



Butlletí

DESEMBRE 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

Quotes per al 2014

Benvolguts socis:
Tal com ja vàrem comunicar en la passada Assemblea General Ordinària, el Centre té enguany tensions greus de tresoreria. Això podria provocar que haguéssim de fer un avançament de les quotes per fer front a la situació. Hem procurat evitar tant com hem pogut aquesta solució, però lamentablement no podem deixar de fer-la. Per aquesta raó vam demanar a l'Assemblea Extraordinària del dia 19 de novembre l'aprovació de no augmentar quotes, però també de fer un avançament d'un

mes en el pagament de la quota anual. De manera que en la primera setmana del mes de desembre procedirem a fer el gir de les quotes de l'any 2014. Aquesta és una mesura excepcional i demanem disculpes per haver de fer-la, però no ens queden més alternatives si volem evitar mals majors al Centre.

Estem segurs que entendreu les raons que ens han portat a prendre aquesta decisió i esperem que aquest fet no us faci perdre el vostre suport al Centre i a la seva tasca. La Junta Directiva es compromet a presentar un pla en el proper any perquè això no es torni a repetir. El Centre té suficients recursos i possibilitats per no haver de patir amb la tresoreria. Us agraeixo la vostra comprensió.

Josep M. Puente

Mor l'esquiador Jordi Tenas en una allau als Andes



© TXEMA TRULL

L'esquiador català i soci del CEC, Jordi Tenas Estévez, nascut a Barcelona l'any 1988, va morir el passat 21 de setembre, en un greu accident ocasionat per una allau a la zona de Las Leñas-Cerro Torre-cillas, als Andes argentins. Pel que sembla, Tenas i el seu company, el fotògraf Txema Trull, estaven acampats a la base del Cerro Torrecilla quan una allau, que s'esdevingué a la matinada del dissabte 21, els va sorprendre mentre eren a la tenda.

Un cop passat de l'accident, al qual va sobreviure Txema Trull, el cos de Tenas fou trobat sense vida després d'haver estat 15 hores sota la neu. El rescat va ser possible gràcies a un gos ensinistrat, que va poder localitzar-los. Jordi Tenas era un esquiador expert que competia en la disciplina *freeride*.

La Junta Directiva del Centre Excursionista de Catalunya, en nom de tots els socis, vol expressar amb aquesta nota el seu més sentit condol als familiars i amics.

Mor l'historiador Joan-Ferran Cabestany i Fort

Joan-Ferran Cabestany i Fort, doctor en Història, va morir el passat 26 de setembre als 83 anys. Professor a la Universitat de Barcelona (1964-1985); conservador de l'Arxiu Històric de la Ciutat de Barcelona (1961-1974 i 1990-1995); president d'Amics de l'Art Romànic (1983-1999); director del Museu d'Història de la Ciutat de Barcelona (1987-1990); membre del Patronat de Santes Creus (1969-2001) i president de l'Arxiu Bibliogràfic de Santes Creus (1995-2001); membre del Patronat de la Seu Vella de Lleida (des de 1994); membre del consell assessor de Catalunya romànica; director del Centre d'Art Romànic Català (ARCAT, des de 1985), i membre numerari de l'Institut d'Estudis Catalans.

Cabestany també va ser un soci destacat del CEC des de 1954, president de la Secció de Ciències i Arts (1964-1972), vicesecretari i vocal de la Junta Directiva en diversos períodes.

És autor de nombrosos treballs sobre història medieval catalana com ara:

Alfons el Cast (1960); *Expansió catalana per la Mediterrània* (1967); *Jaume I* (1208-1276), *esbós d'una biografia* (1976); *L'Hospital de la Santa Creu. 1401* (2001), i *Jaume I. Conqueridor i home de govern. 1208-1276* (2004).



El CEC amb

La Marató



El Centre Excursionista de Catalunya col·laborarà en la Marató de TV3 d'enguany amb l'organització d'una sèrie d'excursions a cura de la Secció de Muntanya. Podeu veure el programa en aquest mateix butlletí i al nostre lloc web: www.cec.cat.



NOTÍCIES

Fira de material de muntanya i esquí 2013

La Junta Directiva ha autoritzat l'edició d'enguany d'aquesta fira tradicional al Centre, que tindrà lloc del 12 al 20 de desembre al nostre estatge social. Els dies 12, 13 i 16 de desembre es farà la recollida del material, de 6 a 2/4 de 9 del vespre, amb un màxim de deu elements per cada soci. El 17, 18 i 19 de desembre són els dies en què la fira estarà oberta a tots els socis perquè puguin comprar el material que s'ajusti a les seves necessitats. El dia 20 de desembre, es retornarà el material que no s'hagi venut.

