

# EL CENTRE INFORMA



## Escafandrisme

Sub7 Dimensió Blava

### 8 d'octubre.

Sortida a l'Escala amb *Internacional Diving Center* a les 10 h al port La Clota.

### Curs de salvament i rescat.

18 i 20 d'octubre, teòriques

22 i 23 d'octubre, pràctiques

### Curs de navegació subaquàtica

25, 27 d'octubre i 3 de novembre, teòriques

5 i 6 de novembre, pràctiques

### Curs de grutes

8 i 10 de novembre, teòriques

12 i 13 de novembre, pràctiques

### 20 de novembre.

Sortida a les illes Medes amb el centre d'immersió El Rei del Mar a les 10 h.

### Curs de profundes

22 i 23 de novembre, teòriques

pràctiques 26 i 27 de novembre, pràctiques

**17 de desembre,** *Sopar de Cap d'Any* amb molts regals. Més endavant us comunicarem el menú i el preu. Cal passar a pagar-ho al centre.

Si esteu interessat en un curs de fotografia submarina truqueu-nos per organitzar les dates.

Si esteu interessats a treure-us el curset de tres estrelles les especialitats obligatòries són salvament i rescat, navegació i profundes. Ara teniu la oportunitat de fer-les.

Dubtes, aclariments, preguntes i suggerències, als de sempre:

Xavier i Alba: 93 815 40 70

David de las Heras: 629 570 274

Secretaria: 93 872 53 12

Xalet Refugi dels  
Rasos de Peguera



informació i reserves  
Ramon Vilatovà 660042309  
i a secretaria de Centre

[www.rasosdepeguera.com](http://www.rasosdepeguera.com)

circular del Centre Excursionista Montserrat ~ octubre de 2005  
carrer Vilanova, 24 pral. 08242 Manresa ~ tel/fax 93 872 53 12

[<secretaria@centreexcursionistamontserrat.org>](mailto:secretaria@centreexcursionistamontserrat.org)

[www.centreexcursionistamontserrat.org](http://www.centreexcursionistamontserrat.org)

# EL CENTRE INFORMA



## Muntanya

**13 de novembre**

Via Verda Arnes -Tortosa, amb BTT

Reunió informativa el dijous, 10 a 2/4 de 10 del vespre al Centre

## Secció d'escalada

**E.D.E.R.**

**audiovisual Grans parets als Estats Units**

**9 de novembre a les 2/4 de nou del vespre**

Projecció de l'audiovisual a càrrec de David Palmada 'Pelut' i Xavier Sánchez, sobre dos anys d'activitats d'escalada a emblemàtiques parets dels USA (Yosemite, Devil's Tower, Monument Valley, etc.)

Sala d'actes del Centre Cultural del Casino de Manresa

## "Tastets de muntanya"

**Ets un TastaOlletes?**

T'agrada provar-ho tot?

Ara tindràs l'oportunitat de fer totes aquelles activitats que fan els diferents socis del Centre, espeleologia, escalada, esquí nòrdic, esquí de muntanya, raquetes de neu, escafandrisme...

A partir del mes de novembre, el 3er diumenge de cada mes programarem activitats d'iniciació a totes aquestes activitats. El dijous abans es farà una reunió explicativa de la sortida.

**Comencem el dia 20 de novembre**

amb una sortida a una **via ferrata**

T'esperem !

**Xalet Refugi dels  
Rasos de Peguera**



informació i reserves  
Ramon Vilatóv 660042309  
i a secretaria de Centre

[www.rasosdepeguera.com](http://www.rasosdepeguera.com)

circular del Centre Excursionista Montserrat ~ octubre de 2005  
carrer Vilanova, 24 pral. 08242 Manresa ~ tel/fax 93 872 53 12

[<secretaria@centreexcursionistamontserrat.org>](mailto:secretaria@centreexcursionistamontserrat.org)

[www.centreexcursionistamontserrat.org](http://www.centreexcursionistamontserrat.org)

# EL CENTRE INFORMA



## Secció de Nòrdic

Temporada 2005/2006

Ja preparem la nova temporada d'esquí !

