

> Notícies i propostes del Centre Excursionista de Terrassa Espai CET



Temps de treure la pols a les raquetes

L'hivern ens hauria de dur la neu i, com deia Pau Riba, «glaçar les flors i l'herba», però sembla que aquest desembre encara no ha arribat el fred, ni la neu ni les glaçades. A no ser que sigui a l'alta muntanya on, sense poder afirmar que sigui una gran temporada, sí que

es poden començar a practicar alguns esports d'hivern.

Una de les maneres de gaudir dels meravellosos paisatges nevats i que, al contrari de l'esquí de muntanya, és a l'abast de tothom és amb la utilització de les raquetes de neu, aquest instrument que té més de 4000 anys d'història. El seu origen el trobem a l'Àsia central on els llargs hiverns i les nevades freqüents

dificultaven desplaçar-se. Després van arribar a Alaska i el Canadà i d'aquí a la resta del món.

El principi de les raquetes és fàcil d'entendre: augmentar la superfície per repartir més el pes damunt la neu i, d'aquesta manera facilitar la marxa en no enfonsar-nos-hi tant. A diferència dels esquís, les raquetes no llisquen i, per tant, la tècnica d'avançar amb aquests estris enganxats als peus és molt més senzilla.

La proposta

Les primeres raquetes estaven pensades per desplaçar-se per terrenys poc accidentats, però les modernes, fetes de plàstic, incorporen claus metàl·liques que permeten l'ascensió per terrenys més costeruts. En aquesta ocasió us proposem l'ascensió a un pic fàcil de la comarca del Capcir, també coneguda com la Sibèria catalana: el Puig de Pla Bernat, de 2458 m d'altitud.

Es tracta d'una ascensió sense dificultats tècniques, que surt des de Fontrabiosa, puja seguint el Torrent per dins del bosc fins al pla de Campllong. D'aquí pujar fins a la Ribera Planera i, sempre cap a l'oest prenem el rec dels Clots fins al Clot del Mig del qual sortirem cap a l'oest per arribar a la carena de Pla Bernat i el Puig de Pla Bernat. El descens es fa pel mateix camí. Podeu seguir la ruta que trobareu al QR inclòs a la fotografia. En anys de neu, es pot sortir de Fontrabiosa directament amb les raquetes calçades als peus.

Caminar amb raquetes, com hem dit, està a l'abast de tothom, però fer-ho amb comoditat i amb seguretat requereix una mica de tècnica. A l'Escola de Muntanya del Centre Excursionista de Terrassa proposem un tastet d'iniciació a les raquetes de neu que consisteix en una presentació teòrica a la nostra seu social i una sortida pràctica en la qual tindrem ocasió de provar totes les tècniques apreses a la sessió teòrica. També oferim servei de lloguer de raquetes i altres materials útils per fer sortides hivernals amb seguretat.

Les activitats de gener

INFANTIL, JUVENIL I FAMÍLIES

Coneixermon

29 de gener: Descubrim l'Obac

ALTA MUNTANYA

FEMAlpí

20-21 de gener: Gran Facha

Col·lectives d'Esquí de Muntanya

14 i 15 de gener: Pic de Ratera

29 de gener: Puig Peric

ESQUÍ

del 8 de desembre al 10 d'abril: Cursets d'iniciació i perfeccionament de l'esquí alpí

SENDERISME

Passejades pel Parc

11 de gener: Les Fogueroses. Encalvalcades i agulles

Travessades familiars

22 de gener: Quermany Gros - Mines d'en Bofill i Bernat

Horitzons

14 de gener: Cambrils de la Muntanya

Senders

22 de gener: Camí dels Miradors · Gelida · Collbató

MARXA NÒRDICA

Les sortides dels divendres

21 de gener: Cingles de Vallcebre

26 i 27 de gener: Curset d'iniciació a la Marxa Nòrdica



VALLÈS DRAC RACE

10 de gener: reunió de voluntaris



ce-terrassa.cat

ESPELEOLOGIA

14 i 15 de gener: Avenc Montserrat Ubach

29 de gener: Taller de maniobres avançades

CIÈNCIES NATURALS

Botànica

8 de gener: Jardins botànics de Montjuïc

FOTOGRAFIA

Cada dilluns feiner: Trobades fotogràfiques

EXPOSICIONS

del 12 de desembre al 26 de gener: LXXXII Concurs fotogràfic

MUNTANYA INCLUSIVA

21 de gener: Llacs de la Pepa i la Lola

26 de gener: Turó de Roques Blanques

EMCET

Tastets

11 i 14 de gener: Iniciació a raquetes de Neu

Tallers

Suport vital bàsic en muntanya i utilització del DEA

LLICÈNCIES FEDERATIVES

Ja es poden tramitar al web

