



butlletí

per als socis
juny 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

Visiteu la terrassa del 6è pis

Ja es pot pujar a la terrassa del sisè pis, oberta a tots els socis perquè pugueu gaudir de la vista de Barcelona, i del capvespre. La terrassa serà oberta cada dia de 6 a 9 del vespre. Si voleu prendre una beguda, l'heu d'agafar de la màquina del primer pis.



Noves quotes i assegurances per als socis

En l'Assemblea General Ordinària del 22 d'abril passat es van aprovar les quotes que s'aplicaran als nous socis que es donin d'alta a partir de maig del 2008, i també es van aprovar les noves cobertures de les assegurances incloses dins el carnet de soci.



Més informació a la pàgina 4

La Comissió d'Esport Adaptat compleix dos anys

Fa dos anys que es va constituir la Comissió d'Esport Adaptat. La comissió va néixer quan un grup de nedadors amb diverses discapacitats van tenir la necessitat d'estar federats en un club per poder participar en els campionats de Catalunya, Espanya o internacionals. Els membres de

la Comissió també han procurat no tancar-se només en la natació, sinó que s'han dedicat a diverses activitats com poden ser el caic o l'esquí nòrdic.

Més informació a la pàgina 15



Festa de Sant Jordi 2008

El 23 d'abril passat es va celebrar al CaixaForum la festa de Sant Jordi. L'acte es va obrir amb una conferència de Joaquim M. Puigvert: «Jose Danés i Torres, l'arquitecte del Xalet de la Molina. Arquitectura i

paisatge». A continuació es van lliurar les insígnies als socis que complien 75, 50 i 25 anys com a socis.

Més informació a la pàgina 5





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

- **Secretaria**
de dilluns a divendres de 17:30 a 21:00
- **Àrea d'atenció al soci:**
de dilluns a divendres de 9:00 a 13:30,
de 14:30 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

- **Bicicleta de Muntanya**
- **CADE**
- **Càmping**
- **Cinema i Vídeo**
- **Descens de Barrancs, Canyons i Engorjats**
- **ERE**
- **Esquí Alpí**
- **Esquí Nòrdic**
- **Fotografia**
- **Geografia i Ciències**
- **Història i Art**
- **Muntanya**

COMISSIONS

- Comissió d'Activitats per a Infants
- Comissió d'Esport Adaptat
- Comissió de Jovent
- Comissió de Publicacions
- Comissió de Patrimoni Documental
- Comissió de Patronats i Centenaris
- Comissió de Promoció Cultural
- Comissió de Refugis
- Comissió de Voluntariat

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

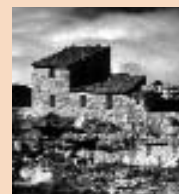
- Unió Internacional de Cinema Amateur (UNICA)
- Unió Internacional d'Associacions d'Alpinisme (UIAA)

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**
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





Espai CEC

SUMARI

Espai CEC	2
Noticiari	4
Agenda mensual	8
Seccions	6
Muntanya	6
Bicicleta de muntanya	7
Descens d'Engorjats	10
Esquí Nòrdic	10
Càmping	10
Geografia i Ciències Naturals	11
Història i Art	12
Fotografia	13
Cinema i Vídeo	13
Comissions i serveis	14
Escola de Muntanya	14
Jovent	14
Esport Adaptat	15
Atenció al Soci	15

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

ÀREA D'ATENCIÓ AL SOCI

Nou horari: de dilluns a divendres de 9:00 a 13:30 i de 14:30 a 21:30

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. També ho podeu fer a través del web www.cec.cat

Junta Directiva

President: Josep Manel Puente

Vicepresident 1r: Francesc Banqué

Vicepresident 2n: David Mengual

Secretària: Pepa Igartua

Tresorer: Josep M. Zamora

Vocals

Bicicleta de Muntanya: José Guajardo

CADE: Jordi Bernat

Càmping: Eduard Cayon

Cinema i Vídeo: Joaquim Clos

Descens d'Engorjats: Carme Nivera

ERE: Daniel Ferrer

Esquí Alpí: Nadal Pujol

Esquí Nòrdic: Imma Borrell

Geografia i Ciències: Montserrat Llorens

Història i Art: Francesc Olivé

Muntanya: Emili Rissech

Patronats i Centenaris: Andreu Rafa

Promoció Cultural: Benet Llebaria

Refugis: Antoni Flo

Voluntariat: Ricard Doderó



RELACIÓ D'ALTES DE SOCIS DE MARÇ DEL 2008

Numerari

Moliné López, M. Dolors
 Moreno, Oscar Hernan
 Sistach Anguera, M. Carme
 García Hernández, Marc Antoni
 Núñez de Prado, Xavier
 Arquimbau Cano, Gemma
 Tria Janer, Jordi
 Baladía Rodríguez, Jaume
 Cirera Clos, Álvaro
 Armengol, Santacreu, Xavier
 Tomas López, Gemma
 Latorre Tafanell, Marta
 Ramírez Martínez, Pablo
 Alonso Mellado, Renan
 Pons Cortés, Jaume
 Gálvez Castro, Araceli
 Castellsagué Torrents, Ester
 Mensa Garrigosa, Laura

Sanglas Crespi, Laura
 Arjona Cabrera, Ana Maria
 Capdevila Querol, Rosa
 Galdón Amigó, Carles
 Hortigüela Martí, Montserrat
 Serra Campillo, Laia
 Mata Sardà, Jordi
 Varela Collazo, Isabel
 Vázquez Rodríguez, M. Raquel
 Martín Valle, Silvia
 Margalef Sosa, Anna
 Oto Llorens, Laia

Familiar

Serra Vancells, Oriol
 Udina Abelló, Antoni
 Baños Juan, Silvia
 Núñez de Prado Arquimbau, Ona

Núñez de Prado Arquimbau, Jan
 De la Fuente Deveze, Lilia
 Cegarra Biosca, Queralt
 Tria Albert, Gemma
 Tria Albert, Marc
 Albert Todó, Helena
 Costa Corominas, Núria
 Escola Carreras, Mercè
 Armengol Escola, Julia
 Armengol Escola, Elia
 Armengol Escola, Núria
 Ripoll Tarrasó, Nil
 Lucea Tomás, Joel
 Lucea Tomás, Ona
 Lane Latorre, Fiona
 Lane Latorre, Emma
 Lane, Michael
 Roig Borrellas, Anna

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

CONFERÈNCIES

«La generació de la independència»

El dimecres 25 de juny a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes, el professor de la Facultat de Dret Constitucional de la Universitat Autònoma de Barcelona Marcel Mateu pronunciarà la conferència «La generació de la independència», en el marc de les activitats organitzades amb motiu del 175è aniversari de la Renaixença, dins del cicle «Per una nova Renaixença».



QUOTES SOCIS

Noves quotes per als socis

En l'Assemblea General Ordinària del 22 d'abril passat es van aprovar les quotes que als nous socis s'aplicaran a partir del maig del 2008.

Noves quotes altes socis (5 maig - 31 desembre 2008)
(Inclou assegurança accidents i responsabilitat civil)

Modalitats	Quota mensual	Quota anual
COL-LECTIU	3,8 €	46 €
INFANTIL	4,2 €	50 €
JÚNIOR	5,4 €	65 €
NUMERARI	9,6 €	115 €
NUMERARI FAMILIAR	3,6 €	43 €
NUMERARI FORÀ	7,1 €	85 €
NUMERARI PROTECTOR	16,4 €	197 €

Recordem que el pagament de la quota de soci és anual.

ASSEGURANCES

Noves cobertures per als socis

En l'Assemblea General Ordinària del 22 d'abril passat es van aprovar les noves cobertures de les assegurances incloses en el carnet de soci. Ben aviat l'àrea d'atenció al soci disposarà del detall de totes les noves cobertures per a qualsevol consulta.

