



Butlletí

GENER 2016

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

Convocatòria d'Assemblea General Extraordinària per al proper 15 de febrer del 2016

D'acord amb el que estableix l'article 22 de l'Estatut del Centre Excursionista de Catalunya, la Junta Directiva d'aquesta entitat, reunida en sessió el passat 14 de desembre del 2015, va aprovar la convocatòria d'una nova Assemblea General Extraordinària per al diàluns 15 de febrer del 2016.

Per raons d'aforament, atesa la importància d'aquesta assemblea, l'acte se celebrarà al Petit Palau - Palau de la Música Catalana, ubicat al carrer del Palau de la Música 4-6 de Barcelona, tal i com ja s'ha fet en altres ocasions especials.

Per tant, aquesta assemblea queda convocada a les 7 de la tarda en primera convocatòria, i a 2/4 de 8 en segona con-

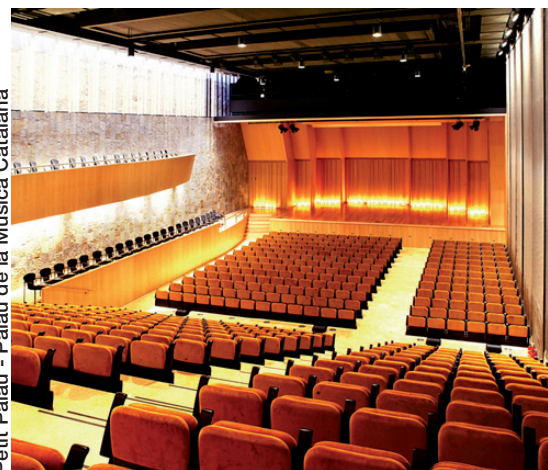
vocatòria, amb un únic punt en l'ordre del dia:

1. Aprovació del pla estratègic 2016-2021 del Centre Excursionista de Catalunya.

En comunicats posteriors, i també en aquest mateix butlletí, us anirem fent saber les sessions informatives que es duran a terme per part de la Presidència per explicar-vos les bases d'aquest pla estratègic i la necessitat d'aprovar en votació assembleària aquest projecte de futur per al Centre Excursionista de Catalunya.

Restem a la vostra disposició per a qualsevol aclariment.

La Junta Directiva



Petit Palau - Palau de la Música Catalana

Hilari Sanz i Gonel (1921-2015)

L'estiu passat ens va deixar el nostre consoci Hilari Sanz i Gonel. Ens plau recordar ara els trets més rellevants del seu treball en el Centre Excursionista de Catalunya.

S'inicià en el món excursionista al Club Excursionista de Gràcia amb la que després va ser la seva esposa: Montserrat Magrané. Practicà l'escalada, l'esquí de muntanya, l'espeleologia i l'acampada.

Per la seva vàlua va ser invitat pel Centre a dirigir una estada de vacances per a adolescents al refugi d'Ulldeter. L'èxit d'aquesta experiència féu continuar les estades i impulsà la creació de la Comissió de Jovent, que presidí durant força anys.

Més tard, amb un equip de col·laboradors, organitzà els «Cursets d'iniciació a la muntanya per a nois i noies» i els «Cursos per a monitors de jovent» al llarg d'una quinzena d'anys.



Josep Nuet

Exercí diferents càrrecs directius (vice-president, secretari) i de representació del Centre com a Comissionat de Relacions Exteriors.

Hilari Sanz sentia la passió per la natura, sobretot pels bolets i les orquídiades. Fou soci fundador de la Societat Catalana de Micologia i del Grup d'Estudis Botànics Ramon Pujol i Alsina.

Publicà articles de tema botànic a la revista *Muntanya* i llibres, com la *Guia de camp de les orquídiades de Catalunya*, en col·laboració amb Josep Nuet.

La seva tasca va ser reconeguda per la Federació Española de Montañismo, amb la Medalla de Montañismo (1971); per la Generalitat de Catalunya, amb la Medalla de Forjadors de la Història Esportiva de Catalunya (1993); i pel Centre Excursionista de Catalunya, amb el Premi Columna (2000), per la tasca realitzada a l'entitat durant més de quaranta anys.

Josep Nuet



SORTIDES

EXCURSIONISME

DIUMENGE 3 DE GENER

EL CASINO DE L'ARRABASSADA SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: pl. Pep Ventura, passeig dels Til·lers, camí de Sant Cugat, can Tano, coll de Gravat, Casino de l'Arrabassada, font d'en Ribes, can Ribes, Sant Medir, Sant Adjutori, can Borrell, coll de Torreferrera, patronat Flor de Maig, torrent de Can Coll, coll de Masbernà, puig de la Guàrdia, Santa Maria de les Feixes, riera de Sant Cugat, Cerdanyola del Vallès.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h 30 min / Desnivells: +557 m, -817 m.

VIATGE: amb transport públic.

VOCAL: Ignasi Nadal.

