



1912

Artur Mas, MH president Generalitat i Jep Tapias, president AEC (foto: Joan Tarruella)

butlletí informatiu
juliol-agost 2012

100tenari

1912-2012

**Agrupació
Excursionista
"Catalunya"**

Algunes de les autoritats (foto: Joan Tarruella)





Ribalera. Tret de sortida (foto: Joan Tarruella)



Ribalera. Grup de voluntaris (foto: Felip Serrano)

Í N D E X

- 3 100tenari:** Inauguració
- 6 100tenari:** Primer acte, a la Damm
- 8 100tenari:** Parlament J. A. Pujante
- 11 100tenari:** Festa cançó de muntanya
- 14 100tenari:** Celebració a la nostra seu

AGENDA D'ACTIVITATS:

- 16 100tenari:** Diada 11 de setembre;
MUNTANYA: Fem els GR;
CAIAC: Racons del bandoler
- 17 CALENDARI:** juliol - agost;

Previsió setembre

- 18 100tenari:** Cims comarcals;
Taller de manualitats
- 19 CAIAC:** Cantada habaneres;
100tenari: Campionat pig-pong
- 20 100tenari:** Excursió a Vallvidrera
- 26 100tenari:** Corsa per alta muntanya
"La Ribalera"
- 28 MUNTANYA:** Palcaraju'87
- 30 A.E.C.:** diversos

AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"



100tenari

1912 - 2012



INAUGURACIÓ 100tenari

Jep Tapias Sallan

1 de juny de 2012

Molt Honorable President de la Generalitat de Catalunya, Excel·lentíssim President de la Diputació de Barcelona, Il·lustríssima Tinenta d'Alcalde de l'Ajuntament de Barcelona, Autoritats, Socis i Amics de l'Agrupació.

*Comença a fer-se realitat un somni, el de celebrar el **100tenari** de l'Agrupació Excursionista "Catalunya" al més alt nivell, com es mereix tant d'esforç i sacrifici per part de molta gent i que varen iniciar avui fa 100 anys, n'Emili Jové, Jaume Jorba, Gaietà Jové, Emili Viñas, Josep Jorba, Francesc Pi, Josep Llimós, Joan Brunet, Estanislau Beneito, Emili Vendrell i Emili Muchart, constituint l'Agrupació amb un gran sentit de país i sota el lema "**Excursionisme, País i Cultura**" amb la finalitat de promoure l'excursionisme, visitar i conèixer Catalunya i ensenyar la nostra terra a aquells que encara no n'havien copsat la seva bellesa.*

Avui iniciem un any en el que donarem a conèixer, amb actes institucionals i culturals, excursionisme i celebracions, el nostre **100tenari**, el de totes i tots els socis de l'Entitat. Ho fem homenatjant aquells cantaires de l'Orfeó Català que, a la sala d'assaigs del Palau de la Música Catalana, van fundar l'Agrupació i donant les gràcies a tots els socis, familiars i amics que amb la seva participació i suport ens han portat fins aquí i molt especialment gràcies als meus predecessors al capdavant de l'Entitat,

Jep Tapias, president A.E.C. (foto: Joan Tarruella)





als que ja no estan entre nosaltres i als que ens acompanyen, en Josep Bou, Josep Maria Policart, Francesc Reixachs, Manel Navarro i Pere Palau.

Fa uns anys que vàrem iniciar el que hem anomenat el Camí Cap el **100tenari** i que ens ha portat a la constitució del Comitè del **100tenari** a fi i efecte d'organitzar, acuradament i amb la rellevància que es mereix, la celebració d'aquesta efemèride. Alguns dels nostres consocis i amics que van començar aquest Camí ja no estan entre nosaltres, tinguem també un record per a tots ells.

Tots nosaltres som conscients del pes i la responsabilitat que representen aquests 100 anys d'història, una xifra que ens situa entre les primeres 300 Entitats de tot tipus del nostre País i la que fa dotze de les Entitats Excursionistes més antigues de les més de 400 que conformen el teixit excursionista dins la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya.

Els qui estem en l'ambient excursionista sabem de les dificultats per actualitzar i encaixar les Entitats dins d'aquest món cada cop més norma-

litzat, estandaritzat i aigualit, on tot són normes, lleis i responsabilitats jurídiques. Però ens en sortirem. Estem buscant cada dia la manera de compaginar tot això, mantenint la diversitat, identitat pròpia i manera de fer de l'excursionisme Català.

Caldrà semi professionalitzar certs aspectes de les Entitats però tenint molt clar que l'essència està en la generositat de les persones que, per vocació i estima i seguint l'exemple dels seus antecessors, es disposen a exercir aquesta passió per compartir i ensenyar a tothom l'excursionisme, no només des de les muntanyes i la natura sinó també des de la nostra Seu Social. La diversitat de l'excursionisme fa que això sigui possible. Esportivament l'excursionisme aglutina des de les activitats amb dificultats més extremes, escalant els cims més alts o les vies més difícils per la Roca la neu o el gel, entrant i baixant als avencs més profunds i arriscats o esquiant pels pendents més verticals o practicant la Bicicleta Tot Terreny. A les activitats amb passejades més o menys llargues, però a l'abast de tothom, tot pujant muntanyes, visitant i descobrint indrets, pobles o ermites, o entrant a alguna cova al nostre abast, o lliscant amb esquís per la neu tot gaudint del paisatge, o recurrent camins amb bicicleta, a cavall o practicant el piragüisme. També culturalment l'excursionisme està present, ja des dels seus inicis, en la descoberta del

paisatge i les muntanyes, donant-les a conèixer, tot fent país. Coneixem gent i intercanviem costums i tradicions. Cantem, escrivim i ballem, i el que és més important, ens ho expliquem en conferències i projeccions.

Al llarg d'aquests 100 anys hem tingut de tot, moments difícils i moments de joia, tots ells amb la Seu social a Barcelona, una gran part d'aquests anys a la Plaça del Pi. Va ésser el 2008 que vàrem venir a l'actual Seu, molt a prop d'aquí, de l'antiga Fàbrica Damm, al carrer Padilla al Mercat de la Sagrada Família. Va ser un gran esforç per part nostra, i gràcies a tots els que hi van participar d'una manera o altra i a la bona rebuda que hem tingut al Barri de la Sagrada Família, l'Agrupació ha continuat creixent. Som prop de 600 socis i esperem que aquesta xifra continuï augmentant.

Gràcies a tots els socis i sòcies que han i heu col·laborat, al llarg de

tots aquests anys, en les tasques de l'Entitat, vetllant pels nostres esports i el nostre País. També a totes aquelles persones que, sense ser socis de l'Entitat, han contribuït amb les seves aportacions, a construir aquesta Agrupació d'avui, que forma part d'aquest ric teixit associatiu que conforma la societat civil Catalana.

Iper acabar, gràcies a les nostres Federacions aquí representades i Entitats que ens han fet costat, així com a les administracions i empreses que col·laboren en el dia a dia de Entitat i amb els actes del **100tenari**.

Amb tots vosaltres aquí, amb el suport rebut pels que no han pogut venir per motius de salut o altres motius, i els recolzaments que anem rebent, queda palès que la nostra feina ha valgut la pena i que encara hem d'anar més lluny.

*Visca l'Agrupació Excursionista
"Catalunya" i Visca Catalunya ●*



Laboratori de Viatges

Darrere el web del Laboratori trobaràs algú que t'escolta.
Sabem de Viatges des del 1971.

www.laboratorideviatges.cat

ricanyelles@laboratorideviatges.cat * Tel.: 664 29 80 82
Consultoria gratuïta per als socis de l'A.E.C.

PRIMER ACTE, a la DAMM

1 de juny de 2012

Per: Jordi Romagosa (soci 1224)

La cita és a les 8, una hora abans ja hi ha una bona colla que esperem que ens deixin entrar, som davant de la reixa d'entrada a l'antiga fàbrica de cerveses DAMM. Ens saludem, xerrem... i es va engruixint la colla d'amics i amigues.

A dos quarts de 8 obren la porta i entrem a la DAMM, el control d'invitacions el fan un parell de companys nostres. Passem a una nau on hi regnen uns immensos alambrins d'aram. L'alegria de trobar-nos es reflecteix a les nostres cares en cada nou encontre.

Passem a la sala d'actes i seiem, a la pantalla s'hi projecta una reproducció del quadre del **100tenari** del pintor Alumà. Al cap de poc entren el Molt honorable President Sr. Artur Mas, el president de l'AEC, en Jep Tapias, l'amfitrió Sr. Ramon Agenjo, el gran alpinista, company i president del **100tenari** Josep A. Pujante i el coordinador del comitè del **100tenari** Pep Molinos. S'asseuen dalt de l'estrada i comencen els parlaments, en Pep presenta l'acte i darrera d'ells van desgranant els seus parlaments els abans anomenats, que presideixen l'acte.

El Molt Honorable Senyor Artur Mas i Gabarró, President de la Generalitat, va tancar l'acte de inauguració del **100tenari** lloant la tasca desenvolupa-



M. H. senyor Artur Mas, president de la Generalitat (foto: Joan Torruella)

pada per les entitats com la nostra que són un important pilar d'aquest país.

"El fet que hàgiu arribat a la celebració d'aquest 100tenari us honora i honora a un país que té Entitats com la vostra que amb la pràctica de l'excursionisme i la difusió de la nostra cultura, no només dins dels territoris, sinó fora, heu fet país".

