



Butlletí

MARÇ 2013

PER ALS SOCIS

Centre Excursionista de Catalunya / Club Alpí Català

Paradís, 10 i 12
08002 Barcelona
Tel.: 933 152 311
Fax: 933 151 408
cec@cec.cat

www.cec.cat

● Fundat l'any 1876 ● Entitat declarada d'utilitat pública ● 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

I Premi "Col-laborador i Esport Dr. Pitu Figueras 2013"

La Federació Catalana d'Esports d'Hivern (FCEH) ha creat el premi "Col-laborador i Esport" dedicat al Dr. Josep M. Figueras i Anmella (1926-2011), soci del Centre Excursionista de Catalunya des de 1942.

Josep M. Figueras era un metge traumàtòleg i cirurgia ortopèdic reconegut internacionalment pel seu coneixement en la medicina de l'esport i per la llarga dedicació als esports de muntanya, principalment a l'esquí, però també per les activitats que va promoure, incloent-hi

l'escoltisme. Destaquen les seves intervencions en diferents jocs olímpics i campionats del món d'esports d'hivern com a metge de l'equip espanyol d'esquí. El 2003 va rebre la Creu de Sant Jordi.

Aquest premi vol reconèixer la tasca d'aquelles persones que intervenen en una organització de manera voluntària i altruista, que inverteixen el seu temps en esportistes que gairebé no coneixen i que estan disposats a donar un cop de mà en qualsevol de les àrees d'una organització.

El Premi "Col-laborador i Esport" està adreçat a tots els amants dels esports d'hivern que hagin estat voluntaris o col·laboradors no professionals. Té com a objectiu que sigui conegut per tothom, i al mateix temps que es reconegui la tasca de les persones que han donat el seu temps en benefici dels altres. És a dir, fer visible l'imprescindible paper dels col·laboradors



i voluntaris en els esports d'hivern.

Trobareu les bases per a la presentació de les candidatures i tota la informació necessària a www.fceh.cat

Assemblea General Ordinària

El dimarts dia 16 d'abril se celebrarà l'Assemblea General Ordinària del Centre Excursionista de Catalunya. La reunió es farà a la sala d'actes del nostre estatge social a les 19 en primera convocatòria i a les 19:30 en segona.

Ordre del dia

- Lectura i aprovació de l'acta de l'assemblea anterior.
- Lectura de la Memòria del curs 2012
- Informe de la Presidència.
- Aprovació de l'estat de comptes a 31 de desembre de 2012.
- Adequació dels estatuts del CEC a la normativa vigent.
- Ratificació del Sr. Jordi Bellmunt i Morera com a vocal responsable de la Secció de Joves.
- Integració del CADE a la Secció de Muntanya
- Lectura de les propostes dels socis (rebudes per escrit fins a vuit dies abans de la data de celebració de l'assemblea).
- Torn obert de paraules.

V edició de la Cursa de la Lluna

El Centre Excursionista de Catalunya en col·laboració amb Vallter2000 organitza el proper 23 de març la cinquena edició de la Cursa de la

Lluna, la cronoescalada popular d'esquí de muntanya, amb sortida a Vallter2000 i arribada al cim del Bastiments (2.881 m).

Aprofitant la llum de la Lluna plena, els llums frontals obligatoris i les banderes reflectants que marcaran l'itinerari de pujada i baixada, els participants hauran de superar els 750 m de desnivell que separen la sortida de la cursa del Bastiments.

En acabar, els participants i els seus acompanyants tenen un sopar de graella, animació i sorteig d'obsequis per celebrar aquesta festa nocturna de l'esquí de muntanya. A més, per tots aquells que vulguin venir a gaudir de la Lluna, la neu i els emblemàtics cims que envolten el circ d'Ulldeter, però no vulguin anar amb esquís de muntanya, podran fer una passejada guiada amb raquetes de neu.

Més informació i inscripcions a <http://cursalluna.cec.cat>





SORTIDES

EXCURSIONISME

DIUMENGE 3 DE MARÇ

ROCA CENTELLA I CARENA D'EN BOSC

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Canoves, serrat de la Vivella, baga de Vallfugueres, pla de la Batalla, roca Centella, el Mojó, pla del Pous, collada Fonda, turó de Monner, soleia de Vallfornès, pantà de Vallfornès, pont de muntanya, Canoves.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivell: +600 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Pilar Casals i Xavier Junquera.

DIJOUS 7 DE MARÇ

EL CASTELL DE BURRIAC DE CABRERA DE MAR (DIJOUS MATINAL)

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Cabrera de Mar, camí del Mig, camí de Can Segarra, font Picant.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 2 h 45 min.

VIATGE: amb cotxes particulars fins al centre del poble de Cabrera de Mar. Amb Renfe R-1 fins a Cabrera de Mar-Vilassar de Mar (hi ha un tren que surt de pl.Catalunya a les 8:47 i arriba a Cabrera de Mar a les 9:25. Cal agafar l'autobús Casas C-16 de les 9:30 fins al centre del poble de Cabrera de Mar.

TROBADA: Cabrera de Mar. Restaurant Masia Castell Can Rodon (C/ Jaume Català, 19). Restaurant tancat, cal portar esmorzar.

VOCALS: Pere Sanz i Enric Bernades.

