



Butlletí

JUNY 2014

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

Neix l'iQUIOSC.cat, el quiosc digital català de revistes i premsa

El passat 10 d'abril les associacions APPEC, ACPC i ACPG van posar en marxa el primer gran quiosc de premsa i revistes digitals. Aquesta nova plataforma va arrencar amb unes 150 publicacions entre revistes, premsa comarcal, gratuïts i diaris. iQUIOSC.cat és consultable via navegador www.iquiosc.cat i té les seves aplicacions per iPad i iPhone.

La plataforma permet que mitjans temàtics, diaris i premsa gratuïta i comarcal es puguin adaptar a les noves maneres de consumir dels lectors, però també a un nou model de negoci. Té per objectiu posar a l'abast dels lectors diaris i revistes sota una única plataforma per contribuir a la seva promoció i possibilitar-ne la comercialització. A banda dels números actuals, la plataforma incorporarà tota l'hemeroteca dels mitjans presents, a més de publicacions institucionals i

d'universitats.

A l'iQUIOSC.cat, que ja disposa de l'aplicació gratuïta per a dispositius Apple (per a Android n'hi haurà més endavant), els usuaris poden adquirir exemplars individuals o subscriure-s'hi, excepte de les publicacions gratuïtes, que es podran descarregar directament. La plataforma permet cercar capçaleres per temàtica, tipus i territori.

La revista *Muntanya* gestiona els seus continguts a la plataforma des d'una àrea privada, on anirem administrant les nostres publicacions actuals d'una manera autònoma. Podeu veure la pàgina d'accés a <http://beta.iquiosc.cat/muntanya/>. Totes aquelles persones que no siguin subscriptors de *Muntanya* o socis del CEC, poden adquirir la revista al preu de 2,69 € (9,90 € la subscripció de 4 números).

CONCURS PER ESCOLLIR EL CARTELL DEL 38 APLEC EXCURSIONISTA DELS PAÏSOS CATALANS

Animem a tots els socis a participar en el concurs del cartell que representarà el proper Aplec Excursionista dels Països Catalans, que enguany organitza el Centre Excursionista de Catalunya, conjuntament amb l'Ajuntament de Berga, i que se celebrarà en aquesta població.

BASES:

- Heu de presentar un cartell en una cartolina de 70 x 49 cm (o bé un pdf o imatge jpg en alta resolució amb aquestes mateixes mides) que heu de lliurar personalment o per correu a l'àrea d'atenció al soci del Centre Excursionista de Catalunya (Paradís, 12), a l'atenció de Pepa Igartua, o bé al correu electrònic atenciosoci@cec.cat, si es tracta d'una imatge.
- El motiu del cartell ha de fer referència a la muntanya, la cultura excursionista i els Països Catalans.
- El text del titular és càrrec del CEC.
- La data límit per al lliurement dels cartells és el 7 de juny del 2014.

Homenatge a Lluís Puntís i Pujol

El proper dimarts 17 juny el Centre Excursionista de Catalunya farà un homenatge en memòria de Lluís Puntís, que va ser president del Centre entre els anys 1976-1984.

L'acte se celebrarà a la sala d'actes a 2/4 de 8 de vespre. Hi assistiran membres de la seva família, la Junta Directiva, companys i amics.



Acte de presentació de l'iQUIOSC.



SORTIDES

EXCURSIONISME

DIUMENGE 1 DE JUNY

SERRA DEL CADÍ

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Josa, Santa Maria, coll de Jovell, serra del Boixader, pic de les tres Canaletes, torreta del Cadí, pla dels Gosolans, collada del Pelat, solana de Barrassola, Adraén.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 8 h / Desnivell: +1.400 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Manel Canales i Josep Pérez.

NOTA: excursió llarga i amb fort desnivell.

TRAVESSA COSTA BRAVA: BEGUR – PALAMÓS

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Begur, Tamariu, Cala Pedrosa, Font de Sant Sebastià, Calella de Palafrugel, Palamós.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5 h 20 min / Desnivell: +300 m, -450 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Albert Gras i Hermes Soler.

