



butlletí

per als socis
gener 2011

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

Un article de David Vilaseca publicat a la revista *Muntanya* guanya el VI Premi Unnim de Periodisme

El Festival Unnim de Cinema de Muntanya, celebrat del 13 al 22 de novembre passat a Torelló, a més d'exhibir i posar en competició cada any els millors films realitzats a qualsevol país del món sobre la muntanya i la natura, és també un lloc de trobada per als qui fan activitats relacionades amb la muntanya i els qui hi estan vinculats a través d'altres àmbits, com per exemple l'editorial.

El Festival convoca el Premi Unnim de Periodisme de Muntanya. A l'edició d'enguany ha premiat l'article «Els Angusto, dos aragonesos enmig de la plèiade», de David Vilaseca, publicat a la revista *Muntanya*, concretament al número 887

(febrer 2010). L'article recorda aquests dos guies aragonesos, que van ser, segons David Vilaseca, «autèntics pioners, avui ja absolutament oblidats. Van conquerir cims, van explorar noves rutes i, de vegades, al capdavant d'una cordada, esdevingueren la peça clau per l'èxit d'una expedició, ja fos pel seu coneixement del terreny o bé per la força i determinació que demostraren, encara que tota la glòria fos per als seus clients, que de vegades ometien el seu nom».

David Vilaseca, doncs, és l'autor que signa el treball que ha estat premiat com el «Millor article» en el VI Premi Unnim de Periodisme de Muntanya.



David Vilaseca, guanyador del VI Premi de Periodisme de Muntanya

Més informació a: www.cec.cat

Els equipaments de Collserola

La secció d'Història i Art organitza un nou cicle d'excursions dedicat al parc de Collserola.

Al parc de Collserola hi ha equipaments de tota mena: museus, restaurants, hotels, berenadors, centres educatius, hípiques, parc d'atraccions, l'observatori Fabra, casa de colònies, centre d'acollida d'animals de companyia, cementiri, torre de comunicacions... i, per descomptat, masies i fonts.

Les sortides que us proposem visitaran alguns d'aquests equipaments: l'observatori Fabra, dues masies, quatre àrees de lleure i algunes de les moltes fonts que hi ha a la serralada.

La vocal d'aquest cicle és la Núria Casals.

CALENDARI D'ACTIVITATS

Diumenge 23 gener: dues masies. Cerdanyola, visita a can Coll, àrea de lleure del torrent de Can Coll, font de Sant Pau, can Borrell, pi d'en Xandri, Sant Cugat del Vallès.

Diumenge 13 febrer: l'observatori Fabra. Visita guiada a l'observatori Fabra, font i viviers de can Borni, font Grogà, font d'en Sert, font de Sant Medir o del Maño, font de Can Gener, Sant Medir, font del Miracle, font de Sant Sever, Sant Adjutori, forn ibèric, can Borrell, pi d'en Xandri, Sant Cugat del Vallès.

Diumenge 13 març: quatre àrees de lleure. Molins de Rei, castell Ciuró, Santa Creu d'Olorda, font de Can Farriol, la Salut de Sant Feliu, mas Lluhi, Sant Feliu de Llobregat.

25è aniversari del Grup d'Estudis Botànics Ramon Pujol i Alsina

Durant l'any 2011 la Secció de Geografia i Ciències Naturals commemorarà el 25è aniversari del començament de les activitats d'aquest grup. El nucli d'aquesta commemoració serà un cicle d'onze excursions que ens permetrà tenir una visió clara i assequible de la vegetació del Pirineu oriental.

Les excursions, en general senzilles i assequibles, aniran precedides d'una conferència que servirà d'introducció al coneixement de la vegetació específica de cada àrea visitada.

Durant el mes de maig, també celebrarem un senzill acte institucional en el qual confiïm que podran ser-hi presents els fundadors i impulsors d'aquest grup i de les seves activitats.



Espai CEC

SUMARI

Espai CEC 2

Noticiari 3

Activitats 4

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..... 7

ESCALADA EN GEL 10

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES 10

VIATGES NATURALÍSTICS,

GEOGRÀFICS I CULTURALS 11

ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL 12

ACTES INSTITUCIONALS I DE LES SECCIONS..12

CONFERÈNCIES / AUSIOVISUALS /

VIDEOREPORTATGES 12

CONCURSOS 12

SESSIONS DE LABORATORI 13

ACTIVITATS MUSICALS 13

ACTIVITATS DE CINEMA 13

CURSOS DE FORMACIÓ 15

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

CEC

Col·laboració amb Càritas de Barcelona

Per més que les festes nadalenques ja han passat, la petició de Càritas de Barcelona sobre les necessitats que té aquesta organització per ajudar les persones que, a causa de les actuals circumstàncies socials, demanen assistència, segueix ben actual.

Per tant, necessiten tot el que els puguem donar de la llista d'aliments que enumerem a continuació. Al Centre hi podreu trobar uns contenidors perquè pugueu deixar-los.

- **Llaunes:** tonyina, sardines, llegum cuïta, etc.
- **Carn en conserva:** mandonguilles, salsitxes, vedella, etc.
- **Llegums** de tota mena.
- **Llet.**
- **Oli** d'oliva i de girasol.
- **Tomàquet** triturat, cuit i cru.

Gràcies per la vostra col·laboració.

COMISSIONS

Esport Adaptat a TV2

El dia 19 de novembre passat, a TV2 van passar un reportatge sobre la Comissió d'Esport Adaptat del Centre Excursionista de Catalunya, que amb molt entusiasme porta la Rosó Cangròs i els seus voluntaris.

Si el voleu veure aquest repòr, visiteu l'enllaç següent:

<http://www.rtve.es/mediateca/videos/20101119/centre-excursionista-catalunya/935480.shtml>



SECCIONS

Campament de vacances a Còrsega

El campament de vacances a Còrsega que organitza la Secció de Càmping farà una reunió preparatòria el proper dia 18 de gener a les 8 del vespre. Totes les persones interessades en aquest campament de Còrsega hi haurien d'assistir per tal de preparar conjuntament el campament i les opcions de desplaçament.



Fortalesa de Bonifacio (Còrsega).

