



Butlletí

MAIG 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

Ja estem instal·lats a la seu històrica del CEC

Després de les festes de Setmana Santa, el local històric del CEC, situat al carrer del Paradís 10, a l'entorn de les columnes romanes i el carrer de Llibreteria, ha adaptat i modernitzat els espais perquè tots els socis en puguin fer ús en les millors condicions possibles.

A l'entrada hem situat l'àrea d'atenció al soci i el servei de lloguer de material, i hem deixat lliure l'avantsala que duu a la sala d'actes per la tribuna. A l'antiga sala de copes hi ha ubicada la nova sala de lectura, que disposa també d'ordinadors. Les sales prèvies que condueixen als antics espais de la Secció de Muntanya i del CADE, les hem condicionat com a estances per a les seccions (disposen d'armaris per guardar la seva documentació, i taules amb ordinadors, a més d'espais per seure i reunir-se). Els espais de reunió també han estat habilitats a les estances més interiors, que donen a la balconada del carrer de Llibreteria. A l'entremig s'hi han ubicat els nous lavabos i dues petites estances reservades a arxiu de fons documental. La sala d'actes continua al mateix lloc de sempre, i tam-



bé la sala de juntes; només l'antic despatx on darrerament hi havia el dipòsit de Publicacions, s'ha habilitat com a aula de formació.

L'administració del Centre queda instal·lada en el pis tenim llogat a l'Ajuntament de Barcelona, al mateix nº 10 del carrer del Paradís.

Esperem trobar-vos a tots ben aviat al Centre perquè pugueu usar tots els nostres serveis de sempre en les noves instal·lacions.

La Junta Directiva

Assemblea General Ordinària, el proper 21 de maig

Segons l'Estatut del CEC, la Junta Directiva convoca l'Assemblea General Ordinària corresponent a l'exercici 2014 el proper dijous 21 de maig a la sala d'actes del nostre estatge social, a les 7 del vespre en primera convocatòria, i a 2/4 de 8 en segona.

ORDRE DEL DIA:

- Lectura i aprovació, si escau, de l'acta de l'assemblea anterior.
- Lectura i aprovació, si escau, de la memòria del curs 2014.
- Informe de la Presidència.
- Aprovació, si escau, de l'estat de comptes, balanç i liquidació del pressupost del 2014.
- Perspectives de futur de la nostra entitat.
- Aprovació, si escau, del pressupost per a l'exercici del 2015.
- Torn obert de paraules.

Projecció de la pel·lícula *A fine Line*, de Sebastien Montaz-Rosset

Projecció de la pel·lícula *A Fine Line* (52 min), del realitzador Sebastien Montaz-Rosset. Presentació d'Eduard Font, coordinador del II Cicle de pel·lícules de muntanya dels darrers 10 anys, i de Lluís Gómez, vicepresident del CEC.

Dins de la línia *Summits of Life*, el realitzador francès enregistra un viatge per diversos cims nevats dels Alps de diferents esportistes de muntanya, com Kilian Jornet, que als seus 26 anys ja ha conquerit molts títols en diferents modalitats esportives relacionades amb l'alpinisme.

La presentació es farà el **dimarts 5 de maig** a la sala d'actes, a 2/4 de 8 del vespre.

Presentació del llibre *Viaje al blanco*, de Jordi Canal-Soler

Presentació del llibre *Viaje al blanco*, de Jordi Canal-Soler. Crònica de l'expedició al pol nord, des de Svalbard fins a aterrar sobre el gel de l'oceà Àrtic, a la base russa de Barneo i seguir amb esquís l'últim grau fins al pol nord, els últims 111 km fins a l'eix de la Terra. Un paisatge de gel i neu, esquerdes, amb temperatures de fins a -40°C, i amb óssos polars, són alguns dels perills que presenta aquest viatge; però la bellesa i puresa de l'Àrtic s'imposen per sobre de tot, en un objectiu anhelat per molts exploradors.

La presentació es farà el **dijous 7 de maig** a la sala d'actes, a 2/4 de 8 del vespre.