NOTA: cal anar en compte en passar pels penysegats. Si fa bon temps val la pena portar sandàlies per baixar a les cales, i també banyador.

DIJOUS 5 DE JUNY

FONT DEL CARINYO I FONT DE LES ROVIERES (MATINAL)

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Paldejà, àrea d'esbarjo de la Torre Roja, camí del Forn, camí de les Violes, font

del Carinyo, font de les Rovieres, camí de les Rovieres, Paldejà.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 30 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC de Paldejà a les 9:25. El tren surt de plaça Espanya a les 8:52, direcció Martorell.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: dinar opcional a l'Ateneu Unió de la Colònia Güell (menú: 9 €).

DIUMENGE 8 DE JUNY

VOLTANT PER GOMBRÈN, CAMPDEVÀNOL I LES LLOSSES

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Gombren, riu Merdàs, Sant Quintí de Puigrodon, coll del Vent, turó de Sant Marc, coll de Faig General, mas de Puigbò i ruïnes castell de Puigbò, veïnats del Cortal, Gombren.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5-6 h / Desnivell: +645 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Pepe Guajardo i Montse Giménez.

ELS BUFADORS DE BEVÍ

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: la Farga de Bebié, Sant Moí, bassa de la Processó, els bufadors de Beví, pla de Beví Xic, coll dels Tres Pals, riera de la Solana, font del Castell Xic, castell de Montesquiu, Sant Quirze de Besora.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h / Desnivell (acumulat): +320 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe pl. Catalunya a les 7:45 (tren 8:00). Bitllet a la Farga de Bebié.

VOCAL: Núria Casals, amb la col·laboració de Josep Sellarés i Mercè Pérez.

NOTA: cal dur l'esmorzar, no hi ha bar al lloc de sortida.

DIVENDRES, DISSABTE I DIUMENGE 13, 14 I 15 DE JUNY

EXCURSIÓ NÚM 387 AL PALLARS SOBIRÀ

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (EXFAVEPRO)

ITINERARI: estany de Sant Maurici i cascada de Gerber.

NIVELL: **fàcil / Temps: 2 h 30 min i 1 h 30 min / Desnivells: +250 m i +150 m.

TROBADA: el divendres a les 13:00 a l'Hotel Saurat d'Espot.

VOCALS: Montserrat Orfila ☎ 932 043 545

DISSABTE 14 DE JUNY

LES CINQ SÈNIES, LES ERMITES DE MATA I EL PRIMER BANY A LA PLATJA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Mataró, les Cinc Sènies, turó de Mata, Sant Miquel de Mata, Sant Martí de

Mata, can Bruguera, parc forestal, Mataró.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h / Desnivell: +600 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació rodalies Clot, a les 7:55.

INSCRIPCIONS: a partir del 2 de juny.

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

NOTA: cal portar esmorzar, dinar i bastons.

BERENARS A LA FRESCA: FONT DE CAN LLAVALLOL

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: pantà Vallvidrera, granja, masia i font de can Llavallol, coll de can Cuiàs, creu de can Llavallol, mirador d'en Cors, Vallvidrera.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 30 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC pl. Catalunya a les 18:00.

VOCAL: Núria Casals.

SESSIÓ ESPECIAL DE FORMACIÓ AL CAMP PELS MEMBRES DE L'EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

DIUMENGE 15 DE JUNY

DE PUIGCERDÀ A LA GARRIGA: URTX – ALP – LA MOLINA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Urtx, Alp, pista, roca Castellana, torrent de la Tuta o del Clotar, Hotel Masella, bosc del Carboner Mort, coma d'Esquiú, torrent de la Ringueta, la Molina (estació).

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4-5 h / Desnivells: +979 m -729 m.

VIATGE: amb tren.

VOCAL: Ignasi Nadal.

DIMARTS 17 DE JUNY

ESMORZARS A LA FRESCA: FONT DEL XUP

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: parc de Cervantes, font del Xup, font de la Madra, font del Ferro, font de la Beca, Sant Just Desvern.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 30 min.

