

butlletí

per als socis
març 2009

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

Eric Villalón i Xavier Valbuena aconsegueixen arribar al pol Sud

Per primera vegada, un equip format per persones amb diverses discapacitats físiques i sensorials, membres de l'expedició «Pol Sud sense límits», van aconseguir arribar a la latitud més austral del planeta esquiant pels seus propis mitjans.

El 20 de gener passat assolien el pol Sud els nostres consocis Eric Villalón i Xavier Valbuena, juntament amb Jesús Noriega. L'expedició, formada per tres esportistes i dos guies, va aconseguir arribar al pol Sud esquiant pels seus propis mitjans i sense ajuda externa.

Jesús Noriega va néixer sense una mà; Xavier Valbuena va patir l'amputació d'una cama després d'un accident, i Eric Villalón, amb una visió del 5%, van aconseguir el seu somni després de dotze dies de travessia sobre l'Antàrtida, on van suportar temperatures inferiors als trenta graus sota zero.

La Junta Directiva del Centre Excursionista de Catalunya felicita els membres d'aquesta expedició per l'èxit aconseguit.

Inauguració de l'Arxiu Històric del CEC

L'Arxiu documental del CEC va obrir les portes a la ciutadania el 23 de gener passat. L'Arxiu compta amb més de 220 metres lineals de documentació rebuda i generada per l'entitat durant els 132 anys de la seva història (1876-2009). L'obertura de l'Arxiu permet completar l'oferta de serveis documentals del CEC, juntament amb l'Arxiu Fotogràfic (300.000 imatges), la biblioteca (33.000 monografies) i la cartoteca (7.000 mapes antics).

L'acte d'inauguració va tenir lloc el dijous 22 de gener a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes amb la participació de l'arxivera del CEC Núria Téllez; el comissionat per al Patrimoni Documental del CEC, Manuel Castellet; el subdirector general d'Arxius de la Generalitat, Ramon Alberch, i el president de Caixa Sabadell, Salvador Soley.

En el decurs de l'acte es va presentar l'edició facsimil de la primera edició de *Lo catalanisme* de Valentí Almirall, elaborada amb motiu de l'obertura de l'arxiu; també es va lliurar un exemplar d'aquest llibre a tots els assistents.



L'arxivera Núria Téllez.

Assemblea General Extraordinària

El dimarts 21 d'abril del 2009 a 2/4 de 7 vespre en primera convocatòria, i a les 7 en segona convocatòria tindrà lloc a la sala d'actes del nostre estatge social la celebració de l'Assemblea General Extraordinària, amb un únic punt de l'ordre del dia:

■ **Modificació dels estatuts del Centre Excursionista de Catalunya després de les indicacions rebudes de la Secretaria General de l'Esport, i adaptació dels mateixos estatuts al contingut del nou decret 215/2008 de 4 novembre del 2008, publicat al DOGC N° 5.255 de l'11 novembre del 2008.**

Assemblea General Ordinària

El dimarts 21 d'abril del 2009 a 2/4 de 8 vespre en primera convocatòria, i a les 8 en segona, tindrà lloc a la sala d'actes del nostre estatge social la celebració de l'Assemblea General Ordinària corresponent a l'exercici 2008 amb el següent

ORDRE DEL DIA:

- Lectura i aprovació, si escau, de l'acta de l'assemblea anterior.
- Lectura de la memòria de l'any 2008.
- Informe de la Presidència.
- Liquidació del pressupost del 2008 i informe dels auditors.
- Pla d'actuació per a l'any 2009.
- Pressupost per a l'any 2009.
- Proposta de quotes socials per l'any 2009.
- Lectura de les propostes dels socis, rebudes per escrit fins a vuit dies abans de la data de celebració de l'assemblea.
- Torn obert de paraules.



SUMARI

Espai CEC	2
Activitats	3
SORTIDES	3
EXCURSIONISME I ESPORTS DE MUNTANYA.....	3
ACTIVITATS CULTURALS	9
ACTIVITATS TURÍSTIQUES.....	10
ACTIVITATS D'ESPORT ADAPTAT	10
ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL	10
ACTES INSTITUCIONALS	12
CONFERÈNCIES / AUDIOVISUALS / VIDEOREPORTATGES	12
EXPOSICIONS	13
CONCURSOS.....	13
SESSIONS DE LABORATORI	13
ACTIVITATS MUSICALS I DANSES ..	13
CURSOS DE FORMACIÓ	14
Agenda mensual	6

SEU DEL CEC

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

MEMBRE FUNDADOR DE

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

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 i Arxiu històric:** dilluns, dimarts i dimecres de 17:00 a 21:00, dijous de 17:00 a 21:30, i divendres de 17:00 a 20:00.
- **Atenció a l'investigador:** dimarts i dijous 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

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

EL BUTLLETÍ ELECTRÒNIC

Ja tenim **160 socis** que han demanat el butlletí electrònic!

Per contribuir a l'estalvi energètic i de recursos naturals, **DEMANEU EL BUTLLETÍ ELECTRÒNIC.**

Només us aportarà avantatges:

- Rebreu el butlletí en format PDF al vostre @ abans del 24 del mes anterior.
- Estareu al dia de les activitats del CEC abans que ningú.
- Envieu-nos un @ a butlleti.pdf@cec.cat amb les vostres dades (nº de soci, nom i @ personal).

SERVEIS

- **Escola de Muntanya**
escola@cec.cat
Cursos de formació. 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**
revista.muntanya@cec.cat
 - Muntanya (revista bimestral)
 - Butlletí per al soci (mensual)
 - Guies de muntanya i altres obres
- **Arxiu Fotogràfic**
arxiufotografic@cec.cat
280.000 clixés.
- **Biblioteca**
biblioteca@cec.cat
32.000 documents.
- **Cartoteca**
cartoteca@cec.cat
6.000 mapes. 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.
- **Assegurances**
- **Companya de Guies de Muntanya (UIAGM)**
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
- **Arxiu històric** arxiu.historic@cec.cat

DESCOMPTES EN LES ESTACIONS D'ESQUÍ

LA MOLINA	Adults: 35 € (38 €) / Infants: 25 € (28 €)	Heu de passar a recollir els codis de barres a l'àrea d'atenció al soci del CEC. També hi ha altres descomptes més dies de forfet.
MASELLA	Adults: 35 € (38 €) / Infants: 25 € (28 €)	
VALLTER 2000	Adults: 27 € (30 €) / Infants: 21 € (24 €)	Presenteu el carnet i el DNI a la taquillade l'estació.
GRAN PALLARS	Adults: 31 € (34 €) / Infants: 21 € (23 €)	
VALL DE NÚRIA	10% sobre tarifes generals: Adult: 24,75 € (27,5 €) / Infants: 18,60 € (20,65 €) Inclou cremallera i forfet d'un dia festiu	
PORT DEL COMTE	Adults festius: 29 € (32 €) Adults laborables: 24 € (25 €)	
BOÍ TAÜLL RESORT	Descompte del 10% en la reserva del paquet d'allotjament més forfet en qualsevol dels seus establiments.	
VALL NORD	10% sobre tarifes generals: Adult: 33 € (36 €) / Infants: 25 € (27 €)	
FONT-ROMEU	Adult: 25 € (29 €) / Infants: 21 € (25 €)	





Noticiari

ÀREA DOCUMENTAL

100 anys de l'Arxiu Fotogràfic del CEC

Al llarg d'aquest any 2009 s'organitzaran un seguit d'actes per commemorar el centenari de l'Arxiu Fotogràfic del CEC.

Entre aquests actes, hi haurà un cicle de set conferències, una taula rodona, dues exposicions i dos tallers. Us anirem informant en el butlletí.



GRUP DE JOVENT

Temporada d'activitats del Grup de Jovent

Des del grup de Jovent del CEC hem preparat tot un seguit d'activitats de cara a la temporada d'estiu adreçades als joves amb edats entre els 7 i els 18 anys, amb la finalitat d'aprofitar les vacances per apropar el jovent al món de la muntanya. Per a més informació podeu consultar el nostre lloc web www.cec.cat.

Casal d'estiu del CEC. La muntanya i la ciutat

Dirigit al jovent de 7 a 14 anys. Activitats, tallers, projeccions, excursions i introducció als esports de muntanya a la nostra ciutat. El CEC, Collserola i la costa al servei de la diversió i l'aprenentatge. De dilluns a divendres, des del juny fins al setembre.

Campaments d'estiu del Grup de Jovent

Els joves de 14 a 18 anys trobaran aquí la possibilitat de gaudir de tot tipus d'activitats en un entorn d'alta muntanya. El xalet de Salardú i el refugi d'Ulldeter com a camp base per introduir-se en l'excursionisme, la bicicleta de muntanya, l'escalada, i aprofitar l'estiu combinant l'esport i l'aprenentatge.

