



Butlletí

OCTUBRE 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

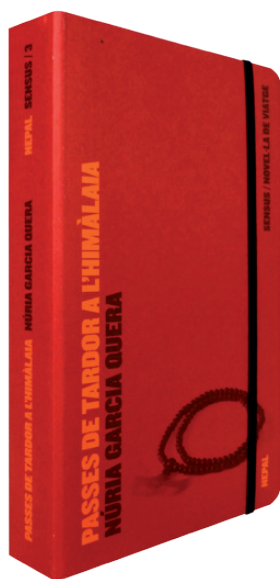
www.cec.cat

● 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

Passes de tardor a l'Himàlaia, **el nou llibre de** **Núria Garcia Quera**

L'1 d'octubre a 2/4 de 8 del vespre, a la sala d'actes, es farà una presentació performance sobre el llibre *Passes de tardor a l'Himàlaia*, de la nostra consòcia Núria Garcia Quera.

Es projectaran vídeos de l'Himàlaia i es faran lectures de fragments de la novel·la, ambientats amb pinzellades sobre el món dels trescs i amb anècdotes dels viatges de l'autora per aquestes regions.



Les pel·lícules guanyadores del Festival de Torelló

El 14 d'octubre a 2/4 de 8 del vespre, a la sala d'actes, es projectaran les pel·lícules guanyadores del darrer Festival de Cinema de Muntanya de Torelló. Són les següents:

■ **Vigia.** Marcel Barelli. Suïssa, 2013 (8 min). Premi Mountain Wilderness 2014. Per causa de l'enverinament per pesticides i altres substàncies tòxiques, una abella decideix deixar el seu eixam a la recerca d'un lloc més segur per viure.

■ **Valley Uprising.** Peter Mortimer i Nick Rosen. EUA, 2014 (98 min). Gran Premi Vila de Torelló 2014. Premi BOREAL al millor guió. La Vall de Yosemite sempre ha estat considerada la meca dels escaladors. Alguns hi han establert la seva llar, i els avenços més importants de l'escalada s'han produït a les seves parets. Personatges com Robbins, Harding, Bachar, Bridwell o Hill són els protagonistes d'aquest documental sobre la història de la vall més emblemàtica de l'escalada.

Ja és obert el nou Centre de Formació del CEC, al carrer de Sant Pere Més Alt

La Junta Directiva comunica a tots el socis que ja és operatiu el nou Centre de Formació del CEC, ubicat al carrer de Sant Pere Més Alt nº29, al costat mateix del Palau de la Música, i sols a 8 minuts de Paradís 10. En aquest nou local s'hi ha instal·lat el rocòdrom, amb l'avantatge de tenir més espai i més metres per poder fer escalada de bloc.

Ben aviat, el Centre farà la inauguració oficial, amb una jornada de portes obertes perquè pugueu visitar aquesta instal·lació que, a part del rocòdrom, disposa d'aules de formació i d'un espai reservat a magatzem. Us informarem puntualment d'aquest esdeveniment.

Visita a l'Arxiu Nacional de Catalunya

El dijous **17 d'octubre** farem la segona visita a l'Arxiu Nacional de Catalunya, ubicat a Sant Cugat del Vallès, la institució cabdal del país que s'encarrega d'aplegar, conservar i difondre el patrimoni documental de Catalunya, i que actualment també és dipositària dels fons documentals del Centre Excursionista de Catalunya.

Com ja es va fer en la primera visita, posarem a disposició dels socis un autocar que sortirà de la plaça de la Universitat de Barcelona a **2/4 de 9 del matí**. La visita és gratuïta. La inscripció es podrà fer a partir del dijous 1 d'octubre.





SORTIDES

EXCURSIONISME

DIJOURS 1 D'OCTUBRE

LES CINGLERES DEL RIU CALDERS (MATINAL)

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Navarcles, parc del Llac, font del Llac, meandres de la Pólvara, font de l'Angle, torrent de l'Angle, font del Boixar, parc del Llac, Navarcles.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h / Desnivell: +190 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 al bar Muntané (carrer Fortià Solà, 1-3, de Navarcles).

VOCALS: Pere Xirínacs ☎ 932 185 609 / 667 245 961; Ramon Serra ☎ 932 191 671 / 652 431 267.

NOTA: com que ens haurem de mullar els peus, cal portar una tovallola.

DISSABTE 3 D'OCTUBRE

EL TREN DE PEGUERA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Sant Jordi de Cercs, la Mina, el Pujollet de Dalt, camí dels Planos, font Mina de les Graus, la Planellera, can Moreta, cal Miquel, Sant miquel de Peguera, cal Sec, font del Coix, GR 107, can Moreta, cal Ros, coll d'Hortons, font del Pualàs, l'Erola, collet de l'Erola, cal Torner, ermita de Sant Jordi, Sant Jordi de Cercs.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h 30 min / Desnivells: +700 m, -700 m

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Ramon Ribas i Jordi Lucea.