SORTIDES

EXCURSIONISME

DIUMENGE 3 DE MAIG

SERRA DE BUSA NORD

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: embassament de la Llosa del Cavall, pista de Trasserra, Trasserra, fageda del Llentots, canal de Casa Vila, el Cogul, el Capolatell, creu del Capolatell, pas del Moro pla de Casa Llobeta, embassament.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivells: +800 m, -800 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Mateu Espinal.

TARRAGONA - ALTAFULLA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Tarragona, platja dels Capellans, platja Llarga, platges de l'Arboçar i de Calabecs, platja de la cala de la Móra, caleta de la Jovera, castell de Tamarit, riu Gaià, Altafulla.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 45 min / Desnivell: +150 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe Passeig de Gràcia, a les 7:40; tren a les 7:56. Bitllet d'anada a Tarragona.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: si el temps acompanya, ens podrem banyar a la platja.

DIJOURS 7 DE MAIG

MATINAL VALLVIDRERA A

CASTELLCIURÓ

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: pl. Vallvidrera, Santa Creu d'Olorde, Can Ribes i Castellaçuró.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 30 min / Desnivells: +167 m, -371 m.

VIATGE: amb FGC S1 i S2 i funicular de Vallvidrera. Tornada a BCN amb rodalies Renfe línia R4 i R1 (targeta dorada).

TROBADA: 9:15 plaça Pep Ventura (Vallvidrera) i esmorzar a Cal Coloma (pl. Valldrera, 6).

VOCALS: Ramon Ferrer i Paco Aguilera

☎ 650 454 293 i 675 620 663

cec.dijous@gmail.com i

ramon.ferrer.sala@gmail.com

NOTA: truqueu els vocals per compartir cotxes.

DISSABTE 9 I DIUMENGE 10 DE MAIG

DINOSFERA + CLEAN UP DAY

PARC ALT PIRINEU

COMISSIÓ D'INFANTS

ITINERARI:

Dissabte: Museu Dinosfera, jaciment d'ous fòssils de dinosaures de Pinyes i jaciments de petjades fòssils de rèptils del port del Cantó.

Diumenge: activitat conjunta amb el parc natural de l'Alt Pirineu. Conscienciació mediambiental en l'European Clean Up Day de la VI Setmana Europea de la Prevenció de Residus.

TROBADA: Coll de Nargó, pàrquing del Museu Dinosfera (està indicat quan s'arriba al poble), a les 10:30.

VIATGE: amb cotxes particulars.

NOTA: cal dur llanterna i lupa, per a l'observació de fòssils. Els que vinguin dissabte hauran de portar el sac de dormir (pernoctació al refugi Comes de Rubió).

VOCALS: Albert Vidal ☎ 692 618 955

vidalmarti.albert@gmail.com

Mireia Padrós ☎ 609 770 033

mireia.padros@gmail.com

PRIMAVERA A COLLSETEROLA:

12 FONTS, DE SANTA MARIA

DE VALLVIDRERA A LA VALL

D'HEBRON

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Santa Maria de Vallvidrera, font de Santa Bàrbara, font de la Budellera, font d'en Canet, font del coll de la Vinyassa, font de la Salamandra, font de Vista Rica, font Grogà, font d'en Sert, font de l'Estrangulador, font de la Mina de Sant Medir, font de Can Borni; dinar als jardins del viver de Can Borni, font del Bacallà, Vall d'Hebron.

NIVELL: ** fàcil. Temps: 3 h 45 min.

VIATGE: amb tren i metro

TROBADA: estació FGC pl. Catalunya/Pelai, a les 9:00.

VOCAL: Núria Casals.

DIUMENGE 10 DE MAIG

SERRES DE SANT BERNABÉ I

MONT-ROIG

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Vilallonga de Ter, Abella, collada de Sant Bernabé, puig d'en Bullici, puig de Mont-roig, pla de la Bassa, els Orris, el Cros, Vilallonga de Ter.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 6 h /

Desnivells: +1.000 m, -1.000 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Manel Canales.

EXCURSIÓ NÚM 395:

ALT PENEDES

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES

NATURALS (EXFAVEPRO)

LLOC: serra del Bolet i cova de l'Omella.

TROBADA: a Sant Martí Sarroca, bar Punt de Trobada (c/ Anselm Clavé, 72) a les 9:30, per sortir a les 10:00.

