



Butlletí

JUNY 2018

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

1r Aplec de les Pedres



Ruta Lluís Marià Vidal o la meravellosa història de les pedres que escriuen i parlen

El proper diumenge 3 de juny, el Centre Excursionista de Catalunya organitza el 1r Aplec de les Pedres a Vilanova de Meià. Aquesta primera edició de l'aplec s'emmarca dins del Primer Congrés del Patrimoni Miner, Història de la Mineria i Història de la Geologia a Catalunya. Sumant-nos al congrés retrem homenatge a Lluís Marià Vidal i Carreras, gran pare de la geologia i mineria a Catalunya amb prestigi i reconeixement a tota Europa, president del CEC a finals del segle XIX i gran impulsor de

l'excursionisme científic i cultural.

L'aplec tindrà lloc a Vilanova de Meià per tal de poder recrear, entre moltes altres activitats, la descoberta de Lluís Marià Vidal de les pedres que escriuen, pedres calcàries litogràfiques útils per a la impressió de paper, i que parlen, amb l'idioma dels seus fòssils excepcionals.

L'acte central de l'aplec serà un dinar popular a l'ermita de Meià. Durant tot el dia hi haurà visites guiades, excursions, sortides de trailrunning i escalada, tallers, etc. És un acte obert a tothom, ideal per a famílies i infants i amb voluntat de fer club i de difondre la ciència ciutadana entre els excursionistes.

PROGRAMA

- **Trobada** a les 11 h a l'ermita de la Mare de Déu de Meià.
- **Activitats lúdico-educatives** per a infants i adults vinculades a la geologia i a la mineria (tallers, visita guiada per la vila de Meià, parades de promoció, minerals, artesanía i productes locals)...
- **Actes protocol·laris** a càrrec de Xavier Terré, alcalde de Vilanova de Meià, Josep Maria Mata, director del Congrés, i d'Albert Vidal, vocal de Ciència de la Junta del CEC.
- **Dinar popular** a càrrec del restaurador Sergi de Meià del restaurant homònim de Barcelona.
- **Actuació** de la coral de Vilanova de Meià.

ITINERARIS:

- Excursió familiar
- Trailrunning
- Escalada a la Roca dels Arcs
- Itinerari cultural
- Excursió al Jaciment paleontològic la Cabroa

Benvinguda als nous socis protectors

Laura Prieto Murtra
Carles Colomer Casellas

En la darrera Assemblea General del Centre Excursionista de Catalunya es va decidir potenciar la figura del soci protector, creada per contribuir al sosteniment de l'entitat mitjançant una quota anual de 180 €. El canvi de modalitat a soci protector es pot sol·licitar en qualsevol moment de l'any a: atenciosoci@cec.cat.

SORTIDES

EXCURSIONISME

DIUMENGE, 3 DE JUNY

LA TORRE DE MIR (ESPINAVELL)

ITINERARI: Espinavell, coll Pregon, torre de Mir, Espinavell.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h / Desnivell: 400 m.

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: Balmes / Bergara, 06:45 h.

VOCALS: Montserrat Gimenez i Jordi Canosa.

DIJOUS, 7 DE JUNY

STA. MARIA DE VALLVIDRERA - FONT DE LA BUDELLERA

Matinal pels voltants de Vallvidrera.

ITINERARI: àrea de lleure de Santa M. de Vallvidrera, font de Santa Bàrbara, revolt de les Monges, font de la Budellera, camí dels Tilers, coll de la Vinyassa, coll del Gravat, Centre d'Informació de Collserola i visita opcional a vil·la Joana.

INSCRIPCIONS

Per assistir a les sortides que organitza el CEC és imprescindible inscriure's a Atenció al Soci, ja sigui presencialment, per telèfon o mitjançant el web.

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME	2
EXCURSIONISME CIENTÍFIC	3
BTT	3
ESQUÍ DE MUNTANYA	3
CAIAC	4
TRAIL RUNNING	4
SORTIDES I PASSEJADES CULTURALS	4
INFANTS	4
JOVES	5
ALTRES ACTIVITATS	5
ESTIU 2018	6
CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA	7



NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació FGC de plaça Catalunya / Pelai, 09:00 h.

NOTA: dinar opcional al bar Pinya 2, de l'àrea de lleure de Santa M. de Vallvidrera.

VOCAL: Núria Casals.