PRIMERA EXCURSIÓ DE L'ANY: TRES TURONS A BANDA I BANDA DEL RIU BESÒS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Montcada-Santa Maria, font de la Mitja Costa, turó del Quatre Pins (179 m), turó de Montcada (273 m), riu Besòs, font del Tort, Sant Pere Reixac, turó de Mojà (239 m), Montcada i Reixac.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 15 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: Renfe (Pl. Catalunya) a les 9:00; tren 9:14. Bitllet d'una zona (T-10).

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: hi ha l'opció de fer una excursió matinal.

DIVENDRES 8 DE GENER

EXCURSIÓ NOCTURNA (PRÀCTIQUES DE FRONTAL) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: estació FGC Sant Cugat, pi d'en Xandri, can Borrell, Sant Medir, font de l'Estrangulador, coll de l'Erola, vivens de Can Borni, carretera de les Aigües, parc Kennedy.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 30 min / Desnivells: +425 m, -425 m.

VIATGE: amb transport públic.

VOCAL: Ignasi Nadal.

DIUMENGE 10 DE GENER

SANTUARI DELS ÀNGELS SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Girona, Sant Pere de Gallifants, l'Olivet d'en Salgueda, casa de les Figues, santuari dels Àngels, l'Olivet, castell de Sant Miquel, Girona.

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

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Lluís Armandans i Hermes Soler.

DIUMENGE 17 DE GENER

GORGES DEL TORRENT DEL PUIG I ERMITA DE SANT MIQUEL SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: molí d'Aubert, gorges del Torrent del Puig, font de les Marrades, mina dels Bandolers, Hostal del Grau, tossa de Pujolriu, Falgars d'en Bas, Sant Miquel de Castelló, Hostalets d'en Bas.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivells: +950 m, -930 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Xavi Perramon i Josep Pérez.

DIJOUS 21 DE GENER

CASTELL DE VILA-ROMÀ SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: pi d'en Xana, castell de Vila-Romà, dolmen de Montagut, Santa Maria de Bell-Lloc.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5 h / Desnivell: +150 m, -150 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 al bar Nou, a la plaça de Vila-romà de Sant Joan de Palamós.

VOCALS: R. Ferrer i Paco Aguilera.

DISSABTE 23 DE GENER

LA SERRA DE LES ENCANTADES, AL SOLSONÈS

REVISTA MUNTANYA

Primera excursió de les que recomana la revista Muntanya en la secció mensual "L'excursió del mes" (nº 914).

ITINERARI: castell de Cambrils, coll Femia de Dalt, cap de les Pintes, solana de les Encantades, les Colladetes.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 40 min / Desnivell: +400 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: al restaurant Casanova de Cambrils (d'Odèn), a les 10:00.

VOCALS: Alfred Montserrat i Ferran Alexandri / revista.muntanya@cec.cat

NOTA: possibilitat de dinar al rest. Casanova.

PR C-165: SANT FELIU DE LLOBREGAT-MOLINS DE REI SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Sant Feliu de Llobregat, ermita de la Salut, penya del Moro, coll d'en Solanes, torre del Bisbe, Santa Creu d'Olorda, Molins de Rei.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 15 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe de Sant Feliu de Llobregat a les 9:20. Bitllet d'anada i tornada de 2 zones.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: cal portar esmorzar i dinar.

CASTELL DE LA POPA SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Centelles, l'Esgronada, turó Rodó, font de la Sauva Negra, castell de la Popa, castell de Sant Martí de Centelles, Sant Martí de Centelles, la font Grossa, molí de la Llavina, Centelles.

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

VIATGE: amb tren.

VOCAL: Marià Bonvehí i Anna Garcés.

DIJOUS 28 DE GENER

ASCENSÍO AL TAGAMANENT SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: pujada al Tagamanent (1.056 m).

NIVELL: ** fàcil / Desnivell: +450 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 al Figueró.

VOCALS: Joaquim Villanueva i Jordi Mengual.

DISSABTE 30 DE GENER

DEL PUGET AL CARMEL SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: jardins de Portolà, turó del Puget, jardins de Maria Buldó, parc i turó de la Creueta del Coll, parc Güell, turó del Carmel, jardins de Juan Ponce.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 30 min.

TROBADA: estació metro Vallcarca (L3 verda), a les 9:00.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: es pot allargar fins al turó de la Rovira, el parc del Guinardó i el de les Aigües; cal portar el dinar.

CAMÍ DE RONDA DE PALAMÓS I CALA CASTELL

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Palamós, la Fosca, S'Alguer, cala Castell, mas Canyet, Palamós.

nivell: ** fàcil / Temps: 3 h 30 min / Desnivells:

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME	2
VETERANS	3
ALTA MUNTANYA	3
ESQUÍ DE MUNTANYA	3
ESQUÍ NÒRDIC	3
BARRANCS	4
BTT/CICLOTURISME	4
SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES	4
TRESCS DE LA SECCIÓ DE MUNTANYA	5
ALTRES ACTIVITATS	6
ELS CURSOS DE L'EMCEC	7

SORTIDES

+300 m, -300 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: estació Fabra i Puig a les 7:15.