VOCALS: Montserrat Orfila ☎ 932 043 545 i Roser Canals ☎ 934 181 221.

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 Gonzàlez.

DISSABTE 16 DE MAIG

LES TORRES DE CABRENÇ

(VALLESPÍR)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: la Menara, les Estanouses, Torres de Cabrenç, pla de la Muga, pla del Castell, la Menara.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivell: +900 m, -900 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: estació Fabra i Puig a les 6:45.

VOCALS: Hermes Soler i Jordi Lucea

☎ 934 200 927 luceajordi@gmail.com

NOTA: cal portar esmorzar, dinar i bastons.

DIUMENGE 17 DE MAIG

SERRA DE VIDABONA

I CAMINS D'OGASSA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: la Barriconà, collet de la Llebre, cases de l'Adroguer, coll de Camp Roig, coll de les Saleres de Vidabona, masia del Xofré, collet Bonic, pont de Ribamala

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivells: +550 m, -500 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCAL: Pilar Casals.

EXCURSIÓ ALS TURONS DE LA

PLANA DE VIC

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES

NATURALS (GDON)

OBJECTIU: la descoberta de la geologia i geomorfologia dels turons de la plana de Vic, l'observació de les plantes i la vegetació que s'hi han establert, sobretot joncades i roures de roure martinenc, i com s'ha format un paisatge en mosaic derivat d'unes condicions naturals i de l'activitat humana.

ITINERARI: des de l'estació de Balenyà (584 m)

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME	2
ALTA MUNTANYA	3
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

es visitaran els turons del Montbrú, inclosa la serra de Torrellebrera (637 m).

NIVELL: ** fàcil.

VIATGE: Renfe, línia R3 (Vic).

TROBADA: pl. Catalunya a les 7:34 (el tren surt a les 7:54). Punt de trobada a l'estació Balenyà-Tona-Seva, a les 9:06.

VOCALS: Josep M. Panareda i Montserrat Arnan ☎ 620 318 034

NOTA: cal portar dinar, aigua, calçat adient i bastons. Es tracta d'una sortida d'observació geològica i botànica, cosa que implica, si es vol, passejar-se per boscos, matollars, herbes i terrers dels turons.

DIJOURS 21 DE MAIG

CAMÍ RAL DE RIPOLL A CAMPDEVÀNOL SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Ripoll, font del Sant, can Vilalta, torrent de Maiols, Casanova de Baix, riu Freser, Campdevànol, barri de la Creu, mas de Estiuella, casa del Vilar, àrea d'esbarjo d'Ordina, font del Tòtil, font de la Roca, riu Freser, farga Palau, Ripoll.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 30 min / Desnivell: +195 m.

VIATGE: en tren o cotxes particulars.

TROBADA: estació Renfe de Ripoll a les 10:00. El tren surt de l'estació de pl. Catalunya a les 7:57. Bitllet d'anada i tornada a Ripoll.

VOCAL: Núria Casals ☎ 651 593 770
kollserola@yahoo.es

DISSABTE 23 DE MAIG

SERRA DE MARBOLENY SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: fageda d'en Jordà, Can Vidal, serra de Marboleny, Sant Martí i Sant Miquel del Corb, volcà del Racó, les Preses.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 30 min / Desnivells: +450 m, -450 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Alexandre Costa i Encarnació Pascuas.

DIJOURS 28 DE MAIG

EXCURSIÓ CIRCULAR DE CALELLA DE PALAFRUGELL A LA FOSCA SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Hotel Sant Roc de Calella de Palafrugell, cala del Cap de Planes, cala Estreta Mirador de la Foradada, Calella de Palafrugell.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4-5 h / Desnivell: +400 m (acumulat).

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 9:30, al Restaurant Mont-ras (Torres Jonama, 19, de Mont-ras).

VOCALS: Núria Santaló ☎ 638 256 624;
nsantalo@gmail.com i Emili Rossell ☎ 629 753 643
emili.rosell@gmail.com

NOTA: podeu trucar el vocal per compartir co-



El pic d'Añisclo (3.254 m). (www.summitpost.org)

txes. Porteu el vestit de bany si us voleu banyar o prendre el sol.

