



1912

butlletí informatiu

gener 2010

Gorak Shep, 5.150m. Al fons Purnori i camí del Kalapattar, Nepal (foto: Eduard Ruiz i Rosa M. Soler)

Agrupació Excursionista “Catalunya”

Pessebre al Mirador dels Orris (foto: Marc Navarro)



Sant Jaume de Frontanya (foto: Ramon I. Canyelles)



A la recerca de NOUS OBJECTIUS amb il·lusió

*La campanya realitzada l'any passat ha de servir-nos,
no només per a millorar el que hem fet,
sinó per abordar nous objectius
amb més il·lusió, si això és possible.*

La nostra presència tant al barri com en el món de les nostres activitats, siguin per terra o per mar, ha d'incrementar-se i paral·lelament augmentar el prestigi de la nostra entitat dins de la societat, amb la mirada posada en un esdeveniment que mai més tornarà a produir-se: **El centenari**.

Regularment **l'Agrup**a ha estat pionera en activitats en les quals avui, paradoxalment hi som absents, això, cal esmenar-ho, amb la nostra presència en aquelles activitats en les que vam ser els primers a apostar i oferir novetats com ho varen ser el Memorial Sir Edmund Hillary o la Nit d'escalada, espeleologia i castellers.

Es necessita la col·laboració de tots i cadascun dels qui formem l'Agrupació

plir-se es necessita la col·laboració de tots i cadascun dels qui formem l'Agrupació, sense que ningú es quedi o se senti absent.

Perquè tots aquests propòsits, que al costat dels personals refem cada any, puguin com-

La unió fa la força i el treball entre molts passa a deixar de ser un esforç. A poc a poc s'ompla la pica i aquest ha de ser un dels nostres lemes, una màxima que, ja en la presa de possessió de la nova junta, hi va fer esment el president.

Amb part del calendari d'enguany a la mà tot apunta que ha de ser el

millor de la nostra història tot i que superar el fet fins a avui no serà fàcil.

Seccions que van anar a mig gas, sembla que han posat la cinquena marxa i caminen a gran velocitat per a situar-se en un bon lloc al podi.

Molt aviat s'iniciarà la preparació d'actes de cara al **centenari** i es demanaran idees i col·laboració. Davant de la importància de la cita ningú pot sentir-se'n exclòs.

No oblidem que l'Agrupa la fem tots i aquest ha de ser, per damunt de tot, el nostre compromís.

Seccions que van anar a mig gas, sembla que han posat la cinquena marxa i caminen a gran velocitat

TREKKING AL NEPAL

CAMP BASE DE L'EVEREST

OCTUBRE 2009

Com a cloenda del Cicle dedicat a l'Everest, es va programar un Trekking al Camp Base pel passat mes d'octubre. De seguida ens va agradar l'idea i un cop decidits, no ens vàrem fer enrere, encara que finalment no s'hi va apuntar ningú més. Cal dir que l'experiència ha valgut la pena i per això us en volem fer cinc cèntims.



Everest i Lhotse (foto: Eduard i Rosa M.)

Vàrem sortir de Barcelona el dia 10 i, després de fer dos ràpids canvis d'avió, el dia 11 al matí ja érem a Kathmandu, ciutat caòtica i sorprenent, però molt interessant.

El mateix dia 11 i l'endemà varem aprofitar per visitar els barris de Thamel i Durbar Square i els famosos santuaris de Pashupatinath (hinduista), Boudanath i Swayambunath (budistes).

El dia 13 al matí volem cap a Lukla (2.804 m), amb un avió semblant al del Tibidabo... A Lukla només s'hi

arriba amb avió o helicòpter (no hi ha carreteres) i el seu aeroport és espectacular: té tan poc espai, que la pista d'aterratge fa pujada, per afavorir la frenada de l'avió... i perquè al marxar ho faci en baixada per facilitar l'enlairament. Sort que quan ens adonem de tot això ja tenim els peus a la terra ferma!!!

Apartir d'aquí ja toca caminar. I així ho comencem a fer el mateix dia, ben acompanyats per en Migma (el guia) i en Ngima Sherpa (el portador). La comunicació amb ells és en anglès

i per tant una mica justa, però amb bona voluntat per ambdues parts, ens anàvem entenent.

Durant el trekking visitarem primer la vall de Gokyo (que ens servirà per fer aclimatació), per anar després a la de Khumbú, on està situat el Camp Base de l'Everest. Ambdues valls pertanyen a la regió de Solo Khumbu i són dins del "Sagarmatha National Park".

A continuació fem un petit resum del **recorregut**:

- Les 2 primeres etapes són per arribar a Namche Bazaar, capital del poble sherpa.
- Les següents 3 etapes són de pujada per la vall de Gokyo, on passant per diferents poblets del vessant oest, s'arriba a Gokyo (4.750 m), grup de cabanes vora un gran llac i punt de partida pel cim del Gokyo Ri.
- A l'etapa 6, després de pujar al Gokyo Ri (5.357 m), iniciem el descens per la mateixa vall fins a Na-La.



Cho Oyu (foto Eduard i Rosa M.)

- L'etapa 7 ens portarà pel vessant est de la vall, fins a Phortse, poblet enlairat sobre la confluència de les valls de Gokyo i Khumbú.

- En 4 etapes més pujant pel vessant occidental de la Vall de Khumbú, arribarem a Gorak Shep (5.150 m), antic emplaçament del Camp Base de l'Everest i des d'allà al cim del Kalapattar (5.545 m) punt culminant del trekking.

- En 3 etapes, retornarem a Namche Bazaar, amb algunes variants en el camí, per visitar el monestir de Tengboche.

- En l'última etapa tornarem a Lukla fent en un sol dia el que a l'anada havíem fet en dos.

En resum, son 15 dies de trekking, assolint dos "5.000" i amb un desnivell acumulat d'uns 7.500 m, aproximadament (es fa difícil de calcular).

El recorregut es fa sempre per camins molt marcats, però amb constants pujades i baixades, escales i ponts penjants. Aquests camins són l'única via de comunicació d'aquestes valls i per això suporten un notable trànsit de portadors amb les seves espectaculars càrregues així com de nombroses caravanes de yaks.