Hem començat a organitzar el 25è Curset d'Esquí Nòrdic, que tindrà lloc els primers diumenges del mes de gener de 2006.

Per als que ja practiqueu l'esquí de fons i els que vulgueu començar a fer-ho, aquesta és una nova oportunitat de gaudir d'aquest esport i dels serveis que ofereix la Secció de Nòrdic: anirem còmodament amb l'autocar d'en Manero a conèixer diferents estacions d'esquí de fons de Catalunya (del Principat i de Catalunya Nord), i, si voleu millorar tècnica, o iniciar-vos en les modalitats de clàssic o de patinador, comptareu amb l'ajut dels nostres monitors, que també us ensenyaran a preparar els esquís (*amb l'aplicació de ceres per a la tècnica clàssica, i parafines per a la de patinador*) a fi de treure'n un millor rendiment i tenir-ne cura.

A més, tindreu la possibilitat de llogar a bon preu el material bàsic d'esquí (*esquís, botes i bastons*) al mateix local del Centre.

Si voleu fer una preinscripció podeu comunicar-ho a Secretaria. Ben aviat rebreu informació sobre les dates i els preus del curset, així com de les altres activitats (*marxes, sortides, etc.*) que tenim previstes.

### Abonament de temporada

Si teniu la intenció d'adquirir-lo o renovar-lo, i voleu beneficiar-vos d'un descompte, si us plau comuniqueu-ho a Secretaria. Així us podrem incloure a la llista que lliurarem a en Ramon Sellés (*de "Lles estació d'esquí i muntanya"*) durant la propera Fira Nivàlia (*el novembre*). Recordeu que l'heu de tramitar a través del Centre, o bé de l'Estació de Lles.

### I DELS QUE HAN ANAT A FER EL KILIMANJARO...

Aquest estiu passat, a l'agost, un grup de set excursionistes (*M<sup>a</sup> José Lázaro, Lluís Roqueta, Josep Trullàs, Lluís Matamala, Marià Munts, Ramon Cornet i Josep M<sup>a</sup> Roca*), la majoria d'ells vinculats al Centre, hem anat de vacances a Tanzània, amb l'objectiu de pujar al Kilimanjaro, la muntanya amb el cim més alt de l'Àfrica (5.895 m), i, després, visitar els Parcs Nacionals del Llac Manyara, el Cràter Ngorongoro i el riu Tarangire.

Xalet Refugi dels  
Rasos de Peguera



informació i reserves  
Ramon Vilatóv 660042309  
i a secretaria de Centre

[www.rasosdepeguera.com](http://www.rasosdepeguera.com)

circular del Centre Excursionista Montserrat ~ octubre de 2005  
carrer Vilanova, 24 pral. 08242 Manresa ~ tel/fax 93 872 53 12

[<secretaria@centreexcursionistamontserrat.org>](mailto:secretaria@centreexcursionistamontserrat.org)

[www.centreexcursionistamontserrat.org](http://www.centreexcursionistamontserrat.org)

# EL CENTRE INFORMA



## Secció de Nòrdic

KILIMANJARO

L'ascens al Kilimanjaro es pot fer per diverses rutes. Les més populars són les anomenades Marangu i Machame. Nosaltres vam triar la Ruta Marangu, la més turística, si bé cal reconèixer que la Ruta Machame, en què les condicions són més dures (*acampada en tendes, terreny feréstec*), com a excursió de muntanya és més estimulant.

La nostra excursió, en canvi, no comportava cap dificultat tècnica: anàvem acompanyats dels nostres guies, portadors i cuiners, per una pista molt suau i esglaonada, dormíem en refugis, i, com que érem en plena estació seca, el temps va ser favorable. Però, en arribar al Refugi Horombo (*a 3700 m*) vam començar a notar les símptomes del mal d'alçada. Tots en vam patir els efectes —els uns més que els altres—, sobretot a Kibo, el darrer refugi (*a 4700 m*), i la pujada al cim se'ns va fer molt feixuga.

