



# butlletí

per als socis  
octubre 2011

Paradís, 10 i 12- 08002 Barcelona

Tel.: 933 152 311

Fax: 933 151 408

cec@cec.cat

www.cec.cat

● Placa al Mèrit Olímpic 2007 ● 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 ● Medalla de Plata al Mèrit Turístic 1966

## Convocatòria d'eleccions a la Junta Directiva el 15 de desembre del 2011

D'acord amb el Capítol V dels Estatuts del Centre Excursionista de Catalunya i amb el que estableix el Decret 1/2000 i la Llei de l'Esport vigent, la Junta Directiva ha acordat

en reunió ordinària del dia 25 de juliol del 2011 convocar eleccions per renovar la totalitat dels càrrecs d'aquesta mateixa Junta. Els passos a seguir són:

### CALENDARI DEL PROCÉS ELECTORAL

**11 de novembre:** constitució de la Junta Electoral.

**De l'11 al 18 de novembre:** s'exposarà el cens d'electors i elegibles per a consultes, a l'Àrea d'Atenció al Soci.

**Del 23 de novembre al 2 de desembre:** presentació de les candidatures segons l'article 27è de l'Estatut del CEC.

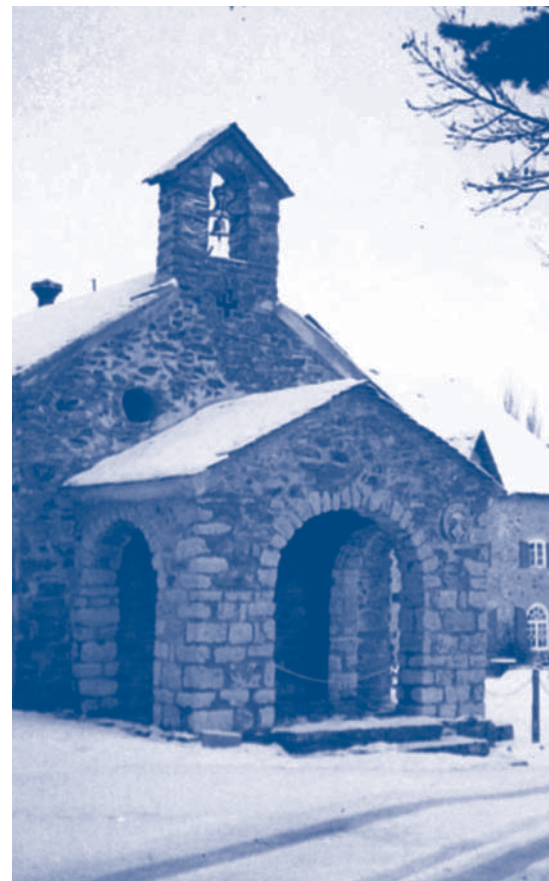
(Segons els articles 15è i el 27è de l'Estatut del CEC, les candidatures han d'estar formades per un president, dos vicepresidents, un tresorer i un secretari, i un mínim de 6 i un màxim de 16 vocals)

**7 de desembre:** proclamació de les candidatures.

**15 de desembre:** les eleccions es duran a terme de 4 a 9 del vespre a la sala d'actes, i a continuació es durà a terme l'escrutini amb la proclamació de la candidatura guanyadora.

## Comencen les obres de restauració de la capella del xalet de la Molina

Han començat les obres de restauració de la capella del xalet de la Molina, que es faran de manera independent del xalet. Per cobrir el pressupost de l'obra s'ha obert el compte corrent **2100-0900-91-0211625511** perquè tots els socis i les persones que s'estimen la capella hi puguin fer una aportació econòmica. Us donem per endavant les gràcies a tots.



## X Fira del Llibre de Muntanya a l'Esquirol – Santa Maria de Corcó



La desena edició de la Fira del Llibre de Muntanya enguany es farà el dissabte 1 i el diumenge 2 d'octubre a l'Esquirol – Santa Maria de Corcó. L'organització és a cura de l'Associació dels Amics dels Cingles de Collsacabra i els ajuntaments de Tavertet, l'Esquirol – Santa Maria de Corcó, Rupit i Pruit.

Més informació: [www.firallibremuntanya.net](http://www.firallibremuntanya.net)

## XXXV Aplec Excursionista dels Països Catalans a l'Alguer del 28 d'octubre a l'1 de novembre

El dimarts dia 18 d'octubre es farà una reunió informativa a la sala d'actes a 2/4 de 8 del vespre, on es lliuraran els bitllets d'avió. Encara hi ha places disponibles en el segon avió,

que surt de Barcelona el dia 28 a les 17:20, i de l'Alguer el dia 1, a les 21:00. Adreceu-vos als vocals de l'organització: Pepa Igartua, Hermes soler i Joan Santamans



# Notícies

## SUMARI

Notícies .....	1
Activitats .....	3
<b>SORTIDES .....</b>	<b>3</b>
EXCURSIONS DE BAIXA I MITJANA MUNTANYA .	3
VETERANS .....	4
JOVENT .....	4
EXCURSIONS D'ALTA MUNTANYA .....	4
VIES FERRADES .....	5
COMPANYIA DE GUIES .....	6
BTT/CICLOTURISME .....	6
SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES .....	6
VIATGES NATURALÍSTICS, GEOGRÀFICS I CULTURALS .....	7
<b>ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL ...</b>	<b>7</b>
<b>CURSOS DE FORMACIÓ .....</b>	<b>8</b>

## XXXVIII Premi Joan Camps i Coma de diapositives

Segons el veredict del jurat del dia 7 de juny, format per Joaquim Ferràndiz, Mercè Falcó i Anton Abel, els guanyadors són:

- 1r premi:** Col·lecció "Barques" de Roser Romaní (32 punts).
- 2n premi:** Col·lecció "Gat" d'Eduard Estrada (26 punts).
- 3r premi:** Col·lecció "Llum" de Josefina Garriga (25 punts).