VIATGE: amb tren i tramvia

TROBADA: estació metro Zona Universitària, línia 3 verda, a les 8:00.

VOCAL: Núria Casals.

DIJOUS 19 DE JUNY

RIPOLL: LA RIERA DE VILARDELL (DIJOUS TOT EL DIA)

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Ripoll, Mare de Déu del Remei, font del Remei, basses de Vilardell, safareig de can Pòlit, Can Guetes.

SUMARI

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

SORTIDES

NIVELL: ** fàcil/ Temps: 2 h 45 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe pl. Catalunya a les 7:45 (tren 7:57). El tren arriba a Ripoll a les 9:56.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: possibilitat de bany als gorgs de la riera; dinar de fi de curs a Can Guetes (menú: 10,50 €).

DIVENDRES 20 AL DIMARTS 24 DE JUNY

ESTADA NATURALISTA AL CAP DE CREUS PER SANT JOAN

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

OBJECTIU: geologia, botànica i ocupació humana de la zona

ITINERARI:

Divendres 20: allotjament en bungalows a la cala Montjoi.

Dissabte 21: excursió a Sant Pere de Rodes i el castell de Sant Salvador.

Diumenge 22: al matí, ruta megalítica a Roses; a la tarda, excursió al cap Norfeu.

Dilluns 23: itinerari geològic al cap de Creus. Visita a Portlligat.

Dimarts 24: matí de platja i tornada després de dinar.

VIATGE: amb cotxes particulars.

NOTA: darrer pagament del 2 al 13 de juny. Reunió preparatòria el dijous 5 de juny (4t pis), a les 19:30.

VOCALS: Carmina Coll ☎ 932 327 468 i Núria Arnan ☎ 934 069 787.

DISSABTE 21 DE JUNY

BERENARS A LA FRESCA: FONT DE LA MITJA COSTA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Montcada Santa Maria, font de la Mitja Costa, turó de Montcada, GR 92, Montcada.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 30 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe pl. Catalunya a les 18:00. Bitllet d'una zona.

VOCAL: Núria Casals.

DIUMENGE 22 AL DIMARTS 24 DE JUNY

MITJA OLLA DE NÚRIA I CAMÍ DELS ENGINYERS

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dia 22: Núria, pic d'Àliga, pic de la Pala, pic de la Font Negre, pic de la Fossa del Gegant, Noucreus, Noufonts, pic d'Eina, Núria.

Dia 23: coma de Vaca, pel camí dels Enginyers.

Dia 24: coma de Vaca, Queralbs, per les Forges del Freser.

NIVELL: ****cal experiència / Temps: 13 h (total) / +1000 m, -1050 m; -100 m; +50, -820 m.

PERNOCTACIÓ: Alberg de l'Àliga i refugi de Coma de Vaca.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Jordi Lucea i Hermes Soler.

NOTA: tot i que es un recorregut d'alta muntanya, a part dels desnivells no hi ha cap problema,

tret del camí dels Enginyers, que per ser un camí aeri, cal tenir precaució.

DISSABTE 28 DE JUNY

BERENARS A LA FRESCA: FONT DEL MONT

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Vallvidrera, escales de la font del Mont, font del Mont, passeig de les Aigües, parc del castell de l'Oreneta, jardins del palau de Pedralbes.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 30 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC pl. Catalunya a les 18:00.

VOCAL: Núria Casals.

VETERANS

DISSABTE 5 I DIUMENGE 6 DE JULIOL

AL CANIGÓ, AMB EL TREN GROC SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Vilafranca de Conflent i Fort Libèria, Dinar de motxilla. A la tarda, Castell i pujada a peu monestir Sant Martí del Canigó (35 min.).

Diumenge: per als caminadors, pujada al xalet de Cortalets en 4x4. L'itinerari a peu, pla dels Estanyols, font de la Perdiu, pic Jofre, Portella i pica Canigó. Dinar de picnic (2 h 10 min.).

ESTADA: Hotel als Banys de Vernet.