IN MEMORIAM

Lluís Vidal i Vilaró ens ha deixat



Havia ingressat al Centre Excursionista de Catalunya el 23 de gener de 1989. Ben aviat va començar a escampar per les seccions de Muntanya, i també d'Història i Art, juntament amb la seva companya Carme Vila, la seva passió pel megalitisme, la prehistòria i el món antic. Fruit d'això inicià diversos cicles d'excursions i sortides per conèixer la prehistòria de Catalunya i al mateix temps la muntanya; també va formar part de l'organització dels cicles d'excursions de pedra seca.

Aquesta passió per les pedres antigues va anar més enllà de les trobades i excursions, perquè durant molt anys la revista *Muntanya* ha anat publicant els articles de Lluís Vidal i Carme Vila sobre itineraris excursionistes, que han fet conèixer el megalitisme d'una manera planera fins al present mateix. Justament, en el passat nº 892 (desembre 2010) de *Muntanya*, vam publicar el seu darrer treball sobre la història antiga de Roses. En Lluís, encara va tenir temps de revisar les proves i de fer les darreres indicacions a la Redacció. Aquesta labor, generosa, valuosa i de servei al Centre, constarà per sempre més en el llegat de la nostra entitat.

En Lluís Vidal va morir la nit del passat 28 de novembre d'un atac de cor a l'edat de 53 anys.

La Junta Directiva del Centre Excursionista de Catalunya expressa el més sentit condol a la seva dona Carme i als seus familiars i amics.



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

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

DISSABTE 8 DE GENER
SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: Etapa 3. De Sant Miquel de Gonerres a les Fonts, passant per les agulles de Can Mitjans, ermita de Sant Miquel de Toudell i les galeries de la riera de Gaià.

Temps de camí: 4 h.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: pl. Catalunya RENFE a les 8:40 (tren a les 8:51). Cal agafar bitllet a Sant Miquel de Gonerres.

Inscripcions: del 27 de desembre al 5 de gener.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

■ COLLSEROLA – TURÓ DE LA MAGAROLA O DEL MAL TALL (429 M)

DIUMENGE 9 DE GENER

COMISSIÓ D'INFANTS

Desnivell: +460 m (acumulat).

Viatge: amb cotxes particulars o transport públic.

Vocals: Àlex Montoliu, Xavier Bartra.

■ SORTIDA DE TREBALL DE CAMP

DIUMENGE 9 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

Cartografia corològica de les plantes bioindicadores del Motesny.

Directors científics: Josep Nuet i Valentí González.

■ EXCURSIÓ NÚM 355: EXFAVEPRO AL PANTÀ DE FOIX

DIUMENGE 9 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Temps de camí: 2 h 30 min.

Desnivell: 100 m.

Altitud: 325 m.

Dificultat: * molt fàcil.

Lloc de trobada: a l'Arboç del Penedès, al bar La Jijonenca (av. de la Generalitat

19, local 4, davant del Poliesportiu) a 2/4 de 10 per sortir a les 10.

Vocals: Jaume Marcé ☎ 934 216 061 i Rafel Serra ☎ 932 116 816).

■ CICLE ESTIMAR CATALUNYA: ELS EMPEDRATS (CATARISME)

DIUMENGE 16 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: Gréixer, coll d'Escriu, casa d'Escriu, refugi Sant Jordi, els Empedrats, cal Cerdanyola, torrent del Puig, pont d'en Patola, Bagà.

Temps de camí: 6 h (21 km).

Desnivells: +700 m / 1.000 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Ramon Ribes i Lluís Rotllan.

■ SERRA DE L'ORDAL (SORTIDES DIJOURS TOT EL DIA)

DIJOURS 20 GENER

SECCIÓ DE CÀMPING

Itinerari: coll d'Ordal, coll del bosc Glaçat, planes de Ravella, Olesa de Bonesvalls, fondo del Lledoner, pont de l'Arca-da, coll del bosc Glaçat i coll d'Ordal

Temps de camí: 4 h 19 min.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Desnivell: +374 m.

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 h del matí al km. 1.230 de la N-340, al Restaurant El Lledoner, dins de la mateixa urbanització.

Vocals: Cisco Tomàs i Paco Aguilera.

☎ 675 620 663 /

f.aguilera@enginyers.cat).

N.b.: és convenient comunicar-ho al vocal per organitzar els cotxes.



Vista des del coll d'Escriu (Gréixer).

Activitats



FERRAN ALEXANDRI

Masia de can Rial, al pla de Busa

■ DUES MASIES: CAN COLL I CAN BORRELL (EQUIPAMENTS DE COLLSEROLA)

DIUMENGE 23 DE GENER
SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: Cerdanyola, visita a can Coll, àrea de lleure del torrent de Can Coll, font de Sant Pau, patronat Flor de Maig, can Borrell, pi d'en Xandri, Sant Cugat del Vallès.

Temps de camí: 3 h.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: taquilles RENFE pl. Catalunya a les 8:30 (tren 8:44). Bitllet d'anada a Cerdanyola.

Inscripcions: a partir del dia 10 de gener

Vocal: Núria Casals ☎ 651 593 770

■ CICLE VEGETACIÓ DEL PIRINEU ORIENTAL: DEL COLL DE LA GUILLA A PRATS DE MOLLÓ

DIUMENGE 23 DE GENER

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Objectiu: observació del paisatge vegetal de la zona.

Itinerari: del coll de la Guilla (1.200 m) a Prats de Molló (750 m).

Dificultat: ** fàcil.

Desnivell: 450 m, tot de baixada.

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

Inscripció: del 10 al 19 de gener.

Vocal: Valentí González.

N.b.: recomanem, però, l'ús de bastons, calçat adequat i roba d'abric. Pel gener, el fred i la neu poder ser presents.

■ DE LES CASES DE LA POSADA A BUSA

DIUMENGE 23 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: pantà de la Llosa del Cavall, grau de Casa Llobeta, casa Llobeta, grau de l'Areny, pla de Busa, casa Vila, pla de Busa, casa Llobeta, collada de les Cases, pantà de la Llosa del Cavall.

Temps de camí: 5 h.

Desnivells: +500 m/500 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: Solsonès (ICC).