INSCRIPCIONS: a partir del 14 de gener.

VOCAL: Jordi Lucea ☎ 934 200 927

luceajordi@gmail.com

NOTA: cal portar esmorzar i dinar.

DISSABTE 30 I DIUMENGE 31 DE GENER

D'ARBOLÍ A SIURANA SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Arbolí, ermita de Sant Pau, grau de Vincabrer, Siurana, grau dels Masets, molí de l' Esquirola, camí dels Gorgs, Gallicant, Arbolí.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 7 h / Desnivells: +960 m, -960 m.

PERNOCTACIÓ: refugi d' Arbolí.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Ignasi Vidal i Maria Puigdueta.

DIUMENGE 31 DE GENER

GR 92.1: PALAU-SATOR, SANT POL (ALT EMPORDÀ) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Palau-sator, Peratallada, Canapost, clots de Sant Julià, Vulpellac, Fonteta, Sant Pol.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 15 min / Desnivells: +190 m.

VIATGE: amb autocar.

VOCAL: Albert Gras.

VETERANS

DISSABTE 30 DE GENER

TORRENT DE LA TOSCA (CASTELLAR DEL VALLÈS) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: can Pages, torrent de Colobriers, Sant Pere d'Ullastre, Can Casamada i Castellar del Vallès. Visites a barraques de pedra seca. No caminadors: visita a les esglésies romàniques de Terrassa. Tarda: visita als pessebres de Castellar.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / Desnivells: 0 m
PUNT I HORA DE SORTIDA: Ronda Universitat/ Balmes a les 8:00.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Josep Llinares, L. Willaert, L. Peix i Toni Muñoz.

NOTA: dinar opcional en restaurant.

ALTA MUNTANYA

DISSABTE 23 I DIUMENGE 24 DE GENER

PICA DE CERVÍ AMB RAQUETES SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Vall d'Aran, ctra. del Portillón, coll de

Baretja, tuc d'Aubars i tuc del Plan dera Serra.

Diumenge: estació d'esquí Boi-Taüll, recorregut circular passant per la pica de Cerví (2.753 m)

NIVELL: **** cal experiència específica / Temps: 4-5 h; 7-8 h / Desnivells: +750 m; +800 m.

PERNOCTACIÓ: xalet Juli Solé Santaló (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

REUNIÓ INFORMATIVA: 21 de gener a les 20:30.

VOCALS: Susana Morán i Emili Rissech.

NOTA: cal experiència en alta muntanya hivernal i tenir una bona forma física. Material: raquetes, piolet, grampons, Arva, sonda i pala.

ESQUÍ DE MUNTANYA

DIUMENGE 3 AL DIMECRES 6 DE GENER

ESTADA A MONTGARRI SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Diumenge 3: pàrquing de Beret, Montgarri.

Dilluns 4: rutes al voltant de Montgarri.

Dimarts 5: rutes al voltant de Montgarri.

Dimecres 6: tornada a Beret fent alguna volta.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 5-8 h.

PERNOCTACIÓ: Amics de Montgarri (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Manuel Parrado.

DISSABTE 9 I DIUMENGE 10 DE GENER

TUC DEL ROSARI I TUC DE SALANA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: pàrquing de l'Orri, Arriu Malo, estany de Baciver, tuc del Rosari.

Diumenge: vall d'Aiguamoix, pletiu de Montaner, pletiu de Salana, tuc de Salana.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4-5 h, 5-6 h / Desnivells: +650 m, +1.000 m.

PERNOCTACIÓ: xalet Juli Soler i Santaló (MP)

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Teresa Larrieu.

DISSABTE 16 I DIUMENGE 17 DE GENER

PIC DE LA SERRERA (PEL REFUGI DE SORTENY) SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: refugi de Sorteny, pic de la Serrera.

NIVELL: **** cal experiència específica / Temps: 3-4 h, 5 h / Desnivells: +250 m; +943 m, -1.193 m.

PERNOCTACIÓ: refugi de Sorteny (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Àlex Montoliu.

DISSABTE 23 I DIUMENGE 24 DE GENER

PIC DE PERAFITA SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Aransa, refugi dels Estanys de la Pera.
Diumenge: pic de Perafita i tornada pel mateix itinerari.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2h 30 min; 4h 30 min / Desnivells: +550 m; +400 m, -950 m.

PERNOCTACIÓ: refugi dels Estanys de la Pera (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Pau Quesada.

DISSABTE 30 I DIUMENGE 31 DE GENER

TOSA D'ALP I PUIGLLANÇADA SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: Tosa d'Alp des del pàrquing del telecadira de la Molina.

Diumenge: Niu d'Àliga, coll de Pal, Puigllançada.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2-3 h; 1-2 h / Desnivells: +950 m; +350 m.

