

PATRIMONIO HISTÓRICO ESPAÑOL DEL JUEGO Y DEL DEPORTE: ANILLO VERDE CICLISTA DE MADRID



Azahara Alcántara López

Año 2011



ÍNDICE

1. Historia
2. Ficha técnica
3. Descripción
4. Mapa
5. Perfil topográfico
6. Datos de interés
7. Actividades
8. Bibliografía
9. Índice de ilustraciones

MUSEO DEL JUEGO



1. Historia

El anillo verde ciclista de Madrid (AVC- 64) conforma una nueva realidad respecto a la movilidad ciclista de la capital, conectando barrios y distritos hasta ahora separados, consiguiendo un mayor acercamiento entre ellos. Así mismo se han recuperado para la ciudad un buen número de "espacios muertos" en las zonas limítrofes de muchos barrios.

Aun así, queda mucho por mejorar en el anillo, posibilidad de nuevos recorridos en zonas estrechas, pavimentación, señalización en cruces, mantenimiento de la jardinería aledaña al anillo, mejora de la señalética etc.



Foto 1

Me sorprende y me alegra de como en Madrid una vía ciclista puede servir de unión y cohesión de la ciudad, descubriendo a cada pedalada gentes, barrios y parques en sus diferentes facetas tanto social, urbana o paisajística.

Al anillo verde ciclista de Madrid como a toda joya que se precie se le van a engarzar unos " diamantes" denominados vías ciclistas de Madrid encargadas de vertebrar el anillo en



su parte interna y de expandirlo hacia el exterior a otras poblaciones.

Es fácilmente contrastable el incesante incremento del número de personas que día a día hacen uso del anillo verde ciclista de Madrid demostrando que el ciudadano está dispuesto a comprometerse cuando se le ofrecen alternativas reales de desplazamiento o para su uso deportivo.

Lo cual nos obliga a reflexionar sobre lo necesario de crear más vías ciclistas, los ciudadanos así lo demandan.



Foto 2

El anillo verde ciclista de Madrid (AVC-64) es un circuito que circunvala Madrid con una longitud de 64 kilómetros con una calzada diseñada para el uso ciclista y un espacio reservado para

Los peatones.

A lo largo del anillo se disponen de una serie de áreas de descanso dependiendo de cuales pueden disponer de fuentes, bancos, plano informativo del anillo así como diferentes aparatos de gimnasia.

La vuelta completa al él anillo verde es asequible con una mediana preparación.



Con un desnivel acumulado de 310 metros no parece que el anillo verde ciclista tenga mucha dificultad, aunque engaña debido a la orografía del terreno de constantes descensos y pequeños repechos.

Bicicleta

Media de 22km/h tiempo aprox. 3 horas. Media de 15km/h tiempo aprox. 4 1/2 horas.

Andando

Ritmo de 6km/h tiempo aprox. 11 horas.

1. Ficha técnica

Longitud: 65 kilómetros

Cota Máxima: 728 metros en la zona del PAU de las Tablas

Cota Mínima: 570 metros en el túnel bajo la autovía A-4 y el ferrocarril en Santa Catalina

Desnivel de ascenso acumulado: 310 metros

Pasarelas, puentes y túneles: 20, de las que 9 pasarelas son de nueva ejecución

Cruces regulados por semáforos: 37

Inversión total: 50 millones de euros

Árboles plantados: 15.000

Estaciones de Metro, Metro Ligero y Cercanías a menos de 200m de distancia del Anillo verde:



Metro (20 estaciones), Cercanías (6 estaciones) y Metro Ligero(3 estaciones)

Tiempo prometido de recorrido en bici y a pie: En bicicleta y a una media de 22 km/h se invierten 3 horas

También en bicicleta y a una media de 15 km/h se emplean 4 horas y media

Caminando a un ritmo de 6 km/h se emplean un total de 11 horas

Corriendo a un ritmo de 12km/h salen un total de 5 horas y media.

2. Descripción

TRAMO 1. Puente sobre autovía A1-Puente sobre autovía A2.