DIUMENGE 4 D'OCTUBRE

SERRA CAVALLERA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: pont de Can Beia, turó dels Pelats, collada Fosca, collada de Can Plata, coll del Pal, serrat dels Evangelis, Camprodon.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 8 h / Desnivells: +1.300 m; -1.300 m

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Manuel Canales.

MONTSERRAT INTEGRAL

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Can Maçana, coll de Guiró, la Portella, refugi Vicens Barbé, coll de Porc, Montgròs, portell de Migdia, Miranda de Sant Jeroni (1.237 m), serra de les Lluernes, Sant Benet, pas dels Francesos, monestir.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivells: +700 m / -700 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Mateu Espinal.

EXCURSIÓ A L'ALT EMPORDÀ SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (EXFAVEPRO)

ITINERARI: cala Montgó, torre Meranges i les Planasses.

NIVELL: * molt fàcil / Temps: 2 h 30 min.

TROBADA: Restaurant Ca l'Enric (Figueres, 16, a l'Escala, a les 9:30).

VOCALS: Roser Llimona i Rafael Serra ☎ 932 116 816

DE L'AMPOLLA DE MAR A L'AMETLLA DE MAR SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: seguirem el GR 92 des de l'Ampolla a l'Ametlla, un itinerari ran de mar amb cales solitàries i penya-segats espectaculars.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h 30 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe de Passeig de Gràcia a les 7:40 (tren a les 7:56). Bitllet d'anada i tornada a l'Ampolla.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: si el temps acompanya podrem prendre el sol i banyar-nos; porteu vestit de bany i una tovallola.

DIUMENGE 11 D'OCTUBRE

VILAVERD - MONTBLANC

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Vilaverd, mas d'en Just, salt de Variella, font del Mas de la Variella, mas del Magí, coll de Rojals, Rojals, font del Grévol, mas del Barber, molí de la Vall de Fora, Sant Josep, Montblanc.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h / Desnivell: +889 m, -821 m.

VIATGE: amb tren.

VOCAL: Ignasi Nadal.

DIJOURS 15 D'OCTUBRE

LA TARDOR A LA VALL D'OLZINELLES (TOT EL DIA)

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: can Draper, sot de la Remor, Sant Esteve d'Olzinelles, font del Rector, basses i alzina de la Pega, pou de glaç de Can Draper, can Draper.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 30 min / Desnivell: +300 m.

VIATGE: amb tren o cotxes particulars.

TROBADA: estació Renfe de Sant Celoni a les 9:30. El tren passa per l'estació de Passeig de Gràcia a les 8:35. Bitllet d'anada i tornada a Sant Celoni.

VOCAL: Núria Casals ☎ 651 593 770 / 936 543 001 / kollserola@yahoo.es

DIUMENGE 18 D'OCTUBRE

PUIG D'OU I EL TALLÓ

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: molí de la Coma, coll de Creuers, coll d'Arrencadels, Puigdou, font de Resclussants, el Talló, collada del Faig, coll Joell, coll de Triadu, molí de la Coma.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h 30 min / Desnivells: +810 m, -810 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Ramon Ribas i Hermes Soler.

VACARISSES - OLESA DE MONTSERRAT, PEL PUIGVENTÓS I LA CREU DE SABA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Vacarisses, pas de la Bossa, pla del Fideuer, font de la Pastora, cim de la Creueta, Puigventós, creu de Saba, Sant Pere Sacama, coll d'Oriol, font dels Encantats, can Llimona, Olesa de Montserrat.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h / Desnivells: +400 m, -500 m.

VIATGE: amb tren.

VOCALS: Anna Garcés i Pilars Casals.

EXCURSIÓ A LLINARS DEL VALLÈS

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS (GDON)

OBJECTIU: les roques granítics i el sauló derivat de l'alteració han condicionat uns aprofitaments forestals (fusta, pinyes i pega del pi pinyer) i agrícoles (vinyes) tradicionals i alhora una vegetació dominada fins fa poc per pine-des de pi pinyer i brolles d'estepes i brucs, que evolucionen de manera natural cap a màquies d'arboç i alzinars.

ITINERARI: des de l'estació de Llinars del Vallès (180 m) se seguirà un recorregut circular entorn al turó de la Torrassa del Moro (428 m), sempre seguint pistes forestals.

