



butlletí

per als socis
febrer 2008

Paradís, 10 i 12- 08002 Barcelona

Tel.: 933 152 311

Fax: 933 151 408

cec@cec.cat

www.cec.cat

● Premi Nacional de Medi Ambient 2001 ● Medalla de la UNESCO 1999 ● Creu de Sant Jordi 1983 ● Premi d'Honor Jaume I 1981 ● Medalla d'Or de la Ciutat de Barcelona 1976

«Joaquim Santasusagna o la nació a través de l'excursionisme»

El dimarts 5 de febrer a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes del CEC es pronunciarà la conferència «Joaquim Santasusagna o la nació a través de l'excursionisme», a càrrec del Dr. Xavier Ferré i Trill.



Més informació a la pàgina 4

Dos audiovisuals de l'alpinista Jordi Pons

El dia 14 de febrer a la sala d'actes del CEC a 2/4 de 8 del vespre es projectaran dos interessants vídeos del nostre consoci Jordi Pons: *Orígens i evolució de l'alpinisme a Europa* i *La inaccessible paret nord del Dru*.



Més informació a la pàgina 4

Dos socis del Centre descobreixen una espècie botànica nova als Països Catalans

Valentí González i Josep Nuet han descobert, durant un treball de recerca botànica a la bassa de Sanavastre (Cerdanya), una espècie desconeguda als Països Catalans. Es tracta de *Brassica barrelieri* (L.) Janka, de la família de les crucíferes,

que es fa a la meitat occidental de la península ibèrica, des de Castella fins a Portugal i de Galícia a Andalusia.

Més informació a la pàgina 4

«La volta als Anapurnes», un reportatge sobre un dels trekkings clàssics del Nepal

El proper dimarts dia 12 de febrer a 2/4 de 9 del vespre a la sala d'actes del CEC es passarà un reportatge de diapositives sobre un dels trekkings més clàssics del Nepal: «La volta als Anapurnes». L'acte

serà presentat per Ignasi Vidal i Maria Puigdueta.

Més informació a la pàgina 5





Atenció al soci

SEU DEL CEC

- Carrer del Paradís, 10 i 12
08002 Barcelona
☎ 933 152 311
Fax 933 151 408
cec@cec.cat
www.cec.cat



HORARIS (de dilluns a divendres)

- **Secretaria i àrea d'atenció al soci:**
Diàriament de 17:30 a 21:30
- **Seccions:**
De 19:30 a 21:30
- **Biblioteca:**
De dilluns a dijous de 17:30 a 21:30
Divendres de 18:00 a 21:00
- **Arxiu Fotogràfic:**
Dimarts i dijous de 10:00 a 14:00
i de 17:30 a 21:30
- **Redacció de Muntanya:**
Dimarts i dijous de 19:30 a 21:00

SECCIONS

- **Secció de Muntanya (Club Alpí Català)**
muntanya@cec.cat
De dilluns a dijous
- **Centre Acadèmic d'Escalada (CADE)**
Dijous
- **Secció d'Esquí (Club d'Esquí de Catalunya)**
esqui@cec.cat
Dijous
- **Secció de Càmping (Club de Càmping de Catalunya)**
camping@cec.cat
Dimarts i dijous
- **Equip de Recerques Espeleològiques (ERE)**
ere@cec.cat
Dimarts
- **Secció de Geografia i Ciències Naturals**
geografia@cec.cat
De dilluns a dijous
- **Secció de Fotografia**
Dimarts i dijous
- **Secció d'Història i Art**
Dijous
- **Secció de Cinema Amateur i Vídeo**
(representants de la UNICA)
De dilluns a dijous

COMISSIONS

- Comissió de Protecció de la Natura
- Comissió d'Activitats per a Infants
- Comissió de Jovent
- Comissió d'Equipaments
- Comissió de Publicacions
- Comissió de Patrimoni Documental
- Comissió de Competicions
- Comissió d'Esport Adaptat

SERVEIS

- **Escola de Muntanya**
Cursos de formació
De dilluns a divendres
escola@cec.cat
- **Xarxa de Refugis i Xalets del CEC**
8 equipaments
- **Complex Esportiu de Can Caralleu**
Esports, 2-8 / 08017 Barcelona
☎ 932 037 874
- **Publicacions**
 - *Muntanya*
(revista bimestral d'excursionisme)
revista.muntanya@cec.cat
 - *Butlletí per al soci* (mensual)
 - Guies de muntanya i altres obres
- **Arxiu Fotogràfic**
280.000 clixés
arxiufotografic@cec.cat
Dimarts i dijous
- **Biblioteca**
32.000 documents
biblioteca@cec.cat
De dilluns a divendres
- **Cartoteca**
6.000 mapes
cartoteca@cec.cat
De dilluns a divendres
- **Arxiu de l'Estudi de la Masia Catalana**
7.700 fitxes
Dijous
- **Tramitació de llicències esportives**
Àrea d'atenció al soci
De dilluns a divendres
- **Assegurances**
- **Companya de Guies de Muntanya (UIAGM)**
companyaguies@cec.cat
De dilluns a divendres
- **Lloguer de material de muntanya**
Paradís, 10, bxs.
De dimarts a dijous
- **Descomptes en instal·lacions i activitats**
- **Estudi d'edició de vídeo**
- **Aules amb instal·lació audiovisual**
 - Artur Osona
 - Pompeu Fabra
 - Sala d'actes
- **Sales d'exposicions**
 - Albert H. Gordon
- **Secretaria**
secretaria@cec.cat

ADHERIT A:

- Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya
- Federació Catalana d'Esports d'Hivern
- Federació Catalana d'Espeleologia
- Federació Catalana de Fotografia
- Associació Espanyola de Càmping i Caravana
- Federació Catalana de Ciclisme
- Federació Catalana d'Esports de Paràlisi Cerebral
- Federació Catalana d'Esports de Minusvàlids Físics
- Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada

MEMBRE FUNDADOR DE

- Unió Internacional de Cinema Amateur (UNICA)
- Unió Internacional d'Associacions d'Alpinisme (UIAA)

REFUGIS I XALETES

- **Refugi d'Amitges**
Estany d'Amitges,
Espot (2.380 m)
Guardes: Valentí
Sagristà i Núria Garcia
☎ 973 250 109
66 places.
www.amitges.com



- **Refugi Ciriac Bonet**
Siurana (740 m)
Guardes: Toni Arbonés
i Miriam Richart
☎ 977 821 337
18 places



- **Refugi Joan Ventosa i Calvell**
Estany Negre de Boí
(2.200 m)
Guarda: Miquel Sánchez
☎ 973 297 090
80 places
www.imaginalia.net/ventosa/



- **Refugi Josep M. Blanc**
Estany Tort de Peguera,
Espot (2.350 m)
Guardes: Xavier Serratosa
i M. Rosa Pascual
☎ 973 250 108
60 places
www.jmblanc.com



- **Refugi de la Renclusa**
Vall del riu Èssera,
Benasc (2.140 m)
Guarda: Antoni Lafont
☎ 974 552 106
92 places.



- **Refugi d'Ulldeter**
Capçalera del riu Ter,
Setcases (2.200 m)
Guarda: Xavier Bosch
☎ 972 192 004
52 places
www.uldeter.net



- **Xalet Juli Soler i Santaló**
Salarú (1.270 m)
Guardes: Marc Vilatovà i
Idoia Lejarzaburu
☎ 973 645 016
112 places
www.refugisalaru.com



- **Xalet de la Molina TANCAT**
www.xaletcec.com



Atenció al soci

Campanya «El Centre del nou segle»

Aportacions voluntàries:

- Aportació mínima: 50 €
- El pagament es pot efectuar amb:
 - xec bancari a favor del CEC.
 - transferència al CCC: 0081 0057 38 0001949198 (concepte: «El Centre del nou segle»).
 - en efectiu a la Secretaria del Centre.
 - contra el compte bancari que el soci ens indiqui.
 - en les modalitats de xec i de pagament en efectiu, el Centre disposa d'un servei de cobrament a domicili.
- Atès que aquest tipus d'aportacions tenen el caràcter de donació, i com que el Centre és una entitat declarada d'utilitat pública, estan subjectes a la desgravació del 25 % en la declaració de l'IRPF, i del tipus que pertoca en l'impost de societats, d'acord amb la normativa tributària vigent.

Sumari

| | |
|-------------------------------|-----------|
| Atenció al soci | 2 |
| Noticiari | 4 |
| Seccions | 6 |
| Muntanya | 6 |
| Esquí | 6 |
| Càmping | 6 |
| Geografia i Ciències Naturals | 6 |
| Història i Art | 6 |
| Fotografia | 6 |
| Cinema i Vídeo | 6 |
| Agenda mensual | 8 |
| Comissions i serveis | 13 |
| Escola de Muntanya | 6 |
| Esport Adaptat | 6 |
| Biblioteca | 6 |

ATENCIÓ AL SOCI

Per a qualsevol suggeriment, idea o dubte fora de l'horari del Centre, us podeu dirigir a la Pepa Igartua:

☎ 932 136 640.

atenciosoci@cec.cat

INSCRIPCIÓ A EXCURSIONS I ACTIVITATS

Tingueu present que per apuntar-vos a qualsevol excursió o activitat cultural us heu d'inscriure, per telèfon o personalment, a l'àrea d'atenció al soci.

