

Cycling
MONT-ROIG
MIAMI



Affiliat
Agència
Catalana del
Turisme







Per què? ¿Por qué? Why? Pourquoi ? Warum?

Mont-roig del Camp y Miami Platja tienen una red de carreteras muy buena para la práctica de ciclismo en carretera. La climatología de la que disfruta la Costa Daurada es excelente para salir en bicicleta durante todo el año. Además, puedes escoger el recorrido que más se adecue a tus preferencias. Desde el mar, y en menos de 5 km, ya puedes estar inmerso en las montañas e iniciar el ascenso a los collados de primera categoría.

Mont-roig del Camp et Miami Platja possèdent un excellent réseau routier pour la pratique du cyclisme sur route. La climatologie dont jouit la Costa Daurada est idéale pour faire du vélo toute l'année. Vous pouvez de plus choisir le parcours vous convenant le mieux. Partant de la mer, vous êtes déjà en montagne, à moins de 5 km, et pouvez commencer la montée aux cols de première catégorie.

Mont-roig del Camp i Miami Platja tenen una xarxa de carreteres molt bona per a la pràctica del ciclisme en carretera. La climatologia de la qual gaudim a la Costa Daurada és excel·lent per sortir en bicicleta durant tot l'any. A més, pots escollir el recorregut que més s'adeqüi a les teves preferències. Des del mar, i en menys de 5 km, ja pots estar immers a les muntanyes i iniciar l'ascens a colls de primera categoria.

Mont-roig del Camp and Miami Platja have a network of roads that are ideal for cycle touring, and our Costa Daurada climate is perfect for cycling at any time of the year. Choose the route that best suits you. Starting on the shores of the Mediterranean, in less than 5 kilometres you can be immersed in spectacular mountain scenery and ready to begin the ascent of a category one pass.

Mont-roig del Camp und Miami Platja zählen mit einem wundervollem und abwechslungsreichem Strassennetz ideal für den Strassenradsport. Die Klimatologie, die man an der Costa Daurada das ganze Jahr geniessen kann, ist für diesen Zweck hervorragend. Zusätzlich kannst Du die Rundfahrt und einen Schwierigkeitsgrad wählen die sich an besten an Dein persönliches Niveau anpassen. Vom Meer aus, und in weniger als 5 Km im Innenland kannst Du schon von Bergen umrundet sein und den Aufstieg zum Bergpassen der ersten Klasse beginnen.





Mapa rutes

Mapa rutas

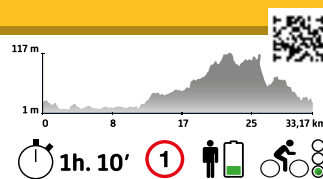
Route Map

Carte itinéraires

Landkarte der Radwege

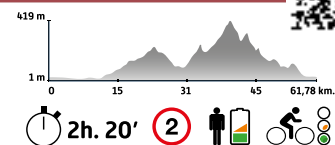
R1 • 33,17 km

Cambrils › Mont-roig



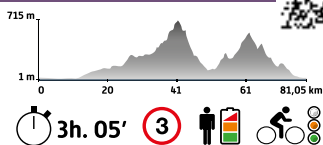
R2 • 61,78 km

Montbrí del Camp › Riudecanyes › Vilanova › Mont-roig › Colldejou › Pratdip



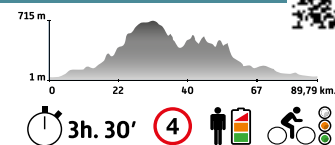
R3 • 81,05 km

Cambrils › Vinyols i els Arcs › Riudoms › Botarell › Duesaigües › L'Argentera › Vilanova › Mont-roig › Colldejou › Pratdip



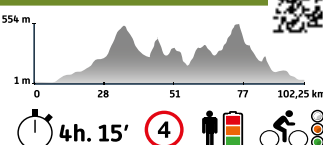
R4 • 89,79 km

Mont-roig › Pratdip › Llaberia › Gavada › L'Almadrava › L'Hospitalet



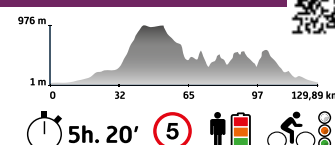
R5 • 102,25 km

Mont-roig › Montbrí › Riudecanyes › Duesaigües › Porrera › Torroja › Gratallops › Falset › Marçà › La Torre de Fontaubella › Colldejou › Mont-roig



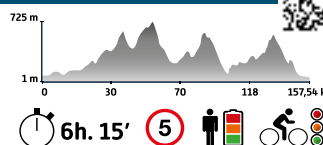
R6 • 129,80 km

Mont-roig › Montbrí › Botarell › Les Borges Maspujols › L'Aleixar › Vilaplana › L'Arboli › Porrera › Falset › Pradell › La Torre › Colldejou › Mont-roig



R7 • 157,54 km

Mont-roig › Montbrí › Riudoms › Les Borges Maspujols › L'Aleixar › Vilaplana › Alforja › Cornudella › La Morera › Escaladei › La Vilella › El Molar › Masroig › Capçanes › Marçà › La Torre › Colldejou › Mont-roig