Ruta d'estiu del Grup de Jovent

Per als joves de 14 a 18 anys, podran descobrir el parc nacional d'Aiguestortes i aprofitar la xarxa de refugis del CEC. Josep M. Blanc, Amitges, Ventosa i Calvell i Salardú seran testimonis de dues setmanes de ruta, per descobrir els racons del parc, fent ascensions als cims més emblemàtics.

ÀREA DOCUMENTAL

Donacions a la biblioteca

En Narcís Rucabado Franquesa ha donat els següents atles a la Biblioteca del CEC: *Diercke Schulatlas* (1922 i 1911), *Atlante della produzione e dei commerci* (1924), *Atlas de Geographie Économique* (1923) i *Schniders typen-atlas* (1911).

COMPANYIA DE GUIES

La companyia de guies del CEC



La companyia de guies del CEC neix l'any 1998 amb l'objectiu de complementar l'oferta d'activitats de seccions i comissions, i d'oferir sortides de tot tipus i per a tots els nivells tant als socis com als no socis que vulguin contractar els serveis de guies i tècnics professionals.

Modalitats de contractació

Contractació privada: sortides d'alpinisme, escalada, esquí de muntanya, escalada en glaç, tresc i excursionisme, bicicleta tot terreny, etc., tant a Catalunya com a la resta del món. Només us heu de posar en contacte amb nosaltres per organitzar el guiatge i la logística necessària.

Contractació privada per grups i col·lectius: excursions, ascensions, *outdoor training*, jornades educatives, etc. Destinat a col·lectius d'empreses, clubs o associacions, centres educatius o universitats, i d'altres que vulguin fer activitats a mida.

Calendari d'activitats

■ 30 d'abril a 3 de maig. **Chamonix – Zermatt amb esquís de muntanya.**

■ 20 i 21 de març. **Corredor Swan. Alpinisme.**

■ 28 de març. **Aresta Est de la roca Regina. Escalada.**

Més informació: Sergi Esteban (5a planta) 933 152 311 (ext.115) guies@cec.cat.



SECCIÓ DE MUNTANYA

Aquest estiu anem al parc nacional de Peneda-Gerês, a Portugal

Aquest any les vacances excursionistes de la Secció de Muntanya es faran al parc nacional de Peneda Gerês. Sortirem de Barcelona el dilluns dia 3 i tornarem el dissabte dia 15 d'agost. A partir de la ciutat de Braga, on estarem hostatjats en un hotel, ens desplaçarem cada dia amb autocar fins el parc nacional per fer una excursió a peu. Al llarg d'aquest dies també farem dues sortides: una per visitar Porto i l'altre a Guimaraes i Barcelos.

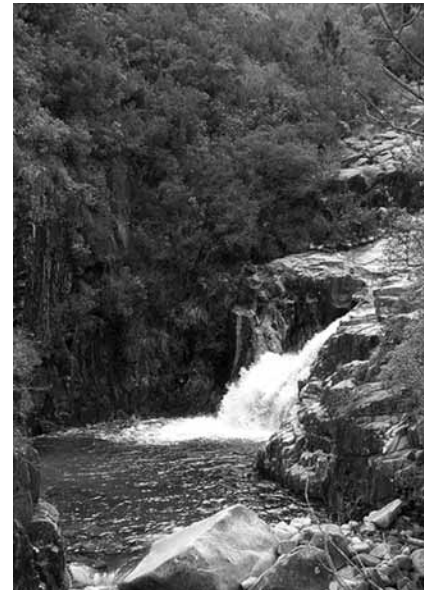
Viatge: de Barcelona a Vigo amb avió. Desplaçament per Portugal amb autocar.

Reunió informativa: dimarts 24 de març a 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona.

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

Organització: Secció de Muntanya.

Parc nacional de Peneda-Gerês.



SORTIDES

EXCURSIONISME I ESPORTS DE MUNTANYA

Excursions de motxilla

Informació d'interès per als practicants d'activitats en el medi natural

Mateix text que en el butlletí anterior.

Les activitats en el medi natural es poden veure afectades per factors meteorològics, per l'ecosistema i per altres dificultats del medi físic on es practiquin, de manera que poden comportar riscos per a la salut.

El participant ha de seguir totes les normes de seguretat orals i escrites que els responsables de l'activitat estableixin, eximint-los de tota responsabilitat per accident o danys si s'incompleix alguna d'aquestes normes.

El material personal adient per practicar l'activitat és el que indica l'organització. Si no es compleix aquest requisit pot representar l'exclusió de l'activitat.

El participant haurà d'estar en possessió d'una assegurança que doni cobertura a l'activitat específica que hagi de desenvolupar.

Abans de l'inici de l'activitat, tots els participants hauran de llegir i acceptar amb la seva signatura el Consentiment informat que els lliurarà el responsable de l'organització. Si no se signa, representarà l'exclusió de la pràctica de l'activitat.

BAIXA / MITJANA MUNTANYA

Volta a la roca de Canalda

Diumenge 1 de març

Itinerari: ca la Rita, l'espluga de Gràtines, serrat de Gràtines, els Colls, la Teuleria, rasa de Granella, rasa de Canalda, morro de la Roca, coves dels Moros, l'espluga de Malera, el Ditet, ca l'Andreu i ca la Rita.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivell: +400 m / -400 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapes: *Port del Comte* (Editorial Alpina) / *Solsonès* (ICC).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Pepe Guajardo i Montse Giménez.

Organització: Secció de Muntanya.

De Santa Maria de Martorelles al castell de Sant Miquel de Montornès (matinal)

Dijous 5 de març

Itinerari: Santa Maria de Martorelles, can Girona, coll de Can Corbera, castell de Sant Miquel i tornada per la font de la Mercè.

Temps de camí: 2 h 45 min.

Desnivell: + 235 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: *Parc Serralada Litoral* (Diputació de Barcelona).

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a la pl. de l'Ajuntament de Santa Maria de Martorelles. Pocs metres abans d'arribar a l'Ajuntament, a mà dreta, hi ha un pàrquing.

Vocals: Jorge Torcal i Josep M. Batlle
☎ 629 26 43 03 jmbatlle@hotmail.com.

Organització: Secció de Càmping.

Els rasos de Tubau

Diumenge 8 de març

Itinerari: Sant Jaume de Frontanyà, coll de la Creu d'en Soler, pedrò de Tubau (1.542 m), coll del Faig General, Sant Marc d'Estiula i Gombren.

Temps de camí: 5 h 15 min.

Desnivell: +650 m / -800 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapes i informació: *Berguedà* (ICC).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Mateu Espinal i Pilar Casals.

Organització: Secció de Muntanya.

GR 3 - 7a etapa: Cardona-Clariana de Cardener

Diumenge 8 de març

Itinerari: Cardona, fàbrica del Paperer, riu de l'Aigua d'Or, can Malniu, cal Garrigó, el Camp de Capellans, riu Cardener i Clariana de Cardener. Visita al Museu de la Sal i ciutat de Cardona.

Temps de camí: 2 h.

Desnivell: +150 m / -150 m.

Dificultat: * molt fàcil.

Mapes i informació: *Bages* (ICC).

Viatge: amb autocar.

Vocal: Ignasi Nadal.

Organització: Secció de Muntanya.

La canal Roja de Montserrat

Diumenge 8 de març

Activitats

Itinerari: can Jorba, serra de la Palomera, coll de Mosset, canal Roja.

Temps de camí: 4 h.

Desnivells: -250 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapes/guies: *Montserrat* (Editorial Alpina).

Viatge: amb transport públic.

Vocals: Gerard Horrillo i Àlvaro Arenas.

Organització: Comissió de Jovent.

Camí de les ermites de Falset (Camí-Tren)

Dissabte 14 de març

Itinerari: portal dels Ferrers, capella de Santa Càndia, camí antic de Porrera, mas del Cosme, coll dels Rosegalls, pedra de Santa Càndia, el Morral, les Sentius, pla del Cucó, ermites de Sant Cristòfol i Sant Gregori.

Temps de camí: 5 h.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Inscripció: del 2 al 12 de març.

Viatge: Renfe (ps. de Gràcia 6:24 / Sants 6:33). Agafeu bitllet per a Marçà-Falset.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

Organització: Secció d'Història i Art.

GR 1 – 6a etapa: Sant Pau de Segúries - Ripoll

Diumenge 15 de març

Itinerari: Sant Pau de Segúries, el Marquès, el Grau, el Pujol, riera de Malatosca, Sant Joan de les Abadesses, coll de Can Sau, el Cortal, mas d'en Bosc i Ripoll.

Temps de camí: 6 h 10 min.

Desnivell: +500 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb autocar.

Vocal: Joaquim Sánchez i Lluís Rotllan.

Organització: Secció de Muntanya.

La mola d'Estat

Diumenge 15 de març

Itinerari: Farena, coll de la Roca, grau del Roquerol, coll de Viladecabres, mola d'Estat, la Fumada, coll de Viladecabres, font Gran, toll de l'Olla i riu Brugent.

Temps de camí: 6 h.

Desnivell: -800 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Informació: *El brogit de la vall* (Editorial Piolet).

Vocals: Josep Pérez i Manel Canales.