NIVELL: ** fàcil / Desnivells: +258 m; +634 m.

INSCRIPCIÓ: el 10 de juny; tancament el 25 de juny.



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.com/Arxiu.Fotografic.CEC

SORTIDES

VIATGE: amb autocar. Barcelona, Llívia, Saillagosa, estació de Font-romeu, Odelló. Tren groc fins a Vilafranca de Conflent. Tornada, amb autocar per la Jonquera.

TROBADA: rda. Universitat, 11 (Balmes) a les 6:45, per sortir a les 7:00.

VOCALS: Toni Muñoz, Lluís Peix, Lluís Willaert.

GRUP DE JOVENT (12 a 18 anys)

DISSABTE 7 AL DILLUNS 9 DE JUNY

TRAVESSA ULLDETER - NÚRIA I PUJADA AL PUIGMAL

DISSABTE 21 A DILLUNS 23

TRAVESSA PER ANDORRA

DEL DISSABTE 28 DE JUNY
AL DIUMENGE 6 DE JULIOL

TRAVESSA PEL PARC D'AIGÜESTORTES

DEL DIUMENGE 29 DE JUNY
AL DISSABTE 12 DE JULIOL

TRAVESSA 3MIL.CAT- TRAVESSA PELS TRES MIL CATALANS

ALTA MUNTANYA

DISSABTE 7 I DIUMENGE 8 DE JUNY

PIC DE TEMPESTATS (3.290 m) I PIC DE MARGALIDA (3.241 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Barcelona, Benasc, pla de Senarta, refugi de la vall Hiverna, llacs de Llosàs.

Diumenge: glacera de Russell, pic de Margalida, bretxa de Margalida, pic de Tempestats.

NIVELL: ***** cal experiència específica / Temps: 2 h; 8 h 30 min / Desnivells: +530 m; +810 m, -1.340 m.

PERNOCTACIÓ: en tendes o bivac als llacs de Llosàs.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Joan Ramon Montes i Domingo Cam-bón.

DISSABTE 14 I DIUMENGE 15 DE JUNY

PICA DEL CANIGÓ (2.785 m) I PIC BARTET (2.733 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Barcelona, refugi de Cortalets (França)

Diumenge: portella dels Isards, pica del Canigó, la Xemeneia, portella de Valmanya, pic

Bartet, refugi de Cortalets.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h 30 min / **DESNIVELL:** +750 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de Cortalets (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Josep Pérez i Xavi Perramon.

DISSABTE 21 I DIUMENGE 22 DE JUNY

PIC DE TAILLON (3.144 m) I PICS DE GABIETOS (3.034 m / 3.031 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Barcelona, Gavarnia, coll de Tentes, refugi de Serradets.

Diumenge: bretxa de Roland, Collado Blanco, coll de Gabietos, Gabieto Oriental, Gabieto Occidental.

NIVELL: ***** cal experiència específica / **TEMPS:** 1 h 45 min; 6 h 15 min / **DESNIVELLS:** +320 m; +520 m, -840 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de Serradets (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Joan Ramon Montes.

ASCENSIÓ AL PIC DE PESSONS (2.864 m), PER LA VALL DE MADRIU I L'ESTANY DE L'ILLA COMISSIÓ D'INFANTS

ITINERARI:

Dissabte 21: estany d'Engolasters, coll Jovell, vall de Madriu, pla de l'Inglà, refugi de l'Illa.

Diumenge 22: refugi de l'Illa, pic de Pessons.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 4 h 30 min; 6 h / **DESNIVELL (acumulat):** +1.400 m.

TROBADA: pàrquing de l'estany d'Engolasters.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Jordi Pinto i Núria Varela.

NOTA: excursió dirigida al grup de júnior.

DISSABTE 28 I DIUMENGE 29 DE JUNY

PIC DEL MIL MENUT (2.782 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: final pista de la coma de Ransol, refugi dels Còms de Jan, collada de Jan, pic de Mil Menut, baixada al refugi.

