



butlletí

per als socis
octubre 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 Xalet de la Molina

Des de la Secretaria de la Junta Directiva del CEC informem que estem a l'expectativa de signar els convenis definitius per aconseguir el finançament que ens permeti començar la primera fase

de les obres de consolidació del terreny de la Molina.

Oportunament, i pels mitjans habituals (web, butlletí, avisos), informarem de la presentació d'aquest projecte.



Commemoració del 25è aniversari de la primera ascensió catalana a l'Everest (1985-2010)



O CADIACH. FOTO ARXIU EVEREST 1985

IX Fira del Llibre de Muntanya a Tavertet

El dissabte 2 i diumenge 3 d'octubre, la població de Tavertet acollirà la IX Fira del Llibre de Muntanya. El tema central dels debats per aquesta edició serà "Pàgesia i muntanya".

L'objectiu de la fira és el de crear un fòrum de professionals, estudiosos i amants de la muntanya i la natura. La

fira està adreçada a un públic interessat en trobar llibres, plànols, DVD, etc.; però a més s'hi faran conferències, taules rodones i altres activitats paral·leles.

Com cada any, el Centre Excursionista de Catalunya participarà amb la instal·lació d'un estand en el qual exposarem les nostres publicacions a més d'oferir informació de les nostres activitats. En aquesta ocasió hi haurà una especial dedicació a la revista *Muntanya*, que enguany celebra el seu 40è aniversari.

L'organització de la fira és a càrrec de l'associació d'Amics dels Cingles del Collsacabra i el Servei de Promoció Econòmica del Collsacabra.

Més informació al lloc:
www.firallibremuntanya.net.



Amb motiu del 25è aniversari de la primera ascensió catalana a l'Everest, realitzada el 28 d'agost de 1985 i que ens va deixar el ja conegut "Hem fet el cim!", l'Ajuntament de Barcelona commemorarà aquest esdeveniment el proper dia 18 d'octubre a les 5 de la tarda a la seu del Museu Olímpic.

Aquest acte és obert als socis del CEC que hi vulguin assistir.



Espai CEC

SUMARI

Espai CEC 2

Noticiari 3

Activitats 6

SORTIDES 6

EXCURSIONISME I ESPORTS DE MUNTANYA.. 6

EXCURSIONS DE MOTXILLA 6

BTT/CT 11

ESCALADA..... 11

VIES FERRADES 12

TREKKINGS I EXPEDICIONS 12

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES 12

VIATGES NATURALÍSTICS,

GEOGRÀFICS I CULTURALS 12

ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL 13

ACTES INSTITUCIONALS

I DE LES SECCIONS 13

CONFERÈNCIES / AUDIOVISUALS

/ VIDEOREPORTATGES 13

CONCURSOS 13

SESSIONS DE LABORATORI 14

ACTIVITATS MUSICALS 14

ACTIVITATS DE CINEMA 14

CURSOS DE FORMACIÓ 14

Agenda mensual 8

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:** 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

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

CICLES D'EXCURSIONS

Marató d'activitats

La secció d'Història i Art organitza un nou cicle d'excursions i us proposa fer tot un seguit d'activitats en el decurs dels caps de setmana del mes de novembre. Les sortides dels dissabtes són matinals, per diferents indrets de la ciutat, i les excursions dels diumenges són fàcils i a l'abast de tothom. Com a premi a la constància hi haurà obsequis per tots aquells que facin un mínim de quatre activitats. La cloenda del cicle i el lliurament dels obsequis es farà el dia 28 de novembre al bar-restaurant Ateneu Unió de la Colònia Güell. La vocal d'aquest cicle és la Núria Casals.

CALENDARI D'ACTIVITATS

- **Dissabte 6** Torre de Collserola i Camí del Cel del parc d'atraccions del Tibidabo.
- **Diumenge 7** La Floresta, la Riera-da, salt d'aigua de can Planes, Molins de Rei.
- **Dissabte 13** La Diagonal: de Glòries al mar i passeig amb el Tram Besòs.
- **Diumenge 14** La Granada, Vilafranca del Penedès.
- **Dissabte 20** La Fàbrica del Sol.
- **Diumenge 21** Parc fluvial del Ripoll.
- **Dissabte 27** El nou metro de Barcelona: línies 9 i 10.
- **Diumenge 28** Sant Boi, Montpedrós, Colònia Güell.

La farga catalana

Les seccions de Muntanya i Història i Art organitzen aquesta tardor un cicle d'excursions dedicat a la farga catalana, que constarà de tres conferències i tres excursions, i es visitaran indrets relacionats amb aquesta activitat tan arrelada, sobretot a les comarques de muntanya.

PROGRAMA

- **Dimecres 13 d'octubre**
"Una passejada per la geohistòria ambiental i metal·lúrgia del ferro a la Vall Ferrera." Conferència a càrrec d'Albert Pèlachs i Ermengol Gassiot. A la sala d'actes.
- **Dissabte i diumenge 16 i 17 d'octubre**

Excursió Vallferrera. Les mines de ferro del bosc de Virós.

- **Dissabte 6 de novembre**

Excursió a la Sénia. A les mines de ferro i a la farga.

- **Dimarts 9 de novembre**

"Les darreres fargues. Les mines i la fàbrica del ferro de la Sénia." Conferència a càrrec d'Estanislao Tomás i Víctor Fuses. A la sala del primer pis.

- **Dijous 16 de desembre**

"El món de la farga a la comarca del Ripollès." Conferència a càrrec de Jeroni Marín. A l'aula Pompeu Fabra.

- **Dissabte 18 de desembre**

Excursió a les mines de ferro de can Paloca i la farga Palau de Ripoll. Amb la col·laboració de: Centre d'Interpretació dels Ports; Centre Excursionista Rafalgari; Centre d'Estudis Comarcals del Ripollès; Societat Catalana de Tecnologia i Boscos de Ferro.



La Farga Rossell (Andorra)

F. ALEXANDRI

PREMIS

XXVII Premi Pau Vila de recerca sobre Geografia i Ciències Naturals

El Centre Excursionista de Catalunya, per mitjà de la Secció de Geografia i Ciències Naturals, convoca amb periodicitat bianual el Premi Pau Vila, en homenatge i memòria d'aquest geògraf eminent i amb la finalitat de promoure i estimular l'excursionisme científic.

El termini d'admissió dels treballs és el que va del primer al darrer dia hàbil del mes d'octubre d'enguany. Els treballs s'han de presentar a l'Àrea d'Atenció al Soci de dilluns a divendres de 9 a 1 del migdia i de 2/4 de 5 a 2/4 de 10 del vespre.

Podeu trobar més informació sobre aquesta convocatòria a la mateixa Àrea d'Atenció al Soci i al lloc www.cec.cat.





Noticiari

CRÒNICA

Més de 150 sortides dels dijous organitzades per la Secció de Càmping

El passat mes d'abril d'enguany es va realitzar la 150a "Sortida del Dijous", que la Secció de Càmping porta organitzant des de l'any 2001. La idea de fer aquestes petites excursions, enmig de setmana, amb la finalitat d'evitar les aglomeracions a la muntanya pròpies dels caps de setmana, va néixer durant la celebració del 41è Campament de Vacances Antoni Gelabert l'any 2001 a pla de Boet.

Va coincidir que alguns de nosaltres ens havien jubilat recentment i pensàvem continuar anant a muntanya per llocs propers de Barcelona, la qual cosa ens permetria mantenir una activitat adequada a la nostra edat, saludable i així poder continuar gaudint d'aquesta afició. Aquesta proposta també va quedar oberta a tot soci lliure d'obligacions professionals els dijous.

A principi de l'any 2002 es va organitzar per primera vegada una d'aquestes sortides en dijous, amb caràcter mensual, anomenades de "Tot el dia". Eren i són excursions d'unes tres a quatre hores de durada per camins i senders amb desnivells moderats, escollint-hi per a fer-les el tercer dijous de cada mes.

La premissa continua essent poder passar-ho bé, com més temps millor, fruit del paisatge amb tranquil·litat i, de tant en tant, parar-nos a fer una xerradeta.

Posteriorment, a principis de l'any 2005, es proposà ampliar aquestes úniques sortides mensuals amb una segona, de caire matinal, pels voltants de la nostra ciutat, optant per fer-les el primer dijous de mes. A causa de l'èxit creixent de tots dos tipus de sortides, cada vegada amb més participació, l'any següent s'acordà realitzar una nova sortida mensual, aquest cop de caràcter cultural, escollint en aquest cas el segon dijous del mes.