Temps aproximat de la ruta / Tiempo aproximado de la ruta /
Durée approximative de l'itinéraire / Estimated length time of the route / Ungefähre Dauer

1

Difficultat de la ruta / Dificultad de la ruta /
Difficulté de l'itinéraire / Difficulty of the route / Schwierigkeitsgrad

Condició física necessària / Condición física necesaria /
Condition physique nécessaire / Fit condition necessary /
Notwendige körperliche Verfassung

Nivell tècnic de la ruta / Nivel técnico de la ruta /
Niveau technique de l'itinéraire / Technical level of the route /
Technisches Niveau der Route

Rutes GPS / Rutas GPS / Itinéraires GPS / GPS Routes / GPS Routen

**PRACTICA
CICLISME!
EN FAMÍLIA,
EN PARELLA,
EN GRUP...**

ALLOTJAMENTS TÈCNICS

Depenent de les teves preferències, de la ubicació o dels teus acompanyants, pots triar l'allotjament especialitzat que desitgis. Tots ells ofereixen serveis clau per tal que l'estada, el teu descans, la bicicleta a punt o la teva recuperació, t'ajudin a sumar cada dia més i més quilòmetres sobre les dues rodes.

¡PRACTICA EL CICLISMO! EN FAMILIA,
EN PAREJA, EN GRUPO...

YOU LOVE CYCLING! WITH YOUR FAMILY,
YOUR PARTNER OR A GROUP

VOUS FAITES DU VÉLO ? EN FAMILLE,
EN COUPLE OU BIEN EN GROUPE ?

DU FÄHST FAHRRAD !!

MIT DIR FAMILIE, DEM PARTNER
ODER IN DER GRUPPE

**ALOJAMIENTOS TÉCNICOS
TECHNICAL ACCOMMODATION
HÉBERGEMENTS TECHNIQUES
TECHNISCHE ÜBERNACHTUNGS-
MÖGLICHKEITEN**

Dependiendo de tus preferencias, de la ubicación o de tus acompañantes, puedes escoger el alojamiento especializado que desees. Todos ellos ofrecen servicios esenciales para que la estancia, tu descanso, la bicicleta a punto o tu recuperación, te ayuden a sumar cada día más y más kilómetros sobre las dos ruedas.

Vous avez la possibilité de choisir le logement spécialisé que vous souhaitez en fonction de vos préférences, de l'emplacement ou de ceux qui vous accompagnent. Tous les hébergements vous offrent des services essentiels pour que votre séjour, votre repos, la mise au point de votre vélo ou sa réparation vous aident à additionner chaque jour de plus en plus de kilomètres sur deux roues.

Depending on your preferences, location or companions, you can choose from a range of specialist establishments. They all offer the key services you need for your stay, your holiday and for keeping your bike in tip-top condition. That way you can continue to add to the kilometres you enjoy on two wheels.

Abhängig von Deinen Präferenzen, Deiner Lage oder von Deinen Begleitern, kannst Du die Unterkunft wählen die Du wünschst. Alle besonders radfahrerfreundlich ausgestatte, mit der Ausgabe Dir einen erholsamen Aufenthalt und Schlaf zu bieten, um Dir so zu helfen jeden Tag mehr um mehr Kilometer auf den zwei Rädern zu addieren.