DIUMENGE 10 DE MARÇ

PUIG SACARBASSA (1.682 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: plana del Coll, font del pla del Saüquet, coll de Sesbasses, puig Sacarbassa, coll de les Agudes, corral d'en Deumal, Fontmartina.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps de camí: 6 h / Desnivell: +700 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

VOCALS: Maria Puigdueta i Ignasi Vidal.

SERRA DE BENAVENT I CASTELL DE LLORDÀ

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: coll de Comiols, roca Roja, roc de Benavent, grau de Moles, borda de Pamitxo, serrat Llarg, castell de Llordà, Llordà.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h 30 min / Desnivell: +850 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Manel Canales i Josep Pérez.

SORTIDA DE TREBALL DE CAMP A LA SERRA DE L'ATAIX

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (ERB)

PROJECTE: Flora i vegetació de la serra de l'Ataix.

VOCALS: Josep Nuet i Valentí Gonzalez.

EXCURSIÓ N° 375: OSONA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (EXFAVEPRO)

ITINERARI: mirador del Roc Gros (Collsuspina).

NIVELL: **fàcil / Temps: 2 h 30 min / Desnivell: +150 m.

TROBADA: a Collsuspina, al Cafè del Poble (C/ Major, 22) a les 9:30 per sortir a les 10.

VOCAL: Roser Canals ☎ 934 181 221.

AMB RAQUETES PER LA SERRA DEL VERD

COMISSIÓ D'INFANTS

ITINERARI: ermita de Santa Margarida, coll de Mola, cap del Verd, collada dels Belitres, torrent Fosc.

NIVELL: ****cal experiència / Temps: 5 h 30 min / Desnivell: 884 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Clàudia Vallvè i Jordi Sancho.

DUES EXCURSIONS SORPRESA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Us proposo fer de nou una excursió sorpresa, que en són dues, una de matinal i una altra de tot el dia, ben diferents l'una de l'altra.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: Estació Renfe pl. Catalunya, a les 8 del matí.

INSCRIPCIONS: a partir de dia 4 de març.

VOCAL: Núria Casals.

EXCURSIÓ MATINAL

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h.

EXCURSIÓ DE TOT EL DIA

NIVELL: ***certa dificultat / Temps: 5 h.

DIUMENGE 17 DE MARÇ

DIADA VERDAGUER EXCURSIONISTA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Molins de Rei, Santa Creu d'Olorde, turó de Castellví, can Sauró, pantà de Vallvidrera, Vil·la Joana.

NIVELL: *** fàcil / Temps: 3 h / Desnivell: +200 m.

VIATGE: amb transport públic.

VOCALS: Hermes Soler i Albert Gras.

CAMINS MIL·LENARIS: COLLADA DE CAPSACOSTA SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Sant Ponç d'Aulina, pla de Can Petit, coll Salarca, can Genic, Sant Pau Vell, can Barramba, font de l'Arç, cap Sacosta, can Sagrantana, Hostalet de Capsacosta, oratori de Sant Josep, pas dels Traginers, l'Oliva, font de Can Bonica, l'Hostalnou de Bianya. Una part de la sortida segueix la via romana i carrerada de Capsacosta.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivell: +755 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Ignasi Nadal i Ramón Ribas.

EXCURSIÓ AL PUIG I CASTELL DE SANT MIQUEL (GIRONÈS)

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (GDON)

OBJECTIU: mosaic de diverses formacions vegetals de muntanya mitjana (pins, roures, castanyers, sureres, alzines) en funció de la geologia, l'orientació i l'home.

ITINERARI: Celrà, la creu Palomera, castell de Sant Miquel, construccions de pedra seca, can Mistaire, font del Ferro, Sant Daniel, Girona.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 30 min / Desnivell: + 315 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: tren regional, línia R-11 Barcelona-Portbou. Cal agafar bitllet d'anada i tornada a Celrà. Sortida a les 8:46 de Sants / 8:50 pg. de Gràcia / 8:54 Clot-Aragó.

INSCRIPCIONS: a partir del 4 de març.

VOCALS: Pepita Martínez i Núria Arnan ☎ 934 069 787.

SANT JULIÀ DE COANER SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART (GRUP D'ARQUEOLOGIA)

ITINERARI: visita al castell de Súrria i excursió a Sant Julià de Coaner.

No caminadors: visites al castell de Súrria, poble vell, molí de cal Planés, torre medieval de la Pobla.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: pl. Catalunya / Rivadeneyra, a les 6:45.

INSCRIPCIONS: a partir del 25 de febrer.

VOCALS: Mercè Falcó ☎ 933 474 124 i August Bernat ☎ 932 378 537. Col·laborador: Lluís Willaert.

NOTA: dinar opcional a Súrria.

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME	2
VETERANS	3
GRUP DE JOVENT	3
ALTA MUNTANYA	3
ESQUÍ DE MUNTANYA	4
ESQUÍ NÒRDIC	4
ESQUÍ ALPÍ	4
VIES FERRADES	4
BTT/CICLOTURISME	4
SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES	4
TRESCS I VIATGES CULTURALS	5
ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL	6
ELS CURSOS DE L'EMCEC	7

SORTIDES

DIMARTS 19 DE MARÇ

DE L'OBSERVATORI FABRA ALS JARDINS DEL LABERINT I EL PARC DE LES HEURES SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Vallvidrera, observatori Fabra, font i jardins de Can Borni, coll s'Erola, font de la Mina de Sant Medir, font de l'Estrangulador, font Grogà, turó del Matall, turó i portell de Valldaura, font de can Gras, parc del Laberint i jardins del parc de les Heures.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 30 m.

