www.cec.cat

Muntanya

ANY 140 • SETEMBRE 2016

917

SIERRA NEVADA

Els cims més emblemàtics

ALPINISME

Pels massissos del Mont Blanc i els Écrins

TRESCS

Ascensió al mont Camerun

MEDICINA

Aspectes sanitaris d'un tresc

VIATGES

Chikoot Trail, el Camí de l'Or

PERSONATGES

Joan Sayós Estivill, muntanyenc i aviador

3,95 €

9 770212 211006 00917

GAUDEIX DE LA MILLOR INFORMACIÓ
EXCURSIONISTA I ALPINÍSTICA

Subscriu-te!

Per un any (4 números en paper): 14 €

LLEGEIX-NOS A L'IPAD

Per un any (digital): 9,99 €
Tria la teva subscripció
(3, 6 o 12 mesos)

Ens pots llegir en tauletes i smartphones

Més informació: www.iquiosc.cat/revistes/muntanya
www.cec.cat

Muntanya

Redacció, administració i publicitat
Centre Excursionista de Catalunya
Paradís, 10
08002 Barcelona
Telèfon: 933 152 311
revista.muntanya@cec.cat

Director
Ferran Alexandri
ferran.muntanya@cec.cat

Consell assessor
Joan Campañà, Enric Nosàs, Josep M. Sala

Consell de redacció
Ton Barnils, Jordi Bernat, David Mengual, Alfred Montserrat, Mari Nivera, Damià Pérez, Pau Quesada

Edició i correcció
Ferran Alexandri

Disseny i maquetació
Estudi Toni Inglès

Cartografia
Albert Martínez

Subscripcions i vendes
Marina Simó
Telèfon: 933 152 311
secretaria@cec.cat

Atenció al lector
Ernest Godó
ernest.muntanya@cec.cat

Distribució a llibreries
Llibreria Altaïr
Telèfon: 933 427 177

Impressió
Gràfiques BASSÓ

Dipòsit legal: B-545-1958
ISSN:0212-2111

La revista *Muntanya* respecta les opinions expressades a través dels articles dels seus col·laboradors, però no les comparteix necessàriament, fent propis només els continguts de l'editorial.

La revista *Muntanya*, editada pel Centre Excursionista de Catalunya, segons el que preveu l'article 32.1 paràgraf segon del TRLPI vigent, s'oposa expressament a què qualsevol de les pàgines d'aquesta revista, o bé una part d'aquestes pàgines, siguin utilitzades per a la realització de resums de premsa. Qualsevol forma de reproducció, distribució, comunicació pública o transformació d'aquesta obra només pot ser feta amb l'autorització dels titulars, tret de les excepcions previstes per la llei. Adreceu-vos a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si us cal fotocopiar o escanejar algun fragment d'aquesta publicació (*www.conlicencia.com*; 917 021 970 / 932 720 445).

Associació de Publicacions Periòdiques en Català

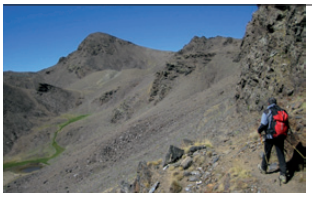
Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència

Centre Excursionista de Catalunya 1876

Muntanya

ANY 140 • SETEMBRE 2016 917

CENTRE EXCURSIONISTA DE CATALUNYA
Club Alpí Català



8 Els cims mítics de Sierra Nevada
David Mengual i Padrós
Ascensió al Mulhacén (3.478 m), el segon cim més prominent d'Europa occidental després del Mont Blanc, i als pics més assenyalats del parc nacional de Sierra Nevada, a la província de Granada.

24 Alpinisme a la tardor
Roger Cararach
Una crònica alpina del final de la tardor, amb impressionants escalades als massissos del Mont Blanc i els Écrins. Només per a experts.

32 Mont Camerun. Selva, sabana i rius de lava
Ricardo Hernani
Ben a prop de les aigües del golf de Guinea s'alça una una de les muntanyes més emblemàtiques del continent negre: el mont Camerun, un massís volcànic encara actiu.

40 Aspectes sanitaris d'un tresc
Pere Rodés i Aurèlia Sans
Totes les coses que hem de tenir en compte durant la preparació d'un tresc, un viatge llunyà o una gran expedició, per marxar de casa amb l'indispensable.

50 Chilkoot Trail, el camí de l'or
Jordi Canal-Soler
El Chilkoot Trail és un dels trescs amb més història i natura de l'Amèrica del Nord. Un camí usat a finals del segle XIX per milers de buscadors d'or que anaven d'Alaska fins a les mines de l'interior del Canadà.

60 Entre el cel i les muntanyes
David Vilaseca Basco
Vida i aventures de Joan Sayós Estivill (1916-2005), soci del Centre Excursionista de Catalunya que conreà dues grans passions: la muntanya i l'aviació.

SECCIONS **4** Editorial **5** La columna **6** La motxilla de muntanya **66** Publicacions **68** Crònica alpina **70** Vies d'escalada **74** L'excursió del mes **76** L'entrevista **78** Noticiari **82** Objectiu muntanya

Un club de centenaris

Tot just el 5 d'agost passat el nostre xalet refugi de la Renclusa va fer cent anys. La història havia començat cap a l'any 1913, quan l'enginyer i notable excursionista Juli Soler i Santaló va tenir la pensada de construir un refugi al planell de la Renclusa, per tal de donar una base a tots els muntanyencs que volien pujar a l'Aneto i als altres cims del massís de la Maladeta. L'Aneto, per als catalans, ha estat una muntanya simbòlica, lloada ja per Jacint Verdaguer en el seu cant al Pirineu. Per això, dins del refugi hi ha una placa commemorativa feta el 1916, amb motiu de la inauguració d'aquest refugi, a iniciativa de Mn. Jaume Oliveras, en homenatge a Verdaguer. La primera ascensió de l'Aneto es va fer el 20 de juliol de 1842 en una expedició promoguda per Platon de Tchihatcheff; just l'any vinent es compliran 175 anys.

JAUME ALTADILL

La primera ascensió a l'Aneto (3.404 m) es va fer el 20 de juliol de 1842 per una expedició de sis persones promoguda per Platon de Tchihatcheff.

Malgrat que Juli Soler i Santaló no va poder veure el seu somni acomplert (va morir el 30 d'abril de 1914), el Centre Excursionista de Catalunya va culminar les obres d'aquest refugi, que es va poder inaugurar finalment el 5 d'agost de 1916, però sense cap cerimònia, perquè un llamp havia fulminat el 27 de juliol Josep Sayó, que n'havia de ser el guarda. A partir d'aquell moment, la importància d'aquest refugi no va parar de créixer, ja fos per la seva situació estratègica, ja fos per l'afluència d'excursionistes que sempre hi han anat a fer cap. Amb el pas del temps, el refugi demanava un remodelació profunda, cosa que es dugué a terme i quedà enllestit per una nova inauguració, ara com a refugi xalet, el 30 de desembre del 2006.

Un centenari sempre és important, perquè denota el valor pel qual es va fer aquesta construcció, en pro de l'excursionisme, un valor que no ha decaigut després d'una centúria, ans tot el contrari, encara ha estat reforçat amb més vigor i entusiasme. Enguany també toca un altre centenari: el Centre Excursionista de Catalunya farà 140 anys el proper més de novembre. Però, d'això ja en parlarem pròximament.

DIRECTOR DE MUNTANYA

Viatjar amb seguretat sanitària

Cada vegada hi ha més excursionistes que viatgen a indrets llunyans en busca de noves muntanyes i de paisatges per descobrir, fins i tot a regions exòtiques de difícil accés. És el que anomenem *fer un tresc* (*trekking* en anglès).

La moda d'aquestes expedicions excursionistes, promogudes gràcies a la relativa facilitat de les comunicacions en l'àmbit mundial, i també pel guiatge que ofereixen els clubs excursionistes o les agències de viatges especialitzades, ha fet que aparegui el fantasma de les malalties desconegudes o bé les vacunes que hem de posar-nos per entrar a segons quins països. Però no és només això, sinó que també hem de qüestionar-nos què podem fer en el cas que tinguem un accident o qualsevol imprevist de tipus sanitari quan ens trobem aïllats de tota civilització o en un entorn hostil.

Des de la Redacció ja fa temps que pensàvem publicar d'una manera clara i il·lustrativa els problemes en què podem trobar-nos en un tresc qualsevol, tant si viatgem en grup o en solitari, amb l'objectiu de viatjar amb seguretat.

Ferran Alexandri

IKER MADOZ

***Foto de portada:** Llarg clau a la via* **Marchal Ombre** *a la cara nord de l'Aillofroide Oriental (Écrins)*

La Molina del futur

Enric Faura

La passada primavera es va presentar la fase inicial del Pla Director Urbanístic (PDU) de l'estació d'esquí de la Molina i la Masella, impulsat pel Departament de Territori i Sostenibilitat. És un document molt ambiciós, encara en fase embrionària i obert, que assenyala tot un seguit d'actuacions i propostes per millorar i ampliar ambdues estacions, amb un planejament estratègic supramunicipal i una visió global de tot el territori.

Les mesures i propostes són moltes, algunes de caràcter general, fins a d'altres molt concretes: substituir l'antic teleesquí dels Coms per un nou telecadira, recuperar la pista entre l'estació de tren i Font Canaleta amb un nou telecabina, traçar noves pistes des del Puigllançada amb un telecadira fins al cim des de la base de l'estació, potenciar la zona de coll de Pal com a nova porta d'entrada de l'estació des del Berguedà, ampliació de la zona d'Alabaus, nous edificis a la pista Llarga per a l'escola d'esquí, la remodelació i ampliació de l'antiga clínica J. A. Samarach, l'ampliació de l'edifici de Costa Rasa. Alhora contempla escenaris de llarg abast, com la celebració d'uns possibles Jocs Olímpics d'Hivern, fer un replanteig de les activitats d'estiu i ampliar notablement les noves zones edificables i comercials. A la Masella es dibuixen dues noves zones esquiables a la Pleta de Das i al Clotar, i a la zona de la Baga, el traçat de noves pistes amb un nou telecadira, remodelació i potenciació del Niu de l'Aliga i una reserva d'espai per a un possible telecabina entre Alp i el pla de Masella.

El plantejament d'aquest PDU és clarament expansiu i es recolza en la filosofia que si les dues estacions no donen un substancial salt endavant el seu futur quedaria molt compromès i la seva viabilitat esdevindria incerta.

A l'espera del recorregut polític i administratiu d'aquest PDU s'amunteguen les preguntes i qüestions sense resposta clara. D'entrada sembla totalment superat el debat sobre si una administració pública ha de gestionar i invertir en una estació d'esquí, que no deixa de ser un espai d'oci. ¿És aquesta la seva funció? ¿Les inversions públiques s'han d'adreçar a això en uns moments com l'actual? És evident que la Molina i la Masella són ara per ara un motor econòmic, turístic i social del territori innegable i inevitable, però ¿cal seguir per aquest camí o bé es poden plantejar alternatives? Curiosament sembla que es vulgui donar per resolt el debat sobre el monocultiu del model de la neu en zones de muntanya, sense plantejar alternatives de desenvolupament econòmic i social més sostenibles i respectuoses amb el medi. Tampoc no s'acaba d'entendre com en una etapa de canvi climàtic, augment de temperatures i minva de precipitacions, s'aposti per obrir pistes a cota baixa i potenciar una estació de clima mediterrani. Sembla bastant clar que es torna a obrir un camí per possibilitar novament un fort desenvolupament urbanístic, oblidant el passat. També es vol tornar a deixar oberta la porta a plantejar uns nous Jocs Olímpics d'Hivern a Catalunya, quelcom molt difícil i discutible.

Algunes veus del territori ja s'han alçat manifestant la seva oposició a aquest PDU o bé demanant modificacions molt concretes. La Generalitat declara una voluntat de diàleg i negociació i afirma que encara no hi ha res decidit ni tancat.

Tanmateix des d'aquí ens preguntem si en aquest procés, el món de l'excursionisme en general i el CEC en particular hi han de tenir una veu. La Molina ha estat una estació nascuda a redós de l'excursionisme i amb una intensa relació amb el món excursionista. ¿Tenen res a dir les entitats, la FEEC i el CEC davant un projecte faraònic com sembla insinuar-se al darrere d'aquest PDU? ¿Té opinió el món excursionista sobre aquesta Molina del futur? Pensem-hi, parlem i actuem abans que sigui irreversible.

FRANCESC TARRATS

L'Estadi de Roc Blanc (la Molina).

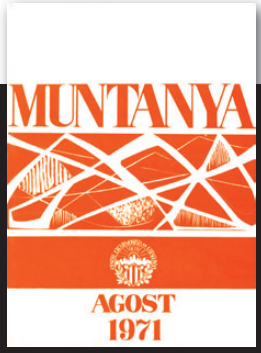
ARA FA QUARANTA-SIS ANYS...

Inauguració del xalet Juli Soler i Santaló

En un any de commemoracions com aquest 2016, en qual celebrarem els 140 anys del Centre Excursionista de Catalunya i el centenari del refugi de la Renclusa, hem observat que el nº656 (1971) de *Muntanya* anunciava la inauguració del xalet Juli Soler i Santaló a la Vall d'Aran, a la vila de Salardú. Vegem què deia l'editorial d'aquella edició sobre això mateix:.

(...) el dia 27 de juny d'enguany es va inaugurar el nou xalet del Centre a Salardú, el xalet que duu el nom de Juli Soler i Santaló, en record d'un dels socis més il·lustres i preclars del Centre, i el que va vincular d'una manera més estreta i més profunda la nostra entitat amb la Vall d'Aran.

Efectivament, cap altre nom no era més escaient per a un refugi del Centre a la Vall d'Aran que el de Juli Soler i Santaló, el nostre malaguanyat pirineista, que va ser el primer dels nostres excursionistes que va recórrer d'una manera sistemàtica i contínua aquells paratges de l'alt Pirineu, i el que en va realitzar una gran tasca de divulgació i de proselitisme, fruits perdurables de la qual són el nostre xalet de la Renclusa, degut, en bona part, a la seva promoció i la seva magnífica guia de la Vall d'Aran, impresa l'any 1906 a la memorable Tipografia de l'Avenç, cercada avui amb avidesa i pràcticament introbable.



Article complet a:

Juli Soler i Santaló, que conegué com pocs aquella comarca, síntesi i súmmum de tots els atractius que per als excursionistes ofereixen les contrades pirinenques, va arribar a gaudir d'una autèntica popularitat a la Vall d'Aran, que va culminar, l'any 1907, en el nomenament de fill adoptiu de la comarca, motiu pel qual li fou lliurat un pergamí signat pels alcaldes de tots els municipis de la Vall.

Però la germanor entre la Vall d'Aran i el Centre Excursionista de Catalunya (...) no ha deixat de mantenir-se (...). Podríem destacar, com a fites més sobresortints del manteniment d'aquesta vinculació, les primeres lliçons d'esquí que per encàrrec de la Mancomunitat de Catalunya, el Centre va organitzar justament a Salardú, i que foren dutes a terme per una expedició d'esquiadors que havia sortit de la Seu d'Urgell; la nova guia de la Vall, original dels nostres consocis, el matrimoni Jolis, publicada aquest estiu en triple edició –català, castellà i francès– i, ara, com a magnífica culminació, la inauguració del nou xalet a Salardú, esplèndida realització material que serà, alhora, el símbol de germanor a la més allunyada de les comarques catalanes.

El xalet Juli Soler i Santaló.

REVISTA *MUNTANYA*

BEAL: FRE ASSEGURADOR/DESCENSOR AIR FORCE 3

L'eina ideal per a escaladors de via clàssica i professionals

Al mercat hi ha nombrosos sistemes d'assegurament i descensors. No obstant, molts d'aquests aparells no respecten prou la corda. De vegades la torcen o bé presenten angles massa agressius o transfereixen a la corda tot l'esforç d'absorció de l'energia.

L'experiència de BEAL en el coneixement exhaustiu de la corda, de la manera en què treballa òptimament, es fa evident amb el nou assegurador AIR FORCE 3, dissenyat per aconseguir una bona dosificació de la frenada i afavorir un assegurament dinàmic, controlat i fluid perquè el punt d'ancoratge, l'escalador i la corda estiguin més protegits.

Compatible amb totes les cordes, l'AIR FORCE 3 permet al primer situat a la reunió assegurar i blocar de forma independent, en un o dos segons. L'orifici petit facilita el desbloqueig de les cordes, encara que estiguin en tensió. Incorpora, a més, quatre colls capaços d'acceptar cordes en simple i, per descomptat, també dues cordes per a ús en doble. Els dos colls en V permeten donar corda amb facilitat, alhora que garanteixen un control eficaç de la frenada per optimitzar l'absorció de l'energia en aturar la caiguda. Els colls són amplis i llisos, cosa que evita fregaments innecessaris en els angles.

La perforació addicional alleugereix el conjunt i dispersa calor, cosa que contribueix a danyar menys la corda. També serveix per pujar per cordes. Pes: 86 g. PVP: 25,70 €

www.bealplanet.com

GRIVEL: MOTIXLLA D'HIDRATACIÓ MOUNTAIN RUNNER LIGHT

La versió més lleugera i compatible

L'èxit de la motxilla MOUNTAIN RUNNER COMP ha fet possible la creació d'una versió més lleugera per als que valoren aquest detall en la selecció del seu material. El seu nom és MOUNTAIN RUNNER LIGHT i les característiques principals es poden resumir així:

- Una talla única amb diferents punts de regulació per a un ajustament impecable.
- Compartiment principal compatible amb una bossa d'hidratació o per transportar material.
- Múltiples butxaques/compartiments per distribuir estratègicament el material i accedir-hi de forma ràpida.
- Tirants amples, regulables a l'altura amb velcro, que envolten el tors per acompanyar els moviments.
- Cintes pectorals dobles per tenir més estabilitat.
- Cinta elàstica frontal per fixar una peça impermeable, un casc...
- 2 cintes frontals per als bastons.
- Respatller de teixit encoixinat amb micromalla.
- 2 portabidons elàstics d'accés ràpid per a botelles de 500 ml.

Capacitat: 5 l. Pes: 267 g. Teixit: Air Mesh.
PVP: 76,40 €

www.grivel.com

MARMOT: JAQUETA RED STAR

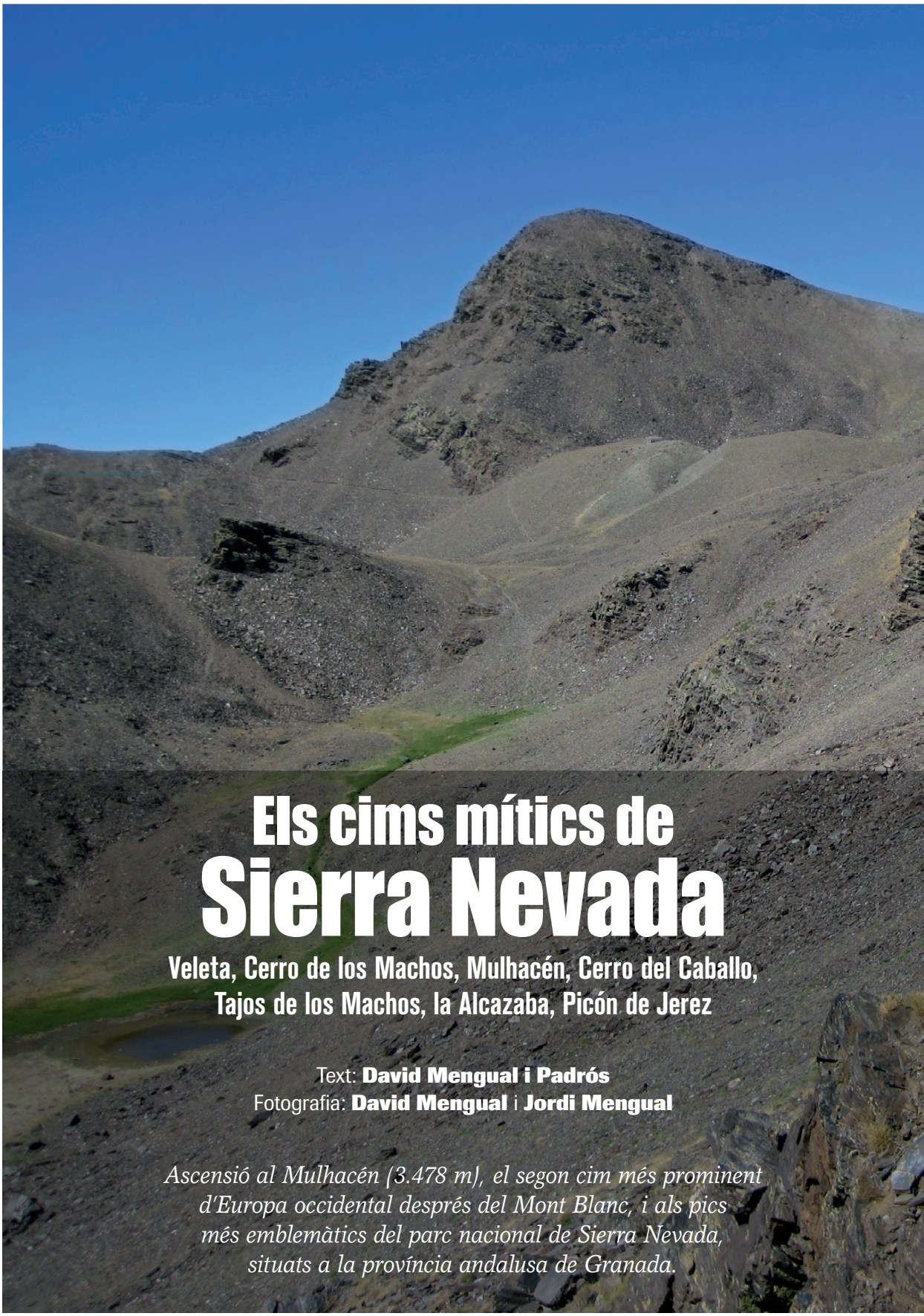
Protecció, transpiració, llibertat de moviments i un munt de detalls tècnics

Talls depurats, teixits lleugers i detalls impecables perquè la funcionalitat i la lleugeresa estiguin garantides. Tot, sumat a la incontestable impermeabilitat i transpiració que s'exigeix a una jaqueta exterior per a un confort constant durant l'activitat. La nova RED STAR es la última incorporació. Una opció tres capes 100% Stretch per jugar a la lliga dels més exigents. Tot en tan sols 425 g. Teixit 100% Nylon Ripstop Stretch amb fibres 70 deniers x 50 deniers que garanteix el millor compromís durabilitat/lleugeresa. Membrana de tres capes NanoPro™ altament transpirable. A més:

- Caputxa regulable amb visera preformable.
- Coll tubular per a més protecció.
- Butxaques generoses Pack compatibles amb arnès.
- Punys asimètrics.
- Aixelles amb panell de teixit continu i obertures Pit-Zips.
- Mànigues Angel-Wing per a un ampli rang de moviment.
- Cremalleres estanques.

PVP: 300 €

www.marmot.com



Els cims mítics de Sierra Nevada

Veleta, Cerro de los Machos, Mulhacén, Cerro del Caballo, Tajos de los Machos, la Alcazaba, Picón de Jerez

Text: **David Mengual i Padrós**
Fotografia: **David Mengual** i **Jordi Mengual**

Ascensió al Mulhacén (3.478 m), el segon cim més prominent d'Europa occidental després del Mont Blanc, i als pics més emblemàtics del parc nacional de Sierra Nevada, situats a la província andalusa de Granada.

El cim del Cerro del Caballo (3.011 m).

El massís de Sierra Nevada està situat al sud de la península ibèrica i forma part de la serralada Bètica. D'oest a est, entre les localitats de Padul i Ohanes, té una llargada d'uns 78 km i una amplada que oscil·la entre 15 km i 30 km, segons la zona. L'alçada màxima és el cim del Mulhacén, amb 3.478 m, que esdevé el sostre de la península, però la serralada compta amb un total de 32 cims que superen els 3.000 metres. En dies clars, des del seus cims podrem veure nítidament la mar Mediterrània i la serralada de l'Atles. És una muntanya que sorgeix de manera abrupta sobre la plana, de forma que des de la ciutat de Granada fins al cim del Veleta, en tan sols 22 km, hi ha una diferència de desnivell de 2.700 m, o entre Jerez del Marquesado i el Cerro Pelado, en tan sols 11 km la diferència és de 2.000 m.

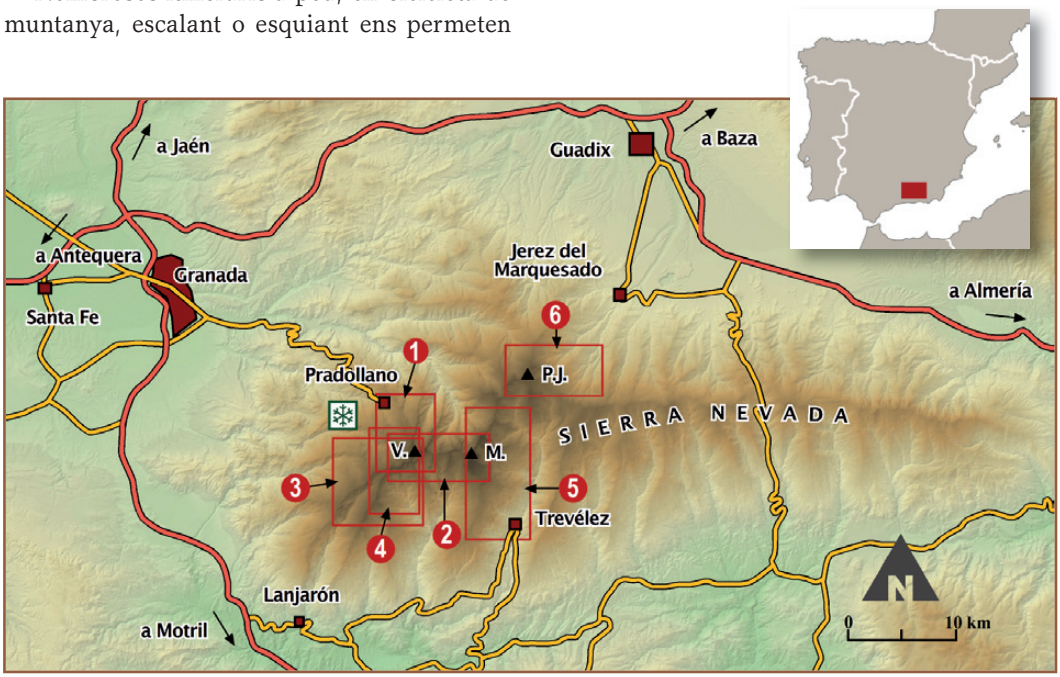
Tot aquest entorn va ser declarat parc nacional l'any 1999. La superfície protegida és de 85.883 ha i la zona perifèrica de protecció és de 86.355 ha, entre els províncies de Granada i Almeria, damunt de comarques com l'Alpujarra o el Marquesado de Zenete. Hi ha una fauna variada i algunes plantes endèmiques.

Nombrosos itineraris a peu, en bicicleta de muntanya, escalant o esquiant ens permeten conèixer aquest indret d'alta muntanya àrida, molt lluminosa i solitària. A la zona, a més, hi ha l'estació d'esquí a Pradollano, amb unes modernes instal·lacions, i el Centre d'entrenament d'Alt Rendiment per a esportistes siuat a més alçada de la península ibèrica, a 2.320 m.

A causa de la facilitat d'accés a les altes cotes amb vehicle, també hi ha diversos radiotelescopis, com el de l'Institut de Radioastronomía de Ondas Milimétricas (IRAM), que té una antena reflectora parabòlica de 30 m de diàmetre. Molts dies, en funció de la posició d'aquesta antena ens farem una idea de la força del vent abans de començar l'excursió.

Per accedir des de Granada pel vessant nord s'ha d'anar per l'autovia N-323 en direcció a Motril, agafar la ronda Sud i sortir per la carretera A-395 en direcció a Pradollano, que és l'estació d'esquí. És bastant complicat accedir-hi si no s'agafa aquesta ronda, tot i que fa una mica de volta.

Per accedir des de Granada pel vessant sud cal anar per l'autovia N-323 en dirección a Motril fins a l'encreuament de Lanjarón i agafar la carretera de muntanya C-32, que creua tota la comarca de l'Alpujarra.



ALBERT MARTÍNEZ (BASE IGN)

La boca del túnel del Corral del Veleta.

Si volem accedir a la serra des de Granada pel Marquesado de Zenete, cal agafar l'autovia N-323 en direcció a Jaén, fins que trobem l'autovia A-92, que agafarem en direcció Almeria fins a la carretera A-337 en direcció a Calahora i el port de la Ragua.

