

ARESTA 89
SETEMBRE-OCTUBRE 2007

2
LAOS, CAMBODJA.
DIARI ESBOTZAT
Lluís Pérez Freixinet

6
ITINERARIS
EXCURSIONISTES
NÚM. 89
EL TAGA
(RIPOLLÈS)
Manuel Cortès i Joan Ramon Segura

8
PORTAR EL CENTRE AL COR
Joan Ramon Segura

10
TREKKINGS AFRICANS 1: MARROC
TREKKING MGOUN
Chus Muro Figueres

15
IX MIM (MARATÓ I MITJA):
CASTELLÓ / PENYAGOLOSA
Eduard Albesa

16
APUNTS I
COMUNICACIONS
Equip Aresta

EQUIP DE REDACCIÓ: Mercè Ciutat, Josep Lluís Gàzquez, Mercè Gàzquez, Dolors Llordés, Carmina Pardo, Carles Sàez, Núria Solé. DISSENY GRÀFIC: Josep Herràndiz. EDITA: Centre Excursionista de Lleida. REDACCIÓ I ADMINISTRACIÓ: C/ Comerç, 25. 25007 Lleida. Tel.: 973242329. Fax: 973234497. E-mail: cel@cel.cat INTERNET: <http://www.cel.cat> IMPRIMEIX: Arts Gràfiques Bobalà, SL. DIPÒSIT LEGAL: L-39-1958. Tirada: 1.200 exemplars. Publicació no lucrativa. El CEL no es responsabilitza de les opinions dels autors. Es permet la reproducció però amb l'esment de l'autor i l'origen. Subscripció de 6 números: 13 euros. Preu del número: 2,40 euros. Imprès en paper de cel·lulosa blanquejada sense clor. FOTO DE PORTADA: Temple d'Angkor. Foto: Lluís Pérez. COL·LABOREN:



“...PENSAR COM PODEM CONTRIBUIR AL NOSTRE CENTRE, sigui de la forma que sigui i dins de les nostres possibilitats...”

Aquestes paraules de l'editorial de la darrera *Aresta* poden ajudar a conformar un dels adjectius per glossar la persona d'Àngel Gàzquez que, en plenes vacances de l'agost passat, ha emprès el seu definitiu viatge. La seva partida ha estat natural, sense estridències ni singularitat. Ha estat llei de vida.

L'Àngel ha estat un referent per a la nostra entitat, referent de continuïtat i transmissió històrica, referent d'estima i fidelitat a l'excursionisme, al medi natural i a la tradició catalana de l'associacionisme. En aquest cas, al nostre Centre Excursionista de Lleida.

Va formar part del grup de lleidatans que va recuperar la independència de la nostra entitat a la fi de la llarga postguerra, va practicar militància, com a excursionista i membre del CEL, al llarg de tota la seva vida. Fins al final, i ja amb edat força avançada, organitzà el tradicional pessebre de Nadal, la nostra activitat social amb més participació. Fins al final ha estat un excursionista.

Són persones i ciutadans com l'Àngel les que permeten encadenar de forma natural els processos històrics socials. Les que, mitjançant la seva activitat i presència continuada, permeten l'existència d'elements impescindibles de transmissió i relleu generacional. És així com el nostre CEL ha pogut complir més de 100 anys.

Àngel, en aquesta i en l'altra vida sempre seràs al cel.



Laos, Cambodja. Diari esbotzat¹

Almenys el segell del visat és bonic.

En arribar a Vientiane, passejant descalç per la balconada de l'hotel, vas veure uns paletes treballant en una obra del davant, al mateix temps els narius se t'omplien d'aromes familiars. La motxilla no va arribar i te'n vas anar a comprar roba al mercat de dia. La capital, quieta, guarda els ritmes antics. Les capitals del sud-est asiàtic són ciutats enfebrades on passes d'un extrem a l'altre sense que tu, ignorant estranger, acabis de percebre el que succeix. Vientiane no, ella resta tranquil·la, els carrers mig buits, les brigades van construir voreres i col·locant rajoles, els comerciants s'asseuen i xerren al costat dels seus negocis, com si la població fos rebecca al canvi de costums, despreocupada per una acceleració innecessària.

1. Esbotzat: fer que alguna cosa s'obri o es rompi cedint a una pressió exterior. *La torrentada ha esbotzat la resclosa.*

Bob Marley

S'ha fet fosc. Mentre encara eres a la sauna, el capvespre ha passat veloç com cada dia. Foscos, els carrers són il·luminats per les plantes baixes i uns tubs fluorescents que pengen dels pals escampats ronyosament en la distància. Les motos corren pel carrer principal, les voreres arribaran. El primer que arriba sempre és el quitrà: pels camions, amb ells se'n van els arbres. Amb el quitrà, a poc a poc vénen els estrangers així que arribin els productes, amb ells s'esvaeixen les formes tradicionals, es confonen les vestimentes, i s'amplia el comerç. L'agricultura, ara exportable, s'emparra pels vessants. La lluna nova és esperada pel gran festival de la lluna plena. La vida dels poblets no s'adapta encara a l'incipient tràfic; la tradició d'algunes ètnies de buscar les collades per edificar els seus pobles sobre les carenes..., les carreteres també recerquen el mateix sistema per avançar. No sé sap si per sort o per desgràcia, a voltes, pel muntanyós relleu del nord de Laos coincideixen. Les bèsties dormen aprofitant l'escalfor retinguda per l'asfalt. Les casetes



de fusta amb les parets trenades de bambú tremolen, els silenciosos sostres vegetals van sent substituïts per la sorollosa xapa, l'ondulada galvanitzada. Com sempre tot canvia.

Els col·legues anglosaxons es van quedar enrere buscant una altra ruta. Buscaràs un bon restaurant xinès, la Xina és a tocar.

Avui estàs sol sopant al restaurant i no pots gaudir dels apetitosos àpats comunitaris de les altres taules, mínim dos. Fan coure el menjar a la mateixa taula; sobre les brases, verdures, bolets, carns, salses, pasta... una especialitat coreana et diuen. Amb els "palillos" prenen els condiments dels plats i els escalfen sobre una mena de paella convexa, després els comensals agafen directament de les paelles. Tu no saps ni què has demanat, "kepcat" ficava.

Bé el "kepcat" és un trinxat de pollastre amb verdures, condimentat amb una salsa agredolça força picant amb un lleuger toc a gingebre. Exquisit quan els llavis s'hi acostumen i el nas deixa de rajar. A la tele, karaoke de doble alfabet, sona una versió del "No woman no cry" en tailandès, la influència del gran país veí és gran, les

llengües són semblants. Marley és omnipresent arreu del món, sens dubte el músic popular més estimat del segle vint.

En el cor de les tenebres

Les equilibrades jornades dels tròpics. A les set de la tarda ja estàs sopant i et resta tota la nit per dedicar-la a les seves coses pròpies, i encara et resta força temps per fer altres coses, com ara llegir..., o en tot cas escriure.

Nuan Meing és un poble comunicat únicament per riu, no hi ha vehicles, la llum funciona a partir d'una certa hora mitjançant un grup electrogen. Pensar en un riu tropical sempre et porta a Conrad, però en aquest cas no és tan profunda remuntada? L'entorn envoltat de vestides muntanyes calcàries és preciós, la gent del poble s'espavila per endreçar unes "guest house" senzilles per als estrangers que s'hi atansen. Avui has anat a caminar pels voltants. El senderó passava pel costat d'una cova d'on sortia un riu. Has travessat camps d'arròs a punt de segar, i has fet cap a diferents llogarets. A la sortida d'un poblet, mentre estaves mirant unes conduccions de bambú que formaven unes dutxes comunes, ha aparegut



un home que duia un rotllo de fil elèctric a la mà, t'ha dit que el segueixis i s'ha enfilat veloç, després de creuar els arrossars del poble, per un torrent que baixava encaixonat entre grans torres calcàries, endinsant-se al bosc.