## Convocatòria del 24è Premi Pius Font i Quer de Fotografia Botànica

El tema d'enguany és «Les plantes aquàtiques i dels aiguamolls». El termini d'admissió dels treballs que concorrin al premi és del 2 al 16 de novembre de 2011. Podeu consultar les bases a [www.cec.cat](http://www.cec.cat), Secció de Geografia i Ciències Naturals, i a l'Àrea d'Atenció al Soci.

## Premis per a tot el programa espanyol al Concurs Mundial UNICA 2011

Els tres vídeos del programa que ha representat Espanya en aquest certamen, celebrat a Luxemburg del 20 al 28 d'agost passat, han merescut ser premiats: *Nocturn, de End of the road* (Baca+Garriga) i *Camas calientes*, de Lluc Güell i Paula Moretó, que han rebut dues medalles d'or, i *Convergentes*, d'Alejandro Portaz, amb una medalla de plata.

En el certamen paral·lel Copa del Film Minut, el vídeo espanyol *Despejado*, de Jotoni no va superar la selecció prèvia del jurat.

Cada any, des de 1932, organitzem el concurs Selectiu UNICA amb la finalitat de seleccionar un programa per a representar

Espanya al concurs mundial que la UNICA convoca en un país membre. Això és així perquè el representant d'Espanya a la UNICA és el CEC i la seva secció de cinema, pel fet de ser-ne un dels fundadors d'aquesta organització i perquè a Espanya no hi ha hagut mai una federació finançada públicament. Des de fa anys, el cineasta i consoci Jan Baca Pericot assumeix la delegació.

Felicitem al nostre jurat seleccionador i a tots els cineastes d'Espanya que participen i fan possible cada any un programa tan premiat.

Més informació a [www.unica-web.com/](http://www.unica-web.com/)

## Homenatge pòstum a Rosó Cangròs el 4 d'octubre

El passat dia 15 d'abril ens va deixar, després d'una curta malaltia, la responsable de la Comissió d'Esport Adaptat, Rosó Cangròs. La Junta Directiva del CEC i els seus companys de la comissió i de les seccions de Muntanya i Esquí Nòrdic li retrem un homenatge, al qual s'hi poden afegir tots els socis del Centre que ho desitgin. Ens trobarem a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.



## XXIV Concurs de Fotografia de Temes Obligats

Guanyadors del concurs corresponent al tema «Roses», segons la decisió del jurat del dia 12 de juliol:

### Apartat B/N

Foto «Dentada», de Dora Serra (6 punts).

### Apartat color

Foto «Roses», de Josep Soler (6, 6 punts).

### Apartat diapositives

Foto «Esplèndida», de Roser Romaní (5 punts).

Guanyadors del concurs social de temes obligats 2010-2011:

### Blanc i negre:

- 1r premi Dora Serra;
- 2n premi Roser Romaní;
- 3r premi Maria Bonet.

### Paper color:

- 1r premi Josep Soler;
- 2n premi Maria Bonet;
- 3r premi Roser Romaní.

### Diapositives:

- 1r premi Eduard Estrada;
- 2n premi Josefina Garriga;
- 3r premi Roser Romaní.

# Activitats

## SORTIDES

### EXCURSIONS DE BAIXA I MITJANA MUNTANYA

#### ■ DE CANET DE MAR A LA CREU DE PEDRACASTELL DE CANET (DIJOURS MATINAL)

DIJOURS 6 DE OCTUBRE

SECCIÓ DE CÀMPING

**Itinerari:** estació de Canet de Mar, Sant Pere i Sant Pau, font del Passeig de la Misericòrdia, santuari de la Misericòrdia, castell de Santa Florentina, creu de Pedracastell, fàbrica Jover, casa Alsina Roig, Villa Soledad.

**Temps de camí:** 2 h 30 min.

**Desnivell:** 314 m.

**Dificultat:** \* molt fàcil.

**Viatge:** amb tren R-1. Hi ha un tren que surt de Sants a les 08:46 i arriba a Canet de Mar a les 09:48.

**Lloc de trobada:** a les 10 del matí a l'estació de Canet de Mar.

**Vocal:** Pere Miró. ☎ 933 079 170 i 617 267 90 ([perebayo@yahoo.es](mailto:perebayo@yahoo.es)).

#### ■ MINES DE CAN PALOCA

DIUMENGE 9 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

Final del cicle «La farga catalana».

**Itinerari:** collet de Segura (Ribes de Freser), mines de Batet, mina de Can Paloca (visita), mina de Posson, can Segura. Després de dinar es visitarà la Farga de Ripoll.