Tots aquests encontres mensuals, llevat dels dos mesos d'estiu, ens han portat durant els vuit anys d'activitat continuada a realitzar, l'1 de juliol d'aquest any, un total de 157 sortides. També

s'imposà el costum de fer, els darrers anys, com cloenda de temporada, abans del descans estival, una excursió que acabava amb un àpat col·lectiu preparat entre tots els participants.

En total hem fet 157 sortides (juliol del 2010): de tot el dia 81 excursions; culturals: 36 visites i matinals: 40 passejades. Amb una participació total de 130 persones i una mitjana d'assistència durant els dos últims anys de 24 per sortida. Tot i que hem limitat la inscripció a 25 o 30 persones segons el tipus de sortida.

I el més important: s'ha format un grup d'amics que esperem retrobar-nos molt més dijous.

Refugi del Cortal de Vidal a Urús.



APLECS

XXXIV Aplec Excursionista dels Països Catalans al Port de Sóller

Els dies 29, 30 i 31 d'octubre i l'1 de novembre tindrà lloc al XXXIV Aplec Excursionista dels Països Catalans, aquest any en el Port de Sóller (Mallorca). El viatge el farem amb avió i autocar. L'allotjament serà en tendes, alberg o hotel. Demaneu més informació a l'Àrea d'Atenció als Soci.



Noticiari

ÀREA DOCUMENTAL

Una quinzena de publicacions divulgaran imatges inèdites de l'Arxiu fotogràfic del CEC



FARGAS CA1920-AFCEC

El Centre Excursionista de Catalunya i l'editorial Prames han arribat a un acord segons el qual aquesta editorial publicarà una col·lecció d'uns quinze llibres que recolliran una selecció de les nombroses imatges de l'Arxiu fotogràfic del CEC, la major part de les quals no han estat publicades fins ara.

L'acte de signatura de l'acord d'aquesta nova col·lecció, que té el títol de "Enfocant el passat", va tenir lloc el passat 8 de juliol a la seu del Centre Excursionista de Catalunya. Hi van participar Josep M. Puente, president del CEC; Manuel Castellet, Comissionat per al Patrimoni Documental del CEC; Ramon Barnadas, director de l'Arxiu fotogràfic del CEC; Modesto Pascau,

gerent de Prames, i Chusé Aragüés, director de publicacions de Prames.

El primer títol de la col·lecció, que és previst que es publiqui aquest mateix any, recollirà fotografies de la Barcelona de l'oci de les primeres dècades del segle xx, totes pertanyents al fons Carles Fargas i Bonell (1884-1942). El segon títol reunirà fotografies en color realitzades amb el sistema autocrom durant la primera meitat del segle xx.

La Barcelona de l'oci. Fotografies del fons Carles Fargas

Carles Fargas i Bonell (1884-1942) va ser el propietari d'una, encara avui dia, reconeguda xocolateria situada al barri gòtic de Barcelona. La seva folgada

posició social li va permetre gaudir plenament de l'oci de la ciutat i, a més, dedicar-se a una de les seves passions: la fotografia.

Fotografies en color realitzades amb el sistema autocrom

A l'Arxiu fotogràfic del CEC es conserven més d'un miler d'imatges obtingudes mitjançant la tècnica de l'autocrom, sistema d'obtenció de fotografies en color que va ser inventat a França el 1904 pels germans Lumière. L'abast temàtic dels autocroms de l'Arxiu fotogràfic del CEC és realment ampli: hi ha retrats, bodegons, ciutats i paisatges, no només de Catalunya, sinó també de nombrosos indrets d'arreu del món. El llibre recollirà una part d'aquestes imatges, realitzades entre el 1913 i la dècada de 1930, i explicarà també la tècnica de l'autocrom.

L'Arxiu fotogràfic del Centre Excursionista de Catalunya

L'any 1909 el prestigiós arquitecte Jeroni Martorell (1877-1951) advocava perquè es realitzés un inventari gràfic de Catalunya. El desig de Martorell va començar a fer-se realitat quan alguns socis del CEC que feien conferències de les seves excursions dipositaven a aquesta entitat les diapositives que havien projectat. Així naixia l'Arxiu fotogràfic del Centre Excursionista de Catalunya. Els seus documents il·lustren amb detall l'extraordinària evolució que ha experimentat la societat catalana des del 1860 ençà. Actualment aquest arxiu conté unes 350.000 imatges de tot el món. L'àmbit de la muntanya a Catalunya hi és molt present, és clar, amb fotografies històriques d'alpinisme, d'espeleologia, d'escalada o d'esquí. També hi abunden imatges dels Alps –meca de l'excursionisme català, a més dels Pirineus catalans i aragonesos– i de nombrosos països. A més, hi ha fotografies de l'arquitectura, de l'arqueologia, de la indústria i de la societat catalana i d'altres indrets del planeta, fonamentalment del primer terç del segle xx. Gran part d'Europa hi està representada. També hi ha imatges d'Àsia, de l'Àfrica, d'Amèrica del Sud i d'Amèrica del Nord.

Les imatges de l'Arxiu fotogràfic del CEC estan actualment en procés de digitalització i de catalogació. S'està treballant perquè es puguin consultar aviat al web del CEC i a la Memòria Digital de Catalunya.

(Nota de premsa de Daniel Romaní del dimarts 13 de juliol del 2010).



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

■ PEDRAFORÇA

DISSABTE 2 D'OCTUBRE
COMISSIÓ DE JOVES

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.
Vocal: Josep Vaqué.

■ AVENTURA PER SANT LLORENÇ DEL MUNT (2) (CAMÍ-TREN)

DISSABTE 2 D'OCTUBRE
SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: torre de l'Àngel, can Robert, el Bolet de can Pobla, cingles dels Cavalls, els Melindros, la Mola, cova del Drac, balma de la Llosa, el mal pas de can Pobla, torre de l'Àngel. (Dinar opcional al restaurant de la Mola).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.
Temps de camí: 4 h 30 min.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: taquilles estació Renfe Sants a les 7:50 (tren a les 8:09).

Inscripcions: del 20 al 30 de setembre.
Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

■ MOLLÓ – FRONTERA

DIUMENGE 3 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Molló, can Pau, can Freixe, Espinavell, església Mare de Déu de les Neus, coll Pregon, coll de la Clapa, el puig Sec i puig de les Bases, collada de Prats, Fabert, torrent de Fabert, bosc del Bac de Sant Pere, carena, pla Joan, vall de la Ginestosa, can Illa, can Pairó, el Riberal, Molló.

Temps de camí: 5 h 30 min.

Desnivells: +1.000 m / -1.000 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat

Mapa: Costabona (Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Ignasi Nadal.

■ MERIDIÀ VERD (6A ETAPA): SANT MARÍ SESCORTS – SANT JULIÀ DE VILATORTA

DIUMENGE 3 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Sant Martí Sescorts, Roda de Ter, castell de Savassona, Sant Julià de Vilatorrada.

Temps de camí: 5 h.

Desnivells: +405 m / -310 m (acumulats).

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: Vall de Sau – Collsacabra (Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Albert Gras i Hermes Soler.

■ PARC AGRARI DEL BAIX LLOBREGAT (MATINAL DEL DIJOUS)

DIJOUS 7 D'OCTUBRE

SECCIÓ CAMPING

Itinerari: Cornellà, pont sobre el Llobregat, can Mises, can Comes, camps agrícoles i la xarxa de reg, Cornellà.

Temps de camí: 2 h.

Dificultat: * molt fàcil.

Mapa: Baix Llobregat (ICC).

Viatge: amb FGC.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a l'estació de Cornellà-Riera dels FGC, línia L-8 que surten de la pl. d'Espanya; el trajecte és d'uns 15 min amb una freqüència de 8 min.

Vocal: Paco Aguilera, Cisco Tomàs i Josep M. Batlle ☎ 629 264 303 jmbatlle@hotmail.com)

■ CAMIN REIAU A LA VALL D'ARAN

DEL DIVENDRES 8 AL DILLUNS 12 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA /

ÀREA D'ACTIVITATS CEC

Recorregut per la Vall d'Aran resseguint els camins tradicionals.

Allotjaments: en albergs i hostals.

Equipatge: al llarg dels quatre dies tindrem una furgoneta de suport per al transport d'equipatges.

Vocal: Ricard Doderó.