VIATGE: amb tren i metro.

TROBADA: estació FGC pl. Catalunya, a les 9 del matí.

INSCRIPCIONS: a partir de dia 4 de març

VOCAL: Núria Casals.

DIJOUS 21 DE MARÇ

EXCURSIÓ AL FIGUERÓ (DIJOUS TOT EL DIA) SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: el Figueró, can Oliveres, Montmany, la Rovira, cingle de Bertí, la Trona, sot del Bac, el Figueró.

NIVELL: **fàcil.

VIATGE: amb tren (pl. Catalunya a les 9:08 i arriba al Figueró les 9:59).

TROBADA: a les 10 a l'estació del tren del Figueró.

VOCALS: Ramon Comelles.

DIUMENGE 24 DE MARÇ

ENTRE EL BERGUEDA I EL SOLSONÈS SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: el Sisquer, can Riu de Valls, Sant Martí de la Corriu, can Margineda, grau de Cap de Balç, coll de Sant Lleir, riu Cardener, Sant Llorenç de Morunys.

NIVELL: ***certa dificultat / Temps: 6 h 30 min / Desnivell: +300 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Pepe Guajardo i Montse Giménez.

CICLE ESTIMAR CATALUNYA: EL FERROCARRIL SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Sant Joan de les Abadesses, veïnat de Coll d'Art, collet de Can Camps, Sant Martí d'Ogassa, portella d'Ogassa, plans de Conivella, Ribes de Freser.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 7 h / Desnivell: +1.250 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: L. Rotllan i L. Garrido.

DIUMENGE 31 DE MARÇ

RESSONS DE LA GUERRA DELS SEGADORS SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Riudarenes, can Calçada, can Ge-

lats Vell, turó d'en Patllari, can Colomer, Mare de Déu d'Argimon, bosc del Far, torrent de Vilarràs, l'Esparra.

NIVELL: ***certa dificultat / Temps: 4 h 30 min / Desnivell: +500.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: pl. Catalunya / Rivadeneyra, a les 7:30, per sortir a les 7:45 del matí.

INSCRIPCIONS: a partir del 14 de març.

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

NOTA: cal portar esmorzar, dinar i bastons.

DIUMENGE 7 D'ABRIL

UN DIA AMB EL PASTOR: ACTIVITAT DE SILVOPASTURA A SANT BOI DEL LLOBREGAT SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: passarem un matí acompanyant els pastors (formats a l'Escola de Pastors del Pallars) per veure la feina que fan amb el ramat de cabres, que consisteix a netejar les franges de protecció per evitar incendis.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 30 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC Molí Nou – Ciutat Cooperativa, a les 8:06 del matí. El tren surt de pl. Espanya a les 7:45. Bitllet d'una zona.

INSCRIPCIONS: a partir de dia 21 de març.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: activitat limitada a 14 inscripcions. Cal portar esmorzar i dinar.

VETERANS

DIMECRES 6 DE MARÇ

SERRA DE GALLINERS (MATINAL) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: estació de Sant Joan (FGC), turó de Mataric, turó del pi d'en Cugat, turó de Can Camps, camí dels Monjos, mirador de Can Barnola, coll de la Creueta, cota 317, mirador del coll del Pujol Blanc, can Barata, (ramal de la via Augusta), can Villar Ferré, Sagrada Família, can Ferran, Sant Feliu de Vilamillans, can Corbera, can Falguera, casa castell de les Fonts i estació de les Fonts de Terrassa. (FGC).

NIVELL: fàcil / Temps: 3 h / desnivell: +144.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC pl. Catalunya (Canaletes) a les 8.45 h.

VOCAL: Lluís Willaert.

DISSABTE 17 DE MARÇ

EXCURSIÓ N° 231: SANTUARI DE BELLMUNT SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: coll de Vidrà, santuari de Bellmunt, el Bosquetell, la Cogulaera, la Foradada i Sant Quirze de Besora. (Caminadors)

A la tarda, tots plegats, visita a la colònia de Borgonyà.

NIVELL: **fàcil / Temps: 3 h / Desnivells: + 250.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: rda. Universitat, 11, a les 7:45, per sortir a les 8.

VOCALS: Josep M. Sala, Toni Muñoz, Lluís Willaert.

NOTA: dinar de motxilla.

GRUP DE JOVENT (12 a 18 anys)

ACTIVITATS MARÇ

DIUMENGE 10 DE MARÇ

Puigmal des de Vall de Núria

DE DISSABTE 23 A DIMECRES 27 DE MARÇ

Estada hivernal al refugi d'Amitges

AVANÇAMENT ABRIL

DIUMENGE 7 D'ABRIL

Tast d'escalada

ALTA MUNTANYA

DISSABTE 9 I DIUMENGE 10 DE MARÇ

TUC DE RATERA (2. 857 m) AMB RAQUETES SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Barcelona, Espot, aparcament Prat de Pierró, refugi d'Amitges.

Diuenge: tuc de Ratera, refugi d'Amitges, Espot.

NIVELL: ****cal experiència / Temps: 3 h; 7 h / Desnivells: +746 m; +477 m.

PERNOCTACIÓ: refugi d'Amitges (MP)

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Emili Rissech.

NOTA: cal experiència en alta muntanya hivernal i bona forma física. Material: raquetes, ARVA, pala, sonda, grampons i piolet.