**Temps de camí:** 3 h.

**Desnivell:** +400 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Viatge:** amb autocar.

**Vocals:** Albert Gras i Jordi Lucea.

**N.b.:** Cal portar frontal i/o llanterna

#### ■ SANT MARTÍ DE BROCÀ

DIUMENGE 9 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

**Itinerari:** Bagà, Sant Martí de Brocà, bassa de Tarnes, collada Grossa, el paller de Dalt, collada de Carballons, solà del Paller, Bagà.

**Temps de camí:** 5 h 30 min.

**Desnivells:** +00 m.

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

**Viatge:** amb autocar.

**Vocals:** Pilar Casals i Mateu Espinal.

#### ■ SORTIDA DE TREBALL DE CAMP

DIUMENGE 9 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

#### EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

Sortida de treball de camp: «Cartografia corològica de les plantes bioindicadores del Motesny».

**Directors científics:** Josep Nuet i Valentí González.

#### ■ EXCURSIÓ AL VALLÈS ORIENTAL

DIUMENGE 9 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (EXFAVEPRO)

Excursió núm. 361.

**Lloc:** Aiguafreda de Dalt i dolmen del Pla del Boix (Vallès Oriental).

**Temps de camí:** 3 h.

**Desnivell:** +150 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Lloc de trobada:** a Aiguafreda, a l'Snak Bar Novelles, carretera de Ribes, 10 ☎ 938 440 470, a 2/4 de 10 per sortir a les 10.

**Vocals:** Montserrat Orfila (☎ 932 043 545) i Roser Canals (☎ 934 181 221).

#### ■ GARROTXA

DIUMENGE 16 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

**Itinerari:** Sant Pere Despuig, bac de Planagem, la Serrota, Ridaura, la Pinya.

**Temps de camí:** 4 h 30 min.

**Desnivells:** +460 m / -420 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Viatge:** amb autocar.

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

#### ■ PUIG NEULÓS I BOSC DE LA MAÇANA

DIUMENGE 16 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

**Itinerari:** coll d'Ullet, puig Neulós, puig dels Quatre Termes, bosc de la Maçana, refugi de les Colomates, torre Maçana, la Vall (veïnat d'en Marra).

**Temps de camí:** 8 h.

**Desnivells:** +300 m / -1.100 m.

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

**Viatge:** amb autocar.

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

#### ■ DE CANYAMARS AL SANTUARI DEL CORREDOR (DIJOURS TOT EL DIA)

DIJOURS 20 D'OCTUBRE

SECCIÓ CÀMPING

**Itinerari:** Canyamars, pou de Glaç, creu de Rupit, coll del Pi de Buac, el Corredor, àrea d'esplai del Corredor, puig Aguilar, Canyamars.

**Temps de camí:** 4 h.

**Desnivell:** +500 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Lloc de trobada:** a les 10 del matí al restaurant Cal Víctor, Km. 0 de la carretera BV-5101 a Canyamars.

**Vocal:** Ramon Serra ☎ 932 191 671 / 652 431 267 ([serrariba@gmail.com](mailto:serrariba@gmail.com)).

**N.b.:** és convenient comunicar la inscripció al vocal per organitzar els cotxes.

#### ■ GR3 ETAPA 2B: VIDRÀ – LA FARGA DE BEBIÈ

DISSABTE 22 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

**Itinerari:** Vidrà, Sant Quirze de Besora, castell de Montesquiú, la Farga de Bebiè.

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

**Viatge amb:** autocar

**Vocals:** Ignasi Nadal i Lluís Garrido

**N.b.:** cal dur roba d'abric per fred, pluja i vent; calçat adient, frontal, xiulet i aigua.

#### ■ CICLE ESTIMAR CATALUNYA: «EN DEFENSA DELS PIRATES»

DIUMENGE 23 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

**Itinerari:** Sant Jordi d'Alfama, cala Mosques, cala Nova, l'Ametlla de Mar, cap de Santes Creus, punta de l'Àliga.

**Temps de camí:** 5 h.

**Desnivell:** +550 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Viatge:** amb autocar.

**Vocals:** Lluís Rotllan i Ramon Ribas.

#### ■ DOS RIUS: EL TENES I EL ROSSINYOL (AIGUA DOLÇA I AIGUA SALADA)

DIUMENGE 23 D'OCTUBRE

HISTÒRIA I ART

**Itinerari:** Sant Feliu de Codines, Riera de Vallbona, Alzina de la Creu, visita guiada a Sant Miquel del Fai, Riells del Fai.

**Temps de camí:** 3 h.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Viatge:** amb transport públic.

**Lloc de trobada:** passeig Sant Joan / Diputació a les 7:45 (cotxe de línia 8:00).

**Inscripcions:** a partir del dia 3 d'octubre.

**Vocal:** Núria Casals ☎ 651 593 770.

**N.b.:** Cal pagar 12 € (viatge i entrada a Sant Miquel del Fai) el mateix dia de la sortida.

#### ■ MONTSENY TARDORAL

DIUMENGE 30 D'OCTUBRE

HISTÒRIA I ART

**Itinerari:** coll de Bordoriol, font dels



# Activitats

Llops, font dels Mosquits, coll Pregon, creu de Matagalls, font de Matagalls, coll Saprunera, font de Sant Miquel dels Sants, Sant Segimon, font de l'Or, Santuari de l'Erola, can Bosch, els Molins, font de l'Oreneta, Viladrau.

