



# butlletí per als socis

## desembre 2008

Paradís, 10 | 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

### El messies, de Händel

El dimecres 17 desembre a les 9 del vespre, a la basílica de Santa Maria del Mar, podreu assistir a la interpretació del famós oratori de G. F. Händel, a cura de l'Orquestra Camerata de Sant Cugat i la Polifònica de Puig-reig. Ja us podeu inscriure a l'àrea d'atenció al soci. El preu es de 18 € per als socis del CEC, i de 22 € per a la resta. Feu la inscripció al més aviat possible.



### La volta a Catalunya en BTT

El dijous dia 11 a 2/4 de 8 del vespre a la sala nova es presentarà el llibre núm. 100 de la col·lecció Azimut *La volta a Catalunya en BTT*, de Josep Insa Montava, publicat per Cossetània.

### XXXII Aplec Excursionista dels Països Catalans a Montserrat del 5 al 8 de desembre

## Cho Oyu non-stop

Presentació del documental el dimecres dia 3 a les 8 del vespre a la sala d'actes. A cura de Víctor Riverola i de Xavier Arias

El documental ens situa als peus del Cho Oyu (8.189 m), fins on l'alpinista català Xavier Arias s'hi va acostar amb la intenció de fer el cim en solitari, sense oxigen i en menys de 24 hores, des del camp base avançat fins al cim.

La pel·lícula serà presentada pels seus directors, Xavier Arias i Víctor Riverola (soci del CEC, periodista i comunicador). La presentació també comptarà amb la presència de Francesc Sanahuja, president del Club Excursionista de Gràcia, entitat que va celebrar els seus 85 anys organitzant l'expedició de Xavier Arias.

Abans de la projecció del documental es passarà el curtmetratge, inèdit a Espanya, *Skrydis per Lietuva*, d'Audrius Stonys i Aruñas Matelis, guanyador de diversos premis internacionals i seleccionat pel govern lituà per a la Expo de Hanover l'any 2000.



### Celebrem el Nadal al CEC

El dijous dia 18, a partir de 2/4 de 8 vespre, ens trobarem a la sala nova del 1r pis per celebrar les festes nadalenes des de l'entitat. Podeu portar alguna cosa per picar i beure, a més de torrons i cava. Parleu amb Pepa Igartua,

la organitzadora de l'acte.

Aquest mateix dia a les 8 del vespre a la sala d'actes el **Cor de la Universitat de Barcelona**, dirigit per **Jordi-Lluís Rigol**, ens oferirà el tradicional **concert de Nadal**.





# 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 9:30 a 14:30  
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. [escola@cec.cat](mailto:escola@cec.cat)  
De dilluns a divendres
- **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)  
[revista.muntanya@cec.cat](mailto:revista.muntanya@cec.cat)
  - *Butlletí per al soci* (mensual)
  - Guies de muntanya i altres obres
- **Arxiu fotogràfic**  
280.000 clixés. [arxiufotografic@cec.cat](mailto:arxiufotografic@cec.cat)  
Dimarts i dijous
- **Biblioteca**  
32.000 documents. [biblioteca@cec.cat](mailto:biblioteca@cec.cat)  
De dilluns a divendres
- **Cartoteca**  
6.000 mapes. [cartoteca@cec.cat](mailto: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](mailto:companyaguies@cec.cat)  
De dilluns a divendres
- **Lloguer de material de muntanya**  
Paradís, 10, bxs.  
Del 1 de gener al 30 d'abril  
Dilluns, dimarts, dimecres i dijous  
de 19:30 a 21:30  
Del 1 de maig al 31 de desembre  
Dimarts i dijous de 19:30 a 21:30
- **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](mailto: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 XALET

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



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



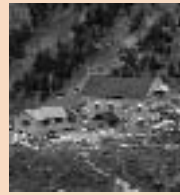
■ **Refugi Joan Ventosa i Calvell**  
Estany Negre de Boí  
(2.200 m)  
Guarda: Miquel Sánchez  
☎ 973 297 090  
80 places  
[www.imagnalia.net/ventosa/](http://www.imagnalia.net/ventosa/)



■ **Refugi Josep M. Blanc**  
Estany Tort de Peguera,  
Espot (2.350 m)  
Guardes: Xavier Serratos  
i M. Rosa Pascual  
☎ 973 250 108  
60 places  
[www.jmblanc.com](http://www.jmblanc.com)



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



■ **Refugi d'Ulldeter**  
Capçalera del riu Ter,  
Setcases (2.200 m)  
Guarda: Xavier Bosch  
☎ 972 192 004  
52 places  
[www.uldeter.net](http://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](http://www.refugisalaradu.com)



■ **Xalet de la Molina TANCAT**  
[www.xaletcec.com](http://www.xaletcec.com)



