



Projecte Salardú, hostel de muntanya



Un dels grans projectes del Centre per aquest 2022 és el projecte Salardú, que transformarà l'actual xalet refugi Juli Soler i Santaló en un hostel de muntanya d'última generació a la Vall d'Aran. Per aquest motiu, hem organitzat, prèviament a l'Assemblea General Extraordinària, una jornada participativa dedicada a aquest tema.

Jornada participativa

Dijous 3 de febrer 19h, a la sala d'actes del CEC

Jornada participativa oberta als socis/es de l'entitat amb l'objectiu de compartir plegats els detalls i trets principals d'aquest projecte il·lusionant, així com debatre i resoldre tots els dubtes i qüestions que es puguin plantejar sobre diferents aspectes:

- Característiques diferencials d'un hostel de muntanya
- Encaix de Salardú en el projecte actual del CEC
- Aliats i vinculació amb el territori
- Projecte constructiu i arquitectònic
- Pla de Viabilitat
- Pla de Finançament

En resum, una ocasió perquè tots/es qui hi esteu interessats, pugueu conèixer més a fons una proposta de valor per al present i futur de l'entitat.

Us hi esperem!

Més informació i inscripcions atenciosoci@cec.cat 933 152 311

Convocatòria de l'Assemblea General Extraordinària

Dijous 24 de febrer 19h, a la sala d'actes del CEC

Es convoca una nova Assemblea General Extraordinària del Centre Excursionista de Catalunya. L'acte assembleari es durà a terme a la sala d'actes del Centre (Paradís, 10), de Barcelona, a les segons el següent ordre del dia

- Presentació i aprovació, si es cau, del projecte de reforma del Xalet Juli Soler i Santaló a Salardú, Naut Aran.

Inscriu-te a atenciosoci@cec.cat 933 152 311.

Benvinguda als nous socis protectors

Lluís Carulla Font

SORTIDES

NOTA SOBRE LES ACTIVITATS:

La realització de les activitats queda subjecte a la situació de la pandèmia i les indicacions del Govern i les autoritats sanitàries en cada moment. Caldrà confirmar la seva realització així com la informació actualitzada de les sortides i protocols al web cec.cat o a l'àrea d'atenció al soci.

EXCURSIONISME CLÀSSIC

DIJOUS, 3 DE FEBRER

MONTGRÒS

CICLE: Grup dels dijous.

Ruta circular pel parc natural de la Muntanya de Montserrat, amb ascensió al cim del Montgròs (1.133m) inclòs al llistat dels 100 cims de la FEEC.

ITINERARI: Vinya Nova, clot de la Mònica, collet de l'Artiga Alta, coll dels Pollegons, cova de la Murdela, collet de la Roca Mala, bassal de la Sajolida, serrat de la Sajolida, PR C-78, cim

INSCRIPCIONS

Per participar a les sortides que organitza el CEC és imprescindible inscriure's formalment a través del web, telefònicament o presencialment en horari d'atenció al soci/a: matins de dilluns a dijous de 10:30 a 13 h i tardes de 17 a 21 h i divendres de 10:30 a 13 h.

Imatge de la capçalera: Jordi Santacana

SUMARI

NOTÍCIES	1
SORTIDES	2
EXCURSIONISME CLÀSSIC	2
ALTA MUNTANYA	4
MARXA NÒRDICA	4
TRAIL RUNNING	5
BICICLETA	5
ESQUÍ NÒRDIC	5
ESQUÍ DE MUNTANYA	5
RAQUETES DE NEU	5
CIÈNCIA	6
CULTURA	6
ALTRES ACTIVITATS	7
CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA	8

del Montgròs. Tornada pel mateix recorregut.

NIVELL: **** cal experiència / Distància: 11 km / Desnivell: +/-1.039 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: bar de la gasolinera Bonpreu (just a la sortida 575 de la A-2), 08:20 h (per sortir a les 8:30 h).

VOCALS: Marta Vilalta i Jordi Sumarroca.

GORGS DE LA FEBRÓ: EL GORG, EL GORQUET I LA GORGUINA

CICLE: Grup del dijous.

L'itinerari transcorre pel barranc del Gorg, per on s'obre pas el riu Gorg. El riu va formant diversos gorgs i salts d'aigua fins que desemboca al riu Siurana. Entre aquests gorgs es destaquen tres: El Gorg, el Gorquet i la Gorguina.