Las Tablas, Sanchinarro, Santa María, San Lorenzo, Villarroza, La Piovera, Canillejas

El comienzo del anillo verde ciclista de Madrid se ubica en una gran glorieta-área de descanso junto a la A1.

El tramo se inicia pasando sobre la A1 y lo largo de un tramo llano con varios cruces (8) hasta P.K.-2.000 aprox. a partir de ahí un pequeño ascenso hasta llegar a la M-40.

Desde aquí hasta el P.K.- 4.000 hay un buen repecho. A partir de este punto un descenso continuado hasta el final del tramo solamente interrumpido por 3 cruces.



Encontramos en este tramo un enlace con las vías ciclistas de Madrid la vía ciclista Alameda de Osuna en el P.K.-9.200.

Es fácilmente contrastable el incesante incremento del número de personas que día a día hacen uso del anillo verde



ciclista de Madrid demostrando que el ciudadano está dispuesto a comprometerse cuando se le ofrecen alternativas reales de desplazamiento o para sus usos deportivo.

Lo cual nos obliga a reflexionar sobre lo necesario de crear más vías ciclistas, los ciudadanos así lo demandan.

El anillo verde ciclista de Madrid (AVC- 64) conforma una nueva realidad respecto a la movilidad ciclista de la capital, conectando barrios y distritos hasta ahora separados, consiguiendo un mayor acercamiento entre ellos. Así mismo se han recuperado para la ciudad un buen número de "espacios muertos" en las zonas limítrofes de muchos barrios.

Aun así, queda mucho por mejorar en el anillo, posibilidad de nuevos recorridos en zonas estrechas, pavimentación, señalización en cruces, mantenimiento de la jardinería aledaña al anillo, mejora de la señalética etc.



Me sorprende y me alegra de como en Madrid una vía ciclista puede servir de unión y cohesión de la ciudad, descubriendo a cada pedalada gentes, barrios y parques en sus diferentes facetas tanto social, urbana o paisajística.

Al anillo verde ciclista de Madrid como a toda joya que se precie se le van a engarzar unos "diamantes" denominado s vías ciclistas de Madrid encargadas de vertebrar el anillo en su parte interna y de expandirlo hacia el exterior a otras poblaciones.

Es fácilmente contrastable el incesante incremento del número de personas que día a día hacen uso del anillo verde ciclista de Madrid demostrando que el ciudadano está dispuesto a comprometerse cuando se le ofrecen alternativas reales desplazamiento o para su uso deportivo

Lo cual nos obliga a reflexionar sobre lo necesario de crear más vías ciclistas, los ciudadanos así lo demandan.

El anillo verde ciclista de Madrid (AVC-64) es un circuito que circunvala Madrid con una longitud de 64 kilómetros con una calzada diseñada para el uso ciclista y un espacio reservado para los peatones.

A lo largo del anillo se disponen de una serie de áreas de descanso dependiendo de cuales pueden disponer de fuentes, bancos, plano informativo del anillo así como diferentes aparatos de gimnasia.



La vuelta completa al él anillo verde es asequible con una mediana preparación.

Con un desnivel acumulado de 310 metros no parece que el anillo verde ciclista tenga mucha dificultad, aunque engaña debido a la orografía del terreno de constantes descensos y pequeños repechos.

Bicicleta

Media de 22km/h tiempo aprox. 3 horas. Media de 15km/h tiempo aprox. 4 1/2 horas.

Andando

Ritmo de 6km/h tiempo aprox. 11 horas.

Tramo 2. Puente sobre autovía 2 hasta puente sobre Autovía A3

La Piovera, Canillejas, Las Rosas, Moratalaz, Fontarrón.



Foto 4

Éste tramo empieza con obras teniendo que callejear por el barrio de Canillejas hasta enlazar de nuevo con el anillo verde ciclista en el barrio de Las Rosas sobre la Avd.de

Arcentales.

Es un buen tramo con pocos cruces (6) y relativamente llano.



Existen varios enlaces con vías ciclistas de Madrid: la vía ciclista de Madrid de Vicálvaro y en ejecución la que enlazará con O´donell hasta el Parque del Retiro.