DISSABTE 30 DE MAIG

PRIMAVERA A LA COSTA BRAVA: DOS CASTELLS DE SANT JOAN SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Lloret, parc de les Olors, cala Banys, visita al castell de Sant Joan (pujarem a la torre de l'homenatge), platja i parc de Fenals, bosc i platja de Sa Boadella, ermita de Santa Cristina, platges de Santa Cristina i Treumal, castell de Sant Joan, Lloret.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / 30 min.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: estació Renfe pl. Catalunya, a les 7:30 per agafar el tren de les 7:47. Bitllet d'anada i tornada a Lloret.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: si el temps acompanya, ens podrem banyar a la platja. Hi ha l'opció de visitar els jardins de Santa Clotilde o els de Pinya de Rosa.

DIUMENGE 31 DE MAIG

VOLTA A GÓSOL SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Gósol, font Terrers, les Bassotes, Cernerres, coll de Josa, font de la Ginebreda, coll de Josa, Gósol.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivells: +750 m, -750 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Hermes Soler i Rogelio Fernández.

ALTA MUNTANYA

DIVENDRES 1 AL DIUMENGE 3 DE MAIG

PUNTA DE LAS OLAS (3.002 m) I PIC D'AÑISCLO (3.254 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Divendres: Barcelona, Torla, vall d'Ordesa, Refugi de Góriz.

Dissabte: coll d'Añisclo, punta de las Olas, pic d'Añisclo, refugi de Góriz.

Diumenge: vall d'Ordesa, Torla.

NIVELL: ***** cal experiència específica / Temps: 3 h 15 min; 7 h 30 min; 3 h 15 min / Desnivells: +850 m; +1.170 m, -1.170 m; -850 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de Góriz (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Joan Ramon Montes

NOTA: cal tenir bona forma física i experiència en alta muntanya.

DISSABTE 9 I DIUMENGE 10 DE MAIG

PIC DEL PAVOTS (3.121 m) AMB RAQUETES SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: arribada al refugi de Forcau (Eriste-Osca).

Diumenge: pic del Pavots.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 3 h 30 min; 8 h / Desnivells: +600 m; +1.026 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de Forcau.

SORTIDES

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Marc Cabedo.

DIUMENGE 17 DE MAIG

SERRA DE CAMPOLLES I LA CADOLLA VERDA, DES DE MONTNOU

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: el Montbou (1.393 m), rasa de la Covil (1.601 m), prat Boixer (1.791 m), portell del Tossal (2.001 m), cap de la Gespeguera (2.331 m), el Montbou.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 6 h 30 min / Desnivells: +988 m, -988 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Xavi Perramon i Josep Pérez.

DISSABTE 23 I DIUMENGE 24 DE MAIG

PIC DE LA MALADETA (3.308 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: refugi de la Renclusa.

Diumenge: pic de Maladeta.

NIVELL: **** cal experiència específica / Temps: 2 h 30 min; 7 h / Desnivells: +240 m; +1.250 m, -1.490 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de la Renclusa (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Joan Ramon Montes

NOTA: cal tenir bona forma física, experiència en alta muntanya. És imprescindible haver fet un curs d'iniciació al alpinisme.

DISSABTE 30 DE MAIG AL DILLUNS 1 DE JUNY

PETIT VINHAMALA (3.032 m), PITÓ CARRÉ (3.197 m), PUNTA CHAUSENQUE

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Gavarnia, vall d'Ossue, refugi Bays-sellance, Petit Vinhamala.

Diumenge: glacera d'Ossue, punta Chausen-que, Pitó Carré.

Dilluns: tornada a Barcelona.

NIVELL: **** cal experiència específica / Temps: 4 h; 7 h; 2 h 45 min / Desnivells: +1.250 m, -400 m; +1.400 m, -690 m; -850 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de Bays-sellance (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Joan Ramon Montes.

NOTA: cal tenir una bona forma física, experiència en alta muntanya.