NIVELL: ** fàcil / Desnivell: +248 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: a les 7:45 Renfe línia R2, Passeig de Gràcia (el tren surt a les 8:05 i arriba a Llinars

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME	2
ALTA MUNTANYA	4
VIES FERRADES	4
BARRANQUISME	4
BTT/CICLOTURISME	4
SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES	5
ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL	6
ELS CURSOS DE L'EMCEC	7

SORTIDES

a les 8:49). Bitllet d'anada i tornada a Llinars.

VOCALS: Josep M. Panareda i Enric Orús.

DIJOURS 22 D'OCTUBRE

FONT NEGRA – QUERALT

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: font Negra, ermita de Sant Pere de Madrona, Queralt, Espinalbet, font Negra.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 3 h 30 min / Desnivell: +460 m

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 al Càmping Resort Berga, a l'entrada de Berga (ctra. E9-C16, km 96, sortida 95). Esmorzar al bar restaurant La Fonda.

VOCALS: Conxa Tubau ☎ 653 068 557 i Ramon Comellas ☎ 654 478 605

DISSABTE 24 D'OCTUBRE

GR 92 – GR 5: TORDERA – SANT CELONI

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Tordera, ca l'Agustí, pi Gros de Can Burgada, Sant Miquel de Vallmanya, coll de Porc, font dels Cirerers, Mare de Déu de l'Erola, Hortsavinyà, can Pica, coll de Sant Benet, font de la Brinxà, bassa de Can Preses, Sant Martí del Montnegre, coll d'en Ginestar, riera de Montnegre, can Riera de Vilardell, urbanització Can Coll, riu Tordera, riera de Pertegàs, Sant Celoni.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 6 h 45 min / Desnivell: +475 m, -375 m.

VIATGE: amb tren.

VOCALS: Albert Gras i Joan Manel Arrabal.

DIUMENGE 25 D'OCTUBRE

VOLTA A LA ROCA CANALDA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: ca la Rita, l'Espluga de Gratines, serrat de Gratines, els Colls, Teuleria, morro de la Roca, coves dels Moros, l'Espluga de Meleira, cal Xisco, ca l'Andreu i ca la Rita.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 30 min / Desnivell: +400 m, -400 m

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Montse Giménez i Jordi Canosa.

EL CLOT DE LA MUGA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: la Dou del Bastareny, coll de Vim-boca, coll de Moixa, clot de la Muga i baixar per la Baga.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h 30 min o 7 h / Desnivell: +1.100 m, -1.100 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Enric Pelegrín i Bernat Llamazares.

BUFADORS DE BEVÍ, SANTA MARIA DE BESORA COMISSIÓ D'ACTIVITATS PER A INFANTS

ITINERARI: GR 151 Camins del Bisbe Abat Oli-

va, mas i ermita de Sant Moí, els Ferrers, coll de la Bassa de la Processó, collada de Beví Xic, el Solell de la serra de Bufadors, camí de Santa Maria de Besora a Llaés, coll de Bufadors, els Bufadors de Beví.

NIVELL: ** fàcil / Desnivell: 677 m (acumulat).

TROBADA: a la Farga de Bebié.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Albert Vidal ☎ 692 618 955 / vidalmarti.albert@gmail.com; Mireia Padrós ☎ 609 770 033 / mireia.padros@gmail.com

NOTA: cal dur llanterna si voleu entrar als bufadors, i també us recomanem de dur casc. Cal portar aigua (no hi ha fonts en tot el recorregut), esmorzar i dinar.

DIJOURS 29 D'OCTUBRE

MOLA DE COLLEJOU

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Collejou, coll de Guix, castell de la Mola, portell de les Processons, coll de Guix, Collejou (per la pista).

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h / Desnivell: +550 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 al bar del poble de Collejou.

VOCALS: Ramon Vilardaga ☎ 674 504 917 i Paco Aguilera ☎ 675 620 663 / cec.dijous@gmail.com

DISSABTE 31 D'OCTUBRE

BÚNQUERS DE CAMPelles

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Roquesblanques, pla de can Barri, les Arques, coll de la Casassa, Campelles, pla

d'en Baiell, Sant Bertomeu, Balneari de Montgut.

NIVELL: ** certa dificultat / Temps: 3 h 30 min / Desnivells: + 400 m, - 500 m

INSCRIPCIONS: a partir del 15 d'octubre.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: estació rodalies de Fabra i Puig, a les 8:00.

NOTA: cal portar esmorzar, dinar i bastons.