TRAMO 3. Pasarela sobre Autovía A3- glorieta sobre AVD. Andalucía Hospital 12 Octubre Autovía A3-A4 Fontarrón , Avd. de la Albufera, Entrevías, El Pozo, San Fermín , Orcasitas

Éste tramo es un tramo para disfrutar, es prácticamente



todo de descenso con pocos cruces y además discurre a lo largo de tres grandes parques : en primer lugar a lo largo del parque lineal de palomeras seguidamente pasa bajo las vías de la estación del Pozo para enlazar con el segundo , el parque forestal de entrevías pasa de nuevo bajo las vías por la calle embajadores

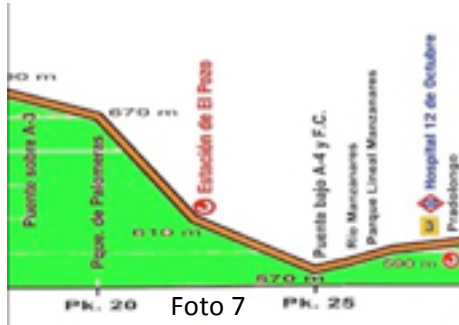
(hay un túnel con una acera muy estrecha y muy mal iluminado) para entrar en el parque lineal del Manzanares bordeando este se llega a la salida que va directamente hacia la Avd.de Andalucía y el hospital 12 de Octubre.

Encontramos varios enlaces a las vías ciclistas de Madrid siendo la más importante la vía ciclista del Manzanares la cual discurre unos kilómetros paralela al río y bifurcándose



por un lado a Villaverde Alto y por otro hacia San Martín de la Vega.

TRAMO 4. Glorieta sobre Avd. Córdoba-Hospital 12 Octubre hasta puente sobre Autovía Extremadura A-5.



San Fermín, Orcasitas, Pan Bendito, San Francisco, Carabanchel Alto, Aluche.

Es un tramo del anillo con un perfil de larga subida yendo paralelo buen parte del tramo a la avenida de los poblados.

Se encuentra en este tramo con bastantes cruces (23) a lo que hay que estar muy atentos.



Al llegar a la estación de metro Aluche hay que pasar por debajo de ella y seguidamente girar a la izquierda hasta llegar el parque donde vuelve a verse el carril.

En la parte final una larga bajada a lo largo del parque Alcalde Carlos Arias antes de empezar un bonito repecho con varias curvas en forma de eses antes de llegar a la pasarela sobre la autovía A5 .



Se encuentra en este tramo con tres enlaces a las nuevas Vías Ciclistas de Madrid: Vía ciclista Pau de Carabanchel, vía ciclista parque sur y vía ciclista cuña verde de Latina.

TRAMO 5. Pasarela sobre Autovía A5 hasta pasarela sobre Autovía M30.

Aluche, Casa de Campo, Colonia Manzanares, Rivera del Río Manzanares, Club de campo, Ciudad Universitaria, Puerta de Hierro.

Éste tramo, discurre por el magnífico entorno de la casa de campo y la rivera del río Manzanares.



Foto 9

preferencia para bicicletas.

Destaca la ausencia de tráfico en el tramo exceptuando la zona de carreteras que bordea el lago. En esta zona hay dos carriles de circulación, uno de ellos tiene





Foto 10

Hay que estar atentos a las zonas de corte al tráfico, ya que, estas se delimitan con unas cadenas que aun estando bien señalizadas no han impedido que se hayan

producido varias caídas, normalmente se deja un hueco a la derecha de 1,5mts para el paso de los ciclistas.

Así mismo dentro de la casa de campo existe una gran variedad de circuitos para el disfrute de la bicicleta tanto de montaña como de carretera.

TRAMO 6. Pasarela sobre Autovía A6 Y M30 hasta puente sobre la Autovía A1 Fin del anillo verde ciclista de Madrid.

Puerta de Hierro, Arroyo del Fresno, Mirasierra, Montecarmelo, Tres Olivos, las Tablas

Éste tramo es el más largo con casi 15 km siendo en su mayoría de subida, exceptuando los 3 últimos.