HOTEL CAN SALVADOR

MIAMI PLATJA



Av. de Barcelona, km 1.131

43892 Miami Platja

T. +34 977 810 521

recepcio@hotelcansalvador.net

www.hotelcansalvador.net

🕒 13/01 - 20/12



HOTEL / HOTEL / HOTEL / HÔTEL / HOTEL



RESORT BONAVISTA BONMONT

MONT-ROIG DEL CAMP



Golf de Bonmont. Urb. Terres Noves

43892 Mont-roig del Camp

T. +34 977 832 050

recepcion.bonmont@groupepepvc.com

www.pierreetvacances.com/es

📅 05/04 - 28/09



APARTHOTEL / APARTHOTEL / APARTHOTEL /
APPART'HÔTEL / APARTHOTEL



1A

ELS PRATS VILLAGE BEACH & CAMPING PARK

MONT-ROIG DEL CAMP



Ctra. N-340, km. 1.137

43892 Mont-roig del Camp

T. +34 977 810 027

info@campingelsprats.com

www.campingelsprats.com

📅 01/04 - 02/11



CÀMPING / CAMPING / CAMPSITE / CAMPING / KAMPING

1A

PLAYA MONTROIG CAMPING RESORT

MONT-ROIG DEL CAMP



Ctra. N-340, km. 1.136. Apt. de Correus, 3
43892 Mont-roig del Camp

T. +34 977 810 637

info@playamontroig.com

www.playamontroig.com

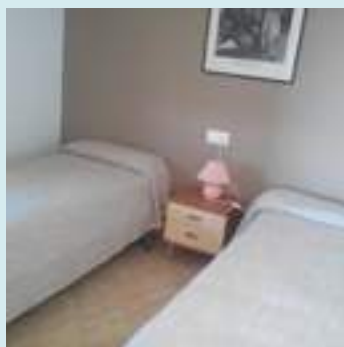
📅 29/03 - 03/11



APARTAMENTS / APARTAMENTOS / APARTMENTS / APPARTEMENTS / APARTMENT

APARTAMENTS DEAUVILLE

MIAMI PLATJA



Pg. Marítim, 68

43892 Miami Platja

T. +34 977 170 327

info@apartamentosdeauville.com

www.apartamentosdeauville.com

🕒 01/01 - 31/12



ARENDA COSTA DORADA

MIAMI PLATJA



Av. de Barcelona, 164

43892 Miami Platja

T. +34 977 170 761

reservas@arendacostadorada.com

www.arendacostadorada.com

📅 01/01 - 31/12



LLOGUER TURÍSTIC / ALQUILER TURÍSTICO / TOURIST RENTAL / LOCATION TOURISTIQUE /
MIETWOHNUNGEN FÜR TOURISTEN



ISLA ROMÁNTICA

MONT-ROIG BADIA



Pi de Baltasar, 13.Apt. de Correus, 84
43300 Urb. Mont-roig Badia

T. +34 977 179 001 · 620 205 478

reimunddietzen@web.de

www.reimunddietzen.de

📅 01/01 - 31/12



LLOGUER TURÍSTIC / ALQUILER TURÍSTICO / TOURIST RENTAL / LOCATION TOURISTIQUE /
MIETWOHNUNGEN FÜR TOURISTEN

LLOGUER,
REPARACIÓ
I VENDA DE
BICICLETES DE
CARRETERA

ESTABLIMENTS TÈCNICS

Que gaudeixis de les teves vacances fent allò que més t'agrada, anar en bicicleta, és l'objectiu dels establiments tècnics de ciclisme. Per això t'oferiran tot allò que necessitis: llogar, comprar o posar a punt la bicicleta, gran varietat d'accessoris o bé assessorar-te o acompanyar-te durant la ruta.

ESTABLECIMIENTOS TÉCNICOS TECHNICAL ESTABLISHMENTS ÉTABLISSEMENTS TECHNIQUES FAHRRADTECHNISCHE WERKSTÄTTE/GESCHÄFTE

VELÒDROM MUNICIPAL JOSEP FLORENCIO TUTUSAUS

250 m. de corda	250 m. périmètre
6 m. d'amplada	6 m. large
peralta 45° d'inclinació	45° dévers
250 m. de cuerda	250 m Kreisumfang
6 m. de ancho	6 m Breite
peralte 45° de inclinación	Überhöhung 45° Neigung
250 m perimeter	
6 m wide	
45° slope	

CENTRE BTT / Mont-roig del Camp - Miami Platja



10 routes / rutas / routes
circuits / routen

137 km

Que disfrutes de tus vacaciones haciendo aquello que más te gusta, ir en bicicleta, es el objetivo de los establecimientos técnicos de ciclismo. Por eso, te ofrecerán todo aquello que necesites: alquilar, comprar o poner a punto la bicicleta, gran variedad de accesorios o bien asesorarte o acompañarte durante la ruta.

Les établissements techniques de cyclisme ont pour but de vous faire profiter de vos vacances en faisant ce que vous aimez le plus : le vélo. Pour cette raison, ils vous offrent tout ce dont vous avez besoin : location, achat ou mise au point de la bicyclette, grande variété d'accessoires ou bien conseil ou accompagnement pendant le parcours.

The aim of the cycling technical establishments is to help you enjoy your holidays doing what you like best – going out on your bike. That's why they offer everything you need, including bike sales and rentals; maintenance for your own bike; a wide variety of accessories; and advice or a guide on itineraries.i

Das Ziel der Fahrradtechnischen Werkstätten ist es Dir zu ermöglichen Deinen Lieblingssport, das Fahrradfahren, problemlos treiben zu können. Deshalb wird dort alles angeboten was Du brauchen kannst: Miete, Verkauf oder Wartung, Sofortreparaturen mit fachmännischer Beratung, Fahrradzubehör und Begleitung auf Fahrradtouren.



MEGABICI BIKE SHOP & CAFE MIAMI PLATJA

megabici.com
BIKESHOP

SERVEIS TÈCNICS / SERVICIOS TÉCNICOS /
TECHNICAL SERVICES / SERVICES TECHNIQUES /
TECHNISCHES SERVICE

		LLOGUER	REPARACIÓ	VENDA
Ruta				
BTT				
Elèctrica				
Pista				
City				
Child				



MEGABICI

Av. de Los Ángeles, 13

Miami Platja

T. +34 977 170 178

info@megabici.com

www.megabici.com

**🕒 DILLUNS A DIVENDRES DE 10.00 - 13.00 H I DE
16.30 - 20.00 H. DISSABTES DE 10.00 - 13.00 H**

- Venda roba estiu i hivern
- Tramitació de llicències
- Organització sortides programades
- Servei Guiatge