Diumenge: refugi de Còms de Jan, coll de Ransol, pic de la Coma de Varilles, retorn als cotxes.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h (cada dia) / **DESNIVELLS:** +830 m; +545 m -1.375 m.

PERNOCTACIÓ: refugi lliure dels Còms de Jan.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Maria Puigdueta i Ignasi Vidal.

BTT / CICLOTURISME

DIUMENGE 8 DE JUNY

BARONIA DE SAVASSONA SECCIÓ DE BTT/CT

ITINERARI:

Vica, pont del Bruguer, Tavèrnoles, Santa Magdalena, pla de Savassona, els Munts, Sant Julià de Vilatorra, Vic.

NIVELL: *** certa dificultat / Distància: 50 km /

DESNIVELL: +800 m.

VIATGE: amb tren o cotxes particulars.

VOCAL: Francesc Estrada.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DIMECRES 4 DE JUNY

EXPOSICIÓ A CAIXA FÒRUM: «MEDITERRANI, DEL MITE A LA RAÓ»

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART
(GRUP D'ARQUEOLOGIA)

ITINERARI: visita comentada càrrec del professor Joan Alberich.

TROBADA: vestíbul de Caixa Fòrum a les 11:45.

VOCAL: August Bernat.

DIVENDRES 13 DE JUNY

EXPOSICIÓ A CAIXAFORUM: «SOROLLA, EL COLOR DEL MAR» SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: visita comentada pel nostre consoci Joan Bernat Andreu i Santandreu, expert en art.

TROBADA: a la porta de CaixaForum, a les 17:30.

VOCAL: Mercè Falcó.

NOTA: inscripcions, a partir del 2 de juny. Places limitades. Cal portar la targeta rosa, el carnet del Club Ara de "la Caixa" perquè sigui gratuït.

DIUMENGE 15 DE JUNY

SORTIDA CULTURAL A L'ALT EMPORDÀ

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: visita a Sant Llorenç de la Muga i Sant Miquel de Fluvià.

VIATGE: amb autocar.

INSCRIPCIONS: a partir del 2 de juny.

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

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

DIUMENGE 29 DE JUNY

EXCURSIÓ VISITA AL CASTELL DE SANT LLORENÇ DE MUNT DE SANT JULIÀ DE VILATORRA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART (GRUP D'ARQUEOLOGIA)

ITINERARI: visita al castell de Sant Llorenç de Munt de Sant Julià de Vilatorra i al poblat ibèric Puig Castellar de Folgueroles.

NIVELL: * molt fàcil.

INSCRIPCIONS: a partir del 5 de juny.

TROBADA: pl. Catalunya/Rivadeneyra, a les 7:45 per sortir a les 8:00.

VOCALS: August Bernat ☎ 932 378 537 i Mercè Falcó.

SORTIDES

TRESCS I VIATGES

DEL 8 AL 14 DE JULIOL

VIATGE D'ESTIU A LA ALEMANYA ROMÀNTICA: DEL RIN AL DANUBI SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: visita a les poblacions de Colònia, petit creuer fluvial pel Rin, Heidelberg i el castell, Mainz, Würzburg, Nuremberg, Coburg, Bomberg, Regensburg i la catedral, Munic i la Residenz, castell de Neuschwanstein i Oberammergau.

VIATGE: amb avió.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

NOTA: tercer pagament, del 2 al 15 de juny.

DEL 14 AL 27 D'AGOST

TREKKING TURQUIA: CAPADÒCIA, MUNTANYES DEL TAURUS I ASCENSIÓ A L'ARARAT (5.165 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

Començant a caminar per Capadòcia, un paratge àrid però de gran bellesa, amb les seves curioses formacions rocoses, aquesta ruta ens porta a les muntanyes de Taurus, on entre cims de 3.000 m viuen a l'estiu pastors seminòmades amb els seus ramats. Amb aquest trekking previ pretenem aclimatar-nos per iniciar l'ascensió a la muntanya bíblica de l'Ararat. Situada al Kurdistan, és el sostre del país amb 5.165 m d'altitud. No obstant això, l'ascensió no presenta dificultats tècniques.

