

ARRASTA



ARESTA 95

SETEMBRE-OCTUBRE 2008

2

TEMA DE PORTADA

10 TRANSMONTSECS A L'ESQUENA!

Francesc Català i Alòs

5

ARTICLE

PORT DE SALAU

6

SEAM

MONTSEC DE RÚBIES: EL PELADET - VIA INTEGRAL DE RÚBIES

Guillem Ullastre

8

ARTICLE

ELS TRES MISTERIS DE LA VALL DE SUSA (PIEMONT)

Feliu Izard

11

MUNTANYISME

LA PICA D'ESTATS

Dolors Llordés

12

SENDERISME

GR11: DE SALLENT DE GÁLLEGO AL CAP HIGUER (III PART)

Pep el Valencià

14

ITINERARI EXCURSIONISTA N 95 SERRA DEL CATLLARÀS (BERGUEDÀ)

Manel Cortès - Joan Ramon Segura

16

APUNTS I COMUNICACIONS

Equip ARESTA

Com diu l'anunci de la TV, després de l'estiu, LA MARATÓ, la maratón de la feina, la maratón de l'escola, la maratón domèstica, etc. Nosaltres hi podríem afegir la maratón del CEL. L'estiu ha passat, i no de la mateixa manera per a tots, uns hauran viatjat a terres llunyanes, d'altres potser a terres més properes, uns altres s'hauran passejat pel nostre Pirineu o d'altres muntanyes i encara hauríem d'anomenar aquells que, per protegir-se de la forta calor ponentina, s'hauran passat l'estiu abraçats a l'aparell d'aire condicionat. Tant se val, no hi ha res escrit al respecte, la qüestió és que allò que cadascú ha escollit, ho hagi fet sota el lema de la llibertat.

Benvinguts tots a la tardor del CEL, una tardor que com cada any s'estrena amb la Transmontsec (quan encara tenim el bon regust de la Cuita el Sol), i que enguany serà ja la XIII edició.

Aprofitem per agrair a tots aquells que fan possible que el CEL tiri endavant, ja sigui com a impulsors de diferents activitats, als seus organitzadors i directius, als col·laboradors en les tasques generades per aquestes activitats, als participants, a aquells que de tant en tant s'atansen al Centre per fer-lo més viu encara, als exposicionaris, als que fan possible que es pugui gaudir de projeccions en temps de fred, a tots aquells que han portat el Cel més amunt dels 8.000 metres als que, mes darre-re mes, es reuneixen per fer balanços i proposar noves actuacions, a aquells que esmercen bona part del seu temps a preparar publicacions de temes relacionats amb l'excursionisme o intentant recuperar la memòria històrica del CEL... en una paraula, a tots els socis i les sòcies que d'una o altra manera aconsegueixen fer del Centre un punt de referència a la nostra ciutat.

Sigui com sigui, benvinguts tots a la maratón de la tardor del CEL.

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: La Transmonsec. Foto: Francesc Català.

COL-LABOREN:

LA PAERIA



Ajuntament de Lleida



Fundació Pública de la Diputació de Lleida



Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura

10 Transmontsecs a l'esquena! I... continuarà...



Fa estona que vaig envoltat de gent que pedala amb una eficàcia que a mi em costa de creure, ja fa quilòmetres que he posat tots els pinyons que tenia i el plat petit no ha parat de treballar... no sé quant queda de pujada però això és molt i molt dur... i dieu que hi ha dos montsecs a pujar, bé... ja veurem com acabarem...

Ja només falta això, veure que de cada cruïlla surt gent que s'ha perdut, com em passi a mi, m'han de venir a buscar en helicòpter perquè no em queda ni una reserva més d'energia per refer un camí que no s'acaba mai.

Octubre de 1997 (la meua 1a edició)

Sense saber ben bé on m'havia posat vaig emplenar la butlleta de la II Transmontsec i la vaig córrer, i tant si la vaig córrer, i us ho ben asseguro... vaig estar 10 hores i 43 minuts a sobre de la bici per fer els 104 km i els vora 3.500 metres de desnivell acumulats. Amb l'amic Agustí Víctor hem parlat molt d'aquella primera Transmontsec meua i la segona que ell corria. Van ser unes hores interminables que ens van portar pels camins clàssics, però alhora els més recòndits del Montsec, amb la bici amunt i avall, a estones a sobre i força estones també carregant-la al coll.

El sorprenent és que després d'aquella epopeia n'hàgim fet deu més, no sabem si hi ha gaire gent que l'hagi fet tants cops com nosaltres, però el que segur que no hi ha, és ningú que les hagi acabat totes, per a nosaltres el llistó cada cop és més alt ja que l'orgull d'haver acabat totes les edicions en què hem corregut és un repte de cara a les properes; i sabem que no és fàcil perquè en una prova així no hi juga tan sols la condició física, moltes vegades cal tenir la sort de no trencar la màquina, de trobar-se bé durant tot el dia i de no perdre's en alguna cruïlla en què el desgast ja no et deixa veure els senyals.

"I tu què? Continues o ho deixes?" em pregunten en un control... Com si ho deixo? Porto aquí cinc hores pedalant i em pregunteu si ho deixo... però que tanquen els controls? "Clar noi... tu ja gairebé ets fora de control." Només faltava això, fa tres setmanes que he tornat de l'Àfrica després de no fer res durant un mes i ara em comencen a fer córrer com un boig... la primera pregunta que estic fent a cada control és quan falta per tancar-lo... sembla talment que estigui fent les darreres compres de Nadal i m'estiguin tancant les botigues als morros.

Octubre de 1999 (3a Transmontsec)

La Transmontsec és, amb molta diferència, la prova més dura que he fet mai, i sempre em pregunto per què torno a córrer-la any rere any. Les respostes són diverses, primer perquè sóc amnèsic quant al cansament que pateixo en cada edició, i... després tinc molts altres motius que m'animen a tornar... és com un partit de futbol en què jugues a casa, el Montsec, la gent del CEL als controls, els companys de cursa... tot això fa molt més portadors el centenar de quilòmetres que fem, però, a més a més, ja ha esdevingut una clàssica en la meua vida esportiva, quan arriba la tardor es prepara la Transmontsec, de forma tan natural com els arbres comencen a despendre's del seu fullam.

Jo sóc d'aquests excursionistes un xic primitius, que encara no fem anar begudes isotòniques ni coses per l'estil, i l'invent d'aquesta edició ha estat de posar una mica de liti-nes a l'ampolla d'aigua per recuperar sals... i no sé ben bé si ha funcionat, però el que m'ha produït són uns terribles mals de panxa que ajuntat al còctel de barretes energètiques, fruita, barrejat amb el meu innovador invent m'ha fet passar unes estones damunt de la bici inoblidables... sort que he pogut baixar de la bici i amagar-me en un marge per aparcar el tema i decidir de no tornar a repetir una provatura d'aquesta mena.

Setembre de 2002 (5a Transmontsec)

Malgrat tot el que com a home crític que sóc he comentat als organitzadors, sempre amb sentit positiu i agraïment, he de dir que s'ha de valorar l'esforç col·lectiu del CEL, però també l'esforç personal que han fet els qui han encapçalat l'organització de les diverses edicions, dels dos que jo he conegut es veu clarament el seu esperit en la prova, el Jordi Jové, va imprimir un aire èpic, amb recorreguts alternatius any rere any, amb un sentit de l'aventura de fer una prova on l'orientació i la resistència eren essencials. Segurament ell recollia la idea que va tenir el Rosendo Oliva,

creador del recorregut. Després ha vingut el Joan Aige, i avesat com està a les curses de bicicleta ha donat un aire més ciclable a la Transmontsec, cosa que a hores d'ara ja agraeixo, perquè això d'haver de patir pujant i a l'hora de baixar haver d'arrossegar la bici més estona que anant-hi a sobre, ja començava a fer-me dubtar de les meves forces a l'hora d'afrontar els nous reptes. Crec decididament que el Centre ha de valorar molt positivament la tasca d'aquestes persones i que les ha d'ajudar en una prova que el CEL no ens podem deixar perdre sota cap pretext.