Viatge: amb autocar,

Vocals: Pepe Guajardo i Montse Giménez.

■ SERRA DE VIDABONA AL RIPOLLÈS

DIUMENGE 30 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: puntes del Boix, turó del Padrí, roques Blanques, Santa Maria de Vidabona, collet del Vent, collet de la Llagona, puntes del Boix.

Temps de camí: 5 h.

Desnivells: +600 m / -600 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Mapa: Ripollès (ICC).

Viatge: amb autocar.

Vocals: Pilar Casals i Mateu Espinal.

■ RODAL DE SABADELL

DISSABTE 29 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: Polinyà, riera de Santiga, dalt de la Serra, la Salut, camí vell de Castellar, torre del Canonge, Togores, pi de les tres Branques, torrent de Colobrers, molí d'en Mornau, torrent de Ribatallada, font del Suro, font dels Capellans, Sant Julià d'Altura, sant Vicenç de Verdors, can Déu.

Dificultat: ** fàcil.

Temps de camí: 4 h.

Viatge: amb autobús de línia i tren.

Lloc de trobada: estació autobús Sant Andreu Arenal a les 9 del matí (autobús a les 9:08).

Inscripcions: a partir del 13 de gener.

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

N.b.: cal portar esmorzar i dinar.

■ TRES TURONS A BARCELONA (MATINAL)

DISSABTE 5 DE FEBRER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: el barri de Vallcarca, el turó de les Tres Creus, el pont dels Enamorats, el turó del Carmel, el turó de la Rovira i el carrer d'Aiguafreda.

Dificultat: ** fàcil.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Viatge: amb transport públic.

Inscripcions: a partir del 27 de gener

Lloc de trobada: estació de Metro Línia 3 (sortida av. Vallcarca) a 2/4 de 10 del matí.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.

■ OBSERVATORI FABRA (EQUIPAMENTS DE COLLSEROLA)

DIUMENGE 13 DE FEBRER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visita a l'observatori Fabra, font i viviers de can Borní, font Vista Rica, font Grogga, font de l'Estrangulador, font d'en Sert, font de Can Puig, font de Sant Medir o del Maño, font de Can Gener, Sant Medir, font de Sant Sever, Sant Adjutori, forn ibèric, Can Borrell, pi d'en Xandri, Sant Cugat del Vallès.

Temps de camí: 3 h 30 m.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: taquilles FGC pl. Catalunya a 2/4 de 10 del matí.

Inscripcions: a partir del dia 28 de gener.

Vocal: Núria Casals ☎ 651 593 770

N.b.: opció de fer només la visita a l'observatori.



Activitats

VETERANS

■ EXC. Nº 210: SERRA DE MIRALLES-LA TOSSA DE MONTBUÍ

DISSABTE 15 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Dinar en homenatge a la Lola Aubanell, d'ambdues seccions.

Itinerari:

Caminadors: Bellprat, castell de Queralta, castell i ermita de Santa Maria de la Tossa de Montbuí.

No caminadors: visita cultural a Igualada i a la Tossa de Montbuí.

Tots plegats, dinar al restaurant.

Temps de camí: 3 h 30 min.

Desnivells: +199 m / -226 m.

Dificultat: ** fàcil.

Mapa: Anoia (ICC).

Viatge: amb autocar.

Inscripcions: a partir del 2 de gener.

Lloc de trobada: rda. Universitat, 11 per sortir a les 8.

Vocals: Ramon Guiu, Toni Muñoz i Lluís Willaert.

ALTA MUNTANYA

■ COSTABONA (RAQUETES)

DIUMENGE 16 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari: de Vallter 2000 al Costabona.

Temps de camí: 8 h.

Desnivells: +1.200 m.

Dificultat: **** cal experiència.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Dolors Gurri.

N.b.: opcional nit de dissabte en un lloc per concretar.

■ PETIT PERIC (RAQUETES)

DISSABTE 22

I DIUMENGE 23 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

Dissabte: llacs del Carlit.

Diumenge: llac de les Bulloses i el Petit Peric.

Temps de camí: 4 h (ds.) / 6 h (dg.).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Desnivells: +400 m (ds.); +800 m/800 m (dg.).

Estada: Refugi de les Bulloses (MP).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Xavier Perramon i Josep Pérez.

■ CARANÇÀ (RAQUETES)

DISSABTE 29

I DIUMENGE 30 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

Dissabte: Barcelona, Ulldeter, coll de la Marrana, coll de Carançà, refugi de Carançà.

Diumenge: coma de Bacibers, coll de la Geganta, Ulldeter, Barcelona.

Temps de camí: 6-7 h (ds.) / 4-5 h (dg.).

Desnivells: +600 m / -1.000 m (ds.); dg: +1.000 m / -300 m.

Dificultat: ***** cal experiència específica.

Nit: refugi lliure de Carançà.

N.b.: cal bona forma física i experiència en alta muntanya i raquetes. Raquetes, piolet i grampons. És indispensable haver fet el curs d'alpinisme d'iniciació.

Mapa: Ulldeter (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Joan Ramon Montes.

■ ESTADA / TRAVESSA HIVERNAL ALS REFUGIS JOSEP M. BLANC I AMITGES

DEL 5 AL 12 DE MARÇ

COMISSIÓ DE JOVENT

Setmana Blanca per a nois i noies de 16 a 21 anys.

Inscripcions: del 3 de gener a l'1 de març.

■ ESTADA HIVERNAL AL REFUGI D'ULLDETER

DEL 7 A L'11 DE MARÇ

COMISSIÓ DE JOVENT

Per a nois i noies de 12 a 15 anys.

Inscripcions: del 3 de gener a l'1 de març.

BTT

■ SERRALADA LITORAL

DIUMENGE 23 DE GENER

SECCIÓ DE BTT

Itinerari: Mollet, Montornés del Vallès, coll de can Gurgui, Vilassar de Dalt, el Masnou, Barcelona.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Distància: 50 km.

Vocal: Albert González.

ESQUÍ DE MUNTANYA

■ PIC DE MORTIERS (2.606 M)

DISSABTE 15

I DIUMENGE 16 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

Dissabte: arribada al Refugi de Camporrells (2.240 m).