DIUMENGE 17 DE MARÇ

PIC DE NOUCREUS AMB RAQUETES SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Núria, ascensió al pic de Noucreus per al vall de Noucreus.

NIVELL: ***certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivells: +850 m.

VIATGE: amb cotxes particulars i cremallera.

VOCAL: Francesc Chiva.



SORTIDES

NOTA: cal dur ARVA, pala sonda, raquetes, roba d'hivern, grampons, piolet, pals, botes per fer hivernals i ulleres de sol.

DISSABTE 23 I DIUMENGE 24 DE MARÇ

AGULLA DEL PORTARRÓ D'ESPT (2.675 m) AMB RAQUETES

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: palanca de la molina, estany de Llebre, planell d'Aigüestortes, refugi d'Estany Llong.

Diumenge: refugi d'Estany Llong, portarró d'Espot, agulla del Portarró.

NIVELL: ****cal experiència / Temps: 5 h; 7 h 30 min / Desnivells: +550 m; +700 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de l'Estany Llong (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Xavi Perramon i Josep Pérez.

ESQUÍ DE MUNTANYA

DISSABTE 2 I DIUMENGE 3 DE MARÇ

PIC DE POSETS (3.375 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: ascensió al refugi Àngel Orús.

Diumenge: ascensió al pic de Posets, per la Canal Fonda i retorn pel mateix itinerari.

NIVELL: ****cal experiència / Temps de camí: 3 h; 7 h / Desnivells: +575 m; +1.280 m.

PERNOCTACIÓ: refugi Àngel Orús (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Àlex Montoliu.

DISSABTE 9 I DIUMENGE 10 DE MARÇ

PIC DE NERASSOL (2.633 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: arribada a l'Hospitalet i excursió per la zona per fer pràctiques d'ARVA.

Diumenge: ascensió al pic de Nerassol.

NIVELL: ***certa dificultat / Temps de camí: 7-9 h / Desnivell: +1.268 m.

PERNOCTACIÓ: Gîte d'étape (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Marc Lucas i Miquel Roset.

NOTA: la reunió informativa obligatòria és di-jous 7 a les 20.

DISSABTE 16 I DIUMENGE 17 DE MARÇ

PIC DE GASAMIR (2.721 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: aparcament de Randé, refugi de Merialles, puig de Collada Verda (2.403 m), - refugi de Merialles.

Diumenge: refugi de Merialles, pic de Gasamir,

aparcament de Randé.

NIVELL: ***certa dificultat / Temps de camí: 5 h; 6 h / Desnivells: +900 m; +1.135 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de Merialles (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Teresa Larrieu.

NOTA: la reunió informativa obligatòria és el di-jous 14 a les 21:30.

DEL DISSABTE 23 A DILLUNS 25 DE MARÇ

PETITA TRAVESSA D'AIGÜESTORTES

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Espot, refugi d'Amitges. Diumenge: refugi d'Amitges, refugi de Colomers. Dilluns: refugi de Colomers, Espot.

NIVELL: ***certa dificultat / Temps: 3 h; 9 h / Desnivells: +730 m; +600 m; +450 m.

PERNOCTACIÓ: refugi d'Amitges (MP); refugi de Colomers (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Manuel Parrado.

NOTA: la reunió informativa obligatòria és el di-jous 21 al CEC a les 21.

ESQUÍ NÒRDIC

DISSABTE 2 I DIUMENGE 3 DE MARÇ

CHIOULA-PLATEAU DE BEILLE (NÒRDIC I RAQUETES)

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

VIATGE: amb autocar.

ALLOTJAMENT: Hotel en Tarascon-sur-Ariège (MP).

VOCALS: Isabel Casanellas i Josep Nonell.

DISSABTE 9 DE MARÇ

SORTIDA A LA Cerdanya

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Maite Ferrer i M. José Navarro.

DEL DIUMENGE 10 AL DISSABTE 16 DE MARÇ

TRAVESSA DEL JURA (PREALPS FRANCESOS)

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

VIATGE: amb cotxes particulars.

ALLOTJAMENT: Gîtes d'étape (MP).

VOCALS: Antoni Ponce i Isabel Casanellas.

NOTA: transport de l'equipatge d'una etapa a l'altra.

ESQUÍ ALPÍ

DISSABTE 16 I DIUMENGE 17 DE MARÇ

ESQUIADA EN FAMÍLIA A GRANDVALIRA (ANDORRA)

COMISSIÓ D'INFANTS

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Àlex Montoliu i Àgata Pedrerol.

NOTA: No s'admetran infants que no vagin acompanyats dels seus pares o tutors.

VIES FERRADES

DISSABTE 2 DE MARÇ

TORRENT DE LA FONT DELS ESCOLAR I CANAL DEL XACÓ

SECCIÓ DE MUNTANYA

Cicle "Coneixem Montserrat pels seus camins equipats, ferrades i barrancs".

ITINERARI: Barcelona, Montserrat.

NIVELL: ****cal experiència específica / Temps: 9-10 h / Desnivells: +480 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Joan Ramon Montes.

BTT / CICLOTURISME

DIUMENGE 17 DE MARÇ

CINGLES DE BERTÍ

SECCIÓ DE BTT/CT

ITINERARI: Aiguafreda, Sant Pere de Valldneu, santuari de Puiggraciós, Sant Pere de Bertí, el Cerdà de la Garga, molí de la Llavina, Aiguafreda.

NIVELL: ***certa dificultat / Distància: 45 km.