Un cop acabats els parlaments, comença la projecció de l'audiovisual, que ens presenta en flaixos i mú-



Grup a la sala d'espera de l'antiga fàbrica Damm (foto: Joan Tarruella)

sica un resum de la història de l'AEC d'aquests 100 anys, el missatge gravat al vídeo del President Mas tanca la projecció i un llarg aplaudiment premia la feina i art del magnífic treball.

Sortim i altra cop som a la nau dels Salambins, ens esperen gots de cervesa fresca i uns selectes aperitius, les converses tornen a establir-se, els petons i les encaixades ens afermen en el goig de les amistats, les safates d'aperitius es van buidant i n'arriben de plenes, les aixetes de cervesa rossa, negra, amb alcohol o sense, van omplint els gots, que buidem amb parsimònia gargamella endins, els seus efectes no triguen a fer-se presents, se'ns ha passat la set, tenim més xerrera i ha augmentat

el benestar general, ara mateix, ningú no se'n recorda de la prima de risc ni del cas Bankia. Es va fent tard i de mica en mica es va buidant la sala, a la sortida una nova i agradable sorpresa un parell d'ampolles de Weis Damm i un got, que ens ajudaran a recordar aquesta festa quan siguem a casa; per cert, que ja me n'he begut una i ha estat una nova i bona experiència en cerveses.

Excel·lent començament de commemoració, i magnífica ocasió per a renovar llaços d'amistat amb aquells qui foren companys de camí i corda i les circumstàncies n'han fet difícils les coincidències.

Com va dir en Jep: Visca l'Agrupació, visca Catalunya! ●



Dos moments de l'acte (foto: Joan Tarruella)



J. A. PUJANTE

Molt Honorable President de Catalunya, Excm. Sr. President de la Diputació de Barcelona, Il·lustríssima Tinent d'Alcalde de l'Ajuntament de Barcelona, Excms. Srs i sres; digníssimes autoritats, President de la Fundació Damm, senyores i senyors, estimats amics i amigues.

Bona tarda i moltes gràcies per ser amb nosaltres...

Ara fa gairebé vint anys vaig tenir l'honor de coronar el cim més alt del món i alçar el meu vell piolet amb la senyera, que m'havia lliurat el President Pujol a Palau, i el banderí de l'AEC que m'havia donat el president de l'entitat, Jep Tapias, artesanalment confeccionat per la seva dona, la Glòria i la seva filla Laia...



J. A. Pujante en primer terme (foto: Joan Tarruella)

Després vaig tenir la joia de dur-lo fins els cims més alts dels cinc continents i les dues zones polars: el famós projecte Seven Summits i el Seven Islands, com a segona persona a la història en assolir-ho. Un català, el segon en tot el món...! Quina manera més humil de fer que l'estendard de l'Agrupació onegés als punts més alts del Planeta, com

un símbol de que la nostra filosofia és anar sempre endavant, més amunt, mai enrere, sempre fermes. Com el nostre país.

No té cap mèrit dur el banderí de l'AEC al cim de l'Everest. És com en els castellers; jo no vaig ser res més que l'enganxa sobre les espatlles sòlides de tots els que m'havien precedit, de tots els socis de l'Agrupació durant 100 anys. Un de sol no fa res; la fita només és possible amb la tasca i la força col·lectiva. No ho oblidem mai això...

Som realment afortunats el socis de l'Agrupació Excursionista Catalunya. Hem arribat al 2012, l'any del Centenari, ple de projectes i celebracions, amb molta il·lusió i justificada emoció. La nostra entitat compleix 100 anys i això vol dir que són molts anys de fer molta feina, sumant entre moltes persones, entre diverses generacions, les del present i les que ens han precedit. Aquesta tasca silenciosa sovint passa desapercebuda, a penes es nota, però

va cristal·litzant dia rere dia, cim a cim, mes a mes, any rere any...

Dic que som afortunats perquè aquesta efemèride tan important, aquest esdeveniment de poder viure el primer segle de vida de l'Agrupació és un autèntic privilegi. Pensem que aquest goig succeeix una vegada a la vida. O potser cap, doncs pot haver persones que visquin 80 o 90 anys, que són molts, i que, per haver nascut poc després de la fundació, la seva existència queda encaixada entre ambdues dates i no poden experimentar l'alegria col·lectiva de l'aniversari. Nosaltres hem pogut, i això ens permet gaudir de la percepció de la realitat: som una gran entitat excursionista i amb llarga vida.

Quan els fundadors, amb esperit pioner van posar en marxa l'AEC, segur que van tenir visió de futur. Però, podien albirar tan enllà com per imaginar que cent anys després se'ls evocaria amb nostàlgia, emoció i gratitud...? Això és molt suposar! Ells vivien el seu present, la seva actualitat. Que un projecte arribi a cent anys, és sens dubte mèrit dels primers però també dels continuadors; de tots els presidents, de totes les juntes directives i, evidentment, dels socis de totes les èpoques, que han transmès la tradició i el saviesa acumulada dels períodes anteriors, com baules d'una llarga cadena, encara viva i ben viva. I de tots els membres de l'AEC que han hagut

J. A. Pujante amb els seus fills (foto: Joan T.)



de transitar i capejar diverses i variades situacions polítiques, avatars complicats, guerres i vicissituds de tota mena. Però, **malgré tout**, aquí està l'Agrupació, a les portes dels cent anys i ben forta i eixerida.

Estem d'enhorabona perquè els grans clubs catalans, els que són centenaris, ja compten amb un altre que arriba a aquesta data màgica de la longevitat amb tres dígits. Hi ha qui festeja cada dos per tres una data commemorativa; nosaltres no; som gent seriosa i tradicional: vàrem honorar l'AEC en el 75è Aniversari i ara ho farem amb els 100 anys. Una gran festa dóna idea del nostre tarannà i de la nostra rigurositat com a entitat. Ara cal pensar i implicar-se, i saber agrair a les institucions, empreses i particulars el seu recolzament, fonamental per tal de poder avançar. Vull destacar, el suport de Generalitat de Catalunya, Secretaria General d'Esports, Diputació de Barcelona i Lleida, Ajuntament de Barcelona, Unió de Federacions Excursionistes de Catalunya, Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya, GAES, Santiveri, Jordi Alumà...

Som part de la història de Catalunya per dret propi; no ho oblidem pas això...! El país ens necessita, car som dipositaris d'uns valors que venen de lluny, d'un passat ben sòlid, d'un pretèrit on el món era diferent, però estem ben actius en el present i amb l'esguard albirant el futur amb esperança.

Sempre hem estat fermes i coneixem bé la cultura de l'esforç, que és consubstancial a nosaltres. Sense esforç i sacrifici no s'arriba al Centenari, igual que no es pot arribar a un cim sense patir. Deia que estem d'enhorabona perquè formem part d'una Agrupació que ha contribuït a fer gran l'excursionisme català i la nació; som uns privilegiats, doncs tenim el goig de viure junts aquest primer Centenari amb les nostres famílies, els amics, els companys de cordada, d'escalada o d'excursions. Hem de ser conscients que aquest fet no passa sovint, només un cop cada segle, i el segon centenari potser ens trobarà massa envellits; així que fruïm ara d'aquest moment meravellós. No conec ningú que hagi assistit a dos centenaris. Qui té sort n'ha vist un, com deia, i d'altres cap. Nosaltres, com a símbol, podem, nosaltres hi serem; però ara hem de fer-ho tan bé, tan carregats de sentiment, que quan dintre de cent anys uns altres excursionistes organitzin el 200 aniversari de l'AEC, puguin dir: "quins avantpassats més eixerits que vàrem tenir, estem orgullosos d'ells i de com var treballar per dur els valors de l'entitat més enllà

dels cims i la natura, per damunt dels colls, carenes i serralades, propagant la cultura i el respecte, la consciència i el sentit de país". Només així podrem tenir l'honor de ser els representants d'un Centenari en temps difícils, però que els llibres de història reconeixeran que va estar a l'alçada del que Catalunya i l'AEC mereixen.

Ja saveu que la Humanitat avança i, en evolució permanent, ha passat de l'Homo Erectus a l'Homo Habilis, i a l'Homo Sàpiens. Però al segle XIX va succeir un salt evolutiu esfereïdor: l'aparició de l'Homo Excursionistus, el summum de la creació, la perfecció –amb permís de l'Homo Politicus (avui no toca...)- la perfecció de l'ésser humà, amb tots els seus atributs, però incorporant uns valors ètics, morals i patriòtics força transcendents. És aquest Homo Excursionistus com els seus ancestres però millora l'especie. Les seves funcions vitals? Néixer, créixer, fer cims amb la senyera, reproduir-se, i morir. El cicle de la vida...

Sí, President, els excursionistes morirem, perquè som humans, però la nostra existència no haurà estat en và: doncs haurem servit el nostre país amb tot el cor. Clar que morirem, estem de pas; però l'Agrupació i Catalunya no passaran, romandran per sempre.

**Moltes gràcies
i visca Catalunya! •**

48ena FESTA DE LA

CANÇÓ DE MUNTANYA

3 de juny de 2012

BARCELONA

Per: Jordi Romagosa (soci 1224)

Després d'un grapat d'anys de no ser-ne organitzadors, enguany la Festa de Cançó de Muntanya, l'organitza la nostra Agrupa i l'hem volguda celebrar al barri de la Sagrada Família que tan bon acolliment ens ha donat d'ençà que hi vam arribar.

