



butlletí

per als socis
març 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

Doble èxit de la revista *Muntanya*: Reconeixement APPEC 25 anys i Premi Pica d'Estats

La revista *Muntanya* ha obtingut el reconeixement APPEC 25 anys per la seva tasca de comunicació en català des de 1970, i gairebé al mateix temps també acaba de ser guardonada Mireia Ibáñez Xifra amb el Premi Pica d'Estats, pel seu article de la vall de Boí publicat en el número 869 (febrer 2007).

Més informació a la pàgina 4

Nous presidents honoraris per a Història i Art i Cinema i Vídeo

A proposta de la Junta Directiva de 17 de desembre del 2007, s'acordà per unanimitat nomenar president honorari de la Secció d'Història i Art el Sr. Josep M. Garrut, i també s'acordà per unanimitat nomenar president honorari de la Secció de Cinema i Vídeo el Sr. Artur Peix. Tots dos presidents han estat escollits per la seva dedicació, que sens dubte ha estat molt beneficiosa per al bon funcionament de totes dues seccions i també de la nostra entitat.

Més informació a la pàgina 5

«Transpatagònia 2007», l'expedició a l'illa Madre de Dios

El proper dimarts dia 4 de març es realitzarà a la sala d'actes a les 8 del vespre una interessant projecció de fotografies sobre l'exploració espeleològica a l'illa Madre de Dios, situada a la Patagònia xilena, a cura de l'espeleòleg Roger Rovira.

Més informació a la pàgina 10



La Nit de les revistes 2008.



Expedició «Transpatagònia» en la que va participar l'espeleòleg i fotògraf Roger Rovira, de l'ERE del CEC per la Patagònia xilena.



Espai CEC

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:**
Dilluns, dimarts i dimecres: de 17:00 a 21:00
Dijous de 17:00 a 21:30
Divendres de 17:00 a 20:00
- **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 Éssera,
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**
Salardú (1.270 m)
Guardes: Marc Vilatovà i
Idoia Lejarzaburu
☎ 973 645 016
112 places
www.refugisalaradu.com



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



Espai CEC

SUMARI

Espai CEC	2
Noticiari	4
Seccions	6
Muntanya	6
Bicicleta de Muntanya	10
ERE	10
Esquí	10
Càmping	11
Geografia i Ciències Naturals	11
Història i Art	12
Fotografia	13
Cinema i Vídeo	13
Agenda mensual	8
Comissions i serveis	14
Escola de Muntanya	14
Companya de guies	15
Atenció al soci	15
Biblioteca	15

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 Secretària 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 pertorqui en l'impost de societats, d'acord amb la normativa tributària vigent.

Darrera aportació:

Josep M. Biosca Ibáñez

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 de Barrancs, Canyons

i Engorjats: Carme Nivera

Cinema i Vídeo: Joaquim Clos

Esquí Nòrdic: Imma Borrell



ROGER ROVIRA

RELACIÓ D'ALTES DE SOCIS DE GENER DEL 2007

Numerari

Aguilar Rios, Sergi	Hadzihanovic, Miralem
Aguilera Viladomiu, Mònica	Martí Rodríguez, Sergi
Andreu Domingo, Montserrat	Roca Sala, Albert
Baena Roig, Xavier	Tizón Braña, Alba
Caldelas Molina, Daniel	Valbuena Hernández, Xavier
Carrera Albuja, Enric	
Castillo Goded, Francesc	Familiar
Garrido Gonzalez, Fco. Javier	Ferrer Hervas, Asunción
Giménez Muñoz, Joan Carles	Grau Andreu, Salvador
González Rodríguez,	Ibáñez Caparrós, Marc
María Ascensión	Robert Trimble, Jason

Col·lectiu

Bello Mendez, José Luis
 Buendia Muñoz, Ascensión
 Camí Bernaus, Wifredo
 Cardona Royo, Concepció
 Gil Gomis, Montserrat
 González Sánchez, Manel
 González Esteban, Ana Maria
 Huertas Llord, Francisca
 Martínez Arnedo, Cecilia
 Portillo Gràcia, Carles

Butlletí per als socis

Editor: Ferran Alexandri

ferran@alexandri.cat

Disseny i maquetació: Estudi Toni Inglés

toni@toni-ingles.com

Impressió: Litografia Ochoa, S.L.

Dipòsit legal: B-15685-1959

Imprès en paper ecològic



Noticiari

REFUGIS

Inauguració del nou refugi de Riglos



Moment en què J.M. Puente rep la menció de l'Ernest Mallofré.

El dia 30 de setembre passat va tenir lloc la inauguració del nou refugi de Riglos. A l'acte hi van assistir els presidents del Govern d'Aragó, el Sr. Marcelino Iglesias Ricou; de la Federación Aragonesa de Montañismo, el Sr. Luis Masgrau Gómez; de la Federación Española Deportes de Montaña y Escalada, el Sr. Joan Garrigós Toro; del Centre Excursionista de Catalunya, el Sr. Josep Manuel Puente; el de Montañeros de Aragón, el Sr. Ramón Tejedor, i l'alcalde de Las Peñas de Riglos, el Sr. Sebastián de Buen Pargada. L'acte va acabar amb un dinar muntanyenc.

El refugi és a l'entrada del municipi de Las Peñas de Riglos, i ocupa una parcel·la d'uns 660 m² de superfície.

En el decurs de l'acte es va fer un homenatge als escaladors que van destacar des de la dècada de 1950 fins a la actualitat. Els seus noms serveixen per designar les habitacions del refugi, com és ara la del nostre soci Ernest Mallofré, que va fer la primera ascensió a la punta que porta el seu nom l'any 1942, amb Francisco Blasi i Juan Bou.

COMUNICACIÓ

Doble èxit de la revista *Muntanya*: Reconeixement APPEC 25 anys i Premi Pica d'Estats

L'Associació de Publicacions Periòdiques en Català (APPEC) va celebrar els seus 25 anys amb diversos esdeveniments, com ara la creació del Magazine World, un congrés internacional de revistes. Però el tret de sortida d'aquest aniversari va començar en la festa anual La Nit de les revistes que, a més d'acollir el lliurament dels XI Premis APPEC (que enguany han estat atorgats a Josep M. Espinàs, a les revistes *Mètode* i *El tatanò*, i a l'editorial Sàpiens Publicacions), també es va convertir en l'escenari per reconèixer la tasca de 36 revistes associades fundades fa 25 anys o més. La Nit va reunir gairebé tots els editors en català dels Països Catalans, a més d'autoritats del món de la cultura, autors i una bona part de representants polítics.

En aquest escenari, celebrat el 24 de gener passat a la Llotja de Mar de Barcelona, la revista *Muntanya* també hi va ser reconeguda, «per la seva presència des de l'any 1970 en l'espai català de comunicació a través d'una premsa periòdica de qualitat». Entre les revistes guardonades n'hi havia dues més de l'àmbit de la muntanya: *Excursionisme*, editada per la UEC (1975), i *Vèrtex*, la revista de la FEEC (1966).

Paralel·lament, el 26 de gener passat la Diputació de Lleida va fer públic el veredictat corresponent als treballs guanyadors del XIX Premi Turístic Internacional "Pica d'Estats" de Premsa, Ràdio i Televisió. En aquest certamen va ser premiat en la categoria de Millor treball de Premsa especialitzada en viatges i turisme,

PAU CABREJAS



Mireia Ibáñez, guanyadora del Premi Pica d'Estats.

amb una dotació de 6.000 €, «El romànic a la vall de Boí», un article de Mireia Ibáñez Xifra publicat en el nº 869 de la revista *Muntanya*, el febrer del 2007. Es diu això: «El reportatge ens endinsa en el patrimoni romànic (arquitectònic i pictòric) de la vall de Boí, incidint en el seu origen, història i trets artístics, i clou amb un acurat itinerari que recorre els temples més destacats de la zona».

Des d'aquestes línies donem l'enhorabona a Mireia Ibáñez, vinculada a la nostra revista gairebé des del començament d'aquesta nova etapa, com a membre de l'equip de disseny i maquetació de l'Estudi Toni Inglès.

Sens dubte, aquests dos èxits consecutius situen la revista *Muntanya* en un moment immillorable, i encoratgen tot l'equip editorial a continuar endavant amb la mateixa cura i tenacitat, per poder oferir als nostres lectors una publicació que és un referent de la cultura excursionista de Catalunya, i de la capacitat del CEC per estar al nivell que la seva trajectòria exigeix.