Diumenge: ascensió al pic de Mortiers (2.606 m).

Temps de camí: 3h (ds.); 5 h (dg.).

Desnivells: +700 m (ds.) / +400; -1.100 m (dg.).

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Pernocta: Refugi de Camporrells (MP).

Mapa: Font-romeu Capcir 2249ET.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Teresa Larrieu.

■ PIC DE BASTIMENTS (2.883 M)

DISSABTE 22

I DIUMENGE 23 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA



Activitats

ACTIVITATS D'ESQUÍ NÒRDIC

El Centre Excursionista de Catalunya ofereix les propostes d'esquí nòrdic següents per a la temporada 2010-2011.

■ MARXA BERET (VAL D'ARAN)

Del 4 al 6 de febrer

Allotjament: Xalet de Salardú (MP).
Places limitades.

Vocal: Josep Nonell.

N.b.: per a les curses de la Worldloppet Ski Federation cal contactar directament amb el vocal o *esquinordic@cec.cat*.

■ TUIXÉN

Diumenge 20 de febrer

Vocals: Núria Quiroga i Maite Ferrer.

■ MARXA PLAN D'ESTAN (BENASC)

26 i 27 de febrer

Allotjament: hotel *(MP).

Vocal: Josep Nonell.

■ PLATEAU DE BEILLE (TARASCÓ-ARIEJA)

5 i 6 de març

Allotjament: hotel (MP).

Vocals: Antonio Pardo i Jordi Ollé.

■ VASALOPPET MAIN RACE 90 KM. ESTIL CLÀSSIC SUÈCIA

6 de març

Vocal: Francesc Monsonís.

■ SORTIDA D'ESQUÍ DE FONS A LA Cerdanya

19 de març

Vocal: Maite Ferrer i Núria Quiroga



Itinerari:

Dissabte: arribada al refugi d'Ulldeter.

Diumenge: ascensió al Pic de Bastiments.

Temps de camí: 45 min (ds.) / 2 h 30 min (dg.).

Desnivells: +150 m (ds.) / +700 m (dg.).

Dificultat: ** fàcil.

Pernocta: Refugi Ulldeter (MP).

Mapa: Vall de Núria-Ulldeter (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Atanasi Jornet.

■ PIC DE PESSONS

DISSABTE 29

I DIUMENGE 30 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Itinerari:

Dissabte: Grau Roig, pic de Pessons, refugi Lliure de l'Illa.

Diumenge: vall de Vallcivera, pic de Montmalús, Grau Roig.

Temps de camí: 5 h (ds.) / 5 h (dg.).

Desnivells: +764 m; -384 m (ds.) / +97 m, -477m, +682 m, -682 m (dg.).

Dificultat: **** cal experiència.

Estada: refugi lliure de l'Illa.

Mapa: Andorra (Alpina).

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Àlex Montoliu.

ESQUÍ NÒRDIC

■ GUILS DE Cerdanya

DISSABTE 15 DE GENER

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Curset d'iniciació i perfeccionament.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Isabel Casanellas, Antonio Pardo.

■ DOLOMITENLAUF, MAIN RACE 60 KM CLÀSSIC/LLIURE ÀUSTRIA

DISSABTE 22

I DIUMENGE 23 DE GENER

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Viatge: amb avió.

Vocal: Francesc Monsonís.

■ ARANSA (CERDANYA)

DISSABTE 29 DE GENER

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Possibilitat de fer curset amb els monitors de l'estació.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Jordi Ollé i Maite Ferrer.

ESQUÍ ALPÍ

■ SETMANA D'ESQUÍ ALPÍ REIS A ALPE D'HUEZ

DEL 2 AL 8 DE GENER

COMPANYIA DE GUIES

6 nits a apartament per a 4 pax + 5 dies de forfet.

Places: grup de 12 persones (mínim).

ESCALADA

■ ESTADA EXCURSIONISTA (AMB TAST D'ESCALADA) AL REFUGI CIRIAC BONET DE SIURANA

DEL 7 A L'11 DE MARÇ

COMISSIÓ DE JOVENT

Per a nois i noies de 14 a 18 anys.

Inscripcions: del 3 de gener a l'1 de març.

■ ESCALADA A OLIANA

DISSABTE 26 DE FEBRER

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: del 3 de gener al 17 de febrer.





Agenda gener 2011

Dates	Organització	Tipus d'activitat	Activitat (lloc / horari / a cura de, vocals)	Pàg.
Dissabte 8	Muntanya	VIA FERRADA ***	Roca Blanca a Alcanar (Tarragona). Vocal: Joan Ramon Montes.	10
Dissabte 8	Història i Art	EXCURSIÓ **	Etapa 3: Circular d'Egara PR C.13. Vocal: Vicenç Peig.	4
Diumenge 9	Geografia i Ciències Naturals ERB	EXCURSIÓ *	Sortida de treball de camp al Montseny. Directors científics: Josep Nuet i Valentí González.	4
Diumenge 9	Geografia i Ciències Naturals EXFAVEPRO	EXCURSIÓ *	Excursió a l'Alt Penedès. Vocals: Jaume Marcè i Rafel Serra.	4
Diumenge 9	Comissió d'Infants	EXCURSIÓ *	Turó de Magarola o del Mal Tall (Collserola). Vocal: Àlex Montoliu.	4
Dilluns 10	Cinema i Vídeo	CURS DE FORMACIÓ	Cloenda del 20 curset de vídeo. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	15
Dijous 13	Història i Art	CONFERÈNCIA	“Relloctges de sol a Catalunya”. A cura d'Andreu Majó. A la sala d'actes a 2/4 de 8 del vespre.	12
Dijous 13	Història i Art	CANTS	Bagatge de cançons. A l'aula Artur Osona, a les 6 de la tarda. Vocals: Robert Híjar i Roser Castelló.	13
Dimecres 12, 19 i 26	Geografia i Ciències Naturals ERB	LABORATORI	Sessió de treball al laboratori. A partir de 2/4 de 7 del vespre.	13
Dissabte 15	Esquí Nòrdic	CURS DE FORMACIÓ	Gulls de Cerdanya. Vocals: Isabel Casanellas i Antonio Pardo.	15
Dissabte 15	Fotografia/Muntanya (Veterans)	SORTIDA CULTURAL	Museus d'Igualada: museus del Traginer i de la Pell. Dinar en homenatge a Dolors Aubanell. Vocals: R. Guiu, A. Muñoz i J. Garriga.	10
Dissabte 15	Esport Adaptat	NATACIÓ	Entrenament a la piscina Sant Jordi.	-
Dissabte 15	Història i Art	EXCURSIÓ *	Museu d'Art de Cerdanyola. Parc de la Riera i font de Can Lloses. Vocal: Núria Casals.	10
Dissabte 15 i diumenge 16	Muntanya	ESQUÍ DE MUNTANYA ***	Pic de Mortiers (2.606 m). Vocal: Teresa Larrieu.	6
Diumenge 16	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Cicle Estimar Catalunya: “Els Empedrats. Catarisme.” Vocals: Lluís Rotllan i Ramon Ribas.	4
Diumenge 16	Muntanya	EXCURSIÓ ****	El Costabona amb raquetes de neu. Vocal: Dolors Gurri.	6
Dilluns 17	Cinema	AUDIOVISUAL	Projecció de <i>La doble vida del faquir</i> . A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	13
Dimarts 18	Càmping	CAMPAMENTS	Reunió d'acampadors de Còrsega.	3

