



## Torna A Camp Obert: els campaments d'estiu

**U**n any més, el CEC torna a organitzar els campaments d'estiu A Camp obert!

Tots aquells interessats que no van poder assistir a la reunió informativa del 31 de gener, us podeu adreçar a l'Àrea d'Atenció al Soci per conèixer tots els detalls de l'edició d'enguany: ubicacions, comissions, calendari, etc..

Ben aviat obrirem les inscripcions!



## 64è Ral·li del CEC

**E**l proper dissabte 25 de març torna el Ral·li d'esquí de muntanya del Centre Excursionista de Catalunya! En aquesta jornada esportiva podrem tornar a gaudir de la neu i dels fantàstics paisatges de la Vall d'Aran practicant l'esquí de muntanya!

L'edició d'enguany comptarà amb algunes novetats com per exemple que l'esdeveniment serà el dissabte, en lloc del diumenge, i que la seu i base principal del Ral·li serà l'Aran Hostel, el nou equipament del CEC a la Vall d'Aran.

Un any més comptarem amb un circuit popular obert a tots els aficionats a l'esquí

de muntanya. Aquest tindrà un recorregut d'11 quilòmetres i un desnivell positiu de 1035 metres.

Per altra banda, comptarem amb la prova competitiva i més exigent: diferents recorreguts des dels 14 quilòmetres amb 1334 metres de desnivell positiu als 20 quilòmetres amb un desnivell positiu de més de 2220 metres, passant per un recorregut de 19 quilòmetres i gairebé 1850 metres de desnivell positiu.

A la pàgina web [rallicec.cat](http://rallicec.cat) podreu trobar tota la informació, recorreguts, desnivells, tracks i fer les inscripcions.

## Reconeixement als nous mecenes del Hostel de Salardú

Moltes gràcies als socis i sòcies que aquest darrer mes s'han fet mecenes del Hostel de Salardú:

Esther Giró Amigó

Jaume Reventós Puigjaner

Per més informació i donacions podeu visitar la web [cec.cat](http://cec.cat) o trucar al telèfon d'Atenció al soci.



## Benvinguda als nous socis protectors

Com a agraïment pel seu servei al CEC, cada mes publiquem els noms dels nous socis protectors al butlletí del Centre:

Daniel Redondo García

# SORTIDES

## EXCURSIONISME CLÀSSIC I CULTURAL

**DIJOUS, 2 DE FEBRER**

### 2A ETAPA DEL GR 97.3 DE MOLLET DEL VALLÈS A ALELLA TRAVESSANT LA SERRALADA LITORAL

**CICLE:** Grup del Dijous.

**ITINERARI:** Mollet del Vallès, Martorelles, turó de les Llicorelles (257 m), coll d'Oleta, coll de Mercader, Ca n'Oliveres, Can Girona, font de la Mercè, pla Xicola, Castellruf, dolmen de Castellruf, coll de la Font d'en Gurri, GR 92, Alella Park, Can Cortés, Vallbona, Alella.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 4,5 h / Distància: 13 km / Desnivell: + 640 / - 345 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** davant les taquilles de l'estació de

## 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
ALTA MUNTANYA	4
MARXA NÒRDICA	4
BICICLETA	5
ESQUÍ DE MUNTANYA	5
ESQUÍ NÒRDIC	5
CIÈNCIA	5
CULTURA	6
FAMÍLIES	6
ALTRES ACTIVITATS	6

Sants, 07:45 h.

**VOCALS:** Albert Gras i Pere Miró.

### DEL SANTUARI DE QUERALT AL PI DE LES TRES BRANQUES I TORNADA PEL CAMÍ DE L'AIGUA (BERGUEDÀ)

**CICLE:** Grup del Dijous.

Des del santuari, pel PR C-73, pujarem i resseguirem tota la cinglera que, amb esplèndides vistes sobre la Catalunya Central, ens conduirà al coll del Portet. En aquest punt passarem al vessant Nord amb excel·lent panoràmica sobre el cogolló d'Estela, el roc d'Uró, Espinalbet, Corbera i la Figuerassa. Ens arribarem a l'emblemàtic pi de les Tres Branques, al bell mig del pla de Campllong i tornarem pel càmping Font Freda i el camí de l'Aigua.