Interior de la cripta de la Sagrada Família (foto: Jordi Romagosa)



A 2/4 de 8 ja hi havia una collita de col·laboradors i col·laboradores que s'esperaven a la porta. Quan entrem a l'Agrupació podem adonar-nos de la gran quantitat de feina que es va enllestir ahir. Ens engiponem les samarretes del **100tenari** i anem preparant les taules i cadires. A les 9, puntualment, recollim les co-

ques de la pastisseria. Preparem els esmorzars i les begudes. Abans de les 9 ja comencen a entrar els cantaires, se'ls hi reparteixen les motxilles, amb la documentació, identificacions i tiquets. A la sala annexa ja s'han acabat de preparar les begudes, i els talls de coca amb llonganissa o xocolata Jolionch. Els cantaires van entrant, hi ha

qui tria dolç i qui tria dolç amb salat i hi ha qui no tria i menja dels dos gustos. Ens hem aplegat prop de 300 persones.

Durant una curta estona plovisqueja; que ens vol espatllar la Festa?

Quan tothom ha satisfet la gana i la sed, passem a la sala d'actes, on en Josep Bou, en un breu parlament dóna la benvinguda als assistents, fa la presentació de la Festa i resumeix la història d'aquesta Festa que va començar l'any 1965 organitzada per l'Agrupació Excursionista "Catalunya" juntament amb la que aleshores n'era la seva coral. Tot seguit prenen la paraula, en Miquel Fernández Vice-president de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya que sub-

venciona generosament aquests actes d'avui. En Pep Molinos agraeix la presència de cantaires i assistents en general, i finalment en Jep Tapias, el nostre president, destaca la circumstància del nostre **100tenari**, es declara satisfet per la nombrosa presència de corals i destaca la presència del cor de Madrigalistes de Catalunya, en certa manera hereus de la nostra coral "Catalunya" que amb tan d'amor i encant va dirigir el company entranyable i mestre "Cate". Tot seguit les corals escalfen, veus assagen cançons i finalment ens dediquen a tots els presents dues cançons: La Muntanya Venerada i Les Violes.

Es buida el local i uns a peu i d'altres dalt de l'autocar en dirigit a la parròquia del Cor de Maria

Cantada a l'interior de la cripta de la Sagrada Família (foto: Jordi Romagosa)



dels pares claretians. El rector en el seu sermó de benvinguda i felicitació pel **100tenari**, ens parla de la festivitat d'avui, de l'Esperit Sant. La Missa va avançant i el conjunt de les corals entona cants litúrgics adequats al moment. S'acaba la Missa, tots plegats entonem el Virolai i altra vegada, uns a peu i d'altres dalt de l'autocar ens anem fins el restaurant. Les taules ja estan assenyalades tan per les corals com pels nombrosos socis de l'Agrupació que gaudim de la Festa. El dinar transcorre i com que aquí no hem de guardar silenci tothom parla amb tothom i gaudeix de la companyia. Surt el cava del **100tenari**, s'alcen les copes i brindem per nosaltres i l'Agrupació desitjant-nos: Sort, salut i llarga vida, ho acabem amb uns visca l'Agrupació, visca la música i visca Catalunya ! La primera colla ja ha sortit, conduïts per en Domènec Palau, cap a visitar la incomparable basílica de la Sagrada Família.

Ales quatre omplim la cripta de la Sagrada Família, el rector, mossèn Bonet, ens dóna la benvinguda. En Josep Bou i Jep Tapias entreguen els recordatoris d'aquesta Festa als representants de les corals i al senyor rector i es dóna pas a l'actuació de les corals. En Josep Bou, les va anunciant i cada una ens delecta amb un parell de cançons, després el conjunt de totes les corals interpreten quatre cançons. Quan arriba l'hora del Cant de la Senyera, espontàniament ens po-

sem drets i intentem acompanyar a les corals en el seu cant. Per tancar l'acte, enllacem les mans i interpretem, tan bé com podem, segurament amb més emoció que art: L'hora del adéus.

S'ha acabat, uns es queden esperant l'hora de la seva visita guiada a la Sagrada Família, d'altres anem sortint. Parant l'orella se senten comentaris:

Ha sortit rodó. Les coques estaven boníssimes. Que bé que sonaven les cançons tan al Cor de Maria com a La Cripta.

Felicitem i agraïm la seva assistència a les corals:

Coral El Sagrer

Societat coral l'Ideal d'en Clavé

Coral Harmonia

Coral Veus Clares

Coral Polifònica Sant Lluís

Coral Núria de la UEC de Gràcia

Coral de la Unió Excursionista de Sabadell

Cantaires muntanyencs del Club

Excursionista de Gràcia

Coral Madrigalistes de Catalunya

Manifestem el nostre agraïment i els felicitem per la qualitat dels seus productes a les següents empreses pels seus obsequis:

DAMM.- Llaunes de cervesa

SANMI.- Refrescos de llimona, taronja i cola

JOLONCH.- Xocolata negra i xocolata amb llet •

CELEBRACIÓ A LA NOSTRA SEU SOCIAL

7 de juny de 2012

Per: Jordi Romagosa

*Abans de les 8 ja està tot preparat
i comencen a entrar els companys i companyes.*

*Servidor, assegut al costat de l'entrada,
entrega un pin i un punt de llibre, record del **100tenari**
a cada soci que passa la porta, salutacions, bromes,
fins i tot alguna de picantota...
(la confiança ja ho dóna això).*

Passem tots a la sala, en Pep Molinos ens dóna la benvinguda i ens prepara pel que vindrà tot seguit. En Jep Tapies agraeix l'assistència, felicita a tots els que han organitzat i dut a bon terme els dos actes que hem celebrat fins ara, inauguració del **100tenari** a la fàbrica DAMM, a qui agraeix l'excel·lent acollida que ens va donar i la 48ena Festa de la Cançó de Muntanya, que va ser un gran èxit d'assistència i organització. Encoratja als presents a puntar-se al recorregut dels GR11 i GR92, no esperéssim al final que potser faríem tard.

Tot seguit, en Jordi Romagosa, en Sebastià Porta i en Josep Montagut, cadascun per separat, expliquen a la concurrència velles experiències viscudes a l'Agrupació o a la muntanya. En Jordi Pino ens presenta el senyor Vicenç Estruch autor del Pessebre de l'AEC que ja ha estat present en una quinzena d'indrets diferents i autor

també de la creu que en el seu dia l'Agrupació va plantar al cim de la Creu de Santos (serra del Cardó). El senyor Estruch, artista del ferro, agraeix el nostre aplaudiment i reconeixement i obsequia l'Agrupació amb un escut del **100tenari** fet de ferro i llautó i que queda a la sala presidint l'acte.

Es projecta l'audiovisual que alguns ja coneixem de la festa a la DAMM, uns quants ens veiem en alguna de les fotografies o vídeos, després passen les fotos de les festes ja celebrades.



Pino, Estruch i Tapies (foto: Ampar Estruch)



Ara és el sorteig d'un bon grapat de lots i objectes el que anima la nit. Quan sortim de la sala les taules estan parades i plenes de menges i begudes que ens criden des de les seves ampelles i safates. Ara, havent matat la gana i la sed, la xerinxola és imparable.

S'apaguen els llums i entra un pastís preciós; dos joves (un d'ells havent superat ja fa dies els 80 anys) bufen les espelmes dels 100 anys, mentre la colla cantem "Moltes felicitats" Apareix el cava del **100tenari**, anem rebent

copes, una cullereta i platets amb un bon tros de pastís, pels qui no tenen taula a prop es fa difícil tallar el pastís sense deixar anar la copa. En Jep proposa un brindis que s'acaba amb un vibrant crit de VISCA CATALUNYA! respost amb el corresponent VISCA-AAA!! El cava va reomplint les copes, el cava no s'acaba, però ha arribat l'hora de recollir cadires, taules, estris de cuina, acomiadar-nos dels bells amics i amigues i donar la Festa per acabada ●



11 DE SETEMBRE

DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

Enguanys, com cada any, d'ençà que els grisos no ens empaiten amb els seus gasos i porres, l'AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA" serà present i participarà en l'**ofrena floral al monument a Rafael Casanova**.

La d'aquest any és, per a nosaltres, encara més emotiva commemoració, fa 100 anys vam començar a caminar per camins, tresqueres i corriols per conèixer la nostra Terra i així poder-la estimar millor. Aquesta vegada hem de ser una bona colla allà, darrera de la pancarta, davant del monument.

Al butlletí de setembre podrem concretar hora i lloc de trobada, mentrestant estigueu atents a les notes, correus i news letter que us anirem enviant •

FEM ELS GR PEL 100tenari DE L'AEC

Hem passat el mes de juny i encara falten molts TRAMS per cobrir d'aquesta activitat que, com us varem explicar, consisteix en completar en un cap de setmana (15 i 16 de setembre d'aquest any) el recorregut dels GR 11 i GR 92 que transcorren des del Pont d'Hospitalet a Cap de Creus i de Port Bou a Pont de l'Olivar, o sigui tot el Pirineu i la Costa catalans.

Cal que us apunteu el mes aviat possible (els primers dies del mes de juliol) a les llistes que hi ha a l'Agrupació per tal de tenir tots els trams coberts i els equips formats abans de marxar de vacances.

A l'Agrupació us podem donar més informació d'aquesta activitat.