A continuació n'exposem un breu resum:

Responsabilitat Civil

- Per sinistre i assegurat: fins a 60.000 €
- En cas de concurrència d'accidents: 600.000 €
- 100% activitats CEC incloses
- Àmbit: Europa
- Sense límit d'edat

Accidents:

- Despeses mèdiques en centres de lliure elecció: fins a 6.000 €
- Il·limitada en centres concertats
- 100% activitats CEC incloses
- Franquícia de 60 €
- Àmbit: tot el món
- Condicions especials per a majors de 75 anys

CONFERÈNCIES

Jaume I el Conqueridor 800 anys del seu naixement

Amb motiu del 800 anys del naixement del rei Jaume I es pronunciarà una conferència seguida d'un col·loqui el dijous 3 de juliol a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes, a càrrec d'Agustí Esteve i Orozco de Nájara. Aquesta conferència és una col·laboració del Cercle d'Investigació i Documentació Medieval de Catalunya, organitzada per la Secció d'Història i Art.



ACTES INSTITUCIONALS

Festa de Sant Jordi 2008



El dimecres 23 d'abril al CaixaForum es va celebrar la festa de Sant Jordi d'enguany. Va obrir l'acte el president del Centre, Josep M. Puente, que va presentar el conferenciant, el Sr. Joaquim M. Puigvert, professor d'Història contemporània de la Universitat de Girona, que va pronunciar la conferència «Jose Danés i Torres, l'arquitecte del Xalet de la Molina. Arquitectura i paisatge».

Va ser una dissertació molt amena i ben documentada sobre la història de la construcció de l'edifici, i va acabar recordant que ara resta tancat per circumstàncies de tots conegudes. Esperem que pugui recuperar el seu ús habitual ben aviat.

A continuació es van lliurar les insígnies als socis que compleixen 75, 50 i 25 anys com a socis. Aquest any hi van haver quatre socis que van rebre les insígnies de platí. Es tracta d'Andreu Figueras Anmella, Bernat Picornell Foret, Joaquim Pla Guarro i Carme Sabadell Balasch. Cal dir que va ser un goig el fet de poder compartir amb ells aquest dia per agrair-los tants anys de fidelitat al CEC.

Com cloenda el cor de la Universitat de Barcelona, dirigit per Jordi-Lluís Rigol va oferir un concert de música religiosa i tradicional, que va acabar amb el cant dels "Segadors" cantat per tots els assistents.

Els guardonats amb les insígnies de platí.



NECROLÒGIQUES

En Francesc Amat ens ha deixat

En Francesc Amat i Kaiser va morir el passat dijous 24 d'abril als 95 anys d'edat.

Havia ingressat al Centre l'any 1957, i no va tardar en col·laborar, organitzar activitats i dur a terme tasques directives a la Secció d'Història i Art. A partir de 1964 forma part de la Junta Directiva de la Secció, i alhora organitza excursions i visites, tant per Catalunya com per la resta de l'estat. Aquest mateix any, va ser un dels impulsors del Grup de Dibuix i Pintura, que va fer diverses sortides a la natura per pintar i dibuixar; però també, organitzava cada dos anys les mostres col·lectives de l'obra feta pels participants. Del 1972, i fins al 1996, va organitzar viatges inter-

nacionals, tant per Europa com per Amèrica. El 1976 va ser nomenat vicepresident de la Secció d'Història i Art, i fins a la seva mort n'ha estat vicepresident honorari.



La Junta Directiva del Centre Excursionista de Catalunya expressa el seu condol a la família i amics, especialment a la seva esposa Núria i al seu germà Antoni, també socis del Centre i estrets col·laboradors de les tasques organitzatives del Francesc.

En Francesc Amat als 22 i als 95 anys.





Seccions

SECCIÓ DE MUNTANYA

Vacances d'agost

Picos de Europa

Del 4 al 10 d'agost

Travessa circular de cinc dies pel massís central de Picos de Europa.

Itinerari:

- **Dia 4:** Barcelona, Fuente Dé.
- **Dia 5:** Fuente Dé, Refugio Diego Mella/Jermoso.
Distància: 9,62 km.
Desnivell: +850 m.
- **Dia 6:** Refugi Diego Mella/Jermoso, Poncebos.
Distància: 22 km.
Desnivell: +550 m.
- **Dia 7:** Poncebos, Refugio Jou de los Cabrones.
Distància: 10,73 km.
Desnivell: +2.000 m.
- **Dia 8:** Refugi Jou de los Cabrones, Refugi Vega de Urriellu.
Distància: 5,96 km.
Desnivell: +300 m.
- **Dia 9:** Refugi Vega de Urriellu, Fuente Dé.
Distància: 9,69 km.
Desnivell: +600 m.
- **Dia 10:** Tornada a Barcelona.

Places:

18.

Estada: 6 nits en refugis, hotel, càmping i alberg (PC + pícnic).

Viatge: cotxes particulars.

Vocals: Carlos Portillo i Dani Gálvez.

El País Basc a peu D'Irún a Santo Domingo de la Calzada

Del 2 al 13 d'agost

Dijous 10 de juliol, 3a reunió informativa, a les 8 del vespre a l'aula Artur Osona.

Viatge: amb autocar.

Sortida: A les 1/4 de 8 del matí al C/ Balmes cantonada Bergara.

Allotjament: en Hotel a Vitoria-Gasteiz.

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

Itinerari i visites:

- Irún – Astigarraga.
- Astigarraga – Collado de Andazarrate.
- Collado de Andazarrate – Alto de Mandubia.
- Alto de Mandubia – Zegama.
- Zegama – Ezkerekotza.
- Visita a Sant Sebastià.
- Ezkerekotza – Vitoria-Gasteiz.
- Vitoria-Gasteiz – La Puebla de

Arganzón.

- La Puebla de Arganzón – Salinillas de Buradón.
- Salinillas de Buradón – Santo Domingo de la Calzada.

Excursions

GR-3, Manresa-Camps Diumenge 8

Itinerari: pont Llarg, el Cardener, pont Petit, Sant Joan de Vilatorrada, plaça de la Pau, Collbaix, el Collet, Fals, el Molí d'en Boixeda, Oliveres de la Costa, tomba del Soldat Desconegut i Camps.

Temps de camí: 5 h

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Ignasi Nadal i Joan Ramon Montes.

La tosa d'Alp Diumenge 15

Itinerari: coll del Forn (1.715 m), Refugi de Rebot, coll de la Gavarra, el Claper, collet de Deugràcies, coll de Jou, coll de la Mena, la tosa d'Alp (2.537 m), cap del Serrat Gran (2.402 m) i coll de Pal (2.105 m).

Temps de camí: 5 h 15 min.

Desnivells: + 1.137 m / - 747 m.

Dificultat: **** cal experiència.

Mapes i llibres: *A peu pel Parc Natural Cadí-Moixeró* i *El massís del Pedraforca* de Sergi Lara García. (Cossetània Edicions. Valls, 2006); *Moixeró-la Tosa* (Editorial Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Francesc Beato i Joan Bernat Andreu.

Puigllançada Diumenge 29

Itinerari: els Alabaus, amorriador de Rus, Puigllançada, coll de Pal, serrat Gran, colladeta de Comabella, cim de Comabella, la Tosa d'Alp (2.537 m), rasos d'Alp i la Masella.

Temps de camí: 5h

Desnivells: +1.098 / - 1.206 m.

Dificultat: **** cal experiència.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Hermes Soler i J. Manuel Ibars.

Gorges del Freser Diumenge 29

Itinerari: Núria, serrat de les Pedrisses,

camí dels Enginyers, Refugi de Coma de Vaca, gorges del Freser, salt del Grill i Queralbs.

Temps de camí: 6 h

Desnivells: + 400 m / -1.000 m

Dificultat: **** cal experiència.

Mapa: *Núria* (Editorial Alpina).

Viatge: amb autocar i cremallera.

Vocal: Josep M. Griera

Veterans

Canigó

Dissabte 5 i diumenge 6 de juliol Itinerari:

Dissabte: Vernet, castell, Sant Martí del Canigó, Vernet, Prada (amb autocar); visita a Sant Miquel de Cuixà; sopar, dormir i esmorzar a l'hotel de Prada de Conflet.

Diumenge: Prada, xalet, Refugi dels Portalets (en 4x4), pica del Canigó i tornada a Prada.

Temps de camí: 1 h 15 min (ds.); 3 h (dg.).

Desnivells: +250 m / +634 m.

Dificultat: ** fàcil.

