



Butlletí

DESEMBRE 2016

PER ALS SOCIS

Centre Excursionista de Catalunya / Club Alpí Català

Paradís, 10
08002 Barcelona
Tel.: 933 152 311
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

Nomenament del director general del CEC

La Junta Directiva comunica als socis i simpatitzants del nostre club el nomenament del senyor **Ton Barnils Carrera** com a director general del Centre

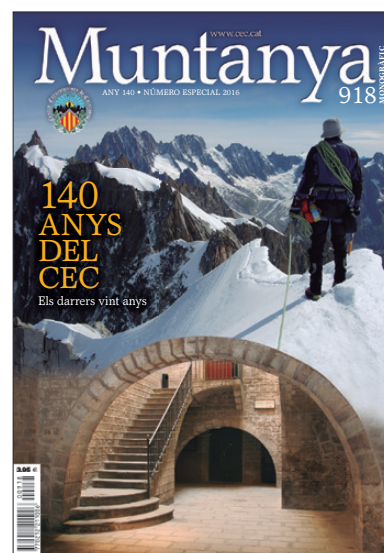


Excursionista de Catalunya amb efectes immediats.

El director general estarà al capdavant de l'equip de professionals del club i serà el responsable de la coordinació amb la Junta Directiva. El seu nomenament és un pas més en el relançament del Centre que es desplegarà durant els mesos vinents. Una etapa de canvi que necessita el suport de tothom: socis, voluntaris i treballadors. Som hereus d'una institució arrelada en la història de Catalunya i junts construirem el seu futur.

Ton Barnils Carrera va rebre enguany la insígnia d'argent pels seus vint-i-cinc anys de pertinença i fidelitat al club. Va entrar al Centre durant l'adolescència, amb el Grup de Joves de la Secció de Muntanya, i va fer de voluntari a la biblioteca en concepte de prestació social substitutòria. Posteriorment, ha participat, juntament amb la seva família, en diferents edicions dels campaments d'estiu de la Secció de Càmping. Actualment forma part del Consell de redacció de la revista *Muntanya*.

Número especial de la revista *Muntanya*



Amb motiu de la celebració del **140è aniversari del Centre Excursionista de Catalunya**, la Junta Directiva va decidir encarregar a la Redacció de la revista *Muntanya* l'edició d'un número especial, que es va presentar el 26 de de novembre passat en els actes commemoratius que es dugueren a terme a l'Antiga Fàbrica Estrella DAMM.

El treball que encapçala aquest monogràfic dedicat al Centre és un resum dels darrers vint anys, corresponent a la cinquena època (de 1997 a 2017), a cura de David Mengual, soci i membre del Consell de redacció, on s'aplega tota la informació disponible d'aquest període.

El sumari segueix amb un recull d'articles de repàs de les principals activitats esportives i culturals del Centre, com l'escalada, l'espeleologia, el ral·li d'esquí de muntanya del CEC o el cinema de muntanya, a més d'una entrevista als presidents que han conduït el Centre en els darrers temps: Conrad Blanch, Enric Nosàs i Josep Manel Puente.

FE D'ERRADES

Els socis que van rebre el butlletí en paper del mes de novembre passat, on s'anunciava la presentació del llibre *Alpinisme sense ficció* de Jordi Pons hi trobareu aquest error: atribuïem a Pons la primera ascensió estatal del Gasherbrum II (8.035 m), quan en realitat aquesta primera ascensió la van fer els socis del CEC Pere Aymerich i Enric Font l'any 1982. Jordi Pons va conquerir aquesta muntanya més endavant, l'any 1988.

Aquest error no apareixia en la versió digital del butlletí de novembre, que vam poder esmenar. Lamentem la badada i demanem disculpes.

Actes destacats de desembre

■ **DILLUNS 12: Presentació dels trescs de Setmana Santa del 2017 a les Açores i el Nepal.**

A les 19:30 al local social.

■ **DIMECRES 14: Presentació de la temporada d'esquí nòrdic.**

A les 20:00 a la sala d'actes

■ **DIJOUS 15: Projectió dels viatges a Algèria i Mali (país dels dogons).**

A les 19:00 a la sala d'actes.

