



Butlletí

MARÇ 2015

PER ALS SOCIS

Centre Excursionista de Catalunya / Club Alpí Català

Paradís, 10
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

57è Ral·li d'esquí de muntanya del CEC

El proper 22 de març a la Vall d'Aran se celebrarà el 57è Ral·li d'esquí de muntanya del CEC, que enguany és també el Campionat d'Espanya per equips i puntuable per a la Copa Catalana d'esquí de muntanya.

El ral·li es farà al pla de Beret, on es commemora, al mateix temps, el cinquantè aniversari de l'obertura de les pistes de Baqueira-Beret.

Creiem que aquesta edició serà tot un esdeveniment, primer pel fet que és l'aniversari de Baqueira-Beret; després perquè ens han deixat les instal·lacions; però també perquè la FEDME hi està implicada, amb tota una logística molt més visual. Preveiem que la participació serà tot un rècord.



Foto: Roger Rovira

Francesc Rucabado

Fa poques setmanes que ens va deixar el company i amic Narcís Rucabado i Franquesa. A la Secció de Geografia i Ciències Naturals dugué una tasca importantíssima durant molts anys fins que la seva malaltia li impedí d'anar al Centre i interessar-se directament per les coses que s'hi couen.

La seva gran humilitat i humanitat el feien una persona totalment assequible en les moltes maneres que va col·laborar al Centre. Sempre va ser la persona disponible que oferia molt més del que se li demanava.

La seva curiositat insaciable per totes les branques de la ciència (sobretot les relacionades amb la natura) i les humanitats l'havia empès a iniciar amb altres tres companys l'equip Ramon Pujol i Alsina, dedicat a la recerca i estudi botànic de la nostra geografia, on va aportar el seu mestratge i entusiasme. Fou un home honest i sensible i un gran amic dels seus amics, que l'enyorarem per sempre més.

La seva capacitat de treball no es limità al Centre, sinó que també treballà en diverses entitats del seu barri de Sarrià. Cercador infatigable, fou l'autor de nombrosos treballs científics i històrics. Recordarem sempre l'home bo i exemplar que va donar vida a les moltes activitats socials que molts vam poder gaudir.

Des d'aquestes ratlles volem participar als seus familiars el nostre condol més profund. Narcís: on siguis, et desitgem temps lluminosos per sempre.

Les obres de Paradís 10

Les obres que s'estan portant a terme al Centre segueixen un bon ritme, tenint en compte que **el dia 31 de març ens traslladarem definitivament** al nostre estatge del carrer del Paradís 10.

Les diferents estances que s'han adaptat són les següents:

■ L'administració del Centre és al pis que tenim llogat a l'Ajuntament de Barcelona.

■ L'àrea d'atenció al soci és a l'antiga recepció, a l'esquerra, i també el lloguer de material, que és just davant de la porta d'entrada.

■ A l'avantsala que dona accés a la sala d'actes per la tribuna s'hi posaran tauletes i cadires i una màquina expendedora de begudes.

■ La nova sala de lectura ara és a l'antiga sala de copes, amb les guies i llibres que més es demanen, juntament amb la premsa diària i les revistes

d'actualitat excursionista. Els ordinadors de la biblioteca també són en aquesta sala.

■ Les seccions s'ubicaran a les antigues dependències de la Secció de Muntanya i el CADE, equipades amb tots els elements necessaris.

■ Els ordinadors per a ús dels socis són a l'estança de la dreta, que precedeix a les seccions.

■ També hi ha lavabos nous.

In memoriam

La Secció d'Història i Art vol comunicar que el 19 de desembre passat ens van deixar l'**Adolf Bordas Izco** i el **Francesc Xavier Bragulat Blasi**, vocals de la secció molt actius, que van organitzar el cicle d'excursions de tres hores durant molts anys.

SORTIDES

EXCURSIONISME

DIUMENGE 1 DE MARÇ

GR 92-1: ROMANYÀ DE LA SELVA – SANT FELIU DE GUÍXOLS

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Romanyà de la Selva, la Trenca de Penedès, can Llambinet, coll del Pla de Pedralta, la casa Nova, Sant Feliu de Guíxols.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 45 min / Desnivells: +270 m, -545 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Albert Gras i Jordi Lucea.