L'home avança pujant com si tu no hi fossis. Al cap d'una estona es gira somrient, com si t'avisés que falta poc. Res, tot seguit un parell de xavals en un salt d'aigua canalitzant-la per una canonada de fusta fins a una dinamo. Primer has pensat que era un sistema per fer arribar llum al poble, però és lluny. Després s'han ficat a pescar. L'andròmina dona corrent a un cable lligat a les puntes d'unes branques d'on surten uns filferros que col·loquen a l'aigua per fer sortir els peixos de la tolla i encistellar-los a la sortida. Tenen varies tolles instal·lades amb aquest enginy.

La tornada l'has dedicada al goig estètic. Has trigat en adonar-te'n, la parada feia estona que havia començat. Una rere l'altra, les papallones competien en bellesa. Sabedores dels seus encants posaven a l'objectiu plegant i desplegant les ales, desenrotllant les llengües i libant d'un petit dipòsit de travertí. Fins que has entrat a la cova, per la boca inactiva que de seguida davalla fins al riu i has resseguit un parell de meandres, fent proves amb l'aparell digital fins que s'ha exhaurit la bateria.

Al poble la gent és agradable i està contenta de rebre els visitants, ningú no et demana res, és l'inici de l'estació seca, a penes hi ha mosquits, no hi ha sangoneres.

El Buda menut de la boca petita de la cova, a Indoxina omplen les coves d'estatuetes del Buda, en algunes de més fervoroses n'hi ha milers, en aquest cas restava solitari, semblava antic i solemne.

Aquí ningú no et diu: "sabadee"

La roca calcària als tròpics pateix d'elevats índexs de pluviositat, la qual cosa, juntament amb l'exuberant vegetació, fa que es carregui de CO₂, i torna l'aigua molt més agressiva, de manera que erosiona la pedra de mil maneres. El carst evoluciona més ràpidament que en cap altre lloc. El final d'aquesta evolució seria la devastació completa de les serres calcàries. Primer, però, poc abans resten drets com testimonis de les antigues serralades els famosos pinacles que han fascinat tant als viatgers com als habitants d'aquestes zones. Famoses representacions d'aquesta peculiar transformació en la mateixa península d'Indoxina, les trobem a la costa tailandesa entre Krabi i Puket, al nord de Palaguan (Filipines), a la badia de Kalong (Vietnam) o a Guilin (Xina). La profusió del fenomen càrstic se'ns mostra amb tota opulència sense escatimar detalls. Un parell d'exemples: els dipòsits de travertins de la surgència de Kouangsy, prop de Luang Prabang, les aigües després de caure verticalment conformen una successió de grans piscines naturals turquesa, abans de desguassar al Mekong. Al centre-sud del país, un cabalós riu en el seu trajecte quotidià creua la serra durant uns set quilòmetres i després continua vers el Mekong. Les lleugeres torres calcàries dels voltants de Vang Vieng guarden en son interior unes galeries d'unes dimensions que et fan la sensació d'estar en una bombolla.

Noies, franceses, soles, viatgen, "tellement charmantes", les mirades es creuen, les expressions s'elevan, l'interval

El periple per Indoxina amb setze anys de distància dona peu a una reflexió d'autobús: actualment hi ha més turistes, fins i tot està de moda entre els joves anglosaxons de tot el món. L'estabilitat política aconseguida d'anys ençà ha permès una certa bonança econòmica per molt que continuïn sent molt barats. Els països lentament es van obrint, les fronteres habiliten la facilitat d'obtenir visats *in situ*, la gent jove que no ha patit les salvatjades del passat, sembla contenta i optimista davant el futur. Les comunicacions milloren l'accessibilitat entre les diferents regions seguint les rutes principals (si no s'hi passa és una altra cosa), aquells viatges guiats per l'atzar van quedant enrere. Resta encara molta feina a construir ponts, obrir carreteres i fer voreres.

Tanmateix els avantatges moderns condueixen a la rutina, a l'avorriments, a la distracció i a la supressió. I tants de nosaltres que necessitem alguna cosa més ens veiem



abocats a fer muntanya; tornem a ser al cap del carrer, a allò de les diferents velocitats per la tècnica i el pensament. A fi de comptes el progrés porta a una unificació de les tribus, o societats, que aboca a una forma de vida estàndard, llavors tornem a la distracció per omplir-la. Per això quan un bàrbar torna d'Àsia, està uns quants dies desorientat, com si li faltés alguna cosa, fins que torna a sentir el paisatge.

Va ser aquell dia?

Laos és el país de la sauna d'herbes. N'hi ha gairebé a tots els pobles, el funcionament és sempre el mateix: un parell de cabines de com a molt tres metres quadrats (una per cada sexe), sobre un entarimat de fusta amb un sostre i obert a l'exterior. Els clients entren i quan surten de les cabines reposen en uns bancs, aleshores se serveixen te de les teteres que són a la seva disposició. Hi ha els vestidors on et despullen, deses la roba i et cobreixes amb

el sarong que t'han deixat en entrar. En molts llocs el públic femení, superior al masculí, envaeix la caseta que no li correspon, llavors et trobes compartint un minúscul espai amb cinc o sis dones suaus, movent-se i ajustant-se el sarong, xerrant i rient entre penombres i vapors, oferint amb senzillesa moments exquisits.

Història Universal de la Infàmia

Hi ha una dona occidental asseguda en un banc de l'ampli vestíbul sota el porxo central. Darrere, envoltant el pati, els edificis de l'antiga escola reconvertida en presó pel règim de Pol Pot. Entrant a l'esquerra, les tombes dels darrers catorze torturats davant de les aules de la planta baixa, tal com les van trobar les tropes vietnamites, acabada d'ocupar la capital. Els retrats dels opositors, abans de la mort propera, ocupen varies sales. En el seu record, ara, l'escola és un museu. La visita pels passadissos, per les exigües cel·les, per les exposicions, per la sala on s'exhibeix un documental sobre l'època fosca dels "Killing Fields", els oberts corredors superiors closos pel reixat de filferro... La senyora distén les cames canviant la intenció del seu esguard.

Mentre passeges, compres, vas cap aquí o cap allà, fas les coses més habituals, perceps l'elevat nombre de dones belles que t'envolta.

Siam Rep està creixent. Les inversions estrangeres abonen el creixement de grans hotels. El nombre de visitants s'incrementa dia a dia. Suposo que un dia arribarà que les entrades al recinte dels temples d'Angkor estaran més controlades, actualment encara hi ha un cert campí qui pugui en benefici de la població local. L'únic imprescindible és comprar un *forfait* pels dies que tinguis previst visitar-los, després pots recórrer l'entorn amb moto-taxi, bicicleta, tuck-tuck, elefant, cotxe o els autocars per als grups organitzats. No s'ha d'entendre el conjunt d'Angkor com un lloc tancat, l'extensió és molt gran, inclou pobles, camps de conreu, boscos, carreteres, serres. Hi ha dotzenes de llocs per veure. Les rutes dels *tours* operadors segueixen quatre o cinc recintes en un dia, cerquen els més famosos que són els més visitats. Així és fàcil evitar les multituds. Però no importa gaire. Et passaries hores a les terrasses del Bayon, en tens prou amb ser-hi, no necessites res més. Et sap greu abandonar el gran temple d'Angkor, un lloc que només veient-lo a les fotos ja t'havia enlluernat de petit, i molts altres temples en què gairebé sense adonar-te'n et sents acollit. Aquest és un dels rars casos on l'arquitectura en la seva forma creativa arriba a donar la mà a la natura.