## SUMARI

<b>Espai CEC</b> .....	<b>2</b>
<b>Noticiari</b> .....	<b>4</b>
<b>Agenda mensual</b> .....	<b>6</b>
<b>Seccions</b> .....	<b>4</b>
Muntanya.....	4
BTT .....	8
Esquí Alpí.....	5
Esquí Nòrdic.....	5
Càmping .....	5
Geografia i Ciències .....	8
Història i Art.....	9
Fotografia.....	9
<b>Comissions i serveis</b> .....	<b>10</b>
Escola de muntanya .....	10
Esport Adaptat .....	11
Atenció al Soci .....	11
Àrea documental .....	11

### ÀREA D'ATENCIÓ AL SOCI

**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 de [www.cec.cat](http://www.cec.cat)

### Butlletí per als socis

**Editor:** Ferran Alexandri  
[ferran@alexandri.cat](mailto:ferran@alexandri.cat)  
**Disseny i maquetació:** Estudi Toni Inglés  
[toni@toni-ingles.com](mailto:toni@toni-ingles.com)  
**Impressió:** Litografia Ochoa, S.L.  
**Dipòsit legal:** B-15685-1959  
Impress en paper ecològic

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

#### Darrera aportació:

Àngels Rucabado Franquesa

### 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 Dodero

### RELACIÓ D'ALTES DE SOCIS D'OCTUBRE DEL 2008

Numerari	Sánchez Suárez, Carlos	Amat Martín, Rafael	Dobson, Elizabeth
Bascuas Torrents, Agustín	Muñoz Ruiz, Conxi	Argelagues Bosch, Marc	Sala Bosch, Xavier
Niño Mañueco, Jose Luis	Cullell Pérez, M. Àngels	Rovira Escutia, Juanjo	Hernández Nayach, Araceli
Vives, Yolanda	Abolacia Ibáñez, Carmen	Escartin Pujol, Anna	<b>Infantil</b>
Lafuente Aguilar, L. Miguel	Llubera Serrat, Pere-Pau	Gazel Anthoine, Dominique	Touray, Soliman
Garcia-Lillo Tatjer, Javier	Vehi Vidal, Anna	Blanco Porras, Jesús	D'ager Muñoz, Bernat
Lopez Lalana, José Antonio	Esteve Ramírez, Enrique	Infante Sentelles, Víctor	Quera Puyal, Roger
Sosa Jurado, Eduardo	Ortun Rubio, Hortensia	Nebot Buscarons, Xavier	Quera Puyal, Berta
Carraro Pérez, Jerónimo	Mangue Alférez, Ignasi	Puyal González, Beatriu	<b>Júnior</b>
Vicente Coll, Anna	Vidal Moral, Jordi	Heilig, Sandrine	Abajo Mestre, Daniel
Gómez González, M. Àngel	Bria Salvador, Mònica	Cervelló Autuori, Sílvia	<b>Familiar</b>
Alguero, Mercè	Grife Hontoria, Montserrat	Soler Luque, Jaume	Gazel Anthoine, François
Massana Cuadras, Xavier	Bassa Dilla, Rosa Maria	Serena Sarría, Jordi	Gregori Duran, Xavier
Ausas Sala, Montserrat	Gascon, Oriol	Caffrey, John	
Garrido Molina, Milagros	Delgado Estrella, Carmen	Pi Serrano, Víctor	

Bon Nadal i bon any nou

Aquest és el desig cordial de la Junta Directiva per a tots els socis i amics

Centre Excursionista de Catalunya



## PUBLICACIONS

### La Cartoteca del CEC presenta el llibre *Fer país, conèixer món*

El 21 d'octubre passat es va presentar a la sala d'actes el llibre de la geògrafa Rosa Anna Felip *Fer país, conèixer món*, editat pel Centre Excursionista de Catalunya i per l'Institut d'Estudis Catalans.

L'acte va ser presentat per Josep M. Puente, que va donar la benvinguda als assistents i va manifestar l'interès del Centre en difondre a tota la societat el patrimoni que l'entitat ha anat acumulant.

Tot seguit prengué la paraula Salvador Giner, president de l'IEC, que va comentar l'estreta relació de l'IEC i del CEC, i va destacar que el llibre que es presentava és

una mostra d'aquesta relació excel·lent.

Francesc Nadal, president de la Societat Catalana de Geografia, va fer un llarg comentari de l'obra, en què va esmentar l'excel·lent treball de l'autora.

Finalment va parlar l'autora, la geògrafa Rosa Anna Felip, que va explicar l'estructura del llibre, i també va fer un agraïment a les institucions, entitats i persones que han col·laborat en aquesta obra.

*Fer país, conèixer món* és un obra on s'explica el contingut de la cartoteca històrica del CEC, i que reproduceix una selecció de documents cartogràfics.