SERRA DE SANT MAMET

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Santa Maria de Meià, la Creueta, el Llaner de les Foies, cal Jaumetó i cal Rosa, coll de les Comes, Sant Mamet, serrats de la Vall d'Ariet, cal Jaumetó, la Creueta, Santa Maria de Meià.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 8 h / Desnivells: +1.100 m, -1.100 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Manel Canales.

DIJOUS 5 DE MARÇ

CASTELL DE L'ERAMPRUNYÀ A GAVÀ (MATINAL)

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: de l'ermita de Brugues al castell de l'Eramprunyà, amb visita guiada per un membre del Museu de Gavà.

NIVELL: * mol fàcil / Temps: 1 h 30 min / Desnivell: +200 m aprox.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 al bar restaurant Ermita de Brugues, a la carretera de Gavà km. 4,6.



El castell d'Eramprunyà, al terme de Gavà.
(Foto: Wikimedia Commons)

VOCALS: Josep M. Batlle ☎ 629 264 303

batlleagell@gmail.com

NOTA: Caldrà abonar 5 € per persona per al guia del castell. Podeu trucar el vocal per compartir cotxes.

DIUMENGE 8 DE MARÇ

GRESOLET

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Saldes, castell de Saldes, Mare de Déu de Gresolet, els Casalots, cal Bessó, Saldes.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5 h / Desnivells: +200 m, -200 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCAL: Montse Giménez i Jordi Canosa.

SORTIDA DE TREBALL DE CAMP ERB

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Projecte Flora i vegetació del Montseny (pràctiques d'estudi de les plantes).

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

EXCURSIÓ NÚM 393: VALLÈS OCCIDENTAL

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (EXFAVEPRO)

ITINERARI: Sant Pere de Reixac, font dels Avellaners, font dels Caçadors i poblat ibèric de les Maleses.

TROBADA: al bar restaurant Reina Elisenda de Montcada, al km 7 de la carretera BV-5001 de Santa Coloma de Gramenet a la Roca, a les 9:30, per sortir a les 10:00.

VOCALS: Montserrat Orfila ☎ 932 043 545 i Rafel Serra ☎ 932 116 816.

LA VALL DE LA RIERA DE PINEDA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Pineda, carrer del Mar, església par-

roquial de Santa Maria, font del Ferro, Sant Pere de Riu, molí i forn de Can Marqués, coll dels Altars, castell de Montpalau (265 m), coll dels Altars, ermita de Sant Rafael, ermita de Sant Jaume, Pineda.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 15 min / Desnivell: +300 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe pl. Catalunya a les 8:00; el tren passa a les 8:17. Bitllet d'anada i tornada a Pineda de Mar.

VOCAL: Núria Casals.

DIUMENGE 15 DE MARÇ

LA MUNTANYA DE SANTA FE, PEL GRAU DE FENOLLET

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Organyà, coll de Marí, collet de Prats, ermita Santa Fe, prats del Corretgedor, grau de Fenollet, Fenollet, font Bordonesa, Organyà.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h 30 min / Desnivells: +915 m, -915 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Xavi Perramon i Josep Pérez.

DIJOUS 19 DE MARÇ

BATALLA PRATS DE REI (TOT EL DIA)

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: castell Manresana, masia Albareda, Sant Ermengol, cal Codina.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h / Desnivell: +193 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a Prats de Rei a Ca la Montse (passatge Josep Maria Llobet, 20).

VOCALS: Ramon Comellas

comellas@telefonica.net ☎ 654 478 605 i Simone de Ridder monettede@hotmail.com ☎ 932 098 792.

NOTA: podeu trucar els vocals per compartir cotxes.

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME	2
ALTA MUNTANYA	3
ESQUÍ DE MUNTANYA	4
ESQUÍ NÒRDIC	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

DISSABTE 21 DE MARÇ

COLLSEROLA DE PARC EN PARC: DEL PARC DEL CASTELL DE L'ORENETA AL DE TORREBLANCA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: parc del castell de l'Oreneta, carretera de les Aigües, font de la Mandra, àrea de lleure de Sant Pere Màrtir, font del Ferro, turó de la Tina, font de la Beca, Sant Just Desvern, edifici Walden, parc de Torreblanca.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 45 m.

VIATGE: amb metro i tren.

TROBADA: estació Palau Reial, línia verda, a les 9:30.

NOTA: cal portar l'esmorzar perquè no hi ha cap bar al lloc de sortida. Opcional fer una sortida matinal.

VOCAL: Núria Casals.