ITINERARI: seguint el riu Gorg; el Gorg, el Gorquet i la Gorguina.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 3,5 h / Distància: 11 km / Desnivell: +/-230 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: entre el km 25 i 26 de la carretera T-704 hi ha una pista de terra a l'esquerra on, una mica més endavant es pot deixar el cotxe a una esplanada, 11:00 h.

VOCALS: Elisabet Sagúes.

DIUMENGE, 6 DE FEBRER

EL FERRAN DES D'OIX

CICLE: Trepitjamolses

Oix, riu d'Escales, Santa Maria d'Escales, coll de Terres, el Ferran i retorn a Oix.

ITINERARI: Oix, pont Trencat, Mare de Déu d'Escales, coll de Terres, el Ferran (985 m), Talaixà, Feixes del Vaquer, palanca del Samsó, vall d'Hortmoier, pont Trencat, Oix.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 7 h / Distància: 17 km / Desnivell: +/- 930 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: sortida metro Fabra i Puig / estació Renfe Sant Andreu - Arenal, 06:55 h.

VOCALS: Susana Morán i Emili Rissech.

DIJOUS, 10 DE FEBRER

SANT CUGAT DEL RACÓ

CICLE: Grup del dijous.

Les terres del Bages guarden molts tresors. Farem un itinerari pel romànic, masies, tombes antropomorfes, baumes, i tines en un territori on va ser important la vinya abans de la fil·loxera. En un clima mediterrani de muntanya, trobem un territori esquitxat de petites barraques de vinya fetes de pedra seca i enormes tines amagades a les muntanyes.

ITINERARI: Castelladral, bauma de Comaposa-da, tines de Cal Reixes, tomba de Vilamorós,



font de l'Arç, Santa Maria de les Esglésies, Sant Cugat del Racó, font de l'Arç, Sant Miquel de Castelladral.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 14 km / Desnivell: +/- 630 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: davant l'Església de Sant Miquel de Castelladral (carretera B-423 des de Súria), 10:00 h.

VOCAL: Núria Comas.

ELS CINGLES DE VALLCEBRE

CICLE: Grup del dijous.

Vallcebre és un nucli situat en un altiplà, envoltat per una llarga cinglera calcària en forma d'anell. El nostre itinerari pel PR-C 128 ressegueix els cingles de Vallcebre, una muralla que històricament havia aïllat la població, ja que només era accessible per uns quants graus.

ITINERARI: Vallcebre, Sta. Magdalena, Belians, grau de la Mola, grau del Sastre, Cal menut, engorjat de la foradada, mirador del Cap Deig, la Barceloneta, Vallcebre.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 14 km / Desnivell: +/- 514 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: plaça del Campanar de Vallcebre, 09:00 h.

VOCAL: Teresa Petit.

DISSABTE, 12 DE FEBRER

PELS PLANS DE CONILL

CICLE: Pobles perduts de Catalunya

Itinerari pels plans de Conill, entre ametllers, per conèixer el petit poble que estava format antigament per cinc cases pairals: cal Cinca, cal Frare, cal Palau, cal Pont i cal Vilafranca. Ja fa trenta-cinc anys que el poble de Conill fou completament abandonat, i de llavors ençà, els fets, misteriosos i inexorables, impedeixen

SORTIDES

que el poble torni a la vida. Totes les iniciatives, públiques i privades, per retornar els batecs a Conill han fracassat.

ITINERARI: Claravalls, Altet, ermita Sant Marçal, La Figuerosa, Conill, Claravalls

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h / Distància: 13 km / Desnivell: +/-130 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: plaça Major de Claravalls, 10:00 h.

VOCALS: Núria Comas.

DIUMENGE, 13 DE FEBRER

RACONS OBLIDATS DE LA NOGUERA, CASTELL I ERMITA DE SANTA MARIA DE LA MAÇANA

CICLE: Excursionisme conscient.

Volta circular a les feréstegues serres de lo Vilot, al voltant del barranc de Feixans. És una zona molt panoràmica, envoltada per les magnífiques parets de la serra de Montroig i Penalta. El castell i l'església de Santa Maria de la Maçana són un petit tresor perdut en aquestes terres.