■ **DIMARTS 20: Concert de Nadal.**

A les 19:00 a la sala d'actes.

SORTIDES

EXCURSIONISME

DIJOUS 1 DESEMBRE

LA CASA DE L'AIGUA I EL CASTELL DE TORRE BARÓ

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: cases dels Carters, casa de l'Aigua de la Trinitat Nova, el Xalet, pont dels Tres Ulls, castell de Torre Baró, font Muguera, Ciutat Meridiana.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h.

VIATGE: amb metro.

TROBADA: estació de metro de Trinitat Nova L3 (verda) i 4 (grogà), sortida Pedrosa a les 9:30.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: hi ha la opció d'anar a passejar pel Rec Comtal; en aquest cas cal portar dinar.

DISSABTE 3 DESEMBRE

TRAM 26-2 DEL GR 92: DE VILA-SECA A CAMBRILS

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Vila-seca (estació FC), Port Aventura, Salou, monument a Jaume I, Club Nàutic de Salou, cap de Sant Pere, platja de l'Esquirol, port de Cambrils, torre del Port, Cambrils.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 40 min / Desnivells: +40 m, -40 m.

VIATGE: amb tren fins a Vila-seca, retorn tren des de Cambrils.

TROBADA: estació Sants davant taquilles (trens regionals).

VOCALS: Albert Gras.



Castellciuró (Molins de Rei). TRAVEL PHOTOBOX

DIMARTS 6 DE DESEMBRE

EL GR 92 AL SEU PAS PER COLLSEROLA (ETAPA 1)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Montcada, font de la Mitja Costa, turó de Montcada, coll de Montcada, Sant Iscle de les Feixes, torrent de Sant Iscle, portell de Valldaura, turó de Magarola, pas del Rei, Vista Rica, font Grogà, coll de l'Erola, coll de la Vinyassa, font d'en Canet, Vil·la Joana, baixador de Vallvidrera.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5 h.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe Pl. Catalunya a les 9:00; tren 9:14. Bitllet d'una zona serveix la T10.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: cal portar esmorzar i dinar.

DIJOUS 8 DE DESEMBRE

EL GR 92 AL SEU PAS PER COLLSEROLA (ETAPA 2)

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Vallvidrera, camí de les Nespreres, pantà de Vallvidrera, collet de can Sauró, turons de can Pascual, santa Creu d'Olorda, Castellciuró, Sant Pere Romaní, Molins de Rei.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 30 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC Pl. Catalunya/Pelai a les 9:00. Bitllet d'una zona, serveix la T4 i la T10.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: cal portar esmorzar i dinar.

DIUMENGE 11 DE DESEMBRE

CASTELLCIURÓ I SANT PERE DE ROMANÍ

EXFAVEPRO

Sortida 408

TROBADA: al bar de l'estació de Renfe de Molins de Rei, a les 9:30 per sortir a les 10:00

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

VOCAL: Rafel Serra ☎ 932 116 816

DISSABTE I DIUMENGE, 10 I 11 DE DESEMBRE

CASTELL DE REQUESENS I PUIG NEULÓS

COMISSIÓ D'INFANTS

ITINERARI: coll Pregon, castell de Requesens, boscos de Requesens, paratge natural d'interès nacional, aproximació arribant des de Requesens al Castell, pou de Glaç, Can Seferionol. Puig Neulós (1.256 m) pel coll del Pregon. Grup de petits: caminar fins a Cantallops pel camí vell de Requesens, on trobarem dòlmens: Puig Rodó i Medàs.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 1 h 25 min; 4 h 30 min / Desnivell: + 190 m.

TROBADA: a les 9:30 a Requesens.

PERNOCTACIÓ: casa rural de Can Seferino.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Anna Sierra Vinuesa ☎ 696 416 977

asierravinuesa@gmail.com

Albert Vidal Martí ☎ 692 618 955

vidalmarti.albert@gmail.com

NOTA: és recomanable dur jaqueta paravent, ulleres, crema solar i sobretot, gorro i guants.

