



butlletí

per als socis
desembre 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. Presentació de candidatures

Atesa la convocatòria d'eleccions per al 15 de desembre, anunciada en els butlletins anteriors per acord de la Junta Directiva del Centre Excursionista de Catalunya, per poder fer la presentació de les possibles candidatures per a aquestes eleccions del dia 15, la sala d'actes i/o altres sales del Centre estaran a disposició dels socis els dies

1, 2, 7, 9, 12 i 13 de desembre, prèvia consulta a la secretària de la Junta Directiva.

Us recordem que segons els articles 15è i 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.

Ha mort mossèn Malaquies Zayas Cuerpo

Mn. Malaquies, entusiasta muntanyenc i lletrat eclesiàstic, prevere de l'Arquebisbat de Barcelona i canonge emèrit de la catedral de Barcelona, va ser un soci ben actiu durant molts anys en la majoria d'activitats del Centre Excursionista de Catalunya, especialment en la Secció de Càmping. Va morir a Barcelona el 2 de novembre a l'edat de 92 anys.

Guardonat amb la Creu de Sant Ramon de Penyafort, cal esmentar, també, l'homenatge que el Centre li reté, amb motiu de les seves bodes d'or sacerdotals, en el decurs d'un sopar, celebrat el 24 de novembre de 1994, en reconeixement a l'entranyable vinculació de molts anys a la vida social i col·lectiva de la nostra entitat. La Junta Directiva expressa el condol als seus familiars i amics.

Sessió informativa del Sr. Josep M. Puente i Pubill

El proper dia **1 de desembre** a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes, el Sr. Josep Manel Puente i Pubill farà una sessió informativa sobre el seu projecte envers el Centre Excursionista de Catalunya per als propers anys. Es tancarà l'acte amb una copa de xampany.

Així mateix, i seguint amb el programa electoral, el dia **13 de desembre** a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes, el Sr. Puente farà la presentació de la seva candidatura i l'exposició del seu programa .

Novetat editorial amb motiu del centenari de Joan Oliva Milà, primer bibliotecari de la Biblioteca Museu Balaguer de Vilanova i la Geltrú



Ja és a la venda a l'àrea d'atenció al soci el llibre *Llum entre ombres. 6 biblioteques singulars a la Catalunya contemporània*, que explica la història de la Biblioteca del Centre de Lectura de Reus; la Biblioteca de l'Ateneu Barcelonès; la Biblioteca del Centre Excursionista de Catalunya; la Biblioteca Museu Balaguer; la Biblioteca Arús, i la Biblioteca de Catalunya. El nostre consoci Francesc Olivé és l'autor del text que fa referència a la Biblioteca del CEC. El preu de venda per als socis és de 21 €.

L'arranjament de la capella del Xalet de la Molina

Tenim el goig d'informar a tots els socis que, tal com es comunicava en el butlletí d'octubre i gràcies a les aportacions de socis i no socis, i a la desinteressada direcció del consoci i arquitecte Sr. Jordi Bonet, s'ha reforçat l'exterior de la capella i s'han fet les obres de condicionament de l'interior, amb la qual cosa la capella del xalet es pot considerar arreglada després dels desperfectes que va patir.

També hem d'informar que el mes de novembre van començar les obres per reforçar els fonaments del xalet.

Moltes gràcies a totes les persones que han donat suport a aquestes obres amb un ingrès al **compte 2100-0900-91-0211625511**, el qual continua obert per rebre les vostres aportacions.



Notícies

SUMARI

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

HORARI DE L'ÀREA ATENCIÓ AL SOCI DEL MES DE DESEMBRE

Divendres 2:

de 9 a 13 i de 17 a 21.

Dilluns 5:

TANCAT.

Dimecres 7:

de 9 a 13 i de 17 a 21.

Divendres 9 i 16:

de 9 a 13 i de 17 a 21.

Divendres 23 i 30:

de 9 a 13.

La resta de dies feiners:

horari normal, de 9 a 13 i de 16:30 a 21:30.