Tots els socis podran lliurar als membres organitzadors de la fira, de la forma i manera que indiquin els organitzadors, tota mena de material usat de muntanya i esquí perquè sigui venut. Els venedors interessats signaran un document segons el qual autoritzen els organitzadors a vendre per compte dels propietaris aquest material, fixant el preu de venda i acceptant els propietaris fer la donació tàcita al Centre del material no venut ni recollit el 20 de desembre, que serà donat a una ONG.

Trobareu més informació al web del CEC: www.cec.cat.

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME	2
VETERANS	3
ALTA MUNTANYA	4
ESQUÍ NÒRDIC	4
BTT/CICLOTURISME	4
SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES	4
TREKKINGS DE SETMANA SANTA	5
VIATGE CULTURAL DE SETMANA SANTA	5
ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL	6
ELS CURSOS DE L'EMCEC	7
ACTIVITATS AMB ELS GUIES	8

SORTIDES

EXCURSIONISME

DIUMENGE 1 DE DESEMBRE

GR 3: CAMPDEVÀNOL - SANT JOAN DE LES ABADESSES

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Campdevànol, Sant Martí Vell, Sant Julià de Saltor, Santa Maria de Vidabona, el Xofrè, El Roser, Sant Joan de les Abadesses.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h 30 min / Desnivell: +970 m.

VIATGE: amb transport públic.

VOCALS: Lluís Willaert i Ignasi Nadal.

SORTIDA INCÒGNITA

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Tradicional sortida amb itinerari, visites i restaurant incògnits. Dinar col·lectiu i obsequis per a tots els assistents.

VIATGE: amb autocar.

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

VOCAL: Josefina Garriga ☎ 934 545 769

DIJOUS 5 DE DESEMBRE

PARC DELS TRES TURONS: ROVIRA, CARMEL I CREUETA DEL COLL (MATINAL DEL DIJOUS)

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: estació del metro de la L4 : Guinardó-Hospital de Sant Pau, torrent d'En Melis, parc del Guinardó, turó de la Rovira, parc del Carmel, parc de la creueta del Coll, Estació del metro de la L3: Vallcarca.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 20 min / Desnivell: 200 m.

TROBADA: a les 9:30 a la sortida de l'estació Guinardó-Hospital de Sant Pau de la L4 del metro, o bé, pels qui vulguin esmorzar, a la cafeteria El Niu, del c/ Sant Quintí, 120, situada enfront de la sortida del metro.

VOCAL: Ramon Comellas i Jordi Mengual ☎ 933 472 179 / 654 478 605 / ☎ 933 500 888 / 696 901 307.

DIUMENGE 8 DE DESEMBRE

CINGLES DE GUITARRI

SECCIÓ DE MUNTANYA

Sortida de mitjana muntanya amb grimpada (II*)

ITINERARI: Sadernes, pont d'en Valentí, cova de les Cabres, cova del Querforadat, treu Petit, bac de Riu, Mare de Déu de les Agulles, vall de Riu, pont d' en Valentí, Sadernes

NIVELL: ***** cal experiència específica / Temps: 8 h / Desnivell: +700 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

REUNIÓ INFORMATIVA: dijous 5 a les 20:30.

VOCAL: Emili Rissech.

NOTA: cal experiència en grimpada de poca dificultat (II*), i bona forma física. Places: 16.

DISSABTE 14 DESEMBRE

DE SANT CUGAT DEL VALLÈS AL BARRI DE PENITENTS DE BARCELONA (PR-C38)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Sant Cugat, Sant Crist de Llacers, torrent de can Gordi, font i ermita de Sant Vicens, font de l'Ermetà, can Borrell, can Gener, Sant Medir, Vista Rica, coll de s'Erola, font i viviers de can Borni (dinar als jardins del Viver), barri de Penitents.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivell: +350 m.

VIATGE: amb tren i metro.

INSCRIPCIONS: a partir del dia 2 de desembre.

TROBADA: estació FGC pl. Catalunya, a les 8:00. Bitllet d'anada a Sant Cugat.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: farem sencer aquest PR un cop arranjat el torrent de la font de l'Ermetà, que no vam passar el proppassat gener, i acabarem al barri de Penitents, fins on s'ha allargat. Opcional fer una matinal fins can Borrell (dues hores de PR més una de tornada a Sant Cugat).

