

## L'Assemblea reafirma el seu suport al projecte del Centre

Aquest dijous, dia 24 de novembre, el Centre va celebrar una Assemblea General Ordinària. La jornada va comptar amb la participació d'un bon nombre de socis i sòcies convocats i citats a la sala d'actes, que van aprovar les quotes per l'any 2023 i el pressupost per al govern del Centre.

Per aquest motiu, en el transcurs de l'assemblea van intervenir, al costat del president Eduard Cayón, tots els membres de Junta Directiva així com el Director general per explicar els projectes de l'any vinent entre els quals destaquen l'Aran Hostel i l'Aula de Natura Juli Soler i Santaló, a Salardú, el patrimoni del Centre i les relacions institucionals.



## Premi Columna per Jordi Pons i Sanjinés

El passat diumenge, dia 27 de novembre, el Centre va celebrar el seu 146è aniversari en un acte commemoratiu organitzat al Born Centre de Cultura i Memòria.

En el marc d'aquesta celebració, el Centre Excursionista de Catalunya va entregar la seva màxima distinció, el premi Columna, al soci Jordi Pons i Sanjinés. Joan Quintana i Paredes en va fer una glossa en que va destacar la seva trajectòria i el va considerar com un dels pares de l'actual generació d'alpinistes i escaladors de Catalunya. Sense oblidar que va formar part de la primera expedició catalana a l'Everest l'any 1982, organitzada pel Centre.



## Quotes 2023

MENOR TUTELAT MATRÍCULA GRATUÏTA	
SOCI / SÒCIA	TOTAL
Júniors 14 - 17	32 €
Infants 6 - 13	25 €
Infants 0 - 5	20 €

### QUOTA DE PLE DRET AMB DEDUCCIÓ FISCAL

SOCI / SÒCIA	QUOTA 2022	QUOTA REAL AMB DEDUCCIÓ		
		50 %	55 %	95 %
VETERANS +65	175 €	106,50 €	99,65 €	44,85 €
SÈNIOR 31 - 64	191 €	114,50 €	106,85 €	46,55 €
FAMILIARS	152 €	86 €	79,40 €	26,60 €
JOVES 26 - 30	112 €	66 €	61,40 €	24,60 €
JOVES 18 - 25	82 €	51 €	47,90 €	23,10 €
COL·LECTIUS	175 €	97,5 €	89,75 €	29,25 €
PROTECTORS	350 €	194 €	178,40 €	102,20 €

MATRÍCULA 40 €

## SORTIDES

### EXCURSIONISME CLÀSSIC I CULTURAL

**DIJOUS, 1 DE DESEMBRE**

#### MONTSERRAT (ERMITES DE TEBAS, DES DEL MONESTIR)

**CICLE:** Grup dels Dijous.

Recorregut circular en el qual, evitant l'enrenou de les zones més concorregudes de la muntanya, anirem descobrint a poc a poc les ermites del sector de Tebas, fins i tot les més amagades. Caminarem per passos impen-sables entre les agulles i gaudirem de bones panoràmiques tant de la zona de la Tebaida com del Monestir i dels diferents pobles al fons de la vall.

**ITINERARI:** estació d'arribada del cremallera, ermita de Sant Miquel, pla de les Taràntules, ermites de Sant Jaume, Santa Caterina, Sant Joan, Sant Onofre i Santa Magdalena, Miran-da de Santa Magdalena i ermita de Sant Martí.

#### 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

<b>NOTÍCIES</b>	<b>1</b>
<b>SORTIDES</b>	<b>2</b>
EXCURSIONISME CLÀSSIC	2
MARXA NÒRDICA	4
TRAIL RUNNING	4
BICICLETA	4
ESQUÍ NÒRDIC	4
RAQUETES DE NEU	5
CIÈNCIA	5
CULTURA	5
FAMÍLIES	5
ALTRES ACTIVITATS	6

Tornada pel pla dels ocells, ermita de Santa Anna, pas dels Francesos, fins a l'estació del cremallera.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 6 h / Distància: 10 km / Desnivell: +/- 500 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** Montserrat, al self (Cafeteria) que hi ha davant mateix de l'estació d'arribada del cremallera, per començar a caminar puntualment a les 10:15 h.