**ITINERARI:** santuari de Queralt, coll de la Mel, el Portet, pi de les Tres Branques, càmping Font Freda, camí de l'Aigua, santuari.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 6 h / Distància: 12 km / Desnivell: +/- 600 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** aparcament del santuari de Queralt (esmorzats, per començar a caminar), 09:30 h.

**VOCAL:** Emili Rosell.

**DIUMENGE, 5 DE FEBRER**

### SORTIDA DIBUIX I PINTURA - CASTELL JALPÍ, ARENYS DE MUNT

**CICLE:** Dibuix i pintura.

**ITINERARI:** sortida de l'estació d'Arenys de Mar per anar caminant fins parc Cal Jalpí i fer sessió artística amb vistes al castell de Jalpí.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 1 h / Distància: 5 km / Desnivell: +/- 180 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació Arenys de Mar, 10:00 h.

**VOCAL:** Maria Lluïsa Parellada.

### BASSEGODA

**CICLE:** Trepitjamolses.

Sadernes - Vall de Riu - Puig de Bassegoda.

**ITINERARI:** pont de Ferro, camí a Sant Aniol, camí de les Marrades, vall de Riu, Mare de Déu de les Agulles, collet de Sant Maria, caire de Comadells, puig de Bassegoda (1.373 m). Pla de la Bateria, coll de Principi, corral de Principi, balms del Cànem, Ca n'Agustí de Riu, Sant Feliu de Riu, pont de Ferro.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència / Temps: 8 h / Distància: 18,5 km / Desnivell: +1360 / -1340 m

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

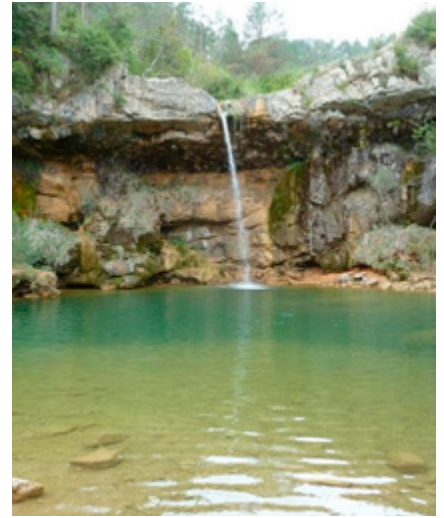
**TROBADA:** sortida de Metro de Fabra i Puig (Barcelona), 06:55 h / Aparcament parada bus de Montagut, 08:25 h.

**VOCALS:** Susana Morán i Emili Rissech.

**DIJOUS, 9 DE FEBRER**

### ELS 7 GORGS DEL TORRENT DE LA CABANA

**CICLE:** Grup del Dijous.



Visitar els 7 gorgs del torrent de la Cabana amb els seus salts d'aigua.

**ITINERARI:** pàrquing de l'estació de Campdevànol (730 m), gorgs del torrent de la Cabana, ermita de Sant Feliu d'Estiula (990 m). Sortida circular. Es puja per la dreta del torrent per accedir als gorgs i es baixa per un PR per l'altra banda del torrent a certa alçada.

**NIVELL:** \*\*\*\* certa dificultat / Temps: 6 h / Distància: 18 km / Desnivell: +/- 500 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** pàrquing que hi ha darrera de l'estació de Renfe de Campdevànol, 08:50 h.

**VOCALS:** Jordi Ollé i Jordi Canosa.

**DIJOUS, 9 DE FEBRER**

### CENTELLES - PUIGSAGORDI - MORRO DE PORC

**CICLE:** Grup del Dijous.

**ITINERARI:** ruta circular amb magnífiques vistes: sortint de Centelles seguirem el camí de la Costa, la Tosquera de Vinyoles, turó del Puigsagordi, cinglera de les baumes Corcades, morro de Porc, salt de Ca, Centelles.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència / Temps: 7,5 h / Distància: 17 km / Desnivell: +/- 1000 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació Renfe de Centelles (esmorzats), 09:00 h.