PERNOCTACIÓ: refugi del Niu d'Àliga (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Roger Gili i Ales Montoliu.

ESQUÍ NÒRDIC

DISSABTE 9 I DIUMENGE 10 DE GENER

MUNTANYES DEL CAPCIR SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Iniciació a l'esquí d'excursió nòrdica.

VIATGE: amb cotxes particulars.

PERNOCTACIÓ: refugi de les Bulloses (MP).

VOCALS: Francesc Monsonís i Antoni Ponce.

NOTA: cal tenir un nivell mitjà o mitjà-alt d'esquí nòrdic.

DISSABTE 16 DE GENER

CURS A LA Cerdanya SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Possibilitat de fer un curs d'iniciació i perfeccionament amb els monitors de l'estació d'Aransa, Lles o Guils.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: Isabel Casanellas i Jordi Ollé.

DISSABTE 23 I DIUMENGE 24 DE GENER

RAQUETES I NÒRDIC A BENASC SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Pràctica de raquetes i esquí nòrdic.

VIATGE: amb autocar.

PERNOCTACIÓ: a Benasc (MP).

VOCALS: M. José Navarro i Jordi Ollé.

NOTA: places limitades.



SORTIDES

DIUMENGE 31 DE GENER

CURS D'INICIACIÓ O PERFECCIONAMENT A TUIXÉN SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Possibilitat de fer curs d'iniciació o perfeccionament amb els monitors de l'estació.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: M. José Navarro i Antonio Pardo.

BARRANCS

DISSABTE 23 I DIUMENGE 24 DE GENER

BARRANCS A ORGYÀ SECCIÓ DE BARRANCS

ITINERARI:

Dissabte: descens del barranc Fontanella.

Diuenge: descens del barranc de les Tines

NIVELL: ***** cal experiència específica / Temps: 6 h; 4 h.

PERNOCTACIÓ: alberg a Orgyà (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Damià Pérez i Mari Nivera.

NOTA: cal saber rapelar i desgrimpair amb autonomia.

BTT / CICLOTURISME

DIUMENGE 31 DE GENER

PENEDÈS

SECCIÓ DE BTT/CT

ITINERARI: Vilafranca del Penedès, Olèrdola, Castellet, les Masuques, Vilafranca del Penedès.

NIVELL: ** fàcil / Distància: 40 km.

VIATGE: amb cotxes particulars o tren.

VOCAL: Ricard Josa.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DISSABTE 9 DE GENER

MUSEU DE LA XOCOLATA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita comentada al Museu de la Xocolata de Barcelona; esmorzar de xocolata amb melindros al museu.

TROBADA: a la porta del museu (C/ Comerç, 36) a les 9:45.

VOCAL: Maria José Navarro ☎ 617 863 282.

DIUMENGE 10 DE GENER

VISITA CULTURAL A CAPELLADES: MUSEU DEL PAPEL I EXCAVACIONS DE L'ABRIC ROMANÍ

**SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES
NATURALS**

Sortida 400 EXFAVEPRO

VISITA: 2 h 30 min.

TROBADA: a les 9:30 a Capellades, al bar Dalt i Baix (pl. Àngel Guimerà, 5).

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

NOTA: per celebrar que és l'excursió núm. 400 de l'EXFAVEPRO dinarem de restaurant.

SORTIDA DE TREBALL DE CAMP DE L'EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

**SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES
NATURALS**

FitoCAT - Projecte de col·laboració amb el Banc de Dades de Biodiversitat de Catalunya.

LLOC: Tarragonès, sector de Renau.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Valentí González i Josep Nuet.

DIJOUS 14 DE GENER

SORTIDA CULTURAL AL MUSEU DEL VI DE VILAFRANCA DEL PENEDÈS

SECCIÓ DE CÀMPING

Visita guiada a les 11:00 al Museu del Vi de Vilafranca del Penedès. Si queda temps farem una passejada pel centre històric.

VIATGE: amb amb tren. Hi ha un tren que surt de Barcelona (Pl. Catalunya) a les 8:51.

TROBADA: a les 10:00 al bar restaurant La fonda d'en Lluís, a la dreta de la pl. de l'Estació.

VOCAL: Josep M. Batlle.

NOTA: dinar opcional a La fonda d'en Lluís (12 €).

DIUMENGE 17 GENER

CICLE PASSEJADES PELS PARCS: EL PARC DE CAN MERCADER DE CORNELLÀ DE LLOBREGAT SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Passeig pel parc de Can Mercader i visita guiada al palau de Can Mercader. Hi ha un tren en miniatura, per fer una volta pel parc. Preu de la visita al palau 5,50 €.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC Almeda a les 10:00. El tren surt de Plaça Espanya a les 9:47, S33 Can Ros. Bitllet d'una zona (T-10 o la T-4

VOCAL: Núria Casals.

DIMECRES 20 GENER

EXPOSICIÓ DIBUIXAR VERSALLES AL CAIXAFORUM (MATINAL)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita comentada a aquesta exposició que conté els dibuixos originals de Charles Le Brun, per decorar Versailles.