Dimarts 18	Muntanya	EXCURSIÓ **	Excursió n°210. Serra de Miralles – la Tossa de Montbui. Vocals: Ramon Guiu,Toni Muñoz i Lluís Willaert.	6
Dimecres 19	Geografia i Ciències Naturals	CONFERÈNCIA / PRESENTACIÓ	Commemoració del 25è. aniversari del GEBRPA: “Vegetació del Pirineu oriental”. A cura de Valentí Gonzalez. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	1
Dijous 20	Càmping	EXCURSIÓ **	Serra de l’Ordal. Vocal: Paco Aguilera.	4
Dissabte 22	Esport Adaptat	NATACIÓ	Lliga Catalana a Granollers.	-
Dissabte 22	Història	SORTIDA CULTURAL	Castell de Subirats. Vocal Mercè Falcó.	10
Dissabte 22 i diumenge 23	Muntanya	EXCURSIÓ ***	El Petit Peric amb raquetes. Vocals: Xavier Perramon i Josep Pérez.	6
Dissabte 22 i diumenge 23	Muntanya	ESQUÍ DE MUNTANYA **	Pic de Bastiments. Vocal: Atanasi Jornet.	7
Dissabte 22 i diumenge 23	Esquí	CURSA D'ESQUÍ	Dolomitenlauf Main Race 60 km clàssic/liure (Àustria). Vocal: Francesc Monsonís.	7
Diumenge 23	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Des les cases de la Posada a Busa. Vocals: Pepe Guajardo i Montse Giménez.	5
Diumenge 23	Història	EXCURSIÓ **	Equipaments de Collserola: dues masies: can Coll i can Borrell. Vocal: Núria Casals	5
Diumenge 23	Geografia i ciències naturals	EXCURSIÓ	Del coll de la Guilla a Prats de Molló. Vocal: Valentí González.	5
Diumenge 23	BTT/CT	BTT/CT	Serralada Litoral. Vocal: Albert González.	6
Dilluns 24	Cinema	AUDIOVISUAL	Projecció en memòria d'Artur Peix. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.	13
Dijous 27	Història	CANTS	Bagatge de cançons. A la sala Artur Osona a les 6 de la tarda. Vocals: Robert Hjar i Roser Castelló.	13
Dissabte 29	Esquí	ESQUÍ DE FONS	Aransa (Cerdanya). Vocals: Jordi Ollé i Maite Ferrer.	7
Dissabte 29	Història	SORTIDA CULTURAL	Roca Barcelona Gallery. Vocal: Mercè Falcó.	10
Dissabte 29	Història	EXCURSIÓ **	Rodal de Sabadell: Polinyà, can Déu. Vocal: Jordi Lucea.	5
Dissabte 29 i diumenge 30	Muntanya	EXCURSIÓ *****	Carançà (Refugi del Torb). Vocal: Joan Ramon Montes.	6
Dissabte 29 i diumenge 30	Muntanya	ESQUÍ DE MUNTANYA *****	Pic de Pessons. Vocal: Àlex Montoliu.	7
Diumenge 30	Muntanya	EXCURSIÓ ***	Serra de Vidabona. Vocals: Pilar Casals i Mateu Espinal.	5

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



Activitats

■ ESCALADA AL PIC DEL MARTELL (GARRAF)

DISSABTE 29 DE GENER

COMPANYIA DE GUIES

Itinerari: pic del Martell, vies a triar entre IV i 6a equipat.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

ESCALADA EN GEL

■ CASCADISME (ESCALADA EN GEL) AL PEDRAFORCA

DISSABTE 15 DE GENER

COMPANYIA DE GUIES

Desnivells: entre 100 i 300 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

■ CASCADISME (ESCALADA EN GEL) A CEILLAC

DE L'11 AL 13 DE FEBRER

COMPANYIA DE GUIES

Inscripció: del 3 de gener al 3 de febrer.

VIES FERRADES

■ VIA FERRADA ROCA BLANCA A ALCANAR

DISSABTE 8 DE GENER

SECCIÓ DE MUNTANYA

Dificultat: **** cal experiència.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocal: Joan Ramon Montes.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

