



butlletí

per als socis
gener 2010

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

El CEC millora els seus equipaments

Aquest any 2010 el Centre Excursionista de Catalunya durà a terme una important modificació i millora d'alguns espais de la seva seu, especialment a les plantes 2a, 5a i 6a del carrer Paradís 12.

D'una banda, a la planta 2a es modificarà la sala de lectura de la Biblioteca del CEC per donar cabuda a dependències dels personal de l'àrea, cosa que permetrà unes millors condicions de treball del personal de Biblioteca, Cartoteca i Arxiu Històric, i a la planta 5a s'habilitaran espais per traslladar-hi la gerència i l'administració.

De l'altra, amb càrrec al Pla estratègic de l'Arxiu Fotogràfic que vam anunciar en el butlletí del mes de desembre passat, es remodelarà totalment la planta 6a, a la qual s'hi traslladaran el personal i els



serveis de l'Arxiu Fotogràfic, així com els equipaments de digitalització d'imatges. L'espai de la planta 5a, que actualment ocupa l'Arxiu Fotogràfic, es condicionarà com a dipòsit de les més de 350.00 imatges i dels 7.000 mapes de la Cartoteca Històrica, amb espais amb diferents condicions de climatització: baixes temperatures i humitat i estabilitat de les

condicions. També es climatitzarà adequadament el dipòsit de l'Arxiu Històric, que compta amb uns 250 metres lineals de documentació. Això permetrà conservar el material de forma que perduri en el temps sense malmetre's.

El projecte de remodelació i la direcció de l'obra corre a càrrec de l'arquitecte Àngel Valdés.

Estada a Tunísia per Setmana Santa. Excursions al desert del Sàhara

Per la propera Setmana Santa, del del 27 de març al 3 d'abril del 2010, la Secció de Muntanya i la Secció d'Història i Art organitzen una estada al desert i les muntanyes de Tunísia on, a part de fer excursions també hi haurà un fort component cultural. Per exemple, es faran excursions a peu per la

zona de Tamerza, i es visitarà l'antiga ciutat de Cartago, situada als afores de la Tunísia actual.

La primera reunió informativa es farà el dijous 14 de gener a 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona. Els vocals d'aquest viatge són Francesc Beato, Josep M. Griera i Joan Bernat Andreu.

Els sostres comarcals

El proper mes de febrer s'iniciarà un cicle de 41 excursions amb l'objectiu d'assolir tots els cims més alts de cada comarca de Catalunya. Aquestes excursions es faran aproximadament cada mes i mig; el cicle s'acabarà quan s'hagin assolit tots els sostres comarcals catalans. Aquest any assolirem els cims més alts de les següents comarques:

- **Baix Penedès:** la talaia del Montmell.
- **Maresme:** turó d'en Vives.
- **Noguera:** la Torreta.
- **Cerdanya:** tossa Plana de Lles.
- **Pallars Jussà:** Peguera.
- **Gironès:** Puigsou.
- **Segarra:** torre del Galutxo.
- **Tarragonès:** la Mola.



Espai CEC

SUMARI

Espai CEC..... 2

Noticiari 3

Activitats 5

SORTIDES 4

EXCURSIONISME I ESPORTS DE MUNTANYA.. 4

EXCURSIONS DE MOTXILLA 4

BTT 6

ESQUÍ DE MUNTANYA 6

ESQUÍ NÒRDIC 7

ESQUÍ ALPÍ 7

ESCALADA EN GEL 7

TREKKINGS I EXPEDICIONS 7

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES 10

VISITES A MUSEUS I EXPOSICIONS 11

VIATGES NATURALÍSTICS,
GEOGRÀFICS I CULTURALS 11

ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL 12

ACTES INSTITUCIONALS

I DE LES SECCIONS12

CONFERÈNCIES / AUDIOVISUALS

/ VIDEOREPORTATGES 12

EXPOSICIONS 12

CONCURSOS 12

SESSIONS DE LABORATORI 13

ACTIVITATS MUSICALS I DANSES 13

ACTIVITATS DE CINEMA 13

CURSOS DE FORMACIÓ 14

Agenda mensual 8

HORARIS

- **Secretaria:** dilluns i dijous de 9:00 a 14:00 i de 15:00 a 19:00. Dimarts i dimecres de 9:00 a 14:00 i de 15:00 a 18:00 i divendres de 9:00 a 14:00
- **Àrea d'atenció al soci:** de dilluns a divendres de 9:00 a 13:00, de 16:30 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 21:00
- **Redacció de Muntanya:** Dimarts i dijous de 19:30 a 21:00

ÀREA D'ATENCIÓ AL SOCI

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



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**
 - Muntanya (revista bimestral)
 - Butlletí per al soci (mensual)
 - Guies de muntanya i altres obres
- **Arxiu Fotogràfic**
arxiufotografic@cec.cat
280.000 clixés.
- **Arxiu Històric**
arxiu.historic@cec.cat
- **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**
- **Companyia de Guies de Muntanya (UIAGM)**
guies@cec.cat
De dilluns a divendres
- **Lloguer de material de muntanya**
Paradís, 12, bxs.
Del 1 de desembre al 30 d'abril
Dilluns, dimarts i dimecres de 19 a 21;
dijous de 19:30 a 21:30
Del 1 de maig al 30 de novembre:
Dimarts de 19 a 21 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

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)

EL BUTLLETÍ ELECTRÒNIC

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

Només us aportarà avantatges:

- Podreu descarregar-vos el butlletí en format pdf @ 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).

Noticiari

ESPELEOLOGIA

Acte en reconeixement a Josep Subils i Valls

El 24 de novembre passat, a la sala d'actes del Centre Excursionista de Catalunya, s'inicià un acte in memoriam a Josep Subils i Valls, que havia estat membre de l'ERE del CEC i un dels forjadors de l'espeleologia catalana. L'esdeveniment va ser a cura de Montserrat Ubach, que va presentar l'audiovisual "El Subils que vaig conèixer".

El vídeo és una producció excel·lent que barreja imatges fixes de l'època amb gravacions actuals de la pròpia autora i d'altres espeleòlegs que van viure amb Josep Subils l'espeleologia de la dècada de 1960. La locució, la música, i les intervencions personals, reflectien un retrat biogràfic i emotiu de Josep Subils.

A continuació s'inicià una taula rodona amb la participació del germà de Josep Subils, juntament amb Cardena, Victòria i Raventós, que destil·laren alguns records personals. S'hi afegiren parlaments dels companys del públic: Lluís Auroux, que va destacar la tasca biospeleològica; Ramon Viñas, que va

recordar les vivències compartides amb Subils, i Ramon Canela, que va contextualitzar la situació política d'aquells anys. Finalment, el president de la Federació Catalana d'Espeleologia lliurà als familiars de Josep Subils una placa d'homenatge.

Va ser un acte que va posar de manifest la magnitud de la figura entranyable que fou Josep Subils com a impulsor del treball intergrup, avançat en el seu temps, i president del Comitè Català d'Espeleologia que, per desgràcia, juntament amb Ferran Godoy, deixaren la vida en el fatal accident d'espeleosub de la Tuta Freda / Fou de Bor l'any 1965.



NECROLÒGIQUES

Han mort els consocis Vicenç Punsola Cabot i Andreu Figueras Anmella

El 2 d'octubre passat va morir Vicenç Punsola Cabot als 79 anys. Soci del CEC des de l'any 1975, va participar en moltes activitats socials, sobretot en sortides i viatges col·lectius. La Junta Directiva expressa el més sentit condol a la seva esposa Victòria, als seus fills, familiars i amics.



de pista com de muntanya. D'una gran qualitat humana durant anys, va ser un dels habituals en les tertúlies que cada dimarts fan la colla de veterans. La Junta Directiva expressa el més sentit condol a la família Figueras, en especial als seus germans, familiars i amics.