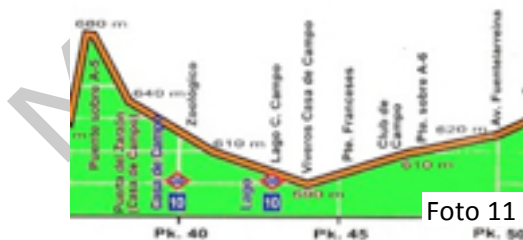


Foto 11

Su inicio discurre paralelo a la M-30 un par de

kilómetros con una calzada muy estrecha. A continuación hay un tramo con varios cruces a lo largo de la calle arroyo freso entre ellos el de la carretera de Castilla. Desde



aquí continúa por amplias avenidas alternándose el anillo por la parte derecha de la calzada a la central, realizando también varias glorietas que nos conducen hasta el cruce con la carretera del Pardo.



Foto 12

A continuación nos encontramos con una bonita subida de 2,5 km aprox. prácticamente al final se encuentra el enlace con la vía ciclista Montecarmelo que nos

lleva hasta Soto del Real.

Un poco más adelante pasa sobre la M-601 carretera de Colmenar, a partir de aquí el terreno es prácticamente de



Foto 13

bajada hasta el fin del tramo, antes deberemos pasar por el túnel bajo las vías férreas teniendo especial atención a la curva de entrada por

la velocidad a la que se baja y la poca

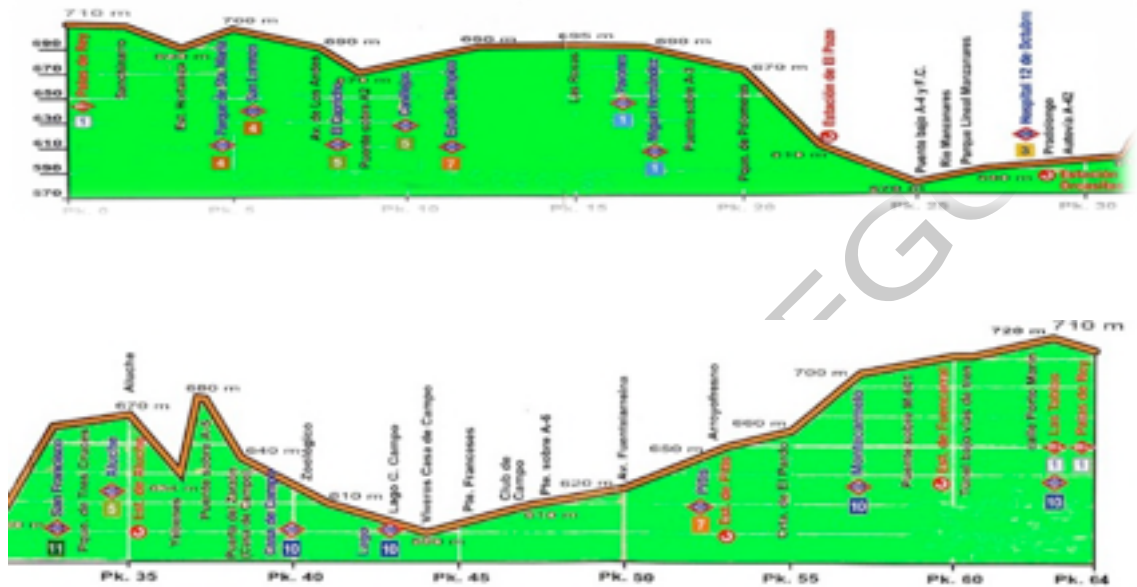
visibilidad que tiene si está saliendo alguien en sentido contrario y no va por su sitio.

Bajada por el barrio de Las Tablas con la vista puesta en el paisaje con las cuatro torres hasta el final del anillo verde ciclista (AVC-64)



PERFIL TOPOGRÁFICO

EL DESNIVEL TOTAL ACUMULADO ES DE 310 METROS



Fotos 14 y 15

3. DATOS DE INTERÉS

CONSEJOS DE SEGURIDAD

En primer lugar tener en cuenta que por tamaño y fragilidad los ciclistas siempre están en inferioridad si viajan por zonas abiertas al tráfico. Por lo cual debe ser prioritario circular con prudencia y respetar el código de la circulación.