VIATGE: amb cotxes particulars o tren.

VOCAL: Francesc Estrada.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DIUMENGE 3 DE MARÇ

VISITA A CERVERA I TORNABOUS

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Amb el suport del Grup d'Arqueologia.

VISITES: Museu Duran i Sanpere, i a Tornabous el poblat ibèric del Molí d'Espígol.

TROBADA: pl. Catalunya / Rivadeneyra a les 7:15.

VIATGE: amb autocar.

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

DISSABTE 9 DE MARÇ

EL LLUÇANÈS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

VISITA: la cripta preromànica de l'església de Sant Andreu d'Oristà i el Museu Rocaguinarda, de terrissa catalana.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: pl. Catalunya / Rivadeneyra, a les 7:45.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

SORTIDES

DIMARTS 12 DE MARÇ

PASSEJANT PEL CASC ANTIC DE SANT ANDREU DEL PALOMAR SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: passejarem per l'antic poble de Sant Andreu del Palomar: casa Bloc, carrer Grau, plaça Orfila, Biblioteca Ignasi Iglésies, Can Fabra, antiga fàbrica de la Fabra i Coats, plaça del Comerç, carrer Gran de Sant Andreu, rambla Fabra i Puig, Club Natació Sant Andreu.

TROBADA: Estació Torres i Bages (sortida Palomar), línia 1 (vermella), a les 10 del matí.

INSCRIPCIONS: a partir de 4 de març.

VOCAL: Núria Casals.

DIJOUS 14 DE MARÇ

PATRIMONI ARQUITECTÒNIC DE VALLVIDRERA (DIJOUS CULTURAL) SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: caminada pels llocs més emblemàtics de l'antic poble.

NIVELL: **fàcil.

VIATGE: amb tren (FGC). S'ha d'agafar el tren de Terrassa o Sabadell (no pujar al primer ni al darrer vagó perquè no obren portes a l'estació concreta), i cal baixar a l'estació del Peu del Funicular.

TROBADA: a les 10 del matí a la pl. Pep Ventura de Vallvidrera (pl. Funicular).

VOCAL: Cisco Tomàs.

NOTA: dinar opcional al centre Cívic. Preu 8/10 € el menú diari.

DIMECRES 20 DE MARÇ

VISITA COMENTADA A LA SEU DE LA REIAL ACADEMIA DE CIÈNCIES I ARTS DE BARCELONA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

TROBADA: la Rambla, 115, a les 10:45.

INSCRIPCIONS: a partir del 4 de març.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

DISSABTE 23 DE MARÇ

SANTA COLOMA DE GRAMENET SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Can Peixauet, museu Torre Balldovina, can Mariné, casa dels Nins, passeig Mn. Jaume Gordi, església Major, plaça de la Vila, Ajuntament, can Sisteré, Biblioteca Central, carrer Major, mas Fonollar, antiga plaça del Safareig, parc Europa, Can Zam i Can Franquesa. Després anirem a dinar a la font de l'Alzina i acabarem al parc de Can Zam.

NIVELL: *molt fàcil / Temps: 3 h.

VIATGE: amb metro.

TROBADA: andana de l'estació Sagrera, metro línia 5 (blava), a les 10 del matí.

INSCRIPCIONS: a partir de dia 4 de març.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: hi ha la opció de fer només l'activitat matinal.

DISSABTE 13 D'ABRIL

CAN TRAVER D'USALL A BANYOLES SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: visita a la casa pairal i a l'església romànica de Sant Cristòfol d'Usall, (gentilesa dels senyors Perpanyer); possibilitat de visitar altres esglésies romàniques.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: Pl. Catalunya / Rivadeneyra, a 1/4 de 8 del matí.

INSCRIPCIONS: a partir del 18 de març.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124 i Lluís Willaert.

TRESCS I VIATGES CULTURALS

DEL 23 AL 30 DE MARÇ

TRESC DE SETMANA SANTA A JORDÀNIA

EXCURSIONS DESTACADES

- Ruta del Reis i reserva natural de Wadi Dana. Caminada de 4 h.
- Reserva natural de Mujib i recorregut pel canyó de Wadi Mujib i Wadi Hudeira. Mar Morta. Caminada de 3 h.
- Visita a l'antiga ciutat nabatea de Petra i excursió al Deir (caminada de 12-18 km).
- Desert de Wadi Rum, conegut com "la vall de la Lluna". Caminada de 6 h.
- Visita a la ciutat d'Aqaba.

VOCAL: Ferran Alexandri ☎ 696 206 159 (ferran@alexandri.cat)

NOTA: el tercer i darrer pagament s'ha de fer entre el 4 i el 7 de març (30% restant). La tercera i última reunió, on donarem tota la documentació, serà el 14 de març a les 8 del vespre a la sala F. Beato.

DEL 28 DE MARÇ A L'1 D'ABRIL

VIATGE TURÍSTIC I CULTURAL SETMANA SANTA 2013 SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Ruta per les "Merindades del Norte de Burgos"

Dijous 28: Barcelona, Saragossa, Logroño i Villarcayo.

Divendres 29: Escaño, Puentevedey, Espinosa de los Monteros.

Dissabte 30: Berceo, Cadagua, Siones, Villarsana de Mena.

Diumenge 31: Villarcayo (visita), Medina de Pomar (visita) i rodalia.

Dilluns 1: sortida de Villarcayo, Medina de Pomar, Trespaderne, Oña i retorn a Barcelona.