El dimarts 24 de novembre va morir Andreu Figueras Anmella, soci del CEC des del 1933, amb el número 6. En la seva joventut fou un gran esquiador, tant

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Copa Catalana d'esquí de fons 2010

Si hi ha algú interessat en figurar a la classificació de la Copa Catalana d'esquí de fons 2010 s'ha d'inscriure a través del formulari de la FCEH a l'adreça:

http://www.fceh.cat/copa_catalana_esqui_fons.html.

Per a qualsevol dubte poseu-vos en contacte amb la secció: esquinordic@cec.cat.





Activitats

SORTIDES

EXCURSIONISME I ESPORTS DE MUNTANYA

CONSENTIMENT INFORMAT

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

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, això pot representar l'exclusió de l'activitat.

El participant haurà d'estar en possessió d'una assegurança amb cobertura de 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, també representarà l'exclusió de la pràctica de l'activitat.

EXCURSIONS DE MOTXILLA

BAIXA / MITJANA MUNTANYA

■ MATINAL AL TORRENT DE LA BETZUCA (CAMÍ TREN)

DISSABTE 2 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: torrent de la Betzuga, bosc de can Viver i l'estació de Torrebónica.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil.

Inscripcions: del 15 al 31 de desembre.

Viatge: FGC (pl. Catalunya) a les 8 del matí. Cal agafar bitllet per a Terrassa.

Vocal: Vicenç Peig (☎ 607 809 999).

■ EL COSTABONA (2.374 M) AMB RAQUETES

DISSABTE 9 DE GENER

I DIUMENGE 10 DE GENER

COMISSIÓ DE JOVES

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Nit: refugi lliure.

Inscripció: fins al 7 gener.

Vocals: Rafa Manzano i Mika.

■ EXCURSIÓ Nº 346: SERRALADA DE MARINA

DIUMENGE 10 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA

I CIÈNCIES NATURALS

EXFAVEPRO

Temps de camí: 2 h.

Desnivell: +150 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Lloc de trobada: a la cafeteria Espai Tiana del Polisportiu de Tiana (c/ Eduard Fontserè s/n), a 2/4 de 10 del matí.

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

■ LES AGUDES PER LA CRESTA DELS CASTELLETES

DISSABTE 16 DE GENER

GRUP DE JOVENT

Itinerari: pla d'en Pep Jic, coll Saciureda de Baix, coll Saciureda de Dalt, els Castelletes, els Llisos, les Agudes, coll de les Agudes, pedregar Rodó.

Temps de camí: 5 h.

Desnivell: +700 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Mapa: Montseny (Alpina).

Vocals: Álvaro Arenas i Gerard Horrillo.

■ LES TINES DEL FLEQUER

DIUMENGE 17 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: km 4 (ctra. ca n'Oristell), tines d'en Bleda, tines de l'Escudelletta, tines del Ricardo, el Flequer (ruïnes), Casas-saies (ruïnes), les Esgrauetes i Rocafort.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivells: +400 m / -300 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: Sant Lloreç i l'Obac (Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Alexandre Costa i Hermes Soler.

■ PUIG DE GALLICANT I SIURANA

DIUMENGE 17 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Arbolí, ermita de Sant Pau, collet dels Colls, puig de Gallicant, Gallicant, el Gorg, Molí de l'Esquirola, mas d'en Candi, grau de la Trona, Siurana.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivells: +450 m / -500 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: Siurana (Piolet).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Francesc Beato i Joan Bernat.

■ LES GORGUES DEL SEGRE

DIUMENGE 17 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: benzinera, cal Blanc, Camarasa, corral del Llorençet, coll de Carbonera, barranc de Carbonera, Alós de Balaguer, àrea de pícnic, serra del Castellar, gorja del Riu Segre, serra Palomar, pont penjat, Central Hidroelèctrica





Activitats

de Camarasa.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivells: +442 m.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Ramon Ribas i Lluís Rotllan.

■ CARME, SANT COLLBÀS I CASTELL DE CLARAMUNT

DIJOURS 21 DE GENER

SECCIÓ DE CÀMPING

SORTIDES DIJOURS (TOT EL DIA)

Itinerari: Carme, santuari Collbàs, coll de la Llentilla, castell de Claramunt, tornada a Carme.

Temps de camí: 3 h.

Dificultat: * molt fàcil.

Desnivell: +100 m.

Mapa: Anoia (ICC).

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 h a la pl. de l'Ajuntament de Carme.

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

■ EL PONENT DE COLLSEROLA

DISSABTE 23 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: Molins de Rei, Sant Pere de Romaní, can Canaris, ca n'Amigó del Clot, mina Abadal, la Salut, poblat ibèric Penya Martínez-Moro, coll de Solanes, coll Can Cuiàs, Vallvidrera, turó d'en Cors, can Caralleu.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivells: + 500 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: al vestíbul de l'estació de Sants a les 8 del matí. Cal agafar bitllet fins a Molins.

Inscripcions: del 11 al 21 de gener.

Vocal: Jordi Lucea ☎ 934 200 927.

N.b.: cal portar dinar i bon calçat.

■ EXCURSIÓ AL COMAPEROSA (2.932 M)

DISSABTE 23 DE GENER

I DIUMENGE 24 DE GENER

COMISSIÓ DE Joves

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Inscripcions: de l'11 al 21 de gener.

Vocal: Guillem Trilla.

■ EXCURSIONS VISCUEDES

DIUMENGE 24 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: la Garriga, Sant Cristòfol de Monteugues, El Figaró.

Temps de camí: 3h 30 min.

Inscripcions: a partir del dia 7 de gener.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: Taquilles Renfe Pl. Catalunya, a 1/4 de 9, del matí.

Vocal: Núria Casals. ☎ 933-152-311.

n.b.: És aconsellable portar bastons.

■ EXCURSIÓ A LA SERRA DE L'OBAC

DIUMENGE 24 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA

I CIÈNCIES NATURALS

GRUP DE DESCOBERTA

I OBSERVACIÓ DE LA NATURA

La serra de l'Obac és una de les dues serres que formen el parc natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac. Observarem l'alzinar muntanyenc i la vegetació condicionada pel relleu: vegetació de les canals i cingles. Observarem també les formes del relleu, balnes i coves.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivell: +240 / -240 m.

Dificultat: ** fàcil.

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

Inscripció: a partir de l'11 de gener.

Vocal: Montserrat Solano.

N.b.: recomanem portar llanterna per entrar a la cova de la Cort Fosca.

■ VALL DEL RIU MONTSANT

DIUMENGE 24 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Ulldemolins, ermita de Santa Magdalena, ermita de Sant Antoni, ermita de Fraguerau, l'engolidor, barranc de Mateu, mas Soleràs, pantà de Margalef.

Temps de camí: 5 h 30 min.

Desnivells: +150 m / -400 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: El Montsant (Piolet).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Josep Pérez i Xavier Perramon.

■ GR 3: AGRAMUNT-TÀRREGA (ETAPA 12)

DIUMENGE 24 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Agramunt, riu Sió, torre Codina, torre Tallador, pilar d'Almenara, ermita d'Almenara Alta, canal d'Urgell, Santa Maria de Montmagastrell, canal d'Urgell, ermita del Sagrat Cor, Claravalls, Altet, Hostal del Bosc, Tàrrega.

Temps de camí: 6 h.

Desnivells: +400 m / -400 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: Urgell (ICC).

Viatge: amb autocar.

Vocal: Ignasi Nadal.

■ EXCURSIÓ Nº 201: VOLTANTS DE CASTELLAR

DISSABTE 30 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

VETERANS

Conjuntament amb el Grup de la Pedra Seca.