BTT / CICLOTURISME

DISSABTE 30 I DIUMENGE 31 DE MAIG

CAMÍ DE L'EBRE (GR 99)

SECCIÓ DE BTT/CT

ITINERARI:

Dissabte: Riba-roja d'Ebre, reserva natural de



Tren del Cement. (descobreixlavalldelilet.wordpress.com)

Sebes, Flix, Vinye, Ascó, pas de l'Ase, Móra d'Ebre, Móra la Nova.

Diumenge: Móra la Nova, Benissanet, Miravet, Benifallet, Xerta, Aldover, Tortosa. El tram de Miravet a Benifallet és realitzarà en caiac pel riu Ebre. Cal saber nedar.

NIVELL: ** fàcil / Distància: 42 km; 40 km en BTT + 7 milles nàutiques (13 km) / Desnivells: +600 m; +300 m.

PERNOCTACIÓ: Hostal a Móra la Nova.

VIATGE: amb tren.

VOCAL: Francesc Estrada.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DIVENDRES 8 DE MAIG

VISITA A LA CAPELLA BALMESIANA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita comentada a l'edifici de la Fundació Balmesiana i la capella Balmesiana, obra mestra de l'arquitecte Rubió i Bellver.

TROBADA: a la porta de la capella, carrer Duran i Bas, 9 (a prop de Portaferissa/Canuda), a les 16:45.

VOCAL: Núria Casals i Mercè Falcó

☎ 933 474 124 mercefalco02@gmail.com

DIMECRES 13 DE MAIG

LA CENTRALITAT DE BARCELONA: ¿LA PLAÇA CATALUNYA O LA PLAÇA DE LES GLÒRIES?

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Cerdà volia que la plaça de les Glòries fos el centre neuràlgic de la ciutat: aleshores la plaça

Catalunya ni tan sols era una plaça. Farem un passeig que les enllaçarà passant pel carrer i l'església de Santa Anna, el carrer Comtal (antic carrer medieval), església de Sant Pere de les Puel·les, Palau de la Música Catalana, carrer Sant Pere Més Alt, Arc de Triomf, parc del Nord, l'Auditori, el Teatre Nacional de Catalunya, passejarem pels Encants, entrarem al Museu del Disseny i visitarem a la biblioteca del Clot Josep Benet, que és a la planta -1 de l'edifici.

TROBADA: a les 10:00 a la font de Canaletes.

VOCAL: Núria Casals.

DIJOUS 14 DE MAIG

TREN DEL CIMENT JARDINS ARTIGUES, MUSEU CIMENT

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: la Poble de Lillet, el clot del Moro.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 9:30 a Cal Pericas (C/ Furrioles Altes, 2 La Pobla de Lillet).

VOCAL: Pere Miró ☎ 617 256 790

perebayo@yahoo.es

NOTA: 3 h de camí. Podeu trucar el vocal per compartir cotxes.

DISSABTE 16 DE MAIG

RUTA JUJOL AL CAMP DE TARRAGONA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visites guiades a la capella de Mas Carreres de Roda de Berà, a cura de Pere Virgili; casa Bofarull, casa del Masover i Safarejos, casa Fortuny, casa Solé, casa de la Vila i escoles públiques, a cura de Josep M. Jujol (fill de l'arquitecte); església del Sagrat Cor, a cura dels germans Rovira; santuari de Montferri, a

SORTIDES

cura de Mercè Gassó. Visita a la cava artesanal Vives Ambrós de Montferri.

VIATGE: amb autocar.

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

VOCALS: Mercè Falcó ☎ 933 474 124

mercefalco02@gmail.com i Lluís Willaert.

NOTA: dinar optatiu al restaurant Can Boada dels Pallaresos.

DISSABTE 23 DE MAIG

MATINAL BOTÀNICA I CULTURAL PEL RAVAL

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Passejada per la part dreta de les Rambles, on la Barcelona medieval era plena d'hortos, convents i hospitals.

TROBADA: palau de la Virreina a les 10:00.

VOCALS: Enric Orús ☎ 651 868 193 i Núria Arnan ☎ 660 846 008.

DISSABTE 13 DE JUNY

SORTIDA A LA Cerdanya

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visitarem Martinet (parc dels Búnquers), Montellà del Cadí i el santuari de Nostra Senyora de Bastanist.