F. A.

La Nit de les revistes 2008.



Noticiari

DIADES

5a Diada de Verdaguer Excursionista

El diumenge 9 de març se celebrarà a Vil·la Joana (Vallvidrera), la 5è Diada de Verdaguer Excursionista. El CEC, com a membre de la Comissió Verdaguer, i organitzador d'aquesta trobada, farà una excursió per la serra de Collserola, conjuntament amb la Secció Excursionista de l'Ateneu Santjustenc.

L'itinerari serà el següent:

Sant Just Desvern, penya del Moro, turó de la Coscollera, coll de Can Cuiàs, font de l'Espinagosa, pantà de Vallvidrera, Santa Maria de Vallvidrera, Vil·la Joana.

En total, un recorregut a peu d'unes dues hores i mitja. Hora i lloc de trobada: A 3/4 de 8 del matí a la plaça de la Universitat (Parada bus 63) o a les 9 a la rambla de Sant Just (el Parador). Els que tan sols vulguin assistir als actes, cal que siguin a 2/4 de 12 a Vil·la Joana.

PUBLICACIONS

Les 100 meravelles de Catalunya

Josep M. Puente ha format part del Consell d'Experts de la campanya «Meravelles de Catalunya», organitzada pel diari *El Periódico*, en el decurs de la qual els lectors han votat en tres categories (llocs d'espais naturals, arquitectura i art) que, al seu judici, són meravelles de Catalunya.

S'ha editat un llibre amb les 100 meravelles seleccionades per votació popular, i Josep M. Puente ha escrit els textos de les deu meravelles més votades en la categoria d'espais naturals, com ara la muntanya de Montserrat, els Encantats i l'estany de Sant Maurici o el massís del Pedraforca.

El Periódico ha obsequiat el CEC amb el llibre *Meravelles de Catalunya*, que és a la biblioteca a disposició dels socis.

El Centre també ha fet una subscripció a *El Periódico*, que juntament amb els diaris *Avui*, *El Punt* i *Nou* són la premsa que podeu consultar a la nostra biblioteca.

SECCIONS

Artur Peix ha estat nomenat president d'honor de la Secció de Cinema i Vídeo

Artur Peix i Garcia, nascut el 1925, entrà al CEC l'any 1972 interessat pel cinema amateur. Amb el seu germà Carles i el seu fill Xavier formaren el Grup 3P i rodaren diversos films del 1972 al 1980. Títols com *El vençut* (1972), i el seu afany per un cinema net, el portaren a treballar des de dins de la Secció per canviar-ne les estructures. En el seu interès per viure el cinema el dugué a participar a la UCA. Des del 1972 fins al 2007 sempre ha ocupat un lloc a les juntes de Cinema i, actualment, la Secció compta amb ell com a col·laborador.

L'Artur és una persona molt exigent i culta. També un pèl intransigent. Ideal, doncs, per fer de jurat. Ha estat un bon programador d'activitats durant 35 anys. Sense ell no s'haurien fet els documentals *Quatre Columnes* (2001) pel 125è aniversari del CEC, i *Memòria d'una llum (petita)* (2007) pels 75 anys de la Sec-

ció de Cinema i Vídeo. El 2006 fou distingit per Cinema Rescat amb el Gran Premi Trofeu Sant Nitrat, per la seva contribució a la difusió del cinema amateur català durant més de trenta anys.



Josep M. Garrut ha estat nomenat president d'honor de la Secció d'Història i Art

Josep M. Garrut i Romà ha estat nomenat president d'honor de la Secció d'Història i Art, en reconeixement de la seva labor al davant de la secció des de 1976, en què fou nomenat president de la Secció de Ciències i Arts, i que l'any 1995, per iniciativa seva, prengué el nom de Secció d'Història i Art.

Nascut a Barcelona el 12 de desembre de 1915, Josep M. Garrut, historiador i escriptor, ha publicat nombrosos treballs d'història de la ciutat i de crítica d'art, i ha conreat també la pintura. Ha col·laborat en revistes tant nacionals com estrangeres. És catedràtic d'Història de l'Art a l'Escola d'Arts i Oficis Artístics i a l'Escola Internacional de Pintura Mural Contemporània. És soci del Centre des de 1935 i ha estat guardonat amb el Premi Columna, la màxima distinció que atorga la nostra entitat.

L'any 1991 va rebre la Creu de Sant Jordi per la seva intensa activitat cultural. Pioner en la tasca de divulgar la història de la ciutat, promotor incansable

en nombroses activitats, ha estat conservador del Museu d'Història de la Ciutat de Barcelona, director de la Casa Museu Gaudí i fundador de la Federació Pessebrística Internacional, la Universalis Foederatio Praesepistica. És president d'honor dels Amics dels Museus de Catalunya i membre de l'Acadèmia de Belles Arts de Sant Jordi. Promotor de la Casa Museu Verdaguer, l'any 2006 fou nomenat fill adoptiu de Folgueroles.





Les seccions

SECCIÓ DE MUNTANYA

La Secció informa

Excursió al País Basc (vacances d'agost)

Del dissabte 2 al dijous 13 d'agost, farem una caminada que enllaçarà la costa d'Irun fins a Santo Domingo de la Calzada.

Sortida d'Irun, i per Hernani, Bidania, Zerain, Salvatierra, Vitoria-Gasteiz, la Puebla de Arganzón, fins a Briñas, on entrarem a la Rioja per anar fins a Santo Domingo de la Calzada, on enllaçarem amb el Camí Francès de la ruta a Santiago de Compostel·la. Una caminada de prop de 200 km.

Viatge en ferrocarril de Barcelona a Vitoria-Gasteiz, i a partir d'aquesta ciutat amb autocar fins als llocs d'inici i final de les caminades. Estada en hotel.

Reunió informativa: dijous 27 de març a les 8 del vespre a l'aula Pompeu Fabra.

Vocals: Francesc Beato/Josep Maria Griera/Joan Bernat Andreu.

Excursions

SEGONA EXCURSIÓ D'INICIACIÓ

Turó de Magarola i Sant Pere Màrtir Diumenge 2

Una matinal per la serra de Collserola

Itinerari: metro Mundet (L3), velòdrom d'Horta, pas del Rei, turó de Magarola, font de la Salamandra, coll de la Vinassa, coll de Vallvidrera, coll d'Espinagosa, Sant Pere Màrtir i metro Zona Universitària (L3).

Temps de camí: 3 h.

Desnivell: +500 m / -600 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: Serra de Collserola (Editorial Alpina).

Viatge: amb transport públic.

Vocals: Alexandre Costa i Conrad Boix.

Un paisatge de pessebre a les Guillerries Diumenge 2

Itinerari: Espinelves, can Formiga, pla de Juià, casota de les Comes, font de l'Arç, pla de les Arenes, casota de Matamala i Sant Hilari Sacalm.

Temps de camí: 4 h.

Desnivells: +400 m i -300 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: Vall de Sau-Collsabra (Editorial

Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocal: Xavier Junquera i Javier Nieva.

Bassegoda (1.373 m)

Diumenge 16

Itinerari: Sadernes, pont de Valentí, ca n'Agustí, collet de Santa Maria, caire de Comadells, puig de Bassegoda, coll de Principi, balnes del Cànem, ca n'Agustí i Sadernes.

Temps de camí: 7 h.

Desnivells: +1.100 m / -1.100 m.

Dificultat: **** cal experiència.

Viatge: amb autocar o cotxes particulars.

Vocal: Josep Pérez.

Sant Martí de Cavallera - Cambrils Diumenge 16

Itinerari: Sant Martí de Cavallera, el Soler de Dalt, font de Fontanelles, riera d'Odèn, creu de Fontcoberta, riera dels Pouets, carena de la Garriga i Cambrils.

Temps de camí: 5 h.

Desnivells: +200 m.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Pepe Guajardo i Montse Giménez.

L'Albera

Del divendres 21 al dilluns 24

Setmana Santa

Itinerari:

Divendres 21: castell de Sant Cristau. Montesquiú, la Senyera, coll de la Font, puig de Sant Cristau (1.015 m), coll de la Branca, coll de Llinàs i Montesquiú.

Desnivell: 800 m.

Temps: 4 h 30 min.