Los ciclistas deben circular por el lado correcto de la vía.

Avisar con la mano de las posibles maniobras que vayan a realizar.

Al ir acompañado de otros ciclistas formar una sola línea.



Estar si cabe mucho más atento cuando las condiciones meteorológicas son adversas, lluvia, niebla, etc o el firme o terreno sobre el que circulan es difícil.

De noche utilizar luces delantera y trasera, también es importante llevar una ropa con reflectores.

CONSEJO EQUIPAMIENTO

El uso de ropa ajustada ofrece menor resistencia al viento y ofrece mayor seguridad ante posibles enganchones de mangas, cordones, zapatillas, etc. Es recomendable el uso del casco.

Mantener la bicicleta en unas condiciones aceptables para el uso revisándola cada cierto tiempo

Llevar siempre un kit de reparación de pinchazos o una cámara de repuesto así como sus herramientas.

SEÑALÉTICA

En este apartado he intentado recoger las señales tanto horizontales como verticales que se encuentran a lo largo del ANILLO VERDE CICLISTA, añadiéndole una pequeña descripción.



Foto 16



No es una señal pero se encuentra por toda la vía.

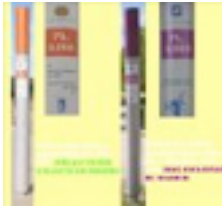


Foto 17

TIPOS DE POSTES KILOMETRICOS. POSTE NARANJA DEL ANILLO VERDE CICLISTA Y POSTE MORADO DE LAS VIAS CICLISTAS DE MADRID



Foto 18

PLACA VERTICAL INDICADORA DE LA SEPARACIÓN DE VIAS PARA PEATONES Y CICLISTAS DEL ANILLO VERDE



Foto 19



Señalización de carril para bicicletas pintada en la calzada
SEÑALIZACIÓN DE CARRIL PARA BICICLETAS PINTADA EN
LA CALZADA



Foto 20

SEÑALIZACION DE CARRIL PARA PEATONES PINTADA EN LA
CALZADA



Foto 21

PLACA CRUCE CAMINANDO SITUADA EN MUCHOS CRUCES



Foto 22



ATENCIÓN CICLISTAS



Foto 23

ATENCIÓN PEATONES MODERAR LA VELOCIDAD
NORMALMENTE ANTE CRUCES Y ACERAS CON PASO
PEATONAL



Foto 24

SEÑALES INDICATIVAS CON LOS TEXTOS MUY REDUCIDOS
HAY QUE PARARSE PARA LEERLOS



Foto 25



CARRIL EN EL QUE SE DEBE CEDER PASO A LOS CICLISTAS. SE ENCUENTRAN TANTO EN LAS CALZADAS DE TRAMOS EN OBRAS COMO EN LA ZONA ABIERTA AL TRAFICO (2 CARRILES) EN LA CASA DE CAMPO



Foto 26

OBLIGATORIO PEATONES Y BICICLETAS Y PERMITIDO SERVICIOS MUNICIPALES



Foto 27

DOS CARRILES TRAFICO BICICLETA OBLIGATORIO POR EL DE LA DERECHA SITUADA EN LA CASA DE CAMPO



Foto 28



OBLIGATORIO BICICLETA Y PERMITIDO SERVICIOS. SEÑAL DE LA CASA DE CAMPO



Foto 29

OBRAS



Foto 30

PROHIBIDO EXCEPTO. SE ENCUENTRA EN LA ZONA DE CAMPO EN LOS APARCAMIENTOS DEL ZOO



Foto 31



16-SEÑAL DE CASA CAMPO



Foto 32

SEÑALES QUE SE UTILIZAN PARA NOMBRAR PARQUES Y SUS SEÑALES EN ESTE CASO LA SEÑAL DEL PARQUE LINEAL DE PALOMERAS



Foto 33

SEÑAL DEL CIRCUITO DE BICICLETAS OTERO- CURIOSA SEÑAL DE UN RAMAL DE APRENDIZAJE DE 750 MTS. APROXIMADAMENTE

4. Actividades.

PRÉSTAMO DE BICICLESTAS.