Junta Directiva

President: Josep Manel Puente

Vicepresident 1r: Francesc Banqué

Vicepresident 2n: David Mengual

Secretària: Pepa Igartua

Tresorer: Josep M. Zamora

Vocals

Promoció Cultural: Benet Llebaria

Geografia i Ciències: Montserrat Llorens

Història i Art: Francesc Olivé

CADE: Jordi Bernat

Esquí: Nadal Pujol

Voluntariat: Ricard Dodero

Patronats i Centenaris: Andreu Rafa

Refugis: Antoni Flo

Muntanya: Emili Rissech

Càmping: Eduard Cayon

Bicicleta de Muntanya: José Guajardo

ERE: Daniel Ferrer

Descens Barrancs: Carme Nivera

RELACIÓ D'ALTES DE SOCIS DE NOVEMBRE I DESEMBRE DEL 2007

Numerari

Aceña Munnó, Carlos
Arboles Villamayor, Albert
Avalos Molero, Jesús
Barberà Gil, Enric
Castells Gómez, Joan
Díaz Anabitarte, Aitor
Edo Puertas, Josep
Espín Méndez, Isolina
Espuña Soler, M. Àngels
Font Espuña, Gloria
Gallego Lozano, Ana M.
Gubler, Sílvia
Guidonet Riera, Alicia
Hernández Simon, Francesc
Larrauri Vives, Itziar
Masllovet Ramionet, Oriol
Olivé Olivé, Xavier
Pagà Homedes, Ariadna

Parra Gómez, M. Luisa
Pisoni Homedes, Angela
Pou Matarranz, Fernando
Pujol Vallès, M. Teresa
Quero Sevilla, Ivan
Racano Silvente, Rafael
Recasens Estrada, M. Àngels
Roy, Celyne
Santamaria González, Laura
Saurí Altamirano, Pere
Schilt Cardoner, Ignasi
Serna Ruiz, Pedro
Sojo Heble, Josep M.
Soler Vendrell, Josep
Torrella Mayol, Aina
Trilla Sarrad, Guillem
Vieito Gerboles, Javier
Zsolt Fradera, Ilonka

Junior

Comamala Caum, Eduard
Martínez Aguilera, Albert

Familiar

Batlle Mundet, Carme
Comellas Modol, Pilar
Freixas Rojas, Núria
Garcia Rubia, Sofia
Gol Pérez, Berta
Gol Pérez, Joan
Gorgojo Pastor, Àngels
Paneque Pérez, Àngels
Ricart Buxó, Anna
Serna Ricart, Marc
Serna Ricart, Pau
Sojo Conde, Vinyet
Viñas Alcaraz, Albert

Butlletí per als socis

Editor: Ferran Alexandri

ferran@alexandri.cat

Disseny i maquetació: Estudi Toni Inglés

toni@toni-ingles.com

Impressió: Litografía Ochoa, S.L.

Dipòsit legal: B-15685-1959

Imprès en paper ecològic



ROGER ROVIRA



Noticiari

CONFERÈNCIA



«Joaquim Santasusagna o la nació a través de l'excursionisme»

El dimarts 5 de febrer a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes es pronunciarà la conferència «Joaquim Santasusagna o la nació a través de l'excursionisme», a càrrec del Dr. Xavier Ferré i Trill, professor de la Universitat Rovira i Virgili, i membre dels grups de recerca de les universitats d'Alacant i de Barcelona. Ferré ha publicat diversos estudis del

pensament polític contemporani i d'història social de la cultura. Un dels seus últims llibres és: *Nació i excursionisme. Biografia intel·lectual de Joaquim Santasusagna*.

Tots els socis que volgueu entendre la ideologia del moviment excursionista català, heu d'assistir a aquesta interessant conferència.

CONFERÈNCIA AUDIOVISUAL

Dos audiovisuals de l'alpinista Jordi Pons

El dia 14 de febrer a la sala d'actes del CEC a 2/4 de 8 del vespre es projectaran dos interessants vídeos del nostre consoci Jordi Pons i Sanjinés.

Orígens i evolució de l'alpinisme a Europa

Conferència comentada amb projeccions sobre alpinisme, a través d'un període de temps que s'estén des de Petrarca, o de la pretesa ascensió al Canigó de Pere II el Gran, fins a les conquestes de les grans parets nord dels Alps (Hillary, Messner, Bonatti, Cassin, Heckmair, etc...).

Duració de la projecció: 45 minuts.

La inaccessible paret nord del Dru

El Dru és l'agulla més emblemàtica de la vall de Chamonix, i la seva paret nord ha esdevingut des de sempre un objectiu cobejat per a molts alpinistes. També ho va ser per a Jordi Pons.

La primera ascensió d'aquesta paret forma part de la dècada de 1930, just quan una elit d'alpinistes europeus s'esforçaven per aconseguir escalar les parets més famoses dels Alps. És a dir el Cervino, l'Eiger, les Grans Jorasses, el Piz Badile o la Cima Grande di Lavaredo, ascensions a les quals s'hi afegiria la cara nord del Petit Dru.

L'any 1959, i en el decurs de la segona anada de vacances a Chamonix de Jordi Pons, juntament amb en Josep Santacana del Centre Excursionista de Grà-



cia, intenten escalar la paret nord del Dru. Quan ja portaven escalats uns centenars de metres, durant el bivac, el temps empitjora i deixa la paret en condicions perilloses per continuar l'ascensió.

L'any 1972, juntament amb els amics del Club Muntanyenc Barcelonès, Ton Fontdevila i Remi Bresco, en Jordi torna al Dru. Després d'un altre bivac, i just quan ja han superat una part important de les dificultats, els sorprèn de nou el mal temps. Entre trons i llamps abandonen la paret i fan un altre bivac en plena tempesta.

El 1974, tornant de l'Himàlaia (Annapurna Est 8.026 m), juntament amb el basc Àngel Rosen i l'Emili Civís, tornen al Dru. És el seu tercer intent. Durant la nit, i quan ja han superat la fissura Lambert, comença un concert de trons que els obliga a abandonar la plataforma de bivac en plena tempesta en un arriscat descens.

El 2003 i després de 44 anys d'haver realitzat el primer intent, Jordi Pons aconsegueix escalar, amb Lluís Giner i Xarles Gusi, la paret nord del Petit Dru.

Duració del film: 24 minuts.

Noticiari

PROJECCIÓ DE DIAPOSITIVES

«La volta als Anapurnes», un reportatge sobre un dels trekkings clàssics del Nepal

El proper dimarts dia 12 de febrer a 2/4 de 9 del vespre a la sala d'actes del CEC es projectarà un reportatge de dia-

positives sobre el trekking dels Anapurnes, a cura d'Ignasi Vidal i Maria Puigdueta. Es tracta d'un dels trekkings més

clàssics del Nepal, a través d'un país atractiu per la cultura i la geografia, a l'entorn del gran massís dels Anapurnes.



CIÈNCIES NATURALS

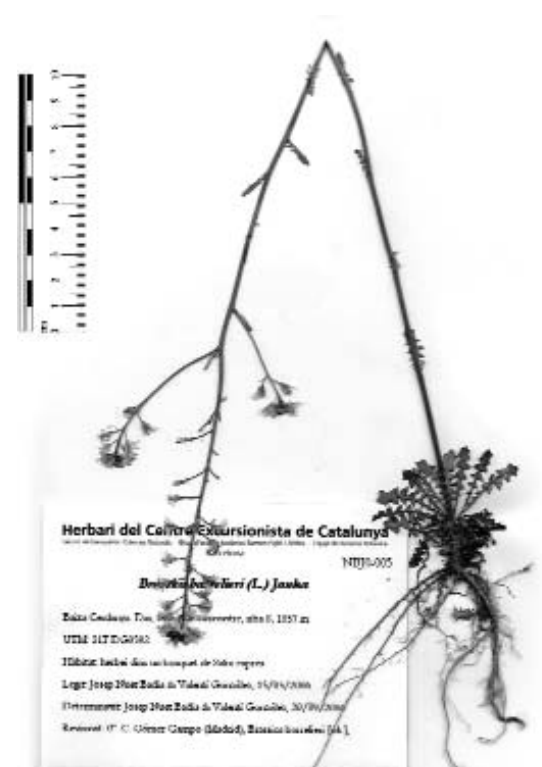
Dos socis del Centre descobreixen una espècie botànica nova als Països Catalans

Els nostres consocis Valentí González i Josep Nuet han descobert, durant un treball de recerca botànica a la bassa de Sanavastre (Cerdanya), una espècie desconeguda als Països Catalans. Es tracta de *Brassica barrelieri* (L.) Janka, de la família de les crucíferes, que es fa a la meitat occidental de la península ibèrica, des de Castella fins a Portugal i de Galícia a Andalusia.

Aquesta important troballa ha estat confirmada pel Dr. César Gómez Campo, autor de la monografia dins *Flora ibérica*, i màxima autoritat d'aquest gènere botànic. El plec que reproduïm, testimoni de la troballa, està dipositat a l'herbari de

la Universitat de Barcelona, amb la referència BCN 50353. Pròximament aquesta novetat serà publicada en el número 74 del Butlletí de la Institució Catalana d'Història Natural.

Aquests consocis nostres col·laboren en el Grup d'Estudis Botànics Ramon Pujol i Alsina de la Secció de Geografia i Ciències Naturals, on han format l'Equip de Recerca Botànica, que actualment porta a terme, juntament amb altres socis interessats, dos treballs de recerca: la cartografia corològica dels arbres autòctons de la serra de Collserola i la flora de la vall de Saltèguet (a la Molina).





Les seccions

SECCIÓ DE MUNTANYA

Excursions

Santuari de la Salut

Diumenge 3

Itinerari: Sant Feliu de Pallerols, coll d'Uria, estany del Coll, santuari de la Salut, collet de l'Arc, la Devesa, el Corriol i Rupit.

Temps de camí: 4 h.

Desnivell: +700 m / -400 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: *Vall de Sau-Collscabra* (Editorial Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Xavier Junquera i Javier Nieva.

Ruta de Sorreigs

Diumenge 10

Itinerari: Santa Cecília de Voltregà, els Angelats, can Guiteres, l'Aumatell, les Fosses, torrent de Vila-rasa, serrat del Batlle i els Munts (1.058 m).

Temps de camí: 6-7 h.