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

DIUMENGE 1 DE NOVEMBRE

SANTUARI DE BELLMUNT

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Sant Quirze de Besora, veïnat de la Foradada, collet de la Riera, el Bosquetell (ruïnes), coll de Hiera de Massa, santuari de Bellmunt, coll de Vidrà i Vidrà.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h 45 min / Desnivells: +700 m, -280 m

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Alexandre Costa i Encarnació Pascuas.

PUIG COMANEGRA (1.657 m), LES BRUIXES I SANT MARC

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: bassa de Monars, collada Fonda, puig de Comanegra, puig de les Bruixes, i puig de Sant Marc, rasos de Monars, bassa de Monars.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps de camí: 6 h / Desnivells: +600 m -600 m

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Bernat Llamazares i Josep Pérez.

COL-LABORACIÓ DEL CEC AMB L'HOSPITAL DE SANT JOAN DE DÉU

El Centre Excursionista de Catalunya ha iniciat una col·laboració amb l'Obra Social de l'Hospital de Sant Joan de Déu, que es posa en marxa amb la tercera edició de la caminada solidària **Barcelona Màgic Line**.

El proper octubre s'obriran les inscripcions per a la Barcelona Magic Line, la caminada solidària de Sant Joan de Déu. Es tracta d'una caminada no competitiva en què es participa en equips de 3 a 25 membres; el preu d'inscripció és de 30 € / equip. Aquest preu dona dret a les assegurances i avituallaments. A més, en aquesta edició, com a novetat, els participants inscrits a les distàncies de 10 i 20 km podran visitar gratuïtament diversos equipaments culturals de la muntanya de Montjuïc.

La solidaritat és l'eix vertebrador d'aquesta mobilització. En el moment de la inscripció, cada equip ha de plantejar-se un repte solidari: quants diners es volen captar mitjançant donatius, abans de la caminada. No hi ha un mínim –excepte els equips d'empreses–, i per assolir el repte, els equips hauran d'organitzar activitats solidàries: mercats, concerts, dinars, etc.

En la darrera edició de la Barcelona Magic Line, els 10.000 participants dels 750 equips inscrits van recaptar 225.000 €, que van permetre finançar 21 projectes d'interès social, des d'habitatges socials per a persones sense llar o amb discapacitats intel·lectuals fins a menjadors per persones grans en risc d'exclusió, projectes de recerca biomèdica pediàtrica i accions de cooperació internacional.

La caminada ofereix quatre distàncies, de 10, 20, 30 i 40 km, que recorren els principals turons de la ciutat de Barcelona. Trobareu tota la informació de la passada edició a www.barcelonamagicline.org

SORTIDES

ALTA MUNTANYA

DISSABTE 3 I DIUMENGE 4 D'OCTUBRE

PICOS DE LOS INFIERNOS (3.073 m, 3.082 m, 3.076 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Bacelona, refugi de Piedra (Baños de Panticosa).

NIVELL: ***** cal experiència específica / Temps: 9 h / Desnivells: +1.450 m, -1.450 m

PERNOCTACIÓ: refugi de Piedra (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Joan Ramón Montes i Marina Penkina.
NOTA: cal estar en bona forma física i tenir experiència en alta muntanya. És imprescindible haver fet un curs d'iniciació d'alpinisme.

PIC DE LA DONA (2.725 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: refugi d'Ulldeter.

Diumenge: coll de la Geganta, pic de la Dona.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivell: +750 m

PERNOCTACIÓ: refugi Ulldeter (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Francesc Chiva i Gemma Nadal.

DISSABTE 10 AL DILLUNS 12 D'OCTUBRE

PICA D'ESTATS (3.143 m), PIC VERDAGUER (3.133 m), PIC MONTCALM (3.084 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Barcelona, Puigcerda, Auzat, l'Artiga, refugi d'Estany de Pinet.

Diumenge: refugi de Pinet, coll de Riufred, pic de Montcalm, coll de Riufred, pic Verdaguier, pica d'Estats.

Dilluns: retorn a l'Artiga.

NIVELL: ***** cal experiència / Temps: 4 h; 7 h; 4 h / Desnivells: +1.100 m; +1.300 m, -1.300 m; -1.100 m

PERNOCTACIÓ: refugi de Pinet (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Dolors Gurri i Esther Cantos.

DISSABTE 17 D'OCTUBRE

PUIGPEDRÓS (2.914 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: refugi de Malniu, les Molleres, planell de Campcardós, Puigpedrós, portella de Meranges, estanys dels Engorgs, planell de l'Orri, refugi de Malniu, estany de Malniu, refugi de Malniu.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivells: +1.000 m / -1.000 m

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Bernat Llamazares i Enric Pelegrín.