ITINERARI: vol Barcelona-Kayseri. Muntanyes del Taurus. Ascensió al mont Ararat.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5-8 h diàries (10 h Ararat) / Desnivells: +1.965 m (Ararat); resta entre +400-1.000 m.

ESTADA: allotjaments en hotels i tendes de

campanya.

PREU: per un grup mínim de 10 persones = 1.570 € + 200 € taxes.

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

PAGAMENTS: cal fer el segon pagament de 1.000 € abans del 30 de juny.

DEL 20 AL 29 D'AGOST

TREKKING AL LANDAMANNAULAGAR (ISLÀNDIA) SECCIÓ DE MUNTANYA

La increïble ruta de Laugavegur és el millor trekking d'Islàndia, i possiblement una de les millors rutes a peu del món per la bellesa dels seus paisatges. Una ruta més completa que la del clàssic trekking, amb l'etapa de cascades i volcans, des de Skógar a Fimmvörð. En aquest camí podrem contemplar les glaceres, volcans, fumaroles, els tons ocres de la terra cremada, les seves increïbles aigües termals, les prades verdes, la lava omnipresent, el gel perpetu i els colors dels variats minerals. Apreciarem el cim del volcà Eyjafjallajökull i a la nostra dreta la glacera Mýrdallsjökull. Un viatge a peu entre valls frondoses, zones desèrtiques i planes, goles aparentment inaccessibles, rius cabalosos que semblen bloquejar el camí i muntanyes de lava, tot junt en un caos ordenat que fa d'Islàndia l'últim racó salvatge d'Europa. El massís del Fjallabak, on es desenvolupa el trekking, és l'expressió d'un món en formació, on el foc i el gel han modelat alguns dels paisatges més joves, més estranys i extraordinaris del món.

ITINERARI: vol Barcelona - Reykjavík; Landmannalaugar-Hrafninnusker; Hrafninnusker-Alftavatn;

Alftavatn-Emstrur; Emstrur-Porsmork; Porsmork-Fimmvorduhals; Fimmvorduhals-Skogar-Reykjavík.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5-9 h diàries / Desnivells: entre +300 i 1.000 m. estada: en albergos i refugis (PC).

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

PAGAMENTS: cal fer el segon pagament de 1.300 € abans del 30 de juny.

DEL 30 D'AGOST AL 6 DE SETEMBRE

SENDERISME AL PARC NATURAL DELS CARPATS (ESLOVÀQUIA) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: 1 dia a Viena, trasllat a Bratislava i visita a la ciutat. De Bratislava al nord del país, tresc reserva Chocské Vrchy, vall de Kvacianska. Lieskovec. Tresc Lieskovec – Llac Strbskye i Popradske Pleso – Lieskovec. Tresc Lieskovec – **Tatras Blancs** – Lieskovec. Tresc Lieskovec – Ciutats antigues de Spiss – Lieskovec. Turisme i visita al castell de Spiss (Patrimoni de la Humanitat), visita a Levoca i a Poprad. Tornada a Lieskovec. Tresc Lieskovec – Parc Slovensky Raj – Lieskovec. Lieskovec – trasllat a Bratislava i Viena.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4-6 h / Desnivells: entre +400 i 700 m.

ESTADA: en hotels i cases rurals.

PREU: per un grup 12-20 persones = 1.360 € + 135 € taxes.

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

PAGAMENTS: cal fer el segon pagament de 700 € abans del 30 de juny.