PROGRAMA

Divendres 8

A la tarda de 7 a 9, trobada dels participants a Viella (Casa dera Montanha, av. Pas d'Arro, 40 baixos).

Dissabte 9

Ruta nº 1: De Vilamós a Canejan
Temps de camí: de 6 A 6 h 30 min (20,5 km).

Diumenge 10

Ruta nº 2: de Canejan a Canejan.
Temps de camí: de 6 A 6 h 30 min (21,5 km).

Dilluns 11

Ruta nº 3: De Canejan a Bossost
Temps de camí: De 5 a 6 h. (19,3 km).

Dimarts 12

Ruta nº 4: De Bossost a Viella
Temps de camí: de 5 a 5 h 30 min (18,7 km). A la tarda viatge de retorn.

■ PALAFRUGELL – PALAMÓS (CICLE ESTIMAR CATALUNYA: "LA GUERRA DELS SEGADORS")

DIUMENGE 10 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Palafrugell, far de Sant Sebastià, font de Mascort, badia de Llafranc, Calella de Palafrugell, el Golfet, roques d'Ase, cala Castell, cala s'Alguer, cala la Fosca i cala Margarida.

Temps de camí: 5 h.

Desnivells: +300 m / -300 m.

Dificultat: ** fàcil.



Activitats

Viatge: amb autocar.

Vocals: Lluís Rotllan i Carlos Portillo.

■ VALLFOGONA DE RIPOLLÈS – SANTA MAGDALENA DE CAMBRILS

DIUMENGE 10 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Vallfogona de Ripollès, coll de Pany, Roques Blanques, Santa Magdalena de Cambrils, pla de Puigvasall, masia Vilallonga, Vallfogona de Ripollès.

Temps de camí: 5 h.

Desnivells: +600 m / -600 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Mateu Espinal i Pilar Casals.

■ MONTERRAT: SANT JERONI

DIUMENGE 17 D'OCTUBRE

COMISSIÓ D'INFANTS

COMISSIÓ D'ESPORT ADAPTAT

Itinerari: Excursió fins al cim de Sant Jeroni.

Viatge: amb cotxes particulars i cremallera.

Vocals: Àlex Montoliu i Rosó Cangròs.

■ PEDRAFORCA: 360º RUTA CIRCULAR

DIUMENGE 17 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: plaça Major de Gósol, torrent dels Esganagats, àrea de pícnic i font de Terrers, coma dels Caners, font de la Roca, el Colell, jaça dels Prats, Refugi Lluís Estasén, coll de Jou, camí de Saldes a Gósol, camí del Minaires, plaça Major de Gósol.

Temps de camí: 6 h 30 min.

Desnivells: +700 m / -700 m (acumulats).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: Serra del Cadí – Pedraforca (Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Fran Campos i Ramon Ribas.

■ SOBREMUNT

DIUMENGE 17 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: collet de Sant Martí, Santa Llúcia de Sobremunt, Sant Martí Xic, riera de Sorreig, gorja Blava, Santa Perpetua de Vespella i Sant Bartomeu del Grau.

Temps de camí: 5 h 30 min.

Desnivells: +380m – 380m

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: Lluçanès (Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Àlex Costa i Hermes Soler.

■ MASSÍS DE L'ARDENYA (EXFAVEPRO. EXCURSIÓ Nº 352)

DIUMENGE 17 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Itinerari: camí de Sant Elm a Sant Benet del Bosc. Ca n'Oliva, coll de Portes, pla de ses Mòdegues, camí romà, collet de la Mare de Déu, paratge del Romaguer i Sant Benet del Bosc.

Temps de camí: 3 h.

Desnivell: +200 m / -200 m.

Dificultat: ** fàcil.

Lloc de trobada: a 2/4 de 10 del matí per sortir a les 10, a Stop Self de Sant Feliu de Guíxols (per sortida Sud i a l'entrada del poble).

Vocals: Montserrat Orfila ☎ 932 043 545) i Rafael Serra (☎ 932 116 816).

■ SERRA DE CATLLARÀS AL BERGUEDÀ (SORTIDES DIJOUS TOT EL DIA)

DIJOURS 21 D'OCTUBRE

SECCIÓ CAMPING

Itinerari: roc de la Lluna, font i prat Gespedor, font Assedegossa, pla de Catllaràs (roc de Catllaràs), camp de l'Ermítà, collada de Falgars i santuari de Falgars.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil.

Desnivell: +200 m / -440 m.

Mapa: Montgrony (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars. (Com que haurem de deixar alguns cotxes al santuari de Falgars, i després caldrà recuperar-los des del roc de la Lluna, és convenient que cadascú vingui amb el seu cotxe, excepte qui no en tingui).

Lloc de trobada: a les 10 del matí al santuari de Falgars. Per la carretera C-1411, en direcció a Guardiola de Berguedà; una vegada superat el trencant de Guardiola hi ha el de la Pobla de Lillet (B-402), que seguirem just fins al km 8.

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

■ LES AGUDES, PELS CASTELLETES

DISSABTE 23 D'OCTUBRE

COMISSIÓ DE JOVES

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Inscripció: de l'11 al 21 d'octubre.

Vocals: Alicia Ibarra i Xavier Escuté.

■ ALS PEUS DEL PEDRAFORCA II

DIUMENGE 24 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Gisclareny, coll de Vall Pregona, cap de la Serra, coll de Llúria, coll

de l'Erola, Marrades de Llúria, estret de Llúria, Sant Sebastià del Sull, la Creueta, Saldes.

Temps de camí: 5 h.

Desnivells: +300 m / -500 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: Moixeró (Alpina).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Pepe Guajardo i Montse Giménez.

■ GR 1: SANT LLORENÇ DE MORUNYS – SANT MARTÍ DE CAVALLERA

DIUMENGE 24 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Sant Llorenç de Morunys, Sant Serni, coll de Jou, Canalda, Sant Martí de Cavallera.

Temps de camí: 4 h.

Desnivells: 575 m (acumulats).

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Joaquim Sánchez i Lluís Rotllan.

■ MONTJUÏC: LA FOIXARDA, EL POLVORÍ, CASTELL DEL PORT (EXCURSIONS VISCUTES)

DIUMENGE 24 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: pl. d'Espanya, font Màgica, palau Nacional, ermita de Santa Madrona, la Foixarda, el Polvorí, horts de can Mestres, camí de l'Esparver, castell del Port, mirador del Migdia, palau Sant Jordi, estadi olímpic, jardins d'Aclimatació, jardins Joan Maragall, jardí botànic històric, pl. d'Espanya.

Temps de camí: 4 h.

Dificultat: ** fàcil.

Lloc de trobada: pl. Espanya, torre veneciana de la drete, a 2/4 de 10 del matí.

Inscripcions: del 13 al 21 d'octubre.

Vocal: Núria Casals ☎ 651 593 770.

N.b.: cal portar esmorzar i dinar.

■ DE L'ESTACIÓ DE BRED A L'ESTACIÓ DE GUALBA – LA BATLLÒRIA

DIUMENGE 24 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

GRUP DE DESCOBERTA I OBSERVACIÓ DE LA NATURA (GDON)

Element a observar entre Breda i la Batllòria: paisatge vegetal de suredes, afectat per un gran incendi el 1994.

Itinerari: estació Renfe Riells i Viabrea–Breda, can Castelletes, vall del torrent de Sant Llop, can Pujol, can Tries, can Plana, serra de Can Plana, planes de Can Muntada, serra de Can Muntada i estació Renfe Gualba-la Batllòria.