AVANTATGES DEL CARNET DEL CEC

Tots els socis del Centre Excursionista de Catalunya tenen una sèrie d'avantatges que cal tenir en compte:

- assegurança personal i de responsabilitat civil (informació detallada a la darrera pàgina d'aquest butlletí);
- descomptes en diferents estacions d'esquí del Pirineu i en serveis i botigues;
- descomptes als refugis del CEC i de la FEEC, i
- sala d'escalada de bloc per a tots els socis (per entrenar matí i tarda, excepte dijous a la tarda).

XIV Fira de material usat de muntanya i esquí 2011

Del dilluns 12 de desembre al divendres 16 de desembre, de 7 a 2/4 de 10 del vespre. La recollida del material, els dies 12 i 13 de desembre a la sala d'exposicions. La compra del material serà els dies 14 i 15 de desembre a la sala d'exposicions Albert H. Gordon. La recollida de material no venut i el pagament es farà el divendres 16 de desembre de 6 a 9 del vespre. El material no recollit pels propietaris, ni venut en aquestes dates, es quedarà al Centre com a donació, segons la normativa aprovada. El 15% de la venda resta a per la secció, en concepte de despeses ocasionades per l'organització de la fira.

¿Què podeu portar a la fira?

Botes, paraneus, guies de viatge, mapes, bastons de muntanya, guants, gorres, piolets, grampons, botes, fixacions, sacs de dormir, pells de foca, mitjons, cordons, samarretes, folres polars, anoracs, ulleres de sol, fognets, navalles, càmeres fotogràfiques, projectors de diapositives, lupes, mosquetons, podòmetres, termòmetres, binocles, jerseis, mocadors, camises, tendes, motxilles, portabotes, cantimplors, escudellòmetres, brúixoles, peus de gat, frontals, ARVA, pales de neu, passamuntanyes, tirants, malles, llums de carbur...

NORMATIVA DE LA XIV FIRA:

1. La durada de la fira serà del 12 al 16 de desembre del 2011 i tindrà lloc a les dependències del Centre Excursionista de Catalunya del carrer Paradís nº 10-12 de Barcelona.
2. Tots els interessats podran lliurar als membres organitzadors de la fira, de la forma i manera que indiquin els organitzadors, tot tipus de material usat de muntanya i esquí perquè sigui venut.
3. El lliurament del material es farà el 12 i 13 de desembre, de 6 a les 2/4 de 10 del vespre. Màxim 10 peces per soci.
4. En el moment de lliurar el material, els venedors interessats que l'hagin dipositat signaran un document pel qual s'autoritza els organitzadors a vendre per compte dels propietaris aquest material, fixant el preu de venda, accepten els seus propietaris fer la donació tàcita al CEC del material no venut ni recollit el 16 de desembre.
5. El Centre Excursionista de Catalunya perseverarà, per la seva intervenció, un 15% de comissió sobre el preu a cobrar als compradors, comissió destinada a subvenir a les despeses ocasionades per la fira.
6. El Centre no es fa responsable dels defectes que puguin tenir el material venut, dels quals quedarà exonerat, ni tampoc de qualsevol furt o robatori o danys que es pugui produir del material lliurat durant el desenvolupament de la fira.
7. Recollida del material no venut i pagament divendres 16 de desembre de 6 a 2/4 de 10 del vespre a la sala d'exposicions. El material que no sigui recollit pels seus propietaris, ni venut en aquestes dates quedarà com a donació al CEC, segons la normativa aprovada.

Refugi Josep Maria Blanc

S'han acabat les obres que s'estaven fent al refugi Josep Maria Blanc, i que permetran l'eliminació de la línia elèctrica, tal com exigia el parc nacional d'Aiguestortes i Estany de Sant Maurici quan es varen fer les obres d'ampliació del refugi.