Organització: Secció de Muntanya.

Excursió a Olesa de Bonesvalls

Diumenge 15 de març

Itinerari: ruta 1 de les barraques de pedra seca del municipi (IV cicle Lloses

i pedra en sec). Dinar opcional a Olesa.

Temps de camí: 4 h.

Dificultat: * molt fàcil.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: Balmes/Bergara a 3/4 de 8 del matí.

Inscripció: del 2 al 12 de març.

Vocal: August Bernat ☎ 932 378 537.

Guia local: Santi Estrada.

Organització: Secció d'Història i Art (Grup d'Estudis Rurals).

Puig Neulós i castell de Requesens

Diumenge 15 de març

Itinerari: veïnat de Requesens, pont de l'Anyet, castell de Requesens, coll del Faig, puig Neulós, veïnat de Requesens.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivells: +850 m.

Dificultat: * molt fàcil.

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

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Jordi Sancho ☎ 660 359 819 jordisancho@ya.com / Claudia Vallvé ☎ 699 390 598.

Organització: Comissió d'Infants.

El cim del Montau des d'Olesa de Bonesvalls

Dijous 19 de març

Itinerari: Olesa, Matarrodona, turó del Mestre Escalat, Montau, puig Avencó, puig de l'Antiga, Olesa.

Temps de camí: unes 3 hores.

Desnivell: + 350 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: *Garraf* (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 h a la pl. de la Vila, al centre cívic d'Olesa de Bonesvalls.

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

Organització: Secció de Càmping.

Serra del Montsià

Diumenge 22 de març

Itinerari: Lligallo de l'Antic, pla de la Galla, font de Burgar, mas de Mataredona, la Foradada, la Portella Alta, les Faixes Tancades, la Torreta, Molacima, font de Molacima, Mal Pas de Riella, camí del Pouet d'Anton, caseta de l'Arjut i Sant Carles de la Ràpita.

Temps de camí: 5 h 45 min.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Desnivells: +700 m / -600 m.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Francesc Beato i Joan Bernat.

Organització: Secció de Muntanya.

Alpens - les Llosses

Diumenge 22 de març

Itinerari: Alps, collet de la Bruixa, Santa Maria de les Llosses, coll del Forn, el Camps, coll Senyorit i l'Hostalet.

Temps de camí: 5 h.

Desnivell: +500 m / -500 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: *Catllaràs-Picancel* (Editorial Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Hermes Soler i Alexandre Costa.

Organització: Secció de Muntanya.

Cloenda festiva del Centenari de la Secció

Triple excursió i trobada festiva a can Bosc, a Sant Iscle de Vallalta.
Diumenge 22 de març

Grup de Viatges Geogràfics i Culturals
Excursió al parc natural de Santa Fe del Montseny i Sant Iscle de Vallalta

Itinerari: visita al Centre d'Interpretació de Can Casades, audiovisual del parc natural del Montseny, la font Bona i l'ermita de Sant Marçal. De tornada, per Vallgorguina fins a Can Bosc, a Sant Iscle de Vallalta.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivadeneyra a 3/4 de 8 del matí. Parada opcional a Fabra i Puig.

Inscripcions: del 2 al 17 de març.

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

Grup d'Excursions Familiars amb VehICLES Propis – ExFaVePro

De Sant Iscle de Vallalta a Pedracastell (creu de Canet).

Itinerari: Sant Iscle de Vallalta, coll de Safiguera i Pedracastell (300 m).

Temps de camí: 3 h.

Dificultat: ** fàcil.

Desnivell: +180 m.

Lloc de trobada: a 2/4 de 10 del matí al restaurant-bar Llavina (c/ 25 de juny, 2), a Sant Iscle de Vallalta.

Vocals: Jaume Marcé (934 216 0 61) i Roser Canals (934 181 221).

Inscripció: del 2 al 17 de març.

Alternativa per als no caminadors: anar a can Bosc amb el cotxe i, des d'allà, anar a peu fins al parc i al gorg curull de llegendes, de dones d'aigua. Mitja hora per pista amb pujada molt suau.

Grup d'Estudis Botànics Ramon Pujol i Alsina, i Equip de Recerca Botànica
Recorregut circular des de can Bosc,



Activitats

per les muntanyes del voltant de Sant Iscle de Vallalta

Itinerari: can Bosc, (180 m), dones d'aigua, can Maresme, pla de Forcs, can Vives de la Cortada (405 m) GR-5 fins a can Bosc.

Objectiu: observar el paisatge vegetal del Maresme. Principalment: alzinars, suredes, pinedes de pi pinyer, brolles salicícules, vernedes i avellanoses.

Dificultat: ** fàcil.

Temps de camí: 2 h.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivade-neyra a 1/4 de 8 del matí. Parada opcional a Fabra i Puig.

Inscripcions: del 2 al 17 de març.

Vocal: Josep M. Panareda.

DINAR COL-LECTIU: paella per a tothom.

A LA TARDA: acte ludicocultural: música i jocs florals.

Inscripció: del 2 al 17 de març.

Més informació: consulteu la web del CEC www.cec.cat, i els tríptics informatius que trobareu a l'àrea d'atenció al soci. O bé: Montserrat Llorens tel. 93 716 07 86.

Organització: Secció de Geografia i Ciències.

Les Guillerics abans de la MAT
Diumenge 29 de març

Itinerari: Santa Coloma de Farners, el Bagissot, Santa Victòria de Sauleda, castell de Farners i Santa Coloma de Farners.

Temps de camí: 5 h.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: *La Selva* (ICC).

Viatge: amb autocar.

Vocal: Xavier Junquera.

Organització: Secció de Muntanya.

Excursió a la serra de Collserola
Diumenge 29 de març

VI Trobada de Verdguer excursionista. A Vil·la Joana, a 2/4 d'1 del migdia.

Itinerari: Sant Just Desvern, font de la Beca, font del Ferro, font del Rector, can Cuiàs, can Llevallol, pantà de Vallvidrera, Santa Maria de Vallvidrera, Vil·la Joana.

Temps de camí: 3 h.

Desnivell: + 250 m / - 90 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: *Serra de Collserola* (Editorial Alpina).

Viatge: amb transport públic.

Vocal: Francesc Beato.

Lloc de trobada: pl. Universitat (parada Bus 63) a 1/4 de 9 del matí.

Organització: Secció de Muntanya / Secció Excursionista de l'Ateneu Santjustenc.

Matinal a la timba del Ripoll
(Camí-Tren)

Dissabte 4 d'abril

Itinerari: capella de Sant Nicolau, el Raval d'Amalia, turó d'Arraona, can Català, torrent de Colobriers.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: Renfe (Sants 8:09 / pl. Catalunya 8:14). Agafeu bitllet per a Sabadell centre.

Inscripció: del 24 al 31 de març.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

Organització: Secció d'Història i Art.

Montcalb – creu de Fumanya
Diumenge 5 d'abril

Itinerari: Montcalb, coll del Pedró, coll de Prats, cal Sec, la Plana, collada de Ferrús, Ca l'Agutzil, collada de Peguera, Peguera i coll de la Creu de Fumanya.

Temps de camí: 5 h.

Dificultat: ** fàcil.

Desnivells: +300 m.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Pepe Guajardo i Montse Giménez.

Organització: Secció de Muntanya.

ALTA MUNTANYA HIVERNAL

Puig de Balandrau, vessant nord-oest pel corredor o via Nani
Dissabte 7 i diumenge 8 de març

Itinerari:

Dissabte: Queralbs, Refugi Coma de Vaca (Iliure).

Diumenge: corredor Nani, puig de Balandrau, coll dels Tres Pics, refugi, Queralbs.

Temps de camí: 2 h 30 min (ds.) / 8-9 h (dg.).

Desnivells: +735 m (ds.)/+700, -1.435 m (dg.).

Dificultat: ***** cal experiència específica.

Estada: Refugi de Coma de Vaca.

N.b.: corredor de 700 m a 45°, màxim 55° a 60°, possible mixt fàcil. Corredor molt elegant que acostuma a presentar bones condicions.

Material: sac de dormir, casc, pals, grampons, assegurator, 2 piolets (1 de martell), arnès, corda (mínim de 50 m, per cada 2 persones), ancoratges de neu (*dead man*), tascons o friends, 3 mosquetons de seguretat (1HMS) i bagues.

Mapa: *Puigmal* (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes propis.

Vocal: Joan Ramon Montes.

Organització: Secció de Muntanya.

Pic del Carlit

Dissabte 7 i diumenge 8 de març

Estada: Refugi de les Bulloses (guardat).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Material obligatori: grampons, piolet i raquetes.

Places: 6.

Inscripció: del 23 febrer al 5 març.

Vocals: Aina Torrella i Daniel Ferrer.

Organització: Comissió de Joves.

Feixans d'Arcalís (2.512 m) / Pic de Tristaina (2.876 m)

Dissabte 14 i diumenge 15 de març

Itinerari:

Dissabte: Barcelona, Andorra, estació d'esquí d'Arcalís. Iniciació a l'alpinisme hivernal, corredors de neu al serrat dels Feixans d'Arcalís, 35°/50° max.