TROBADA: vestíbul CaixaForum, (Av. Francesc Ferrer i Guàrdia, 6 i 8), a les 17:15.

INSCRIPCIONS: 7 de gener.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

DISSABTE 23 DE GENER

MONESTIR DE SANTA MARIA DE GUALTER

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita Santa Maria de Gualter, el dolmen de Sols de Riu i l'ermita de Palau de Rialb.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: pl. Catalunya / Rivadeneyra, a les 7:45 (sortida a les 8:00).

INSCRIPCIONS: a partir del 4 de gener.

VOCALS: Mercè Falcó ☎ 933 474 124 i August Bernat ☎ 932 378 537.

NOTA: dinar optatiu al rest. Bon Compte, a Pons.

DIMARTS 26 DE GENER

DE LA PLAÇA TETUAN AL PALAU ROBERT: 6 ILLES DE L'EIXAMPLE SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: jardins de Jaume Perich, de Sofia Barat, de la Torre de les Aigües, ptges. Permanyer, Méndez Vigo, jardins del Rector Oliveres, jardins de la Casa Elizalde, ptges. dels Camps Elisis, de Domingo, de Mercader, de la Concepció i jardins del Palau Robert.

TROBADA: monument al Dr. Robert (pl. Tetuan) a les 10:00.

VOCAL: Núria Casals.

DIUMENGE 7 DE FEBRER

VISITA DE L'ESPAI MONTSENY I VILADRAU I CALÇOTADA A SANT HILARI SACALM

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

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

VIATGE: amb autocar.

VOCAL: Josefina Garriga.

DISSABTE 13 DE FEBRER

LA RUTA DELS AMERICANS A SANT PERE DE RIBES

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita guiada i comentada a diversos edificis modernistes.

INSCRIPCIONS: a partir del 25 de gener.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124.

DIJOUS 24 AL DILLUNS 28 DE MARÇ

VIATGE CULTURAL A LA PROVÍNCIA D'ALBACETE (SETMANA SANTA)

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

ITINERARI: visites a Albacete capital, Alcalá de Júcar, Chinchilla de Monte Aragón, Ayna, Riopar, naixement del Riu Mundo, Hellín, Minateda, etc.

VIATGE: amb autocar.

ALLOTJAMENT: a Albacete (PC).

INSCRIPCIONS: a partir del 18 de gener

REUNIÓ INFORMATIVA: dimarts 12 de gener

VOCAL: Josefina Garriga.

TRESCS DE LA SECCIÓ DE MUNTANYA

SETMANA SANTA 2016

DEL 19 AL 27 DE MARÇ DEL 2016

TRESC AL M'GOUN (4.071 m), PIC DE L'ATLES (MARROC)

Travessa per l'Atles i ascensió a l'Irhah M'Goun, el segon pic en alçada de tota la serralada. Aquest tresc no presenta cap dificultat tècnica i és apte per a tothom avesat a fer excursions al Pirineu.

ITINERARI:

Dissabte 19: vol BCN-Marràqueix.

Diumenge 20: Marràqueix – Ait Ali N'ltto (1.825 m). Nivell: ** fàcil / Temps: 3 h / Desnivell: +140 m, -140 m.

Dilluns 21: Ait Ali N'ltto – Tasgaïoualt (2.400 m). Nivell: ** fàcil / Temps: 6 h / Desnivell: +575 m.

Dimarts 22: Tasgaïoualt – Tizi (3.050 m) – Azib (2.860 m). Nivell: *** certa dificultat / Temps: 7-8 h / Desnivell: +650 m, -650 m, +460 m.

Dimecres 23: Azib – M'Goun (4.071 m) – Ifri (2.640 m). Nivell: *** certa dificultat / Temps: 9-10 h / Desnivell: +1.200 m, -1440 m.

Dijous 24: Ifri – Imsker Tahtani (1.950 m). Nivell: ** fàcil / Temps: 6 h / Desnivell: +200 m, -650 m.

Divendres 25: Imsker Tahtani – Boutaghrar. Nivell: ** fàcil / Temps: 6 h / Desnivell: -300 m.

Dissabte 26: Boutaghrar – Marràqueix.

Diumenge 27: Vol Marràqueix-BCN.

ALLOTJAMENT: 2 nits hotel, 2 nits alberg, 4 nits bivac.

PLACES: 10-15.

PREU: 1.180 €. El preu inclou: vols, taxes aèries, trasllats, allotjament, àpats, guia de muntanya, cuiner, personal de suport i material d'acampada.

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

SEGON PAGAMENT: 600 €

(a partir de l'11 i fins al 29 de gener).



(www.omegatour.net)

DEL 20 AL 27 DE MARÇ DEL 2016

ALPS JULIANS I PARC NACIONAL DEL TRIGLAV (ESLOVÈNIA)

Una ruta de muntanya per conèixer els millors camins i indrets dels Alps Julians i del parc nacional del Triglav. Envoltarem el pic del Triglav (2.863 m) i caminarem per la vall del Set Llacs.