Observació: el dinar de dissabte i diumenge serà de motxilla.

Mapes: *Canigó* 2349 ET IGN; Guia CEC nº 18.

Inscripció: del 10 de juny fins a l'1 de juliol.

Lloc de trobada: ronda Universitat / Balmes a 1/4 de 8 del matí.

Viatge: amb autocar.

Vocal: Lluís Willaert i Toni Muñoz.

Alta muntanya

Torreneules i camí dels Enginyers Dissabte 7 i diumenge 8

Itinerari:

Dissabte: Núria, Refugi Coma de Vaca, pel camí dels Enginyers.

Diumenge: coll de Torreneules, Núria (opcional pic de Torreneules).

Desnivells: +200 m / -200 m (ds.); +500 m / -500 m (dg.).

Dificultat: **** cal experiència.

Estada: Refugi de Coma de Vaca.

Mapa: *Vall de Núria* (Editorial Alpina).

Viatge: cotxes particulars i cremallera.

Vocal: Carlos Portillo i Joaquim Sánchez.

Posets (3.375 m)

Dissabte 14 i diumenge 15

Itinerari:

Dissabte: pont d'Espigantosa, Refugi Àngel Orús.

Diumenge: canal Fonda, Posets, Refu-



Seccions

gi Àngel Orús, pont d'Espigantosa.

Temps de camí: 2 h (ds.) / 9 h (dg.).

Desnivells: +500 m (ds.); +1.275 m / -1.775 m (dg.).

Dificultat: **** cal experiència.

Estada: Refugi Àngel Orús (MP).

Mapa: *Valle de Benasque* (Editorial Alpina)

Viatge: cotxes particulars.

Vocals: Josep Pastor i Enric del Pozo.

Pica d'Estats per la vall Ferrera Del dissabte 21 al dilluns 23

Itinerari:

Dissabte: pàrquing del Refugi Vall Ferrera, barranc de Sotllo, pla de la Socialma, pletiu de Sotllo, estany de Sotllo, estany d'Estats.

Diumenge: estany d'Estats, port de Sotllo, cometa d'Estats, coll de Riu-fred, pic Verdaguer (3.125 m), pica d'Estats (3.143 m), estany d'Estats.

Dilluns: estany d'Estats, Barcelona.

Temps de camí: 3 h 30 min (ds.); 8 h (dg.); 3 h 30 min (dl.).

Desnivells: +530 m (ds.); +840 m / -720 m (dg.); -530 m (dl.).

Dificultat: **** cal experiència.

Nit: en tendes.

Mapa: *Pica d'Estats* (Editorial Alpina).

Viatge: cotxes particulars.

Vocals: Dolors Gurri i Joan Ramon Montes.

Circuit pel massís del Carlit Del dissabte 21 al dimarts 24

Itinerari:

Dissabte: llac de les Bulloses, Refugi de Camporells.

Diumenge: Refugi Camporells, estany de Lanós, Refugi de Besines.

Dilluns: Refugi de Besines, estany de Lanós, portella de la Grava, llac de les Bulloses.

Temps de camí: 3 a 5 h cada dia.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Estada: en refugi.

Viatge: cotxes particulars.

Vocal: Quim Sánchez i Lluís Garrido.

Marxes tècniques

X Copa Catalana de Marxes Tècniques Regulades 1 de juny

52a marxa d'orientació

Unió Excursionista Sant Joan de les Abadesses

S'inicia la temporada. Com en anys anteriors les proves seran matinals, amb una durada total de 4 o 5 hores i amb un desnivell de 400 m o 500 m. Tothom hi pot participar, tot i que és preferible estar federat ja que així el Centre pot

puntuar com a entitat. Algunes marxes es porten a terme des de fa molts anys, cosa que demostra el bon ambient que s'hi troba. Gaudireu de la muntanya i, mentre camineu, podreu compartir amb el vostre acompanyant forces estones ben agradables. ¡Us hi esperem!

Caminades de resistència

XII Reus-Prades-Reus

Diumenge 1

Associació Excursionista Catalunya de Reus

V Marxa de Resistència 7 cims

Diumenge 8

Centre Excursionista del Penedès

II Marxa Cap de Rec

Dissabte 14

Club Muntanyenc Sant Cugat

Si esteu interessats en participar en algunes d'aquestes marxes, poseu-vos en contacte amb Basili Pérez (basilip@ono.com).

Joves (de 18 a 30 anys)

Pica d'Estats

Dissabte 28 i diumenge 29

Itinerari:

Dissabte: pla de Boet, Refugi de Vallferrera, estany de Sotllo.

Diumenge: estany de Sotllo, estany d'Estats, port de Sotllo, pica d'Estats.

Temps de camí: 3 h (ds.) / 6 h (dg.).

Dificultat: **** cal experiència.

Desnivells: +1.360 m / -1.360 m.

Nit: tendes o bivac.

Mapa: *Pica d'Estats-Montroig* (Editorial Alpina).

Viatge: cotxes particulars.

Vocals: Josep Vaqué i Maria Gausí.

SECCIÓ DE BTT

Excursions

Vilafranca del Penedès

Diumenge 1

Itinerari: Vilafranca, Guardiola de Font-rubí, castell de Font-rubí, les Llobarades, mas de Pontons, urbanització Plana les Torres, Santa Maria de Foix, cal Vila, Sant Martí de Sarroca, Vilafranca del Penedès.

Modalitat: BTT/CT.

Quilòmetres: 45 aprox. 50% camí, 30% camí asfaltat, 20% carretera.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb tren o cotxes particulars.

Vocal: Ramón Sunyer.

Camí dels Bons Homes

Etapa 1

Dissabte 14 i diumenge 15

Itinerari: sortirem de Berga amb cotxes fins al santuari de Queralt on comença la ruta de BTT. Recorregut aproximat i pendent de confirmar segons preparació.

Dissabte: Santuari de Queralt, Casanova de les Garrigues, Peguera, la Bruixa, coll d'Aubí, Bonner, molí de Güell, Torre-sensenta, Gòsol.

Diumenge: Gòsol, coll de la Trapa, Saldes, Gresolet, coll de Bauma, coll de Bena, Sant Martí del Puig, Bagà.

Modalitat: BTT.

Dificultat: **** cal experiència.

Quilòmetres: 43 (ds.) / 34 (dg.).

Viatge: cotxes particulars.

Vocal: Bernat Micó.

Sant Feliu de Pallerols - Olot (via verda del Carrilet)

Diumenge 29

Itinerari: Sant Feliu de Pallerols i Olot.

Modalitat: BTT/CT.

Dificultat: ** fàcil.

Quilòmetres: 50.

N.b.: sortida conjunta amb Comissió d'Infants (amb itineraris lleugerament diferents).

Viatge: autocar.

Vocal: Pepe Guajardo.

Altres activitats

Xerrada de mecànica de bicicletes

Dilluns 16 i dimarts 18

A l'aula Artur Osona de 8 a 10 del vespre

A carrec de Javier Vieito.