DIUMENGE 22 DE MARÇ

XXII DIADA VERDAGUER EXCURSIONISTA A VIL·LA JOANA SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: parc Cervantes, Esplugues de Llobregat, PRC 171, font de la Mandra, plaça Mireia, font del Ferro, font del Rector, PRC 164, coll de Can Cuiàs, font del Llevalloll, font de l'Espinagosa, pantà de Vallvidrera, Baixador de Vallvidrera, FGC, Vil·la Joana (Centre d'informació del parc de Collserola).

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / Desnivells: +290 m, -80 m.

VIATGE: amb tren (metro-FGC).

VOCAL: Albert Gras.

ASCENSIÓ AL COGULLÓ DE TURP (1.620 m)

COMISSIÓ D'INFANTS

ITINERARI: Sant Joan de les Anoves (953 m), font de la Pinyassa, la Travessa (1.395 m), coll de la Coma (1.479 m), cogulló de Turp (1.620 m), el Grau (1.301 m), font de Sant Joan, retorn al punt d'inici.

NIVELL: ** fàcil / Desnivell: +667 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Josep Piqué ☎ 650 299 258, Àlicia Duró i Ona Piqué (col·laboració).

NOTA: júnior i adults amb certa experiència. Cal venir equipat amb botes de muntanya.

DIJOUS 26 DE MARÇ

CIM DEL CODÓ SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: des de l'ermita de Sant Serni i el cim del Codó (1.528 m), retorn pel GR 7 a Sant Serni.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h 30 min / Desnivell: +478 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 9:30 a la Fonda Vilasaló (km 21, C-462).

VOCALS: Emili Rosell emili.rosell@gmail.com, Josep Lluís Garcia jolugaasin@gmail.com.

Jaume Jornet i Núria Santaló

nsantalo@gmail.com.

NOTA: podeu trucar els vocals per compartir cotxes.

DISSABTE 28 DE MARÇ

L'ENTORN DE L'ESTANY D'IVARS SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: palau d'Anglesola, camí de Sant Jaume a Castellnou de Seana, torre del Francès, Vila-Sana, estany d'Ivars, Vila-Sana, Novella Alta, camí de Sant Jaume a Palau d'Anglesola.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivell: +100 m, -100 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: Palau Reial a les 7:15.

INSCRIPCIONS: a partir del 12 de març.

VOCAL: Jordi Lucea ☎ 934 200 927

luceajordi@gmail.com.

NOTA: cal portar esmorzar, dinar i calçat còmode.

DIUMENGE 29 DE MARÇ

TRAVESSA PEL LITORAL MÉS SALVATGE DE LA COSTA DAURADA. DE LES PLATGES DEL PERELLÓ A L'ATMETLLA DE MAR SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: platja del Morro Gros, racó d'en Garretes, platja de cala Moros, punta de l'Aliga, cala de l'estany Podrit, platja de la Llenya, estany Podrit, platja de Port Olivé, port natural de l'Estany, platja de Bon Capó, cala Pepo, Atmetlla de Mar.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 6 h / Desnivells: +250 m, -250 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCAL: Pilar Casals.

CIRERERS EN FLOR: PEDRA GRAVADA DEL MONTPEDRÓS SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: colònia Güell, can Salgado, font del Murri, font Vella, Santa Coloma de Cerverí, GR 92, pedra gravada, Montpedrós, plaça de les Bruixes, font Caietano, Sant Climent de Llobregat, camí del puig de l'Angle, vall del Llor, camí vell de Torrelles, Santa Bàrbara, Sant Boi.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivell: + 450 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: Estació FGC Molí Nou – Ciutat Cooperativa a les 9:00. El tren surt de pl. Espanya a les 8:40.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: es pot fer l'excursió matinal de 3 h 30 min fins a Sant Climent i agafar el bus que va a l'estació de Renfe de Viladecans.

DIVENDRES 3 AL DILLUNS 6 D'ABRIL

SETMANA SANTA AL PAÍS BASC: PARC NATURAL DE LA SERRA D'ARALAR I PARC NATURAL DE AIZCORRI-ARATZ SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Divendres 3: Barcelona, Ataun (Guipúscoa)

Dissabte 4: Ataun, aparcament de Larraiz, Txindoki (1.245 m), aparcament de Larraiz. Tarda de turisme o descans a l'alberg.