ITINERARI: els aiguamolls, la Maçana, Les Bogues, barranc de Feixans, castell de la Maçana, ermita de Santa M. de la Maçana, forest de l'obaga de la Maçana, La Maçana.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h / Distància: 10 km / Desnivell: +/-400 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: Palau Reial, 07:00 h.

VOCALS: Pilar Casals.

DIMARTS, 15 DE FEBRER

PUIG DE BASSEGODA

CICLE: Grup del dijous.

Circular per la Garrotxa amb ascensió al puig de Bassegoda (1.373 m), esplèndid mirador a 360°.

ITINERARI: la Plana de Ca n'Agustí, Mare de Déu de les Agulles, Caire de Comadells, puig de Bassegoda (1.373 m), pla de la Bateria, coll de Principi, corral de Principi, Mare de Déu de les Agulles, plana de Ca n'Agustí.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 7 h / Distància: 12 km / Desnivell: +/-850 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: aparcament de Sadernes, 08:30 h. Des d'aquí anirem fins la plana de Ca n'Agustí per iniciar l'excursió a les 9 h.

VOCAL: Jordi Masip.

DIJOUS, 17 DE FEBRER

Serra de Prades. La vall del riu Glorieta

CICLE: Grup del dijous.

Ruta per les muntanyes de Prades amb la que coneixerem la part baixa i mitja del riu Glorieta. Sortint d'Alcover, pujarem per la vall del riu Glorieta, un itinerari escènic que uneix tant valors naturals com patrimonials de gran bellesa. La caminada segueix antics corriols que travessen alzinars i boscos de ribera ben conservats, alhora que gaudirem de vistes esplèn-

dides de les muntanyes mentre creuem els diferents estatges geològics del Triàsic. També visitarem diferents tolls i cascades que el riu Glorieta forma al seu curs alt.

ITINERARI: Alcover, el Molí Nou, font del Pi, ermita del Remei, mas de la Xarrumba, Central Hidroelèctrica del Glorieta, niu de l'Àliga, fonts del Glorieta, mirador del Toll, mas de Tinet, ermita de les Virtuts, mas de Montravà, el Molí Nou, Alcover.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 8 h / Distància: 17 km / Desnivell: +/- 700 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: aparcament del pavelló municipal d'esports d'Alcover (avinguda de Miquel Martí i Pol), amb temps suficient per començar a caminar puntualment a les 9:00 h.

VOCAL: Josep Agelet i Emili Rosell.

VOLTA PER CAMPS D'AMETLLERS FLORITS

CICLE: Grup del dijous.

ITINERARI: Maldà, Maldanell, Llorenç de Rocafort, Maldà.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 16 km / Desnivell: +/-350 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: bar del Centre de Maldà, 09:20 h.

VOCAL: Ramon Vilardaga.

DISSABTE, 19 DE FEBRER

DOS PARCS, CINQ AQÜEDUCTES I DUES FONTS

CICLE: Calaix de sastre.

Caminada que comença al parc de Can Cuiàs i acaba al barri de Trinitat Nova i que permet veure 5 trams de l'aqüeducte del Vallès i dues fonts i un nou parc.

ITINERARI: parc de Can Cuiàs, mirador de l'Estrella, aqüeducte del Torrent del Bosc Llarg, aqüeducte del Torrent de la Font Muguera, el nou parc de l'Aqüeducte de Ciutat Meridiana inaugurat el 28 de juny de 2021, font Muguera, plaça dels Eucaliptus, aqüeducte del Torrent de la Torre Vella, aqüeducte del carrer Ller-

na, parc i font Apol·lo, aqüeducte del carrer de Palau-Solità, casa de l'Aigua de Trinitat Nova.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3,5 h / Distància: 10 km / Desnivell: +/-200 m.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: estació metro de Can Cuiàs (línia 11, sortida circumval·lació), 10:00 h.

VOCALS: Núria Casals.

DIJOUS, 24 DE FEBRER

SANTA PAU, SANT ABDÓ I ST. SENÉN, ST. JULIÀ DEL MONT I ST. MARTÍ VELL

CICLE: Grup del dijous

És una excursió que transcorre per les muntanyes situades damunt de Santa Pau (La Garrotxa) i que ens permetrà visitar indrets emblemàtics de la zona com l'ermita dels sants Abdó i Senén, el cim i la seva ermita de Sant Julià del Mont - punt més alt de l'excursió amb els seus 910 m- i baixarem cap a l'ermita de St. Martí Vell abans de retornar a Sta. Pau. És fàcil de fer però té força trams amb grimpades/desgrimpades i anem per boscos espessos.