Dissabte 22: puig Neulós. La roca de l'Albera, dolmen de la Balma del Moro, puig Neulós (1.256 m), roc dels Tres Termes (1.128 m), coll de l'Ullat i la roca de l'Albera.

Desnivell: 1.000 m.

Temps: 7 h.

Diumenge 23: torre de la Massana. Castell de Valmy, dolmen de la cova de l'Alarb, dolmen dels Collets de Cotlliure, coll de la Plaça de les Armes, torre de la Massana (793 m), roc del Grill, Sant Llorenç del Mont i castell de Valmy.

Temps: 5 h 45 min.

Dilluns 24: pels volts de Cotlliure. Cotlliure, coll de Molló, coll d'en Raxat, fort Dugommier, fort Sant Elme i Cotlliure.

Desnivell: 200 m.

Temps: 2 h.

Viatge: amb cotxes particulars.

Inscripció: 18 persones (màxim), a partir del 14 de gener fins al 7 de març.

Reunió: Dijous 13 a les 8 del vespre.

Vocals: Joaquim Sánchez i Vicky Barjuan.

Serralada de Conca (Alt Tajo)

Del divendres 21 al dilluns 24

Setmana Santa

Itinerari:

Dilluns 21: activitats culturals al llarg del viatge cap a Conca.

Dissabte 22: Poveda, Vado de Salmerón i Poveda.

Diumenge 23: Ruta de la Hoz Seca

Dilluns 24: visita d'algun castell de la zona de l'Alt Tajo (Molina de Aragón) i tornada a Barcelona.

Temps de camí: ds: 8-9 h (34 km); dg: 5-6 h (22-23 km).

Desnivells: ds: +110 m; dg: +250 m.

Dificultat: **** cal experiència.

Inscripció: a partir del mes de gener fins al març.

Estada: en alberg (MP).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Carlos Portillo i M. José Navarro.

L'Albera: castell de Rocabertí i ermita de Santa Llúcia

Diumenge 30

Itinerari: la Jonquera, mas Brugat, castell de Rocabertí, Sant Pere de l'Arca, mas Nou, puig dels Falguers, ermita de Santa Llúcia i la Jonquera.

Temps de camí: 4 h 45 min.

Desnivells: +605 m / -605 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: Paratge Natural d'Interès Nacional de l'Albera (ICC).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Francesc Beato i Joan Bernat Andreu.

Veterans

Excursió al Montsant

Dissabte 29

Itinerari:

Autocar: Barcelona, Vimbodí, Vilanova de Prades, carretera de la Granadella, Ulldemolins, Vilanova de Prades, Montblanc, Barcelona.

Caminadors: coll de la Roca dels Lladres (carretera de la Granadella), torrent i ermita de Sant Bartomeu de Fraguerau, riu Montsant (camí de Fraguerau), les Cadolles Fondes, font de la Gleva, coll del Prat, ermita de Sant Antoni i Ulldemolins.

No caminadors: visita a les ermites

Les seccions

de Sant Antoni, Santa Magdalena i Ulldemolins.

Tots: calçotada a Ulldemolins.

Temps de camí: 3 h.

Desnivells: -255 m / +190 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: *Serra del Montsant* (Editorial Piolet)

Guies: Modest Montlleo. *La Vall d'Ulldemolins*. Editorial Altes, 1980 / Montserrat Toldra. *Espai Natural d'Ulldemolins*. Ajuntament d'Ulldemolins, 1998.

Inscripció: a partir del 10 març.

Lloc de trobada: Rda. Universitat/Balmes a les 2/4 de 8 del matí.

Vocals: Toni Muñoz i Lluís Willaert.

Esquí de muntanya

Pic de Solana Carnicera (2.839 m)

Dissabte 8

Itinerari: Pla dels Avellans, embassament des Bulloses (2.020m), estany de Viver, estany de la Comassa, coll Colomer, pic de Solana Carnicera o de les Xemenies.

Temps de camí: 6 h.

Desnivells: +900 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Ander Chamarro.

Tuca de la Cima i pic de Ventolau

Dissabte 8 i diumenge 9

Itinerari:

Dissabte: Refugi Pleta del Prat, tuca de la Cima.

Diumenge: Refugi Pleta del Prat, pic de Ventolau.

Desnivells: ds.: +753 m / dg.: +1.143 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Estada: Refugi Pleta del Prat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Melitó Queralt.

Tuc de Molières (3.010 m)

Dissabte 29 i diumenge 30

Itinerari:

Dissabte: Hospital de Benasque (1.750 m), Refugi de la Renclusa (2.140 m).

Diumenge: Refugi de la Renclusa, coll de la Renclusa, pla d'Aigualluts, vallada de l'Escala, tuc de Molières.

Temps de camí: ds.: 2 h / dg.: 8 h.

Desnivells: ds.: +390 m / dg.: +1.090 m / -1.480 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Estada: Refugi de la Renclusa (MP).

Mapa: *Benasque 3000* (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Josep Pastor.

Alta muntanya hivernal i raquetes

Serra d'Ensija

Dissabte 1 i diumenge 2

Itinerari: pleta de la Vila (1.584 m), font Freda, la Planella Gran, refugi, Gallina Pelada (2.317 m), pla de les Tores, creu de Ferro (2.286 m), serrat Voltor (2.289 m), barrancs de les Lobateres, pleta de la Vila.

Desnivell: +969 m.

Estada: refugi guardat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Ignasi Vidal.

Pic de la Cabaneta (2.818 m)

Dissabte 15 i diumenge 16

Itinerari:

Dissabte: arribada al refugi de Siscaró (2.150 m).

Diumenge: refugi de Siscaró, estany de Baix (2.350 m), estany de Canals Roges (2.420 m), coll (2.766 m), pic de la Cabaneta (2.818 m).

Temps de camí: ds.: 2 h; dg.: 7 h.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Estada: refugi lliure.

Mapa: *Andorra* (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Francesc Chiva i Gemma Nadal.

Pic d'Amitges

Dissabte 29 i diumenge 30

Marxes tècniques

7a edició de la Marxa Combinada Municipi de Taradell

El dia 6 d'abril se celebrarà la Combinada, prova puntuable per la X Copa Catalana de Marxes Tècniques Regulades, organitzada pel CEC.

Voldríem que el dia 6 hi hagués una gran participació. Seria una bona manera d'agrair tant a l'Ajuntament de Taradell com al Centre Excursionista de Taradell la seva col·laboració inestimable.

Informarem amb més detall a la pàgina web del CEC.

X Copa Catalana de Marxes Tècniques Regulades 50a Marxa d'Orientació per Descripció 30 de març

Agrupació Excursionista Talaia.

7a Marxa Combinada 6 d'abril

Centre Excursionista de Catalunya.

11a Marxa de Sants

20 d'abril

UEC de Sants

60a Marxa d'Orientació Campionat de Catalunya 27 d'abril

Club Excursionista de Ripoll.

49a Marxa de Regularitat 18 de maig

Grup Excursionista de Campdevàno

Amb la marxa del 30 de març s'inicia la temporada. Igual que en anys anteriors, les proves seran matinals, amb una durada total de 4 o 5 hores, i amb un desnivell de 400 o 500 m. Tothom hi pot participar, tot i que és preferible estar federat, perquè així el Centre pot puntuar com a entitat.

Us animem a provar-ho.

Joves (de 18 a 30 anys)

Sant Aniol d'Aguja

Dissabte 8 i diumenge 9

Itinerari:

Dissabte: Sadernes, coll de Espinabell, coll de Riu, Refugi Bassegoda Can Galan.

Diumenge: coll de Bassegoda, can Principi, coll Roig, Sant Aniol d'Aguja, la Quera, coll de Talaxà, coll de Palomeres, Sadernes.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Estada: refugi lliure.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Maria Gausí i Aroa Talavera.

Demi-tour del Mont Blanc amb raquetes

Del dijous 20 al dilluns 24

Sermana Santa

Itinerari:

Etapa 0: Les Houches i telefèric fins a Bellevue.

ETAPA 1: Bellevue (1.785 m), pasarel·la del torrent (1.590 m), coll de Tricot (2.120 m), xalet de Miage (1.559 m), xalet du Truc (1.720 m), les granges de la Frasse (1.353 m), Combe d'Armancette (1.880 m), alberg Tré-la Tête (1970), Nant Borrant (1459).