**VOCALS:** Dolors Gurri i Emili Rosell.

**DISSABTE, 11 DE FEBRER**

### CINQUENA ETAPA DEL CICLE DE MONTSERRAT AL PIRINEU, D'ARTÉS A SANTA MARIA D'OLÓ

**CICLE:** De Montserrat al Pirineu.

**ITINERARI:** Artés (centre antic), serrat de la Sala, Vilarnau, urbanització Urbisol, molí dels Clapers, masia de la Careta, explotació de Rojans, camí dels Clapers, Santa Maria d'Oló.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 4,5 h / Distància: 14 km / Desnivell: + 486 / - 284 m.

**VIATGE:** amb transport públic.



## SORTIDES

**TROBADA:** davant l'entrada subterrània de l'estació de plaça d'Espanya de FGC, 07:20 h (el tren surt a les 07:36 h).

**VOCAL:** Albert Gras.

### DIUMENGE, 12 DE FEBRER

#### COLLSEROLA: EL GRAN CASINO LA RABASSADA

**CICLE:** Calaix de sastre.

**ITINERARI:** el Casino i Gran Hotel de la Rabassada fou un complex de luxe que incloïa un hotel i un casino, al terme municipal de Sant Cugat del Vallès.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 4 h / Distància: 11 km / Desnivell: +/- 250 m.

**VIATGE:** amb tren.

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

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

**VOCAL:** Núria Casals.

### DIJOUS, 16 DE FEBRER

#### COTSA BRAVA - CAP DE NORFEU

**CICLE:** Grup del Dijous.

Des de la bonica cala Montjoi, ruta circular pel cap de Norfeu i per l'interior del cap de Creus (puig de sa Cruïlla, mas Patiràs i mas d'en Figa).

**ITINERARI:** cala Montjoi (aparcament), torre de Norfeu, cap de Norfeu, cova de les Ermites (dels eremites), cala Jóncols, puig de Sa Cruïlla, mas Patiràs, mas d'en Figa, torre Morisca, cala Montjoi.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència / Temps: 8-9 h / Distància: 18,5 km. / Desnivell: +/-789 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** aparcament de la cala Montjoi, 08:30 h.

**VOCAL:** Jordi Masip.

#### FONT DE LA DOU - SALT DE MURCAROLS - BULLIDOR DE SANT ESTEVE

**CICLE:** Grup del Dijous.

Ruta circular que iniciarem a la font de la Dou del Bastareny passant pel salt de Murcarols, el coll de l'Escriga i el bullidor de Sant Esteve. L'itinerari ens permet contemplar la riquesa i diversitat de la vegetació de la zona, com també un paisatge de gran bellesa, principalment a l'àrea dels prats d'Escriga, des d'on podrem veure les serres del Cadí i d'Ensija i el Pedraforca.

**ITINERARI:** font de la Dou del Bastareny, salt de Murcarols, coll de la Bena, Ggisclareny, serrat de la Mosquereta, Sant Martí del Puig, bullidor de Sant Esteve.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 6,5 h / Distància: 15 km / Desnivell: +/-750 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** font de la Dou del Bastareny, 09:00 h.

**VOCAL:** Teresa Petit.

### DISSABTE, 18 DE FEBRER

#### UN POBLE I UNA TORRE: VALLFEROSA

**CICLE:** Pobles perduts de Catalunya.

Un poble defensat per una immensa torre de 33 metres d'alçada. De l'antic nucli del que va ser el poble de Vallferosa, a banda de la torre i l'església, es conserven només les restes, mig enrunades, de diverses cases, en gran part envaïdes per la vegetació. Baixant pel que degué ser el carrer Major s'arriba a una terrassa natural amb un colossal rocam.