A la vora dels camins trobem sovint fileres o munts de pedres d'oració i grans roques gravades amb els mantrés budistes. A molts colls hi ha petites gompes amb les clàssiques banderoles d'oració. La religió budista és omnipresent en aquestes contrades, on també hi ha nombrosos monestirs, destacant els de Pangboche i Tengboche.

Normalment les etapes solen ser d'entre 3 a 5 hores efectives de marxa, Només en dos o tres cassos han estat de 6 ó 7 hores. Cal dir que ens ho preniem amb tranquil·litat i en les



etapes més llargues fèiem parada en algun “lodge” per dinar.

A la part alta de la vall Gokyo, vàrem pagar el corresponent tribut a l'alçada, en forma de mal de cap, insomni, etc., però en canvi a la vall de Khumbu, amb l'aclimatació ja feta, no vàrem tenir problemes. Només calia tenir en compte de no voler córrer massa.

Les pernoctacions les hem fet en “lodges”, que són com refugis o fondes més o menys precàries i que es troben al llarg de tot el recorregut. Poden ser tant cases particulars com edificis construïts expressament. Normalment estan situats als pobles, alguns dels quals, degut a l'altitud, només estan habitats durant l'època del bon temps.

Els àpats, que també fèiem als mateixos lodges, preferentment eren vegetarians (sopes, arròs, pasta, verdures, llenties, patates...) i algun dia carn de yak o algun ou i sobre tot molt

i molt te. Tot era força bo, però les espècies picants son presents sempre i si t'oblides de demanar “que no piqui”, és possible que et caigui alguna llàgrima.

El paisatge és meravellós, sobre tot per les vistes de les grans muntanyes, que tantes vegades hem sentit anomenar, com són, entre d'altres, Thamserku (6.618 m), Kangtega (6.783 m), Ama Dablam (6.814 m), Cholatse (6.440 m), Cho Oyu (8.153 m), Lhotse (8.501 m), Nuptse (7.864 m), Pumori (7.165 m), Makalu (8.481 m) i sobre tot l'Everest (8.848 m). Una altra cosa sorprenent per a nosaltres és que el bosc arriba gairebé fins a 4.000 m i també que espècies que a casa nostra son arbustos, aquí són arbres espectaculars, com és el cas dels nerets i sobre tot les savines.

Cal dir que el bon temps ens ha acompanyat durant tot el trekking, i al Sol la temperatura era força agradable, inclús als punts més alts.

No obstant a la nit i a la matinada feia molt fred, sobre tot a partir de 4.000m. Gairebé cada tarda es girava un vent persistent que pujava per la vall i portava alguns núvols o boires i llavors la temperatura baixava en picat. Molts lodges tenien els lavabos a fora, i si a la nit tenies alguna “urgència”, t’ho havies de pensar dues vegades.

Arribats a Lukla i donant el trekking per acabat, varem fer un sopar de comiat amb el guia i el portador i l’endemà, varem volar cap a Kathmandu.

Ens quedaven 2 dies i mig abans de tornar cap a Barcelona i els varem aprofitar visitant Bhaktapur i Patan, dues magnifiques ciutats properes a Kathmandú amb un munt de pagodes i temples amb grans estàtues de pedra, així com gran quantitat d’edificis adornats amb bigues i finestres de fusta meravellosament treballada. Tant en aquestes ciutats, com al mateix Kathmandu es curiós veure com estan bar-

rejades les religions hinduista i budista i les seves divinitats.

També varem visitar el Santuari de Changu Narayan. Casualment era el dia de la festa de Narayan i va resultar tot un espectacle ple de color, veure tanta gent que hi acudia, carregada amb ofrenes de flors i aliments. Hi anaven tant a peu com amb petits autocars, cotxes, camions o motos, per una carretera plena de pols i de sots.

Finalment el dia 31 d’octubre, amb el cervell i el cor ben plens de totes les sensacions viscudes durant tots els dies, empenem la tornada cap a Barcelona. I a fe que varem tenir temps de sobres per a pair-ho tot, ja que les esperes als aeroports d’enllaç de Doha i Milan (6 hores a cada un), varen durar gairebé tant com el temps de vol.

El record d’aquest viatge, reforçat per les nombroses fotos que hem fet, serà ben segur inesborrable.

EDUARD RUIZ I ROSA M. SOLER



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.

Visita al pic de **"TRES MARES"** (2.175 m) **PIRINEUS CÀNTABRES**

Aquest cim hidrogràficament és el més important de la península ibèrica, doncs és el que separa les aigües dels tres mars de que disposa aquest territori, el Cantàbric, l'Atlàntic i la Mediterrània. Hi ho fa respectivament a través dels rius Nansa al nord; el Burejo, afluent del Pisuerga i Duero, al sud i ponent, i l'Ebre a llevant. El cim forma part de la serra de Peña Labra, un conjunt de carenes fortament erosionades per les glaciacions i que enllacen per llevant amb la serra del Cordal i al sud amb la de Hajar.



Aquestes serres que per llevant formen el cercle glacial d'Alto Campoo, també separen les terres de l'altiplà castellà de les muntanyes cantàbriques, en un terreny format per pissarres i saulons i on a les parts més altes també s'hi troba algun conglomerat.

Més que una excursió, la pujada al cim és un passeig, doncs per la banda nord i sud l'accés al cim és més complicat

pels forts desnivells i espadats que s'hi troben i per llevant, el cercle glacial de la vall d'Alto Campoo, està molt mal·lès pels moviments de terres i teleseïlles de l'estació d'esquí de Brañavieja, fins el punt que una ampla pista i un telesella arriben a uns 70 metres del cim. Les agressions de tota mena de l'estació culminen amb una carretera que porta al coll de la Fuente del Chivo, entre el Tres Mares i el Cornón de 2.140.