Itinerari: can Canyelles, puig Capçut, can Borrell, visitant barraques i torrents rehabilitats pel grup. Tarda: visita a l'exposició de pessebres a Castellar, amb tastet de carquinyolis i moscatell.

Temps de camí: 3 h.

Dificultat: ** fàcil.

Inscripcions: 10 de gener.

Lloc de trobada: ronda Universitat, 11, a les 8 del matí.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Josep Llinares, Lluís Willaert i Toni Muñoz.

■ LES ANOVES

DIUMENGE 31 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Santa Eulàlia, cal Bitllar, era de les Bruixes, les Encantades, cap de les Artigues, roc de la Bala, cal Bitllar, Santa Eulàlia.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivells: +500 m / -500 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Mateu Espinal i Pilar Casals.

■ MERIDIÀ VERD: CTRA. C-38 – COLL DE CANES (3ª ETAPA)

DIUMENGE 31 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: ctra. C-38, coll de Sentigosa, coll d'en Roca, coll de Canes.

Temps de camí: 4 h.

Desnivells: +415 m / -105 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapes: Taga (Alpina) / Puigsacalm (Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Hermes Soler i Albert Gras.

■ MIT-BORGONYÀ (CAMÍ-TREN)

DISSABTE 6 DE FEBRER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: de Manlleu a Borgonyà seguint la riba del Ter i els senyals del GR 210.

Temps de camí: 5 h.

Dificultat: ** fàcil.

Inscripcions: del 21 de gener al 4 de febrer.

Viatge: Renfe (Sants 7:00 h.; pl. Catalunya 7,05 h). Cal agafar bitllet per a Manlleu.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999).



Activitats

ALTA MUNTANYA

■ CAP DE SETMANA A MONTGARRI (RAQUETES)

DISSABTE 2 I DIUMENGE 3 DE GENER
SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

dissabte: aparcament pla de Beret, estançons deth Clòt der Os, Montgarri.
diumenge: refugi, arriu de Parros, estançons des Closos, cap des Closos, arriu de Barlonguera, aparcament pla de Beret.

Temps de camí: 4 h / 5 h.

Desnivells: +430 m; -630 m / +770 m; -570 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Pernocta: Refugi de Montgarri (MP).

Mapa: Vall d'Aran (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Emili Rissech i Francesc Campos.

■ PUIG DE DÒRRIA (RAQUETES)

DIUMENGE 10 DE GENER
SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: collada de Tosses, coll de la Creu de Maians, carena Morera, pla de Salines, Puig Dòrria, i tornada pel mateix lloc.

Temps de camí: 6 h 30 min.

Desnivells: +750 m / -750 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapes i informació: Cerdanya (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Josep Pérez i Manel Canales.

■ ROCA COLOM (2.510 M) PEL CORREDOR MAD TEAM

DISSABTE 17 DE GENER
SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: pàrquing de Valter 2000, portella de Morenç, pic de Coma Ermada, puig de la Llosa, circ de Congrós, corredor Mad Team, roca Colom, portella de Callau, portella de Morenç, pàrquing de Valter.

Temps de camí: 5/6 h.

Desnivells: +600 m / -500 m.

Dificultat: **** cal experiència.

Mapa: Vall de Ribes-Camprodon-Ulldeter (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Joan Ramon Montes.

■ CORREDOR FAUSTIN AL MONT VALIER (2.838 M)

DISSABTE 23 I DIUMENGE 24
COMPANYIA DE GUIES

Itinerari: vall d'Estours, cabana d'Aula (1.550m.)

Temps de camí: 3 h 30 min.

Desnivells: +1.288 m; (+600 m de corredor).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat (III/IV, 55°).

Viatge: amb cotxes particulars.

■ CRESTA NO DEL CARLIT

DISSABTE 23

I DIUMENGE 24 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

dissabte: Portè i Pimorent, Ilac Pas-set, refugi dels Enginyers.

diumenge: Ilac Lanoux, estany dels Forats, pic del Carlit, i retorn per el mateix camí.

Temps de camí: 3 h / 8-9 h.

Desnivells: ds.: +400 m / +850 m; -1.250 m.

Dificultat: ***** cal experiència específica.

Nit: refugi lliure.

Mapa: Cerdanya (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Joan Ramon Montes.

■ CORREDOR DE FORCANADA

DISSABTE 27

I DIUMENGE 28 DE FEBRER

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: de l'1 de desembre al 18 de febrer.

■ CORREDOR SWAN

DIVENDRES 20 DE MARÇ

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: del 20 de febrer al 18 de març.

BTT/CT

■ GARRAF

DIUMENGE 31 DE GENER

SECCIÓ DE BTT

Itinerari: Torrelles de Llobregat, Torre-

lletes, can Claver, Bagues, la Creu, Plana Novella, la Creu, Begues, can Claver, Torrelletes, Torrelles de Llobregat. Tipus de sortida: cicloturisme.

Dificultat: ** fàcil.

Distància: 36 km.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Carles Ferran.

ESQUÍ DE MUNTANYA

■ ÀREA D'AIROTO

DEL 2 AL 5 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

dissabte 2: Refugi de Conangles.

diumenge 3: port de la Bonaigua, coll de l'estany Pudo, Refugi d'Airoto.

dilluns 4. coll d'Airoto, collada de Marimanya, Forqueta d'Arreu, Refugi d'Airoto.

dimarts 5: Refugi d'Airoto, port de la Bonaigua.

Desnivells: +600 m; -500 m / +1.200 m / -1.200 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Estada: Refugi de Conangles (MP) 7 Refugi lliure d'Airoto.

Mapa: Vall d'Aran, Montgarri (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Manuel Parrado.

■ EL PUIGMAL, PER ER

DIUMENGE 14 DE FEBRER

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: de l'1 de gener al 4 de febrer.

■ TRAVESSA D'AIGÜESTORTES

DIVENDRES 19 A DIUMENGE 21

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: de l'1 de desembre al 11 de febrer.



Activitats



Sortida d'esquí nòrdic a Tuixén.

■ LA GRAVE – ÉCRINS

DISSABTE 27

I DIUMENGE 28 DE FEBRER

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: de l'1 de gener al 18 de febrer.

■ EL BASTIMENTS

DISSABTE 30 I DIUMENGE 31 GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Refugi d'Ulldeter, coll de la Marrana, pic de Bastiments, coll de la Marrana, refugi d'Ulldeter.

Temps de camí: 5 h.**Desnivells:** +870 m / -870 m.**Dificultat:** *** cert nivell de dificultat.**Estada:** Refugi d'Ulldeter (MP).

Mapa: Puigmal, vall de Núria, Ulldeter (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.**Vocal:** Atanasi Jornet.

ESQUÍ NÒRDIC

Aquest calendari es podrà canviar segons les condicions de la neu:

■ ESQUÍ NÒRDIC A TUIXÉN

DIUMENGE 10 DE GENER

COMISSIÓ D'INFANTS

Sortida d'esquí nòrdic. Hi ha la possibilitat de fer un curset d'iniciació.

Lloc: Tuixén-la Vansa**Viatge:** amb cotxes particulars.**Vocal:** Xavier Bartra.

■ SORTIDA D'ESQUÍ NÒRDIC A TUIXÉN – LA VANSÀ

DIUMENGE 24 DE GENER

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Viatge: amb autocar.**Vocals:** Isabel Casanelles i Núria Quiroga.

■ ESTADA A BERET I MARXA BERET

DEL 5 AL 7 DE FEBRER

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Hi ha la possibilitat de fer un curset. Qui vulgui participar a la marxa s'haurà d'inscriure a través del web.

Viatge: amb autocar o amb cotxes particulars.**Vocals:** Imma Borrell.

■ ESTACIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC DE GUILS

DISSABTE 20 DE FEBRER

SECCIÓ ESQUÍ NÒRDIC

Viatge: amb autocar i cotxes particulars.**Vocals:** Josep Peroi i Núria Quiroga.

■ SORTIDA INTERNACIONAL A POLÒNIA

DEL 4 AL 8 DE MARÇ

SECCIÓ ESQUÍ NÒRDIC

Vocal: Francesc Monsonís.

■ ESTACIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC LA BEILLE

DISSABTE 6 I DIUMENGE 7 DE MARÇ

SECCIÓ ESQUÍ NÒRDIC

Viatge: amb autocar.**Vocals:** Angie Coupet i Josep Nonell

■ ESTADA A BERET I MARXA NAUT ARAN

DEL 26 AL 28 DE MARÇ

SECCIÓ ESQUÍ NÒRDIC

Viatge: amb autocar.**Vocals:** Maite Ferrer i Núria Quiroga.

ESQUÍ ALPÍ

■ ESQUIADA A LA MOLINA

DISSABTE 9 DE GENER

GRUP DE JOVENT

Dificultat: **** cal experiència.**Viatge:** amb cotxes particulars.**Vocal:** Álvaro Arenas.

■ ESQUÍ ALPÍ A ANDORRA

DISSABTE 23

I DIUMENGE 24 DE GENER

COMISSIÓ D'INFANTS

Esquí a Grandvalira. Curset per als infants.

Estada: a l'alberg Aina de Canillo**Viatge:** amb cotxes particulars.**Vocal:** Àlex Montoliu.

ESCALADA EN GEL

■ INICIACIÓ AL CASCADISME A IZAS

DISSABTE 30

I DIUMENGE 31 DE GENER

COMPANYIA DE GUIES

Itinerari: Canfranc, col de Ladronecs**Temps de camí:** 1 h 30 min.**Desnivells:** +100 / +300 m.**Dificultat:** *** cert nivell de dificultat.**Viatge:** amb cotxes particulars.

TREKKINGS I EXPEDICIONS



■ GEL CONTINENTAL PATAGÒNIC

DEL 15 DE FEBRER AL 3 DE MARÇ

COMPANYIA DE GUIES/TARANNÀ

Una expedició molt potent i inoblidable sobre el camp de gel continental patagònic, passant per la cara oest dels turons Fitz Roy i Torres i l'est del Corcón Moreno, per apreciar el majestuós circ dels Altares. Aquesta activitat inclou 4 nits de campament sobre la superfície glaciària; no es requereix experiència tècnica prèvia en l'ús de grampons o raquetes de neu. Cal, en canvi, una bona predisposició a l'esforç físic.

Itinerari:**1r dia:** vol a Buenos Aires.**2n dia:** Buenos Aires - El Calafate.**3r dia:** El Calafate.



Agenda gener 2010

Dates	Organització	Tipus d'activitat	Activitat (lloc / horari / a cura de, vocals)	Pàg.
Dissabte 2	Història i Art	EXCURSIÓ **	El torrent de la Betzuca. Vocal: Vicenç Peig.	4
Dissabte 2 i diumenge 3	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Cap de Setmana a Montgarri amb raquetes de neu. Vocals: Emili Rissech i Francisco Campos.	6
Dissabte 2 al dimarts 5	EDEM / Muntanya	ESQUÍ DE MUNTANYA **	Àrea d'Airoto. Vocal: Manuel Parrado.	6
Dijous 7	Geografia i Ciències Naturals ERB	CURS	Observació i interpretació del paisatge vegetal del Pirineu oriental. Professors: Josep Nuet i Valentí González. A les 8 del vespre.	14
Dissabte 9	Història i Art	VISITA CULTURAL	Vilassar de Dalt. Vocal: Mercè Falcó.	10
Dissabte 9 i diumenge 10	Comissió de Joves	EXCURSIÓ ***	Costabona (2.374 m). Vocal: Rafael Manzano i Mika.	4
Diumenge 10	Comissió d'Infants	ESQUÍ NÒRDIC *	Esquí nòrdic a Tuixén – la Vansa. Vocal: Xavier Bartra.	7
Diumenge 10	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Puig de Dòrria amb raquetes de neu. Vocals: Josep Pérez i Manel Canales.	6
Diumenge 10	Geografia i Ciències Naturals EXFAVEPRO	EXCURSIÓ ***	Excursió a la serralada de Marina. Vocals: Rafael Serra i Roser Canals.	4
Diumenge 10	Geografia i Ciències Naturals ERB	EXCURSIÓ **	Sortida al coll de Sella i Prats de Molló. Vocals: Valentí González i Josep Nuet.	-
Dilluns 11	Geografia i Ciències Naturals	INAUGURACIÓ EXPOSICIÓ	“Els pteridòfits del nostre país”. A la sala Albert H. Gordon a 2/4 de 8 del vespre. A cura d'Enric Ventura.	12
Dilluns 11	Cinema i Vídeo	CURS	Cloenda del 19 curset de vídeo. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	14
Dimarts 12	Geografia i Ciències Naturals	TROBADA	Trobada d'intercanvi i participació de tota la Secció. A les 7 del vespre a la sala del 1r pis.	12
Dimarts 12	Dinamització Social	DOCUMENTAL	Escalada a Mali. A la sala d'actes a 2/4 de 8 vespre. A cura de Lali Bofill i Quim Roumens.	12
Dimecres 13	Dinamització Social	DANSES	Balls en línia. A la sala nova del 1r pis a les 8 del vespre. A cura de Neus Hernández.	13
Dimecres 13, 20 i 27	Geografia i Ciències Naturals ERB	LABORATORI	Sessió de treball al laboratori. A partir de 2/4 de 7 del vespre.	13
Dijous 14	Geografia i Ciències Naturals	REPORTATGE	“Viatge a Argentina i Xile”. A cura d'Estanislau Torres. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	12
Dijous 14	Muntanya / Història i Art	REUNIÓ INFORMATIVA	Viatge a Tunísia. Vocals: F. Beato, J. M. Griera i J. Bernat.	1
Dijous 14	Càmping	VISITA CULTURAL	Visita als estudis de TV3. A Sant Joan Despí. Vocal: Josep M. Batlle.	10
Divendres 15	Història i Art	PASSEJADA	Un rosari de jardins al barri de les Corts. Vocal: Vicenç Peig.	10
Dissabte 16	Història i Art	SORTIDA CULTURAL / EXCURSIÓ	Museu Palmero i excursió a la font del Bacallà i Vivers de Can Borní. Vocal: Núria Casals.	11
Diumenge 17	Muntanya	EXCURSIÓ **	Les Tines del Flequer. Vocals: Alexandre Costa i Hermes Soler.	4
Diumenge 17	Muntanya	EXCURSIÓ **	Puig de Gallicant i Siurana. Vocals: Francesc Beato i Joan Bernat.	4
Diumenge 17	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Les gorges del Segre. Vocals: Lluís Rottlan i Ramon Ribas.	4
Diumenge 17	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Roca Colom pel corredor Mad Team. Vocals: Joan Ramon Montes.	6