DIUMENGE 18 D'OCTUBRE

LA TOSA D'ALP PER LES MUNTANYETES SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: aparcament Mirador dels Orris, miradors dels Orris, pleta dels Xais, les Muntanyetes, camí de les Mines, refugi Niu de l'Àliga, puig de Comabella, cap del Serrat Gran, collada de Comaflori, pla Bagà, aparcament Mirador dels Orris.

NIVELL: ***** cal experiència / Temps: 6 h / Desnivells: +1.150 m, -1.150 m

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Mariano Bonvehí i Xavi Perramon.

NOTA: cal estar en bona forma física i tenir experiència en alta muntanya. Pujarem per canals escarpades i tarteres on cal grimpar (I-II). Casc recomanat.

DISSABTE 31 D'OCTUBRE I DIUMENGE 1 DE NOVEMBRE

PIC DE PAVOTS (3.121 m) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: refugi de Forcau (Angel Orús), a Eriste, Osca.

Diumenge: pic del Pavots.

NIVELL: ***** cal experiència / Temps: 2 h 30 min, a 3 h; 7 h / Desnivells: +600 m; +1.026 m, -1.626 m

PERNOCTACIÓ: refugi Angel Orús (MP)

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Marc Cabedo.

VIES FERRADES

DISSABTE 24 I DIUMENGE 25 D'OCTUBRE

VIA FERRADA DEL MONTSANT SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: via ferrada Graus del Montsant.

NIVELL: *** certa dificultat.

PERNOCTACIÓ: refugi de Siurana.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Dolors Gurri i Ignasi Vidal.

BARRANQUISME

DISSABTE 17 I DIUMENGE 18 D'OCTUBRE

BARRANCS I FERRADES A LA SERRA DE GUARA SECCIÓ DE BARRANCS

ITINERARI:

Dissabte: barranc Oscuros del Balceiz i via ferrada de Peñas Juntas.

Diumenge: via ferrada Espolón de la Virgen i barranc de la Virgen.

NIVELL: ***** cal experiència específica / Temps: 4 h

PERNOCTACIÓ: alberg Almunias de Rodellar.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Damià Pérez i Mari Nivera.

BTT / CICLOTURISME

DISSABTE 3 I DIUMENGE 4 D'OCTUBRE

BTT A SON (ALT ANEU)

COMISSIÓ D'ACTIVITATS PER A INFANTS

ITINERARI:

Dissabte 3: itinerari circular amb un desnivell de 600 m (1.400 – 2.000).

Diumenge 4: refugi del Fornet, Montgarri, amb un desnivell semblant.

NIVELL: *** certa dificultat / temps: 5 h / Distància: 57,5 km / Desnivell: +1.100 m.

TROBADA: dissabte a les 11:00 a l'aparcament que hi ha a l'entrada del poble de Son.

VIATGE: amb cotxes particulars.

NOTA: cal revisar l'estat de les bicicletes abans de començar l'excursió i portar recanvis per si punxem. El casc és obligatori.

VOCALS: Clara Olivella i Josep Gurra 659 301 831 / oligurra@gmail.com





SORTIDES

DIUMENGE 18 D'OCTUBRE

FIGUERÓ – BARCELONA

SECCIÓ DE BTT/CT

ITINERARI: estació de Figueró, camí arran riu Congost, la Garriga, Granollers, Montmeló, riu Besòs, Barcelona.

NIVELL: ** fàcil / Distància: 48 km / Desnivells: +150 m, -380 m

VIATGE: amb tren.

TROBADA: pl. Catalunya a les 7:30h (tren 7:54h) Renfe línia R3.

VOCAL: Josep M. Galià.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DIUMENGE 4 D'OCTUBRE

SORTIDA CULTURAL A LA SEU D'URGELL

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Retrobada dels participants als viatges de primavera i d'estiu. Visita guiada a la catedral de Santa Maria, el claustre, el Museu Diocesà, el nucli medieval monumental (carrers porticats, el carrer Major, les mesures de la bladeria) i l'espai Armengol (amb un tastet de formatges).

VIATGE: amb autocar.

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

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124 / mercefalco02@gmail.com

NOTA: aquesta sortida està oberta a tothom, als socis i simpatitzants que ens vulguin acompanyar.

DIJOUS 8 D'OCTUBRE

VISITA GUIADA AL MONESTIR ROMÀNIC DE SANT PERE DE CASSERRES

SECCIÓ DE CÀMPING

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 al restaurant Colomer (Montseny, 15, de Tàvèrnoles).

VOCALS: Josep M. Batlle ☎ 629 264 303 / batlleagell@gmail.com; Ramon Comellas ☎ 654 478 / rcomellas@telefonica.net

NOTA: el dinar el farem al restaurant Arumí de Santa Eugènia de Berga. Abans veurem l'església romànica del poble, una de les millors de Osona. El preu de la visita es de 4,50 € i el menú del restaurant 13,50 €. Després de dinar, els que vulguin podran visitar la interessant col·lecció de maquetes de trens d'aquest restaurant, "El món màgic del tren" (6 €).