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

**Temps de camí:** 6 h.

**Desnivells:** + 700 / -900 m.

**Viatge:** amb autocar.

**Lloc de trobada:** pl. Catalunya/Rivade-neyra, a les 7 del matí.

**Inscripcions:** a partir del 12 d'octubre.

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

**N.b.:** cal portar bastons, esmorzar i dinar.

## ■ EXCURSIÓ A LA VALL DE REIXAC

DIUMENGE 30 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

GRUP DE DESCOBERTA I OBSERVACIÓ DE LA NATURA

**Itinerari:** estació de Renfe Montcada i Reixac, Sant Pere de Reixac, font dels Avellaners, poblat ibèric de les Maleses, coll de la Malesa, collet de Vallencana, Sant Jeroni de la Murta, coll de les Ermites, coll de Puig Castellar, torre dels Frares, pont del Besòs i estació de Renfe.

**Objectiu:** observació de l'alzinar amb roures, màquies d'arboç, brolles d'estepes i brucs amb argelaga negra i gineseta, bardisses, pineda de pi pinyoner i pradell d'albellatge.

**Temps de camí:** 5 h.

**Desnivell:** +520 m.

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

**Viatge:** amb transport públic.

**Lloc de trobada:** estació de Renfe Montcada i Reixac (línia R2, Barcelona- Granollers-Sant Celoni). Tren: Barcelona-Sants Estació: 8:30; Barcelona-Passeig de Gràcia 8:35. Trobada a l'estació de Montcada i Reixac R2 a les 8,50

**Vocals:** Josep M. Panareda i Enric Orús.

## ■ SORTIDA AL VALLÈS ORIENTAL

DIUMENGE 6 DE NOVEMBRE

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Visita guiada del castell de Castellterçol i la Casa Museu Prat de la Riba (casa rural benestant d'inicis del segle XX).

**Viatge:** amb autocar.

**Inscripcions:** a partir del 10 d'octubre.

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

**Vocals:** Josefina Garriga i Eduard Estrada ☎ 934 545 769.

## ■ TRES TORRENTS, UN PANTÀ,

## UN RIU I UN SAFAREIG MEDIEVAL (AIGUA DOLÇA I AIGUA SALADA)

DIUMENGE 13 DE NOVEMBRE

HISTÒRIA I ART

**Itinerari:** can Déu, Sant Julià d'Altura, torrents de Gotelles i Ribatellada, pantà de Ribatellada, riu Ripoll, torrent de Colobrers, font de Can Moragues, ermita de Togores, santuari de la Salut.

**Temps de camí:** 5 h.

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

**Viatge:** amb tren.

**Lloc de trobada:** Renfe pl. Catalunya a les 8 del matí (tren 8:14). Bitllet a Sabadell anada i tornada.

**Inscripcions:** a partir del dia 25 d'octubre.

**Vocal:** Núria Casals ☎ 651 593 770.

**N.b.:** possibilitat de fer itineraris més curts. Parleu amb la vocal per a més informació.

## VETERANS

## ■ EXCURSIÓ Nº 215: TARDOR AL MONTSENY

DISSABTE 1 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

**Itinerari:**

**Caminadors:** coll de Borderiol, font de Felip Grauges, el pujol de Muntanya, les Rossoles, pla de Malataup, castanyers i ermita de l'Erola, masoveria de Molins, font, rotonda de Viladrau.

**No caminadors:** per determinar.

**Temps de camí:** 3 h 30 min.

**Desnivells:** +31 m / -250 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Inscripcions:** 10 de setembre.

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

**Viatge:** amb autocar.

**Vocals:** Lluís Soler Guillaume, Lluís Willaert, Ramon Guiu, Toni Muñoz.

## ■ EXCURSIÓ Nº 216: SANTA LLÚCIA DE PUIGMAL

DISSABTE 22 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

**Itinerari:**

**Caminadors:** Sant Antoni, el Colomer, el Coll de l'Home Mort, els Torrents, Santa Llúcia de Puigmal, collada de Santigosa.

**No caminadors:** Sant Joan de les Abadesses. Dinar opcional.

**Temps de camí:** 3 h 30 min.

**Desnivells:** -200 m / +200 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Inscripcions:** 10 d'octubre.

**Lloc de trobada:** Rda. Universitat, 11.

**Viatge:** amb autocar.

**Vocals:** J. M. Sala, Lluís Willaert, R. Guiu i Toni Muñoz.

## JOVENT

### ■ ASCENSIÓ AL TAGA

DISSABTE 8 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE JOVENT

**Itinerari:** Ribes de Freser, collada del Manter, plans i serra de Conivella, Taga.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Viatge:** amb transport públic.

**Vocal:** Roger Canals.

### ■ EXCURSIÓ SOTA TERRA: LA FOU DE BOR

DISSABTE 22 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE JOVENT

**Itinerari:** coves de la fou de Bor (Cerdanya).

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

**Viatge:** amb autocar.

**Vocal:** Roger Rovira.

## EXCURSIONS D'ALTA MUNTANYA

### ■ PIC DE L'INVERN

DIUMENGE 2 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

**Itinerari:** Ulldeter, coll de la Marrana, coll de Tirapits, pic de l'infern, pic de Fresers, Bastiments, coll de la Marrana, Ulldeter.