DISSABTE, 9 DE JUNY

CAMINS DE RONDA - GR 92 TORREDEMBARRA - TARRAGONA

Des de l'estació de Torredembarra fins a Tarragona pel litoral.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivell: + 449 / - 426 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació RENFE de Sants (davant les taquilles de trens regionals), 07:15 h. El tren surt a les 07:33 h.

NOTA: cal dur aigua, esmorzar, dinar, motxilla, botes de muntanya, bastons i roba de bany per aquells que desitgin banyar-se en una platja o cala.

VOCAL: Albert Gras Simó.

DISSABTE I DIUMENGE 16 I 17 DE JUNY

CIM DE LA COMA DEL FORN (2.685 M) PER L'ESTANY DE LA GOLA I ELS TRES ESTANYS

Començarem l'excursió des d'on s'acaba la pista de l'aparcament del pont de Graus, vorejant un camí que puja a l'estany de la Gola. Seguirem en direcció als Tres Estanys i pujarem al coll i al cim de la coma del Forn amb molt bones vistes.

Baixarem al coll i seguirem per la banda esquerra de l'estany de Ventolau on, després d'una baixada molt pronunciada, enllaçarem amb el camí de pujada.

ITINERARI: aparcament passat el pont de Graus (1.800 m), planell de Sartari, estany de la Gola, Tres Estanys, collada de Tres Estanys, pic de la Coma del Forn (2.685 m), collada de Tres Estanys (2.519 m), estany de Ventolau (2.350 m), forat de Ventolau, planell de Sartari

(1.963 m), aparcament (1.800 m).

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Desnivell: 1.000 m.

PERNOCTACIÓ: sí (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

NOTA: cal dur el material habitual per a alta muntanya. Arribat el dia, valorarem la necessitat de grampons. Excursió per gent habituada a l'alta muntanya de nivell mitjà amb fort pendent de baixada.

VOCALS: Josep Pérez i Enric Pelegrin.

DIUMENGE, 17 DE JUNY

COSTA BRAVA: ELS JARDINS DE SANTA CLOTILDE

Visita als jardins de Santa Clotilde i excursió de Lloret a Blanes seguint el GR92.

ITINERARI: Lloret de Mar, cala Banys, castell de Sant Joan, platja Fenals, visita als jardins de Santa Clotilde, ermita de Santa Cristina, platges de Santa Cristina i Treumal, Blanes.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / Distància: 10 km / Desnivell: + 100 m.

VIATGE: amb tren i autobús.

TROBADA: estació RENFE de plaça Catalunya, 07:30 h. El tren surt a les 07:47 h.

NOTA: bitllet d'anada i tornada a Lloret.

VOCAL: Núria Casals.

SADERNES-GORG BLAU-SADERNES

Excursió circular tot seguint la riera de Sant Aniol. En arribar al gorg Blau, pararem a fer un bany i potser ens trobem amb els companys que faran el barranc.

ITINERARI: Sadernes, molí d'en Galceran, cova dels Ermitons, pont de Valentí, molí de Riu, riera de Sant Aniol, el Gomarell, el Goleró, ermita de Sant Aniol d'Aguja, el gorg Blau, ermita de Sant Aniol, Salt de La Núvia, la Quera, ermita de Talaixà, refugi de Talaixà, pont de Valentí, aparcament número 3, castell Sespasa, molí d'en Galceran, Santa Cecília, Sadernes.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Distància: 18 km / Desnivell: +/- 1.100 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

SORTIDES

TROBADA: Fabra i Puig, 07:00 h.

NOTA: cal dur roba còmoda i transpirable, aigua (mínim 2l), impermeable, ulleres de sol, crema solar, gorra, botes de muntanya, bastons (opcional), menjar per esmorzar i dinar, galetes o fruits secs, tovallola i banyador.

VOCAL: Júlia Cabrera.

DIJOUS, 21 DE JUNY

FI DE CURS A SANT POL DE MAR (TOT EL DIA)

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h / Desnivell: nivell de mar.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: càmping Kanguro, ctra. N-II, km. 661,5 (Sant Pol de Mar), 10:00 h.

NOTA: podeu trucar al vocal per a qualsevol informació addicional i per compartir cotxes.

VOCAL: Pere Miró.

DIJOUS, 28 DE JUNY

ROCA COLOM DES D'ULLDETER (TOT EL DIA)

ITINERARI: estació d'esquí de Vallter, portella de Morens, puig Coma Ermada (2.492 m), puig de la Llosa, puig Roques Blanques i Roca Colom (2.509 m).