DISSABTE 10 AL DILLUNS 12

VIATGE A L'ARAGÓ

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

ITINERARI:

Dissabte: Barbastre (dinar). A la tarda visita a Fonç (plaça major, església parroquial, palau

dels Barons de Valdeolivos).

Diumenge: després d'esmorzar, visita de la població d'Ibèca i l'església de Sant Miquel de Foces. Barbastre, dinar i visita.

Dilluns: després d'esmorzar anirem a la població de Graus i al santuari de la Peña; dinar i retorn a Barcelona.

VIATGE: amb autocar.

VOCAL: Josepina Garriga.

NOTA: pensió completa a Barbastre tots els dies.

DIUMENGE 11 D'OCTUBRE

CAN JULIÀ I ELS SEU JARDINS, RIU LLOBREGAT I SANT JOAN DESPÍ (MATINAL)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita a la masia de can Julià, centre d'interpretació del riu Llobregat; passeig pels jardins de la masia. Després anirem al riu, que creuarem per la passera inundable, fins a Sant Joan Despí.

NIVELL: * molt fàcil / Temps: 2 h / Desnivell: 0

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Sant Boi dels FGC a les 10:00. El tren surt de Plaça Espanya a les 9:36.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: dinar opcional al costat del riu i tornar a Sant Boi a peu (una hora més de camí planer).

DISSABTE 17 D'OCTUBRE

LA FARINERA I EL NUCLI ANTIC DEL BARRI DEL CLOT (MATINAL)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita comentada a l'antiga farinera Sant Jaume, ara convertida en la Farinera del Clot; després passejarem per la plaça de les Glòries, en plena transformació, per comentar el passat, present i futur d'aquest espai en transició. Al barri del Clot: el parc de Clot, el carrer Rosend Nobas, el mercat, el carrer del Clot, el carrer Sèquia Comtal i la plaça del Canonge Rodó.

TROBADA: estació de metro Glòries, línia 1, a les 10:00.

VOCAL: Núria Casals.

DIMARTS 20 D'OCTUBRE

LA GRAN LÒGIA PROVINCIAL DE CATALUNYA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita comentada a la seu de la Gran Lògia Provincial de Catalunya. És una institució fillosòfica, filantròpica, laica, progressista i iniciàtica que treballa per a la societat de la qual forma part, i que lluita i s'esforça per millorar-la i per fer-la més igualitària.

TROBADA: Gran Via, 617 (entre passeig de Gràcia i Pau Claris), a les 16:45.

VOCALS: Núria Casals i Mercè Falcó.

DISSABTE 24 D'OCTUBRE

¡QUE ARRIBEN ELS BEATLES! (MATINAL)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

El 3 de juliol de 2015 se celebra el 50è aniversari de l'únic concert que The Beatles van fer a Barcelona. Per commemorar aquesta efemèride, la sala Josep Uclés del Centre Cultural el Carme de Badalona acull l'exposició "Que arriben els Beatles!". Després de la visita anirem a passejar pels parcs de Can Solei i Ca l'Arnús, amb l'opció de dinar a l'àrea de pícnic.

TROBADA: estació metro Badalona Pompeu i Fabra, línia 2, sortida Av. Martí Pujol, a les 10:30.

VOCAL: Núria Casals.

DIUMENGE 25 D'OCTUBRE

CASTELL MEDIEVAL D'ULLDECONA

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

Visita al castell medieval d'Ulldecona i les pintures rupestres.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: pl. Catalunya/Rivadeneyra, a les 6:45, per sortir a les 7:00.

INSCRIPCIONS: del 5 al 22 d'octubre.

VOCALS: August Bernat ☎ 932 378 537 i Mercè Falcó ☎ 933 474 124. Col·laboradora: Margarida Genera (arqueòloga).

NOTA: dinar opcional al restaurant Bon Lloc d'Ulldecona.

DIMECRES 28 D'OCTUBRE

LA FUNDACIÓ CABANAS A SANT CUGAT DEL VALLÈS (MATINAL)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita comentada a la recent inaugurada Fundació Cabanas, Casa Museu Cal Gerrer. La seu de la fundació es troba a l'antiga fàbrica de ceràmica Arpi, coneguda popularment com cal Gerrer, aquest singular edifici data del 1851. També es pot visitar l'obra dels germans Cabanas-Alibau, el primer museu dedicat a Marilyn Monroe, i una selecció de terrissa i peces decoratives de la terrisseria Arpi.