ITINERARI: carrer del Pont, nucli del Mascou, casa de la Boixeda, coll de la Boixeda (666 m), ermita dels Sants Abdó i Senén situada al turó de Puigsacreu (769 m), ermita de St. Julià del Mont (905 m), cim de Sant Julià del Mont (910 m), coll de Satrapa, Sant Martí Vell, Sta. Pau.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 7 h / Distància: 14 km / Desnivell: +/- 660 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: aparcament municipal de Sta. Pau, 09:15 h.

VOCALS: Jordi Pardo i Jordi Lloveras.

RUTA DE SANT MAURICI, GRAN CAMÍ A VIDRERES (VIA AUGUSTA) I CAMÍ DE L'AIGUA

CICLE: Grup del dijous

De Caldes de Malavella a Sils per la ruta de Sant Maurici, la Via Augusta i el Camí de l'Aigua.



SORTIDES

NOTA SOBRE LES ACTIVITATS:

La realització de les activitats queda subjecte a la situació de la pandèmia i les indicacions del Govern i les autoritats sanitàries en cada moment. Caldrà confirmar la seva realització i la informació actualitzada de les sortides i protocols al web cec.cat o a l'àrea d'atenció al soci.

ITINERARI: Caldes de Malavella, termes romanes del puig de Sant Grau, ruta arqueològica del Camp dels Ninots, camí de Sant Maurici, bosc de Sant Maurici, castell de Malavella i Santuari de Sant Maurici, riera de Malavella, pantà de Can Llop, Vidreres, camí de l'Aigua, estació de Sils.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / Distància: 11,4 km / Desnivell: + 120 / - 138 m.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: Davant les taquilles de l'estació de Rodalies de Clot-Aragó, 07:00 h (el tren surt a les 7:25 h).

VOCALS: Albert Gras i Pere Miró.

DISSABTE, 26 DE FEBRER

LA VALL DE CAN CARRERES

CICLE: Calaix de sastre

Excursió per la vall de Can Carreres de Sant Boi de Llobregat.

ITINERARI: Can Codina, Santa Bàrbara, Roques Blanques, Can Carreres Vell, vall de Can Carreres, estret de Roques, camí de l'Angle, coll de Biscarrí, camí de Can Cartró, Can Palós, Can Pubill, Santa Bàrbara

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h / Distància: 12 km / Desnivell: +/-250 m.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: estació FGC Molí Nou- Ciutat Cooperativa, 09:00 h (el tren surt de plaça Espanya a les 8:43 h).

NOTA: cal portar esmorzar i dinar.

VOCAL: Núria Casals.



ALTA MUNTANYA

DISSABTE I DIUMENGE 19 I 20 DE FEBRER

AMITGES

CICLE: Cicle avançat d'ascensions d'alta muntanya.

Segona ascensió d'un cicle de 3 activitats d'ascensions hivernals progressives.

ITINERARI:

Dissabte: Amitges, parc nacional d'Aigües Tortes i estany de Sant Maurici (Pallars Sobirà).

Diumenge: Refugi d'Amitges, coma d'Amitges, coll d'Amitges. Retorn: pic d' Amitges, refugi d'Amitges, estany de Ratera, estany de Sant Maurici, Espot.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 3 h (dissabte), 6,5 h (diumenge) / Distància: 6 km (dissabte), 9,5 km (diumenge) / Desnivell: +/- 450 m (dissabte), + 500 / - 950 m (diumenge).

PERNOCTACIÓ: refugi d'Amitges (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: sortida de Metro Palau Reial (costat muntanya), 06:55 h.

VOCALS: Emili Rissech i Susana Morán.

MARXA NORDICA

DIMARTS, 1 DE FEBRER

TORRENT DE COLOBRERS

CICLE: Posa't en forma amb la marxa aquàtica Passejada amb Marxa Nòrdica per un indret molt bonic al costat del riu Ripoll.

ITINERARI: plaça Espanya, baixada cap al riu Ripoll, torrent de Colobrers. Tornada per l'altre cantó del riu a plaça Espanya.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / Distància: 10 km / Desnivell: +/- 150 m.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: sortida de l'estació RENFE, FGC de plaça Espanya de Sabadell, 09:00 h.