**VOCAL:** Emili Rosell.

#### MONTSERRAT (ERMITES DE TEBAS DES DE COLLBATÓ)

**CICLE:** Grup dels Dijous.

Itinerari circular molt interessant que contempla visitar la zona de Tebas, i les seves ermites. I dues atalaies amb vistes espectaculars de tot el massís: la Miranda de Sta. Magdalena (1.132 m) i l'Albarda Castellana (1.177 m).

**ITINERARI:** Collbató, dreuera de Fra Garí, camí de la Fontseca, ermites de Tebas, Miranda de Santa Magdalena, escales de Jacob, camí nou de Sant Jeroni, l'Albarda Castellana, camí dels Francesos, vinya Nova, Collbató.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 7 h / Distància: 18 km / Desnivell: +/- 800 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** aparcament públic del nucli històric de Collbató (passeig de Ronda, 1), 09:00 h (esmorzats).

**VOCALS:** Esther Martínez i Marta Vilalta.

#### EXCURSIÓ MATINAL DE LES FONTS DE TERRASSA A RUBÍ, AMB VISITA AL CASTELL DE RUBÍ

**CICLE:** Grup dels Dijous.

De l'estació de FGC de les Fonts de Terrassa fins a Rubí.

**ITINERARI:** estació de FGC de les Fonts de Terrassa, serra de Can Fonollet, mirador de les Martines, torre de les Martines, serra de Can

Guilera, Sant Muç, camí de Sant Muç, Can Ramoneda, aqüeducte de Can Claverí, castell museu de Rubí, estació de Rubí d'FGC.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 2 h / Distància: 5 km / Desnivell: + 175 / - 250 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

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

**VOCALS:** Albert Gras i Pere Miró.

**DISSABTE, 3 DE DESEMBRE**

#### 3A ETAPA DEL CICLE DE MONTSERRAT AL PIRINEU: DE MANRESA A NAVARCLES

**CICLE:** De Montserrat al Pirineu.

De Manresa a Navarcles pel GR 151.

**ITINERARI:** Manresa, Viladordis, riu Llobregat, els Tres Salts, els Ulls del Llobregat, caseta de la Mina, la Tolega, pont de les Generes, Sant Benet de Bages, Navarcles.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 3 h / Distància: 10,6 km / Desnivell: + 168 / - 201 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** davant les taquilles de l'estació de Sagrera - Meridiana, 07:30 h (el tren surt a les 8:06 h).

**NOTA:** dinar facultatiu al restaurant de Món Sant Benet. La tornada es farà en bus des de Navarcles a Manresa, on agafarem el tren. Visita (opcional) al monestir de Sant Benet de Bages.

**VOCAL:** Albert Gras.

**DIUMENGE, 4 DE DESEMBRE**

#### EXCURSIÓ DIBUIX I PINTURA - SANT JAUME DE VILADROVER

**CICLE:** Dibuix i pintura.

**ITINERARI:** estació de Plaça Catalunya - Barcelona, els Hostalets. Caminarem cap Sant Jaume de Viladrover durant 1 h. Sessió artísti-





## SORTIDES

ca de 4 hores (20 min àpat). Tornada a l'estació Balenyà - Els Hostalets (per agafar el tren de les 17:34 h).

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 1 h / Distància: 5 km / Desnivell: + / - 200 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació Balenyà - Els Hostalets, 10:45 h (el tren surt de l'estació de Pl. Catalunya- Barcelona a les 9:36 h).

**VOCAL:** M. Lluïsa Parellada.

### DISSABTE, 10 DE DESEMBRE

#### EL PESSEBRE DE FONTSALDETES

**CICLE:** Pobles perduts de Catalunya.

Fontscaldetes és un petit despoblat que hi ha a l'est del municipi de Cabra del Camp, a la serra Voltorera, sota el puig de Cabdells. S'hi fundà una de les primeres granges del monestir de Santes Creus després que arribessin els monjos a la riba del Gaià. El poble fou abandonat cap al 1960. La Palmira va custodiar durant setanta anys l'últim preuat record de Fontscaldetes.

**ITINERARI:** Cabra del Camp, font Mas Cunill, el Cogulló de Cabra (100 cims), coll Romiguera, Fontscaldetes, Miralcamp, Cabra del Camp.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 4,5 h / Distància: 18 km / Desnivell: +/- 500 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** davant la Cooperativa de Cabra del Camp, 09:30 h.