ACCÉS PER CARRETERA

Amb automòbil ens hem de dirigir cap a la localitat de Reïnova, dins de la província de Cantàbria. Un cop a Reïnova hem de sortir direcció Fontibre, Espinilla, Alto Campoo i estació d'esquí de Brañavieja. Seguirem la carretera fins el complex turístic de Brañavieja, on, abans d'entrar-hi, hi ha un encreuament. A mà esquerra la carretera porta al començament de les pistes i la de la dreta en pujada se'n va direcció a Fuente del Chivo. Seguim aquesta carretera fins el coll de Fuente del Chivo, on trobarem un ampli aparcament on deixar el vehicle.

RECORREGUT

Sortim de l'aparcament en direcció sud-oest seguint una pista d'esquí no transitable a turismes i que puja fins el peu del cim, on hi arribarem enfilant-nos per un terreny herbós i amb algunes pedres.

Les referències més importants del recorregut són:

0 minuts.- Aparcament (1.990 m). Consultats diverses Organitzacions, no es posen d'acord amb l'alçada del coll i les xifres van des de 1.980 metres fins a 2.040. Senyalem la del nostre altímetre. Sortim de l'aparcament seguint l'ampla pista d'esquí no practicable per turismes i que va pel flanc nord de la muntanya, per sota carena. Ho fem en lleugera pujada escortats a la dreta per parets de pedra i terra remogudes per

la construcció de la pista i a l'esquerra per pals de l'estació.

10 minuts.- Final d'un telesella (2.070 m). El deixem a l'esquerra. Seguim l'ampla pista.

20 minuts.- Desviació (2.075 m) En un petit coll i a uns 70 metres del final d'un altre telesella, a mà dreta tenim un corriol que s'enfila més fort per carena cap el cim. Al començament hi ha a la nostra dreta dues filferrades paral·leles que de seguit s'acaben. Terreny de pastures i pedres, per on hi passa el bestiar.

30 minuts.- Pic de Tres Mares (2.175 m) Un mirador amb baranes de ferro i forts espadats per l'altre banda configuren el cim. Pel seus voltants hi ha un monument amb dos esquís, restes de runes d'obra, un pal, alguna placa commemorativa i un petit estri de ferro rodó de 15 cm d'alçada amb porta circular que serveix per guardar papers a mode de llibre de registre.

La baixada la farem desfent el camí d'anada i és molt aconsellable des del coll de Fuente del Chivo pujar al Pic de Cornón de 2.140 metres que es troba en direcció contrària a l'altre banda del aparcament i que disposa d'un camí marcat i fresat. Al cim dispo-



sa d'una mena de monument en forma de motxilla del club Edesa.

HORARI

La pujada, sense comptar parades, Les fa en mitja hora, la baixada en 20 minuts. Si pugem al Cornón estarem 25 minuts més de pujada i 15 de baixada.

DESNIVELL

El desnivell de la visita és d'uns 185 metres de pujada i altres 185 de baixada. El Cornón suposa afegir 150 metres de pujada i també de baixada.

ÈPOCA

Qualsevol època de l'any és bona per ascendir per aquesta ruta, llevat al pic del hivern i primavera quan la neu és abundosa i les pistes estan en funcionament. En aquesta època es requereix de material alpí.

PUNTS D'INTERÈS

Nul interès en l'excursió en sí, ara bé val la pena pujar al cim per les bones vistes que presenta i el simbolisme de la separació hidrogràfica de les tres conques peninsulars. Com a més destacat cap al nord podrem veure tota la vall cantàbrica del riu Nansa i al fons el mar Cantàbric. A llevant tenim la vall de l'Alto Campoo amb el pic del Cornón que tapa un pèl la visibilitat, però que encara permet veure algunes muntanyes càntabres com el cim de Valnera.

Al sud ens queda en primer terme la serra d'Hijar que és continuació del Tres Mares amb el cim del Cuchillón (2.222 m) el més alt de la Regió i tot seguit les valls de configuren el naixement del riu Pisuerga, amb la del Lombatero en primer lloc, la serra de Corisa, Aguilar de Campoo i bona part de l'altiplà palentí. A ponent resta la continuació de la serra de Peña Labra, una aresta por esmolada, i tota la serra dels pics d'Europa.

CLIMA I VEGETACIÓ

Vegetació alpina amb forta influència marítima i consistent bàsicament en pastures i flors de muntanya. El clima també és alpí amb forta influència de les humitats del mar Cantàbric que es troba a pocs quilometres de distància. Això fa que el terreny habitualment presenti boires, humitats i pluges, que a l'hivern fan que els gruixos de neu acumulada siguin molt importants i aquesta aguanti, malgrat la minsa alçada, en congestes fins el mes de juliol.

EQUIPAMENT

En èpoques estivals i degut a la curta durada es pot dur motxilla, gorra, ulleres, i roba protectora del vent. L'excursió es pot fer amb calçat tou. A l'hivern cal material alpí i força roba d'abric.

Barcelona, 12 d'agost de 2009
Jordi Pino

JA HEM TORNAT A COMENÇAR

La Secció Infantil i Juvenil ja ha fet les primeres sortides del curs. Hem sortit els quatre grups per diversos llocs de Catalunya fent tot tipus d'activitats.



foto: Pau de Anguera

Els letis van anar el diumenge a caminar per Collserola i s'ho van passar d'allò més bé.

Els Txeiens van passar el cap de setmana al refugi de la Molina. Encara que l'excursió no va ser gaire llarga, va servir per a que tots els nens i nenes es tornessin a trobar després de l'estiu. Aquest és el grup més nombrós de la SIJ amb més de 30 membres entre nens i monitors.

Els Treckings som també un grup força nombrós, i el dissabte hem fet una bona passejada de Núria a Coma de Vaca pel Camí del Enginyers. El diumenge vam pujar el Balandrau per baixar després fins a Queralbs pel camí de les Marrades.

Els Juvenil tenien ganes de fer de tot i força. Van aprofitar el dissabte per fer bici al Montsec, amb la secció de BTT de l'Agrup, i per finalitzar el cap de setmana, diumenge es van engrescar a fer una via ferrada i un barranc. Això és aprofitar un cap de setmana!!!

Aquest any hem tornat a créixer en numero de monitors i de nens. Comencem un curs amb moltes ganes d'organitzar sortides interessants, que a part de formar-los com a muntanyencs, els hi transmeti valors de cooperació i respecte en el grup.