- Venta de ropa de verano e invierno
- Tramitación de licencias
- Organización de salidas programadas
- Servicio de guía

- Summer and winter clothing for sale
- Permit processing
- Organisation of programmed rides
- Guide service

- Vente vêtements d'été et d'hiver
- Démarches pour l'obtention de permis
- Organisation de sorties programmées
- Service de guide

- Verkauf von sportlicher Kleidung für Sommer und Winter
- Administrative Bearbeitung von Genehmigungen
- Veranstaltung von programmierten Ausfögen
- Geföhrte Fahrradtouren/ Ausföge



EXCLUSIVITAT:



500 WATTS CYCLING

MONT-ROIG DEL CAMP



SERVEIS TÈCNICS / SERVICIOS TÉCNICOS /
TECHNICAL SERVICES / SERVICES TECHNIQUES /
TECHNISCHES SERVICE

LLOGUER REPARACIÓ VENDA				
Ruta				
BTT				
Elèctrica				
Pista				
City				
Child				



500 WATTS CYCLING

C. de Cristòfol Colom, 15

Mont-roig del Camp

T. +34 977 838 343

info@500wattscycling.com

🕒 09.00 - 13.00 H / 16.00 - 20.00 H

- Venda roba estiu i hivern
- Tramitació de llicències
- Organització sortides programades
- Servei Guiatge

- Venta de ropa de verano e invierno
- Tramitación de licencias
- Organización de salidas programadas
- Servicio de guía

- Summer and winter clothing for sale
- Permit processing
- Organisation of programmed rides
- Guide service

- Vente vêtements d'été et d'hiver
- Démarches pour l'obtention de permis
- Organisation de sorties programmées
- Service de guide

- Verkauf von sportlicher Kleidung für Sommer und Winter
- Administrative Bearbeitung von Genehmigungen
- Veranstaltung von programmierten Ausfällen
- Geführte Fahrradtouren/ Ausfälle



EXCLUSIVITAT:



MÉS QUE CICLISME
MÁS QUE CICLISMO
MORE THAN JUST CYCLING
PLUS QUE DU CYCLISME
MEHR ALS NUR RADSPORT!



Cultura – turisme – activitats – oci – diversió. **I molt més... No t'ho pots perdre!!**
Cultura – turismo – actividades, ocio – diversión. **Y mucho más... ¡¡No te lo puedes perder!!**
Culture – tourism – leisure activities – entertainment. **And much more. Don't miss out!**
Culture – tourisme – activités, loisirs – divertissement. **Et bien plus encore... Ne passez pas à côté !!**
Kultur – Tourismus – Freizeitaktivitäten – Spass. **Und viel mehr... Sie dürfen es nicht verpassen!!**

SALUT I BENESTAR

MASSATGES,
TERÀPIES I
CONTROLS
MÈDICS

SALUD Y BIENESTAR
HEALTH AND WELLBEING
SANTÉ ET BIEN-ÊTRE
GESUNDHEIT UND
WELLNESS

La fisioteràpia esportiva és un dels elements clau per a la recuperació física després d'una jornada en bicicleta. També ofereix atenció específica davant d'alguna dolència causada per l'excés o la inadequada activitat física. La prevenció de lesions, la millora del rendiment esportiu i el benestar corporal són altres dels beneficis que aporten l'aplicació de tractaments fisioterapèutics. A més a més, també es tracten patologies com: tendinosi, bursitis, àlgies i sobrecàrregues musculars, ruptures fibril·lars, cicatritzacions post-quirúrgiques, etc.

MASAJES, TERAPIAS Y
CONTROLES MÉDICOS

MASSAGES, THERAPIES
AND MEDICAL CHECK-UPS

MASSAGES, THÉRAPIES ET
CONTRÔLES MÉDICAUX

MASSAGEN, THERAPIEN UND
MEDIZINISCHE KONTROLLEN

La fisioterapia deportiva es uno de los elementos esenciales para la recuperación física después de una jornada en bicicleta. También ofrece atención específica frente alguna dolencia causada por el exceso o la inadecuada actividad física. La prevención de lesiones, la mejora del rendimiento deportivo y el bienestar corporal, son otros de los beneficios que aporta la aplicación de tratamientos fisioterapèutics.

La kinésithérapie sportive est l'un des éléments essentiels pour la récupération physique après une journée à vélo. Elle offre également une attention spécifique contre les douleurs causées par l'excès ou l'activité physique inadéquate. La prévention des lésions, l'amélioration du rendement sportif ou le bien-être corporel sont d'autres bénéfices qu'apporte l'application de traitements kinésithérapeutiques.

Sports physiotherapy is key to physical recovery after a day in the saddle. You can also request specific attention in the case of pain or injury due to an excess or lack of physical activity. Injury prevention and improvement of your sporting performance and physical wellbeing are just some of the benefits of physiotherapeutic treatments.