ASCENSIÓ AL VELETA I AL CERRO DE LOS MACHOS, DES DE POSICIONES DEL VELETA

- Desnivell: + 563 m, -1.163 m
- Temps de camí: 5 h
- Distància: 12,5 km

Hem dormit a l'alberg universitari a 2.500 m i hem agafat l'autobús del parc que ens ha pujat fins a Posiciones del Veleta (3.100 m). Des d'aquí, tenim dues opcions, seguir per la carena fins a arribar al cim, sense camí, saltant de pedra en pedra sense gaire més dificultat, tot i ser una ruta no gaire cómoda, o seguir caminant per la carretera fins a arribar al cim. Malauradament, aquesta darrera opció està tota asfaltada, però ja fa anys que no hi circulen els vehicles, i a poc a poc l'asfalt va desapareixent. Al cim, hi ha un petit aixopluc construït per la Universitat de Granada que està tancat al públic i algunes antenes. En altres temps, fins aquí

ALBERT MARTÍNEZ (BASE IGN)

Baixant del Mulhacén, amb la llacuna de la Caldera i el cim del Veleta al fons.

dalt hi arribava un telecadira de l'estació d'esquí. El Veleta ofereix una vista magnífica sobre tota la serra, però també en dies clars sobre el mar per una banda i Granada per l'altra.

Un cop al cim, descendim per la carena cap al SO per un camí ben traçat, que evita la carrertera, fins que trobem una pista i el refugi del Coll de la Carihuela. La pista és un ramal de la carretera A-395 que hem deixat abans i que arriba fins al poble de Capileira. El projecte inicial era que fos una carretera d'alta muntanya que havia de connectar Granada amb els pobles de l'Alpujarra. El projecte es va desestimar i no es va arribar a asfaltar mai. Actualment, és un bon recorregut per fer amb bicicleta de muntanya, tot i que supera un fort desnivell i l'estat de conservació cada vegada és pitjor; però té la gràcia que permet pedalar a 3.000 m d'alçada per un paratge d'alta muntanya erma, pedregosa, àrida, amb unes vistes magnífiques.

El Veleta ofereix una vista magnífica sobre tota la serra, però també en dies clars sobre el mar per una banda i Granada per l'altra

El refugi de la Carihuela (3.201 m) està situat gairebé al coll per sobre de la pista, en un indret protegit del vent del nord, en molt bon estat. Com tots els refugis de la zona, té el problema de l'aigua: no n'hi ha. La única possibilitat de trobar-ne és cercar alguna congesta de neu, si l'època de l'any ho permet.

Un cop al refugi, seguim la pista fins al primer revolt. Novament tenim dues opcions. La primera és deixar la pista principal i agafar un ramal que surt a l'esquerra i que en pocs me-

tres esdevé camí; una mica més endavant arriba a una paret vertical. En aquest punt cal perdre uns 25 m d'alçada. Unes cadenes ajuden a superar aquest pas equipat. Després, el camí continua i permet anar a la llacuna d'Aguas Verdes i tornar a agafar la pista o bé superar un tarteram immens, que és molt pesat, i arribar fins al cim del Cerro de los Machos.

Si des de la Carihuela seguim per la pista, fa una ziga-zaga llarga per perdre desnivell, passa per la llacuna d'Aguas Verdes i quan arriba al revolt que hi ha a la base de la carena SO del Cerro de los Machos, a l'esquerra, s'inicia un bon camí pedregós que, en forta ziga-zaga, permet arribar fins als 3.227 m. Des d'aquest cim, ja veiem la paret de la cara nord del Veleta. Sense camí i trobant alguna fita, perdem alçada cap a l'oest en direcció a la base d'aquesta cara nord. Anem cap a la zona, que es coneix com el *Corral del Veleta*. Des d'aquí, s'inicien un munt de vies d'escalada que recorren la paret nord per totes bandes. També hi ha un petit torrent i una boca de túnel, del que havia de ser una carretera, però que avui serveix d'aixopluc. Pràcticament des del túnel s'inicia un camí ben traçat cap al nord, arrapat a la paret, que permet superar el fort desnivell fins a un collet que permet l'accés a la carretera i a Posiciones. Un cop a Posiciones, podem baixar els 500 m fins a l'alberg amb l'autobús o a peu per qualsevol dels senders que davallen evitant les pistes d'esquí.

ASCENSIÓ AL MULHACÉN DES DE POSICIONES DEL VELETA

- Desnivell: +900 m, -900 m
- Temps de camí: 6 h 25 min
- Distància: 20 km

Tornem a iniciar el dia agafant l'autobús fins a Posiciones (3.100 m). Seguim per la carretera i la pista fins al coll de la Carihuela i continuem descendint per la pista fins que superem el Cerro de los Machos i el coll del Lobo, que queden a la nostra esquerra. Llavors, remuntem uns metres fins que passem una bretxa excavada a la roca coneguda amb el nom de *la Puerta*; des d'allà tornem a baixar fins a la cota 2.100. Als nostres peus, tenim la conca de riu Seco amb les llacunes del mateix nom i més avall veiem el refugi guardat de Capileira. Prenem a l'esquerra un sender pedregós i polsós que puja uns 170 m fins a un coll. Des del coll tenim als nostres peus la llacuna de la Caldera i el refugi característic i, enfront, a l'est, el cim del Mulhacén. El sender que baixa a la llacuna és entretingut i molt dret i patina bastant. Supera algún tram de roca sense dificultat però no permet distraccions. Al costat de la llacuna hi ha un refugi similar al de la Carihuela. No

El de Carihuela com tots els refugis de la zona, té el problema de l'aigua: no n'hi ha

ALBERT MARTÍNEZ (BASE IGN)

La cascada anomenada* Chorreras negras*, camí de Siete Lagunas.

circula aigua enlloc. Un cop aquí, tornem a agafar la pista que seguim durant uns metres, i agafem a l'esquerra un camí molt traçat que ascendeix fins als 3.479 m del cim del Mulhacén per un tarteram immens.

Mulhacén ve de Muley Hacén, que és una castellanització de Mulay Hasan, que va ser l'avantpenúltim rei natzarí de Granada al segle XV. Diuen que està enterrat al cim de la muntanya, tot i que la seva tomba no s'ha trobat mai. El Mulhacén és el sostre de la península ibèrica, on la vista és excepcional perquè és el punt més alt d'una serra ben isolada. En altres temps s'havia arribat fins a aquí amb cavalleries, carros i fins i tot amb vehicles tot terreny. Hi ha unes quantes ruïnes de diverses construccions i s'insinua la planta d'una antiga ermita. D'entre els cims dels voltants destaquen el Veleta, cap a l'oest, i l'Alcazaba, cap a l'est, seguint el fil de la carena. A banda i banda, profundes valls ermes de vegetació.

El retorn el fem pel mateix camí fins a la pista; però un cop a la pista, aquesta vegada la seguirem fins a Posiciones, la qual cosa ens permetrà pasar pel refugi Pillavientos o de la Lomà Pelà. És una edificació rectangular de sostre pla, posat enmig d'una carena ventada i sense aigua al voltant. La situació potser no és la millor per refugiar-se o per mantenir un edifici, però la vista sobre la vall i sobre l'entorn en general és magnífica. Aquesta vegada, l'itinerari és llarg, i des de Posiciones baixem amb l'autobús.

ASCENSIÓ AL CERRO DEL CABALLO DES DE POSICIONES DEL VELETA

- Desnivell: +936 m, -1.536 m
- Temps de camí: 9 h 15 min
- Distància: 28 km

El Caballo és el primer tres mil de l'oest de Sierra Nevada, situat a l'inici de la carena coneguda com la *Loma del Caballo*, que delimita valls profundes a banda i banda, i que és la continuació de la Loma de Lanjarón. És un cim

solitari i altiu que té un encant particular precisament per aquesta sol·litud i el paratge que l'envolta. Lluny de les multituds del Veleta o del Mulhacén, les cabres salvatges ens acompaynen bona part de l'itinerari.

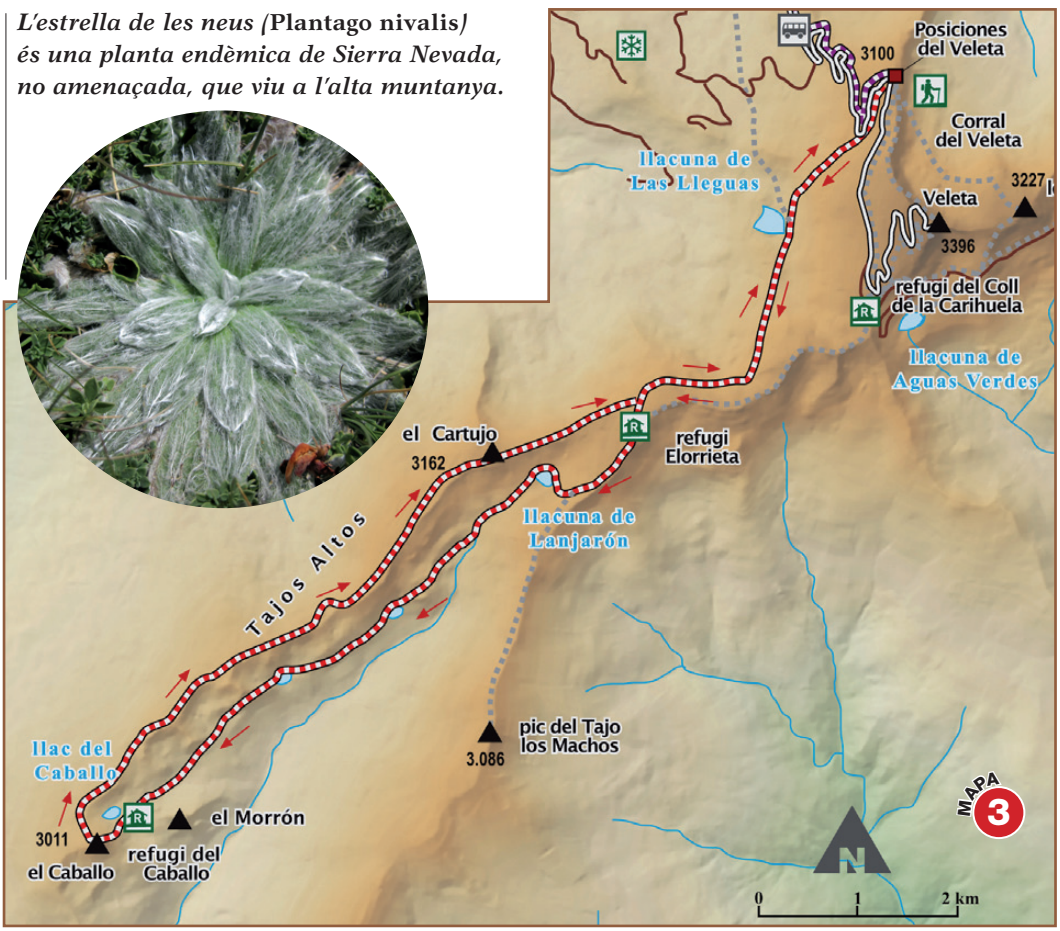
Per a anar al Caballo, tornem a pujar a Posiciones amb l'autobús del parc. Un cop a Posiciones, seguim la carretera, però aquesta vegada de baixada fins al primer revolt, des d'on un intent de sender ens permet baixar fins a la llacuna de les Lleguas, que és la més gran de les que veiem uns 200 m per sota de la carretera. La baixada suposarà creuar algunes pistes d'esquí, alguna instal·lació i sobretot un esperó de roca que té diferents passos que permeten el descens. Hi ha fites que costen de seguir, però el terreny permet anar descendint.

Un cop a la llacuna no deixem de fixar-nos en una flor endèmica, anomenada *l'estrella de les neus* (*Plantago nivalis*), que és endèmica de Sierra Nevada i que es pot trobar a partir dels 2.800 m. És una planta perenne, de fulles molt característiques d'un aspecte estrellat cobertes d'un vellut protector. Es troba en zones de poca vegetació sobre sòls d'esquists. També la vam veure a la pujada al Mulhacén, i sobretot a Siete Lagunas. Al parc hi ha censades unes 2.100 plantes de les quals, 86 són endèmiques.

Al parc hi ha censades unes 2.100 plantes de les quals, 86 són endèmiques

Des de la llacuna, el sender està ben marcat i avança cap al sud molt ben traçat per anar guanyant alçada fins al refugi Elorrieta, que és

L'estrella de les neus* (Plantago nivalis) *és una planta endèmica de Sierra Nevada, no amenaçada, que viu a l'alta muntanya.



ALBERT MARTÍNEZ (BASE IGN)

Panoràmica des del coll del Caballo, amb el refugi del Caballo a la dreta, la vall per on hem vingut i la carena per on tornarem, i el cim del Mulhacén al fons i a l'esquerra.

situat al capdamunt d'un cim, a l'altra banda de la carena cap a la qual ascendim, que són Los Tajos de la Virgen. L'Elorrieta té la particularitat de ser el refugi més elevat de la península ibèrica. És una estranya construcció mig excavada a la roca, amb finestres a banda i banda i que es troba en un estat deplorable, tot i que permet passar la nit o com a mínim portegir-se del vent. En aquest moment s'ha iniciat una campanaya de recollida de fons per tal de fer una rehabilitació. Com tots els refugis de la zona té el problema de la manca d'aigua. En el coll més proper al refugi destaca una superficie plana rectangular de grans dimensions semblant a un camp de futbol que, cap a les dècades de 1920 i 1930, es va fer un intent de plantació de plantes endèmiques amb l'objectiu de recuperar i repoblar la vegetació autòctona. A més, al llarg de la vall hi ha un camí perfectament construit que aquí en diuen *carril*, que permetia el pas de cavalleries per al transport del material. Formant part d'aquesta important infraestructura viària, també van construir molts metres més avall un parell de refugis dels quals el més elevat està en ruïnes, i fins i tot un petit sanatori vinculat al poble de Lanjarón.

L'Elorrieta és el refugi més elevat de la Península Ibèrica

També hi havia unes mines que durant un temps van estar en explotació. Malauradament, la guerra civil va capgirar el projecte, i després ja va quedar en l'oblit, però el camí perdura i és una obra digna d'admirar i cómoda de seguir. Si des del refugi mirem cap al sud i a la dreta, al final de la carena veurem el cim del Caballo, amb la seva forma característica. És cap on anem.

Així doncs, des del refugi agafem el camí, ara carril, cap al sud, que baixa fins a les llacunes que veiem al fons de la vall. Un cop a les llacunes, el camí canvia de vessant i a poc a poc va guanyant alçada novament. És un sender perfectament arranjat amb murs de protecció, trams alçats i que mira en tot moment de no oferir cap dificultat. En un moment donat, un desprenement que faria de mal passar està equipat amb unes cadenes per facilitar el pas. El camí és llarg, però la vista sobre la vall és magnífica. L'arribada al refugi i al llac del Caballo als peus del cim és sensacional. És un indret en que que valdria

la pena passar una nit solitària i tranquil·la. El refugi és de l'estil de la Carihuela o la Caldera, però una mica més petit. També està ben arreglat i només compta amb l'aigua estancada de la llacuna.

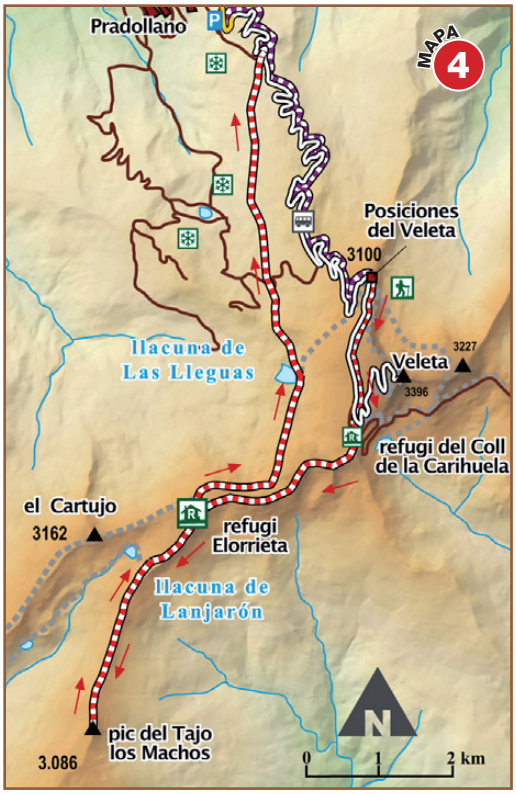
Voltem la llacuna i superem un centenar de metres fins al coll que ens permet accedir al cim del Cerro del Caballo (3.011 m), que és més a prop del que sembla. El retorn el farem seguint la carena cap al nord-est, ascendint a les puntes conegudes com Tajos Altos, sense cap dificultat, de tres mil en tres mil fins a arribar al cim del Cartujo (3.162 m), des del qual anirem cap al refugi Elorrieta per desfer el camí de la pujada.

ASCENSIÓ AL TAJO DE LOS MACHOS DES DE POSICIONES DEL VELETA

- Desnivell: +457 m, - 1.056 m
- Temps de camí: 5 h
- Distància 18 km

Des de Posiciones seguim la carretera i la pista fins al coll de la Carihuela. Un cop a la Carihuela, agafem un camí ascendent cap al sud que creua a l'altra banda de la carena. És un camí marcat amb fites, però perdedor i poc traçat, que a estones és bo i a estones es perd i ens obliga a grimpar i desgrimpar per mantenir alçada en direcció al refugi Elorrieta. Des del refugi és molt senzill seguir la carena cap al sud sense perdre alçada i remuntar fins al pic del Tajo de los Machos (3.086 m), que ofereix una bona panoràmica sobre el pic del Caballo i sobre la zona Veleta-Mulhacén.

Tornem sobre les nostres passes fins al refugi, i agafem el camí de la llacuna de Las Lleguas. Des de la llacuna, de retorn cap a l'alberg creuant les pistes d'esquí, val la pena fer una desviació i aproximar-se al radiotelescopi. El retorn fins a l'alberg no té cap complicació.

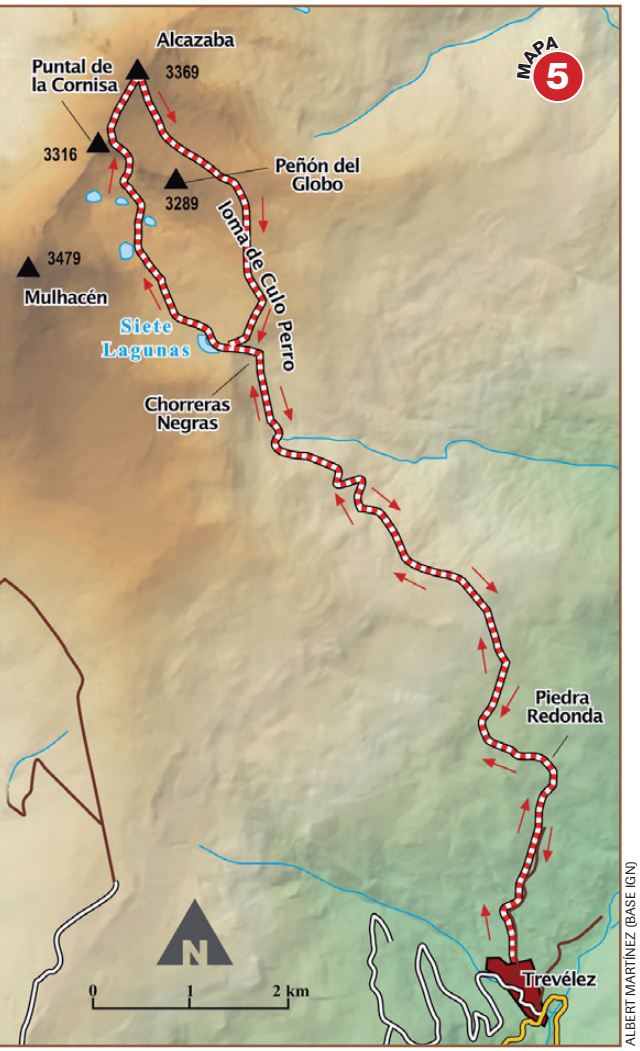


ALBERT MARTÍNEZ (BASE IGN)

ASCENSIÓ AL PIC DE L'ALCAZABA DES DE TREVÉLEZ, PER SIETE LAGUNAS

- Desnivell: +1.747 m, -1.747 m
- Temps de camí: 9 h 15 min
- Distància: 25 km

Trevélez és un poble blanc de la comarca de l'Alpujarra que no té l'encant de Pampaneira o Capileira, però s'ha fet famós perquè amb el clima sec i l'alçada ha desenvolupat com cap altre el negoci de l'assecat de pernils. Hem estat a l'Hotel la Fragua que està a la part més alta del poble i que està regentat per muntanyencs de tota la vida, la qual cosa es nota en l'ambient.

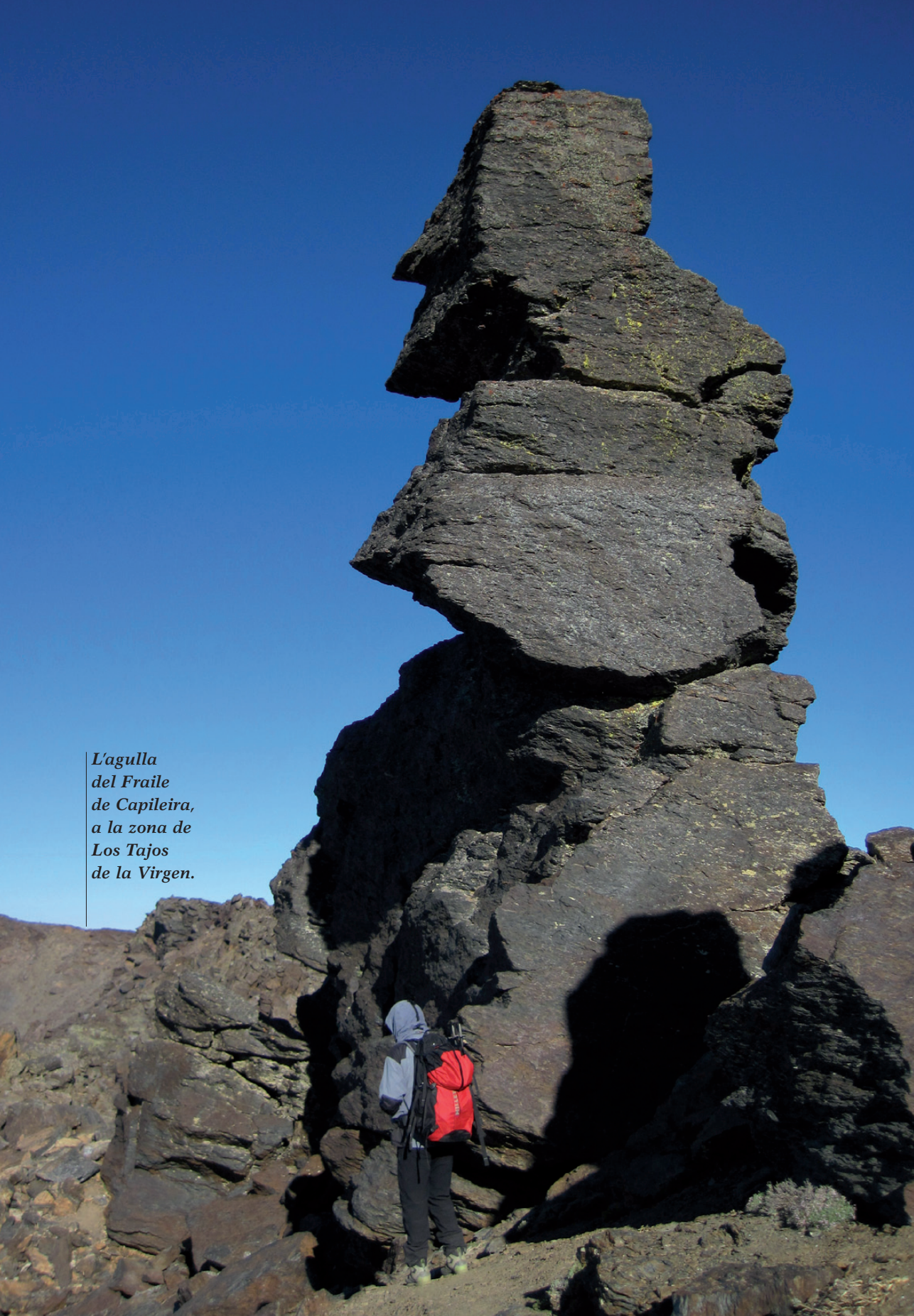


ALBERT MARTÍNEZ (BASE IGN)

L'Alcazaba és un dels cims més alts de Sierra Nevada i està lluny de tot arreu. L'ascensió des de Trevélez per Siete Lagunas és llarga, però és bonica i passa per una de les zones més humides del parc nacional, la qual cosa no deixa de ser curiosa i té el seu encant.

El camí fins a Siete Lagunas és el PR A-27 i està ben senyalitzat. S'inicia a la part més alta del poble. Al principi va mantenint l'alçada fins al Cortijo de Piedra Redonda, però llavors gira bruscament cap a l'oest i puja uns 400 m per un llom per tornar a girar cap al nord, ja en els límits del bosc. La vegetació a poc a poc va minvant, i anem a buscar la direcció nord-oest per endinsar-nos a la vall que ens durà a la primera llacuna. Una cascada amb forma de cua de cavall anomenada *Chorreras Negras* és el darrer obstable que hem de superar abans d'arribar a la primera llacuna. Durant l'ascensió ens han avançat un parell de grups de gent a cavall que també pugen a Siete Lagunas. Superat el tram de las Chorreras Negras i un cop a la primera i més gran de les llacunes, la deixem a l'esquerra i continuem per la vall en direcció nord-oest seguint el torrent, però ara ja sense camí i trobant alguna fita de tant en tant. A mesura que guanyem alçada l'herbei va cedint el pas a les tarteres, i a banda de les cabres, aquí també habiten altres éssers, com els escurçons. Hem d'arribar fins a la setena llacuna, que segons l'estació de l'any pot estar seca. La darrera llacuna és al fons de la vall, envoltada per altes parets, que sembla que ens barrin el pas. La deixem a l'esquerra i busquem un sender poc traçat, però amb alguna fita que s'enganxa a la paret de la dreta i que ràpidament guanya alçada fins a arribar a la cota 3.270. Hem pujat entre el Peñón del Lobo i el puntal de la Cornisa per un pas conegut amb el nom del *Colaero*. El panorama canvia totalment. Un cop superat aquest collet entrem en una plana pedregosa al final de la qual hi ha el cim de l'Alcazaba (3.369 m).

Si no volem tornar pel mateix camí, és fàcil baixar pel dret cap al sud-est, per superar la carena de la dreta per sota del Peñón del Glo-



L'agulla del Fraile de Capileira, a la zona de Los Tajos de la Virgen.

El poble blanc de Capileira, a la comarca de l'Alpujarra.

bo, i anar a buscar la primera llacuna i el camí normal. És un tram pedregós però de bon caminar i sense cap pas complicat. Una immensa plana que va perdent alçada, coneguda com la *Loma de Culo Perro*. La pujada per aquí deu ser molt monòtona, però la baixada és molt ràpida. Un cop a la primera llacuna cal desfer el camí de pujada, cosa que és bastant pesat.

A diferència d'altres zones de Sierra Nevada, en aquest itinerari podem trobar aigua corrent i una mica de vegetació. No en va, Siete Lagunas és una de les zones més humides del parc.

ASCENSIÓ AL PICÓN DE JEREZ DES DEL REFUGI DEL POSTERO ALTO

- Desnivell: +1.225 m, - 1.225 m
- Temps de camí: 6 h 45 min
- Distància: 16 km

Sortim del refugi del Postero Alto (1.880 m) en direcció nord-est pel tallafocs fins a la cota 2.000, gairebé al límit de la pineda. A la dreta surt un camí cap a l'oest que flanqueja fins al torrent de l'Alhorí. Un cop al torrent tenim dues opcions: o bé remuntar el torrent sense camí, però sense gaires problemes, ara a una banda, ara a l'altra fins al cim, o bé si va molt crescut, creuar el torrent i anar a buscar la carena per remuntar-la pel capdamunt, car la part de darrere és un prat sense complicacions. Tampoc hi ha camí, però no hi ha problema. En tots dos casos cal remuntar els gairebé 1.100 m de desnivell que ens saparen del cim.

Un cop al cim del Puntal de Jerez (3.088 m) som al tres mil més oriental de Sierra Nevada. Continuem per la carena fins al Puntal de Juntillas (3.143 m), que té la mateixa alçada que la pica d'Estats i des d'allà davallem cap a l'est fins al cim de la Piedra de los Ladrones (2.944 m) per baixar fins al port de Trevélez (2.801 m), on trobarerm un camí perfectament fressat que ens permetrà tornar còmodament al refugi, descendint gairebé mil metres per la Loma de Enmedio, acompanyats com sempre per un munt de cabres que tresquen aquí i allà.