Esperem que aquest nens i nenes, amb ganes de descobrir la muntanya, s'ho passin d'allò més bé a la SIJ de l'Agrup.

David Ortiz

...I ELS NOSTRE MONIS?

A l'Agrupada tenim diverses seccions i una d'elles, força nombrosa, és la secció Infantil i Juvenil, que rutlla perquè hi ha un grup de monitors que tiren del carro.

Potser valdria la pena parlar-ne.



foto: Pau de Anguera

Un grup de nois i noies, amb un títol de monitors de lleure, especialitat excursionisme, que amb una motxilla carregada de bona voluntat, altruisme, il·lusió i ganes de que la nostra mainada i jovent s'ho passi bé, gaudint de la natura, compartint vivències amb els seus companys i creixent amb el tarannà de l'Agrupada.

Fan les seves reunions i la seva tasca sense gaire cridòria. Sovint sortegen els obstacles que comporta la pròpia pràctica de l'excursionisme, i les traves (algunes d'elles absurdes) de l'Administració. Disposen de caps de setmana (avui dia un bé escàs a la nostra societat) per dedicar-lo als nois i noies amb el vell i, a vegades injustament, qüestionat objectiu de formar nois tot coneixent el nostre país.

Potser pecant de prudència no demanen gaires coses a l'Agrupada, però no estaria de més que nosaltres com a socis de l'entitat, poguéssim oferir-los-hi el nostre ajut i col·laboració. Ells difícilment ho faran, ja que creuen que no és la nostra "guerra".

Alguns hem compartit reunions d'excursions amb els nanos i els monis, i l'ambient no et deixa indiferent. Els nois s'ho passem francament bé amb els itineraris escollits, els jocs, les descobertes, les tasques a fer, etc. Consideren els seus monis com els seus amics grans.

Però evidentment no tot són flors i violes. Cada activitat o excursió amb els nois i noies es juguen una mica del seu convenciment o il·lusió, tot i que sovint això surt reforçat.



Malgrat que la majoria de vegades les excursions surten com s'havien planejat, els nois s'ho passen d'allò més bé i han xalat de valent, algun cop no tot surt com estava previst: potser es fa fosc abans d'acabar, potser el cansament d'uns arribar massa d'hora, potser perdem la ruta... però quantes vegades, nosaltres més ganàpies, amb moltes excursions i travesses a les cames, amb molta més experiència que ells no ens perdem en un tram de l'itinerari, la boira ens juga una mala passada, s'ens fa fosc abans d'arribar, perdem el tren o bé ens agafa un xàfec abans d'arribar a cobert...

Aquestes ratlles volen ser un reconeixement al nostre grup de monitors i extensiu als de les altres entitats. També als pares dels nens i nenes que amb la vostra col·laboració, doneu suport al grup de monitors, i que quan s'equivoquen els doneu un cop de mà, i així el proper cop tot sortirà millor.

Bé monis: ànim i endavant, i si necessiteu quelcom, a demanar-ho. En Jep

sembla un xic rondinaire però mai us negarà un cop de mà; en Santi un altre que tal, deixarà de remar si ensuma que el necessiteu; els de l'ERE disposats a gatejar amb els menuts... i així d'altres.

La majoria, de ben críos, heu participat de l'Agrupació de la mà d'altres monitors que també varen treballar de forma desinteressada perquè gaudíssiu dels companys i de la muntanya. Tots recordareu a l'Erola, en Bernat, i altres a qui aquest grup actual de monitors deveu tant. Us feien triscar de valent, però us varen ensenyar molt i varen posar els fonaments d'aquesta secció. Com els nens i nenes d'avui, tornàveu a casa cansats però contents com unes pasqües... quina recompensa millor per un monitor?

**Monis: ÀNIM, però millor
que donar-vos ànims,
us donem les GRÀCIES.**

VISITA A L'EXPOSICIÓ

1909

FOTOGRAFIA, CIUTAT I CONFLICTE

ARXIU FOTOGRÀFIC DE BARCELONA

Dimarts, 19 de gener de 2010

Partint dels edificis religiosos destruïts durant la Setmana Tràgica, l'exposició s'organitza com un recorregut circular que comença amb la reforma de la Via Laietana i acaba amb els carrers desapareguts per aquell esbudellament urbanístic.

(del tríptic editat per l'exposició).

Visita del dia 19:

Ens trobarem a l'**Arxiu fotogràfic de Barcelona**, a la **Plaça de Pons i Clerch, núm. 2**, a les **18,30 hores** (carrer Princesa, xamfrà amb carrer del Comerç).

A la visita ens guiarà, i ens en donarà tot detall, el comissari de l'exposició: el nostre consoci **Jordi Calafell**.

Vocal: Joan Vives

Telèfon: 933 300 301 / 636 375 607



SORTIDA AL MONTSANT

Excursió força bonica per la Serralada Major del Montsant, pujada pel Grau dels Barrots, ascensió al Piló del Senyalets, Pi d'en Cugat i baixar pel Grau de les Salfores. Magnífiques vistes sobre el Priorat i Escala Dei. Donat que el recorregut passa per indrets molt aeris, però segurs, es recomana que les persones que pateixen vertigen ho tinguin en compte.

Sortida: 17 de gener, a les 07:00 h

Lloc: Palau Reial (Diagonal)

Esmorçar: pel camí (?)

Dinar: al pícnic que hi ha a La Morera de Montsant

Temps de recorregut: aprox. 3 1/2 h.

Desnivell: 400 metres

Calçar: de trekking (baixa muntanya)

Cal portar: aigua ja que no n'hi ha en tot el recorregut

Ens trobarem: a l'agrupació el proper 14 de gener per concretar els cotxes.