Refugis:

- Chalet de Miage: 0 450 932 291
- Auberge du Truc: 0 450 931 248
- Auberge Tré-la Tête: 0 450 470 168
- Chalet du Nant Borrant: 0 450 470 357

ETAPA 2: Nant Borrant (1.459 m), la Balme (1.706 m), Plan des Dames (2.040 m), coll de Bonhomme (2.329 m), coll du Bonhomme (2.433 m), coll des Fours (2.665 m), Les Tufts (1.993 m), La Ville des Glaciers (1.789 m), Refugi des



Agenda març 2008

Dates	Secció	Tipus d'activitat	Activitat (lloc / horari / a cura de, vocals)
Dissabte 1 i diumenge 2	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Serra d'Ensjia amb raquetes. Vocal: Ignasi Vidal.
Dissabte 1 i diumenge 2	BTT	EXCURSIÓ **	Vies verdes de la Terra Alta i el Baix Ebre i delta de l'Ebre. Vocal: Fernando López.
Diumenge 2	Fotografia	EXCURSIÓ *	Els secrets de Gallecs. Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada.
Diumenge 2	Muntanya	EXCURSIÓ **	Turó de Magarola i Sant Pere Màrtir. Vocals: Alexandre Costa i C. Boix.
Diumenge 2	Muntanya	EXCURSIÓ **	Un paisatge de pessebre. Vocals: Xavier Junquera i Javier Nieva.
Diumenge 2	Esquí	EXCURSIÓ ***	Sortida d'esquí de fons i participació opcional a la marxa de l'Arp a Tuixén. Vocal: Joaquim Sellas.
Dilluns 3	Fotografia	EXPOSICIÓ	XXXVI Concurs social de fotografia artística en B/ N.
Dilluns 3	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Videotertúlia, a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimarts 4	ERE	PROJECCIÓ	«Transpatagònia 2007», a cura de Roger Rovira, a les 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimecres 5	Geografia i C. Nat. Viatges	PROJECCIÓ-CONVERSA	Reportatge «Cazorla», a cura d'Enric Ventura, a 2/4 de 8 del vespre a la sala del 5è pis.
Dimecres 5	Geografia i C. Nat. ERB	SESSIÓ AL LABORATORI	A partir de 2/4 de 7 del vespre, al laboratori de la Secció.
Dijous 6	Geografia i C. Nat. Viatges	VIDEOREPORTATGE	«Vuit dies al Tibet», a cura de Neus i M. Pilar Cabrenizo, a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dijous 6	Càmping	REUNIÓ	Informació per a les inscripcions, a les 8 del vespre a la sala d'actes.
Dijous 6	Càmping	EXCURSIÓ *	De la Conreria a la Coscollada de l'Amigó. Vocal: Josep M. Batlle.
Dijous 6	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Taller de vídeo, de 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció.
Dissabte 8	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Pic de Solana Carnicera (2.839 m). Vocal: Ander Chamorro.
Dissabte 8	Història i Art	SORTIDA CULTURAL	Lleida. Museu Diocesà i Comarcal i castell de Gardeny. Vocal: Mercè Falcó.
Dissabte 8 i diumenge 9	Muntanya Joves	EXCURSIÓ ***	Sant Aniol d'Aguja. Vocals: Maria Gauss i Aroa Talavera
Dissabte 8 i diumenge 9	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Tuca de la Cima i pic de Ventolau. Vocal: Melitó Queralt.
Dissabte 8 i diumenge 9	Esquí	EXCURSIÓ **	Cicle d'iniciació a l'esquí de fons i a les raquetes de neu al Capcir. Vocals: Lluís Vilamasa i Carme Valverde.
Dissabte 8 i diumenge 9	Esquí	EXCURSIÓ ***	Participació a l'Andorra Relleus i als Campionats de Catalunya de Relleus (La Rabassa).
Diumenge 9	Centre	EXCURSIÓ *	V Diada de Verdguer Excursionista, a 3/4 de 8 a la pl. Universitat o a 2/4 de 12 a Vil·la Joana.
Diumenge 9	Geografia i C. Nat. ERB	TREBALL DE CAMP	Sortida a Collserola. Directors científics: J. Nuet, V. González.
Dilluns 10	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 12	Geografia i C. Nat. ERB	SESSIÓ AL LABORATORI	A partir de 2/4 de 7 del vespre, al laboratori de la Secció.
Dimecres 12	Atenció al Soci	TERÀPIA	Risoteràpia, a 1/4 de 9 del vespre, a cura de Montserrat Ferraro.
Dijous 13	Atenció al Soci	DANSA	Country i Danses d'arreu del món, a cura de Neus.
Dijous 13	Càmping	SORTIDA CULTURAL	Sant Joan Despi, casa Negra i ruta Modernista. Vocal: Josep M. Batlle.
Dijous 13	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Taller de vídeo, de 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció.
Divendres 14	Història i Art	PASSEJADA *	Verdaverd. Sant Cugat. Vocal: Vicenç Peig.
Dissabte 15 i diumenge 16	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Pic de la Cabaneta (2.818 m). Vocals: Francesc Chiva i Gemma Nadal.
Dissabte 15 i diumenge 16	Esquí	EXCURSIÓ ***	Sortida d'esquí de fons i participació opcional a la marxa Pastures de Llivia. Vocal: Francesc Monsonís.
Diumenge 16	BTT	EXCURSIÓ ****	El Bruc-Castelloi. Vocal: Daniel Gálvez.
Diumenge 16	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Bassegoda. Vocal: Josep Pérez.
Diumenge 16	Història i Art	EXCURSIÓ **	Alt Penedès. Vocal: Jacint Pallarols.
Diumenge 16	Història i Art	EXCURSIÓ **	Cicle Lloses i pedra en sec. Pla de Santa Maria. Vocal: August Bernat.
Diumenge 16	Geografia i C. Nat. EXPAVEPRO	EXCURSIÓ *	Santuari del Miracle. Vocals: Rafael Serra i Roser Canals.
Diumenge 16	Muntanya	EXCURSIÓ **	Sant Martí de Guàrdies. Vocals: Deso, Guàrdies i Montec. Cimaçoz.

Diària	Temps	Tipus	Activitat	Descripció	Observacions
Dilluns 17	Dilluns 17	Història i Art	VISITA CULTURAL	Exposició Prínceps etruscos a Caixafòrum . Vocal: Mercè Falcó.	
Dimecres 19	Dimecres 19	Geografia i C. Nat. ERB	SESSIÓ AL LABORATORI	A partir de 2/4 de 7 del vespre al laboratori de la Secció.	
Del dijous 20 al dijous 24		Fotografia	VIATGE	Setmana Santa a Múrcia. Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada.	
Del divendres 21 al dijous 24		Muntanya	EXCURSIÓ **	Setmana Santa a l'Albera. Vocals: Joaquín Sánchez i Vicky Barjuan.	
Del divendres 21 al dijous 24		Muntanya	EXCURSIÓ ****	Setmana Santa a l'Alt Tajo. Vocals: Carles Portillo i M. José Navarro.	
Del dijous 21 al dijous 24		Muntanya Joves	EXCURSIÓ ****	Demi-tour del Mont Blanc. Vocal: Raïfa Manzano.	
Dimarts 25	Dimarts 25	Atenció al Soci	TERÀPIA	Massatge i ergonomia corporal, a cura de Pepa Igartua.	
Dimecres 26	Dimecres 26	Atenció al Soci	PROJECCIÓ	Excursions BTT del 1996 al 2006, a cura de Benet Alba.	
Dimecres 26	Dimecres 26	Atenció al Soci	TEATRE	La somrisa <i>étope</i> , al Club Tivoli, sala 1.	
Dimecres 26	Dimecres 26	Geografia i C. Nat. ERB	SESSIÓ AL LABORATORI	A partir de 2/4 de 7 del vespre, al laboratori de la Secció.	
Dijous 27	Dijous 27	Muntanya	REUNIÓ	Reunió del viatge d'estiu al País Basc, a les 8 del vespre a l'aula Pompeu Fabra.	
Dijous 27	Dijous 27	Atenció al Soci	DANSA	Country i danses d'arreu del món, a cura de Neus.	
Dijous 27	Dijous 27	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Taller de vídeo, de 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció.	
Dijous 27	Dijous 27	Història i Art	CANTS	Bagatge de cançons, a la sala nova primer pis de 6 a 3/4 de 8 del vespre. Vocals: Robert Hjar i Roser Castelló.	
Dijous 27	Dijous 27	Geografia i C. Nat. ERB	CONFERÈNCIA	«Cartografia corològica dels arbres de Collserola», a cura de Valentí González i Josep Nuet, a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	
Dissabte 29	Dissabte 29	Història i Art	EXCURSIÓ **	Matinal al turó de Montcada i la rodalia. Vocal: Vicenç Peig.	
Dissabte 29	Dissabte 29	Muntanya Veterans	EXCURSIÓ **	Excursió i calçotada al Montsant. Vocals: Toni Muñoz i Lluís Willaert.	
Dissabte 29 i diumenge 30		Muntanya	EXCURSIÓ ****	Pic d'Amitges.	
Dissabte 29 i diumenge 30		Esquí	EXCURSIÓ ****	Sortida d'esquí de fons i participació opcional a la marxa Naut Aran (Pla de Beret). Vocal: Imma Borrell.	
Diumenge 30	Diumenge 30	Muntanya	MARXA D'ORIENTACIÓ	50 Marxa d'orientació per descripció. Vocal: Miquel Cinca	
Diumenge 30	Diumenge 30	Muntanya	EXCURSIÓ **	L'Albera-castell de Rocabertí i ermita de Santa Llúcia. Vocals: Francesc Beato i Joan Bernat Andreu.	
Diumenge 30	Diumenge 30	Muntanya	MARXA D'ORIENTACIÓ	50 Marxa d'orientació per descripció. Vocal: Miquel Cinca	
Diumenge 30	Diumenge 30	Geografia i C. Nat. GEBRPA	EXCURSIÓ *	Sant Martí de Brocà. Vocals: Jaume Arbona, Núria Aman i Montserrat Llorens.	
Dilluns 31	Dilluns 31	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Projecció de vídeos de la UNICA, a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	