55è CAMPAMENTS DE VACANCES ANTONI GELABERT

CAMPAMENT DE LLARGA DISTÀNCIA A BIONAZ-VALPELLINE (VALL D'AOSTA)

CAMPAMENT DE CURTA DISTÀNCIA A LA VALL DE BOÍ

¿ENCARA NO T'HI HAS INSCRIT?
WWW.CEC.CAT

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DILLUNS 2 DE JUNY

SELECTIU UNICA 2014

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Discussió pública del jurat, lliurament de premis i projecció del programa seleccionat per representar Espanya al Concurs Mundial de la UNICA.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMARTS 3 DE JUNY

PORTUGAL, UN PAÍS ENCISADOR (AUDIOVISUAL)

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A CURA DE: Joaquim Ferrándiz.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMECRES 4 DE JUNY

L'ARESTA BRUCS DE L'AGULLA DE L'ARBRET. CRÒNICA D'UNA CLÀSSICA HISTÒRICA (AUDIOVISUAL)

DINAMITZACIÓ SOCIAL

El 22 de març, els germans Òscar i Albert Masó Garcia van ser guardonats pel seu audiovisual amb el segon premi de la categoria amateur de la 17ª Mostra d'Audiovisuals i Fotografia de Muntanya de Sant Martí (Barcelona). És un homenatge a la primera via d'escalada que obrí en Joan Cerdà Mendiola, la famosa aresta Brucs de l'agulla de l'Arbret.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 20:00.

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: a la sala F. Beato.

HORA: de 18:00 a 19:00.

DIJOUS 5 DE JUNY

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (ERB)

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

LLOC: a la sala del 4t pis.

HORA: a les 18:30.

REUNIÓ PREPARATÒRIA DE LA SORTIDA AL CAP DE CREUS DEL 20 AL 24 DE JUNY

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

LLOC: sala del 4t pis.

HORA: 19:30.

NOTA: últim pagament del 2 al 13 de juny.

XLI PREMI JOAN CAMPS I COMA DE DIAPOSITIVES COLOR

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Projecció de les col·leccions de diapositives presentades al concurs. Veredictes de cara al públic. Les col·leccions podran ser retirades després del 5 de juny. Les bases es van publicar en el butlletí d'abril.

DIJOUS 10 DE JUNY

PROJECCIÓ I COL·LOQUI SOBRE L'ASCENSIÓ AL CIM LENIN

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Audiovisual sobre l'ascensió el 2013 al cim Lenin (7.134 m), ubicat a la serralada del Pamir (Tadjikistan). En aquesta expedició de 8 membres i havia el nostre consoci Jordi Quera.

LLOC: sala d'actes

HORA: 20:00.

DIMECRES 11 DE JUNY

PRESENTACIÓ DEL CAMÍ DELS BONS HOMES

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A més de la ruta del Camí dels Bons Homes (GR 107 de Berga a Montsegur) es presentarà el Camí de l'últim càtar, ampliació del camí cap a terres de l'Alt Urgell i el Pallars Sobirà, 189 km entre Bagà i Tarascon d'Ariège, seguint la vida del darrer càtar occità conegut: Guilhem Belibasta.

A CURA DE: Karina Behar, del Consell Regulador del Camí dels Bons Homes, i de Carles Gascon, meidevalista i tècnic de cultura i patrimoni del Consell Comarcal de l'Alt Urgell.

LLOC: sala d'actes

HORA: 19:30.

REUNIÓ INFORMATIVA DEL VIATGE NATURALISTA A NAVARRA DEL 16 AL 25 JULIOL

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

LLOC: aula Artur Osona

HORA: 20:00.

NOTA: últim pagament del viatge abans del dia 13 de juny.

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: a la sala F. Beato.

HORA: de 18:00 a 19:00.

DIJOUS 12 DE JUNY

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (ERB)

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

LLOC: a la sala del 4t pis.

HORA: a les 18:30.

CONCERT DE GUITARRA DE JAUME TORRENT

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART / SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Interpretarà obres de Thomas Bauer, Ferran Sors, Jaume Torrent i Isaac Albéniz. Amb la col·laboració d'Amics de Mozart.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

BAGATGE DE CANÇONS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Si t'agrada cantar en les teves excursions et convidem a participar en les nostres trobades del Bagatge de cançons. Vine, que cantarem junts.

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

LLOC: a l'aula Artur Osona

HORA: a les 18:00.

REUNIÓ SOBRE LES TRAVESSES D'ESTIU

SECCIÓ DE JOVENT

LLOC: aula Pompeu Fabra.