Diumenge 5: Ataun, port de Otzaurte, Aizkorri (1.528 m), Aitxuri (1.551 m), opcional sostre de Guipúscoa, coll d'Aldaola, túnel de San Adrián, Ataun. Tarda turisme o descans a l'alberg.

Dilluns 6: Ataun, Pamplona (o turisme per determinar), Barcelona.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h 20 min; 5 h 10 min / Desnivells: +945 m, -945 m; +696 m, -696 m.

ESTADA: Albergue Lizarrusti d'Ataun (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars o autocar.

VOCALS: Ramon Ribas i Jordi Lucea.

ALTA MUNTANYA

DISSABTE 14 I DIUMENGE 15 DE MARÇ

PIC DELS PEDRONS (2.715 m) I PUIG DE LA COMA D'OR (2.826 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Barcelona, frontera Pas de la Casa, pic de Pedrons.

Diumenge: coll de Pimorent, vall d'en Garcia, portal Cortal Rosso, puig de la Coma d'Or.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 4 h; 7 h / Desnivells: +640 m, -640 m; +1.000 m, -1.000 m.

PERNOCTACIÓ: casa de colònies Ca l'Aina (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Dolors Gurri i Joan Ramon Montes.

DISSABTE 21 I DIUMENGE 22 DE MARÇ

PIC DEL PERDIGUERO (3.221 m) AMB RAQUETES SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Barcelona, Benasc, refugi d'Estós.

Diumenge: pic de Perdiguero.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 2 h 30 min; 7 h / Desnivells: +560 m; +1.326 m, -1.326 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Marc Cabedo.

DISSABTE 28 I DIUMENGE 29 MARÇ

PIC DE MARBORÉ (3.248 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: pàrquing de la vall d'Ordessa, refugi de Góriz.

SORTIDES

Diumenge: Góriz, barranc de Góriz, pic de Marboré.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 3 h 15 min; 10 h 15 min / Desnivells: +850 m; +1.150 m, -2.000 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de Góriz (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Joan Ramon Montes i Domingo Cambon.

NOTA: cal estar en bona forma física i tenir experiència en alta muntanya hivernal. Cal saber progressar amb raquetes, piolet i grampons.

ESQUÍ DE MUNTANYA

DISSABTE 7 I DIUMENGE 8 DE MARÇ

PIC DEL PORTARRÓ – BONY NEGRE

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: planell de Sant Esperit, refugi d'Estany Llong, portarró d'Espot, pic del Portarro, refugi d'Estany Llong.

Diumenge: planell d'Aigüestortes, barranc de Llacs, solana de Llacs, collada del Bony Blanc, Bony Negre, planell de Sant Esperit.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 6-7 h (cada dia) / Desnivells: +1.000 m (cada dia).

PERNOCTACIÓ: refugi d'Estany Llong (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Teresa Larriu.

DISSABTE 21 I DIUMENGE 22 DE MARÇ

TUC DE RATERA (2.862 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: refugi Amitges.

Diumenge: tuc de Ratera.

NIVELL: ***** cal experiència específica / Temps:

2 h; 7 h / Desnivells: +478 m; +484 m, -962 m.

PERNOCTACIÓ: refugi d'Amitges (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Àlex Montoliu.

DISSABTE 11 I DIUMENGE 12 DE MARÇ

MONTARDO D'ARAN (2.833 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: refugi de la Restanca.

Diumenge: pic del Montardo.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 2 h; 5 h / Desnivells: +610 m; +823 m, -1.433 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de la Restanca (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Àlex Montoliu.

ESQUÍ NÒRDIC

DIUMENGE 1 DE MARÇ

ESQUÍ DE FONDS A GUILS

COMISSIÓ D'INFANTS

ITINERARI: jornada d'esquí nòrdic a l'estació de Guils Fontanera.

NIVELL: **** cal experiència.

TROBADA: a les 10:00 preparats per esquiar (forfet pagat i equipats amb botes, esquis i pals).

VIATGE: amb cotxes particulars.

PREUS: socis 0 €, no socis 10 €. Forfet i lloguer de material no inclosos. (veg. preus a <http://www.guils.com/tarifes>)

VOCALS: Clàudia Vallvé i Jordi Sancho
☎ 699 39 05 98 / 93 319 06 99 / jordisanchositja@gmail.com

NOTA: si hi ha un grup suficient de persones sense experiència, es pot fer un grup a part i contractar monitors el mateix dia a l'estació. Si hi ha un grup de persones suficient, també

es pot organitzar un grup de raquetes. Els pares han de fer-se responsables dels seus fills.