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		
Cami: ample i de passeig Senyalització: no necessàriament mínima Dificultat:	Molt freqüentat Per a no avesats a la muntanya	fins a 2 hores	preparació física mínima	cap	*	MOLT FÀCIL
Cami: ample i de bon fer Senyalització: sovint senyalitzat Dificultat: poc relevant	Regularment freqüentat Per a avesats a la muntanya	fins a 4 hores	preparació física lleugera	cap	**	FÀCIL
Cami: estret, pedregós, irregular Senyalització: no necessàriament Dificultat: possibilitat de progressions curtes amb l'ajut de les mans	Poc freqüentat Per a excursionistes habituats	fins a 6 hores	preparació física bona	possibilitat de factors meteorològics adversos	***	CERT NIVELL DE DIFICULTAT
Cami: Sender abrupte o inexistent, o itinerari d'alta muntanya poca o inexistent Dificultat: possible grimpada (II) i/o trams amb neu poc drets (20°)	Poc freqüentat Per a excursionistes experimentats	fins a 8 hores	preparació física notable	es pot necessitar material específic	****	CAL EXPERIÈNCIA
Cami: 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 8 hores	preparació física excel·lent	cal parlar amb el vocal	*****	CAL EXPERIÈNCIA ESPECÍFICA



Les seccions

Mottets (1.870).

Refugis:

- Croix du Bonhomme: 0 479 070 528
- Auberge Maison Longe: 0 479 070 546
- Refugi des Mottets: 79 070 170

ETAPA 3: Refugi des Mottets (1.870 m), coll de la Seigne (2.516 m), Refugi Elisabetta (2.200 m), Ilac de Combal (1.970 m), l'Arp Vieille Inf. (2.073 m), L'Arp Vieille Sup. (2.303 m), Arista Mont Favre (2.400 m), Ilac Chécroi (2.165 m), coll Chécroui (1.956 m), Dolonne (1.235 m), Courmayeur (1.226 m).

Refugis:

- Hotel Svizzero: 0 165 842 035

Dificultat: **** cal experiència.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Rafa Manzano.

SECCIÓ DE BICICLETA DE MUNTANYA

Excursions

Vies verdes de la Terra Alta i el Baix Ebre + delta de l'Ebre Dissabte 1 i diumenge 2

Itinerari:

Dissabte: Horta de Sant Joan i Tortosa.

Diumenge: Tortosa, far de la Banyà i Deltebre.

Modalitat: BTT/CT.

Dificultat: ** fàcil.

Quilòmetres: ds.: 46 km; dg.: 55 km.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Fernando López.

El Bruc i Castellolí Diumenge 16

Itinerari: la Vinya Nova, el Bruc del Mig, hotel del Bruc, túnel del Bruc, Castellolí, castell Castellolí, cal Carreras, cal Canyelles, riera de Pierola, el Bruc del Mig, can Ferrers, serrat de les Muixeriques i la Vinya Nova.

Modalitat: BTT.

Dificultat: **** cal experiència.

Quilòmetres: 41 km.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Daniel Gálvez.

ERE (Equip de Recerques Espeleològiques)

PROJECCIÓ DE FOTOGRAFIES

«Transpatagònia 2007»

Expedició a l'illa Madre de Dios Dimarts 4

A les 8 del vespre a la sala d'actes, a cura de Roger Rovira

Amb motiu de l'expedició «Transpatagònia», realitzada durant els mesos de novembre i desembre del 2007, es farà una projecció de fotografies comentada per l'espeleòleg i fotògraf Roger Rovira,

de l'ERE del CEC, que ha participat en una de les etapes d'aquesta aventura per la Patagònia xilena.

Aquesta zona constitueix un autèntic laberint de fiords i canals a través dels quals els expedicionaris han utilitzat el caiac de mar com a mitjà autònom de transport. L'objectiu de la tercera etapa, ha estat la exploració espeleològica a la remota illa Madre de Dios.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Vocal: Equip de Competició.

Esquí de fons a Font-romeu Dissabte 15 i diumenge 16

Esquí de fons a Font-romeu i participació opcional a la marxa de les Pastures de Llivia www.marxapasturesllivia.com. Aquest any hi ha l'opció de participar en clàssic el dissabte i/o en patinador el diumenge. Aquesta marxa es realitza a les Bulloses, i no a les pistes d'esquí de fons de Font-Romeu, tot i que per accedir a la zona, es fa des de Font-Romeu. Si voleu fer curset, parleu amb el vocal.

Inscripció: a partir de l'11 de febrer.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Vocal: Francesc Monsonís.

SECCIÓ D'ESQUÍ

La Secció informa

El Grup d'Esquí de Fons us ofereix la possibilitat de rebre les comunicacions i les sortides al vostre e-mail. Qui vulgui gaudir d'aquesta opció, només cal que envii un correu electrònic a esqui@cec.cat.

Activitats

Sortida a Tuixén Diumenge 2

Sortida a l'estació d'esquí nòrdic de Tuixén-La Vansa d'un sol dia. Es podrà participar a la marxa de l'Arp.

Inscripció: a partir del 4 de febrer.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Vocal: Joaquim Sellas.

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

Dissabte 8 i diumenge 9

Les sortides es faran a la zona del Capcir. S'anirà a dormir a La Capcinoise, a Matamala, en règim de MP.

Inscripció: a partir de l'11 de febrer.

Viatge: amb autocars.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Vocals: Lluís Vilamosa i Carme Valverde.

Relleus a la Rabassa

Dissabte 8 i diumenge 9

Participació a l'Andorra Relleus i als Campionats de Catalunya de Relleus a l'estació d'esquí nòrdic de la Rabassa (Andorra). Recordeu que els Relleus puntuen a la Copa Catalana d'esquí de fons i, per tant, estan oberts a tothom.

Viatge: amb cotxes particulars.

Sortida d'esquí de fons a Beret Del divendres 21 al diumenge 23

Sortida d'esquí de fons al pla de Beret i participació opcional a la marxa Naut Aran. El dissabte hi haurà l'opció a fer un curset (amb un mínim de participants). Se sortirà el 21 al vespre, amb cotxes particulars. Si hi ha molta participació, contractarem un autocar o llogarem una furgoneta.

Inscripció: a partir del 18 de febrer.

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: Palau Reial.

Vocal: Imma Borrell.

Grup d'esquí alpi

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:

Les seccions

- del 7 al 9 de març
- del 15 al 20 de març

Disposem de monitors qualificats, titulats i amb molta il·lusió per acompanyar-vos tot el dia. D'aquesta manera, tots disposem d'un ambient de companyonia i esportivitat.

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 (Andorra), on tenim allotjament 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 pistes. No inclou el sopar del divendres ni el dinar a les pistes.