Aquesta vegada el temps no està acompanyant, som a mitja pujada del Montsec d'Ares i no es veu res per la boira... per sort ja estic arribant amb molt bon temps a Sant Alís... i de cop i volta sento un soroll... noto que la cadena de la bici és fora i miro enrere... tinc el desviador trencat penjant de la sirga... he fet pana!... Ara ja veig que aquesta serà la primera vegada que no acabo la prova... i a sobre es posa





a ploure... arraulit dins del cotxe del control de Sant Alís sento com el Roman diu que ja n'està tip, que ho deixa allà dalt... que quina manera de ploure, aquesta.

No m'ho he pensat ni un segon, li he demanat la bici i en dir-me que no era seva però que en fes el que volgués hi he posat el meu dorsal i ja m'enfilava avall cap al GR 1... el que no sabia és que a mitja baixada entraria triomfalment dins un toll més llarg que jo mateix, que em quedaria sense frens... i que acabaria la cursa caminant amb l'Eli Socies fins a Cellers, on l'organització va tenir el seny de neutralitzar la prova.

Octubre de 2003 (6a Transmontsec)

El que més m'agrada és recordar les anècdotes que s'han anat acumulant en les diverses edicions, he repassat els meus apunts i hi he vist l'evolució pròpia d'un iniciat a una vivència que és córrer cursa rere cursa... del que em queda en trec pinzellades com l'any que vaig entrar a la meta de la mà de l'Agustí Víctor, després de fer el tram final junts; les nits passades al refugi de l'Estació de Cellers traient aranyes de sota el llit; les albaides fredoliques escoltant amb calça curta els consells del director de cursa; els ànims dels col·legues del CEL en cada control; el petó que vaig donar al meu fill i la meua dona en la primera edició en què van venir a veure'm amb els cinc mesets de l'Oriol; les enrabiades després de cada cop de pedal a les cames, mentre arrossegava la bici en les baixades impracticables; i la fatiga soferta amb la resignació de saber que estava dedicada a aquesta quimera que és l'afany d'acabar totes les curses d'una prova que tot el CEL pot estar ben content de tenir el privilegi d'organitzar.

Més... més coses recordo cada vegada que hi penso, l'any que el company Jordi Guivernau em va pujar amb el seu cotxe cap a Àger i que vam fer un tros de cursa junts; la insuportable calor que he passat sobre la bici en moltes de les edicions i el fred a les mans en les que han resultat més extremes...; i les vegades que he hagut de començar a xiular per no pensar en el mal que em feien els palmells de les mans en les boterudes baixades que algun cop ens hem empescat.

Aquest any el recorregut no ha presentat sorpreses, és la segona vegada que es fa per pistes força ciclables i fins i tot han asfaltat la pujada al coll d'Ares... això ja no és el d'abans, encara que tot plegat no ha variat gaire respecte l'any anterior... he fet els 104 sabent bé on era en cada moment i el que restava per fer... això no ha fet que patís menys ja que les deu hores i mitja que he estat rodant per aquestes contrades el meu cos les nota minut a minut, i si hi penso encara no sé ben bé què em porta a estar tan content d'haver acabat una vegada més aquesta meravellosa forma d'emplenar el temps que és fer la Transmontsec en menys de dotze hores.

Octubre de 2007 (10a Transmontsec)

Text i fotos: Francesc Català i Alòs

Port de Salau

Com cada any a primers d'agost, avui ha tingut lloc la **XXI Pujada al Port de Salau (2.015 m)** on se celebra l'agermanament i la reivindicació de les cultures occitana i catalana, així com la llengua i l'històric túnel de Salau.

Catalans i occitans pugen al port de Salau des d'ambdós vessants pirinencs en una jornada plena d'actes festius, balls típics, música tradicional i repartiment de productes entre els assistents de les dues bandes, tot això en un marc de muntanyes preciós. Enguany **unes 500-600 persones s'han reunit al port de Salau** per celebrar aquesta trobada en un dia radiant.

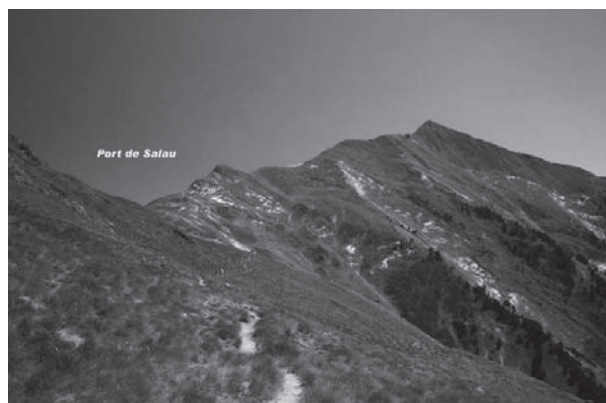
I aquí us deixem les notes sobre la **meteorologia** en el dia de la trobada dels darrers anys que hem pogut trobar.

Font: caoc.cat

“El 1997 l'afluència fou molt important per cada costat. El 1998 a causa de la pluja i neu només hi pujaren alguns valents. El 1999 tornà ser un èxit de gent, més de 600 persones, i un bon sol. El 2000 hi ha boira, plugim

i fred, però malgrat tot això hi assisteixen entre 300/400 persones, de les quals 200 són occitans. Entre els anys 2001-2005 l'assistència fou molt nombrosa i el temps esplèndid. En canvi el 2006 feia un fred que pelava (5 graus) però es feren tots els actes i per primer cop s'hissaren les dues banderes al mig del Port. El 2007 el dia va ser esplèndid.”

I el 2008 ja el veieu vosaltres mateixos a les fotos.



Fotos: Ramon Baylina/Conxi Ciurana.



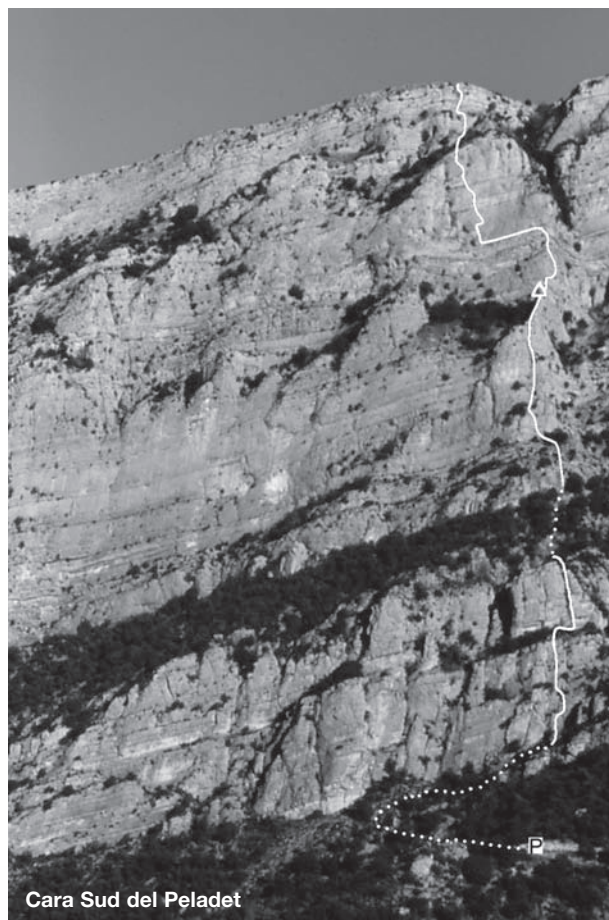
Montsec de Rúbies: el Peladet (1466 m)