INTEGRAL DELS 3.000

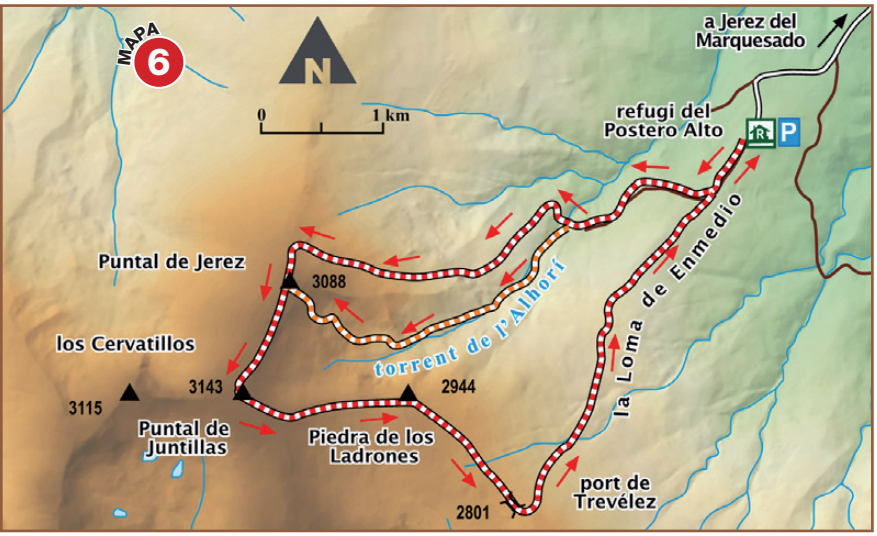
Hi ha la coneguda integral dels 3.000 que s'acostuma a fer en quatre dies i comença al poble de Nigüelas pujant al Cerro del Caballo, continua pel refugi Elorrieta fins al Veleta, pels Crestones de Río Seco arriba al Mulhacén, segueix per l'Alcazaba, el Puntal del Goterón i el Picón de Jerez i baixa a Jerez del Marquesado.

En ple estiu, el problema de la ruta és la manca d'aigua i la poca capacitat dels refugis lliures. Hi ha la possibilitat de contractar un servei de mules i mulaters, que s'encarreguen de l'avituallament i sobretot de portar l'aigua (*www.elarriero.es*).

Hi ha la possibilitat de portar el material amb un servei de mules i mulaters.

LA COMARCA DE L'ALPUJARRA

Al vessant sud de Sierra Nevada hi ha la coneguda comarca de l'Alpujarra. Els petits pobles, que estan ben arrapats a la muntanya, són tots ells un conjunt de cases rabiosament blanques de forma cúbica amb el sostre pla, coronades per una xemaneia cilíndrica encapçalada per una llosa plana. Els terrats són la característica principal de les edificacions. La coberta plana està construïda amb argila magnesiana, que s'impermeabilitza amb la pluja, i una franja de lloses a tot el voltant ajuda a impermeabilitzar i protegir la construcció. La distribució irregular sobre els vessants de les muntanyes i la proximitat entre les cases fa que moltes vegades els carrers també estiguin coberts, en una distribució caòtica de carrers costeruts. Els entesos diuen que és una arquitectura relacionada amb la dels pobles berebers de la zona de l'Atles marroquí. Tanmateix a tota la zona han desenvolupat la confecció de catifes i les típiques *jarapas* de mil colors, que són famoses arreu. Aquesta indústria, en altres temps gairebé oblidada, actualment està gaudint d'un procés de recuperació i reconeixement.



ALBERT MARTÍNEZ (BASE IGN)

Les típiques jarapas de l'Alpujarra.

JON SANZ

ELS REFUGIS GUARDATS

Alberg Universitari. Pertany a la Universitat de Granada i està gestionat per l'empresa de guies de muntanya Nevadensis. Situat a 2.500 m, a la base del Peñones de San Francisco, a 3 km de l'estació d'esquí de Pradollano (km 35 de la carretera del Veleta), on hi ha la barrera que impedeix el pas amb vehicle cap al Veleta i des d'on hi ha el servei d'autobusos del parc, que puja fins a Posiciones del Veleta. Té 59 places distribuïdes en habitacions dobles i mansardes i està obert tot l'any a tots els públics. *www.alberguesierranevada.com*

Refugi de Postero Alto. Pertany a la FAM (Federació Andalusa de Muntanyisme). Situat a 1.880 m i a 12 km del poble de Jerez del Marquesado, al final d'una pista sense asfaltar (en principi apta per a qualsevol vehicle). És recomanable trucar al tel. 958 066 110 abans de pujar, per saber l'estat de la pista. Disposa de 65 places distribuides en 7 habitacions. És un refugi amb una construcció modular molt peculiar. Ofereix tots els serveis i disposa de cuina lliure.
www.refugioposteroalto.es

Refugi de Poqueira. Pertany a la FAM (Federació Andalusa de Muntanyisme). Situat a 2.500 m, a sobre del barranc de Poqueira. Es pot escurçar l'aproximació pujant en un autobús del parc des del poble de Poqueira fins al Mirador de Trevélez o fins a l'Alto del Chorrillo, però aquest autobús s'ha de reservar amb dies d'antelació. Disposa de 87 places i ofereix tot els serveis; disposa de cuina lliure.
www.refugiopoqueira.com

Alberg-refugi del Port de la Ragua. Pertany a la Diputació d'Almeria. Situat al port de la Ragua (2.000 m), a la carretera A-337 que uneix Calahorra amb Almeria. És un edifici de fusta que disposa de 32 places i de tots els serveis. A l'hivern funciona com una estació d'esquí de fons. A l'estiu és la base per a pujar al cim del Chullo. *www.puertodelaragua.com*

ELS REFUGIS LLIURES

Hi ha una àmplia xarxa de refugis lliures en bastant bon estat. El problema és la manca d'aigua. En alguns casos hi ha llacunes properes, però l'aigua s'ha de potabilitzar. En altres casos ni tan sols tenim aquesta possibilitat.

- **Refugi del Caballo** (2.860 m)
- **Refugi Elorrieta** (3.197 m, el más alt d'Espanya)
- **Refugi de la Carihuela** (3.220 m)
- **Refugi de la Caldera** (3.100m)
- **Refugi de Peña Partida** (2.451 m).
- **Refugi Loma Pelá** (3.067 m)
- **Refugi de la Cucaracha** (1.800 m)
- **Refugi del Barranco del Aceral** (1.810 m)
- **Refugi del Chullo** (2.450 m)

N'hi ha d'altres, com el refugi Ventura, el Peñón Colorao, la Loma del Cañar o el del Cebollar, que estan en ruïnes i no permeten pernoctar.

També hi ha aixoplucs naturals, com el túnel del Corral del Veleta (3.000 m) o una petita balma habilitada a la Laguna Hondera, a la zona de Siete Lagunas. En tots dos casos hi ha aigua corrent molt a prop. L'acampada lliure està prohibida en tot el parc, i també banyar-se a les llacunes.

EL BARRI TROGLODITA DE GUADIX

Guadix és un dels assentaments més antics de la península ibèrica. Oficialment consta que va ser fundada per Octavi August, però ja ho va fer sobre un antic assentament iber.

Al marge de la monumentalitat deixada pels àrabs a l'Alcazaba dels temps del regne de Granada o de la catedral gòtica amb planta renaixentista, és molt destacable el barri de les coves. Hi ha centenars de coves excavades a l'argila, que encara avui estan habitades. És un barri muntanyós tremendament poblat, format per petites muntanyes foradades distribuïdes de manera irregular i encapçalades per un munt de xemeneies que donen a la zona un aspecte curiós i primitiu, però tanmateix plenament integrat a la natura. Val la pena passejar per aquest laberint i gaudir de l'aire del passat que s'hi respira.

La composició d'aquestes terres ha fet que a Guadix i als pobles de l'entorn hagi prosperat la indústria de la ceràmica amb els seus colors característics.

EL TRAMVIA DE SIERRA NEVADA

Entre els anys 1925 i 1974 va funcionar un tramvia que va circular entre Granada i el barranc de San Juan, on s'havia d'instal·lar un telefèric. Durant el recorregut s'havien de construir diversos hotels per acollir els turistes. L'impulsor del projecte va ser Julio Quesada Cañaveral i Piedrola, duc de San Pedro de Galatino, comte de Benalua i de les Villas i senyor de Láchar, que tenia la idea de facilitar l'accés a la muntanya seguint el model que coneixia de Suïssa, utilitzant la llavors innovadora energia elèctrica. La línia tenia 20 km de recorregut i superava un desnivell de 470 m.

Des del barranc de San Juan es va projectar un telefèric en dos trams que, amb un recorregut de 3.500 m, havia de superar un desnivell de 1.336 m per arribar fins a l'actual Albergue Universitario, a 2.500 m d'alçada. Sens dubte, un home molt avançat al seu temps. Va ser un tren pioner dels ferrocarrils de muntanya d'Espanya, junt amb el tren de Guadarrama i el cremallera de Núria, però la nul·la rendibilitat de la línia va tenir com a conseqüència que no

es va acabar mai tot el projecte i que es va desmantellar el 1974. Actualment, un model bastant ben conservat del tren es pot veure al centre de visitants del parc nacional anomenat *El Dornajo*, situat al km 23 de la carretera A-395 que uneix Granada amb l'estació d'esquí de Pradollano i l'alberg Universitari.

PER A MÉS INFORMACIÓ

WEBS I ADRECES D'INTERÈS

www.nevasport.com: itineraris, refugis, condicions dels camins…

www.elarriero.es: lloguer de mules i mulaters per al transport de material, i sobretot per al transport de l'aigua, si es fa una travessa.

www.hotelfragua.com: per dormir en un entorn muntanyenc al poble de Trevélez.

www.nevadensis.com: per a tot tipus d'informació i serveis de la zona.

pi.hoyadelamora.cma@juntadeandalucia.es: servei d'informació de muntanya Altas Cumbres del vessant nord.

pi.capileira.cma@juntadeandalucia.es: servei d'informació Altas Cumbres del vessant sud. Entre altres serveis, tramita les reserves per als autobusos d'accés al refugi Poqueira.

BIBLIOGRAFIA

Bueno Porcel, Pablo. *Sierra Nevada. Guía montañera.* Granollers: Editorial Montblanc, 1963.

Ortega, Juan Luis / Peula, José Manuel. *Los tresmiles de Sierra Nevada y otras excursiones de un dia.* Universitat de Granada, 2013.

Sierra Nevada. La integral de los 3.000. 2a ed. Barcelona: Editorial Piolet, 2013. Mapa escala 1:25.000.

Sierra Nevada. Parque nacional. Granada: Editorial Penibética, 2012. Mapa escala 1:40.000.

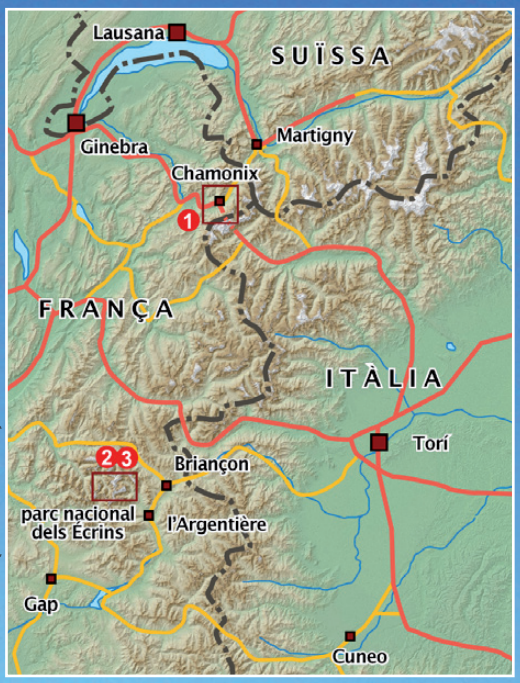
Sierra Nevada. La Alpujarra. Granollers: Editorial Alpina, 2014. Mapa escala 1:40.000.

Alpinisme a la tardor

Text: **Roger Cararach**

Una crònica alpina tardorenca pels massissos del Mont Blanc i dels Écrins

El novembre del 2015, després d'haver passat l'estiu lluny de l'escalada i l'alpinisme, i haver-lo dedicat a conèixer les muntanyes peruanes del Huayhuash, de tornada a casa tenia moltes ganes de fer alpinisme. És per això que vaig posar mans a l'obra i, amb alguns companys, vam decidir aprofitar la neu del final de la tardor del 2015 per fer algunes escalades al Mont Blanc i als Écrins.

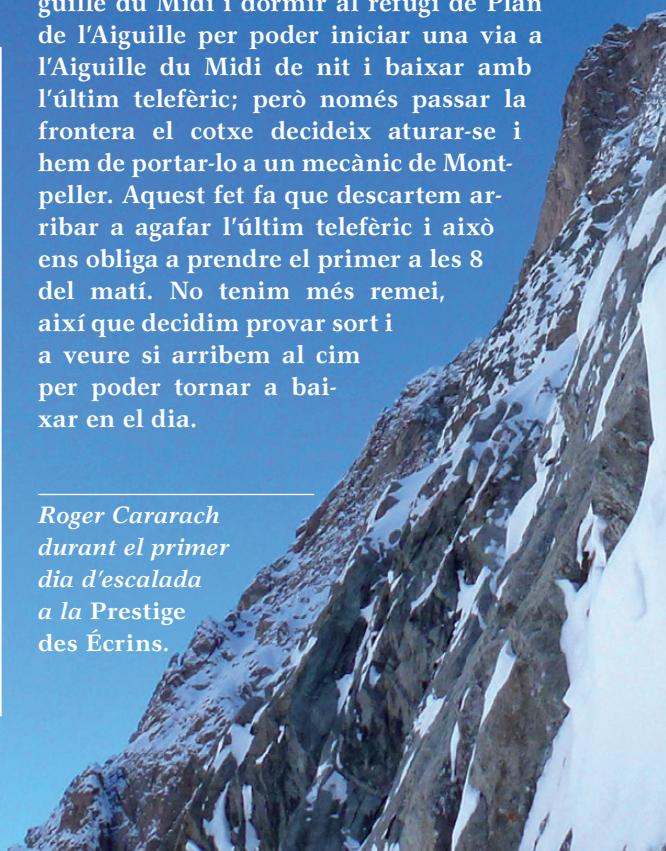


ALBERT MARTÍNEZ (BASE GOOGLE MAPS)

EUGSTER DIRECT, A L'AIGUILLE DU MIDI (3.842 m)

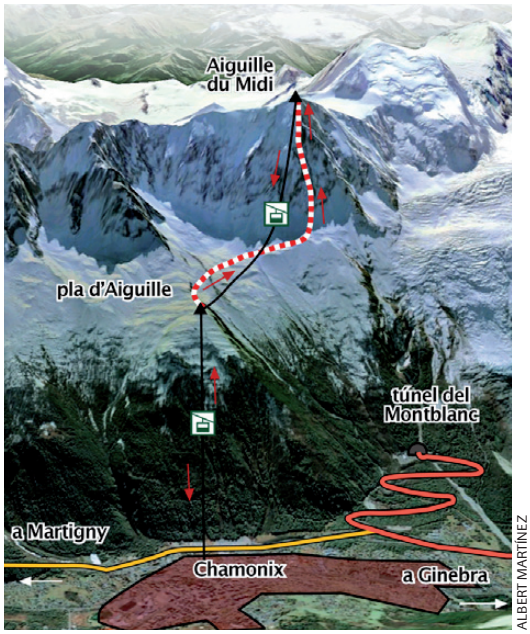
L'última setmana d'octubre juntament amb el Roger Canals i el Bru Busom decidim pujar a Chamonix. Les previsions són dolentes, però les ganes ens poden. Els pronòstics dels temps preveuen dos dies bons, així que sense pensar-ho gaire, agafem el cotxe i amunt.

Volíem agafar l'últim telefèric de l'Aiguille du Midi i dormir al refugi de Plan de l'Aiguille per poder iniciar una via a l'Aiguille du Midi de nit i baixar amb l'últim telefèric; però només passar la frontera el cotxe decideix aturar-se i hem de portar-lo a un mecànic de Montpeller. Aquest fet fa que descartem arribar a agafar l'últim telefèric i això ens obliga a prendre el primer a les 8 del matí. No tenim més remei, així que decidim provar sort i a veure si arribem al cim per poder tornar a baixar en el dia.



Roger Cararach durant el primer dia d'escalada a la Prestige des Écrins.

IKER MADOZ



ALBERT MARTÍNEZ

INFORMACIÓ TÈCNICA

EUGSTER DIRECT
Cim: Aiguille du Midi (3.842 m)
Desnivell total: +1.530 m.
Desnivell de la via: +1.000 m.
Punt d'inici: estació intermèdia de l'Aiguille du Midi.
Punt final: estació superior Aiguille du Midi.
Dificultats: 5, M4+, 90º activitat realitzable en el dia.

Durant el viatge acabem de mirar les previsions meteorològiques i les condicions de la muntanya. Finalment, ens decantem per la via *Eugster Direct*, una canal de gel i mixta que puja de forma directa i elegant l'Aiguille du Midi.

De bon matí agafem el telefèric i cap amunt. Hi ha molt poca neu per l'època i gairebé fins a peu de via no en trepitgem. Iniciem la via tard, cap a les 10, però amb ganes. Ràpidament fem tota la primera part amb *ensamble* corrent darrere el Bru que ens obre via. La part de dalt on se separa la variant directa de l'original la trobem en molt bones condicions, seca però amb la neu justa per pujar. Fem els quatre llargs difícils i sortim als pendents cimers. És mentre pugem aquestes pendents a 100 m de desnivell de l'entrada del telefèric que sentim l'avís per megafonia informant que tanquen el telefèric. ¡Quin remei! Ja l'hem perdut, així que ens toca-

***Roger Canals i Bru Busom iniciant els llargs claus de la* Eugster Direct.**

ROGER CARARACH

Roger Cararach als llargs claus de la **Eugster Direct.**

ROGER CANALS

INFORMACIÓ TÈCNICA

PRESTIGE DES ÉCRINS
Cim: Pic Sans Nom (3.913 m)
Desnivell total: +2.040 m, -2.397 m.
Desnivell de la via: +1.000 m
Punt d'inici: pàrquing Madame Carle.
Punt final: Aillefroide.
Dificultats: 6, M6+, 90º, calculeu 3 dies.

rà dormir als lavabos. No serà la primera vegada i els tres ja hem passat per aquesta experiència. Ja de nit, quan arribem a l'entrada, els treballadors ens estan esperant, ens obren i ens indiquen la direcció a seguir per arribar al nostre agradable bivac. El dia següent, ja amb mal temps, donem per acabada l'activitat alpina als Alps per a la resta de la setmana i ens quedem uns dies per la zona escalant en un sector de *Dry-tooling* i alguna via de roca.

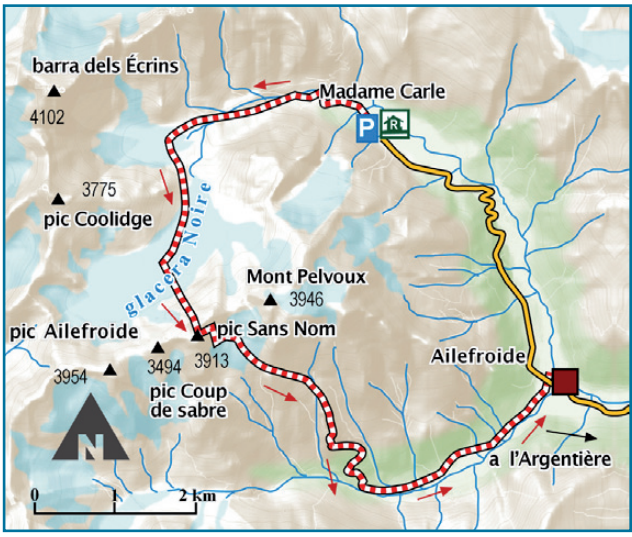
ÉCRINS. GLACIER NOIRE. PRESTIGE DES ÉCRINS AL PIC SANS NOM (3.913 m)

Aquesta primera incursió als Alps m'ha deixat amb ganes d'escalar més. De manera que cinc dies més tard ja estem tornant a pujar cap al massís alpí. Aquest cop cap als Écrins, amb el jove i incombustible Iker Madoz. Els dos ens hem estat mirant la nova via que han obert fa tot just quinze dies a la cara nord del pic Sans Nom, la via *Prestige des Écrins*. Aquesta via puja per aquesta impressionant cara a l'esquerra de la clàssica *Raye des Fesses* aprofitant un seguit de llengües de neu connectades a través de llargs difícils en mixt. Als aperturistes de la via, els va costar tres dies, amb dos bivacs en paret. Per tant, ja ens fem una idea del que ens espera. ¿Farem la primera repetició?

PRIMER DIA Arribem sense problemes al pàrquing de Madamme Carle. Iniciem l'aproximació a primera hora del matí cap al Glacier Noire. Decidim sortir amb llum, perquè no coneixem la zona i haver de fer per primer cop aquesta aproximació de nit no creiem que sigui la millor opció. Arribem tard, però amb ganes, a peu de via i... ¡sorpresa! Hi ha una altra cordada repetint la mateixa via. Se'ns han avançat.

Sense que això ens representi cap problema, iniciem l'escalada. Fem els cinc primers llargs i se'ns tira la nit a sobre. Sota una pedra lleugerament desplomada cavem una lleixa ben ampla per poder seure i ens preparem el sopar. Quan es fa de nit comença a fer fred i ràpidament ens acomodem per poder dormir unes hores. La nostre idea és començar ben d'hora el dia següent, a veure si acabem la via i no hem de fer un segon bivac.

SEGON DIA A les cinc del matí, ja ben esmorzats iniciem l'escalada. Comencem per una secció fàcil de pendents de neu i gel i després de sis o set llargs ens trobem la cordada del



ALBERT MARTÍNEZ (BASE GOOGLE MAPS)

davant, que tot just estan fent el seu primer llarg del dia. El llarg que estan fent és el més complicat de la via, un en diagonal de M6 lleugerament desplomat. Un cop acaben aquest llarg el comencem nosaltres, i l'Iker, que li ha tocat de primer, l'encadena sense gaires problemes. Jo el faig de segon i ràpidament atrapem la cordada francesa de davant. Un cop els atrapem ens deixen passar una estona davant perquè obrim nosaltres, ja que ells comencen a estar cansats. Durant uns 300 m anem encadenant llargs de gel i neu fins a arribar a una gran vira on trobem molta neu i es fa molt dur avançar obrint traça. A mitja vira els francesos ens ofereixen passar davant i rellevar-nos en la dura feina d'obrir traça. Els deixem passar, naturalment. Al final se'ns fa de nit mentre escalem, però com que ens queden tan sols dos llargs fàcils fins al cim encenem els frontals i seguim amunt.

Cap a les onze de la nit acabem la via molt contents i també cansats. Comencem el complicat descens. Primer tres ràpels ens deixen en unes vires que cal seguir cap a l'est. Comencem les vires, però a mig camí, ja esgotats, decidim seure a esperar que es faci de dia per acabar de baixar. És la una de la matinada i ja no podem més.

IKER MADOZ

TERCER DIA Després d'una mala nit, ja que a la lleixa on hem dormit amb prou feines ens hi entrava el cul per seure-hi, de bon matí ens toca el sol. Ens escalfem i esmorzem tranquil·lament. Acabem el llarg descens fins al poble d'Ailefroide, on fent dit retornem fins al cotxe i tornem a cap a casa.

Roger Cararach recuperant la travessia a la* Prestige Écrins*. A la foto superior, sopant en el primer bivac.

IKER MADOZ

MARCHAL OMBRE
AILEFROIDE ORIENTAL

És ben curiós, però després d'una escalada per molt fred, cansament o por que hagis passat ja estàs pensant en la següent. Això ens passa mentre tornem cap a casa després d'haver escalat la via a l'Aiguille Sans Nom. No podem pensar en altra cosa que escalar una altra via de la zona. Després de quadrar agendes en el mateix cotxe ens posem d'acord i, vist que el cap de setmana següent els dos tenim lliure, decidim que descansarem cinc dies a casa i tornarem a pujar als Écrins.

PRIMER DIA Dit i fet, cinc dies més tard tornem a ser dins del cotxe, aquest cop amb la companyia del Marc Toralles i el Lluc Pellissa. Ja coneixem el camí. Ens dirigim cap al pàrquing de Madame Carle i el dia següent, aquest cop de nit, ens posem en marxa. Aquesta tercera vegada ens hem posat com a objectiu la via *Marchal Ombre* a la cara nord de l'Ailefroide Oriental. Un vessant veí de l'escalada la setmana anterior. Arribem amb les primeres llums del dia a peu de via i descobrim que aquesta està molt seca, gairebé no té gel i té molts trams en mixt. Però això no ens fa tirar enrere, i ràpidament comencem l'escalada. Fem dues cordades al davant: anem l'Iker i jo i ens segueixen de ben a prop el Marc i el Lluc.

La primera part de la via és una llarga rampa de neu que superem amb facilitat, però un cop s'acaba aquesta rampa comencen les dificultats. Una estreta canaleta sense gairebé res de gel ens fa lluitar de valent per poder pujar, però després d'esforçar-nos-hi una bona estona superem aquest tram i iniciem una canal més ampla, però amb gel negre que ens impedeix avançar a la velocitat que voldríem. Tot i això,

***Roger Cararach a la part central de la* Marchal Ombre.**

Tots quatre al cim Ailefroide Oriental.

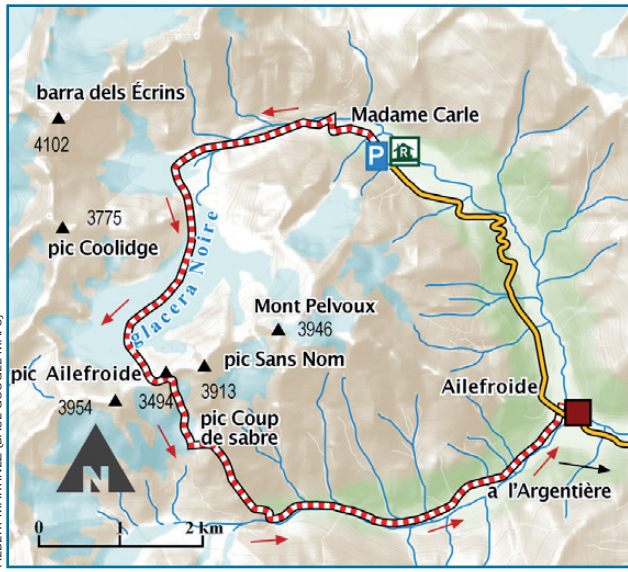
encara de dia, iniciem el pendent final cap al cim, ja convençuts que s'han acabat les dificultats. Cent metres per sota del cim patim un petit contratemps. A l'Iker se li trenca un grampó, i hem d'acabar de pujar un llarg pendent de gel sense aquest grampó. A poc a poc però, arribem a dalt, just amb les últimes llums del dia. Ràpidament cavem una bona lleixa i ens posem els quatre dintre del sac. Hem fet la via ara només toca esperar que es faci de dia per baixar avall.

SEGON DIA El dia següent ens costa llevar-nos i ens esperem que ens escalfi el sol, ja recuperats iniciem el llarg descens i a mitja tarda arribem al cotxe. De tornada comentem la possibilitat de tornar a pujar la setmana següent, però l'arribada del mal temps ens ho impedirà. Tot i això, tornem contents per les vies realitzades i els bons moments amb bona companyia que hem passat aquestes últimes tres setmanes. Com sempre, hem fet tres vies, però hem tornat amb el triple de projectes nous per fer més endavant.

IKER MADOZ

INFORMACIÓ TÈCNICA

MARCHAL OMBRE
Cim: Ailefroide Oriental (3.847 m)
Desnivell total: +1.976 m, -2.333 m.
Desnivell de la via: +750 m
Punt d'inici: pàrquing Madame Carle.
Punt final: Ailefroide.
Dificultats: 6, M6, 90º, calculeu 2 dies.



ALBERT MARTÍNEZ (BASE GOOGLE MAPS)

MONT CAMERUN

Selva, sabana i rius de lava

Text i fotografia: **Ricardo Hernani**
Traducció del castellà: **Ferran Alexandri**

Nevertheless, I feel quite sure that no white man has ever looked on the great Peak of Cameroon without a desire arising in his mind to ascend it and know in detail the highest point on the western side of the continent.

Mary Kingsley, 1895

Al costat de les aigües del golf de Guinea, a escassa distància de l'equador, s'alça per damunt de la selva, la sabana i els rius de lava una de les muntanyes més emblemàtiques del continent negre: el mont Camerun, un massís volcànic encara actiu.

A una hora de trajecte des de Douala, la capital econòmica del país, Buea s'escampa com la localitat més important, a més de la capital de la província del sud-oest, que aglutina fins a 85 llogarets que, en conjunt, sobrepassen àmpliament els 100.000 habitants. A principis del segle XX, els alemanys van escollir-la com a seu colonial quan s'establiren en aquests dominis. La seva presència va fer possible un llegat arquitectònic important que s'ha conservat fins als nostres dies en forma d'ostentosos, i avui decadents, edificis. Més endavant van ser els britànics els que a mitjan segle la van incorporar com a epicentre del seu protectorat camerunès, cosa que va fer que l'anglès s'estengués com a idioma oficial per davant del francès a la resta del país.

Sobre aquestes terres de llarga tradició agrícola, amb extenses plantacions de te i bananers, roman assentada des de temps immemorials l'ètnia bantu dels bakweri, els quals es consideren fills del mont Camerun o *Mongoma-Ndemi*, com diuen en la seva llengua nadiua. Segons la seva mitologia, al cim hi viu Efasa Moto, meitat humà i meitat pedra, que quan s'enfada produeix les erupcions violentes que hi ha hagut al llarg de la història. En el segle V aC, una d'aquestes erupcions fou albirada per un mariner cartaginès que navegava per la costa atlàntica d'Àfrica. Aquest és, doncs, un dels primers registres coneguts de l'activitat volcànica de la muntanya. Del segle passat destaquen els esclats de 1922 i 1999 des del vessant sud-oest. La primera d'aquestes erupcions va dur lava fins al mateix oceà Atlàntic, i el segon es va aturar tan sols a 200 m de la costa.

