



Butlletí

GENER 2017

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

Nous Horitzons, propera jornada participativa de socis

El dissabte 21 de gener de les 9 del matí fins a les 5 de la tarda, celebrarem a la residència salesiana Martí-Codolar (Av. del Cardenal Vidal i Barraquer, 15, Barcelona) una jornada participativa de socis amb l'objectiu d'afavorir la dinàmica de col·laboració dels socis en el disseny del nou Centre Excursionista de Catalunya.

Per això **convoquem a tots els socis** interessats en fer aquesta jornada, que anomenem *Nous Horitzons*, on podrem treballar en grup diversos aspectes sobre el Centre. Entre altres coses, qüestionarem i debatrem els aspectes claus del futur de la nostra entitat.

Ens organitzarem en diferents grups de reflexió segons els interessos de ca-

dascú i també hi haurà sessions plenàries per estar tots junts.

Convidem a tots els socis a dibuixar un CEC més obert i enfocat a la societat, per tornar a ser la referència en el món de la natura i l'excursionisme a Catalunya.

Necessitem els socis per poder culminar un procés de reconstrucció i de canvi, sempre fidel a l'impressionant llegat històric del nostre club estimat, el Centre Excursionista de Catalunya.

La Junta Directiva

INSCRIPCIONS: coordinacio@cec.cat

☎ 933 152 311 (Marina Simó)

La jornada participativa pretén tractar els punts següents:

- la visió del CEC que tenim per als propers cinc anys;
- el paper que volem per al CEC al nostre país;
- els segments d'activitat que cal potenciar;
- la integració dels joves;
- l'organització, i
- les infraestructures.

Actes destacats de gener

■ DIJOUS 12:

Conferència "**Ximpanzés i humans: conflicte o coexistència**".

A cura de Rosa Garriga.

Sala d'actes a les 19:30.

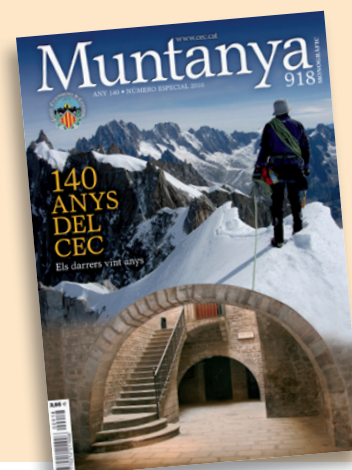


■ DIJOUS 19:

Gel vertical. Xerrada i audiovisual sobre l'alpinisme glacial. A cura de l'alpinista Joan Quintana. Sala d'actes a les 19:30

■ DIMARTS 24:

140 anys del CEC. Presentació del monogràfic de la revista Muntanya dedicat als 140 anys del Centre. Projectió d'un audiovisual que reflecteix la història de la nostra entitat. Sala d'actes a les 19:30.



SORTIDES

EXCURSIONISME

DISSABTE 14 GENER

DE SANT VICENÇ DELS HORTS A VILADECANS

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: GR 92 entre Sant Vicenç i Sant Climent, per desviar-nos després a Viladecans.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 30 min / Desnivells: +800 m, -600 m

VIATGE: amb transport públic.

VOCAL: Manuel Parrado.

DIUMENGE 15 DE GENER

ART I NATURA: EL MUSEU D'ART DE Cerdanyola I EL BOSC DE CAN CATÀ

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ART: visita al Museu d'Art de Cerdanyola.

NATURA: excursió al parc de la Riera, Santa Maria de les Feixes, bosc de Can Catà, font Nova, font Vella, aqüeducte, parc de la Riera.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 30 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació Renfe (Pl. Catalunya), a les 9:00; el tren surt a les 9:14. Cal bitllet d'anada i tornada a Cerdanyola.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: cal portar esmorzar i dinar. És una sortida matinal si només es fa la visita al museu.

CURS DE MEDICINA I SOCORS DE MUNTANYA

Del 31 de gener al 4 d'abril del 2017



¿En les nostres activitats de muntanya ja fem el que cal?

¿Estudiem l'itinerari? ¿S'adequa al nostre nivell? ¿Portem la roba que cal, el material necessari?

¿Sabríem què fer amb una fractura d'os? ¿Com podem actuar en un cas d'hipotèrmia?