Informe-vos i apunteu-vos seran unes jornades de gaudir del camí i d'afirmació de pertinença a un projecte amb futur: AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA" •

Caiaç

RACONS DEL BANDOLER

23 de setembre de 2012

Lloc: Pantà de Sau

Activitat inclosa dins dels actes del **100tenari**

Informació: Secció de CAIAC

Inscripcions: <http://raconsdelbandoler.blogspot.com.es> •

juliol-agost

dg 1-15	infantil	Campaments estiu grups grans
dm 3	a.e.c.	Reunió de junta
ds 7	muntanya	Senderisme nocturn. Camí dels monjos
ds 7-8	caiac	Sortida a la Costa Brava. Havaneres
ds 7-15	infantil	Campaments estiu grup petits
dm 10	veterans	Reunió mensual
ds 21-22	caiac	Sortida al Cap de Creus.
		Inscripcions campionat ping-pong
1-8 agost	s.e.a.m.	Col·locació placa a Comaloformo i Salòria
5-20 agost	caiac	Vacances a Escòcia

previsió **setembre**

dm 4	a.e.c.	Reunió de junta directiva
ds 8-11	caiac	Cabo de la Nao (Alacant)
dm 11	a.e.c.	Diada de Catalunya. Ofrena floral
	veterans	Reunió mensual
ds 15-16	100tenari	Fem els GR11 i GR92
dv 21	100tenari	Cinema històric de muntanya
dg 23	100tenari	CAIAC: Racons del Bandoler
dc 26-10	glacera	Escalada en roca. Curs nivell II
ds 29-30	100tenari	Campament general social (Santa Susanna)

100tenari SEAM

Convoquem als socis interessats en la **col·locació de la placa al cim del Comaloforno**, que es durà a terme la primera setmana d'agost, dels dies 1 al 8, i si ho podem combinar, la col·locació de la placa al cim del Salòria.

Reunió preparatòria: el proper dia 11 o 12 de juliol.

Per a qualsevol aclariment truqueu a Francesc Reixachs 667726610 •

UN NOU PROJECTE TALLER DE MANUALITATS

Amb la intenció d'oferir un servei més a tots els nostres associats i fomentar, tan mateix, la companyonia entre els socis de l'AEC, hem decidit organitzar uns TALLERS DE MANUALITATS per a poder insitruir i perfeccionar, si cal, algunes de les tasques que quotidianament omplen, molt sovint, les activitats personals de cada un de nosaltres. De ben segur que aquests Tallers poden influir i millorar aquestes tasques, gràcies als resultats que estem segurs que seran positius.

La iniciativa ha sorgit de dues sòcies conegudes per molts de vosaltres: La **Neus Moratona** i la **M^a Antònia Civit**. La Neus i la M^a Antònia volen agluti-

nar les seves experiències, juntament amb les dels assistents, amb la finalitat de compartir i ampliar coneixements pràctics i a la vegada passar unes bones estones d'oci i amistat. És per això que han elaborat el següent programa de treball

PROGRAMA

L'inici dels Tallers serà efectiu passades les dates estivals, més concretament l'últim trimestre d'enguany, amb la possibilitat de continuar-ho en trimestres successius.

Dies: Tots els dimarts feiners

Lloc: Estatge social de l'AEC

Horari: de 18:30 a 20:30

Les places seran limitades a 12 socis i caldrà abonar, per drets d'inscripció, una aportació econòmica minsa (15 € trimestrals), per a poder absorbir les despeses col·lectives que la realització dels Tallers generin.

ACTIVITATS PRIMER TRIMESTRE

Octubre: Costura de supervivència i arranjaments.

Novembre: Punt de mitja (confecció de gorres, bufandes, bufs, etc...

Desembre: Cuina de mercat – Cuina de Nadal.

Tots els interessats cal que feu les inscripcions a la Secretaria de l'Entitat abans del dia 20 de setembre

**ANIMEU-VOS !!!
US HI ESPEREM !!! •**

CAIAC 7 i 8 de juliol

Sortida a la costa Brava, per sentir en directe, i en primera línia, la **Cantada de les Havaneres**.

Completarem la festa amb una sortida de caiac el dia següent.

PROGRAMA

Dissabte: Sortirem cap a Calella de Palafrugell, per trobar un bon lloc on sentir cantar les havaneres en directe, al mar, amb els nostres caiacs.

Diumenge: Recorregut per la Costa Brava, pot ser cap a Bagur o bé cap a La Roca Foradada i les illes Formigues i Platja Castell (segons el temps).

Possibilitat de material:

Per qui no disposi de caiac propi hi ha la possibilitat de tenir el caiac durant el dia per fer la excursió.

Soci 40 €; soci "on-line" 45 €; no soci 50 €.

PARTICIPACIÓ EN LES DESPESES

Serà en total 1 dia de navegació efectiva.

Soci: 5 €; Soci on-line: 7,5 €;

No Soci: 10 €.

Assegurança: 5 €/dia de navegació (federat 0 €).

Per tramitar l'assegurança, cal confirmar l'assistència el dia 5 de juliol, com a molt tard.

INSCRIPCIONS:

Podeu formalitzar la inscripció a la secretaria de l'AEC.

Per a més informació contactar amb el Santi Rodríguez (655 802 556).

Reunió preparatòria: El dia 5 de juliol a les 20 hores a la seu de l'AEC.

aec@aec.cat / caiac@aec.cat

Afinem les nostres veus,
i comencem a cantar!!!

"El meu avi va anar a Cuba
a bordo del "Català"
el millor barco de guerra
de la flota d'ultramar..." ●

100tenari Campionat de

PING-PONG

Destinat a tots els socis de l'Agrupació que hi vulguin participar.

Inscripció: Les places restaran obertes des de 1 juliol de 2012 fins al dia 15 de setembre de 2012.

El campionat tindrà **tres fases**.

Una **primera** fase de grups on tots els participants es dividiran en grups i s'enfrontaran entre ell.

Una **segona** fase d'eliminatòries directes i la **gran final** del dia 27 d'abril.

Els membres de cada grup es posaran d'acord per jugar. Els partits es realitzaran de dilluns a dimecres en l'horari en que l'Agrupació està oberta (de 18 a 21:30) excepte si hi ha algun acte programant. Qui guanyi serà el campió de l'Agrupació, i rebrà un xec regal de 150 euros per gastar a les botiges BALMAT. El segon classificat també tindrà un premi.

Animeu-vos a participar ●

L'EXCURSIÓ CENTENÀRIA A VALLVIDRERA

Per: Jordi Pino

El 9 de juny de 1912, tot just després de 8 dies de la fundació de l'Agrupació Excursionista "Catalunya", un reduït nombre d'aquells primers socis muntaren la seva primera excursió.

Aplec de la sardana a Vallvidrera. 1915 (foto: Emili Jové)



El destí, sortir de la ciutat de Barcelona i travessant camps i conreus dels municipis de la mateixa Barcelona i de Sarrià, enfilat-se fins el poble de Vallvidrera, llavors connectat amb Sarrià per carretera i un funicular, recentment inaugurat.

El 9 de juny de 1912, socis de l'Agrupació, amb un nombre força més revingut, férem també l'excursió commemorativa d'aquesta centenària primera caminada.

El destí era arribar a la plaça del Funicular, per tal de desplaçar-nos fins l'embassament de Vallvidrera i tot

seguit fer el desplaçament pels jardins al peu de la casa Vil·la Joana, per tal de dinar.

Sense poder escatir el recorregut exacte d'aquests primers excursionistes, però amb la voluntat de repetir la gesta, des de quatre indrets diferents de la muntanya, sortiren molts socis de l'Entitat per tal de reviuir aquells moments històrics d'aquesta primera sortida.

Un dels recorreguts escollits, fou el d'anar-hi per Sant Pere Màrtir, passant per la carena de Collserola i trobar-nos a la plaça del Funicular, per

tal de seguir plegats amb la resta de companys fins el lloc on fer el dinar.

Així que a les 10 del matí ens ajuntàrem 24 socis a la sortida del metro de Zona Universitària i per diferents carrers, després de travessar la Ronda, ens enfilàrem envoltats de matolls de ginesta, fins unes grans antenes de comunicació. Terreny descobert, forta calor, restes de la capella de Sant Pere, un rètol que ho recorda, camins plens de gent de tota mena, antics assentaments de bateries de la guerra civil, pins no centenaris per tota la carena, pistes, un oratori a Santa Maria de Collserola, una carretera i un llarg carrer que ens porta fins el nostre destí, són les fites més importants que anem descobrint.



(foto: Felip Serrano)

Iaixò ens fa recordar aquells primers homes, a l'AEC no tenia sòcies en aquell moment; que d'haver seguit la nostra ruta, ni metro, ni carrers ni

Parlaments del Jap. (foto: Felip S.)



grans antenes de comunicació. És veritat que en comptes de la placa dedicada a Sant Pere, haguessin trobat l'ermita en més o menys bones condicions, però ni la vegetació no era la mateixa, ni les pistes, turistes, carreteres, oratoris o carrers tampoc hi eren. La calor que varem passar tampoc deuria ser la mateixa.

Icom deuria ser aquells paisatge? I quina mena de vestimenta i menjar duïen? Aquesta és la qüestió i la màgia dels somnis que a tot el grup anàvem desgranant mentre avançàvem cap el nostre destí d'ajuntar-nos amb tota la colla de socis que venien d'altres indrets.