Diumenge 17	Fotografia	SORTIDA CULTURAL	Visita al Museu Parc Arqueològic de les Mines de Gavà. Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada.	11
Dilluns 18	Història i Art	VISITA CULTURAL	Fundació Folc Rusiñol. Vocal: Mercè Falcó.	11
Dilluns 18	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Projecció en memòria de Jordi Tomàs. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	13
Dimecres 20	Geografia i Ciències Naturals	PROJECCIÓ	“L'Uzbekistan”. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. A cura de Rafael Battestini.	12
Dijous 21	Dinamització Social	DOCUMENTAL	“Serralada del Karakoram”. A cura de Dolors Heras i Ismael Viu.	12
Dijous 21	Camping	EXCURSIÓ **	Carne, Sant Collbàs i castell de Clarmaunt. Vocal: Josep M. Batlle.	4
Dissabte 23	Companyia de Guies	EXCURSIÓ ***	Corredor Faustín al Mont Valier. Vocals: guies professionals.	6
Dissabte 23	Història i Art	EXCURSIÓ	El ponent de Collserola. Vocal: Jordi Lucea.	5
Dissabte 23 i diumenge 24	Comissió d'Infants	ESQUÍ ALPI *	Esquí alpí a Andorra. Vocal: Àlex Montoliu.	7
Dissabte 23 i diumenge 24	Comissió de Joves	EXCURSIÓ ***	Comapedrosa (2.942 m). Vocal: Guillem Trilla.	5
Dissabte 23 i diumenge 24	Muntanya	EXCURSIÓ *****	Cresta NO del Carlit. Vocal: Joan Ramon Montes.	6
Diumenge 24	Esquí nòrdic	ESQUÍ NÒRDIC **	Sortida a Tuixén – la Vansa. Vocals: Isabel Casanelles i Núria Quiroga.	7
Diumenge 24	Geografia i Ciències Naturals GDON	EXCURSIÓ **	Excursió a la serra de l'Obac. Vocal: Montserrat Solano.	5
Diumenge 24	Muntanya	EXCURSIÓ **	Vall del riu Montsant. Vocals: Josep Perez i Xavier Perramon.	5
Diumenge 24	Muntanya	EXCURSIÓ ***	GR 3 etapa 12: Agramunt-Tàrraga. Vocal: Ignasi Nadal.	5
Diumenge 24	Història i Art	EXCURSIÓ **	La Garriga, Sant Cristòfol de Monteugues, el Figueró. Vocal: Núria Casals.	5
Dilluns 25	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Lliurament de la medalla UNICA a Agustí Contel. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	12
Dilluns 25	Història i Art	VISITA CULTURAL	Fundació Folc Rusiñol. Vocal: Mercè Falcó.	11
Dimecres 27	Dinamització Social	DANSES	Balls en línia. A la sala nova del 1r pis a les 8 del vespre. A cura de Neus Hernández.	13
Dijous 28	Fotografia	VIATGE CULTURAL	Reunió informativa del viatge a Sardenya. A les 8 del vespre a l'aula Pompeu Fabra.	11
Dijous 28	Esquí Nòrdic	PRESENTACIÓ	Guia <i>La Porta del cel</i>, d'Alejandro Gamarra. Projecteio del vídeo La porta del cel (25 min).	-
Dijous 28	Història i Art	CANTS	Bagatge de cançons. A l'aula Artur Osona de 6 a 3/4 de 8 del vespre. Vocals: Robert Hjar i Roser Castelló.	13
Dissabte 30	Companyia de Guies	EXCURSIÓ ***	Cascadisme a Izas. Vocals: guies professionals.	7
Dissabte 30	Història i Art	SORTIDA CULTURAL	Sortida cultural a Calaf. Vocal: Mercè Falcó.	11
Dissabte 30	Muntanya Veterans	EXCURSIÓ **	Pels voltants de Castellar. Vocals: Josep Llinares, Lluís Willaert i Toni Muñoz.	5
Dissabte 30 i diumente 31	Muntanya	ESQUÍ DE MUNTANYA ***	Puig de Bastiments (2.881 m). Vocal: Atanasi Jornet.	7
Diumenge 31	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Les Anoves. Vocals: Mateu Espinal i Pilar Casals.	5
Diumenge 31	Muntanya	EXCURSIÓ **	Meridià Verd 3 etapa: ctra.C-38-Coll de Canes. Vocal: Hermes Soler i Albert Gras.	5
Diumenge 31	BTT/CT	BTT	Sortida de BTT al Garraf. Vocal: Carles Ferran.	6

GRAU DE DIFICULTAT	* MOLT FÀCIL	** FÀCIL	*** CERT NIVELL DE DIFICULTAT	**** CAL EXPERIÈNCIA	***** CAL EXPERIÈNCIA ESPECÍFICA
--------------------	-----------------	-------------	----------------------------------	-------------------------	-------------------------------------



Activitats



4t dia: El Calafate - glaciari Perito Moreno.
5è dia: El Calafate - El Chalten.
6è dia: base glaciari Marconi.
7è dia: pas Marconi.
8è i 9è dia: circ de Los Altares.
10è dia: Laguna de los Esquíes.
11è dia: Laguna Toro.
12è dia: El Chalten.
13è i 14è dia: dies de reserva.
15è dia: aeroport de El Calafate.

16è dia: El Chaltén – El Calafate – Buenos Aires
17è dia: final del viatge i arribada a destinació.
Preus:
Primer pagament: 750 € socis CEC i no socis (de l'1 al 29 de desembre del 2009).
Segon pagament: 1.150 € socis CEC; 1.250 € no socis (del 30 de desembre al 25 de gener de 2010).

PREUS DEL SERVEI DE MATERIAL DE LLOGUER (TEMPORADA 2010)

ARTICLE/S	CAP DE SETMANA	DIA DE MÉS	SETMANA	FIANÇA
Piolet	4 €	1,50 €	10 €	12 €
Grampons	4 €	1,50 €	10 €	12 €
Raquetes de neu	10 €	3,50 €	20 €	20 €
Raquetes infantils	4 €	1,50 €	10 €	12 €
ARVA	10 €	3,50 €	20 €	30 €
Sonda	6 €	2 €	12 €	10 €
Pala de neu	6 €	2 €	12 €	10 €
ARVA, pala de neu i sonda	20 €	7 €	30 €	50 €
Conjunt: raquetes, piolet, grampons, ARVA, pala de neu i sonda.	35 €	10 €	60 €	60 €
Casc	6 €	2 €	12 €	12 €
Arnès	15 €	4 €	25 €	25 €
Dissipador	10 €	3,50 €	20 €	20 €

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

■ MATINAL A VILASSAR DE DALT

DISSABTE 9 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visita al pessebre monumental de can Banús, al Museu Arxiu i als forns romans de la Fornaca.

Lloc de trobada: rda. Universitat, 21 (estació autobusos Empresa Casas), a 2/4 de 9 del matí.

Inscripcions: del 14 de desembre de 2009 al 7 de gener de 2010.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124).

■ VISITA ALS ESTUDIS DE TV3

DIJOUS 14 DE GENER

SECCIÓ DE CÀMPING

DIJOUS CULTURAL

Itinerari: visita als estudis de TV3 a Sant Joan Despí. Després hi haurà un facultatiu en un restaurant.

Viatge: amb tramvia.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a la parada Sant Martí de l'Erm del tramvia T-3 a sant Joan Despí. La durada del recorregut és de 35 min des de la pl. Francesc Macià, i la freqüència de pas és de 15 min.

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

N.b.: és necessari inscriure's amb 10 dies d'anticipació, i donar el nº de DNI en el moment de de fer la inscripció.



■ UN ROSARI DE JARDINS AL BARRI DE LES CORTS (VERDAVERD)

DIVENDRES 15 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Temps de camí: 2 h.

Dificultat: * molt fàcil.

Viatge: metro L-3, estació Maria Cristina.

Lloc de trobada: monument Ferro i Foc, a les 10 del matí.

Inscripcions: del 1 al 14.

Activitats

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

■ VISITA AL MUSEU PALMERO (CULTURA I NATURA)

DISSABTE 16 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Cultura: visita al Museu Palmero.

Natura: torrent i font del Bacallà, dinar als vivars de Can Borni. Si es fa la caminada cal dur calçat de muntanya i dinar.

Lloc de trobada: andana de l'estació de Vall d'Hebron (línia 3) a 2/4 d'11.