XXV concurs social de temes obligats

La Secció de Fotografia vol recordar a tots els socis interessats en participar en aquest concurs que el tema corresponent als mesos de novembre i desembre es «paisatge amb arbres». Bases: es pot presentar una fotografia en B/N, una en color (mides 10 x 15 cm com a mínim i 18 x 24 cm com a màxim) i la diapositiva de 24 x 36 mm. L'admissió de fotos finalitza el 20 de desembre.

Campionats alpins d'esquí de veterans

Tots els socis de més de 30 anys poden participar en les diferents competicions que es fan a Catalunya i Espanya. Si teniu interès en informar-vos per formar un equip de veterans del CEC, truqueu a l'Àrea d'Atenció al Soci o envieu un missatge a atenciosoci@cec.cat

Activitats

SORTIDES

EXCURSIONS DE BAIXA I MITJANA MUNTANYA

■ ELS VOLTANTS DE LA ROCA DEL VALLÈS (MATINAL DEL DIJOURS)

DIJOURS 1 DE DESEMBRE

SECCIÓ DE CÀMPING

Itinerari: de Can Planes a la font de la Mansa pel PR C-36.

Recorregut: la Roca del Vallès (pl. Sant Jordi), la Roca Tomba, font de Can Planes, can Planes, dolmen de Can Planes, pedres de l'Escorpí, roca Foradada, font de la Mansa i tornada a la Roca del Vallès.

Temps de camí: 2 h i 30 min.

Desnivell: 95 m.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 del matí a la pl. de Sant Jordi de la Roca del Vallès (zona d'aparcament municipal).

Vocal: Jorge Torcal ☎ 607 813 531).

N.b.: és convenient comunicar l'assistència al vocal per organitzar els cotxes.

■ MONTSANT, CAMINANT PELS GRAUS DE PONENT: L'ENDERROCADA I L'ESCLETXA

DISSABTE 10, I DIUMENGE 11 DE DESEMBRE

COMISSIÓ D'INFANTS

Itinerari: cartoixa d'Escaladei, collet de l'Hort, mas de Forçans, grau de l'Enderrocada, mas de l'Estrem (aturada per menjar una mica), racó i punta dels Codinals, grau de l'Escletxa, collet de l'Hort

Temps de camí: 5 h + aturades

Desnivell: +450 m / -500 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: Ricard Marsal i Ricard Ribas.

■ 19 FONTS I DOS PANTANS (AIGUA DOLÇA I AIGUA SALADA)

DIUMENGE 11 DE DESEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: Vallvidrera, fonts de la plaça de Vallvidrera, de Can Llevallol i de l'Espinagosa, pantà de Vallvidrera, fonts de la caseta del guarda, de la plaça del Mina Grott, Rosita, Nova, Vella, dels Plàtans, Joana i del Centre Informació del Parc, coll del Gravat,



La roca Foradada (dins del terme de Vilanova del Vallès).

fonts de l'Arrabassada, i d'en Ribes, viaducte de Can Ribes, fonts del Maño, de la plaça del Miracle, de Can Gener i de Sant Sever, pantà de Can Borrell, fonts de Can Borrell i de la plaça Rotary, Sant Cugat del Vallès.

Temps de camí: 5 h 30 min.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: estació FGC de la pl. Catalunya a 2/4 de 9 del matí.

Inscripcions: a partir del 24 de novembre.

Vocal: Núria Casals ☎ 651 593 770.

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

■ EXCURSIÓ AL VALLÈS ORIENTAL

DIUMENGE 11 DE DESEMBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

(EXFAVEPRO) Excursió núm. 363.

Itinerari: pel sot de l'Infern Fontmartina (Montseny).

Temps de camí: 2 h.

Desnivell: 100 m.

Dificultat: **fàcil.

Lloc de trobada: a Mosqueroles, al restaurant Net, pl. de Sant Martí ☎ 93 847 51 50, a 2/4 de 10 per sortir a les 10.

Vocals: Jaume Marcé ☎ 934 216 061.