VIATGE: amb autocar.

ALLOTJAMENT: en hotel (PC).

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

DE L'1 AL 5 DE MAIG

VIATGE CULTURAL A LA SAVOIA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

VISITES: Chambéry, creuer pel llac Bourget; abadia d'Hautecombe, Chamonix, el Mont Blanc, Annecy, les gorges de Fier i el castell de Montrottier.

INSCRIPCIONS: a partir del 4 de març.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

TRAVESSA PEL GR 223: CAMÍ DE CAVALLS (MENORCA) PER AL MES DE SETEMBRE

DEL 19 AL 24 DE SETEMBRE.

El preu per persona (per a un grup de 20) és de **270 €**. Inclou: allotjament en hotel (habitació doble + esmorzar), transfers a l'inici i al final de cada etapa. El preu no inclou el viatge d'anada i tornada, que és a compte del participant.

Els que estigueu interessats en aquesta excursió heu de fer una paga i senyal de 50 € del 22 d'abril al 20 de maig.

MÉS INFORMACIÓ: Pepa Igartua ☎ 932 136 640 (atenciosoci@cec.cat)



CAP DE SETMANA DE SANT JOAN A LES PLANES DE SON

La Secció de Geografia i Ciències Naturals (GDON) organitza per Sant Joan un cap de setmana a Planes de Son (Pallars Sobirà), al Centre MónNatura Pirineus, del divendres 21 a dilluns 24 de juny.

PROGRAMA: excursió d'un dia al pla de la Font; cinema naturalista observació d'estels; visita al Centre de Fauna; falles d'Isil; sortides naturalistes pels voltants del centre; activitats amb educadors.

VIATGE: amb cotxes particulars.

ALLOTJAMENT: Centre MónNatura Pirineus (PC). Preu aproximat de l'estada: 200 € (sense el viatge).

INSCRIPCIÓ: a fi d'assegurar la reserva de places, els interessats en inscriure-s'hi hauran de fer una bestreta de 50 € abans del dia 31 de març.

VOCALS: Francesc Vallhonrat i Carmina Coll ☎ 932 327 468.



ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DILLUNS 4 DE MARÇ

55 CERTAMEN DE VÍDEOS AMATEURS D'EXCURSIONS, REPORTATGES I DOCUMENTALS SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Lectura del veredict, lliurament de premis i projecció d'una selecció de les obres guardonades.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

PREINSCRIPCIÓ DEL VIATGE A LA SAVOIA FRANCESA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

DIMECRES 6 DE MARÇ

"FLORS DE LES DOLOMITES II" (PROJECCIÓ- CONVERSA) SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A CURA DE: Núria Arnan.

LLOC: a l'aula Artur Osona.

HORA: a les 19:30.

RECITAL DE POESIA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Recital del Poema "Montserrat", de Josep M. de Segarra, a dues veus.

RAPSODES: Glòria Judal i Pep Moreno.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI DINAMITZACIÓ SOCIAL

LLOC: a la sala Francesc Beato.

HORA: de 18 a 19.

DIJOUS 7 DE MARÇ

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí Gonzalez.

LLOC: a la sala del 4t pis.

HORA: a partir de les 18:30.

PRESENTACIÓ DELS CAMPAMENTS DE VACANCES SECCIÓ DE CÀMPING

Primera reunió dels que estigueu interessats en assistir als campaments de vacances. Informarem del treball fets per l'equip organitzador, els llocs escollits, la forma de fer la preinscripció, la data de les altres reunions, els preus aproximats, etc. És molt important assistir a aquesta primera trobada per poder estar al corrent de les novetats d'enguany.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 20.

DIVENDRES 8 DE MARÇ

¿COM PODEM TREURE PARTIT DEL WEB DEL CEC?

ATENCIÓ AL SOCI

Us oferim classes gratuïtes per aprendre a navegar pel nostre web. ¿Com podem buscar informació i com podem inscriure'ns en les activitats per internet? Per fer això, només cal tenir coneixements d'informàtica d'usuari i una adreça de correu electrònic.

A CURA DE: Núria Casals.

LLOC: a la biblioteca.

HORA: a les 17.

DILLUNS 11 DE MARÇ

CONCURS MUNDIAL UNICA 2012 SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Projecció d'una selecció de vídeos que varen ser premiats a Ruse (Bulgària).

A CURA DE: Jordi Micó.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

DIMARTS 12 DE MARÇ

DINAMITZACIÓ SOCIAL "LA RUTA DEL QUIXOT"

Projecció del DVD del viatge "La ruta del Quixot" a peu, que es va fer del 2 al 4 d'agost de 2010.

A CURA DE: M. Àngels Vilana.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

DIMECRES 13 DE MARÇ

"VIATGE A TUNÍSIA - PART 1" (PROJECCIÓ VÍDEO) SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

A CURA DE: Francesc Juandó.

LLOC: a la sala d'actes

HORA: a les 19:30.

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

LLOC: a la sala Francesc Beato.

HORA: de 18 a 19.

DIJOUS 14 DE MARÇ

ÚLTIMA REUNIÓ TREC SETMANA SANTA A JORDÀNIA

Per lliurar-vos tota la documentació i la motxilla de regal.

LLOC: a la sala Francesc Beato.

HORA: a les 20.

BAGATGE DE CANÇONS SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

A CURA DE: Robert Híjar i Roser Castelló ☎ 696 875 546.

LLOC: a l'aula Artur Osona.