VOCALS: Maite Pont i Dolors Gurri.

DIMECRES, 2 DE FEBRER

1R TALLER D'INICIACIÓ DE FEBRER

CICLE: Tallers d'iniciació a la marxa nòrdica

ITINERARI: volta pel parc de Can Dragó.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: sortida de l'estació de Sant Andreu Arenal, 18:00 h.

VOCAL: Amadeu Julià.

DIMECRES, 9 DE FEBRER

1R TALLER DE PERFECCIONAMENT DE FEBRER

CICLE: Tallers de perfeccionament de la Marxa Nòrdica

ITINERARI: des del velòdrom d'Horta, carretera de les Aigües, tornada al velòdrom.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h / Distància: 8 - 10 km / Desnivell: +/- 300 m.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: Metro Mundet costat muntanya (línia verda), 18:00 h.

VOCAL: Amadeu Julià.

DIMECRES, 15 DE FEBRER

ALGUNES FONTS DE COLLSEROLA AMB MARXA NÒRDICA

CICLE: Posa't en forma amb la marxa nòrdica. Recorregut a Collserola, per fer marxa nòrdica tot descobrint fonts.

ITINERARI: Canyelles, font Santa Eulàlia, coll Ventosa, forat del Vent, font Can Lloses, torrent Sant Iscle, font Vella.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 3,5 h / Distància: 11 km / Desnivell: +/-363 m.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: metro de Canyelles (prop de la plaça Karl Marx), 09:00 h.

VOCALS: Maite Pont i Dolors Gurri.

DIMECRES, 16 DE FEBRER

2N TALLER D'INICIACIÓ DE FEBRER

CICLE: Tallers d'iniciació a la marxa nòrdica

ITINERARI: volta pel parc de Can Dragó.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: sortida de l'estació de Sant Andreu Arenal, 18:00 h.

VOCAL: Amadeu Julià.

DIMECRES, 23 DE FEBRER

2N TALLER DE PERFECCIONAMENT DE FEBRER

CICLE: Tallers de perfeccionament de la Marxa Nòrdica

ITINERARI: des del velòdrom d'Horta, carretera de les Aigües, tornada al velòdrom.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h / Distància: 8 - 10 km / Desnivell: +/- 300 m.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: Metro Mundet costat muntanya (línia verda), 18:00 h.

VOCAL: Amadeu Julià.

SORTIDES



TRAIL RUNNING

DIUMENGE, 20 DE FEBRER

ENTRENAMENT TRAIL RUNNERS

CICLE: Córrer per Catalunya i més.
 Trobada amb runners a prop de Barcelona.
ITINERARI: circular: sortirem de la plaça Mireia i farem una ruta pels corriols propers.
NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 3-4 h / Distància: 16 km / Desnivell: +/-620 m.
VIATGE: amb cotxes particulars.
TROBADA: plaça Mireia, 09:00 h.
VOCALS: Lali Pineda, Jordi Amigó i Jaume Soler.

BICICLETA

DISSABTE, 5 DE FEBRER

CASTELL DE SANT ISCLE I LLAC DEL CIGNE

CICLE: Pedalant per Catalunya.
 Ruta circular en BTT per la comarca de la Selva.
ITINERARI: Caldes de Malavella, PGA Golf, Vidreres, castell de Sant Iscle, pantà i torre d'en Llobet, La Goba, ermita de Sant Sebastià, llac del Cigne, Caldes de Malavella.
NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 40 km / Desnivell: +/-400 m.
VIATGE: amb transport públic.
VOCALS: Dolors Gurri i Josep M. Galià.

DISSABTE, 19 DE FEBRER

TORREDEMBARRA-TARRAGONA

CICLE: Bici fàcil.
 Bicicleta per la comarca del Tarragonès.
ITINERARI: Torredembarra, castell de Altafulla, el Medol, Tarragona romana.
NIVELL: ** fàcil / Temps: 6 h / Distància: 30 km / Desnivell: +/-160 m.

VIATGE: amb transport públic.
TROBADA: taquilles Renfe de passeig de Gràcia, 07:30 h (el tren surt a les 7:54 h). Bitllet a Torredembarra (regional exprés a Tortosa).
VOCAL: Josep Maria Galià.