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Desnivell: 500 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: hostel "La Cabanya", c/ del Rec, 31 Setcases, 09:00 h. Sortirem a les 09:30 h.

NOTA: el vocal coordinarà els cotxes per tal que ningú es quedi sense plaça. Podeu trucar-lo per demanar cotxe o oferir-vos a portar gent. Cal dur crema solar, roba d'abricar, impermeable, guants, ulleres de sol, aigua, frontal de llum, mapes, gps, brúixola, etc.

VOCALS: Jordi Pardo (650015406 · jpar-do2012010@hotmail.com) i Jordi Lloveras.

DISSABTE, 30 DE JUNY

GRA DE FAJOL

ITINERARI: cortal de la Molina, Coma de l'Orri, jaça de Dalt, coll Coma de l'Orri, gra de Fajol, coll de la Marrana, refugi d'Ulldeter, pla dels Hospitalets, estret de Morenç.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 6 h / Desnivell: +/- 600 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: estació RENFE de Fabra i Puig, 07:15 h.

NOTA: cal dur botes de muntanya, crema solar, bastons, roba d'abric, ulleres de sol i gorra o barret.

VOCALS: Jordi Lucea i Joan Manel Arrabal.

ESMORZAR A LA FRESCA: FONT DEL GOS

ITINERARI: font del Gos, font de la Marquesa i passejada pel parc del Laberint.

NIVELL: * molt fàcil / Temps: 2 h (més la visita al laberint).

VIATGE: amb metro.

TROBADA: estació de metro de Mundet, 08:30 h.

VOCAL: Núria Casals.

EXCURSIONISME CIENTÍFIC

DIUMENGE, 10 DE JUNY

EXPLORACIÓ BOTÀNICA VALL DE L'INGLA

Sortida de treball de camp especial de formació per als membres de l'Equip de Recerca Botànica. Ideal per a conèixer ambients diferents i reconèixer les plantes que s'hi fan, sobre el terreny. No cal tenir coneixements botànics, sinó afició i curiositat per a veure indrets nous i conèixer les plantes que hi arrelen. Tenim experts en botànica catalana que ens orienten en la feina.

ITINERARI: de la pista de coll Baixet al torrent de la Mena i retorn.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h / Desnivell: +/- 250 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: c/ John M. Keynes / Diagonal (Metro L3 Palau Reial), 07:00 h.

NOTA: cal dur motxilla, botes de tresc, roba d'abric, impermeable, bastons telescòpics (2), menjar (esmorzar i dinar) i aigua. Llibreta i bolígraf. Material opcional: Guies per a determinar plantes, lupa (x10), brúixola, dispositiu mòbil (tauleta o mòbil) amb l'app Zamiadroid.

VOCALS: Valentí González i Josep Nuet Badia.

BTT

DISSABTE, 9 DE JUNY

BICI-FÀCIL, SILS - GIRONA

Recorregut amb bicicleta entre Sils i Girona.

ITINERARI: Sils, estany de Sils, Caldes de Malavella, Riudellots de la Selva, Fornells de la Selva, Girona.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4,5 h / Distància: 45 km / Desnivell: +350 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació RENFE de Passeig de Gràcia, 07:30 h.

NOTA: cal dur esmorzar i dinar. Les sortides anomenades "Bici-fàcil", per la seva baixa dificultat, són especialment indicades per a persones que s'inicien en la pràctica de la bicicleta. Abans de sortir es recomana comprovar el bon estat de la bicicleta.

VOCAL: Josep Maria Galà.

DISSABTE, 30 DE JUNY

BICI-FÀCIL, HOSTALRIC - BLANES

Recorregut amb bicicleta entre les poblacions de Hostalric i Blanes, per acabar fent un refrescant bany a la platja.

ITINERARI: Hostalric, Fogars de la Selva, Torde-

ra, Blanes.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2,5 h / Distància: 25 km / Desnivell: +200 m.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació RENFE de Passeig de Gràcia, 08:30 h.

NOTA: cal dur esmorzar i dinar.

VOCAL: Josep Maria Galà.

ESQUÍ DE MUNTANYA

DIVENDRES, DISSABTE I DIUMENGE 1, 2 I 3 DE JUNY

ANETO PER L'"ESPALDA"

Dissabte: ascensió a l'Aneto (3.404 m) des de la Besurta (1.900 m). Diumenge: ascensió més curta per la zona de Paderna o Cerler en funció de les condicions nivològiques. En cas de mal temps dissabte es mantindria aquest dia de reserva per l'ascensió a l'Aneto.