HORA: 19:30.

DILLUNS 16 DE JUNY

INDONÈSIA DIVERSA, PER JOSEP ROTA

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Projecció estrena de *Els toraja: viure per pagar la mort*, *Bali mística* i *Indonèsia diversa*.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMARTS 17 DE JUNY

DARRERA REUNIÓ INFORMATIVA VIATGE A ALEMANYA DEL 8 AL 14 DE JULIOL

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

LLOC: aula Pompeu Fabra.

HORA: 19:30.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

HOMENATGE A LLUÍS PUNTÍS I PUJOL

Hi seran presents membres de la seva família, la Junta Directiva, companys i amics del qui fou president del Centre Excursionista de Catalunya.

LLOC: la sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMECRES 18 DE JUNY

JORDÀNIA, VIDEOREPORTATGE DE FRANCESC JUANDÓ

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Projecció del reportatge del viatge d'en Francesc Juandó i Maria Vilalta.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.
LLOC: a la sala F. Beato.
HORA: de 18:00 a 19:00.

DIJOUS 19 DE JUNY

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (ERB)

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

LLOC: a la sala del 4t pis.
HORA: a les 18:30.

SUÏSSA, UN VIATGE PEL RECORD (AUDIOVISUAL)

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A CURA DE: Gloria Gonzalvo.
LLOC: sala d'actes.
HORA: 19:30.

DIMECRES 25 DE JUNY

EL CASTELL DE SANT LLORENÇ DE MUNT DE SANT JULIÀ DE VILATORTA (CONFERÈNCIA)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART (GRUP D'ARQUEOLOGIA)

A CURA DE: Francesc Ferrés.
LLOC: sala d'actes.
HORA: 19:30.

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.
LLOC: a la sala F. Beato.
HORA: de 18:00 a 19:00.

DIJOUS 26 DE JUNY

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (ERB)

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

LLOC: a la sala del 4t pis.

HORA: a les 18:30.

CONCERT DE PRIMAVERA (BAGATGE DE CANÇONS)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

LLOC: sala d'actes.
HORA: 19:30.

DILLUNS 30 DE JUNY

VIDEOREPORTATGE DEL VIATGE A Flandes DEL JULIOL DEL 2013

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Projecció del reportatge del viatge a Flandes (juliol de 2013), original de Montserrat Alegre. Projecció viatge el romànic de l'Alvèrnia (maig de 2012), original de Mercè Falcó.

LLOC: sala d'actes.
HORA: 19:30.



ELS CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

INSCRIPCIONS OBERTES

CURS D'ESCALADA ESPORTIVA. NIVELL 1

Del 10 al 15 de juny

CURS D'ALPINISME ESTIVAL. TÈNIQUES I PROGRESSIÓ PER CRESTES

De l'11 al 15 de juny

CURS DE DESCENS DE BARRANCOS. NIVELL BÀSIC

Del 25 al 29 de juny

PERFECCIONAMENT TÈNIC D'ESCALADA ESPORTIVA

Dissabte 28 de juny

PERFECCIONAMENT TÈNIC D'ESCALADA VIA LLARGA

Diumenge 29 de juny

III CURS DE FLORA ALPINA. ESTADA AL REFUGI D'ULLDETER

Del 7 a l'11 de juliol



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/escolaguiescec





Activitats amb els **Guies del CEC**

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

LES NOSTRES PROPOSTES



- **ALPINISME**
- **ALTA MUNTANYA ALS ALPS**
- **ASCENSIONS A 3000**
- **BARRANCS**
- **CRESTES I CANALS**
- **ESCALADA CLÀSSICA**
- **ESCALADA ESPORTIVA**
- **ESPELEOLOGIA**
- **EXCURSIONISME**
- **SESSIONS TÈCNIQUES**
- **VIES FERRADES**

Fem sortides durant tot l'any i per a tothom

Els Guies del CEC

Viu la muntanya a través de les activitats que ofereixen els Guies del CEC per a la propera temporada d'estiu. 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