Lluís Pérez Freixinet

Núm. 89. El Taga (Ripollès)

La gent del nostre Centre té poca tirada a fer excursions per la Catalunya Vella. Tanmateix, amb la facilitat d'accés que dona l'Eix Transversal, ja no hi ha excusa que valgui. Així, avui descriurem un recorregut per una muntanya emblemàtica que domina la vall de Ribes, enfrontada als cims dels Pirineus Orientals. S'hi arriba per Ripoll i Ribes de Freser (vila un xic laberíntica) on cal prendre l'estreta carretera que mena a Pardines. A 1 km abans d'aquest poble (3,7 km des de Ribes) és millor deixar la carretera per agafar a mà dreta un trencall estret i pavimentat (cartell indicador del càmping). Als successius trencalls hi ha rètols indicadors de la direcció a seguir: a Puigsac. Als 6,7 km es té a mà esquerra la notable església romànica de Santa Magdalena, sembla que originària del segle XII. És d'una sola nau, amb absis semicircular, nàrtex lateral i un campanar de cadireta de dos ulls. Restaurada amb cura, no és, però, tan suggeridora com les rústegues ermites a què estem acostumats, amb els murs mig coberts d'heura. Cal seguir la pista pavimentada fins a can Roca, pagesia on acaba l'encimentat.

0.00 h. Can Roca de Puigsac (1.229 m), al peu dels faldars del Taga, del qual veiem la suau carena a migjorn amb els vessants adés boscosos (pins i roures, però també bedolls, avellaners i freixes als llocs més humits), adés formant extenses pastures. No hi ha cap dificultat d'orientació (llevat que hi hagi boira) en aquest paisatge tan obert, on a l'estiu s'ha de preveure l'escassetat d'ombres. L'accés pavimentat per on hem arribat té continuació per una pista de terra, la qual seguirem pujant. Als 2 minuts deixem un trencall a mà dreta amb un rètol indicador al coll del Bac. Per aquest trencall tornarem, de baixada.

0.25 h. Bifurcació, amb rètols indicadors. Per la dreta es va a l'estany de can Roca i el Pou del Glaç, i per l'esquerra a l'Orri Vell, Puig Estela (hauria de dir Puigsestela) i coll de Pal. Seguirem aquest darrer, gaudint d'una bella visió dels herbats vessants de la muntanya.

0.45 h. Collet (1.532 m) amb una cruïlla de pistes, on cal seguir el trencall de mà dreta, amunt. Lluny i a l'esquerra es veuen els verds pendissos de coll de Pal. Enfront, cada cop més propera, la suau carena de la muntanya.

1.00 h. Cabana de l'Orri Vell (1.581 m), relativament en bon estat. El pis inferior és destinat als animals i el superior, destinat a habitatge dels pastors, pot servir, malgrat la foscor i la brutícia, d'aixopluc en cas de mal temps. La pista s'apropa a l'inici dels vessants, ja més redreçats, de la serra Cavallera.

1.15 h. Estany del Tarter (1.593), separat a mà dreta de la pista, en una evident clotada al peu dels vessants del Puigsestela. És un petit estanyol que pel seu aspecte hom podria atribuir a sobreexcavació glaciària, però no és possible que aquesta muntanya, de modesta altitud, hagués pogut desenvolupar cap autèntica glacera, ni tan

sols durant els màxims refredaments quaternaris. El seu origen deu ser un altre. Al costat de ponent de l'estany, neix un visible camí que puja obliquament en direcció SW, sempre per terreny herbat. La visió vers el nord és cada cop més àmplia, amb els propers Pirineus al fons.

1.30 h. Font en ple vessant (1.656 m), tapada amb uns antiestètics plàstics per evitar que l'embruti el bestiar (cavalls, vaques) que en gran nombre pasturen els immensos vessants herbats que formen aquesta muntanya del Taga. Després de revoltar per damunt de la clotada de la Llagona (on segurament hi hagué en altra època un estany, ara curullat pels sediments) es va pujant obliquament cap a un visible punt d'inflexió de la propera carena.

2.05 h. Portella d'Ogassa (1.792 m), a l'esquenall de la muntanya, pas entre un vessant i l'altre. De fet, és una portella doble, i el camí que la travessa és al pas més ponentí. El vessant S és herbat com el N, però més pendent, amb el llogarret de Sant Martí d'Ogassa als peus, no visible. Més avall passa la carretera de Ribes i Bruguera a Ogassa, pel coll de Jou, prop del qual hi ha el refugi Sant Jordi. Per aquest costat, la pujada al cim és molt més curta, però també força més costeruda. Enfilem la carena cap a ponent, i la pujada es fa més feixuga.

2.45 h. Cim del Taga (2.040 m), vèrtex geodèsic que gaudeix d'una panoràmica immensa a tot el contorn, des de les muntanyes del Collsacabra, el Puigsacalm, el Montseny i el llunyà Montserrat, d'una banda, a les de la vall de Núria i el Canigó de l'altra, amb l'immediat fondal de la vall de Ribes als peus. Cap a ponent, el teló de fons és format per les muntanyes del Berguedà, amb el Pedraforca presidint-les. Hom no pot deixar d'adonar-se que és en aquestes terres, que té als peus i a l'entorn, on



Cim del Taga (2.040 m) i la gran creu que el corona.

va tenir el seu bressol la nació catalana, i el vent sembla portar l'eco de la veu d'Hug de Mataplana, del comte Arnau o de l'abat Oliva. A més del típic cilindre, una gran creu de color blanc corona aquesta amable muntanya.

Baixarem del cim pel mateix lloc de pujada. Sense arribar, però, a la portella d'Ogassa, ens desviarem a l'esquerra cap al pla de la Llagona sense sender, per anar a trobar el barranc o canal que en davalla, on apareix un camí, sovint força aixaragallat, que perd ràpidament altitud. Observem a l'esquerra, no gaire lluny, el coll del Bac. Travessem un pla herbat, amb algunes cabanes, i seguim baixant, ara per camí carreter.

3.40 h. Gran esplanada (1.554 m), on hi ha uns tancats per al bestiar i uns abeuradors. En aquest punt hi ha dos camins a seguir: per la dreta (E) es podria anar a l'estany de Can Roca i baixar després a Puigsac, però fent un xic de volta. És preferible seguir el camí carreter que baixa per la dreta del torrent de Vilaró, dit també de Nou Fonts, alternant el pas entre el bosc i els prats de pastura, fins a

una bifurcació. Quan hi arribem hem d'agafar el trencall de la dreta.

4.30 h. Sortim a la pista de pujada, a l'indret de la primera bifurcació. Seguim cap a l'esquerra, de baixada, de cara a Santa Magdalena, que es veu més avall, amb el poble de Pardines més lluny.

4.32 h. Can Roca de Puigsac, on hem iniciat el recorregut.

Bibliografia: *Vall de Camprodon – Vall de Ribes*. Carles Gel. Ed. Alpina i Geo/Estel.