De tota manera, vam poder gaudir, en cada jorn de l'ascensió, dels diferents paisatges o hàbitats que es troben dins el Parc Nacional del Kilimanjaro: després d'un viatge per carretera des d'Arusha fins a Moshi, que travessava una extensa zona rural de sòl volcànic, amb camps de conreu de cafè, blat de moro i plàtans, baobabs, i un magnífic paisatge muntanyós al fons, fins a arribar a la Porta Marangu, l'entrada al Parc (*a 1900 m*), vam caminar per sota l'espessa vegetació de la selva tropical (*a 2700 m*), on vam veure —i, sobretot, sentir— ocells, i també micos blaus i mangostes, i, més amunt (*a 3700 m*), per una sabana poblada de brucs, lobeliàcies, xenixells gegants, i amb la presència dels enormes corbs de coll blanc. Després, vam continuar pel desert alpí (*a 4700 m*), i, finalment, per la zona d'alta muntanya, on vam poder contemplar, des del Punt Gillman (*a 5685*), la sortida del sol, i, des del Pic Uhuru o de la Llibertat (*a 5895 m*), les glaceres Decker, Kersten i Heim, i el Cràter Reusch.

Disposem d'informació més detallada (*dades, fotos, vídeos, mapes, adreces, webs, telèfons, fax, bibliografia, consells sobre una adequada preparació física, alimentació, equipament, etc.*). Si a algú li interessa que n'hi fem arribar, pot comunicar-ho a secretaria.

Xalet Refugi dels  
Rasos de Peguera



informació i reserves  
Ramon Vilatovà 660042309  
i a secretaria de Centre

[www.rasosdepeguera.com](http://www.rasosdepeguera.com)

circular del Centre Excursionista Montserrat ~ octubre de 2005  
carrer Vilanova, 24 pral. 08242 Manresa ~ tel/fax 93 872 53 12

[<secretaria@centreexcursionistamontserrat.org>](mailto:secretaria@centreexcursionistamontserrat.org)

[www.centreexcursionistamontserrat.org](http://www.centreexcursionistamontserrat.org)

# EL CENTRE INFORMA



## Secció d'escalada

Reequipament de la Via "MIRALL IMPENETRABLE"

Encara recordo i puc notar aquella sensació de vertígen barrejada amb un toc de por molt elevat, aquella il·lusió d'estar realitzant tot un mite de l'escalada al nostre país, de poder estar escalant aquella fantàstica via que tants i tants dies em va treure la son, "El Mirall Impenetrable" de la increïble Paret de l'Aeri de Montserrat.

Recordo quan encara no escalava i llegia articles sobre Montserrat i si algun parlava sobre el "mirall", em deia a mi mateix que havia d'escalar aquella via, no sé perquè. De vies n'hi ha moltes, però aquella paret i en especial la increïble línia del "mirall" em va embuixar ja desde molt jovenet!

També recordaré sempre que quan la vaig escalar vaig passar tanta por i pànic, que tots els meus sentits es paralitzaven!. És per això que no vaig poder disfrutar-la tal i com jo hagués volgut, inclosa alguna caiguda, afortunadament sense més conseqüència que "l'estàs bé?" del meu company de cordada, el *Capis*. Són tants els records i tantes les petites coses per no oblidar que es fa difícil escriure-les en un paper.

Ja fa algun temps el *Capis* va patir un gravíssim accident escalant, però no fent cap de les seves bestieses habituals, no, practicant escalada esportiva. El destí té aquestes coses, que quan menys t'ho esperes et posa a prova. Afortunadament s'està recuperant molt i molt bé! Per això vaig decidir repetir, després de 9 anys, aquella via que tant i tant em va captivar. Però pel cap hem ballava la idea de restaurar una miqueta el mirall, ja que amb el pas del temps i els escaladors, s'han anat abandonant fustes, ploms i altre ferralla, provocant una escalada més difícil del normal! Per això hem vaig posar amb contacte amb en *Santi Llop*, un dels que va obrir "el mirall" i li vaig comentar la idea, li va semblar genial i em va facilitar una ressenya original on sortia exactament tot el material que ells havien deixat. D'aquesta manera és com vam posar l'operació mirall en marxa: el *Xavi* el meu company de cordada actual (*del centre excursionista de Gràcia*) es moria de ganes de fer "el mirall", així que era la persona indicada per cometre tal escalada, a més a més teníem la nostra heroïna particular en totes les nostres "petites locures", l'*Ester*, també del CEM com jo.