DISSABTE 14 I DIUMENGE 15 DESEMBRE

CAMINANT PEL MONTSANT: BARRANC DE COMA NEGRA, COVES DEL MIRACLE I DE CUPS, LA COGULLA

COMISSIÓ D'INFANTS

ITINERARI:

Dissabte: visita guiada al Celler Cooperatiu, obra de l'arquitecte Cèsar Martinell, amb tast de vins.

Diumenge: Margalef, barranc de la Coma Negra, cova del Miracle, cova de Cups, la Cogulla, barranc de Sant Salvador, Margalef.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h 30 min / Desnivell: +660 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

PERNOCTACIÓ: Lo Refu de Cornudella, amb sopar de Nadal (MP).

TROBADA: Lo Refu de Cornudella, a les 8:00.

VOCAL: Ricard Ribas.

DIUMENGE 15 DE DESEMBRE

MARATÓ DE TV3: SERRA DE L'OBAC

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: la Barata, avenc de la Pinassa, búnquer de l'Azaña, roca del Corb, puig de la Codina, coll de la Riba, turó de les Pedritxes, collet de l'Aliga, Sant Joan.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h / Desnivell: +250 m.

VIATGE: amb autocar

VOCALS: Hermes Soler i Lluís Willaert.

MARATÓ DE TV3: FAGEDA DE LA GREVOLOSA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Bracons, la Grevolosa, Sant Nazari,

SORTIDES

el Güell, collet de la Cometa, font de la Grevolosa, collada de Bracons.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h / Desnivell: +500 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Josep Pérez i Xavi Perramon.

MARATÓ DE TV3: BARCELONA ALS PEUS SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Llars Mundet, Laberint, font de la Marquesa, turó de Valldaura, pas del Rei, turó de la Magarola, serra de Sant Medir, coll de la Torrefera, torre Cendrera, Sant Cugat.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h 30 min / Desnivell: +400 m.

VIATGE: amb transport públic.

VOCAL: Jordi Lucea.

MARATÓ DE TV3: SENDER VALLÈS NATURA, GR 173 / GR 173-3 SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: estació Sabadell sud, església romànica de Santa Maria de Barberà, aeròdrom de Sabadell, riu Sec, parc de bombers UAB, poblat ibèric de ca l'Oliver, parc de Vallès, Santa Maria de les Feixes, can Canaletes, can Catà, Sant Iscle de les Feixes, coll de la Ventosa, Hospital de Sant Llàtzer, can Manlleu, estació metro Canyelles.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 30 min / Desnivell: +300 m.

VIATGE: amb transport públic.

VOCAL: Albert Gras.

EXCURSIÓ N° 381 A L'ALT PENEDES SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (EXFAVEPRO)

ITINERARI: Conjunt monumental d'Olèrdola.

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

TROBADA: a Sant Miquel d'Olèrdola, al restaurant Casa del Conill (c/Anselm Clavé, 13, a les 9:30 per sortir a les 10:00).

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

SORTIDA DE TREBALL DE CAMP SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (ERB)

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

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

EXCURSIÓ A MOIÀ SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (GDON) / SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART (GRUP D'ARQUEOLOGIA)

ITINERARI: visita conjunta a les coves prehistòriques del Toll i al dolmen del Cuspinar. No caminadors: visita al Museu Arqueològic i Paleontològic de Moià. Caminadors: Collsuspina, ermita de Sant Cugat de Gavadons, roureda de can Casanova.

OBJECTIU: visita arqueològica i/o excursió bo-

tànica.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 30 min.

VIATGE: amb autocar.

INSCRIPCIONS: del 2 al 12 de desembre.

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

VOCALS: Núria Aman ☎ 660 846 008 i August Bernat ☎ 932 378 537, amb la col·laboració de Carme Huguet.

NOTA: la visita a les coves del Toll es paga en inscriure's i el dinar al restaurant. Dinar opcional al restaurant El Toll.

DIJOUS 19 DE DESEMBRE

DE SANT MIQUEL DEL FAI A SANT PERE DE BERTÍ (DIJOUS TOT EL DIA)

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Sant Miquel del Fai, roca Gironella, Soler de Bertí, Sant Pere de Bertí, l'Ullar, Sant Miquel de Fai.

NIVELL: ** fàcil / Temps de camí: 5 h / Desnivell: +400 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 9:00 al Bar-Restaurant Vidal (pl. Josep Umbert, 8, de Sant Feliu Codines).