CALENDARI

SORTIDES COLECTIVES DEL 1er SEMESTRE 2010

GENER	17/1/10	MEDIONA
FEBRER	13-14/02/10	LLOC A DETERMINAR
MARÇ	13-14/03/10	VILANOVA DE MEIÀ
ABRIL	10-11/04/10	LLOC A DETERMINAR
MAIG	8-9/05/10	PORTS DE BESEIT
JUNY	12-13/06/10	LLOC A DETERMINAR
JULIOL	10/7/10	PEDRAFORCA: POLLEGÓ SUPERIOR
JULIOL	11/7/10	CRESTA PAGUERA

NOTA: ELS DIJOUS ABANS DE CADA SORTIDA, REUNIÓ PER CONCRETAR

CALENDARI

PROGRAMACIÓ FINS A L'ESTIU

DATA	LLOC	VOCAL
17/01/2010	Piló dels Senyalets – Serra del Montsant	P. Mansilla
14/02/2010	Puig de la Mola – Garraf / Alt Penedés	J. Pino
28/02/2010	Mola de Colldejou – Serra de Llaberia	P. Molinos
14/03/2010	A determinar	J. Vives
21/03/2010	Santa Magdalena de Cambrils	J. Pino
11/04/2010	A determinar	J. Montagut
25/04/2010	A determinar	M. Navarro
8 i 9/05/2010	Mont Rebei	J. Bou
30/05/2010	Gra de Fajol	D. Palau
06/06/2010	Sortida a la Cerdanya	J. Calafell
13/06/2010	Camí del Enginyers	P. Mansilla
27/06/2010	Nocturna al camí dels Monjos. Sant Llorenç del Munt. Sopar de carmanyola	D. Palau
04/07/2010	Puigmal	Eduard i Rosa M.
18/07/2010	Costa Pubilla	M. Rico

dg 3	caiac	Transfreu
dj 7	s.e.m.	Reunió preparació sortida
dg 10	s.e.m.	Zona Puimorens
dm 12	junta	Reunió
dm 12	veterans	Reunió mensual
dc 13	infantil	Reunió de pares
dc 13-17	glacera	Monogràfic esquí de muntanya
dj 14	s.e.a.m.	Reunió preparació sortida
dg 17	muntanya	Piló dels Senyalets - Serra del Montsant
dg 17	s.e.a.m.	Mediona
dg 17	muntanya	Senderisme. Montserrat-Núria. 8ª etapa: de Cobert de P. a Sant Jaume de Frontanyà
dm 19	cultura	Visita: "1909 fotografia, ciutat i conflicte"
dc 20-24	glacera	Monogràfic d'alpinisme
dv 22	s.e.m	Reunió preparació sortida
ds 23-24	infantil	Sortida
dg 24	caiac	Minves. Costa Brava
dm 26	cultura	Conferència de n'Assumpta Montellà
dc 27-7	glacera	Esquí de muntanya. Curs nivell I
ds 30	muntanya	Senderisme. Montserrat-Núria. 9ª etapa: de Sant Jaume de Frontanyà a Les Llosses
ds 30	caiac	Taller formació: meteorologia marina
ds 30-27	glacera	Tècniques de rescat en allaus
ds 30-31	s.e.m.	Campirme/Ventolau (Tavascan)

Belles Arts Ferran

PINTURA ARTÍSTICA / MANUALITATS / DIBUIX TÈCNIC

Carrer Ferran, 39
08002 BARCELONA


 Telèfon i fax
93 302 38 98

dm 2	junta	Reunió
dc 3-7	glacera	Monogràfics cascades
dc 17-21	glacera	Monogràfics cascades
ds 6	muntanya	Senderisme: "Camí del Nord" Mataró-Collsacreu-Riells
dg 7	a.e.c.	1ª calçotada de l'Agrup. Llinars del Vallès
dm 9	veterans	Reunió mensual
dc 10-14	glacera	Monogràfic Alpinisme
dj 11	s.e.a.m.	Reunió preparació sortida
ds 13-14	caiaç	Delta de l'Ebre
ds 13-14	s.e.a.m.	Lloc a determinar
dg 14	muntanya	Puig de la Mola. Garraf / Alt Penedès
dg 14	muntanya	Senderisme: Montserrat-Núria. 9ª etapa: de Sant Jaume de Frontanyà a Les Llosses
dj 18	s.e.m.	Reunió preparació sortida
ds 20-21	infantil	Sortida
dg 21	s.e.m.	Pessons (Grau Roig Andorra)
ds 27	caiaç	Taller de formació: navegació costera i planificació mareal (nivell I)
ds 27	muntanya	Senderisme. Montserrat-Núria. 10ª etapa: de Les Llosses a Ripoll
dg 28	muntanya	Mola de Colldejou – Serra de Llaberia

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

CALENDARI 2010

*Presentem el calendari per aquest hivern,
elaborat a la reunió del passat dia 9 de desembre.*

Tal com havíem anunciat, i a fi de facilitar la participació de tothom que tingui ganes de fer esquí de muntanya, s'han programat sortides de nivell més senzill i amb desnivells més "moderats" del que habitualment s'havia fet fins ara.

També en alguns casos hi ha dues alternatives de dificultat i durada diferents, dins de la mateixa zona.

Insistim, doncs, en que s'animi TOTHOM:

- Els "bons"

- Els novells
- Els qui ho han deixat i els agradaria tornar-hi... però els hi fa mandra
- Els qui ja tenen una edat...

**N'HI HA PER A TOTS ELS GUSTOS
I PER TANT US HI ESPEREM!!**

Els detalls de cada sortida s'expliquen a les reunions prèvies (dies indicats al calendari). Com podreu veure, en el cas de les sortides que impliquen reservar refugi, aquestes reunions prèvies es fan la setmana anterior a la de la sortida.

DATA	LLOC	VOCAL	TELÈFON	REUNIÓ PRÈVIA
10 gener	Zona Puimorens	Eduard Ruiz	933117785	7 de gener
30/31 gener	Campirme/Ventolau (Tavascan)	David Abellán	639362711	22 de gener
21 febrer	Pessons (Grau Roig Andorra)	Rosa M. Soler	933117785	18 de febrer
6/7 març	Tuc Llucià (Colomers)	Pere Palau	932106285	25 de febrer
21 març	Núria	Jordi Calafell	933584038	18 de març
17/18 abril	Bateillance (Tunel de Bielsa)	Pere Mansilla	619062935	15 d'abril
8/9 maig	Pavots / Posets (Eriste)	Jep Tapias	934312834	29 d'abril
22/23 maig	Maladeta (La Renclusa)	David Martin	649049833	13 de maig

CONTRABANDISTES DE LA LLIBERTAT

Per documentar el "Camí del Nord" hem convidat a n'Assumpta Montellà que des de fa uns anys ha investigat sobre les conseqüències de la Guerra Civil i ha cercat en la memòria dels seus protagonistes els relats d'uns moments molt tristos però amb uns testimonis molt encoratjadors.