## FIRES

### El CEC participa en la VII Fira del Llibre de Muntanya de Rupit

L'edició d'enguany ha estat dedicada a «Dona i muntanya», i s'ha aprofitat per fer un homenatge en memòria a la Maria Antònia Simó, sòcia del CEC i precursora de l'alpinisme femení.

A l'estand del CEC hi vam exposar les guies i llibres de la col·lecció i les revistes *Muntanya* i *Espeleòleg*. El dissabte, un dels llibres que es va presentar, fou la darrera novetat de la col·lecció de guies del Centre: *Montsegur – Puigcerdà*, original de Lluís Willaert i Josep Nuet.

El diumenge, Josep M. Salava presentar l'homenatge a Maria Antònia Simó.

## El butlletí electrònic

Per contribuir a l'estalvi energètic i de recursos naturals, aquells socis que ens ho demaneu, podeu rebre directament a la vostra adreça de correu electrònic el butlletí del CEC. La versió electrònica del butlletí la rebreu abans del dia 24 del mes anterior a la seva aparició. Aproveiteu els avantatges de rebre

el butlletí al vostre ordinador. Sempre estareu al dia de les activitats i notícies del Centre, i abans que ningú. Envieu-nos un e-mail a [butlleti.pdf@cec.cat](mailto:butlleti.pdf@cec.cat) amb les vostres dades: núm. de soci, nom complet i adreça electrònica on voleu rebre el butlletí. Gràcies per la vostra col·laboració.

## SECCIÓ DE MUNTANYA

### Commemoració del centenari de la Secció de Muntanya

**Dimarts 16**

**A la sala d'actes a 1/4 de 8 del vespre**  
Presentació, conferència i col·loqui a càrrec d'Enric Faura. Intervenció del president del Centre. Cloenda i pica-pica.

### XIII Fira de Material Usat de Muntanya i Esquí

**Del dilluns 15 al divendres 19**

**De 7 a 2/4 de 10 del vespre**  
**Recollida del material:** 15 i 16 a la sala d'exposicions.

**Compra del material:** 17 i 18 a la sala d'exposicions

**Recollida de material no venut i pagament:** divendres 19.

## Excursions

### Mare de Déu del Coral i torres de Cabrenys

**Diumenge 14**

**Itinerari:** coll d'Ares, Mare de Déu del Coral, la Menera, torres de Cabrenys,

Montnegre i la Menera.

**Temps de camí:** 6 h.

**Dificultat:** \*\*\* cert nivell de dificultat.

**Desnivells:** +600 m / -100 m.

**Mapa:** *Salines-Bassegoda (Alt Vallespir)*.

**Viatge:** amb autocar.

**Vocal:** Josep Pérez i Manel Canales.

### Colònies del Llobregat (II)

**Diumenge 14**

**Itinerari:** Puig-reig, cal Marçal, cal Vidal, l'Ametlla de Merola i Balsareny. Visita al museu tèxtil de la Colònia Vidal.

**Temps de camí:** 4 h 30 min.

**Desnivells:** +100 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Mapa:** *Bages (ICC)*.

**Viatge:** amb autocar.

**Vocals:** Hermes Soler i Alexandre Costa.

### 3a etapa GR 1: Banyoles – Besalú

**Diumenge 21**

**Itinerari:** Banyoles, Usall, Serinyà, cal Roset i Besalú.

**Temps de camí:** 3 h 35 min.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

### Serra de Castelltallat

**Diumenge 21**

**Itinerari:** Camps, Sant Mamet de Bacardit, la Vila, cal Morera, Sant Miquel de Castelltallat, torrent del Putxó, tomba de can Freixes i Camps.

**Temps de camí:** 4 h.

**Desnivells:** +503 m / -503 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Viatge:** amb autocar.

**Vocals:** Francesc Beato i Joan Bernat.

### Grimpada al Puigsacalm (1.514 m)

**Diumenge 28**

Grimpada fàcil amb passos ferrats a la canal Fosca, i desgrimpada ferrada fàcil pels Ganxos.

**Itinerari:** Joanetes, puig Sa Devesa, puig del Soi, el Barret, canal Fosca, Santa Magdalena, puig dels Llops, Puigsacalm, tornada pel coll de Joanetes i els Ganxos.

**Temps de camí:** 6 h.

**Desnivells:** +910 m / -910 m.

**Dificultat:** \*\*\* cert nivell de dificultat.

**Reunió:** dijous 18 a 2/4 de 9 del ves-

**Viatge:** amb autocar.

**Vocals:** Joaquim Sánchez i Lluís Rotllan.



pre (és obligatòria l'assistència).

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocal:** Emili Rissech.