ITINERARI:

Dissabte: pàrquing de la Besurta (1.900 m), plan de Aiguallut, vall de Barrancs, espalda de Aneto (3.350 m), Aneto (3.404 m), plan de Aiguallut, la Besurta.

Diumenge: Gallinero (2.728 m) i Cibollés (2.749 m) des de l'Ampriu o Paderna (2.627 m) i baixada pels tubs de Paderna (a escollir en funció de les condicions nivològiques).

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 7-8 h (dissabte); 3-4 h (diumenge) / Desnivell: 1.504 m (dissabte); 900 m (diumenge).

PERNOCTACIÓ: alberg El Run (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: Palau Reial, 15:30 h.

NOTA: cal dur arva, pala, sonda, grampons i piolet. És necessari tenir una bona condició física.

VOCAL: Jordi Aliart.



SORTIDES



CAIAC

DISSABTE I DIUMENGE, 16 I 17 DE JUNY

TRAVESSA: DEL RECÓ (PALS) A PLATJA DEL CASTELL (PALAMÓS)

ITINERARI:

Dissabte: platja de Pals el Recó, Sa Riera, punta de la Creu, cap des Forn, cap Sa Sal, cala d'Aiguafreda, Sa Tuna, punta des Plon, S'Eixugador, Ses Folgarines, cap Rubi, Aigua-blava, cala Tramadiu, cala Marquesa, aigua Xelida, Tamariu.

Diumenge: Tamariu, punta des Burro, cala Gamarus, la Musclera, cala Pedrosa, cap dels Frares, cala Gens, cap de Sant Sebastia, Llafranc, Calella de Palafrugell, puntes dels Forcats i d'Aiguadolça, cala d'en Massoni, cala des Vedell, cala del Crit, cala Bona, cala Estreta, cala Corb, cala Sènia, Foradada, cala Castell (Palamós). Es visitaran al llarg de la ruta la cova del Bisbe, cova d'en Gispert, cova del Tabac, la Foradada.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 6 / 7 h al dia / Desnivell:

PERNOCTACIÓ: camping de Tamariu.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: Fabra i Puig, hora a concretar.

NOTA: cal dur banyador, samarreta, jaqueta impermeable, tovallola i jersei per canviar-se durant la parada, protecció solar, gorra i ulleres de sol, beguda, calçat adient per activitats aquàtiques (lligades al peu), roba de recanvi, tub i ulleres de busseig. Imprescindible saber nedar.

VOCAL: Dolors Gurri.

TRAIL RUNNING

DISSABTE I DIUMENGE 16 I 17 DE JUNY

CURSA DE MUNTANYA PER ETAPES: GARMIN TEAM TRAIL

La Garmin Team Trail és una cursa de muntanya per etapes de 200 quilòmetres a realitzar per equips de relleus en format Non-Stop.

Amb sortida a Castellar de N'Hug i arribada a Sant Cugat del Vallès, la cursa té un recorregut de Nord a Sud dividit en 8 etapes que assenyalen els indrets on poden realitzar-se els relleus.

ITINERARI: des de la sortida a les fonts del Llobregat, passant per la via Nicolau, els jaciments de dinosaures de Fumanya, el camí dels Bons Homes, el camí de l'antic tramvia de Sang, el camí de les Ermites de Queral, la ruta de les colònies del Parc Fluvial del Llobregat, la ruta medieval de l'aigua de la sèquia de Manresa, la ruta del dolmen de Trullàs, el camí de riu Ripoll, fins al camí dels Monjos per arribar a la plaça del monestir de Sant Cugat del Vallès.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 36 h / Distància: 200 km / Desnivell: + 6.141 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: sala social de Castellar de n'Hug.

NOTA: la Comissió de Trail Running configurarà equips que s'adaptin a les voluntats dels diferents corredors, de manera que cadascú pugui córrer tantes etapes com vulgui.

VOCALS: Eliseu Alòs i Òscar Saez.

SORTIDES CULTURALS I PASSEJADES

DIJOUS, 14 DE JUNY

RUTA RASPALL: MODERNISME D'ESTIUIG A CARDEDEU

Passejada guiada per descobrir les cases i torres envoltades de jardí i l'arquitectura civil, i alhora conèixer l'obra de l'arquitecte vallesà Manuel Joaquim Raspall, del que es conserven nombrosos testimonis dels temps d'estiuig.

NIVELL: ** fàcil.

VIATGE: amb tren.

