



butlletí informatiu
juny 2009

Agrupació Excursionista “Catalunya”

foto: Marc Navarro

Rocodrom a la festa major de Sagrada Família (foto: Jordi Clot)



Sant Jordi de Lloveres (foto: Jordi Romagosa)



HEM D'ASSEGURAR LA CONTINUÏTAT

Els darrers anys han representat una colla de canvis importants a l'Agrupació, un fort impuls a les activitats, la cerca de noves vies de captació de socis i finalment el trasllat a una nova seu social que ha representat un abans i un després, en la vida de l'entitat.

L'esforç que en el seu dia va significar la cerca d'aquest espai s'ha vist recompensat amb una integració al nou barri que ens aporta molt més que nous socis. Aquesta renovació va sorgir del fet que l'Agrupació es trobava en perill de desaparèixer. La problemàtica del local va significar un trencaclosques que va requerir grans esforços per part d'uns quants socis, els quals van creure en el projecte, i van tirar-lo endavant. Per això aquesta etapa es va superar, i avui ens podem felicitar de l'encert de la nova ubicació.

Més d'un any després d'aquest èxit, ens trobem amb una problemàtica semblant, menys important en aparença, i sols en aparença, perquè fàcilment pot derivar a una greu situació: **El tancament de l'AEC.**

La darrera junta ha finalitzat el mandat guanyant-se un merescut des cans per la feina realitzada, però ara

deixa un buit que cal omplir. En cap cas hem de ser espectadors davant d'aquest problema, hem de ser-ne protagonistes. Es necessiten persones capaces de dur a terme les seves pròpies idees, necessitem el lideratge per conduir l'entitat, necessitem una nova junta. Si no hi és, una entitat no pot existir.

Aquest missatge pretén ser un toc d'alerta amb el que ens espera en el futur immediat. Es curiós veure com s'ha sortit sempre de situacions molt pitjors fins i tot de perill personal (problemes econòmics, locals, època franquista...) i ara que es viu un dels millors moments, a les portes del centenari, no sembla que siguem capaços de fer res.

Tan indolent s'ha tornat la nostra societat? Ens enfrontem a la autodestrucció? Ja ho veurem.

El compte enrere ha començat.

LA DIADA DEL SOCI

Dijous, 18 de juny

A les 8 del vespre (voluntaris, a les 7)

Programa:

Paraules de benvinguda del President

Lliurament de les ensenyes de 25 i 50 anys de soci

Lliurament del premis d'activitat i cims de 3000 i 6000 metres

Premi Josep Montagut

Premi Joaquim Ricarte

Piscolabis tradicional i la copa de cava

Us hi esperem !!!

Ensenyes de 50 anys

Josep Bou Cabré

Jordi Mingall Borrut

Montserrat Raidó Bonet

Antoni Villena Segura

Ensenyes de 25 anys

Anna Mallol Salinas

Anna M. Martínez Colomé

Santiago Rodríguez de la Fuente

M. Carmen Rovira Puig

Laia Tapias Fontanals

Núria Ruiz Soler

Aquestes són les relacions de que disposem.

Si hi ha algú que troba alguna mancança cal que ens ho faci saber.

3000 i 6000 metres

Recordem que les persones que han fet els seus primers tresmil o sismil durant l'any 2008 ho han de comunicar a secretaria com més aviat millor.

RESUM ACTIVITATS SOCIS A.E.C. ANY 2008

	Jornades	Premi	Metres	Premi	Núm. vies i metres	Premi	Espeleologia: Metres	Premi	Barrancs i engorjats	Premi
NOM	ACTIV.	CONSTÀNCIA	DESNIVELL	DESNIVELL	escalats	ESCALADA	desniv. i recor.	ESPELEO.	Mts. desn. recorregut	BARR.
ALBERT SAMBOLA	21	-	6933	-	-	-	-	-	-	-
CARMEN COLLADO	32	ARGENT	-	-	-	-	-	-	-	-
CATERINA RODRÍGUEZ	76	OR	24535	ARGENT	-	-	-	-	-	-
EDUARD RUIZ	28	ARGENT	17310	-	-	-	-	-	-	-
JORDI PINO	80	OR	25910	ARGENT	-	-	-	-	-	-
JOSEP EMILI FERRER	69	OR	41055	OR	118 i 3340m	-	-	-	-	-
MIQUEL ROMÀ	20	-	3700	-	-	-	-783 i 2837m	-	600m	-
MONTSERRAT RAIDÓ	7	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ROSA M ^a SOLER	28	ARGENT	17310	-	-	-	-	-	-	-
SARA GÓMEZ	70	OR	41685	OR	118 i 3340m	-	-	-	-	-
XAVIER DÍEZ	28	ARGENT	8500	-	99 i 5171m	ARGENT	-	-	-	-

Llibre d'activitats any 2009

Es recorda l'existència d'un llibre-registre a disposició de tots els socis per anotar-hi totes les activitats realitzades des de l'1 de gener al 31 de desembre del 2009 (actes socials, sortides culturals, sortides de senderisme, de muntanya, d'alpinisme, d'escalada, d'espeleologia, de BTT, d'esquí, etc.) En el mateix llibre hi figuren les bases per accedir a guanyar els premis de CONSTÀNCIA, DESNIVELL i ESCALADA

PIC DE BASTIMENTS (2.881 m) PIC DE LA DONA (2.704 m)

diumenge, 28 de juny de 2009

Excursió a dos dels cims més característics de la zona de Vallter, que ens permetrà fer un tast de l'alta muntanya i gaudir d'unes magnífiques vistes.