## Veterans

### EXCURSIÓ Nº 186

#### Platges del sud

**Dissabte 20**

**Itinerari:** platja de l'Àliga, roca de l'Illot, platja de l'Estany Podrit, trinxeres i búnquers, platges de Santes Creus i bateries de la Guerra Civil, port de l'Estany, Ametlla de Mar. Dinar opcional de Nadal: 18 €. A la tarda, visita a l'antiga Tarraco.

**Temps de camí:** 3 h 30 min.

**Desnivells:** + 60 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil

**Mapes i informació:** *Llibre sender GR-92* i fulletons de *Camins de la Mediterrànea*.

**Inscripció:** a partir del 3 de desembre.

**Lloc de trobada:** Rda. Universitat / Balmes, a 3/4 de 8 del matí.

**Viatge:** amb autocar.

**Vocals:** Toni Muñoz, Lluís Willaert i Lluís M. Peix.

## Alta muntanya

### Circ de Carançà i coma de Bacivers

**Dissabte 13 i diumenge 14**

**Itinerari:**

**Dissabte:** pàrquing del Refugi d'Ulldeter, coll de la Marrana, coll de Tirapits, coll de Carançà, circ de Carançà, llacs de Carançà, Refugi Ras de Carançà.

**Diumenge:** coma de Bacivers, llac de Bacivers, puig de Bacivers, puig de Bastiments, coll de la Marrana, pàrquing del Refugi d'Ulldeter.

**Temps de camí:** 7 h (ds.) / 7 h (dg.).

**Desnivells:** +600 m / -960 m (ds.); +1.000 m / -660 m (dg.).

**Estada:** en refugi lliure (19 places), tendes o bivac.

**Dificultat:** \*\*\*\* cal experiència.

**Mapa:** *Vall de Campodón – vall de Ribes* (Editorial Alpina).

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocal:** Joan Ramon Montes.

### Tuc de Varimanha (2.620 m)

**Dissabte 20 i diumenge 21**

**Itinerari:**

**Dissabte 20:** Esterri d'Àneu, Isil, pista forestal, bordes de Lapre, collada del Clot de Moredo, Refugi d'Airoto.

**Diumenge 21:** estany d'Airoto, coll d'Airoto, llac Gelat deth Rosari, tuc

de Varimanha, i tornada al refugi.

**N.b.:** cal dur sac de dormir i queviures perquè el refugi no és guardat. Trobada de coordinació i darreres instruccions el

dijous de 6 a 8 del vespre a la Secció. Activitat reservada per a 10 participants que dominin l'excursionisme hivernal.

**Vocal:** F. X. Gregori i Rosa M. Comamala.

## SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

### Curset d'enceratge

**Dijous 4**

**A l'aula Pompeu Fabra**

A càrrec de Ferran Pubill, entrenador de la selecció espanyola d'esquí de fons.

### Curset d'inici de temporada

**Del dissabte 6 al dilluns 8**

A l'estació d'esquí de Sant Joan de l'Erm. Hi haurà grups per a tots els nivells en l'estil clàssic; si hi ha prou gent també es faran grups per patinador.

**Lloc de trobada:** Palau Reial.

### Trobada d'inici de temporada

**Dijous 11**

**A les 8 del vespre a la Secció d'Esquí**

Es farà la presentació de la temporada d'esquí nòrdic. Diverses projeccions.

### Curset de Nadal al Capcir

**Del dissabte 27 al dimarts 30**

Hi haurà grups per a tots els nivells en l'estil clàssic; si hi ha prou gent també

es faran grups per patinador.

**Estada:** Matamala.

**Viatge:** amb autocar.

**Lloc de trobada:** Palau Reial.

**Vocal:** Isabel Casanelles.

## SECCIÓ D'ESQUÍ ALPÍ

## Activitats

### Curset de Nadal d'esquí alpí a Grand Valira

**Del divendres 26 al dimarts 30**

Aquest curset està pensat tant per a famílies, com per a majors i menors d'edat.

**Allotjament:** ca l'Aina, Canillo (MP).

**Viatge:** amb autocar.

**Inscripció:** fins al 15 de desembre.

## SECCIÓ DE BARRANCS

### AUDIOVISUAL

#### «Alps Marítims i Còrsega»

**Dimarts 2**

**A les 8 del vespre a la sala d'actes**

**Vocal:** Jordi Martínez i Damià Pérez.

### Sortida de captació, nivell 1

**Dissabte 20 i diumenge 21**

Imprescindible tècnica de descens.

**Lloc:** Barranc del torrent dels Cargols a

Montserrat.