Per a més informació, truqueu al Centre i demaneu informació a la Secció d'Esquí o consulteu el nostre lloc web.

Avançament d'abril

MATINAL DEL DIJOUS

Sender del parc del Cirerers de Santa Coloma de Cervelló Dijous 3 d'abril

Itinerari: sender pel parc dels Cirerers, des de Santa coloma de Cervelló a la Colònia Güell.

Temps de camí: 1 h 30 min.

Dificultat: * molt fàcil.

Desnivell: 125 m.

Mapa: Baix Llobregat (ICC) / El Garraf (Editorial Alpina).

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a l'estació dels FGC de Santa Coloma de Cervelló. Per arribar-hi hi ha un tren que surt de la Pl. d'Espanya a les 9:22 i arriba a Santa Coloma a les 9: 47.

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

SECCIÓ DE CÀMPING

La Secció informa

Campaments de vacances 2008 Reunió informativa

Dimecres 5

A la sala d'actes a les 8 del vespre

Qui vulgui anar als campaments de vacances 2008 hauria d'assistir a la primera reunió on s'informarà dels llocs, l'accés i la forma de fer les preinscripcions.

Activitats culturals

DIJOUS CULTURAL

Sant Joan Despí, casa Negra i ruta modernista

Dijous 13

Itinerari: Sant Joan Despí, visita guiada a la casa Negra i recorregut lliure per la ruta modernista. Després hi haurà un dinar optatiu en un restaurant.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a l'estació de Renfe de Sant Joan Despí. Hi ha un tren que surt de la Pl. Catalunya a les 9:38 i arriba a Sant Joan Despí a les 9:55.

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

Excursions

MATINAL DEL DIJOUS

De la Conreria a la Coscollada de l'Amigó

Dijous 6

Serra de Marina

Itinerari: la Conreria, coll de Fra Rafel, coll de la Jeia d'en Pujol, la Coscollada de l'Amigó i retorna a la Conreria.

Temps de camí: 1 h 40 min.

Dificultat: * molt fàcil.

Desnivell: 150 m.

Mapa: *Serralada Litoral* (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 h al coll de Montalegre, davant de la casa colònies Pere Tarrés. situat al km. 6 de la carretera BV-500.

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

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

La Secció informa

Curs de botànica popular

El dia 15 d'abril començarà un Curs de botànica popular que té com a finalitat fer-nos conèixer el món vegetal i el seu funcionament. El curs s'estructura en dos períodes, un de primavera i un de tardor, formats per quatre sessions cadascun, i de periodicitat quinzenal: dues sessions a l'abril, dues al maig, dues a l'octubre i dues al novembre.

El Dr. Josep M. Panareda farà les explicacions, amb la col·laboració en el camp de la imatge de la Sra. Maravillas Boccio.

Activitats científicoculturals

PROJECCIÓ I CONVERSA

«Parc natural de Cazorla»

Dimecres 5

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

A cura d'Enric Ventura i Lecha

Recordant el viatge al parc natural de les serres de Cazorla, Segura i las Villas. També visitarem el naixement dels rius Guadalquivir, Segura i Mundo, i les poblacions de Sabiote, Úbeda, Baeza i Jaén.

VIDEOREPORTATGE

«8 dies al Tibet»

Dijous 6

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

A cura de Neus i M. Pilar Cabrerizo

Projecció per recordar les vivències i les experiències d'un viatge per les terres misterioses del Tibet.

CONFERÈNCIA I PRESENTACIÓ DEL PROJECTE

DE RECERCA BOTÀNICA DEL GEBRPA

«Cartografia corològica

dels arbres autòctons

de la serra de Collserola»

Dijous 27

A les 8 del vespre a la sala d'actes

A cura de Valentí González i Josep Nuet

La sessió consistirà a presentar l'objectiu de la recerca, la metodologia, la pràctica del treball i els resultats, encara provisionals, que s'han obtingut. Anirà a càrrec dels directors del projecte, amb qui col·laboren regularment altres sis consocis més.

Sortides ExFaVePro

Excursió al santuari del Miracle

Diumenge 2

Temps de camí: 2 h.



Les seccions

Dificultat: * molt fàcil.

Lloc de trobada: a la granja Sant Antoni, av. del Pont, a l'entrada de Solsona, a 2/4 de 10 del matí.

Inscripció: a partir del dilluns 3 de març.

Vocals: Rafael Serra ☎ 932 116 816 i Roser Canals ☎ 934 181 221.

Equip de Recerca Botànica del GEB Ramon Pujol i Alsina

Sortida de treball de camp a Collserola

Diumenge 9

Sortida de treball de camp a Collserola per tal d'anar completant la redacció de l'Atlas corològic dels arbres de Collserola.

Inscripció: 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.

Sessions de treball al laboratori Dimecres 5, 12, 19 i 26

De 2/4 de 7 a les 9 del vespre

Sessions de determinació de les plantes recol·lectades a la vall de Saltèguet, a la Molina

Directors científics: Valentí González i Josep Nuet.

Grup d'Estudis Botànics Ramon Pujol i Alsina

Excursió a Sant Martí de Brocà i pujada al castell

Diumenge 30

Objectiu: observació de la vegetació de la muntanya mitjana: pinedes de pi roig, rouredes amb abundants caducifolis i prats de pastura.

Desnivell: itinerari fins a Sant Martí (± 230 m); itinerari fins al castell, (± 500 m).

Dificultat: * molt fàcil / ** fàcil.

Temps de camí: 2 h 30 min / 4 h 45 min.

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

Inscripcions: a partir del dilluns 17 de març.

Vocals: Jaume Arbona, Núria Arnan i Montserrat Llorens.

Grup de Viatges Geogràfics i Culturals

Viatge a Galícia

Del 23 d'abril a l'1 de maig

Molt important: Us recordem que cal acabar de fer efectiu l'import del viatge entre el 3 i el 10 d'abril.

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

Dissabte 5 d'abril

Itinerari: can Coll, turó de l'Ermità, torrent d'en Fotja, font del Rossinyol, torrent del Cargol, font dels Degotalls, Racó del Silenci, can Coll.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: transport públic.

Vocal: Vicenc Peig ☎ 607 809 999

Grup d'Estudis Rurals

III CICLE LLOSES I PEDRA EN SEC

Excursió al Pla de Santa Maria

Diumenge 16

Itinerari: ruta del mas de la Fam i visita a les barraques de pedra seca de la zona.

Dinar facultatiu al mas Ferran.

Temps de camí: 2 h 30 m.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: Balmes / Bergara a 3/4 de 7 del matí.

Inscripció: a partir del 3 de març.

Vocal: August Bernat ☎ 932 378 537.

Verdaverd

SETENA SORTIDA

Sis jardins i dotze campanades a Sant Cugat

Divendres 14

Organitzat conjuntament amb el Club Muntanyenc Sant Cugat.

Temps de passeig: 3 h.

Lloc de trobada: taquilla dels FGC de pl. Catalunya a 3/4 de 9 del matí, per agafar el tren de les 9. Preneu bitllet per a Sant Cugat. El vocal pujarà al segon vagó.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999. Amb la col·laboració de Joan Valls.

Visites culturals

EXPOSICIÓ

Prínceps etruscos.

Entre Orient i Occident

Dilluns 17

Aquesta exposició conté obres del Museu del Louvre, el Museu de la Ciutat del Vaticà, el Museu Arqueològic Nacional de Florència i altres museus italians. La visita serà guiada.

Lloc de trobada: porta del Caixaforum (Av. Marquès de Comillas, 6-8) a 1/4 de 6 de la tarda.

Inscripció: a partir del 28 de febrer.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Excursions

Excursió cultural a Lleida

Dissabte 8

Itinerari: Barcelona – Lleida.

Visites: Al recentment inaugurat Museu Diocesà i Comarcal i la restaurada Casa Templera-Castell de Gardeny.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: Pl. Catalunya/Rivadeneira, a 3/4 de 7 del matí.

Inscripció: a partir del 25 de febrer.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

N.b.: aquesta excursió que s'havia anunciat per al diumenge 9 de març es farà el dissabte 8 de març.

Excursió a l'Alt Penedès

Diumenge 16

Itinerari: Avinyonet del Penedès, Sant Cugat Sesgarrigues, la Serra, can Bertran, la Granada.

Temps de camí: 3 h

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: transport públic.