INSCRIPCIONS: a partir del 14 d'octubre. Places limitades.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: FGC pl. Catalunya, davant les màquines dels bitllets, a les 9:30.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124

DISSABTE 14 DE NOVEMBRE

SORTIDA DE TARDOR A LA GARROTXA

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita al Museu dels Volcans, el volcà Montsacopa i la fageda d'en Jordà.

INSCRIPCIONS: a partir del 26 d'octubre.

VOCAL: Mercè Falcó.



ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DIJOURS 1 D'OCTUBRE

PRESENTACIÓ PERFORMANCE DEL LLIBRE *PASSES DE TARDOR A L'HIMÀLAIA*, DE NÚRIA GARCIA QUERA

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Vídeos de l'Himàlaia i lectures de fragments de la novel·la ambientats amb pinzellades sobre el món dels trescs i anècdotes dels viatges de l'autora per aquestes regions.

A CURA DE: Núria Garcia Quera.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A partir de les 18:30, preparació de les sessions de treball de camp i sessions especials sobre temes de botànica.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

DILLUNS 5 D'OCTUBRE

VIDEOTERTÚLIA

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Projecció oberta per comentar i aprendre.

A CURA DE: Gabriel Bohigas, Jordi Micó.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIMARTS 6 D'OCTUBRE

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE *COM QUEDAR-SE A CASA QUAN S'ÉS ANCIÀ*

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Aquest llibre és una guia molt útil per la gent gran que vol viure la seva vida a casa. Es lliurarà un llibre als assistents. Imprès per la Comunitat de Sant Egidio.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIMECRES 7 D'OCTUBRE

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: estatge social.

HORA: 18:00

DIJOURS 8 D'OCTUBRE

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A partir de les 18:30, preparació de les sessions de treball de camp i sessions especials

sobre temes de botànica.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

ÒPERA: *LA FILLE DU RÉGIMENT* SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Òpera de Gaetano Donizetti, interpretada per Natalie, Dessay i Juan Diego Flórez, orquestra i cors Royal Ópera House.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIMECRES 14 D'OCTUBRE

LES PEL·LÍCULES GUANYADORES DEL FESTIVAL DE CINEMA DE MUNTANYA DE TORELLÓ

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Projecció de les següents pel·lícules guanyadores:

VIGIA. Marcel Barelli. Suïssa, 2013 (8 min). Premi Mountain Wilderness 2014. Per causa de l'enverinament per pesticides i altres substàncies tòxiques, una abella decideix deixar el seu eixam a la recerca d'un lloc més segur per viure.

VALLEY UPRISING. Peter Mortimer i Nick Rosen. EUA, 2014 (98 min). Gran Premi Vila de Torelló 2014. Premi BOREAL al millor guió. La Vall de Yosemite sempre ha estat considerada la meca dels escaladors. Alguns hi han establert la seva llar, i els avenços més importants de l'escalada s'han produït a les seves parets.

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

DIJOURS 15 D'OCTUBRE

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A partir de les 18:30, preparació de les sessions de treball de camp i sessions especials sobre temes de botànica.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

DILLUNS 19 D'OCTUBRE

VIDES DE CINE (1973-2008) SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Anecdolari visual pels 146 cinemes de Barcelona del segle xx, les antigues sales on vam gaudir, moltes convertides ara en bancs, supermercats o aparcaments.

A CURA DE: Raül Contel.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIMECRES 21 D'OCTUBRE

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: estatge social.

HORA: 18:00

DIJOURS 22 D'OCTUBRE

CONFERÈNCIA SOBRE EL CANVI CLIMÀTIC

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Jordi Camins Just, glaciòleg, alpinista i esquiador.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A partir de les 18:30, preparació de les sessions de treball de camp i sessions especials sobre temes de botànica.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

DIMARTS 27 D'OCTUBRE

"EL MASSÍS DE MONTSERRAT: GEOBIOLOGIA SAGRADA, MITES, LLEGENDES I LA MORENETA. CONFIGURADORS IDENTITARIS I PATRIARCALS"

DINAMITZACIÓ SOCIAL

Conferència i presentació del llibre de la mateixa autora *El segrest de la deessa*.

A CURA DE: Rosa Elvira Presmanes, antropòloga.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIMECRES 28 D'OCTUBRE

ACTIVITAT CORPORAL I MENTAL DE TAI-TXI-TXUAN

DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Nati Gordo.

LLOC: estatge social.