VOCAL: Jorge Torcal i Ramon Serra ☎ 938 420 546 - 607 813 531 / ☎ 932 191 671 - 652 431 267.

NOTA: és convenient comunicar l'assistència al vocal per organitzar cotxes.

DISSABTE 21 DESEMBRE

TRES MONESTIRS: SANT CUGAT, SANT LLORENÇ I MONTSERRAT

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Sant Cugat del Vallès, camí dels Monjos, Terrassa, font de la Gripia, can Montllor, santa Magdalena de Puigbarral, carretera de Terrassa a Matadepera.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h 30 min / Desnivell: +300 m.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: taquilles estació FGC pl. Catalunya a les 7:45.

INSCRIPCIONS: a partir del dia 2 de desembre.

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

NOTA: cal portar esmorzar. Dinar opcional en un restaurant, per celebrar el Nadal.

DISSABTE 21 I DIUMENGE 22 DE DESEMBRE

PORTS DE TORTOSA: MOLA DE CATÍ

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: refugi Caro, font del Mascar, maset del Zocolato, refugi de la Mola, cova Cambra, mola de Catí, font del Mascar, refugi Caro.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5 h / Desnivell: +300 m.

PERNOCTACIÓ: refugi del Caro (MP)

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Quim Sánchez.



Riu Brugent.
ALFRED MONTSERRAT

DIUMENGE 22 DE DESEMBRE

CICLE ESTIMAR CATALUNYA: FERRAN II, SENSE ISABEL

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Mont-ral, riu Brugent, Farena, els Cogullons, Rojals, barranc de la Vall, Montblanc.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 6 h 30 min / Desnivell: +670 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Lluís Rotllan i Ramon Ribas.

CARDEDEU: MUSEU TOMÀS BALBEY I CAMINADA A LES FRANQUESSES DEL VALLÈS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita guiada al museu arxiu de Tomàs Balbey, on veurem la Col·lecció de col·leccions, la farmàcia del segle XVIII i el jardí de plantes remeieres. En acabar farem la caminada fins a les Franqueses del Vallès.

ITINERARI: Cardedeu, el pi Gros, torrent de les Bruixes, can Jo, can Marí, Santa Coloma de Marata, les Franqueses.

NIVELL: **fàcil / Temps: 3 h.

VIATGE: amb tren.

INSCRIPCIONS: a partir del 2 de desembre.

TROBADA: estació RENFE pg. Gràcia, a les 7:45. Bitllet d'anada a Cardedeu.

VOCAL: Núria Casals.

VETERANS

DISSAMBE 14 DE DESEMBRE

EXCURSIÓ N° 237: SERRA DE MONTMELL

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Caminadors: la Joncosa de Montmell, església Nova, Sant Miquel de Montmell, tram pedregós, castell del Montmell, la talaia de Montmell i coll de Can Magi Vidal. Possible itinerari reduït i no pedregós, estalviant el castell i la talaia.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 30 min / Desnivell: +380 m.

TROBADA: rda. Universitat, 11(Balmes) a les 7:45 per sortir a les 8:00.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Toni Muñoz, Lluís Peix, Lluís Willaert i Ramon Guiu.

NOTA: tots junts farem la calçotada de Nadal a Aiguaviva de Penedès.

SORTIDES

ALTA MUNTANYA

**DISSABTE 30 DE NOVEMBRE
I DIUMENGE 1 DE DESEMBRE**

PORTELLA D'ORLÚ (2.463 m) SECCIÓ DE JOVES

ITINERARI:

Dissabte: pàrquing de les Forges d'Orlú, refugi d'en Beys.

Diumenge: portella d'Orlú, i retorn.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h; 7 h / Desnivells: +850 m; +500 m.

PERNOCTACIÓ: refugi lliure.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Rafa Manzano ☎ 645 875 884 (*dorfen2002@yahoo.es*)

TROBADA: Palau Reial a les 6:45.

REUNIÓ INFORMATIVA: el dijous anterior, a les 20:30.

DIUMENGE 15 DE DESEMBRE

MARATÓ DE TV3: VOLTA ALS CIMS D'ULLDETER SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: volta pels cims d'Ulldeter.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 5-6 h / Desnivells: +650 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Joan Ramon Montes.

NOTA: cal bona forma física, experiència en

alta muntanya. Indispensable saber progressar amb grampons, piolet i raquetes.

MARATÓ DE TV3: PRÀCTIQUES D'ARVA SECCIÓ DE MUNTANYA

LLOC: platja de Castelldefels.