■ CONGOST DEL MONT-REBEI (EL PERFIL DE LA DONA)

DIUMENGE 11 DE DESEMBRE

SECCIÓ MUNTANYA

Itinerari: barranc Sagonera, coll Tarteres, pont penjat Maçana, congost del Mont-rebei, cova Colomera, gatera de la Cova, paret de Matamala, roques de la Catenària, cresta de Matamala, Tualdeta, barranc d'en Lluís, refugi Carlets congost del Mont-rebei, barranc Sagonera.

Temps de camí: 7 h.

Desnivells: +1.000 m / -1.000 m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Josep Pérez i Xavier Perramon.

■ TRES ERMITES A LLANÇÀ (CAMÍ-TREN)

DISSABTE 17 DE DESEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: ermites de Sant Silvestre, de Sant Martí de Vallmala i de Sant Genís del Ferrer.

Temps de camí: 5 h.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Desnivells: +500 m / -500 m.

Viatge: amb tren.

Lloc de trobada: tren Sants (7:45), Passeig de Gràcia (7:51), Clot/Aragó (7:55). Cal treure bitllet d'anada i tornada.

Inscripcions: a partir del 21 de novembre.

Vocal: Vicenç Peig ☎ 607 809 999.



Activitats

■ RIBES DE L'ONYAR

DISSABTE 17 DE DESEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: Riudellots de la Selva, riu Onyar, camps d'Onyar, Torreponça, Franciac, can Massic, can Xandri, Sant Andreu Salou, mas Piferrer, Sangosta, Campllong, Riudellots de la Selva.

Temps de camí: 4 h.

Desnivells: +200 m / - 200 m.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb tren.

Lloc trobada: RENFE-Clot, a les 8:30. (Tren Sants: 8:46; Pg. de Gràcia: 8:50, Clot: 8:53).

Inscripcions: a partir del dia 1 de desembre.

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

N.b.: cal portar esmorzar, dinar i bon calçat.

■ SORTIDES EMBLEMÀTIQUES: LA SERRA DE L'OBAC I ELS SEUS AMAGATALLS

DIUMENGE 18 DE DESEMBRE

SECCIÓ MUNTANYA

Itinerari: coll d'Estenalles, morral del Llop, Alzina del Salarí, coll de les tres Creus, font de la Pola, coll de la Tanca, cavall de l'Esplugu, Hospital de Sang, coll del Boix, els graons de Mura, la coma d'en Vila, coll d'Estenalles.

Temps de camí: 7-8 h.

Desnivells: +600 m / -600 m.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Carlos Portillo i Ferran Ibáñez.

■ PEL LLUÇANÈS

DIUMENGE 18 DE DESEMBRE

SECCIÓ MUNTANYA

Itinerari: les Selles, collet de les Bruixes, mas d'en Solet, Alps, el Graell, les Ollades, Sant Cristòfol de Borrassers, Santa Eulàlia de Puig Oriol, la Blava.

Temps de camí: 5-6 h.

Desnivells: +317 m / -617m.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Viatge: amb autocar.

Vocals: Ramon Ribas Ignasi Nadal.

■ SORTIDA DE TREBALL DE CAMP

DIUMENGE 18 DE DESEMBRE

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA)

Projecte: Plantes bioindicadores del Montseny.

Directors científics: Josep Nuet i Valentí González.

VETERANS

■ CINGLES DE TAVERTET I BALÀ (EXC. Nº218)

DISSABTE 17 DE DESEMBRE

SECCIÓ MUNTANYA

Itinerari:

Caminadors:

Opció A: Taverter, casa del Castell, pla de Dalt, junt a la cinglera, baixada puig de la Força, cingle sot de Balà, Taverter. Opció B: forta baixada del puig de la Força i tornar.

No caminadors:

Taverter i Rupit.

Temps de camí:

Opció A: 2 h 30 min.

Opció B: 45 min.

Desnivells: -135 m / +135 m.

Dificultat: Opció A: ** fàcil. Opció B: *** cert nivell de dificultat.

Inscripcions: 5 de desembre.

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

Viatge: amb autocar

Vocals: Ernest Gutiérrez «Guti», Ll. Willaert, Ramon Guiu, Toni Muñoz.