Desnivell: +550 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: *Lluçanès-Osona* (ICC).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Carlos Portillo i Joaquim Sánchez.

L'Estany - Moià

Diumenge 10

Itinerari: l'Estany, coll Sobirà, puig Rodó, serrat de l'Espelta, pla de les Escopetades i Moià.

Temps de camí: 4 h.

Desnivell: +150 m / -350 m.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb autocar.

Vocal: Ignasi Nadal i Joan Ramon Montes.

Punta del Curull - serra de la Llena

Diumenge 17

Itinerari: el Vilosell, el Crucifici, Sant Miquel de la Tosca, punta del Curull (1.021 m), penya Alta, punta del Marc, lo Fontanet i la Pobla de Cérvoles.

Temps de camí: 4h 30 min.

Desnivell: +370 m / -320 m.

Dificultat: ** fàcil.

Informació: *Guia Itineraris per la serra de la Llena i els Segalassos*.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Francesc Beato i Joan Bernat Andreu.

Sant Pere de Bertí

Diumenge 24

Itinerari: Riells del Fai, can Quintanes, grau del Traver, Sant Pere de Bertí,

torrent de la Font de la Guineu, l'Ullar, Sant Miquel del Fai i Riells del Fai.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivell: +600 m / -600 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: *Cingles de Bertí* (Editorial Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Pilar Casals i Mateu Espinal.

Calçotada a Salomó

Diumenge 24

Itinerari: Vila-rodona, els Palous, mas d'Infants, Bràfim, el Masroig, la Ravassa del Castell, torre del Moro, tossa Grossa de Montferri, la Polla-rossa i Salomó.

Temps de camí: 4 h.

Desnivell: +208 m.

Dificultat: **fàcil

Mapa: *Tarragonès* (ICC).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Pepe Guajardo i Montse Giménez.

Veterans

El Cabrerès

Dissabte 23

Itinerari:

Autocar: Barcelona, Roda de Ter, Santa Maria de Corcó, pont de les Perxes, pont de la Rotllada, Rupit.

Caminadors: molí de la Masallera, la Tuta, santuari de Cabrera, pont de la Rotllada.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Desnivell: +420 m / -390 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapes i informació: El Cabrerès (Editorial Piolet).

Inscripció: a partir del 10 de febrer.

Lloc de trobada: Ronda Universitat / Balmes, a 2/4 de 8 del matí.

Vocals: Toni Muñoz i Lluís Willaert.

Alta muntanya hivernal i raquetes

El pic de Pessons (2.862 m)

amb raquetes

Dissabte 2 i diumenge 3

Itinerari:

Dissabte: Andorra, Refugi d'Ensagens.

Diumenge: Refugi d'Ensagens, pic de Pessons.

Desnivell: 500 m (ds.) / 500 m (dg.).

Temps de camí: 2-3 h (ds.) / 3 h (dg.).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat (ds.) / **** cal experiència (dg.).

Estada: refugi lliure Estanys d'Ensagens (2.425m).

Material: alta muntanya hivernal: raquetes, grampons, màrfega, sac hivernal, fogonet...

Trobada de coordinació: dijous 31 gener a la secció a 2/4 de 9 del vespre.

Places: 6

Viatge: amb cotxes propis.

Mapa: *Tossa Plana/Puigpedrós* (Editorial Alpina).

Vocal: Marc Cabedo.

Vall i pic d'Eina (2.786 m)

Dissabte 9

Itinerari: Eina (1.574 m), vall d'Eina, coll de Núria, pic d'Eina.

Temps de camí: 8 h.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Desnivell: +1.200 m.

Material: piolet, grampons, ARVA, sonda, pala i raquetes.

Mapa: *Cerdagne/Capcir* (IGN).

Viatge: amb cotxes propis.

Vocals: Josep Pastor i Enric del Pozo.

Estanys de la Pera

i pic dels Estanyons (2.836 m) amb raquetes

Dissabte 23 i diumenge 24

Itinerari:

Dissabte: BCN, Arànsers, estació d'esquí de fons, Refugi Estanys de la Pera (2.335m.).

Diumenge: Refugi Estanys de la Pera, pic dels Estanyons (2.836m.), estació d'esquí de fons d'Arànsers.

Desnivell: +350 m (ds.) / +500 m / -850 m (dg.).

Temps de camí: 3 h (ds.) / 6-7 h (dg.).

Dificultat: *** / **** cert nivell de dificultat / cal experiència.

N.b.: Estada al refugi guardat dels Estanys de la Pera (FEEC). Equipament i material d'alta muntanya hivernal. Raquetes, ARVA, pala, grampons, sac de dormir.

Mapes: *Tossa Plana/Puigpedrós* (Editorial Alpina). *Mapa Excursionista Pirineus nº21 Andorra - Cadí* (Institut Cartogràfic de Catalunya / Rando Editions).

Trobada de coordinació: dijous 14 a la secció a 2/4 de 9 del vespre.

Places: 12

Viatge: amb cotxes propis.

Vocal: Dolors Gurri.

Sortides d'alpinisme amb l'Escola de Muntanya

Comencem l'any amb un cicle de sortides d'alpinisme amb la col·laboració de l'Escola de Muntanya, que esperem que es

Les seccions

consolidi com un nou programa de sortides oficials d'alta muntanya. La intenció és fer un parell de sortides hivernals i alguna cresta estival. La condició imprescindible per participar en aquestes sortides serà haver fet el curs d'alpinisme de l'Escola de Muntanya, o acreditar un nivell similar, i estar en forma física suficient.

Agraïm la predisposició dels instructors de l'Escola de Muntanya; sense la seva ajuda el cicle no hauria estat possible.

Cambredases - Cadí Dissabte 23 i diumenge 24

Cap de setmana d'alpinisme a la Cerdanya. Ascensions de corredors clàssics de dificultat entre PD i D al circ de Cambredases i a la paret nord del Cadí. Itineraris bàsicament de neu amb passos mixtos puntuals.

Itinerari dissabte: circ de Cambredase.

Loc i hora de trobada: a les 6 del matí, a l'aparcament estació d'esquí d'Eina.

Aproximació: 2 h aproximadament.

Corredors: Vermicelle, Gigolo, Bougnagas. Descens per la canal central. Possibilitat d'aproximació amb esquís o raquetes de neu. Un cop de tornada als cotxes, trasllat fins a Estana, on dormirem al paller de cal Basté, o bé farem bivac.

Itinerari diumenge: paret nord del Cadí, sector Prat de Cadí.

Aproximació: des d'Estana, 2 h aproximadament.

Corredors: Cristall, Ordiguer, Sàbat, Amagada, Ticó. Descens per la canal del Cristall. Els llocs i itineraris escollits podran variar en funció de les condicions de la neu.

Vocal instructor de l'Escola de Muntanya: Jordi Aliart.

Vocals acompanyants: Àlex Figuerola i Albert Arboles.

Esquí de muntanya

Núria

Dissabte 2 i diumenge 3

Itinerari: Núria, vall de Noucreus, Noucreus, Núria.

Desnivell: +900 m / -900 m.

Estada: en alberg.

Mapa: Vall de Núria (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes propis.

Vocal: Francesc Chiva.

Pic de Mortiers (2.605 m), per la serra de Mauri i la vall de Galba Dissabte 9

Itinerari: estació d'esquí de Formigueres

(1.760 m), serra de Mauri (2.412 m), Refugi de Camporells (2.240 m), pic de Mortiers (2.605 m), Peira escrita, jaça de la Llosa (1.750 m), plans de l'Orriet (1.625 m), Formigueres.

Temps de camí: 6 h.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: Font Romeu/Capcir 2249 ET (IGN).

Viatge: amb cotxes propis.

Vocal: Ander Chamarro.

Nérassol

Dissabte 16 i diumenge 17

Itinerari:

Dissabte: Crta. N20 (entre el port de Pimorent i el port d'Envalira), vall de Sant Josep, pic de la Cabaneta.

Diumenge: l'Hospitalet-près-l'Andorre, estany de Sisca, portella de Sisca, pic de Nérassol, estany de Pédourrès, l'Hospitalet-près l'Andorre.

Temps de camí: 6 h.

Desnivell: +950 m (ds.) / +1.204 m (dg.)

Dificultat: **** cal experiència.

Estada: Gîte d'etape (MP).

Viatge: amb cotxes propis.

Vocal: Teresa Larrieu.

Travessa a Aigüestortes Del 16 al 23

Itinerari:

Diumenge 17: Mare de Déu de les Ares, Refugi de Saboredó.

Dilluns 18: Saboredó, Refugi de Colomèrs, Refugi de la Restanca.

Dimarts 19: Refugi de la Restanca, Refugi Ventosa i Calvell.

Dimecres 20: Refugi Ventosa i Calvell, estany Llong.

Dijous 21: estany Llong, Refugi Amitges.

Divendres 22: ascensió a l'àrea d'Amitges.

Dissabte 23: Amitges, Mare de Déu de les Ares.

Dificultat: **** cal experiència.

Estada: en refugis (MP).

Mapes: Vall d'Aran / Sant Maurici / Vall de Boí (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes propis.

Vocal: Manuel Parrado.

Mont-Roig

Dissabte 23 i diumenge 24

Itinerari: pic de Mont-Roig.

Temps de camí: 3 h (ds.) / 8 h (dg.).

Desnivells: +820 m (ds.) / +660 m, -1.480 m (dg.).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Estada: Refugi de Mont-Roig.

Mapa: Pica d'Estats Mont-Roig (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes propis.

Vocal: Àlex Montoliu.

BTT/Cicloturisme

El Baix Llobregat

Diumenge 3

Itinerari: Sant Vicenç dels Horts, Torrelles i Sant Boi.

Modalitat: BTT.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Distància: 30 km.

Viatge: amb transport públic.

Vocal: J. Lluís Escobedo.