ITINERARI:

Diumenge 20: vol BCN – Bled.

Dilluns 21: Bled – altiplà de Pokljuka – llac Bohinj – Bled. Nivell: ** fàcil / Temps: 5 h / Desnivell: +700 m.

Dimarts 22: Bled – Karavanke – pic Dovška Baba (1.891 m) – Kranjska Gora. Nivell: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivell: +1.200 m.

Dimecres 23: Kranjska Gora – Vrsic – Kranjska Gora. Nivell: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivell: +800 m.

Dijous 24: Kranjska Gora – vall del riu Soca – Bovec. Nivell: *** certa dificultat / Temps: 5-6 h / Desnivell: +300 m, -750 m.

Divendres 25: Bovec – Kozjak – Kras – Skocjan – Ljubljana. Nivell: ** fàcil / Temps: 4 h / Desnivell: +200 m.

Dissabte 26: Ljubljana – altiplà de Velika Planina – Ljubljana. Nivell: ** fàcil / Temps: 4-5 h / Desnivell: +550 m.

Diumenge 27: Vol Ljubljana – BCN.

PLACES: 12-15.

PREU: 1.600 €. El preu inclou: vols, taxes aèries, trasllats, allotjament, àpats (excepte sopars), guia de muntanya.

VOCAL: Pau Quesada / ☎ 655 052 712 / p.quesada@hotmail.com

SEGON PAGAMENT: 1.000 €

(a partir de l'11 i fins al 29 de gener).



Parc nacional de Triglav (meanderbug.com)

DEL 22 AL 28 DE MARÇ DEL 2016

RUTA PER LA CALÇADA DEL CID (MAESTRAT / TEROL)

Els camins del Cid és una ruta poc coneguda (5 etapes) que transcorre per els rius Pitarque, Cañada i Guadaloque, al cor de la comarca del Maestrat. Visitarem indrets com els Órganos de Montoro, roques considerades monument natural, o el poble de Las Cuevas de Cañart, al vessant sud de la serra de la Garrocha, una vila amb encant i molta història.

ITINERARI:

Etapa 1: Barcelona – Villarluengo.

Etapa 2: Villarluengo – Pitarque – Ojos del Pitarque – Pitarque. Situat a la serra de la Cañada, els ulls del Pitarque són unes vistoses surgències càrstiques que dibuixen un camí al llarg del barranc.

Etapa 3: Villarluengo – Cañada – Castillo del Cid – Cañada. El castell del Cid, és una fortificació que es troba al terme municipal de Fortanete, que molt pocs han contemplat.

Etapa 4: Villarluengo – Rio Guadaloque – Puente Natural – Ladruñan – Las Cuevas de Cañart. De les 4 etapes, és el dia més llarg amb una duració de 6 h 30 min aproximadament.

Etapa 5: Villarluengo – Órganos de Montoro – Puente del Vado – Villarluengo. Últim dia de menys duració, unes 3 h, per tal de poder tornar a Barcelona.

ALLOTJAMENT: en habitacions dobles a l'Hostal a Villarluengo (4 nits).

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5-6 h (cada etapa) / Distància: 60 km (recorregut-travessa).

PREU: entre 600 € i 700 €, depenent dels inscrits.

VOCAL: Pepa Igartua / ☎ 669 544 623 / atenciosoci@cec.cat

SEGON PAGAMENT: 400 €

(a partir de l'11 i fins al 29 de gener).



Riu Pitarque (araturheraldo.es)

ALTRES ACTIVITATS

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DILLUNS 11 DE GENER

CLOENDA DEL 25 CURSET DE VÍDEO DIGITAL

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Projecció dels vídeos dels cursetistes i lliurament de certificats.

A CURA DE: Gabriel Bohigas, Jordi Micó.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DILLUNS 18 DE GENER

FÒRUM DE CINEMA: DEL 6è AL 7è ART

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

El salt de la literatura a la pantalla.

A CURA DE: Raül Contel.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DILLUNS 25 DE GENER

HIC DIGITUR DEI

SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Crònica còmica de la mort de Franco, dirigida per Antoni Martí (1976, S-8, 73 min).

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIMECRES 27 DE GENER

AUDIOVISUAL SOBRE LA PEL·LÍCULA NINGÚ NO VOL LA NIT, D'ISABEL COIXET

ATENCIÓ AL SOCI

La història de dues dones, una nord-americana i una altra inuit, que comparteixen un mateix home. Les dues es trobaran al nord de Groenlàndia i juntes hauran de sobreviure contra el gèlid fred polar i la nit àrtica.

A CURA DE: Francesc Bailón, antropòleg i assessor sobre cultura inuit en aquesta pel·lícula.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

DIJOUS 28 DE GENER

PROJECCIÓ SOBRE L'ANTÀRTIDA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

A CURA DE: Montserrat Alegre.