Una trobada emotiva a la plaça del funicular i tot seguit una impressionant corrua de companys anàvem baixant cap a l'embassament i els jardins de la vil·la Joana, on férem i recordàrem aquell primer dinar a la muntanya dels nostres primers socis ●



Pontà de Vallvidrera. (foto: Felip Serrano)

100tenari DE BARCELONA A VALLVIDRERA

SORTINT DE LA PLAÇA J. F. KENNEDY

Per: Felip Serrano

*Es tracta de la segona opció de les quatre establertes per l'Organització del **100tenari** en commemorar l'excursió inaugural de fa cent anys.*



Tot el grup a la plaça Pep Ventura de Vallvidrera (foto: Salva Monpeat)

Al'andana de l'estació de Provença, dels FGC, ja ens comencem a trobar companys ben animats camí del punt de trobada. Sortim a la plaça J. F. Kennedy i de seguida es van incorporant tots els membres inscrits en aquest grup. Estem passant llista que se'ns acosta una noia del grup de monitors de la secció infantil: – Ei!, espereu-nos que estem agrupant

la colla de nens, que també venim amb vosaltres.

– Fantàstic!

I ja els veiem creuant el pas de vianants guiats pels monitors i amb les seves motxilles, en algun cas més gran que el nen.

Arranquem doncs, per l'Avinguda del Tibidabo, contents, gaudint d'un dia esplèndid i de la magnífica arquitectura que ens envolta. Creuem la Ronda de Dalt i ens trobem a les portes del Parc de la Font del Racó, el trajecte per uns camins en ziga-zaga que ens duen a la Plaça del Dr. Andreu, a l'estació del funicular del Tibidabo. Ara hem de trobar un corriol pel costat d'una gossera. De moment sembla un petit abocador, però darrera d'un mur baix el veiem que s'enfila i el prenem. Ben marcat i amb trams d'escaleres ens

Participants de la secció infantil (foto: Felip Serrano)



condueix fins a la Carretera de les Aigües en front de la casa de les Aigües. Ara ja comença a fer caloretta. Ens agrupem després de la pujada, una mica d'hidratació i seguim amunt.

Uns metres per la carretera de les Aigües i un corriol ens du, per la carena SW, fins una altra pista que va a creuar per damunt del funicular i abans de creuar-lo prenem un camí a l'esquerra que passa entre el Funicular i l'Observatori Fabra i ens deixa a la carretera d'accés a l'Observatori. És en aquest punt on tenim un petit incident, doncs la calor es fa sentir i una companya n'agafa un bon cop. Descansem una estoneta i l'ajudem a refer-se fent que s'hidrati i refrescant-la el màxim possible. Per sort no és mes que un petit ensurt i la noia es refà per poder continuar.

De la carretera d'accés a l'Observatori, per un corriol ben marcat i en diagonal, arribem a la Carretera de Vallvidrera al Tibidabo just a sota del Parc d'Atraccions. Ja som al punt més alt.

Encarem, doncs cap a Vallvidrera pel passeig de vianants que hi ha al costat de la carretera i en un tres i no

res som a la plaça Pep Ventura de Vallvidrera lloc de concentració de tots els grups.

Poc a poc ens hi anem concentrant tots, la plaça es va omplint de gent de l'Agrupada, la canalla juga guiada pels monitors, els companys comentem les cuites de la pujada i ens anem admirant de la colla que anem fent (pels vols de cent vint), es fan les fotos de rigor i després que en Pep Molinos ens expliqui el programa a seguir, tota la colla cap al Pantà, omplint els carrers de Vallvidrera de xerrades alegres i entusiasme.

El recorregut pel Pantà (a veure si hi veiem tortugues), les fotos i seguim fins el baixador de Vallvidrera a passar per les escales que ens duen fins el Parc de Vallvidrera on en una magnífica explanada fem un bon dinar de Carmanyola. Després del dinar i d'escoltar l'emotiu parlament del President, cantem uns entranyables Adéus, amb l'emoció dels grans i la sorpresa dels petits que es van incorporant a aquests senzills rituals de la gent de muntanya.

I cap a casa, amb la satisfacció d'haver passat un dia pel record ●

Hora dels adéus (foto: Felip Serrano)



EXCURSIÓ COMMEMORATIVA A VALLVIDRERA

Per: Pep Molinos

*Avui, un dels grups que celebrarem el **100tenari** de la primera excursió de l'Agrup, ens trobem a les 8 del matí a la sortida del Metro a Trinitat Nova.*

*Formem el grup 32 companys,
d'ells 16 són de la secció Juvenil,
que aquest cop comparteixen excursió i xerinola.
No cal dir que això dóna un aire més fresc al grup.*

Resseguint la carena prelitoral (foto: Salva Monpeut)



Iniciem l'excursió pujant directament a Torre Baró per un petit corriol de carena que ens porta directament al Mirador. Aquí les vistes sobre la ciutat i els seus turons característics (Peira, Rovira, Carmel, Coll de la Creueta, Montjuïc), paguen la pena; a mida que transcorre l'excursió, els anirem veient en diferents perspectives.

Dalt de Torre Baró, primer cim de la serralada venint del Besòs, prosseguim per la carena a cavall del

Barcelonès i el Vallès, observant la diferenciada vegetació d'un vessant i de l'altre: Més solell, de matolls i poc bosc al Barcelonès i molt més boscosa i humida al Vallès.

Seguim l'itinerari enllaçant el turó de Roquetes, turó Blau, turó d'en Segarra, Forat del Vent, turó d'en Fotjà, turó de Valldaura (torre de guaita forestal), Turó Magarola (Observatori d'ocells), Turó de Sant Cebrià, coll Erola, coll de la Vinassa, turó de Mont (torre de Collserola) i Vallvidrera. Una bona ruta amb bones vistes i canviants a dreta i esquerra, entre el mar i la serralada prelitoral.

Arribats a la plaça del funicular a Vallvidrera, la presència de l'Agrup es fa notar a l'aplegar-nos amb la resta de grups que han vingut de Pedralbes i plaça Kennedy: Xivarri, encaixada de mans, gorres vermelles de GAES, i molta gresca i eufòria pel que representa la data i el lloc... com deuria ser el 1912?? ●

VALLVIDRERA

EXCURSIÓ COMMEMORATIVA

9 de juny de 1912 – 9 de juny de 2012

Per: Jordi Romagosa

Avui fa exactament 100 anys de la primera excursió que van fer els fundadors de l'Agrupació Excursionista "Catalunya" i nosaltres, els seus hereus, volem repetir aquella excursió.

Cap a les 12 en Joan i jo som asseguts a un banc de la plaça del cap d'amunt del funicular de Vallvidrera. L'estat de les nostres cames ens ha aconsellat d'arribar fins aquí dalt fent servir els mitjans de transport públics.

A 2/4 d'una arriben una nombrosa colla que han pujat caminant des de la plaça Kennedy. Mitja hora més tard arriben els que pugen des de Zona Universitària i finalment s'incorporen a la colla els procedents de Torre Baró. Els vailets dels grups infantil i juvenil amb els seus monitors, juguen i corren per la plaça. Quan ens assegurem de que ja hi som tots, ens encaminem cap el pantà. El passar per les escales, els 121 excursionistes ens asseiem i les màquines s'afanyen a fer-nos la foto que fixarà aquesta commemoració. Xano-xano anem baixant pels carrers d'aquest barri muntanyenc de Barcelona, la corrua s'allarga. Els petits Roc i Ivan fan camí a l'esquena del pare i en cotxet respectivament. Fa sol però l'aire és fresquet, fa de bon caminar. Passem per la coronació del pantà. Més fotografies.

El pícnic és ple de famílies preparant-se per a dinar. El camí ens du

a passar per la dreta de la Mina-Grott. Travessem el semàfor i ens enfilem cap el bosc per un camí esglaonat que porta a una clariana amb bancs i un pedrís. Decidim quedar-nos-hi. En Jep ens recorda perquè avui hem vingut fins aquí i es mostra satisfet de la colla que som i encara més de la presència nombrosa dels nens i nenes de les seccions Infantil i dels nois i noies de la Juvenil. A tots ens plau pensar que ells poden ser el futur de l'Agrup. S'obren les carmanyoles, es desemboliquen els entrepans i ens fem passar la gana, algunes bótes alegren la pitança. Després d'una bona estona de "matar l'aranya" xerrant i fent gresca, arriba l'hora dels Adéus, fem una bona rotllana, entrelacem les mans i entonem ben sincerament L'alegre adéu-siau:

El nostre comiat diu:

A reveure si a Déu plau

i ens estrenyem ben fort

mentre diem: Adéu-siau

Recollim les motxilles i ens encaminem cap el baixador de Vallvidrera; el tren ens retorna a Barcelona.

Una vegada més hem retrobat el més preuat tresor que ens ofereix la nostra Agrupa:

L'AMISTAT •

LA RIBALERA

Per: Pep Molinos

*Després de mesos de reunions, planificar i rectificar itineraris, sol·licitar permisos, cercar voluntaris, programes informàtics, confecció de blogs, reunions a Tírvia, i un munt de tasques, el passat 17 de juny l'Agrupació organitza la Cursa d'Alta Muntanya Ribalera, dins dels actes del nostre **100tenari***

Podium dels guanyadors (foto: Felip Serrano)



Es el primer cop que organitzem una cursa d'aquestes característiques, amb totes les dificultats que això representa. Ens fa il·lusió i tenim ganes de que sigui un èxit. Volem que sigui una activitat de futur per l'Agrupació. L'itinerari ha estat escollit amb cura: Tírvia, El Farro, Pic de Mà-niga, Pic Civil, Pic de Salòria, Bordes de Conflent, Font-negre, coll de So, Farrera i Tírvia, 39 quilometres i 2.800

metres de desnivells positius.