Via integral de Rúbies (500 m, 6a +- A1(7a/b))

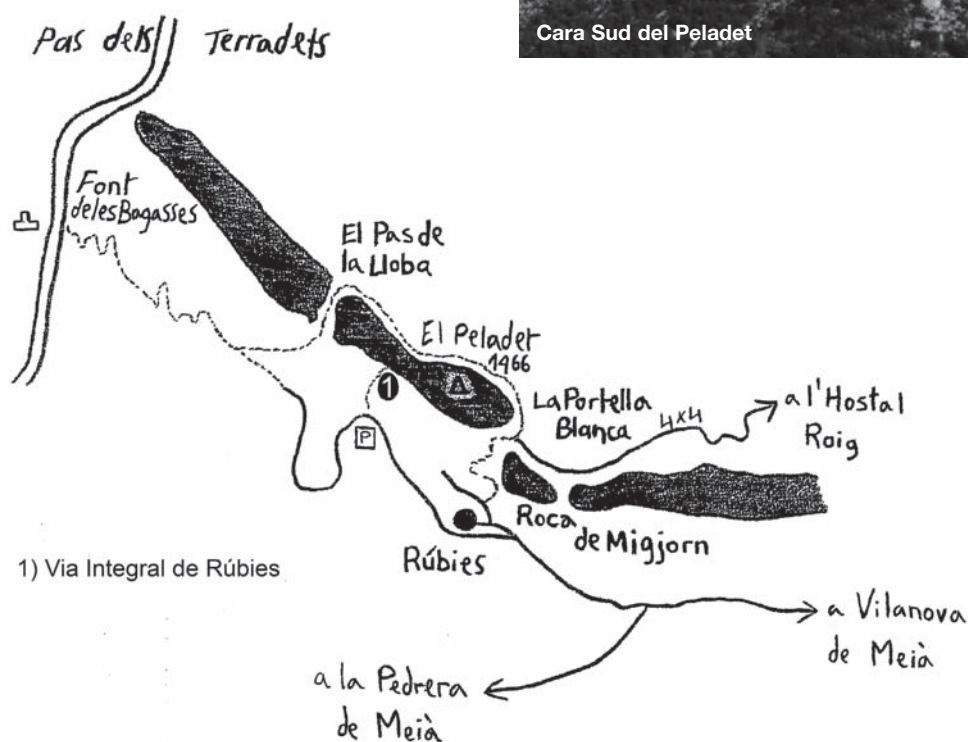
Al cantó oriental del Peladet, s'han conclòs una desena de vies des de l'any 2002, quan "s'estrenà" el sector amb l'obertura de la via DIRECTA (X. Mercadé i G. Ullastre).

Després de cinc jornades d'escalada —i neteja simultània— distribuïdes entre els mesos de maig i juny del passat any, amb el meu germà Ferran i amb el nostre amic Xavier i el seu suport incondicional, aconseguírem acabar una sorprenent ruta, la INTEGRAL DE RÚBIES, que va resultar ser la més llarga de tot el Montsec de Rúbies.

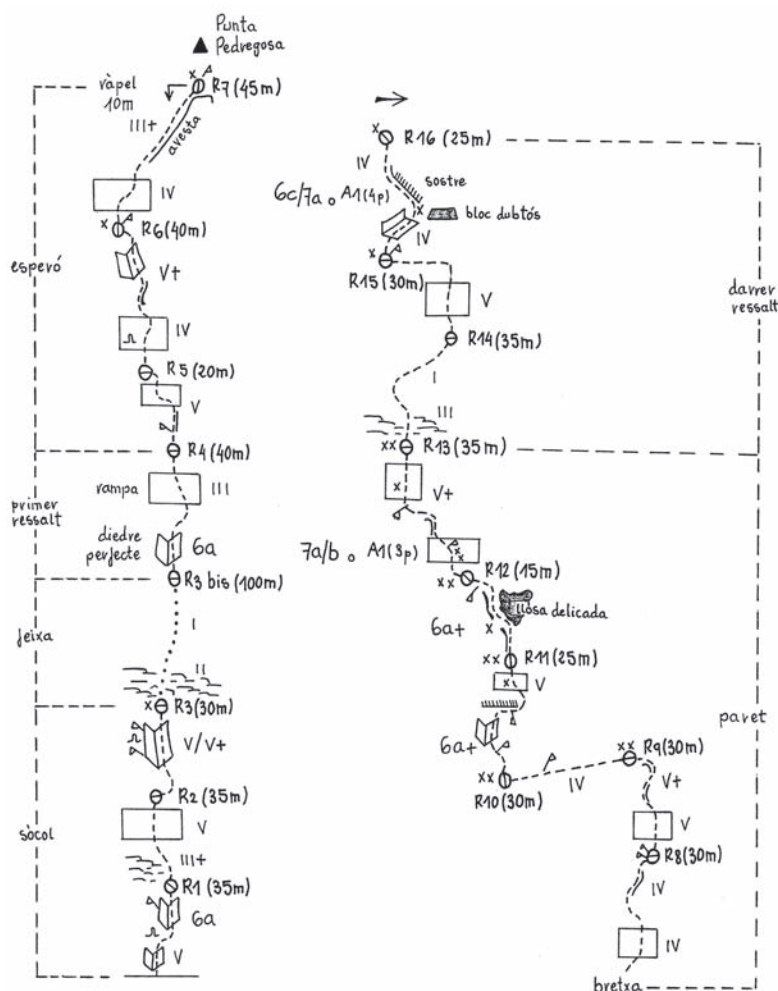
L'enginyosa via aprofita tot el desnivell escalable d'aquest sector de la serra, en el que domina una gran muralla rocosa força complexa. La roca de l'itinerari és en conjunt molt bona, a excepció del setè llarg. L'ascensió és extremadament variada, atesa l'especial estructura i morfologia de la paret. Cal preveure, per a properes repeticions, de 6 a 7 hores d'escalada.



Cara Sud del Peladet



Plànol de la zona de Rúbies



Ressenya de la Integral de Rúbies.

Primera ascensió: 10/6/2007 per Xavier Garcia Daura (SEAM), Ferran Ullastre (SEAM) i Guillem Ullastre (SEAM).

Material: tascons, friends (del 0 al 3,5) i bagues.

Equipament: 21 espits, 15 claus i 13 bagues.

Roca: calcària.

Època: tot l'any menys a l'estiu.

Aproximació: de Vilanova de Meià pugeu per carretera cap al Pas Nou. A mig camí i poc abans d'arribar a la Font de la Figuera, trenqueu a l'esquerra per una pista (cartell indicatiu), seguiu-la fins a Rúbies, passeu el poble (uns 800 m) i acabeu aparcant en un revolt molt pronunciat. Des d'aquí i per un corriol força fressat (fites) s'arriba a l'inici de la via (10' des del cotxe).



Ferran Ullastre superant el dotzè llarg de la Integral de Rúbies.