DISSABTE 7 I DIUMENGE 8 DE MARÇ

ARIEJA: CHIOULA – PLATEAU DE BEILLE (NÒRDIC I RAQUETES)

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Oportunitat d'esquiar en el domini més gran del Pirineu.

VIATGE: amb autocar.

ESTADA: Hotel a Tarascon (MP).

VOCALS: Isabel Casanellas i Jordi Ollé.

DISSABTE 14 DE MARÇ

ESQUÍ NÒRDIC A LA Cerdanya

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Maite Ferrer i M. José Navarro.

BTT / CICLOTURISME

DISSABTE 14 DE MARÇ

L'ESTANY D'IVARS I EL SALT DEL DURAN

SECCIÓ BTT/CT

ITINERARI: el Palau d'Anglesola, Mollerussa, salt del Dran, Vilanova de Bellpuig, Castellnou de Seana, el Bullidor, Ivars d'Urgell, estany d'Ivars, Vilasana, el Palau d'Anglesola.

NIVELL: ** fàcil / Distància: 47 km / Desnivell: +100 m.

TROBADA: Palau Reial, a les 7:30.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Jordi Lucea.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DIUMENGE 1 DE MARÇ

VISITES DELS MUSEUS CAU FERRAT I MARICEL

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: pl. Catalunya / Rivadeneyra a les 8:00.

VOCAL: Josefina Garriga ☎ 934 545 769.

DIJOUS 12 DE MARÇ

CASTELL DE CARDONA

SECCIÓ DE CÀMPING

Itinerari pel centre històric de Súria i Cardona.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 9:30 al Bar Quintana de Súria, (C/ Gonzalez Salesio, 6) al centre de Súria.

VOCAL: Ramon Ferrer ☎ 934 068 078 i Ramon Comellas ☎ 933 472 179.

NOTA: podeu trucar els vocals per compartir cotxes. Preu de visites, 7 €; dinar a la Fonda Oliva de Callús (ctra. de Cardona, 40), 12 €.



El pic del Montardo. (Foto: Jaume Altadill)

SORTIDES

DISSABTE 14 DE MARÇ

SANT PERE DE CASSERRES (OSONA)

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

Visita al monestir romànic de Sant Pere de Casserres.

VIATGE: amb autocar.

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

INSCRIPCIONS: fins al 12 de març.

VOCALS: Mercè Falcó ☎ 933 474 124 i August Bernat ☎ 932 378 537. Col·laborador, Lluís Willaert ☎ 934 514 199.

NOTA: entrada al monestir 3 €. Dinar opcional en un restaurant.

TELEGRAFIA ÒPTICA DE CATALUNYA

SECCIÓ DE MUNTANYA

Conferència i visita al Museu de la Ciència i de la Tècnica de Catalunya. A càrrec de Jaume Perarnau, director del NACTEC i autor del llibre de referència de aquest cicle. Aquesta conferència està relacionada amb les sortides fetes o que es faran sobre telegrafia òptica.

VOCAL: Ignasi Nadal.

TROBADA: ens trobarem tots al Museu de la Ciència i la Tècnica de Catalunya (rambla d'Ègara, 270, de Terrassa). El viatge és per compte propi.

DIMARTS 17 DE MARÇ

ANTIGA FÀBRICA DE CAN SALADRIGUES PALO ALTO I ELS JARDINS DE LA VIL·LA OLÍMPICA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Anirem a dues antigues fàbriques del Poblenou i veurem els seus usos actuals. Passejarem pels jardins Josep Trueta, Gandhi, plaça de Juli González, jardins Jaime Gil de Viedma, Joan Fuster i Ortells, Carlos Barral, Manuel Sacristán, Josep M. Soler i la plaça de Ramon Calsina, tot veient els canvis que ha sofert el barri, amb els contrastos de carrers i places amb llambordes i moderns hotels davant el mar.

TROBADA: estació metro Poblenou, L-4 (grogna), a les 10:00.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: dinar de pícnic opcional al parc de Diagonal Mar.

DIUMENGE 22 DE MARÇ

PASSEJADA MATINAL DE GEOLOGIA URBANA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (GDON)

OBJECTIUS: observació dels elements d'interès geològic, naturalista i ciutadà, als entorns de les zones de Putxet, Vallcarca, el Coll, turons d'en Móra-Carmel i àrees de lliure accés públic del parc Güell.