**VOCALS:** Núria Comas.

#### LA RIERADA: DE LA FLORESTA AL RIU LLOBREGAT

**CICLE:** Calaix de sastre

La Rierada és l'únic curs permanent d'aigua de Collserola, el seguirem des de La Floresta fins el riu Llobregat.

**ITINERARI:** La Floresta, escales de Tarruell, Can Busquets, salt d'aigua de Can Busquets, La Rierada, font de Can Campreciós, La Sibèria, Can Castellví, font de l'Espinagar, salt d'aigua de Can Planes, Can Planes, Can Rabella, riu Llobregat, Molins de Rei.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 4 h / Distància: 13 km / Desnivell: +/- 150 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació FGC Plaça Catalunya, 09:00 h.

**NOTA:** cal portar esmorzar i dinar.

**VOCAL:** Núria Casals.

### DIJOURS, 15 DE DESEMBRE

#### FONTS DE NAVARCLES

**CICLE:** Grup del Dijous.

Volta per diverses fonts de Navarcles anant fins a la colònia Jorba i al llac.

**ITINERARI:** Navarcles, font de Solervicenc, Sant Pere de Viladecavalls, colònia Jorba, font de l'Angle, llac, Navarcles.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 4 h / Distància: 12,5 km / Desnivell: +/- 150 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** plaça de la Vila de Navarcles, 09:45 h (a punt per sortir a caminar).

**VOCALS:** Ramon Vilardaga i Montserrat Gailard.

### DISSABTE, 17 DE DESEMBRE

#### LA CASA DEL PINTOR I EL MUSEU TOMÀS ABELLÓ I PARC DE GALLECS

**CICLE:** Grup del Dijous.

Volta per diverses fonts de Navarcles anant fins a la Colònia Jorba i al llac.

**ITINERARI:**

**Art:** visita guiada a la casa del pintor i visita lliure al museu Tomàs Abelló de Mollet.

**Natura:** Parc de l'Espai d'Interès Natural de Gallecs. Itinerari camí dels Bandolers, església de Gallecs, aiguamolls de can Salvi, torrent Caganell, bassa de can Benito.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 2,5 h / Distància: 8 km / Desnivell: +/- 50 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació de Renfe de passeig de Gràcia, 09:50 h (tren a les 10:06. Bitllet d'anada i tornada a Mollet).

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

**VOCAL:** Núria Casals.

### DIMARTS, 20 DE DESEMBRE

#### CAMINANT AMB JOSEP MARIA DE SEGARRA I EL POEMA DE NADAL

**CICLE:** Caminant amb Lletres.

Acompanyats del Josep Maria de Segarra pels camins de Collbató, sota el massís de

Montserrat, llegirem a trossos el seu poema que ens farà sentir més a prop de Nadal. Ens guiarà l'estrella i el delit de ser homes i dones de bona voluntat.

**ITINERARI:** Santa Margarida de Cairat, barraca de fum de mas Manader, cabanes de pedra seca, serra de Can Rubió, coll de Can Rubió, roca dels Corbs, barraca d'en Varela, saltadors de Can Rogent, forn de calç de Can Rogent, castell de Collbató, premsa vella, camí de les Obagues, Ca n'Astruch Vell, Santa Margarida del Cairat.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 5 h / Distància: 10 km / Desnivell: +/- 300 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** ermita de Santa Margarida de Cairat (carretera B - 113, km 2), 09:30 h.

**VOCAL:** Núria Comas.

### DIJOURS, 22 DE DESEMBRE

#### LA MOLA DE SANT LLORENÇ DEL MUNT DES DE LES ARENES

**CICLE:** Grup del Dijous.

Pujarem a la Mola de Sant Llorenç per la canal de Santa Agnès i farem la volta baixant per la carena de l'Illa, tot fugint dels camins més habituals i massificats.

**ITINERARI:** Mare de Déu de les Arenes (aparcament), riera Seca, els Quatre Camins, torrent de Santa Agnès, balma del Bord, Santa Agnès, morral del Drac, la Mola, camí dels Monjos, coll del Malpàs, gorg del General, l'Escala, coll Lllarg, carena de l'Illa, aparcament.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 7 h / Distància: 14 km / Desnivell: +/- 820 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** aparcament de la Mare de Déu de les Arenes, 08:30 h.

**VOCAL:** Jordi Masip.



## SORTIDES



### DIJOUS, 29 DE DESEMBRE

#### LA RIERADA: DE LA FLORESTA AL RIU LLOBREGAT

**CICLE:** Grup dels Dijous.

La Rierada és l'únic curs permanent d'aigua de Collserola, el seguirem des de La Floresta fins el riu Llobregat.