Die Sportphysiotherapie ist eine gute Methode um kurzfristig die Sportfähigkeit nach einem Tag auf dem Fahrrad wiederherzustellen. Nach einer Verletzung durch einer Überarbeitung der Muskeln kann der erfahrener Physiotherapeut gezielt und präzise das Problem diagnostizieren. Die Vorbeugung von Verletzungen, die diagnostizieren Verbesserung der Leistung und des körperlichen Wohlbefindens sind unter anderem Vorteile von der Anwendung der Sportphysiotherapie.

CORPORALFISIO

VANESSA LÓPEZ

MIAMI PLATJA

- **Serveis:** massatge esportiu, massatge relaxant, massatge descontracturant i drenatge
- **Aparells:** hipertèrmia, ultrasò, electroestimulació, parafina, tns, drenatge limfàtic, punció seca, massatge transvers, ganxos, massatge per a cicatrius..
- Venda de productes i cremes específiques esportives
- Flexibilitat horària
- Desplaçament a l'allotjament en cas de necessitat



CORPORALFISIO VANESSA LÓPEZ

Av. de Barcelona, 52. Local 3

Miami Platja

T. +34 977 171 050

vlopez@corporalfisio.com

www.corporalfisio.com

🕒 09.00 - 20.00 H



- **Servicios:** masaje deportivo, masaje relajante, masaje descontracturante y drenaje.
- **Aparatos:** hipertermia, ultrasonido, electroestimulación, parafina, tns, drenaje linfático, punción seca, masaje transverso, ganchos, masaje para cicatrices...
- Venta de productos y cremas específicas deportivas.
- Flexibilidad horaria.
- Desplazamiento al alojamiento en caso de necesidad.

- **Services:** sports massage, relaxing massage, decontracturing massage and drainage.
- **Methods:** hypothermia, ultrasound, electro-stimulation, paraffin, TNS, lymphatic drainage, dry puncture, transversal massage, hooking therapy, scar massage, etc.
- Sale of specific sports lotions and other products.
- Flexible hours.
- Call-out to accommodation if necessary.

- **Services :** massage sportif, massage relaxant, massage décontracturant et drainage.
- **Appareils :** hyperthermie, ultrason, électrostimulation, paraffine, TENS, drainage lymphatique, ponction sèche, massage transversal, crochetage, massage pour cicatrices ...
- Vente de produits et crèmes spécifiques pour le sport.
- Flexibilité horaire.
- Déplacement à l'hébergement en cas de besoin.

- **Massagen:** Sportliche-massage, Entspannungs-massage, Krämpflösende-massage und Drainage.
- **Geräte:** Hyperthermie, Ultraschall, Elektrostimulation, Parafin, Lymphdrainage, etc
- Verkauf spezifischen Artikeln und Cremes.
- Flexibilität in den Behandlungszeiten.
- Besuch der Physiotherapeuten im Aufenthaltsort möglich.



GASTRO CYCLING

En qualsevol dels bars i restaurants del municipi podràs descansar i recuperar forces per tornar a pedalejar i gaudir dels magnífics paisatges del nostre entorn. Si pares, però, en un establiment Gastrocycling podràs escollir el teu menú ciclista, alt o baix en calories, aparcar la teva bicicleta correctament, posar-la a punt, consultar les últimes notícies sobre ciclisme i rebre algun suggeriment sobre la millor ruta a seguir després de l'àpat.

En cualquiera de los bares y restaurantes del municipio podrás descansar y recuperar fuerzas para volver a pedalear y disfrutar de los magníficos paisajes de nuestro entorno. Si paras, pero, en un establecimiento Gastrocycling podrás escoger tu menú ciclista, alto o bajo en calorías, aparcar tu bicicleta correctamente, ponerla a punto, consultar las últimas noticias sobre ciclismo y recibir alguna sugerencia sobre la mejor ruta a seguir después de la comida.

Vous pourrez vous reposer et récupérer des forces avant de repartir pédaler et profiter des magnifiques paysages de notre environnement dans n'importe quel bar ou restaurant de la localité. Si vous vous arrêtez dans un établissement Gastrocycling, vous pourrez choisir votre menu cycliste, basse calorie ou riche en calories, garer votre bicyclette correctement, la mettre au point, consulter les dernières nouvelles sur le cyclisme et recevoir quelque suggestion sur le meilleur itinéraire à suivre après le repas.

In any of the town's bars and restaurants you can relax and get your strength back after a day's pedalling and enjoying the magnificent scenery in our surroundings. But if you stop off at a gastro-cycling establishment, you can enjoy a cyclist's menu (high- or low-calorie), park your bike safely, service it, check the latest cycling news and get advice on the best route to take after your meal.

In jeder Bar oder Restaurant des Dorfes kannst Du Dich entspannen um dann wieder gekräftigt weiterzutreten und so die wunderschöne Landschaften des Umfeldes zu geniessen. Wenn Du eine Rast in einer Gastrocycling Wirtschaft machen, kannst Du ein Radfahrer-Menü wählen, reich oder arm an Kalorien, Dein Fahrrad sicher abstellen, es warten, Dir werden die letzten Nachrichten über das Radfahren in der Gegend übermittelt, und jede Art von Beratung für Wahl der besten Route die Du nach dem Essen folgen kannst.