VIATGE: amb cotxes particulars o transport públic (autobús L94 o L95).

TROBADA: Bus 10:30 a pl. Espanya, davant del l'Hotel, sortida metro L1. Cotxe 11:00-11:15 a Castelldefels, parada d'autobús del passeig Marítim amb el carrer 4, a prop de Finques Bel·lamar.

VOCAL: Francesc Chiva.

NOTA: qui vulgui quedar-se a dinar ho ha de comunicar al vocal. Es farà una reserva al restaurant Randel. El menú de cap de setmana és de 12 €. Material obligatori: ARVA, pala i sonda i una motxilla petita. També seran útils algunes bosses de plàstic.

ESQUÍ NÒRDIC

**DEL DIVENDRES 27 AL DILLUNS 30
DE DESEMBRE**

CURSET DE NADAL D'ESQUÍ NÒRDIC A LA VALL D'ARAN SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

PERNOCTACIÓ: Xalet de Saldarú (MP).

PLACES: 24.

VIATGE: amb autocar.

NOTA: possibilitat de fer raquetes i esquí alpí. Lloguer a l'estació de Baqueira-Beret.

BTT / CICLOTURISME

DIUMENGE 1 DE DESEMBRE

EL BAGES

SECCIÓ DE BTT/CT

ITINERARI: Rajadell, cogulló de Cal Torre, Castelfollit del Boix, riera de Rajadell, Manresa.

NIVELL: *** certa dificultat. Distància: 40 km.

VIATGE: amb tren.

VOCALS: Jordi Lucea.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DIUMENGE 1 DE DESEMBRE

VISITA MATINAL A L'INSTITUT CATALÀ DE PALEONTOLOGIA MIQUEL CRUSAFONT

**SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES
NATURALES (GDON)**

TROBADA: estació Sabadell Centre, dels FCG, a les 10:30. A les 11:00 tenim la visita guiada al museu.

VOCAL: Carmina Coll ☎ 606 866 108.



RESERVA DE MEMÒRIA

imatges per a particulars i publicacions



AFCEC Arxiu Fotogràfic del Centre Excursionista de Catalunya
C/ Paradís, 12, 6è pis 08002 Barcelona 93 315 23 11 (Ext: 121) arxiufotografic@cec.cat
www.facebook/Arxiu.Fotografic.CEC

SORTIDES

Seu del Museu del Coure.
WWW.LARUTADELTER.CAT



DIJOUS 12 DE DESEMBRE

MUSEU DEL COURE (DIJOUS CULTURAL)

SECCIÓ DE CÀMPING

Museu del Coure (Ctra. C-17, km 73,5 - Colònia Lacambre, s/n 08509 les Masies de Voltregà ☎ 938 595 637).

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 davant de l'Ajuntament de les Masies de Voltregà: antiga carretera Puigcerdà.

VOCAL: Paco Aguilera

NOTA: l'activitat permet visitar les quatre àrees del Museu del Coure i veure el procés productiu de la fàbrica la Farga Lacambra. Preu per persona: 4 €; la visita serà guiada, de 2 h de durada, i un preu afegit de 65 € entre tots.

DIUMENGE 15 DE DESEMBRE

SORTIDA CULTURAL SORPRESA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Aquest dia tot és sorpresa.

INSCRIPCIONS: a partir del 23 de novembre.

VIATGE: amb autocar.

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

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

DIMARTS 17 DE DESEMBRE

DESCOBRIM HORTA: DE MUNDET A VILAPICINA, UN BARRI PLE DE CONTRASTOS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: pl. de Joan Cornudella, pl. de Josep Pallach, can Travi Vell, jardins Rosa de Luxemburg, can Travi Nou (visita a la masia, ara restaurant), pavelló de la República, escultura dels mistos de Hondelburg, torre Jussana, parc de les rieres d'Horta, can Cortada, creu de terme, carrer Campoamor, Foment Hortenc, can Mariné, pl. Eivissa, can Carol, carrer Aiguafreda (el carrer de les bugaderes d'Horta), torrent de la Carabassa, can Fargues, Vilapicina.

TROBADA: metro Mundet L3 (verda), sortida av. Vall d'Hebron (mar), av. Can Marcet, al Cafè de l'Estació, a les 9:00.

INSCRIPCIONS: a partir del dia 2 de desembre.

NOTA: hi ha la opció d'anar a dinar al turó de la Peira.

VOCAL: Núria Casals.