VIATGE: amb autocar.

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

INSCRIPCIONS: a partir del 25 de maig.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124

mercefalco02@gmail.com

TRESCS I VIATGES

DEL 8 AL 14 DE JULIOL

VIATGE D'ESTIU A L'ÚMBRIA (ITÀLIA)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visitarem Perugia, creuer pel llac Trasimeno, Spello, la ciutat medieval d'Assisi, Città di Castello, ciutat envoltada de muralles, Gubbio amb la seva catedral, Terni, Orvieto, Todi i Florència (Palau dels Pitti).

VIATGE: amb avió.

ALLOTJAMENT: a Perugia (PC).

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124

mercefalco02@gmail.com

NOTA: per a més informació consulteu la pàgina web.

DEL 16 AL 25 DE JULIOL

VIATGE NATURALISTA AL PAÍS BASC

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Ben aviat s'anunciarà el programa.

DEL 17 AL 31 D'AGOST

TRESC A LA GRAN MURALLA (XINA)

SECCIÓ DE MUNTANYA

15 dies de viatge a la Xina, amb trescs en diferents indrets solitaris de la Gran Muralla, una de les construccions més antigues i monu-

mentals fetes per l'home. Amb visita a Pequín i Xangai.

ITINERARI:

Tresc 1: Gran Muralla de Zhenbiancheng fins al Gran Campament Plate. Recoogut: 17 km. Temps: 5-7 h. Desnivell: +1.096 m, -909 m.

Tresc 2: Gran Muralla Yanqing, vila emmurallada de Changyucheng. Recoogut: 13 km. Temps: 5-6 h. Desnivell: +658 m, -817 m.

Tresc 3: des de Flower Wood a les pagodes de Plata. Recoogut: 18 km. Temps: 6 h. Desnivell: +950 m, -750 m.

Tresc 4: tram Gran Muralla Jinshanling fins al tram de la Muralla Gubeikou. Recoogut: 16 km. Temps: 6 h. Desnivell: +676 m, -859 m.

Tresc 5: Gubeikou West. Recoogut: 6 km. Temps: 6 h. Desnivell: +382 m, -376 m.

NIVELL: *** certa dificultat.

ALLOTJAMENT: hotel, tendes (1 nit) i cases locals.

PLACES: 10-16

PREU: 2.435 € viatge (16 persones) + 425 € taxes aèries + 125 € visat xinès. El preu inclou vols d'avió i tots els trasllats, alimentació, allotjament, guies de muntanya i locals, entrades visites i tren bala Pequín-Xangai.

PRIMER PAGAMENT: 400 €, a partir del 4 de maig.

VOCAL: Ferran Alexandri ☎ 696 206 159

ferran@alexandri.cat

DEL 21 AL 29 D'AGOST

TRESC DE LANDMANNALAUGAR (ISLÀNDIA)

SECCIÓ DE MUNTANYA

Repetim la ruta de Laugavegur, el millor tresc d'Islàndia i una de les millors rutes a peu del món, per la bellesa dels seus paisatges que sintetitzen tots els contrastos d'Islàndia. Una ruta més completa que el tresc clàssic, 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 aigües termals, les prades verdes convivint amb la lava, que ressalta entre els gels perpetus i els colors variats dels minerals. Apreciarem el cim del volcà Eyjafjalajökull i la glacera Mýrdallsjökull. El massís del Fjallabak, on es desenvolupa el tresc, 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.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5-7 h (diàries) / Desnivell: +470 m; +150 m, -490m; -40 m; +150 m, -300 m; +1.000 m; -1.000 m.

PLACES: 11

PREU: 2.090 € + taxes aèries 155 €. El preu inclou vols d'avió, trasllats i alimentació durant els trescs, 3 nits d'allotjament a Reykiavik i 5 nits en refugis de muntanya.

PRIMER PAGAMENT: 300 €, a partir del 4 de maig.