Agenda octubre 2010

Dates	Organització	Tipus d'activitat	Activitat (lloc / horari / a cura de, vocals)	Pàg.
Dissabte 2	Comissió de Joves	EXCURSIÓ ***	Pedraforca. Vocal: Josep Vaqué.	6
Dissabte 2	Història i Art	EXCURSIÓ ***	Aventura per Sant Llorenç del Munt (Camí-Tren). Vocal: Vicenç Peig.	6
Dissabte 2 i diumenge 3	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Pica del Carlit. Vocals: Lluís Rotllan i Carlos Portillo.	10
Diumenge 3	Fotografia	SORTIDA CULTURAL	Visita a Fondarella, Golmés i Vilanova de Bellpuig. Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada.	12
Diumenge 3	BTT/CT	BTT ***	Pla de la Calma. Vocal: Carles Ferran.	11
Diumenge 3	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Molló. Vocal: Ignasi Nadal.	6
Diumenge 3	Muntanya	EXCURSIÓ **	Sant Martí Sescorts – Sant Julià de Vilatorrada. Vocals: Albert Gras i Hermes Soler.	6
Dilluns 4	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	Videotertúlia. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	14
Dimecres 6	Geografia i Ciències Naturals	PROJECCIÓ-CONVERSA	“Polònia”. A cura de Neus Cabrerizo, a 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona.	13
Dimecres 6, 13, 20 i 27	Geografia i Ciències Naturals ERB	LABORATORI	Sessió de treball al laboratori. A partir de 2/4 de 7 del vespre.	14
Dijous 7	Cinema i Vídeo	CURS DE FORMACIÓ	20 Curs de vídeo digital. De 2/4 de 8 a 2/4 de 10 del vespre a l'aula Artur Osona.	15
Dijous 7	Càmping	EXCURSIÓ *	Parc agrari del Baix Llobregat. Vocals: Paco Aguilera, Cisco Tomàs i Josep M. Batlle.	6
Dijous 7	Història i Art / Cinema i Vídeo	ACTIVITATS MUSICALS	Gala Lirica. A 2/4 de 8 a la sala d'actes.	14
Dissabte 9	Història i Art	SORTIDA CULTURAL	Fundació J. Mestres Cabanes de Manresa. Vocal: Mercè Falcó.	12
Dissabte 9	Esport adaptat	NATACIÓ	Entrenament de natació. Piscina Sant Jordi.	-
Dissabte 9 al Dimarts 12	Geografia i Ciències Naturals	VIATGE	Estada naturalista a la província de Sòria. Vocals: Montserrat Arnan, Núria Arnan, Montserrat Llorens i Enric Ventura.	12
Dissabte 9 al Dimarts 12	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Muntanyes de Canejan – Vall de Torà. Vocals: Vicky Barjuan i Ramon Ribas.	10
Diumenge 10	Muntanya	EXCURSIÓ **	Palafrugell – Palamós. Vocals: Lluís Rotllan i Carlos Portillo.	6
Diumenge 10	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Valfogona de Ripollès – Santa Magdalena de Cambrils. Vocals: Mateu Espinal i Pilar Casals.	7
Divendres 8 al dimarts 12	Muntanya / Àrea d'Activitats	EXCURSIÓ **	Camin Reiau – Val d'Aran. Vocal: Ricard Doderó.	6
Dimecres 13	Muntanya / Història i Art	CONFERÈNCIA	“La farga catalana.” A càrrec d'Albert Pélachs i Ermengol Gassiot. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	3
Dimecres 13	Geografia i Ciències Naturals	CURS DE FORMACIÓ	Oservació i interpretació del paisatge vegetal del Pirineu oriental. A les 8 del vespre. Directors del curs: Josep Nuet i Valentí González.	15
Dijous 14	Càmping	SORTIDA CULTURAL	Coves de Salnitre a Collbató. Vocal: Josep M. Batlle.	12
Dijous 14	Cinema i Vídeo	CURS DE FORMACIÓ	20 Curs de vídeo digital. De 2/4 de 8 a 2/4 de 10 del vespre a l'aula Artur Osona.	15
Dijous 14	Història i Art	CANTS	Bagatge de cançons. A la sala nova del 1r pis, a les 6 de la tarda. Vocals: Robert Hjar i Roser Castelló.	14
Dijous 14	Història i Art	PRESENTACIÓ	Balanç Activitats 2009-2010. Presentació Programa 2010-2011. Vocal: Núria Casals.	13
Dissabte 16	Esport Adaptat	EXCURSIÓ ***	El Bastiments.	-
Dissabte 16	Història i Art	SORTIDA CULTURAL	Parc astronòmic del Montsec i castell de Mur. Vocal: Mercè Falcó.	12
Dissabte 16 i diumenge 17	Muntanya / Història i Art	EXCURSIÓ **	A la Vallferrera i al bosc de Virós. Vocal: Francesc Beato i Víctor Fuses.	3
Dissabte 16 i diumenge 17	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Pic de la vall Hiverna i Tuca de las Culebras. Vocal: Emili Rissech.	11
Diumenge 17	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Pedraforca 360°. Vocals: Fran Campos i Ramon Ribas.	7

Diumenge 17	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Sobremunt. Vocals: Alex Costa i Hermes Soler.	7
Diumenge 17	Esport Adaptat	EXCURSIÓ **	Montserrat: cim de Sant Jeroni.	7
Diumenge 17	Geografia i Ciències Naturals EXFAVEPRO	EXCURSIÓ **	Excursió al Baix Empordà. Vocals: Montserrat Orfila i Rafael Serra.	-
Diumenge 17	Geografia i Ciències Naturals ERB	CURS DE FORMACIÓ	Ballestavia – Vallmanya. Vocals: Josep Nuet i Valentí González.	15
Dilluns 18	Cinema i Vídeo	AUDIOVISUAL	“Etiòpia, per Josep Rota.” A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	14
Dimecres 20	Geografia i Ciències Naturals	CONFERÈNCIA I PROJECCIÓ	"Les plantes carnívores: les grans desconegudes". A cura d'Herminia Escolà i Enric Ventura. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	13
Dijous 21	Cinema i Vídeo	CURS DE FORMACIÓ	20 Curset de vídeo digital. De 2/4 de 8 a 2/4 de 10 del vespre a l'aula Artur Osona.	15
Dijous 21	Càmping	EXCURSIÓ **	Pla de Catllaràs des de Falgars. Vocal: Josep M. Batlle.	7
Dijous 21	CEC	CONFERÈNCIA I PRESENTACIÓ	Acte en record del P. Bonaventura Ubach. A 2/4 de 8, a la sala d'actes.	13
Dissabte 23	Esport Adaptat	NATACIÓ	Lliga catalana natació.	-
Dissabte 23	Comissió de Joves	EXCURSIÓ ***	Les Agudes, pels Castellets. Vocals: Alicia Ibarra i Xavier Escuté.	7
Dissabte 23	Muntanya Veterans	EXCURSIÓ **	Excursió nº 207 a Arbúcies. "Vocal: Lluís Willaert.	11
Dissabte 23 i diumenge 24	BTT/CT	BTT/CT***	Vic – Girona. Vocal: Lluís Català.	11
Diumenge 24	Geografia i Ciències Naturals GDON	EXCURSIÓ **	Excursió de l'estació de Breda a la de Gualba. Vocals: Josep M. Panareda i Enric Orús.	7
Diumenge 24	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Del Torreneules al Noucreus. Vocals: Josep Pérez i Manel Canales.	11
Diumenge 24	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Als Peus del Pedraforca II. Vocals: Pepe Guajardo i Montse Giménez.	7
Diumenge 24	Muntanya	EXCURSIÓ **	GR 1: Sant Llorenç de Morunys – Sant Martí de Cavallera. Vocals: Joaquim Sánchez i Lluís Rotllan.	7
Diumenge 24	Història i Art	EXCURSIÓ **	Montjuïc: la Foixarda, el Polvorí, castell del Port. Vocal: Núria Casals.	7
Diumenge 24	Història i Art	SORTIDA CULTURAL	Museus de Cerdanyola del Vallès. Vocal: Mercè Falcó.	12
Dilluns 25	Història i Art / Cinema i Vídeo	ACTIVITATS MUSICALS	El rapte del serrall(1a part). A la sala d'actes a 2/4 de 8 del vespre.	14
Dimarts 26	Muntanya	AUDIOVISUAL	Cicle d'esquí de muntanya. A la sala d'actes.	-
Dimarts 26	Cinema i Vídeo	CURS DE FORMACIÓ	20 Curs de vídeo digital. De 2/4 de 8 a 2/4 de 10 del vespre a l'aula Artur Osona.	15
Dijous 28	Història i Art / Cinema i Vídeo	ACTIVITATS MUSICALS	The Lord Trio. A la sala d'actes a 2/4 de 8 del vespre.	14
Dijous 28	Història i Art	CANTS	Bagatge de cançons. A la sala nova del 1r.pis, a les 6 de la tarda. Vocals: Robert Híjar i Roser Castelló.	14
Dijous 28	Cinema i Vídeo	CURS DE FORMACIÓ	20 Curs de vídeo digital. De 2/4 de 8 a 2/4 de 10 del vespre a l'aula Artur Osona.	15
Divendres 29 al diumenge 31	Geografia i Ciències Naturals	VIATGE	Excursió de tardor als Pirineus. Vocals: Francesc Juandó i Maria Vilalta.	12
Divendres 29 al dilluns 1	Muntanya	APLEC	XXXIV Aplec Excursionista dels Països Catalans al Port de Sòller. Vocal: Francesc Beato.	4
Dissabte 30 al dilluns 1	Comissió de Joves	EXCURSIÓ ****	La Múnia. Circ de Tromouse. Vocals: Guillem Trilla i Oriol Fernàndez.	11
Dissabte 30 al dilluns 1	Muntanya	EXCURSIÓ ****	GR 171: Prat de Comte – Paüls. Vocal: Manuel Parrado.	10
Dissabte 30	Història i Art	EXCURSIÓ ***	Sant Jeroni i el Pont. Vocal: Jordi Lucea.	10
Dissabte 30	Geografia i Ciències Naturals	EXCURSIÓ	Visita a l'exposició d'Eugeni Sierra i recorregut pel jardí botànic de Montjuïc. A cura de M. Boccio, J.M. Panareda i E. Orús.	12
Diumenge 31	Muntanya	EXCURSIÓ ****	Aresta Nord-oest del pic de l'Infern. Vocal: Joan Ramon Montes.	11