**MENÚS ESPECIALES,
PENSADOS PARA CICLISTAS
SPECIAL MENUS
DESIGNED FOR CYCLISTS
MENUS SPÉCIAUX
POUR CYCLISTES
SPEZIELLE MENÜS FÜR
RADFAHRER ERDACHT**





**MENÚS
ESPECIALS,
PENSATS PER
A CICLISTES**



BAR LA BÀSCULA

C. d'Agustí Sardà, 31

43300 Mont-roig del Camp

T. +34 636 915 325

analismiguel31analisis@hotmail.com



07.30 - 23.00 H



27 PAX



DIMARTS



48 PAX



NOU BAR MARTÍ

Av. de Reus, 1

43300 Mont-roig del Camp

T. +34 977 837 187

www.facebook.com/barnoumarti



KIT REPARACIÓ



48 PAX



08.00 - 22.00 H



40 PAX



RESTAURANT MAS D'EN ROMEU

Ctra. de Mont-roig, km. 1

43300 Mont-roig del Camp

T. +34 977 179 638

rmasromeu@hotmail.com

www.masromeurestaurant.es



KIT REPARACIÓ



100 PAX



13.00 - 16.00 H
19.00 - 23.00 H



70 PAX



DIMECRES





SPECIAL
MENUS
DESIGNED
FOR
CYCLISTS



CAFÈ PASTISSERIA LA GLÒRIA

Av. de Barcelona, 131

43892 Miami Platja

T. +34 977 811 271

info@pastisseriagalgloria.com

www.pastisseriagalgloria.com



KIT REPARACIÓ



60 PAX



08.00 - 14.00 H
16.30 - 20.30 H



70 PAX



BAR - RESTAURANT CHEZ LORENZO

Pg. Marítim, 68

43892 Miami Platja

T. +34 977 170 327

dml@tinet.fut.es

www.restaurantchezlorenzo.com



12.30 - 16.00 H
19.30 - 23.00 H



135 PAX



HIVERN
DIMARTS



30 PAX



KIT REPARACIÓ



RESTAURANT CAN SALVADOR

Av. de Barcelona, km 1.131

43892 Miami Platja

T. +34 977 810 521

recepcio@hotelcansalvador.net

www.hotelcansalvador.net



13 A 15.30 H



40 PAX



HIVERN
DIUMENGE
ESTIU
DIMECRES



20 PAX



KIT REPARACIÓ



LLEENDA

ALLOTJAMENTS

-  Menjar per a ciclistes
-  Flexibilitat horària
-  Pàrquing tancat per a bicicletes
-  Pàrquing bicicleta a l'habitació
-  Productes reparar punxada
-  Espai rentar i posar a punt bicicleta - taller
-  Wifi gratuït
-  Gimnàs
-  SPA
-  Bugaderia
-  Servei de massatge
-  Sala de reunions

ESTABLIMENTS TÈCNICS

-  Bicicletes de carretera
-  Bicicletes de BTT
-  Bicicletes elèctriques
-  Bicicletes de pista
-  Bicicletes de passeig
-  Bicicletes de nens
-  LLoguer
-  Reparació
-  Venda
-  Farmaciola

GASTROCYCLING

-  Menú per a ciclistes
-  Cuina casolana
-  Cuina mediterrània
-  Cuina catalana
-  Entrepans
-  Patisserie
-  Capacitat
-  Terrassa
-  Productes reparar punxades
-  Horari
-  Dia Festiu
-  Pàrquing per a bicicletes

LEYENDA

ALOJAMIENTOS

-  Comidas para ciclistas
-  Flexibilidad horaria
-  Páking cerrado para bicicletas
-  Páking bicicleta en la habitación
-  Productos reparar pinchazos
-  Espacio lavar y poner a punto la bicicleta - taller
-  WIFI gratuito
-  Gimnasio
-  SPA
-  Lavandería
-  Servicio de masajes
-  Sala de reuniones

ESTABLECIMIENTOS TÈCNICOS

-  Bicicletas de carretera
-  Bicicletas de BTT
-  Bicicletas eléctricas
-  Bicicletas de pista
-  Bicicletas de paseo
-  Bicicletas de niños
-  Alquiler
-  Reparación
-  Venta
-  Botiquín

GASTROCYCLING

-  Menú para ciclistas
-  Cocina casera
-  Cocina mediterránea
-  cocina catalana
-  Bocadillos
-  Pastelería
-  Capacidad
-  Terraza
-  Productos reparación pinchazos
-  Horario
-  Día festivo
-  Páking para bicicletas

LEGEND

ACCOMMODATION

-  Meals for cyclists
-  Flexible hours
-  Enclosed parking for bicycles
-  Bicycle parking in the room
-  Puncture repair kits
-  Area for cleaning and maintaining bicycles - workshop
-  Free Wi-Fi
-  Gym
-  SPA
-  Laundry
-  Massage service
-  Meeting room