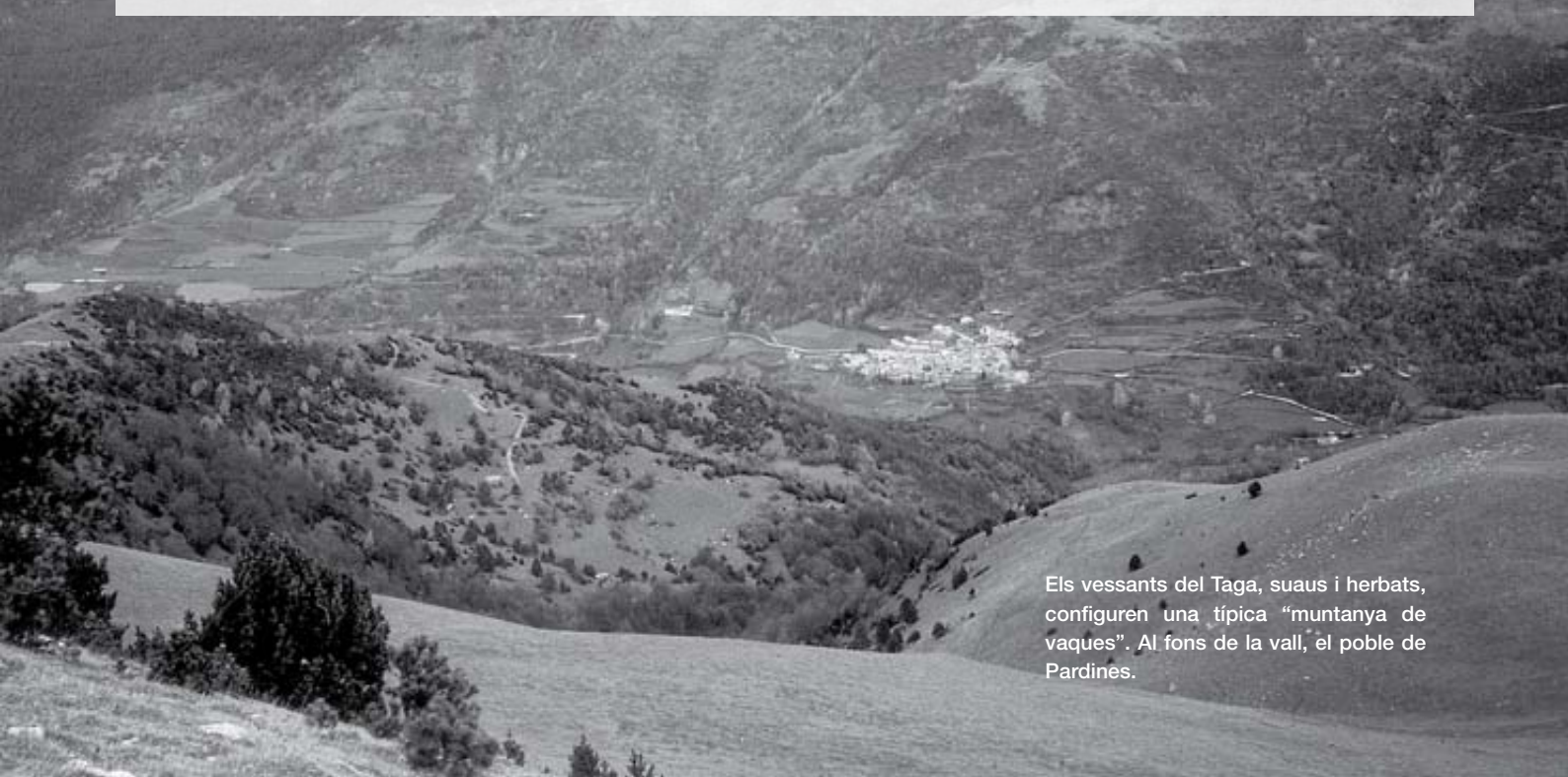
Ripollès. Montserrat Massó i Francesc Boada. Ed. Alpina i Geo/Estel.

La Vall de Ribes. Carles Gel. Ed. Piolet.

Cartografia: *Vall de Camprodon – Vall de Ribes*. Escala 1/50.000. Ed. Alpina i Geo/Estel.

Taga. Escala 1/25.000. Ed. Alpina i Geo/Estel, sèrie E-25.

Manuel Cortès - Joan Ramon Segura



Els vessants del Taga, suaus i herbats, configuren una típica "muntanya de vaques". Al fons de la vall, el poble de Pardines.

Portar el Centre al cor



La Bonaigua, desembre 1952

El propassat 8 d'agost les muntanyes lleidatanes es desvetllaren embolcallades per una tèrbola melangia. La persona que millor les coneixia, i que tants cops havia trescat els seus penyals, ens havia deixat. L'Àngel s'havia carregat a les espatlles la motxilla per emprendre la seva darrera travessa.

La tristor em duu a aprofundir en aquella imatge de gran excursionista que no podré oblidar mai. La tinc plenament associada amb el nostre antic local dels Porxos de la Paeria. Ell i la seva colla d'amics hi eren omnipresents. En aquell moment jo era jove i m'impressionava aquell grapat d'homes que rondaven la cinquantena d'anys. Era sorprenent comprovar com et sabien donar raó de qualsevol raconada de la demarcació de Lleida. Al cap de poc de parlar amb ell t'adonaves que no sols coneixia pam a pam el territori sinó que se l'estimava profundament. No sé si aquesta sensació és compartida en l'actualitat per tots els meus consocis/es. De vegades sembla que la muntanya hagi esdevingut senzillament una gran sala d'un gimnàs.

Ara han passat els anys i, segurament, el jovent que trepitja de nou el nostre club queda sorprès pel grup de socis, amb una bona munió de canes, que preparem les sortides del cap de setmana amb tant de convenciment. D'alguna manera hem esdevingut els Àngel Gàzquez actuals. Som una baula de la cadena generacional que ens duu a tenir més de cent anys de tradició. Però, siguem realistes: podríem pagar per arribar només a la sola de la bota d'un excursionista de la talla de l'Àngel. Ell i la seva colla de coetanis van saber reeixir la nostra entitat en uns temps molt magres. Sense la seva dedicació i perseverança no haguéssim arribat mai a tenir tres dígits de tradició.

Un dia em va comentar que estava recorrent tots els pobles i llogarrets de la província. El jovent sempre ha estat molt agosarat i em vaig creure capacitat per posar un parany al Mestre. Li vaig preguntar per dos racons de món, on Jesús havia perdut l'espardenya, amb el convenciment que no els coneixeria. Eren Cernerres i Ossera a la vall de Tuixen. Em va lliurar tanta informació sobre aquestes dues contrades que aquell dia vaig saber amb qui m'estava jugant els "quartos". Em va comentar tants detalls i anècdotes que vaig comprendre que l'excursionisme comportava alguna cosa més que localitzar indrets sinó que calia endinsar-se en el marc geogràfic per tenir un coneixement més global i profund. Perdoneu-me l'arrogància, però penso que aquesta és la clau diferenciadora entre el terme excursionisme —paraula molt repetida en aquest text— i expressions com muntanyisme o senderisme. La primera pressuposa aprofundiment i estima mentre que les altres només designen una pràctica esportiva.

És una gran ingenuïtat pensar que l'Àngel era sols "l'home dels pessebres". Aquesta idea només la poden tenir aquells companys i companyes que porten poc temps a casa nostra. Ell ha estat el soci amb més anys de dedicació a la Junta. Ha ocupat tota mena de responsabilitats, incloent la tasca de president. En els temps difícils va saber prendre el timó i dirigir la nau a bon port. De ben segur que ha estat de les persones que més s'ha estimat el nostre Centre. Com a president actual em pertoca preguntar-me si hem sabut respondre degudament a tanta estima. Segurament, ara que ens faltirà ens adonarem de l'home que hem perdut.

La història que hem patit com a país, ha comportat tenir una gran mancança en el coneixement del nostre passat.

Montserrat: actes de renovació de la flama de la llengua, febrer 1987



Cilindre de Marboré, agost 1975



Encara recordo quan em comentava que durant anys el CEL només tenia un *mundo* on guardàvem tota la documentació i el material. Quan havien de canviar de local, només calia agafar les anses del bagul i traslladar-lo al nou emplaçament social. No hem tingut mai una història ordenada i ben classificada. En Gàzquez Pare era, d'alguna manera, el nostre ordinador institucional. Ell retenia dades bàsiques per comprendre el nostre passat. Ara ens ha deixat i tenim l'obligació de retenir l'esforç i la constància dels nostres predecessors que refundaren el Centre en la més dura postguerra.