Cràters de les darreres erupcions.

Caminant pel dens bosc camerunès.

CONTRASTOS EN EL PAISATGE

El ritme pausat africà acompanya els darrers preparatius previs a la nostra partença. A l'interior de l'oficina de l'organització Mount CEO, els portadors es dediquen a confeccionar amb parsimònia els fatos que carregaran durant tres dies sobre el cap i l'esquena. La seva indumentària és extraordinàriament precària: un xandall vell, unes sandàlies de riu, unes sabatilles foradades, unes xancletes... Som pocs els occidentals que esperem la partença: tres holandeses, dos alemanys i un francès. Cada país amb el seu guia i cada caminant amb el seu portador, encara que la mida de les nostres motxilles els representi poca feina.

Gwendoline ens presenta Francis, que farà de cap del nostre grup. Natural d'un llogaret bakweri proper, aquest dóna a la fi el senyal de marxar. Caminem per l'asfalt de la zona alta de Buea (1.000 m) en direcció a l'escola presbiteriana. No hi ha gaire trànsit. Les teulades grises de llauna de les barraques s'uneixen a la boirina i impregnen el paisatge amb una tonalitat trista. Llangardaixos de colors vius fugen al nostre pas. Comencem a guanyar altitud sobre el terreny obert a la rodalia d'una granja presó, on els presos comuns compleixen la seva condemna. Uns quants homes tallen arbres a cops de matxet, mentre homes vells d'aspecte encarcarat, agotzonats sobre modestes plantacions, busquen moniatos o pinyes. Ens endinsem a la selva. El camí no té cap pèrdua, el terreny és abrupte, sovint clivellat per arrels que surten de la terra. Amb una temperatura que oscil·la durant tot l'any entre els 20 i els 28 graus, l'elevada humitat ens fa suar mentre travessem l'espessor de la

Amb una temperatura que oscil·la durant tot l'any entre els 20 i els 28 graus, l'elevada humitat ens fa suar mentre travessem l'espessor de la selva

selva. És un alleujament quan arribem al primer dels refugis, en una clariana, a 1.865 m i més de dues hores de marxa. Sols un parell de construccions de llauna, aixecades del terra per uns pilars.

Emprenem la marxa un altre cop, una altra vegada per la selva. El camí és estret i en els seus límits el foc consumeix alguns matolls. Francis ens tranquil·litza adduint que la humitat impedirà que s'escampi per la muntanya. Rere un revolt sortim finalment a un terreny descobert enfront d'un pendent que trobem escarpat i ingrat. Som en un dels llocs on cal fer una ofrena al déu Efasa Moto; però per a nosaltres és el lloc on comencem a patir en solitari, cadascú al seu ritme, superant el desnivell que condueix al *midpoint* (3 h 50 min), un refugi vetust de xapa, punt de descans obligat. Compartim el moment amb una sorollosa excursió d'estudiants locals que han decidit pujar al sostre del seu país. Alçant la mirada sobre les nostres testes, no aconseguim besllumar cap repòs per a la resta de la jornada. A dalt, un arbre solitari conegut com el *magic tree* (5 h), en atansar-nos-hi, ens rep il·lusionats davant del proper final dels durs pendents. Des d'aquest lloc és possible albirar en dies clars la propera illa de Bioko sota la silueta del pic Basilé. Aviat assolim un pla i, ocult rere una modesta fondalada, trobem el segon refugi del mont Camerun (2.852 m; 5 h 45 min). És l'hora d'estirar-se damunt de les lliteres, tastar l'arròs amb carn que ens preparen i d'escoltar, mentre ens adormim, el riure, els càntics i les visites nocturnes dels ratolins, que assalten sense compassió les nostres vitualles.

Som en un dels llocs on cal fer una ofrena al déu Efasa Moto; però per a nosaltres és el lloc on comencem a patir en solitari

Enfilant-nos per camins semiàrids.

Dalt del cim del mont Camerun (4.095 m).

CRÀTERS I RIUS DE LAVA

Es fa de dia de manera brusca cap a les sis del matí. Un te ràpid de la comarca i unes galetes i comencem la processó. El primer tram és un suplici, com el d'ahir. Un sol descarnat, sec, d'un to negrós creixent, amb algun pobre arbust dispers i corbat pel vent. Descansem al costat d'una cova (1 h). La muntanya es domesticarà gradualment a partir d'aquest moment. Amb l'esperit del matí assolim el tercer refugi (3.775 m; 1 h 45 min) sota un cel completament net. Els portadors ens han abandonat durant l'ascensió. Prendran una drecera per esperar-nos durant el nostre descens per l'altre vessant. Segueixen amb nosaltres els guies. El camí evita les rampes fent marrada a mitja coma fins a enfilar directe el coll que separa el dos cims principals del mont Camerun. Un cop vençudes les rampes finals a la dreta del coll (3 h), ens fem les fotos de rigor al costat del cartell que indica la cota principal (4.095 m; 3 h 10 min). Diversos mesuraments li atorguen entre 4.040 i 4.100 m. En aquest punt, conegut també com a Mount Fako o Mongo-ma-Lobo ('el setial dels trons' en llengua bakweri), hi va arribar per primera vegada el missioner Joseph Merrik. Era l'any 1840. No seria fins al 1895 que hi va arribar la primera dona, l'aventurera anglesa Mary Kingsley, que dos anys després publicaria l'enginyós llibre *Travels in West Africa*. A simple vista resulta difícil comparar l'altitud de la nostra posició amb la del cim veí, situat a escassos minuts a l'altra banda del coll.

Després de gaudir la panoràmica espectacular durant el temps que el vent fort ens ho permet, arriba el moment de llançar-se costes avall pel vessant contrari (SO). Perdrem més de 500 m d'altitud amb molta celeritat gràcies a la sorra negra en què s'ha descompost la lava. D'aquesta manera ens incorporarem a la llengua immensa de lava que el volcà va vomitar l'any 1922 (4 h 15 min). El sòl és abrasiu, es fa pesat avançar entre tanta figura creada per l'erupció. A l'horitzó la vista es perd per una immensa planura amb la silueta al fons de diverses cotes ondulades. Cap allà ens dirigim. Francis ens parla de les restes properes d'una avioneta sud-africana que es va estavellar per

aquests verals. El pilot no va poder amb els vents forts que bufaven aquell dia. Aprofitant les ombres que ens proporcionen alguns arbres modestos, finalment agraïm trepitjar la suau sabana (6 h 30 min). El sender s'eixampla entre herbes baixes de color groguenc. Albirem finalment els portadors que es protegeixen com poden del sol inclement. Alguns dormen arraulits al costat d'uns arbustos. La majoria són adolescents, encara que també n'hi ha que denoten una edat avançada, que abans s'haurien dedicat ben segur a la caça furtiva.

Novament prosseguim la ruta en un pendent suau fins que albirem les ferides de l'erupció de 1999, entre les quals el cràter principal. El camí supera posteriorment els cràters de l'any 2000, una de les més belles i fotografiades vistes del tresc. Ens endinsem en un paisatge lunar, damunt d'una catifa d'arenes negres, que deixarem ben aviat rere nostre. Comencen a aparèixer a la nostra esquerra els primers arbres de la selva, embolcallats en una boirina que els confereix un aspecte tenebrós. Assolirem d'aquesta manera el campament de Mann Spring (2.240 m; 9 h), format per un parell de cabanes de palla que seran la delícia dels nostres visitants nocturns. Un passeig breu per l'arbreda ens apropa a la deu del mateix nom.

Ens endinsem en un paisatge lunar, damunt d'una catifa d'arenes negres, que deixarem ben aviat rere nostre

Durant el descens del tresc.

PER LA SELVA

Una nova nit estelada, com només es poden gaudir a l'Àfrica, dóna pas al darrer dia del tresc del mont Camerun. És una jornada d'acabament que gairebé no permet referències. Després de superar un tram de selva, sortim en terreny descobert: una zona de sabana interrompuda de tant en tant per excrecions de lava, amb extenses àrees que han estat consumides pel foc recentment. La resta de la ruta passa íntegrament per la selva, serpentejant per un camí, havent de perdre 1.000 m d'altitud. Recordem els efectes de la calor i la humitat i intentem imaginar el que podria representar avançar per aquest medi si no hi hagués un camí obert. Alguns camperols ens saluden amablement a la part baixa de la selva, on van a tallar arbres o a treballar els seus hortets. Són els passos previs de la nostra entrada al poble de Bokwaongo (900 m; 5 h). Fi de la muntanya i inici de l'altre Camerun, aquell que fou definit com una Àfrica en miniatura, de les platges tropicals i exòtiques de Limbe fins a les atrotinades capitals del món negre.

DADES D'INTERÈS

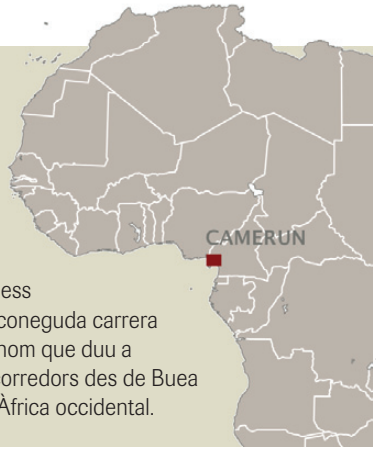
Estat: Camerun.
Capital: Youndé. **Major ciutat:** Douala
Moneda: Franc CFA de l'Àfrica Central (1 € = 655 FCFA)
Població: més de 19.000.000 habitants. Més de 200 grups ètnics d'origen bantu o sudanès conviuen actualment al Camerun.
Religió: principalment cristians i animistes, amb una presència significativa de musulmans.
Idioma: tot i que a la zona del mont Camerun predo-

mina l'anglès, el país és sens dubte d'influència francesa. A més a més de nombroses llengües vernacles, és notable la presència a la regió del parlar *pidgin english*, una autèntica barreja idiomàtica.

Climatologia: la temporada seca comprèn els mesos d'octubre a maig. Durant la resta de l'any la muntanya està oficialment clausurada.

Webs: *www.mount-cameroon.org* (pàgina oficial de la Mount Cameroon Ecoturism Organization, que s'encarreguen de tot el necessari per fer el tresc, inclosos els guies i portadors locals, de contractació obligada) / *www.bakweri.org*

Nota: cada any, al febrer, l'empresa Guiness patrocina una coneguda carrera amb el mateix nom que duu a centenars de corredors des de Buea fins al cim de l'Àfrica occidental.

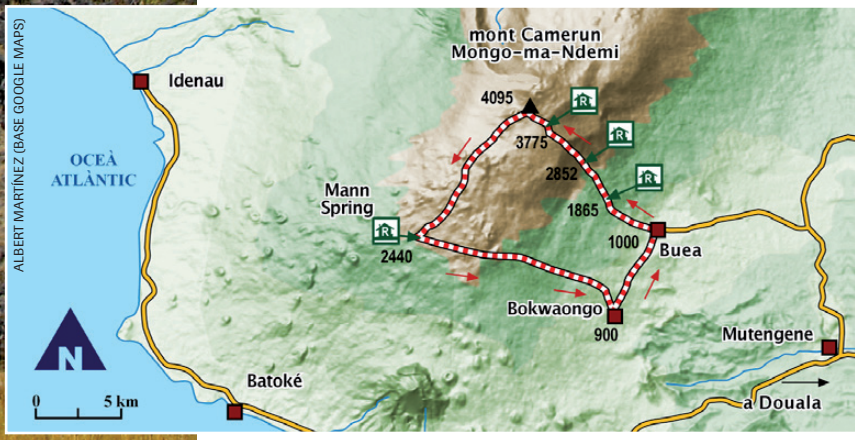


ALBERT MARTÍNEZ

Vista del mont Camerun des de la sortida a la sabana.

L'AUTOR

Ricardo Hernani (Bilbao, 1968), enginyer industrial, és membre de la Royal Geographical Society de Londres i del Consell de redacció de la revista *Pyrenaica*. El 2015 va publicar *Montañas singulares de Europa, África y Oriente Medio*, on descriu 14 trescs i ascensions pels llocs més especials del planeta: Islàndia, Albania, Kosovo i Montenegro, Armènia, Bòsnia, Turkmenistan, Oman, Jordània, Iran, el Marroc, Tanzània, Lesotho, Cap Verd i Camerun (el capítol d'aquest article).



ALBERT MARTÍNEZ (BASE GOOGLE MAPS)

Aspectes sanitaris d'un tresc

Text: **Pere Rodés** i **Aurèlia Sans**

Totes les coses que hem de tenir en compte durant la preparació d'un tresc, d'un viatge llunyà o d'una gran expedició.

Pere Rodés i Muñoz és infermer i antropòleg. Diplomat en medicina tropical, membre de la Sociedad Española de Medicina y Auxilio en Montaña i de l'Institut d'Estudis de Medicina de Muntanya Dr. Castelló-Roca.

Aurèlia Sans Rontein és metgessa de família, d'urgències i emergències. Màster en medicina tropical i salut internacional.

THINKSTOCK

Quan hom viatja a certs indrets, cal que sigui del tot autosuficient, i també ha de ser conscient que obtenir ajuda o assistència davant l'aparició d'un problema mèdic pot ser molt difícil, per no dir impossible. On vivim, estem acostumats a disposar d'assistència mèdica les 24 hores del dia, però aquesta no és la realitat en molts països del món. Quan es prepara un tresc o una ascensió, la prevenció i les normes elementals de precaució hi juguen un paper important.

Davant d'una situació inesperada, és important utilitzar el sentit comú i ser enginyosos. Podem utilitzar una cullera per immobilitzar un dit. Branques, una revista, uns diaris, trossos de cartró, pals, una ampolla PET partida per la meitat o la roba, per immobilitzar un avantbraç. Els bastons de muntanya, una màrfega o unes branques poden servir-nos per fer una fèrula per a una extremitat inferior. Una bota de muntanya pot immobilitzar un turmell en cas d'esquinç, junt amb banys de contrast (aigua freda i calenta) en arribar als campaments.

Tot i així, la prevenció és la clau.

Cal seguir al peu de la lletra les recomanacions per a la ingesta d'aigua.

QUÈ HEM DE FER ABANS DE MARXAR

Abans de marxar de viatge a terres llunyanes, hem de fer una sèrie d'accions que ens ajudaran a viatjar amb seguretat i milloraran la nostra estada en països susceptibles de perills o prevenció mèdica.

RECOMANACIONS:

1) Feu-vos un examen mèdic previ (que inclogui una visita al dentista).

2) Estigueu al dia de les vacunes necessàries. Expliqueu què aneu a fer, on, quan, el tipus d'allotjament, etc., perquè us aconsellin i administrin les vacunes necessàries i us donin el carnet. També us informaran sobre les mesures de prevenció i us receptaran la quimioprofilaxi per al paludisme, si és necessària. Demaneu hora amb temps a un Centre d'Atenció al Viatger o en una Unitat de Salut Internacional.

3) Contracteu una bona assegurança que cobreixi l'atenció sanitària, l'hospitalització, tractaments, rescat amb helicòpter (indispensable en certes zones) i la repatriació en cas d'accident.

4) Seguiu un programa d'entrenament adient.

SERGEY KRAVTSOV

PREVENCIÓ I TRACTAMENT DURANT EL TRESC

ISTOCK

El mosquit* Anopheles*, transmissor de la malària.

Exposarem de manera sintètica alguns dels principals problemes de salut en què podeu trobar-vos en un tresc qualsevol o en un viatge de grup, o fins i tot anant sol.

JET LAG

En viatjar travessarem diversos fusos horaris, fet que altera el ritme circardiari (nit-dia). Com més fusos horaris passem durant el vol, més alterat estarà el rellotge fisiològic i podran aparèixer símptomes com insomni, cansament, irritabilitat, pèrdua de la gana, etc. Generalment el rellotge fisiològic necessita unes 24 hores per reajustar-se a la nova zona horària.

Recomanacions: la nit anterior al vol, descanseu i dormiu bé. Arribeu al destí un o dos dies abans de començar qualsevol activitat, per acostumar el cos a la nova zona horària. Si en arribar al destí no podeu dormir, intenteu fer activitats suaus (descansar o llegir).

ACCIDENTS DE TRÀNSIT

Arreu del món són una de les principals causes de mort entre els viatgers. Poseu atenció com a vianant o com a conductor. Hi ha països on es condueix per l'esquerra, cosa que ens obliga a extremar les precaucions.

DIARREA DEL VIATGER

És un dels problemes mèdics més freqüents en els viatgers. És una malaltia infecciosa provocada per diferents microbis (virus, bacteris o paràsits) que s'adquireixen a través de la ingestió d'aliments contaminats o d'aigua contaminada. Afecta el tracte gastrointestinal i produeix diarrea, dolor abdominal difús, malestar, nàusees o febre. Pot ser lleu o greu (disenteria, només en el 10% dels casos). Sol aparèixer al tercer dia de l'arribada al país, i generalment dura 3-5 dies.

La clau per evitar la diarrea del viatger és la prevenció. S'han de seguir unes normes estrictes però senzilles quant a la dieta (aliments ben cuinats i calents, fruita i vegetals pelats per un mateix o ben cuinats) i a la ingesta d'aigua (bullida, filtrada, clorada o iodada). Cal evitar sempre l'aigua de l'aixeta sense tractar-la, els glaçons, gelats, sucs no envasats, salses i cremes, aliments crus o pocs cuinats, productes làctics o el menjar cuinat al carrer. El rentat de mans és bàsic abans de cada ingesta o abans de cada manipulació d'aigua.

El tractament que cal seguir és la rehidratació. Si les deposicions no contenen sang i moc i l'estat general és acceptable, la diarrea del viatger es pot solucionar amb dieta astringent (arròs bullit, pastanaga bullida) i una bona rehidratació: suc de llimona amb sucre (*Sueroral* és el més recomanat) o te. Si la deshidratació és intensa o la diarrea conté moc i sang, caldrà un tractament antibiòtic i consultar un metge.

PALUDISME O MALÀRIA

És una malaltia transmesa per un protozou (paràsit) inoculat a la nostra sang a través de la picada d'un mosquit *Anopheles* infectat. Es present en molts països del món. No hi ha vacuna. El que es recomana és la prevenció amb un fàrmac (quimioprofilaxi). S'ha de ser conscient que la quimioprofilaxi no protegeix al cent per cent.

S'han de seguir les recomanacions dels centres d'atenció al viatger i seguir-les al peu de la lletra (cal iniciar el tractament abans de marxar, durant l'estada i a la tornada). Si a la tornada presenteu símptomes o febre, consulteu un metge al més aviat possible, perquè un episodi de paludisme pot ser molt greu.

Els símptomes poden ser cefalea, febre, vòmits, dolor abdominal, dolor articular. Cal protegir-se amb repel·lents de mosquits, utilitzar roba de cotó i portar mànigа llarga durant les

hores de més activitat dels mosquits (vespres i matinades). Si escau, s'ha d'utilitzar una mosquitera impregnada amb solucions repel·lents per dormir.

DENGUE

És una malaltia transmesa per un mosquit aedes infectat amb el virus. Aquest mosquit pica en general de dia i es reprodueix dins l'aigua, a prop del lloc on viu. No hi ha vacuna ni quimio- profilaxi ni tractament específic. Només es pot fer tractament simptomàtic (amb paracetamol). Símptomes: febre molt dolorosa (cefalea, dolor retroorbitari, dolor muscular i articular, dolor abdominal, etc.), erupció cutània, potencialment hemorràgica i perillosa. El dengue és endèmic, però té pics d'activitat durant el monsó i al principi de l'hivern.

PATOLOGIES DE L'ALÇADA

En pujar en altitud la pressió atmosfèrica minva (capa atmosfèrica menys densa). Aquest fenomen comporta que l'oxigen arribi en menys concentració als alvèols pulmonars i, per tant, que les cèl·lules del cos no disposin de la mateixa concentració d'oxigen per funcionar com quan estem al nivell del mar. El cos s'adapta a aquest canvi augmentant la freqüència respiratòria (taquipnea) i la freqüència cardíaca (taquicàrdia).

Però aquesta adaptació no sempre és correcta i pot presentar patologies potencialment greus com el ***mal agut de muntanya*** **(MAM)** o *Acute Mountain Sickness* (AMS). Es pot presentar des de la cota 2.000, però les formes greus es veuen a partir de 4.000 m. Els símptomes apareixen al cap d'unes hores d'estar a una determinada alçada (que varia segons les persones). Sobre el terreny, la clau es saber reconèixer els símptomes.

Hi han tres estadis:

- **estadi 1**, amb cefalees (mal de cap) que es calmen amb analgèsics (paracetamol i aspirina);
- **estadi 2**, amb cefalees resistents als analgèsics i símptomes digestius o altres símptomes (insomni, poca orina, inapetència, somnolència diürna, agressivitat), i
- **estadi 3**, amb dificultat respiratòria en repòs i alteracions neurològiques(alteració de la marxa/de la consciència). De vegades l'excursionista no s'adona dels símptomes que presenta. Els companys han d'estar alerta.

Cal seguir les regles d'or per a una bona aclimatació.

ISTOCK

PERE RODÉS

Un dels models de cambra hiperbàrica portàtil per situacions d'emergència en cas de mal de muntanya.

El MAM és capritxós. Pot afectar tant a muntanyencs acostumats a grans alçades com a persones que no hi estan acostumades. Pot afectar els portadors, els guies i els clients. Recordeu que qui ha patit mal de muntanya pot tornar-lo a tenir. Les persones amb antecedents de migranya són més susceptibles a presentar MAM.

El tractament consisteix en el repòs (si és lleu). Si és greu cal fer un descens (un mínim de 500 m), que és el millor tractament. Si l'evolució és tòrpida, el pacient passa de l'estadi 1 al 2 ràpidament. Cal fer el descens ajudant el malalt abans que la situació es deteriori del tot, quan ja no podrà caminar. Utilitzeu una cambra hiperbàrica si el descens és impossible. Tractament mèdic (*Edemox*, cortisona) fet per un sanitari o via consells (telemedicina). Si l'estat del pacient es deteriora, pot presentar dues complicacions molt greus que poden ser mortals.

EDEMA CEREBRAL D'ALTITUD. Augment dels símptomes del MAM: augment de la cefalea, de les nàusees, alteracions de la vista. El coma pot aparèixer ràpidament. No espereu per començar el tractament (descens, cambra hiperbàrica, tractament mèdic). Si no es tracta, és mortal.

EDEMA PULMONAR D'ALTITUD. Tos persistent, dispnea (ofec) fins i tot en repòs, taquicàrdia, expectoració rosa espumosa, coloració blavosa dels llavis/orelles (cianosi). Sol aparèixer a la nit, després de l'esforç. Si apareix a la nit, no espereu perquè sol progressar ràpidament. S'imposa fer el descens ràpidament, cambra hiperbàrica o començar el tractament. Moltes persones moren abans que surti el sol.

RECOMANACIONS:

Regles d'or per una bona estada en altitud:

1. No pugeu gaire de pressa ni gaire amunt.
2. Pugeu suficientment alt per aclimatar-vos.
3. No us esteu gaire temps massa amunt.
4. Hidrateu-vos.

Amb l'alçada també es poden presentar altres patologies, com ara la retinopatia d'alçada o la bronquitis d'alçada.

LESIONS PER FRED

Els problemes principals amb què ens podem trobar a la muntanya en condicions atmosfèriques adverses estan relacionades amb les baixes temperatures, que poden provocar congelacions dels membres o fins i tot hipotèrmia.

CONGELACIONS. Per vasoconstricció a les extremitats, dits (peus i mans), nas i orelles. Són lesions aparatoses que poden portar a l'amputació dels teixits morts i a presentar seqüeles

PERE RODÉS

Congelació al dit gros del peu.

més o menys importants. Si no van acompanyades d'altres problemes o d'hipotèrmia, no han d'ocasionar la mort. Són incapacitants, per la qual cosa en situacions tècniques caldrà l'ajut dels companys. Segons el grau, el tractament serà diferent.

La prevenció és una bona protecció, beure líquids, evitar guants mullats o massa estrets. No fumeu ni beveu begudes alcohòliques. No espereu que les extremitats es tornin insensibles. Es pot prendre aspirina 250 mg preventivament.

Per al tractament cal beveu líquids calents amb sucre i preneu una aspirina (si no hi ha contraindicacions) i *Adalat* (segons la gravetat). Poseu les mans o els peus congelats en aigua calenta a 38-40ºc amb una mica de *Betadine* durant 1 hora (mantingueu a 38-40ºc afegint-hi aigua calenta). Assequeu i buideu (en condicions estèrils) les butllofes sense treure la pell i embeneu amb material estèril o net. Eviteu una segona congelació i els traumes. No camineu si teniu congelacions als peus. Preneu analgèsics si teniu dolor i antibiòtics si patiu congelacions greus. Baixeu. Evacueu el pacient a un centre sanitari per fer-li una valoració.

HIPOTÈRMIA. És defineix con un descens de la temperatura central del cos per sota els 35ºC. Aquesta situació pot arribar a aparèixer arran de caure en una esquerda, enterrament sota la neu d'una allau, esgotament, per portar la roba mullada o per estar sotmès al fred i al vent. La tensió arterial disminueix fins que produeix l'aturada cardíaca, s'alenteix l'activitat neurològica, apareix paràlisi intestinal, augment de la viscositat sanguínia i també apareixen alteracions de la coagulació. El tractament varia segons els graus de la hipotèrmia.

Cal protegir el pacient del fred i del vent, treure-li la roba mullada i posar-li'n de seca. Després, a dins d'una tenda, cal posar-lo dins d'un sac de plomes amb bosses d'aigua calenta. Si la temperatura és inferior als 32ºC, cal moure'l molt suaument –qualsevol moviment enèrgic pot provocar una aturada cardíaca. Sols si està conscient cal fer-li beure begudes calentes i ensucrades. Si és greu, planegeu l'evacuació.

La hipotèrmia pot matar. Les congelacions, en principi, no; però poden estar-hi associades.

THINKSTOCK

En alçada, ens hem de protegir més que mai de la radiació solar.

PERE RODÉS

Evacuació d'un ferit.

EXPOSICIÓ AL SOL

En estar tot el dia a l'aire lliure exposem la nostre pell a les radiacions del sol, més intenses en alçada o amb neu. Cal fer una bona hidratació, però sobretot posar-se una bona protecció: ulleres de sol, barret, cremes i filtres solars.

OFTÀLMIA DE LES NEUS. Les radiacions UV cremen la còrnia i la conjuntiva. Dóna sensació de sorra o cristalls dins els ulls. Convé protegir-se amb ulleres de sol de categoria 3 o 4. Per al tractament, es poden posar bosses de te fredes i fer un repòs 48 h, amb oclusió dels ulls. Useu una pomada oftàlmica epitelitzant.

MALALTIES DE TRANSMISSIÓ SEXUAL

A part de consideracions morals i ètiques, cal tenir present l'increment d'aquest tipus de malalties en els darrers anys. L'abstinència és el millor.

MANCA D'HIDRATACIÓ

En situació normal, un adult requereix una ingesta diària de 3-4 litres d'aigua (entre begudes i aliments). Aquesta quantitat d'aigua varia segons el clima, la temperatura, la humitat relativa, l'altitud o l'esforç físic (podem arribar a necessitar fins a 10 litres d'aigua al dia). Cal tenir-ho en compte durant un tresc.

RECOMANACIONS:

1. beveu fraccionadament, un màxim 500 ml de cop, abans de tenir set;
2. potabilitzeu sempre l'aigua, si no prové d'una font segura (botelles o llaunes de marques internacionals obertes a la vista del consumidor, te o cafè ben calents), bullint-la o per mitjà de filtres potents o pastilles potabilitzadores (encara que aquestes no maten al 100% els paràsits);
3. eviteu els glaçons, gelats, sorbets i sucs de fruita;
4. no mengeu verdura fresca (si no s'ha rentat d'una manera especial) o fruita sense pelar;
5. eviteu rentar-vos o banyar-vos en els rius, perquè en molts països poden estar contaminats amb paràsits i esquistosomiasi, i
6. renteu-vos sempre les dents amb aigua potabilitzada.

LESIONS TRAUMÀTIQUES

Des de la mes petita i lleu contusió fins al més aparatós dels politraumatismes. Les petites ferides o cremades, les podem tractar amb una neteja d'aigua i sabó; pinteu amb povidona iodada i tapeu amb el que tinguem més net a mà.

FRACTURES TANCADES: immobilitzarem amb el que tinguem a l'abast (bastons d'esquí, piolet, branques) i evacuarem. Eviteu mobilitzacions innecessàries. Valoreu la pèrdua sang oculta (grans hematomes, focus fractura).

FRACTURES OBERTES: no remeneu massa, tapeu amb el que tingueu més net i evacueu amb urgència.

ESQUINÇOS DE TURMELL: embeneu. Utilitzeu una bota de canya alta. Feu banys de contrast (aigua calenta i freda) per desinflamar.