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME	2
BARRANCS	3
VETERANS	4
ALTA MUNTANYA	4
ESQUÍ NÒRDIC	4
EXCURSIONISME CIENTÍFIC	4
SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES	4
TRESCS DE LA SECCIÓ DE MUNTANYA	5
SETMANA SANTA 2017	5
ALTRES ACTIVITATS	6
ACTIVITATS A LA SALA D'ACTES	6
ELS CURSOS DE L'EMCEC	7

SORTIDES

DIJOUS 15 DESEMBRE

TAGAMANENT I PLA DE LA CALMA

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Tagamanent, el Bellver, l'Agustí, GR 5, can Figuera, el Bellit, GR 5, l'Agustí, el Bellver.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5 h / +250 m

VIATGE: vehicles propis

TROBADA: a les 10:00 al bar del Club de Tennis Tagamanent.

VOCAL: Ramon Serra ☎ 932 191 671

DISSABTE 17 DE DESEMBRE

MIRAVINYA I DINAR DE NADAL

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Vilafranca del Penedès, camí de la Sort, camí Ral, àrea forestal Sant Jaume, Sant Pau, la Rectoria, riera de Litrà, Vilafranca del Penedès.

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

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació de rodalies de Sants, a les 7:25.

VOCAL: Jordi Lucea ☎ 676 088 826

luceajordi@gmail.com

NOTA: cal dur esmorzar i bastons. Es farà un dinar en un restaurant de Vilafranca. Els qui vulguin quedar-se al dinar hauran de comunicar-ho en el moment de fer la inscripció.

DIUMENGE 18 DESEMBRE

BEGET, ROCABRUNA I BEGET

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Beget, clot de Bocabertella, casa de pagès la Guardiola, Rocabruna, castell de Rocabruna, molí d'en Sorolla, Beget.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivells: +550 m, -300 m.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: Balmes/Bergara a les 6:30.

VOCALS: Montse Giménez i Jordi Canosa

NOTA: cal portar bastons.

DE CARDEDEU A LA TORRASSA DEL MORO

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Cardeu, creu de la Missió, La Serreta, riu Mogent, Sant Esteve del Coll, Torrassa del Moro, Cardedeu.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 30 min / Desnivell: +350 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe de passeig de Gràcia a les 8:50; tren 9:05. Bitllet d'anada i tornada a Cardeu.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: cal portar esmorzar i dinar.

DIMARTS 20 DE DESEMBRE

FONT DE GOLBES I EL CAMÍ DEL PUIGMAL

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: parc de les Salamandres, parc Marianao, font de Golbes, camí del Puigmal, parc de la Muntanyeta, visita a la biblioteca Jordi Rubió, barri del Centre de Sant Boi.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC Molí Nou-Ciutat Cooperativa a les 9:00. El tren surt de Pl. Espanya a les 8:40 (S33). Tots els trens paren a Molí Nou. Bitllet d'una zona; serveix la T4 i la T10.

VOCAL: Núria Casals.

DIJOUS 22 DESEMBRE

SANT VICENÇ DE CASTELLET

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Sant Vicenç de Castellet, puig Soler, Antic Hostal de Sant Jaume de Vallhonestà, església de Sant Pere de Vallhonestà, Sant Vicenç.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivell: +550 m.

VIATGE: amb tren o amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 al bar que hi ha tocant a l'estació de Renfe de Sant Vicenç.

VOCAL: Ramon Vilardaga.

DISSABTE 31 DE DESEMBRE

DE LES PLANES A MOLINS DE REI - DARRERA EXCURSIÓ DE L'ANY

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: les Planes, l'Elèctric, can Pichurri, font de les Planes, can Balasc, serra de Can Balasc, font del Bon Pastor, can Busquets, salt d'aigua de can Busquets, la Rierada, font de Campreciós, la Sibèria, les cases de can Castelví, la Rierada, salt d'aigua de Can Planes, can Rabella, Molins de Rei.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5 h / Desnivell: + 290 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC Pl. Catalunya/Pelai a les 8:30. Bitllet d'una zona, serveix la T10 o la T4.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: cal portar esmorzar i dinar.