El dia abans, dissabte, el moviment a Tírvia ja indica que les coses pinten bé. Van arribant els voluntaris, molts ja amb la samarreta del **100tenari**; van ocupant els seus llocs i fent les tasques encomanades per l'organització. En Francesc Reixachs distribuint feina i solucionant problemes de darrera hora, en Miquel Peinado amb la informàtica a punt, en Xavi i en Josep polint tots els



temes de l'itinerari, en Secall repartint instruccions sobre les emissores, en Felip controlant els subministres, en Miquel Insausti tapant forats, La Carme i altres companyes repartint els dorsals; tothom té feina.

A mitja tarda, els controls situats als punts més llunyans van marxant per a dormir en tendes, furgonetes o bivac prop dels seus llocs.

Diumenge. La meteo segueix al nostre costat. A les 7,45 tots els controls ubicats al seu lloc i a punt per fer la darrera connexió de proves de les emissores (aquí mana en Secall). A les 8, prenen la sortida els 53 corredors. La cursa es desenvolupa correctament i la majoria de corredors van passant pels controls dins els horaris previstos, cada cop més cansats, però cada cop més contents d'anar guanyant quilòmetres.

Ja de bon començament El Habib Bouli es col·loca en primera posició fins arribar de nou a Tírvia en un temps de 4h 21m 08 s. Darrera van arribant

de mica en mica la resta de corredors, confirmant tots la bellesa de l'itinerari malgrat la seva gran duresa

A destacar la participació dels corredors de l'AEC: Pilar Vendrell, David Martín, Amat Botines, Bernat Ruiz i Roger Sant Vidal.

Es donen els trofeus corresponents i mica en mica van arribant els controls dels diferents punts de l'itinerari, després de netejar els camins de cintes i senyalitzacions. Finalitzem la Ribalera amb un dinar (ja és l'hora de berenar) de germanor, on tots podem comentar de forma relaxada i animada les anècdotes, incidències i les alegries de la jornada.

En definitiva una altra activitat del **100tenari** amb nota alta. A més de ser una prova esportiva d'alta muntanya organitzada amb èxit segons paraules dels propis corredors, va ser una activitat de les que fan Agrupa: tothom va contribuir i col·laborar amb la Cursa, seguint les instruccions del grup organitzador, amb una varietat de feines i mobilitat de personal força complexes, amb l'objectiu comú de La Ribalera.

Gràcies a tots els voluntaris, gràcies als amics de Tírvia, Farrera i Burg i en especial al Josep Farrera, gràcies a l'equip organitzador i molt especialment a en Francesc, ànima de la cursa. I com no, gràcies a tots els corredors.

Si voleu més informació de la Cursa, dades tècniques, classificacions, etc., us invitem a visitar el blog de la Ribalera: www.aec.cat ●

PALCARAJU 6.247 m

Per: Albert Sambola

*En el transcurs de les celebracions que hem iniciat del **100tenari** del AEC, em venen a la ment els records de l'expedició als Andes del Perú que per commemorar el 75è aniversari de l'AEC, i amb el nom de PALCARAJU-87, iniciàrem aquell mes d'agost i, malgrat no fer cim, guardo un inoblidable record d'aquells dies intensos en tot moment. Recordo amb molta nostàlgia l'agost de 1987.*

Acluco els ulls uns instants i em venen a la memòria un cúmul de vivències amuntegades, sense ordre ni concert però totes igualment agradables, que en el transcurs d'aquests 25 anys han passat pel sedàs del temps, transformant-les en experiències molt enriquidores.

Sí, ara ja fa 25 anys aconseguíem fer realitat el somni, fruit del treball i la preparació, posant els peus al nostre objectiu: La Cordillera Blanca dels Andes del Perú.

Viatjant en el temps, estic revivint aquell dia primer d'agost, amb tota la farda per a un equip de deu persones i amb excés de pes, i que el personal de la companyia aèria Viasa ens va "colar" sense increment del preu.

Tanmateix, l'arribada a l'aeroport de Lima, després de 23 hores de vol... la trobada amb Pyramid Aventuras que ens va rebre amb el microbús, que ens faria de transport pels propers objec-

tius immediats i posteriors, juntament amb els bidons i farcells, on estava encabint tot el nostre material.

L'estada al "Albergue - El Tambo", que instal·lats i més o menys amuntegats, vam passar les nits primeres i últimes de la nostra estància a Huaraz.

També recordo amb simpatia el camí que vam fer plegats amb els rucs, be i gallines, direcció al Camp Base... i el mal de cap d'alguns de nosaltres en arribar-hi.

Impossible d'oblidar les instal·lacions bàsiques construïdes, amb més o menys manya...

Recordo, amb un somriure als llavis, la peculiar dutxa, fent-nos esborronar la pell pel contacte de l'aigua, per la seva baixa temperatura.

Inoblidables van ser els primers contactes amb les neus andines. L'esforç per aconseguir el programa d'aclimatació establert, acostant-nos o assolint els diferents cims

que ens envoltaven... Pucarranra, Ishinca, Huapi... La gran satisfacció col·lectiva en instal·lar el Camp Avançat i el Camp I, per apropar-nos al nostre objectiu... Les incòmodes nits, per manca d'aire respirable... Les exhaustives revisions mèdiques que amb gran professionalitat ens feia el Josa (Dr. Pujante), que va tenir cura de la nostra salut en tot moment...

I quan al retornar de la muntanya, férem guàrdies en el transcurs de la nit per evitar una sorpresa de Sendero Luminoso en una parada de la carretera, en un llogaret sense llum elèctrica ni aigua corrent, però que ens van donar menjar i aixopluc... i... abans, lluny de la muntanya... aquells "Pisco

Sower". Aquella festa amb ballaruga inclosa...

Vull recordar també amb molt de sentiment la gran solidaritat, paciència i companyia que vau tindre amb mi abans i en el transcurs de l'expedició Palcaraju-87... Miquei, Jep, Josa, Jordi, Toni, Cesc, Eduard, Emili i Joel, gràcies per la vostra col·laboració i per fer-me revivre moments com aquells de fa 25 anys.

A vui no puc estar-me de recordar-te Eduard que, per molt poc, no has pogut celebrar amb nosaltres els 25è aniversari de Palcaraju-87. Un petó molt entranyable en la distància.

*Eduard ens retrobarem
dalt d'altres cims!!! ●*

aquesta web et sorprendrà

www.balmat.com

hem trencat esquemes

Tot el material per a esports de muntanya i aventura, totes les estacions d'esquí d'Europa, altímetre de 12.000 muntanyes, centenars de fotografies, rutes, revista... Cerca als teus companys de viatge per a escalar, fer espeleologia, sortir el cap de setmana... a www.balmat.com




Tel. 934 548 309 · 08011 Barcelona · balmat@balmat.com

**1 MODA ROBA
TÈCNICA**
Gran Via C.C., 531
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309

**2 ESQUÍ
I TEMPS LLIURE**
Gran Via C.C., 527
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309

3 ACAMPADA
Comte d'Urgell, 72
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309

**4 MUNTANYA
TÈCNICA**
Comte d'Urgell, 76
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309

juliol-agost 2012 **29** any del 100tenari

ALTES DEL MES DE JUNY

Mar Herrando Salvador

Víctor Díez Alonso

Roberto Pons Missaglia

Mateo Caramés Saddler

Míriam Mònica Bueno Gallegos

Francisco González Salguero

Juan Carlos Domínguez Franco

Oliver Vegas Montero

Albert Jordan Vallès

Josep Farrera Sinfreu

La nostra més cordial benvinguda i el desig d'una ben profitosa estada a l'Agrupació •

CONDOL

MARTA SANTURÉ i BOIXADÉ

El passat dia 23 de juny va morir, amb només 40 anys, la nostra amiga i consòcia MARTA SANTURÉ i BOIXADÉ, l'Agrupació i especialment els amics de la Secció de Caiac, volem expressar el nostre sincer condol a la seva família. Descansi en pau •

CONDOL

VICENT RIBAS i PRATS

El dia 23 de juny ha mort (a l'edat de 84 anys) el nostre soci Vicent Ribas i Prats (aCs). Afincat des de feia molts anys a Eivissa, mai va deixar de donar escalf a les iniciatives de la nostra entitat.