PROBLEMES INTRAGRUPALS

Les condicions d'un tresc no són les de casa. Llocs remots, estrès, acumulació de dies d'esforç, canvi en l'alimentació, pernoctacions incòmodes, austeritat, etc. Tots aquests elements poden contribuir a desestabilitzar qualsevol grup. Això no és cap malaltia, però cal tenir presents tots aquests possibles inconvenients. Un bon lideratge i una correcta repartició de les tasques ajudaran.

PERE RODÉS

Cura d'ulls amb te tebi i draps nets durant un tresc pel Langtang (recomanem de fer-ho amb guants). L'autor va patir dies després la mateixa patologia i a la baixada els nens tenien els ulls curats.

LA FARMACIOLA

En la planificació d'un tresc, la preparació d'una farmaciola és indispensable. Haurem de posar-hi alguns medicaments i material de cures per poder solucionar els petits problemes de salut que puguin aparèixer. A les unitats de salut internacional us poden assessorar. Tota farmaciola ha de reunir tres condicions bàsiques: poc pes, poc volum i màxima eficàcia.

RECOMANACIONS:

1. emboliqueu tot el contingut amb bosses de plàstic impermeables;
2. porteu només medicaments que sapigueu usar;
3. feu una farmaciola individual i una farmaciola de grup;
4. recordeu que tots els medicaments poden produir efectes secundaris i al·lèrgies;
5. si teniu malalties cròniques que requereixen medicació diària, feu-ne una provisió suficient i dueu-la a l'equipatge de mà a l'avió, amb la recepta o bé amb un informe mèdic que resumeixi els antecedents (si és possible, també en anglès);
6. feu una llista del contingut de la farmaciola, amb les indicacions i contraindicacions dels fàrmacs que contingui;
7. porteu una llista d'hospitals recomanables (que no siguin públics) i assabenteuvos si hi ha una base mèdica pròxima al vostre tresc, on us podrien atendre en cas de necessitat;
8. feu una llista de telèfons útils (assegurança des de l'estranger), i
9. tingueu molt present que els nadius poden ser més sensibles als efectes dels medicaments, per tant, administreu-los-els només si sabeu el que feu.

LES FARMACIOLES

FARMACIOLA INDIVIDUAL

S'aconsella utilitzar una caixa de plàstic semirígida (tipus *Tupperware*), impermeable i de tancament hermètic. També es pot utilitzar una bossa resistent impermeable.

Per fer cures: un paquet de gases estèrils, un rotlle d'esparadrap de tela, una bena, tisores petites, apòsits *Compeed*, tiretes, una manta tèrmica d'alumini, *Steri-Strips*, navalla multiús, *Betadine*, guants, gel desinfectant de mans (*Sterilium*).

Medicació: pastilles potabilitzadores (*Micropur*), protecció solar, ulleres de sol, taps per les orelles, repel·lent d'insectes; analgèsics, antiinflamatoris, algun antibiòtic, antidiarreics, *Biodramina*.

FARMACIOLA DE GRUP

S'ha d'adequar en funció dels nostres coneixements, nombre de persones i tipus de tresc. Cal separar els elements en *Tupperware* de diferents colors o transparents, amb etiquetes (un per els medicaments, un altre per al material de cures, un altre per a les cremes, etc.), amb una llista de tot el material. Finalment cal buscar un responsable de la farmaciola.

Per fer cures: esparadrap de tela, tiretes, benes de Crepe, gases estèrils, ampolletes monodosi de sèrum fisiològic, apòsits tipus *Compeed*, sutures de paper tipus *Steri-Strip*, apòsits de *Linitul* (petites cremades), tisores, guants, *Betadine*, antisèptic de mans en gel tipus *Sterilium*, cola cutània tipus *Dermabond*, xeringues i agulles estèrils.

Medicació: analgèsics (paracetamol, aspirina, ibuprofèn, *Nolotil*, diclofenac, etc.); antidiarreics, laxants (*Sueroral, Omeprazol, Almax, Primperan*); antibiòtics (amoxicil·lina-clavulànic, ciprofloxacino, azitromicina, metronidazol); antihistamínics; medicació per al MAM (*Edemox* 250 mg, *Adalat* 10 mg, *Betametasona* 8 mg injectable; *Ventolin*. Cutani o ulls: cremes (protector solar, labial, crema amb cortisona, crema antiinflamatòria, crema antifúngica); col·liris (antibiòtics, analgèsics, pomada oftàlmica cicatritzant).

Material divers: termòmetre, pinces, imperdibles, agulles i fils, cinta americana, pastilles potabilitzadores, fèrula semirígida SAN splint per immobilitzar extremitats, bosses de plàstic per llençar material utilitzat, llumins, encenedor, depressors linguals per immobilitzar dits, bolígrafs i papers.

En acabar el tresc podeu deixar els medicaments i el material que no hagueu utilitzat al vostre guia o en els consultoris locals, perquè la gent del país ho pugui aprofitar.

PER A MÉS INFORMACIÓ

BIBLIOGRAFIA

Botella, J. / Espacio, A. / Aguilera, L. *Medicina para montañeros*. 3a edició. Madrid: Desnivel, 2008.

Botella de Maglia, J. *Mal de altura. Prevención y tratamiento*. Madrid: Ediciones Desnivel, 2002.

Cauchy, Emmanuel. *Travel Medicine Pocket Book*. Chamonix: Éditions Ifremmont, 2011.

Cauchy, Emmanuel. *Manual básico de medicina de montaña*. Madrid: Ediciones Desnivel, 2008.

Subirats, E. *Socorrismo y medicina de urgencias en montaña*. 2a edició. Madrid: Ediciones Desnivel, 2006.

Warrell, D. / Anderson, S. *Medicina de expedición. Madrid*: Ediciones Desnivel, 1999.

Rodés i Muñoz, Pere. *Trekking y salud* (en premsa).

WEBS

Centres de Vacunació a Catalunya i Andorra

Unitats de Salut internacional de l'Institut Català de la Salut (no és gratuït): http://www.gencat.cat/ics/usuaris/unitatssalutinternacional.htm;

Centres de vacunació per a viatgers a Catalunya (no és gratuït): http://projectes.camfic.cat/CAMFiC/Seccions/GrupsTreball/Docs/Cocoopsi/Centres_vacunaci_internacional_Catalunya.pdf

Servei d'informació al viatger a Andorra: http://www.saas.ad/index.php/unitats-assistencials/atencio-primaria/servei-d-informacio-al-viatger

Consells sanitaris per als viatgers del Ministeri de Sanitat Espanyol: http://www.msssi.gob.es/sanitarios/consejos/vacExt.do / www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/home.htm

Vacunes recomanades segons els països

http://www.vacunas.org/es/info-publico/vacunas-para-viajeros

MAM

http://www.theuiaa.org/upload_area/files/1/SPANISH_UIAA_MedCom_Rec_No_2_AMS_HAPEHACE_2008_V2-2.pdf

Diarrea del viatger (UIAA)

http://www.theuiaa.org/upload_area/Medicine/Advice-and-Recommendations/No5-Traveller/Spanish_UIAA_MedCom_Rec_5_Dirarrea%20del%20viajero_2012_V3-2.pdf

Desinfecció de l'aigua (UIAA)

http://www.theuiaa.org/upload_area/Medicine/Advice-and-Recommendations/No6-Water/Spanish_UIAA_MedCom_Rec_6_Desinfeccion_del_agua_2012_V3-1.pdf

Farmaciola

Farmaciola modular CISA/IKAR: http://nieveyaludes.blogspot.com.es/2015/06/botiquin-modular-de-montana-para.html

Altres

Himalayan Rescue Association:

http://www.himalayanrescue.org

Assessorament sobre aspectes sanitaris del tresc: Pere Rodés (prodesmunoz@gmail.com).

SEGURETAT

És recomanable inscriure's al registre de viatgers (en línia: *http://www.visatur.maec.es/viajeros/*) que ofereix el Ministerio de Asuntos Exteriores, perquè us puguin localitzar en cas d'emergència (conflictes, guerres, catàstrofes naturals, etc.).

Farmaciola individual amb alguns elements imprescindibles.

El canal de Lynn que permetia arribar en vaixell fins a l'inici del Chilkoot Trail. De teló de fons, les muntanyes Chilcat.

CHILKOOT TRAIL
EL CAMÍ DE L'OR

Text: **Jordi Canal-Soler**

Usat a finals del segle XIX per milers de buscadors d'or per anar fins a les mines de l'interior del Canadà des d'Alaska, el Chilkoot Trail és actualment un dels trescs amb més història i natura de l'Amèrica del Nord.

THINKSTOCK

JORDI CANAL-SOLER

Passarel·les a l'inici del Chilkoot Trail.

El 16 d'agost de 1896, George Carmack i els nadius Skookum Jim i Dawson Charlie van descobrir un dels dipòsits més rics d'or de tota la història a Bonanza Creek, un petit rierol tributari del riu Klondike, en la remota i desconeguda regió del Yukon canadenc.

Aquell mateix estiu i encara durant l'hivern, molts dels miners que hi havia per la zona van dirigir-s'hi per extreure'n l'or. Quan al cap de l'any el riu es va desglaçar i els primers vaixells carregats d'una tona d'or van començar a arribar a Seattle i San Francisco, va esclatar l'eufòria. En la crisi econòmica que s'estava patint als Estats Units, aquell Eldorado inesperat va llançar a l'aventura a més de cent mil persones que, abandonant-ho tot, van dirigir-se cap al nord desconegut per buscar-hi or.

QUAN ELS PRIMERS VAIXELLS CARREGATS D'UNA TONA D'OR VAN COMENÇAR A ARRIBAR A SEATTLE I SAN FRANCISCO, VA ESCLATAR L'EUFÒRIA

Alguns ho van fer a través de les planures del Canadà. D'altres, seguint el Yukon des de la desembocadura al mar de Bering fins al Klondike. La majoria, però, va triar la ruta més curta, però no per això més fàcil: entrar al Canadà des d'Alaska pel Chilkoot Pass, un pas de muntanya per la serralada que separava el mar de l'inici navegable del riu Yukon.

A partir de 1899, amb la construcció del ferrocarril de la White Pass & Yukon Railroad, el Chilkoot Trail va quedar obsolet, i tant les construccions que s'hi havien anat fent en tot el seu recorregut com les restes del que havia estat abandonat pels buscadors d'or a la vora del camí, va quedar-hi oblidat a la intempèrie. Encara avui dia, quan es recorre el camí, a banda i banda és possible trobar-hi ferralla de velles estufes, cassoles esbotzades, soles de cuir desclavades, fragments d'ampolla de vidre i estelles de caixes de fusta que el converteixen en el museu més llarg del món. Per això el camí està protegit pel Klondike Gold Rush International Historical Park, que està gestionat tant pel govern dels Estats Units com del Canadà.

Amb una llargada de 33 milles (53 km) el camí, convertit en un dels trescs més atractius d'Amèrica del Nord, es pot fer fàcilment entre tres i cinc dies, depenent del ritme amb què vulguem anar. En aquest article descrivim el recorregut en quatre etapes.

PRIMERA JORNADA: DE DYEA A SHEEP CAMP

Recorregut: **18,9 km**
Desnivell de pujada: **305 m**
Desnivell de baixada: **0 m**
Temps de camí: **7,5 h**

El camí comença, com al 1897, a Dyea, vora el mar a l'extrem del canal de Lynn. De la ciutat de tendes de Dyea no en queda gairebé res. Només un parell de façanes de fusta que decoraven les entrades als negocis de sostre de tela. En canvi, a la ciutat de Skagway, a només quinze minuts de distància i nascuda també durant la febre de l'or encara hi ha moltes cases i botigues de l'època a Front Street, el carrer principal, típiques d'una ciutat fronterera de l'oest. El turisme ha començat a arribar a la zona des de fa uns anys, i Skagway és parada obligada per als creuers que recorren els fiords del sud-est d'Alaska. L'entrada al parc per seguir la ruta és limitada a només 50 excursionistes al dia, de manera que cal demanar plaça amb antelació, i és per això que cal anar a les oficines del parc, a Skagway, on podrem triar quants dies volem estar-hi i en quins campaments farem nit. És on ens faran mirar un vídeo obligatori per saber com podem evitar l'atac d'un ós, molt nombrosos a la zona.

De fet, Alaska és l'única àrea del món on conviuen tres espècies d'ós: el blanc, el bru o *grizzly* i el negre. En aquesta zona del tresc, però, només n'hi ha dels dos darrers tipus, encara que distingir-los és crucial per saber com hem de comportar-nos davant d'un possible atac. Una broma que corre pel parc i que de

Alaska és l'única àrea del món on conviuen tres espècies d'ós: el blanc, el bru o *grizzly* i el negre.

A Dyea només hi queden algunes façanes de fusta que decoraven les botigues de tendes de tela.

JORDI CANAL-SOLER

seguida els guardes comparteixen amb el nouvingut, és que la millor manera de saber de quin tipus d'ós es tracta és pujant a un arbre. Si l'ós puja darrere teu, és un ós negre. Si l'ós empeny l'arbre i el fa caure, és un ós bru. La broma acaba així: sigui com sigui acabaràs menjat.

Una solució real contra els óssos força econòmica és l'ús d'unes campanetes que es lliguen a la motxilla per anar fent soroll mentre caminem. L'alternativa és fer soroll per espantar els óssos, o anar parlant, o fins i tot una mena d'esprai de pebre per ruixar la cara de l'ós que ens ataqui. El perill d'aquest últim sistema és fer-ho en contra del vent, cosa que provoca encara una altra broma, dient que si t'equivoques acabes immobilitzat i salpebrat, preparat perquè l'ós també se't mengi.

Aquesta és també la zona on amb més freqüència es troben óssos negres, i cal anar amb compte de no sorprendre'n cap

Des de Dyea el camí de seguida s'enfila per una sèrie de graons excavats a la roca i serpenteja per entre el bosc humit boreal, un ecosistema de grans pluges i molta humitat ple de pins, falgueres i molses al sotabosc. És zona de molta aigua i el camí travessa unes quantes vegades el riu amb ponts de fusta i passarel·les. Aquesta és també la zona on amb més freqüència es troben óssos negres, i cal anar amb compte de no sorprendre'n cap. Un pont penjat permet creuar el riu Taiya i explorar les poques ruïnes que queden de Canyon City, una ciutat de tendes que havia tingut hotels i restaurants i dels quals es conserven encara alguns fonaments, una gran cuina de ferro colat i una caldera oxidada. En un racó s'hi pot veure un munt d'antigues ampolles de whisky i cervesa de marques ja desaparegudes.

El camí abandona el riu (que creua el petit canyó que donava nom a la ciutat), s'enfila per la vall i la vegetació comença a ser substituïda per arbustos cada cop més baixos. Després d'enfilar-se encara una mica més, arriba a Pleasant Camp, un altre d'aquests campaments intermedis, i deixant-lo enrere tot travessant un bosc de coníferes, s'arriba finalment a Sheep Camp, el final de la primera etapa.

Aquí és on hi ha el refugi del guarda forestal de la part americana del parc, i al vespre aquest fa una xerrada de prevenció contra els óssos. El primer que cal fer a la nit és penjar la bossa de menjar a la branca d'un arbre, fora de l'abast dels animals. Tot i que hi ha un refugi per poder cuinar, no s'hi pot dormir, i cal fer-ho obligatòriament en tendes pròpies, de manera que cal cercar un bon lloc que no estigui gaire enfangat per plantar la tenda i passar la nit. Amb una mica de sort, es podran trobar plataformes de fusta ideades a propòsit, però dependrà de la disponibilitat.

JORDI CANAL-SOLER

Un dels refugis per a excursionistes al llarg del Chilkoot Trail.

GOLDEN STAIRS

A l'hivern, la inclinació, la neu, el fred i el pes de la càrrega feien que normalment es trigués un dia per superar el pas de Chilkoot.

Una nit de l'hivern del 1898, un parell d'emprenedors va excavar una sèrie de graons al glaç de la rampa. L'endemà al matí, es van posar a l'inici de l'escala per cobrar peatge i com que se solia pagar en or, les escales, i la rampa posteriorment, es van començar a conèixer amb el nom de *Golden Stairs*.

Des de Golden Stairs està feta la famosa foto de la cua de portadors enfilant-se per un pendent blanc de neu, que ha quedat en l'imaginari col·lectiu d'aquella odissea. L'escena quedà també reproduïda en la pel·lícula *The Gold Rush* (*La quimera de l'or*), de Charles Chaplin (1925), i en les plaques de matrícula dels cotxes d'Alaska.

Postal d'època amb la famosa foto de Golden Stairs, al pas de Chilkoot.

SEGONA JORNADA: DE SHEEP CAMP A HAPPY CAMP

Recorregut: **14,1 km**
Desnivell de pujada: **770 m**
Desnivell de baixada: **160 m**
Temps de camí: **8 h**

Des de Sheep Camp a The Scales, el següent punt interessant del camí, hi ha només 5,4 km, però l'ambient és totalment diferent. Aquí ja no hi ha bosc i la roca i la neu de les congestes es combinen per crear un ambient totalment alpí a la vall. A The Scales era on hi havia les balances per pesar tota la càrrega que duien els buscadors d'or, i és que poc després d'iniciar-se la febre de l'or, les autoritats del Canadà, preocupades per la poca preparació i equipament de la majoria dels aventurers que començaven a arribar, van ordenar que per entrar al país era necessari dur una sèrie de material obligatori: estufa, roba d'abric, eines, tenda i menjar per a un any. Tot el material pesava, en conjunt, una tona.

Per dur tot aquest equipament a través del Chilkoot Pass, els buscadors d'or havien de portar el material a l'esquena, en diversos viatges amb càrregues més petites (d'uns 30 kg), tornar buits i pujar de nou carregats amb un altre paquet. Així, havien de fer més de trenta viatges per dur la tona d'equipatge fins a la vora de Lake Bennett, el final del trajecte, i podien arribar a recórrer més de 1.800 km amunt i avall. A The Scales pesaven el material per calcular la paga de possibles portadors indis (aquells que se'ls podien permetre) o, més endavant, el servei de telefèrics muntats expressament. Encara avui dia són visibles les calderes o les grans rodes per al cable d'aquests sistemes de transport.

A partir de The Scales hi ha la rampa final cap al pas de Chilkoot. Només són 300 m de desnivell, que a l'estiu es fan amb facilitat. Una sèrie de pals taronja de plàstic indiquen el camí per una tartera de roques sovint plena de congestes i boira.

Les congestes de neu solen romandre tot l'estiu a la part alta del Chilkoot Pass, a 1.074 m.

Poc després de superar el coll passem la frontera i trobem el refugi del guarda canadenc. A dins hi ha aigua calenta per preparar un te que ens animi a seguir, però segurament no caldrà, perquè a partir d'aquí el camí baixa entre rierols i senders plens de flors alpines i comencem a veure alguns llacs fins a arribar a Happy Camp, el nom del qual ve de l'alegria dels buscadors d'or en trobar el primer campament després d'haver superat el famós coll.

TERCERA JORNADA: DE HAPPY CAMP A BARE LOON LAKE

Recorregut: **13,7 km**
Desnivell de pujada: **0 m**
Desnivell de baixada: **167 m**
Temps de camí: **5,5 h**

L'etapa és totalment de baixada entre prats alpins i els inicis d'un bosc boreal de coníferes, amb la visió dels grans llacs d'aigües turqueses de Long Lake i Deep Lake fins a arribar a Lindeman Lake. City a la vora del llac. Aquí hi ha el campament principal de la part canadenca del parc, amb una exposició de fotografies de la història de la febre de l'or. Unes fotografies curioses mostren la vora del llac totalment desproveïda d'arbres, i és que quan arribaven aquí, els buscadors d'or tallaven els troncs per fer-ne planxes de fusta i construir milers de barques amb les quals després baixaven per les aigües del riu Yukon. A la vora del llac hi va néixer tot un campament de tendes blanques d'aquells mestres d'aixa i mariners improvisats que esperaven que es desglacés el llac per pujar a les embarcacions.

Plantem la tenda a la riba de Bare Loon Lake, un llac circular i tranquil ple de calàbries que semblen udolar a la llum de la lluna. És hora de recordar un altre dels personatges coneguts que va viure l'aventura del Chilkoot Pass: Jack London va venir al nord perseguint l'or i es va acabar enduent les vivències i records que plasmaria després en llibres com *La crida del bosc* i *Ullal blanc* i que li donarien fama mundial.

El tren de la WP&YR fa el trajecte de Skagway a Bennett amb una vella locomotora de vapor.

JORDI CANAL-SOLER

QUARTA JORNADA: DE BARE LOON LAKE A LAKE BENNET

Recorregut: **6,4 km**
Desnivell de pujada: **0 m**
Desnivell de baixada: **76 m**
Temps de camí: **2,5 h**

L'etapa més curta i fàcil ens porta, vorejant el llac Lindeman, fins a l'entrada de Bennett Lake, el lloc on neix el riu Yukon. Des d'aquí s'embarcaven els aventurers en un viatge de més de 600 km de navegació complicada per alguns dels ràpids més difícils d'Amèrica del Nord. Aquí hi finalitzà també la via fèrria del White Pass & Yukon Railroad, un tren construït amb l'esperança de portar fins aquí tots els cercadors d'or que desembarcaven a Skagway. Quan es va acabar la construcció del ferrocarril el 1899, però, la febre de l'or ja s'havia esgotat i el tren va entrar en bancarrota. Va aguantar el pas del temps, però; actualment dóna servei als milers de turistes que visiten anualment Skagway en els creuers i els permet fer un dels recorreguts en tren més espectaculars del món, ple de ponts, túnels i gorges sense fons. Aquí a Bennet es pot agafar el tren per tornar a Skagway o continuar fins a l'estació de Fraser, a la frontera oficial del Canadà, on podrem agafar un autobús cap a Whitehorse i després cap a Dawson City, el destí de tots aquells aventurers.

De les més de 100.000 persones que van intentar arribar al Klondike, només unes 40.000 van arribar finalment a la ciutat de Dawson, però ho van fer tard. Quan hi van arribar, totes les concessions al riu ja havien estat assignades als *sourdough*, els miners veterans que ja eren prop de la zona quan va esclatar la febre de l'or. Sense poder complir el seu somni, només podien marxar un altre cop cap a casa, quedar-se a treballar a les mines com a peons dels qui havien arribat abans o treballar als negocis que començaven a néixer a Dawson.

UN DELS RECORREGUTS EN TREN MÉS ESPECTACULARS DEL MÓN, PLE DE PONTS, TÚNELS I GORGES SENSE FONS

Arribant a Lindeman City.

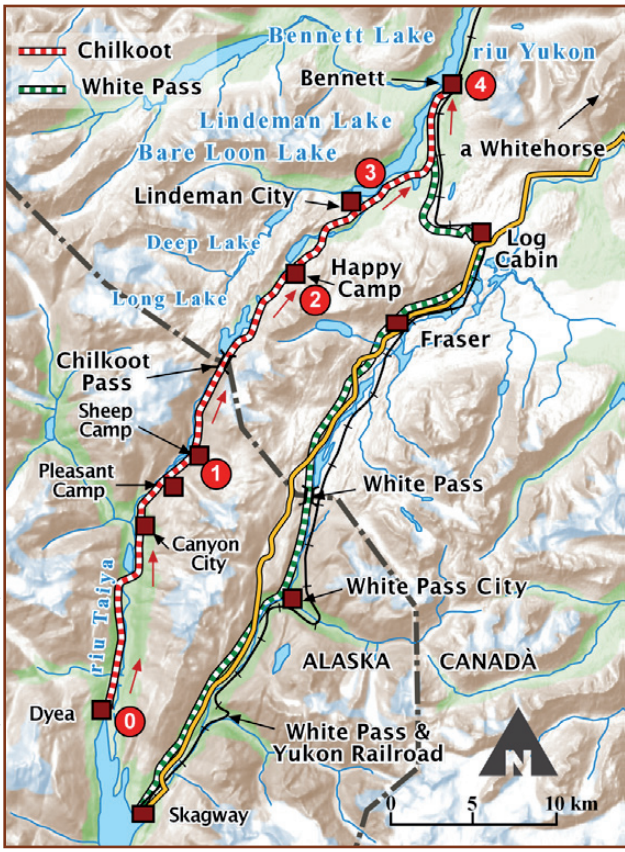
JORDI CANAL-SOLER

El riu que arriba a Bennett Lake, el naixement del riu Yukon.

La riquesa que els primers buscadors d'or van aconseguir al Klondike no els va durar gaire temps. Aïllada com estava de l'exterior, Dawson va patir alguns moments de necessitat. Com un rei Mides que no podia alimentar-se de l'or que creava, els miners tampoc no podien comprar tot allò que haurien volgut. Condemnats a menjar conserves tot l'hivern, a l'inici de la primavera del 1898 els milers de miners que eren a Dawson esperaren amb candeletes que el gel del Yukon es trenqués per permetre als vaixells arribar amb menjar fresc. Les primeres 200 dotzenes d'ous frescos es van vendre en menys d'una hora per l'exagerat preu de 18 $ la dotzena. La sal amb què alguns adobaven els ous podia arribar a costar el seu pes en or. La primera vaca no va trigar a arribar a Dawson i el primer galó de llet es va vendre a 30 $. El propietari de l'Aurora Saloon en va comprar uns litres i va vendre'n tasses a 5 $, cinc vegades més cara que un vas de whisky.

Però segurament la idea més original la va tenir un miner analfabet que va comprar la primera còpia del *Seattle Post-Intelligencer*. En una terra on l'escassetat de material imprès feia excitant fins i tot la lectura d'un diccionari

JORDI CANAL-SOLER



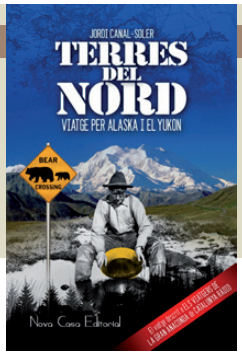
ALBERT MARTÍNEZ (BASE GOOGLE MAPS)

durant les llargues nits d'hivern, els miners pagaven qualsevol cosa per poder escoltar notícies fresques. El propietari del diari va pagar un advocat perquè el llegís al Pioneers' Hall en veu alta, i va cobrar entrada a tots els centenars de persones àvides de notícies dels estats del sud. Va haver de fer dues sessions de tanta gent que volia sentir-ho.

Però l'èxit de Dawson seria efímer. La ciutat va passar d'una població de 40.000 habitants el 1898, enmig del boom miner, a només 8.000 al cap d'un any, el 1899, quan, amb la descoberta d'or a Nome la majoria dels miners sense concessió va marxar de la ciutat cap a la costa d'Alaska. Però això ja és una altra història.

PER SABER-NE MÉS

JORDI CANAL-SOLER. *Terres del nord.* Barcelona: Nova Casa Editorial, 2015.



ENTRE EL CEL I LES MUNTANYES

Vida i aventures de Joan Sayós Estivill

(Sant Quirze de Besora 1916, Vic 2005)

Text: **David Vilaseca Basco** / Fotografia: **Joan Sayós** (hereus)

La muntanya fou una de les seves grans passions, mogut per un esperit d'aventura que conservaria durant tota la vida. Volar fou ja des de ben jove un somni que la guerra acabaria fent realitat. Al tornar de l'exili, el franquisme li va prohibir pilotar avions i les muntanyes van tornar a ser un lloc on viure aventures extraordinàries, on redimir-se, grimpant fins a tocar els núvols. A tocar la jubilació va tornar encara a saltar en paracaigudes, i fins als 77 anys es va mantenir en actiu pilotant planadors i ultralleugers.