Descens: un cop acabada l'escalada, marxeu en direcció est (aproximadament), passeu pel capdamunt del Peladet, baixeu a la Portella Blanca, creueu i davalleu (direcció sud) pel camí fins a Rúbies i el vehicle (40').

Cartografia: I.C.C. 1/50 000 NOGUERA; Ed. Alpina 1/40 000 MONTSEC.

Guillem Ullastre



Els tres misteris de la Vall de Susa (Piemont)

Quan un va als Alps italians i hi va pel llarg i tenebrós túnel de Fréjus, de 12,870 km (el tercer més llarg dels Alps després del Sant Gothard de 16 km i el d'Arlberg de 14), en entrar a Itàlia se li obre la vall de Susa o de la Dora Riparia. Una vall esplèndida, oberta i plena de túnels i de misteris. Com que solem anar molt de pressa i dirigits cap a la vall d'Aosta per Torí (Cerví, Gran Paradiso, Mont Rosa i altres cims que ens esperen neguitosos), no fem gaire cas del que veiem, ja que els vuit túnels amb un total de 17,136 km que hi ha, ens impedeixen una mica les vistes. Tot i això, es veu una muntanya molt alta al davant i un monestir penjat dalt d'un turó que ens crida l'atenció.

Remenem pel mapa i veiem que la muntanya és el Rocciamelonne i el monestir la Sacra de Sant Michele. I continuant amb els mapes, veiem que hi ha una carretera que s'enfila per una vall fins molt, però que molt, amunt. I sempre diem que un dia que faci mal temps, hem d'anar a veure-ho. Però quan fa mal temps, anem a Xamonics, on el clima és diferent i ens oblidem dels misteris del Dora Riparia de la vall de Susa.

El Rocciamelonne és una muntanya imponent, tipus Monteixo, que arrenca des del mateix poble a Susa, a

només 500 m fins els 3.580... quina "Cuita el Sol" que hi podríem organitzar! I el monestir, encimbellat dalt d'un altiu turó, resulta que té fàcil accés i es pot visitar. I la carretera, aquella tan alta?

A primers de juliol, com que vaig fer de xofer de la meva filleta als "2 Alps" i em sobraven uns dies, em vaig encaminar cap a la vall de Susa a aclarir els seus misteris.

Ja de camí, mirant el mapa de carretera, veig que no passo pas gaire lluny del famós Mont Thabor de Névache, de 3.178 m, aquella muntanya que la Lluïsa, la Teresa i el Paulí amb llurs colles han pujat a l'hivern i que diuen que és tan maca i de molt bon esquiar. M'encamino cap a la vall Stretta pel coll de l'Echelle, un reducte gavatx que dona les aigües al llombard Dora Riparia. Pregunto al xofer d'un autobús que sembla una ratrack que em diu que en una bona matinal s'hi pot pujar (1.400 m de desnivell). Busco lloc per dormir i menjar (una pastosa polenta) al refugi "Terzo Alpini" i l'endemà faig el cim en tres horetes llargues. Feines a trobar el cim, ja que la boira tot ho embolcalla i per sort trobo l'ermita cimal. Baixo corrents, passo per la creu dels "giovanni caduti" al costat d'unes restes de mines de ferro i torno a trobar el xofer, que m'informa de la famosa carretera dels mapes:

diu que és la més alta d'Europa, sense asfaltar i bastant atrotinada, que arriba a 3.000 m al coll del Sommeiller i que és una resta de les defenses italianes de la segona guerra mundial i, que posteriorment, a finals dels anys seixanta, van aprofitar per instal·lar una estació d'esquí d'estiu, amb dos remuntadors, avui ja tancada. Em recomana una residència al bonic poble de Rochemolles, on menjo més polenta.

L'endemà, tot i la pluja que cau sense parar, amunt cap al Sommeiller. Cal deixar el cotxe al refugi Scarfiotti a 2.150 m, ja que la pista està esllavissada, i com que és un camí sense pèrdua possible, fins a dalt de tot. A partir de 2.700 m la pista està plena de neu, plou força i la boira ho mig amaga tot. Per sort, al poc d'arribar a dalt, s'aclareix una mica i puc observar els cartells del final de la pista, unes restes de pilones de teleesquís i que, efectivament, hi ha molt bones possibilitats de fer un 3.333 alpí amb esquís. Retorno al refugi a recollir el cotxe, on el guarda em serveix la polenta "autèntica", segons ell, i baixo a la residència, i més polenta per sopar.

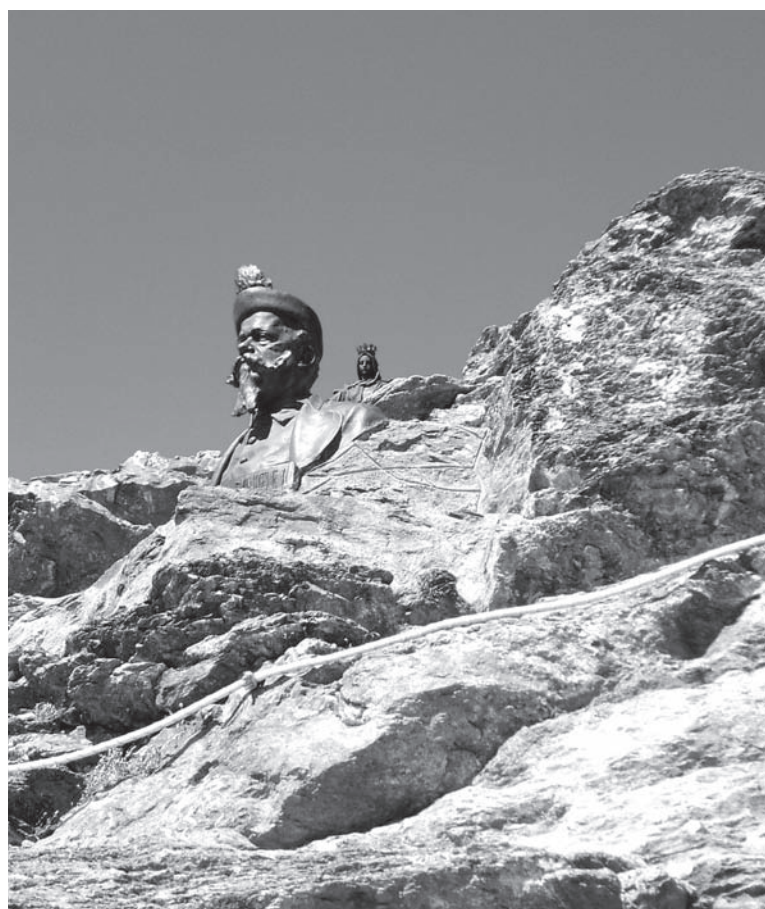
L'endemà, a primera hora encara plou, però m'encamino cap a Susa i pregunto pel Rocciamellonne: ... que si 3.538 m... que si una altra pista fins els "alpages" de dalt... que si la primera o segona guerra... que si un refugi al final de la pista, etc. Total, 20 km de pista estretíssima per arribar al refugi "La Riposa" a 2.200 m. Com que encara no és migdia i l'itinerari es veu molt evident, m'enfilo per un

erosionat camí fins a un segon refugi, birra i continuo, passo per la Crocetta a 3.306 m fins a la grimpada final a 3.500 m, on faig mitja volta, ja que es torna a tapar el cel i comença a tronar. Dono una breu ullada al magnífic panorama piemontès: des del Mont Viso fins al Mont Rosa, des del Mont Thabor fins a Torí i la Sacra di Sant Michele i un altre dia ja tornaré a acabar-lo. Moll i xop arribo al cotxe, i els del refugi, tant sí com no, més polenta "autèntica" mentrestant m'eixuguen la roba.