LLOC: sala d'actes.

HORA: 19:30

VACANCES D'ESTIU

DEL 17 AL 30 D'AGOST

TRESC AL KIRGUIZISTAN

SECCIÓ DE MUNTANYA

Tresc a la regió de Pamir-Alay i campament base del pic de Lenin, a través d'un dels països de l'Àsia més muntanyosos i extraordinaris.

PREU: 1.740 € (+ 290 € taxes aèries) x 15 places. Tot inclòs.

REUNIÓ INFORMATIVA: 10 de febrer.

LLOC: espais de les seccions.



lurta Kirguís.

DEL 15 AL 27 D'AGOST

TRESC AL PAÍS DELS DOGONS (MALI)

SECCIÓ DE MUNTANYA

Un viatge per conèixer l'essència de Mali, la ciutat de les construccions de tova de Djenné, Mopti, a les ribes del Níger i, sobretot, trescar per les muntanyes del país dels dogons.

PREU: 1.680 € (+340 € taxes aèries) x 14 places. Tot inclòs.

REUNIÓ INFORMATIVA: 10 de febrer.

LLOC: espais de les seccions.



Mesquita de Djenné (Mali).

DEL 9 AL 30 D'ABRIL DEL 2016

TRESC AL MAKALU ACOMPANYANT FERRAN LATORRE - EXPEDICIÓ MAKALU 2016

Aquest tresc s'organitza exclusivament per acompanyar Ferran Latorre en la seva aproximació al Makalu i viure els preparatius, les jornades i l'aclimatació prèvies al seu atac al Makalu (8.485 m), la cinquena muntanya més alta de la Terra.

PRESENTACIÓ DEL TRESC: a cura de Ferran Latorre, a la sala d'actes del CEC el mes de febrer del 2016.

PREU: 2.990 € + 335 € (taxes aèries).

MÉS INFORMACIÓ: Tarannà Trekking

☎ 934 118 373 / trekking@taranna.com

TRESC A LA SERRALADA HUAYHUASH



De l'1 al 20 de juliol del 2016 la Companyia de guies del CEC organitza el tresc del Huayhuash

- acompanyat d'un guia del CEC, membre de la UIAGM (Roger Cararach)
- amb portadors i cuiners de la zona
- aclimatació inclosa

Per a més informació: guies@cec.cat
o Tel. 933 152 311 (demaneu pels Guies)

Centre Excursionista de Catalunya

Paradís 10, 08002 Barcelona · Tel. 933 152 311 · www.cec.cat



ELS CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

INSCRIPCIONS OBERTES

CURS D'INICIACIÓ A L'ALPINISME N1 N2 GNER

SESSIONS TEÒRIQUES: 7 i 26 de gener.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 9 i 10, 16 i 17 i 23 i 24 de gener.

OBJECTIUS: curs d'iniciació en les tècniques d'alpinisme, per poder iniciar-se en ascensions d'alta muntanya de dificultat mitjana amb autonomia, confiança i seguretat.

PLACES: 12 places. Ràtio 1:4

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

CURS DE CARTOGRAFIA DIGITAL I GPS AL PC

SESSIONS TEÒRIQUES: 8, 11, 15, 18 i 28 de gener.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 24 de gener.

OBJECTIUS: adreçat a totes aquelles persones amants de la pràctica d'activitats a l'aire lliure que desitgen aprofitar les novetats que ha aportat la tecnologia dins d'aquest camp.

PLACES: 5 (màxim 12).

PREUS: 94 € socis CEC / (115 € resta d'inscrits).

PERFECCIONAMENT TÈCNIC D'ALPINISME: CANALS ANDORRA

SORTIDA PRÀCTICA: 9 de gener.

PLACES: Mínim 4, màxim 4

PREUS: 60 € socis CEC / (71 € resta d'inscrits).



CURS D'INICIACIÓ A L'ESQUÍ DE MUNTANYA NIVELL 1

SESSIONS TEÒRIQUES: 11, 18 i 25 de gener.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 16 i 17, 23 i 24 de gener.

OBJECTIUS: adquirir coneixements i capacitats per realitzar amb seguretat ascensions amb esquís de muntanya. Aprendre la planificació d'itineraris segons condicions nivològiques i climatològiques. Aquest curs està enfocat a totes aquelles persones que tinguin coneixements d'esquí i que sàpiguen esquiar bé en una estació d'esquí i habitualment facin ascensions de muntanya a l'estiu.

PLACES: 6 places. Ratio 1:6

PREUS: 205 € socis / CEC (250 € resta d'inscrits).

EXTRAESCOLAR: ESCOLA INFANTIL D'ESCALADA

JORNADA PORTES OBERTES: 4 de gener.

REUNIÓ INFORMATIVA: 11 de gener.

ACTIVITAT: 18 i 25 de gener, tots els dilluns de febrer, 7 i 14 de març.

SORTIDA EN ROCA: 19 de març.