¿Què és el que no hem de fer mai? ¿Coneixem la importància de les maniobres de RCP?

¿Hem pensat que ens pot afectar l'estrès posttraumàtic? ¿Com podem tractar una persona amb un atac de pànic?

Aquest bagatge no pesa a la nostra motxilla i el podem adquirir en el Curs de medicina i socors de muntanya, organitzat pel Centre Excursionista de Catalunya, la UEC de Barcelona i el Club Excursionista de Gràcia.

(Amb la col·laboració de l'Escola Catalana de l'Esport i la FEEC)

Més informació i inscripcions: www.cursmsm.org

DIJOUS 19 GENER

PLA DE LA GARGA

SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Sant Miquel Sesperxes, el Soler del Coll, Bellavista Bella, la Trona, camp de l'Ase, el presseguer, el Sunyer, Santa Magdalena de Vilarestau, el Cerdà, el Febrer, Sant Miquel Sesperxes.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h 5 min / Desnivell: +165 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00, a Centelles, al bar El Vapor (Av. Idelfons Cerdà, 1 / Pl. dels Àngels).

NOTA: us recomanem aparcar els cotxes al pàrquing gratuït de la ronda de les Tàpies, a tocar de la Pl. dels Àngels, per sortir plegats.

DIUMENGE 22 GENER

CAMÍ DEL NORD AL CANIGÓ GR 83: MATARÓ-ARENYS DE MUNT

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Mataró, Parc Marítim, torrent del castell, autopista C-32, ermita de Sant Miquel de la Mata, ermita de Sant Martí de la Mata, coll de Llorita, creu de Rupit, casa Nova de Pibernat, Collsacreu, el fondo de Can Rosell, Arenys de Munt.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h 50 min / Desnivells: +520 m, -380 m.

VIATGE: amb transports públic.

TROBADA: davant de les taquilles de l'estació del Clot (rodalies), a les 7:30.

VOCAL: Albert Gras.

EL MONT TÀBOR

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: vall de Santa Bàrbara, coll de Querol, camí de Costa Fustera, mont Tàbor (356 m), can Colomer dels Escarabats, Sant Climent de Llobregat, camí de l'Angle, roca Negra, Santa Bàrbara, can Codina.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h 45 min.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC Molí Nou-Ciutat Cooperativa a les 8:35. El tren des de Pl. Espanya a les 8:14; tots paren a Molí Nou. Bitllet d'una zona, serveix la T10 o la T4.

VOCAL: Núria Casals.

NOTA: cal portar esmorzar i dinar.

DIJOUS 26 GENER

DE GALLIFA A L'ERMITA DE SANT SADURNÍ SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: circular de Gallifa, masia de la Roca, collet de Sant Sadurní, ermita de Sant Sadurní.

NIVELL: * molt fàcil / Temps: 4 h / Desnivell: +500 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: a les 10:00 al restaurant El Camí de l'Església (C/. Costa Roja, 5, Gallifa).

DISSABTE 28 GENER

LES DOUS I EL SANTUARI DE FOIX SECCIÓ DE MUNTANYA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: Torrelles de Foix, font Fresca, font de l'Omeda, font d'en Còvens, les Dous, cal Jutge, Mare de Déu de Foix, santuari de Foix, font de Giberts, can Minguet, Torrelles de Foix.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h 30 min / Desnivells: +600 m, -600 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: Palau Reial, a les 8:00

VOCALS: Jordi Lucea ☎ 676 088 826

luceajordi@gmail.com i J. Manuel Arrabal.

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME	2
FAMÍLIES I INFANTS	3
VETERANS	3
ALTA MUNTANYA	3
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

FAMÍLIES I INFANTS

DIUMENGE 29 DE GENER

MARE DE DÉU DE CABRERA COMISSIÓ D'INFANTS

ITINERARI: recorregut circular de 10,5 km, sortint de la font de Cabrera. Hi ha un tros amb graons ben drets que ens portaran fins a dalt del cingle. Assolirem el cim de 1.300 m, on està situat el santuari de la Mare de Déu de Cabrera.

TROBADA: a les 9:30 a la font de Cabrera (carretera C-135 km 21,2 Pont de les Perxes); cal agafar pista cap a Sant Julià de Cabrera.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCALS: Albert Vidal Martí ☎ 692 618 955 vidalmarti.albert@gmail.com

NOTA: dinarem a l'Hostal de la Casa del Monjos, al santuari de Cabrera.