ESQUÍ NÒRDIC

DE DIVENDRES 4 AL DIUMENGE 6 DE FEBRER

ESQUÍ DE FONTS A LLANOS DEL HOSPITAL I ESQUÍ ALPÍ A CERLER

CICLE: Amb els esquís als peus
 Esquiada a les pistes d'esquí de Llanos del Hospital i de Cerler. Recorregut en funció del nivell.
ITINERARI: els recorreguts marcats de les pistes d'esquí.
NIVELL: en funció de l'habilitat física i el recorregut escollit.
VIATGE: amb autocar.
TROBADA: Palau Reial, 17:00 h.
PERNOCTACIÓ: hotel Llibrada de Benasc (MP).
VOCALS: Emília Viladoms i Lali Pineda.

DISSABTE I DIUMENGE,
 19 I 20 DE FEBRER

CAP DE SETMANA D'ESQUÍ NÒRDIC A ANDORRA I L'ALT URGELL

CICLE: Amb els esquís als peus
 Esquiada pels itineraris marcats de les pistes d'esquí nòrdic a Andorra i l'Alt Urgell. Sortida conjunta amb el grup de raquetes de neu.
ITINERARI: pistes d'esquí nòrdic de la Rabassa (Andorra) i St. Joan de l'Erm (Alt Urgell).
NIVELL: en funció de l'habilitat física i el recorregut escollit.

PERNOCTACIÓ: hotel Avinguda de la Seu d'Urgell (MP).
VIATGE: amb autocar.
TROBADA: Palau Reial, 06:30 h.
VOCAL: Jordi Ollé.

ESQUÍ DE MUNTANYA

DIUMENGE, 6 DE FEBRER

PETIC PERIC I MONT LLARET

CICLE: Cicle avançat d'esquí de muntanya - Repte travessa
 Ascensió al Petit Peric (2.690 m) des d'els Angles
ITINERARI: els Angles (aparcament cota 1.830 m), estany de la Balmeta, cabana de la Balmeta, petit Peric, cabana de la Balmeta, Mont Llaret, els Angles.
NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6-7 h / Distància: 18,5 km / Desnivell: +/-1.150 m.
VIATGE: amb cotxes particulars.
TROBADA: plaça de l'estació de Puigcerdà (Renfe), 08:30 h.
NOTA: reunió telemàtica el 03/02/22.
VOCAL: Jordi Aliart.

DISSABTE I DIUMENGE,
 12 I 13 DE FEBRER

SORTIDA D'ESQUÍ DE MUNTANYA AL CAP DE LA COMETA DEL FORN I ROC MELER

CICLE: Cicle avançat d'esquí de muntanya - Repte travessa.
 Foquejarem als cims de la Cometa del Forn i el Roc Melé 2.815 m, cims fronterers entre França i Andorra. El descens serà molt agraït per bones pales d'orientació sud.
ITINERARI: pàrquing de l'antiga frontera FR-Andorra, Cometa del Forn, roc Melé, pàrquing de l'antiga frontera d'Andorra.
NIVELL: **** cal experiència / Temps: 6-8 h / Distància: 11 km / Desnivell: +/- 1.150 m.
PERNOCTACIÓ: alberg de Joventut de la Generalitat de la Molina o al Xalet- refugi de la UEC La Molina (MP).
VIATGE: amb cotxes particulars.
TROBADA: avinguda Diagonal- Palau Reial (L3 Barcelona), 16 h.
VOCAL: Pol Martínez.

RAQUETES DE NEU

DISSABTE I DIUMENGE
 19 I 20 DE FEBRER

RAQUETES DE NEU LA RABASSA - SANT JOAN DE L'ERM

CICLE: Amb les raquetes als peus.
 Raquetes de neu per camins marcats.
ITINERARI:
Dissabte: Fontpedrós des de la Rabassa.
Diumenge: Sant Joan de l'Erm, refugi de la

SORTIDES

Basseta, bosc de la Creuilla, pla d'en Guillemet, turó de la Portella, coll de Seix, pista de Santa Magdalena.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h (dissabte), 5 h (diumenge) / Distància: 10 km (dissabte), 10 km (diumenge) / Desnivell: +/-360 m (dissabte), +/-410 m (diumenge).