Diumenge: Sispony, estació d'esquí d'Arcalís, estany de Tristaina, pic de Tristaina.

Temps de camí: 5-6 h (ds.) / 6-7 h (dg.).

Desnivell: +500 m // +850 m.

Dificultat: ***** cal experiència.

Estada: Alberg Borda Jovell. Syspony (Andorra).

N.b.: experiència en alta muntanya hivernal i bona forma física. Recomanable curs d'alpinisme de l'EMCEC.

Material: raquetes, ARVA, pala, sondes, grampons, piolet i talabard.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Dolors Gurri i Emili Rissech.

Organització: Secció de Muntanya.

Cap de Reguera (2.796 m)

Dissabte 14 i diumenge 15 de març

Itinerari:

Dissabte: Barcelona, la Pobla, Central de Cabdella, nit en un alberg-refugi.

Diumenge: Cabdella, barranc de Riquèr, estany de Francí, estany de Ribanegra, coll Pla de Dalt, cap de Reguera, tornada al refugi.

Estada: En un refugi a la central de Cabdella (preu a concretar).

Reunió: dijous 12 a les 8 del vespre a la Secció.

Dificultat: ***** cal experiència.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: F. X. Gregori i Rosa M. Comamala.

Organització: Secció de Muntanya.

Corredor Swan

Dissabte 20

i diumenge 21 de març

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Organització: Companyia de Guies.

Puigmal des de Fontalba

Diumenge 22 de març

Itinerari: collada de Fontalba, pla de les

Activitats

Dues Lliures, coll de Fontalba, Puigmal.

Temps de camí: 4 h.

Desnivells: +900 m / - 900 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapes/guies: *Puigmal* (Editorial Alpina).

Viatge: amb transport públic.

Vocals: Gerard Horrillo i Álvaro Arenas

Organització: Comissió de Jovent.

Posets – Llardana

Dissabte 28

i diumenge 29 de març

Estada: Refugi del Forcau – Angel Orus (guardat).

Dificultat: **** Cal experiència.

Material obligatori: grampons – piolet - raquetes

Places: 10.

Inscripció: del 2 març al 19 març.

Vocal: Marta Garcia.

Organització: Comissió de Joves.

Pic de Pessons amb raquetes

Dissabte 28

i diumenge 29 de març

Itinerari:

Dissabte: Barcelona, els cortals d'Encamp, vall d'Ensagents, refugi Ensagents, estany Ensagents.

Diumenge: pic de Pessons.

Temps de camí: 4 h 30 min (ds.) 6-7 h (dg.).

Desnivells: +650 m // +500 m / -1.000 m.

Dificultat: **** cal experiència.

Pernocta: refugi d'Ensagents (lliure).

Material: grampons, piolet, pals, raquetes de neu, sac d'hivern.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Joan Ramon Montes i Dolors Gurri.

Organització: Secció de Muntanya.

Balandrau amb raquetes

Diumenge 29 de març

Itinerari: font Freda, collada de Font Lletera, coll dels Tres Pics, Tres Pics i Balandrau i tornada pel mateix lloc o pel refugi forestal de Tregurà.

Temps de camí: 5 h.

Desnivells: +700 m / -700 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Material: raquetes, pals, grampons, ulleres de sol, crema solar i roba d'abric.

Mapes: *Puigmal Vall de Núria, Ulldeter* (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Josep Pérez i Xavier Perramón.

Organització: Secció de Muntanya.

Petit i Gran Vinhamala

Dissabte 25 i diumenge 26 d'abril

Inscripció: del 25 de març al 21 d'abril.

Organització: Companyia de Guies.

VETERANS

Serra de Cardó –Miravet

Diumenge 28 de març

Itinerari:

Caminadors: convent balneari de Cardó, ermita de Sant Simeó Estilita (la Columna), creu de Santos (Xàquera), ermita de Sant Onofre i convent balneari de Cardó. A la tarda, tots farem una visita guiada al castell de Miravet.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Desnivells: +314 m / -314 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapes i informació: *Cardó* (Ed. Piolet); *Caminant per la serra de Cardó*, de Joan Fornós, 2006; *El castell de Miravet*, d'A. Bladé, 2008.

Inscripció: 10 de març.

Lloc de trobada: rda. Universitat, 11/Balmes a 1/4 de 8 del matí.

Viatge: amb autocar.

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

Organització: Secció de Muntanya.

Excursions científiques

Recerca botànica al Montseny

Diumenge 8 de març

Sortida de treball de camp al Montseny pel projecte Cartografia corològica de les espècies bioindicadores.

Inscripció: els interessats a participar en aquest projecte de recerca botànica heu d'adreçar-vos als directors científics.

Directors científics: Valentí González i Josep Nuet.

Organització: Secció de Geografia i Ciències (ERB del GEB Ramon Pujol i Alsina).

Excursió a la riera de Merlès

i el santuari de la Quar

Diumenge 8 de març

Excursió relacionada amb la conferència «El treball dels rius per obrir camí», del Dr. Joaquim Farguell, de l'Agència Catalana de l'Aigua.

Itinerari: cobert de Puigercós, riera de Merlès, santuari de la Quar.

Objectiu: observació del treball de la riera que han esculpit les roques durant segles de treball constant.

Temps de camí: Itinerari curt: + - 3 hores i 1/2, anada i tornada.

Desnivells: + 400 m / - 400 m.

Dificultat: Itinerari curt: * molt fàcil. Itinerari llarg: ** fàcil.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivade-neyra a 1/4 de 8 del matí. Parada opcional a Fabra i Puig.

Inscripció: del 23 de febrer al 5 de març.

Vocal: Jordi Canosa.

Organització: Secció de Geografia i Ciències.

BTT

Aiguafreda i pla de la Calma

Diumenge 8 de març

Itinerari: Aiguafreda, riera del Pujol, font d'en Vinyes, el Pujol, serra d'Ussà, coll Formic, el Cafè, l'Agustí, Bellver, collet de Sant Martí, Puig-agut, collet de Montcau i Aiguafreda.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Quilòmetres: 40.

Vocal: Daniel Gálvez.

Organització: Secció de BTT.

Vies verdes de Zafán i Terra Alta

Dissabte 21 i Diumenge 22 de març

Itinerari:

Dissabte: Valdealgofra, Vall-de-roures (35 km).

Diumenge: Vall-de-roures, Pinell de Brai (40 km).

Dificultat: * molt fàcil.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Josep Lluís Escobedo.

☎ 695 357 962 jep@gisa.cat /Xavier Bartra ☎ 619 361 81 zxbart@hotmail.com.

Organització: Secció de BTT / Comissió d'Infants.

Cascadisme

Cascades de Ceillac

(Alps francesos)

Dissabte 14 i diumenge 15 de març

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Organització: Companyia de Guies.

Escalada

Aresta Est roca Regina

Dimarts 24 i dissabte 28 de març

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Organització: Companyia de Guies.