A més a més, l'Àngel i la seva muller —al costat d'un gran home sempre hi ha una dona excepcional— van lliurar-nos llavor per poder continuar aquella passió per la nostra institució. Els seus fills s'han sabut emmirallar en els seus pares i han demostrat l'esforçada dedicació a l'entitat. La força de padrí sembla que arriba a irradiar fins a la generació dels néts que sempre es mostraran orgullosos d'haver tingut un padrí amb unes conviccions tan fermes.

Només resta apaivagar el dolor de la família, que si les muntanyes i les valls es van entristir aquell funest dia d'agost, ells encara es van sentir mil cops més dissortats.

Joan Ramon Segura



LLIBRERIA TURÍSTICA

REVISTES DE VIATGES • LLIBRES I GUIES TURÍSTIQUES
 • GUIES D'ALLOTJAMENTS I D'OCI • MAPES DE CARRETERES I DE MUNTANYA
 • CARTOGRAFIA DIGITAL I EN RELLEU • RUTES SENDERISME
 • RUTES EN BTT • RUTES EN AUTOMÒBIL I EN 4x4 • RUTES D'HIVERN I D'ESCALADA
 • VÍDEOS I DVD • AMPLIACIÓ DE FOTOGRAFIES

C/ Ramon Llull, 6, baixes • 25008 • Lleida • Tel.: 973 241 267 • Fax: 973 241 267

Trekkings africans 1: Marroc. Trekking MGoun



Durant sis dies recorrerem pels dos vessants la vall dels Aït Bouguemez. Tot realitzant una suau aproximació a la base del MGoun (el tercer cim del Marroc), gaudirem de paisatges verges, profunds barrancs i poblets berebers de gran encant. El recorregut de la planúria de la Tarkeddit és una de les millors etapes del *trekking* així com la pujada al cim, la qual ens oferirà una vasta vista del vessant sud del Gran Atlas Central.

Ja tornem a ser a Marràqueix. Sortim de l'hotel cap a la plaça de Djemaa el-Fna per ingerir l'esperat *tajine* de pollastre i unes bones olives confitades en salsa *chermoula*. Vaig pensant en l'encert de declarar aquesta plaça Patrimoni de la Humanitat i preservar-la de l'afany destructiu i modernitzador de la burgesia marroquina, que veu com un signe decadent i de retard la presència de venedors ambulants, contadors de contes i encantadors de serps.

L'endemà toca llevar-nos d'hora. Recollim l'equipatge que no ens emportarem i ens estirem pensant que ja som a l'Àfrica i que demà començarà la nostra petita aventura.

El xofer es fa esperar, cosa que fa que totes les mirades del grup vagin a parar al meu clatell, interrogant-lo sobre si haurà estat encertada l'acció de pagar l'anada i la tornada per endavant. Per sort el tot terreny apareix. Carreguem l'equipatge i sortim cap a Azilal. Després agafem la pista que ens duu a Aït Mohamed, camí de Tabant, que és la nostra destinació.

Tabant és en ple cor de la vall dels Aït Bouguemez, té un grapat de petites botigues on, amb llum de quinqués de

petroli, hi adquirim pasta, sucre, te, llaunes... El nen de la botiga no deu tenir més de 9 anys. Ens acompanya al mercat. Quan ho tenim tot carregat i engegum el cotxe, ens atrapa tot corrent a les fosques i descalç; ens vol canviar els paquets de sopa Maggi que ens ha venut perquè estaven caducats...

La primera nit la passem a casa d'en Mohamed, que és de nou el nostre guia i cap dels *muletiers*. És espaiosa, de dues plantes, amb un pati central per als bous i una planta baixa per a mules i vaques. La sala dels convidats està plena de coixins i estores. Només cal estirar els sacs i esperar que demà a punta de dia ens despertin els crits dels *muletiers* per començar el *trekking*.

1.ª ETAPA: Agoutí-Abachkou. Horari: 6 h

De bon matí carreguem les tres mules. Ens hi acompanyaran Ibrahim, Omar i en Mustafà. Tots són parents. A l'estiu fan d'acompanyants de *trekking*, i a l'hivern feines diverses en ciutats tan llunyanes com Fes. Les mules fan la primera part del camí per una pista de terra. Nosaltres, en canvi, seguim amb en Mohamed un camí a mà esquerra, que després de passar la cruïlla de l'Arús ens fa baixar per un congost recorregut per un petit rierol que hem de creuar moltíssimes vegades. Ens acompanyen dos marrecs de 7 o 8 anys calçats amb sabates desgastades. Quan penso en el que patim pels nostres fills no puc deixar de sorprendre'm en veure dues criatures baixant per un barranc ple de salts, travesses d'aigua i un ràpel. No m'estranya que tinguin el valor de jugar-se-la per passar l'Estret i buscar una vida millor.

Després d'una jornada fresca al principi però molt calorosa al final, arribem a un planell envoltat de grans nogueres on plantem les *haimes*, grans tendes quadrades amb el terra d'estores. Pugem al petit poble d'Abachkou que hi ha al costat i fem les darreres compres.

2.ª ETAPA: Abachkou-Vivac. Horari: 5 h

Tota la nit en blanc. Els maleïts gossos de pastor no ens han deixat dormir. Fem un petit barranc i comencem la pujada. Pel camí trobem petits molins de farina. A la primavera la gent aprofita la força de l'aigua del desglaç per moldre blat de moro. Són molins familiars que ara romanen tancats esperant la propera estació. Ens avancen algunes famílies al damunt de les mules. Sempre hi ha algú que puja o baixa, i com que ahir va ser mercat molts són nòmades que hi han anat a comprar. En Mohamed ens comenta que molts necessiten dos dies per anar al mercat, passant ports de muntanya de més de tres mil metres.

Avui tenim un convidat a sopar: un pastor que viu amb el seu ramat en una gran balma. Té una edat indefinida i només parla bereber. En Mohamed ens indica que vol que li mirem un ull malalt. Fem el que podem i l'home es desfà en compliments. Es queda a sopar i s'ho passa d'allò més bé tocant el tambor i cantant.

3.ª ETAPA: Vivac-Tarkeddit. Horari: 6 h

Són les sis del matí. A l'exterior fa molt de fred. Avui cal fer una bona pujada, primer fins al Tzi Rougoult (2.860 m). Quan arribem a dalt, l'espectacle és grandios. El nostre camí continua a l'esquerra, però cap a baix veiem la plana on hi ha Ouarzazate, la ciutat emmurallada, i més enllà la terra vermellosa del desert saharià, embolcallada, malgrat que són les vuit del matí, d'un pesat núvol groguenc. Un cop a dalt el panorama canvia totalment: una gran planúria s'obre davant nostre. És la Tarkaddit. Tot el camí anem trobant petites construccions per apletar el ramat i perquè els pastors Aït Ata passin l'estiu. Són cabanes de pedres superposades.

La calor és insuportable i el terreny, molt pedregós i sec. No sé pas què deuen menjar les pobres cabres i bens. Ens atensem al marge dret de la plana per veure el formidable congost de l'Uandràs. Un desnivell vertiginós de més de 600 m ens duria al final del congost. El camí continua igual molts quilòmetres. De tant en tant ens sorprèn la corredissa dels esquiroles terrestres, amb els quals compartim l'única font que trobem en tot el dia. Cada vegada perdem més de vista l'Uandràs i comencem a veure els contraforts del massís del MGoun, la tercera muntanya més alta del Marroc. La jornada ha estat extenuant. Finalment, i després de superar una petita collada, apareix una immensa plana on acampem. La Tarkeddit.