TECHNICAL ESTABLISHMENTS

-  Road-touring bikes
-  Mountain bikes
-  Electric bikes
-  Track bikes
-  Town bikes
-  Kid's bikes
-  Sale
-  Repair
-  Hire
-  First-aid kit

GASTROCYCLING

-  Menu for cyclists
-  Homemade cooking
-  Mediterranean cuisine
-  Catalan cuisine
-  Sandwiches
-  Pastry kitchen
-  Capacity
-  Terrace
-  Puncture repair kits
-  Opening times
-  Weekly closing day
-  Parking for bicycles

LÉGENDE

HÉBERGEMENTS

-  Repas pour cyclistes
-  Flexibilité horaire
-  Parking fermé pour vélos
-  Parking vélo dans la chambre
-  Produits réparation crevaison
-  Espace laver et mise au point vélo - atelier
-  WIFI gratuit
-  Gymnase
-  SPA
-  Laverie
-  Service de massagése
-  Salle de réunions

ÉTABLISSEMENTS TECHNIQUES

-  Vélos de course
-  VTT
-  Vélos électriques
-  Vélos de piste
-  Vélos de promenade
-  Vélos pour enfants
-  Location
-  Réparation
-  Vente
-  Trousse de secours

GASTROCYCLING

-  Menus pour cyclistes
-  Cuisine maison
-  Cuisine méditerranéenne
-  Cuisine catalane
-  Sandwiches
-  Pâtisserie
-  Capacité
-  Terrasse
-  Produits réparation crevaison
-  Horaire
-  Jour férié
-  Parking à vélos

LEGENDE

ÜBERNACHTUNGSMÖGLICHKEITEN

-  Speisen für Fahrradfahrer
-  Zeitliche Flexibilität der Dienstleistungen
-  Geschlossener Parking für Fahrräder
-  Parking des Fahrrads im Zimmer
-  Werkzeuge für kleine Reparaturen
-  Fahrrad-Waschraum - Werkstatt, Wartung.
-  Gratis WIFI
-  Fitnessraum
-  SPA
-  Wäscherei
-  Massage-Service
-  Konferenzraum

FAHRRADTECHNISCHE WERKSTÄTTE/GESCHÄFTE

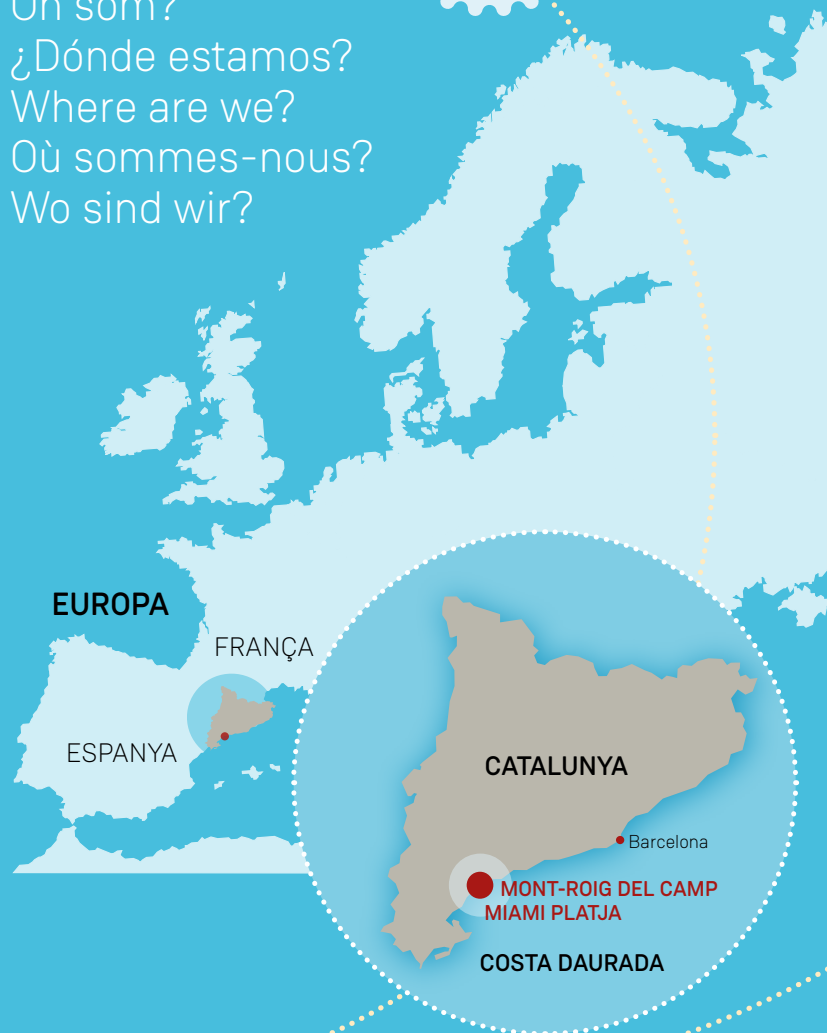
-  Rennräder
-  Trekkingräder
-  Elektrofahrräder
-  Crossräder
-  Kinderfahrräder
-  Cityräder
-  Verkauf
-  Reparatur
-  Miete
-  Ersthilfekasten

GASTROCYCLING

-  Menü für Fahrradfahrer
-  Hausgemachte Küche
-  Mediterrane Küche
-  Katalanische Küche
-  Sandwiches
-  Feinbäckerei
-  Kapazität
-  Terasse
-  Werkzeuge für kleine Reparaturen
-  Öffnungszeiten
-  Feiertag
-  Parking für Fahrräder



On som?
¿Dónde estamos?
Where are we?
Où sommes-nous?
Wo sind wir?