La plataforma que es va crear a Montserrat després del vessament de gas-oil a la Paret de l'Aeri, ens va facilitar tot el material necessari per substituir tot l'antic. S'hi han posat *parabols* de mètric 10 amb anelles, tot d'inoxidable per tal de que pugui, si més no, aguantar uns altres 25 anys més.

Xalet Refugi dels  
Rasos de Peguera



informació i reserves  
Ramon Vilatovà 660042309  
i a secretaria de Centre

[www.rasosdepeguera.com](http://www.rasosdepeguera.com)

circular del Centre Excursionista Montserrat ~ octubre de 2005  
carrer Vilanova, 24 pral. 08242 Manresa ~ tel/fax 93 872 53 12

[<secretaria@centreexcursionistamontserrat.org>](mailto:<secretaria@centreexcursionistamontserrat.org>)

[www.centreexcursionistamontserrat.org](http://www.centreexcursionistamontserrat.org)



# EL CENTRE INFORMA



## Secció d'escalada

Reequipament de la Via "MIRALL IMPENETRABLE"

Ens vam posar en marxa i amb 4 dies d'intensa escalada amb 2 vivacs a la paret vam assolir el nostre objectiu, escalar tota la via des de baix, treure tot el material trencat i deixar-hi el material exacte de quan es va obrir, juntament amb un llibre de registre muntat a la última reunió.

Aquest cop si que vaig poder disfrutar d'una fantàstica escalada i del plaer del *Big Wall* al nostre país, tornar a sentir i tornar a recordar moments passats que desitjo que tornin molt aviat.

Gràcies a tota aquella gent que desinteressadament s'impliquen en aquestes petites aventures, ja sigui per portar un *petate* a peu de via, com pel sol fet de venir-nos a veure des de la carretera, gràcies a tots, en especial a l'Ester i al Xavi, per deixar-me disfrutar al seu costat.

Aquesta ascensió *el Pelut* li dedica molt i molt especialment al *Capis*, el seu amic i company de tàpia.

### Apunts tècnics:

-El mirall és considerada una de les vies més difícils de Montserrat, amb una dificultat d'A5/6a+. En l'època que la van obrir també va ser catalogada com una de les vies més difícils d'Espanya, creant d'aquesta manera el mite del Mirall.  
-Aquesta via ha sigut reequipada i arreglada els dies 23, 24, 25 i 26 de juny del 2005, per dos membres del CEM (*David Palmada "Pelut"* i *Ester Ollé*) i un del C.E. de Gràcia (*Xavier Sánchez*).  
-El material necessari per repetir la via és:

- \*Joc de ganxos complet
- \*6 o 7 tacs de fusta mitjans/grans
- \*Moltes falquetes variades (*tots colors i totes mides*)
- \*5 o 6 universals, 4 o 5 v's, molts pitons curts  
(*v's retallades, pitonises, extraplans, etc...*)
- \*Àliens (*verd, groc, vermell*)
- \*Camalots (*vermell, grac, blau*)
- \*Tascons (*opcionals, depenen de la vostra destresa*)
- \*Un bon grapat de ploms
- \*Guindola i hamaca

*David Palmada, 'Pelut'*

*Si tens ganes de compartir les teves activitats, les teves sensacions a la muntanya, les teves opinions sobre el món de l'escalada, l'alpinisme o qualsevol altre activitat excursionista, envians-ho per mail a...*

*<secretaria@centreexcursionistamontserrat.org>*

*...i ho inclourem en les properes circulars.*

**Xalet Refugi dels Rasos de Peguera**



informació i reserves  
Ramon Vilatóv 660042309  
i a secretaria de Centre

[www.rasosdepeguera.com](http://www.rasosdepeguera.com)

circular del Centre Excursionista Montserrat ~ octubre de 2005  
carrer Vilanova, 24 pral. 08242 Manresa ~ tel/fax 93 872 53 12

[<secretaria@centreexcursionistamontserrat.org>](mailto:secretaria@centreexcursionistamontserrat.org)

[www.centreexcursionistamontserrat.org](http://www.centreexcursionistamontserrat.org)