**Desnivells:** +1.300 m / -1.300 m.

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

**Viatge:** amb autocar o cotxes particulars.

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

### ■ PIC DE LA MUNIA (3.133 m) PETITA MUNIA (3.096 m) I SIERRA MORENA (3.090 m)

DISSABTE 1 I DIUMENGE 2 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

**Itinerari:**

**Dissabte:** Chisagüés, pla de Pietramula, coll de las Puertas, llacs de la Munia.

**Diumenge:** pic de la Munia, pic de la Petita Munia, pic de Sierra Morena.

**Temps de camí:** 2-3 h / 7-8 h.

**Desnivells:** +335 m / +600 m.

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

**Pernoctació:** amb tendes o bivac.

**Vocal:** Joan Ramon Montes.

**N.b.:** cal està en bona forma física i

# Activitats

tenir un bon equip de bivac. És imprescindible haver fet el curs d'alpinisme d'iniciació i estar acostumat a les crestes.

## ■ PUIG PERIC

**DISSABTE 1 I DIUMENGE 2 D'OCTUBRE**  
SECCIÓ DE MUNTANYA

### Itinerari:

**Dissabte:** pàrquing estació de Formigueres, vall de Galba, forat de la Caixa, refugi de Camporrells.

**Diumenge:** Petit Peric, coll, puig Peric, vall de Lladura, pàrquing estació de Formigueres

**Temps de camí:** 3 h / 6 h.

**Desnivells:** + 500 m / + 700 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Pernoctació:** refugi de Camporrells (MP).

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocal:** Teresa Larriu.

## ■ ASCENSIÓ AL COMABONA (2.547 m)

**DIUMENGE 2 D'OCTUBRE**

COMISSIÓ D'INFANTS

**Itinerari:** coll de Bauma, coll de Terrers, Comabona, coll de Bauma.

**Temps de camí:** 5 h.

**Desnivell:** +1.000 m.

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

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocals:** Jordi Sancho i Clàudia Vallvé.

## ■ CENTRAL DE CABDELLA EL MONTSENT DE PALLARS (2.883 m)

**DISSABTE 8 I DIUMENGE 9 D'OCTUBRE**

SECCIÓ DE MUNTANYA

Cicle «Estimar Catalunya».

### Itinerari:

**Dissabte:** visita a la Central de Cabdella, la primera gran central hidroelèctrica de Catalunya (1914).

**Diumenge:** Espui a la cambra d'aigües (amb cotxe), serra de la Mainera, serrat del Collet, feixans de Collet, collada de la Coma Plana, tossalet de la Coma, Montsent de Pallars.

**Temps de camí:** 8 h.

**Desnivells:** + 822 m.

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

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocals:** Lluís Rotllan i Calos Portillo.

## ■ PIC D'ESCOBES ( 2.781 m)

**DISSABTE 8 I DIUMENGE 9 D'OCTUBRE**

SECCIÓ DE MUNTANYA

### Itinerari:

**Dissabte:** aproximació al refugi de Juclar.

**Diumenge:** collada de Juclar, coll d'Alba, Escobes.

**Temps de camí:** 2 h / 5 h.

**Desnivells:** +400 m / +650 m.

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

**Pernoctació:** refugi de Juclar.

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocals:** Dani Gálvez i Xus Regla.

**N.b.:** cal superar passos de I-II entre l'últim coll i el cim.

## ■ VOLTA DE LA VALL D'ARAN

**DEL 8 AL 12 D'OCTUBRE**

SECCIÓ DE MUNTANYA

### Itinerari:

**Dissabte 8:** Salardú, refugi Conangles.

**Diumenge 9:** refugi de Conangles, Viella.

**Dilluns 10:** Viella, Bossòst.

**Dimarts 11:** Bossòst, refugi de la Honeria.

**Dimecres 12:** refugi de la Honeria, Salardú.

**Temps de camí:** 7 h / 6 h / 6 h 30 min / 5 h 30min / 7 h 30 min.

**Desnivells:** +1.200 m; -850 m / +900 m; -1.500 m / +750 m; -1.050 m / +650 m; -300 m / +1.300 m; -1.050 m.

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

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocal:** Manuel Parrado.

## ■ VALLS DE SUBENUIX I DE MONESTERO

**DISSABTE 15**

**I DIUMENGE 16 D'OCTUBRE**

SECCIÓ DE MUNTANYA

### Itinerari:

**Dissabte:** pàrquing parc Aigüestortes, refugi Mallafre.

**Diumenge:** refugi Mallafre, vall de Subenuix, estanys de la Muntanyeta, vall de Monestero.

**Temps de camí:** 1 h / 7 h.

**Desnivells:** +200 m / +1.200 m; -1.400 m.

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

**Pernoctació:** refugi de Mallafre (MP).

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocal:** Manuel Parrado.

## ■ PIC DE LA COMA DE VARILLES (2.760 m)

**DISSABTE 22**

**I DIUMENGE 23 D'OCTUBRE**

SECCIÓ DE MUNTANYA

### Itinerari:

**Dissabte:** Ransol, coma de Ransol, refugi lliure dels Coms de Jan.

**Diumenge:** port de Ransol, pic de la Coma de Varilles.

**Temps de camí:** 1 h / 8 h.

**Desnivells:** +264 m / +1.200 m; -1.200 m.

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

**Pernoctació:** refugi lliure de Coms de Jan.

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocals:** Ignasi Vidal i Maria Puigdueta.