TREKKINGS DE SETMANA SANTA

DE L'11 AL 21 D'ABRIL DEL 2014

NEPAL: TREKKING DEL SANTUARI DELS ANNAPURNES SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Vol de Barcelona a Kàtmandu. Vol de Kàtmandu a Pokhara. Trec de Pothana. Trec Pothana – Chumrung (2.140 m). Trec Chumrung – Dovan (2.600 m). Trec Dovan – camp base Machhapuchre (3.700 m). Trec camp base de Machhapuchre – camp base Annapurna (4.130 m) – Bamboo. Trec Bamboo – Jhinu (1.740 m). Trec Jhinu – Nayapul – Pokhara. Vol de Pokhara a Kàtmandu.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5-6 h diàries / Desnivell: entre +600 m i +1.000 m.

PERNOCTACIÓ: en hotels a Kàtmandu i Pokhara. Durant el trekking, en lodges i cases locals.

INSCRIPCIÓ: a partir del 8 de gener. Preu inscripció: 300 €.

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

NOTA: Tot i trobar-nos a l'Himàlaia, l'abril és l'època ideal en aquesta part del Nepal: la serralada dels Annapurnes. És un trekking apte per a tothom que tingui un mínim d'experiència en alta muntanya. L'altura màxima a la qual s'arriba en aquest trekking és a 4.130 m, al camp base de l'Annapurna, i no té cap dificultat tècnica.



L'Annapurna des del camp base.
ARITE (WIKIMEDIA COMMONS)

DEL 12 AL 21 D'ABRIL DEL 2014

CAP VERD: TREKKING A SANTO ANTAO I PRAIA SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Vol de Barcelona a Sao Vicente i transfer a Mindelo. Ferri a Santo Antao. Trec Pico da Cruz – Janela. Trec per la vall tropical de Paul. Trec de Coculi a Corda. Trec Ponta do Sol – Cha de Igreja. Trec Ribeira de Garca – cràter de Espadana. Trec Ribeira das Patas – Bordera do Norte. Ferri a Mindelo. Vol a Praia i trec Ribeira Grande.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3-5 h diàries / Desnivell: entre +300 m i +800 m.

PERNOCTACIÓ: en hotels locals.

INSCRIPCIÓ: a partir del 8 de gener. Preu inscripció: 300 €.

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

NOTA: Santo Antao és considerada la meca de l'excursionisme de tot l'arxipèlag del Cap Verd; les excursions són fàcils, però el desnivell pot ser fort. Vegeu *Muntanya* 899 (2012): 8-19.



Costa de Santo Antao. K. KRISMER (WIKIMEDIA COMMONS)

VIATGE CULTURAL DE SETMANA SANTA

**DEL DIJOUS 17 D'ABRIL
AL DILLUNS 21 D'ABRIL**

LA GASCUNYA, TERRA DE D'ARTAGNAN

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

VISITES: Auch, Condom, Marciac, Séviac, Flaran, Lectoure, Lupiac, etc.

REUNIÓ INFORMATIVA: dimarts 28 de gener, a les 19:30 a la sala Francesc Beato.

VOCAL: Josefina Garriga.



ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DILLUNS 2 DE DESEMBRE

VIDEOTERTÚLIA

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Projecció oberta per a comentar i aprendre.

A CURA DE: Gabriel Bohigas, Jordi Micó.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

DIMECRES DE DESEMBRE 4

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Cordero.

LLOC: a la sala F. Beato.

HORA: a partir de les 18:00.

DIJOUS 5 DE DESEMBRE

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (ERB)

Preparació de les sessions de treball de camp i sessions especials sobre temes de botànica.

LLOC: a la sala del 4t pis.

HORA: a partir de les 18:30.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.



ISTOCK

DILLUNS 9 DE DESEMBRE

RECORDANT TOMÀS MALLOL

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Projecció dels seus films *Instant* (1967, 7 min), *Daguerre i jo* (1969, 17 min) i *Negre i vermell* (1973, 16 min). Projecció del documental de 17 min, del 2009, de Pere Puigbert *Tomàs Mallol (les meves reflexions)*.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

DIMARTS 10 DE DESEMBRE

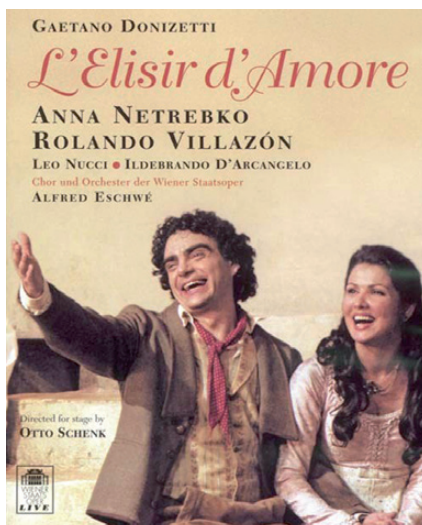
109 ANIVERSARI DE LA SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Refrigeri i lliurement dels premis dels concursos de la secció.