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



Activitats

Desnivells: Cota mínima: 85 m. Cota màxima: 305 m. Sempre en pista (12 km).

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: a l'estació de Breda – Riells, a les 10 del matí. (Tren de Sants 8:46; pg. Gràcia 8:50; Clot 8:53; Sant Anderu 9:04).

Tornada: El tren surt a les 17:40 de l'estació de Gualba - la Batllòria.

Inscripció: de l'11 al 22 d'octubre.

Vocals: Josep M. Panareda i Enric Orús.

■ EXCURSIÓ A SANT JERONI I EL PONT

DISSABTE 30 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: la Vinya Nova, camí dels Francesos, el Camell, la Miranda de Sant Jeroni, camí Nou de Sant Jeroni, camí del Pont, la Vinya Nova.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Temps de camí: 4 h 30 min.

Desnivells: +800 / -800 m.

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: rda. Universitat, cantonada Balmes, a les 8 del matí.

Inscripcions: del 18 al 28 d'octubre.

Vocal: Jordi Lucea ☎ 934 200 927 luceajordi@gmail.com.

Recomanacions: cal portar bon calçat; cal dur esmorzar i dinar.

■ XXXIV APLEC EXCURSIONISTA DELS PAÏSOS CATALANS AL PORT DE SÓLLER

29, 30 I 31 D'OCTUBRE

I 1 DE NOVEMBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Tres dies d'excursions i actes culturals i lúdics.

Viatge: amb avió i autocar.

Allotjament: en tenda, alberg o hotel.

Vocal: Francesc Beato.

■ GR 171: PRAT DE COMTE – PAÜLS – REFUGI CARO – PAÜLS

30, 31 D'OCTUBRE I 1 DE NOVEMBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

Dissabte: Prat de Comte – Paüls.

Diumenge: Paüls, Refugi del Caro.

Dilluns: Refugi del Caro – Paüls (GR7).

Temps de camí: 4 h 30 min (ds.) / 8 h (dg.) / 8 h (dl.).

Desnivells: +600 m / -600 m; +1.400 m / -600 m; -1.300 m / + 300 m.

Dificultat: **** cal experiència.

Mapa: Els Ports (PRAMES).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Manuel Parrado.

■ CIRCULAR D'EGARA PR C.13 (CAMÍ -TREN)

DISSABTE 6 DE NOVEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: Etapa 1. De les Fonts a Matadepera per la vall del torrent de la Batzuca.

Dificultat: ** fàcil.

Temps de camí: 4 h.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: taquilles FGC pl. Catalunya a les 7:45 (tren a les 8 h). Bitllet a les Fonts de Terrassa.

Inscripcions: del 25 d'octubre al 4 de novembre.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

■ MARATÓ D'ACTIVITATS: TIBIDABO

DISSABTE 6 DE NOVEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: torre de Collserola i Camí del Cel del parc d'Atraccions del Tibidabo. Pujarem a la torre d'atraccions del Camí del Cel.

Dificultat: * molt fàcil.

Lloc de trobada: taquilles estació FGC plaça Catalunya a les 9 del matí

Inscripcions: a partir del dia 25 d'octubre

Vocal: Núria Casals ☎ 651 593 770.

■ MARATÓ D'ACTIVITATS: COLLSEROLA

DIUMENGE 7 DE NOVEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: la Floresta, can Busquets, la Rierada, salt d'aigua de Can Planes, can Rabella, Molins de Rei.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb transport públic.

Lloc de trobada: taquilles estació FGC pl. Catalunya a les 9 del matí.

Inscripcions: a partir del dia 25 d'octubre.

Vocal: Núria Casals ☎ 651 593 770.

ALTA MUNTANYA

■ PICA DEL CARLIT (CICLE ESTIMAR CATALUNYA)

DISSABTE 2

I DIUMENGE 3 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

Dissabte: circuit pels cinc llacs. Abans, visita a Vilafranca.

Diumenge: estany de les Bulloses, estany del Viver, estany de les Dugues, estany de Trebena, estany de Sobirà, coll de Colomer, pica del Carlit.

Temps de camí: 2 h 30 min (ds.) / 5 h 30 min (dg.).

Desnivells: -200 m / +1.060 m (acumulats).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Pernocta: Refugi de les Bulloses (MP).

Mapes: Cerdanya (Alpina). Font-Romeu – Capcir (IGN 2249).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Lluís Rotllan i Carlos Portillo.

■ MUNTANYES DE CANEJAN – VALL DE TORÀ

DEL 9 AL 12 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

Dissabte: Refugi dera Honeria

Diumenge: estanys d'Estancahuilha, Refugi dera Honeria, pista 4 km, camí d'Arbaet, cabana d'Arbaet, estanys d'Estancahuilha, cabana d'Arbaet, camí d'Arbaet, pista 4 km, Refugi dera Honeria.

Temps de camí: 6 h 30 min.

Desnivells: +700 m / -700 m.

Dilluns: Sant Joan de Toran, era Travèssa, es Grauèrs, Refugi Era Honeria, Sant Joan de Toran, era Costa, Plan Artigabadet, era Travèssa, estació d'Angulo, es Grauèrs, camí de Barrier, era Hirleta Seca, Gorges d'Ermer, Barratge de Sant Joan de Toran, GR 211, Refugi Era Honeria.

Temps de camí: 7 h.

Desnivells: +800 m / -800 m.

Dimarts: ascensió al Tuc de Pan. Canejan, Eth to, Era Piarra, Pujola Amellet, font Hereda, plans de Losàrs, Arrocs dels Plans de Losàrs, Tuc de Pan (1.722 m), plans de Losàrs, Cruïlla, cabana de Cap dels Malhs, camí dera Guarèra, GR 211, Canejan.

Temps de camí: 5 h.

Desnivells: +800 m / -800 m.

Estada: Refugi Era Honeria (MP).

Mapa: Val de Toran (Val d'Aran) (Piolet).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Vicky Barjuan i Ramon Ribas.

■ PIC DE LA VALL HIVERNA (3.062 M) I TUCA DE LAS CULEBRAS (3.051 M)

DISSABTE 16

I DIUMENGE 17 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

Dissabte: Refugi de Conangles. Activitat seguint alguna ruta des del refugi, l'escollirem en funció del temps i dels participants en la sortida (Lac Redon, estany de Bessiberri o estanhs de Conangles).

Diumenge: poble d'Aneto, pista a l'estany de Llauset on deixarem els cotxes. Estany de Botornés, estany Gelat, pic de la vall Hiverna, Tuca de las Culebras, coll de Llauset, vall de

Activitats

Lauset, estany de Llauset.

Temps de camí:

Dissabte: 3-5 h.

Diumenge: 6 h 30 min.

Desnivells:

Dissabte: +500 m a +1.000 m.

Diumenge: +856 m / -856 m.

Dificultat: ***** cal experiència específica.

Estada: Refugi Conangles (MP).

N.b.: és necessari estar en bona forma física i tenir experiència en alta muntanya. Hi ha una petita grimpada fàcil, i al pas del Cavall assegurarem als que ho demanin. Aquesta sortida no és apta pels que pateixen vertigen.

Mapa: La Ribagorça (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Emili Rissech.

■ CRESTA DEL SOL

DISSABTE 23 D'OCTUBRE

COMPANYIA DE GUIES

Itinerari: els Bastets (Solsonès).