**ITINERARI:** camí de Fustgueres, necròpolis del Clot dels Nens Xics, Santa Maria de Sasseria, Cal Clavells de Vallferosa, torre i poble de Vallferosa, barranc dels Quadros, Cal Quartaire, bauma dels Voliacs, Cal Cristòfol,

dolmen del Respecte i l'Esperança, la Collita, Fustgueres.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 4,5 h / Distància: 14 km / Desnivell: +/-400 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** bar Jaumet de Torà, 08:30 h.

**VOCAL:** Núria Comas.

### DISSABTE, 18 DE FEBRER

#### 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 de Plaça Catalunya, 09:30 h.

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

**VOCAL:** Núria Casals.

### DIMARTS, 21 DE FEBRER

#### CAMINANT AMB PERE IV I "VACANCES PAGADES"

**CICLE:** Caminant amb Lletres.

Al fons de la vall d'Horta dins del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, hi ha El Marquet de les Roques, residència d'estiueig de la família de Joan Oliver (1899-1986). Allà Pere Quart, pseudònim de l'escriptor, hi passava l'estiu, acompanyat de la família i dels seus amics, també escriptors, membres de l'anomenada Colla de Sabadell que aprofitaven la bellesa i tranquil·litat del paratge per passejar, escriure o dur a terme activitats artísticoliteràries.

**ITINERARI:** Sant Llorenç Savall, font de Pere Miquel, la creu de Ricó, mas de la Roca, resclosa Oliveres, riera d'Horta, font del Llor, el Marquet de les Roques, castell de Pera, font del Llogarí, riu Ripoll, font de la Mina, Sant Llorenç Savall.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 14 km / Desnivell: +/- 420 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** cafè-bar Royal (avinguda Catalunya, 31 de Sant Llorenç Savall), 10:00 h.

**VOCAL:** Núria Comas.

### DIJOUS, 23 DE FEBRER

#### GORGES DE SANTA CÀNDIA I CASTELL I ESSLÈSIA D'ORPÍ (ANOIA)

**CICLE:** Grup del Dijous.

Recorregut per resseguir la riera del Carme



## SORTIDES



d'aigües netes i clares. Aquest itinerari transcorre per un hàbitat de gran valor natural amb una diversitat d'espècies de fauna i flora que ens acompanyarà durant tota la ruta. La riera ha excavat un extraordinari conjunt de gorgs en davallar des de la plana de Miralles, sota l'escarpada serra de Freixes, i que ens farà gaudir de petites cascades, pèlags, i basses de gran bellesa. Explicarem històries fantàstiques de les Dones d'Aigua que habiten aquests gorgs.

**ITINERARI:** riera del Carme, església de Santa Càndia, font de Santa Càndia, gorg de Ca l'Amal, gorg de Santa Càndia i gorg del Diable. A la tarda visitarem el castell per fora i l'església de Sant Miquel per dins del poblet d'Orpí.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 3 h / Distància: 8 km / Desnivell: +/- 166 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** restaurant les Moreres de Santa Margarida de Montbui, 09:30 h.

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

**VOCAL:** Elisabet Sagués.

### PUIGSACALM PELS TOSSELLS I PUIG DE LES ÀLIGUES

**CICLE:** Grup del Dijous.

Ascensió a 4 cims de la zona, dos d'ells del llistat dels 100 cims de la FEEC.

**ITINERARI:** sortint de la collada de Bracons, agafarem el camí dels Tossells (equipat) fins al cim del Puigsacalm 1.514 m. (100 cims). Arribarem al puig dels Llops 1.486 m i agafarem el camí de la font Tornadissa fins a la collada de Sant Bartomeu, on prendrem el camí que, passant pel coll de Joan i el coll de la Coma del Coll, ens portarà al puig de les Àligues 1.342 m (100 cims). Tornarem per Sant Nazari i la fageda de la Grevolosa

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència / Temps: 8 h / Distància: 18 km / Desnivell: +/- 950 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** collada de Bracons, 08:30 h (esmorzats).

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

### DIUMENGE, 26 DE FEBRER

### CARENEJANT PER LES CRESTES DE LA SEDA

**CICLE:** Recorreguts de descoberta per assaborir.

Recorregut sorprenent amb vistes excepcionals de la serra de la Llaberia.