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: Palau Reial, 06:30 h.

VOCAL: Juanma Arrabal.

CIÈNCIA

DISSABTE, 2 DE FEBRER

EXPLORACIÓ BOTÀNICA A TORRELLES DE LLOBREGAT (EL BAIX LLOBREGAT)

CICLE: Sortides de treball de camp.

Sortida de treball de camp per a buscar el màxim nombre de plantes diferents d'un indret (Projecte FitoCAT). Sortida ideal per a conèixer ambients diferents i reconèixer les plantes sobre el terreny. No cal tenir coneixements botànics, sinó afició i curiositat per a veure indrets nous i conèixer les plantes. Tenim experts en botànica catalana que ens orienten en la feina.

ITINERARI: coll de Can Cartró, cim del Pi de Can Cartró i tornada.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / Distància: 6 km / Desnivell: +/- 200 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: avinguda Diagonal - carrer John M. Keynes (Metro L3 Palau Reial), 08:00 h.

VOCALS: Valentí González i Josep Nuet.

CULTURA

DISSABTE, 12 DE FEBRER

EL CANAL DE LA DRETA DEL RIU LLOBREGAT

CICLE: Calaix de sastre.

Passejarem pel parc agrari del Baix Llobregat per veure el canal de la Dreta i les filloles, al seu pas per Sant Boi i Santa Coloma de Cervelló.

ITINERARI: rambra Rafael Casanova, canal de la Dreta, riu Llobregat, Parc Agrari del Baix Llobregat, canal de la Dreta, Santa Coloma de Cervelló, colònia Güell.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / Distància: 10 km.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: estació FGC de Sant Boi de Llobregat, 09:30 h (el tren surt de plaça Espanya a les 9:09 h).

NOTA: dinar opcional a l'ateneu de la Colònia Güell.

VOCAL: Núria Casals.

DISSABTE, 19 DE FEBRER

CALÇOTADA A VALLS

CICLE: Sortides culturals en autocar.

Sortida en autocar a Valls, terra de calçots. Visitem Valls durant la temporada del calçot i realitzarem una visita guiada pels espais més emblemàtics, fent èmfasi en la història del calçot, el seu cultiu i la gastronomia. Alhora descobrirem el patrimoni històric i monumental de la ciutat de valls a través d'un petit recorregut pel seu centre històric a on visitarem l'església de Sant Joan, la plaça de l'Oli, la Capella del

Roser i la Cooperativa Agrícola. En acabar visitarem el Taller de l'escultor Josep Busquets

VIATGE: amb autocar.

TROBADA: passeig de Gràcia amb Provença (la Pedrera), 07:30 h.

VOCAL: Mercè Falcó.

DIMARTS, 22 DE FEBRER

CAMINANT AMB RAÜL GARRIGASSAIT I "ELS ESTRANYS"

CICLE: Caminant amb Lletres.

"L'any 1837, en plena guerra carlina, en un moment en què xoquen amb violència el passat i el futur, un jove prussià travessa els Pirineus per lluitar a favor de l'Ordre, però un malentès el deixa encallat en una ciutat ruïnosa i desconcertant. Les terres del Solsonès, sempre acollidores, ens faran reviure el seu passat carlí, el Carnaval i les facècies d'un prussià al mig d'una guerra que no era la seva."

ITINERARI: Solsona, font del Corb, riu Negre, rasa de Solana, serrat de l'Om, font i creu de la Contella, Lladurs, camps del Casó, pont de l'Afrau, Cal Bitllet, font i parc de la Mare de la Font, ermita Sant Pere Màrtir, font del Manel, font de la Mina, el Castellvell, Solsona.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 6 h / Distància: 21 km / Desnivell: +/-620 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: bar Fargo de Solsona (carretera Sant Llorenç de Morunys, 46), 09:00 h.

VOCALS: Núria Comas i Montserrat Fargas.



63È RAL·LI D'ESQUÍ DE MUNTANYA DEL CEC 3A MARXA POPULAR D'ESQUÍ DE MUNTANYA DELS PIRINEUS

Els pròxims 5 i 6 de març celebrem una gran festa de la neu a la Vall d'Aran amb la Marxa Popular d'Esquí de Muntanya dels Pirineus (Pla de Beret) i la 63a edició del Ral·li d'Esquí de Muntanya del CEC (Port de la Bonaigua).