Temps de camí: 40 min.

Desnivells: +300 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: guies professionals.

■ TRAVESSA PELS CIMS DE NÚRIA: DEL TORRENEULES AL NOUCREUS

DIUMENGE 24 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Núria, pic de l'Àliga, coll de Torreneules, puig de Torreneules, puig de Font Negra, pic de la Coma del Clot, coll de Noucreus, pic de Noucreus, coll de Noufonts, Núria.

Temps de camí: 5 h 30 min.

Desnivells: +1.050 m (acumulats).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: Puigmal (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Josep Pérez i Manel Canales.

■ LA MÚNIA (3.133 M) I CIRC DE TROUMOUSE

DISSABTE 30, DIUMENGE 31

D'OCTUBRE I DILLUNS 1 DE NOVEMBRE

COMISSIÓ DE JOVES

Dificultat: **** cal experiència.

Inscripció: de l'11 al 28 octubre.

Vocals: Guillem Trilla i Oriol Fernández.

■ ARESTA NORD-OEST DEL PIC DE L'INFERN

DIUMENGE 31 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Ulldeter, coll de la Marrana, coll de l'Infern, pic de l'Infern, Ulldeter.

Temps de camí: 6-7 h.

Desnivells: +1.000 m / -1.000 m.

Dificultat: ***** cal experiència específica.

Mapa: Puigmal/Núria (Alpina).

N.b.: cal estar en bona forma física i tenir experiència en alta muntanya i arestes. És recomenable haver fet el Curs d'alpinisme d'iniciació o d'estiu.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Joan Ramon Montes.

■ CRESTA DE VALL-LLONGA

DISSABTE 13 DE NOVEMBRE

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: fins al 5 de novembre.

Vocals: guies professionals.

VETERANS

■ ARBÚCIES: LES DONES D'AIGUA (EXCURSIÓ Nº 207)

DISSABTE 23 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

Caminadors: Joanet, la Terma del Rourell (Garolera), pla de les Bruixes, casa de Mollfulleda, can Blanc, salt de la Dona d'Aigua i Arbúcies.

No caminadors: Visita a Arbúcies al matí. A la tarda, trobada conjunta amb els caminadors al castell de Hostalric.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Desnivells: +70 m / -353 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: Montseny (Alpina).

Inscripcions: a partir del 5 d'octubre.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: rda. Universitat, 11, a 3/4 de 7 del matí, sortida a les 8.

Vocals: Lluís Willaert, Toni Muñoz i Ramon Guíu.

BTT / CT

■ PLA DE LA CALMA

DIUMENGE 3 D'OCTUBRE

SECCIÓ BTT

Itinerari: Aiguafreda, can Clot, pla de la Calma, turó de Tagamanent, Aiguafreda.

Distància: 35 km.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Carles Ferran.

■ TRAVESSA EN BTT

DEL DISSABTE 9

AL DIMARTS 12 D'OCTUBRE

COMPANYIA DE GUIES

Itinerari:

1r dia: la Seu d'Urgell – Noves de Segre / inici ruta – Llavorsí.

2n dia: Llavorsí – Espui

3r dia: Espui – el Pont de Suert

4t dia: el Pont de Suert – Senz / final ruta.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars + vehicle de suport.

Vocals: guies professionals.

■ VIC – GIRONA

DIUMENGE 23

I DISSABTE 24 D'OCTUBRE

SECCIÓ BTT

Itinerari: Vic, Folgueroles, càmping el Pont, molí de Roquer, Sant Hilari Sacalm, Osor, Anglès, Girona.

Distància: 90 km.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb tren.

Vocal: Lluís Català.

ESCALADA

■ PEDRAFORCA

DISSABTE 9 D'OCTUBRE

COMPANYIA DE GUIES

Itinerari: Homedes. El Gat.

Dificultat: ***** cal experiència.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: guies professionals.

■ ESTADA D'ESCALADA CLÀSSICA A RIGLOS

DISSABTE 30 I DIUMENGE 31

D'OCTUBRE I DILLUNS 1

DE NOVEMBRE

COMPANYIA DE GUIES

Itinerari: via Pany-Haus o l'esperó del Adamelo del Pisón.

Dificultat: ***** cal experiència.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: guies professionals.

■ ESTADA D'ESCALADA AL MONT-ROIG

DISSABTE 6 DE NOVEMBRE

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: fins al 29 d'octubre.

Vocals: guies professionals.

VIES FERRADES

■ VIA FERREDA REGINA

DISSABTE 20 DE NOVEMBRE

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: fins al 12 de novembre.

Vocals: guies professionals.



Activitats

TREKKINGS I EXPEDICIONS

■ AUYANTEPUY / SALTO ÁNGEL (VENEÇUELA)

DEL 13 AL 27 DE NOVEMBRE

COMPANYIA DE GUIES

Inscripcions: fins al 13 d'octubre.

■ ASENCIÓ AL MONT KENYA (5.199 M)

DEL 5 AL 12 DE DESEMBRE

COMPANYIA DE GUIES

Inscripcions: fins al 4 de novembre.

Més informació a: www.cec.cat / guies@cec.cat o bé trucant al 933 152 311 (ext.120).

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

■ SORTIDA CULTURAL AL PLA D'URGELL

DIUMENGE 3 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Itinerari: Fondarella, Golmés i Vilanova de Bellpuig. Visitarem els nuclis antics d'aquestes poblacions, passejant pels carrers principals i les seves esglésies parroquials. A Vilanova de Bellpuig hi ha el retaule de la Mare de Déu del Liri.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivade-neyra a 1/4 de 8 del matí.

Viatge: amb autocar.

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

■ VISITA CULTURAL FUNDACIÓ J. MESTRES CABANES DE MANRESA

DISSABTE 9 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visita comentada per Isabel Mestres, filla de l'escenògraf Josep Mestres i Cabanes (1898-1990), que destacà per les seves grans decoracions operístiques del Gran Teatre del Liceu.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: taquilles Renfe pl. Catalunya a les 9 del matí.

Inscripcions: fins al 7 d'octubre.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

■ LES COVES DE SALNITRE DE COLLBATÓ (DIJOURS CULTURAL)

DIJOURS 14 D'OCTUBRE

SECCIÓ CAMPING

Activitat: visita de les coves de Salnitre de Collbató. (Després hi haurà un dinar opcional a un restaurant).

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 h a la Fonda dels Arcs situada a la carretera de la Coves, s/n, de Collbató.

Vocal: Enric Bernadas i Josep M. Batlle (☎ 629 26 43 03 / jmbatlle@hotmail.com).

N.b.: caldrà pagar l'entrada a les coves.

■ EL PARC ASTRONÒMIC DEL MONTSEC I EL CASTELL DE MUR

DISSABTE 16 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Activitat: visita guiada al parc de l'observatori astronòmic i el Centre d'Observació de l'Univers, amb el planetari digital. També hi haurà la possibilitat de visitar el castell de Mur.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivade-neyra a 3/4 de 7 del matí.

Inscripcions: fins al 14 d'octubre

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

■ MUSEUS DE Cerdanyola DEL VALLÈS

DIUMENGE 24 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: al matí, museu i poblat iber de Ca n'Oliver, a la tarda visita al recent inaugurat Museu Modernista de Can Domènec.

Viatge: amb transport públic.

Lloc de trobada: autocars Serbús A-4 (Fabra i Puig) a 2/4 de 9 del matí.

Inscripcions: del 4 al 21 d'octubre.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

■ MATINAL AL JARDÍ BOTÀNIC DE MONTJUÏC

DISSABTE 30 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Exposició d'obres d'Eugení Sierra, a l'Institut Botànic, al parc de Montjuïc.

Conferència, visita guiada a l'exposició i recorregut pel jardí. Recorregut pel jardí botànic, per la zona de Xile, país on Sierra va viure i treballar durant molts anys.

Lloc de trobada: a les 10 del matí, a l'entrada del jardí botànic (al parc de Montjuïc).

Inscripció: a partir del 18 d'octubre.

Participació: limitada a 30 socis.

Vocals: Maravillas Boccio, Josep M. Panareda i Enric Orús.

■ SORTIDA CULTURAL A MONTSERRAT I DINAR DE GERMANOR

DIUMENGE 7 DE NOVEMBRE

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Anada a Montserrat. El matí lliure. Dinar de germanor. A la tarda, visita guiada a la recent exposició d'arqueologia bíblica a les dependències del museu.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivade-neyra a 3/4 de 8 del matí.