BARRANCS

DIUMENGE 18 DESEMBRE

TORRENT DEL LLORO I COVA DE L'ARCADA (MONTSERRAT)

GRUP DE DESCENS DE BARRANCS

ITINERARI: descens del barranc del torrent del Lloro.

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

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Damià Pérez, Mari Nivera i Ricard Dodero.

NOTA: cal saber muntar ràpels, rapelar i desgrimp ar amb autonomia. Dinar al restaurant Celler de la Guardia (el Bruç).



El torrent del Lloro (Montserrat). PETITA MUNTANYA

SORTIDES

VETERANS

DISSABTE 10 DESEMBRE

EL TALLAT, BALCÓ DE LA CONCA DE BARBERÀ

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI CAMINADORS: Rocallaura, santuari del Tallat, el tossal Gros de Vallbona (804 m, sostre comarcal de l'Urgell) i Montblanquet.

ITINERARI NO CAMINADORS: santuari del Tallat, visita monestir de Vallbona de les Monges.

ITINERARI TOTS: visita al celler modernista (1917) de C. Martinell.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 15 min. / desnivell: +205 m, -205 m.

VIATGE: amb autocar

TROBADA: Rda. Universitat, 11, a les 7:30 h.

VOCAL: Lluís Willaert. Col·laboradors: Toni Muñoz i Lluís Peix.

NOTA: dinar opcional de restaurant a Vallbona de les Monges.

ALTA MUNTANYA

DISSABTE 17 i DIUMENGE 18 DE DESEMBRE

TUC DE MOLIÈRES (3.010 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: boca sud del túnel de Viella, refugi lliure de Molières (2.390 m).

Diumenge: cim de Molières (3.010 m).

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 4 h; 9 h / Desnivells: +825; +640, -1.465 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Xavi Gibert i Albert Gómez.

DISSABTE 24 DESEMBRE

TAGA (2.030 m) I PUIG ESTELA (2.008 m)

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: coll de Jou, Taga (2.030 m), puig Estela, coll de Jou.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4-5 h.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Damià Pérez i Ricard Doderó.

NOTA: prendrem una copa de xampany de Nadal al cim del Taga.



El Xalet de Salardú. AFCEC

ESQUÍ NÒRDIC

DEL 27 AL 30 DE DESEMBRE

ESTADA DE NADAL AL XALET DE SALARDÚ

SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

ALLOTJAMENT: Xalet Juli Soler i Santaló de Salardú en règim de mitja pensió.

VOCAL: Emilia Viladoms.

NOTA: la zona és una base d'activitats ideal per a la pràctica de l'esquí de fons, l'esquí alpi i l'excursionisme amb raquetes. Possibilitat de fer el curset d'iniciació d'esquí de fons de l'Escola de Muntanya del CEC.

EXCURSIONISME CIENTÍFIC

DIUMENGE 11 DE DESEMBRE

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: Tavertet (Osona).

DIRECTORS CIENTÍFICS: Valentí González i Josep Nuet.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DIUMENGE 4 DESEMBRE

TRADICIONAL SORTIDA CULTURAL INCÒGNITA

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Amb visites, restaurant i amb un obsequi per a tots els assistents.

VIATGE: amb autocar

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

VOCAL: Josefina Garriga ☎ 934 545 769

DIMECRES 14 DE DESEMBRE

EL BOSC TURULL I L'ANTIC BARRI DE VALLCARCA, AL VOLTANT DEL VIADUCTE

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita al bosc Turull, equipament municipal d'educació ambiental i passejada per l'antic barri de Vallcarca: passatge Isabel, jardins de Maria Baldó, torres de la urbanització de Can Falcó, plaça Mons, viaducte, jardins de Portolà, avinguda. República Argentina, els Josepets i visita a la biblioteca Jaume Fuster.

TROBADA: estació Vallcarca del metro L-3 (verda), a les 9:00.

VOCAL: Núria Casals.