Inscripcions: a partir del dia 28 de desembre.

Vocals: Núria Casals (☎ 933 152 311).

■ PARC ARQUEOLÒGIC I MINES DE GAVÀ

DIUMENGE 17 DE GENER

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Visita: Parc Arqueològic i Museu de les Mines de Gavà. Hi ha la possibilitat de fer una visita a Castelldefels.

Lloc de trobada: pl. Catalunya / Rivadeneira a 2/4 de 9 del matí.

Inscripcions: a partir del 15 de desembre.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada (☎ 933 770 141).

■ FUNDACIÓ FOLC RUSIÑOL

DILLUNS 18 I 25 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visita comentada a la col·lecció privada d'art primitiu del senyor Folc i Rusiñol.

Lloc de trobada: av. Pearson, 36-38 a 3/4 de 10 del matí.

Inscripcions: a partir del 7 de gener de 2010.

Vocal: Mercè Falcó (☎ 933 474 124).

N.b.: places limitades a 20 persones.

■ SORTIDA CULTURAL A CALAF

DISSABTE 30 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visita guiada al poble, les restes del castell, l'església de Sant Jaume, la plaça Gran i al tradicional mercat.

Lloc de trobada: pl. Catalunya / Rivadeneira, a 3/4 de 8 del matí.

Viatge: amb autocar.

Inscripcions: del 18 al 28 de gener.

Vocal: Mercè Falcó (☎ 933 474 124).

■ L'ESPLUGA DE FRANCOLÍ I MUSEU DE LA VIDA RURAL

DIUMENGE 7 DE FEBRER

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Visita a l'Espluga de Francolí i al nou Museu de la Vida Rural; calçotada per la rodalia.

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

Inscripcions: a partir del 18 de gener.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada (☎ 933 770 141).

■ SANAHUJA I TALLEÜLL

DIUMENGE 14 DE FEBRER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visita guiada al poble medieval, l'església de Santa Maria i la col·lecció d'esteles funeràries dels segles XII i XVIII; a Talteüll, l'església romànica de Sant Pere.

Dificultat: * molt fàcil.

Viatge: amb autocar.

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

neyra, a 1/4 de 8 del matí.

Inscripcions: del 25 de gener al 11 de febrer.

Vocal: Mercè Falcó (☎ 933 474 124).

VIATGES NATURALÍSTICS, GEOGRÀFICS O CULTURALS

■ SETMANA SANTA A SARDENYA

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Visites: l'Alguer, Sassari, Castelsardo, gruta de Neptú, església de Santa Trinitat de Saccargia, nuragues (construccions típiques) etc.

Viatge: amb vaixell i autocar.

Reunió informativa: dijous 28 de gener a les 8 del vespre a l'aula Pompeu Fabra.

Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada (☎ 933 770 141).



Nuragues de Sardenya.



Activitats

ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL

ACTES INSTITUCIONALS DE LES SECCIONS

■ CONVOCATÒRIA A UNA TROBADA DE TOTA LA SECCIÓ DIMARTS, 12 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA
I CIÈNCIES NATURALS

Convoquem a tots els amics i simpatitzants que participen i col·laboren en les activitats de la Secció a una trobada d'intercanvi i de participació. Les opinions, les expectatives i els suggeriments de tots són extremadament importants i voldríem poder-los posar en comú almenys un cop a l'any.

Lloc i hora: a les 7 del vespre a la sala del 1r. pis.

■ MEDALLA UNICA A AGUSTÍ CONTEL

DILLUNS 25 DE GENER

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

La Secció de Cinema i Vídeo, representant d'Espanya a la UNICA, atorga enguany la medalla UNICA a Agustí Contel Rodríguez, cronista, crític i cineasta amateur.

Presidirán l'acte Jan Baca, el nostre delegat a la UNICA, Joaquim Clos, vocal de la Secció a la Junta del CEC i Raül Contel, fill de l'homenatjat i cineasta. Es projectarà una selecció del cinema d'Agustí Contel.

Lloc i hora: a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes, sessió 1987.

CONFERÈNCIES / AUDIOVISUALS / VIDEOREPORTATGES

■ ESCALADA A MALI

DIMARTS 12 DE GENER

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Documental d'escalada a Mali. Un país desèrtic per a descobrir i l'autèntica Àfrica negra: escalades a les agulles de Garni, ascensió al Kaga Tondo... i molt més.

Lloc i hora: a la sala d'actes a les 2/4 de 8 del vespre.

A cura de: Lali Bofill i Quim Roumens.

■ "VIATGE A L'ARGENTINA I XILE"

DIJOURS, 14 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA

I CIÈNCIES NATURALS

Aquest document ens permetrà conèixer alguns dels indrets més emblemàtics d'aquests dos països: des de la ciutat de Buenos Aires, passant per la gelera del Perito Moreno, una visió de la Terra del Foc, del districte dels llacs i les torres de Paine fins a l'ambient salvatge del llac Grey, entre d'altres.

A cura de: Estanislau Torres.

Lloc i hora: a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

■ "L'UZBEKISTAN"

DIMECRES 20 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES

NATURALS

L'Uzbekistan és un dels antics estats membres de la Unió Soviètica, independent d'ençà de la Perestroika. Situat al bell mig de l'Àsia central, al llarg dels segles va ser un lloc de pas de caravanes i de grans rutes comercials, com la famosa Ruta de la Seda, en la qual la ciutat de Samarkanda era un dels mercats més importants, i Tash Guran, el castell de Pedra, un dels punts estratègics de vigilància.

A cura de: Rafael Battestini.

Lloc i hora: a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

■ BALTORO (KARAKORAM)

DIJOURS 21 DE GENER

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Documental. A través de les altes valls del nord de Pakistan es ressegueix l'acidentada glacera del Baltoro. Un viu i trencat riu de gel i esquerdes que duu a l'espectacular punt de Concòrdia. Aquest mític indret conegut com la plaça més gran del món representa la confluència de diferents glaciers: el mateix Baltoro, la glacera Godwin – Austen, que duu al K2 i al Broad Peak, i la glacera Vigne, que duu al Chogolisa i al pas del Gondogoro. Un recorregut inoblidable en les terres del Baltistan, terres de valls pobres i persones fortes i humils.

Lloc i hora: a la sala d'actes a 2/4 de 8 del vespre.

A cura de: Dolors Heras i Ismael Viu.

EXPOSICIONS

■ "ELS PTERIDÒFITS DEL NOSTRE PAÍS"

DEL DILLUNS 11 AL DIVENDRES

22 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA

I CIÈNCIES NATURALS

Exposició d'una selecció de les falgueres que viuen a Catalunya. La intensa tasca de recerca que l'Enric Ventura ha realitzat durant innombrables sessions de treball de camp en totes les contrades de Catalunya, li permet presentar aquesta mostra, gairebé exhaustiva, de les falgueres i altres plantes afins que viuen a casa nostra. Una ocasió única per poder veure, documentades, algunes espècies rares que difícilment són destriables en el seu hàbitat natural.

A cura de: Enric Ventura i Lecha.

Lloc: a la sala Albert H. Gordon. Inauguració l'11 de gener a 2/4 de 8 del vespre.

CONCURSOS

■ CONCURS I EXPOSICIÓ DE FOTOGRAFIA DE MUNTANYA

SECCIÓ DE MUNTANYA

La Secció de Muntanya convida a tots els socis a participar en el concurs de Fotografia de Muntanya 2010.

Bases:

- Fotografia de muntanya de temàtica lliure.
- Fotografies en format digital (en fitxers jpg de menys d'1 Mb).
- 1 foto per participant.

Envieu el fitxer amb el títol de la foto i el nom de l'autor a muntanya@cec.cat.

Admissió d'obres: fins al 28 de febrer.