El Bastiments des del Pic de la Dona



ITINERARI 1 (llarg):

Aparcament Vallter (2.160 m) – Ullde-ter - Coll de la Marrana -Pic de Bastiments - Coll de la Geganta - Pic de Xemeneies - Pic de la Dona - Portella de Mentet – Aparcament Vallter.

Horari: 6 hores, aproximadament.

Desnivell: 800 m.

ITINERARI 2 (curt):

Aparcament Vallter (2.160 m) - Portella de Mentet – Pic de la Dona i retorn pel mateix camí, cap a Vallter.

Horari: 3,30 h, aproximadament.

Desnivell: 550 m.

Material: Roba i calçat adients per l'alta muntanya. Cal tenir present que encara que estem a l'estiu, degut a l'alçada, pot arribar a fer força fred. És molt recomanable portar uns bastons d'esquí.

Menjar: Esmorzarem "a peu de co-txe" i dinarem durant l'excursió. Per l'itinerari llarg es recomana portar també alguna cosa per "picar". Cal portar aigua.

Sortida: A les 7 h a Fabra i Puig. Anirem en cotxes particulars.

Vocals: Eduard Ruiz i Rosa M. Soler
(tel. 933 117 785)

Reunió preparatòria: Dijous, dia 25 de juny, a les 20,00 h a l'AEC.

PUNTA ALTA

Una sortida amb final accidentat

Després d'haver-la posposat a causa de no estar obert el refugi, els passats dies 18 i 19 d'abril es va poder realitzar finalment la sortida de la SEM a la Punta Alta.

foto: Rosa M. Soler



Quan el dissabte a la tarda ens trobem tots a l'aparcament sota la Presa de Cavallers, observem que a la Canal de Coma les Bienes, per on pensàvem baixar l'endemà, hi ha poca neu a la part baixa i alguna allau pel mig i ens fem a la idea de que ens tocarà baixar un bon tros a peu. Què hi farem... ja se sap que la vida de l'esquiador de muntanya és molt dura...

Iniciem la pujada cap al Refugi Ventosa i Calvell amb un temps força in-

segur. Tan aviat neva, com surt alguna ullada de sol, però això no ens desanima, donat que hi ha previsió de millora de cara al diumenge. Voregem l'Estany de Cavallers amb els esquís a l'esquena i un cop passada la Pleta de Riu Malo, ens podem calçar els esquís i pugem tranquil·lament fins al Refugi. Quan hi arribem ens trobem que som els únics estadants. Això fa possible una estada ben relaxada (encara que amb bastant fred) i també poder conversar amb el Guarda, comentant l'itinerari previst

per a l'endemà. Ell ens recomana fer el descens per la Canal de Comalespada, que encara que en la seva part inferior és un xic complicada, té més i millor neu que la de Coma les Bienes. Decidim fer-ho així, ja que a més tindrem l'avantatge de poder deixar els esquís al collet Nord, des d'on s'inicia el descens i ens estalviarem de fer la canal final i la travessa del cim amb els esquís a l'esquena.

**...però
no havia
de fer bon
temps?**

Després d'un sopar bo i abundant i la corresponent estona de tertúlia, ens anem ràpidament a dormir, que demà ens cal matinar.

Ens llevem encara de nit, però un cop esmorzats, ja hi ha la claror suficient per veure que està bastant núvol i la majoria de cims estan tapats (...però no havia de fer bon temps!). No obstant això, sortim sense perdre la fe en que el temps s'arreglarà, tal com deia la previsió.

Comencem baixant, per anar a travessar els Estanys de Colieto i tot seguit iniciem la pujada per pendents, a estones bastant drets i amb la neu ben dura, de manera que les ganivetes ens fan un bon servei. Després d'alguns dubtes, finalment encarem la coma correcta, deixant enrere l'Estany de la Roca. Com més pugem, més gruix de neu nova anem trobant, especialment a la pala final sota el coll ("chapeau" pels que van davant obrint

traça!!!). El temps continua núvol, però alguna clariana escadussera ens manté l'esperança de que es destaparà. Fins i tot per uns minuts sembla que el sol podrà guanyar als núvols... però finalment no és així. Un cop al collet ens trobem envoltats de boira i això, afegit a la gran quantitat de neu nova que es veu a la canal d'accés al cim, ens fa desistir de pujar-hi i decidim tirar avall per poder gaudir d'un millor descens, abans no s'estovi la neu.

La baixada comença amb forta pendent, però per una coma ben ampla i molta neu nova de bona qualitat, que ens fa gaudir a tots de valent, durant els primers 300 ó 400 metres de desnivell. Més avall minva el pendent, però també la qualitat de la neu. Comencem a trobar trossos amb neu crosta, i cada cop es fa més difícil girar "dignament" i això fa que més d'un i més de dos caiguem més vegades que no voldríem.

**En un d'aquests
girs vaig notar
que alguna cosa
petava per dins
del meu genoll
esquerre**

En un d'aquests girs vaig notar que alguna cosa petava per dins del meu genoll esquerre i em vaig trobar a terra. Malgrat que de moment no vaig sentir cap dolor, de seguida vaig intuir que m'havia fet mal. Vaig fer un crit a l'Eduard per avisar, ja que en aquell moment jo anava l'última de la colla, i ràpidament em vaig aixecar per inten-

tar baixar una mica i arribar on eren la resta de companys. Després d'una diagonal i una "volta maria" (no m'atrevia a girar), vaig veure ben clar que ni així podia esquiar ja que em fallava la cama quan havia de fer la més mínima força. "Doncs sí que l'he feta bona!!!" vaig pensar. "Som encara a mitja canal i falta la part més difícil, segons ens havia descrit el Guarda!!!".