VOCAL: Pepa Igartua ☎ 690 625 559

atenciosoci@cec.cat



ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DIMARTS 5 DE MAIG

A FINE LINE, DE SEBASTIEN MONTAZ-ROSSET DINAMITZACIÓ SOCIAL

Projectió de la pel·lícula *A Fine Line* (52 min), del realitzador Sebastien Montaz-Rosset. Presentació d'Eduard Font, coordinador del II Cicle de pel·lícules de muntanya dels darrers 10 anys, i de Lluís Gómez, vicepresident del CEC. Dins de la línia Summits of Life, el realitzador enregistra un viatge per pics nevats dels Alps de diversos esportistes de muntanya, com Kilian Jornet, que als seus 26 anys ja ha conquerit diversos títols en diferents modalitats esportives relacionades amb l'alpinisme.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIMECRES 6 DE MAIG

LA VEGETACIÓ DE LA PLANA DE VIC: ROUREDES I JONCEDES

Conferència a cura de Josep M. Panareda.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: estatge social.

HORA: 18:00

DIJOUS 7 DE MAIG

VIAJE AL BLANCO, DE JORDI CANAL-SOLER DINAMITZACIÓ SOCIAL

Presentació del llibre *Viaje al blanco*, de Jordi Canal-Soler. L'expedició al pol nord, des de Svalbard fins a aterrar sobre el gel de l'oceà Àrtic, a la base russa de Barneo i seguir amb esquís l'últim grau fins al pol nord, els últims 111 km fins a l'eix de la Terra. Esqueres, temperatures de fins a -40°C i óssos polars són alguns dels perills; però la bellesa i puresa de l'Àrtic s'imposen per sobre de tot, en un objectiu anhelat per molts exploradors.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

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

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

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

HORA: 18:30

DILLUNS 11 DE MAIG

BEETHOVEN, UN CREADOR LLIURE (ENTRE LA FORMA CLÀSSICA I L'ESPERIT ROMÀNTIC)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Conferència a cura de Joan Vives, músic, professor d'història de la música i divulgador musical.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 20:00

DIMARTS 12 DE MAIG

JAUME MASSÓ I TORRENTS I LA MODERNITAT (1863-1943). DE L'AVENÇ A L'INSTITUT D'ESTUDIS CATALANS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Conferència a cura d'Albert Balcells, catedràtic de l'UAB i membre de la Secció d'Història i Arqueologia de l'Institut d'Estudis Catalans.

Presentació a cura de Lluís Willaert.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIMECRES 13 DE MAIG

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: estatge social.

HORA: 18:00

DIJOUS 14 DE MAIG

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

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

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

HORA: 18:30

DIMARTS 19 DE MAIG

CONCERT DE CANT I GUITARRA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Activitats musicals conjuntes amb la Secció de Cinema i Vídeo. Obres per a guitarra i veu de Vicent Martin Soler, W. A. Mozart, Ferran Sor i Jaume Torrent. Intèrprets: Susana Crespo Held, cantant, i Jaume Torrent, guitarrista. Amb la col·laboració dels Amics de Mozart.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIMECRES 20 DE MAIG

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: estatge social.

HORA: 18:00

DIJOUS 21 DE MAIG

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

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

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

HORA: 18:30

DIMARTS 26 DE MAIG

PRESENTACIÓ PROGRAMA CAPCIR

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A cura de Ghislaine Coronat, responsable de relacions de premsa i institucionals del Conflent i el Vallespir.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:00

DIMECRES 27 DE MAIG

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: estatge social.

HORA: 18:00

DIJOUS 28 DE MAIG

EL COR DELS ALPS: TREC AL VOLTANT DEL MONTE ROSA DINAMITZACIÓ SOCIAL

Recull d'imatges, a cura de Rosa M. Miró, d'un dels trescs dels Alps més espectaculars. Rosa M. Miró és psicòloga, muntanyenca i escaladora. Ha desenvolupat la seva activitat principalment als Pirineus i a Montserrat, però també ha fet trescs al Nepal, als Andes peruans, amb l'ascensió al Nevado Pisco (5.760 m) i als Alps. Ha ascendit també el Kilimanjaro (5.890 m). Forma part de l'equip coordinador del Curs de medicina i socors de muntanya, on col·labora amb els temes de psicologia i esports de muntanya.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

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

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

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

HORA: 18:30.