VETERANS

DISSABTE 28 GENER

PESSEBRES A CASTELLAR DEL VALLÈS SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI CAMINADORS: santuari de la Salut (patrona de Sabadell), serra de Sant Iscle, torre del Canonge, ermita de Togores, can Vilar, can Torrens, ermita de Sant Pere d'Ullastre, Colobres, Castellar del Vallès.

ITINERARI NO CAMINADORS: santuari de la Salut, castell de Palau de Plegamans.

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

VIATGE: amb autocar.

VOCAL: Lluís Willaert.

NOTA: dinar opcional a Castellar del Vallès, per a tothom.

ALTA MUNTANYA

DIVENDRES 6 AL DIUMENGE 8 GENER

ESQUÍ DE MUNTANYA A ANDORRA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: rutes senyalitzades per les estacions d'esquí d'Andorra.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5-6 h cada

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Manuel Parrado.

NOTA: no és necessari tenir un nivell d'esquí especialment depurat, però s'ha d'estar en bona forma física i tenir domini de la tècnica amb grampons i piolet.

DISSABTE 14 I DIUMENGE 15

LA TOSA D'ALP I EL PIC DE LA CARBASSA AMB ESQUÍS SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: ascensió a la Tosa d'Alp, des de pla de Masella. Sopar al refugi i descens amb lluna plena.

Diumenge: Meranges, pic de la Carbassa.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h 30 min a 3 h (ascens); 4-5 h / Desnivell: +950 m; +1.188 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Roger Gili.

DISSABTE 21 I DIUMENGE 22 DE GENER

TUC D'ARENHO I TUC DERA PINCÈLA

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: port de la Bonaigua, tuc de la Ciglera (2.497 m).

Diumenge: Salardú, Bagargue, còth de Var-

radòs, tuc d'Arenho (2.524 m) i tuc dera Pincèla (2.537 m).

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 3 h; 7 h / Desnivells: +437 m; +1-125 m

PERNOCTACIÓ: Xalet de Salardú (MP).

VOCALS: Emili Rissech i Susanna Morán.

NOTA: cal experiència en alta muntanya hivernal i estar en bona forma física. Material necessari: raquetes, piolet, grampons, ARVA, sonda i pala.

DIJOURS 22 GENER

ESQUÍ DE MUNTANYA AL PUIG LLANÇADA

SECCIÓ ESQUÍ DE MUNTANYA

ITINERARI: els alabaus (1.850 m) i puig Llançada (2.409 m)

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

REUNIÓ INFORMATIVA: Dijous 19 a les 20:30. És obligatòria l'assistència.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: Ribes de Freser, al passeig del costat del riu, a les 10:00.

VOCAL: Francesc Chiva

NOTA: cal experiència en alta muntanya hivernal. Material necessari: esquís de muntanya, piolet, grampons, ARVA i pala.

DISSABTE 28 DIUMENGE 29

PIC DE LA MINA I PIC DELS PEDRONS AMB ESQUÍS SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI:

Dissabte: coll de Pimorent (1.920 m), ascensió al pic de la Mina i descens pel mateix itinerari.

Diumenge: Rec del Baladrar (1.875 m), pic dels Pedrons i descens pel mateix itinerari.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5 h; 6 h / Desnivells: -763 m; -840 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

VOCAL: Pau Quesada.

DIUMENGE 29 DE GENER

EL COSTA PUBILLA AMB RAQUETES

SECCIÓ DE MUNTANYA

ITINERARI: Campelles, coll de l'Erola, la Covil, Costa Pubilla (2.055 m).

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivell: +738 m

VIATGE: amb cotxes particulars.

REUNIÓ INFORMATIVA: 26 de gener a les 20:30. És obligatòria l'assistència.

VOCALS: Emili Rissech i Susanna Morán.

NOTA: cal experiència en en alta muntanya hivernal i estar en bona forma física. Material necessari: raquetes, ARVA, sonda i pala.



SORTIDES

ESQUÍ NÒRDIC

DISSABTE 14 DE GENER

LA Cerdanya i el Capcir SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Possibilitat de fer raquetes de neu.