Agenda juny 2008

Dates	Secció	Tipus d'activitat	Activitat (lloc / horari / a cura de, vocals)
Diumenge 1	Història i Art	EXCURSIÓ **	Ruta dels dos castells, de Montesquiu a Besora. Vocal: Vicenç Peig.
Diumenge 1	Fotografia	SORTIDA CULTURAL	Visita guiada al forn solar de Montlluís i d'Odeillo. Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada.
Diumenge 1	Muntanya	MARXES TÈCNiques	52ª Marxa d'Orientació. UE Sant Joan de les Abadesses. Vocal: Miquel Cinca.
Diumenge 1	Muntanya	MARXES TÈCNiques	XII Reus-Prades-Reus. Vocal: Basili Pérez.
Diumenge 1	BTT	EXCURSIÓ ***	BTT a Vilafranca del Penedès. Vocal: Ramon Sunyer
Dilluns 2	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Discussió pública del jurat del Selectiu UNICA 2008. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimarts 3	Història i Art	CONFERÈNCIA	«La comanda de l'orde del Temple de Montsó. Introducció a la simbologia medieval». A cura de Marc Martínez Rex. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimecres 4	Geografia i Ciències	PROJECCIÓ CONVERSA	Videoreportatge «Algèria i Mali». A cura de Julià Sáez. A 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona.
Dimecres 4, 11, 18 i 25	Geografia i Ciències ERB	LABORATORI	Sessió al laboratori. A partir de 2/4 de 7 del vespre.
Dijous 5	Atenció al Soci	DANSA	Country i danses d'arreu del món. A cura de Neus.
Dijous 5	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Taller de vídeo. De 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció.
Dijous 5	Fotografia	PROJECCIÓ DIAPOSITIVES	XXXV Premi Joan Camps i Coma. A la sala d'actes a les 8 del vespre. Veredictes de cara al públic.
Dijous 5	Càmping	EXCURSIÓ *	De Sant Vicenç de Jonqueres a Togores. Vocal: Josep M. Batlle.
Dissabte 7 i diumenge 8	Història i Art	EXCURSIÓ CULTURAL	Cap de setmana a Montsó i al Baix Cinca. Vocal Mercè Falcó.
Dissabte 7 i diumenge 8	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Torreules i camí dels Enginyers. Vocals: C. Portillo i J. Sánchez.
Diumenge 8	Esport Adaptat	NATAIÓ	Celebració del Campionat de Catalunya Open al CN Sabadell.
Diumenge 8	Geografia i Ciències ERB	TREBALL DE CAMP	Jornada de treball de camp a Saltègnet. Vocals: Josep Nuet i Valentí González.
Diumenge 8	Muntanya	EXCURSIÓ ***	GR-3 Manresa-Camps. Vocals: Ignasi Nadal i Joan R. Montes.
Diumenge 8	Muntanya	MARXES TÈCNiques	V Marxa de Resistència 7 cims. Vocal: Basili Pérez.
Dilluns 9	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Lliurament de guardons i projecció del programa seleccionat UNICA 2008. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimarts 10	Història i Art	PRESENTACIÓ	Dames, reines i abadesses, d'Eisenda Albertí. 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. A càrrec de Lluís Willaert.
Dimarts 10	Descens de Barrancs i Engorjats	CONFERÈNCIA	Monogràfic l'Organització de Sortides. A l'aula Artur Osona a les 8 del vespre. Vocal: Jordi Martínez.
Dimecres 11	Geografia i Ciències	PRESENTACIÓ	Les herbes remeieres, de Ramon Gausachs. A cura de Jordi Pujol i Soley. A les 8 del vespre a la sala d'actes.
Dijous 12	Càmping	SORTIDA CULTURAL	Museu Palau Mercader i Museu Agbar de Cornellà. Vocal: Josep M. Batlle.
Dijous 12	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Taller de vídeo. De 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció.
Dijous 12	Història i Art	PRESENTACIÓ	Al vol, d'Estanislau Torres. A les 8 a la sala d'actes. A cura de Joaquim Carbó.
Divendres 13	Història i Art VERDAVERD	PASSEJADA	La Gran Via de les Corts Catalanes. Vocal: Vicenç Peig.
Dissabte 14	Història i Art	EXCURSIÓ **	Sant Joan de les Abadesses. Vocal: Vicenç Peig.
Diumenge 15	Muntanya	MARXES TÈCNiques	II Marxa Cap de Rec. Vocal: Basili Pérez.
Diumenge 15	Història i Art	DIBUIX I PINTURA	Sortida al pont del Diable de Martorell. Vocal: Francesca Valls.
Diumenge 15	Geografia i Ciències GERBRA	EXCURSIÓ	A la serra del Catllaràs. Vocal: Jaume Arbona.
Dissabte 14 i diumenge 15	Descens de Barrancs i Engorjats	SORTIDA	Sortida d'iniciació al Descens d'Engorjats. Nivell 0. Vocal: Carlos Sotoca.
Dissabte 14 i diumenge 15	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Posets. Vocals: Josep Pastor i Enric del Pozo.
Dissabte 14 i diumenge 15	BTT	EXCURSIÓ ****	Camí dels Bons Homes. Vocal: Bemat Micó.
Dissabte 14 i diumenge 15	Juventut	EXCURSIÓ ***	Pica d'Estats.
Diumenge 15	Muntanya	EXCURSIÓ ***	La tosa d'Alp. Vocals: Francesc Beato i Joan Bemat Andreu.

Dilluns 16	Cinema i Vídeo Història i Art	AUDIOVISUAL	Projecció de La Périchole de Jacques Offenbach. A 1/4 de 8 del vespre a la sala d'actes
Dilluns 16	BTT	XERRADA	Xerrada sobre mecànica de bicicletes. A cura de Javier Vieito.
Del dimecres 18 al divendres 27	Geografia i Ciències	VIATGE	Viatge a Valladolid i Palència. Vocals: Francesc Jundó i Maria Vilalta.
Dimecres 18	Geografia i Ciències GEBRPA	CONFERÈNCIA	«Els fruits i les seves formes». A cura de Herminia Escolà i Enric Ventura. A les 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimecres 18	BTT	XERRADA	2ª xerrada sobre mecànica de bicicletes. A cura de Javier Vieito.
Dijous 19	Càmping	EXCURSIÓ **	Itinerari de natura per l'aizinar de la Pena. Vocal: Josep M. Batlle.
Dijous 19	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Taller de vídeo. De 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció.
Dijous 19	Història i Art	CANTS	Bagatge de Cançons. Cantada al parc de can Mercader. Vocals: Robert Hijar i Roser Castelló.
Dijous 19	Atenció al Soci	FESTA	Revetlla de Sant Joan a la terrassa del CEC.
Dijous 19	Atenció al Soci	DANSA	Country i danses d'arreu del món. A cura de Neus.
Diumenge 22	Geografia i Ciències EXFAVEPRO	EXCURSIÓ **	Excursió a Setcases. Vocals: Montserrat Orfila i Berta Castellet.
Diumenge 22	Història i Art	EXCURSIÓ **	Costa Daurada, excursió amb bany. Vocal: Jacint Pallarols.
Dissabte 21 a dilluns 23	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Pica d'Estats per la vall Ferrera. Vocals: Dolors Gurri i Joan R. Montes.
Dissabte 21 a dimarts 24	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Circuit pel massís del Carlit. Vocals: Joaquim Sánchez i Lluís Garrido.
Dimecres 25	CEC	CONFERÈNCIA	«La generació de la independència». A la sala d'actes a 2/4 de 8 del vespre.
Dijous 26	Atenció al Soci	CINEMA	Palma. La Isla Bonita.
Dijous 26	Història i Art	CANTS	Bagatge de cançons. Sala nova primer pis, de 6 a 3/4 de 8 del vespre. Vocals: Robert Hijar i Roser Castelló.
Dijous 26	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Taller de vídeo. De 7 a 9 del vespre a l'aula de la Secció.
Dijous 26 a diumenge 29	Escola de Muntanya	EXCURSIÓ ***	Monogràfic de tècniques de progressió en crestes.
Dissabte 28	Esport Adaptat	NATACIÓ	Entrenament a la piscina Sant Jordi. Al c/ París, 114. A 3/4 de 4 de la tarda.
Dissabte 28 i diumenge 29	Geografia i Ciències	EXCURSIÓ **	Estada de final de Curs a la Molina.
Dissabte 28 i diumenge 29	Juventut	EXCURSIÓ **	Caiaç pel cap de Creus.
Dissabte 28 i diumenge 29	Muntanya Joves	EXCURSIÓ ****	Pica d'Estats. Vocals: Josep Vaqué i Maria Gausí.
Diumenge 29	BTT	EXCURSIÓ **	Sant Feliu de Pallerols-Olot. Vocal: Pepe Guajardo.
Diumenge 29	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Puigllançada. Vocals: Hermes Soler i José M. Ibars.
Diumenge 29	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Gorges del Freser. Vocal: Josep M. Griera
Dilluns 30 a diumenge 6 de juliol	Escola de Muntanya	EXCURSIÓ ***	Estada formativa a Gavarnia.