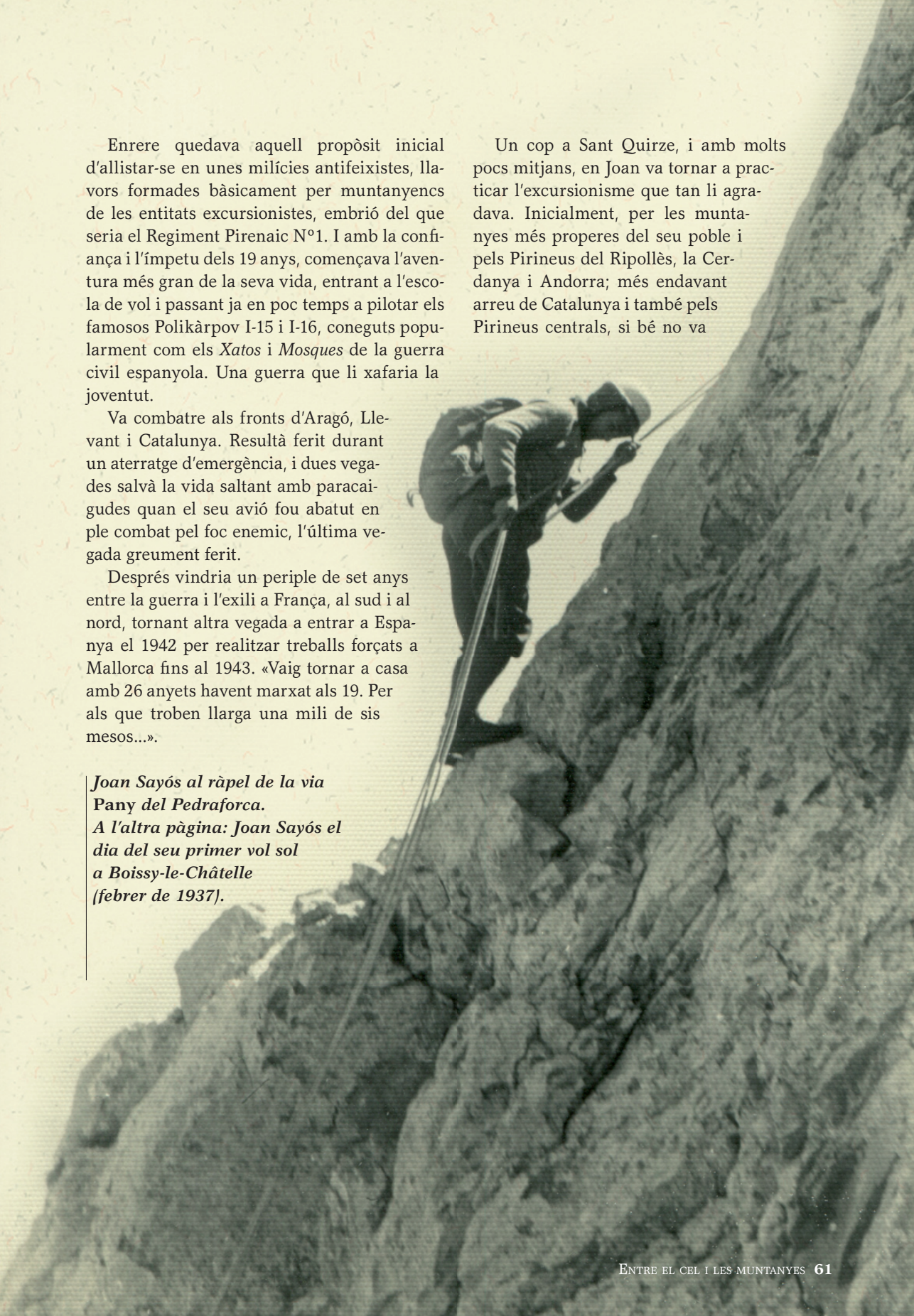
«Em disposava a ingressar en una unitat de milícies alpines, ja que la muntanya ha estat una altra de les meves dèries quan passant per la Rambla vaig veure damunt del cafè Sícoria un rètol que deia: Escola d'Aviació del POUM». Així és com en Joan Sayós, sota el pseudònim de Joan de Milany, relatava en el llibre *Un aviador de la República* (1970) editat en castellà el 1971, i reeditat el 1999 per Craftair, els seus inicis en el món de l'aviació, quan poc després d'esclatar la guerra es convertiria en pilot de caça de l'aviació republicana.

Enrere quedava aquell propòsit inicial d'allistar-se en unes milícies antifeixistes, llavors formades bàsicament per muntanyencs de les entitats excursionistes, embrió del que seria el Regiment Pirenaic Nº1. I amb la confiança i l'ímpetu dels 19 anys, començava l'aventura més gran de la seva vida, entrant a l'escola de vol i passant ja en poc temps a pilotar els famosos Polikàrpov I-15 i I-16, coneguts popularment com els *Xatos* i *Mosques* de la guerra civil espanyola. Una guerra que li xafaria la joventut.

Va combatre als fronts d'Aragó, Llevant i Catalunya. Resultà ferit durant un aterratge d'emergència, i dues vegades salvà la vida saltant amb paracaigudes quan el seu avió fou abatut en ple combat pel foc enemic, l'última vegada greument ferit.

Després vindria un periple de set anys entre la guerra i l'exili a França, al sud i al nord, tornant altra vegada a entrar a Espanya el 1942 per realitzar treballs forçats a Mallorca fins al 1943. «Vaig tornar a casa amb 26 anyets havent marxat als 19. Per als que troben llarga una mili de sis mesos...».

Un cop a Sant Quirze, i amb molts pocs mitjans, en Joan va tornar a practicar l'excursionisme que tan li agradava. Inicialment, per les muntanyes més properes del seu poble i pels Pirineus del Ripollès, la Cerdanya i Andorra; més endavant arreu de Catalunya i també pels Pirineus centrals, si bé no va



Joan Sayós al ràpel de la via* Pany *del Pedraforca.
A l'altra pàgina: Joan Sayós el dia del seu primer vol sol a Boissy-le-Châtelle (febrer de 1937).

poder anar mai a escalar el Cerví, que era una de les seves fites. Hem de tenir present la manca de recursos de tota mena en aquells anys i del poc temps lliure que es disposava, que complicava força poder fer sortides de més d'un dia a la muntanya.

Entre les meves ambicions muntanyenques que dintre de no gaires anys hauré de limitar, el Pallars hi figura en un lloc destacat. Les altres són el Pirineu central (Gavarnia, Vinhamala, el Migdia d'Aussau). Cal que m'afanyi a fer-los aviat (...) No parlo ja dels Alps, perquè les raons de caràcter econòmic han fet que els consideri definitivament descartats.

El 1953 es va fer soci de la Secció de Muntanya del Centre Excursionista de Catalunya, i al cap de poc va establir una gran amistat amb el matrimoni David Aloy i M. Mercè Lleonart, que llavors ja començaven a fer guies excursionistes, i que el 1955 van ser uns dels principals impulsors de la revista *Cordada*.

Precisament ha estat gràcies a la correspondència dels anys 1958-1965 de Joan Sayós amb el matrimoni Aloy-Lleonart que hem pogut fer aquest article. Unes cartes que han estat amablement cedides per la senyora M. Mercè Lleonart. Així com també una entrevista feta al popular bar Anna del Bruc, amb l'escalador Toni Gil, antic company d'escalades de Joan Sayós, encara en actiu.

LA REVISTA *CORDADA*

Fruit d'aquesta amistat amb els Aloy-Lleonart, cap a finals de la dècada de 1950, Sayós va començar a col·laborar assíduament a *Cordada*, revista independent de periodicitat mensual, que actuava com a portaveu de les entitats excursionistes del país. Ho feu en la secció «Ratafagas de Humor», que tenia un marcat to irònic, i que signava amb els pseudònims *Pithe Cantropus* o bé *Joan de Milany*.

L'any 1959, va guanyar la flor natural en la II Festa de les Lletres Optimistes amb *Pedregada muntanyenca*, el premi a la millor poesia que organitzava aleshores el Centre Excursionista Sabadell.

I a part de les publicacions periòdiques esmentades, Joan Sayós també col·laborava cercant informació, marcant i recorrent alguns dels itineraris que després formarien part de les conegudes guies excursionistes d'Aloy i Lleonart.

D'esquerra a dreta, els escaladors Emili Gil, Toni Gil, Joan Sayós, Kildo Carreté i Joan Créixams.

Pujant a l'Aneto.

L'ESCALADA

També cap a finals de la dècada de 1950 és quan Joan Sayós s'inicia amb l'ús de la corda i en la pràctica de l'alpinisme i l'escalada. Una escalada que es feia amb cordes de perló, per qui tenia diners; però on encara es feien servir força les de cànem, i on se solia anar amb bota dura, casc de moto, i no cal dir-ho, sense arnès.

A Montserrat, a Sant Llorenç o bé al sot del Bac, i durant l'estiu del 1959 comença a crestejar per la zona de l'Aneto, la Maladeta, Alba, el Perdiguero o Posets. De seguida s'inicia també en l'alpinisme hivernal. L'any 1960 fa una ascensió per una canal de la cara est del Canigó, que podria ser la via Escarrà-Muixart.

Durant l'estiu d'aquell mateix any, viatja fins a Panticosa i té ocasió de recórrer les muntanyes d'aquella zona, els Algas, Gran Facha, Cristales, etc., amb escalades a la paret nord del pic dels Infiernos, el pic de Vathleitosa per la via Augerot-Ollivier, i la travessa de la cresta del Diablo.

Un helicòpter que bé diàriament de Cauterets, permet que la gent més agosarada faci a tots els cims de la regió escalades superartificials. Quan un està suant d'angúnia i de fatic jugant a fer de picapedrer mentre contemples la gelera d'artesania, un parell de cents de metres a sota dels teus peus, veure com et saluden des d'un helicòpter, et dóna una moral extraordinària. Paraula.

Fou durant aquell estiu de 1960, i durant una acampada a la vall de Llosàs de Benasc, que va fer amistat amb en Toni Gil, un jove escalador del CADE del CEC que ja havia fet vies de prestigi, i que el va portar a fer la cresta de Salenques. Segons en Sayós en Gil era una «autèntica fera de l'escalada, que no veu més que agulles i parets, però que a desgrat d'això no té ni mica d'envaniment i és trempat i afable com ell sol». Fent de cordada amb ell, Sayós descobriria noves parets i vies, i també faria nous companys d'escalada. Molts d'aquell grupet del CADE eren coneguts com *els Diabòlics*. «Amb en Gil, hem acoblat una cordada que es compenetra força. Sabem ja les flaqueses de cadascú i en alguns casos, alternem la capçalera de la corda, segons les condicions de la via».

Així, gràcies a Toni Gil i al seu germà Emili, tingué ocasió de compartir sortides amb alguns dels millors escaladors de l'època, com ara Kildo Carreté, Jaume Fibla, Genís Roca o Joan Créixams, que més tard seria president del CADE. L'any 1964, a les agulles de Santa Magdalena, al Puigsacalm i a la roca Plana del sot de Bac, estrenava company de cordada, mig d'amagatotis de la família, amb el seu fill Domènec de 15 anys.

Ell era el més gran de la colla, hi posava el cotxe, el *Botafumeiro*, un Austin com els taxis de Londres, que devia fer força fum. El *Bota* els portava cap a Montserrat a escalar les vies de l'època, la *GAM* del Cavall Bernat, l'*Anglada-Guillamon* de la Cadireta, la *Recasens-Vives* al sostre del monestir, i també a les agulles del Centinella, la Porra, el Pebrot... Cap al Pedraforca, a fer el *Gran Diedre*, o bé l'*Anglada-Guillamón* hivernal, i evidentment, a Sant Llorenç, al sot del Bac, a Camarasa, o bé a fer cims i crestes al mont Perdut, als Encantats, al Peiraforca i als pics de la Font Negre. I quan arribava el fred, doncs a fer algunes sortides d'esquí i alguna canal.

Sense necessitat de ser un suïcida, afrontar l'alta muntanya és convenient per donar-te una mesura realista de les coses i treure't molts mals de cap, perquè si un arriba a ser capaç de confiar la pròpia existència a un cordill de 8 mm, no perdrà gaires hores de dormir pel fet de que l'hi retornin una lletra o la competència li afaiti un bon client, que per molta importància que tinguin, no en tenen tanta com que un pitó estigui ben afermat.

En Joan era un manetes, i tenia un enginy extraordinari per crear i inventar utensilis, producte de la seva feina al taller mecànic familiar. Ell mateix es va construir un piolet i unes fixacions d'esquí automàtiques, que havia copiat d'una revista francesa i que va muntar amb èxit sobre uns esquís fets pel fuster del poble.

No és pas d'estranyar, doncs, que mig seriosament, mig de broma, ideés també un burinador de gasolina, una idea tècnica que sorneguerament brindava als escaladors *sestogradisti*, molt en línia amb aquelles pitonisses d'expansió que feia pocs anys que havien sorgit a Montserrat i que havien revolucionat el món de l'escalada.

El gran problema per clavar pitonisses de burinador és haver de fer forats amb l'escarpeta. Els motors elèctrics amb acumuladors o piles són excessivament pesats, però no seria gens pesat transportar una màquina de foradar tipus pistola, construïda amb un motoret d'explosió dels que es fan servir per als aeromodels i un reductor de velocitat amb engranatges. La broca, podria ser de metall dur (widia) i el combustible, anar al mateix mànec de la pistola i pujar a pressió fins al carburador.

El* Bota *amb la colla de grimpaires a Montserrat. D'esquerra a dreta, Pere Figuerola i la seva dona Carme, Toni Gil i Eduard Zàmel.

Joan Sayós amb un ultralleuger a Òdena.

TOT PER LES ALTURES

A més de l'excursionisme, que mantindria durant tota la seva vida, en Joan practicà també el ciclisme de competició, i fou un bon esquiador de muntanya, encara que també visitava sovint les pistes de la Molina. Intentava mantenir-se en forma i, per entrenar, de vegades carregava la motxilla amb «una pedra de quinze quilos que m'havia servit de llast, per tal de fer espatlles». Als seixanta dos anys va fer un curset de paracaigudisme a l'aeròdrom d'Alp i es va treure el títol, per allò que mai s'havia pogut tirar des d'un avió en fred, i seguidament es va treure també el títol de pilot de vol sense motor, on aprofitava els corrents d'aire «com els esparvers» per fer acrobàcies de tota mena. Una modalitat que va practicar fins l'any 1992 quan es va comprar un ultralleuger *Coyote*, amb el qual va seguir volant encara fins als 77 anys. Com ell mateix deia: «tot per les altures».

ESQUIAR, VOLAR O LES DUES COSES

Sovint anava cap a la Molina a esquiar amb el tren o amb cotxe des de Sant Quirze de Besora. Molts dies però, marxava amb els esquís, tot i que no anava a les pistes de la Molina, sinó que d'amagat se n'anava a la pista de l'Aeròdrom de la Cerdanya, a saltar amb paracaigudes. Unes sortides que li causaren alguna discussió familiar, quan començaren a sospitar que sempre arribés amb l'anorac brut i masegat, a causa dels aterratges. Més encara quan en algunes d'aquestes primeres sortides clandestines hi participava també el seu fill Domènec, avui escalador en actiu, parapentista i excampió d'Espanya de globus aerostàtics.

De formació autodidacta i lector compulsiu, parlava anglès, francès, una mica el rus i alemany, i estudiava també el xinès. Als 79 anys afirmava que l'excursionisme era l'únic *isme* que acceptava, i als 86 va publicar *Ladrando a la Luna* (2002), un interessant llibre d'antropologia filosòfica on va recollir part dels seus pensaments.

No hem d'oblidar que l'afany quimèric i la insensatesa són elements fonamentals de l'enteniment humà. Són presents a cada decisió, a cada idea aparentment meditada i ens distingeixen dels animals únicament instintius. És cert que nosaltres també som instintius, però molt més il·lusos i disposats a somniar en tot el que tingui un aire fantàstic (...) Estem morts quan dormim, quan no cavil·lem i quan ens ocupem de foteses que ens distreuen, evitant la fatiga de pensar. Que és la de viure.

El 2003 va rebre la medalla d'or pels cinquanta anys com a soci del CEC. I més recentment, el 2014, la figura de Joan de Milany esdevindria un dels protagonistes de la novel·la *A favor o en contra*, del periodista Toni Coromina, que retia així homenatge a aquest singular personatge: aviador de la República, escalador, excursionista, escriptor, inventor i com apunta Coromina, acròbata i lliurepensador.

Excursions circulars pel Pirineu aragonès

Els autors d'aquest llibre proposen 41 recorreguts circulars per les principals altes valls dels Pirineus d'Aragó, en una guia excel·lent on descriuen no només el paisatge, sinó també la història i la cultura de les terres per on fan passar les excursions. Descriuen els camins amb una gran meticulositat, el fets i les anècdotes que expliquen. Una guia que traspua la passió dels autors pel senderisme.

Cadascuna de les voltes que presenten té dos títols. El primer té un caràcter qualitatiu, amb un lema relacionat amb algun aspecte de la volta. El segon és de tipus descriptiu, on es reflecteixen les fites principals de l'excursió. Per exemple: «Valle del Veral. Por la tierra de Jorge Puyó: (Entre dos reinos / Donde habita el *basajarau*)». Després, el capítol prossegueix amb una introducció a la personalitat del recorregut, el punt de partida i arribada amb la informació necessària, la descripció de l'itinerari, un apartat opcional per fer una volta extra i finalment el consell dels muntanyencs, on fan breus recomanacions per fer l'excursió. Cada capítol, per tant, va acompanyat de fotografies, dades tècniques, il·lustracions i un mapa amb l'itinerari marcat.

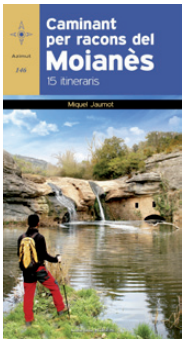
Els autors, Santiago Agón, traspassat l'any 2006, i Juan Cruz, comparteixen l'afició per la muntanya, sobretot de l'Alt Aragó, del qual n'han pujat els cims principals i recorregut una àmplia xarxa de senders. Són autors d'obres com *Huesca paso a paso, cien itinerarios por el Alto Aragón* i *30 Excursiones circulares por el Altoaragón*, entre altres. Aquesta novetat recent és, sens dubte, una obra de referència dels Pirineus per a tot excursionista.

40+1 Excursiones circulares por el Pirineo aragonés
Santiago Agón y Juan Cruz Barranco
Saragossa: Prames, maig del 2016 [Deportes de Montaña, 45]

Normativa del senderisme

Els camins, una herència dels nostres avantpassats, convertits avui en senders senyalitzats, són un recurs turístic fonamental, però cal saber-ne la seva regulació.

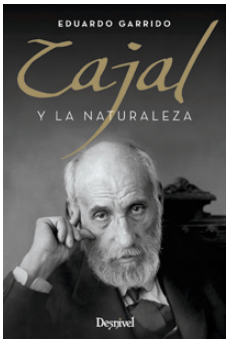
Senderisme. 100 hitos normativos para pensar
José María Nassarre
Madrid: Ediciones Desnivel, juliol del 2016



Natura i cultura al Moianès

Un recull de 15 itineraris per conèixer els millors racons de la comarca, amb apunts de geologia, vegetació, història, art i arqueologia.

Caminant per racons del Moianès
Miquel Jaumot
Valls: Cossetània Edicions, juny del 2016 [Azimut, 146]



Una reflexió sobre la natura

Les vivències i pensament de Santiago Ramon y Cajal (1852-1934) a propòsit de la natura, il·lustrat amb fotografies inèdites del cèlebre metge.

Cajal y la naturaleza
Eduardo Garrido
Madrid: Ediciones Desnivel, gener del 2016 [Literatura, 116]

Els refugis de la FEEC

Nova Guia amb la xarxa de 20 refugis que la FEEC gestiona a Catalunya, a partir dels quals es fan propostes d'excursions, amb mapes dels itineraris.

Catalunya. 20 refugis - 32 excursions
Josep Llusà Roca
Granollers: Editorial Alpina, juliol del 2016 [Guia Alpina, 6]

Sender de la Mediterrània GR 92 NORD: de Portbou a Vallvidrera

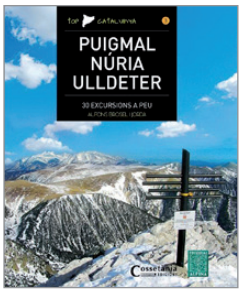
Segon volum del Sender de la Mediterrània on es ressenyen 22 etapes per descobrir tots els atractius de la costa i de l'activitat humana que s'hi troba arrelada. El GR 92 Nord és una travessa que s'estén des de Portbou fins a Vallvidrera, al llarg de 326 km de recorregut. El llibre engloba les 18 etapes pròpies del GR, més altres quatre que, en total, sumen 76 km més a l'itinerari. Entre les etapes que s'hi troben, hi ha la de Begur a Palamós, la de Tordera a Hortsavinyà, la de Montcada i Reixac a Vallvidrera o la de Lloret de Mar al pla de Gelpí. Cadascuns dels recorreguts s'explica detalladament, i s'afegeixen fotografies, mapes i altres curiositats sobre la zona concreta.

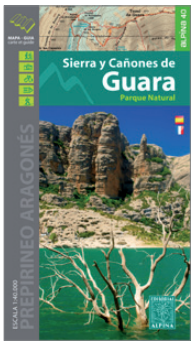
El tret principal d'aquest sender és que passa sempre per camí costaner mentre ressegueix tots els atractius de la ruta: el món de la pesca, l'arquitectura de pedra seca al cap de Creus, els aiguamolls de l'Empordà, l'extracció de suro i l'aprofitament forestal o el món de la vinya i de la vitivinicultura.

Les paraules de l'autor: «En aquest caminar cap al sud he vis-cut experiències inoblidables: la presència sobtada i evocadora de la gran badia de Roses; també el vertigen al contemplar de sobte, damunt de la serra de Rodes, els aiguamolls de l'Empordà que resplendeixen al bell mig de la planura altempordanesa; la intensa emoció estètica, l'embriagament absolut, a l'arribar a cala Pedrosa; la fatiga estimulant tot pujant els vessants del Montnegre, tacats de blanc per la flor dels cirerers silvestres.»

Format en espiral, acompanyat de 10 mapes itineraris.

GR 92 Nord. Sender de la Mediterrània. De Portbou (Alt Empordà) a Vallvidrera (Barcelona)
Xavi Margaix Giner
Valls / Granollers: Cossetània Edicions / Editorial Alpina, juny del 2016 [Senders de Catalunya, 4]





La vall de Núria i Ulldeter

Guia que ressenya una part important de les muntanyes de les capçaleres del Ter i del Freser.

Puigmal - Núria - Ulldeter
Alfons Brosel i Jordà
Valls/Granollers: Cossetània Edicions/Editorial Alpina, maig del 2016 [Top Catalunya, 3]

Novetats cartogràfiques:

Piolet ha editat el mapa i guia excursionista que descriu les rutes del Gran Nord: *Terra Incògnita* i *Lo Cor de Pallars*, al parc natural de l'Alt Pirineu (28 excursions i 50 llocs imprescindibles); també ha tret el mapa i la guia amb les 30 millors ascensions i excursions d'Andorra. D'altra banda, l'Alpina ha fet una nova edició de la serra de Guara, on s'ha fet una revisió profunda de la xarxa de camins.

Salòria. Torreta de l'Orri
Barcelona: Editorial Piolet, juny del 2016
Escala: 1:30.000

Sierra y Cañones de Guara
Granollers: Editorial Alpina, juliol del 2016
Escala: 1:40.000

Andorra
Barcelona: Editorial Piolet, juny del 2016
Escala: 1:30.000

AMÈRICA DEL NORD

ALASKA RANGE
Sultana, Mont Foraker (5.303 m)
Nova via

Imparable Colin Haley, darrerament a cada crònica el tenim aquí. La darrera del nord-americà ha estat la primera solitària d'***Infinite Spur*** (5.9/M5/AI4, 2.700 m de desnivell), un itinerari reputat pel seu compromís obert per M. Kennedy i G. Lowe en set dies (quatre per l'esperó i tres més, en part aturats pel mal temps, fins al cim) de l'estiu del 1977. Colin hi posa només 12 h i 30 min. Sembla que la solitària va ser una decisió improvisada, dies abans havia fet la via amb Rob Smith (en poc més de 18 h) i les condicions excepcionals trobades el van animar a repetir-ho sol. En diferents publicacions l'autor parla d'una ascensió tranquil·la, però d'un descens, que efectua per l'aresta SE (***Sultana Ridge***), al límit: sorprès pel mal temps, triga 48 h, sense opció a aturar-se perquè no disposa de material de bivac, fins que torna a la tenda del camp base. Juny del 2016.

Dit sigui de pas, sembla que els noms originals amb els quals els indis locals Tanana coneixien el Foraker són *Sultana* (dóna) o *Menlale* (dóna del Denali).

OSCAR ALEMÁN

Cara NE del Vallhiverna. **La Piccola*, en vermell, i la sortida directa* La Traviesa*, en groc.***

SIERRA NEVADA
El Capitan
Repeticions destacades

Josep Maria Esquirol i Jordi Mañé fan ***The Nose*** en el dia, concretament en 23 hores. Segurament es tracta de la primera catalana en una sola jornada a la gran clàssica del Capi. A finals del segle passat ja s'havia escalat per part d'escaladors del nostre país amb un sol bivac, però el que tenim davant és tot un esdeveniment per capacitat tècnica i concepció de la jugada. Una mica més a l'esquerra, la mateixa cordada també repeteix ***Sunklist*** (5.10 i A3⁺), una combinació de d'itineraris amb una part central original. Set jornades a la paret. Tardor del 2015.

PUBLICO.ES

Carlos Soria.

HIMÀLAIA

ANNAPURNA HIMAL
Annapurna (8.091 m)
Rècord

L'alpinista espanyol Carlos Soria fa cim i alhora s'apunta el seu dotzè vuit mil, però el que és realment excepcional és que aquest veteranísssim himalaista ja ha fet els 77 anys. L'equip de l'atac final, format per Soria, C. Martínez i L. M. López surt d'un C-IV (7.100 m) i hi posa unes 13 h en l'ascensió. Els autors parlen de bon temps i bones condicions. Carlos Soria és un cas únic, l'admiració per tanta força només és superada per la que desperta tanta il·lusió. Maig del 2016.

MAHALUNGUR HIMAL
Makalu (8.463 m)
Repetició destacada

El català Ferran Latorre, perseverant en la seva cursa pels vuit mils, també trepitja el dotzè de la seva llista, però en aquest cas sense oxigen artificial. Sortits molt baixos, concretament del C-II (7.500 m), Ferran Latorre i el belga Hans Wenzel (també company al Cho Oyu) es posen en marxa a les

8 de la tarda. Fan cim 23 hores després, coincidint en el camí amb altres grups que ataquen el mateix dia des de camps superiors. Dia 22 de maig, just a 40 anys de la primera catalana, per Jordi Camprubí.

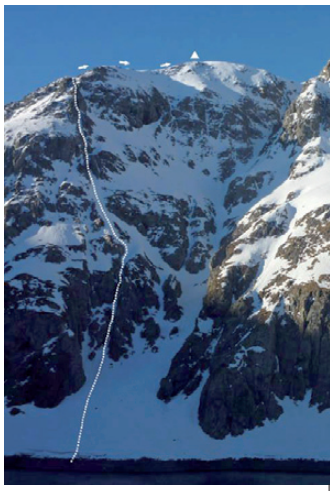
PIRINEUS

MASSÍS DE LA MALADETA
Vall Hiverna
Punta NE (2.880 m)
Noves vies

Dos nous itineraris a la petita però atractiva cara NE a càrrec d'Oscar Alemán. Primer va ser ***La Piccola*** (D sup / 200 m de recorregut), amb Paco Aranda, l'hivern del 2012. Enguany hi torna amb Israel Pérez, redreçant l'anterior via amb una elegant sortida directa: ***La Travesa*** (MD / 240 m de recorregut). Itineraris de mixt de característiques lògicament variables en funció de les condicions. Accés des de Llauset pels estanys de Botornàs i de coma Arnau, descens anant a buscar la via normal del pic de Vall Hiverna del mateix vessant Llauset.

SERRA DE LLAUSET
Pic Oriental (2.555 m)
Nova via

Toni Casas, Xavi González i Jordi Canyameres inauguren un nou traçat a la cara N d'aquest vessant situat sobre mateix de l'estany de Llauset (obaga de Llauset). Els protagonistes parlen d'una ascensió poc complicada, però interessant. Pendents de neu combinades amb ressalts de fins 70º i 350 m de recorregut.


JORDI CANYAMERES

La nova via al pic de l'Obaga de LLauset.

PIOLET D'OR 2016

Enguany el Piolet d'Or estrena seu, deixant els tradicionals Chamonix i Courmayeur per traslladar-se al més recollit poblet de La Grave (Escrinhs). L'esperit, però, el de sempre: realitzacions en estil alpí, amb grans dosis de compromís i no menys components de descoberta. Les quatre activitats premiades han estat:

1. La nova via al pilar nord-oest del Talung, feta pels ucrainians Mikhail Fomin i Nikita Balabanov. Sembla que el fet de venir d'un país sense gaire muntanyes ni tradició alpina no ha estat obstacle per aquest objectiu d'alta volada (veg. Crònica alpina de *Muntanya* 915).
2. La nova via a la cara nord del Gave Ding, pels anglesos, veterans i premiats reincidents, Mick Fowler i Paul Ramsden (veg. Crònica alpina de *Muntanya* 916).
3. La nova via al pilar nord-est del patagònic Cerro Riso Patrón, a càrrec de l'expedició internacional, en aquest cas joves i desarrelats, formada per Lise Billon, Antoine Moineville, Jerome Sullivan i Diego Simari (veg. Crònica alpina de *Muntanya* 916).
4. La nova via a l'aresta sud del Cerro Kishtwar, pels també internacionals Marko Prezelj (i ja amb tres piolets d'or!), Urban Novak, Hayden Kennedy i Manu Pellisier (veg. Crònica alpina de *Muntanya* 916).