OBJECTIUS: primer contacte amb el món de l'escalada. Mitjançant jocs i exercicis específics, de progressió i la manipulació del material, afavorim un millor desenvolupament motriu, incidint de forma positiva en la coordinació, la lateralitat, l'autopercepció i l'equilibri. Els nens adquiriran un nou vocabulari relacionat amb l'escalada i el seu medi.

A QUI VA DIRIGIT: Grup 1 (de 6 a 8 anys), de dilluns de 17.30 a 18.30. Grup 2 (de 9 a 11 anys), de dilluns de 18.30 a 19.30. Grup 3 (de 12 a 17 anys), de dilluns de 19.30 a 20.30.

PLACES: 8 infants/joves a cada grup

PREUS: 90 € socis CEC / (113 € resta d'inscrits).

PERFECCIONAMENT TÈCNIC D'ALPINISME: CANAL DE L'ORDIGUER

SORTIDA PRÀCTICA: 23 de gener.

OBJECTIUS: consolidar els coneixements treballats al curs d'iniciació a l'alpinisme

PLACES: 4.

PREUS: 60 € socis CEC / (71 € resta d'inscrits).

CURS DE MUNTANYA HIVERNAL AMB RAQUETES DE NEU

SESSIONS TEÒRIQUES: 13 de gener.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 16 i 17 de gener.

OBJECTIUS: adquirir coneixements i capacitats per realitzar amb seguretat i total autonomia excursions de més d'un dia, en terreny d'alta muntanya, amb neu per progressar amb raquetes.

PLACES: 5. Ràtio 1:8

PREUS: 115 € socis CEC / (142 € resta d'inscrits).

CURS TÈCNIC DE DESCENS D'ESQUÍ EN NEUS NO TRACTADES

SESSIONS TEÒRIQUES: es farà durant la sortida pràctica

SORTIDES PRÀCTIQUES: 9 i 10 de gener.

OBJECTIUS: fer descensos amb la màxima seguretat en neus no tractades dins dels dominis esquiables de les estacions d'esquí.

PLACES: 5. Ràtio 1:8

PREUS: 130 € socis CEC / (160 € resta d'inscrits).

CURS TÈCNIC DE DESCENS D'ESQUÍ EN NEUS NO TRACTADES

SESSIONS TEÒRIQUES: es faran durant la sortida pràctica.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 30 i 31 de gener.

OBJECTIUS: fer descensos amb la màxima seguretat en neus no tractades dins dels dominis esquiables de les estacions d'esquí.

PLACES: 6. Ràtio 1:6

PREUS: 130 € socis CEC / (160 € resta d'inscrits).

CURS DE MEDICINA I SOCORS DE MUNTANYA. XXII Edició

DATES: Del 2 de febrer al 21 d'abril

LLOC: Club Excursionista de Gràcia (ptge. Mulet, 4 / ☎ 932 378 659)

OBJECTIUS: perills i riscos que pot comportar la pràctica de les activitats en el medi natural, a fi de prevenir-los. Coneixements teòrics i pràctics bàsics necessaris perquè es pugui actuar amb la màxima autosuficiència possible en una situació d'emergència.

A QUI VA DIRIGIT: a qualsevol persona interessada en millorar la seguretat en les seves activitats esportives i de muntanya.

INSCRIPCIONS I MÉS INFORMACIÓ:

Fins al 15 de gener a www.cursmsm.org



Trobareu més informació a:
<http://escola.cec.cat>

**SEQUEIX TOTES
LES NOVETATS
I CURIOSITATS
DE L'ESCOLA**





*Sempre hi ha
més per descobrir*

**AQUEST 2016
ESTÀ PLE
D'AVANTATGES
PER ALS SOCIS
DEL CEC**



GRATUÏT

0-17 ANYS
Gratuït



-50%

FAMÍLIES
Descomptes de
fins el 50%



26 €

18-25 ANYS
26 €



REGAL

Valorada
en 120 €

**REGAL
MOTXILLA**

Si portes 2 socis nous



GRATUÏT

Excepte
Arva

**PRÉSTEC
MATERIAL**

Gratuït



GRATUÏT

REFUGIS

Parc nacional d'Aigüestortes
i Estany de Sant Maurici

Gratuït



**Activitats amb els
Guies del CEC**



Activitats dirigides per
Roger Cararach,
tècnic esportiu superior
en alta muntanya i escalada.

4

**rutes emblemàtiques
d'esquí de muntanya**

Carros de Foc (5 dies),
del 13 al 17 de febrer

Ruta Atles marroquí i Toubkal (8 dies),
del 26 de febrer al 4 de març

Ruta clàssica al Tirol austriac: la Silveretta (7 dies),
del 17 al 23 d'abril

Ruta per l'Oberland (7 dies),
del 2 al 8 de maig

Per a més informació i reserves, contacteu amb
Centre Excursionista de Catalunya – Guies de muntanya
Paradis, 10 · 08002 Barcelona
guies@cec.cat / Tel. 933 152 311 / www.cec.cat