DISSABTE 17 DE DESEMBRE

SORTIDA CULTURAL SORPRESA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Tradicional sortida cultural amb sorpresa de la seva destinació, obsequis, sorteigs i regals als participants.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: a la Pl. Catalunya/Rivadeneyra, a les 7:15.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124



El tuc de Molières (3.010 m). SUMMITPOST

TRESCS DE LA SECCIÓ DE MUNTANYA

SETMANA SANTA 2017

DEL 8 AL 15 D'ABRIL

TRESC DE LES AÇORES

8 dies de viatge a la Illa de Sao Miguel d'Açores. A partir d'aquí farem 5 trescs, un cada dia (amb picnic inclòs), en diferents indrets de la volcànica geografia de l'illa (Sete Cidades- Canario, Lagoa do Fogo, Furnas – Pico de Ferro, Faial da Terra i Praia da Viola –Ribeira Fonda). Per acabar el tresc, farem una sortida al mar amb vaixell per veure balenes.

ALLOTJAMENT: 7 nits (+ esmorzar) en hotel 4 estrelles, a la petita capital de l'illa Ponta Delgada.

PLACES: de 10 a 15 persones.

PREU: 1.335 € (+35 € de taxes), per a 15 persones.

REUNIÓ INFORMATIVA: dilluns 12 de desembre a les sales de trobada dels socis, a les 19:30.

GUIA ACOMPANYANT:

Ferran Alexandri ☎ 696 206 159

ferran@alexandri.cat

ORGANITZA:

Viatges Independents & Trekkings.



Sender carener al voltant de la Lagoa de Sete Cidades a l'illa de Sao Miguel. (Foto: Thinkstock)

DEL 7 AL 18 D'ABRIL

TRESC DEL NEPAL

Aquest és un tresc de multiactivitat, en un emocionant viatge en què a més de conèixer Kàtmandu i la seva vall, coneixerem altres zones on farem diverses excursions: unes hores de ràfting pel riu Trishuli, un tresc de 3 dies per la zona de Pokhara, que ens dóna l'oportunitat de tenir bones vistes dels Annapurnes, del Machapuchare i del Dhaulagiri. Finalment anirem al sud de Nepal, a la selva de Chitwan, on passejarem en elefant per anar a trobar el rinoceront unicorn.

PREU: 1.335 € (+335 € de taxes), per a 15 persones.

PLACES: de 10 a 15 persones.

REUNIÓ INFORMATIVA: dilluns 12 de desembre a les sales de trobada dels socis, a les 19:30.

GUIA ACOMPANYANT:

Pau Quesada ☎ 655 052 712

p.quesada@hotmail.com

ORGANITZA:

Viatges Independents & Trekkings.



El cim sagrat del Machapuchare (6.993 m), a la regió dels Annapurnes. (Foto: Thinkstock)

TRESC A ISLÀNDIA, PER A L'ESTIU DEL 2017

Si esteu interessats en assistir a una reunió que farem al Centre, per explicar-vos un tresc que estem organitzant a l'illa d'Islàndia per a la primera quinzena de juliol, **envieu un e-mail a:** pepa.igartua@gmail.com

ALTRES ACTIVITATS

Antigues construccions al país dels dogons. TONI VIVES



DIJOUS 1, 15, 22 I 29 DE DESEMBRE

TROBADA DE BOTÀNICA SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS

Determinació de plantes, preparació de les sessions de treball de camp i sessions especials sobre temes de botànica.

DIRECTORS CIENTÍFICS: Valentí González i Josep Nuet.

LLOC: taula rodona del local social.

HORA: de 18:30 a 21:00

DILLUNS 12 DE DESEMBRE

PRESENTACIÓ DELS TRESCS DE SETMANA SANTA 2017 A LES AÇORES I EL NEPAL SECCIÓ DE MUNTANYA

Presentació del programa i itinerari dels dos propers trescs que proposem per a les vacances de Setmana Santa del mes d'abril del 2017.

A CURA DE: Ferran Alexandri i Pau Quesada.

LLOC: espais de trobada del local social.

HORA: 19:30

DISSABTE 17 DE DESEMBRE

ESCALADA DE BLOC I SOPAR DE NADAL COMISSIÓ D'INFANTS

A la sala de d'escalada de bloc del carrer de Sant Pere Més Alt, 29, a les 17:00, i a les 20:00 a la seu social del CEC.