JOVENT

■ ASCENSIÓ AL PUIGMAL

DIUMENGE 11 DE DESEMBRE

SECCIÓ MUNTANYA

Itinerari: vall de Núria, coma de l'Embut, Pluviòmetre, Puigmal.

Dificultat: *** cert nivell de dificultat.

Reunió informativa: dijous 1 de desembre a les 8 del vespre al 3r pis.

Viatge: amb transport públic.

Vocal: Roger Cararach.

BTT / CICLOTURISME

■ MATINAL AL BAIX LLOBREGAT

DIUMENGE 18 DE DESEMBRE

SECCIÓ DE BTT

Itinerari: Martorell, platja del Prat, el Prat de Llobregat.

Distància: 40 km.

Dificultat: ** fàcil.

Viatge: amb tren.

Vocal: Francesc Estrada.

COMPANYIA DE GUIES

■ VIA FERRADA REGINA (OLIANA)

DISSABTE 17 DE DESEMBRE

Via ferrada Regina (3 trams)

Dificultat: **** cal experiència.

Viatge: amb cotxes particulars.

Vocals: guies professionals.

■ CANAL VERMICELLE

DISSABTE 14 DE GENER DEL 2012

Dificultat: **** cal experiència.

Inscripció: a partir del 12 de desembre.

Vocals: guies professionals.

■ ESCALADA EN GLAÇ AL PEDRAFORÇA

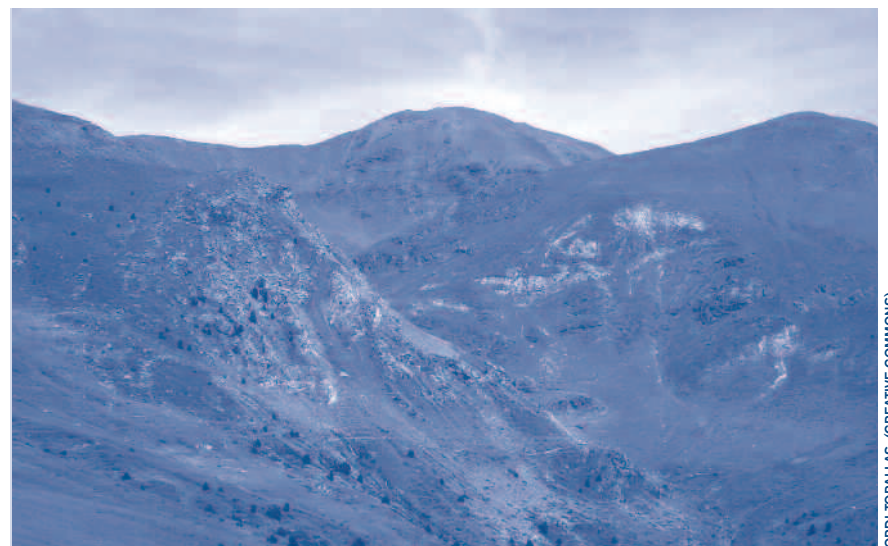
DISSABTE 28 DE GENER

Dificultat: **** cal experiència.

Inscripció: a partir del 19 de desembre.

Vocals: guies professionals.

El Puigmal vist des de Fontalba.



Activitats



THINKSTOCK

Viatge turístic i cultural a Itàlia. Ruïnes de Pompeia.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

■ SORTIDA INCÒGNITA

DIUMENGE 4 DE DESEMBRE

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Tradicional sortida amb itinerari, visites i restaurant incògnits. Dinar col·lectiu i regals per tots els assistents a l'excursió.

Viatge: amb autocar.

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

Inscripció: a partir del 7 de novembre a l'1 de desembre.

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

■ EL BRULL: POBLAT IBÈRIC DEL TURÓ DE MONTGRÓS (DIJOUS CULTURAL)

DIJOUS 15 DE DESEMBRE

SECCIÓ CÀMPING

Itinerari: des de l'església de Sant Martí direcció SO, per pista asfaltada. Al cap de 500 m, per una altra pista, a la dreta, s'arriba a uns 400 m davant de les muralles ibèriques a visitar.