Amb l'ajuda de dos companys vaig baixar, o més ben dit, em van baixar a peu fins on era la resta del grup, un lloc amb menys pendent. Els companys ja estaven trucant al "012", ja que era evident que no podia seguir. Després de diverses trucades d'anada i vinguda per convèncer a aquella bona gent que el que necessitàvem era un helicòpter i no pas una ambulància, van aconseguir parlar amb els Bombers i finalment va venir l'helicòpter. Em van posar una fèrula a la cama i em van portar cap a l'Hospital Comarcal de Tremp.

Amb la cama immobilitzada, no em feia mal, així que vaig "gaudir" del vol i les meravelloses vistes, ja que finalment ara sí que havien marxat els núvols.

Unes quantes hores més tard em van venir a recollir a Tremp l'Eduard i tres companys. Mentre menjàvem en un bar de Tremp em van explicar el que faltava per baixar: Va ser difícil i amb neus molt dolentes i que van trigar encara més de 3 hores, des d'on jo em vaig quedar, fins arribar als cotxes. També hi va haver molta "conyeta": "Mira que bé t'ho has muntat! Has anat amb helicòpter i t'has estalviat un bon safari!!!"

És que n'hi ha que són envejosos, no trobeu?

No vull acabar sense **donar les gràcies a tots** els companys de la sortida, tant per l'ajuda en aquell dia, com per les trucades i correus en els dies posteriors.

Rosa Maria Soler

MONTSERRAT NÚRIA

4a Jornada – 25 d'abril del 2009

Santa Maria de Cornet – Sant Pau de Pinós

A Pedralbes, amb puntualitat helvètica, l'autocar arrenca a les 7 en punt. A la vorera de Diagonal hi ha una excursionista que braceja i corre; ens havíem descomptat! Un consell per a futures sortides: Més val que arribeu 10 minuts abans, això de la puntualitat, ja és una dèria.



A les parades de Sagrada Família i Sant Andreu, acaben de pujar els que mancaven, avui ens hem aplegat 36, a darrera hora uns quants no han pogut acompanyar-nos. L'autocar enfila l'autopista de Manresa i fem parada, com d'altres vegades, a l'àrea de Montserrat. Com d'altres vegades també, les noies de la barra ens atenen amb l'eixutesa que les caracteritza. Esmorzem, prenem els cafès i atenem les altres necessitats que s'hagin pogut presentar, tot dins dels 20 minuts que en Quim ens ha donat de lleure. Tots altra cop a l'autocar i el deixem altra volta a la cruïlla del Mas.

El dia es presenta assolellat i abans de caminar cal alleugerir-se de roba. Són 2/4 de 10 quan comencem a caminar per una pista ampla que s'obre entre conreus de blat i pinedes. Al cap de poca estona passem per l'església romànica de Sta. Maria de Cornet, seguim camí i al cap d'una hora, som a la creu de terme del coll de Comadons, una parada ens permet agrupar-nos. Poc després deixem St. Miquel de Terradelles a l'esquerra i se-

guint amb la lleugera pujada travessem el coll de Pitxell. Una nova parada per visitar (sempre exteriorment) l'església de St. Jordi de Lloberes. Ara deixem la còmoda pista per la que veníem caminant i ens endinsem al bosc per un corriol, en forta baixada, erosionat per les motos de muntanya que han pelat la terra del damunt de les roques i han malmès el camí deixant-hi un canaló, que en alguns punts s'ensorra uns 40 cm; hi ha tres opcions: O et fiques a dins del canaló i practiques el ballet clàssic per fer les passes sense "autoensopegar-te", o bé pots fer equilibris damunt d'un dels llavis del canaló o potser encara millor i t'eixarranques, peu ci, peu llà i vas baixant.

Ens enclotem fins el torrent de Rocafesa. Tot el camí hem estat acompanyats de mates florides de farigola i romaní, tot collint la farigola es fan gran projectes de sopetes sanitoses. Algun brot de fonoll ja té adjudicat un destí més elaborat de sopa de peix. Som al final de la baixada travessem el torrent, que com tots enguany, porta aigua. Potser és la gana però en veure un bon tou





de pixallits n'hi ha que ja els veuen al plat i amanits. Ara ve la pujada i apa, cal hissar-se amb grans camades per aquell camí que abans hem definit. Mentre nosaltres pugem, una colla també nombrosa però no tant, baixa; les salutacions d'educada companyonia i amunt! Des del darrer ressalt de la pujada hem vist passar un cotxe platejat, això vol dir carretera i carretera vol dir St. Pau de Pinós i autocar!

És ¼ de 3, aquell Sol del matí s'ha amagat darrera d'uns estratocúmul, fa fresqueta i es confirma la predicció de mal temps per d'aquí unes hores que ahir ens va fer la TV3. L'autocar ens deixa a la Colònia Vidal; el bar Juventus ens obre les portes, hi entrem amb les dents llargues, preparats i preparades per a devorar les amanides d'enciam, olives i tomàquet, un plat de patates emmascarades, guarnit amb una rosta de cansalada, després xai i pollastre amb mongetes seques, postres i cafès; alguns i algunes s'apunten a un gotet d'espirituós per allò dels suposats efectes reconstituents, ai... Tot seguit la

guia, Glòria, ens fa passar al cine de la Colònia on hi veiem un audiovisual sobre la història de la Colònia Vidal, després visitem una casa de família obrera, l'escola de nois, el casal de la dona i finalment baixem a veure la turbina i una nau de la fàbrica de teixits amb tots els passos des de la bala de cotó, fins el teixit i el funcionament d'un teler connectat a l'embarràs.