La Conca de Barberà

Diumenge 17

Itinerari: Santa Coloma de Queralt, Rauric, tossal de Suró, Cabestany, Vallfogona de Riucorb, Passanant, Forès, Conesa, tossal Rodó, lo Codony i Santa Coloma de Queralt.

Modalitat: CT.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Distància: 57 km.

Viatge: amb cotxes.

Vocal: Lluís Català.

Vies verdes de la Terra Alta i el Baix Ebre i el delta de l'Ebre

Dissabte 1 i diumenge 2 de març

Itinerari:

Dissabte: Horta de Sant Joan i Tortosa.

Diumenge: Tortosa, Far de la Banya i Deltebre.

Modalitat: BTT/CT.

Dificultat: ** fàcil.

Distància: 46 km (ds.) / 55 km (dg.).

Viatge: amb cotxes propis.

Vocal: Fernando López.

Marxes de resistència

Per tal d'organitzar un grup que pugui participar en les caminades de resistència, es convoca una reunió per al proper dimecres 20 de febrer a les 8 del vespre a la Secció de Muntanya.

Reseguint el GR5 Sitges-Gelida

Dissabte 23

Durada: 33 km.

Viatge: amb transport públic.

Joves (de 18 a 30 anys)

Ascensió a la punta Alta (3.014m)

Dissabte 16 i diumenge 17

Itinerari:

Dissabte: embassament de Cavallers, Refugi Ventosa i Calvell.

Diumenge: estany Gran de Colleto,



Agenda febrer 2008

| Dates | Secció | Tipus d'activitat | Activitat (loc / horari / a cura de, vocals) |
|----------------------------------|--------------------------------|----------------------|---|
| Divendres 1 | Esport Adaptat | NATACIÓ | Campionat de Catalunya d'Hivern , que se celebrarà a la piscina del CN Bétulo, a la platja de Badalona. |
| Dissabte 2 i diumenge 3 | Muntanya | EXCURSIÓ *** | Pic de Pessons, amb raquetes. Vocal: Marc Cabedo. |
| Dissabte 2 i diumenge 3 | Muntanya | EXCURSIÓ *** | Esqui de muntanya a Núria. Vocal: Francesc Chiva. |
| Dissabte 2 i diumenge 3 | Esquí | EXCURSIÓ *** | Esqui de fons i participació a la marxa Beret. Vocal: Josep Pons. |
| Diumenge 3 | Muntanya | EXCURSIÓ *** | Santuari de la Salut. Vocals: Xavier Junquera i Javier Nieva. |
| Diumenge 3 | Muntanya | BITT *** | El Baix Llobregat. Vocal: Josep L. Escobedo. |
| Diumenge 3 | Fotografia | SORTIDA CULTURAL | La fortalesa dels Vilars (Arbeca) i Vallbona de les Monges. Vocals: Eduard Estrada i Josefina Garriga. |
| Dilluns 4 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | Videotertúlia. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Dimarts 5 | CEC | CONFERÈNCIA | « Joaquim Santasusagna o la nació a través de l'excursionisme ». A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Dimecres 6 | Geografia i C. Nat. | PROJECCIÓ CONVERSA | « Canadà, costa oest », a cura d'Albert Font, a 2/4 de 8 del vespre a la sala del 5è pis. |
| Dimecres 6 | Geografia i C. Nat. ERB | SESSIÓ AL LABORATORI | A partir de 2/4 de 7 del vespre, al laboratori de la Secció. |
| Dijous 7 | Càmping | EXCURSIÓ ** | Matinal de Sant Vicenç a l'ermita de Sant Antoni. Vocal: Josep M. Batlle. |
| Dijous 7 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | Taller de vídeo. De 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció. |
| Divendres 8 | Història i Art | PASSEJADA | Verdaverd: Rambla avall. El Raval. Vocal Vicenç Peig. |
| Dissabte 9 | Muntanya | EXCURSIÓ *** | Esqui de muntanya al pic de Mortiers (2.605 m). Vocal: Ander Chamarro. |
| Dissabte 9 | Muntanya | EXCURSIÓ *** | Vall i pic d'Eina, amb raquetes. Vocals: Josep Pastor i Enric del Pozo. |
| Dissabte 9 i diumenge 10 | Esquí | ESQUÍ DE FONS | Cicle d'iniciació a l'esquí de fons i a les raquetes de neu. Vocals: Lluís Vilamosa i Carme Valverde. |
| Dissabte 9 i diumenge 10 | Esquí | ESQUÍ DE FONS | Campionats de Catalunya d'esquí de fons a Lles. |
| Diumenge 10 | Geografia i C. Nat. ERB | TREBALL DE CAMP | Sortida a la vall de Saltèguet. Vocals: Valentí González i Josep Nuet. |
| Diumenge 10 | Geografia i C. Nat. | EXCURSIÓ ** | Exfavepro al castell de Queralt i a l'ermita de Sant Jaume. Vocal: Montserrat Orfila. |
| Diumenge 10 | Història i Art | SORTIDA CULTURAL | Arbeca (Les Garrigues). Vocal: Mercè Falcó. |
| Diumenge 10 | Muntanya | EXCURSIÓ ** | L'Estany-Moià. Vocals: Ignasi Nadal i Joan Ramon Montes. |
| Diumenge 10 | Muntanya | EXCURSIÓ *** | Ruta de Sorreigs. Vocals: Carlos Portillo i Joaquim Sánchez. |
| Dilluns 11 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | 50 certamen de films i vídeos amateurs d'excursions, reportatges i documentals. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Dimarts 12 | Muntanya | AUDIOVISUAL | La volta als Anapurnes, a cura d'Ignasi Vidal i Maria Puigdueta. |
| Dimecres 13 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | 50 certamen de films i vídeos amateurs d'excursions, reportatges i documentals. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Dimecres 13 | Atenció al Soci | RISOTERÀPIA | Sessió de risoteràpia. A les 1/4 de 9 del vespre. A cura de Montserrat Ferraro. |
| Dijous 14 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | Taller de vídeo. De 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció. |
| Dijous 14 | Càmping | SORTIDA CULTURAL | Caldes de Montbui, museus Thermàlia i Delguer. Vocal: Josep M. Batlle. |
| Dijous 14 | CEC | AUDIOVISUAL | Dues projeccions de Jordi Pons, a la sala d'actes a 2/4 de 8 del vespre. |
| Dijous 14 | Atenció al Soci | DANSA | Country i danses d'arreu del món. A cura de la Neus. A la sala nova del 1r pis a les 8 del vespre. |
| Del dijous 14 al dilluns 25 | Esquí | ESQUÍ DE FONS | Sortida internacional per participar a dues marxes de la Worldloppet (EUA i Canadà). Vocal: Francesc Monsonís. |
| Divendres 15 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | 50 certamen de films i vídeos amateurs d'excursions, reportatges i documentals. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Del dissabte 16 al dissabte 23 | Muntanya | EXCURSIÓ **** | Esqui de muntanya: travessa d'Aiguestortes. Vocal: Manuel Parrado. |
| Dissabte 16 | Esport Adaptat | NATACIÓ | Entrenament a la piscina Sant Jordi. Carrer Paris, 114. A 3/4 de 4 de la tarda. |
| Dissabte 16 | Muntanya | EXCURSIÓ **** | Esqui de muntanya a Nérassol. Vocal: Teresa Larrieu. |
| Dissabte 16 i diumenge 17 | Esquí | ESQUÍ DE FONS | Esqui de fons i participació a la marxa Andorra Fons (La Rabassa). Vocal: Alba Sunyer. |
| Dissabte 16 i diumenge 17 | Muntanya Joves | EXCURSIÓ **** | Ascensió a la Punta Alta. Vocals: Raimon Sunyer i Xavier Liadó. |
| Dissabte 16 | Història i Art | VISITA CULTURAL | Exposició: Atrapats al gel, al Museu Marítim. Vocal: Mercè Falcó. |