**ITINERARI:** La Floresta, escales de Tarruell, Can Busquets, salt d'aigua de Can Busquets, La Rierada, font de Can Campreciós, La Sibèria, Can Castellví, font de l'Espinagar, salt d'aigua de Can Planes, Can Planes, Can Rabella, riu Llobregat, Molins de Rei.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 4 h / Distància: 13 km / Desnivell: +/- 150 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació FGC Plaça Catalunya, 09:00 h.

**NOTA:** cal portar esmorzar i dinar.

**VOCAL:** Núria Casals.

### DEL 31 DE DESEMBRE AL 4 DE GENER

#### VOLTA A LA GARROTXA

**CICLE:** Rutes i travesses.

Travessa circular per la Garrotxa.

**ITINERARI:**

**1a etapa:** Olot, fageda d'en Jordà, volcà Santa Margarida, Santa Pau.

**2a etapa:** Santa Pau, Sant Ferriol, Mieres.

**3a etapa:** Mieres, Sant Aniol de Finestres, les Planes d'Hostoles, Sant Feliu de Pallerols.

**4a etapa:** Sant Feliu de Pallerols, la Vall d'en Bas, les Preses.

**5a etapa:** Les Preses, Olot. Visita a la ciutat. Tornada a Barcelona.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència.

**PERNOCTACIÓ:**

31/12: allotjaments Can Menció (MP).

01/01: allotjament Cal Carreter (MP).

02/01 i 03/01: hotel La Perla d'Olot (MP).

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**VOCALS:** Dolors Gurri i Roser Latorre.

### MARXA NÒRDICA

#### DILLUNS, 12 DE DESEMBRE

#### PRIMER TALLER D'INICIACIÓ

**CICLE:** Tallers d'iniciació a la marxa nòrdica.

1r taller d'iniciació de desembre.

**ITINERARI:** volta pel parc de Can Dragó (Barcelona)

**VIATGE:** amb transport públic.

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

**VOCAL:** Amadeu Julià.

#### DILLUNS, 26 DE DESEMBRE

#### PRIMER TALLER D'INICIACIÓ

**CICLE:** Tallers d'iniciació a la marxa nòrdica.

1r taller d'iniciació de desembre.

**ITINERARI:** volta pel parc de Can Dragó (Barcelona)

**VIATGE:** amb transport públic.

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

**VOCAL:** Amadeu Julià.

### TRAIL RUNNING

#### DISSABTE, 10 DE DESEMBRE

#### PRECURSA DEL CEC 2022

**CICLE:** Córrer per Catalunya.

Entrenament circular de trail per examinar el terreny de la cursa del CEC que es durà a terme el 18 de desembre de 2022.

**ITINERARI:** sortida Escola Sant Gregori, carretera de les Aigües, mirador El Modern, Santa

Maria de Collserola, muntanya Pelada, coll del Portell, Sant Pere Màrtir, plaça Mireia, camí de Can Biosca, passeig Muntanya (zona habilitada per al pas), Can Vilà, camí de Can Carbonell, encreuament passeig Muntanya, coll de Can Cuiàs, font de l'Espinagosa, mas Sauró, pantà de Vallvidrera, camí del Cama-sec, àrea de lleure Santa Maria de Vallvidrera, revolt de les Monges, torrent d'en Cardona, coll de la Vinassa, font de la Salamandra, encreuament carretera del Tibidabo, jardins del Viver de Can Borni, escola Sant Gregori.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència / Temps: 3 h / Distància: 22 km / Desnivell: +/- 900 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** escola Sant Gregori (carrer Mercè Rodoreda 6, Barcelona).

**VOCALS:** Lali Pineda i Jaume Soler.

### BICICLETA

#### DIUMENGE, 11 DE DESEMBRE

#### PER LES RIBES DEL RIU TENES

**CICLE:** Pedalant per Catalunya.

Sortida en bicicleta, en general per pistes i senders en bones condicions, amb alguns trams de corriol i carretera.

**ITINERARI:** Montmeló, per la riba dreta, pont de can Donat, per la riba esquerra, ermita de Santa Justa i Santa Rufina, restaurant Viena, estació de Montmeló.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 3,5 h / Distància: 35 km / Desnivell: +/- 250 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació Sant Andreu Comtal, 07:45 h (el tren surt a les 8:02 h).