Són les 6 i en Quim ja neguiteja per fer-nos entrar a l'autocar i retornar a Barcelona. Com és costum a la banda del darrera s'hi aplega els personal més cantaire i animat i des d'allà ens arriben els cants i gatzara. Un cop entrats a Barcelona l'autocar es va buidant per l'ordre invers a com s'ha omplert. Fins la propera!

La fàbrica (fragment)

Miquel Martí i Pol

La fàbrica us resol tots els problemes
llevat del de la mort, almenys per ara.

Sigueu-ne conscients i practiqueu
l'ascetisme integral a marxes dobles.

Hom ha establert premis especials
per aquells que visiten menys el wàter.

Jordi Romagosa (soci 1224)



Foto: Ramon I. Canyelles

AVENC DEL CLUB

El passat dissabte 16 de maig realitzàrem l'exploració de l'Avenc del Club al Parc Natural de Sant Llorenç del Munt, prop del conegut turó de La Mola.



foto: Ramon Ignasi Canyelles



El grup estava format per 11 membres de l'ERE: 7 "veterans" i 4 espeleòlegs novinguts a l'Equip, que venen de realitzar, amb gran aprofitament, el Curs d'Iniciació a l'Espeleologia, recentment clausurat. D'entrada s'havia programat l'exploració de l'Avenc del Castellsapera, però aquest està temporalment prohibit per tal de respectar els cicles vitals dels quiròpters que són els nostres encantadors companys d'aventures sota terra, els ratpenats.

Després de celebrar una reunió d'urgència, decidirem plantar les nostres cordes a l'Avenc del Club, cavitat que es troba als voltants del Turó de la Mola.

Es tracta d'un avenc molt clàssic per sortides d'iniciació, i per tant molt adient per una sortida com aquesta, tenint en compte el número tant considerable de membres de l'Equip que ens havíem ajuntat.

L'exploració va anar d'allò més bé, amb un ritme molt fluid tenint en compte que érem uns quants.

Els nous membres de l'ERE, és a dir la Carme, en Jordi, la Yolanda i en Xavier, varen estar plenament a l'alçada, demostrant que els coneixements rebuts han quallat i que tenen un magnífic futur com espeleòlegs.

foto: Ramon Ignasi Canyelles





Un cop vàrem estar tots fora de la cavitat, dinàrem al costat de la boca de l'avenc. El bon ambient i la companyonia van seguir i ara ja més relaxats, s'ha de reconèixer que vàrem passar una estona realment agradable. **L'espeleologia és explorar cavitats però també és gaudir de l'amistat dels companys** que com deia l'amic Rocías, esdevenen amics.

Les coses han canviat a l'ERE! Fa uns mesos ens plantejàvem fer una

sortida de portes obertes per mirar de recuperar el to de la secció, i ara, en canvi, estem programant activitats que ens permetin fer exploracions amb un número considerable d'assistents.

Aquestes sortides seran comunicades al butlletí, confirmant la bona salut de la Secció d'Espeleologia de l'AEC.

Si us ve de gust obtenir més informació, adreceu-vos a:

espeleo.ere.aec@mail.com

Jordi Clop

Belles Arts Ferran

**PINTURA ARTÍSTICA / MANUALITATS / DIBUIX TÈCNIC
AEROGRAFIA / CERÀMICA / ESCULTURA**

**Carrer Ferran, 39
08002 BARCELONA**

 **Telèfon i fax
93 302 38 98**

dm 2	junta	Reunió
dc 3, 6 i 7	glacera	Monogràfic: progressió en glacera i autorescat
ds 6	btt	Flaçà-Caldes de Malavella (40-50 km)
ds 6-7	caiac	Curs d'iniciació al caiac de mar
ds 6-7	muntanya	Camí dels Enginyers. (s'ha suspès)
dm 9	veterans	Reunió mensual
dc 10, 13 i 14	glacera	Monogràfic: escalada en roca
ds 13-14	infantil juvenil	Sortida conjunta
ds 13	muntanya	Camí de ronda: Sant Feliu de G. a Calonge
ds 13	caiac	Curs nivell avançat de caiac de mar
dll 15	infantil	Reunió pares-mares preparació campaments
dc 17, 20 i 21	glacera	Monogràfic: progressió per crestes
dj 18	seam	Reunió preparació escalada Montsec
dm 16, 20 i 21	glacera	Monogràfic: descens de barrancs
ds 20	caiac	Curs nivell avançat de caiac de mar (continuació)
ds 20-24	caiac	Illes Balears (Eivissa o Formentera)
dg 21	seam	Sortida al Montsec
ds 27-28	glacera	Seminari de meteorologia
ds 27-28	btt	Alp-Calaf. Molt difícil. Desnivell acum. 4.000m
dg 28	muntanya	Vallter 2000 (Eduard i Rosa Maria, 933 117 785)
dg 28	infantil	Inici campaments grup dels grans

dc 1-15	glacera	descents de barrancs. Curs nivell 1
ds 4-5	caiac	Costa Brava
dg 5	infantil	Inici campaments grup dels petits
dm 7	junta	Reunió
dg 12	muntanya	(lloc per decidir) Pep Molinos
dm 14	veterans	Reunió mensual
ds 18-19	caiac	Costa Brava
a determinar	caiac	matinal d'onades

Totes les activitats les trobaràs més detallades a: www.aec.cat
 Si vols rebre la informació i recordatori de les activitats envia'ns el teu e-mail a: aec@aec.cat

EVEREST 8.848m

Josa ha estat a punt!



foto: Josep A. Pujante

*L'Agrupació ha estat a punt, una vegada més, d'estar al cim de l'Everest; el nostre amic i consoci **Josep A. Pujante (Josa)** ha estat a punt d'assolir el cim més alt de la Terra.*

Amb el banderí de l'AEC a la motxilla en Josa ha hagut de desistir de fer l'Everest a pocs metres del Cim. El felicitem per l'esforç realitzat i l'esperem per donar-li la benvinguda.