VIATGE: amb autocar.

VOCALS: M. José Navarro i Juan Manuel Arrabal.

DISSABTE 28 I DIUMENGE 29
DE GENER

TAVASCAN SECCIÓ D'ESQUÍ NÒRDIC

Possibilitat de fer raquetes de neu i fins i tot esquí alpí.

VIATGE: amb autocar.

ALLOTJAMENT: M/P (places limitades).

VOCALS: Emilia Viladoms i Jordi Ollé.

EXCURSIONISME CIENTÍFIC

DIUMENGE 8 DE GENER

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: turó del Vent, el Farell (Vallès Oriental).

DIRECTORS CIENTÍFICS: Valentí González i Josep Nuet.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DIMARTS 10 DE GENER

ENTRE BARCELONA I L'HOSPITALET SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: parc de l'Alhambra, jardins dels Drets Humans, visita a la biblioteca Francesc Candel (ocupa part d'un dels antics edificis de l'Illa Philips, concretament el de la fàbrica de làmpades elèctriques d'aquesta marca), C. C. Gran Via 2, plaça Europa, cal Gotella, Hotel Eurotel, pati gòtic de la casa Gralla, plaça de la Cultura, parc de Bellvitge, ermita de Bellvitge, Hotel Esperia Tower.

TROBADA: estació FGC Ildefons Cerdà a les 9:16. Tren des de Pl. Espanya a les 9:12. Bitllet d'una zona, serveix la T10 o la T4.

VOCAL: Núria Casals.

DIJOUS 12 GENER

SORTIDA CULTURAL AL MUSEU DE BADALONA SECCIÓ DE CÀMPING

ITINERARI: Museu de Badalona Termes, jardí

de Quint Licini i casa dels Dofins.

VIATGE: metro o cotxe. Línia L-2 del metro, estació Pompeu Fabra.

TROBADA: a les 10:00 al restaurant El Rebost (C/ Francesc Layret, 93 Badalona, al costat de l'Ajuntament).

VOCAL: Ramon Comellas-J. M. Batlle.

NOTA: Dinar opcional al restaurant El Rebost (11,50 €). Caldrà pagar la visita guiada i l'entrada museu.

DISSABTE 14 DE GENER

EXPOSICIÓ: LLUÏSA VIDAL, PINTORA DEL MODERNISME SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Visita guiada i comentada per Montserrat Cabassa, historiadora de l'art. Un recorregut per l'obra pictòrica dibuixos i il·lustracions d'aquesta artista, dins la pintura catalana moderna.

TROBADA: a la porta principal del MNAC (Museu Nacional d'Art de Catalunya), a les 10:00 del matí.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124

DIUMENGE 15 DE GENER

EXCURSIÓ AL TARRAGONÈS SECCIÓ DE GEOGRAFIA I CIÈNCIES NATURALS / EXFAVEPRO

Visita cultural a la pedrera romana del Mèdol i la vil·la romana de Centcelles.

TROBADA: les 9:30, al bar restaurant de l'àrea de descans de l'AP-7 Mèdol, al km 237.

VOCAL: Jaume Marcé ☎ 934 216 061 / 619 981 476

DISSABTE 21 DE GENER

SORTIDA CULTURAL AL CASTELL DE JALPÍ I LA RUTA DELS AMERICANS

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Visita guiada i comentada al castell de Jalpí (Arenys de Munt), una antiga casa pairal que va ser modificada a finals del s. XIX, i que va adquirir l'aspecte d'un castell. Descobrirem la seva història, les estances nobles, el pati d'armes, el llac i el famós roure de Guernika. La ruta dels indians d'Arenys de Mar, un recorregut per l'arquitectura i la història d'aquells arenyencs que es varen embarcar a l'aventura d'un nou món.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: Pl. Catalunya / Rivadeneyra, a les 8:45.

VOCALS: Mercè Falcó ☎ 933 474 124 i Josefina Garriga ☎ 934 545 769

NOTA: cal haver esmorzat.

DIMECRES 25 DE GENER

ELS JARDINS DE MOSSÈN COSTA LLOBERA SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Passejada pels jardins de les Tres Xemeneies, de Walter Benjamin, de les Hortes de Sant Bertran i les escales de Forestier, de Miramar, de Mossèn Costa Llobera (de plantes suculent i cactus), el mirador del Poble Sec i parc de la Primavera.