**ITINERARI:** Pratedip, coll de la seda, portell de les canals, punta de Fornell, collet de la terra blanca, font de la carabassa, Pratedip.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 13 km / Desnivell: +/- 500 m.

**VIATGE:** amb autocar.

**TROBADA:** Palau Reial, 07:00 h.

**VOCALS:** Pilar Casals.

### ALTA MUNTANYA

### DISSABTE I DIUMENGE 11 I 12 DE FEBRER

### ASCENSÍO AL TOSSAL DE L'ORRI DE RUBIÓ

**CICLE:** Ascensions d'alta muntanya.

Dissabte, sortida de Barcelona fins al coll del Cantó i d'allí pujada al refugi de la Coma de Rubió. Diumenge pujada al Tossal de l'Orri de Rubió i baixada els cotxes en el coll.

**ITINERARI:**

**Dissabte:** arribar en cotxe al coll del Cantó (1715 m) i agafar la pista que va cap al refugi de les Comes de Rubió (1956 m).

**Diumenge:** ascensió, pujant a la Portella (2200 m) i gira a l'esquerra per arribar al Tos-

sal de Rubió (2440 m). Tornada al refugi i als cotxes.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència / Temps: 2 h (dissabte), 5 h (diumenge) / Distància: 5 km (dissabte), 10 km (diumenge) / Desnivell: + 250 m (dissabte), +500 / -750 m (diumenge).

**PERNOCTACIÓ:** refugi de la Coma de Rubió (MP).

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** palau Reial, 08:00 h.

**NOTA:** reunió prèvia el 09/02/2023 a les 20h per teams.

**VOCAL:** Francesc Chiva.

### DISSABTE I DIUMENGE 18 I 19 DE FEBRER

### TUC DE RATERA (2.861 M)

**CICLE:** Ascensions d'alta muntanya.

**ITINERARI:**

**Dissabte:** Espot-estany de Sant Maurici amb taxi 4x4. Estany de Sant Maurici, estany de Ratera, refugi d'Amitges.

**Diumenge:** refugi d'Amitges, Tuc de Ratera, estany de Sant Maurici. A Espot amb taxi 4x4.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència / Temps: 2,5 h (dissabte), 6,5 h (dissabte) / Distància: 5 h (dissabte), 12 km (diumenge) / Desnivell: +530 m (dissabte), +500 / -1030 m (diumenge).

**PERNOCTACIÓ:** refugi d'Amitges (MP).

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** sortida de Metro de Palau Reial (Barcelona).

**VOCALS:** Emili Rissech i Susana Morán.

### MARXA NÒRDICA

### DILLUNS, 6 DE FEBRER

### PRIMER TALLER D'INICIACIÓ

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

1r taller d'iniciació de febrer.

**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, 20 DE FEBRER

### SEGON TALLER D'INICIACIÓ

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

2n taller d'iniciació de febrer.

**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.



## SORTIDES

### BICICLETA

DISSABTE, 4 DE FEBRER

#### BICIFACIL-TERRASSA-MONTCADA I REIXAC

**CICLE:** Bici fàcil.

Ruta lineal: sortida de l'estació de Renfe de Terrassa est passarem per ermites i molins al llarg del riu Ripoll fins l'estació de Montcada i Reixac.

**ITINERARI:** estació Renfe de Terrassa Est, Bonvilar, ermites Sant Julià d'Altura i sant Vicenç de Verdes, riu Ripoll, Molins, estació Renfe de Montcada.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 5 h / Distància: 30 km / Desnivell: +250 / -350 m.