EXCURSIÓ AL PUIGMAL (2.913 m)

PEL COLL DE FONTALBA (RIPOLLÈS)

NOTA PRELIMINAR

Hom comunica que, degut a que cada dia hi ha més gent moltonejada, més lletrats aprofitats i les lleis interpretades com penells, per seguir aquesta ressenya és obligatori dur un mòbil, saber-lo fer anar i saber trucar al telèfon d'emergències 112. També és obligatori dur un mapa que sigui de la regió i una brúixola que sigui per orientar-se a la muntanya. És indispensable saber interpretar i fer anar aquests aparells, cal també entendre i conèixer les tècniques d'anar per la muntanya. Aquesta ressenya pas té manteniment.

El Juliol del 2006 la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya, va fer una aposta per donar a conèixer les muntanyes del nostre país i així va nàixer el reptre dels 100 cims. Es tracta de pujar, sense límits de temps, als cims més característics de Catalunya, repartits per totes les comarques del nostre país. El cim del Puigmal n'és un dels escollits.

Interessant excursió a un dels cims més emblemàtics del nostre país, a cavall de les comarques de la Cerdanya i el Ripollès. El Puigmal pertany als Pirineus axials i és la muntanya més alta d'aquest indret, tan sols superada pel cim del Carlit, a l'extrem nord de Cerdanya. Té 2.913 metres d'alçada i des del cim, a més de les comarques esmentades, podem tenir bones vistes del Capcir i l'Alt Urgell.

La passejada és força entretinguda, un pèl feixuga pel desnivell que cal superar, però també és veritat que és una de les rutes més curtes per atansar-nos al cim. L'itinerari es fa resseguint una carena i això ens permet gaudir tota l'estona d'unes esplèndides vistes que



abasten tota la banda de llevant, sud i ponent del nostre país.

ACCÉS PER CARRETERA

Amb automòbil ens hem de dirigir fins a Ribes de Freser. Ho podem fer des de Vic i Ripoll pel sud, o bé des de Puigcerdà per la Collada de Tosses. Hem de travessar la població de Ribes i prendre direcció al poble de Querolbs.

En arribar al poble i just passada la via del cremallera de Núria, hem d'agafar un carrer a la nostra dreta que fa un fort revolt en pujada. Aquí hi ha un indicador que, entre altres informacions, assenyalava la carretera de Fontalba. Se-

guim aquesta carretera, deixem al cap d'un Km, a la dreta, l'antic camí de Núria i ½ quilòmetre més enllà veurem que s'acaba l'asfalt. Seguim la pista de terra uns 10 quilòmetres més fins que s'acaba en un gran pla.

RECORREGUT

El recorregut travessa direcció ponent un gran pla per tal d'anar a cercar una carena, que primer és més ampla, després gira cap a nord, passa un cim imperceptible, el de Borrut, per tot seguit fer-se més estreta, enfilem una gran pala i deixar-nos al peu del Puigmal.

0 minuts.- Pla de Fontalba. (2075 m). Sortim en direcció ponent, cap a l'esquerra, travessant un gran pla i decantant una mica més a l'esquerra per tal d'anar a cercar el sota de la carena que surt del mateix aparcament en aquesta direcció aponentada. Deixem un camí que en la mateixa direcció, surt de la nostra dreta i planer o en lleugera baixada va a voltar tota la coma de Fontalba per tal de prendre després direcció nord i marxar cap al Santuari de Núria. Anem per entre herba de prat, bruguerola i algun menut pi socarrat pel fred i el vent que fa en aquest indret.

10 minuts.- Peu d'una pujada. (2135 m) Muntem un pujant, amb més rocam que no pas herba, que comença al final del pla, just on veiem uns reguerots d'aigua que naix en aquest indret. Hi ha rastres de camí marcat entre les pe-

dres i ens anem apropant a l'esmentada carena que arriba pel darrera i la nostra esquerra.

30 minuts.- Collet (2285 m). Molt poc marcat per la banda de l'esquerra. Aquí girem cap a la dreta per agafar direcció NW. i enfilem un ampli llom d'herba i pedres. Terreny sense camí marcat, però amb alguna fita.

55 minuts.- Cim de Borrut (2470 m). Cim molt poc marcat, arrodonit, pedregós, planer amb alguna fita de pedres. D'aquí baixem a un petit coll.

1 hora.- Coll de Fontalba (2450 m). Hem baixat uns 20 metres de desnivell, ara la carena es torna més estreta i pedregosa. Sovintegen les pujades i els llocs planers. Deixem unes marques grogues a la nostra esquerra que assenyalen la desviació d'un camí que du cap a les Clotes. Ens apropem al peu d'un fort pendent.

1 hora 35 minuts.- Replà i peu d'un pendent (2710 m.) Ens enfilem fort per la carena, ara molt pedregosa i un pèl més ample. Seguim direcció nord, algun dels diversos camins que s'han anat fent en aquest indret, fins arribar a un pla des d'on es veu el cim.