Vaig a buscar la filla als "2 Alps", i anem a revisar el llegendari descens de la Meige des del telefèric de la Grave, aquell descobriment de les "twins" Teresa i Neus. La veritat, sembla més assequible que no expliquen les paoroses cròniques internautes (ple de ràpels i Vinyetes): 1.760 m de desnivell per morrenes del Fernau i un esplèndid paisatge alpí. I si es vol, encara queda un petit teleesquí que et puja fins a 3.550. I si esteu més forts i sou valents, es pot pujar, amb pells i grampons, al pic de la Grave a 3.667 m. O sigui, queden per l'hivern vinent més de 2.000 m de desnivell per neu verge fora pista.



Sacra St. Michele
Arxiu: Imma Dorda



Roccamellonne
Arxiu: Imma Dorda

Sommellier

Arxiu: Imma Dorda



Ens encaminem direcció Torí per veure la Sacra di Sant Michele. Més mapes i més misteris: quin és aquell coll que enguany hi han passat els del Giro i que mai havia sentit anomenar? El coll de la Finestre de 2.178 m, ple de revolts. Més pista estreta i més búnquers de la guerra, amb un fotimer de “tornantes” fins dalt del coll. I la baixada cap a Susa, pobres ciclistes, sense asfaltar amb tots els “tornantes” del món, ja que a partir dels 60 ens vàrem descomptar. I els mapes em diuen que em deixo la “strada dell’Assieta”, una pista de terra exmilitar d’uns 60 km per sobre els 2.000 m tota l’estona, entre la Finestre i Sestriere. Tornem a dormir a Rochemolles, i més polenta de debò.

L’endemà, plovent, cap a buscar la Sacra di Sant Michele al trencall d’Avigliana. Poc abans de Torí, per l’autopista ja es veu impressionant, tot dominant l’entrada de la vall des de més de 600 m d’altura. És un immens complex arquitectònic religiós, d’origen romànic i que ha sofert tot tipus d’ampliacions i modificacions, fins que al segle XVII va ser abandonat. Ara és el símbol del Piemont. No sé per què, em va venir al cap el “nom de la rosa”. I per una altra carretera estreta, s’arriba fins a 5 minuts de l’impressionant monestir.

Quin munt de parets, torres, campanars, finestres i portes penjades al buit... quan em dirigeixo a l’Ares, sense voler, li crido: “Adso”... Tot és pedra de la bona, amb unes boniques pintures murals del segle XV, moltes de l’arcàngel Miquel matant diables i dragons, i cap de la “psicòstasi”. Ara hi viuen uns frares, els “Rosminis”, que ho tenen tot molt ben cuidat, i una bona colla de voluntaris et guien la visita. L’Ares buscava la porta per on llançaven les restes del menjar els cuiners i jo l’entrada al laberint que t’ha de dur a la biblioteca per buscar

l’enverinada “Comèdia” d’Aristòtil. Molt interessant i mentrestant continuava plovent...

Diuen que el fundador, poc abans de l’apocalíptica data de l’any 1000, va ser un senyor de l’Aubergne, Ugo di Montboissier, molt ric i molt pecador (la guia recalca que els havia fets TOTS), que va demanar consell al papa per tal de poder anar al cel quan es morís, i aquest li va fer dues propostes: una, consistia a fer d’ermità en un lloc allunyat de tot arreu sense gastar ni un duro ni pecar durant set anys, o bé, fundar un monestir a l’entrada de la vall de Susa dalt del Mont Pirchiriano, un turó molt punxegut, fent l’església en el punt més alt de tot, i així ajudaria a l’església a defensar-se contra els reis francs i serviria d’asil als moviments de peregrinatge a Roma. El pecador va escollir la segona proposta, ja que li permetia continuar pecant, i va edificar el monestir pensant tot en vertical des de la punta del turó, per així complir els dissenys del papa i acostar-se a Déu. Es pot dir que l’arquitectura romànica de la immensa abadia està volada sobre els estimbats del turó i tot dóna un aire de verticalitat absoluta. Només hi falta la torre de Tàbara, tan ben dibuixada en el Beatus de Torí (escrit i miniat a Girona) i tan ben descrita en el *Nom de la rosa*. Segur que Umberto Eco passà moltes estones meditant en aquest fascinant monestir.

(<http://www.sacradisanmichele.com/index.asp>).

La feina la vàrem rematar visitant les entranyes de la Grande Dixence, les restes del traçat del tren Fell del Montcenisio (increïble per l’època), observant el corredor Marinelli del Mont Rosa des de Macugnana i visitant els “SnowParks” de SaasFee i de Zermatt.

Recepta de la polenta: s’agafa mig litre d’aigua i mig més de llet descremada i una culleradeta de sal i es posa tot plegat en una olla al foc, quan ha agafat temperatura s’hi tira una tassa de farina de blat de moro, especial “polenta”, suaument en forma de pluja fina i es deixa cuinar durant 1 minut llarg, mentrestant es remena amb una pala de fusta. Un cop s’ha espessit una mica, s’hi afegeix un polsim de pebre i nou moscada, una tassa de formatge de Beaufort ratllat, una mica de pernil dolç picat, una picadeta d’all només ensumat per la paella i julivert picat. Es posa al forn fort durant 15 minuts i cal servir-ho de seguida, ja que si no es converteix en la pasta infecta que ens toca menjar en els refugis. Normalment, s’acompanya de botifarra o carn amb suc en un altre plat i es va barrejant i es menja. Per beure, un Eixaders de Vallbona de les Monges. Bona cuina i bon profit!

Feliu Izard

La Pica d'Estats

El diumenge 10 d'agost, continuant en la línia del que ja s'ha convertit en una tradició, una trentena de persones vàrem acompanyar l'alcalde de Lleida Àngel Ros al cim emblemàtic català de més de 3.000 metres, la Pica d'Estats (3.143 m), entre les quals hi havia part de la seva família, amics i un bon nombre de muntanyencs del Centre Excursionista de Lleida.

El campament base estava ubicat al poblet d'Àreu, on s'hi va passar la nit (no goso a dir "on s'hi va dormir" perquè em sembla que no es van aclucar gaires ulls). Cap a les 5 del matí ja hi havia l'esmorzar preparat per omplir panxes i començar l'odissea cap a la Pica. Després de recórrer els 12 km amb cotxes fins al pla de Boet (1.860 m), on s'acaba la pista, i d'invertir-hi res més que la "fútila" d'una hora (té gràcia el senyal on s'hi indica que no se sobrepassin els 40 km/hora), a tres quarts de 7 del matí, el grup expedicionari començava a enfilars el primer tram empinat que mena, després de passar pel refugi Vallferrera (1.940 m) i de molts giravolts, al Pla Canalbona (2.140 m), on la vista reposa (i les cames també) davant d'aquella planura verda i humida. Un cop travessada, la cosa continua pujant cap a l'estany de Sotllo (2.370 m) i l'estany d'Estats (2.460 m), uns llocs paradisiacs per excel·lència amb la roca de color torrat,

el xiuxiueig de l'aigua dels rierols com a música de base i com a teló de fons, la Pica, presidint el gran espectacle. Allà es va fer la primera parada tècnica com cal, amb un segon esmorzar, xerrades, protecció solar, etc. però sobretot observant amb certa inquietud el nostre imminent objectiu: la gran tartera que s'alçava al nostre davant i que ens havia de portar al port de Sotllo (2.890 m), una tartera de 400 metres de desnivell i en algun cas de pendent de 45°, on cal bufar i rebufar per pujar-la, però on la gran expedició no va tenir cap pensament de renunciar al seu somni. Nova parada al coll de Sotllo, des d'on ja es té tota la panoràmica de la vall francesa, i agafar ànims per travessar quatre congestes de neu que aquest any hi havia a causa de les nevades d'aquest hivern-primavera. Després de diversos puja-baixa i amb la fisonomia una mica alterada per l'esforç, vam arribar al coll de Riufred (2.990 m), on una última grimpada (ara cal posar-hi tot el coratge que encara queda) et mena al cim.

