolas con anterioridad y asegurándote de que te han visto.
- Para hacerte respetar y hacer respetar tus derechos:** No dudes de utilizar el timbre o alzar la voz. Recuerda que si vas por el carril bici, tienes prioridad sobre los vehículos a motor que lo cruzan.
- Por la noche, hazte ver:** Es muy importante que, de noche o con poca luz, utilices materiales reflectantes y alumbrado para que los demás te vean.
- Escoge bien la bicicleta:** Cualquier bicicleta es buena para circular por ciudad. Sin embargo, una bicicleta de ciudad o una híbrida es más cómoda y segura. Si además, es discreta, será más difícil que te la roben.
- Ten la bicicleta en buen estado:** Antes de salir, revisa los neumáticos, los frenos y las luces de tu bicicleta. Hazle revisiones periódicas en una de las tiendas especializadas que aparecen en esta Guía.

- Combina la bicicleta y el transporte público:** Si el recorrido es demasiado largo, o te obliga a ir por calles de mucho tránsito, intenta combinar la bicicleta con el transporte público. En esta Guía encontrarás como hacerlo.
- Para tu tranquilidad:** Contrata un seguro de responsabilidad civil. Puedes hacerlo inscribiéndote en alguna de las asociaciones que encontrarás en esta Guía.
- El Ayuntamiento de Cambrils te recomienda:** Piensa si te conviene llevar casco. Puede ser útil, en caso de caída, y recomendable para los niños. La verdadera seguridad, realmente se basa en la moderación de la velocidad y el respeto entre todos los usuarios y usuarias de la vía pública.
- En caso de accidente:** Si ves a una persona herida por accidente, no la toques y pide ayuda a personas experimentadas. Si tú has sufrido el accidente, no te muevas; espera ayuda médica aunque te parezca que no ha sido nada.
- ¡Y para terminar, ponte en contacto con otros ciclistas!** Para estar bien informado/a, para hacer llegar tus quejas y propuestas y para trabajar en la promoción de este medio de transporte, participa en las asociaciones. Cuantas más bicicletas haya circulando, más seguras serán las calles y menos contaminada estará la ciudad.

prevención de robos

Ata siempre tu bicicleta aunque sólo sea por un momento. Utiliza candados resistentes de tipo "U" rígida. No dudes en invertir dinero en ellos, ya que son los más caros pero también los más seguros. En la calle utiliza preferentemente, los aparcamientos-bici de barra horizontal, atando con dos candados las dos ruedas y el cuadro. Si no puede ser, ata tu bicicleta a un punto fijo y estable (farola, árbol,...) en un lugar visible, pero sin interrumpir el paso a los peatones. En caso de robo, denúncialo a la policía. Guarda la factura de compra de la bicicleta o una descripción detallada con una foto: te facilitará el poder recuperarla.

comisión cívica de la bicicleta

¿Qué es?
La Comisión Cívica de la Bicicleta de Cambrils es un órgano de participación ciudadana de carácter consultivo y permanente.

Objetivos
El objetivo primordial de la Comisión es lograr esta participación a través de la vinculación de todas las entidades, colectivos y ciudadanos interesados en participar sobre los temas relacionados con la movilidad en bicicleta que afecten al municipio. A menudo, la Comisión se ocupará también de temas relacionados con los peatones, para poder agrupar el conjunto de temas relacionados con los transportes no motorizados.

Funciones

- Analizar, debatir e informar sobre las actuaciones que en materia de promoción de la bicicleta es necesario iniciar o potenciar para mejorar la calidad de vida de los ciudadanos de Cambrils.
- Dar soporte en la organización de eventos señalados como la Semana de la Bicicleta, el Día del Medio Ambiente, el Día sin Coches, la Semana de la Movilidad Sostenible y Segura, las Ferias Municipales, etc.
- Crear Grupos de Trabajo
- Colaborar en la confección de programas municipales que mejoren la movilidad del municipio desde el punto de vista de la sostenibilidad.
- Promover la participación ciudadana.
- Dar a conocer el trabajo y la opinión de la Comisión a través de informes, notas públicas y organización de actividades orientadas a estimular la participación ciudadana.

¿Como puedo participar?
Los grupos, asociaciones, organizaciones y entidades que expresen su voluntad de formar parte de la Comisión tendrán que comunicarlo a la Presidencia del Consejo, y nombrar un representante que será el convocado para cada reunión y que tendrá capacidad de intervención y de voto. Los ciudadanos y ciudadanas que deseen formar parte de la Comisión, lo tendrán que solicitar formalmente y deberán contraer una serie de compromisos, al igual que los representantes de los grupos, asociaciones, organizaciones y entidades. Para más información pueden consultar el apartado Medio Ambiente de www.cambrils.org