1 hora 55 minuts. Replà i final del pendent (2850 m.) Seguim un camí ple de pedres, passant per entre dos petits turons arrodonits i farcits de rocs. Un suau pendent ens conduirà fins el mateix cim.

2 hores 15 minuts.- Cim del Puigmal (2913 m). Cim molt ampli i pedregós. Vèrtex geodèsic, diverses creus i

demés estris de ferro que es van canviant amb el temps. Llibre de registre, un merder de gent en tota època i molt bones vistes en totes direccions.

HORARI

La pujada, sense comptar parades, la podem fer amb 2 hores i 15 minuts i la baixada en 1 hora i 1/4.

DESNIVELL

El desnivell total acumulat de l'excursió és de 900 metres tant de pujada com de baixada.

ÈPOCA

Qualsevol època de l'any és bona per ascendir per aquesta ruta a peu, llevat dels mesos d'hivern i començament de primavera, doncs la neu pot presentar serioses dificultats i requereix d'esquí o grampons i piolet. Terreny de forts vents i de canvis sobtats de temps. A l'estiu pot fer molta calor, però en pocs minuts muntar-se una gran tempesta. Amb boira i vent no és pas gens recomanable fer l'excursió.

PUNTS D'INTERÉS

La ruta és molt transitada i de poc interès, de totes maneres, des del cim tenim vistes molt bones que cap al sud permeten veure a tocar, la serralada de Conivella i la Cavallera. Més enllà totes les serres de la serralada Transversal i més al fons el Montseny, Sant Llorenç

i Montserrat. A la vall, Ribas, Campdevànol i Ripoll. A ponent podem veure serralades com Ensija, Pedraforca, Tossa, Puigllançada, Moixeró o Cadí. Cap el nord la clotada de la Cerdanya i tots els cims dels Pirineus axials orientals, des de la Pica d'Estats, muntanyes d'Andorra i Cerdanya, fins el Carlit. A llevant les muntanyes de Núria tanca des pels Torrenueles i Balandrau i les de la vall del Riu Ter i Canigó.

CLIMA I VEGETACIÓ

El clima és dur, molt extrem, amb canvis molt sobtats. El vent del nord anomenat torb sovinteja a l'hivern. La neu acumula gruixos importants i hi ha molts anys que aguanta des del mes de novembre fins a primers de juny. A l'estiu s'hi poden desenvolupar tempestes i tronades. La vegetació es limita a l'herba de prat i a primavera a les flors de muntanya, encara que aquesta floració no és pas gens variada.

EQUIPAMENT

L'excursió no presenta cap dificultat, encara que no és pas recomanable fer-la amb "wambes". És bo dur motxilla, roba d'abric i roba que aturi el vent, gorra o barret, crema solar, ulleres, tot l'any. A l'hivern, a més convé abrigar-se fort. No trobarem aigua pel camí, per això és aconsellable de dur-ne.

Barcelona a 1 de juliol de 2006

JBEL ANGOUR 3616m

(cresta oest PD+)

*Una dilatada incandescència manyaga s'escampa
per les capçades altívoles dels cims.*

*El poble reposa en el seu recer,
la remor de les barrancades escorta
el darrer descans del llogarret.
Algun gall decideix esmolar el cant.*

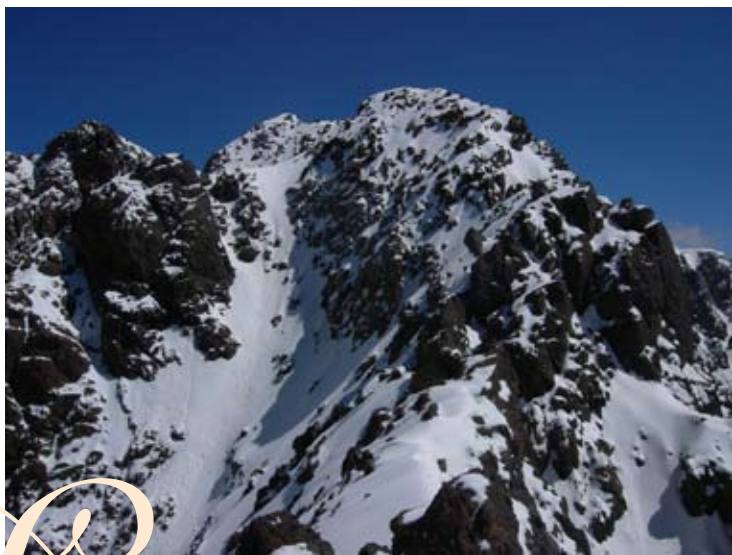


foto: Santi Pocino

Sortim intactes de força moral que no física. Les terribles diarrees ja m'han arribat, només portem 10 minuts caminats, i em cal una primera correguda d'emergència darrera d'un roc. Confirmat, el tall de digestió és contundent. En un parell d'hores hauré de repetir aquesta operació 5 cops més. M'espera un dia a base de sèrum oral. No puc ingerir res més si vull acabar amb els sobtats i bruscos recargolaments de tripes que em deixen pàl·lid.

Per la seva banda en Joan Carles, avança serrant les dents assimilant lentament la coïssor de les dues llagues -modalitat cràter- que decoren els seus talons. A l'arrencada de l'excursió semblen dues ànimes en pena, cadascú bregant amb els seus contratemps. El corriol que serpenteja cap al Tizi n'ou Addi, és fresat. En una de les parades d'emergència per donar sortida a les tempestats intestinals, ens adonem de la bellugadissa que hi ha a la muntan-

ya. Ens havia passat per alt, una corrua de gent remunta els pronunciats pendents cap el coll. Amb les necessàries interrupcions de la ruta per calmar el meu virus, ens avancen grups d'homes i de nens, alguns porten rucs.