## ■ PICA ROJA ( 2.889 m)

**DISSABTE 22**

**I DIUMENGE 23 D'OCTUBRE**

SECCIÓ DE MUNTANYA

### Itinerari:

**Dissabte:** Àreu, aparcament Refugi Vallferrera. A la tarda aprofitarem per fer una volta de 2 o 3 h per la rodalia del pla de Boet i el puig de Boet.

**Diumenge:** barranc i estany del Port Vell, port Vell, pica Roja, carena Pica Roja, solana del Port de Boet, coma de Baiau, pla de Boet, aparcament. Alternativa de descens per la cresta al port de Boet (fàcil).

**Temps de camí:** 7 h.

**Desnivells:** +970 m / -970 m.

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

**Pernoctació:** refugi de Vallferrera (MP).

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocal:** Emili Rissech.

## ■ VALL D'EINA I GORGES DE CARANÇÀ

**DISSABTE 29**

**I DIUMENGE 30 D'OCTUBRE**

SECCIÓ DE MUNTANYA

### Itinerari:

**Dissabte:** pàrquing entrada a la vall d'Eina, refugi de l'Orri de Baix, coma d'Eina, pla de la Beguda, coll d'Eina, pic d'Eina.

**Diumenge:** Toès entre Valls (pàrquing), gorges de Carançà, refugi de Carançà.

**Temps de camí:** 5 h / 5 h.

**Desnivells:** +1.000 m; -1.000 m / +500 m; -500 m.

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

**Pernoctació:** Gîte d'etape de Llo.

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocals:** Daniel Gálvez i María José Navarro.

## VIES FERRADES

### ■ RACONS, CANAL DEL GRAU I BONY D'ENVALIRA

**DISSABTE 22**

**I DIUMENGE 23 D'OCTUBRE**

SECCIÓ DE MUNTANYA

### Itinerari:

**Dissabte:** Sant Julià, Canillo.

**Diumenge:** Canillo, Pas de la Casa/Grau Roig.

**Temps de camí:** 3 h ferrades +10 min aproximació +30 min de descens / 1 h 15 min de ferrada + 1 h aproximació +



# Activitats

1 h descens.

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

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocal:** Joan Ramon Montes.

**N.b.:** cal bona forma física i experiència en ferrades. Indispensable haver fet el curs de ferrades o escalada en roca.

## COMPANYIA DE GUIES

### ■ SETMANA D'ESCALADA (MONTSEC O RIGLOS)

DEL 10 AL 14 D'OCTUBRE

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

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocals:** guies professionals.

### ■ GORRA FRÍGIA - MONTSERRAT

DISSABTE 15 D'OCTUBRE

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

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocals:** guies professionals.

### ■ ESCALADA/ALPINISME A LA CRESTA DEL SOL (VALL DE LORD)

DISSABTE 22 D'OCTUBRE

**Dificultat:** \*\*\* cert nivell de dificultat (IV/IV+).

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocals:** guies professionals.

### ■ ESCALADA AL CAVALL BERNAT DE MONTSERRAT

DISSABTE 12 DE NOVEMBRE

**Inscripció:** del 3 d'octubre al 6 de novembre.

**Vocals:** guies professionals.

### ■ ESCALADA/ALPINISME A LA CRESTA DE VALL-LLONGA

DISSABTE 19 DE NOVEMBRE

**Inscripció:** del 17 d'octubre al 12 de novembre.

**Vocals:** guies professionals.



## BTT / CICLOTURISME

### ■ CAMÍ NATURAL DE LA MUGA

DISSABTE 6 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE BTT

**Itinerari:** pont de Molins, Biure d'Empordà, Mare de Déu de la Salut, Sant Llorenç de la Muga, pantà de Boadella, les Escaules, pont de Molins.

**Distància:** 40 km.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Viatge:** amb cotxes particulars.

**Vocal:** Francesc Estrada.

## SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

### ■ SORTIDA A LA TERRA ALTA

DIUMENGE 2 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

**Itinerari:** visita guiada d'Arnes, el Museu de la Mel i un taller d'espelmes.

**Viatge:** amb autocar.

**Inscripcions:** a partir del 12 de setembre.

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

**Vocals:** Josefina Garriga i Eduard Estrada ☎ 934 545 769.

### ■ CAMINS D'AIGUA (L'AIGUA DE BARCELONA)

DISSABTE 8 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Seguirem l'empremta de l'aigua pel barri de la Dreta de l'Eixample.

**Lloc de trobada:** Rbla. Catalunya/Gran Via (cantonada muntanya dreta) a 2/4 d'11 del matí.

**Inscripcions:** a partir del 19 de setembre.

**Vocal:** Núria Casals ☎ 651 593 770.

**N.b.:** activitat organitzada per la Fàbrica del Sol.

### ■ EL MODERNISME A LA GARRIGA (DIJOURS CULTURAL)

DIJOURS 13 D'OCTUBRE

SECCIÓ CÀMPING

**Itinerari:** visita al refugi antiaeri de l'Estació i les cases d'estiueig modernistes de l'illa Raspall.

**Viatge:** rodalies R-3. Hi ha un tren de Pl. Catalunya a les 9:08 i arriba a la Garriga a les 9:53

**Lloc de trobada:** a les 10 del matí a l'estació de la Garriga.

**Vocals:** Jordi Bueno ☎ 699 309 471 i Pere Xirinacs ☎ 667 245 961.

**N.b.:** és convenient comunicar la inscripció a un dels vocals. Caldrà pagar la visita guiada de 5-6 €.

### ■ EL NOU HOSPITALET DE LLOBREGAT (EXCURSIONS URBANES)

DISSABTE 15 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

**Itinerari:** pl. Europa, Hotel Porta Fira, torre Realia, cal Gotlla, Hotel Solvasa, parc i ermita de Bellvitge, Hotel Esperia Tower.