Rebi la seva vídua, Rosa Cabedo, els seus fills i familiars el nostre més sincer condol •

PAGAMENTS

Oficina La Caixa 0823 Padilla-Gaudí. C. de Padilla, 271

COMPTES BANCARIS:

100tenari: 2100 0823 39 0200688916

AEC: 2100 0823 35 0200689123

INFANTIL: 2100 0823 31 0200689236

Important: Comenceu sempre indicant el vostre nom •

CORREUS ELECTRÒNICS

aec@aec.cat

100tenari@aec.cat

secretaria@aec.cat

comunicacio@aec.cat

butlleti@aec.cat

agrupactivitats@aec.cat

speleo.ere_aec@yahoo.es

escola@glacera.com

caiac@aec.cat •



C/ Padilla, 236 - Entresol 1a

Si estas buscant;

Últimes Tecnologies en tots els tractaments

Facilitats en els pagaments

I sobretot, un equip humà que només pensa
en el teu benestar

TRUCA'NS T'assegurem un bon somriure

93 450 20 05

Presentant el carnet de soci de

L'AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

1^a VISITA
de DIAGNOSTIC

GRATUITA

HIGIENE

20 €

10% dte. en tots els tractaments



T'estem esperant

GAES

Ens plau comunicar-vos que **GAES Centres Auditius** és patrocinador del **100tenari** de l'Agrupació Excursionista "Catalunya". Volem celebrar aquesta data tan especial amb els socis oferint-los:

- **Revisió auditiva gratuïta a qualsevol centre GAES**
- **10% de descompte per a socis en audifòns i protecció**

Us desitgem que gaudiu de tots els actes del **100tenari** amb una bona audició.

PER MOLTS ANYS!

"Saben per què reviso la meua audició a GAES?"

"Perquè vull evitar que un dia m'ho repeteixin tot."



10% descompte*
per a socis
de l'Agrupació



GAES

Centros Auditivos

902 393 940

Truqui i sol·liciti una revisió
auditiva de franc

www.gaes.es

facebook.com/GAESCentrosAuditivos



* Promoció vàlida per a audifòns

HORARI SECRETARIA A.E.C.

De dilluns a dijous de les 18:30 a 21:30 h.

SECCIONS

Secció de Muntanya i Senderisme (SM), Secció d'Escalada i Alta Muntanya (SEAM), Secció d'Esquí de Muntanya (SEM), Equip de Recerques Espeleològiques (ERE), Secció d'Esquí (SE), Secció de BTT, Secció Infantil i Juvenil (SIJ), Secció de Caiac, Secció de Cultura (SC), Secció de Turisme Equestre i Escola d'Esports de Muntanya Glacera.



1912

AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

Padilla, 255-263, primera planta

08013 Barcelona

tel: 933 024 529

e-mail: aec@aec.cat

butlleti@aec.cat

web: www.aec.cat

Edita: AEC

President: Jep Tapias

Amb la col·laboració de:



Generalitat de Catalunya
Departament de Governació
i Administracions Públiques
Secretaria d'Acció Ciutadana



Disseny i maquetació: Xavier Sánchez

Impressió: Empòrium

Coordinador: Manuel Cabanillas

En aquest butlletí hi col·laboren: Jordi Romagosa, Manuel Cabanillas, Jordi Pino, Cata, Pep Molinos, Joan Tarruella, Francesc Reixachs, Felip Serrano, Jep Tapias, J. A. Pujante, Salva Monpeat, Cristina Irala, Neus Moratona, M. Antonia Civit, David Ortiz, Albert Sambola.

EL T.R.E.C.

Tècnica de Recorregut Eqüestre de Competició

Per: Miquel Casas

*Companys, la junta directiva del mes de juny va aprovar la meua proposta dins dels actes del **100tenari** de sol·licitar a la Federació Catalana d'Hípica l'organització d'una prova de TREC del calendari de competicions oficials de la Lliga Catalana per el mes de **desembre** a Santa Susanna.*



Pels qui no sabeu què és aquesta modalitat anomenada TREC, us explicarem una mica en què consisteix.

El T.R.E.C. o Tècnica de Recorregut Eqüestre de Competició té el seu origen a França, fa uns 30 anys. En aquest país tenia i té un gran desenvolupament, la indústria del Turisme Eqüestre per això es va pensar que era convenient comptar amb personal qualificat per a això i així va sorgir la necessitat de formar Guies Eqüestres. Per aconseguir el títol havien de passar un examen pràctic. Aquest examen va ser desenvolupant cada vegada més i

ha donat lloc a la competició que després es va dir TREC.

Què podem suposar que ha de contenir un examen d'aquest tipus? Evidentment tot allò que un genet i cavall han de conèixer per fer una ruta pel camp en les millors condicions. Estem parlant de rutes de llarga distància per exemple des de Barcelona a Girona. Podem dir per tant que: El T.R.E.C. (Tècniques de Rutes Eqüestres de Competició) és una disciplina hípica que tracta de reunir en una competició totes les habilitats i dificultats que un cavall i el seu genet han de dominar,



per gaudir al màxim d'un llarg passeig o ruta pel camp. Nascuda del Turisme Equestre, avui es tracta de la disciplina eqüestre amb el major creixement a França. L'any passat es van organitzar prop de 800 competicions.

És una de les disciplines més completes ja que intervé la doma, la flexibilitat, la confiança així com l'educació del cavall per al treball peu a terra, petits salts per a la PTV, la gestió de l'esforç del cavall i la capacitat d'avaluar temps i velocitat, adaptant-se al terreny. A més s'hi suma el coneixement del genet en matèria d'orientació i cures del cavall. Dirigida a tots aquells que, sent amants de les passejades pel camp, vulguin gaudir amb la disciplina més variada i divertida que a més no exigeix un alt nivell d'equitació ni de forma física, de manera que la pot practicar qualsevol genet que ho desitgi. El TREC es pot practicar amb qualsevol cavall que reuneixi les qualitats de bon temperament i bona resistència física.



CONSTA DE TRES PROVES:

Prova d'Orientació i Regularitat

En primer lloc el genet per fer una ruta amb èxit ha de saber orientar-se i seguir amb un plànol, una brúixola i cronòmetre a la mà, un itinerari prefixat, és per això que s'estableix una primera Prova d'Orientació i Regularitat (PER) que consisteix en el següent: El genet amb el seu cavall preparat a la porta, entra en una sala de mapes, on té 20 minuts per copiar sobre un pla verge de la zona, un itinerari de 35 - 45 km. Cavall i genet hauran de recórrer l'itinerari i passar per uns controls secrets de pas que hauran d'anar trobant (Orientació).

Un bon guia eqüestre a més de trobar el lloc on ha d'arribar, ho ha de fer a la seva hora. Per comprovar aquesta aptitud, haurà de recórrer la distància entre cada dos controls a velocitats mitjanes predefinides. Penalitzarà si es retarda o avança respecte del temps òptim (Regularitat).

Cada genet disposa de 240 punts dels que s'aniran restant les diferents penalitzacions: 50 punts per control no trobat, 1 punt per cada minut de retard o antelació d'arribada a un control.

El genet, a velocitat controlada, ha de seguir, amb l'ajuda d'un plànol, un itinerari prefixat amb controls de pas.

Prova d'Aires

Amés, genet i cavall han de marxar a un bon pas que mengi terreny i a un galop curt, còmode per a la marxa. Per mesurar aquesta habilitat s'estableix l'anomenada Prova d'Aires (PAR) on el genet amb el seu cavall ha de recórrer un corredor de 150 metres de llarg i aproximadament 2 metres d'ample. Primerament el galop el més lentament possible i després, al pas el més ràpid possible. Es penalitza si el cavall canvia d'aires i si surt del corredor. Es prenen els temps i es porten a una taula que li assigna la puntuació corresponent. Com menys temps tarda a fer el recorregut al pas, més puntuació tindrà, també puntuarà més en la mesura que el recorregut de galop ho faci més lentament. Es pot puntuar un màxim de 30 punts en cada aire.

Prova d'Obstacles

Finalment, un recorregut de camp, requereix que el cavall superi amb facilitat una sèrie de dificultats naturals que es pot trobar en el terreny. Per cobrir aquesta necessitat, el Reglament defineix 23 tipus d'obstacles o dificultats (el Comitè Organitzador n'ha de triar 16) que es col·loquen sobre un recorregut de 5 km. Per exemple, entrar amb facilitat en un van o remolc, obrir els portells que es trobi al pas sense baixar del cavall, saltar troncs, travessar algun riu o corrent d'aigua, ascendir per un pla in-

clinat, etc. Doncs bé, totes aquestes habilitats conformen l'última prova anomenada Prova en Terreny Variat (PTV) que consisteix a superar una sèrie de dificultats naturals o simulades que els jutges puntuaran sobre un total de 10 punts per obstacle i tenint en compte l'Efectivitat i Estil amb què cavall i genet resolen l'obstacle. La puntuació màxima que es pot obtenir per tant és de 160 punts.



Altres característiques

Inspecció d'equip abans de la sortida a la prova d'Orientació, genet i cavall són inspeccionats a veure si tenen l'equip necessari per a una ruta: ronsal, llanterna, element reflectant, hiposandalia o utillatge de ferrador, farmaciola de primers auxilis documents identificadors de cavall i genet.

Des del punt de vista espanyol, aquesta disciplina es va començar a practicar a Catalunya amb força èxit, quedant alguns genets catalans molt ben classificats en els Campionats d'Europa dels anys 97, 98, 99 i celebrant a Catalunya el Campionat d'Europa de 1997.

PUIG PEDRÓS (2.912 m)

PEL REFUGI DE MALNIU (CERDANYA)

Per: Pino - Cata

La Cerdanya disposa de quatre cims de més de 2.900 metres, el Puigmal, el Carlit, la Tossa Plana de Lles o pic de la Portelleta i el Puig Pedrós. Els tres primers es troben situats als marges de la comarca, mentre que el darrer està endinsat cap el centre i això li permet gaudir d'una posició força interessant en quan a vistes en totes direccions.