TROBADA: metro L-4 (verda), estació de Vall-

carca, sortida exterior (República Argentina), a les 9:45.

VOCALS: Joan Cuyàs i Núria Arnau ☎ 660 846 008.

NOTA: duració aproximada, 2 h 30 min.

DISSABTE 28 DE MARÇ

MONESTIR BENEDICTÍ DE SANT PERE DE LES PUEL·LES

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita comentada a l'actual monestir de Sant Pere de les Puel·les i el seu campanar, on podrem gaudir de bones vistes de Barcelona.

INSCRIPCIONS: a partir del 16 de març.

TROBADA: a la porta del monestir (C/ Anglès, 55); autobús 22, pg. de la Bonanova, a les 10:45.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

DIUMENGE 12 D'ABRIL

SORTIDA CULTURAL A L'ALT EMPORDÀ

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita del santuari de la Mare de Déu de Terra-des i els pobles de Sant Llorenç de la Muga, amb l'església romànica de Sant Llorenç, el nucli antic i el pont vell, el poble de Sant Miquel de Fluvià, el monestir, el forn romà, la font i el rentador.

VIATGE: amb autocar.

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

INSCRIPCIONS: a partir del 23 de març.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

TRESCS I VIATGES

DEL 27 DE MARÇ AL 6 D'ABRIL

TRESC DE SETMANA SANTA AL PARC NACIONAL DE LANGTANG (NEPAL)

SECCIÓ DE MUNTANYA

8 dies de tresc a través del primer parc nacional de l'Himàlaia. Un paisatge ideal per explorar petits pobles, gompes (monestirs), però sobretot per veure glaceres i grans muntanyes. Allotjament en Tea House. 2 dies a Kàtmandu, allotjament en hotel.

ITINERARI: Kàtmandu, Syabrubensi (1.460 m), Lama Hotel (2.560 m), Lantang (3.455 m), Kyanjin Gompa (3.817 m), Tsergo Ri (4.983 m).

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: entre 5 i 7 h (màxim) diàries / Desnivell: +500 m i +1.100 m (màxim).

PREU: aprox. 1.700 € (inclou: àpats, vols i taxes, transports locals, allotjament, guia local i portadors i permís al parc nacional).

PLACES: 10-15 persones.

TERCER PAGAMENT: cal fer el pagament del saldo pendent abans del 16 de març.

ÚLTIMA REUNIÓ: 17 de març a la sala F. Beato a les 19:30. Us lliurarem la documentació,

l'obsequi de l'agència i resoldrem dubtes pendents.

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

DEL 28 DE MARÇ AL 4 D'ABRIL

TRESC DE SETMANA SANTA A LA CAPADÒCIA (TURQUIA)

SECCIÓ DE MUNTANYA

4 dies a peu per la Capadòcia, un dels racons més remots i bonics de la Terra, amb formacions increïbles de roques i muntanyes, indrets troglodítics. 2 dies de visita a Istanbul. Allotjament en hotel.

ITINERARI: Istanbul, transport a Ürgüp i tresc de la Capadòcia (Ushishar, Avanos, Goreme...).

NIVELL: ** fàcil / Temps: entre 4-5 h diàries / Desnivell: +150 m i 400 m (màxim).

PREU: aprox. 1.460 € (inclou: àpats, vols i taxes, transport local, hotel, guia local i entrades).

PLACES: 10-15 persones.

TERCER PAGAMENT: cal fer el pagament del saldo pendent abans del 16 de març.

ÚLTIMA REUNIÓ: 17 de març a la sala F. Beato. Us lliurarem la documentació i l'obsequi de l'agència i resoldrem dubtes pendents.

VOCAL: Pepa Igarua atenciosoci@cec.cat / Ferran Alexandri ☎ 696 206 159
ferran@alexandri.cat

DEL DIJOUS 2 AL DILLUNS 6 D'ABRIL

VIATGE CULTURAL A LES REGIONS D'AUDE I LLENGUADOC

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Dijous 2: Barcelona, abadia de Fontfreda i Carcassona.

Divendres 3: Carcassona, Pesenàs "la Petita Florència del Llenguadoc", Enserum (antiga ciutat fortificada del s. VI aC) i Carcassona.