Agenda març 2009

Dates	Organització	Tipus d'activitat	Activitat (lloc / horari / a cura de, vocals)
Diumenge 1	Esquí nòrdic	ESQUÍ NÒRDIC	Esquí nòrdic a Tuixén i marxa de l'Arp.
Diumenge 1	Muntanya	EXCURSIÓ **	Volta a la roca Canalda. Vocals: Pepe Guajado i Montse Giménez.
Diumenge 1	Secció de Fotografia	SORTIDA CULTURAL	Castell de Boixadors de Sant Pere de Sallanera / Sant Martí Sesgueioles. Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada.
Diumenge 1	Esport Adaptat	ESQUÍ	Sortida a Tuixén per practicar l'esquí de fons.
Dilluns 2	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Videotertúlia. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimarts 3	Barrancs GDE	XERRADA	Reequipaments II. A l'aula Artur Osona a les 8 del vespre, a cura de Ricard Doderó.
Dimarts 3	Centre	CONFERÈNCIA	«Seguretat i sinistralitat dels accidents d'esquí.» A cura del Dr. Josep Maria Figueres. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimecres 4	Geografia i Ciències	PROJECCIÓ	«La mirada d'un geògraf. Vida i viatges de Gonçal de Reparaz.» A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimecres 4, 11, 18 i 25	Geografia i Ciències ERB	LABORATORI	Sessió de treball al laboratori. A partir de 2/4 de 7 del vespre.
Dijous 5	Càmping	EXCURSIÓ **	De Santa Maria de Martorelles al Castell de Sant Miquel. Vocals: Jorge Torcal i Josep M. Batlle.
Dijous 5	Càmping	REUNIÓ	Reunió informativa i de preinscripció als campaments de vacances. A les 8 del vespre a la sala d'actes.
Dissabte 7	Història i Art	SORTIDA CULTURAL	Olot. Vocal: Mercè Falcó.
Dissabte 7 i Diumenge 8	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Puig de Balandrau, vessant nord-oest pel corredor o via Nani. Vocal: Joan Ramon Montes.
Dissabte 7 i Diumenge 8	Muntanya	ESQUÍ DE MUNTANYA ****	Tuc de Molieres. Vocal: Alex Montoliu.
Diumenge 8	Esquí nòrdic	ESQUÍ NÒRDIC	Sortida d'esquí nòrdic a Tuixén amb pares i fills.
Diumenge 8	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Rasos de Tubau. Vocals: Mateu Espinal i Pilar Casals.
Diumenge 8	Muntanya	EXCURSIÓ *	GR3 7a etapa: Cardona-Clariana de Cardener. Vocal: Ignasi Nadal.
Diumenge 8	Bicicleta de Muntanya	BTT	Aiguafreda-pla de la Calma. Vocal: Daniel Galvez.
Diumenge 8	Geografia i Ciències	EXCURSIÓ	Sortida a la riera de Merlès i santuari de la Quar. A cura del Dr. Joaquim Farguell. Vocal: Jordi Canosa.
Diumenge 8	Geografia i Ciències ERB	TREBALL DE CAMP	Sortida al Montseny. Vocals: Valentí González i Josep Nuet.
Dilluns 9	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	51 Certamen de vídeos. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dimarts 10	Barrancs GDE	AUDIOVISUAL	Creta. A les 8 del vespre a la sala d'actes. A cura de Damià Pérez.
Dimecres 11	Geografia i Ciències	PROJECCIÓ- CONVERSA	«Argentina andina: tres ciutats i les cançades dels Andes». A 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona. A cura de Dora Serra.
Dimecres 11	Atenció al soci	DANSES	Country. 1r grup a 2/4 de 8; 2n grup a 2/4 de 9 del vespre. A cura de la professora Neus.
Dijous 12	Geografia i ciències	CONFERÈNCIA	«El problema dels residus i la seva gestió a Catalunya». A cura d'Oscar Pérez, del CEPA. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.
Dijous 12	Cinema i Vídeo	REUNIÓ	Reunió informativa de socis de Cinema i Vídeo. A 2/4 de 8 del vespre a l'aula de la secció.
Dijous 12	Càmping	SORTIDA CULTURAL	Vista la Museu Monjo i la mina Vella a Vilassar de Mar. Vocal: Josep M. Batlle.
Dissabte 14	Història i Art	EXCURSIÓ ***	Camí de les ermites de Falset. Vocal: Vicenç Peig.
Dissabte 14	Esport Adaptat	NATACIÓ	Concentració de promeses al CAR de Sant Cugat.
Dissabte 14 i diumenge 15	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Cap de Reguera (2.796 m). Vocal: Francesc X. Gregori.
Dissabte 14 i diumenge 15	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Feixans d'Arcalís i pic de Tristaina. Vocals: Dolors Gurri i Emili Rissech.
Diumenge 15	Muntanya	EXCURSIÓ ***	GR1 6a etapa: Sant Pau de Segúries-Ripoll. Vocals: Joaquim Sánchez i Lluís Rotllan.
Diumenge 15	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Mola d'Estat. Vocals: Josep Pérez i Manel Canales.
Diumenge 15	Història i Art GER	EXCURSIÓ **	IV Cicle Lloses i pedra en sec: Olesa de Bonesvalls. Vocal: August Bernat.
Diumenge 15	Geografia i Ciències ERB	EXCURSIÓ *	Les Altes de Segúries. Vocals: Jordi Canosa i Glòria Valls.



Activitats

Diedre Blanqueta

Dimarts 21 i dissabte 25 d'abril
Inscripció: del 21 de març al 17 d'abril.

Organització: Companyia de Guies.

Espeleologia

Avenc de Sant Marçal

Dissabte 28 de març

Temps de l'activitat: tot el dia.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Jordi Martínez.

Organització: Secció de Barrancs (GDE).

Esquí

ESQUÍ NÒRDIC

Marxa de l'Arp a Tuixén-Lavansa

Diumenge 1 de març

Sortida d'un dia a Tuixén. Possibilitat

de participació a la marxa de l'Arp.

Viatge: amb autocar i cotxes particulars.

Vocals: Imma Borrell

Organització: Secció d'Esquí Nòrdic.

Tuixén-Lavansa

Diumenge 8 de març

Sortida d'esquí nòrdic dirigida a pares

amb fills. Es faran dos curssets paral·lels,

un pels pares i un altre per als nens.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Imma Borrell.

Organització: Secció d'Esquí Nòrdic /
 Comissió d'Infants.

Sortida social a Beret

Dissabte 28 i diumenge 29 de març

Se sortirà al matí del dissabte per arribar

al pla de Beret cap a les 12 del migdia. A

primera hora de la tarda es faran curssets

paral·lels, un per a adults i un altre per a

infants. El diumenge es podrà participar

a la marxa Naut Aran, a on es farà una

classificació social per als socis.

Estada: Xalet de Salardú.

Viatge: amb autocar i cotxes particulars.

Vocals: Xavier Bartra, Imma Borrell

Organització: Secció d'Esquí Nòrdic /
 Comissió d'Infants.

ESQUÍ DE MUNTANYA

Tuc de Molières

Dissabte 7 i diumenge 8 de març

Itinerari: tuc de Molières (per la boca
 sud Túnel de Viella).

Temps de camí: 8 h.

Desnivells: +1.400m / -1.400 m.

Dificultat: **** cal experiència.

Estada: Refugi de Conangles (MP).

Mapa: *La Ribagorça* (Editorial Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Alex Montoliu.

Organització: Secció de Muntanya.

Pic de Montmalús (Andorra)

Diumenge 15 de març

Itinerari: Grau Roig, coll de Montmalús,

pic de Montmalús.

Temps de camí: 4 h.

Desnivell: +780 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Organització: Companyia de Guies.

Aneto

Dissabte 28

i diumenge 29 de març

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Organització: Companyia de Guies.

Montsaliente

Dissabte 4 al dilluns 6 d'abril

Itinerari:

Dia 4: Arribada al Refugi de Gerdar

Dia 5: Montsaliente, per la vall de Caba-

nes, Comade l'Abeller, Refugi d'Amitges.

Dia 6: Refugi d'Amitges, coll d'Amitges,

vall de Gerber.

Temps de camí: 8h (dg.) / 5 h (dl.).

Desnivells: +1.800 m / -700 m /

+400 m / -1.000 m.

Estada: Refugi de Gerdar (ds.); Refugi

d'Amitges (dg., MP).

Dificultat: **** cal experiència.

Mapa: *Aigüestortes, Vall d'Aran* (Edito-

rial Alpina).

Reunió: dijous 2 d'abril a 2/4 de 10 del

vespre.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Manuel Parrado.

Organització: Secció de Muntanya.

Vinhamala

Dissabte 11 i diumenge 12 d'abril

Inscripció: del 11 de març al 31 d'abril.

Organització: Companyia de Guies.

Travessa de la Silvretta

Dijous 9 a dilluns 13 d'abril

Inscripció: del 9 de març al 1 d'abril.

Organització: Companyia de Guies.

Chamonix - Zermatt

Dilluns 30 d'abril

a diumenge 3 de maig

Inscripció: del 30 de març al 15 d'abril.

Organització: Companyia de Guies.

Campaments de muntanya

Dijous 5 de març

A les 8 del vespre a la sala d'actes. Prime-

ra reunió dels que estigueu interessats en

assistir als campaments de vacances.

Informarem del treball fet per l'equip

organitzador, els llocs escollits, la forma

de fer la preinscripció, la data de les altres

reunions, els preus aproximats, etc. És

molt important assistir a aquesta primera

trobada per poder estar al corrent de les

novetats d'enguany.

Organització: Secció de Càmping.

ACTIVITATS CULTURALS

Sortides culturals

Excursió a l'Anoia

Diumenge 1 de març

Itinerari: Sant Pere Sallavinera, visita

del castell de Boixadors i la població de

Sant Martí Sesgueioles.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivade-

neyra a 3/4 de 8 del matí.

Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada.

Organització: Secció de Fotografia.

Olot

Dissabte 7 de març

Visita comentada al Museu dels Sants,

l'estudi del pintor Marià Vayreda i pas-

seig guiat des de la casa natal del pin-

tor fins als prats de la font Moixina.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivade-

neyra, a 1/4 de 8 del matí.

Inscripció: fins al 5 de març.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

Organització: Secció d'Història i Art.

Bollywood

Dimecres 15 d'abril

A les 9 del vespre l Teatre Tivoli. Tenim

20 entrades (1r pis, files 2 i 3) per

veure l'espectacle que ens ve de l'Índia,

que ja va tenir molt d'èxit a Barcelona.

Activitats

Lloc de trobada: Teatre Tívoli a 2/4 de 9 del vespre.

Inscripció: 1 de març.

Preu: 25 €.

Organització: Atenció al Soci.

Fundació Godia

Divendres 20 de març

Visita comentada a la nova seu de la Fundació Godia, la casa Garriga-Nogués i a l'exposició antològica de la col·lecció més completa que s'ha presentat.