4.ª ETAPA: Tarkeddit-MGoun-Assif Oulilimt. Horari: 6 h

Il·luminats pels frontals comencem la llarga pujada al MGoun. A poc a poc va sortint el sol que dona un color vermellós al paisatge. El camí és una tartera gegantina. Arribats a la darrera collada hem de fer tota la carena per aconseguir el punt culminant, l'Irril n'Umsud (4.068 m). Tenim una vista meravellosa: els pics rocallosos i les fonts del riu Tessaut. Al fons de les valls tot és verd, i més enllà, cap a l'est, Ouarzazat, Zagora i les grans dunes de sorra.

Ara s'imposa una lenta i inacabable baixada, hem de tornar per un altre costat per agafar les mules, que ja fa estona que fan camí. Baixem seguint el curs de la vall d'Ulilimt. El terreny és polsegós. Per fi, en la llunyania, les nostres *haimes*. Avui, sopar extra: cuscús vegetal. Hem tingut sort i uns veïns ens han deixat verdures (a canvi de tabac). Aquesta nit és una de les més increïbles que mai he viscut. Una mica allunyat de les *haimes* puc veure un cel esplèndid, amb una quantitat d'estels dels quals per desgràcia ja no podem gaudir a Europa.

5.ª ETAPA: Assif Oulilimt-Tighremt n-Ayt Ahmed.**Horari: 6 h**

Avui el camí ens du seguint el curs descendent de l'Ulilimt fins a Tighremt n-Ayt Ahamed. El sender *muletier* va pel marge esquerre del riu, el qual està encaixonat entre altes parets rocoses, i sovint trencat pels forts desnivells que desemboquen en salts d'aigua impressionants. M'endinso per un d'aquests congostos. Espero trobar en el fang de la vora del riu algun indici de la presència de les escasses panteres de l'Atlas. Però res. Com que és la darrera nit a les muntanyes fem una gran festa. Cal comprar un be. D'això se n'ocupa Omar. Amb una agilitat i fortalesa increïbles puja dalt d'una carena dues vegades, per demanar al pastor el preu i després decidir el be que comprarem. Ens ha sortit una mica car, però una festa és una festa. S'escorxa segons les lleis alcoràniques i després de tallar-li les potes li lleven la pell. Quan està ben net li omplen el ventre amb les potes sense pell i amb espècies i sal. Li cusen la panxa amb el budell prim net i enfilat en una gran agulla matalassera, i cap al forn. És mitja nit quan està cuit. Mentrestant en Mustafà apareix carregat amb patates. Tots ens el mirem amb cara de sorpresa.

Gran nit al refugi. A fora comença a caure aigüaneu i a dins el vent s'escola per totes les escletxes i finestres. Hem fet un gran foc, però el fum no ens deixa ni obrir

els ulls. Al vell guarda li pertoca la pell i el fetge del be. Nosaltres aprenem a fer pa amb les mans. És més dur i difícil del que sembla. Els resultats són una mica decebedors. Però per amor propi ens cruspim aquelles masses indigestes. És una nit especial. Sabem que s'acaba i que el nostre retorn és imminent. Avui la sessió de balls i cants és interminable.

6.ª ETAPA: Tighremt n-Ayt Ahmed- Tabant-Agoutí.**Horari: 6 h**

Al matí següent tenim la sort de veure caure la primera nevada que anuncia l'arribada de l'hivern. Pocs pastors queden a les muntanyes. Ens abriguem amb tot el que tenim i emprenem el camí de tornada a Tabant. Hi ha petites cases de nòmades que ja recullen els ramats per començar el viatge de tornada. Al fons veig un gran tancat ple de bens, quan de sobte s'enlaira un gran cap, i després un altre. Són dromedaris. Durant un moment em trasllado a un pessebre vivent: aquestes cares recremades pel sol, amb la gel·laba que els cobreix el cap per protegir-los de la neu, el paisatge blanc. Són sensacions que cap foto pot reflectir. Parem una mica a xerrar amb els nòmades, són gent molt simpàtica amb la qual compartim uns fruits secs.

Ara cal enfilat el darrer port de muntanya, el Tizi n-Aït Imi. Cada cop neva més i la pujada es fa feixuga. Els *muletiers* van tapats fins a les orelles, però es veuen contents: avui



dormiran a casa. El darrer pas és un estret forat entre dues roques que no deu de fer més de dos metres. Més enllà el món canvia radicalment, la neu desapareix quasi del tot, i al fons es veu una vall verda, fèrtil i banyada pel sol. És la vall dels Aït Bouguemez. Apareixen ginebrons, ramats, nens i els primers pous. D'aquí a Agoutí només cal recórrer un petit camí enmig dels camps, que són plens de gent llaurant i recollint herba i blat de moro.

Ja hem arribat a Agoutí. Tornem a fer nit a casa d'en Mohamed. Comprovem amb quin respecte tracta la mare. Del pare no en sabem res, però no gosem preguntar. Els altres acompanyants desapareixen ràpidament, però mitja hora després tornen a venir, dutxats, amb les millors gel·labes que tenen i perfumats! Tots volen que anem a casa seva per saludar la família. Recorrem el poble sencer. Jo dono la mà a Mustafà, fet completament natural per a ells i signe de la més alta confiança. Al principi m'incomoda però m'hi vaig habituant. A cada casa som obsequiats amb llet fresca, mel, galetes, ametlles i melmelades. Algunes cases tenen escalfador d'aigua i cuina de gas; són gràcies als emigrants, que aporten diners o electrodomèstics en cada viatge que fan de retorn a casa. En Mohamed no hi té ningú a l'estranger, per això a casa seva cuinen amb fogons de carbó vegetal. Allí hi ha totes les generacions femenines. Quan li demano si puc saludar la seva mare i veure com es cuina un *tajine* s'estranya. Ells tenen un gran respecte per la dona, malgrat això la mantenen a part. Mai cap dona de la casa entrarà a la gran sala comunal. Mengen i fan la tertúlia a la cuina.

L'endemà d'hora tenim el vehicle esperant-nos. Marxem cap a la nostra confortable Europa, i ells es queden esperant una nova tanda de turistes o una ocasió per fugir a Occident.

Se m'atansa un vell amb un paquet embolcallat en un drap. Em diu que és per al viatge. L'obro i és un pa. No coneixia res d'aquella persona. Així són els berebers de l'Àtlas marroquí.

DADES PRÀCTIQUES

Situació i accés

El *trekking* s'inicia a Agoutí, a la vall dels Ait Bouguemez. Per arribar-hi, la millor opció és llogar una furgoneta a Marràqueix, via Azilal. Hi ha 220 km. Darrerement han acabat d'asfaltar tot el camí. A Azilal es pot dinar i comprar tota mena d'estrís (gas, etc.). També hi ha bancs i

farmàcies. Una opció més llarga és anar amb autobús a Azilal, d'allà a Ait Mohamed en taxi col·lectiu i seguidament a Agoutí en un altre taxi. Si escolliu la primera opció, quedeu entesos amb l'empresa, pel que fa al preu del cotxe, si inclou el sou del xofer o qui paga la gasolina. Hi pot haver sorpreses. Això sí, són seriosos i mai no falten a una cita.

Època aconsellable

Tot l'any. Ideal de maig a octubre. Durant el mes d'agost pot haver-hi fortes tempestes que provoquin la crescuda dels rius. A l'hivern trobareu neu i molt de fred al Plateau de la Tarkeddit. La pujada hivernal al MGoun requereix piolets i grampons.

Material necessari

Serà l'habitual per fer un *trekking*. A la primavera i tardor hi sol ploure i a l'hivern fa molt fred. De dia fa molta calor, seran, doncs, imprescindibles gorra, ulleres de sol i cremes solars. A l'estiu les nits poden ser molt fredes al Plateau de la Tarkeddit. Porteu calçat de recanvi, ja que hi ha força estones dins dels rius. I no oblideu el banyador. A Tabant hi ha botiguetes i el diumenge hi ha un gran mercat.