Inscripció: a partir de 4 d'octubre.

Viatge: amb autocar i cremallera.

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

VIATGES NATURALÍSTICS, GEOGRÀFICS O CULTURALS

■ ESTADA NATURALISTA A LA PROVINCIA DE SÒRIA DEL DISSABTE 9

AL DIMARTS 12 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

GRUP DE DESCOBERTA I OBSERVACIÓ DE LA NATURA – GDON

Estudi i observació del paisatge i vegetació de la zona (grèbols, roures, pins i sàbines). Surgència de la Fuentona.

Itinerari: Vera de Moncayo (monestir de Veruela), Sòria, Acebal de Garagüeta, la Fuentona, sàbina de Calatañazor, Pinar grande, Castroviejo i Vinuesa, Santa Maria de Huerta (poble i monestir).

Vocals: Montserrat Arnan, Núria Arnan, Montserrat Llorens i Enric Ventura.

■ EXCURSIÓ DE TARDOR AL PIRINEU ARAGONÈS

DEL DIVENDRES 29

AL DIUMENGE 31 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

GRUP DE VIATGES GEOGRÀFICS I CULTURALS – GVGC

Itinerari: castell de Loarre, col·legiata de Bolea, Biescas, pantà de Bubal, Piedrafita, parc natural i faunístic de la Cuniacha, Torla, el mirador del Cebollar a la vall d'Ordesa. Estada al poble de Torla.

Inscripció: del 4 al 21 d'octubre.

Viatge: amb autocar i vehicles especials al mirador del Cebollar.

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

Activitats

ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL

ACTES INSTITUCIONALS I DE LES SECCIONS

■ BALANÇ ACTIVITATS 2009-2010 I PRESENTACIÓ PROGRAMA 2010-2011

DIJOURS 14 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Balanç de les activitats de la passada temporada i presentació del programa 2010-2011 dels cicles "Excursions viscudes", "Cultura i natura", "Marató d'activitats", "Equipaments de Collserola" i "Capvespres a les fonts de Collserola".

Lloc: a la sala nova del 1r. pis a les 8 del vespre.

A cura de: Núria Casals.

N.b.: després de la presentació s'oferirà un pica-pica als assistents.

CONFERÈNCIES / AUDIOVISUALS / VIDEOREPORTATGES

■ "EL CANVI CLIMÀTIC A LES GLACERES DELS PIRINEUS"

DIMECRES 6 D'OCTUBRE

DINAMITZACIÓ SOCIAL

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

A cura de: Jordi Camins, glaciòlec.

■ "POLÒNIA"

DIMECRES 6 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Projecció-conversa. El reportatge ens ofereix un passeig per Varsòvia i Cracòvia. També altres llocs, com les mines de sal de Wieliczka, els camps d'extermini nazis i alguns santuaris. Acabarem a la regió dels Càrpats polonesos.

Lloc i hora: a 2/4 de 8 del vespre a l'aula Artur Osona.

A cura de: Neus Cabrerizo.

■ "LES PLANTES CARNÍVORES, LES GRANS DESCONEGUDES"

DIMECRES 20 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Encara que, popularment, se les anomena "carnívores", en realitat no mengen carn, sinó insectes. N'hi ha més de 400 espècies, amb moltes varietats, escampades per tot el món.

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

A cura de: Hermínia Escolà i Enric Ventura.

■ EN RECORD DEL P. BONAVENTURA UBACH

DIJOURS 21 D'OCTUBRE

CEC

El P. Bonaventura Ubach, en la dècada de 1920 va fer un viatge pel desert de l'Orient Mitjà. Aquest acte consistirà en la projecció d'un reportatge de la vida del P. Ubach, ara que s'han complert el 75 anys que li fou concedida la medalla d'or del CEC i els 50 anys de la seva mort. En aquest mateix acte es presentarà el llibre del P. Bonaventura Ubach: *Dietari d'un viatge per les regions de l'Iraq* (1922-1923), a càrrec del pare Damià Roure.

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

A cura de: P. Damià Roure.

■ "VISIÓ DE L'ORINOCO"

DIJOURS 4 DE NOVEMBRE

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Projecció de diapositives amb comentaris a càrrec del autor.

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

A cura de: Andreu Pérez i Vara.

CONCURSOS

■ CONCURS DE FOTOGRAFIA DE MUNTANYA: L'ESQUÍ

REVISTA MUNTANYA

• **Tema:** recordeu que enguany el concurs de fotografia de la revista *Muntanya* està dedicat a l'esquí.

• **Premis:** dos caps de setmana a Vallnord (Andorra) en hotels de **** (AD) i forfets per a dues persones, per al guanyador. Un conjunt de pells d'esquí de muntanya Pomoca i una motxilla Ferrino, per al finalista. I encara més un lot de llibres del CEC per a tothom. Més informació a la revista *Muntanya* (interior portada) d'enguany.

• **Concursants:** especialment els socis del CEC que esquieu, podeu presentar les vostres fotografies fins al 31 de desembre del 2010 (Àrea d'Atenció al Soci). No cal que siguin fotos actuals, poden ser de qualsevol any, fetes amb un cert sentit artístic. Ara que fa relativament poc temps que vam celebrar el centenari de l'esquí a Catalunya, potser podeu remenar els vostres arxius i trobar alguna foto interessant. Recordeu que el tema abraça totes les modalitats de l'esquí.

■ XXXVII PREMI JOAN CAMPS I COMA DE DIAPOSITIVES

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Segons el veredict del jurat del dia 1





Activitats

de juliol, format per Joaquim Ferràndiz, Margarida Palmer i Francesc Juandó, els guanyadors són:

1r premi: Col·lecció "Tres" d'Eduard Estrada (30 punts).

2n premi: Col·lecció "Set" de Roser Romaní (29 punts).

3r premi: Col·lecció "Riu" de Josefina Garriga (26 punts).

■ XXIII CONCURS SOCIAL DE TEMES OBLIGATS

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Resultat del concurs corresponent al tema "Barques", segons decisió del jurat del dia 1 de juliol, el guanyadors són:

Apartat B/N: "Cadaquès" d'Estanislau Torres (5,6 punts).

Apartat paper color: "Dues" de Maria Bonet (6,6 punts).

Apartat diapositives: "Luarca" de Roser Romaní (6 punts).

■ GUANYADORS DEL CONCURS SOCIAL DE TEMES OBLIGATS 2009-2010

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Apartat B/N: Maria Bonet (1r), Roser Romaní (2n), Oriol Gascón (3r).

Apartat paper color: Maria Bonet (1r), Josep Soler (2n), Roser Romaní (3r).

Apartat diapositives: Roser Romaní (1r), Eduard Estrada (2n), Josefina Garriga (3r).

SESSIONS DE LABORATORI

■ DETERMINACIÓ DE PLANTES

DIMECRES 6, 13, 20 I 27 D'OCTUBRE

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

■ GALA LÍRICA

DIJOURS 7 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART / CINEMA I VÍDEO

Interpretaran cançons populars de Manuel de Falla, Enric Granados, Fede-

rico García Lorca i duets de sarsuela.

Intèrprets: Paula Nogueira (soprano), Eduard Moreno (baríton), Pablo Despeyroux (guitarra).

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

A cura de: Mercè Falcó.

■ BAGATGE DE CANÇONS

DIJOURS 14 I 28 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Lloc i hora: a la sala nova del primer pis, a les 6 de la tarda.

A cura de Robert Híjar i Roser Castelló
☎ 696 875 546

■ EL RAPTE DEL SERRALL

DILLUNS 25 D'OCTUBRE (1A PART) / 2 DE NOVEMBRE (2A PART)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART / CINEMA I VÍDEO

Òpera de W. A. Mozart (1756-1791). Cor i orquestra de l'Estat de Baviera, sota la direcció de Karl Böhm. Projectió en DVD, cantada en alemany, amb subtítols en castellà. Interpretada, entre d'altres, per Edita Gruverova i Francisco Araiza.

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

A cura de: Mercè Falcó.

■ THE LORD TRIO - CONCERT

DIJOURS 28 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART / CINEMA I VÍDEO

Interpretaran obres de W. A. Mozart, Franz Joseph Haydn i altres compositors. Amb la col·laboració dels Amics de Mozart de Barcelona.

Intèrprets: Eulàlia Rosell (flauta traversera), Joan Bosch (violí) i Esther Amorós (violoncel).