Al peu de la creu del sostre català, tot eren abraçades i felicitacions. Estàvem molt contents, ja que tots havíem aconseguit fer realitat una il·lusió personal.

Que per molts anys ens puguem acompanyar!!!

Dolors Llordés



GR11:

de Sallent de Gállego al cap Higuier (III part)

Port d'Urquiaga (912 m) – Elizondo (200 m) 18,75 km // 4 h 45 min

El dia es lleva amb boira que dificulta seguir les marques del GR, que va per damunt del cordal de la carena. A això s'ha d'afegir la distància entre marques consecutives, ja que no hi ha roques ni arbres, a vegades hi ha estaques clavades a terra. També es troba a faltar la utilíssima aspa que t'avisa del camí errat.

A partir del coll de Zoldegui, tornem a la civilització passant per unes casetes d'esbarjo, la de Txau-Xilo té font i taules al pati, igual que la del coll d'Urballo, més endavant. Algunes tenen annexos per a la llenya, que poden protegir-nos si fa mal temps. També trobem búnquers i parades de caça; realment els animals que passen per aquests colls no deuen arribar a vells.

Ja hem entrat a la vall de Baztan i les cases són diferents a les de les valls anteriors, s'assemblen més al que considerem "casa basca": murs combinats de pedra, reboç, fusta i teula en lloc de pissarra. Finalment arribem a la capital de la vall: Elizondo. El poble celebra les festes de Sant Jaume, de la qual cosa en pateixo les conseqüències quan intento dormir a la nit, i és que després de tants dies de caminar, un ja no està per històries. Com que no trobo lloc en l'econòmica pensió Eskisaroi, m'allotjo al luxós Antxitonea (tel. 948 58 18 07), el frontó del poble reformat com a hotel i que gairebé estreno. Plats combinats de "proporcions navarreses" (a bon preu) es poden menjar a Goizalde, a la plaça Major. Malgrat el cansament, dono una volta i guaito les autèntiques festes basques (en paraules d'un pastor que vaig trobar al coll d'Escanda). De moment veig que la gent es dedica a menjar i a beure, com quasi a tot arreu. A la plaça hi ha atraccions pels menuts, una d'elles muntada pels joves d'HB. És un panell de fusta pintada amb figures de policies, guàrdies civils i ertzainas, com aquells on els nostres avis es feien fotografies d'aviador o de torero; l'única diferència és que aquí, els forats de les cares no serveixen per fer-se la foto, sinó per llançar-hi pilotes i fer-les empassar, una bona forma d'ensenyar la convivència a la canalla!

**Elizondo (200 m) – Vera de Bidasoa (56 m)
30,35 km // 7 h**

Malgrat haver dormit poc, toca matinar, ja que tenim per davant una de les dues etapes maratonianes que porten al cap Higuier. Boira i núvols baixos ens acompanyen fins al final. És el típic temps del nord de Navarra, i gràcies que no plou. Per això poca cosa puc contar-vos sobre panoràmiques del riu Bidasoa, del mar o dels pics, com diu la topoguia.

Cal pujar al pla d'Amezti (580 m), on pasturen els cavalls amb els seus poltres, donant una imatge molt bucòlica. El camí fins al coll d'Iñaberri (795 m) està jalonat de vells roures i faigs, símbol de la veneració per l'arbre dels bascs, possiblement l'únic poble espanyol que la té. Des del coll d'Eskisaroi (510 m), on passa una carretera que puja de la N-121, canviem roures per castanyers, però amb la mateixa proporció gegantina i espectacular. Però no tot és botànica. S'hi troba una de les construccions més originals dels Pirineus, les "Palomeres" d'Etxalar, que són unes torres altes de pedra i fusta, situades al llarg de les zones de pas de les aus migratòries, on se situen els caçadors armats amb discs blancs que llancen a les aus (coloms i tórtores); aquestes, creient que es tracta de rampinyaires, s'acosten al terra i queden atrapades en unes xarxes disposades entre els arbres. Podem dinar al restaurant Usategui, a 100 m del camí, o prendre una cervesa i un entrepà a la terrassa del parador del port de Lizarrieta (441 m), al peu de la carretera entre Etxalar i la francesa Sara, ple de records i begudes per als turistes francesos. Si estem cansats, podem baixar en 50 minuts des del coll d'Idoia (260 m) al poble de Vera de Bidasoa per carretera asfaltada. La continuació del GR a través de Santa Bàrbara no està gaire indicada segons els senderristes que vénen de Vera.

Vera és una vila estratègica que conserva velles mansions senyoriales, entre les quals destaca el caseriu Itzea, solar

dels Baroja. Jo m'allotjo a l'hotel Euskaldura (tel. 948 63 09 07), al peu de la carretera d'Irun, amb excel·lent servei de menjador.

**Vera de Bidasoa (56 m) – Irun (5 m) – Cap Higuier (42 m)
30,35 km // 5 h 45 min**

Aquesta darrera etapa és ben diferent a les anteriors a causa de la poca alçada i la proximitat de les concentracions urbanes. Sortim de Vera envoltats pels sorolls d'indústries i cotxes, passem pel costat de xalets, case-rius... i pugem al coll de Telleria (450 m) per baixar, passant pel restaurant Ola-berri, a la presa de San Antón (240 m). Pugem sendes poc clares fins a arribar a la canaleta que porta l'aigua a Irun, la seguim fins a una pista que continuem fins al coll d'Ursain (460 m). Ja estem al País Basc, amb una escassíssima senyalització. Alerta al desviament del coll d'Erlaitz (449 m) on cal abandonar la carretera i dirigir-se a l'ermita de San Martzial, guiant-se per la línia d'alta tensió. Bona idea és, atesa la nul·la senyalització, seguir per la carretera fins a Irun, o millor el GR 121 (volta a Guipúscoa) que ens menarà al mateix lloc, però trepitjant menys asfalt. A Irun deixo la motxilla en una pensió a prop de l'estació, per continuar més lleuger fins al final.

El tros fins a Higuier, passant per Fuenterrabía, se'm fa pesat (el temps oficial de 5 h 45 min es dobla), de fet alguns senderistes el fan amb bus. Cal procurar evitar els carrers més transitats. Damunt, quan arribo al final del passeig, el carrer està tallat per obres, però no en faig cas i passo entremig d'obres i màquines. Un cop davant de la casa del far, no tinc una sensació especial, possiblement em manca poder celebrar-ho amb algú, i encara em queda un tros cap al Mediterrani com el que he fet fins aquí. Després de beure una cervesa al desangelat bar del costat del far, torno a Irun amb bus, quan comença a caure el sirimiri...

Irun és una gran ciutat fronterera on es pot trobar de tot i comunicada per tren amb Lleida, via San Sebastián i Pamplona. A prop del far d'Higuier hi ha un càmping de gent acollidora. De les pensions de les rodalies de l'estació, us recomano la pensió Gemma, millor que la Bidasoa que està al davant, i també la Txistu (tel. 946 61 93 17) al carrer Fuenterrabía.