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

		RECORREGUT				FACTORS			
		DESNIVELL	TEMPS DE MARXA EFECTIVA	CONDICIÓ FÍSICA NECESSÀRIA	FACTORS D'INCREMENT DE DIFICULTAT	GRAU DE DIFICULTAT			
Cami: ample i de passeig	<ul style="list-style-type: none"> Molt freqüentat Per a no avesats a la muntanya 	fins a 200 m	fins a 2 hores	preparació física mínima	cap	*			
Senyalització: no necessàriament		fins a 500 m	fins a 4 hores	preparació física lleugera	cap	**			
Dificultat: mínima		fins a 900 m	fins a 6 hores	preparació física bona	possibilitat de factors meteorològics adversos	***			
Cami: ample i de bon fer	<ul style="list-style-type: none"> Regularment freqüentat Per a avesats a la muntanya 	fins a 1.200 m	fins a 8 hores	preparació física notable	es pot necessitar material específic	****			
Senyalització: sovint senyalitzat		més de 1.200 m	més de 8 hores	preparació física excel·lent	cal parlar amb el vocal	*****			
Dificultat: poc rellevant									
Cami: estret, pedregós, irregular	<ul style="list-style-type: none"> Poc freqüentat Per a excursionistes habituats 								
Senyalització: no necessàriament									
Dificultat: possibilitat de progressions curtes amb l'ajut de les mans									
Cami: Sender abrupte o inexistent, o itinerari d'alta muntanya	<ul style="list-style-type: none"> Poc freqüentat Per a excursionistes experimentats 								
Senyalització: poca o inexistent									
Dificultat: possible grimpada (I) i/o trams amb neu poc drets (20°)									
Cami: Itinerari d'alta muntanya	<ul style="list-style-type: none"> Escassament freqüentat Per a muntanyencs experts 								
Senyalització: sovint fora de les rutes establertes									
Dificultat: progressió amb tècniques d'alta muntanya, possibles passos d'escalada curts (III) o pendents de neu de més de 20°									



Seccions

SECCIÓ DE DESCENS D'ENGORJATS

Sessions formatives

Monogràfic sobre l'organització de sortides

Dimarts 10

A les 8 del vespre a l'aula Artur Osona
A càrrec de Jordi Martínez.

Excursions

Sortida de Nivell 0 de escens de barrancs

Dissabte 14 i diumenge 15

Itinerari: Pirineu.

Dificultat: * molt fàcil.

Material: vestit de neoprè complet i calçat adequat per a l'activitat.

Places: 9 (ràtio: 1 vocal per cada 3 participants).

Reunió: el 10 de juny a les 7 del vespre a l'aula Artur Osona. Cal assistir-hi per poder anar a la sortida.

Lloc de trobada: Palau reial.

Viatge: cotxes particulars.

Vocal: Carlos Sotoca.

N.b.: el GDE decidirà els barrancs que s'han realitzar segons de la meteorologia i els cabals d'aigua.

la marxa dels iniciats d'aquests grups.

En els Campionats de Catalunya hi van participar Joaquim Sellas, que va quedar quart en la categoria de cadets, i Alba Sunyer, que va quedar primera sénior. La participació a la marxa Andorra Fons va ser reduïda, però Alba Sunyer va aconseguir un segon lloc a la distància de 20 km. A la marxa Plan d'Están hi van participar 10 sòcis en les distàncies de 10 i 20 km. A l'Andorra Relleus hi va participar Alba Sunyer amb un equip mixt, juntament amb Silvia Lorenzo i Cyrille Ferrandis del CPA, que va quedar segona. A la marxa Pastures de Llívia que aquest any es podia participar a la marxa combinada de 20 km (dissabte 20 km clàssic i diumenge 20 km patinador), Emma Pons va quedar primera en la distància de 10 km clàssic, i Alba Sunyer tercera en la distància de 20 km clàssic, quarta en la distància de 20 km patinador i tercera en la combinada de 20 km. A la última marxa de la temporada, la Naut Aran, Joan Canals va obtenir el premi al participant de més edat, i Alba Sunyer va quedar segona classificada a la distància de 17 km.

Aquesta temporada s'ha participat en diferents marxes internacionals: a Txèquia a la Jizerská Padesátka, a França a la Transjurassienne, a Canadà a la Gatineau Loppet i als EUA a la American Birkebeiner.

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Resum de la temporada

El dia 6 d'abril vam donar per finalitzada la temporada d'esquí de fons amb la marxa Naut Aran.

El CEC ha participat en totes les marxes que integraven la Copa Catalana, i ha obtingut alguns pòdiums. La temporada va començar amb la xerrada d'enceratge

i manteniment d'esquís impartida per Ferran Pubill, entrenador de l'equip B femení de la selecció espanyola d'esquí de fons, i amb el curset d'iniciació i de perfeccionament fet a la Llosa per Nadal. La primera marxa va ser la Beret, a on hi van venir unes 40 persones del Centre, i on es va realitzar, a més, un curs de perfeccionament i un altra d'iniciació per joves. Cal remarcar la bona participació a

SECCIÓ DE CÀMPING

Excursions

MATINAL DEL DIJOUS

De Sant Vicenç de Jonqueres pel Torrent de Colobrers a Togores

Dijous 5

Itinerari: Sant Vicenç de Jonqueres, can Pagès, torrent de Colobres, font de la Tosca, font de Can Moragues, Mare de Déu de Togores, molí de l'Amat, riu Ripoll, Sant Vicenç.

Temps de camí: 1 h 45 min.

Dificultat: * molt fàcil.

Desnivell: +50 m.

Mapa: *El Farell* (Editorial Alpina)

Viatge: cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a Sant Vicenç de Jonqueres (Sabadell). Per arribar-hi cal buscar la carretera de Sabadell a Castellar del Vallès B-124 i seguir fins el km. 2.1, situat a la dreta de la carretera a tocar al riu Ripoll.

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

SORTIDES DIJOUS (TOT EL DIA)

Itinerari de natura per l'alzinar de la Pena

Divendres 19

Itinerari: punt informació del PEIN de Poblet, pedrera de l'Escolta, antiga Carbonera, la Trona, pou de Gel, la Cascada, casa Forestal de la Pena, mirador de la Pena, retorn per la senda del Mata-rucs.

Temps de camí: 3 h.

Dificultat: ** fàcil.

Desnivell: +500 m.

Mapa: *Muntanyes de Prades* (Editorial Piolet).

Viatge: cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a l'entrada del monestir de Poblet.

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

SORTIDES DIJOUS (TOT EL DIA)

Passejada per la serra de la Vaquerissa per veure marmotes

Dijous 3 de juliol

Itinerari: Planoles, collet de les Barraques, roc Blanc, barraca Baga Feliu, barraca Vaquerissa, prat Pla i collet de les Barraques. Acabarem amb una arrosada al càmping de Can Fosses de Planoles.

Temps de camí: 2 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil.

Desnivell: +200 m.

Mapa: *Puigmal* (Editorial Alpina).

Viatge: cotxes particulars.

Lloc de trobada: a 1/4 i cinc de 10 del matí al càmping de Can Fosses de Planoles. Per arribar-hi cal seguir la carretera de la Collada N-152 fins a Planoles; a uns 500 m hi ha un indicador a la dreta que marca càmping bungalows. Cal seguir fins al càmping. Aquí demaneu per Josep Aleu o Núria Alemany.

Vocals: Josep Aleu, Núria Alemany i Josep M. Batlle ☎ 629 264 303 / 679 269 947 jmbatlle@hotmail.com / aleualemany@yahoo.es.

N.b.: cal comunicar la vostra participació amb quatre dies d'anticipació per preparar el dinar, portar plat, got i coberts. Cal portar un binocle per observar les marmotes.

Seccions

Activitats culturals

DIJOUS CULTURAL

Museu Palau Mercader i Museu Agbar de Cornellà Dijous 12

Itinerari: Museu Palau Mercader. Si tenim temps, el Museu Agbar. Després dinar opcional en un restaurant.

Viatge: transport públics.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a l'estació de l'Almeda de Cornellà del FGC. Per arribar-hi ha un tren que surt de la pl. Espanya per anar a l'Almeda amb una freqüència de pas de 8 min i el temps es d'uns 15 min.