Lloc de trobada: a la porta de la Fundació (Diputació, 250), a 3/4 de 5 de la tarda.

Inscripció: a partir del dia 9 de març.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

Organització: Secció d'Història i Art.

Bosc i masos de Granera

Diuenge 22 de març

Itinerari: Granera, el Castellar, la Manyosa, font Canaleta, riera del Marcet, la Sala de Sant Llogari, Vila-rúbia, barraca del Pastor (1887), forn Obrat, el Girbau, Granera.

Temps de camí: 4 h 30 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: Balmes/Bergara, a les 7 del matí.

Inscripcions: del 5 al 19 de març.

Vocal: Jordi Lucea ☎ 934 200 927.

N.B.: Cal dur esmortzar i calçat còmode i bastons.

Organització: Secció d'Història i Art.

Sortida de dibuix i pintura

Diuenge 22 de març

Lloc: Jardins de Mn. Cinto Verdaguer (Barcelona).

Vocal: Francesca Valls ☎ 932 374 659

Organització: Secció d'Història i Art (Grup Miquel Farré).

Sorolla, visió d'Espanya, al MNAC

Dimarts 24 de març

Visita comentada a l'exposició.

Lloc de trobada: a la porta del MNAC, a 3/4 de 5 de la tarda.

Inscripcions: del 9 al 20 de març.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

Organització: Secció d'Història i Art.

Casa Museu de Pau Casals

Dissabte 28 de març

Visita a la Casa Museu de Pau Casals a Sant Salvador (el Vendrell), passejada pel passeig marítim fins a Coma-ruga, visita al riu i l'estany d'aigües ter-

mals, i dinar. A la tarda, visitarem el poble de Sant Vicenç de Calders i la Premsa de Lliura de l'any 1853.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivadeneira a 3/4 de 9 del matí.

Inscripció: del 9 al 26 de març.

N.b.: el preu inclou el viatge amb autocar, les entrades a la Casa Museu de Pau Casals, el dinar i la visita a la Premsa de Lliura de Sant Vicenç de Calders.

Vocal: J. M. Martínez-Moro

☎ 679 888 881.

Organització: Secció d'Història i Art.

Tarragona, Ruta Modernista Jujol

Dissabte 18 d'abril

Itinerari: Teatre Ectropoli, casa Ximenes, capella de l'església de Sant Francesc, cambril del convent dels pares Carmelites i l'església de Sant Llorenç.

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

Viatge: amb autocar.

Inscripció: del 30 de març al 16 d'abril.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

Organització: Secció d'Història i Art.

Passejades

El parc de la Guineueta (Verdverd)

Divendres 20 de març

Temps de camí: 2 h.

Dificultat: ** fàcil.

Inscripcions: del 12 al 19 de març.

Lloc de trobada: metro L3, estació Roquetes (sortida c/ Torres) a les 10 del matí.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

Organització: Secció d'Història i Art.

Els verds de Gaudí a la Sagrada Família (Verdverd)

Divendres 3 d'abril

Visita guiada i comentada per Anna Valverde.

Temps de camí: 2 h.

Dificultat: * molt fàcil.

Viatge: metro L-2, L-5, estació i sortida Sagrada Família, a les 10 del matí.

Inscripció: del 25 de març al 2 d'abril.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

Organització: Secció d'Història i Art.

Visites a museus i exposicions

Vista la Museu Monjo i la mina Vella a Vilassar de Mar

Dijous 12 de març

Visita al Museu Monjo d'escultura i a la mina Vella. Dinar opcional al restaurant.

Viatge: Renfe 9:17 (pl. Catalunya) i arriba a Vilassar a les 9:48.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a l'estació de Renfe de Vilassar de Mar.

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

Organització: Secció de Càmping.

ACTIVITATS TURÍSTIQUES

Viatges

Viatge de Setmana Santa a Àlaba Del 9 al 13 d'abril

Itinerari:

Dijous 9: Barcelona, Saragossa, Alfaro (dinar), Laguardia i Vitoria.

Divendres 10: Vitoria, visita i dinar. A la tarda Trespuentes i Armentia.

Dissabte 11: Vitoria, Añana, Vilanañe, Amurrio (visita i dinar), Quejana i Artziniega.

Diuenge 12: Vitoria, Stro. Estibaliz, Korres, parc natural de Izki, San Román de Campezo, Santa Cruz de Campezo (dinar), Salvatierra i Egulaz.

Dilluns 13: Vitoria, Peñacerrada (visita), Tudela (dinar) i Barcelona.

Viatge: amb autocar.

Inscripció: del 2 de febrer al 2 d'abril.

Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada.

Organització: Secció de Fotografia.

ACTIVITATS D'ESPORT ADAPTAT

Natació

Dissabte 14 de març

Concentració de promeses al CAR de Sant Cugat

Divendres 20

al diuenge 22 de març

Campionat d'Espanya d'Hivern per Autonomies

Lloc: Múrcia.

Dissabte 28 de març

Entrenament a la piscina Sant Jordi

Esquí

Diuenge 1 de març

Sortida d'esquí de fons a Tuixén

Viatge: amb cotxes particulars.



Activitats

ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL

ACTES INSTITUCIONALS

Acte del centenari de l'arxiu fotogràfic

«Ignasi Canals i Tarrats, un altre rescabament històric pendent»

Conferència i presentació de l'exposició Dijous 26 març

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. Conferència a càrrec de Josep Maria Cuenca, llicenciat en Geografia i Història i escriptor. Cap a la fi de la dècada de 1910 un grup de muntanyencs esdevenen pioners en l'àmbit del pirineisme. Ignasi Canals i Tarrats és un dels integrants del grup en qüestió que, a més, va fotografiar sistemàticament totes les activitats muntanyenques en què va participar. La qualitat estètica de la seva obra és perfectament comparable amb la dels millors fotògrafs de muntanya de l'Europa del seu temps.

Organització: Àrea Documental.

Homenatge a Josep M. Garrut i Romà Dimarts 31 de març

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes del Centre es retrà homenatge a Josep M. Garrut, president d'Honor de la Secció d'Història i Art, traspasat recentment. Coneixerem la seva personalitat i les seves activitats polifacètiques.

Participaran a l'acte Lluís Bonet i Armengol, president de l'Acadèmia de Belles Arts Sant Jordi; Joan Bassegoda i Nonell, director de la Càtedra Gaudí, i Agustí Térmens i Molins, president de l'Associació de Pessebristes de Barcelona. Presidirà l'acte Josep M. Puente.



Organització: CEC / Secció d'Història i Art.

CONFERÈNCIES / AUDIOVISUALS / VIDEOREPORTATGES

«100 anys d'esquí a Catalunya: 1908-2008»

Dimarts 3 de març

Conferència a cura del Dr. Josep M. Figueras. Dins dels actes dels 100 anys d'esquí a Catalunya (1908-2008) tindrà lloc a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes una conferència sobre la seguretat i la sinistralitat dels accidents d'esquí, on s'analitzaran els sistemes i materials, les estadístiques i l'evolució d'aquest material en matèria de seguretat.

Organització: Secció d'Esquí.

Monogràfic de reequipaments II Dimarts 3 de març

A l'aula Artur Osona a les 8 del vespre a càrrec del vocal Ricard Doderó.

Organització: Secció de Barrancs (GDB).

«La mirada d'un geògraf. Vida i viatges de Gonçal de Reparaz» Dimecres 4 de març

A 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona. Reportatge produït per MANUAL i coproduït per TV3. G. de Reparaz va ser un soci molt actiu del CEC, especialment de la Secció de Geografia. Col·laborador de Pau Vila, escrigué, sempre en català, algunes obres importants sobre la nostra geografia. Al final de la guerra hagué d'exiliar-se a França, i més tard es traslladà al Perú amb un projecte de col·laboració científica. Va fer importants descobriments geogràfics.

Organització: Secció de Geografia i Ciències.

«Creta»

Dimarts 10 de març

Audiovisual sobre l'illa de Creta a la sala d'actes a les 8 del vespre. A cura de Damià Pérez.

Organització: Secció de Barrancs (GDB).

«Argentina andina: tres ciutats i les cañadas dels Andes»

Dimecres 11 de març

Projecció i conversa a cura de Dora Serra. A 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona.

Organització: Secció de Geografia i Ciències.

«El problema dels residus i la seva gestió a Catalunya» Dijous 12 de març

Conferència cicle «Grans temes de les ciències naturals». A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes a cura d'Oscar Pérez, del Centre d'Ecologia i Projectes Alternatius CEPA Ecologistes de Catalunya. Una mirada científica i crítica sobre un greu problema de gran actualitat.

Organització: Secció de Geografia i Ciències.

Tècniques d'espeleologia Dimarts 17 de març

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

Organització: Secció de Barrancs (GDE).