NOTA: cal dur calçat esportiu lleuger. Per al sopar cal dur menjar per compartir. Cal posar-se en contacte amb els vocals per a la planificació de cada família.

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

DISSABTE 17 DE DESEMBRE

TALLER DE PARAFINAR SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

LLOC: aula de formació del CEC

VOCAL: Antoni Ponce.

ACTIVITATS A LA SALA D'ACTES

DILLUNS 12 DE DESEMBRE

ESTRENA D'UN FILM DE FICCIÓ SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

No us podem desvetllar ni el títol ni l'autor. No més que us podem recomanar l'assistència.

HORA: 19:30

DIMARTS 13 DE DESEMBRE

VIATGE ALS PARCS DE L'OEST AMERICÀ

DINAMITZACIÓ SOCIAL

20 dies del juliol del 2011 recorrent Sant Francisco i els parcs Yosemite, Vall de la Mort, Zion, Bryce, Arches, Monument Valley, Grand Canyon i acabant a Las Vegas.

A CURA DE: Jordi M. Riera i Mas, biòleg especialista en alimentació.

HORA: 19:00

DIMECRES 14 DE DESEMBRE

PRESENTACIÓ DE LES ACTIVITATS DE LA TEMPORADA SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

HORA: 20:00

DIJOUS 15 DE DESEMBRE

ALGÈRIA, MALÍ I EL PAÍS DELS DOGONS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Projecció de dos documentals: un recorregut des de l'erg oriental a l'erg occidental d'Algèria, i un curt viatge a Mali, amb una visita a la mesquita de Djaned.

A CURA DE: Julià Sáez.

HORA: 19:00

DIMARTS 20 DE DESEMBRE

CONCERT DE NADAL: CORAL CONTRAPUNT I BAGATGE HARMÒNIC DEL CEC

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Fem un pessebre, una cantada de nades tradicionals catalanes, amb fragments adaptats de l'obra de Pau Casals *El Pessebre*. Tot això acompanyat amb lectura de fragments del *Poema de Nadal* de Josep Maria de Sagarra, a cura de la Coral Contrapunt (director: Albert Roldan). El bagatge harmònic: diverses cançons de Nadal interpretades amb harmònica.

HORA: 19:00

DIMECRES 21 DE DESEMBRE

SOS PRIMATE DINAMITZACIÓ SOCIAL

A CURA DE: Liliانا Pacheco, primatòloga.

HORA: 19:30

DIJOUS 29 DE DESEMBRE

BAGATGE DE CANÇONS SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Si t'agrada cantar cançons de muntanya i d'altres temes, vine l'últim dijous de cada mes al Centre.

A CURA DE: Palmira Viaplana.

HORA: 18:00

59 CERTAMEN DE VÍDEOS AMATEURS D'EXCURSIONS, REPORTATGES I DOCUMENTALS

FORMATS: DV en cinta i DVD-vídeo en discos.

DATA LÍMIT: 9 de gener del 2017.

PREMIS: s'atorgaran medalles primeres, segones o terceres i d'estímul. Premi especial Josep-Jordi Queraltó al vídeo de viatges més creatiu. Premi especial de muntanya Jordi Pons a l'obra que millor mostri o enalteixi els valors de la muntanya, especialment en l'aspecte excursionista, però també en els de la natura, sociologia, ecologia, etc. Trobareu la butlleta d'inscripció a la recepció del CEC i a la pàgina web.

ELS CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

INSCRIPCIONS OBERTES

PERFECCIONAMENT TÈCNIC D'ESCALADA ESPORTIVA

SORTIDA PRÀCTICA: 10 de desembre.

OBJECTIUS: sortida d'un dia d'escalada en roca amb un tècnic esportiu al teu costat, per repassar i perfeccionar les tècniques i maniobres de l'escalada esportiva, per assolir la màxima autonomia possible amb el millor assessorament.

PLACES: de 4 a 6 participants.

PREUS: 49 € socis CEC.

60 € resta d'inscrits.



CURS INTENSIU D'ESCALADA VIA LLARGA NIVELL 2

SESSIÓ TEÒRICA: 29 de novembre.

SORTIDA PRÀCTICA: 9, 10 i 11 de desembre.