Vocal: Jacint Pallarols ☎ 932 186 449.

Excursió matinal al turó de Montcada i la rodalia

Dissabte 29

Temps de camí: 3 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb transport públic.

Lloc de trobada: RENFE, línia Manresa.

El tren passa per l'estació de Sants a les 9:09 i a les 9:14 per Pl. Catalunya. Cal prendre bitllet per a Santa Maria de Montcada. El vocal pujarà a Sants, al segon vagó.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

Amb la col·laboració de Miquel Batet.

Avançament d'abril

Excursió a la selva de Collserola



Les seccions

Bagatge de cançons

Trobada mensual per a cantar

Dijous 27

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.

Conferències

«Cent anys del descobriment de l'art prehistòric del Cogul»

el CEC, un gran protagonista»

Dijous 3 d'abril

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

A cura d'Alexandre Grimal.

Ceferí Rocafort i Juli Soler, en una conferència a la nostra sala d'actes el 27 de març de 1908 donaren a conèixer l'existència de les pintures rupestres del Cogul. Per commemorar el centenari d'aquell acte hem programat dues conferències a càrrec de dos especialistes, membres de l'Associació Catalana d'Art Prehistòric, i coautors del llibre *L'art rupestre del Cogul. Primeres imatges humanes a Catalunya*. La segona conferència es farà el 10 d'abril.

Del 20 al 24 de març

La Secció es prepara per anar a la província de Múrcia, en règim de PC.

Itinerari:

Dijous 20: sortida de Barcelona a les 7 del matí, València, Alcoi (dinar), i Múrcia. Allotjament les 4 nits.

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

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

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

Dilluns 24: Múrcia, Cabo de Palos, Xàtiva (dinar), i tornada a Barcelona.

Viatge: amb autocar.

Inscripció: des del 14 de gener.

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

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

La Secció informa

XXI Concurs social de temes obligats

Resultat del concurs corresponent al tema «bicicleta/es», segons la decisió del jurat, del dia 24 de gener:

Apartat B/N:

«Iguals» de Jordi Alcacer (6,6 punts), guanyadora de l'apartat.

Apartat paper color:

«Simetria» de Maria Bonet (8 punts), guanyadora de l'apartat.

Apartat diapositives:

«Solitària» de Roser Romaní (6,3 punts). Recordem a tots els socis interessats en participar en aquest concurs que el tema corresponent als mesos de març i abril és: «gerro amb flors». D'acord amb les bases, s'hi pot presentar una fotografia en B/N, una en color (mides 10 x 15 cm com a mínim i 18 x 24 cm com a màxim), i una diapositiva (mida 24 x 36 mm). Admissió de fotos fins al 17 d'abril.

EXPOSICIÓ

XXXVI Concurs social de fotografia artística en B/N

Durant tot el mes de març estaran exposades a la sala d'exposicions del 1r pis les fotografies presentades al XXXVI Concurs social de fotografia artística en B/N. El jurat qualificador són els socis del Centre que visitin l'exposició i votin.

Excursions

Excursió al Vallès Oriental

Diumenge 2

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, la riera de Caganell, els aiguamolls de Can Salvi i Can Jornet Xic, masia típica i lloc d'informació.

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.

Setmana Santa a Múrcia

Avançament d'abril

VISITES CULTURALS

Excursió al Bages

Dissabte 12 d'abril

Visita al monestir de Sant Benet de Bages i celler Oller Delmàs.

Viatge: amb autocar.

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

Vocals: Mercè Falcó i Josefina Garriga ☎ 933 474 124 / 934 545 769.

Inscripció: a partir del 31 de març.

Sortida conjunta amb la secció d'Història i Art.

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Activitats de cinema

SESSIÓ 1925

Videotertúlia

Dilluns 3

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 comentar-los entre tots.

SESSIÓ 1926

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

Dilluns 10

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

Lectura del veredict, lliurament de guardons i projecció d'una selecció de les obres guanyadores.

Taller de vídeo

Dijous dia 6, 13 i 27

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 diverses creacions audiovisuals, 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.

SESSIÓ 1927

Projecció de vídeos de la UNICA

Dilluns 31

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

Projectarem una selecció de realitzacions que van participar en el concurs mundial de la UNICA del 2007, i que ens han estat cedides per a la seva difusió. Com altres vegades, és un interessant tast de vídeos d'arreu del món no professional.



Comissions i serveis

ESCOLA DE MUNTANYA

Informació general

L'Escola de Muntanya continua el procés de reconeixement dels aspirants (socis del CEC) que vulguin participar en el projecte formatiu com a vocals instructors. Aquest procés consta de cinc etapes:

1. Lliurament de la sol·licitud i del currículum.
2. Examen teòric.
3. Capacitació tècnica.
4. Psicotècnic.
5. Entrevista personal.

La superació d'aquestes etapes és imprescindible per ser reconegut com a vocal instructor. Us comuniquem les dates fixades fins avui:

Escalada en roca

1. Sol·licitud i currículum: 31/3/2008.
2. Examen teòric: 24/4/2008.
3. Capacitació tècnica.

Vies ferrades

1. Sol·licitud i currículum: 31/3/2008.
2. Examen teòric: 24/4/2008.
3. Capacitació tècnica.

Alta muntanya (excursionisme)

1. Sol·licitud i currículum: 31/3/2008.
2. Examen teòric: 24/4/2008.
3. Capacitació tècnica.

Descens d'engorjats

1. Sol·licitud i currículum: 31/3/2008.
2. Examen teòric: 24/4/2008.
3. Capacitació tècnica.

Cursos

Curs de cartografia digital i GPS

Del 13 de març al 3 d'abril

Teòriques:

- **Dijous 13 de març:** Introducció.
- **Dimarts 18 de març:** El GPS.
- **Dijous 20 de març:** Cartografia digital.
- **Dimarts 25 de març:** Ordinador I.
- **Dijous 27 de març:** Ordinador II.
- **Dijous 3 d'abril:** Avaluació i cloenda.

Pràctiques

- **Dissabte 29 i 30 de març:** Parc natural de Collserola.

Places: un mínim 6 i un màxim de 12.

Inscripció: de l'11 de febrer al 7 de març.

Preus:

- 95 € socis CEC.
- 110 € federats.
- 125 € resta d'inscrits.

Curs de senderisme

Del 2 al 30 d'abril

Teòriques:

- **Dimecres 2:** Presentació del curs.
- **Dimecres 9:** Cartografia i orientació.
- **Dimecres 16:** Planificació d'una sortida.
- **Dimecres 23:** Perills i seguretat.
- **Dimecres 30:** Test i cloenda.

Pràctiques:

- **Dissabte 12:** baixa muntanya.
- **Dissabte 19 i diumenge 20:** mitjana muntanya.
- **Dissabte 26 i diumenge 27:** alta muntanya.

Places: un mínim 6 fins a un màxim de 12.

Inscripció: del 3 al 25 de març.

Preus:

- 150 € socis CEC.
- 175 € federats.
- 195 € resta d'inscrits.

Curs d'escalada esportiva.

Nivell 1

Del 14 al 28 d'abril

Teòriques:

- **Dilluns 14:** Presentació del curs.
- **Dimecres 16:** Material i equip.
- **Dilluns 21:** Tècniques de seguretat i progressió.
- **Dilluns 28:** Orientació, entrenament, alimentació i cloenda.

Pràctiques:

- **Dissabte 19 i diumenge 20:** Montserrat.
- **Dissabte 26 i diumenge 27:** Vilanova de Meià.

Places: un mínim 6 fins a un màxim de 12.

Inscripcions: Del 3 al 28 de març.

Preus:

- 195 € socis CEC.
- 210 € federats.
- 230 € resta d'inscrits.

Curs de fotografia digital de muntanya

Del 8 al 22 d'abril

Teòriques

- **Dimarts 8:** Presentació del curs.
- **Dijous 10:** Control fotogràfic.
- **Dimarts 15:** La fotografia de natura.
- **Dijous 17:** L'edició digital I. (Photoshop).
- **Dimarts 22:** L'edició digital II. (Photoshop). Repàs i cloenda.

Pràctiques

- **Dissabte 12:** Parc natural del Montseny.
- **Dissabte 19 i diumenge 20:** Parc nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici.

Places: un mínim de 8 fins a un màxim de 24.

Inscripció: del 3 al 31 de març.

Preus:

- 120 € socis CEC.
- 140 € federats.
- 160 € resta d'inscrits.