**VIATGE:** amb transport públic.:

**TROBADA:** estació de Renfe de Terrassa Est, 09:30 h.

**VOCAL:** Dolors Gurri.

DIUMENGE, 19 DE FEBRER

#### DE CENTELLES A MONTCADA

**CICLE:** Pedalant per Catalunya.

**ITINERARI:** Centelles, castell de Clascar, santuari de la Mare de Déu de Puiggraciós, Bigues i Riells, Montcada.

**NIVELL:** \*\*\*\* cal experiència / Temps: 6 h / Distància: 55 km / Desnivell: +908 / -1364 m

**VIATGE:** amb transport públic.

**VOCAL:** Joaquim Sánchez.

DIMARTS, 21 DE FEBRER

#### COLÒNIA GÜELL - CASTELLDEFELS

**CICLE:** Grup dels Dijous.

Ruta lineal en BTT. Sortida de la colònia Güell. Recorregut pel Parc Agrari Baix Llobregat fins a Castelldefels.

**ITINERARI:** estació Ferrocarril de la colònia Güell, Parc Agrari del Baix Llobregat, estany de la Murtra, Gavà, Castelldefels.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 6 h / Distància: 40 km / Desnivell: +/- 90 m.

**VIATGE:** amb transport públic.

**TROBADA:** estació de FGC de la colònia Güell, 09:00 h.

**VOCALS:** Dolors Gurri i Josep Maria Galià.

### ESQUÍ DE MUNTANYA

DISSABTE, 18 DE FEBRER

#### ESQUÍ DE MUNTANYA D'INICIACIÓ

**CICLE:** Sortides i travesses d'esquí de muntanya.

Sortida d'esquí de muntanya pels voltants de l'estació d'esquí de La Molina.

**ITINERARI:** la pujada la farem per fora de pistes. El desnivell de pujada estarà al voltant dels 700 m. La baixada es farà preferentment per pista.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 4-5 h / Distància: < 10 km / Desnivell: 700 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**VOCAL:** Manuel Parrado.

### ESQUÍ NÒRDIC

DISSABTE I DIUMENGE  
11 I 12 DE FEBRER

#### ESQUÍ NÒRDIC I ALPÍ A PISTES DE LE CHIOULA, PIRINEUS FRANCESOS

**CICLE:** Amb els esquís als peus.

**ITINERARI:** recorregut per les pistes senyalitzades de Chioula (nòrdic) o Ax les Thermes (alpí).

**NIVELL:** \*\* fàcil

**PERNOCTACIÓ:** Hostellerie de la Poste, Tarascon-sur-Ariège (MP).

**VIATGE:** amb autocar.

**TROBADA:** carrer Vergara, 06:00 h o Fabra i Puig, 06:15 h.

**VOCALS:** Lali Pineda i Lali Andreu.

### CIÈNCIA

DISSABTE, 11 DE FEBRER

#### EXPLORACIÓ BOTÀNICA AL PUIG VICENÇ (EL BAIX LLOBREGAT)

**CICLE:** Sortides de treball de camp.

Sortida de treball de camp per a buscar el mà-

# Viatges i trekkings

Un món per descobrir

## SORTIDES

xim 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:** des del sector de can Riera fins al cim del puig Vicenç i tornada.

**NIVELL:** \*\* fàcil / Temps: 3 h / Distància: 5 km / Desnivell: +/- 250 m.

**VIATGE:** amb cotxes particulars.

**TROBADA:** avinguda Diagonal / carrer John M.

Keynes (Metro L3 Palau Reial), 07:00 h.

**NOTA:** reunió prèvia el 09/02/23, a les 20 h, al CEC.

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

### CULTURA

DISSABTE, 18 DE FEBRER

#### RUTA BANDOLERS, PEDRES I PALAUS + CALÇOTADA A ALCOVER

**CICLE:** Sortides culturals en autocar.

Cultura, degustació i calçotada al Camp de Tarragona.

**ITINERARI:** visita guiada al nucli antic i el museu, per gaudir de la ruta urbana i dels secrets de Ca Batistó i el Triàsic. El record dels ban-

dolers ens trasllada a l'època de màxim esplendor de la vila.

Veurem els fòssils del Triàsic i visitarem un palau, la Ca Batistó, que ens endinsa a la modernitat burgesa, tot acabant amb un tast de cervesa artesanal a les antigues cavallerisses de la casa. Dinar de calçotada a un restaurant d'Alcover.