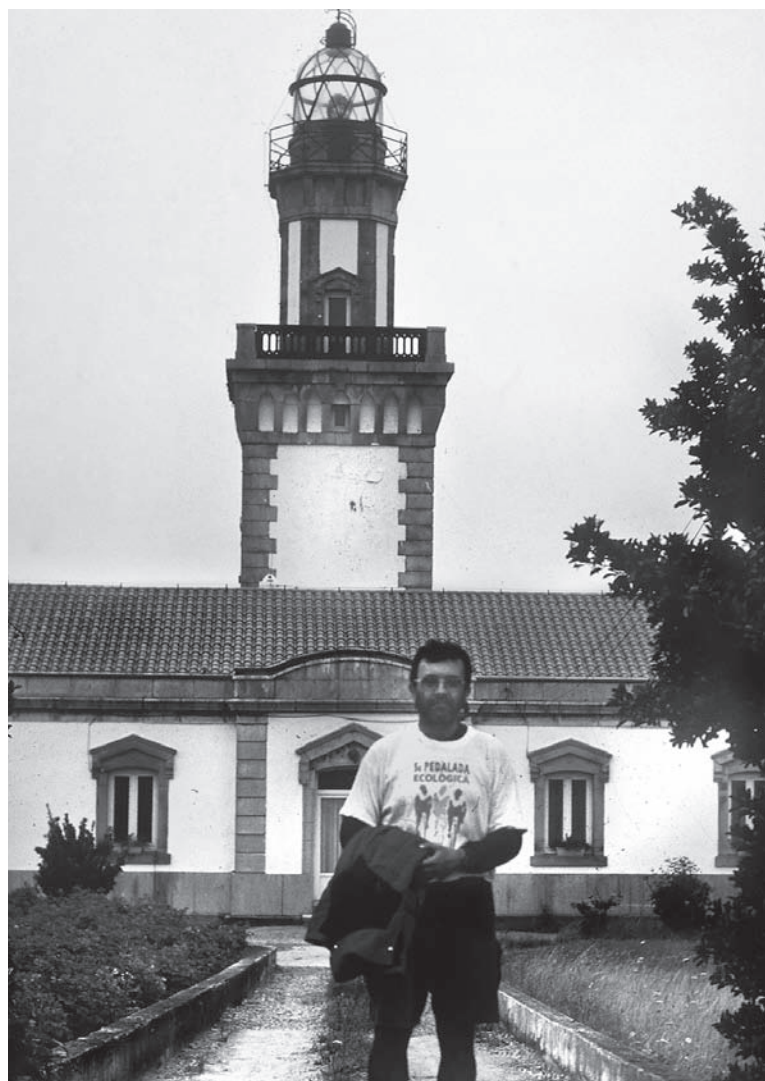
Pep el valencià

Consells

Per fer el GR11, especialment el tram del Pirineu central, s'ha d'estar acostumat a caminar per alta muntanya, tenir sentit de l'orientació i de la lectura de mapes. Cal reduir pes, evitant coses supèrflues (la tenda no és imprescindible) perquè en una marxa de tants dies, cada gram acaba notant-se. Quant a roba, millor és portar-ne poca i rentar-la pel camí. El calçat, si el GR es fa a l'estiu, no cal que sigui bota, pot ser, per lleugeresa i transpiració, un calçat baix amb sola de bota de muntanya (no "kets" de tennis).

Com a guia he utilitzat el "totxo" d'anells de l'editorial Prames (disponible a la Biblioteca del Centre) que permet emportar-se solament les fulles necessàries, malgrat que les descripcions són resumides i els mapes a escala 1:50.000. Fóra bo, doncs, dur els mapes de l'Alpina (Candanchú-Canfranc y Ansó-Hecho). Els horaris assenyalats a cada etapa són indicatius, no tenen en compte parades i poden canviar en funció del pes que es porti i de les condicions físiques del moment.

Trobareu més informació a les oficines de turisme de Roncal (tel. 948 47 52 56), Isaba, Ochagaría, Busguete, etc. o al web <http://turismo.navarro.com>.



Itinerari excursionista núm. 95: serra del Catllaràs (Berguedà)

Hem llegit i hem sentit dir que el Catllaràs és la contrada més bella del nostre país. Bé, aquesta és una qüestió opinable, hom hi pot estar d'acord o no. És cert, però, que al Catllaràs s'hi apleguen totes les qualitats que els excursionistes, intuïtivament, considerem els ingredients de les bel·leses naturals: cingles, crestes, prats i boscos ufanosos de coníferes, de faigs i de roures, i àmplies panoràmiques. En altres llocs de la nostra orografia hi trobem tot això, però difícilment tan ben combinat. L'únic inconvenient d'aquesta muntanya és la gran proliferació de pistes, causa de massificació (sobretot al temps dels bolets!). El Catllaràs és pràcticament desconegut dels excursionistes de Ponent, però les facilitats de comunicació actuals el fan més assequible. Ens hi podem apropar per l'Eix Transversal i la carretera de Berga i el túnel del Cadí, fins a Guardiola. Aquí prendrem la carretera local B-402, i un parell de quilòmetres abans d'arribar a la Pobla de Lillet, agafarem un trencall a mà dreta que, tortuós i enfiladís, puja al coll i santuari de Falgars, on comença el recorregut a peu que descrivim.



Serra del Catllaràs. L'harmoniosa combinació de roca i bosc és una característica d'aquesta muntanya

0,00 h. Collada de Falgars (1.266 m) on acaba la carretera pavimentada. El santuari és proper, al nord i més elevat. La carretera segueix enfront, sense pavimentar, cap al xalet del Catllaràs, obra quasi ignorada de Gaudí. A la dreta tenim una font, del darrere de la qual surt un camí evident (és el GR-4) que puja entre la fageda i algun pi rojal.

0,10 h. Plana Jugadora (1.310 m). Seguim camí amunt, tallant diferents vegades una pista. Cal parar atenció a les marques de pintura. A la tardor, els colors de l'arbreda donen al paisatge una policromia d'extraordinària bellesa.

0,35 h. Pla de Sant Cristòfol, a la carena. El camí s'uneix a la pista, que segueix enllà pel bosc, sempre magnífic.

0,55 h. Camp de l'Ermità (1.473 m), pla amb indicis d'haver estat conreat antany, on el bosc s'aclareix.

1,00 h. Cruïlla (1.469 m). Es travessa la pista. Som a l'indret de Fontanals, ric en fonts. A la dreta, propera, hi ha la de font de Fontanals de Guardiola. A l'esquerra, la de Fontanals de la Pobla, per la qual passarem de tornada.

1,08 h. Deixem a la dreta una pista que descriu un pronunciat revolt, però sense arribar a trepitjar-la, seguint el camí que s'enfila amunt, en forta pujada.

1,20 h. Cruïlla (1.632 m) on sortim de nou a una pista. Per l'esquerra en marxa una, coincidint amb el sender de petit recorregut C-52 que baixa a la Pobla de Lillet, mentre que el GR-4 segueix amunt.

1,40 h. Nova bifurcació. Per la dreta va el ramal que puja a la collada de Sant Miquel. Des d'una clariana immediata, es pot gaudir d'una panoràmica excepcional vers el Pedraforca, el Cadí, el Moixeró i la Tossa d'Alp, mentre que al fons de la vall es veuen els pobles de Sant Julià de Cerdanyola i Bagà. Enfront tenim la collada de Sant Miquel, a la dreta de la qual el Roc de la Clusa forma un gran estimball. Sense arribar a la collada, seguirem el ramal de l'esquerra, cap al Pla de la Clusa (1.717 m).