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

Campament de vacances

A partir del dia 28 de maig, i durant tot el mes de juny, els socis del Centre que es van preinscriure als campaments de Graus, als Pirineus, i de Bled, a Eslovènia, faran la inscripció definitiva i el pagament corresponent a l'àrea d'atenció al

soci. Prèviament hauran de recollir el full d'inscripció i acabar-lo d'emplenar, si cal.

Els fulls de la inscripció es podran recollir el dia 27 de maig, a la segona reunió informativa, els dijous a la secció de càmping de 7 a 9 del vespre i a l'àrea d'atenció al soci els altres dies. Si no feu el pagament total dins del termini establert, fins al 30 de juny, entendrem que renunciieu a l'assistència i perdreu els drets corresponents.

Recordem als acampadors que la darrera reunió serà:

- el dimecres 23 de juliol, pels assistents a Graus (Pirineu).
- el dijous 24 de juliol, pels assistents a Bled (Eslovènia).



SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES

La Secció informa

Una crida urgent en dues parts

Primera part

El CEC està ultimant la catalogació i la sistematització del seu Arxiu Històric, que està previst posar a disposició del públic estudiós a principis de l'any vinent. La Secció de Geografia i Ciències Naturals vol prestar la seva col·laboració a aquesta tasca. Per això transferirem a l'Arxiu Històric tots els documents que es guarden a la Secció a fi de fer-los assequibles a tothom.

I per això també volem reiterar la nostra crida a les persones que puguin conservar documentació, de qualsevol mena, referent al Centre o a la Secció i a les seves activitats al llarg dels cent anys d'existència, perquè en facin donació desinteressada a l'Arxiu del Centre o a la Secció mateixa, a fi que tots puguem conèixer millor la nostra història i treure'n profit, informació i exemple.

Segona part

Una altra crida urgent: tots els que tingueu correu electrònic farieu bé de fer

arribar la vostra adreça a la vocal d'atenció al soci, la Pepa Igartua: atencio-soci@cec.cat. És un mitjà fàcil, ràpid i barat de difondre tota la informació que el Centre genera, a més de mantenir-nos en contacte.

Activitats científicoculturals

PROJECCIÓ CONVERSA

«Algèria i Mali»

Dimecres 4

A 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona. A cura de Julià Sàez

Les impressions d'un viatger infatigable per les contrades misterioses i desconegudes de l'Àfrica.

PRESENTACIÓ DE LLIBRES

Les herbes remeieres, de Ramon Gausachs

Dimecres 11

A les 8 del vespre a la sala d'actes

A cura de Jordi Pujol i Soley

Una obra acurada i completa que, sens dubte, interessarà a tothom.

CONFERÈNCIA

«Els fruits i les seves formes»

Dimecres 18

A les 8 del vespre a la sala d'actes

A cura de d'Hermínia Escolà i Enric Ventura

Presentació dels fruits de les plantes superiors i la gran diversitat de formes que s'observen en la natura: des de fruits de pocs mm de diàmetre fins a fruits de grans dimensions, i la seva classificació.

Sortides ExFaVePro

Excursió a Setcases

Dissabte 7 i diumenge 8

Lloc de trobada: dissabte a les 6 de la tarda, a Llanars (carretera de Camprodon a Setcases).

Itinerari:

Dissabte: visita a l'església romànica de Llanars i al santuari del Catllar a Vilallonga de Ter. Sopar i dormir a Setcases, a l'Hostal Can Tiranda.

Diumenge: pujada al Refugi d'Ulldeter.

Temps de camí: 2 h.

Desnivell: +200 m.

Vocals: Montserrat Orfila ☎ 932 043 545 i Berta Castellet ☎ 932 090 005.

Equip de Recerca Botànica del GEB Ramon Pujol i Alsina

Sortida de treball de camp a Saltèguet

Diumenge 8

Projecte: sortida per a l'obtenció de dades per a la *Flora de la vall de Saltèguet*

Directors científics: Josep Nuet i Valentí González.

Els interessats a participar en aquest projecte han d'adreçar-se als directors científics.

Sessions de laboratori de botànica

Dimecres 4, 11, 18 i 25

De 2/4 de 7 a les 9 del vespre

a la Secció

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

Directors científics: Valentí González i Josep Nuet.

Grup d'Estudis Botànics Ramon Pujol i Alsina

Excursió botànica a la serra de Catllaràs



Seccions

Diumenge 15

Objectiu: observació de la vegetació de rouredes, fagedes i rupícola.

Opció 1: santuari de Falgars, roc de la Lluna, coll de la Seba, santuari de Falgars.

Temps de camí: 4 h.

Desnivell: + 250 / -250 m.

Dificultat: ** fàcil.

Opció 2: Santuari de Falgars, Roc de la Lluna, Coll de la Seba, Clot del Teixò, Pobla de Lillet.

Dificultat: *** Fàcil.

Desnivell: + 250 m / -600 m.

Temps de camí: 6 hores.

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

Inscripció: a partir del 2 de juny.

Vocal: Jaume Arbona. ☎ 608 233 969.

Estada botànica a la Molina Dissabte 28 i diumenge 29

Xalet de la UEC

Com l'any passat, la Unió Excursionista de Catalunya ens acull en les seves instal·lacions, i així fa possible que poguem continuar la tradició d'aquesta trobada.

Excursió a l'ayet monumental del coll de l'Estenedor

Dissabte 28

Objectiu: observació de les pinedes de pi roig i pinedes subalpines de la serra del Cadí.

Opció 1: Santuari de Bastanist, coll de l'Estenedor, i tornada.

Temps de camí: 4 h.

Desnivell: + 400 / -400 m.

Dificultat: ** fàcil.

Opció 2: Santuari de Bastanist, coll de l'Estenedor, ayet, i tornada.

Temps de camí: 5 h 30 min.

Desnivell: + 570 m / -570 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Lloc i hora de trobada: a les 9 del matí al Refugi de la UEC.

Vocal: Jaume Arbona ☎ 608 233 969.

Jornada de treball de camp a la vall de Saltèguet

Dissabte 28 i diumenge 29

1. Passejada matinal pels voltants de Bellver per a observar les "plantes medicinals" de la Cerdanya. Ens acompanyarà el Dr. Muntané, botànic expert i autor de diversos treballs. **2.** Jornada

de treball de camp a la vall de Saltèguet. **3.** Dinar de final de curs i cloenda de l'estada.

Vocals: Enric Orús, Josep Nuet i Valentí González

Inscripció: a partir del dilluns 9.

N.b.: s'ha de fer efectiu l'import íntegre de l'estada, amb els serveis que s'hagin escollit, en el moment d'inscriure's a l'àrea d'atenció al soci. Si algú necessitava algun extra, caldria negociar-lo amb els guardes del xalet en arribar-hi.

Consultes: Montserrat Llorens

☎ 937 160 786.

Viatges Geogràfics i Culturals

Viatge a Valladolid i Palència

Del dimecres 18 al divendres 27

Recorregut pels castells medievals, el canal fluvial de Castella i el romànic palentí.

Viatge: amb tren i autocar.

Vocals: Francesc Juandó i Maria Vilalta.

☎ 932 132 304.

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Excursions

Ruta dels dos castells, de Montesquiú a Besora

Diumenge 1

Itinerari: Sant Quirze de Besora, castell de Montesquiú, pla del Revell, collet de la Mongia, castell de Besora, santa Maria de Besora, camí de l'Obaga, sant Quirze de Besora.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb transport públic.

Lloc de trobada: RENFE, línia Ribes de Freser. El tren passa per Sants a les 7:57 h i a les 8:02 h per pl. Catalunya. Cal agafar bitllet per Sant Quirze de Besora, anada i tornada. El vocal pujarà a Sants, al segon vagó.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

Excursió cultural a Montsó i a la comarca del Baix Cinca

Dissabte 7 i diumenge 8

Recorregut pel territori de la comanda de l'orde del Temple de Montsó. Programació preparada per Marc Martínez i Rex, que ens acompanyarà i farà de guia.

Dissabte 7: visites guiades a Montsó,

el seu castell i la catedral, Chalamera, Ballobar i la torre dels Freires a Fraga.

Diumenge 8: visita a l'església de Berbegal, Peralta de Alcofea, el Tomillo i Castelflorite (Osca).

Viatge: amb autocar.

Inscripció: a partir del 19 de maig.