TROBADA: estació metro Paral·lel L-3, a les 9:00, davant del Teatre Apollo.

VOCAL: Núria Casals.

DIUMENGE 5 DE FEBRER

SORTIDA CULTURAL A ALCOVER (ALT CAMP) I CALÇOTADA SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Visita guiada del Museu Municipal, de l'església Vella de la Sang, de l'església Nova, part de les muralles, etc.

VOCAL: Josefina Garriga ☎ 934 545 769



Castell de Jalpí (Arenys de Munt).

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 de Açores. A partir d'aquí farem 5 trecs, un cada dia (amb pícnic 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) i una excursió per mar per veure balenes.

ITINERARI:

8 d'abril: vol directe Barcelona - Ponta Delgada.

9 d'abril: Ponta Delgada - albirament de balenes.

10 d'abril: Ponta Delgada – Sete Cidades + Canario + Ponta Delgada.

11 d'abril: Ponta Delgada – Lagoa do Fogo – Ponta Delgada.

12 d'abril: Ponta Delgada – Furnas & Pico do Ferro – Ponta Delgada.

13 d'abril: Ponta Delgada – Faial da Terra – Ponta Delgada.

14 d'abril: Ponta Delgada – Praia da Viola & Ribeira Funda – Ponta Delgada.

15 d'abril: Vol Ponta Delgada – Barcelona.

INSCRIPCIÓ: del 9 al 30 de gener, amb una paga i senyal de 400 €.

NIVELL: ** fàcil / *** certa dificultat / Temps de camí: entre 4-5 h diàries.

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

PLACES: de 10 a 15 persones.

PREU: 1.390 € (+35 € de taxes).

GUIA ACOMPANYANT:

Ferran Alexandri ☎ 696 206 159

ferran@alexandri.cat



Sender carner 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

Es tracta d'un viatge en què a més de conèixer Kàtmandu i la seva vall, coneixerem altres zones fent diverses activitats: 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. També anirem al sud de Nepal, a la selva de Chitwan, on passejarem en elefant per anar a trobar el rinoceront unicorn.

ITINERARI:

7 d'abril: Vol Barcelona – Istanbul – Kàtmandu

8 d'abril: Arribada a Kàtmandu

9 d'abril: Kàtmandu – ràfting – Bandipur

10 d'abril: Bandipur – Pokhara - Kande. Tresc Kande – Tolka (1.750 m)

11 d'abril: Tresc Tolka – Landruk (1.565 m) – Ghandruk (1.940 m)

12 d'abril: Tresc Ghandruk – Nayapul (1.070 m). Trasllat a Pokhara

13 d'abril: Pokhara – Selva de Chitwan

14 d'abril: Selva de Chitwan

15 d'abril: Selva de Chitwan – Kàtmandu

16 i 17 d'abril: Kàtmandu

18 d'abril: Vol Kàtmandu – Istanbul – Barcelona

INSCRIPCIÓ: del 9 al 30 de gener, amb una paga i senyal de 400 €.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps de camí: entre 4-6 h diàries.

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

PLACES: de 10 a 15 persones.

GUIA ACOMPANYANT:

Pau Quesada ☎ 655 052 712

p_quesada@hotmail.com



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

ALTRES ACTIVITATS

DEL 27 D'ABRIL A L'1 DE MAIG

VIATGE DE PRIMAVERA A LIÓ I LA VALL DEL ROINE SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

ITINERARI: visita a Mornats, Lió, Saint Étienne, Viena del Delfinat, Crémieu, les coves de La Balme, Pérouges, Valença, Nîmes.

VIATGE: amb autocar.

PLACES: mínim 20 persones.

PAGA I SENYAL: 300 € a partir del 16 de gener.

VOCAL: Mercè Falcó ☎ 933 474 124

DIJOUS 12, 19, 26 DE GENER

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

ACTIVITATS A LA SALA D'ACTES

DILLUNS 9 DE GENER

VIDEOTERTÚLIA SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Projecció oberta per a comentar i aprendre.

A CURA DE: Gabriel Bohigas i Jordi Micó.

HORA: 19:30

DIMECRES 11 DE GENER

PROJECCIÓ: VENÈCIA, PALERM I MONTREAL

SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

Projecció d'un viatge de Joaquim Ferràndiz i Pilar Umbon.