Dissabte 4: Carcassona, reserva africana de Sigan i retorn a Carcassona.

Diumenge 5: Carcassona, gruta de Limousis, cova de Cabresoin i Carcassona.

Dilluns 6: sortida de Carcassona, Terra Vinea i retorn a Barcelona.

VIATGE: amb autocar.

ALLOTJAMENT: Carcassona (PC).

VOCAL: Josefina Garriga ☎ 934 545 769.

DEL 30 D'ABRIL AL 3 DE MAIG

RACONS INÈDITS D'AVAIRO I LARZAC (OCCITÀNIA)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visitarem la ciutadella dels templers de la Cavalerie, Rodés i el Museu Fenaille; l'abadia de Conques; el poble de Najac, Vilafranca de Rourgue, Belcastel i l'abadia de Silvanès.

INSCRIPCIONS: a partir del 9 de febrer.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DILLUNS 2 DE MARÇ

ALLÒ QUE EL VENT S'ENDUGUÉ, SEGONS BEORLEGUI

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Conferència sobre aquest film per Albert Beorlegui, destacat comentarista cinematogràfic.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMECRES 4 DE MARÇ

EL DESCENS DEL SALTO ÀNGEL (VÍDEOCONFERÈNCIA)

DINAMITZACIÓ SOCIAL

La cascada més gran del món, amb 979 m de paret vertical. Una activitat especial, en un indret encara molt salvatge i amb un ascens previ al tepui, on hi ha aquest salt d'aigua.

A CURA DE: Eduard Escrich, professor de la Facultat de Medicina de la UAB. A més de ser un investigador reconegut en l'àmbit del càncer de mama, és membre de 14 societats científiques, entre les quals l'Institut d'Estudis de Medicina de la Muntanya. Ha pujat la majoria de muntanyes dels Pirineus i dels Alps.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMECRES 4 DE MARÇ

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: sala Francesc Beato.

HORA: 18:00.

DIJOURS 5 DE MARÇ

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: Paradís, 10.

HORA: 18:30.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

DILLUNS 9 DE MARÇ

57 CERTAMEN DE VÍDEOS AMATEURS

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

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

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMECRES 11 DE MARÇ

ISTANBUL I L'ÍNDIA DEL SUD (PROJECCIÓ)

A CURA DE: Julià Saez Corbalán.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: sala Francesc Beato.

HORA: 18:00.

DIJOURS 12 DE MARÇ

VÍDEO EN MEMÒRIA DE KILDO CARRETÉ

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Projecció en memòria del nostre amic i soci Ermenegild Carreté "Kildo". Farà la presentació de l'acte el president del CEC, el Sr. Josep Manuel Puente. Esperem la vostra assistència.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

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: Paradís, 10.

HORA: 18:30.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

DILLUNS 16 DE MARÇ

ÀFRICA AUSTRAL, DE JOSEP ROTA

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Projecció de *Namíbia, el país amb nom de desert* i de *Els rius de la vida de l'Àfrica austral*. Completarem la sessió amb *Londres des del riu*, també de Josep Rota.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMECRES 18 DE MARÇ

REUNIÓ INFORMATIVA DELS VIATGES DE PRIMAVERA I ESTIU A OCCITÀNIA I ITÀLIA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Reunió informativa del viatge de primavera a Avairon i Larzac (Occitània), i del viatge d'estiu a Umbria (Itàlia).

A CURA DE: Mercè Falcó.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMARTS 17 DE MARÇ

REUNIÓ FINAL DELS TRESCS DE SETMANA SANTA AL LANGTANG I LA CAPADÒCIA

SECCIÓ DE MUNTANYA

Us lliurarem la documentació dels viatges,

l'obsequi que ens fa l'agència organitzadora (una bossa de viatge, un folre polar o un element similar), i també aprofitarem la trobada per resoldre els dubtes que tingueu per anar preparats en aquests viatges.

A CURA DE: Ferran Alexandri i Pepa Igartua.

LLOC: sala Francesc Beato.

HORA: 19:30.

DIMECRES 18 DE MARÇ

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: sala Francesc Beato.

HORA: 18:00.

DIJOURS 19 DE MARÇ

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: Paradís, 10.

HORA: 18:30.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

DIMECRES 25 DE MARÇ

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE EXCURSIONS PER LA HISTÒRIA DE COLLSEROLA

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Obra del consoci Iñaki Núñez Astrain, voluntari del parc de Collserola. Aquest llibre ha obtingut el premi Vèrtex de la FEEC, premi que també se li va atorgar el 2012 pel llibre *Esquí nòrdic a Catalunya*, que es presentà al CEC.