Després dinarem (opcional) en un restaurant.

Temps de visita: 45 min.

Viatge: amb cotxes particulars.

Lloc de trobada: a les 10 del matí davant de l'església del Brull.

Vocal: Jorge Torcal ☎ 607 813 531 (jorditorcal@msn.com).

N.b.: és convenient comunicar l'assistència al vocal per organitzar cotxes. Caldrà pagar l'entrada al museu: jubilats 2 € / adults 3 €.

■ BARCELONA: HORTA, NOU BARRIS I CANYELLES (EXCURSIONS URBANES)

DISSABTE 17 DE DESEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: turó de la Peira, barri de Can Peguera, parcs Central de Nou Barris, de la Guineueta i de Josep M. Martí. Opcional anar a Collserola a dinar a la font de Santa Eulàlia.

Lloc trobada: metro Vilapicina (línia 5), sortida Canfranc a les 10 del matí.

Inscripcions: a partir del dia 28 de novembre.

Vocal: Núria Casals ☎ 651 593 770.

■ SORTIDA CULTURAL SORPRESA

DIUMENGE 18 DE DESEMBRE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Excursió en què tot és sorpresa. Pot ser que tinguem regals.

Viatge: amb autocar.

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

Inscripcions: a partir del 21 de novembre.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

■ MUSEU TORRE BALDOVINA I PARC FLUVIAL DEL BESÒS (AIGUA DOLÇA, AIGUA SALADA)

DISSABTE 14 DE GENER DE 2012

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Itinerari: visita al museu Torre Balldovina de Santa Coloma de Gramenet i passeig pel parc fluvial del Besòs fins a la seva desembocadura al mar (matinal).

Temps de camí: 1 h 30 m.

Dificultat: molt fàcil.

Lloc de trobada: metro línia 1, andana estació Fondo, a les 10 del matí.

Inscripcions: a partir del dia 27 de desembre.

■ PESSEBRE VIVENT D'ARDÈVOL

DIUMENGE 15 DE GENER DE 2012

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART /

FOTOGRAFIA

Al matí visita guiada al santuari de Pinós, i a la tarda a Ardèvol i el pessebre vivent.

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

Viatge: amb autocar.

Inscripcions: a partir del 12 de desembre.

Vocal: Mercè Falcó ☎ 933 474 124 i Josefina Garriga ☎ 934 545 769.

VIATGES NATURALÍSTICS, GEOGRÀFICS O CULTURALS

■ VIATGE TURÍSTIC I CULTURAL A ITÀLIA

SETMANA SANTA ABRIL 2012

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Del divendres 30 de març a la nit. Tornada dimarts 10 d'abril a la tarda. Visitant Roma, el Vaticà, abadia de Montecassino, Pompeia i Viterbo (estàtues en els jardins de Bomarzo).

Viatge: amb vaixell i autocar.

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

Activitats

ACTIVITATS A L'ESTATGE SOCIAL

DIMECRES 30 DE NOVEMBRE

■ PRESENTACIÓ DEL CALENDARI D'ACTIVITATS 2011 CURSET DE NADAL

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Presentació del calendari de la propera temporada i del curset de Nadal. Després se servirà un pisolabis.

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

DILLUNS 12 DE DESEMBRE

■ SELECCIÓ DE VIDEOFILMS UNICA 2011

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

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

DIMARTS 13 DE DESEMBRE

■ 107 ANIVERSARI DE LA SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Recordem a tots els socis que el refrigeri per commemorar l'aniversari de la Secció tindrà lloc el dimarts 13 de desembre. Seguidament lliurarem els premis dels concursos de la secció.

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

Inscripcions: a partir del 7 de novembre fins al 9 de desembre.

DIMECRES 14 DE DESEMBRE

■ SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA)

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

Directors científics: Josep Nuet i Valentí González.

DIJOUS 15 DE DESEMBRE

■ BAGATGE DE CANÇONS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Lloc i hora: a l'aula Pompeu Fabra a les 6 de la tarda.

