

BIBLIOTECA ARMAND CARDONA TORRANDELL

GUIA DE CICLISME



NOVEMBRE 2011



La bicicleta

-*La bicicleta* / Susanna Arànega. Barcelona : La Galera, 2009.
SIGN. 1629.11 Ara

-*La bicicleta* / Joan Portell, Susanna Arànega. Barcelona : La Galera, 2000.
SIGN. 1629.11 Por

-*La bicicleta de carretera : manual de mantenimiento y reparación* / Dirk Zedler, Thomas Musch. Madrid : Tutor, 2011.
SIGN. 629.11 Zed

-*Guía maestra del mantenimiento y reparación de la bicicleta de carretera y mountain bike* / Jim Langley. Madrid : Tutor, 2000.
SIGN. 629.11 Lan

-*El libro de la bicicleta : mantenimiento y reparación* / Fred Milson. Barcelona : Omega, 2009.
SIGN. 629.11 Mil

Ciclisme

-*La Bicicleta : mito, técnica y pasión* / Francesco Baroni. Barcelona : Librería Universitaria, 2009.
SIGN. 796.61 Bar

-*Ciclismo de por vida : montar en bicicleta hasta los 100 años* / Roy M. Wallack y Bill Katovsky. Barcelona : Paidotribo, 2008.
SIGN. 796.61 Wal

-*El ciclismo : esfuerzo y equipo* / César F. Buitrón. León : Everest, 2008.
SIGN. 796.61 Bui

-*El ciclista* / Tim Krabbé. Barcelona : Los Libros del Lince, 2010.
SIGN. N Kra

-*100 años del Tour de Francia* / Luis Miguel González. León : Everest, DL 2003
SIGN. 796.61 Gon

-*Cumbres de leyenda : un recorrido por la historia del Tour, a través de sus montañas más simbólicas* / Carlos Arribas i Sergi López-Egea. Barcelona : RBA, 2005.
SIGN. 796.61 Arr

-*Això no va de bicis : el meu retorn a la vida* / Lance Armstrong i Sally Jenkins ; traducció de l'anglès de Sergei Pohl. Barcelona : Proa, 2002.
SIGN. 92(Arm) Arm



AJUNTAMENT DE
VILANOVA I LA GELTRÚ

Entrenament ciclista

-*Anatomía del ciclista* / Shannon Sovndal. Madrid : Tutor, 2009.

SIGN. 796.61 Sov

-*Bicicleta de carreras* / Steve Thomas, Ben Searle, Dave Smith. Barcelona : CEAC, 2005.

SIGN. 796.61 Tho

-*Ciclismo en ruta : guía para ser más rápido, más fuerte, más seguro y tener más fondo* / per Ed. Pavelka i els editors de Bicycling Magazine. Madrid : Tutor, 1999.

SIGN. 796.6 Pav

-*Ciclismo para estar en forma : programa completo en sólo siete semanas* / Chris Sidwells. Madrid : Blume, cop. 2007

SIGN. 796.61 Sid

-*Ciclismo y rendimiento : guía para optimizar el entrenamiento y mejorar en el ciclismo* / Yago Alcalde Gordillo. Madrid : Tutor, 2011.

SIGN. 796.61 Alc

-*Manual de ciclo indoor* / Carlos Barbado Villalba. Barcelona : Paidotribo, 2005.

SIGN. 796.4 Bar

-*Manual de entrenamiento del ciclista* / Joel Friel. Badalona [etc.] : Paidotribo, cop. 2011.

SIGN. 796.61 Fri



-*Pedalear bien : biomecánica del ciclismo, posición sobre la bicicleta, elección del cuadro y los componentes, uso secuencial de los desarrollos* / Zeno Zani. Madrid : Tutor, cop. 2010. SIGN. 796.61 Zan

-*Planifica tus pedaladas* / Chema Arguedas Lozano. [S.l.] : l'autor, DL 2008.

SIGN. 796.61 Arg

-*Preparación y entrenamiento del ciclista : guía práctica para todas las especialidades* / Michel Delore. Barcelona : Hispano Europea, cop. 1998.

SIGN. 796.61 Del

-*Técnicas de entrenamiento para ciclistas : más fuerza, más rapidez, más resistencia, mejores resultados* / dirigit per Ed Pavelka. Madrid : Tutor, 2004

SIGN. 796.61 Tec

Cicloturisme

-*En bicicleta por los puertos : un relato con las características básicas de los principales puertos de montaña del mundo del ciclismo* / Frederic Ràfols. Vilanova i la Geltrú : El Cep i la Nansa, 2007.

SIGN. 796.61 Raf

-*De Ginebra a Niça : les rutes del Tour* / Rafael Vallbona ; llibre de ruta a cura de Llorenç Pros. Barcelona : Proa, 2004.

SIGN. 796.61 Val

-*Gran travesía de los Pirineos en bici : el círculo pirenaico por las dos vertientes* / Javier Sánchez-Beaskoetxea. Bilbao : Sua , 2011.