| | | | |
|--|-----------------------------------|----------------------|---|
| Diumenge 17 | Història i Art | EXCURSIÓ ** | III Cicle Lloses i pedra en sec: Sentmenat. Vocal: August Bernat. |
| Diumenge 17 | Muntanya | EXCURSIÓ ** | Punta del Curull i la serra de la Llana. Vocals: Francesc Beato i Joan Bernat Andreu. |
| Diumenge 17 | Muntanya | CT *** | La Conca de Barberà. Vocal: Lluís Català. |
| Dilluns 18 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | 50 certamen de films i videofilms amateurs d'excursions, reportatges i documentals. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Dimecres 20 | Geografia i C. Nat. | CONFERÈNCIA | «Turquia integral», a cura de David Bueno. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Dimecres 20 | Geografia i C. Nat. ERB | SESSIÓ AL LABORATORI | A partir de 2/4 de 7 del vespre, al laboratori de la Secció. |
| Dimecres 20 | Atenció al Soci | TERÀPIA | Massatge i ergonomia corporal. Vocal: Pepa Igartua. A lesa 8 del vespre. |
| Dijous 21 | Càmping | EXCURSIÓ ** | El Farell, des de Sentmenat. Vocal: Josep M. Batlle. |
| Dijous 21 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | Taller de vídeo. De 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció. |
| Dijous 21 | Atenció al Soci | CINEMA | Sessió de cinema muntanya. A les 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Divendres 22 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | 50 certamen de films i videofilms amateurs d'excursions, reportatges i documentals. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Del divendres 22 al diumenge 24 | Esquí | ESQUÍ DE FONS | Esquí de fons i participació a la marxa Plan (Llanos del Hospital). |
| Dissabte 23 | Història i Art | EXCURSIÓ ** | Serra de les Pedritxes. Vocal: Vicenç Peig. |
| Dissabte 23 i diumenge 24 | Esport Adaptat | NATACIÓ | Campionat d'Espanya d'Hivern, que tindrà lloc al CN Barcelona. |
| Dissabte 23 i diumenge 24 | Muntanya | EXCURSIÓ **** | Cambresdases - Cadi. Vocals: Jordi Aliart, Alex Figuera i Albert Arboles. |
| Dissabte 23 i diumenge 24 | Muntanya | EXCURSIÓ *** | Esquí de muntanya Mont-Roig. Vocal: Alex Montoliu. |
| Dissabte 23 i diumenge 24 | Muntanya | EXCURSIÓ **** | Raquetes als estanyes de la Pera i el pic dels Estanyons. Vocal: Dolors Hurí. |
| Diumenge 24 | Geografia i C. Nat. GEBRPA | EXCURSIÓ *** | A l'Alta Garrotxa, amb itinerari llarg i curt. Vocal: Salvador Oliva. |
| Diumenge 24 | Muntanya | EXCURSIÓ *** | Sant Pere de Berti. Vocals: Pilar Casals i Mateu Espinal. |
| Diumenge 24 | Muntanya | EXCURSIÓ ** | Calçotada a Salomó. Vocals: Pepe Guajarado i Montse Jiménez. |
| Dilluns 25 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | Xina: antiga i moderna, estrena de Rafael López. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. |
| Dijarts 26 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | 18 Curset de vídeo digital. De 3/4 de 8 a 3/4 de 10 del vespre a l'Aula Pompeu Fabra. |
| Dijous 28 | Cinema i Vídeo | AUDIOVISUAL | 18 Curset de vídeo digital. De 3/4 de 8 a 3/4 de 10 del vespre a l'Aula Pompeu Fabra. |
| Dijous 28 | Història i Art | CANTS | Bagatge de Cançons. A la sala nova 1r pis, de 6 a 3/4 de 8 del vespre. Vocals: Robert Hijar i Roser Castelló. |
| Dijous 28 | Atenció al Soci | DANSA | Country i danses d'arreu del món. A cura de la Neus. A la sala nova del 1r pis a les 8 del vespre. |
| Divendres 29 | Història i Art | PASSEJADA | Verdaverd. Castell de Montjuïc i jardins de Mn. Cinto i Joan Brossa. Vocal Vicenç Peig. |

QUADRE PER A LA CATALOGACIÓ DE LES DIFICULTATS DE LES EXCURSIONS A PEU

| | RECORREGUT | FACTORS | | | | | GRAU DE DIFICULTAT |
|---|--|----------------|-------------------------|------------------------------|--|-------|----------------------------|
| | | DESNIVELL | TEMPS DE MARXA EFECTIVA | CONDICIÓ FÍSICA NECESSÀRIA | FACTORS D'INCREMENT DE DIFICULTAT | | |
| Camí: ample i de passeig Senyalització: no necessàriament mínima Dificultat: | | fins a 200 m | fins a 2 hores | preparació física mínima | cap | * | MOLT FÀCIL |
| Camí: ample i de bon fer Senyalització: sovint senyalitzat Dificultat: poc relevant | Molt freqüentat Per a no avesats a la muntanya | fins a 500 m | fins a 4 hores | preparació física lleugera | cap | ** | FÀCIL |
| Camí: estret, pedregós, irregular Senyalització: no necessàriament Dificultat: possibilitat de progressions curtes amb l'ajut de les mans | Poc freqüentat Per a excursionistes habituals | fins a 900 m | fins a 6 hores | preparació física bona | possibilitat de factors meteorològics adversos | *** | CERT NIVELL DE DIFICULTAT |
| Camí: Sender abrupte o inexistent, o itinerari d'alta muntanya Senyalització: poca o inexistent Dificultat: possible grimpada (II) i/o trams amb neu poc drets (20°) | Poc freqüentat Per a excursionistes experimentats | fins a 1.200 m | fins a 8 hores | preparació física notable | es pot necessitar material específic | **** | CAL EXPERIÈNCIA |
| Camí: itinerari d'alta muntanya Senyalització: sovint fora de les rutes establertes Dificultat: progressió amb tècniques d'alta muntanya, possibles passos d'escalada curts (II) o pendents de neu de més de 20° | Escassament freqüentat Per a muntanyencs experts | més de 1.200 m | més de 8 hores | preparació física excel·lent | cal parlar amb el vocal | ***** | CAL EXPERIÈNCIA ESPECÍFICA |



Les seccions

estany de la Roca, coll Arenós, punta Alta, tornada pel barranc de Comalesbienes (en funció de l'estat de la neu).
Temps de camí: 2 h (ds.) / 6 h (dg.).
Desnivells: +430 m (ds.) / +900 m,

– 1.330 m.
Dificultat: **** cal experiència
Mapa: Boí (Editorial Alpina).
Viatge: amb cotxes propis.
Vocals: Raimon Sunyer i Xavier Lladó.

SECCIÓ D'ESQUÍ

Des del Grup d'Esquí de Fons us oferim la possibilitat de rebre les comunicacions de les sortides al vostre @. Per això cal que envieu un correu a esqui@cec.cat.

Activitats

Sortida al pla de Beret Dissabte 2 i diumenge 3

Sortida a l'estació d'esquí de Baqueira-Beret. El dissabte es faran curssets d'esquí de fons gratuït pels participants de jovent i de joves. El diumenge es podrà participar en la Marxa Beret. S'anirà a dormir al Xalet de Salardú.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Viatge: amb autocar.

Vocal: Josep Pons.

Cicle d'iniciació a l'esquí de fons i a les raquetes de neu Dissabte 9 i diumenge 10

Iniciació a l'esquí de fons i a les raquetes de neu. Les sortides es faran a la zona del Capcir. S'anirà a dormir a La Capci-noise, a Matamala, en règim de MP.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Lluís Vilamosa i Carme Valverde.

Campionats de Catalunya d'esquí de fons

Dissabte 9 i diumenge 10

Participació als Campionats de Catalunya d'esquí de fons a Lles de Cerdanya. Recordeu que és una prova puntuable per la Copa Catalana d'esquí de fons, i per tant, és oberta a tothom.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Viatge: amb cotxes propis.

Vocal: Equip de competició.

Sortida a la Rabassa

Dissabte 16 i diumenge 17

Sortida a l'estació d'esquí nòrdic de la Rabassa. El dissabte hi podrà haver cursset d'esquí de fons (si hi ha un mínim de participants). El diumenge es podrà participar a la Marxa Andorra Fons.

Inscripció: tancament el 4 de febrer.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Viatge: amb cotxes propis (cal dir les

places).
Vocal: Alba Sunyer.

Sortida a Llanos del Hospital Divendres 22, dissabte 23 i diumenge 24

Sortida a l'estació d'esquí nòrdic de Llanos del Hospital. El dissabte hi podrà haver cursset d'esquí de fons (amb un mínim de participants). El diumenge es podrà participar a la Marxa Plan d'Estan.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Viatge: amb autocar.

Sortida «Cinc Estels»

Del 14 al 25

Participació a dues marxes de la Worldloppet, una als EUA i l'altra al Canadà.

Viatge: amb avió.

Vocal: Francesc Monsonís.

Grup d'esquí alpí

Des de la Secció d'Esquí t'oferim l'oportunitat de gaudir d'un cap de setmana complet d'esquí. Organitzem sortides d'esquí per a totes les edats i nivells durant els següents dies:

Febrer:

- del 8 al 10

Març:

- del 7 al 9
- del 15 al 20

Sortim els divendres a la tarda a 3/4 de 6 del vespre de l'estació d'autobusos de Sants Estació, i anem fins a Canillo. Ens hostatgem a la casa de colònies Ca l'Aina, a 2 minuts de les pistes d'esquí Grand Valira (Pas de la Casa, Grau Roig i Soldeu el Tarter).

El preu d'una sortida de cap de setmana és de 199 per persona. Inclou transport, allotjament, esmorzar, sopar, i monitors a les pistes.

Per a més informació truqueu a la Secció d'Esquí o bé visiteu www.cec.cat/node/21.

Avançament de març

Sortida a Tuixén 3 de març

Sortida a l'estació d'esquí nòrdic de Tuixén-Llavansa. Es podrà participar a la marxa de l'Arp.

Inscripció: 4 de febrer.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Viatge: amb autocar.

Cicle d'iniciació a l'esquí de fons i a les raquetes de neu 8 i 9 de març

Inscripció: 11 de febrer.

Sortida d'esquí de fons a Font-Romeu 15 i 16 de març

Inscripció: 11 de febrer.

Sortida d'esquí de fons a Beret 21, 22 i 23 de març

Inscripció: 18 de febrer.

SECCIÓ DE CÀMPING

Activitats culturals

DIJOURS CULTURAL Thermàlia i museu Delguer a Caldes de Montbui Dimecres 14

Visita al museu Thermàlia i al museu Delguer de Caldes de Montbui. El dinar es farà en un restaurant.

Viatge: amb cotxes propis.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a la plaça de l'Ajuntament de Caldes de Montbui.

Vocal: Josep M. Batlle ☎ 629 264 303 (jmbatlle@hotmail.com).

Excursions

MATINAL DEL DIJOURS Ermita de Sant Antoni, a Sant Vicenç dels Horts Dijous 7

Itinerari: Sant Vicenç dels Horts, ermita de Sant Antoni, Sant Vicenç dels Horts

Temps de camí: 2 h.

Desnivell: +270 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: Baix Llobregat (ICC).

Viatge: amb tren (FGC).

Lloc de trobada: A les 10 del matí a l'estació de Sant Vicenç dels Horts. Hi ha un

Les seccions

tren que surt dela Pl. Espanya a les 09:22 i arriba a Sant Vicenç a les 09:50.
Vocal: Josep M. Batlle ☎ 629 264 303 (jmbatlle@hotmail.com).