A cura de: Robert Híjar i Roser Castelló ☎ 696 875 54.

DILLUNS 19 DE DESEMBRE

■ CONCERT D'ANY NOU A VIENA 2005

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART / CINEMA I VÍDEO

Programa: projecció DVD Concert d'any nou a Viena, de l'any 2005; amb obres de Johann, Josef i Eduard Strauss, de Suppé i Hellmesberger, dirigit per Lorin Maazel, i interpretat pel ballet de la Òpera Estatal de Viena.

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

A cura de: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

DIMARTS 20 DE DESEMBRE

■ IN MEMORIAM ORIOL RIBA I ARDERIU (1923-2011)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Projecció del video «Dues excursions de la mà d'un geòleg insigne». El 22 de febrer de 1997: Bagà i la mina d'esquistos bituminosos de Riutort, i el 16 desembre 2000: les rieres del Maresme.

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

A cura de: Francesc Olivé.



Oriol Riba i Arderiu

DIMECRES 21 DE DESEMBRE

■ SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

(EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA)

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

Directors científics: Josep Nuet i Valentí González.

DIMECRES 21 DE DESEMBRE

■ VIDEOREPORTATGE D'UN VIATGE A EGIPT, SINAI, JORDÀNIA I SÍRIA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Viatge dut a terme la tardor passada, poc abans que els esdeveniments polítics afectessin el món islàmic.

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

A cura de: Estanislau Torres.



DIJOUS 22 DE DESEMBRE

■ CANTADA DE NADALES

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

A càrrec del grup Bagatge de cançons de la Secció d'Història i Art del CEC.

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

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

DIMECRES 28 DE DESEMBRE

■ SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

(EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA)

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

Directors científics: Josep Nuet i Valentí González.

Activitats

CURSOS DE FORMACIÓ

ESCOLA DE MUNTANYA

CURS D'INICIACIÓ A L'ESQUÍ NÒRDIC

DEL 13 DE DESEMBRE DEL 2011
AL 30 DE GENER DE 2012

“És difícil d'imaginar res més gratificador i estimulant que lliscar ràpidament pels boscos nevats amb l'agilitat d'un ocell, amb l'aire fred de l'hivern acariciant els nostres ulls i les branques dels avets les nostres galtes. Hom s'identifica amb els esquís i la natura com formant una sola cosa. Això desenvolupa no sols el cos, sinó també l'esperit.”

Fritjof Nansen. *Sobre esquís a través de Grenlàndia.* 1987.

Lliscar per la neu, voltar pel bosc o senzillament gaudir d'un entorn hivernal a muntanya fan de l'esquí nòrdic una activitat magnífica per a les nostres escapades. Aquesta pràctica pot tenir diferents enfocaments, des de gaudir de la muntanya amb la família o els amics fins a fer-ne una activitat altament tecnificada.

OBJECTIUS

Aquest curs va dirigit a tota persona amb ganes de conèixer i iniciar-se el món de l'esquí nòrdic. El nostre objectiu és dotar dels coneixements bàsics de l'esquí nòrdic per gaudir d'una futura pràctica segura i autònoma.

TEÒRIQUES

Dimarts 13

Presentació del curs. Què és l'esquí nòrdic. Ubicació de l'esquí nòrdic dins les modalitats d'esquí. Modalitats de l'esquí nòrdic. Material per realitzar el curs. Vestimenta per la pràctica de l'esquí nòrdic. Material: esquís, bastons i botes.

Dimarts 20

Alimentació esportiva. I activitat física en alçada.

PRÀCTIQUES

Lloc: Vall d'Aran.

Xalet de Salardú (CEC).