**Reunió:** dimarts 16 a les 8 del vespre a l'aula Artur Osona.

**Vocal:** Damià Pérez.

### Monogràfic de grans verticals

**Dimarts 16**

**A les 8 del vespre a l'aula Artur Osona**

**Vocal:** Xavier Arregui.

## SECCIÓ DE CÀMPING

## Excursions

### MATINAL DEL DIJOUS

#### Vacarisses – la Torrota

**Dijous 4**

**Itinerari:** Vacarisses, castell del virrei Amat, església de Sant Pere, pou de can Sala, la Torrota, rectoria Vella.

**Temps de camí:** 2 h.

**Desnivell:** +150 m.

**Dificultat:** \* molt fàcil.

**Mapa:** *Sant Llorenç del Munt* (Editorial Alpina).

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Lloc de trobada:** a les 10 del matí a la Pl. de Joan Bayà, al costat de l'ajuntament.

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



# Agenda desembre 2008

Dates	Secció	Tipus d'activitat	Activitat (lloc / horari / a cura de, vocals)
Dimarts 2	Descens d'Engorjats	AUDIOVISUAL	Expedició als Alps Marítics i a Còrsega. A cura de Damià Pérez. A la sala d'actes a les 8 del vespre.
Dimecres 3, 10 i 17	Geografia i Ciències ERB	LABORATORI	Sessió de treball al laboratori de la secció. A partir de 2/4 de 7 del vespre.
Dimecres 3	Atenció al Soci	CINEMA	<i>Cho Oyu non-stop</i> . A cura de Víctor Riverola i Xavier Arias. A les 8 del vespre a la sala d'actes.
Dijous 4	Geografia i Ciències	VIDEOREPORTATGE	«Jordània, l'encant del passat». A cura de Joaquim Ferràndiz i Pilar Umbon. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dijous 4	Esquí nòrdic	CURS	Curs d'enceratge. A l'aula Pompeu Fabra. A cura de Ferran Pubill.
Dijous 4	Càmping	EXCURSIÓ *	Matinal a Vacarisses i la Torrota. Vocal: Josep M. Batlle.
<b>Dissabte 6</b>	Història i Art CAMÍ-TREN	EXCURSIÓ **	Matinal pel rodal de Sabadell. Vocal: Vicenç Peig.
Divendres 5 al <b>dilluns 8</b>	Muntanya	APLEC	XXXII Aplec Excursionista dels Països Catalans. Vocal: Francesc Beato.
Dissabte 6 al <b>dilluns 8</b>	Esquí nòrdic	CURS	Curs d'inici de temporada a Sant Joan de l'Erm.
Dimecres 10	Geografia i Ciències	PROJECCIÓ I CONVERSA	«Setmana Santa a Múrcia». A cura d'Antoni Perelló. A 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona.
Dimecres 10	Geografia i Ciències	PRESENTACIÓ	Presentació del llibre <i>Els molins paperers de Catalunya</i> . A cura de Josep Esteve Farriol i Martí Ribes Cardús. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dijous 11	Geografia i Ciències	CONFERÈNCIA	«El seguiment de les poblacions d'ocell de Catalunya». A cura de Sergi Herrando Vila. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dijous 11	Esquí nòrdic	TROBADA	Trobada d'inici de temporada. A la Secció d'Esquí Nòrdic.
Dijous 11	CEC	PUBLICACIONS	Presentació del llibre <i>La volta a Catalunya amb BTT</i> de Josep Insa Montava. A 2/4 de 8 del vespre a la sala nova.
Dijous 11	Càmping	SORTIDA CULTURAL	Visita al Museu Santacana i al Museu Vicenç Ros de Martorell. Vocal: Josep M. Batlle.
Dissabte 13	Esport Adaptat	NATACIÓ	Liga Catalana. A la piscina del complex esportiu Sagnier del Prat de Llobregat. A les 5 de la tarda.
Dissabte 13 i <b>diumenge 14</b>	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Circ de Carançà i coma de Bacivers. Vocal: Joan Ramon Montes.
<b>Diumenge 14</b>	BTT/CT	EXCURSIÓ ***	Cicloturisme a les Gavarrs. Vocal: Bernat Micó.
<b>Diumenge 14</b>	Muntanya	EXCURSIÓ **	Colònies del Llobregat (II). Vocals: Hermes Soler i Alexandre Costa.
<b>Diumenge 14</b>	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Mare de Déu del Coral i torres de Cabrenys. Vocals: Josep Pérez i Manel Canales.
<b>Diumenge 14</b>	Geografia i Ciències EXFAVEPRO	EXCURSIÓ **	De Sant Benet de Bages a la casa de les Tines. Vocals: Rafael Serra i Berta Castellet.
<b>Diumenge 14</b>	Història i Art	EXCURSIÓ CULTURAL	Excursió sorpresa. Vocal: Mercè Falcó.