SORTIDES DELS DIJOUS (TOT EL DIA)

El Farell, des de Sentmenat Dijous 21

Itinerari: Sentmenat, urbanització del Bosc de Guanta (pel Mal Grau), Tres

Pins i Costa Llisa, Guanta.

Temps de camí: 4 h 20 min.

Desnivell: +450 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: *El Farell* (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes propis.

Lloc de trobada: A les 10 del matí a la plaça de l'Ajuntament de Sentmenat.

Vocal: Josep M. Batlle ☎ 629 264 303 (jmbatlle@hotmail.com).

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Activitats científicoculturals

«Canadà, costa oest»

Projecció-conversa

Dimecres 6

A 2/4 de 8 del vespre a la sala del 5è. pis

A cura d'Albert Font

Viatge per les sorprenents terres de l'oest canadenc, amb el seu silenci i la seva immensitat.

«Turquia integral»

CONFERÈNCIA

Dimecres 20

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes

A cura de David Bueno i Torrens, biòleg, divulgador científic i viatger

Sempre es diu que Turquia és una terra de contrastos, a cavall entre occident i orient. Però molt abans d'això, Turquia fou el bressol de moltes civilitzacions. L'estiu del 2007, en David i la seva família van anar de càmping a recórrer aquest país: d'est a oest, de nord a sud, de la costa a les estepes interiors, de la Unió Europea fins a les fronteres de Síria, i fins a l'Azerbaidjan. Van resseguir rutes antigues i modernes, observant paisatges i pobles i, sobretot, convivint amb les persones.

Sortides ExFaVePro

Castell de Queralt i l'ermita de Sant Jaume

Diumenge 10

Temps de camí: 2 hores i mitja.

Desnivell: 200 m

Dificultat: ** fàcil.

Lloc de trobada: al bar Rosa, a la plaça de Santa Coloma de Queralt, a 2/4 de 10 del matí.

Inscripcions: A partir del dilluns 28 de

gener.

Vocal: Montserrat Orfila.

Equip de Recerca Botànica del GEB Ramon Pujol i Alsina

Treball de camp a la vall de Saltèguet

Diumenge 10

Sortida de treball de camp amb l'objectiu d'estudiar les característiques hivernals de la vall i poder completar així l'estudi de la seva flora.

Inscripcions: Els interessats a participar en aquest projecte de recerca botànica han d'adreçar-se als directors científics del projecte.

Directors científics: Valentí González i Josep Nuet.

Dimecres 6 i 20

A 2/4 de 7 del vespre

Sessions de determinació de les plantes recol·lectades en les sortides de treball de camp.

Directors científics: Valentí González i Josep Nuet.

Grup d'Estudis Botànics Ramon Pujol i Alsina

Sadernes, Talaixà i el Comarell Diumenge 24

Objectiu: Observació de la vegetació dels diferents indrets per on transcorrerà l'excursió.

Temps de camí: Itinerari llarg: 5 h. Itinerari curt 2 h.

Desnivell: +450 m / -450 m per l'itinerari llarg; el curt és planer.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat / * molt fàcil.

Lloc de trobada: Pl. Catalunya / Rivadeneira a 1/4 de 8 del matí. Parada opcional a Fabra i Puig.

Inscripcions: a partir de l'11 de febrer.

Vocal: Salvador Oliva.

Grup de Viatges Geogràfics i culturals

Viatge a Galícia

Del 23 d'abril a l'1 de maig

Itinerari: Monforte de Lemos, Lugo, Padrón, Dodro, Santiago de Compostel·la, parc natural de Corrubedo, Pontevedra, Rías Baixas, La Toja, Cambados, passeig pel riu Ulla, Carnota, cap de Finisterre, El Ferrol, la Corunya, Tui, Santa Tecla, Leiro, Ribera Sacra, passeig en catamarà pel riu Sil.

Viatge: amb tren i autocar.

Lloc de trobada: dimecres 23 d'abril a 3/4 de 7 del vespre a l'estació de Sants. El tren surt a les vuit en punt. Nit al tren.

Inscripcions: del 4 al 21 de febrer.

N.b.: En el moment de la inscripció cal fer efectiva una paga i senyal de 100 €, en concepte de reserva dels bitllets de tren.

Vocals: Francesc Juandó i Maria Vilalalta ☎ 932 132 304.

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Excursions

Excursió cultural a Arbeca Diumenge 10

Visita guiada al molí antic, castell dels ducs de Cardona, església de sant Jaume, església romànica de sant Miquel de les Borgetes i la font de la Juliana.

Itinerari: Barcelona, Montblanc, les Borgetes Blanques, Arbeca.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: pl. de Catalunya / Rivadeneira a 1/4 de 8 del matí.

Inscripció: oberta des del 28 de gener.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

Excursió a la serra de les Pedritxes

Dissabte 23

Itinerari: Matadepera, font de can Prat, can Torrella de la Muntanya, l'alzina del Vent, pic de l'Àliga, el llac Petit, ca n'Amat de la Muntanya, la riera de Gaià,



Les seccions

Sant Miquel de Gonderes.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb transport públic.

Lloc de trobada: taquilla dels FGC (pl. Catalunya) a 3/4 de 8 del matí, per agafar el tren de les 8. Cal prendre bitllet fins a Terrassa. El vocal pujarà al segon vagó.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

Excursió cultural a Lleida

Diumenge 9 de març

Visites: Museu Diocesà i Comarcal i castell de Gardeny.

Inscripcions: a partir del 25 de febrer.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

Grup d'Estudis Rurals

III Cicle Lloses i pedra en sec

Excursió a Sentmenat

Diumenge 17

Ruta I de les barraques de pedra seca del municipi de Sentmenat, i visita al dolmen (restaurat) de la serra Cavallera. Dinar opcional a Sentmenat.

Temps de camí: 2 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: Bergara / Balma a 1/4 de 8 del matí.

Inscripcions: a partir del 4 de febrer.

Vocal: August Bernat ☎ 932 378 537.

PROGRAMA FINS A FINAL DEL CICL

Excursió al pla de Santa Maria

Diumenge 16 de març

Ruta del Mas de la Fam i visita a les barraques de pedra seca de la zona.

Excursió a la torrassa del Moro

Diumenge 20 d'abril

Torrassa del Moro i dolmen restaurat de ca l'Arenes.

Viatge a Breuil (França)

De l'1 al 4 de maig

Visita a les cabanes de Breuil i altres indrets interessants de la zona.

Verdaverd

Cinquena sortida

Rambla avall: el Raval

Divendres 8

Temps de passeig: 3 h

Lloc de trobada: Font de Canaletes (Pl. Catalunya / Rambla) a les 10 del matí.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999 (amb la col·laboració d'Artur Arruga).

SISENA SORTIDA

Castell de Montjuïc i jardins de Mn. Cinto i de Joan Brossa

Divendres 29

Temps de passeig: 3 h

Lloc de trobada: Metro L2-L3, estació Paral·lel, andana funicular de Montjuïc.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999 (amb la col·laboració d'Artur Arruga).

Visites culturals guiades

EXPOSICIÓ

Atrapats al gel.

La llegendària expedició de Shackleton a l'Antàrtida

Dissabte 16

Les fotografies documentals de Frank

Hurley presenten l'heroica aventura d'Ernest Shackleton i els seus homes en l'intent de dur a terme la primera travessa a peu de l'Antàrtida el 1914.

Lloc de trobada: a la porta del Museu Marítim a 3/4 de 12 del migdia.

Inscripcions: a partir del 4 de febrer.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

Bagatge de cançons

Trobada mensual per a cantar

Dijous 28

A la sala nova del primer pis de 6 a 3/4 de 8 del vespre

Vocals: Robert Híjar i Roser Castelló

☎ 696 875 546.

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

La Secció informa

XXI Concurs social de temes obligats

Recordem a tots els socis interessats en participar en aquest concurs que el tema corresponent als mesos de gener i febrer és «Paisatge urbà». D'acord amb les bases, s'hi pot presentar una fotografia en B/N, una en color i una diapositiva en cada apartat. Les mides de les fotografies seran d'un mínim de 10 x 15 cm i un màxim 18 x 24 cm, i la diapositiva de 24 x 36 mm. Admissió de fotos fins al 14 de febrer.

XXXVI Concurs social de fotografia artística en B/N

Recordem a tots els socis interessats a participar en aquest concurs que l'admissió d'obres acabarà el 26 de febrer, a l'àrea d'atenció al soci o a la secció. Les bases d'aquest concurs es van publicar en el butlletí de novembre.

Excursions

Les Garrigues i l'Urgell

Diumenge 3

Itinerari: La Fortalesa dels Vilars, a Arbeca (Garrigues), i el monestir de Vallbona de les Monges (Urgell), on farem la calçotada.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: Pl. Catalunya / Rivadeneyra, a 1/4 de 8 del matí.

Vocals: Eduard Estrada i Josefina Garriga ☎ 933 770 141 / 934 545 769.

Avançament d'excursions

Excursió al Vallès Oriental

Diumenge 2 de març

Els secrets de Gallecs. Una passejada pel parc de l'espai d'interès natural de Gallecs. Visita de l'església romànica de Santa Maria de Gallecs (segle XI), la riera de Caganell, els aiguamolls de Can Salvi i Can Jornet Xic.

Recorregut: 2,5 km

Dificultat: * molt fàcil.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: Pl. de Catalunya / Rivadeneyra a 3/4 de 8 del matí.

Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada. ☎ 933 770 141 / 934 545 769.

Inscripció: a partir del 4 de febrer.

Viatge de Setmana Santa a Múrcia Del 20 al 24 de març

Itinerari:

Dijous 20: Barcelona, València i Múrcia (capital). Allotjament les 4 nits.

Divendres 21: Múrcia (visita), Cartagena (visita).

Dissabte 22: Múrcia, Lorca (visita), Àguilas (visita).