**VOCAL:** Ricard Josa.

### ESQUÍ NÒRDIC

#### DISSABTE, 17 DE DESEMBRE

#### ESQUÍ DE FONTS A TUIXENT - LA VANSA (1A SORTIDA DE LA TEMPORADA)

**CICLE:** Amb els esquís als peus.

Es realitzarà una ruta amb esquís de fons per les pistes traçades de l'estació de Tuixent - La Vansa, en funció del nivell es farà més d'un grup.

**ITINERARI:** els recorreguts marcats de les pistes d'esquí, en funció del nivell dels participants.

**VIATGE:** amb autocar.

**TROBADA:** Fabra i Puig, 06:30 h (parada d'autobús General Òptica).

**NOTA:** el material es pot llogar directament a l'estació.

**VOCALS:** Emília Viladoms i Jordi Ollé.



## SORTIDES

### RAQUETES DE NEU

DISSABTE, 17 DE DESEMBRE

#### RAQUETES DE NEU A TUIXENT - LA VANSA

**CICLE:** Amb les raquetes als peus.

Recorregut pels itineraris marcats de l'estació.

**ITINERARI:** estació Tuixent La Vansa, barraca de Pastor, tossa Pelada, padró dels Quatre, refugi Les Foques, barraca de Sangonelles, refugi de L'Arp, estació Tuixent La Vansa.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 13 km / Desnivell: +/- 530 m.

**VIATGE:** amb autocar.

**TROBADA:** Fabra i Puig (parada autobús General Òptica), 06:30 h.

**NOTA:** el material específic de raquetes es pot llogar al mateix CEC (amb certa antelació).

**VOCAL:** Joan Manel Arrabal.

### CIÈNCIA

DISSABTE, 17 DE DESEMBRE

#### EXPLORACIÓ BOTÀNICA A MONTSERRAT (EL BAGES)

**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. Tenim experts en botànica catalana que ens orienten en la feina. Col·laboració en la recollida de dades per a la Nova Flora de Montserrat.

**ITINERARI:** Monistrol de Montserrat, la Bestorre, can Rasquera, Mullapans i retorn.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 2,5 h / Distància: 6 km / Desnivell: +/- 100 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** avinguda Diagonal - carrer John M. Keynes (Metro L3 Palau Reial), 07:00 h.

**NOTA:** reunió prèvia el 15/12/2019, a les 20 h (presencial o telemàtica).

**VOCALS:** Josep Nuet i Valentí González.

### FAMÍLIES

DIUMENGE, 18 DE DESEMBRE

#### LA COVA DEL TABAC

**CICLE:** Tastets de muntanya

Recorregut pel Mont-roig de Camarasa visitant les coves del Tabac i Sastre

**ITINERARI:** El camí s'inicia des de la vora sud de la presa de Camarasa, des d'on pugem a la boca de la cova del Pas del Sastre. Després de visitar-la anem a buscar la boca de l'Avenc del Pas del Sastre i el pou dels republicans, des d'on seguirem per dalt la cinglera de l'Extrem per baixar pel Portell a la Feixa entre cingleres, fins a les passes ferrades que donen accés a la gran cova del Tabac. Després de gaudir-la retornarem a la presa de Camarasa.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 9,5 km / Desnivell: +/- 490 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** Bar Restaurant Can Pere de Camarassa (C-13, km 42,4), 08:30 h.

**VOCALS:** Albert Vidal i Mireia Padrós.



### CULTURA

DISSABTE, 17 DE DESEMBRE

#### EXCURSIÓ SORPRESA 2022

**CICLE:** Sortides culturals en autocar.

Tradicional sortida abans de Nadal. No us podem dir ni on anem ni què visitarem però us assurem que ens ho passarem molt bé i tindrem regals per a tots i totes.

**VIATGE:** amb autocar.

**TROBADA:** passeig de Gràcia / C. Provença (la Pedrera), 08:00 h.

**VOCAL:** Mercè Falcó.



# 31a CURSA CEC-COLLSEROLA

## 18 DE DESEMBRE >>>>> 22 km

**+ CURSA RAIONS**

- 5 a 12 ANYS - Circuit català d'escoles Trail
- 13 a 17 ANYS 

**CEC** Centre Excursionista de Catalunya

## ALTRES ACTIVITATS

### ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

**DIJOUS 1, 15 I 22 DE DESEMBRE**

#### TROBADA DE L'EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

**CICLE:** Sessions al laboratori de botànica del CEC.

Sessió setmanal online i presencial 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:** de 18 a 20 h, sessió presencial; de 20 a 21 h, sessió telemàtica.