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

A cura de: Mercè Falcó.

ACTIVITATS DE CINEMA

■ VIDEOTERTÚLIA

DILLUNS 4 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Reunió per projectar aquells vídeos que els nostres amics ens aportin, per tal de comentar-los entre tots.

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

■ "ETIÒPIA", DE JOSEP ROTA

DILLUNS 18 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Aquest cop Josep Rota ens porta a les terres d'Etiòpia. La presentació s'articula amb dues realitzacions:

- "Ètnies del sud d'Etiòpia" (22 min), itinerari pel la vall del baix Omo, els seus parcs naturals i la descoberta de les ètnies que hi viuen.

- "Històries d'Etiòpia" (25 min), la mil·lenària història de la remota Etiòpia, a través de les cultures, ciutats i monuments, que han perdurat al pas del temps.

- Com a complement, "Etiòpia, Zona Afar" (9 min), de la ONG Amigos de Silva.

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

A cura de: Josep Rota.

■ CICLE DE CINEMA D'ESQUÍ DE MUNTANYA

DIMARTS 26 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

- "Ascensions a la vall d'Ordesa amb esquís" (juliol 1976).

- "Integral del Montblanc amb esquís" (maig 1975).

Projectió de dues pel·lícules històriques remasteritzades, premiades l'any 1976, dels autors Josep Lluís Belles i Arnau Blanc.

Lloc i hora: a la sala d'actes a les 8 del vespre.

CURSOS DE FORMACIÓ

Més informació sobre els cursos de formació a www.cec.cat

■ CURS D'INICIACIÓ A L'ESCALADA EN ROCA. VIA LLARGA. NIVELL 2

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dijous 14 d'octubre: Material i equip per l'escalada de vies de diversos

llargs. Nusos.

Dijous 21 d'octubre: Tècniques de seguretat i progressió en vies equipades de diversos llargs de corda, graduacions i ressenyes.

Dijous 28 d'octubre: Coneixement del medi i nutrició. Repàs, test i cloenda.

Pràctiques:

Dissabte 16 i diumenge 17 d'octubre: Col·legats



Activitats

Dissabte 23 i diumenge 24 d'octubre: Vilanova de Meià

Places: 6 (màxim 12)

Inscripcions: fins al 4 d'octubre.

Preus: 200 € (socis CEC); 260 € (no socis).

■ BATEIG D'ESCALADA AL ROCÒDROM DEL CEC

ESCOLA DE MUNTANYA

Curs:

Dilluns 18 d'octubre: Material i equip per l'escalada indor. Conceptes bàsics de gestualitat.

Dimecres 20 d'octubre: Modalitats en l'escalada. Aprofundiment en les tècniques bàsiques de gestualitat. Com fer un bon ús del *boulder*.

Places: 4 (màxim 6).

Inscripcions: fins al 15 d'octubre.

Preus: 25 € (socis CEC); 35 € (no socis). Inclou: assegurança, classes teòriques, pràctiques, documentació, Buff de l'Escola de muntanya, instructor tècnic.

■ MONOGRÀFIC DE PROGRESSIÓ I SEGURETAT EN VIES FERRADES

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dimarts 19 d'octubre: Equipament i material. Tècniques de progressió i seguretat. Ressenyes i simbologia.

Pràctiques:

Dissabte 23 i diumenge 24 d'octubre: V.F. Tossal Aixovall i V.F. Roc d'Esquers (Andorra)

Places: 6 (màxim 12).

Inscripcions: Del 27 de setembre al 15 d'octubre.

Preus: 75 € (socis CEC); 95 € (no socis).

■ CURS DE CARTOGRAFIA DIGITAL I GPS AL PC

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dimecres 3 de novembre: Introducció: **Conceptes cartogràfics.**

Dilluns 8 de novembre: **El GPS.**

Dimecres 10 de novembre: **La cartografia digital.**

Dilluns 22 de novembre: **Sessió pràctica amb ordinador I.**

Dimecres 24 de novembre: **Sessió pràctica amb ordinador II.**

Dilluns 29 de novembre: Repàs, Avaluació i cloenda.

Pràctiques:

Dissabte 27 de novembre: Sortida al parc natural de Collserola.

Diumenge 28 de novembre: Sortida

al parc natural de Collserola.

Places: 6 (màxim 12).

Inscripcions: Del 4 al 27 d'octubre.

Preus: 125 € (socis CEC). 160 € (no socis).

■ CURS D'ESCALADA AL ROCÒDROM DEL CEC

ESCOLA DE MUNTANYA

Curs:

Dilluns 8 de novembre: Material i equip per l'escalada indor. Conceptes bàsics de gestualitat.

Dimecres 10 de novembre: Modalitats en l'escalada. Aprofundiment en les tècniques bàsiques de gestualitat. Escalada en via.

Dilluns 15 de novembre: Modalitats en l'escalada. Aprofundiment en les tècniques bàsiques de gestualitat. Escalada en via. Bases de l'escalada en bloc.

Dimecres 17 de novembre: Tècniques avançades de gestualitat. Creació dels teus propis recorreguts. Visualització.

Dilluns 22 de novembre: Nocions bàsiques d'entrenament. Cloenda.

Places: 4 (màxim 8).

Inscripcions: de l'11 al 29 d'octubre.

Preus: 55 € (socis CEC); 75 € (no socis). Inclou: assegurança, classes teòriques, pràctiques, documentació, Buff de l'Escola de muntanya, instructor tècnic.

■ CURS D'INTRODUCCIÓ A L'ESPELEOLOGIA

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dimarts 2 de novembre: Història de l'espeleologia.

Dimarts 9 de novembre: Tècnica i material.

Dijous 11 de novembre: Geoespeleologia.

Dimarts 16 de novembre: Bioespeleologia i conservació de les cavitats.

Dijous 18 de novembre: Exploració i espeleosub. Autosocors i topografia espeleològica.

Dimarts 23 de novembre: Espeleologia als cinc continents. Examen teòric. Cloenda.

Pràctiques:

Dissabte 6 i diumenge 7 de novembre: Cavitats del Conflent i la Cerdanya.

Dissabte 13 i diumenge 14 de novembre: Pràctiques verticals exteriors. Avencs del Garraf.

Dissabte 20 i diumenge 21 de novembre: Avencs del Rosselló. Exàmen pràctic.

Places: 6 (màxim 10).

Inscripcions: fins al 26 d'octubre.

Preus: 100 € (socis CEC); (150 € resta d'inscrits).

■ MONOGRÀFIC D'AUTORESCAT EN L'ESCALADA EN ROCA

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòrica:

Dimecres 14 de novembre: Material d'autorescat, nusos específics.

Pràctiques:

Dissabte: Polipast simple i compost, tècniques de descens i ascens d'accidentats, simulacre d'accident, tècniques de progressió i seguretat.

Places: 6 (màxim 12).

Inscripcions: del 13 d'octubre al 15 de novembre.

Preus: 90 € (socis CEC); 120 € (no socis). Inclou: assegurança, classes teòriques, pràctiques, documentació, material tècnic col·lectiu i instructor tècnic i Buff de l'Escola de Muntanya.

■ 20 CURSET DE VÍDEO DIGITAL DEL 7 AL 30 DE NOVEMBRE

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Curs d'introducció a l'edició de vídeo digital per a persones amb coneixements bàsics d'informàtica. 12 sessions. Per a l'edició s'utilitzarà el programa Pinnacle STUDIO. Es combinarà teoria i pràctica del llenguatge de la imatge i la seva edició. Assistència limitada a 20 participants.

Lloc i hora: dimarts i dijous de 2/4 de 8 a 2/4 de 10 del vespre a l'aula Artur Osona.

■ OBSERVACIÓ I INTERPRETACIÓ DEL PAISATGE VEGETAL DEL PIRINEU ORIENTAL

DIMECRES 13 I DIUMENGE 17 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Sessió teòrica (dimecres): "La influència mediterrània en els Pirineus".

Lloc i hora: a les 8 del vespre a la sala d'actes.

Directors del curs: Josep Nuet i Valentí González.

Sortida de treball de camp (diumenge): Ballestavia – Vallmanya (Conflent).

Vocals: Josep Nuet i Valentí González.



**Vine a escalar
al nou rocòdrom
del CEC**

**Propers cursos
d'escalada de blocs:
18 d'octubre
i 8 de novembre**

i no t'ho perdís!



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.