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

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

Excursió a Sant Joan de les Abadesses

Dissabte 14

Itinerari per les fonts de Sant Antoni i el bac del Covilar.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb transport públic.

Lloc de trobada: RENFE línia Puigcerdà el tren passa per Sants a les 7 del matí i a les 7:05 per Pl. Catalunya. Cal agafar bitllet per Ripoll, anada i tornada. El vocal pujarà a Sants, al segon vagó

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

Excursió a la Costa Daurada Diumenge 22

Itinerari: l'Ametlla de Mar, visita del port, cala l'Alguer, cala Pixavaques, cala

del Cementiri, cala de l'estany Tort, bany i dinar al bosc; retorn a l'Ametlla de Mar.

Temps de camí: 2 h.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb transport públic.

Vocal: Jacint Pallarols ☎ 932 186 449.

Verdaverd

DOTZENA SORTIDA

La Gran Via de les Corts Catalanes

Divendres 13

Visitarem el parc de Sant Martí i el del Clot.

Temps de passeig: 3 h.

Lloc de trobada: metro L-4, estació Besòs, sortida Granvia, a les 10 del matí.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

Grup Miquel Farré de Dibuix i Pintura

Sortida a Martorell

Diumenge 15

Lloc previst: pont del Diable.

Vocal: Francesca Valls ☎ 932 374 659.

N.b.: cal trucar el vocal per concertar dades, horari, lloc de trobada, etc.

Seccions

Conferències

«La comanda de l'orde del Temple de Montsó. Introducció a la simbologia medieval»

Dimarts 3

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes
Conferència amb projeccions, a càrrec de Marc Martínez i Rex, especialista en la societat civil i religiosa a l'edat mitjana a la Corona d'Aragó.

Bagatge de cançons

Cantada al parc de can Mercader
Dijous 19

Passejada i cants pel parc i visita al palau del comte. Tothom hi és convidat.
Lloc de trobada: parada final de l'auto-

bús L-12 (Cornellà). A les 10 del matí.
Inscripcions per al dinar: a partir de l'1 de juny. Places limitades.

Trobada mensual per cantar
Dijous 26

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.

Altres activitats culturals

PRESENTACIÓ DE LLIBRES
Dames, reines i abadesses d'Elisenda Albertí
Dimarts 10

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes
Divuit personalitats femenines de la Catalunya medieval. Presentació a càrrec

de Lluís Willaert.

PRESENTACIÓ DE LLIBRES
Al vol, d'Estanislau Torres
Dijous 12

A les 8 del vespre a la sala d'actes
Presentació a càrrec de l'escriptor Joaquim Carbó.

Activitats musicals

Organitzades conjuntament amb la Secció de Cinema i Vídeo

La Périchole, de Jacques Offenbach
Dilluns 16

A 1/4 de 8 del vespre a la sala d'actes
Opereta. Projecció en DVD amb subtítols en castellà. Presentació a càrrec d'Artur Peix.

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

La Secció informa

XXXVI Concurs Social de Fotografia Artística en Blanc i Negre

El 3 d'abril passat es reuní el jurat d'escrutini format per les Sres. Angelina Pascual, Maria Vilalta i el Sr. Francesc Juandó. Un cop efectuat el recompte de butlletes i vots atorgats s'obtingué el resultat següent:

- **1r premi:** 47 punts, foto nº 13 de Neus Sánchez.
- **2n premi:** 33 punts, foto nº 15 de Josep Soler.
- **3r premi:** 27 punts, foto nº 5 de María Bonet.
- **Accèssit:** 24 punts, foto nº 1 d'Estanislau Torres.
- **Accèssit:** 14 punts, foto nº 4 de Jordi Alcacer.

Foren admeses a concurs i exposades 18 fotografies.

XXI Concurs Social de temes obligats

Recordem a tots els socis interessats a participar en aquest concurs que el tema corresponent als mesos de maig i juny és «bolets». D'acord amb les bases, s'hi pot presentar una fotografia en B/N, una en color (mides 10 x 15 cm mínim, i 18 x 24 cm com a màxim) i

una diapositiva 24 x 36 mm. Admissió de fotos fins al 17 de juny.

PROJECCIÓ
XXXV Premi Joan Camps i Coma
Dijous 5

A les 8 del vespre a la sala d'actes
Projecció de les col·leccions de diapositives presentades al concurs. Veredictes de cara al públic. Admissió d'obres fins al 4 de juny. Les bases del concurs es van publicar en el butlletí d'abril.

Excursions

Sortida a Montlluís
Diumenge 1

Visita guiada del forn solar de Montlluís

i del d'Odeillo.

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

Viatge: amb autocar.

Inscripció: a partir del 5 de maig.

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

Avançament d'excursions

Sortida cultural i bany al Baix Ebre
Diumenge 6 de juliol

Visita del Perelló i l'Atmella de Mar.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivadeneira.

Viatge: amb autocar.

Inscripció: a partir del 2 de juny.

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

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Activitats de cinema

SESSIÓ 1937
71 Certamen estatal de vídeo no professional selectiu UNICA 2008

Dilluns 2 i 9

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes
A imatge del que es fa en el concurs mundial de la UNICA, el jurat del nostre Selectiu també fa l'avaluació de les

obres davant del públic que hi vulgui assistir. La discussió pública del jurat serà el dilluns 2 de juny, i el lliurament de guardons i projecció del programa seleccionat, el dilluns 9 de juny.

Taller de vídeo
Dijous dia 5, 12, 19 i 26

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.



Comissions i serveis

ESCOLA DE MUNTANYA

Informació dels cursos

Monogràfic de tècniques de progressió en crestes 26, 28 i 29 de juny

Teòriques:

Dijous 26

Equipament i material. Progressió i seguretat en terreny d'aventura (la cadena de seguretat).

Pràctiques:

Dissabte 28 i diumenge 29

Les sortides de pràctiques a Amitges, agulles de Travessany i zona de la Maladeta.

Places: mínim 2 fins a un màxim de 6 alumnes

Inscripció: del 2 al 20 de juny.

Preus

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

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

No inclou: les despeses de transport, estada en refugis ni l'alimentació de les sortides de pràctiques.

Curs de descens de canyons i engorjats. Nivell 1 Del 26 de juny al 8 de juliol

Teòriques:

Dijous 26 de juny

- Presentació del curs. Material I.
- Tècniques de progressió sense corda.
- Tècniques de progressió amb corda I.

Dimarts 1 de juliol

- Història i antecedents.
- Seguretat-prevenició d'accidents I.

Dijous 3 de juliol

- Ecologia i protecció del medi I.
- Morfologia dels canons.

Dimarts 8 de juliol

- Repàs, test i cloenda.

Pràctiques:

Dissabte 28 i diumenge 29 de juny

Lloc: congost de Collegats.
Continguts: parets i descens d'engorjat.

Dissabte 5 i diumenge 6 de juliol

Lloc: castejón de SOS.

Continguts: Descens d'Engorjats.

Places: mínim 6 fins a un màxim de 12.

Inscripció: del 16 de maig al 16 de juny.

Preus:

- 185 € socis
- 200 € federats
- 220 € resta d'inscrits

Estada formativa a Gavarnia

Del 30 de juny al 6 de juliol

Modalitat: alta muntanya-alpinisme.

Sessió informativa: dijous 19 de juny.

Reunió informativa: a les 8 del vespre a l'aula Pompeu Fabra.

Estada:

Modalitat alpinisme

- **1r dia:** viatge de Barcelona a Gavarnia.
- **2n dia:** escalada en roca per la zona.
- **3r dia:** ascensió del primer tram del mur de la cascada de Gavarnia per la via Passet (300 m, IV).
- **4t dia:** ascensió del Petit Astazu: aproximació i bivac
- **5è dia:** ascensió del Petit Astazu: escalada de l'esperó nord oest (500 m, V) i descens fins a Tucarroya.
- **6è dia:** de Tucarroya per l'Horquette d'Alans i retorn a Gavarnia.

- **7è dia:** viatge de Gavarnia a Barcelona.