**VOCALS:** Josep Nuet i Valentí González.

**DILLUNS, 12 DE DESEMBRE**

#### NOUS DOCUMENTALS DE JOSEP ROTA

**CICLE:** Dilluns Cinema Amateur.

Projecció de: "Tresors d'Eslovènia", 2021, 22 min., història d'aquest petit i jove país al cor de la vella Europa, i "Les ciutats de Flandes" 2022, 40 min., urbanisme, història i societat de Gant, Bruges, Anvers, Leuven i Brusselles.

**HORA:** 19:00 h.

**LLOC:** sala d'actes.

**DIMARTS, 13 DE DESEMBRE**

#### CLUB DE LECTURA FINS AL CIM! 2022-2023

Club de lectura per donar a conèixer, llegir i discutir, obres de muntanya que s'hagin escrit a casa



nostra i terres enllà. En aquesta sessió treballarem: "Sense fer mai el cim", de Paolo Cognetti.

**HORA:** 19:00 h.

**LLOC:** sala d'actes.

**DIJOUS, 15 DE DESEMBRE**

#### CONCERT DE NADAL DE LA CORAL 4 CORDES

La coral del CEC 4 Cordes oferirà el concert de Nadal.

**HORA:** 19:00 h.

**LLOC:** sala d'actes.

**DIJOUS, 22 DE DESEMBRE**

#### INAUGURACIÓ EXPOSICIÓ "ARMAND BALLART. UNA VIDA DE RESSENYES D'ESCALADA 1977-2022"

**HORA:** 19:00 h.

**LLOC:** sala d'actes.

#### 65 CERTAMEN DE VÍDEOFILMS AMATEURS D'EXCURSIONS, REPORTATGES I DOCUMENTALS

**Presentació:** en discos DVD, BD i en memòria USB. Data límit: 9 de gener 2023.

**Premis:** "Josep Jordi Queraltó" al millor vídeo de viatges, "Jordi Pons" al millor vídeo de muntanya, natura o biologia, i premi al millor vídeo documental. Cada apartat podrà ser dotat de diverses medalles.

Activitat idònia per als socis i amics del Centre.

Butlleta d'inscripció a la web.

# LA MUNTANYA ET CRIDA

COMENÇA LA TEMPORADA D'HIVERN A L'ESCOLA DE MUNTANYA

Consulta l'oferta de cursos al web del centre



Amplia els teus horitzons amb **CEC PREMIUM**

# MÉS SEGURETAT MÉS MUNTANYA MILLOR PREU



- ✓ Sense franquícia
- ✓ Despeses mèdiques il·limitades en centres concertats
- ✓ Ampliació de les despeses de rescat, recerca i repatriació
- ✓ Més de 30 categories d'activitats a la muntanya
- ✓ Excluiu socis i sòcies

**CONTRACTA-LA ARA!**

Atenció al soci: 933 152 311  
atenciosoci@cec.cat

Consulta totes les condicions a: [cec.cat/asseguranca-del-soci](http://cec.cat/asseguranca-del-soci)

Aquesta ampliació la poden contractar tots els socis de ple dret del CEC. Aquesta assegurança compleix amb els requisits que estableix el Reial Decret 849/1993 de 4 de juny, per poder federar-se.



# SOCI porta SOCI

Junts arribem  
més amunt!



## OBSEQUI

Des del 15 de setembre al 15 de novembre de 2022, si ets soci/a i portes un nou soci/a t'enduràs un d'aquests dos fantàstics regals:

- FRONTAL SILVA SCOUT 3XTH
- BASTONS DE TREKKING CLIMBING TECHNOLOGY

I el nou soci de l'entitat no pagarà la matrícula.

Els 15 primers socis o sòcies en adherir-se a la campanya, obtindran també una **MOTXILLA DEL CEC MARCA ALPINA DE 25L DE REGAL!**

Entre tots els socis i sòcies que hi participin sortejarem també una experiència al Refugi de Siurana i una jaqueta Montane Meteor o Atomic.

Consulta les condicions a: [cec.cat/soci-porta-soci](http://cec.cat/soci-porta-soci)