HORA: 18:00

DIJOURS 29 OCTUBRE

SESSIONS DE DETERMINACIÓ DE PLANTES I CONSULTA BOTÀNICA

SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

A partir de les 18:30, preparació de les sessions de treball de camp i sessions especials sobre temes de botànica.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Josep Nuet i Valentí González.

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

LA VOLTA AL MÓN EN 10 ANYS: ESCRIPTORS EN RUTA

El 20 de juny de l'any 2000, Pablo Rey i Anna Callau van sortir de Barcelona en una furgoneta 4x4 per fer la volta al món en 4 anys. Però 15 anys després encara viuen en ruta. En aquesta xerrada ens explicaran les seves aventures i els llibres que han escrit al llarg d'aquests anys.

A CURA DE: Pablo Rey i Anna Callau.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30



XXVIII CONCURS SOCIAL DE TEMES OBLIGATS DE LA SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Resultat del concurs corresponent al tema "ràim", segons la decisió del jurat del dia 26 maig:

APARTAT B/N:

"Gotim", de Maria Bonet (6,6 punts)

APARTAT COLOR:

"Remullant", de Maria Bonet (7,3 punts)

XXV CURSET DE VÍDEO DIGITAL

Curs d'introducció a l'edició de vídeo, combinant teoria i pràctica del llenguatge de la imatge i l'edició. En vuit sessions, dimarts i dijous, de 19:30 a 21:30, des del 27 d'octubre, fins al 26 de novembre. Podeu descarregar-vos el programa a www.cec.cat.

INSCRIPCIONS: de l'1 al 20 d'octubre.

PREUS: 40 € (socis CEC); 60 € (no socis)

VEREDICTE DEL 78 CERTAMEN ESTATAL DE VÍDEO NO PROFESSIONAL SELECTIU UNICA 2015

Per representar Espanya al Concurs Mundial de la UNICA, que enguany se celebra a Sant Petersburg del 5 al 13 de setembre passat, el jurat va seleccionar *Un lugar mejor*, de Moisés Romera i Marisa Crespo; *Porsiemprejamón*, de Ruth Díaz; *It girl*, d'Oriol Puig, i *Silencios*, de Jesús Méndez. No es va escollir cap vídeo per participar a la copa del Film Minut.

JURAT DE LA DARRERA FASE: Juanjo Caballero, professor d'Escac; Antoni Colomer, professor de vídeo i llenguatge cinematogràfic; Ana Fernández, doctora en Història de l'Art; M. Encarnació Soler, doctora en Història de l'Art i presidenta de Cinema-Rescat; Ricard Ribera, periodista i crític cinematogràfic; Raül Contel, director de cinema i Jordi Micó, realitzador de cinema. Josep Rota, de la Secció, va ser el secretari del jurat.

MÉS INFORMACIÓ: www.unica-web.com/

ELS CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

INSCRIPCIONS OBERTES

CURS DE PROGRESSIÓ I SEGURETAT EN VIES FERRADES

SESSIÓ TEÒRICA: 13 d'octubre.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 17 i 18 d'octubre.

OBJECTIUS: curs per aprendre les tècniques de progressió i seguretat en vies que, sense ser pròpiament d'escalada, tenen alguns passos difícils, equipats amb elements fixos, barrots, escales, passamans i cadenes.

PLACES: mínim 6, fins a un màxim de 8.

PREUS: 107 € (socis CEC); 124 € (no socis).

CURS ESCALADA EN ROCA VIA LLARGA - NIVELL 2

SESSIONS TEÒRIQUES: 14 i 25 d'octubre.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 17 i 18 / 24 i 25 d'octubre.

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: mínim 4, fins a un màxim de 4

PREUS: 214 € (socis CEC); 264 € (no socis).

CURS DE TÈCNiques BÀSIQUES D'ORIENTACIÓ

SESSIONS TEÒRIQUES: 15 d'octubre.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 17 i 18 d'octubre.

OBJECTIUS: conèixer i practicar les tècniques bàsiques d'orientació en muntanya amb ajuda de mapa i brúixola. Interpretació

de mapes, rumbos, azimuts, triangulacions.

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

PREUS: 112 € (socis CEC); 138 € (no socis).

CURS D'EXCURSIONISME I MITJA MUNTANYA

SESSIONS TEÒRIQUES: 15 d'octubre.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 17 i 18 d'octubre.

OBJECTIUS: Introducció a l'excursionisme i totes aquelles tècniques i coneixements que ens permetran fer activitats de mitjana muntanya o alta muntanya estival: orientació, bivac, seguretat, progressió i protocol de rescat.

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

PREUS: 75 € (socis CEC); 92 € (no socis).



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 tardor

Viu la muntanya a través de les activitats que ofereixen els Guies del CEC per a aquesta temporada de tardor. 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