A CURA DE: Joaquim Ferràndiz.

HORA: 19:00



FOTO: PIERRE MEYER

DIJOUS DIA 12 DE GENER

XIMPANZÉS I HUMANS: CONFLICTE O COEXISTÈNCIA DINAMITZACIÓ SOCIAL

Conferència d'una veterinària i investigadora per a la conservació dels ximpanzés a Sierra Leone.

A CURA DE: Rosa Garriga, de SOS Primates.

HORA: 19:30

DILLUNS 16 DE GENER

CLOENDA DEL 26 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.

HORA: 19:30

DIMECRES 18 DE GENER

CONFERÈNCIA SOBRE ESPANYA DINAMITZACIÓ SOCIAL

"Demostració que el Reino de España va començar en 1870". Es mostraran documents antics sobre els títols emprats per reis hispànics, sobre el significat d'Espanya i sobre el regne de Catalunya.

A CURA DE: Marcel Mañé.

HORA: 19:00

DIJOUS 19 DE GENER

GEL VERTICAL

Un passeig pel món de l'alpinisme glacial. Coneixerem l'evolució d'una de les especialitats menys conegudes de l'alpinisme, la seva evolució, els personatges clau i, a més, recorrerem des de les clàssiques ascensions dels Alps fins a algunes de les cascades de gel més boniques i difícils del món.

A CURA DE: Joan Quintana i Paredes, un dels alpinistes glacials més coneguts d'Espanya, amb una experiència de més de 30 anys d'alpinisme glacial.

HORA: 19:30

DILLUNS 23 DE GENER

UNA PASSEJADA PER CÒRDOVA SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

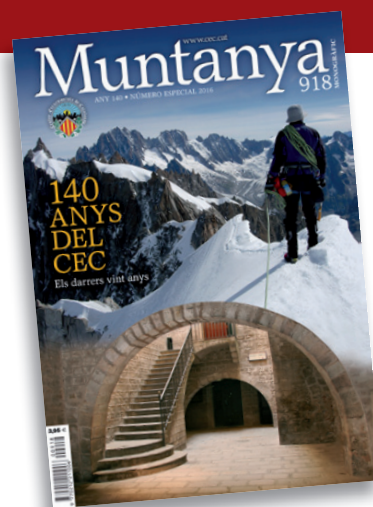
Estrenem *Una passejada per Còrdova* (2016, 32 min), de Josep Fràbregas, del gènere viatges. També complementarem la sessió amb *Chicago* (2014, 45 min).

HORA: 19:30

DIMARTS 24 DE GENER

140 ANYS DEL CEC

Presentació del monogràfic de la revista *Muntanya* dedicat als 140 anys del Centre. També es projectarà un audiovisual amb fotografies que reflecteixen la història de l'entitat.



PRESENTACIÓ DE: Ton Barnils, director general del CEC.

INTERVINDRAN: Josep M. Puente, president del CEC; Ferran Alexandri, director de *Muntanya*, i Berenguer Vidal, director de l'AFCEC.

HORA: 19:30

DIMECRES DIA 25 DE GENER

PRESENTACIÓ DE LA FUNDACIÓ PRASAD DINAMITZACIÓ SOCIAL

Presentació de la Fundació PRASAD, un projecte solidari que actua en una zona rural de l'Índia. Hi haurà acompanyament musical en directe amb la cantant Lola Torrija i la pianista Elisabeth Raspall.

A CURA DE: Carme Aràjol.

HORA: 19:00

DIJOUS DIA 26 DE GENER

RECORDATORI PER JOSEP MARIA MÈRIDA DINAMITZACIÓ SOCIAL

Projecció d'un audiovisual de l'activitat muntanyenca al llarg de la vida de Josep M. Mèrida i la seva dedicació a la nostra entitat com a president de la Secció de Muntanya.

A CURA DE: els seus antics companys.

HORA: 19:30

BAGATGE DE CANÇONS SECCIÓ D'HISTÒRIA I ART

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

A CURA DE: Palmira Viaplana.