El reconeixement a la trajectòria recau en **Voytek Kurtyka**. Aquest excepcional alpinista polonès, tradicionalment discret i allunyat de l'alpinisme mediàtic, acaba per acceptar el que ell mateix rebutjà en anteriors edicions (els organitzadors ja ho havien intentat altres anys). La grandesa de Kurtyka és la puresa del seu alpinisme, perquè precisament aquesta activitat consisteix en pujar muntanyes, sense distinció d'alçada o textura, com ell ha fet sempre. Alguns exemples: primera ascensió a la NO de l'Akher Chagh (1972, amb Jasinski, Kowalczyk i Rusiecki); primera hivernal al Troll (1973, amb Kesicki, Kowalewski i Piotrowski); nova via a les Jorasses (1975, amb Kukuczka i Lukaszewski); primera ascensió a la cara S del Changabang (1978, amb MacIntyre, Porter i Zurek); primera ascensió a la cara E del Dhaula (1980, amb McIntyre, Ghilini i Wilczynski); primera ascensió a la cara O del G-IV (1985, amb Schauer); un 7C^{+}/8a sense cordes (1985); nova via a la Torre Sense Nom del Trango (1988, amb Loretan); noves vies en estil alpí a la cara SO del Cho Oyu i a la cara S del Shisha (1990, amb Loretan i Troillet)...

Polifacètic i lúcid (seva és la frase que l'alpinisme és l'art del sofriment), també s'ha distingit com a pensador del món de la muntanya, vessant que ha acabat cristal·litzant amb la publicació recent d'una novel·la: *Chinski Maharadza.*

DESNIVEL

Voytek Kurtyca.

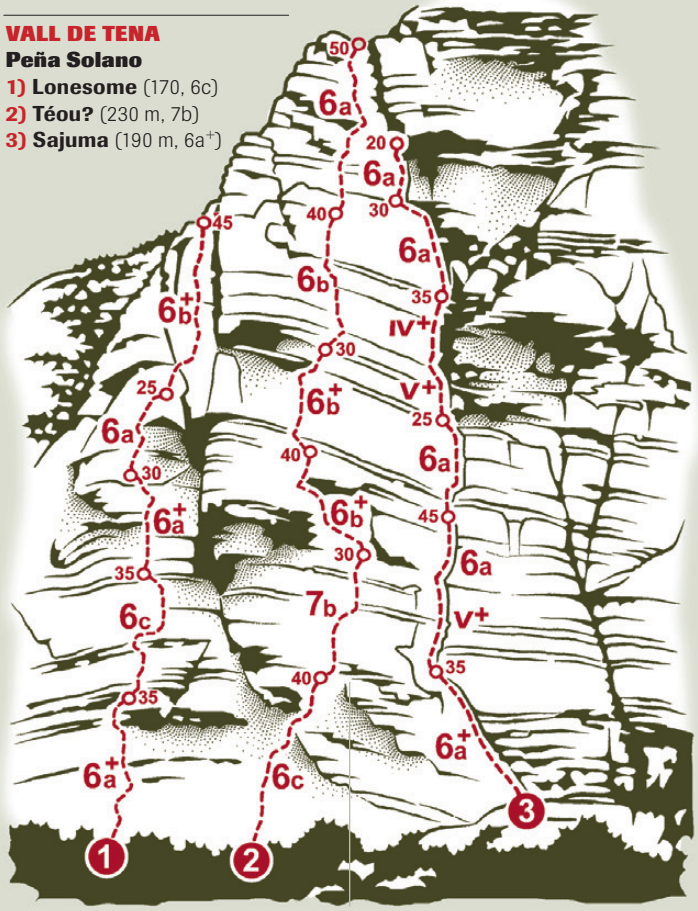
Del Pirineu central al Vallès Occidental

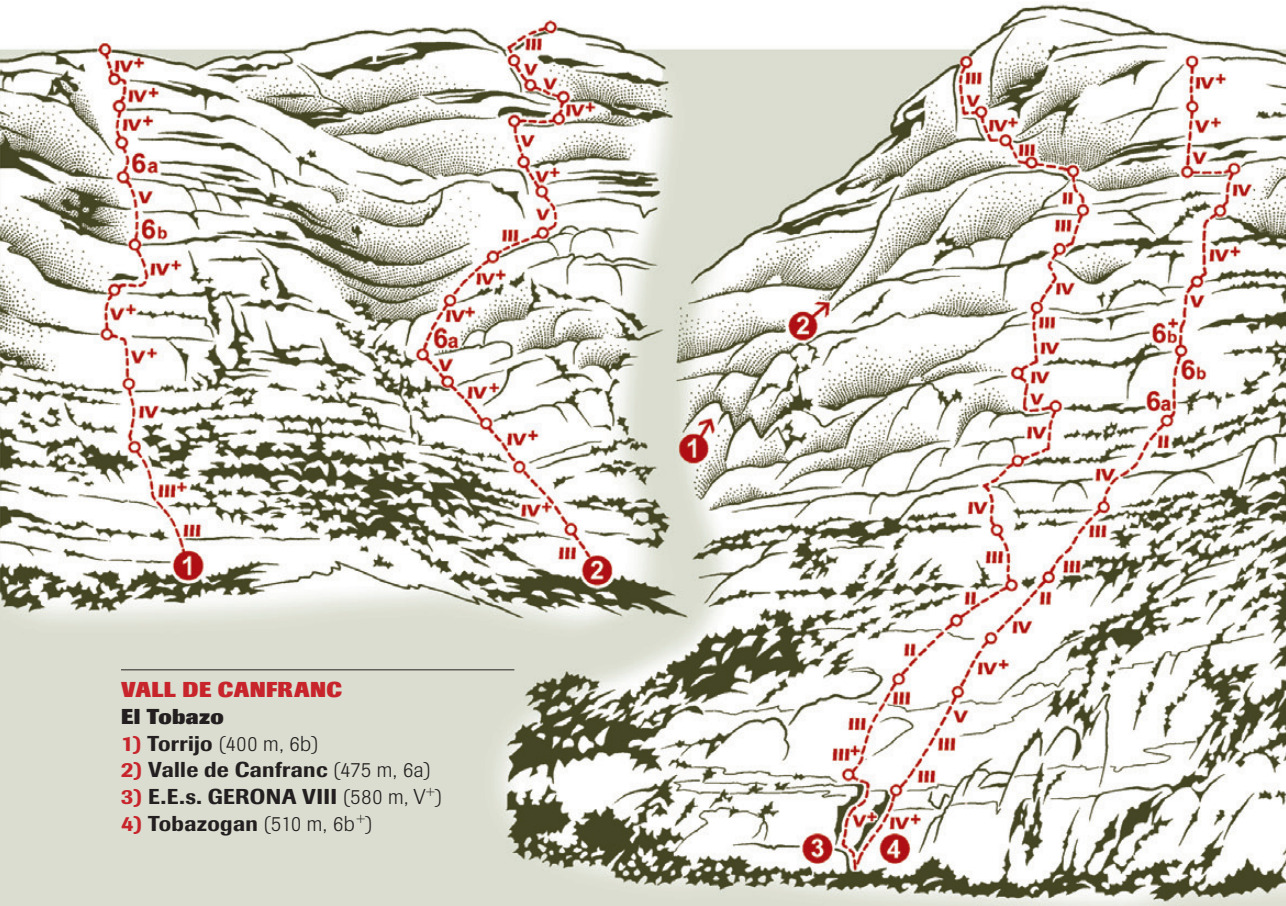
En aquesta crònica estiuenca podem desvetllar uns indrets tant diferents en tots els aspectes que, si més no, podríem il·lustrar un treball geològic escolar per la varietat mineral que hi apareix. Del rocam més compacte al conglomerat més discret, hom domestica tot allò que li serveix per enfilar-se deixant constància de la seva dèria particular. Mentre alguns s'ho prenen com un repte personal, d'altres aconsegueixen muntar tota una atracció. Dues formes d'entreteniment molt respectables amb la mateixa finalitat, però amb una clara disparitat dels seus conceptes que cal tenir molt present a l'hora d'escollir l'aventura. Cada cop més es facilita el salt del rocòdrom a la paret, mitjançant uns traçats generosament equipats on no cal espavilar-se gaire, allunyant-nos de l'escalada real molt més intensa i exigent en tots els aspectes. Un parèntesi que podem aprofitar de tant en tant, però no acostumar-s'hi si a la llarga volem aconseguir tot allò que recomanen les seleccions literàries. Del Pirineu central al Vallès Occidental presentem un recull de novetats per a tots els nivells, que de segur servirà als més novells per entendre les diferents versions del nostre esport.

VALL DE TENA

Sobre la petita localitat d'Escarrilla apareix un bon cingle molt estratificat anomenat *Peña Solano*, on destaca clarament un diedre situat al marge occidental, com el més llaminer d'entre uns deu itineraris oberts fins ara en aquest indret situat a l'esquerra, pujant en direcció a Sallent de Gállego. Ressenyem el popular diedre ***Sajuma*** de l'any 2005, un traçat molt maco i entretingut clarament sol·licitat, i les dues novetats que l'acompanyen a mà esquerra: la via ***Lonesome*** i la via ***Téou?***, obertes al maig del 2015. El diedre va ser obra de Salvador López i els germans Julio i Marcos Armesto, deixant-lo ben equipat amb xapes per anar-hi amb sols 14 cintes. Destaca el primer llarg com el més exigent (màx. obligat: 6a), i el descens per la mateixa via mitjançant tres ràpels amb cordes de 60 m (l'últim arriba molt just a la cornisa de l'inici de l'itinerari). La via ***Lonesome*** aconseguida per Jean-Pierre Rio en solitari, ofereix un inici poc agraït, però amb l'altura el terreny va guanyant interès i qualitat malgrat la seva llunàtica aparença. Escalada generosa amb parabolts a priori, però on cal portar un petit joc de friends per acabar d'amanir la jugada (màx. obligat: 6b). Descens en ràpels per la mateixa via. La via ***Téou?*** la devem a Christian Ravier i Thomas Berges, que ha resultat un bell i elegant traçat semiequipat amb 16 parabolts i 5 claus, on el discret rocam de la primera tirada difereix clarament de la resta, que apareix del tot excel·lent. Cal dur un joc de tascons mitjans, 2 jocs de Totems, 2 jocs de micros i els Camalots nº2, nº3 i nº4. Descens pel diedre *Sajuma*. L'aproximació consisteix en deixar el cotxe abans d'entrar al túnel de la carretera, i prendre l'antiga calçada lateral fins a trobar el camí senyalitzat que condueix al pantà d'Escarra, un cop passada la font. Cal seguir pel bosc uns 15 min deixant un trencall a la dreta, fins que en un doble revolt localitzem una fita que marca el rastre d'un senderó que duu al peu de la paret per una zona més densa de vegetació.

VALL DE TENA
Peña Solano
1) **Lonesome** (170, 6c)
2) **Téou?** (230 m, 7b)
3) **Sajuma** (190 m, 6a+)



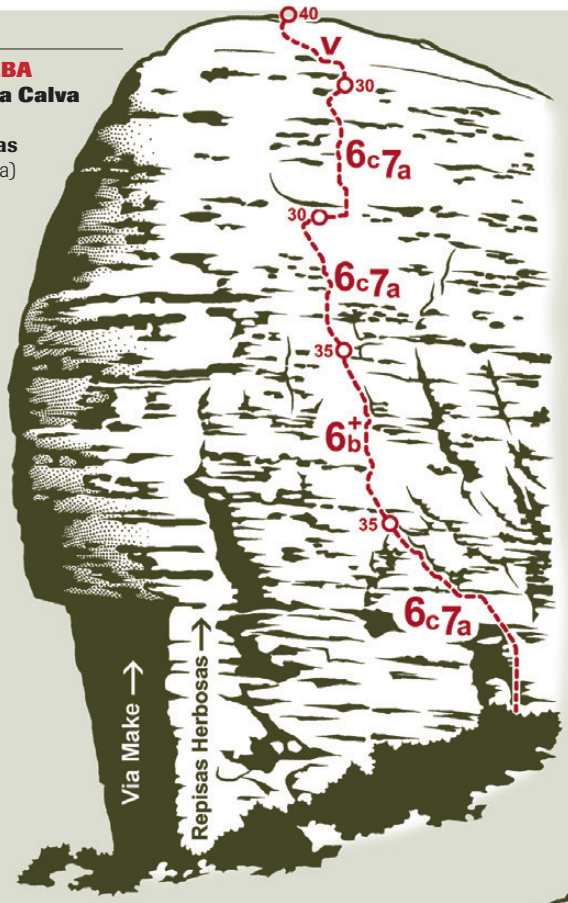


VALL DE CANFRANC
El Tobazo
1) Torrijo (400 m, 6b)
2) Valle de Canfranc (475 m, 6a)
3) E.E.s. GERONA VIII (580 m, V+)
4) Tobazogan (510 m, 6b+)

VALL DE CANFRANC

El Monte Tobazo representa un sumptuós vessant rocós situat a l'entrada de la petita vall de Rioseta, pujant a mà esquerra en direcció a Candanchú i Somport. Un bucòlic racó del Pirineu d'Osca cèlebre per la via *Rabadá-Navarro* a la tenebrosa fissura del pic de l'Àliga, i per la famosa caserna militar vinculada a les companyies d'esquiadors i escaladors. Precisament, a la base del Tobazo trobem moltes vies curtes d'escola equipades als anys 1970 per entrenar els soldats. Fent una mica d'història, el juliol de l'any 1977 el sergent Àngel Jimenez López acompanyat d'Antoni Hilla, Lluís Picó i Josep Guasch assoleixen la cara més llarga del Tobazo amb la via ***E.E.s. GERONA VIII*** (Compañía de Esquiadores Escaladores del Regimiento Valladolid 65 Batallón Gerona VIII). L'itinerari arrenca per la via nº5 del pedestal i va a la recerca de les debilitats més eloqüents que presenta la paret, resultant el més assequible per escalar-la de la forma més natural. Va ser oberta en una jornada i després de tramitar l'informe corresponent al comandant, va valer un merescut permís als protagonistes. En tota la ruta no hi va quedar cap ferro, però va ser senyalitzada acuradament amb marques de pintura vermella per deixar constància d'aquest recorregut, possiblement el primer en ressenyar-se. No és fins l'any 2013 que els suaus perfils del Tobazo sedueixen el personal per obrir i equipar vies de tall modern aprofitant la bona qualitat i llargada del terreny. Primer apareix la via ***Tobazogan*** (estiu 2013) gràcies a José Justo Allende i Eduardo Moreno, que la deixen totalment equipada amb parabolts (cal dur 12 cintes). Bonica escalada en plaques monolítiques molt sol·licitada al restar ben assegurada i pròxima al vehicle (màx. obligat: V+). Reunions muntades amb anelles per rapelar per si en un moment donat decidim tirar avall còmodament. De segon s'obre la via ***Valle de Canfranc*** (estiu 2013) a càrrec de Luis Royo i Julio Benedé, situada més amunt i a l'esquerra, dins d'una compacta canal que constitueix l'embut principal format al cor de la muralla. Un cop sortejat aquest per la dreta, continua la lògica fins a conquerir el cim d'una forma molt similar a l'anterior itinerari militar, segons les referències. Escalada generosament equipada amb parabolts (cal dur 10 cintes), amb una dificultat màxima obligada de V/A0. L'última realització és dels veterans Carmelo Torrijo, Jesús Yarza, Adolfo Asensio i Maite Ortiz amb la via ***Torrijo*** (juliol 2015), una nova alternativa per gaudir de la solejada orientació, monolític terreny i tranquil·llitat d'un indret privilegiat, si no hi han cues a la vista. Aproximació evident en tots els casos (de 20 a 30 min), i descens caminant des del cim amb tendència a la carretera per una franja que davalla progressivament fins a una tartera sobre el riu a l'alçada d'un petit pont (calculeu 1 h segons la via).

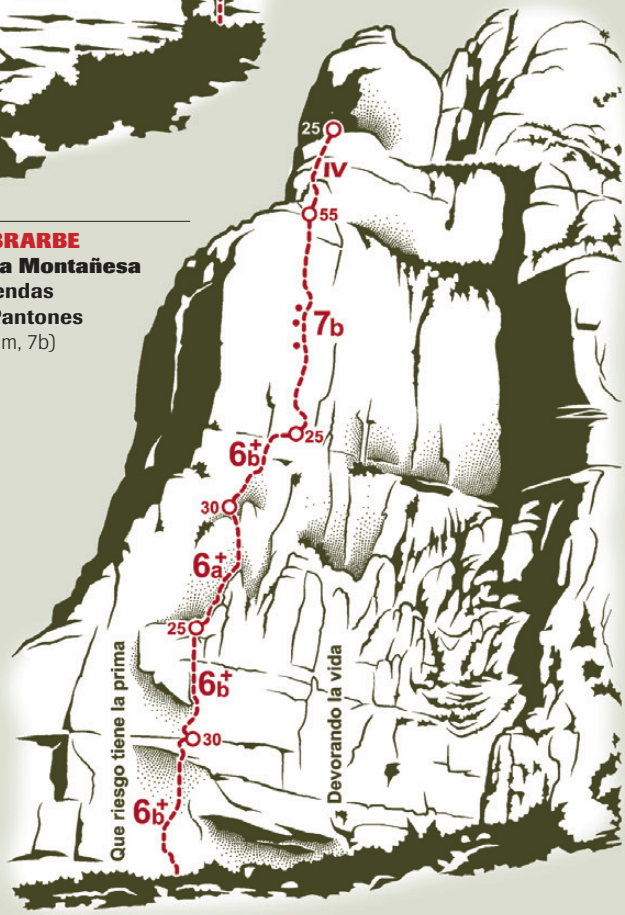
PEÑA RUEBA
Mallo de la Calva
Opiniones encontradas
(170 m, 6c/7a)

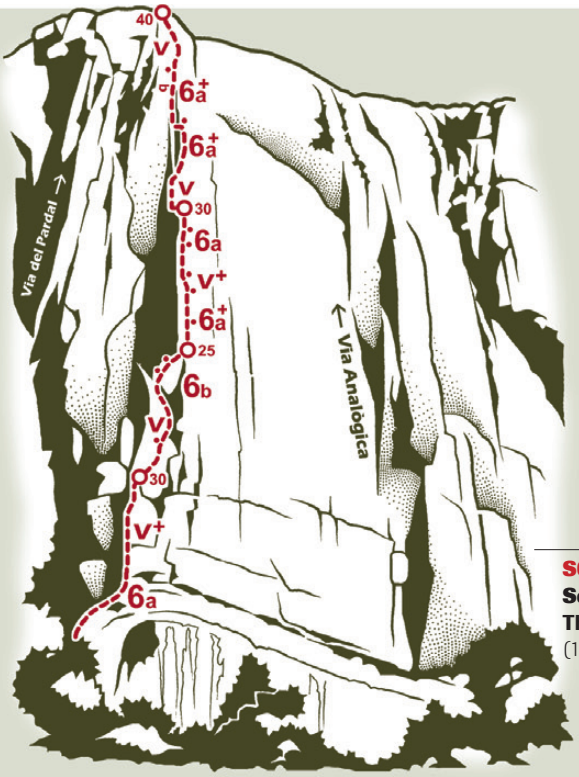


PEÑA MONTAÑESA
Com ja és habitual, una nova via a la Peña Montañesa reflecteix el notable interès per desvetllar-hi els traçats més sorprenents en lliure extrem. La via ***Leyendas de Patones*** (setembre 2014) corrobora el fenomen amb una tirada de 7b encara per confirmar, gràcies a Nacho Garrido, Samuel Gómez, Marco Ibáñez i José Maria Andrés. Itinerari semiequipat amb sols 3 parabolts i alguns ponts de roca, on caldran els tascons, 2 jocs de micros i 2 jocs de Camalots fins al nº2 més un nº3. Situada a la dreta de l'eix principal de la agulla de la Buerda, per on transcorre la via *Presunto homicida*, ofereix un rocam extraordinari i una estètica envejable sobre plaques i fissures fins a 6c obligat. Accés evident des del camí PR que va d'Oncins a Ceresa remuntant la tartera de la Canal Mayor fins a l'alçada d'un cartell que indica Torrelisa

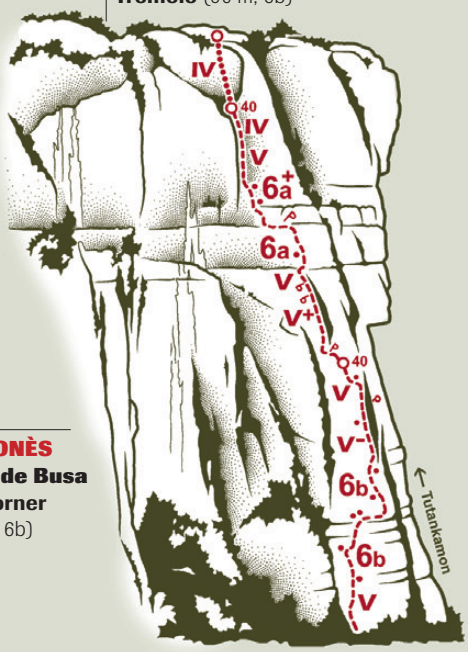
PEÑA RUEBA
Presentem l'escalada més extrema realitzada fins ara al vessant sud de la popular Peña Rueba, i concretament a la façana principal de l'anomenat Mallo la Calva, per Miguel Carasol i Óscar Pirata: ***Opiniones encontradas*** (abril 2015). Itinerari obert i totalment equipat per baix amb parabolts pel lloc més exigent i vertical de la paret, on s'ha de tibar de valent amb les xapes quelcom allunyades i continuïtat fins a 6c. Escalada sobre roca acceptable en conjunt i amb predomini total de panxes de totes mides. Cal dur 13 exprés i cintes molt llargues per evitar el frec de les cordes. A la sortida es pot travessar direcció E per un bosc penjat, per localitzar a la fi la via ferrada habitual de descens que condueix còmodament al peu de via (40 min). Accés des de Murillo de Gállego per una pista ben marcada que surt des de dalt del poble en direcció al objectiu (uns 4 km aproximadament).

SOBRARBE
Peña Montañesa
Leyendas de Pantones
(190 m, 7b)





SOLSONÈS
Serra de Busa
The Korner
(125 m, 6b)



SANT LLORENÇ DEL MUNT
Cap del Faraó
Tremolo (90 m, 6b)

(1 h 30 min). Malgrat que es pot davallar travessant per una marcada feixa direcció a la Canal Mayor, fins que la cornisa desapareix i s'ha de muntar un ràpel de 40 m, el més recomanable és rapelar directament per la via *Devorando la vida* mitjançat tres ràpels molt llargs (60 m).

SERRA DE BUSA

Si bé la muralla sud de Busa ja comença a sobreeixir amb un bon nombre d'itineraris, encara té corda per obrir-hi tot allò que s'intueix a primer cop d'ull des de la pista d'accés. ***The Korner*** (febrer 2016) és una d'aquelles línies que destaca clarament d'entre tot l'arsenal de possibilitats per la seva particular geometria que li suggereix el seu nom. Oberta pels assidus Eduard Garcia Palma i Martí Jubany, ofereix quatre tirades semiequipades amb parabolts sobre un conglomerat típic de la zona, on seran necessaris els tascons, joc de Tricams, joc complet d'Aliens i el joc de Camalots fins al nº4 (nº1 repetit). Inici a uns 10 m a la dreta de la via del Pardal enfilant-se per un arbre estratègic.

SANT LLORENÇ DEL MUNT

Si normalment ens referim al massís de Montserrat com al bressol de l'escalada catalana, no podem menysprear l'escola de Sant Llorenç del Munt pel mateix vincle proper a la capital i als pioners que forjaren la història. No obstant, amb el transcurs del temps l'escola del Vallès s'ha anat abandonant progressivament quan hom ha pogut desplaçar-se més lluny amb facilitat. Si ens passegem pel peu de les cingleres del Cap de Mort i d'altres sectors propers al vehicle, podem comprovar fàcilment el notable rastre de tot tipus de ferregots que parlen per si sols de la notable activitat succeïda atesa la proximitat a nuclis com Terrassa o Sabadell. Podíem afirmar que l'escalada clàssica va tocar fons a mitjan dècada de 1980, quan va aparèixer amb èxit un estil esportiu força arrelat des de llavors i que manté l'afluència constant d'escaladors als sectors més emblemàtics. Si a l'escassa clientela clàssica li afegim les prohibicions establertes en la definitiva regulació de l'espai natural, ens trobem que als llocs on encara hi quedaven possibilitats d'obrir alguna cosa decent, van quedar totalment vedats a primers del 2000. Entre això i la discreta qualitat del terreny, poden estar ben segurs que la protecció de l'espai està totalment garantida. Per trencar la desolació ressenyem una nova via al famós Cap del Faraó que convida si més no, a tastar una roca consagrada on s'han de posar tots els sentits per enfilar-se, amb l'avantatge que si ho dominem tenim el passaport vigent per anar a qualsevol racó de món i triomfar plenament. La via ***Tremolo*** (setembre 2015) va ser oberta per A. Ballart en voler repetir una tal via *Jaume Crespo* i trobar-se amb una impracticable burinada de museu. Seguint la lògica, el nou traçat encerta en lliure sinuós el que l'altra conqueria pel dret a cop d'expansió, coincidint en un curt tram de diedre al centre del cingle. Situada immediatament a l'esquerra de l'*Edema pulmonar* i de la més coneguda i visitada via *Tutankamon*, cal portar 9 cintes llargues, tascons, Aliens i Camalots nº1 i nº2. Màxim obligat: 6a. Semiequipada amb espits i algun clau.

L'estret de Mu

Per les ribes del Segre i els plans de Penalta

Aquesta ruta presenta dos espais totalment diferents. Inicialment el curs fluvial del Segre quan es barreja amb la Noguera Pallaresa, pla i alterat artificialment per les obres de la presa de Camarasa. I els plans eixuts de Penalta, magnífics miradors del Montsec i les planes i valls que l'envolten.

Itinerari

- **Alòs de Balaguer**
- **Font de l'Espadella**
- **Passeres i camí Empedrat**
- **Bifurcació al pont penjant**
- **Central elèctrica**
- **Bifurcació a Penalta**
- **Camí del Palomar**
- **Cabana de la Coma del Poll**
- **Barraca**
- **Pista**
- **El castell**

00:00 Piscines. Som a la part baixa d'Alòs. Ens acostem a un transformador elèctric i seguim cap a llevant, caminant entre terrasses fluvials amb horts. Si alcem la vista xalarem amb l'eixam de carrers i cases, i damunt del penyal les restes del castell. Caminem cap a la font del Pont, a la carretera de Foradada, per entrar al camí de la Central de Camarasa.

0:20 Font de l'Espadella. Raja al costat d'unes taules i una barraca. Si mirem cap al riu podrem observar les restes del pont vell d'Alòs. Poc després la pista s'estreny. No és estrany observar les evolucions dels escaladors a les parets, amb les seves veus ressonant pel congost que ja tenim a tocar. Toca pujar fins a les primeres passeres, un enginy que ens farà servei per salvar els esculls del terreny. El camí, empedrat, s'alça gradualment.

1:40 Bifurcació a la Central. Trencarem a l'esquerra per traçar unes zigazagues fins a la llera del Segre, que travessarem per un pont penjant. La confluència amb la Noguera Pallaresa és un xic després del trencall a Sant Jordi. Després hem de retornar a la cruïlla i començar a pujar pel senderó de Penalta. Farem un llarg ascens, que al principi ens deixa respirar, però després s'encabrita. Sort que és un camí de ferradura i dibuixa esses a tort i a dret. Ens atansem a un cablejat. Les vistes de Balaguer i el Mont-roig són magnífiques.

2:30 Torre elèctrica a una bifurcació. Al davant nostre, el Montsec. Girem a mà dreta, pugem un turonet i tot d'una ens precipitem per una boixeda cap a una barrancada, on trobarem una nova bifurcació. Ens decantem per l'esquerra per pujar al camí carener del Palomar, amb cruïlla. Triem la dreta.

3:10 Cabana del Cigaler. Voltada per uns camps de conreu. A la propera bifurcació ens decidim per la dreta i tot seguit hem de girar a mà esquerra (E). Més endavant continuarem recte, operació que repetirem a la següent oportunitat.

3:35 Cabana de la Coma del Poll. Comencem el tram més perdedor. Un cop hem passat el mas no continuarem pel camí més evident, sinó

JUAN CARLOS BORREGO

El congost de Mu.

ALBERT MARTÍNEZ (BASE ICGC)

que entrarem als sembrats del NE i ens arrambarem a l'espona esquerra dels conreus. Pel traçat més lògic baixarem a un vèrtex del terreny que enllaça amb un camí de roderes, molt baixador. A l'esquerra abunden les bancalades d'ametllers sense treballar. Hem d'ensopegar amb una fita de pedres quan sembla que el camí desapareix. A la dreta hi ha un corriol fitat. L'agafem, transitant per una balconada que ens ensenya uns barrancs amb els vessants descarnats dels Serrats de Valldex i Curt.

3:50 Barraca enrunada. Vistes de la plana d'Artesa. Des de la porta surt un corriol desfigurat amb una marcada tendència descendent. Atenció a unes fites que semblen assenyalar un trencall esquerrà una mica més endavant, en un antic camp de conreu. No les farem cas i continuarem atents a la minsa petjada, sovint amb algun mur mig enderrocat com a referència. Hem de desembocar en una pista per continuar a mà esquerra. Perdem cota amb facilitat, tot entroncant amb una nova pista. Ara hem de triar la dreta, sempre de baixada. Ja som a una zona de conreus, on sovintegen les bifurcacions i els encreuaments de camins. Entre camps trobem una cruïlla. Ens decantem per l'esquerra i poc després, entre roures, continuem recte en la següent bifurcació (a la dreta aniríem al puig i les antenes).