LLOC: a la Sala Francesc Beato.

HORA: a les 19:30.



DIMECRES 11 DE DESEMBRE

L'ELISIR D'AMORE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Projecció DVD de l'òpera *L'elisir d'amore*, de Gaetano Donizetti. Interpretació d'Anna Netrebko i Rolando Villazon, Orquestra i Cor de Viena.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:00.

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Cordero.

LLOC: a la sala F. Beato.

HORA: a partir de les 18:00 de la tarda.

DIJOUS 12 DE DESEMBRE

BAGATGE DE CANÇONS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

LLOC: a l'aula Artur Osona.

HORA: a les 18:00.

VOCALS: Robert Híjar i Roser Castelló ☎ 696 875 546.

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (ERB)

Preparació de les sessions de treball de camp i sessions especials sobre temes de botànica.

LLOC: a la sala del 4t pis.

HORA: a partir de les 18:30.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

RECULL DE VIATGES 2003-2004

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A CURA DE: Francesc Juandó.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

DIMECRES DE DESEMBRE 18

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Cordero.

LLOC: a la sala F. Beato.

HORA: a partir de les 18:00 de la tarda.

NOTA: aquest dia us agraïrem molt que porteu alguna cosa per celebrar el Nadal. Al xampany, invita el Centre.

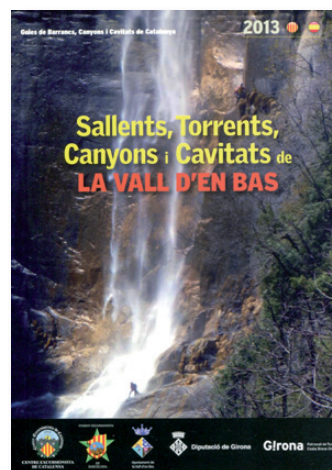
SALLENTS, TORRENTS, CANYONS I CAVITATS DE LA VALL D'EN BAS

Presentació de la primera guia de barrancs de la Garrotxa.

A CURA DE: Mari Nivera.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 20:00.



DIJOUS 19 DE DESEMBRE

CANTADA DE NADALES

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Cantada de cançons de Nadal i de muntanya a cura dels grups Bagatge de Cançons i Bagatge Harmònic, de la Secció d'Història i Art.

LLOC: a la sala d'actes.

HORA: a les 19:30.

VOCALS: Robert Híjar i Roser Castelló ☎ 696 875 546.

NOTA: Després de la cantada de nades fa-rem un pisolabis per celebrar el Nadal. Us agraïrem que porteu alguna cosa per pircar; a la beguda, invita el Centre.

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (ERB)

Preparació de les sessions de treball de camp i sessions especials sobre temes de botànica.

LLOC: a la sala del 4t pis.

HORA: a partir de les 18:30.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

56 CERTAMEN DE VÍDEOS AMATEURS D'EXCURSIONS, REPORTATGES I DOCUMENTALS

Trobareu la butlleta d'inscripció a la recepció del CEC i al web.

FORMATS: DV en cinta i DVD-vídeo en discos.

DATA LÍMIT: 10 de gener de 2014.

PREMIS: s'atorgaran medalles primeres, segones o terceres i d'estímul. Premi especial Josep-Jordi Queraltó al vídeo de viatges més creatiu. Premi especial de muntanya Jordi Pons a l'obra que millor mostri o enalteixi els valors de la muntanya, especialment en l'aspecte excursionista, però també en els de la natura, sociologia, ecologia, etc.

XXVII 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 novembre i desembre és "monedes".

FORMATS: 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.

DATA LÍMIT: Admissió de fotos fins a l'11 de gener del 2014.

XXVI CONCURS DE FOTOGRAFIA DE TEMES OBLIGATS

Guanyadors del concurs corresponent al tema "setrills", segons la decisió del jurat del dia 24 d'octubre:

APARTAT B/N: "Setrill amb ombra", de Maria Bonet (5,3 punts).