Material necessari per part de l'alumne:

equip fotogràfic propi amb funcionament manual, especialment dirigit als que tenen càmeres digitals.

Curs de descens de barrancs i engorjats. Nivell 2

Del 15 al 27 d'abril

Teòriques:

- **Dimarts 15:** Presentació del curs. Material II. Tècniques de progressió amb corda II.
- **Dijous 17:** Tècniques de progressió amb corda III. Tècniques de fortuna. Tècniques d'equipament I.
- **Dimarts 22:** Seguretat: Prevenció d'accidents II. El socor. Tècniques d'auxili i d'autosocors I.
- **Dijous 24:** Pràctiques.
- **Dimarts 29:** Repàs, test i cloenda.

Pràctiques:

- **Dissabte 19 i diumenge 20:** Congost de Collegats. Continguts: parets i descens d'engorjats.
- **Dissabte 26 i diumenge 27:** Vall de Ribes. Continguts: descens d'engorjats.

Places: un mínim 6 fins a un màxim de 12.

Inscripcions: del 3 al 31 de març.

Preus:

- 190 € socis CEC.
- 205 € federats.
- 225 € resta d'inscrits.

Inclou: classes teòriques, pràctiques, documentació, equip de descens de barrancs, material tècnic col·lectiu i vocals instructors acreditats.

Monogràfic de tècniques d'encordament per glacera

21, 26, 27 d'abril

Teòriques:

- **Dilluns 21:** Presentació del curs. Terrenys de joc. Material bàsic.

Pràctiques:

- **Dissabte 26 i diumenge 27:** Tipus d'encordament i circulació per glaciar. Progressió per corda fixa. Tècniques bàsiques d'autorescat en esquerdes. Actuació davant d'un accident.

Places: un mínim 2 fins a un màxim de 6.

Inscripció: del 25 de març al 16 d'abril.

Preus:

- 80 € socis CEC.
- 95 € federats.
- 110 € resta d'inscrits.

Inclou: classes teòriques, pràctiques, documentació, material específic i vocals instructors acreditats.



Comissions i serveis

COMPANYIA DE GUIES

Activitats d'hivern

Iniciació al cascadiisme

Estada de 2 o 3 dies a Ceillac (Écrins) per practicar l'escalada de cascades d'aigua glaçada i les tècniques de piolet-tracció.

Esquí sobre glacera

Anirem a Chamonix a baixar les glaceres de la Vallée Blanche i d'Argentière. Esquades fora de pista entre esquerdes i seracs, en algun cas de més de 20 km de recorregut, però amb el suport del telefèric.

Activitats de primavera

Travessa amb esquís Chamonix-Zermatt

4 o 5 dies amb els esquís als peus, entre jornades de muntanya i nits de refugi.

Dôme de Neige amb esquís

Ascensió amb esquís a un 4.000 poc difícil, i en el marc incomparable del vessant N de la barra dels Écrins.

Activitats d'estiu

Iniciació a l'alpinisme

Estada en algun massís alpí per practicar diverses especialitats: roca, glaç, mixt.

Monte Rosa (punta Gnofetti)

Ascensió al segon cim més alt dels Alps.

Mont Blanc

Fita obligada de tot alpinista.

Activitats de tardor i primavera

Escalada a Montserrat

Iniciació a l'escalada en roca.

Via ferrada

Parets equipades amb esglaons i cables.

Muntanyes del món

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

Tarifes

- 1/2 jornada: 125 €
- 1 jornada: 190 € (baixa i mitjana muntanya/roca). 220 € (alta muntanya/neu/glaç).

Les tarifes inclouen: organització, guia i

material tècnic col·lectiu. Les despeses del guia (desplaçament, hostalatge, remuntadors, etc.) no hi són incloses. 10% de descompte per als socis del CEC.

Més informació:

CEC: www.cec-centre.org/companyia-guies www.cec-centre.org ☎ 933 152 311.

Joan Jover: www.geocities.com/joan-jovergarcia / jlover.mesvilaweb.com. ☎ 933 470 269.

ATENCIÓ AL SOCI

Activitats

No cal inscripció per a aquestes activitats, però us agrairia la vostra confirmació per e-mail o per telèfon.

Vocal: Pepa Igartua ☎ 932 136 640 (atenciosoci@cec.cat)

Risoteràpia Dimecres 12

A 1/4 de 9 del vespre a les columnes romanes

A càrrec de Montserrat Ferraro, exdegana Col·legi de Psicòlegs.

La sonrisa etiòpe, de Pepe Rubianes Dimecres 26 març

A les 2/4 de 10 del vespre a la sala 1 del Club Capitol a les 9 vespre

Inscripció: a partir de l'1 març.

Preu: 18 €. Tenim 20 entrades.

Massatge i ergonomia corporal Dimarts 25

A les 8 vespre a les columnes romanes
Cal portar una samarreta sense mànigues i una tovallola gran.

Sessió de diapositives de BTT Dimecres 26

A les 8 del vespre a la sala d'actes
El nostre company Benet Alba farà una sessió de diapositives sobre les sortides de BTT, efectuades durant la dècada del 1996 al 2006.

Country i danses d'arreu del món

Dijous 13 i 27

A la sala nova del 1r pis a les 8 vespre

BIBLIOTECA

Nou horari de la biblioteca:

De dilluns a dijous de 2/4 de 6 a 2/4 de 10 del vespre.

Els divendres de 6 a 9 del vespre.

Adquisició de nous documents

Participa en l'adquisició de nous documents per a la biblioteca

Per posar el fons de la biblioteca al dia, el Comissionat de Patrimoni Documental del CEC, amb el suport del Departament de Cultura i Mitjans de Comunicació, ha elaborat un Pla de Col·lecció Extraordinari que té per objectiu adquirir

en els propers mesos un miler de documents (llibres, CD-ROMS, mapes...) relacionats amb temàtiques excursionistes i esports de muntanya.

Estem intentant que el procés de selecció dels documents sigui al més participatiu possible. Volem posar també a disposició de tots els socis el llistat de documents que formen el Pla de Col·lecció Extraordinari, perquè ens feu arribar els vostres suggeriments i les noves propostes d'adquisició.

Les aportacions es poden fer via correu electrònic a l'adreça biblioteca@cec.cat o personalment a la biblioteca. El llistat de llibres per adquirir el podeu descarregar del web, a la secció de la biblioteca virtual.

Campanya als socis

Per cada amic que ens presenteu i es faci soci del CEC aconseguireu un **30% de descompte en la quota anual**. A més, **els vostres amics** us ho agrairan més que mai, perquè a part de gaudir de tots els avantatges que els ofereix el CEC, tindran la quota d'entrada gratuïta (20 €) i també un **30% de descompte en l'anualitat en curs**.


No deixeu passar aquesta promoció especial i presenteu-nos els vostres amics com més aviat millor.

<p>Soci - 30% en la quota anual</p>	+	<p>Amic quota d'entrada gratuïta i - 30% en l'anualitat en curs</p>
---	---	---

Truqueu al **933 152 311**, envieu un correu a **cec@cec.cat** o adreceu-vos a la seu social, a l'àrea d'atenció al Soci, al carrer Paradís, 12, de Barcelona.

- Oferta vàlida fins al 31 de maig del 2008 per a socis vigents a 31 de desembre del 2007.
- Descompte acumulable sobre la quota restant (si ens porteu 5 amics la vostra quota serà de 18,10 €).
- El descompte per als socis s'efectuarà mitjançant un abonament en el compte corrent.
- No acumulable amb altres promocions.

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

ESTACIÓ	PREUS GENERALS	PREUS CEC Festius	PREUS CEC Laborables	FUNCIONAMENT
 La Molina	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.
 ski Masella	Adults 36,50 € Infants 27 €		Adults 33 € Infants 24 €	
 BOÍ TAÜLL RESORT	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.
 PORT DEL COMTE	30,50 € ***		27,50 € ***	
 espotesqui	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 €*	
 VALLNORD	Temp Alta: 34,50 € Temp Baixa: 29 €		31,50 € 26 €	
 TAVASCAN	20 € ***		18 € ***	
 Font Romeu	28 €		25 €	
 FORMIGUERES	Adults 24 € Infants 18 €		Adults 22 € Infants 16 €	
 Cambre d'Aze	22 € (dia sencer) 17 € (mig dia)		18 € (dia sencer) 13 € (mig dia)	