Aquesta vegada però, i com a novetat, el dissabte 5 de març, es farà una 1a Sortida prèvia a la Marxa Popular d'Esquí de Muntanya dels Pirineus, per escalfar motors i sense format competitiu d'esquí de muntanya guiada per algunes persones de l'equip de voluntaris del CEC.

I el diumenge 6 de març ja vindran els plats forts amb les dues competicions d'esquí de muntanya on ambdues formen part del calendari de la FEEC.: el 63e Ral·li d'Esquí de Muntanya del CEC, que té un format competitiu de llarga distància amb una alta l'exigència física i la 3a Marxa Popular d'Esquí de muntanya (format popular). Us hi esperem!

Més informació i inscripcions a cec.cat/63-ralli-3-marxa-popular

DISSABTE, 5 DE MARÇ

SORTIDA PREVIA PER ESCALFAR MOTORS



DIUMENGE, 6 DE MARÇ

3A MARXA POPULAR D'ESQUÍ DE MUNTANYA DELS PIRINEUS



DIUMENGE, 6 DE MARÇ

63È RAL·LI D'ESQUÍ DE MUNTANYA DEL CEC



ALTRES ACTIVITATS

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DIJOURS 3, 10, 17 I 24 DE FEBRER

TROBADA BOTÀNICA

CICLE: Sessions al laboratori de botànica.

Sessions setmanals online per preparar les sortides de treball de camp i determinar les plantes que s'han herboritzat. També es tracten temes de botànica i donem resposta a les qüestions sobre botànica que plantegen els assistents.

HORA: presencialment al CEC de 18 a 21 h (mixa presencial i online de 20:00 a 21:00 h).

LLOC: seu Social del CEC.

VOCALS: Josep Nuet i Valentí González.

DILLUNS 14, 21 I 28 DE FEBRER

64È CERTAMEN DE VÍDEOFILMS AMATEURS D'EXCURSIONS, REPORTATGES I DOCUMENTALS

Projecció dels títols participants.

HORA: 19:00 h.

LLOC: sala d'actes.

DIMARTS, 8 DE FEBRER

CLUB DE LECTURA FINS AL CIM! 2021-2022

CICLE: Club de lectura Fins al Cim!

Els Llamps de la Maleïda / Jaume Oliveras.

HORA: 19:00 h.

LLOC: sala d'actes.

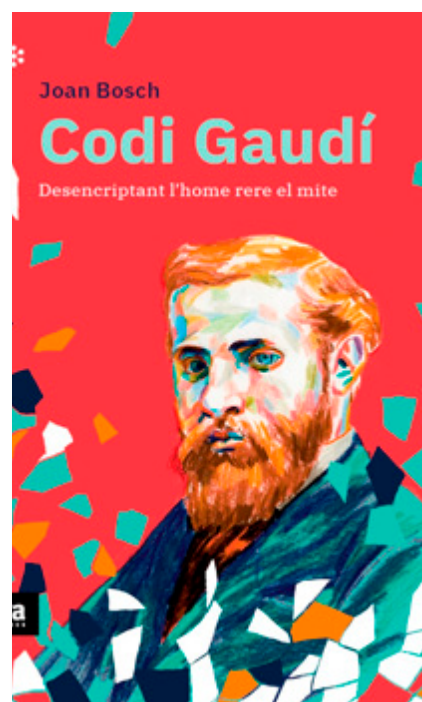
DIJOURS, 17 DE FEBRER

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE "CODI GAUDÍ.

Desencriptant l'home rere el mite" a càrrec del seu autor Joan Bosch. Ambició i èxit, desamors i fracàs, misticisme i glòria: descobreix la veritable història d'Antoni Gaudí com mai abans te l'havien explicada.

HORA: 19:00 h.

LLOC: sala d'actes.



CURSOS DE L'ESCOLA DE MUNTANYA

Inscripcions obertes!



Curs de tècniques de descens d'esquí en neus no tractades
5 i 6 de febrer.



Curs d'iniciació a l'alpinisme de febrer · Nivell 1 i 2
Del 12 al 27 de febrer.



Curs monogràfic d'iniciació a l'esquí de muntanya nivell 1
19 i 20 de febrer.



Curs d'iniciació a l'alpinisme de març · Nivell 1 i 2
Del 12 al 27 de març