■ SORTIDA A LA COMARCA DE L'ANOIA

DISSABTE 15 DE GENER

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

SECCIÓ DE MUNTANYA -VETERANS

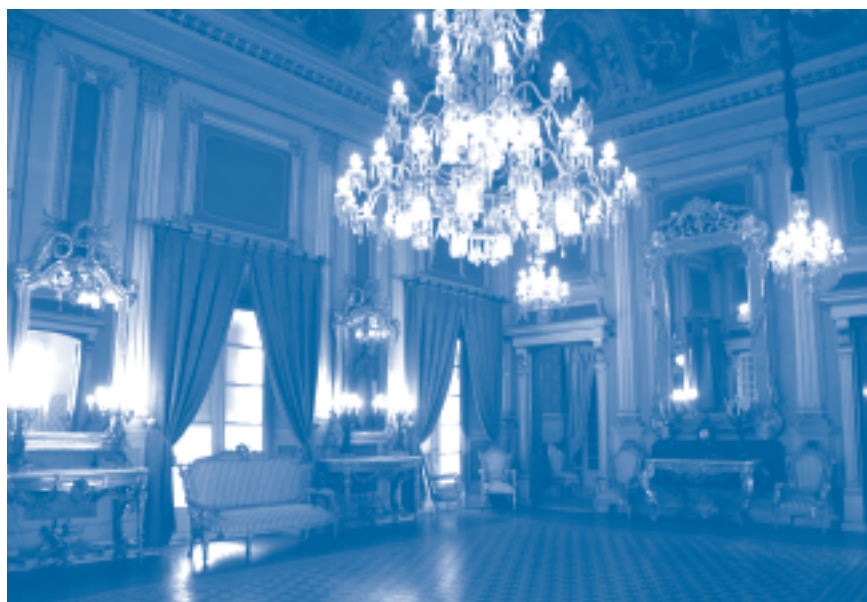
Itinerari:

Caminadors: ruta per la serra de Miralles fins a la Tossa de Montbui.

No caminadors: visita a Igualada dels museus del Traginer i de la Pell; anirem a la Tossa de Montbui, on trobarem el grup dels caminadors. Dinar d'homenatge a Dolors Aubanell, companya de molts anys en les sortides del CEC.

Inscripcions: des del 13 de desembre.

Lloc de trobada: rda. Universitat, 11-Balmes a 3/4 de 8 del matí.



Casa Castellarnau.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Ramón Guiu, Antoni Muñoz i Josefina Garriga.

■ SUBIRATS

DISSABTE 22 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visita guiada al recinte medieval i la resta del castell de Subirats; l'església romànica de Sant Pere i el santuari de la Font Santa; audiovisual "El castell de Subirats. Més de mil anys d'història"; possibilitats de visitar un celler.

Viatge: amb autocar.

Lloc de trobada: pl. Catalunya/Rivadeneyra a 1/4 de 9 del matí.

Inscripcions: a partir del 10 de gener.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

■ MUSEU D'ART DE Cerdanyola (CULTURA I NATURA)

DISSABTE 15 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Cultura: visita comentada al nou Museu d'Art de Cerdanyola, centrat especialment en l'època modernista, noucentista i art déco. La seva seu és can Domènech, un dels edificis més emblemàtics del modernisme cerdanyolenc.

Natura: parc de la Riera, can Catà, font de Can Lloses.

Temps de camí: 3 h.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: taquilles RENFE pl. Catalunya a 2/4 de 9 del matí (tren 8:44). Bitllet d'anada a Cerdanyola.

Inscripcions: a partir del dia 3 de gener.

Vocal: Núria Casals ☎ 651 593 770

■ ROCA BARCELONA GALLERY

DISSABTE 29 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visitarem amb un guia aquest innovador edifici que és tot un referent arquitectònic mundial.

Viatge: amb transport públic.

Lloc de trobada: carrer Joan Güell, 211-213, de Barcelona, a 3/4 d'11 del matí.

Inscripcions: a partir del 17 de gener.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

■ SORTIDA A LA COMARCA DE LES GARRIGUES

DIUMENGE 6 DE FEBRER

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Visita guiada del castell de l'Espluga Calba. Calçotada a Vallbona de les Monges.

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

La costa de Còrsega.





Activitats

Inscripcions: a partir del 17 de gener.

Viatge: amb autocar.

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

■ TARRAGONA MODERNISTA

DISSABTE 12 DE FEBRER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visita guiada a la casa Castellar-nau, el mausoleu del Rei Jaume I, les façanes de les cases Bofarull, can Salas, casa Ximenis i el col·legi de les Teresianes.

Viatge: amb autocar.

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

Inscripcions: a partir del 24 de gener.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

VIATGES NATURALÍSTICS, GEOGRÀFICS O CULTURALS

■ MONTPELLIER I ELS PARCS NATURALS DEL LLENGUADOC

DE L'11 AL 13 DE MARÇ

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: Montpeller, les Cavernes, la Llacuna de Thau i Pezenas.

Viatge: amb autocar.

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

Inscripcions: a partir del 28 de gener.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

■ VIATGE TURÍSTIC I CULTURAL A L'ILLA DE CÒRSEGA

SETMANA SANTA ABRIL 2011

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Visites: Ajaccio, Bonifacio, Aléria, Filito-sa, Bastia, Calvi, etc.

Viatge: amb vaixell i autocar.

Vocals: Josefina Garriga i Eduard Estrada.



*La Junta Directiva
del Centre Excursionista
de Catalunya
us desitja un bon
any 2011.*





Activitats

ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL



Vista de l'Alguer.

ACTES INSTITUCIONALS I DE LES SECCIONS

■ ANIVERSARI DEL GRUP D'ESTUDIS BOTÀNICS RAMON PUJOL I ALSINA

DIMECRES 19 DE GENER

*SECCIÓ DE GEOGRAFIA
I CIÈNCIES NATURALS*

Inauguració dels actes de commemoració del 25è del Grup d'Estudis Botànics Ramon Pujol i Alsina. Presentació del cicle "Vegetació del Pirineu Oriental". Conferència sobre "La vegetació de l'Alt Vallespir", a cura de Valentí González.

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

CONFERÈNCIES / AUDIOVISUALS / VIDEOREPORTATGES

■ "VIATGE A SARDENYA"

DIJOUS 3 DE FEBRER

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Audiovisual del viatge a l'Alguer i altres indrets rellevants de l'illa.

A cura de: Neus Sánchez.

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

■ "RELOTGES DE SOL A CATALUNYA"

DIJOUS 13 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Conferència sobre els rellotges de Catalunya, acompanyada d'alguna projecció.

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

A cura de: Andreu Major, col·leccionista i director del Museu de Rellotges de Sol de Cabriels.