1,45 h. Pla de la Clusa (1.717 m), situat a ponent del Serrat Negre. Aquest serrat és la cota màxima de la muntanya, però el bosc li limita força el panorama. Així, doncs, sense arribar-hi, s'avança cap a llevant per la costa del Llitzze.

2,00 h. Collet Llebató (1.692 m), on es deixa el camí per anar a un gran replà a la carena, situat un xic més avall.

2,05 h. Pla de Catllaràs (1.670 m), molt extens i herbat.



Serra del Catllaràs. Prop del Camp de l'Ermità, un pi mostra la llarga ferida causada per un llamp

Es té a la dreta una enorme roca isolada: és el Roc de Catllaràs, possible origen del nom de la serra, per derivació de “quer”. “Querllaràs” = Catllaràs, si bé una altra opinió el fa derivar de “Catllar”, equivalent a “Castellar”, nom que es donava a un castell termenat. Aquest gran pla carener és també solcat de pistes. Avançarem per la que va cap a llevant, cap a una propera collada molt oberta, havent deixat a mà dreta el serrat de l'Amorriador.

2,12 h. Collada del Pla de l'Orri (1.691 m). Aquí s'inicia a mà dreta una suau i àmplia coma herbada on, més avall, hi ha els Cortals de can Serra de l'Orri. El GR-4 baixa per aquesta coma, en direcció a Sant Romà de la Clusa. Nosaltres, però, seguirem de front, pujant per la suau però costeruda carena, entre bosc, el qual es va aclarint més amunt.

2,25 h. El Pedró o Puig Lluent (1.765 m) coronat per un senyal geodèsic. Malgrat tenir una altitud lleugerament inferior a la del Serrat Negre, la seva panoràmica és, i de bon tros, molt superior, abastant una simfonia de muntanyes a tot el contorn, en la qual destaquen els cims del Ripollès i el Berguedà. Al nord es té la fonda clotada d'Ardericó. La carena del Puig Lluent segueix a llevant cap al coll de Falgebranca, Fajabranca o Faig-i-branca (de les tres maneres ho hem vist escrit), passat el qual perd definitivament altitud. Retrocedirem baixant altre cop cap a la collada del Pla de l'Orri i el pla de Catllaràs.

2,40 h. Pla de Catllaràs. Prendrem la pista que baixa cap a mà dreta (N).

2,48 h. Un marcat revolt. A l'esquerra, un estrep de roca, molt fàcil de pujar, ofereix una visió espectacular del sector nord de la serra, amb una perfecta combinació de rocam i bosc. Dos minuts després es passa al peu d'un cingle, deixant a la dreta un ramal secundari.

3,00 h. Coll de Seba o de Saba (1.550 m). Bifurcació. La branca de la dreta porta a la font Savagosa i al prat Xisplador o Gespedor, més enllà del qual hi ha un pla on, cosa excepcional, s'hi fa la cèlebre flor de neu (*Leontopodium alpinum*), especialment protegida. Nosaltres, però, seguirem la branca de l'esquerra, que va a passar entre una punta de roca i el cos principal de la boscosa muntanya.

3,10 h. Font de Fontanals de la Pobla (1.518 m), l'aigua de la qual és conduïda a Falgars.

3,20 h. Camp de l'Ermità. Passem molt a prop del camí que hem seguit de pujada. Ara, però, anem avall per la pista en direcció NE.

3,37 h. Font a frec de la pista, a mà esquerra.

3,45 h. Casa de Vallfogona (1.340 m), abandonada però encara dempeus. Bona panoràmica. Al costat esquerre de la casa, una drecera permet baixar tallant un gran revolt de la pista que, un cop retrobada, seguim avall.

3,55 h. Clot del Teixò, al fons del torrent de Vallfogona. Cruïlla. Deixant la que segueix pel marge dret del torrent, prendrem la que va pel marge esquerre, en direcció aproximadament N.

4,12 h. Es passa a frec d'una creu. Més enllà, la pista va girant cap a ponent.

4,20 h. Collada de Falgars, on s'ha iniciat el recorregut.

Es pot completar l'excursió visitant el proper santuari marià de Falgars. Documentat des de l'any 984, és avui format per l'església i un edifici annex destinat a hostatgeria. A l'església es venera una imatge d'alabastre de la Verge, gòtica, del segle XV, trobada, segons és tradició, per un pastor en una cova situada davall de l'actual santuari.

Bibliografia: *Berguedà i Lluçanès*. Jaume Sala Sivillà. Rafael Dalmau, Editor, Barcelona, 1975.

Catllaràs – La Quar. David Aloy i M. Mercè Lleó. Publicacions de l'Abadia de Montserrat, 1997.

Cartografia: Fins no fa gaire temps, la cartografia de la zona a l'abast de l'excursionista era del tot insuficient, sigui per l'escala massa reduïda, sigui per la poca precisió. Actualment ja no és així, des que Editorial Alpina/GeoEstel van publicar un nou mapa d'aquesta muntanya, a escala 1/25.000, que inclou també la serra de Picancel.

Manel Cortès – Joan Ramon Segura

Apunts i comunicacions

Benvinguts al Centre:

Ester Mesalles Illana
 Òscar March Fuentes
 Carmina Perise Bertran
 Marc Gort Gaspà
 Josep M. Calucho Solé
 Roser Porté Badia
 Manel Fondevilla Plaza
 Josep Àngel Porté Badia

Jesús Ibarz Maneu
 Dolors Vila Figuerola
 Maria Luque Consuegra
 Manuel Cabrerizo Grimaldos
 M. José Sariñena Deltell
 Josep M. Riu Vila
 Savina Sabaté Sánchez

Comiat bibliotecària

Benvolguts/des,

Aquest mes passat vaig finalitzar la meua tasca com a bibliotecària del Centre per encetar una nova etapa professional i personal.

Han estat uns anys durant els quals he tingut l'oportunitat d'aprendre a estimar i respectar la muntanya. M'hauria agradat moltíssim poder participar en el nou projecte d'automatització i millora de la biblioteca però no ha estat possible.

D'aquesta etapa que ara finalitza, m'enduc un reguitzell d'experiències, anècdotes, coneixements i sobretot bones sensacions. Al vostre costat he après molt a tots nivells.

Gràcies a tothom per acompanyar-me en aquest trosset del meu camí.

Montse

A punt de tancar la revista, el nostre company, soci i amic del Centre Excursionista de Lleida, en Juanjo Garra, juntament amb la resta d'expedicionaris de l'equip Al Filo de lo Imposible, ja estan instal·lats al Camp Base fent aclimatació i portant material cap al Camp I. Els desitgem molts èxits en aquesta nova aventura al Manaslu (8.163 m) i esperem la seva tornada amb impaciència i il·lusió, comptant que el Juanjo ja ens farà un article ben extens per a l'*Aresta* explicant-nos totes les peripècies.

Molta sort!!!

Podeu consultar el seu blog: <http://juanjogarra.blogspot.com>

El dia 14 de setembre, a Massoteres, es van casar la Yolanda i el Jordi, que ha estat secretari del Centre els últims deu anys.

Desitgem que aquest nou camí que junts han emprès, sigui ple d'il·lusions i de felicitat.
 Enhorabona i per molts anys!!!

Guaiteu-los que macos que són!!!