OBJECTIUS: aquest curs té com a objectiu formar els alumnes amb tots els coneixements necessaris per poder desenvolupar una activitat esportiva de risc amb total seguretat i autonomia. L'activitat que podran fer serà la d'escalar vies d'escola equipades de més d'un llarg.

PLACES: 4

PREUS: 207 € socis CEC.

254 € resta d'inscrits.

PERFECCIONAMENT D'ESCALADA EN VIA LLARGA

SORTIDA PRÀCTICA: 11 de desembre.

OBJECTIUS: sortida d'un dia d'escalada en roca amb un tècnic esportiu al teu costat, per repassar i perfeccionar les tècniques i maniobres de l'escalada en via llarga, per assolir la màxima autonomia possible amb el millor assessorament.

PLACES: 4

PREUS: 59 € socis CEC.

72 € resta d'inscrits.

ESTADA FORMATIVA, CURS D'INICIACIÓ A L'ESQUÍ NÒRDIC

SESSIÓ TEÒRICA: 19 de desembre.

SORTIDA PRÀCTICA: 27, 28, 29 i 30 de desembre.

PLACES: de 6 a 8 participants.

PREUS: 164 € socis CEC.

202 € resta d'inscrits.

ESTADA FORMATIVA, CURS INTENSIU D'INICIACIÓ A L'ESQUÍ DE MUNTANYA

SESSIÓ TEÒRICA: 21 de desembre

SORTIDA PRÀCTICA: 27, 28, 29 i 30 de desembre.

OBJECTIUS: dotar a l'alumne d'uns coneixements i unes capacitats que li permetin realitzar amb seguretat ascensions amb esquís de muntanya de baixa i mitjana dificultat de forma autònoma. Aprendre la planificació d'itineraris segons les 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: de 5 màxim 6 participants

PREUS: 242 € socis CEC.

298 € resta d'inscrits.

ESTADA FORMATIVA DE RAQUETES DE NEU A LA VALL D'ARAN

SORTIDA PRÀCTICA: 27, 28, 29 i 30 de desembre.

OBJECTIUS: si ja has anat amb raquetes alguna vegada o si estàs en bona forma, et proposem una estada formativa de raquetes de neu a la Vall d'Aran. Els Guies del CEC us portaran als indrets més amagats o als cims amb millors vistes, i enriqueiran la jornada afegint explicacions sobre nivologia, com s'adapta la fauna a l'hivern, la vegetació o la interpretació del paisatge.

PLACES: de 6 a 8 participants

PREUS: 254 € socis CEC.

286 € resta d'inscrits.



ESTADA FORMATIVA, CURS INTENSIU D'INICIACIÓ A L'ALPINISME

SESSIÓ TEÒRICA: 20 de desembre.

SORTIDA PRÀCTICA: 27, 28, 29 i 30 de desembre.

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

PLACES: Mínim 4 màxim 16 participants

PREUS: 263 € socis CEC.

323 € resta d'inscrits.



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

SEGUEIX TOTES LES NOVETATS I CURIOSITATS DE L'ESCOLA



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.



ESCOLA D'ESCALADA PER A NENS I JOVES DE 7 A 17 ANYS



- 4 grups d'edat
- Sessions setmanals de 17:00 a 18:30
- Primer trimestre 75 €

GRUP DE MUNTANYA QUATRE COLUMNES

(ESPLAI DEL CEC 3 a 17 anys)

Acampada a l'antic poble de Rasos de Peguera

- Grup Mitjans 7 a 10 anys

Sortida a la Cova Caixurma

- Grup Petits 3 a 6 anys

Tècniques alpines a Ulldeter

- Grup Grans 11 a 14 anys

Barranc Forat Negre a Vallcebre

- Grup Jovent 15 a 17 anys

Consulta
el calendari
del trimestre
al web del
CEC



ACTIVITATS EN FAMÍLIA

Consulta
el calendari
del trimestre
al web del
CEC

SPORTIDENT a Prats de Lluçanès

- Orientació

Estada a l'Alberg la Bruna a Bellver de Cerdanya

- Espeleologia, rocòdrom, orientació i tir amb arc