Diumenge 23: Múrcia, Cieza (visita), Caravaca de la Cruz (visita).

Dilluns 24: Múrcia, Cabo de Palos, València i Barcelona.

Viatge: amb autocar.

Règim: PC.

Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada. ☎ 933 770 141 / 934 545 769.

Inscripció: a partir del 14 de gener.

Les seccions

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

La Secció informa

50 Certamen de vídeos amateurs d'excursions, reportatges i documentals

Atès que en el moment de tancar l'edició d'aquest butlletí és oberta la inscripció, no se'n pot precisar la programació, la qual serà objecte d'una publicació a part. Podem avançar que són previstes les sessions a la sala d'actes a 2/4 de 8 del vespre els dies 11, 13, 15, 18 i 22 de febrer, amb l'avertiment que podrien ser menys dies si el nombre d'obres inscrites no requerís tantes projeccions. La deliberació del jurat, en privat, és el dissabte 1 de març i el lliurament de guardons i la projecció d'una selecció de les obres guanyadores serà el dilluns 10 de març.

18 Curset de Vídeo Digital Curs d'introducció a l'edició de vídeo digital

Del 26 de febrer fins al 10 d'abril

- 12 sessions: dimarts i dijous, de 3/4 de 8 a 3/4 de 10 del vespre de cada setmana a l'aula Pompeu Fabra, de 2008.
- El professorat impartirà les classes en català.
- Per a l'edició s'utilitzarà el programa Pinnacle STUDIO.
- Teoria i pràctica combinades de llenguatge de la imatge i la seva edició.
- Assistència limitada a 20 participants.

Inscripcions: a partir de l'1 de febrer.

Preus:

Públic: 120 €.

Socis: 90 €.

Joves socis (fins a 25 anys): 60 €.

Programa provisional del curs

I. Síntesi de coneixements tècnics

Dimarts 26 de febrer. Presentació del curs. La càmera. Formats digitals i formats analògics. L'objectiu zoom: Enfocament manual/automàtic, estabilitza-

ció d'imatge, Diafragma manual/automàtic, programes de pressa d'imatges. L'ordinador.

II. El llenguatge de la imatge

Dijous 28 de febrer. Els plans. Composició. Durada. Enquadrament. Moviments. Angulacions. Eixos. Ràcord.

III. El guió

Dimarts 4 de març. Com podem planificar un reportatge. Com podem planificar un documental. Com podem fer de director. Projecció de diversos tipus de gèneres.

IV. La llum

Dijous 6 de març. Temperatura de color. Llum natural i llum artificial. El seu valor creatiu. Demostracions pràctiques.

V. La banda sonora

Dimarts 11 de març. Valor expressiu de la banda sonora. Elements necessaris. Micròfon: Incorporat a la càmera, extern, tipus de micròfons. Muntatge musical. Veus humanes. So directe. Mesclades.

VI. L'edició amb ordinador (1)

Dijous 13 de març. Captura de vídeo a l'ordinador (clips). Edició de clips, transicions, efectes, rètols. Importació d'imatges fixes. Sonorització.

VII. L'edició amb ordinador (2)

Dimarts 25 de març. Captura de vídeo a l'ordinador (clips). Edició de clips, transicions, efectes, rètols. Importació d'imatges fixes. Sonorització.

VIII. L'edició amb ordinador (3)

Dijous 27 de març. Exportació de la pel·lícula acabada. Formats de distribució: mini DV, VHS, DVD-R, DVD+R.

IX. Pràctiques d'edició (1)

Dimarts 1 d'abril. Captura, edició i exportació amb Pinnacle Studio.

X. Pràctiques d'edició (2)

Dijous 3 d'abril. Captura, edició i exportació amb Pinnacle Studio.

XI. Pràctiques d'edició (3)

Dimarts 8 d'abril. Captura, edició i exportació amb Pinnacle Studio.

XII. Pràctiques d'edició (4)

Dijous 10 d'abril. Captura, edició i

exportació amb Pinnacle Studio. Proposta de treball de fi de curs.

De moment això està llest

Divendres 13 de maig. Projectes i contactes per anar més enllà. Projecció a la sala d'actes dels vídeos realitzats pels cursetistes i lliurament de medalles i certificats de participació.

Activitats de cinema

Videotertúlia

SESSIÓ 1917

Dilluns 4

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes

Com cada primer dilluns de mes, ens tornem a reunir en tertúlia per projectar aquells vídeos que els nostres amics ens aportin, sense programació prèvia, per tal de comentar-los entre tots.

Taller de vídeo

Dijous 7, 14, 21 i 28

De 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció

Trobada per als socis de Cinema i Vídeo interessats en millorar les seves creacions audiovisuals i compartir idees i dissipar els dubtes sobre guions, sons, imatges i la resta de temes afins als muntatges i al programa Studio. Participa aportant i rebent coneixements. Entre tots aprendrem molt.

Xina: antiga i moderna

Estrena de Rafael López

SESSIÓ 1923

Dilluns 25

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes

El nostre consoci Rafael López presenta el documental de 73 min, fruit d'un viatge turístic que comença a Pequín i acaba a Hong Kong. Durant el recorregut veurem imatges d'una Xina monumental, mil·lenària, com la Ciutat Prohibida, la Gran Muralla, els guerrers de Xi'an, que contrasten amb els barris financers moderns de ciutats com Xangai, amb imponents gratacels i autovies atapeïdes de cotxes. També hi ha un recorregut pels jardins i per paisatges amb rius i llacs que captivaran els amants de la natura.



Comissions i serveis

ESCOLA DE MUNTANYA

Informació dels cursos

Us hi podeu inscriure a través de:
escola@cec.cat

Curs d'iniciació a l'alpinisme. Opció 2

Del 25 de febrer al 17 de març

Objectius: Curs d'iniciació a les tècniques d'alpinisme. Transmetre els coneixements teòrics, tècnics i pràctics bàsics i necessaris per poder iniciar-se en ascensions d'alta muntanya de dificultat mitjana amb autonomia, confiança i seguretat.

Teòriques:

- **Dilluns 25 de febrer**
Presentació del curs. Equipament i material.
- **Dimecres 27 de febrer**
Progressió, ancoratges i seguretat en roca i neu.
- **Dilluns 3 de març**
Seguretat en l'alta muntanya.
- **Dilluns 10 de març**
Meteorologia, nivologia i allaus.
- **Dilluns 17 de març**
Repàs, test i cloenda.

Pràctiques:

- **Dissabte 1 i diumenge 2 de març**
Progressió en neu. Autodetenció i ràpel. Taller de nusos.
- **Dissabte 8 i diumenge 9 de març**
Seguretat en neu. Ancoratges i encordament en glacera.
- **Dissabte 15 i diumenge 16 de març**
Progressió, seguretat i encordament en roca i mixta.

Inscripcions:

Del 28 de gener al 22 de febrer.

Preus:

- 205 € socis
- 235 € federats
- 260 € resta d'inscrits

Curs de raquetes de neu

Del 28 de febrer al 19 de març

Objectius: Dotar l'alumne d'uns coneixements i d'unes capacitats que li permetin realitzar amb seguretat i total autonomia excursions de més d'un dia, en terreny d'alta muntanya, amb neu, i que li permetin progressar amb raquetes. Mai les tècniques i els materials de progressió i seguretat seran els propis de l'alpinisme, l'escalada o l'esquí de muntanya.

Teòriques:

- Dijous 28 de febrer

Presentació. Equipament i material.

- **Dimarts 4 de març**
Preparació física i nutrició.
- **Dimecres 5 de març**
Orientació i cartografia I.
- **Dijous 6 de març**
Orientació i cartografia II. Tècniques de progressió I
- **Dimarts 11 de març**
Tècniques de progressió II.
- **Dimecres 12 de març**
Seguretat i Allaus.
- **Dijous 13 de març**
Socorrisme i primers auxilis.
- **Dimarts 18 de març**
La muntanya hivernal.
- **Dimecres 19 de març**
Repàs, test i cloenda. Examen teòric.

Pràctiques:

- **Dissabte 1 i diumenge 2 de març**
Ulldeter - equip, material, orientació i cartografia.
- **Dissabte 8 i diumenge 9 de març**
Andorra - tècniques de progressió
- **Dissabte 15 i diumenge 16 de març**
Refugi Josep M. Blanc. Seguretat i allaus, tècniques de progressió i primers auxilis. Examen pràctic.

Inscripcions:

Del 22 de gener al 21 de febrer.

Preus:

- 310 € socis
- 340 € federats
- 370 € resta d'inscrits

El Servei d'Activitat Física (SAF) de la Universitat Autònoma de Bellaterra (UAB) convalida aquest curs amb 4,5 crèdits de lliure elecció.

Curs de seguretat i allaus

Del 26 al 30 de març

Objectius: L'objectiu del curs és donar unes pautes perquè els participants siguin capaços de tenir criteri per saber moure's per la muntanya hivernal amb seguretat. Parlarem de les transformacions de la neu i com influeixen en l'estabilitat del mantell nival i, per tant, en el desencadenament d'allaus, i dels factors que hem de tenir en compte. Finalment, incidirem en la metodologia de l'autorrescat. Es donarà un 30% de teoria i un 70% de pràctiques.

Teòriques:

- **Dimecres 26 de març**
Transformacions i evolució del mantell nival. Allaus. Mecanismes de desencadenament.
- **Dijous 27 de març**
L'apreciació del perill d'allaus. Preparació i traçat d'un itinerari.

Pràctiques:

- **Dissabte 29 de març**
Pràctiques: observació de la neu, tests d'estabilitat del mantell nival, circulació per terreny nevad, observació d'indícis, progressió en grup... Teoria Rescat. Anàlisi d'accidents. Reanimació de víctimes.
- **Diumenge 30 de març**
Rescat. Tècniques de cerca de víctimes en allau. Reanimació.