«Els castanyers: una visió de la importància d'aquest arbre a casa nostra» Dimecres 18 de març

Conferència cicle «Grans temes de les ciències naturals». A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes a cura de J. M. Panareda i E.Orús. El castanyer és un arbre introduït al nostre país des de fa molts segles, del qual s'aprofitava la fusta i el fruit, que constituïen un element bàsic en l'economia d'algunes zones del nostre país.

Organització: Secció de Geografia i Ciències.

Verdaguer i l'Alt Pallars Dijous 19 de març

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. Aquest any fa 125 anys que Jacint Verdaguer va llegir a la sala d'actes del CEC la crònica de la seva excursió a l'Alt Pallars i la poesia *l'Heura*, que va dedicar als excursionistes. Recordarem aquest fet amb un acte on intervindran Narcís Garolera, professor de filologia catalana a la Universitat Pompeu Fabra, un dels millors especialistes en l'obra de Verdaguer, i Bernat Gasull, autor de la guia: *Les ascensions de Verdaguer al Pirineu*. Presidirà l'acte Josep M. Puente.

Organització: Secció d'Història i Art.

Vernet ens presenta les seves activitats Dimarts 24 de març

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

Activitats

Gloria Soler ens explicarà el programa d'activitats muntanyenques del poble de Vernet per al proper estiu. Després hi haurà un refrigeri per a tots els assistents amb productes de les comarques de la Catalunya del Nord.

Organització: CEC

EXPOSICIONS

XXXVII Concurs social de fotografia artística en B/N

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

Organització: Secció de Fotografia.

CONCURSOS

XXII Concurs social de temes obligats

Resultat del concurs corresponent al tema «vitralls», segons la decisió del jurat, del dia 29 de gener:

Apartat B/N:

Foto *Cúpula* de Roser Romaní (5 punts), guanyadora de l'apartat.

Apartat paper color:

Foto *Sinfonia amb blau* de Neus Sánchez (6 punts), guanyadora de l'apartat.

Apartat diapositives:

Foto *Modernista* de Roser Romaní (5,6 punts), guanyadora de l'apartat.

Recordem a tots els socis interessats en participar en aquest concurs que el tema corresponent als mesos de març i abril és «el monestir de Sant Benet de Bages». D'acord amb les bases, s'hi pot

presentar una fotografia en B/N, una en color i una diapositiva en cada apartat. Les mides de les fotografies seran d'un mínim de 10 x 15 cm i un màxim de 18 x 24 cm i la diapositiva 24 x 36 mm. Admissió de fotos fins al 21 d'abril.

Organització: Secció de Fotografia.

I Concurs de Fotografia de la revista *Muntanya*

Acte de lliurament de premis

Dimecres 1 d'abril

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

CATEGORIA MUNTANYA

Guanyador: Borja Bouza Badenes.

Finalista: Pere Font Ruiz.

Organització: Revista Muntanya

SESSIONS DE LABORATORI

Recerca botànica

Dimecres 4, 11, 18 i 25 de març

A partir de 2/4 de 7 del vespre. Sessions de treball al laboratori, per a determinar les plantes recol·lectades en les sortides de treball de camp.

Directors científics: Valentí González i Josep Nuet.

Organització: Secció de Geografia i Ciències (ERB del GEB Ramon Pujol i Alsina).

ACTIVITATS MUSICALS I DANSES

Country

Dimecres 11 i dimecres 25 de març

A 2/4 de 8 del vespre el 1r grup (principiants) i a 2/4 de 9 2n grup (repetidors).

Lloc de trobada: sala del 1r pis.

Vocals: Pepa Igartua / professora Neus.

Inscripció: 9 de febrer.

Preu: 6 € (les dues sessions).

Organització: Atenció al Soci.

Trobada mensual per a cantar

Dijous 26 de març

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

Vocals: Robert Hajar i Roser Castelló.

Organització: Secció d'Història i Art (Bagatge de cançons).

ACTIVITATS DE CINEMA

Videotertúlia

Dilluns dia 2 de març

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. Reunió per projectar aquells vídeos que els nostres amics ens aportin, per tal de comentar-los entre tots.

Organització: Secció de Cinema i Vídeo.

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

Dilluns dia 9 de març

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. Lectura del veredict, lliurament de premis i projecció d'una selecció de les obres guardonades.

Organització: Secció de Cinema i Vídeo.

Reunió informativa de socis de Cinema i Vídeo

Dijous dia 12 de març

A 2/4 de 8 del vespre a l'aula de la secció.

Organització: Secció de Cinema i Vídeo.



UN NOU LLIBRE SOBRE FLORA I VEGETACIÓ A L'ALTA MUNTANYA

Ja és a la venda el llibre *L'alta muntanya catalana: flora i vegetació*, del nostre consoci Josep Vigo, coeditat pel CEC i l'Institut d'Estudis Catalans. La primera edició del llibre, l'any 1976, va tenir molt bona acceptació, raó per la qual, des de fa anys, estava totalment exhaurida.

El preu de venda és de 41 € per als socis del CEC i 55 € per als no socis.

Llibre a la venda a l'àrea d'atenció al soci.



Activitats

La ciutat cremada

Dilluns dia 16 i 23 de març

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. Amb motiu del centenari dels fets de la Setmana Tràgica, projectarem en dues parts aquest film d'Antoni Ribas. Francesc Olivé en farà la presentació històrica.

Organització: Secció de Cinema i Video.

El misteri del Nil,

de Jordi Llompart

Dimecres 25 de març

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. Presentació a cura de Víctor Riverola, en el marc del cicle pel·lícules sobre el canvi climàtic.

Organització: Atenció al Soci.

Taller de vídeo

Dijous dia 26 de març

De 7 a 9 del vespre a l'aula de la secció. Per als interessats amb millorar les seves realitzacions amb el programa Studio.

Organització: Secció de Cinema i Video.

Mon oncle, de Jacques Tati

Dilluns dia 30 de març

A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. Tati va reflexionar en clau d'humor sobre les relacions home-màquina. El 2007 es complien cent anys del seu naixement, i el 2008 el cinquantenari del film *Mon oncle*, considerat per molts el millor del còmic. Pere Parera farà la presentació.

Organització: Secció de Cinema i Video.

Inscripció: del 23 de febrer al 23 de març.

Preus: Socis: 270 €. No socis: 355 €.

Durada: 42 hores, 2 h teòriques i 40 h pràctiques.

PROGRAMA:

Sessió informativa

• Dijous 2 d'abril

Reunió informativa i presentació de l'estada. A les 20 hores a l'aula Pompeu Fabra.

• 9, 10, 11, 12 i 13 d'abril

(estada a les Calanques de Marsella)

• 9 d'abril:

Sortida de Barcelona.

• 10, 11, 12 d'abril:

escalada de vies a les Calanques. Posada en pràctica de totes les tècniques i recursos apresos el cap de setmana anterior. Pràctica en vies d'artificial.

• 13 d'abril:

escalada d'una via curta pel matí o bé escalada esportiva i viatge de tornada a Barcelona.

CURSOS DE FORMACIÓ

Organització: Escola de Muntanya.

INFORMACIÓ GENERAL

L'Escola de Muntanya (EMCEC) continua el procés de reconeixement dels aspirants, socis del CEC, que vulguin participar del projecte formatiu en qualitat d'instructors. El procés de reconeixement consta de cinc etapes:

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

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

Escalada en roca

1. Sol·licitud i currículum: 27/03/09.
2. Examen teòric: 21/4/09.
3. Capacitació tècnica: a concretar amb els sol·licitants.

Vies ferrades

1. Sol·licitud i currículum: 27/3/09.
2. Examen teòric: 21/4/09.
3. Capacitació tècnica: a concretar amb els sol·licitants.

Alta muntanya (excursionisme)

1. Sol·licitud i currículum: 27/3/09.
2. Examen teòric: 21/4/09.
3. Capacitació tècnica: a concretar amb els sol·licitants.

Descens d'engorjats

1. Sol·licitud i currículum: 27/3/09.
2. Examen teòric: 21/4/09.

3. Capacitació tècnica: a concretar amb els sol·licitants.

Les localitzacions de les proves de capacitació tècnica així com les dates del psicotècnic i de l'entrevista personal es comunicaran als interessats en el moment oportú. Per a qualsevol altra informació no dubteu en posar-vos en contacte amb l'EMCEC.

Tècniques d'encordament per glàcera

Del 30 de març

al 5 d'abril

Inscripció: Del 2 al 23 de març.

Preus: Socis: 80 €. No socis: 100 €.

Durada: 18 hores, 2 h teòriques i 16 h pràctiques.

Teòriques:

• Dilluns 30 de març

Presentació del curs. Terrenys de joc. Material bàsic

Pràctiques:

• Dissabte 4 i diumenge 5 d'abril

Tipus d'encordament i circulació per glaciària. Progressió per corda fixa. Tècniques bàsiques d'autorescat en esquerdes. Actuació davant d'un accident.

Estada d'escalada en roca a les Calanques de Marsella

Del 9 al 13 d'abril

Curs de progressió i seguretat en vies ferrades

Del 15 al 29 d'abril

Inscripció: del 2 al 31 de març.