En esta sección introduzco información relativa a los puntos de préstamo de bicicletas gratuito. (es un servicio municipal).



PARQUE JUAN CARLOS I CONDICIONES:

Glorieta de Don Juan de Borbón, s/n 28042 Madrid

El Ayuntamiento de Madrid expide una tarjeta de acceso al servicio de alquiler con validez de un año desde la fecha de expedición.



Foto 34

Para la obtención de esta se deberá presentar en los puntos de información del parque el DNI, carnet de conducir,

pasaporte, tarjeta de residencia, que acredite la identidad siempre original.

Para menores de edad tiene que acompañarles padres o representantes y firmar una autorización de responsabilidad.

La altura mínima para bicicletas grandes es de 1,40 y de 1,10 para las pequeñas, así mismo el peso máximo para llevar niños en las bicis con portabebés es de 22 kilogramos

HORARIOS:

TEMPORADA	APERTURA PRESTAMO	Y ÚLTIMO PRÉSTAMO	CIERRE
PRIMAVERA	9:30 H	19:00 H	20:00



			H
VERANO	10:00 H	20:30 H	21:30 H
OTOÑO	9:30 H	19:00 H	20:00 H
INVIERNO	9:30 H	17:00 H	18:00 H

Se permite el acceso con bicicletas a todas las estaciones de la red de metro y metro ligero de la comunidad de Madrid en los días y períodos siguientes:

Sábados, Domingos y festivos, durante todas las horas de servicio.

Lunes a Viernes laborables, de 10:00h a 12:30h y de 21:00h hasta el cierre del servicio

Condiciones de utilización:

*Sólo se permitirá una bicicleta por viajero y billete. Las bicicletas plegables se consideran bultos de mano siempre que vayan cerrados.

*La entrada a las estaciones con control de acceso mediante torniquetes se realizarán exclusivamente por los vestíbulos atendidos por el personal de la estación, el cual, tras comprobar la perceptiva validación del título de transporte



facilitará el acceso por el portón o paso para personas con movilidad reducida. Igualmente se facilitará la salida de las estaciones por los citados portones.

*Podrá impedirse el acceso con bicicleta cuando se produzcan circunstancias que así lo aconsejen, tales como aglomeraciones, averías y otras incidencias que dificulten el tránsito y la movilidad de las personas dentro de las instalaciones y vehículos.

*Los trayectos en Metro se realizarán en el interior de los coches en la zona más próxima a las cabinas de conducción, permitiéndose únicamente dos bicicletas por coche. En el caso de Metro Ligero, las bicicletas deberán colocarse en los espacios habilitados al efecto, permitiéndose únicamente cuatro bicicletas por unidad móvil.

*Se permite el transporte de bicicletas en las escaleras mecánicas, ascensores y pasillos rodantes, siempre que el grado de ocupación de dichas instalaciones lo permita y sin ocasionar molestias a otros usuarios.

*No se permite conducir la bicicleta en las instalaciones de Metro y Metro Ligero (pasillo, andenes, etc.)

*El viajero portador de la bicicleta será responsable de la custodia y cuidado de la misma, evitando en sus desplazamientos cualquier molestia al resto de los usuarios. Metro de Madrid, Metro Ligeros de Madrid y Metro Ligero Oeste no se hacen responsables de los desperfectos o pérdidas que puedan sufrir las bicicletas y declinan toda



responsabilidad por los perjuicios que el transporte de la bicicleta pueda ocasionar a terceros.

5. Bibliografía

www.conbici.org

www.espormadrid.es

www.mejorconbici.com

www.pedalibre.org

www.madrid.org

www.anilloverdeciclista.es

6. Índice de ilustraciones

Imagen

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,
23,24,25,26,27,28,29,30,31,32,33,34.

http://www.anilloverdeciclista.es/pageID_6026770.html