TROBADA: estació RENFE de passeig de Gràcia, 08:50 h. El tren surt a les 09:06 h.

NOTA: bitllet d'anada i tornada a Cardedeu. Dinar opcional al restaurant Nou Can Canyes. Preu del menú: 10 €.

VOCAL: Núria Casals.

DIMECRES, 20 DE JUNY

ITINERARI BOTÀNIC PARCS DE CAN SOLEI I EVARIST ARNÚS DE BADALONA

Passejada per descobrir els parcs de Can Solei i Evarist Arnús d'una manera diferent, seguint un itinerari botànic que permet conèixer una part de la gran diversitat botànica, 25 espècies vegetals algunes de les quals estan protegides i catalogades com a arbres d'interès local.

NIVELL: * molt fàcil.

VIATGE: amb metro.

TROBADA: estació metro de Badalona Pompeu Fabra (línia 2, lila), 09:30 h.

VOCAL: Núria Casals.

DISSABTE, 23 DE JUNY

EL PARC DE CAN RIGAL

Passejada pel parc de Can Rigal, dissenyat seguint criteris de sostenibilitat, amb zona de bosc mediterrani amb pins i alzines i un prat per a activitats lúdiques, el jardí d'Aurea Cuadrado, els horts de camí de la torre Melina i Can Rigal.

NIVELL: * molt fàcil.

VIATGE: amb metro.

TROBADA: estació de metro Zona Universitària (línia 3, verda), 10:00 h.

VOCAL: Núria Casals.

DIMECRES, 27 DE JUNY

COL·LECCIONS D'ART ALS HOTELS DE BARCELONA

Visita a les col·leccions d'art de 4 hotels de l'eix del carrer Enric Granados.

ITINERARI: passejarem per l'eix del carrer Enric Granados i visitarem la col·lecció de pintures i dibuixos de Ricard Opisso de l'hotel Astoria, art induïda i budista de l'hotel Granados, art contemporani de l'hotel H10 Art Gallery i art ètnic i tribal de l'hotel Balmes.

NIVELL: * molt fàcil.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: Palau Robert (passeig de Gràcia / Diagonal), 09:30 h.

VOCAL: Núria Casals.

INFANTS

DISSABTE, 2 DE JUNY

SORTIDA GRUP DE MUNTANYA 4 COLUMNES · TREKKING AQUÀTIC (FINAL DE CURS)

Trekking aquàtic al cor de Catalunya, a l'entorn de la riera de Merlès un emplaçament ideal per fer les primeres passes en el món del barranquisme. D'aquesta manera podrem gaudir d'un dia d'aigua saltant de gorg en gorg per la riera de Merlès de la mà dels nostres responsables voluntaris i guies professionals del CEC.

VIATGE: amb autocar.

SORTIDES

TROBADA: estació d'autobusos de l'estació de Sants, 08:00 h.

NOTA: cal dur esmorzar i dinar, roba d'esport còmode i roba de bany, una muda de recanvi, calçat vell que es pugui mullar, aigua (1L), gorra o similar i crema solar. Tot plegat en una motxilla.

JOVES

DISSABTE I DIUMENGE, 2 I 3 DE JUNY

ASCENSIÓ A L'ANETO

Ascensió a l'Aneto (3.404 m) des de l'hospital de Benasc. Pernocta de dissabte en tendes de campanya en el Portillón Superior (2.870 m).

ITINERARI:

Dissabte: pujada des de l'hospital de Benasc (1.758 m) al Portillón Superior (2.870 m).

Diumenge: pujada a l'Aneto (3.404 m) des del Portillón Superior (2.870 m) i baixada pel mateix itinerari o per Agualluts en funció de les condicions nivològiques.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 4-5 h (dissabte); 5-6 h (diumenge) / Desnivell: +1.112 m (dissabte); +510 m / -1.646 m (diumenge).

PERNOCTACIÓ: tendes de campanya.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: Palau Reial, 07:00 h.

NOTA: cal dur arva, pala, sonda, grampons, piolet, arnès, sac d'hivern, aïllant, roba d'abric, dinar i sopar de dissabte i esmorzar i dinar de diumenge.

Material col·lectiu: tendes de campanya, corda (opcional). És necessari tenir bona condició física.

VOCALS: David Pérez i Guillem Belda.

DIUMENGE, 17 DE JUNY

DESCENS DEL BARRANC DE SANT ANIOL

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 7-8 h / Desnivell: 250 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: Fabra i Puig, 07:00 h.