CONCURSOS

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

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

BASES:

Format: vídeos sistema PAL de format DV en cintes mini DV i DVD-vídeo en discos $\pm R$, d'una durada màxima de 30 min. Cada obra es presentarà en cinta o disc independent. No s'admetran realitzacions anteriors a l'any 2006 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 límit: 14 de gener de 2011. 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 se'n considerin mereixedors.

Premi especial Josep-Jordi Queraltó:

Activitats

s'atorgarà al vídeo de viatges més creatiu.

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.

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

■ XXIV CONCURS SOCIAL DE TEMES OBLIGATS

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

BASES:

El tema corresponent als mesos de gener i febrer es "picaportes".

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 la diapositiva de 24 x 36 mm.

Admissió de fotos: fins al 28 de febrer.

■ XXXIX CONCURS SOCIAL DE FOTOGRAFIA ARTISTICA EN B/N

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

BASES:

Participants: tots els socis del Centre.

Tema: lliure, llevat de l'alta muntanya.

Nombre de 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 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 31 de març, a la sala del primer 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.

SESSIONS DE LABORATORI

■ SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES

DIMECRES 12, 19 I 26 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.

Directors científics: Valentí González i Josep Nuet.

ACTIVITATS MUSICALS I DANSES

■ BAGATGE DE CANÇONS

DIJOUS 13 I 27 DE GENER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Lloc i hora: a l'aula Artur Osona a les 6 de la tarda.

Vocals: Robert Híjar i Roser Castelló

☎ 696 875 546.

ACTIVITATS DE CINEMA

■ PROJECCIÓ DE LA DOBLE VIDA DEL FAQUIR

DILLUNS 17 DE GENER

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

El 1937, en plena guerra, Felip Sagués, un soci del CEC aficionat al cinema i a la màgia, està refugiat a Sant Julià de Vilatorrada. Amb els alumnes del Col·legi d'Orfes del Roser i la filla d'un marquès va rodar l'exòtic film *Imitando al faquir*. Aquest fet va inspirar a Elisabet Cabeza i a Esteve Rimbau el 2005 el curiós documental de 95 min. *La doble vida del faquir*, rememorant aquella pel·lícula, el pas del temps, els somnis acomplerts o perduts, on disfrassant els

nens d'ara davant d'un mirall, s'esborra la frontera entre el passat i el present.

Lloc i hora: a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes, sessió 2021.

A cura de: Esteve Rimbau, historiador, crític, autor de llibres sobre la història del cinema i actual director de la Filmoteca de Catalunya.

■ PROJECCIÓ EN MEMÒRIA D'ARTUR PEIX

DILLUNS 31 DE GENER

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Com no podia ser d'altra manera, per recordar el nostre company projectarem dues mostres del seu cinema: *La casa* (1980, 22 min), realitzada conjuntament amb el seu germà Carles i el seu fill Xavier (Grup 3P), una cinta plena d'humanitat i de records pretèrits, i *L'A-drià, el meu nét* (1988, 13 min.), entranyable documental que resumeix les vivències i els ideals de l'Artur i de molts catalans de la seva generació, projectats damunt el futur d'un nen.

Lloc i hora: a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes, sessió 2022.



Cartell i fotograma de la pel·lícula *La doble vida del faquir* (2005).





Activitats

ACTIVITATS DE JOVENT

El Centre Excursionista de Catalunya us proposa dues estades i una estada/travessa per a la setmana de vacances escolars del mes de març, a alguns dels refugis de la nostra entitat.

■ ESTADA / TRAVESSA HIVERNAL ALS REFUGIS JOSEP M. BLANC I AMITGES

Del 5 al 12 de març

Per a nois i noies de 16 a 21 anys

Inscripcions: del 3 de gener a l'1 de març.
Més informació a www.cec.cat

■ ESTADA HIVERNAL AL REFUGI D'ULLDETER

Del 7 a l'11 de març

Per a nois i noies de 12 a 15 anys

■ ESTADA EXCURSIONISTA (AMB TAST D'ESCALADA) AL REFUGI CIRÍAC BONET (SIURANA)

Del 7 a l'11 de març

Per a nois i noies de 14 a 18 anys



Centre Excursionista de Catalunya

¡FES-TE'N SOCI!

ACTIVITATS

- Més de 50 activitats mensuals
- Excursionisme
- Esquí
- Espeleologia
- Escalada
- Senderisme
- Ratlls de muntanya
- Acampades
- Esports d'aventura
- Participació en curses i marxes
- Bicicleta tot terreny
- Concursos de fotografia
- Cinema amateur
- Activitats musicals i artístiques
- Exposicions
- Geografia i ciències naturals
- Activitats esportives al mar
- Activitats culturals

SERVEIS

- Assegurança d'accidents per a tot el món
- Revista *Muntanya* (bimestral)
- Butlletí d'activitats (mensual)
- Preu especial als refugis
- Escola de Muntanya (més de 35 cursos anuals)
- Descomptes en els forats
- Lloguer de material de muntanya i d'esquí

■ Nou Can Caralleu

El Centre Excursionista de Catalunya és una de les entitats que gestiona actualment el complex esportiu Can Caralleu. Els socis del CEC tenen condicions econòmiques avantatjoses, en les modalitats d'abonament.

ADHERIT A:

Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya
Federació Catalana d'Esports d'Hivern
Federació Catalana d'Espeleologia
Federació Catalana de Fotografia

Associació Espanyola de Canyol i Canyons
Federació Catalana de Cicle
Federació Catalana d'Esports de Pàdel Central
Federació Catalana d'Esports de Minivulda Pàdel

Centre Excursionista de Catalunya
Paradís, 10 i 12 / 08002 Barcelona
933 152 311 / www.cec.cat

Activitats

CURSOS DE FORMACIÓ

■ CURSET D'ESQUÍ INFANTIL (MENORS DE 16 ANYS)

DISSABTE 8 DE GENER

COMPANYIA DE GUIES

12 dissabtes a Font-romeu, a partir del 8 de gener. Autocar + dinar + 5 hores al dia de curset.

■ 20È CURSET DE VÍDEO DIGITAL

DILLUNS 10 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 2020.

■ CURS DE PREVENCIÓ I SEGURETAT EN MUNTANYA HIVERNAL

DEL 24 AL 27 DE GENER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dimarts 25 de gener. ¿Què podem fer abans de sortir, com podem actuar en el terreny?