Dificultat

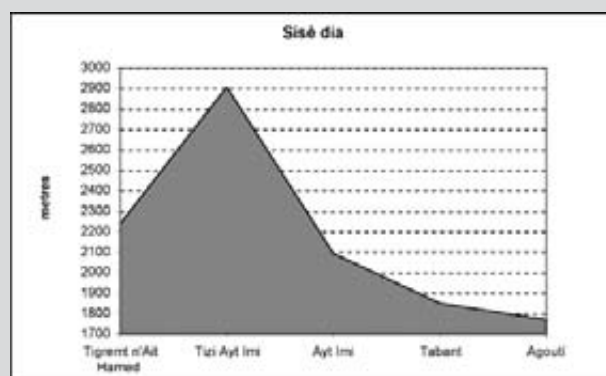
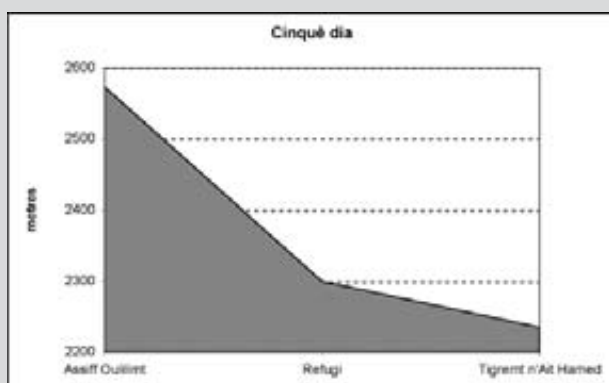
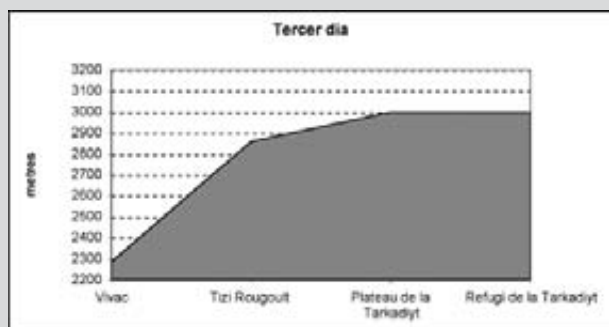
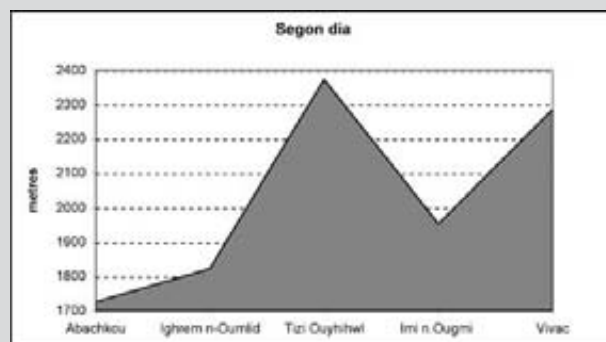
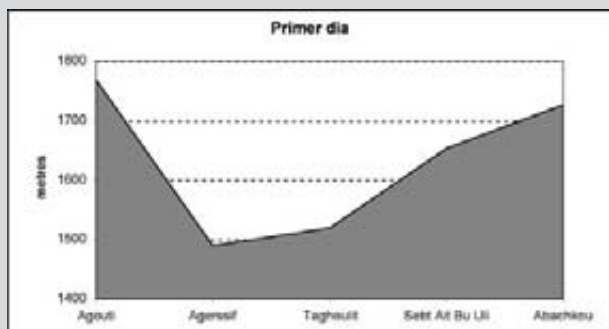
Tècnicament, és mitjana. Les etapes solen ser de 5-7 hores. Hi ha collades com el Tizi-Rougoult i el Tizi-n-Ayt Ahmed que exigeixen cert esforç. La pujada al MGoun és llarga però no exigeixen cap mena d'habilitat tècnica.

Allotjament

A Agoutí us podeu allotjar *chez l'habitant* a canvi de petites recompenses. Recentment s'ha construït a la vora un petit alberg regentat per un marroquí i la seva dona suïssa. Durant tot el recorregut es pot acampar lliurement. No ho feu, però, en els llits secs (*oueds*) ni a les vores. Fóra perillós en cas de pluja a les muntanyes. Si acampeu a prop de nòmades o poblets no us atanseu als gossos. Són molt ferotges en la defensa del seu ramat. Si heu d'acampar en terrenys d'un poble demaneu permís al *caïd* (alcalde). Us ho agrairan.

Altres dades

Trobareu bons guies federats a la *Gite d'Etape* d'Agoutí, a la carretera mateix. Estan molt ben formats tant a nivell muntanyenc com de cultura bereber, sanitat, socors, etc.



Un bon contacte és en Mohamed Al Mansouri (momoun-trek@yahoo.fr). Malfieu-vos dels falsos guies que us buscaran a Marràqueix i Azilal. Exigiu la titulació oficial. Els preus són oficials i innegociables, com els sous dels *muletiers* i animals de bast (que també trobareu a Agoutí).

Moneda: la moneda oficial és el dirham (11,10 :1 euro / 2006). Accepten, però, també euros i a Marràqueix targetes de crèdit. Vigileu amb les del tipus *electron*, ja que no tothom les accepta. Porteu sempre el mínim a sobre. A la muntanya i als pobles mai no hi ha problemes.

Vacunes: com en qualsevol esport de cert risc caldria tenir al corrent la vacuna antitetànica. També és aconsellable la antihepatitis. Abans de marxar passeu per la Delegació Territorial de Sanitat i Seguretat Social. Av.

Alcalde Rovira Roure, 2 (973 70 16 34). Eviteu beure aigua sense tractar, menjar fruita sense pelar i verdures sense rentar. Els guies solen portar desinfectants per netejar les verdures. A les ciutats no mengeu gelats.

Bibliografia i cartografia

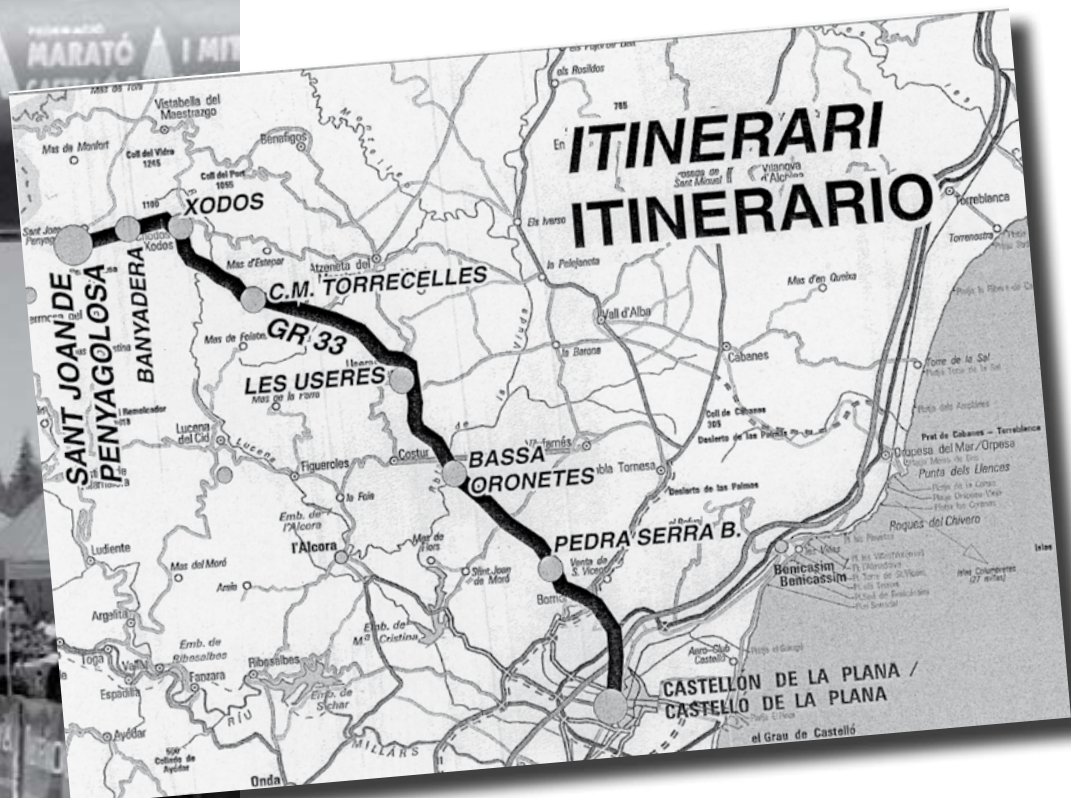
MIMÓ, R. *Marruecos, guía de trekking y excursiones*. Sua Edizioak: Bilbao, 1998.