4:15 Trencall del castell. És a poques passes. Girem a mà dreta per apropar-nos a les seves muralles, on hi ha una colladeta, que desemboca al poble.

Temps de camí
5 h
Desnivell
687 m
(acumulat)
Dificultat
Mitjana-alta
Cartografia
• *Sant Llorenç de Montgai – Camarasa.* Escala 1:20.000. Editorial Piolet, 2014.

EL DECISIU CONGOST DEL MU

El 1710 la guerra de Sucessió ja porta molts anys i no s'hi veu cap bàndol guanyador. La campanya comença el març amb la marxa de l'exèrcit borbònic cap a Catalunya. Felip V se sent reforçat i té com a objectiu Barcelona. Per això li cal dominar Igualada, Calaf i Cardona, i conquerir Balaguer, una ciutat amb una guarnició important que no pot quedar a les seves esquenes.

Al segle XVIII els exèrcits no podien allargar massa els seus moviments fora dels aquarteraments, i les campanyes quedaven limitades a les possibilitats de renovar la munició, la pólvora i l'alimentació. Només amb el saqueig no es podia mantenir un gran exèrcit pul·lulant per territori hostil: calien corrues de caravanes que l'anessin a buscar allà on acampava o executava les seves operacions militars.

Els defensors i atacants de Balaguer sabien que la clau de la victòria eren les vies d'aprovisionament. Per això els borbònics es van concentrar en atacar totes les comunicacions, per desbaratar les columnes d'auxili. En canvi els austriacistes, amb el suport dels miquelets de la serra del Montsec, van aconseguir aprovisionar-la regularment per la ruta d'Artesa, Alòs de Balaguer i Camarasa pel congost del Mu.

La incapacitat dels borbònics de tallar les comunicacions va allargar la campanya, fins a provocar una munió de malalties entre la soldada filipista, que va obligar Felip V retornar a Lleida, on havia passat l'hivern el seu exèrcit.

A la muntanya amb... Jordi Corbella

Jordi Corbella Piñol (Santa Coloma de Queralt, 1984) és llicenciat en Història i tècnic superior en Activitat Física. També és un apassionat del món de la muntanya i de l'esport a l'aire lliure. Aquesta passió l'ha dut a recórrer els millors indrets de les muntanyes del món, però també a conèixer els alpinistes més destacats d'avui dia. Ha publicat dues obres relacionades amb la muntanya: *Al monte con...* (2015) i la novel·la *Atlas. Historia de un viaje* (2015). Properament veurà la llum la seva primera obra en català, una novel·la de misteri sobre els Pirineus: *Eguzkilore. Travessa pels Pirineus*.

VALENTÍ ZAPATER

¿Et consideres un escriptor o un muntanyenc?
És difícil de dir, es tracta d'un tema circumstancial. Fins fa poc em considerava un muntanyenc que escrivia sobre allò que li agradava. Però la veritat és que l'èxit del primer llibre i la rapidesa amb què va venir el segon m'han començat a fer plantejar què sóc per davant de tot. Primer anava a fer muntanyes i intentava guardar tot el que veia per a futurs arguments, ara els papers s'han capgirat i vaig a llocs amb la llibreta buscant arguments pel següent llibre. Imagino que he evolucionat, de totes maneres sóc les dues coses, i ara mateix em centro en anar a indrets que em puguin servir, però sé que si algun dia deixo d'escriure, mai abandonaré la muntanya. El meu objectiu és continuar sent les dues coses.

¿Què representa per a tu la creació d'un text literari?
Significa estar les 24 hores del dia amb el text al cap. Normalment és un procés lent, tinc una idea i durant dies li vaig donant tombs fins que a la fi decideixo proposar-la a l'editorial. Un cop ha estat acceptada comença la feina de veritat. A partir d'aquell moment i fins que lliuro el text definitiu puc dir que no penso en res més. Dedico unes hores al dia a escriure, però tot i així quan apago l'ordinador el cap segueix rumiant, i de fet els canvis d'argument o les millors idees sempre m'han vingut en el moment menys esperat. En definitiva, són uns mesos molt estressants, però al final sempre veus que ha valgut la pena. Reconec que és més difícil pels del meu voltant que per a mi mateix, ja que entro en un món paral·lel, del qual no en surto fins que no ho tinc tot lligat.

¿La muntanya t'ha conduït a les lletres?
Sí, sens dubte. És cert que sempre he tingut afició a escriure i, de fet, havia fet alguns relats i inclús una petita novel·la, tots ells allunyats del món de la muntanya, però va ser en el moment en què vaig decidir unir les dues passions quan les coses van començar a funcionar. Al final la literatura es tracta de transmetre i tan sols pots fer-ho d'aquelles coses que vius amb la mateixa intensitat que quan escrius.

¿Com vius la muntanya? ¿Què t'aporta?
No t'ho sabria dir exactament. Sé que quan vaig a la muntanya a practicar qualsevol de les seves modalitats sóc feliç abans, durant i després. Potser és l'únic indret on aconsegueixo desconnectar de tot, centrar-me en el que tinc davant i gaudir de la jornada. En aquest sentit sóc capaç de viure-la al cent per cent i quan hi sóc no hi ha res que no em deixi estar bé. És el lloc ideal per evadir-se.

***Al monte con...* és un llibre que ens apropa figures de bons alpinistes d'avui. ¿Com has escollit aquestes persones? Tots són muntanyencs que han fet rutes i ascensions destacades, però ¿hi ha alguna cosa més?**
Va ser una feina força senzilla. Vaig comptar amb la complicitat de dos dels alpinistes amb els quals mantenia un cert contacte. L'un era l'Alex Txikon i l'altre, Carlos Suárez. Ells van ser els qui em van proporcionar els contactes de la resta. I a l'hora d'elaborar la llista vaig tenir en compte diversos factors, que hi sortissin homes i dones, escaladors i alpinistes i que fossin d'indrets diferents. Crec que és una bona selecció i que serveix de mostra de molts aspectes de la muntanya i són gent amb personalitats i objectius molt diversos.

¿Amb quina frase o idea et quedaries de cadascun d'ells?
Són personatges molt diversos, però si els hagués de definir a cadascú tindria bones paraules per a tots. De l'Alex Txikon, energia i vitalitat; del Carlos Suárez, incansable i tot terreny; del Carlos Soria, il·lusió; del

Juanito Oiarzabal, l'experiència i la saviesa; de Chus Lago, l'amabilitat i el saber transmetre; del Ferran Latorre, que és els ulls de la muntanya; de l'Ester Sabadell, la valentia; del Carlos Pauner, la passió, i de Cecilia Buil, la diferència. Tots aporten el seu punt d'especial, ja que tenen trajectòries molt diverses, però val la pena conèixer-los.

Explica'ns com has fet aquest llibre.
Ha estat un llibre molt complex de fer, ja que la feina no depenia tan sols de mi i cada alpinista era d'un punt de la geografia diferent. A més, al contrari d'avui dia, no tenia cap contacte previ amb cap editorial, així que em vaig llençar creient que era una idea que valia la pena, amb tot el què això representava. El primer que vaig fer va ser elaborar una llista de qui m'agradaria que hi sortís. Un cop feta, vaig proposar la idea als alpinistes. Pràcticament tots van acceptar a l'instant i a partir de llavors vam anar buscant el moment ideal per quedar, podent fer així l'entrevista i acompanyar-los en algunes de les ascensions que descrivim en el llibre. Va ser una feina lenta, però a la vegada molt gratificant. Vaig aprendre molt de cadascun d'ells i amb alguns segueixo mantenint el contacte de forma habitual.

***Atlas*, la teva primera novel·la, tracta de la història d'un jove aficionat a la muntanya que decideix emprendre el seu viatge somiat pel Marroc i acaba convertint-se en guarda del refugi del Toubkal... ¿potser és algú qui coneixes? ¿Com sorgeix aquest argument?**
Després d'escriure el primer llibre, el meu cap ja buscava un segon i aquesta vegada tenia molt clar que volia que fos en forma de novel·la, així que vaig recopilar totes les fotografies i notes que tenia del viatge al Marroc i les vaig organitzar i, a poc a poc, va anar sorgint l'argument. Volia unir la descripció del sud del país i tots els seus indrets i a més parlar de la serralada més important del nord d'Àfrica, així que vaig anar unint fils fins que em vaig trobar amb un esquema que em va convèncer. Els personatges no són ningú en concret, però tots tenen molta part de realitat.

¿Què passa més en aquesta història? ¿Què et va motivar a escriure-la?
La primera part del llibre podria estar emmarcada en la literatura de viatges, el protagonista recorre el sud del país i plasma les seves sensacions i el xoc cultural que li produeix. Mentre que la segona se centra més en la serralada de l'Atles i en experiències de muntanya. És un llibre que té part de realitat i part de ficció i la motivació principal a l'hora d'escriure-la sens dubte va ser la intenció de plasmar totes les sensacions que em va produir visitar un país tan proper, però tan llunyà a la vegada.

¿Com és la vida a l'Atles?
El què més em va agradar de l'Atles és la forma de viure que tenen, totalment desconeguda per a mi. Des de Catalunya, quan pensem en el Marroc ens en fem una altra idea, però la vida al voltant de la serralada no té res a veure amb la resta del país, allà viuen a grans altituds i els costums i tradicions són totalment diferents. És una regió per explorar i que sorprendrà a tothom.

Cita un llibre que t'hagi impressionat veritablement, no cal que sigui de muntanya.
Crec que hi ha dos llibres que m'han marcat per diversos motius. El primer va ser *Una conxorxa d'enzes* (*A Confederacy of Dunces*), de John Kennedy Toole, i dins el món de la muntanya, sens dubte ha estat *Cita con la cumbre*, de Juanjo San Sebastián.

¿Quin viatge voldries fer i encara no has fet? ¿Per què?
Si tinc un viatge pendent, sens dubte, és anar a Tanzània a intentar l'ascens al Kilimanjaro. És un antic somni que encara no s'ha pogut complir, però crec que és la manera perfecta de combinar la muntanya amb descobrir una mica millor el continent africà.

¿Quins projectes tens al cap... un altre llibre, una ascensió?
Les muntanyes i els llibres per a mi sempre segueixen un mateix esquema. Mentre estàs pujant una muntanya, ja tinc una idea de quina serà la següent, així que en tots dos casos, sempre hi ha projectes interessants. En l'àmbit de muntanya m'agradaria visitar pròximament els Alps i pel que fa a escriure, vull intentar fer alguna guia, tot i que he de reconèixer que el què més m'agrada és escriure novel·les ambientades en les grans muntanyes del món. Qui ho sap, on serà la següent.

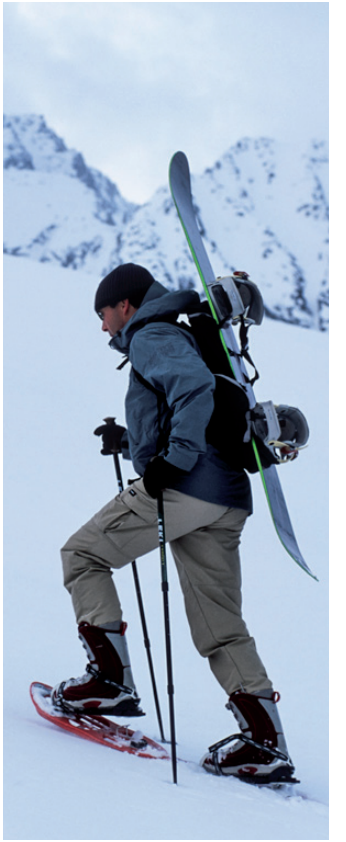
IN MEMORIAM

Nil Bohigas i Martorell (1958-2016)

«Tu estàs boig o què?» Aquesta va ser la resposta del company de Nil Bohigas, tot volant en parapent pel parc natural Posets-Maladeta. Només li havia preguntat si creia que es podia pujar i baixar a l'Aneto corrents, des de Benasc. Quelcom semblant devien pensar Erhard Loretan i Norbert Joos d'aquells joves desconeguts, Enric Lucas i Nil Bohigas, amb els quals es van trobar al camp base de l'Annapurna. ¡Deien que volien pujar per la cara sud d'aquell vuit mil en estil alpí! De fet els suïssos els van dir que era impossible.

Idees boges, una darrere l'altra. Impossibles per avançades als temps. Però les va fer possibles. Segons les persones més properes, quan Nil Bohigas encetava un nou projecte no dubtava mai que no es pogués fer, anava a per totes, era com una màquina piconadora. Es movia per il·lusions, a batzegades, amb molta energia i entusiasme.

VALENTÍ ZAPATER


VALENTÍ ZAPATER

En la preparació era molt organitzat i meticulós, es documentava molt. No deixava res a l'atzar i pensava en tots els possibles conflictes que podrien sorgir, entrenant-se sobre el terreny per resoldre'ls. Hi havia passió en el que feia i en gaudia molt.

En el moment de l'acció resolia els problemes al moment, sobre la marxa, sense dubtar. Gestionava eficaçment les incògnites i tenia molta sang freda: les situacions dures les feia molt fàcils. Sobre el terreny els seus amics menys experts confiaven en ell i se sentien cuidats, però al mateix temps ell també confiava en la capacitat dels altres. Sempre estava disponible per ajudar els seus amics en el que fos, també fora de la muntanya. Era molt accessible, i al mateix temps reservat. No aixecava mai la veu ni fanfarronejava, però si que explicava les seves aventures amb il·lusió.

Així el recorden els seus amics. Potser d'altres no. I alguns es pregunten per què va morir. En els seus últims dies podríem trobar alguna aparent contradicció amb el que s'ha dit aquí sobre la capacitat d'afrontar les incògnites i el problemes. Al cap i a la fi, tots tenim contradiccions.

Valentí Zapater

FITES PRINCIPALS

- Obertura de nombroses vies d'escalada a Montserrat i al Pedraforca, com per exemple *Choras Piengue*, *El Districte de les Bruixes*, *Nasti de Plasti*, o *Star McHara*.
- Obertura de l'esperó sud-oest del Saraghrar NO II.
- Encadenament en tres dies de l'agulla de Peutérey amb el Frêney (massís del Mont Blanc), 1983.
- Primera ascensió en solitari al Pethangtse, 1984.
- Primera ascensió absoluta i en solitari al Cho-Polu, 1984.
- Primera ascensió en estil alpí de la cara sud de l'Annapurna Central, 1984.
- Un dels pioners del parapent a l'estat espanyol.
- Ascensió a l'Everest el 1988 i descens en parapent des de 7.330 m.
- Intent al pol nord geogràfic en solitari i amb esquís (1992). Es queda a 68 km de la seva fita.
- Creació de l'empresa No Limit (1991), amb el seu germà Nèstor. En aquesta empresa van crear curses com el Raiverd (1991-2000, pionera dels raids d'aventura al món després del Raid Gauloises), l'Aneto X-Treme Marathon (1997-1999, una de les pioneres de les curses de muntanya a l'estat espanyol), i també la revista *Trail* (2005).

REFUGIS

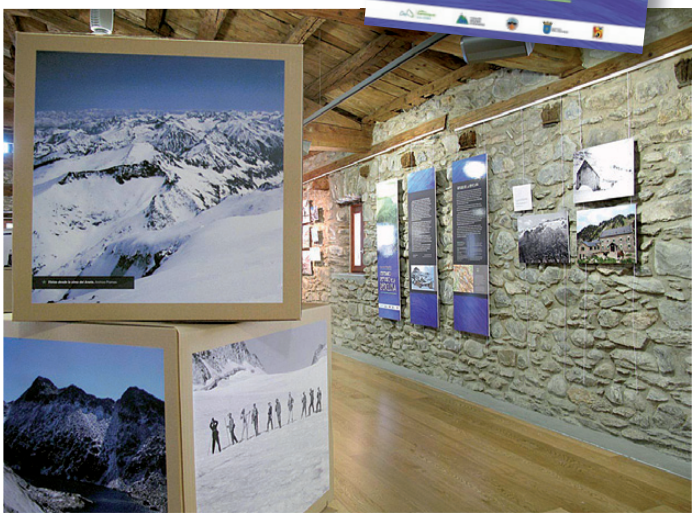
100 anys del refugi de la Renclusa

Situat al cor del parc natural Posets-Maladeta, el refugi de la Renclusa és sens dubte un dels equipaments pirinencs més emblemàtics, no només pel seu emplaçament, sinó també perquè es troba en un lloc de pas per fer ascensions clàssiques i molt apreciades pels excursionistes catalans, i també pels muntanyencs en general, com l'ascensió a l'Aneto (3.404 m), el cim més alt dels Pirineus.

Fou l'enginyer i soci del CEC, Juli Soler i Santaló, gran coneixedor dels Pirineus i, sobretot, de la Vall d'Aran, qui va tenir la pensada, l'any 1913, de construir un refugi al planell de la Renclusa, on hi havia una petita cabana, per tal de donar una base adequada i còmoda als muntanyencs que volguessin pujar a l'Aneto i altres cims del massís de la Maladeta. Gràcies a l'amistat entre els propietaris del terreny i a les autoritats aragoneses, Soler va aconseguir el permís per construir el refugi. L'Ajuntament de Benasc va cedir la pedra i la fusta dels seus boscos, necessària per a la construcció de l'edifici. Dissortadament, Juli Soler i Santaló va morir el 30 d'abril de 1914 sense poder veure acabat el seu projecte; però el CEC, en homenatge a l'home, a l'excursionista que fou, va decidir acabar el refugi. Durant els estius de 1914 i 1915 es fa un treball intensiu, i l'obra queda enllestida perquè es pugui inaugurar el 5 d'agost de 1916, ara fa cent anys.

AFCEC (NONELL)

VALUGI-WIKIMEDIA COMMONS



El 17 de setembre es van celebrar al refugi de la Renclusa els actes d'aquest centenari, en el decurs dels quals es va col·locar una placa commemorativa. Després de la intervenció davant de les autoritats i les persones convidades dels presidents de la Federación Aragonesa de Montaña (FAM), Luis Masgrau Gómez, i del Centre Excursionista de Catalunya (CEC), Josep Manel Puente Pubill, es va fer un dinar de germanor.

Però un dels primers actes commemoratius d'aquest esdeveniment fou l'exposició fotogràfica del 21 de juliol passat, al palau dels Comtes de la Ribagorça, a la vila de Benasc, inaugurada pels presidents del la FAM i del CEC. L'exposició aplega més de 130 fotografies, la majoria històriques, procedents de l'Arxiu Fotogràfic del CEC, de la Fototeca de Huesca, de la Fundación Hospital de Benasque, de la FAM, dels guardes del refugi i de l'Editorial Prames. L'exposició està estructurada en quatre apartats: el refugi, la vall de Benasc, l'empremta de l'home i els paisatges de muntanya.

REFUGIS

Nou refugi de Cap de Llauset (Montanui, Ribagorça)

Aquest estiu s'ha obert un nou refugi guardat als Pirineus centrals, el refugi del Cap de Llauset, situat al massís de la Maladeta, el més oriental dels Pirineus aragonesos. L'adjudicatari de l'edifici és la FAM. Amb aquest nou equipament es cobreix el vessant oriental del massís de la Maladeta, en el tram final del GR 11.

És un refugi guardat tot l'any, el més alt dels Pirineus, situat a 2.425 m, a recer de les allaus, envoltat de cims de més de 3.000 m, a la rodalia de l'ivó de Cap de Llauset. Aquest refugi pertany al municipi de Montanui, a la comarca de la Ribagorça, i és a uns 4 km en línia recta de l'Aneto. Format per dos mòduls prefabricats, amb aïllament tèrmic, ha estat muntat en el mateix indret. Els cims més propers del refugi són el pic de la Solana de Llauset, el pic de Bous, els pics de Vall Hiverna i la serra de Llauset, que separa la vall de Llauset de la de Castanesa. En combinació amb el refugi de la Renclusa, es pot completar l'anell a l'entorn de l'Aneto.

Aquest refugi, l'accés del qual es pot fer per l'embassament de Llauset, partint del poble d'Aneto, forma part de la xarxa de refugis de la FAM, i ha estat construït amb els fons de la Diputació Provincial d'Osca i l'Ajuntament de Montanui i de la FAM.

CAMINS DE MUNTANYA

40 anys de la Transpirinenca del CEC

La ruta transpirinenca consisteix en la travessa dels Pirineus de punta a punta, des de l'Atlàntic fins a la Mediterrània (o a l'inrevés). Avui dia hi ha dos senders de gran recorregut que permeten la travessa: el GR 11, pel vessant sud, i el GR 10, pel nord. A més a més, hi ha tota una sèrie de variants que combinen etapes dels dos GR o bé n'estableixen de noves, com per exemple l'Alta Ruta Pirinenca, que va idear George Véron.

La pràctica i difusió de la Transpirinenca comença adquirir importància a partir dels anys setanta del segle xx. El 25 de juliol del 2015 es van complir 40 anys de la Transpirinenca realitzada per membres del Centre Excursionista de Catalunya, que van anar del cap Higuer fins a Salardú entre el 25 de juliol i el 21 d'agost de 1975, i de Salardú a Port Bou entre l'1 i el 22 d'agost de 1977. La situació política d'aquells moments no aconsellava, almenys en el País Basc, seguir o travessar la frontera francesa, perquè a mitjan juliol de 1974 s'havia decretat l'estat d'excepció en aquell territori. No va ser fàcil, doncs, obrir l'itinerari, sobretot al Pirineu basconavarrès.

L'edició a la primavera de 1974 de la primera edició de la guia *Haute Randonnée Pyrénéenne* de Georges Véron va deslorigar alguna etapa dels excursionistes del CEC, que no sabien com sortir-ne. La llibertat, però, de poder-se afegir o plegar en 5 o 6 punts de la travessa va donar molta versatilitat als excursionistes, que a vegades no tenien tants dies de vacances. Sols quatre membres del CEC van acabar la travessia completa ara fa quaranta anys. L'amistat dels homes del CEC amb Georges Véron va ajudar a publicar el 1981 (en primera edició), la seva guia en català: *Travessia del Pirineu. De l'Atlàntic a la Mediterrània*, afegint al mapa de carenes els noms en basc, occità i català.

Després de quaranta anys, aquells socis intrèpids volen recordar aquest aniversari, en què no es coneixien els els GPS, i alhora volen fer un homenatge al que fou president del CEC, Lluís Puntís, perquè fou un puntal molt important d'aquesta aventura. És per això que el proper **27 d'octubre a la sala d'actes del CEC (C/ Paradís, 10), a les 19:30** Daniel Cardona, un d'aquells excursionistes, pronunciarà una conferència, acompanyada d'un audiovisual, sobre la Transpirinenca.

WOPeak tornarà als Gasherbrum el 2017

L'equip complet de WOPeak, format per Alberto Iñurrategi, Juan Vallejo, Mikel Zabalza, Jon Herranz i Mikel Renteria, ha tornat aquest estiu a Bilbao (1 d'agost) de l'expedició al Gasherbrum, un projecte de la Fundació WOP, fundada per Mikel Renteria. L'equip ha tornat sense haver pogut assolir el G-II (8.035 m) a causa del mal temps i de les condicions del terreny. Havien arribat al camp base el 21 de juny, amb poques oportunitats de bon temps. Mikel Zabalza afirma: «Les condicions del terreny són difícils i perilloses en alguns punts perquè la primavera ha estat molt seca i perquè el principi de l'estiu ha estat humit». L'equip va intentar la sortida cap al cim el 21 de juliol, amb la idea de fer el cim en estil alpí per la ruta francesa del 75, una via molt poc habitual i que demana un mínim de condicions per pujar amb garanties de seguretat. Després de dos dies, i amb un fort temporal van prendre la decisió d'abandonar, però hi tornaran l'any vinent.

Aquesta expedició era la vuitena etapa WOPeak, un projecte de la Fundació WOP que començava pujant al Gorbeia ara fa sis anys. En aquests anys WOP ha fet un camí sense descans, pas a pas, per explicar la seva missió en la lluita contra les malalties neurodegeneratives. Els valors que els mouen tenen molt a veure amb la muntanya «superació, treball en equip, trencar barreres, emprendre camins nous», explica Mikel Renteria, fundador de WOP. D'aquesta expedició, en sortirà, però, una pel·lícula, dirigida per Karen Solé i Jon Herranz.

JUAN VALLEJO

JUAN VALLEJO

JON HERRANZ / NAMUSS FILMS

www.wopeak.com

VALENTÍ ZAPATER

Les persones al paisatge: retallades contra l'ombra

Un recurs que funciona molt bé per destacar les persones en un paisatge és fotografiar-les en el moment en què un raig de sol les il·lumina i coincideixen amb un fons fosc, per exemple una ombra.

Kilian Jornet liderant una competició d'esquí de muntanya a prop del pla de Beret l'any 2008. Vall d'Aran (Pirineus catalans).
***Càmera:* Canon EOS 20D**
***Objectiu:* Canon EF 70-200 mm f/2,8L IS USM a 200 mm**
***Exposició:* 1/400 s f/5,6 ISO 200**

És més fàcil a primera i última hora del dia, quan les ombres són més àmplies en el paisatge. A més, la llum càlida i rasant permet que destaquin les textures i proporciona un to agradable. D'altra banda, les ombres no són tan denses com durant la resta del dia, cosa que pot ser un avantatge o un inconvenient: si bé hi pot haver detall a les ombres (i això afegeix informació sobre l'entorn), també serà més difícil destacar la persona del fons. En aquest cas, per compensar-ho, serà recomanable desenfocar el fons, utilitzant un diafragma obert, per exemple. També es pot triar a la càmera digital que la imatge sigui més contrastada, perquè el fons aparegui més fosc.

L'angle d'incidència de la llum del sol respecte la nostra posició és quelcom a tenir en compte. Si bé un angle d'entre 75º i 45º il·lumina prou àmpliament el subjecte i proporciona relleu, no cal descartar aquells casos en què l'angle és superior als 90º. Amb aquesta il·luminació, el subjecte queda majoritàriament a l'ombra, però siluetada amb una vora il·luminada que pot aportar interès.

En molts casos el teleobjectiu serà l'òptica adequada: permet que el fons aparegui més gran en relació al primer pla i, per tant, serà més fàcil aïllar la part del paisatge on hi ha l'ombra i que aquesta envolti totalment la persona. A més, amb el teleobjectiu és més fàcil aconseguir un fons desenfocat.

Si volem ombres denses, gairebé negres, haurem d'esperar que el sol estigui més alt. A mesura que el sol pugi, però, les ombres s'aniran reduint, i augmentarà la dificultat de trobar el lloc adequat per fer la fotografia. Tot i així, si el relleu és prou abrupte, no serà tan difícil trobar l'indret i el moment adequat. També cal tenir en compte les zones amb arbres i els boscos, on sempre hi ha un forat per on s'esmuny un raig de sol que paga la pena aprofitar. Fins i tot si no fa sol, hi ha indrets on podem trobar prou contrast per fer aquest tipus de fotografia: són les boques de les coves i avencs i el fons dels barrancs. I cal recordar que aquest recurs es pot aplicar per fotografiar no només les persones, sinó també qualsevol ésser viu o element del paisatge.

EL TRUC DE L'EXPERT

Quan esperis que una persona passi per un punt assolellat del bosc per fotografiar-la i el sol estigui baix, pensa que quan arribi al lloc estaran il·luminats els peus, però no la cara.

A l'escola de muntanya ja pensem amb l'hivern

Forma't amb nosaltres

NOUS CURSOS D'ESQUÍ DE MUNTANYA

CURS D'INICIACIÓ

(per realitzar amb seguretat ascensions amb esquís de muntanya)

9, 14 i 15 de gener
21, 25 i 26 de març +
perfeccionaments tècnics per consolidar els coneixements.

CURS D'ESQUÍ ALPINISME

(per realitzar amb seguretat, ascensions amb esquís combinades amb ascensions de crestes i canals)

21, 25 i 26 de febrer +
perfeccionaments tècnics per consolidar els coneixements.

CURS D'ESQUÍ EN TERRENY GLACERA

5 dies per Chamonix per moure's amb seguretat per terreny alpí)

Del 8 al 12 de març

DESCENS EN NEUS NO TRACTADES

(Curs de descens fora pista)

21 i 22 de gener
25 i 26 de febrer

I PER ALS MÉS ATREVITS,

les nostres rutes guiades amb esquí de muntanya: CARROS DE FOC, TOUBKAL, SILVRETTA, CHAMONIX-ZERMATT I OBERLAND

ESTADA D'ESCALADA EN GEL A COGNE

¡NOVETAT!

(5 dies d'estada a Itàlia: iniciació escalada en gel. Assegura't de trobar les millors condicions en un marc perfecte)

PER A MÉS INFORMACIÓ I RESERVES:

www.cec.cat / guies@cec.cat

Rasquera, 2012.
2.788 hectàrees cremades.
EN UN INCENDI, NO NOMÉS PERDEM UN BOSC.
En els darrers 15 anys els incendis han cremat 65.653 hectàrees a Catalunya, amb un balanç de milers de persones evacuades, nombrosos danys materials i econòmics, desenes de persones ferides i fins i tot víctimes mortals. Evitar-ho és responsabilitat de tothom.
El foc ens toca de prop.
#NoNomésBosc
Diputació Barcelona
112 emergències
Generalitat de Catalunya