Jurat: format per membres de la Secció de Muntanya i de la Secció de Fotografia faran una primera tria de les millors 30 fotografies, que seran exposades al Centre del 15 al 31 de març. El mateix jurat farà una tria definitiva de la millor fotografia, que serà proclamada guanyadora el dijous 8 d'abril.

Premis: el premi serà un lot de productes de marxandatge del CEC i de guies editades pel Centre.



Activitats

■ XXIII CONCURS SOCIAL DE TEMES OBLIGATS

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

BASES:

El tema corresponent als mesos de gener i febrer es "collarets". D'acord amb les bases, s'hi pot presentar una fotografia en B/N, una en color i una diapositiva en cada apartat. Les mides de les fotografies seran d'un mínim de 10 x 15 cm i un màxim 18 x 24 cm i la diapositiva de 24 x 36 mm.

Admissió de fotos: fins al 18 de febrer.

■ XXXVIII CONCURS SOCIAL DE FOTOGRAFIA ARTÍSTICA EN B/N

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

BASES:

Participants: tots els socis del Centre.

Tema: lliure, llevat de l'alta muntanya.

Nombre d'obres: il·limitat, ampliacions 24 x 30 cm com a mínim, a 30 x 40 cm mida màxima.

Identificació: cada fotografia haurà de portar un títol i dins d'un sobre tancat, hi haurà de constar el títol i el nom de l'autor.

Admissió d'obres: fins al 25 de febrer a l'Àrea d'Atenció al Soci o a la Secció.

Jurat qualificador: votació dels socis del Centre que visitin l'exposició. Cada votant podrà disposar d'una sola papereta de votació, en la qual hi haurà de constar ben clarament el nom i el cognom del soci. Cada papereta comportarà tres punts per a l'obra que sigui votada per al primer premi, dos punts per a la del segon i un punt per a la del tercer. Si alguna papereta de les dipositades no s'adequa a les condicions que es fan constar, serà anul·lada durant l'escrutini.

Exposició: de l'1 al 30 de març a la sala del 1r pis.

Premis: tres premis i dos accèssits a les obres més ben puntuades. Només es podrà optar a un premi, que serà el de puntuació més alta.

■ 52 CERTAMEN DE VÍDEOS AMATEURS D'EXCURSIONS, REPORTATGES I DOCUMENTALS

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

BASES:

Vídeos sistema PAL de format DV en cintes mini DV i DVD-vídeo en discos ±R, d'una durada màxima de 30 min. Cada obra es presentarà en cinta o disc independent. No s'admetran realitzacions anteriors a l'any 2005, ni més de dues per autor.

Tema: vídeos d'excursions, reportatges i documentals. No hi podran participar

realitzacions que hagin estat premiades en el Certamen Estatal de Cinema No Professional-Selectiu UNICA.

Inscripció: els autors han d'omplir la butlleta d'inscripció i trametre-la, juntament amb l'obra, a la Secció de Cinema i Vídeo del CEC. Trobareu la butlleta d'inscripció a la recepció del CEC i a la web.

Data d'admissió: fins al 15 de gener del 2010.

Exhibició: a la sala d'actes del Centre Excursionista de Catalunya, d'acord amb el programa que es confeccionarà.

Jurat: estarà format per 3,5 o 7 persones.

Premis: s'atorgaran medalles (primera, segona o tercera) a tants vídeos com es considerin:

- **Premi Especial Josep-Jordi Queraltó:** S'atorgarà al vídeo de viatges més creatiu, com a record i homenatge a Josep-Jordi Queraltó.

- **Premi Especial de Muntanya Jordi Pons:** S'atorgarà a l'obra que millor mostri o enalteixi els valors de la muntanya, especialment en l'aspecte excursionista, però també en els de la natura, sociologia, ecologia, etc.

Veredictes: es farà públic el mateix dia del lliurament de premis, i es comunicarà per correu a cadascun dels participants.

■ XXVII PREMI PAU VILA DE RECERCA SOBRE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Es convoca el premi en homenatge i record d'aquest geògraf eminent i amb la finalitat de promoure l'excursionisme científic. Trobareu les bases a www.cec.cat i tríptics informatius a l'Àrea d'Atenció al Soci.

SESSIONS DE LABORATORI

■ DETERMINACIÓ DE PLANTES

DIMECRES 13, 20 I 27 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA – ERB
Sessions dedicades a determinar plantes, a la formació botànica i a la consulta de problemes botànics.

Lloc i hora: a partir de 2/4 de 7 del vespre al local social.

Directors científics: Valentí González i Josep Nuet.

ACTIVITATS MUSICALS I DANSES

■ BALLS EN LÍNIA

DIMECRES 13

I DIMECRES 27 DE GENER

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Aquesta temporada la inscripció per ballar country, txa-txa-txa, swing, salsa i d'altres balls és trimestral.

Lloc i hora: a la sala nova del 1r pis. A 2/4 de 8 del vespre el primer grup i a les 8 vespre el segon grup.

A cura de: Pepa Igartua i Neus Hernández.

Inscripcions: del 9 de desembre del 2009 fins als 13 de gener del 2010.

Plaços: 18.

Preus: 21 € socis CEC (31 € no socis).

■ BAGATGE DE CANÇONS

DIJOUS 28 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Lloc i hora: a l'aula Artur Osona, de 6 a 3/4 de 8 del vespre.

Vocals: Robert Híjar i Roser Castelló.

Nota: tots els socis aficionats a tocar l'harmonica, la flauta, la guitarra o el violí, estan convidats a participar en les activitats del Bagatge de Cançons.

ACTIVITATS DE CINEMA

■ PROJECCIÓ EN MEMÒRIA DE JORDI TOMÀS

DILLUNS 18 DE GENER

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Per recordar el nostre company projectarem una selecció del seu cinema, sempre enfocat a mostrar temes controvertits de forma irònica: *Els dies 11 miracle* (1976, 16 min), sobre suposades aparicions marianes a Cerdanyola; *Blaugrana Show* (1976, 4 min), recreació musical del 0-5 contra el Real Madrid; *Espanya, un lujo a su alcance* (1972, 12 min), testimoni del turisme tronat a la Costa Brava, i *Pena, penita, pena* (1981, 17 min), ens mostra la pena de mort arreu del món com un festival de televisió.

Lloc i hora: a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes, sessió 1986.



Activitats

CURSOS DE FORMACIÓ

■ XIX CURSET DE VÍDEO DIGITAL

DILLUNS 11 DE GENER

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Cloenda del Curset de vídeo amb la projecció dels vídeos encarregats a cadascun dels cursetistes com a prova final, i lliurament de certificats i medalles com a record. Sessió oberta a tothom.

Lloc i hora: a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes, sessió 1985.

■ CURS D'OBSERVACIÓ I INTERPRETACIÓ DEL PAISATGE VEGETAL DEL PIRINEU ORIENTAL

DIJOUS 7 I DIUMENGE 10 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA

I CIÈNCIES NATURALS

ESCOLA DE MUNTANYA

Curs pràctic, amb sessions teòriques, per aprendre a observar i a interpretar el paisatge vegetal en el marc del Pirineu oriental. Dirigít als membres de l'Equip de Recerca Botànica, als vocals d'excursions i als socis del CEC interessats en aprofundir el coneixement de la muntanya. Per seguir el curs no és necessari tenir coneixements especials de botànica. El curs es realitzarà al llarg de tot l'any 2010, amb una sessió teòrica i una jornada de treball de camp cada mes, llevat de l'agost, amb un total d'onze sessions teòriques i onze jornades de treball de camp.

Inscripcions: de l'1 al 31 de desembre.