NOTA: cal dur neoprè complet, casc, arnès, descensor, bagues i motxilla de barrancs.

VOCALS: Guillem Belda i Manel Mingot.

ALTRES ACTIVITATS

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DILLUNS, 4 DE JUNY

PROJECCIÓ DOCUMENTAL "ERNEST COSTA, EL NOTARI DEL PAISATGE"

Documental de 60 minuts d'Antoni Martí realitzat el 2015 sobre Ernest Costa, el fotògraf gironí que posa en valor l'amistat i l'amor al país, un recorregut de 50 anys de feina feta arreu dels Països Catalans.

A CURA DE: Ernest Costa

HORA: 19,30 h.

LLOC: sala d'actes.

DIMARTS, 5 DE JUNY

CONFERÈNCIA: "VIVALDI, EL GRAN RETRATISTA SONOR DE LA NATURA"

A CURA DE: Joan Vives Bellalta, flautista de bec, professor d'història de la música, divulgador musical, periodista i locutor de Catalunya Música.

HORA: 19,30 h.

LLOC: sala d'actes.

DIJOUS, 7, 14, 21 I 28 DE JUNY

TROBADA BOTÀNICA

Trobada per a preparar les sortides de treball de camp i determinar les plantes que hem herboritzat. També tractem temes de botànica i responem preguntes sobre botànica.

HORA: 18:30 h.

LLOC: local social.

VOCALS: Josep Nuet i Valentí González.

DILLUNS, 11 DE JUNY

PROJECCIÓ FILMS SELECCIONATS UNICA 2018

Discussió pública del jurat, veredictes, lliu-

rament de premis i projecció del programa seleccionat que ha de representar Espanya al Concurs Mundial de la UNICA, enguany a Blansko, República Txeca, de l'1 al 8 de setembre.

HORA: 19,30 h.

LLOC: sala d'actes.

DIMARTS, 12 DE JUNY

CONCERT DE LA CORAL CONTRAPUNT

Conjunt de còples catalanes, harmonitzat per a cor i instruments. Director: Albert Roldàn.

HORA: 19,30 h.

LLOC: sala d'actes.

DIJOUS, 14 DE JUNY

"SALVAR ORANGUTANS ÉS A LES TEVES MANS: PROJECTE MELINDUNGI"

L'associació Projecte Melindungi, fundada l'any 2016 per Eba Murua, Gisel·la Majoral, Noemí Dobarro i Maria Figuerola, és una plataforma oberta i multidisciplinària que té com a objectiu la conservació de l'espècie i els seus hàbitats a través de la conscienciació.

HORA: 19,30 h.

LLOC: sala d'actes.

A CÀRREC DE: SOS Primates.

DILLUNS, 18 DE JUNY

PROJECCIÓ AUDIOVISUAL "CENTENARI DELS PREMIS PULITZER"

El passat juny va fer 100 anys que l'editor Joseph Pulitzer va instituir uns premis per estimular l'excel·lència de la premsa escrita, la literatura i la composició musical. El cinema ha versionat 10 obres guardonades: *Matar a un ruiseñor*, *Las uvas de la ira*, *La carretera*, *La edad de la inocencia*, *Lo que el viento se llevó*,

Las horas, *El motín del Caine*, *Heredarás la Tierra*, *El color púrpura*, *El viejo y el mar*.

En aquesta sessió, el cineasta Raül Contel ens presentarà un interessant audiovisual sobre aquests films.

HORA: 19,30 h.

LLOC: sala d'actes.

DIJOUS, 21 DE JUNY

PROJECCIÓ AUDIOVISUAL

Myamar - Birmània (duració: 16'); *L'Atlas marroquí* (duració 25') i *Carnaval de Cadis* (duració 32').

HORA: 19,30 h.

LLOC: sala d'actes.

A CÀRREC DE: Julià Sáez i Corbalán.



ESTIU 2018

FAMÍLIES

CAMPAMENTS DE VACANCES ANTONI GELABERT

DATES: de l'1 al 15 d'agost (existeix la possibilitat de venir només la primera o segona setmana).

LOCALITZACIÓ:

- Vall de Cardós (Pirineu català)
- Valsavarenche, vall d'Aosta (Alps italians)

DIRIGIT A: adults i famílies.



JOVENT

TRAVESSA D'AIGÜESTORTES

Gaudeix d'un entorn privilegiat com és el Parc Nacional d'Aigüestortes, on farem estada als refugis de la nostra entitat acompanyats de guies professionals. Aprenem noves tècniques de progressió així com les bases de l'alpinisme.