Preus: Socis: 170 €. No socis: 220 €.

Durada: 38 hores, 6 h teòriques i 32 h pràctiques.

Teòriques:

• Dimecres 15 de maig

Presentació del curs. Història de les vies ferrades. Equipament i material.

• Dimecres 22 de maig

Tècniques de progressió i seguretat. Ressenyes i simbologia.

• Dimecres 29 de maig

Repàs, test i cloenda.

Pràctiques:

• Dissabte 18 i diumenge 19 de maig

V.F. Tossal Aixovall i V.F. Roc d'Esquers (Andorra).

• Dissabte 25 i diumenge 26 de maig

V.F. Santo Cristo i V.F. Espolón de la Virgen (Aragó).

Curs d'escalada esportiva. Nivell 1

Del 16 al 30 d'abril

Inscripció: Del 9 de març al 9 d'abril.

Preus: Socis: 190 €. No socis: 230 €.

Durada: 38 hores, 6 h teòriques i 32 h pràctiques.

Teòriques:

• Dimecres 16 d'abril

Presentació del curs. Material i equip per l'escalada esportiva.

Activitats

• Dimecres 23 d'abril

Tècniques de seguretat i progressió en vies equipades d'un llarg de corda.

• Dimecres 30 d'abril

Lectura i confecció de ressenyes, simbologia. Repàs, test i cloenda.

Pràctiques:

• Dissabte 18 i diumenge 19 d'abril

Solius. Granit de plaques ajagudes, pura adherència Moià - Montbrú. Calcarí desplommat, escalada atlètica.

• Dissabte 25 i diumenge 26 d'abril

Margalef de Montsant. Conglomerat de forats, una escaleta

Perfeccionament tècnic d'iniciació a l'alpinisme

Del 16 al 18 d'abril

Inscripció: del 16 de març al 8 d'abril.

Preus: Socis: 65 €. No socis: 85 €.

Durada: 10 h, 2 h teòriques i 8 h pràctiques.

Teòrica:

• Dijous 16 d'abril

Preparació, planificació i organització de la sortida amb el guia. Pautes bàsiques de seguretat.

Pràctiques tutelades:

• Diumenge 18 d'abril

Canal Vermicelle (Cambredase).

Curs de formació interna i actualització de coneixements per a vocals. Curs. 2

Del 20 d'abril al 17 de juny

Inscripció: Del 2 al 31 de març.

Preus: gratuït per tots els vocals del CEC.

Durada: 25 h.

PROGRAMACIÓ:

SEGURETAT A LA MUNTANYA

• Dilluns 20 d'abril

Perills derivats d'agents atmosfèrics, de desprendiments, del medi que ens envolta i de la persona. 1a. part.

• Dimecres 22 d'abril

Perills derivats d'agents atmosfèrics, de desprendiments, del medi que ens envolta i de la persona. 2a. part.

• Dimecres 29 d'abril

Actuació en cas d'accidents. Evacuació amb helicòpter.

PRIMERS AUXILIS

• Dilluns 4 de maig

Aspectes bàsics de l'atenció sanitària immediata. Lesions derivades de la pràctica esportiva.

• Dimecres 6 de maig

Situacions derivades de l'activitat. Situacions excepcionals

• Dimecres 13 de maig

Petites malalties. Farmaciola.

LEGISLACIÓ

• Dilluns 18 de maig

Legislació esportiva. Legislació sobre activitats en el medi natural.

• Dimecres 20 de maig

Legislació sobre tècnics. Assegurança del CEC.

TÈCNICA

• Dimecres 27 de maig

Tècniques de progressió.

• Dilluns 1 de juny

Tècniques d'orientació i cartografia.

• Dimecres 3 de juny

El GPS.

DINÀMICA DE GRUPS

• Dimecres 10 de juny

Conducció de grups.

• Dilluns 15 de juny

Psicologia del grup.

• Dimecres 17 de juny

Cloenda del curs.

Taller pràctic de mecànica de bicicletes

Del 18 març al 15 d'abril

Primera sessió: taller de mecànica bàsica. Treballarem el diagnòstic de la nostra bici, tipus de bicis i aspectes ergonòmics, accessoris per a una circulació segura, eines necessàries, manteniment bàsic: oliar, estat de les rodes (inflat i coberta), frens i funcionament del canvis. Veurem com reparar bé una punxada. No cal que porteu la bici.

Tres sessions posteriors: taller de mecànica avançada. Adaptarem els continguts a la mida de les vostres necessitats. Porteu la bici per posar en practica els continguts treballats.

Dates: 18 i 25 de març, 1 i 15 d'abril

Horari: dimecres tarda de 20 a 22 h

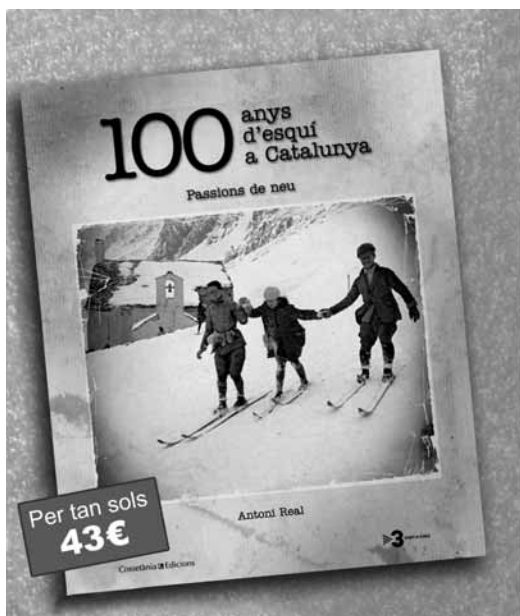
Lloc: CEC

Inclou: tallerista, eines bàsiques i específiques, bicicleta per a explicacions, eines per a la pràctica, fitxa per al diagnòstic de la bicicleta. Les bicicletes les portaran els alumnes, els preus no inclouen materials de recanvi.

Màxim: 14-15 places.

Final de la inscripció: 1 de març.

Organització: Secció de BTT.



¿Vols un bon regal? El CEC et dona moltes pistes.

REGALA CEC

El llibre *100 anys d'esquí a Catalunya*.

Passions de neu et convida a 15 dies d'esquí de franc a les millors pistes catalanes

Demana'l a l'Àrea d'atenció al soci.

* Forfets d'un dia gratuïts a les estacions relacionades. Disponibilitat subjecta a la comunicació de l'ACEM.

15
forfets* de regal
amb la compra
d'aquest llibre

**VALOR TOTAL
APROXIMAT 400€**



Centre Excursionista de Catalunya
Paradís, 10 i 12 - 08002 Barcelona

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 informació a www.cec.cat/guies

L'ASSEGURANÇA DEL SOCI DEL CEC

Tots els socis del CEC al corrent de pagament estan coberts per aquestes assegurances.

ACTIVITATS COBERTES

- Excursionisme
- Senderisme
- Bicicleta de muntanya
- Alpinisme
- Esquí de muntanya
- Esquí, esquí de fons, telemark
- Snowboard, raquetes de neu
- Escalada, vies ferrades
- Descens de barrancs
- Campaments
- Espeleologia
- Cursos de formació de l'Escola de Muntanya
- Curses de muntanya i marxes a peu
- Participació a proves i competicions

RESPONSABILITAT CIVIL

- 60.000 € per sinistre i assegurat (fins a 300.000 € en cas de concurrència d'assegurats).
- A tot arreu des que se surt de casa.
- Sense límit d'edat.
- Defensa jurídica: advocats, fiances...
- Àmbit: tot Europa.
- Franquícia: 300 €.

DESPESES MÈDIQUES / ACCIDENTS

- Il·limitada en centres concertats.
- Fins a 6.000 € en centres de lliure elecció.
- Assistència sanitària mèdica, farmacèutica, hospitalització, trasllats i rescats.
- Incapacitat permanent: 4.000 €.
- Mort : 3.000 €.
- Àmbit: tot el món.
- Franquícia de 60 €.

Els socis més grans de 75 anys, i fins als 80, queden coberts per l'activitat de senderisme pagant 7 € anuals.

ASSEGURANÇA DE VIATGE (OPCIONAL)

- 30.100 € Responsabilitat civil (activitats pòlissa assistència viatge)
- Fins a 12.000 € despeses mèdiques a l'estranger, i 900 € a Espanya, amb franquícia de 50 €.
- Trasllat sanitari de malalts i ferits amb acompanyant.
- Enviament de medicaments i documents personals.
- 600 € en pèrdua, danys o demora d'equipatge.
- 600 € per anul·lació de viatge justificada o pèrdua de connexió de vols.
- Prolongacions en estades d'hotel fins a 60 €/dia.
- A partir de 35 km de la vivenda habitual.

Sortides guiades

Excursions temàtiques
Excursions familiars
Excursions per a gent gran

Escalades
Descens d'engorjats
Espeleologia
Alpinisme
Vies ferrades