HORA: 18:00

DIJOUS 2 DE FEBRER

5.000 PASSES SECCIÓ DE MUNTANYA SECCIÓ DE CINEMA I VÍDEO

Film argumental original del soci Marçal Mora: *5.000 passes* (1999, 50 min), realitzat al refugi d'Ulldeter. Combinació de cinema negre i homenatge a la muntanya, on el protagonista trobarà sortida a tots els problemes.

HORA: 19:30

ELS CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

INSCRIPCIONS OBERTES

ESTADA FORMATIVA I CURS D'ESCALADA EN GEL A COGNE

SESSIÓ TEÒRICA: 22 de desembre.

SORTIDA PRÀCTICA: de l'1 al 5 de gener.

OBJECTIUS: coneixements tècnics per escalar en gel amb autonomia. Tècniques progressió en gel. Aquest curs es realitza a la zona de Cogne, als Alps italians. Aquesta zona és ideal per a la iniciació amb nombroses cascades fàcils i a pocs minuts del cotxe.

PLACES: 4

PREUS: 594 € (socis CEC)
657 € (no socis).



CURS D'INICIACIÓ A L'ALPINISME

SESSIONS TEÒRIQUES: 10 i 31 de gener.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 14-15, 21-22 i 28-29 de gener.

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

PLACES: de 6 a 12.

PREUS: 250 € (socis CEC)
300 € (no socis).

CURS D'INICIACIÓ A L'ESQUÍ DE MUNTANYA

SESSIONS TEÒRIQUES: 9 de gener.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 14 i 15 de gener.

OBJECTIUS: ascensions amb esquís de muntanya de baixa i mitjana dificultat. Planificació d'itineraris segons les condicions nivològiques i climatològiques. Aquest curs està enfocat a totes aquelles persones que tinguin coneixements d'esquí i que sàpiguin esquiar bé en una estació d'esquí i habitualment facin ascensions de muntanya a l'estiu.

PLACES: 6

PREUS: 103 € (socis CEC)
127 € (no socis).



PERFECCIONAMENT D'INICIACIÓ A L'ESQUÍ DE MUNTANYA

SORTIDA PRÀCTICA: 28 de gener

OBJECTIUS: Consolidar coneixements del curs d'iniciació d'esquí de muntanya.

PLACES: de 4 a 6

PREUS: 72 € (socis CEC)
88 € (no socis).

CURS DE TÈCNiques DE DESCENS D'ESQUÍ EN NEUS NO TRACTADES

SORTIDA PRÀCTICA: 21 i 22 de gener.

OBJECTIUS: l'objectiu del curs és proporcionar les eines bàsiques per poder fer descensos amb la màxima seguretat per a qualsevol tipus de neus no tractades dins els dominis esquiables de les estacions d'esquí.

PLACES: de 6 a 8

PREUS: 130 € (socis CEC)
160 € (no socis).

CURS DE CARTOGRAFIA DIGITAL I GPS

SESSIONS TEÒRIQUES: 13, 16, 20 i 23 de gener i 2 de febrer.

SORTIDA PRÀCTICA: 29 de gener.

OBJECTIUS: dirigit a totes aquelles persones que practiquen activitats a l'aire lliure i que volen aprofitar les novetats que ha aportat la tecnologia, com l'ús de la cartografia digital i del GPS.

PLACES: de 5 a 8

PREUS: 99 € (socis CEC)
122 € (no socis)



PERFECCIONAMENT TÈCNIC D'ALPINISME A ANDORRA

SORTIDA PRÀCTICA: 8 de gener.

OBJECTIUS: consolidar coneixements del curs intensiu d'iniciació a l'alpinisme.

PLACES: 4

PREUS: 72 € (socis CEC)
88 € (no socis).



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.

EXTRAESCOLAR D'ESCOLA D'ESCALADA DEL CEC



- A partir de l'11 de gener
- Cada dimecres de 17.30 a 19:00

ACTIVITATS FAMILIARS



Construcció d'iglús a la Molina

- dissabte 21 de gener



GRUP DE MUNTANYA

QUATRE COLUMNES

ESPLAI DEL CEC

GRUP PETITS:

Excursió al castell de la Popa

- dissabte 28 de gener

GRUP MITJANS I GRANS:

Sortida de raquetes de neu

- dissabte 28 de gener

GRUP JOVENT:

Estada al Port del Comte amb esquís de muntanya

- del 20 al 21 de gener