SMITH, K. *Trekking in the Atlas Mountains*. Cicerone Guides. 2004.

GALLEY, H. *Montagnes du Maroc*. Editions OLizane: Geneve, 2004.

MGOUN MASSIF. *International-Mountain Map/Guides series*. West Col Productions.

Chus Muro Figueres / jesusmuro@andorra.ad



IX MiM (marató i mitja): Castelló / Penyagolosa

Després d'estar a Finlàndia al febrer fent una travessa, tenia ganes de fer una cursa llarga de muntanya.

Divendres 11 de maig de 2007

Arribo a Castelló de la Plana cap a les 21 h 15' després d'unes hores conduint i d'haver preguntat a la gent on era la plaça on donaven els dorsals de la cursa. Quan hi vaig arribar estaven recollint tot el "tinglado" i ja havien repartit tots els dorsals, així és que me'n van haver de fer un per a mi, ja que havia pagat la inscripció feia quinze dies, i em van donar el número 1118. Des d'aquí he de donar les gràcies a la Carme de l'organització per la seva amabilitat i per les seves recomanacions, que fes els 65 km de la cursa amb calma i dosificant-los, que portés gorra, crema solar i una rinyonera de boteller. La veritat és que no li vaig fer gaire cas, sobretot pel que fa a la sortida, ja que vaig sortir a les 6 h del matí del dissabte corrent com si hagués de perdre l'autobús.

Teníem com a màxim quinze hores per acabar la cursa. Vam sortir de Castelló, a nivell de mar (27°), vam passar pel pic més alt, el Penyagolosa (1.300 m), i vam acabar a Sant Joan de Penyagolosa.

Hi ha sis avituallaments, 2.500 m de desnivell de pujada i 1.000 m de baixada. Es passa pel GR33 durant bona part del recorregut. Sortida a Castelló de la Plana, després a Pedra Serra B, a Bassa Oronetes, el km 33 (meitat) està a les Useres, després CM Torrecelles, Xodos, Banyadera i s'arriba a Sant Joan de Penyagolosa.

Jo hi vaig arribar en un temps de 9 h 50 min 38 s.

Posició general: el 316 d'un total de 1118 corredors inscrits. Posició categoria: el 226 d'un total de 738 corredors d'aquesta categoria.

Van abandonar 318 corredors.

Aquesta cursa està considerada de les deu millors d'Espanya, de la seva categoria, per la revista *Runners World*.

Els tres primers guanyadors i les tres primeres guanyadores foren:

- 1r • Remigio Queral: 5 h 37 min 13 s
- 2n • Salvador Calvo: 5 h 47 min 50 s
- 3r • Antonio Ruiz: 5 h 52 min 15 s
- 1a • Rosa M. Guillamon: 6 h 12 min 51 s
- 2a • Noemí Bachero: 6 h 26 min 57 s
- 3a • Marta Vidal: 6 h 43 min 44 s

Eduard Albesa

Apunts i comunicacions

A la web del centre www.cel.cat hi trobareu una llengüeta que hi diu FOROWEB. És un fòrum, una mena de taulell d'anuncis, on tothom pot deixar-hi missatges, comentaris o qualsevol informació d'interès. ANIMEU-VOS A PARTICIPAR-HI!

Novetats biblioteca:

- **Montserrat: Cara Sur (2006).** [Barcelona: Edicions SuperKcrack.
- **Gúdar-Javalambre (2006).** Aragón: Gobierno de Aragón y Sodemasa, 2006. Red Natural de Aragón. ISBN: 84-8321-809-1
- **25 excursions pel front del Pallars (2006).** Segura, Joan Ramon. Valls: Cossetània Edicions, 2006. Col·lecció Azimut, 67. ISBN: 84-9791-224-1
- **Escalades al Ripollès (2006)** [Barcelona]: Supercrack Edicions, 2006. ISBN: 84-6111-1116-9
- **Tras las huellas de Lucien Briet: soberbios Pirineos (2006).** Acín Fanlo, José Luís. Zaragoza: Prames, 2006. ISBN: 84-8321-214-5
- **Pirineos: 400 excursiones fáciles (2004).** Borràs Perelló, Lluís. Madrid: Desnivel. ISBN: 84-96192-30-X.
- **Avencs de Garraf i d'Ordal: fitxes i topografies; Simas de Garraf y Ordal: fichas y topografías (2006).** Ferrer Rico, Víctor. ISBN: 84-933711-1-4
- **A prop 2005: activitats turístiques a prop de Barcelona (2005).** Barcelona: Diputació de Barcelona, 2005.
- **Reconstrucció de postguerra: construir sobre runes (2006)** [DVD]. Lleida: Universitat de Lleida. Servei d'Història, Documentació i Patrimoni. Llocs de memòria amb història. ISBN: 84-8409-203-8.
- **Trinxeres i guerra civil: el Pallars (1936-1939) (2004)** [DVD]. Lleida: Universitat de Lleida. Servei d'Història, Documentació i Patrimoni. Llocs de memòria amb història. ISBN: 84-933663-07.
- **Camins antics. Camins d'Història (1998).** Aymamí i Domingo, Gener. Barcelona: Publicacions de l'Abadia de Montserrat: 1998. Col·lecció Llibre de Motxilla. ISBN: 84-8415-0062-2.

JA SABEU QUE DES DE FA POCS MESOS TENIM LA NOVA WEB DEL CENTRE:

www.cel.cat

HI PODEU TROBAR EL SEGÜENT, ENTRE ALTRES TEMES:

- Les notícies i esdeveniments que genera la nostra entitat.
- Les activitats programades, més informació i l'última hora.
- Informació important a destacar, relacionada amb la nostra entitat.

I alguns apartats més on podeu participar i col·laborar:

- Un apartat de "RUTES I TRACKS", on podeu descarregar-vos rutes per GPS o ressenyes. També ens podeu fer arribar les vostres rutes o ressenyes perquè les puguem afegir.
- Un apartat de fotos, on podeu fer-nos arribar aquelles adreces vostres amb fotografies de les sortides i que vulgueu compartir amb totes i tots.

Esperem, doncs, la vostra col·laboració i participació, bé sigui aportant ressenyes, rutes i/o fotografies.

MOLTES GRÀCIES!

BENVINGUTS ELS NOUS SOCIS:

- Maite Utgés Nogués
- Joan Virgili Montserrat
- Jaume Perdices Hervas
- Constanza Navasa Pardo
- Miguel Gómez Velasco
- Raúl Cristóbal Gili
- Gilbert Brenes Solsona
- Joel Jove Martí
- Albert Bosch Suau
- Raül López Majoral
- Eduard Cuadrat Borrell
- Ana Carrasco García
- Salla Revilla Carrasco
- Fernando García Marcos
- Jazmín Susana Weinstock Pomerantz