Modalitat alta muntanya

- **1r dia:** viatge de Barcelona a Gavarnia.
- **2n dia:** caminada per la vall d'Estaubé.
- **3r dia:** ascensió a fins al refugi de Sarradets.
- **4t dia:** ascensió al Taillon i tornada fins al refugi de Góriz.
- **5è dia:** ascensió del mont Perdut, descens fins a Tucarroya.
- **6è dia:** de Tucarroya per l'Horquette d'Alans i retorn a Gavarnia.
- **7è dia:** viatge de Gavarnia a Barcelona.

Places: mínim 8 fins a un màxim de 12 (es faran grups segons nivell).

Inscripció: del 19 de maig al 13 de juny.

Preus:

- 350 € socis.
- 375 € federats.
- 400 € resta d'inscrits.

Nivell esportiu mínim i experiència:

Per alta muntanya: nivell de forma física adequada per a l'activitat.

Per alpinisme: nivell de forma física a adequada per a l'activitat, nivell bàsic d'escalada i experiència en alta muntanya.

JOVENT

Alpinisme a la pica d'Estats Dissabte 14 i diumenge 15

Un dels cims que qualsevol alpinista vol tenir al seu currículum. La ruta normal ens permet assolir el cim més alt de Catalunya per un itinerari on la dificultat i la bellesa del paisatge ens acompanyen.

Itinerari: Vallferrera, vall d'Areste, estany d'Areste, punta Gabarró, pica d'Estats.

Temps de camí: 3h (ds.) / 9h (dg.)

Desnivell: +1.280 m / -1.280 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: transport privat.

Inscripció: a partir del 26 de maig.

Caic de mar al cap de Creus Dissabte 28 i diumenge 29

La península del cap de Creus ens ofereix la possibilitat d'apropar-nos al seu perfil litoral d'una forma especial. El caic de mar ens permetrà descobrir els indrets que ens amaga la costa.

Temps: 4 h (ds.) / 4 h (dg.)

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: transport privat.

Inscripció: a partir del 16 de juny.





Comissions i serveis

COMISSIÓ D'ESPORT ADAPTAT

La Comissió informa

2n aniversari de la Comissió

Fa dos anys que ha estat constituïda la Comissió d'Esport Adaptat. Ens sembla que és un bon moment per fer un petit balanç. La idea de formar la aquesta comissió va sorgir quan un grup de nedadors amb diverses discapacitats –la majoria espina bífida i alguns deficiència visual– vam tenir la necessitat d'estar federats en un club per poder participar en els campionats de Catalunya, Espanya i altres. Juntament amb la nostra entrenadora, Rosó Cangròs, persona vinculada al CEC, i els nostres pares, vam valorar les diverses possibilitats que teníem, fins que ens va semblar que seria una bona oportunitat la constitució d'un grup d'esport adaptat dins del Centre.

Cal remarcar la bona acollida d'aquesta proposta i les facilitats que el Centre ens ha donat en tot moment i que ens van permetre crear l'abril de 2006 aquesta comissió. El nostre més profund agraïment al Centre i la seva Junta Directiva.

Des d'aquell moment, la comissió ha realitzat moltes activitats com heu pogut llegir a les pàgines d'aquest butlletí. El seu aixopluc ens ha permès poder entrenar un cop al mes a la piscina Sant Jordi, on hem pogut practicar en piscina de 50 m. A poc a poc hem anat adequant el nostre equip de cara a les competicions. Hem participat en:

- Diverses lligues catalanes.
- Quatre campionats de Catalunya.
- Tres campionats d'Espanya (Alcorcón, Saragossa i Barcelona)
- Campionat Internacional de Benicarló.
- Copa Nadal i de la Mercè al port de Barcelona

Els nostres esportistes sempre han fet un magnífic paper, les diverses medalles aconseguides en aquests campionats així ho demostren. Actualment us podem assegurar que a les lligues catalanes som un dels grups que més hi participa. A més, hem procurat no tancar-nos sols en la natació. Hem fet diverses sortides –una per trimestre aproximadament– de caràcter esportiu i/o cultural com poden ser: caiac a la Costa Brava, esquí nòrdic (Marxa Beret d'esquí adaptat, Marxa Fontanera), sortides de cap de setmana a Núria, la zona volcànica d'Olot, Empúries i els aiguamolls de l'Empordà, etc.

També voldríem oferir l'oportunitat a

la resta de socis del CEC de participar en aquestes activitats. Sabem que les nostres sortides tenen unes limitacions que no les pot fer comparables a les magnífiques excursions que podem llegir en aquestes pàgines, però us assegurarem que si hi participeu trobareu un grup d'una gran qualitat humana que agraeix tota col·laboració, i que amb la seva petita aportació vol contribuir a la grandesa i reconeixement d'aquest club que tan bé ens ha acollit.

Agraïment a Coloplast

Volem agrair a Coloplast, empresa dedicada a productes mèdics, la seva col·laboració perquè l'equip de natació adaptada del CEC pugui anar renovant i identificant el seu equipament. Enguany s'ha pogut tirar endavant el disseny i adquisició dels casquets de piscina, gràcies al patrocini d'aquesta empresa.

Crònica

Sortida a la Costa Brava

Del 4 al 6 d'abril passat vam fer la sortida a la Costa Brava. El divendres, dia 4, un total de 16 persones, en cotxes parti-

culars, ens vam desplaçar fins Empúries, on vam allotjar-nos en l'Aparthotel Xon's Platja. El dissabte vam fer una excursió pels Aiguamolls de l'Empordà, un itinerari de 7 km d'anada i tornada, en què vam tenir l'oportunitat de veure els ocells que hi viuen, les vaques marines, els cavalls de la Camarga.

La tarda de dissabte la vam dedicar a visitar Castelló d'Empúries, vila medieval molt ben conservada. Cal destacar l'èsglesia de Santa Maria. Tot seguit vam seguir costa amunt, travessant la badia de Roses fins a cala Montjoi.

El diumenge dia 6 vam desplaçar-nos fins a Sant Martí d'Empúries. Alguns vam caminar els 500 m fins al conjunt arqueològic de les ruïnes d'Empúries; d'aquesta visita hem de destacar l'estàtua restaurada de l'Escolapi. Alguns a peu i d'altres en cotxe, vam arribar-nos al poble de l'Escalà, fi de l'excursió.

Com sempre, us animem a tot a acompanyar-nos en les nostres sortides. Aiguamolls de l'Empordà.

Natació

Campionat de Catalunya d'Estiu Open Dissabte 28

A la piscina Sant Jordi

El diumenge 8 es farà l'entrenament en piscina de 50 m a la seu del CN Sabadell.

ATENCIÓ AL SOCI

Activitats

Country i danses d'arreu del món Dijous 5 i 19

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

Vocal: Pepa Igartua i professora Neus.

Inscripció: a partir de l'1 de juny. Màxim 22 persones. Preu per les dues sessions 6 €.

Videoreportatge «Palma – la isla Bonita» Dijous 26

A 1/4 de 9 del vespre a la sala d'actes

Vocal: Pepa Igartua i Albert Sánchez.

Revetlla de Sant Joan Dijous 19

A partir de 2/4 de 8 del vespre

Lloc de trobada: a la terrassa del CEC.

N.b.: podeu portar coca i cava.



Mag Lari, espectacle de màgia al Teatre Tivoli 16 de juliol

Inscripció: a partir de l'1 de juny.

Preu: 26 €

COMPANYIA DE GUIES

deixa't guiar...nosaltres t'hi portem



PIRINEU, ALPS, MONTSERRAT,
MONTE ROSA, ESCALADA,
ALPINISME, MONT BLANC,
ESQUÍ DE MUNTANYA,
EXCURSIONISME,
CALENDARI D'ACTIVITATS FIX

**DEIXA'T GUIAR...
PER ASSOLIR ELS TEUS REPTES,
PER SEGURETAT,
PER APRENDRE,
PER COMODITAT.**

Més de 100 anys d'experiència
Des d'excursions a escalades de dificultat
Assegurança inclosa en totes les activitats

Sortides guiades

Excursions temàtiques
Excursions familiars
Excursions per a gent gran

Escalades
Descens d'engorjats
Espeleologia
Alpinisme
Vies ferrades
Més de 20 activitats mensuals

Més informació a www.cec.cat/guies