Inscripcions: del 18 de febrer al 18 de març.

Preus:

- 80 € socis
- 95 € federats
- 105 € resta d'inscrits

Per a més informació de la programació dels cursos de l'Escola de Muntanya, consulteu la nostra web: www.cec.cat/escola.

COMISSIÓ D'ESPORT ADAPTAT

Crònica de la Comissió

Participació en el V Meeting Internacional de Natació Funcional a Benicarló (País Valencià)

Un total de 15 persones vam formar part de l'expedició que els dies 15 a 17 de desembre passat ens vam desplaçar a Benicarló per prendre part d'aquest esdeveniment esportiu. Vam acompanyar els nostres esportistes i els vam animar en la competició.

Desafortunadament, una de les nostres participants, la Raquel Almarcha, es va trobar indisposada i no va poder pren-

dre part de la competició. Tot i així, el seu desplaçament, a banda de la seva companyia i dels seus pares, va ésser útil per poder-li fer una revisió de la classe funcional, que ha quedat establerta de manera més adequada. Tampoc van poder venir el Roger Julià i la seva família, per indisposició, i la Marina Rodríguez i la seva família, per baixa per intervenció quirúrgica.

Els nedadors van participar en les proves de 400 m lliures, 100 m lliures, 50 m lliures i 50 m esquena. Tots ells varen baixar els seus temps individuals i alguns van aconseguir medalla:

- **Jordi Largo:** or en 50 m lliures i bronze en 100 m lliures, categoria S5.



Comissions i serveis

- **Albert Ripoll:** bronze en 50 m lliures, categoria S10.
- **Albert Martínez:** medalla per participant infantil.

Els altres nedadors, Josep Largo i Kílian Ruiz, tot i haver fet molt bons temps, no varen tenir dret a medalla per no haver-hi el mínim requerit de participants per a la seva categoria i prova. L'enhorabona a tots.

Sortida del Pessebre a l'Ordal

El dia 23 de desembre passat vam fer la tradicional sortida del pessebre a l'Ordal.

Ens vam trobar a l'aparcament del poble de l'Ordal, des d'on en Josep Julià ens va guiar fins a casa seva, on vam començar amb un bon esmorzar assaborint l'excelent coca de la contrada. Tot seguit vam fer la passejada pels voltants, de poc més d'una hora, recollint pedres i fulles per al pessebre, i vam tornar a casa per disposar-nos a modelar les figuretes.

Després d'un bon dinar, vam dur el pessebre a la residència d'avis del poble, i ens vam acomiadar desitjant-los un bon Nadal.

Copa de Nadal al port de Barcelona

Amb la temperatura de l'aigua a més de 13°C, tot i que feia un dia excel·lent, tres dels nostres nedadors van participar en la 98a edició d'aquesta prova al port de Barcelona. És un recorregut de 200 m, però de mèrit. En Kílian Ruiz va fer el 3r lloc en la modalitat de discapacitats, i en Josep Largo (cec) i el seu germà Jordi Largo, també van completar la cursa. L'enhorabona pels valents.

Natació

Durant el mes de febrer tenim previstes les següents activitats:

Campionat de Catalunya d'Hivern

2 de febrer

Lloc: al CN Bétulo de Badalona.

Entrenament en piscina de 50 m

16 de febrer

Lloc: a la piscina Sant Jordi.

Campionat d'Espanya d'Hivern

23-24 de febrer

Lloc: al CN Barcelona.

Esquí nòrdic

Esquí nòrdic a Guils de Cerdanya

Amb la data per determinar, tenim previst fer una sortida d'un o dos dies, segons la composició del grup, a les pistes de Guils de Cerdanya.

VOCALIA D'ATENCIÓ AL SOCI

Activitats

No cal inscripció per a cap de les activitats següents, però us agrairíem la vostra confirmació per e-mail o per telèfon.
Vocal: Pepa Igartua ☎ 932 136 640 (atenciosoci@cec.cat).

Risoteràpia

Dimecres 13

A càrrec de Montserrat Ferraro, exdegana Col·legi de Psicòlegs, a 1/4 de 9 del vespre

Country i danses d'arreu del món

Dijous 14 i 28

A la sala nova del 1r pis a 2/4 de 9 vespre

Massatge i ergonomia corporal

Dimecres 20

A les columnes de recepció a les 8 vespre

N.b.: cal portar una samarreta sense mànigues i tovallola gran.

Rèquiem de Mozart

IX Festival Mil·lenni

Dimecres 27

A la basílica de Santa Maria del Mar a les 9 del vespre

A càrrec del Cor i l'Orquestra Filharmònica de la República Txeca

Inscripció: a partir de l'1 febrer.

Preu: 17 €. Tenim 20 entrades.

Sessió de cinema de muntanya

Dijous 21 febrer

A les 8 del vespre a la sala d'actes

BIBLIOTECA

Donacions

L'Albert Ventura ens ha donat una interessant selecció de llibres d'història, literatura, viatges, gramàtica... relacionats amb la Xina. Així mateix en Josep M. Font i Rius ens ha donat una valuosa col·lecció de mapes històrics.

Darreres novetats

Podeu consultar la llista completa de les darreres novetats a la pàgina web de la biblioteca (<http://biblioteca.cec.cat>).

- BACHS, Agustín. *Círculo Ecuestre*,

1856-2006. Barcelona: Círculo Ecuestre, 2007. Donatiu dels editors.

- COMAS, Francesc. *El trono del diablo* [DVD]. Donatiu de la Secció de Cinema.
- FERRET, Jaume. *Homenatge en record de Maria Antònia Simó i Andreu* [DVD]. Barcelona, 2007. Donatiu de la Secció de Cinema.
- FLORENSA, Joan. P. *Jacint Feliu i Utzet (1787-1867), protagonista de la restauració de l'Escola Pia a Espanya*. Mataró: Caixa d'Estalvis Laietana, 2007. Donatiu dels editors.
- FONOLL, Celdoni. *Arbres dels nostres paisatges*. Valls: Cossetània Edicions, 2007. Donatiu de l'editorial.
- FONTOBA, Néstor A. / Ribó, Maria Car-

men [Coord]. *Bajo Aragón – Caspe*. Saragossa: Prames, 2007. Donatiu de l'editorial.

- GARRIGA, J. Miquel. *Caminant per l'illa d'El Hierro*. Edicions Noeditions, 2007. Donatiu de l'autor.
- PR *Debagoiena*. Mancomunidad de Debagoiena. Saragossa: Prames, 2007. Donatiu de l'editorial.
- RIBAS, Pep / GUEVARA, Blas. *Mallorca: una isla de contrastes. 20 excursiones y ascensiones*. Saragossa: Prames, 2007. Donatiu de l'editorial.
- SOLÉ i SABATÉ, Josep M. *La infantesa a Catalunya*. Barcelona: Angle Editorial, 2007. Donatiu de l'Arxiu Fotogràfic.

Descomptes per als socis del CEC a les estacions d'esquí

| ESTACIÓ | PREUS GENERALS | PREUS CEC Festius | PREUS CEC Laborables | FUNCIONAMENT |
|---|---|--|-------------------------------------|---|
|  | Adults 36,50 € Infants 27 € | | Adults 33 € Infants 24 € | Heu de passar a recollir els codis de barres a l'oficina d'atenció al soci del CEC. També hi ha altres descomptes per a més dies de forfet. |
|  | Adults 36,50 € Infants 27 € | | Adults 33 € Infants 24 € | |
|  | Adults 32 € / 61 € ** Infants 25 € / 47 € ** | Adults 29 € / 55 € ** Infants 22,50 € / 42 € ** | | Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació. |
|  | 30,50 € *** | | 27,50 € *** | |
|  | 31 € Infants 22 € | | Adults 28 € Infants 20 € | |
|  | Adults 26 € Infants 20 € | | Adults 23 € Infants 17 € | |
|  | Adults 27,50 € Infants 21,40 € | Adults 24,75 €* Infants 19,20 €* | Adults 20,40 €* Infants 16 €* | |
|  | Temp Alta: 34,50 € Temp Baixa: 29 € | | 31,50 € 26 € | |
|  | 20 € *** | | 18 € *** | |
|  | 28 € | | 25 € | |
|  | Adults 24 € Infants 18 € | | Adults 22 € Infants 16 € | |
|  | 22 € (dia sencer) 17 € (mig dia) | | 18 € (dia sencer) 13 € (mig dia) | |

Companyia de guies del Centre Excursionista de Catalunya

1

SERVEIS DE PROFESSIONALS PER A TOTA MENA D'ACTIVITATS DE MUNTANYA

- Excursionisme d'estiu i d'hivern (raquetes de neu)
- Alpinisme i escalada (roca, neu, caocadiame)
- Esquí fora de pista, esquí de muntanya
- Descens de glaceres
- Vies ferrades
- Activitats per a nens - nenes
- Expedicions

2

CALENDARI ESTABLE D'ACTIVITATS

- Batelg d'escalada en roca a Montserrat (14 de maig)
- Iniciació a l'alpinisme a Chamonix (3-7 de juliol)
- Monte Rosa. Punta Giffetti (26-30 d'agost)
- Mont Blanc (1-5 de setembre)
- Via ferrada (29 d'octubre)

3

ACTIVITATS A LA CARTA

Per fer qualsevol tipus d'ascensió a una muntanya, la millor fórmula és la contractació particular d'un guia, per dur a terme els teus projectes, segons les teves expectatives.

4

MUNTANYES DEL MÓN

Preparació, acompanyament i guiatge a trescs, ascensions i expedicions d'arreu del món.

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Centre Excursionista de Catalunya
Paradís, 10 | 12 / 08002 Barcelona
Tel: 933 152 311
www.cec.cat

companyiaguies@cec.cat
Joan Jover
Tel: 933 471 269
www.geocities.com/joanjovergarcia
joan@meviva.com