<b>Diumenge 14</b>	Geografia i Ciències GEBRPA	EXCURSIÓ **	Massis de Collserola. Vocals: Susanna Bonany, Jordi Canosa i Carme Freixedes.
<b>Diumenge 14</b>	Geografia i Ciències ERB	TREBALL DE CAMP	Sortida al Montseny. Vocals: Valentí Gonzàlez i Josep Nuet.
Dilluns 15	Història i Art	ACTIVITATS MUSICALS	<i>Der Vogelhändler</i> . A 1/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dilluns 15 al divendres 19	Muntanya	FIRA	XIII Fira Material Usat de Muntanya i Esquí.
Dimarts 16	Muntanya	ACTE SECCIÓ	Acte oficial celebració Centenari de la Secció.
Dimarts 16	Fotografia	ACTE SECCIÓ	104è aniversari de la Secció de Fotografia. Repartiment de trofeus dels concursos.
Dimarts 16	Descens d'Engorjats	CONFERÈNCIA	Monogràfic de descens de canyons i expedicions. A l'aula Artur Osona a les 8 del vespre. Vocal: Xavi Arregui.
Dimecres 17	Atenció al Soci	CONCERT	Orquestra Camerata Sant Cugat. Polifònica de Puig-reig. A la basilica de Santa Maria del Mar a les 8 del vespre.
Dimecres 17	Geografia i Ciències	CONFERÈNCIA	«Ferro enmig del desert. Expedició a Mauritània». A cura de Joaquim Montoriol. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dijous 18	Atenció al Soci	ACTE CEC	Celebrem el Nadal. A la sala nova del 1r pis. Porteu cava i torrons. Vocal: Pepa Igartua.
Dijous 18	Càmping	EXCURSIÓ **	Castellet, can Balaguer, pantà de Foix i font d'Horta. Vocal: Josep M. Batlle.
Dijous 18	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 18	Història i Art / Cinema i Vídeo	ACTIVITATS MUSICALS	Concert de Nadal. A les 8 del vespre a la sala d'actes. Vocal: Mercè Falcó.
Divendres 19	Història i Art VERDAVERD	PASSEJADA	Santa Maria del Mar i el barri de la Ribera (II). Vocals: Vicenç Peig i Francesc Olivé.
Dissabte 20	Esport Adaptat	NATACIÓ	Entrenament de tecnificació per promeses. Al CAR de Sant Cugat del Vallès a les 5 de la tarda.
Dissabte 20	Història i Art	EXCURSIÓ **	Per la riba del riu Ripoll. Vocal: Jordi Lucea.
Dissabte 20 i <b>diumenge 21</b>	Descens d'Engorjats	SORTIDA	Sortida de Descens de Canyons-Expedicions. Vocal: Xavier Arregui.
<b>Diumenge 21</b>	Història i Art	DIBUIX I PINTURA	Sortida a Sant Pol de Mar. Vocal: Francesca Valls.
Dissabte 20	Muntanya VETERANS	EXCURSIÓ	Platges del sud. Vocals: Toni Muñoz, Lluís Willaert i Lluís M. Peix.
Dissabte 20 i <b>diumenge 21</b>	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Tuc de Varimanha. Vocals: F. X. Gregori i Rosa M. Comamala.
<b>Diumenge 21</b>	Muntanya	EXCURSIÓ **	3a etapa GR1 Banyoles-Besalú. Vocals: Joaquim Sánchez i Lluís Rotllan.
<b>Diumenge 21</b>	Muntanya	EXCURSIÓ **	Serra de Castellallat. Vocals: Francesc Beato i Joan Bernat.
<b>Diumenge 21</b>	Esport Adaptat	EXCURSIÓ *	Sortida del Pessebre a l'Ordal. A partir de les 9 del matí.
<b>Dijous 25</b>	Esport Adaptat	NATACIÓ	Travessia de Nadal al port de Barcelona. Participació en la Copa Nadal, modalitat per discapacitats.
<b>Divendres 26</b>	Càmping	EXCURSIÓ ****	Matinal a les Agudes del Montseny, pels Castelletes. Vocal: Josep M. Ferrer.
Dissabte 27	Història i Art CAMÍ-TREN	EXCURSIÓ **	Camins de les costes: el Garraf. Vocal: Vicenç Peig.
Dissabte 27 al dimarts 30	Esquí nòrdic	CURS	Curset de nadal al Capcir. Vocal: Isabel Casanelles.
<b>Diumenge 29</b>	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Grimpada al Puigsacalm. Vocal: Emili Rissech.

GRAU DE DIFICULTAT

\*

MOLT FÀCIL

\*\*

FÀCIL

\*\*\*

CERT NIVELL DE DIFICULTAT

\*\*\*\*

CAL EXPERIÈNCIA

\*\*\*\*\*

CAL EXPERIÈNCIA ESPECÍFICA





# Comissions i serveis

## ESCOLA DE MUNTANYA

### Curs d'iniciació a l'Alpinisme Opció 1

**Del 7 al 28 de gener del 2009**

**Modalitat:** alpinisme.

**Nivell:** iniciació.

**Objectius:** transmetre els coneixements teòrics, tècnics i pràctics bàsics i necessaris per poder iniciar-se en ascensions d'alta muntanya de dificultat mitja amb autonomia, confiança i seguretat.