Dijous 27 de gener. Seguretat en muntanya hivernal.

Places: 10 (màxim 12).

Inscripcions: fins al 18 de gener.

■ CURS D'INICIACIÓ A L'ESCALADA EN GLAÇ

DEL 24 AL 31 DE GENER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dilluns 24 de gener. Presentació. Terrenys de joc, material i equip. Anco-
ratges, reunions i assegurament en glaç.
Dilluns 31 de gener. Simbologia, lec-
tura i confecció de ressenyes. Repàs,
test i cloenda.

Pràctiques:

Dissabte 29 i diumenge 30 de gener.
Tècniques de progressió i seguretat:
tècnica gestual, assegurament (I
part). Col·locació d'ancoratges i mun-
tatge de reunions. Tècniques de pro-
gressió, ancoratges, sistemes d'asse-
gurament en glaç (II part). Tècniques
de descens.

Places: 8 (màxim 12).

Inscripcions: del 21 de desembre de
2010 al 19 de gener de 2011.

■ TÈCNiques D'ENCORDAMENT PER GLACERA

DEL 2 AL 6 DE FEBRER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dimecres 2 de febrer. Presentació del
curs. Terrenys de joc. Material bàsic

Pràctiques:

Dissabte 5 i diumenge 6 de febrer.
Tipus d'encordament i circulació per
glacià. Progressió per corda fixa. Tèc-
niques bàsiques d'autorescat en
esquerdes. Actuació davant d'un acci-
dent.

Inscripcions: del 5 al 26 de gener.

■ PERFECCIONAMENT TÈCNIC D'INICIACIÓ A L'ALPINISME

DE L'1 AL 5 DE FEBRER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòrica:

Dimarts 1 de febrer. Preparació, plani-
ficació i organització de la sortida
amb el guia. Pautes bàsiques de
seguretat.

Pràctiques tutelades:

Dissabte 5 de febrer. Canals D'Ulldeter.

Places: 8 (màxim 12).

Inscripcions: del 17 al 31 de gener.

■ CURS AVANÇAT D'ESQUÍ DE MUNTANYA

DEL 8 AL 13 DE FEBRER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dimarts 8 de febrer. Tècniques d'en-
cordament en glacera i autorescat.

Pràctiques:

Dissabte 12 i diumenge 13 de febrer.
Pràctiques d'encordament i autores-
cat.

Places: 4 (màxim 12).

Inscripcions: del 11 de gener a l'1 de
febrer de 2011.

Places: 8 (màxim 12).



■ CURS D'INICIACIÓ A L'ALPINISME

FEBRER

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dilluns 7 de febrer. Presentació del
curs. Equipament i material.

Dijous 10 de febrer. Seguretat en
muntanya hivernal.

Dijous 17 de febrer. Progressió, anco-
ratges i seguretat en roca i neu.

Dijous 24 de febrer. Planificació i
logística d'una sortida.

Dijous 3 de març. Repàs, test i cloenda.

Les sessions teòriques es faran a les 8
del vespre al CEC.

Pràctiques:

Dissabte 12 i diumenge 13 de febrer.
Progressió en neu. Autodetenció.
Nivologia i allaus. Taller de nusos.

Dissabte 19 i diumenge 20 de febrer.
Progressió i seguretat en roca.

Dissabte 26 i diumenge 27 de febrer.
Progressió i seguretat en neu. Activi-
tat final.

Places: 10 (màxim 12).

Inscripcions: del 9 de desembre de
2010 al 15 de gener de 2011.

■ CURS D'INICIACIÓ A L'ALPINISME

MARÇ

ESCOLA DE MUNTANYA

Teòriques:

Dimarts 1 de març. Presentació del
curs. Equipament i material.

Dimarts 8 de març. Seguretat en
muntanya hivernal.

Dimecres 10 de març. Progressió,
ancoratges i seguretat en roca i neu.

Dimarts 15 de març. Planificació i
logística d'una sortida.

Dimarts 22 de març. Repàs, test i clo-
enda.

Les sessions teòriques es faran a les 8
del vespre al CEC.

Pràctiques:

Dissabte 5 i diumenge 6 de març.
Progressió en neu. Autodetenció.
Nivologia i allaus. Taller de nusos. Uil-
deter

Dissabte 12 i diumenge 13 de març.
Progressió i seguretat en roca. Pedra-
força.

Dissabte 19 i diumenge 20 de març.
Progressió i seguretat en neu. Activi-
tat final.

Places: 10 (màxim 12).

Inscripcions: del 9 de desembre de
2010 al 15 de febrer de 2011.

DESCOMPTES DE LES ESTACIONS D'ESQUÍ PER ALS SOCIS DEL CEC

TEMPORADA 2010-2011

	Adults i Infants: - 10%	
	Adults i Infants: - 10%	Heu de passar a recollir els codis de barres a l'Àrea d'Atenció al Soci. També hi ha altres descomptes per a més dies de forfet.
	Adults i Infants: - 10%	Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.
	Adults i Infants: - 10%	Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.
	Adults i Infants: - 10%	Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.
	Adults i Infants: - 10%	Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.
	Descompte del 10% en la reserva del paquet d'allotjament més forfet en qualsevol dels seus establiments.	Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.
	Adults i Infants: - 10%	Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.
	Descompte del 8% sobre els preus de venda en caps de setmana o estades de tres dies (forfet i allotjament).	Contacteu amb l'oficina de Barcelona (barcelona@baqueira.es) o bé al ☎ 932 058 292 dient que sou socis del CEC.
	Forfet adult: 10 € Forfet infantil: 5 €* Forfet temporada: 100€** El forfet de temporada és vàlid per a totes les estacions d'esquí nòrdic de Catalunya: Aransa, Guils-Fontanera, Lles, Sant Joan de l'Erm, Tavascan, Tuixén-la Vansa i Bosc de Virós.	Infants fins a 6 anys i adults majors de 65 anys: gratuït. *Infants: de 6 a 12 anys inclosos. **Es podrà adquirir el forfet de temporada amb un 20% de descompte fins al dia 21 de novembre del 2010.



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.