Conferència de n'Assumpta Montellà (historiadora)

Autora del Llibre **"La Maternitat d'Elna"**

Dimarts, **26 de gener**, a les 19,30 hores

Sala d'actes del **Centre Cívic**. Provença, 480

El "Camí del Nord"

MATARÓ - CANIGÓ

**La proposta de senderisme de l'Agrup,
per aquest any 2010**

El "Camí del Nord" o del Canigó és el sender de gran recorregut GR 83. Té una longitud de 213 quilòmetres. Aquest camí només és apte per a persones acostumades a les llargues caminades per muntanya. Els desnivells d'algunes etapes són seriosos.

Itinerari

Aquest itinerari és una proposta per consensuar amb tots els participants. Si som fins a 16 persones podem llogar una furgoneta amb conductor que ens aproparà als llocs de sortida i ens vindrà a cercar a l'arribada. Si som menys haurem de fer-ho en transport públic, refent la ruta en alguns trams.

Els **preus** per participar en aquesta activitat són:

Socis: 7€

Socis online: 10€

No socis : 14€

En aquests preus cal afegir el **transport**.

1ª Etapa

6 de febrer. Mataró, platja del Callao. El transport ens durà fins a Collsacreu (Arenys de Munt), inici del Parc del Montnegre, i caminarem fins a Riells. En aquesta etapa ens saltem tot "El Corredor", amb

camins densament utilitzats per tot tipus de vehicles.

Recorregut: 27 Km.

Desnivell de pujada: 550 m.

Desnivell de baixada: 400 m.

2ª Etapa

13 de març. De Riells a Sant Hilari de Sacalm.

Recorregut: 17 Km.

Desnivell de pujada : 700 m.

Desnivell de baixada: 400 m.

3ª Etapa

10 d'abril. De Sant Hilari al Pantà de Susqueda.

Recorregut: 18 Km.
Desnivell de pujada: 300 m.
Desnivell de baixada: 850 m.

4ª Etapa

8 de maig. De Susqueda a Sant Salvador de Puig-Alder.

Recorregut: 22 Km.
Desnivell de pujada: 850 m.
Desnivell de baixada: 450 m.

5ª Etapa

5 de juny. De Sant Salvador a Olot.
Recorregut: 14 Km.
Desnivell de pujada: 700 m.
Desnivell de baixada: 750 m.

6ª a 10ª Etapa

Agost. D'Olot a Prada de Conflent, 6/7 dies, passant pel Canigó a 2.784 m. Recorregut total de: 65 Km.

Inscripcions a secretaria de l'Agrupació fins el dia 20 de gener.

MONTSERRAT - NÚRIA

Diumenge, 17 de gener

De Cobert de Puigcercós a Sant Jaume de Frontanyà 11 km. Desnivell: +380 m

Un cop arribats a Cobert de Puigcercós, agafarem el GR-241 al costat de la Riera d'en Merlès i el seguirem, passant pel refugi.

Un cop passat el càmping d'en Saiol trencarem per l'esquerra passant per sota de Moreta i seguint la riera del Molí fins arribar a Sant Jaume de Frontanyà.

Aquest és un camí que va pujant suau-ment tal com segueix el curs en sentit contrari de les rieres.

Dissabte, 30 de gener

De Sant Jaume de F. a Les Llosses 13 Km. Desnivell: +300, -400 m

Aquest és un llarg camí que ens ha de dur per l'Alta Vall del riu Merlès. Pujarem fins a La Riba (949 m) la propietat més gran de la vall i antic hostal de caçadors. Baixarem fins a la riera d'en Merlès (730 m) per enfilar-nos fins el Puig de Viladonja (944 m), una altra casa amb la seva església. D'aquí fins el coll (1201 m) per començar a baixar fins al Lladrer (1.040 m) casa de pagès artesans de formatges, iogurts i flams. Una mica més avall trobarem un forn de llenya amb pa i coques acabades de fer.

Hores de sortida: com sempre, puntuals, a les: 7 h des de Palau Reial; 7,20 h des de Sagrada Família (Provença / Sardenya); 7,40 h des de Fabra i Puig

Hora de tornada: cap a les 19 h

Inscripcions: a Secretaria fins el dia 13 i 26 de gener, respectivament S'ha de fer el **pagament** al compte de l'Agrupació: 2100 3282 66 2200054492

Preus de cada sortida: (Aquests preus inclouen l'autocar i el dinar).

Socis 36€

Socis online 40€

No socis 45€

MIRADOR DELS ORRIS

(Bergadà)

28 de novembre de 2009

Puntualment, a 2/4 de 8, l'autocar para a la Plaça Catalunya, hi desem els trastets a la panxa, i cap a Sagrada Família, on se'ns hi ajunten la resta de la colla, una companya arriba esbufegant i fa el complet: Quaranta-nou. Sortim Meridiana enllà i ens fem a dins de la boira espessa i de fet no s'esborgeix fins que arribem a Berga i parem per esmorzar, el personal del bar, que ja estaven advertits de la nostra arribada, ens atén diligentment.