**Lloc de trobada:** taquilles FGC pl. Espanya a 1/4 de 10 del matí.

**Inscripcions:** a partir del dia 3 d'octubre.

**Vocal:** Núria Casals ☎ 651 593 770.

### ■ SEGONA VISITA A LA SAGRADA FAMÍLIA

DISSABTE 22 D'OCTUBRE

DINAMITZACIÓ SOCIAL

**Lloc de trobada:** porta del Naixement (c/Marina) a les 10 del matí.

**Vocal:** Francesc Olivé i Pepa Igartua.

**Inscripció:** del 3 d'octubre al 13 d'octubre.

**Preu preinscripció:** socis 7 € (no socis 10 €).

### ■ CASA NADIUA DE PAU CASALS I ESSLÉSIA DE SANT SALVADOR

DISSABTE 22 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

**Programa:** vista guiada a la casa nadiua de Pau Casals, l'església de Sant Salvador i audició d'orgue. Possibilitat de visitar el Museu d'Art del notari Deu.

**Viatge:** amb tren

**Lloc de trobada:** Renfe pl. Catalunya a les 8 del matí (tren 8:20).

**Inscripcions:** a partir del 27 de setembre

**Vocal:** Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

### ■ VISITA CULTURAL A BADALONA

DISSABTE 29 D'OCTUBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

**Programa:** vista comentada al museu de Badalona i a l'exposició «Les mòmies oblidades», amb el suport del Grup d'Arqueologia Pelegrí Casades i Gramatxes.

**Lloc de trobada:** a la porta del museu, a 3/4 de 10 del matí. (Metro L-2 o autobús B-25).

**Inscripcions:** a partir del 16 d'octubre.

**Vocal:** Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

### ■ LES CLAVEGUERES DE BARCELONA (L'AIGUA DE BARCELONA)

DISSABTE 29 D'OCTUBRE

SECCIÓ HISTÒRIA I ART

Baixarem a la ciutat subterrània per veure l'interior de les clavegueres. Coneixerem l'estructura de la xarxa i reflexionarem sobre la gestió de l'aigua a la ciutat.

# Activitats

**Lloc de trobada:** Pg. de Sant Joan, 91 (cantonada Diagonal) a les 11 del matí.

**Inscripcions:** a partir del dia 3 d'octubre.

**Vocal:** Núria Casals ☎ 651 593 770.

**N.b:** activitat organitzada per la Fàbrica del Sol. Opcional, anar després a passejar al parc Central de Poblenou, el de Diagonal Mar i el del Fòrum; en aquest cas porteu el dinar.

## ■ RUTA VERDAGUERIANA A PEU PEL PLA DE BARCELONA (GR URBÀ)

DISSABTE 5 DE NOVEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

**Itinerari:** del monument a Mn. Jacint Verdaguer al cim del Canigó (carrer), passant per la Sagrada Família, l'Hospital de Sant Pau, can Miralletes, torre Garcini, passatge de Lívia, el carrer de la Garrotxa, els Quinze, Santa Eulàlia de Vilapicina, carrer d'Aneto, carrer del Cadí, carrer de Beret, carrer de la Vall d'Ordesa i carrer del Canigó.

**Temps de camí:** 3 h.

**Desnivell:** +140 m.

**Dificultat:** \*\* fàcil.

**Lloc de trobada:** plaça Mn. Jacint Verdaguer – carrer Mallorca a les 10 del matí

**Inscripcions:** a partir del dia 24 d'octubre.

**Vocals:** Ramon Guiu i Lluís Willaert.

**Mapa:** GR-Pirineus de la ciutat de Barcelona (Ruta Albert Gusi) 19 M- (Editorial Alpina)

## ■ MUSEU DE FOLGUEROLES I RUTA VERDAGUERIANA

DISSABTE 12 DE NOVEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

**Programa:** visita a la guiada al Museu Verdaguer i als llocs verdaguerians del poble i rodalies.

**Viatge:** amb autocar.

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

**Inscripcions:** a partir del 24 d'octubre.

**Vocal:** Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

## VIATGES NATURALÍSTICS, GEOGRÀFICS O CULTURALS

### ■ VIATGE A CASTELLA LA MANXA I GUADALAJARA: LA ALCARRIA I MAR DE CASTELLA

DEL DIJOUS 20

AL DIMARTS 25 D'OCTUBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

GRUP DE VIATGES GEOGRÀFICS I CULTURALS

**Itinerari:** Torija, Brihuega, Cifuentes, Trillo, Sacedón, Molina de Aragón, Ermita Virgen de la Hoz, Pastrana, Sayatón, Buendía, castell de Jadraque, Atienza, Sigüenza, Guadalajara.