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

SELECTIU UNICA 2015

Els títols participants es projectaran a la sala d'actes els dies 4, 13, 18, 20 i 27 de maig, d'acord amb el programa de mà que s'imprimirà, que estarà disponible al web del CEC. La deliberació en privat del jurat, el dissabte 30 de maig. El dilluns 8 de juny es farà la discussió pública, lliurament de guardons i projecció del programa que re-

presentarà Espanya en el Concurs Mundial de la UNICA, enguany a Sant Petersburg (Rússia) del 5 al 13 de setembre. Per raons històriques i per ser-ne promotor, el CEC i la seva secció de cinema representen Espanya a la Unió Internacional de Cinema No Professional, organisme fundat el 1937, que cada any organitza un concurs internacional en un estat membre.



ELS CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

INSCRIPCIONS OBERTES

CURS DE DESCENS DE BARRANCS NIVELL BÀSIC

SESSIÓ TEÒRICA: 5 de maig.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 9 i 10 de maig.

OBJECTIUS: dominar les tècniques bàsiques de progressió en descens de barrancs de manera autònoma i segura.

PLACES: 6

PREUS: 118 € socis CEC
(141 € resta d'inscrits).

CURS D'ESCALADA EN ROCA NIVELL 2 VIA LLARGA:

SESSIONS TEÒRIQUES: 6 i 13 de maig.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 9, 10, 16 i 17 de maig.

OBJECTIUS: formar els alumnes amb tots els coneixements necessaris per poder desenvolupar una activitat esportiva de risc amb total seguretat i autonomia. Escalada de vies d'escola equipades de més d'un llarg.

PLACES: de 4 a 6.

PREUS: 182 € socis CEC
(212 € resta d'inscrits).

CURS DE TÈCNiques D'ORIENTACIÓ NIVELL 1 I 2

SESSIÓ TEÒRICA: 6 de maig.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 9 i 10 de maig.

OBJECTIUS: consolidar les tècniques bàsiques d'orientació a la muntanya, conèixer les tècniques avançades d'orientació a la muntanya i saber com arribar a dominar les tècniques avançades d'orientació a la muntanya.

PLACES: de 6 a 8.

PREUS: 107 € socis CEC
(125 € resta d'inscrits).

CURS DE PAISATGE VEGETAL A LA VALL DE RIBES

SESSIÓ TEÒRICA: 6 de maig.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 9 i 10 de maig.

OBJECTIUS: fer un curs pràctic dedicat a conèixer els principals paisatges vegetals de la vall de Ribes i les seves característiques. Organitzat per l'Escola de Muntanya amb la col·laboració de l'Equip de Recerca Botànica Ramon Pujol i Alsina.

PLACES: de 6 a 15.

PREUS: 70 € socis CEC (88 € resta d'inscrits).

CURS D'ESCALADA ESPORTIVA NIVELL 1

SESSIONS TEÒRIQUES: 27 de maig.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 30 i 31 de maig.

OBJECTIUS: ¿vols aprendre a escalar? Amb el nostre curs aprendràs les tècniques bàsiques de seguretat i progressió per escalar amb autonomia i seguretat vies equipades d'un llarg de corda (vies esportives). Coneixeràs gent amb les mateixes inquietuds que tu.

PLACES: de 6 a 12.

INSCRIPCIONS: fins al 20 de maig.

PREUS: 107 € socis CEC
(124 € resta d'inscrits).

CURS D'ESCALADA EN ROCA NIVELL 3 VIES DESEQUIPADES

SESSIÓ TEÒRICA: 27 de maig.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 30 i 31 de maig.

OBJECTIUS: aquest curs té com a objectius formar els alumnes amb els coneixements necessaris per poder desenvolupar una activitat esportiva de risc amb total seguretat i autonomia. Quan acabin la formació, el tipus d'itineraris faran són vies d'aventura on s'han d'equipar les reunions i les assegurances intermèdies i artificials.

PLACES: de 4 a 8.

INSCRIPCIONS: fins al 20 de maig.

PREUS: 160 € socis CEC
(186 € resta d'inscrits).



Trobareu tota la informació a:
<http://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/escolaiguiescec

www.twitter.com/CEC_cat

www.youtube.com/user/EscolaiGuiesCEC

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**
- **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