SIGN. 796.61 Sa

-*Grandes rutas en bici por España* / Bernard Datcharry i Valeria H. Mardones. Madrid : El País/Aguilar [etc.], 2008.

SIGN. 91(026)(46) Dat

-*Manual de cicloturismo* / Juanjo Alonso. Madrid : Desnivel, 1999.

SIGN. 796.61 Alo

-*Les rutes en bicicleta del "Cavall Fort" : 26 itineraris fàcils per Catalunya* / Joan Portell Rifà. Valls : Cossetània, 2005.

SIGN. 796.61 Por

-*7 desiertos con un par de ruedas* / Sergio Fernández Sosa. Barcelona : Saga, 2007.

SIGN. 910.4(100) Fer

-*Viajar en bici : manual práctico de cicloturismo de alforjas* / Alicia Urrea, Álvaro Martín. Madrid : Desnivel, 2010.

SIGN. 796.61 Urr

-*Vías verdes: vive la vía*. Valladolid : Divisa, 2005. SIGN. DVD 91(026)(46) Via

-*Vías verdes: vive la vía II*. Valladolid : Divisa, 2007.

SIGN. DVD 91(026)(46) Via

La bicicleta de muntanya

-*La BTT: una forma d'excursionisme* / Joan M. Vives i Teixidó. Barcelona : Abadia de Montserrat, 1995.

SIGN. 796.61 Viv

-*Excursionisme en BTT : manual pràctic* / Beti Costillas i Pérez, Joan Gelabert i Babot. Valls : Cossetània, 2010.

SIGN. 796.6 Cos

-Manual completo de mountain bike / Tim Brink.
Barcelona : De Vecchi, cop. 2008.
SIGN. 796.61 Bri

-Mountain bike : aprender a pedalear en medio de la naturaleza con cien ejercicios progresivos / Giuliano Teolis, Franco Leoni ; traducción de Elena de Grau. Barcelona : Grijalbo, cop. 2000.
SIGN. 796.6 Teo

-Mountain Bike : de la A a la Z / Aldo Sassi.
Madrid : Tutor, 1995.
SIGN. 796.61 Sas

-Técnica de mountain bike para todos los niveles : fundamentos, equilibrio y escalada, seguridad en las curvas... / Holger Meyer, Thomas Rögner.
Madrid : Tutor, cop. 2009.
SIGN. 796.61 Mey

Rutes en BTT

-El Bages en BTT : 18 itineraris / Josep Maria Ferrer i Aldòs, Josep Lluís Jurado i Devant. Valls : Cossetània, 2003.
SIGN. 796.61 Fer

-El Berguedà en BTT : 15 recorreguts / Miquel Julià Sans i Forés. Valls : Cossetània, 2003.
SIGN. 796.61 San

-En BTT pel Gironès : 18 itineraris pels voltants de Girona / Josep Ma Cullell Surroca. Valls : Cossetània, 2004.
SIGN. 796.61 Cul

-En BTT pel Solsonès : 20 itineraris / Xavier Fabrès i Andreví. Valls : Cossetània, 2005.
SIGN. 796.61 Fab

-En BTT per l'Alt Empordà : 11 itineraris / Josep Descamps, Santi Puig Pla. Valls : Cossetània, 2003.
SIGN. 796.61 Des

-En BTT per l'Alta Cerdanya i el Capcir / Oriol Guasch i Terré. Valls : Cossetània, 2005.
SIGN. 796.61 Gua

-En BTT per Osona : 14 itineraris / Joan Conill Mateu. Valls : Cossetània, 2004.
SIGN. 796.61 Con

-En BTT per Sant Llorenç del Munt, l'Obac i Montserrat : 20 itineraris per l'entorn de Rellinars / Carles Sans i Ravellat. Valls : Cossetània, 2000.
SIGN. 796.61 San

-Camino del norte en BTT : ruta jacobea de la costa / Juanjo Alonso. Madrid : Desnivel, 2010.
SIGN. 796.61 Alo

-La Catalunya litoral / Joan Portell Rifà, Leonor Sesén Herrera. Barcelona : Enciclopèdia Catalana, 1994.
SIGN. 796.61 Por

-50 itineraris en BTT per Catalunya / Manel Cajide i Plaza. Valls : Cossetània, 2003.
SIGN. 796.61 Caj

-Garrotxa : 17 excursions en BTT / Sergi Lara. Valls : Cossetània, 2010.
SIGN. 796.61 Lar

-La Garrotxa en BTT : 15 itineraris / Sergi Lara i García. Valls : Cossetània, 2004.
SIGN. 796.61 Lar

-En BTT pel Ripollès : 15 itineraris / David Aguirre Esteve. Valls : Cossetània, 2002.
SIGN. 796.61 Agu

-Les Garrigues : 14 itineraris en BTT, a peu o a cavall / Josep Insa Montava. Valls : Cossetània, 2004.
SIGN. 796.61 Ins

-Itineraris en BTT per la Cerdanya / per Joan Guirao i Josep Rafel Alsina. Barcelona : Montblanc-Martín, 1994.
SIGN. 796.61 Gui

-Pel Lluçanès en BTT / Adrià Zamel i Parramon. Valls : Cossetània, 2002.
SIGN. 796.61 Zam

-El Pallars Sobirà en BTT : 14 itineraris / Xavier Agut. Valls : Cossetània, 2007.
SIGN. 796.61 Agu

-Pedals de foc : gran ruta BTT per la Ribagorça, el Pallars i la Val d'Aran / Jordi Laparra. Granollers : Alpina , 2007.