A CURA DE: Francesc Vila, director de Vèrtex, Marià Martí, director gerent del Consorci del Parc de Collserola i l'autor del llibre, Iñaki Núñez.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

DIMECRES 25 DE MARÇ

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: sala Francesc Beato.

HORA: 18:00.

DIJOURS 26 DE MARÇ

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.

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

LLOC: Paradís, 10.

HORA: 18:30.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

DILLUNS 30 DE MARÇ

ENIGMES DE LA CATEDRAL DE BARCELONA. HISTÒRIA I HISTÒRIES (CONFERÈNCIA)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

A CURA DE: Josep M. Martí i Bonet, canonge de la catedral de Barcelona. Presentació de Lluís Willaert.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30.

BASES DEL 78è CERTAMEN ESTATAL DE VÍDEO NO PROFESSIONAL SELECTIU UNICA 2015

La Secció de Cinema del CEC representa Espanya en aquesta organització internacional. 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 Sant Petersburg (Rússia) del 5 al 13 de setembre. L'admissió es tancarà el 20 de març. Trobareu les bases al web i a l'àrea d'atenció al soci.

XLIII CONCURS SOCIAL DE FOTOGRAFIA ARTÍSTICA EN B/N

La Secció de Fotografia recorda a tots els socis interessats en participar en aquest concurs que l'admissió d'obres acabarà el 26 de març a l'àrea d'atenció al soci. L'exposició tindrà lloc tot el mes d'abril a l'estatge social. Les bases del concurs van ser publicades en el butlletí de gener.

ELS CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

INSCRIPCIONS OBERTES



CURS D'INICIACIÓ A L'ALPINISME NIVELL 1 I 2

SESSIONS TEÒRIQUES: 3 i 24 de març.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 7 i 8 / 14 i 15 / 21 i 22 de març.

OBJECTIUS: curs d'iniciació a les tècniques d'alpinisme. Transmetre els coneixements teòrics, tècnics i pràctics bàsics i necessaris per poder iniciar-se en ascensions d'alta muntanya de dificultat mitjana amb autonomia, confiança i seguretat.

PLACES: mínim 6, fins a un màxim de 12.

PREUS: 250 € socis CEC
300 € resta d'inscrits.

CURS DE TÈCNiques D'ENCORDAMENT EN GLACERA

SESSIONS TEÒRIQUES: 26 de març.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 28 i 29 de març.

OBJECTIUS: conèixer les tècniques d'encordament i d'autorescat per ser autònom per la progressió en glaceres.

PLACES: mínim 4, fins a un màxim de 8.

INSCRIPCIONS: fins dimecres 18 de març.

PREUS: 140 € socis CEC
175 € resta d'inscrits.

PERFECCIONAMENT TÈCNIC D'ALPINISME DE CAP DE SETMANA

SESSIONS TEÒRIQUES: 12 de març.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 14 i 15 de març.

OBJECTIUS: L'objectiu general del curs serà perfeccionar els alumnes que ja tinguin experiència en alta muntanya i donar-los els coneixements perquè puguin realitzar de forma autònoma i segura ascensions d'alta muntanya dificultat D i com a màxim MD. Les línies generals seran: repàs i utilització de totes les tècniques en neu i glaç, repàs i coneixement profund de les tècniques de seguretat, tècniques bàsiques de rescat en paret, glaceres i allaus, introducció al piolet tracció.

PLACES: mínim 4, fins a un màxim de 8.

INSCRIPCIONS: fins dimecres 11 de març.

PREUS: 140 € socis CEC
175 € resta d'inscrits.



Trobareu tota la informació a:

www.escola.cec.cat

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/EscolaiGuiesCEC

www.flickr.com/photos/escolaiaguescec





Activitats amb els **Guies del CEC**

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

LES NOSTRES PROPOSTES



- **BARRANCS**
- **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 TÈNIQUES**

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

Els Guies del CEC a la primavera

Viu la muntanya a través de les activitats que ofereixen el Guies del CEC per a aquesta temporada de primavera. 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 2016.

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 / 08002 Barcelona / Tel.: 933 152 311 /
Fax: 933 151 408 / cec@cec.cat / www.cec.cat