Deixem l'Eix del Llobregat i passant per Bagà, l'autocar s'enfila per la carretera de Coll de Pal, ara hem deixat la boira enrera i a sota i el Sol lluu esplèndidament. En un revolt parem, baixem, agafem motxilles, pals, eines, pessebre, ciment i altres elements necessaris per "l'obra" i cap amunt, tot seguint la "Ruta dels trenca-pinyes". La pista és ampla i la pujada suportable fins el pla, on a l'esquerra, i un xic amagat, hi trobem el Mirador dels Orris (1870m). Ens en hi anem i pugem a la balconada, aquí ens hi hem aplegat cinquanta-vuit, gaudim del paisatge que se'ns ofereix, i intentem identificar, amb l'ajuda d'un parell de panoràmiques, els cims i serralades. Uns quants (pocs) es dediquen, amb el trepant, ciment, reblons i

eines a instal·lar el pessebre, mentre la resta (molts) ens embadalim en la contemplació de la gent treballadora, les muntanyes que ens envolten i la vall, amb el petit poble de Grèixer que tenim a sota. Per un moment, des de sota la paret nord del Pedraforca ens arriba un reflex i podem identificar el refugi Estasen de bells records. Els petits Mar i Jan juguen entusiasmats pel prat, vigilats de prop per pares i avis.

Ens apinyem tots a les escales i tot de màquines de fotografiar immortalitzen l'escena. El Naixement ja ha quedat ben fixat a la pedra, la llibreta de registre ha recollit les impressions i la signatura de tots els assistents, són 2/4 d'una i cal fer camí cap a l'autocar, uns quants tornen pel camí que hem vingut i la majoria seguim el GR4 que es va enfilant; de tant en tant una petita clapa de neu, que jeu arrecerada en un clot, ens dóna testimoni de les nevades de mitjans del mes passat.

Quan assolim la Collada de la Bòfia, s'imposa una parada per fruir del nou horitzó que se'ns presenta; emergint de la nuvolada, hi podem trobar, allà molt lluny, el Montseny, cingles de Cabrera i Aiats, Puigsacalm... Seguim camí i baixem fins la carretera, l'autocar ens hi espera. Els núvols

baixos embelleixen el paisatge, ens costa una mica d'enfilar-nos a l'autocar i abandonar aquestes boniques contrades; per fi en Joan ens convenç a base de parlar-nos del dinar que ens espera i engegum avall, recollim els qui han preferit desfer el camí de pujada i revolt darrera revolt (i quins revolts i timbes!!) Entrem a Bagà, són les dues, deixem l'autocar i sense fer-nos pregar ens encaminem a Ca l'Amagat. Unes patatetes i olives entretenen la gana fins que arriba l'arròs de muntanya i el llom amb pèsols i salsa de poma, alguns golafres aprofiten les ofertes de repetició i s'hi apunten, les ampolles de vi fresquet es van buidant i arriben les cremes, flams i gelats, a triar, acompanyats del cava de l'Agrupació.

En Joan Dilla es dirigeix a tos els que som allà per glosar succintament els 13 pessebres que l'Agrupació ha instal·lat a muntanyes de tot Catalunya i felicitar-se i felicitar als presents per l'augment d'assistència que ha anat tenint aquest acte, de 20 assistents al primer del Puigsacalm fins avui en que s'ha triplicat el nombre de companys. Tot seguit pren la paraula en Jep, president, manifesta la seva satisfacció i agraeix a en Joan la tasca llarga i ben feta que representa aquest 13è pessebre i ens recorda que aviat serà el temps de les propostes per celebrar el nostre CENTENARI, i que darrera d'aquest temps en que se'ns demanaran propostes, suggeriments... vindrà el temps d'implicar-s'hi i treballar, tots hem de fer del CENTENARI un

temps de gaudi, solemnitat i glòria per la nostra AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA".

S'alcen les copes i el cava acaba d'alegrar els esperits. Els cafès ajudaran els païdors i cap a l'autocar. Es va fent fosc, entrem al Bages. Converses, roncs, rialles i rum rum de motor, el quart creixent de la Lluna se'ns mira des d'allà dalt i ja hi som, hem arribat a l'embús de cada dissabte, som a Cerdanyola i cal avançar, aquí camino allà m'aturo, fins entrar a la Meridiana, allà hi deixem una colla. Després de les filigranes de trànsit obligades per les obres del TGV, podem deixar una bona colla davant de les parades de Nadal (renoi, enguany ve d'hora el Nadal!!) i cap a Plaça Catalunya. En arribar a Ronda Universitat, s'endevina algun "cacau" per la plaça Universitat (llums blaus, gent...?), un parell d'agents poc destres desvien el trànsit cap a Pelai, finalment superat aquest darrer escull, l'autocar es para a la vorera corresponent, al costat del Banc d'Espanya. Darrers adéus i bons desitjos.

Últimament a les nostres excursions, sobre tot les assistents, s'obliden coses, avui el recompte d'oblits ha estat generós: Una bossa de mà amb diners, documentació, màquina de fotografiar... que es quedava al Mirador dels Orris, una samarreta que s'ha quedat a ca l'Amagat i finalment unes sabates que hem recollit del prestatge de l'autocar. Que badem? Ai Senyor!

Jordi Romagosa (soci 1224)

FOU DE BOR

El passat diumenge, 22 de novembre i, com era anunciat, l'ERE va fer la que comença ja a ésser tradicional sortida de portes obertes a la Fou de Bor.



En aquesta ocasió ens ajuntàrem 10 veterans i 6 convidats al tast d'espéleo. Per donar més agilitat a l'exploració, i com que la cavitat ho permet, ens dividírem en 2 grups que exploraren vies diferents, intercanviant-les per així aconseguir una visió ben completa d'aquesta històrica cavitat.

L'obligatòria progressió horitzontal, amb algun pas una mica estret i enfangat donà lloc, com sempre, a moments de bromes i renecs.

Els novençans varen estar a l'alçada i semblava que no fos el primer cop que entraven a una cova.

Ala sortida ens esperava un magnífic àpat a La Molina, on poguérem fer conya amb les anècdotes de l'exploració, en un ambient distés i de sana companyonia.

Aquest any l'activitat ja està feta, però l'ERE ja està preparant la sortida de Portes Obertes del 2010. T'HI APUNTARÁS? T'esperem.

Jordi Sacall

CASTELL DE BURRIAC

Maresme

13 de desembre de 2009



foto: Jordi Romagosa

Són $\frac{3}{4}$ de vuit i ja comencem a fer colla davant de l'estació de Sant Andreu Arenal. Ens arriba la notícia que en Jordi (el vocal) està enfebrat i no pot venir. Falten cinc minuts per les vuit, se'ns acosta una noia i ens demana si som "nosequè europea". Li aclarim que no, que som de l'Agrupació Excursionista "Catalunya" i es queda com esmaperduda; l'autocar i els companys amb els qui havia d'anar a Montserrat han marxat abans d'hora i sense ella. Breu conciliàbul i decidim oferir-li la nostra companyia, accepta i la caravana arrenca.