La indumentària, a casa nostra no dubtaríem en qualificar-la de precària sinó temerària en vistes a creuar un coll nevat de 2960 metres. La destresa i lleugeresa com avancen denota gent avesada al territori. En Mohammed –nom poc original- s'ofereix per fer-nos de guia, ens explica que tots els grups es dirigeixen a les pistes d'esquí d'Oukaïmeden, uns quilòmetres enllà del port. Van a guanyar-hi alguns dirhams en diverses feines. Passaran el jorn allà i en acabat refaran la ruta fins les seves cases. Les pistes atreuen a gent adinerada del Marroc. Declinem amablement l'oferta.

El pas del coll ens planta a la cara nord del Jbel Angour. Els homes de Tacheddirt i voltants segueixen la ruta fins al seu objectiu, visible a la llunyania a través de la calitja. Tornem a estar sols, ara del tot, res a veure amb la zona del Toubkal, aquí no trobarem ningú. En Mohammed ens ha indicat vagament la via per accedir al cim.

Sense gaires dilacions i amb un punt excessiu de confiança arrenquem cara nord amunt, enmig de pales de neu escombrades per les allaus de fusió de dies anteriors. El sol furga les roques cimeres amb intenció de desplegar el seu potencial per l'encara ombrívola obaga. És qüestió de no torbar-se i deixar enrera les zones exposades a noves purgues. La muntanya és esglaonada, amb ziga-zagues evitem els trams més compromesos.

foto: Santi Pocino





No tenim full de ruta, interpretem la muntanya i seguim amunt guiant-nos per l'instint. Cal buscar la carena a mena de contrafort que es desprèn de l'aresta principal. Un cop allà sembla que l'accés al cim hagi de ser franc.

Accedim a l'aresta cimera, cap a quarts de dotze, som a 3.500 metres. Una llengua de neu immaculada s'eleva per damunt nostre, allà imaginem el cim. Un cop a dalt comprovem que el nostre propòsit es troba força enretirat enllà, i el que és pitjor, per accedir-hi caldrà recórrer una cresta, que desafiadora, s'interposa en el camí.

Resseguim amb la vista l'itinerari, no duem cap material per encordar-nos i assegurar-nos, el trajecte s'haurà de fer a pèl.

Desfer el recorregut de pujada a ple sol i exposats a purgues no convida massa, per davant aquesta cresta, sense cap referència prèvia... cal prendre una decisió.

Endavant! només s'entreu un pas realment dret. Delitosos de culminar l'ascensió, pensem que d'una manera o altra ja ens en sortirem.

La incursió inicial resulta prou de bon fer, mica en mica, però, la cresta es va retallant, l'itinerari s'estreny, els passos esdevenen obligats i la timba augmenta per banda i banda. El cap es concentra, hi ha desgast mental. El dia es manté inalterable, cel nítid, vent encalmat, per aquí no cal patir... Els passos delicats se succeeixen, val a dir que més impressionants que difícils. Ara un pas a cavall, ara abraçat a un roc, ara superar un petit mur, ara prestar atenció a una cornisa traïdora. A cada pas de vertigen superat, s'esmuny una mica més l'opció de recular. Avancem amb el desig de no trobar cap bretxa que ens barri el pas. La muntanya és gran, l'entorn és immens, estem completament sols, aquí no ens vindrà a buscar ningú.

Un darrer tram d'aresta, amaga el desenllaç de les dificultats, sembla tallat... arribem al seu extrem, contenim la respiració. Buf! Es pot desgrimpar! La cresta s'acaba i dóna pas a un plateau, una gran plataforma de neu sura en les alçades. El pic s'eleva en un extrem una vintena de metres per damunt. Respirem, esponerosos i fatigats. Hem suat més que en tots els quatremils junts.

La gran planura curulla de neu ens L'empetiteix. A certa distància tenim l'espadat Jbel Anrhemer de 3893 m. En els confins, muntanyes i més muntanyes, gegants estirats a terra. Tot ens sembla desmesuradament extens. El moment de plenitud, exigiu per necessitat, dóna pas a pensar en el retorn completant així l'itinerari circular. Travessem el gran altiplà, la neu aguanta per l'elevada alçada. A mida

que baixem, l'hora avançada deixa empremta. La neu de les cares solelles és podrida, ens enfonsem fins els genolls. L'obligada remuntada al tizi Tacheddirt, resulta un calvari. Superat el coll, ja apuntem de retorn al poble, que encara queda lluny. Deixem enrera el domini nival i retrobem el pedregam i les escombres de bruixa. Mica en mica apareix algun ramat exigü, pletes... i també un pastor solitari que en mig del no-res realitza les seves pregàries agenollat. Una imatge especialment captivadora: el pes de la fe en aquell lloc oblidat. Després d'onze hores arribem a Tacheddirt. Tret de l'esmorzar, que he buidat amb gana fulminadora, en tot el dia no he menjat res. Prego que l'estómac s'hagi recuperat per poder sopar.

Santi Pocino i Serra
Joan Carles Masoller i Arias
Març 2009

foto: Santi Pocino



V Jornades de la Dona i el Piragüisme

Memorial Conxa Muñoz

*El passat diumenge, dia 26 d'abril, vam trobar-nos a Sant Llorenç de Montgai, només a 10 Km de la localitat de Balaguer (Lleida), **143 dones** de totes les edats amb un interès comú, anar amb caiaç i aprendre més coses del piragüisme i també algunes, per iniciar-se i/o perfeccionar-se en aquest esport.*



foto: Carles Gaspar

Un matí molt plujós que no va deixar dur a terme el programa previst, per la qual cosa, l'equip organitzador, i com a responsable, la Carme Adell, veient que era impossible iniciar l'horari per la gran quantitat de pluja, molt preparades per imprevistos, van alterar l'ordre de les activitats.