**Teòriques:**

**Dimecres 7:** Presentació del curs. Equipament i material.

**Dilluns 12:** Seguretat en muntanya hivernal.

**Dimecres 14:** Progressió, ancoratges i seguretat en roca i neu.

**Dimecres 21:** Orientació i cartografia.

**Dimecres 28:** Repàs, test i cloenda.

**Pràctiques:**

**Dissabte 10 i diumenge 11:** Progressió en neu. Autodetenció i ràpel. Taller de nusos.

**Dissabte 17 i diumenge 18:** Seguretat en neu. Ancoratges i encordament en glacera.

**Dissabte 24 i diumenge 25:** Progressió, seguretat i encordament en roca i mixta

**Places:** 10-12.

**Inscripció:** de l'1 al 31 de desembre.

**Preus:**

215 € socis CEC.

265 € resta d'inscrits

**Inclou:** assegurança, classes teòriques, pràctiques, documentació, material tècnic i vocals instructors acreditats.

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

**Informació general:**

**Ràtio:** un vocal instructor per a cada 5/6 alumnes.

**Material necessari per part de l'alumne:** arnès, piolet, grampons, rapelador assegurador, mosquetó de seguretat (HMS), una baga americana ampla de 4,5 m de llargada, un cordino de 7 o 8 mm i 1,5 m. de llargada, casc (L'EM disposa de cascs).

**Nivell esportiu mínim i experiència:** recomanable experiència en alta muntanya.

### Curs d'escalada en glaç

**Del 19 de gener al 2 de febrer de 2009**

**Modalitat:** escalada en glaç.

**Nivell:** iniciació.

**Objectius:** adquirir el coneixement de la tècnica, material i equip específics d'aquesta especialitat per poder realitzar amb seguretat aquest tipus d'escalades.

**Teòriques:**

**Dilluns 19:** Presentació. Terrenys de joc, material i equip.

**Dilluns 26:** Ancoratges, reunions i assegurament en glaç.

**Dilluns 2 de febrer:** Simbologia, lectura i confecció de ressenyes. Repàs, test i cloenda.

**Pràctiques:**

**Dissabte 24 i diumenge 25:** Tècniques de progressió i seguretat: tècnica gestual, assegurament (I part). Col·locació d'ancoratges i muntatge de reunions.

**Dissabte 31 de gener i diumenge 1 de febrer:** Tècniques de progressió, ancoratges, sistemes d'assegurament en glaç (II part). Tècniques de descens.

**Places:** 8-12.

**Inscripció:** del 15 de desembre al 12 de gener.

**Preus:**

220 € socis CEC.

270 € resta d'inscrits.

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

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

**Informació general:**

**Ràtio:** un vocal instructor per a cada quatre alumnes.

**Material necessari per part de l'alumne:** equipament adient per a l'activitat. Casc, piolet tècnic, arnès, grampons amb puntes davanteres, motxilla d'atac 35 L, dos mosquetons de seguretat, un mosquetó HMS.

**Nivell esportiu mínim i experiència:** coneixement de les tècniques d'encordament i seguretat en alpinisme o escalada en roca.

### Curs d'iniciació a l'esquí de muntanya

**Del 8 al 27 de gener**

**Modalitat:** esquí de muntanya.

**Nivell:** iniciació.

**Objectius:** dotar l'alumne d'uns coneixements i unes capacitats que li permetin realitzar amb seguretat, ascensions amb esquís de muntanya de baixa i mitjana dificultat de forma autònoma.

**Teòriques:**

**Dijous 8:** Presentació del curs. Equipament i material.

**Dimarts 13:** Nivologia i allaus.

**Dimarts 20:** Cartografia i orientació.

**Dimarts 27:** Seguretat en muntanya hivernal. Primers auxilis. Test i cloenda.

**Pràctiques:**

**Dissabte 10 i diumenge 11:** Esquí de pista a Eina-Cambresdase. Puigllançada

**Dissabte 17 i diumenge 18:** Pic de Coume d'Or. Puigmal de Llo.

**Dissabte 24 i diumenge 25:** Vallter. Pic de la dona. Bastiments.

**Places:** 8-15.

**Inscripció:** de l'1 al 31 de desembre del 2008.

**Preus:**

170 € socis CEC

210 € resta d'inscrits

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

**No inclou:** les despeses de transport, pernocta en refugi ni l'alimentació de les sortides de pràctiques, el material de l'alumne.