APARTAT COLOR: "Duo", de Josefina Garriga (4,3 punts). "Únic", de Roser Romaní (4,3 punts).

APARTAT DIAPOSITIVES: "Contrallum", de Roser Romaní (5 punts).

GUANYADORS: DEL CONCURS SOCIAL DE TEMES OBLIGATS 2012-2013

BLANC I NEGRE: 1r premi: Maria Bonet. 2n premi: Oriol Gascón. 3r premi: Roser Romaní.

PAPER COLOR: 1r premi: Roser Romaní. 2n premi: Maria Bonet. 3r Premi: Josefina Garriga.

DIAPOSITIVES: 1r premi: Roser Romaní. 2n premi: Eduard Estrada. 3r premi: Josefina Garriga.



CURSOS DE FORMACIÓ DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

PROPEROS CURSOS

DEL 27 AL 30 DE DESEMBRE

CURS INTENSIU D'INICIACIÓ A L'ALPINISME

Estada de quatre dies al refugi d'Ulldeter per iniciar-se en les tècniques d'alpinisme.

CURS D'INICIACIÓ I PERFECCIONAMENT A L'ESQUÍ NÒRDIC

Estada de quatre dies al Xalet de Salardú per conèixer el món de l'esquí nòrdic. Aquest curs va dirigit a tothom que tingui ganes de practicar l'esquí nòrdic. El nostre objectiu és dotar dels coneixements bàsics de l'esquí nòrdic per practicar-lo amb seguretat per als que comencen. Els que ja tenen un nivell més avançat, podran perfeccionar la tècnica.

AVANÇAMENT DELS CURSOS DEL GENER 2014

CURS D'INICIACIÓ A L'ALPINISME

SESSIONS TEÒRIQUES: 7, 14, 21 i 28 de gener

SORTIDES PRÀCTIQUES: 11 i 12, 18 i 19, 25 i 26 de gener

CURS DE MUNTANYA HIVERNAL AMB RAQUETES DE NEU

SESSIÓ TEÒRICA: 15 de gener

SORTIDES PRÀCTIQUES: 18 i 19 de gener

CURS D'INICIACIÓ A L'ESQUÍ DE MUNTANYA

SESSIONS TEÒRIQUES: 16, 23 i 30 de gener

SORTIDES PRÀCTIQUES: 18 i 19, 25 i 26 de gener

EL PREU DELS CURSOS DE L'EMCEC INCLOU:

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. Val del **15% de descompte a la botiga Salewa Store** de Barcelona.

SEGUEIX TOTES LES NOVETATS I CURIOSITATS DE L'ESCOLA

www.facebook.com/escola.cec

http://twitter.com/EscolaGuiesCEC

www.youtube.com/user/EscolaGuiesCEC

www.flickr.com/photos/escolaiguiescec





Activitats amb els **Guies del CEC**

Fem ACTIVITATS de muntanya guiades per PROFESSIONALS TITULATS
i amb MOLTA EXPERIÈNCIA

LES NOSTRES PROPOSTES



- **BARRANCS HIVERNALS**
- **RAQUETES DE NEU**
- **ESQUÍ ALPÍ**
- **ESQUÍ DE MUNTANYA**
- **ESCALADA EN GEL**
- **VIES FERRADES**
- **ALTA MUNTANYA ALS ALPS**
- **CRESTES I CANALS**
- **EXCURSIONISME**
- **ESCALADA ESPORTIVA**
- **ESCALADA CLÀSSICA**
- **ESPELEOLOGIA**
- **ASCENSIONS A 3000**
- **SESSIONS TÈCNIQUES**

**Fem sortides durant
tot l'any i per a tothom**

Els Guies del CEC a l'hivern

Viu la muntanya, la neu i el glaç a través de les activitats que ofereixen els Guies del CEC per a aquesta temporada d'hivern. Les nostres activitats inclouen el guia, el material, l'assegurança d'accidents i RC i un xec de 15% de descompte en material o equipament a la botiga Salewa de Barcelona.



Vine al CEC amb un amic

**Porta un nou soci al CEC
i et beneficiaràs
d'un descompte del 10%
en la teva quota**

Els socis numeraris del Centre Excursionista de Catalunya que porteu un nou soci a l'entitat tindreu un descompte del 10% en la vostra quota del 2015.

Així mateix, el nou soci que hagi estat apadrinat per un soci numerari, quedarà lliure de pagar la quota d'entrada.

Centre Excursionista de Catalunya

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