La possibilitat de conèixer dones de totes les edats, persones molt expertes, dones preparades i altres que practiquen diferents disciplines va re-

sultar molt interessant. **Ens van aportar les seves experiències, com viuen el fet de ser dona per a practicar aquest esport...**

Algunes han fet llargs viatges i expedicions com pot ser el cas de la Brigitte que es defineix com anàrquica i la seva experiència a l'Antàrtida, per exemple, en col·laboració de l'Associació de Disminuïts Físics (amb tots els problemes que això comporta en una expedició com aquesta), va ser quelcom que ens va fer reflexionar so-



bre aquesta manera de viure, de transmetre la seva passió i afició per aquest esport i poder accedir a racons i llocs amb aquesta filosofia de vida i amb el seu caiac.

Cap al migdia va parar de ploure, una gran majoria de participants es van animar i es va poder fer una petita excursió amb els caiacs fins Sant Llorenç de Montgai. També la Tatiana (Itàlia) ens va fer una demostració de diverses tècniques d'esquimotatge.

Després vam anar a dinar conjuntament i es va fer un recordatori i homenatge a la Conxa Muñoz. Per la tarda, i per acabar la Jornada, una "Taula rodona" explicant, ajudant

i reivindicant experiències de dones en diferents àmbits: organitzatiu, responsabilitat familiar, amb càrrecs, a nivell competitiu...

Vam gaudir doncs d'una Jornada acompanyades també per marits, parelles, amics que de bon grat ens van ajudar i van estar amb nosaltres.

Cal dir que iniciatives com aquesta ajuden i motiven a fomentar l'esport del piragüisme.

Neus Mataix



assegurances

Problemes, dubtes, consultes...

TRUCA'NS

Tel.: 933 190 672

Pino i Cata

De franc per a tots els socis de l'AE

Estiu en caiac

Illes de la Mar Jònica (Grècia)



La proposta d'aquest estiu de la secció de caiac es anar al paradís: **Les illes Lgregues.**

L'expedició encara s'està organitzant i de moment resten moltes coses pendents de concretar però la idea és anar del **15 al 30 d'agost.**

Us hi animeu? Reserveu dates.



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.

Altes del mes de maig

Jaime Valls Mallofré
David Megia Martínez
Ignasi Duch Suàrez

Martin Schuler
José Rodrigo Santiago Padilla
La nostra més cordial benvinguda i el desig d'una
ben profitosa estada a l'Agrupació

Camí de ronda per la Costa Brava

Sant Feliu de Guixols - Calonge

13 de juny

Aquest any el nom **Costa Brava fa 100 anys** i ho volem celebrar fent una petita excursió per una part del seu extraordinari litoral.

Escollir un recorregut que sigui el més emblemàtic no és fàcil però finalment hem triat el tram que va de Sant Feliu de Guíxols a Calonge. Aquesta part del GR-92 ha estat preparat de forma curosa per seguir un litoral que miraculosament, en alguns petits espais, conserva els trets d'un paisatge abrupte i delicat a la vegada.

Aquesta sortida està reservada als socis i preferentment aquells que ja segueixen les rutes de senderisme que aquest any fem amb la Montserrat - Núria.

El recorregut té molts petits desnivells que es fan per escales per anar resseguint la costa i trepitjar les seves petites cales. Per salvar Platja d'Aro ho farem amb l'autocar. Recorregut total 15 Km.

A partir de Platja d'Aro tenim previst fer petites parades pel bany.

Sortirem de Barcelona com sempre amb autocar:

A les 7 des de Palau Reial

A les 7,20 des de Sagrada Família

A les 7,40 des de Fabra i Puig

Esmorzarem per l'autopista i anirem a dinar a les 15 hores a Calonge.

Reservat només per a 30 socis. Preu de la sortida per socis 36€

Cava

*Per aquestes revetlles de Sant Joan i Sant Pere
no us oblideu del cava de l'Agrupació!!!*

Preu: 6 € l'ampolla i 32€ la caixa de 6 ampolles

Xapa de la Secció de Caiac

Biblioteca

En Manuel Cabanillas ha fet donació a la biblioteca de l'Agrupació de 34 llibres de Emuntanya. La llista resta exposada a la vitrina.

Li agraïm el detall i la dedicació a les activitats de l'Agrupació.

Gran Atlas-Morroc (foto: Santi Picino)



Saint Llorenç de Montgai des del canac (foto: Carles Gaspar)





aquesta web et sorprendrà

www.balmat.com hem trencat esquemes

Per el material per a esports de muntanya i aventura, totes les estacions d'esquí d'Europa, altímetre de 12.000 muntanyes, contenen de fotografies, eines, revista. Cerca als llocs companyys de viaris per a escalat, fer expedició, sortir el cap de setmana... a www.balmat.com

SERVEI 24 HORES
TIRADA A DISTÀNCIA

BALMAT

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

1 MODA ROKA 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
---	--	--	--



AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

Padilla, 255-263, primera planta

08013 Barcelona
e-mail: aec@aec.cat

tel: 93 302 45 29
web: www.aec.cat

PUBLICACIÓ
PERIÒDICA



Amb la col·laboració de:

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