-Els Pirineus / Joan Portell Rifà, Leonor Sesén Herrera. Barcelona : Proa , 1996.
SIGN. 796.61 Por

-Els secrets de les vies verdes : dels Pirineus a la Costa Brava. / direcció: Emili Mató Palós. [Girona] : Consorci Vies Verdes de Girona, 2009. 3 v.

-Tram Girona - Sant Feliu de Guíxols

-Tram Olot-Girona

-tram Ripoll-Olot

SIGN. 796.61 Sec

-La Serralada Litoral en BTT : Serra de Marina, Sant Mateu, el Corredor, Montnegre / Joan Portell Rifà. Valls : Cossetània, 2000.
SIGN. 796.61 Por

-Serralades pre-litorals i planes interiors / Joan Portell Rifà, Leonor Sesén Herrera. Barcelona : Pòrtic, 1997.

SIGN. 796.61 Por

-Transatlàs : Marruecos en BTT : 33 etapes en el Saghro, alto y medio Atlas / Jorge Diví Castellón. Madrid : Desnivel, 2011.

SIGN. 796.6 Div

-La travesía de los Pirineos en BTT : del Mediterráneo al Atlántico por el Pirineo / Jordi Laparra. 2a ed. Zaragoza : Prames, DL 2002.

SIGN. 796.61 Lap

-L'Urgell : 12 itineraris en BTT, a peu o a cavall / Josep Insa Montava. Valls : Cossetània, 2003.

SIGN. 796.61 Ins

-El Vallès Occidental i Oriental en BTT : 15 itineraris orientats amb GPS / Carles Sants i Ravellat, Jordi Vidal i Pedrals. Valls : Cossetània, 2006.

SIGN. 796.61 San

-Volta al Cadí-Moixeró / Sergi de Campos, Lluís García, Joan Rovira i Probike. Granollers : Alpina ; Barcelona : Probike, 2009.

SIGN. 796.61 Cam

-Volta al Canigó / Sergi de Campos ... [et al.]. Granollers : Alpina ; Barcelona : Generalitat de Catalunya. Institut Català de les Indústries Catalans, 2010.

SIGN. 796.61 Vol

-Volta al Parc d'Aiguestortes en BTT : un recorregut pels Pedals de Foc / Rafael Vallbona. Valls : Cossetània, 2009.

SIGN. 796.61 Val

-Volta en bicicleta de muntanya a la Vall d'Aran / Albert Castellet, Pere Oller. Granollers : Alpina, 2003.

SIGN. 796.61 Cas

Alimentació de l'esportista

-Alimentación y nutrición del deportista : con regímenes adaptados a cada deporte / Camille Craplet, Pascal Craplet, Josette Craplet-Meunier. Barcelona : Hispano Europea, cop. 2000.

SIGN. 613.2 Cra

-Guía de alimentación para el deportista / Alberto Muñoz Soler i Francisco Javier López Meseguer. Madrid : Tutor, 2001.

SIGN. 613.2 Mun



-Guía nutricional de los deportes de resistencia / Denis Riché. Barcelona : Hispano Europea, cop. 2000.

SIGN. 613.2 Ric

-Nutrición para la salud, la condición física y el deporte / Melvin H. Williams. Barcelona : Paidotribo, cop. 2002.

SIGN. 613.2 Nut

Revistes de ciclisme

-Ciclismo a fondo. Madrid: Motorpress Ibérica, DL 1985-

SIGN. R 796.61 Cic

-Natura i aventura : revista gratuïta d'esports de muntanya per a Catalunya i Andorra. Barcelona : H4XORS, 2006-

-Solo bici. Hospitalet de Llobregat : Alesport, [DL1987]-

SIGN. R 796 Sol

→ A la biblioteca Joan Oliva també trobareu:

-Bike a fondo. Bilbao : Luike Sport, 1991-

SIGN. R 796 Bik

Biblioteca
+ Cardona
+ Torrandell

C. Menéndez y Pelayo, 15-17
08800 Vilanova i la Geltrú
Tel. 93 815 91 21 Fax. 93 815 80 29
e-mail: b.vilanovag.act@diba.cat
<http://www.vilanova.cat/biblioteques>

HORARIS
Matins
De dimarts a dissabtes
de 10 a 14 h

Tardes
De dilluns a divendres
de 16 a 20 h
Dissabtes
de 17 a 20 h



**Diputació
Barcelona**
xarxa de municipis

Àrea de Cultura
Servei de Biblioteques