HORA: a les 18.

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí Gonzalez.

LLOC: a la sala del 4t pis.

HORA: a partir de 18:30.

"53 SEXENNI DE MORELLA" I "DOLOMITES" (PROJECCIÓ) SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A CURA DE: Julià Sáez i Corbalán.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

CLASSES DE PUNT DE MITJA I GANXET DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Amèlia Igarua i Montserrat Palom.

LLOC: a la sala Francesc Beato

HORA: de 18 a 19.

DILLUNS 18 DE MARÇ

MEDALLA UNICA A SANTIAGO MARRÉ SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Per la promoció del cinema amateur des de associació Foto-Film Calella.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

DIMARTS 19 DE MARÇ

"VIATGE A TUNÍSIA - PART 2" (PROJECCIÓ VÍDEO) SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

A CURA DE: Francesc Juandó.

LLOC: A la sala d'actes

HORA: a les 19:30.

DIMECRES 20 DE MARÇ

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

LLOC: a la sala Francesc Beato.

HORA: de 18 a 19.

LA LLAMADA DEL SILENCIO (PROJECCIÓ)

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Pel·lícula de Joe Simpson, basada en l'intent d'escalada de la cara nord de l'Eiger el 1936.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

DIJOUS 21 DE MARÇ

APRENDRE A BALLAR SARDANES

A CURA DE: Mercè Arqué i Toni Horta.

LLOC: a la sala Francesc Beato.

HORA: de 18 a 20.

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

BAGATGE DE CANÇONS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

A CURA DE: Robert Híjar i Roser Castelló ☎
696 875 546.

LLOC: a l'aula Artur Osona.

HORA: a les 18.

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí Gonzalez.

LLOC: a la sala del 4t pis.

HORA: a partir de 18:30.

DIVENDRES 22 DE MARÇ

¿COM PODEM TREURE PARTIT DEL WEB DEL CEC?

ATENCIÓ AL SOCI

Us oferim classes gratuïtes per aprendre a navegar pel nostre web. ¿Com podem buscar informació i com podem inscriure'ns en les activitats per internet? Per fer això, només cal tenir coneixements d'informàtica d'usuari i una adreça de correu electrònic.

A CURA DE: Núria Casals.

LLOC: a la biblioteca.

HORA: a les 18:30.

DIMARTS 26 DE MARÇ

LES 50 MILLORS EXCURSIONS AMB RAQUETES DE NEU (PRESENTACIÓ)

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Presentació del llibre *Les 50 millors excursions*

amb raquetes de neu, de Manel Figuera i Abadal, editat per Cossetània.

A CURA DE: Manel Figuera (autor) i Oriol Massó (Llibreria Horitzons).

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

DIMECRES 27 DE MARÇ

MARCO ÉTOILE FILANTE (PROJECCIÓ)

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Una pel·lícula de Bertran Delapierre. Ascensió a l'Everest, amb descens mitjançant surf de neu. Versió original en francès.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

LLOC: a la sala Francesc Beato.

HORA: de 18 a 19.

XLI CONCURS SOCIAL DE FOTOGRAFIA ARTÍSTICA EN B/N

La Secció de Fotografia recorda a tots els socis que l'admissió d'obres acabarà el 22 de març a l'àrea d'atenció al soci o a la secció. L'exposició tindrà lloc tot el mes d'abril, a la sala Francesc Beato. Les bases del concurs van ser publicades en el butlletí de gener.

XXVI CONCURS SOCIAL DE TEMES OBLIGATS

La Secció de Fotografia recorda a tots els socis interessats en participar en aquest concurs que el tema corresponent als mesos de març i abril és "safareig".

Resultat del concurs corresponent al tema "reixes", segons la decisió del jurat del dia 28 de gener:

Apartat blanc/negre:

"Natura",

de Maria Bonet (8,6 punts)

Apartat paper color:

"Drac",

de Roser Romaní (8,3 punts)

Apartat diapositives:

"Pedralbes",

d'Eduard Estrada (7 punts).

BASES DEL 76 CERTAMEN ESTATAL DE VÍDEO NO PROFESSIONAL SELECTIU UNICA 2013

Com cada any es convoca aquest certamen per seleccionar el programa que ha de representar Espanya en el Concurs Mundial de la Unió Internacional de Cinema No Professional (UNICA), que enguany se celebrarà a Incheon (Corea del Sud) del 24 al 31 d'agost de 2013. L'admissió es tancarà el 22 de març. Trobareu les bases al web, a la recepció del CEC i en botigues de fotografia.

ELS CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

PROPER CURSOS

CURS D'ESCALADA ESPORTIVA (NIVELL 1)

Del 2 al 7 d'abril

MONOGRÀFIC DE VIES FERRADES

Del 16 al 21 d'abril

TÈCNIQUES BÀSIQUES D'ORIENTACIÓ A LA MUNTANYA

1 teòrica: 10 d'abril

2 pràctiques a Montserrat: 13 i 14 d'abril

CURS D'ESCALADA EN ROCA VIA LLARGA (NIVELL 2)

Del 23 d'abril al 5 de maig

CURS DE FLORA MEDITERRÀNEA

Sessions teòriques: 18 i 25 d'abril

Sessions de treball de camp: 21, 28 d'abril i 5 de maig

CURS D'EXCURSIONISME A L'ALTA MUNTANYA

Del 30 d'abril al 28 de maig

EL PREU DELS CURSOS DE L'EMCEC INCLOUEN:

1. Assegurança d'accidents i RC (per fer els cursos amb nosaltres sense tenir la targeta federativa).
2. Lloguer de material gratuït.
3. Classes teòriques, pràctiques i material tècnic col·lectiu.
4. Instructors tècnics esportius titulats pel Departament d'Ensenyament.
5. Buff de regal.
6. Val del 15% de descompte a la botiga Salewa Store de Barcelona.