**VIATGE:** amb autocar.

**TROBADA:** cantonada Pau Claris / Provença de Barcelona, 08:00 h.

**VOCAL:** Mercè Falcó.

### FAMÍLIES

DIUMENGE, 5 DE FEBRER

#### ELS BUFADORS DE BEVÍ

**CICLE:** Cims d'aventura.

Gaudir de la cresta dels Bufadors i de l'espectacle únic dels bufadors de Beví, un espai màgic de blocs de roca amb cavitats per on bufa aire, algunes visitables.

**ITINERARI:** començarem travessant el Ter pel pont del tren, tot seguint el GR-151 Camins del Bisbe Abat Oliva. Passarem el mas i ermita de Sant Moí i seguirem pel camí de Sant Moí als Ferrers, passarem pel coll de la Bassa de la Processó, collada de Beví Xic, el solell de la serra de Bufadors fins trobar el camí de Santa Maria de Besora a Llaés que agafarem en direcció N. Arribarem al coll de Bufadors, i ens

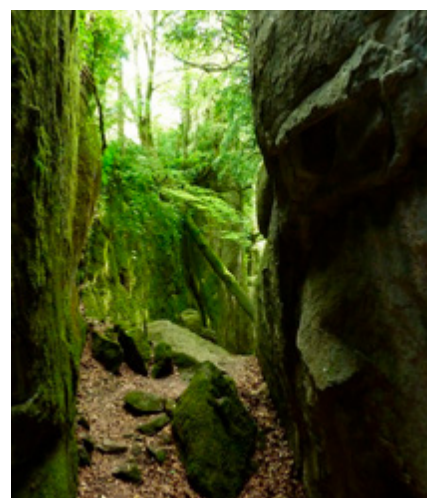
endinsarem en l'espai màgic dels Bufadors de Beví on visitarem algunes cavitats, dinarem i deixarem temps per jugar als infants. Dels Bufadors al punt de sortida i cotxes hi ha 1 h en baixada.

**NIVELL:** \*\*\* certa dificultat / Temps: 3 h de camí + 3 h de parades / Distància: 10,8 km / Desnivell: +/- 677 m.

**VIATGE:** amb autocar.

**TROBADA:** la Farga de Bebié (km 96,360 de l'antiga carretera N-152 de Barcelona a Ripoll), 09:00 h.

**VOCALS:** Albert Vidal i Oriol Morta.



## ALTRES ACTIVITATS

### ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DIJOUS 2, 9, 16 I 23 DE FEBRER

#### 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 6, 13, 20 I 27 DE FEBRER

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

**CICLE:** 65è Certamen de videofilms amateurs d'excursions, reportatges i documentals

Projecció de títols participants.

**HORA:** 19:00 h.

**LLOC:** sala d'actes.

DIMARTS, 14 DE FEBRER

#### 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: "El nazi de Siurana" de Toni Orensanz.

**HORA:** 19:00 h.

**LLOC:** sala d'actes.

DIJOUS, 16 DE DE FEBRER

#### PROJECCIÓ DEL DOCUMENTAL "ALASKA: LA DARRERA FRONTERA" DE MONTSERRAT ALEGRE

Alaska, el gran nord, la darrera frontera, l'estat més gran dels USA. Zona remota del planeta, conserva encara el seu caràcter pioner, salvatge i infinit. Des d'Anchorage ens endinsarem

cap al Parc Nacional de Denali, visitarem un paranyer que viu en comunió amb la natura, caminarem i volarem per l'extens Parc Nacional Wrangell -San Elias i acabarem a la costa per veure la glacera Columbia i les poblacions de Valdez i Seward.

**HORA:** 19:00 h.

**LLOC:** sala d'actes.





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
- ✓ Exclusiu 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.



# LA MUNTANYA ET CRIDA

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



Aprofita l'hivern per formar-te.  
Alpinisme, esquí de muntanya, escalada en gel i molt més.  
Consulta tota l'oferta escanejant el codi QR.