CONSELLS / CONSEJOS / CONSEILS / TIPS / TIPPS

- Respecteu les senyalitzacions, circula sempre per la teva dreta, pel voral de la via.
- Senyalitza les maniobres amb antelació, i fes-les de forma progressiva i amb seguretat.
- Es pot circular dos bicicletes en paral·lel.
- L'ús del casc és obligatori.
- Planifiqueu les sortides d'acord amb el grau d'experiència i de la forma física que tingueu o bé tenir present la totalitat del recorregut i la vostra condició física.
- Respectad las señalizaciones, circula siempre por vuestra derecha y por el arcén de la vía.
- Señalizad las maniobras con antelación, de forma progresiva y con seguridad.
- Pueden circular dos bicicletas en paralelo.
- El uso del casco es obligatorio.
- Planificad la salida según el grado de experiencia y de la forma física que tengáis o bien tened presente la totalidad del recorrido y vuestra condición física.
- Respectez les signalisations. Gardez toujours votre droite sur le bas-côté.
- Signalez vos manœuvres à l'avance, de manière progressive et en toute sécurité.
- Deux bicyclettes peuvent circuler en parallèle.
- Le port du casque est obligatoire.
- Programmez vos sorties selon votre niveau et votre forme physique, étudiez votre parcours.
- Portez vêtements et équipement adaptés à la sortie prévue et à sa durée.
- Follow the signs, ride always on the right side of the road.
- Please, indicate your maneuvers in advance, and make them gradually and safely.
- You can ride two bikes in parallel.
- The use of helmets is mandatory.
- Plan your journey according to your level of experience and fitness and bear in mind the entire route and your physical condition.
- Halten Sie sich an die Beschilderung, fahren Sie immer rechts und entlang des Straßenrands.
- Geben Sie rechtzeitig deutliche Handzeichen.
- Zwei Fahrräder dürfen nebeneinander fahren.
- Es besteht Helmpflicht.
- Wählen sie die Routen je nach körperlicher Verfassung und Erfahrung und bedenken Sie die gesamte Strecke.
- Verwenden Sie passende Ausrüstung und adäquate Kleidung, je nach Art und Dauer der Route.
- Porteu equipament i roba adequada al tipus i durada de la sortida.
- No oblideu el telèfon mòbil per poder-vos comunicar amb els equips d'emergència en cas d'urgència: 112.
- Informeu-vos de la previsió meteorològica.
- Recolliu les deixalles i dipositeu-les al contenidor d'escombreries més proper.
- No recomanable circular de nit. Si ho fas, utilitza l'enllumenat i roba reflectant.
- Llévate el equipamiento y la ropa adecuada al tipo y duración de la salida.
- No olvideis el teléfono móvil para poder comunicarse con los equipos de emergencia, en caso de urgencia llamar al 112.
- Informaros de la previsión meteorológica.
- Recoged la basura y depositarla en el contenedor más cercano.
- No es recomendable circular de noche. Si lo hacéis, utilizad la luz (delante y detrás) y ropa reflectante.
- N'oubliez pas votre téléphone portable pour pouvoir appeler en cas de nécessité, d'urgence (n° d'urgence 112).
- Renseignez-vous sur la météo avant de partir.
- Ramassez vos déchets et jetez-les dans les poubelles les plus proches.
- Il n'est pas recommandé de circuler la nuit. Si le faites, ayez un éclairage efficace et portez un gilet fluo à bandes réfléchissantes.
- Wear appropriate clothing and equipment according to the type and length of the route.
- Do not forget your mobile phone to communicate in case of emergency with 112.
- Find out the weather forecast.
- Please take your waste and deposit them in designated bins.
- It is not advisable to ride at night. If you do so, please use lighting (front and rear) and reflective clothing.
- Nehmen Sie ein Handy mit, um sich im Notfall mit dem Rettungsdienst in Verbindung setzen zu können: 112.
- Informieren sie sich über die Wetterverhältnisse.
- Nehmen Sie Ihren Abfall wieder mit und werfen ihn bitte in die vorgesehenen Behälter.
- Wir empfehlen, die Routen nicht bei Nacht zu fahren. Sollten Sie es trotzdem tun, achten Sie auf Beleuchtung (vorne und hinten) und auf reflektierende Kleidung.

www.mont-roigmiami.cat



AJUNTAMENT DE
MONT-ROIG DEL CAMP



MONT-ROIGMIAMI
Turisme