Cim del Puig Pedrós (foto: J. Pino)



Pertanyent als Pirineus axials i format per granit en les parts altes, les seves aigües van a parar al riu Segre, per la cara nord a través del riu Querol i pel sud mitjançant el riu Duran. Pel seu vessant sud presenta una morfologia glacial incompleta, fruit d'un desglaç avançat a l'erosió del terreny i que es pot veure marcat en la gran plana superior i el gran cercle glacial que cau amb fort pendent damunt dels llacs de Malniu.

L'excursió, molt senzilla i còmoda, la farem per l'itinerari més curt.

Aquest munta des d'un Refugi, el de Malniu, situat a 2.125 metres i on arriba una pista forestal. Altres itineraris força interessants per pujar el cim, però molt més llargs són per Porta, per la vall del riu Duran (Engorgs) o per Guils de Cerdanya.

ACCÉS

Amb automòbil ens hem de dirigir fins al poble de Meranges, on hi arribarem fent 10 quilòmetres per una carretera que puja des de el poble de Ger. Ger es troba a 39 quilòmetres de la Seu d'Urgell i a 9 de Puigcerdà, en la carretera que enllaça ambdues poblacions. Venint de Puigcerdà, just passat el poble, hi ha a mà dreta el trencall que puja a Meranges.

Passem Meranges i el veïnat de Girult (tres cases i un restaurant) i la carretera molt malmesa puja en 9 quilòmetres fins al Refugi de Malniu. A 2 quilòmetres del poble deixem un trencall a mà esquerra que du a La Carabassa, 3 quilòmetres més amunt s'acaba el

malmès asfalt i entrem en pista de terra i a 1 quilòmetre del refugi, en un fort revolt a l'esquerra, deixem una altre pista a la nostra dreta que porta a Guils de Cerdanya.

Al' explanada davant del Refugi deixarem el vehicle i abonarem els dos Euros que costa l'aparcament.

RECORREGUT

L'itinerari segueix, d'entrada, el GR2 direcció nord-oest i ens situa en una petita vall. Aquí deixem el GR per pujar en direcció nord fins un ampli coll. De flanc seguim direcció nord-est fins la carena principal que baixa del cim en direcció sud-est i un cop hi arribem, girem a nord-est per entrar en un ampli pla que, travessant-lo, ens durà fins el cim.

Les referències més importants i horaris sense comptar parades són:

0 minuts.- Aparcament (2.125 m). Sortim seguint el GR en direcció Nord-oest, deixant el petit llac anomenat Estany Sec a la nostra dreta. Muntem per uns prats seguint les deteriorades marques del GR. i just superar un petit llom, ja veurem a la dreta un pal indicador.

15 minuts.- Pal indicador (2.160 m). Assenyala de front el Refugi d'Engorgs i cap a la dreta el Puig Pedrós. Anem cap a la dreta, però compte, doncs hi ha un camí que enfila direcció nord cap a un pluviòmetre i nosaltres hem de seguir d'entrada, en suau pujada,



Camí del cim (foto: J. Pino)

de flanc gaire bé paral·lels al camí d'Engorgs. Travessem alguns reguerots d'aigua que baixen de la nostra dreta, sovint eixuts, i ens apropem a una petita vall on pel centre hi baixa un petit torrent. Seguim unes fites i en arribar al torrent (al marge dret, pedrera i a l'esquerra, herba de prat) girem direcció nord. Alguns pins negres allunyats ens acompanyen.

25 minuts.- Torrent (2.225 m). No cal pas travessar-lo. Pugem pel seu marge esquerra en direcció nord, seguint unes fites. Més amunt, després de superar un petit llom, el torrent es desdibuixa i les fites comencen a decantar cap a la dreta per tal d'anar a cercar una ampla carena formada per blocs i herba. S'han acabat els pocs pins que hi havia.

55 minuts.- Carena (2.470 m). Força ampla, cap a la nostra esquena veiem que fa un ampli coll. Aquí, girem un pèl a la dreta per tal de pujar de flanc en direcció nord-est, anant aprofitant els trossos d'herba que encara queden, envoltats de blocs de pedra granítica.

ca. Seguim les fites i de mica en mica veiem que ens situem en una ampla carena formada majoritàriament per pedres i que baixa del cim en direcció sud-est.

1 hora i 05 minuts.- Ampla carena (2.525 m). Girem cap a la nostra esquerra per seguir aquest llom pedregós sense deixar les fites. Superem un parell de ressals fins arribar a un gran pla.

1 hora i 35 min.- Gran pla (2.705 m). Al fons tenim un gran munt de pedres que configuren el cim, enmig les mulleres de Puig Pedrós. Travessem aquest pla decantant cap a la dreta, per tal d'estalviar-nos trepitjar les esmentades mulleres. Terreny sense fites ni camí gaire bé fins el cim, on és aconsellable arribar-hi pujant pel cantó dret, segons la nostra direcció, i voltant-lo pel seu darrera, on hi trobarem menys rocs.

2 hores i 10 minuts.- Puig Pedrós (2.912 m). Molt ampli i pedregós. Vèrtex geodèsic, una creu, diversos ferros i restes d'algun pessebre. Bones vistes en totes direccions.

La baixada la farem pel mateix camí

HORARI

La pujada es pot fer en 2 hores i 10 minuts i la baixada en poc més d'1 hora.

DESNIVELL

El desnivell acumulat de tota l'excursió és de 790 metres, tant de pujada com de baixada.

La millor època és a finals de primavera per la bonica floració del terreny. Des de desembre i fins abril el terreny es troba nevada i és recomanable d'anar-hi amb raquetes o amb esquís (fins els anys 70 la neu solia cobrir tot l'itinerari, des de Meranges). Al pic de l'estiu podem passar molta calor si fem la ruta a hores de migdia.

PUNTS D'INTERÉS

És molt interessant la morfologia i orografia del terreny amb uns cercles glacials molt ben definits a la cara sud i que permet veure com va actuar sobre el terreny el gel del quaternari i la seva posterior desfeta. Si som dels primers en arribar al cim és factible veure perdiu blanca doncs cap a la banda nord sol viure una petita colònia d'aquesta espècie molt protegida, doncs en tot els Pirineus es calcula resten unes 50 parelles..

Fantàstiques vistes des del cim que abasten cap el nord muntanyes que van des de les Maladetes fins el Carlit passant per la Pica d'Estats, muntanyes d'Andorra i de la vall del Querol (Nerassol, Coma d'Or, etc.) A sota nostre la vall de Campcardós i el poble de Porta.

Aponent podem distingir, en dies clars, des de les muntanyes dels Pallars (Orri, Montsent de Pallars, Mainera, Punta Alta, etc.) fins els Montsec d'Ares i Rubió i ja més a prop el cer-

cle d'Engorg i les muntanyes de la serra fronterera amb Andorra (Porte-lleta, Muga, Montmalús, etc.) i la portella blanca d'Andorra, antic pas entre aquest país a la Cerdanya i l'Ariege.

Al sud i a llevant tota la plana de la Cerdanya i les muntanyes que van des del Canigó fins la serralada del Cadí, aquesta amb una vista extraordinària de la seva cara nord.

CLIMA I VEGETACIÓ

La vegetació i el clima és típic dels Pirineus amb molt poca influència de la Mediterrània, amb influència de la marinada. A part de les flors de primavera, la vegetació està composta exclusivament d'herba de prat acompanyada a les parts baixes de pi negre i algun ginebró. El clima és d'alta muntanya i presenta dies molts freds i de fort vent a tota època de l'any, encara que a primavera i estiu podem trobar dies de forta calor i també desenvolupament de sobtades i fortes tempestes.



Prop del cim (foto: J. Pino)

EQUIPAMENT

Motxilla, gorra o barret, ulleres i crema solar tot l'any. Roba d'abric també a tota època. Cal dur també roba protectora del vent. L'excursió convé fer-la amb calçat dur. També recomanem dur una màquina de retratar i uns binocles. En el recorregut no trobarem fonts, per això s'ha de dur aigua, sobretot a l'estiu.

Barcelona a 1 de Juliol de 2007.

a s s e g u r a n c e s

Problemes, dubtes, consultes...

TRUCA'NS

Tel.: 933 190 672

Pino i Cata

De franc per a tots els socis de l'AEC

muntanya

A punt per retirar el pessebre (foto: Jordi Romagosa)

46

infantils

muntanya

Castildelterra. Las Bardenas Reales



100tenari



ESTIRAMENTS

Per: Carme Estallo

Els estiraments són una part molt important de l'exercici físic: ens ajuden a prevenir lesions i cruiximents, millorant la nostra flexibilitat.

Ens preparen per l'esforç. Les mobilitzacions i els estiraments són una manera d'indicar als músculs que seran utilitzats en breu.

S'haurien de fer tant abans com després de qualsevol activitat física.

Abans, acompanyarem els estiraments amb mobilitzacions articulars: canyells, genolls, turmells, maluc, espatlles, ...

I en finalitzar l'activitat, estirarem i acabarem amb 3 o 4 respiracions "conscients", agafant l'aire pel nas i deixant-

lo anar, poc a poc, per la boca.

Com els nostres estiraments els fem dempeus, doblegarem lleugerament els genolls per no arquejar l'esquena i protegir les lumbars i ens ajudarem d'un bastó quan ho necessitem per qüestió d'equilibri.

Si no podeu fer les dues tandes, abans i després, que sigui sempre la de després la que no falti.

No s'ha de sentir dolor en executar-los i han de ser sense rebots.