PROGRAMA DE LES CLASSES PRÀCTIQUES

Horari	Dimarts 27	Horari	Dimecres 28	Dijous 29	Divendres 30
11:00 13:00	Classe pràctica	10:00 13:00	Classe pràctica	Classe pràctica	Classe pràctica
13:00	Dinar	13:00	Dinar	Dinar	Dinar
14:30 16:00	Classe pràctica	14:30 16:00	Classe pràctica	Classe pràctica Gravació en vídeo	Classe pràctica
18:30 20:00	¿On podem practicar-lo? Pirineus, Europa. Marxes. Teòrica de Material	18:30 20:00	Esquiar amb ceres. Classe pràctica de manteniment de material	Tècnica. Correcció vídeo.	Tornada a casa

Places: 10 (mínim).

Inscripcions: fins al 30 de novembre.

Preus:

95 € socis CEC;

125 € resta d'inscrits.

Inclou: assegurança, classes teòriques, pràctiques, vocals instructors acreditats. Per a cada alumne regalem un Buff de l'Escola de Muntanya.

No inclou: les despeses de transport, pernoctació en refugi ni l'alimentació de les sortides de pràctiques i el material de l'alumne.

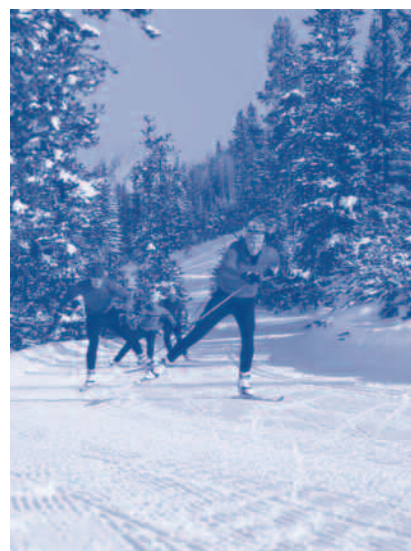
Ràtio: 1 vocal instructor per a cada 12 alumnes.

Material necessari per part de

l'alumne: vestimenta adequada per a la pràctica esportiva de resistència en un entorn de neu. Esquís bastons i botes d'esquí nòrdic clàssic.

Nivell esportiu mínim i experiència:

com que és un curs orientat a la iniciació de l'esquí nòrdic, no cal tenir experiència d'esquí; el que sí que cal és estar avesats a fer algun esport de resistència (excursionisme, BTT, cursa a peu, orientació...) perquè l'esquí nòrdic per naturalesa és un esport de resistència.



PROGRAMA DE SORTIDES PRÀCTIQUES

■ MARXA BERET

DISSABTE 4 I DIUMENGE 5
DE FEBRER

SECCIÓ D'ESQUÍ DE FONS

(amb 20% de descompte per als alumnes del curs)

+ info a www.cec.cat

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

TEMPORADA 2011-2012

 <p>Adults i infants: - 10%</p>	<p>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.</p>
 <p>Adults i infants: - 10%</p>	<p>Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.</p>
 <p>Adults i infants: - 10%</p>	<p>Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.</p>
 <p>Adults i infants: - 10%</p>	<p>Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.</p>
 <p>Adults i infants: - 10%</p>	<p>Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.</p>
 <p>Adults i infants: - 10%</p>	<p>Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.</p>
 <p>Descompte del 10% en la reserva del paquet d'allotjament més forfet en qualsevol dels seus establiments.</p>	<p>Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.</p>
 <p>Adults i infants: - 10%</p>	<p>Presenteu el carnet i el DNI a la taquilla de l'estació.</p>
 <p>Descompte del 8% sobre els preus de venda en caps de setmana o estades de tres dies (forfet i allotjament).</p>	<p>Contacteu amb l'oficina de Barcelona (barcelona@baqueira.es) o bé al ☎ 932 058 292 dient que sou soci del CEC.</p>
 <p>Forfet adult: 10 € Forfet infantil: 5 €* Forfet temporada: 100€**</p> <p>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.</p>	<p>Gratuit: infants fins a 6 anys i adults majors de 65 anys</p> <p>*Infants: de 6 a 12 anys inclosos.</p> <p>**Es podrà adquirir el forfet de temporada amb un 20% de descompte fins al dia 21 de novembre del 2011.</p>



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.