**Informació general:**

**Ràtio:** un vocal instructor per a cada cinc alumnes.

**Material necessari per part de l'alumne:** equipament adient per a l'activitat. Esquís, ganivetes, pells, ARVA, pala, sonda i grampons.

**Nivell esportiu mínim i experiència:** esquiar amb desimboltura i seguretat per qualsevol tipus de pista. Condició física per poder superar desnivells de 800 m/dia sense problemes.

### Curs de muntanya hivernal amb raquetes de neu

**Del 8 al 20 de gener de 2009**

**Modalitat:** excursionisme.

**Nivell:** iniciació i perfeccionament.

**Objectius:** dotar l'alumne d'uns coneixements i d'unes capacitats que li permetin realitzar amb seguretat i total autonomia excursions de més d'un dia en terreny d'alta muntanya amb neu, i que li permetin progressar amb raquetes.

**Teòriques:**

**Dijous 8:** Presentació. Equipament i material.

**Dimarts 13:** Orientació i cartografia.

**Dijous 15:** Seguretat en muntanya hivernal.

**Dimarts 20:** Repàs. Examen teòric. Cloenda.

**Pràctiques:**

**Dissabte 10 i diumenge 11:** Ulldeter.

# Comissions i serveis



## COMISSIÓ D'ESPORT ADAPTAT

### Natació

#### 2a Jornada de Lliga Catalana Dissabte 13

**Lloc:** Prat de Llobregat.

#### Sessió de tecnificació per a promeses Dissabte 20

**Lloc:** al CAR de Sant Cugat del Vallès

#### Copa Nadal al Port de Barcelona Dijous 25

### Excursions

#### Sortida del Pessebre a l'Ordal Diumenge 21

Sortida tradicional per muntar el pessebre, i després lliurar-lo a la llar d'avis de l'Ordal. És una sortida familiar en què fem una petita passejada, fem el pessebre amb figuretes de fang i compartim el dinar.

**Lloc de trobada:** a les 9 del matí a l'aparcament de l'entrada del poble.

## ATENCIÓ AL SOCI

### Country i danses d'arreu del món

Cal que truqueu al 932 136 640 / 690 625 559 per confirmar el dia.

**Lloc de trobada:** Sala nova del 1r pis a 2/4 de 8 del vespre.

**Vocal:** Pepa Igartua i professora Neus

(atenciosoci@cec.cat 932 136 640).

**Preu:** 6 € al mes.

**Grups:** Farem dos grups, els que no en saben de 2/4 de 8 a 2/4 de 9 del vespre, i els que ja en saben, de 2/4 de 9 a 2/4 de 10.

## ÀREA DOCUMENTAL

### Biblioteca

La Biblioteca del CEC ha signat sengles convenis amb el Centre Excursionista de Terrassa, el Centre Excursionista de Lleida, la UEC-Gràcia i Escoltes Catalans per desenvolupar el Catàleg Col·lectiu de les Biblioteques Excursionistes de Catalunya. Es pot consultar el catàleg col·lectiu a <http://biblioteca.cec.cat/catalog/>

### Arxiu fotogràfic

#### Vistes estereoscòpiques del centenari de l'esquí

S'ha editat una nova col·lecció de 12 fotografies estereoscòpiques, aquest cop relatives al centenari de l'esquí a Catalunya. Les imatges mostren diversos aspectes dels primers anys d'aquest esport, com ara els medis de transport per accedir a les pistes o

modalitats avui dia depararegudes.

### Cartoteca

#### Fer país, conèixer món La Cartoteca del Centre Excursionista de Catalunya

Llibre de format 26 x 26 amb la reproducció de 120 mapes de valor històric, 168 pàg. a 4 colors. Venda a l'àrea d'atenció al soci al preu de 36 €.

**EXPOSICIÓ**

#### Fer país, conèixer món Fins al 5 de desembre al claustre de l'Institut d'Estudis Catalans

Del 18 de desembre al 18 de gener a La Fontana d'Or (Girona), sala d'exposicions de la Fundació Caixa Girona. Digitalització de 500 mapes, consultables al web del Centre i a la Memòria Digital de Catalunya.



### Arxiu històric

El CEC ha estat guardonat amb un Premi Caixa Sabadell 2008 que permetrà l'edició facsímil de la primera edició de l'obra *Lo Catalanisme*, de Valentí Almirall, que es presentarà el 22 de gener coincidint amb la inauguració i obertura al públic de l'Arxiu històric de l'entitat.

# 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  
Més de 20 activitats mensuals

## Sortides guiades

Excursions temàtiques  
Excursions familiars  
Excursions per a gent gran

Escalades  
Descens d'engorjats  
Espeleologia  
Alpinisme  
Vies ferrades

Més informació a [www.cec.cat/guies](http://www.cec.cat/guies)