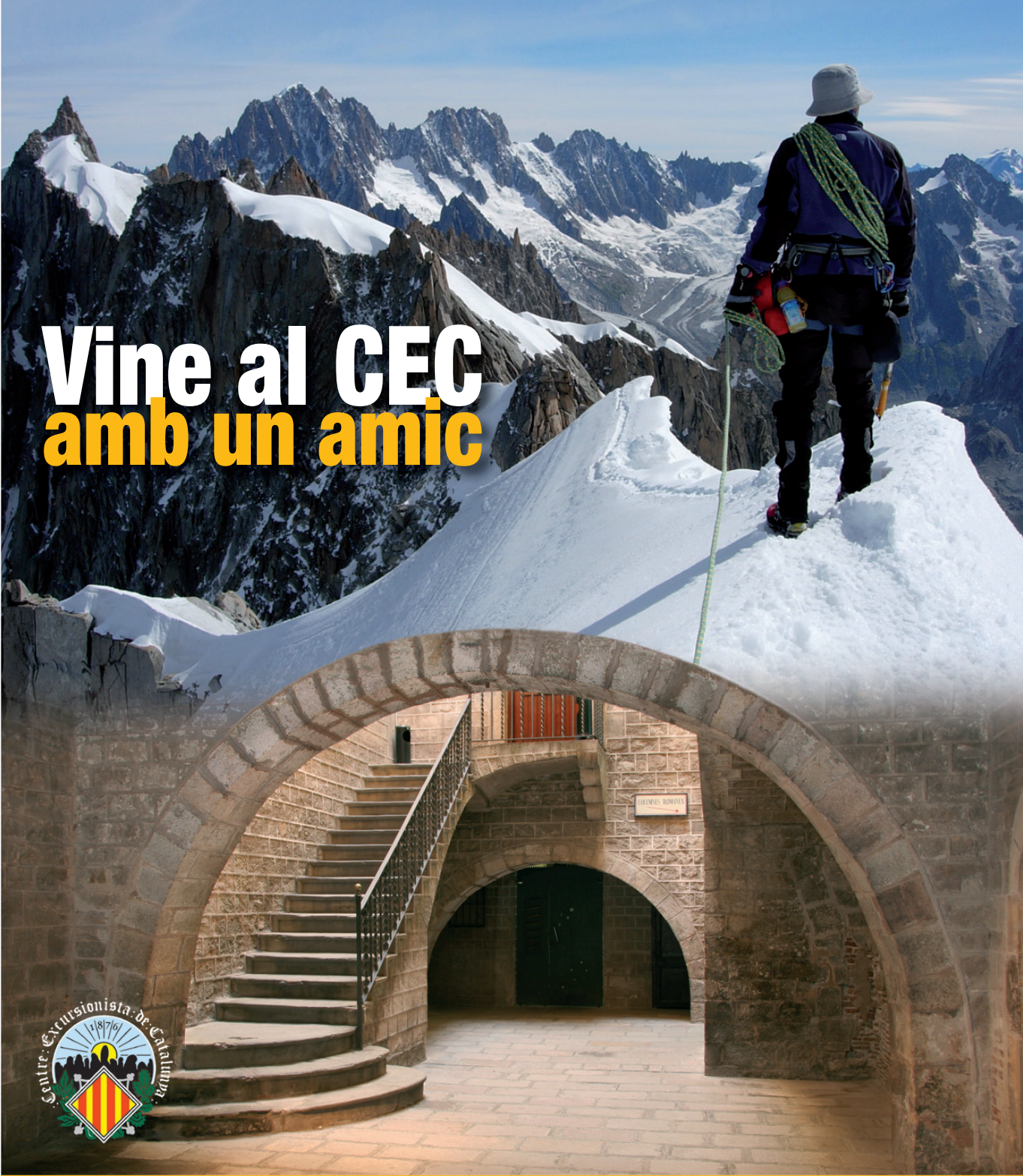
XEC DESCOMpte 15%

*Xec descompte vàlid només per inscrits en cursos i activitats del Centre Excursionista de Catalunya.

SALEWA STORE
Barcelona

El xec del 15% de descompte us el donarem quan us inscriviu en qualsevol curs de l'EMCEC

SALEWA STORE BARCELONA
Carrer Canuda 41-43 - Tel: +34 936 764 008 - store.barcelona@salewa.com
facebook.com/SalewaStoreBarcelona



Vine al CEC amb un amic



Porta un nou soci al CEC
i et beneficiaràs
d'un descompte del 25%
en la teva quota

Els socis numeraris del Centre Excursionista de Catalunya que porteu un nou soci a l'entitat tindreu un descompte del 25% en la vostra quota del 2014.

Així mateix, el nou soci que hagi estat apadrinat per un soci numerari, tindrà el mateix descompte en la quota del 2014.

Centre Excursionista de Catalunya

Paradís, 10 i 12 / 08002 Barcelona / Tel.: 933 152 311 / Fax: 933 151 408 / cec@cec.cat / www.cec.cat