DATES: del 14 al 22 de juliol.

DIRIGIT A: jovent de 14 a 17 anys.



INFANTS

CAMPAMENTS INFANTILS DE CATALUNYA

Et convidem a l'acampada del CEC a la Vall d'Àneu, al peu del Parc Nacional d'Aigüestortes i el Parc Natural de l'Alt Pirineu. 8 dies de muntanya, natura i aventura de la mà de l'equip de monitors voluntaris del Centre i dels nostres professionals.

DATES: del 8 al 15 de juliol i del 15 al 22 de juliol.

DIRIGIT A: infants de 6 a 13 anys.



INFANTS

CASAL DE COLLSEROLA

Activitats al Parc Natural de Collserola, piscina a les instal·lacions, tallers de natura, tècniques de seguretat i progressió a la muntanya, jocs d'aigua, jornades al rocòdrom del CEC, iniciació en l'acampada i moltes activitats més.

DATES: del 25 de juny al 27 de juliol i del 3 al 7 de setembre.

DIRIGIT A: infants de 6 a 16 anys.



CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

INSCRIPCIONS OBERTES

CURSET D'INICIACIÓ A L'ORNITOLOGIA

PROGRAMA DEL CURS:

SESSIÓ TEÒRICA: dimecres 9 de maig, de 19:30 h a 21:30 h al CEC (c/ Paradís 10). Introducció a les tècniques d'observació dels ocells. Prismàtics, binocles i telescopis. Fotografia. Guies de camp. Gravacions i sons. Recursos web.

SORTIDES PRÀCTIQUES:

Primera sessió: 13 de maig a Montserrat: ocells de camps, boscos mediterranis i ambients de roca (matinal).

Segona sessió: 20 de maig al Delta de l'Ebre: ocells d'aiguamoll i zones humides (tot el dia).

PLACES:

PREU: socis CEC 40 € (no socis 50 €).

DIRECTOR: Miquel Rafa, biòleg i naturista.

ESCALADA EN ROCA NIVELL 2. VIA LLARGA.

PROGRAMA DEL CURS:

SESSIÓ TEÒRICA: 28 de maig, de 19.30 h a 21:30 h al CEC (c/ Paradís 10).

Presentació del curs. Organització i logística de les sortides pràctiques. Material i equip per l'escalada de vies de varis llargs. Nusos.

SORTIDES PRÀCTIQUES: 2, 3, 9 i 10 de juny, localització a concretar.

NIVELL ESPORTIU MÍNIM: nivell de forma física adequada per a l'activitat. Coneixements en escalada esportiva, grau mínim de 5è.

MATERIAL NECESSARI PER PART DE L'ALUMNE: arnés, casc (inclòs en el preu), peus de gat, material adient, roba adient per l'activitat, cordino, cinta cosida, 4 mosquetons de seguretat, aparell assegurador tipus REVERSO o ATC

PREU: socis CEC 270 € (no socis 330 €).

4T CURS DE FLORA ALPINA

OBJECTIU: estudiar in situ i conèixer les plantes i els hàbitats principals de l'alta muntanya. Aquest curs està dedicat sobretot a l'estudi de les plantes alpines del circ de Morens.

PROGRAMA DEL CURS:

SORTIDES PRÀCTIQUES: del 2 al 6 de juliol. Exploració botànica del pla de la Calma, pic de la Dona, la portella de Mentet, torrent de la Portella, coll de la Marrana, pic de Bastiments, coll de la Geganta, pla de la Regalèssia, font de Morens, Bac Berquins, pla de Vallberquins i la font dels Plans de Dalt.

NIVELL ESPORTIU MÍNIM: forma física mínima que permeti estar i desplaçar-se en un medi d'alta muntanya, amb pujades i baixades fortes, tarteres.

PREU: socis CEC 310 € (no socis 360 €).

INSTRUCTOR: Josep Nuet Badia.

ESTADES FORMATIVES

ESTADA FORMATIVA D'ALPINISME A CHAMONIX

OBJECTIUS: conèixer totes les tècniques de progressió en alta muntanya; aresta, cresta i roca. Experimentar com desenvolupar-se amb seguretat i criteri en terreny alpi.

PROGRAMA DEL CURS:

SORTIDES PRÀCTIQUES: del 15 al 19 d'agost.

Dia 15: repàs de les tècniques d'encordat en glacera.

Dia 16: pràctiques d'encordat en aresta de neu i en cresta de roca pujant a la petita Aiguille Verte.