Preus: 155 € socis CEC; 185 € no socis. Inclou: assegurança, sessions teòriques, material elaborat pels professors (exercicis, fitxes i mapes) i un llibre. No inclou: els viatges de les jornades de treball de camps. El medi de transport serà en microbús per a totes les sortides.

CALENDARI DEL CURS

Gener

7 de gener: Presentació del curs: esbós de la vegetació dels Pirineus. Els estatges de vegetació.

10 de gener: Treball de camp: coll de la Sella-Prats de Molló (Vallespir).

Febrer

3 de febrer: Sessió teòrica: acció dels agents atmosfèrics en la vegetació.

7 de febrer: Treball de camp: coll d'Ullat-Puigneulós (Rosselló).

Març

10 de març: Sessió teòrica: el Prepirineu oriental mediterrani.

14 de març: Treball de camp: Sant Pau de Fenollet-l'Esquerda (Fenolledès).

Abril

7 d'abril: Sessió teòrica: variació de la vegetació segons els materials del substrat.

11 d'abril: Treball de camp: Oix-vall d'Hortmoier (Garrotxa).

Maig

5 de maig: Sessió teòrica: la influència atlàntica en els Pirineus.

9 de maig: Treball de camp: Esposolla-Formiguera (Capcir).

Juny

22 de juny: Sessió teòrica: la vegetació de la Cerdanya. Estada botànica a la Molina, al xalet de la UEC.

26 de juny: Treball de camp: tossal d'Isòvol (Baixa Cerdanya).

27 de juny: Treball de camp: pic de Cambresdase (Alta Cerdanya).

Juliol

7 de juliol: Sessió teòrica: l'alta muntanya, un mosaic d'ambients.

11 de juliol: Treball de camp: circ d'Ulldeter (Ripollès).

Setembre

15 de setembre: Sessió teòrica: boscos i matollars de l'estatge subalpí.

19 de setembre: Treball de camp: vall de Font-viva (Alta Cerdanya).

Octubre

13 d'octubre: Sessió teòrica: la influència mediterrània en el Pirineus.

17 d'octubre: Treball de camp: Ballestavia-Vallmanya (Conflent).

Novembre

10 de novembre: Sessió teòrica: la topografia com a element ordenador de la vegetació.

14 de novembre: Treball de camp: Bruguera-el Sagnari (Ripollès).

Desembre

15 de desembre: Sessió teòrica: la influència continental en els Pirineus.

19 de desembre: Treball de camp: serra de Catllaràs (Berguedà).

■ CURS D'INICIACIÓ A L'ALPINISME

DEL 1 AL 22 DE FEBRER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dilluns 1: Presentació del curs. Equipament i material.

Dimecres 3: Seguretat en muntanya hivernal.

Dilluns 8: Progressió, ancoratges i seguretat en roca i neu.

Dilluns 15: Planificació i logística d'una sortida.

Dilluns 22: Repàs, test i cloenda.

Pràctiques:



Curs d'alpinisme.

Activitats

Dissabte 6 i diumenge 7: Progressió en neu. Autodetenció. Nivologia i allaus. Taller de nusos.

Dissabte 13 i diumenge 14: Progressió i seguretat en roca.

Dissabte 20 i diumenge 21: Progressió i seguretat en neu. Activitat final.

Places: 10 (màxim 12).

Inscripcions: del 25 de desembre del 2009 al 25 de gener del 2010.

Preus: 230 € socis CEC; 280 € no socis.

■ CURS DE TÈCNiques DE DESCENS D'ESQUÍ EN NEUS NO TRACTADES

DEL 2 AL 15 DE FEBRER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dimarts 2 de febrer: presentació del curs. Tècniques d'entrenament, noms dels moviments en l'esquí i allaus.

Dimarts 15 de febrer: repàs, test i cloenda.

Pràctiques:

Dissabte 6 de febrer: autodetenció. Derrapatge en neus dures, pendents dretes. Volta Maria. Diagonal.

Diumenge 7 de febrer i Dissabte 13 de febrer: polir defectes, posició global del cos, posició del pals, moviments dinàmics (flexió, extensió, l'angulació, contrarrotació). Treballar el salt estàtic. Girs en paral·lel (guinaldas, viratges paral·lels). Girs, passos divergents.

Diumenge 14 de febrer: treball a la zona de bamps. Introduir girs simultanis. Treballar el salt dinàmic (espàtules, cues, laterals...).

Places: 8 (màxim 12).

Inscripcions: del 26 de desembre del 2009 al 16 de gener del 2010.

Preus: 140 € socis CEC; 180 € no socis.

■ CURS D'INICIACIÓ AL DRY TOOLING

DEL 10 AL 14 DE FEBRER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòrica:

Dimecres 10: presentació del curs. Evolució de l'escalada hivernal i aparició del Dry Tooling. Equipament i material. Tècniques de progressió i seguretat.

Pràctiques:

Dissabte 13: presentació de les instal·lacions de Can Caralleu. Escalada de diverses vies amb piolets i peus de gat. Projectió d'un audiovisual sobre Dry Tooling.

Diumenge 14: Escalfament. Escalada de vies amb material d'alta munta-



Curs de descens d'esquí.

nya, piolets, guants, botes i grampons. Tècnica i gestualitat en el Dry Tooling. Cloenda del curs.

Places: 6 (màxim 12).

Inscripcions: del 4 de gener al 3 de febrer.

Preus: 75 € socis CEC; 95 € no socis.

■ CURS DE REPARACIÓ I ENCERAMENT D'ESQUÍS

DEL 16 AL 17 DE FEBRER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dimarts 16: reparació de soles, cantells, regulació de les fixacions i engrèixat de fixacions.

Dimecres 17: reparació de pells de foca, canvi de cola.

Places: 5 (màxim 10).

Inscripcions: de l'11 de gener a l'11 de febrer.

Preus: 60 € socis CEC; 75 € no socis.

■ CURS PERFECCIONAMENT TÈCNIC D'ALPINISME

DEL 23 AL 27 DE FEBRER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòrica:

Dimarts 23: Preparació, planificació i organització de la sortida amb el guia. Pautas bàsiques de seguretat.

Pràctiques:

Dissabte 27: canal Vermicelle (Cambresdase).

Inscripcions: del 18 de gener al 18 de febrer.

Places: 4 (màxim 6).

Preus: 70 € socis CEC; 90 € no socis.

■ CURS DE SEGURETAT I ALLAUS

DE L'1 AL 8 DE MARÇ

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dilluns 1: transformacions i evolució del mantell nival. Allaus. Mecanismes de desencadenament.

Dimecres 3: l'apreciació del perill d'allaus. Preparació i traçat d'un itinerari.

Dilluns 8: repàs, test i valoració.

Pràctiques:

Dissabte 6: observació de la neu, tests d'estabilitat del mantell nival, circulació per terreny nevad, observació d'indis, progressió en grup. Teoria rescat. Anàlisi d'accidents. Reanimació de víctimes.

Diumenge: Rescat. Tècniques de cerca de víctimes en allau. Reanimació.

Places: 6 (màxim 24).

Inscripcions: del 24 de gener al 24 de febrer.

Preus: 95 € socis CEC; 120 € no socis.

Trekkings d'alçada per a tothom

La Companyia de Guies del Centre Excursionista de Catalunya us presenta la programació dels trekkings i viatges per a l'any 2010

Febrer: Patagònia

Març: Finlàndia

Abril: Toubkal

Abril: Tassili N'Ajjer

Maig: Annapurnes

Juny: Elbrús

Juliol: Baltoro

Agost: Ruwenzori

Setembre: camí Inca

Octubre: Island Peak

Novembre: Salto Angel

Desembre: Kilimanjaro



Més informació:

Companyia de Guies del CEC / guies@cec.cat / www.cec.cat

Paradís, 10 i 12 / 08002 Barcelona / ☎ 933 152 311



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.