**Viatge:** amb l'AVE i autocar.

**Inscripció:** de l'1 al 7 d'octubre.

**Vocals:** Francesc Juandó i Maria Vilalata.

## ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL

DEL 3 D'OCTUBRE AL 3 DE NOVEMBRE

### ■ EXPOSICIÓ FOTOGRÀFICA DE PEDRA SECA

HISTÒRIA I ART

**A cura de:** August Bernat.

**Lloc:** a la sala d'exposicions Albert H. Gordon.

DILLUNS 3 D'OCTUBRE

### ■ VIDEOTERTÚLIA

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

DIMARTS 4 D'OCTUBRE

### ■ HOMENATGE A ROSÓ CANGRÒS

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

DIMECRES 5 D'OCTUBRE

### ■ RECORDS I VIVÈNCIES D'UN VIATGE A ESCÒCIA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

**A cura de:** Dora Serra.

**Lloc i hora:** a 2/4 de 8 del vespre a la sala Francesc Beato.

DIMECRES 5 D'OCTUBRE I 2 DE NOVEMBRE

### ■ SERRALLONGA LA LLEGENDA DEL BANDOLER

Pel·lícula de TV3.

**A cura de:** Esteve Rovira (director) i de diversos actors. Presentació de Josep Tarrés.

**Lloc i hora:** 1/4 de 8 a la sala d'actes.

DIMECRES 5, 19 I 26 D'OCTUBRE

### ■ SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

**Directors científics:** Josep Nuet i Valentí González.

**Lloc i hora:** a partir de 2/4 de 7 de la tarda, a la sala del 4t pis.

DIJOUS 6 D'OCTUBRE

### ■ VIATGE A EGIPTE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

**A cura de:** Neus Cabrerizo.

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

DILLUNS 10 I 17 D'OCTUBRE

### ■ «EGIPTE»

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Audiovisual en 2 sessions.

**A cura de:** Francesc Juandó i Maria Vilalta.

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

DIJOUS 13 D'OCTUBRE

### ■ «DE REIS, NOBLES I MONJOS A ESCLAUS, POBRES I PROSTITUTES: LA GRAN VARIETAT EN LA COL·LECCIÓ DE PERGAMINS DEL CEC»

AHCEC

Conferència.

**A cura de:** Carles Díaz (amb introducció de F. Olivé i Núria Téllez).

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

DIJOUS 13 I 27 D'OCTUBRE

### ■ BAGATGE DE CANÇONS

SECCIÓ HISTÒRIA I ART

**A cura de:** Robert Híjar i Roser Castelló.

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



# Activitats

## DIMARTS 18 D'OCTUBRE

### ■ REUNIÓ SOBRE L'APLEC PPCC A L'ALGUER

ATENCIÓ AL SOCI

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

## DIMECRES 19 D'OCTUBRE

### ■ «L'ENIGMA DE LA LLIBERTAT. UNA PERSPECTIVA BIOLÒGICA I EVOLUTIVA DE LA LLIBERTAT HUMANA»

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Conferència.

**A cura de:** David Bueno i Torrens.

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

## DIJOURS 20 D'OCTUBRE

### ■ «40 ANYS DE LA REVISTA MUNTANYA» I «ÉCRINS», DE CARLES PUJOL

ATENCIÓ AL SOCI

Projecció i conversa.

**A cura de:** Prof. Nora Ancarola, directora de l'espai d'art MX, i del viideoartista Carles Pujol. Presentació de Ferran Alexandri.

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

## DILLUNS 24 D'OCTUBRE

### ■ METROPOLIS DE LANG-MORODER

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

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

## DIMARTS 25 D'OCTUBRE

### ■ «L'EXCURSIONISME CIENTÍFIC COM A REFERENT DE L'ARQUEOLOGIA»

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Conferència.

**A cura de:** Artur Cebrià.

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

## DIJOURS 27 D'OCTUBRE

### ■ «MAR I MUNTANYA. PERSEGUINT SOMNIS»

ATENCIÓ AL SOCI

Conferència.

**A cura de:** Anna Corbella i Ferran Latorre. Presentaran Antoni Gassó, director de GAES i el president del CEC, Josep M. Puente.

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

## CURSOS DE FORMACIÓ

### ESCOLA DE MUNTANYA

#### ■ BATEIG D'ESCALADA A LA SALA DE BLOC DEL CEC

DEL 17 AL 19 D'OCTUBRE

**Inscripcions:** del 27 de setembre al 15 d'octubre de 2011

#### ■ MONOGRÀFIC DE PROGRESSIÓ I SEGURETAT EN VIES FERRADES

DEL 20 AL 23 D'OCTUBRE

**Inscripcions:** del 27 de setembre al 15 d'octubre.

#### ■ CURS DE CARTOGRAFIA DIGITAL I GPS AL PC

DEL 7 AL 22 DE NOVEMBRE

#### ■ CURS D'ESCALADA ESPORTIVA. NIVELL 1

DEL 8 AL 22 DE NOVEMBRE

**Inscripcions:** del 11 d'octubre al 8 de novembre.

#### ■ CURS D'INICIACIÓ A L'ESPELEOLOGIA

DEL 8 AL 29 DE NOVEMBRE

**Inscripcions:** Del 26 de setembre al 26 d'octubre.

### SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

#### ■ XXI CURSET DE VÍDEO DIGITAL

DEL 18 D'OCTUBRE

AL 29 DE NOVEMBRE

12 sessions, de dimarts i dijous, de 2/4 de 8 a 2/4 de 10 del vespre a l'aula Artur Osona, **Inscripcions:** des de l'1 d'octubre.

+ info a [www.cec.cat](http://www.cec.cat)

## 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.