Dia 17: pràctiques d'aresta de neu i cresta a l'aresta de Lachenal. Caminada fins a Torino i nit al refugi de Torino.

Dia 18: ascens al peu de l'aresta du Rocheford. Sortida i tornada al Refugi de Torino.

Dia 19: cresta d'Entrevers. Retorn a l'aiguille du Midi.

NIVELL ESPORTIU MÍNIM: nivell de forma física adequat per a l'activitat. Recomanable haver realitzat el Curs d'iniciació a l'alpinisme.

PREU: socis CEC 659 € (no socis 825 €).

ESTADA FORMATIVA AL MASSÍS DELS ÉCRINS. ALPS FRANCESOS

OBJECTIUS: conèixer totes les tècniques de progressió en alta muntanya: progressió en neu i gel, en aresta i en roca. Conèixer les tècniques d'encordat en glacera i tècniques d'autorescat. Experimentar com desenvolupar-se amb seguretat i criteri en terreny alpi i conèixer les tècniques d'orientació.

PROGRAMA DEL CURS:

SORTIDES PRÀCTIQUES: del 5 al 10 de setembre.

Dia 5: arribada a la Grave. Pràctiques d'encordat i rescat a la glacera de la Grave.

Dia 6: pujada al cim de la Grave i pràctiques d'encordat en cresta.

Dia 7: pràctiques d'escalada en roca als voltants d'Aillefroide.

Dia 8: ascens al refugi Écrins.

Dia 9: ascens al Dome des d'Écrins.

Dia 10: escalada pels voltants d'Aillefroide (dia de reserva per mal temps).

PREU: socis CEC 693 € (no socis 866 €).



SEGUEIX TOTES LES NOVETATS I CURIOSITATS DE L'ESCOLA



EL PREU DELS CURSOS DE L'EMCEC INCLOU:

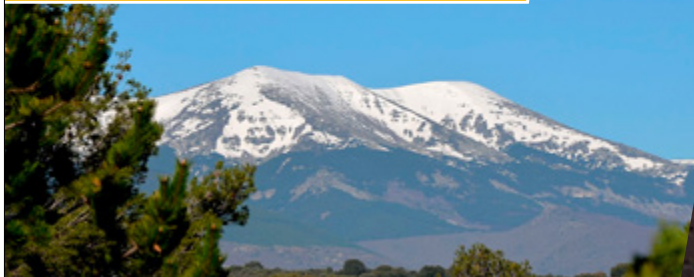
1. **Assegurança d'accidents i RC** (per fer els cursos amb nosaltres sense tenir la targeta federativa).
2. **Lloguer de material gratuït.**
3. Classes teòriques, pràctiques i material tècnic col·lectiu.
4. Instructors tècnics esportius titulats pel Departament d'Ensenyament.
5. Val del **15% de descompte a la botiga Salewa Store** de Barcelona.

Comença l'aventura amb Viatges CEC

Senderisme al Moncayo: llacunes de Neila i la serra d'Urbión

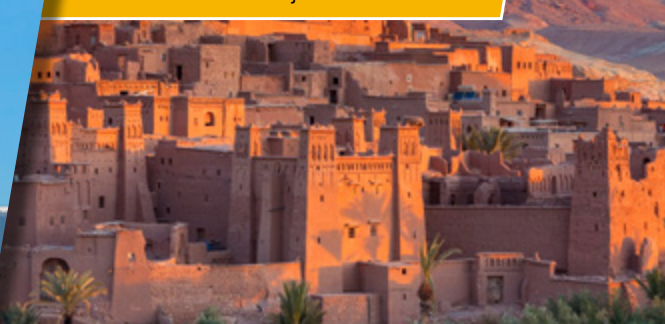
Del 8 al 13 de juliol.

Vocal: Enric Pelegrín



Tresc a l'Antiatles: el Saghro, terra de nòmades

Del 16 al 26 de juliol.



Romania

Del 17 al 25 de juliol.

Vocal: Mercè Falcó



Tour du Mont Blanc

Del 5 al 15 d'agost.



Trekking fins al Camp Base de l'Everest

Del 8 al 23 de novembre.

Ascensió al Mont Blanc

Del 29 de juliol al 5 d'agost

Del 5 a l'11 d'agost

Del 12 al 18 d'agost.



Viatges CEC • Paradís, 10 • 08002 Barcelona • 669 54 4591
viatges@cec.cat • <http://cec.cat/viatges-trekkings>