Algú que ve de pagès, i per tant no coneix els laberints de les sortides del Cap i casal, es fica a l'autovia del

Vallès i cal esperar a la primera sortida (Cerdanyola) per tornar a Barcelona i encertar l'autopista de Mataró. Passem el "pillatge" i cap a Cabrera de Mar. Aquí les notes de'n Jordi ens són de molta utilitat per arribar fins un planell on deixem els cotxes. Surten els entrepans, les cantimplores i fins i tot una bóta de vi. L'austeritat del personal fa que la bóta torni quasi tan plena com ha arribat.

Comencem a caminar, passem una tanca i amunt, som vint excursionistes i un gos. Fa dies que la TV ens adverteix de fortes davallades de temperatures i nevades fins a 400m; el cel està cobert i fa fresca. L'esmorzar i la pujada ens escalfen.

Arribem al monòlit de granit i seguint les instruccions del vocal absent, deixem la pista i ens endinsem al bosc per un corriol que ens mena a un rocam més o menys esglaonat que fa patir a algun cama-fluix. Amb la darrera camada ens trobem davant d'un portal, el passem i accedim al recinte del castell, als murs multitud de pintades amb algun "viva" que retrata "l'artista". Unes escales del tot civilitzades ens enfilen fins al peu de la torre d'homenatge.

Són les 10, és l'hora de contemplar i fotografiar l'ample paisatge que d'aquí dalt s'albira, la mar, enllà de Mataró de color gris igual que el cel, avui no ens convida al bany, és l'hora també de les fotografies de tota la colla, ben apinyadets per poder caber dins de les màquines.

Comença els descens i el cama-fluix descobreix que hi ha un bon camí —això sí ben entapissat de sauló relliscós— que ens retorna al collet del monòlit. Com que tenim temps, decidim acostar-nos



foto: Jordi Romagosa

fins el turó dels Oriols. El pi pinyer i la brolla omplen aquest bosc mediterrani, però el que té èxit són els arbrets d'arboç que ara mateix tenen les seves cireres ben vermelles i que només cal alçar la mà per agafar-ne i cruspir-se-les.

Un cop al turó dels Oriols, tenim sort, els núvols obren unes clarianes i unes taques de llum daurat embelleixen la mar allà baix. És hora de tornar, de cara avall tot és més fàcil i amb un no res som a l'aparcament.

Ha arribat el moment d'acomiar-nos i desitjar-nos felicitat per aquestes festes de Nadal i Cap d'any que ja truquen a la porta.

Jordi Romagosa
Soci 1224



foto: Jordi Romagosa

MONTSERRAT – NÚRIA

21 de novembre. **Vuitena etapa**

Cobert de Puigcercós – St. Jaume de Frontanyà

Estem ben animats en diferents converses quan ens adonem de l'autocar que ha parat a la vorera del davant, hi anem tot seguit, fiquem motxilles i bastons a la panxa del vehicle i triem seient.



foto: Ramon I. Convelles

A la Sagrada Família recollim tota la colla que ens espera i sense perdre temps tornem a parar a Fabra i Puig, on acaben de pujar els que faltaven, un parell han trucat que no es troben bé (serà aquesta gripota mediàtica que ens ha caigut al damunt?) algú més simplement no s'ha presentat; som 37.

Deixem Barcelona i entrem al Vallès, la boira ens acompanya fins a La Garriga, allà el sol fa esforços per foradar els núvols. Parem a Cal Peyo per esmorzar-hi, però aquella gent d'allà els hi fa com mandra de servir-nos i ens diuen que cerquem per un altre cantó. Finalment a "El Túnel" de St. Quirze podem instal·lar-nos, esmor-

zar, prendre els cafès, amb llet o sense, cerveses, vins i satisfer l'altra mena de humanes necessitats.

L'autocar engega i abans d'arribar a Ripoll, agafa el trencall que, revolt darrera revolt, ens porta fins al Cobert de Puigcercós. Aquí baixem. Algunes companyes fan recapte de llonganisses i formatges. Són les 11, comencem a caminar, la pista és ampla, amb suau pujada i amb trossos pavimentats, i va seguint el marge esquerre de la Riera de Merlès. En arribar a l'alçada del Càmping, tres companyes agafen l'autocar i se'n van a St. Jaume, a guardar-nos el lloc.

Després d'això la colla es divideix en dos grups, uns s'enfilen per un

serrat enlairat sobre el marge dret de la Riera i els altres segueixen pel marge esquerre i passen a gual la Riera de Merlès. Els dos grups es reuneixen i ara, seguint les marques del GR. Deixem la pista i ens enfilem per dins del bosc. Els roures, amb el seu color tardorenc, destaquen en l'arbreda de pi roig i pinassa. De fet els arbres són els únics que s'han assabentat de que som ben endins de la tardor, car avui, nosaltres, tot i amb un cel enteranyinat, estem suant la cansalada mentre ens belluguem rosts amunt i avall per les bagues del Molí i la de Pomeroles. Per fi retornem a la pista, caminem damunt d'un fang com pega que ens vol arrencar les sabates. Per entremig del brancam ja lluguem la mola de l'església de Sant Jaume. Amb el darrer esforç superem l'últim repetjó. Ens reunim tots ben apinyats per fer-nos la foto amb el fons de l'àbsida de l'església i cap a can...

Uns quants graons, entrem al menjador i prenem seient davant de les taules. Apareixen les ampolles d'aigua, de gasosa i els porrons i, mentre la mestressa va cantant i anotant els plats, ens anem traient la set. Un cop que cadascú ha demanat el que li ha vingut de gust, comença la fartanera, no tothom és capaç d'acabar-se el contingut dels plats. L'àpat s'acaba com cal: postres i cafè, a més a més alguns ho arrodoneixen amb un gotet de ratafia.

Sortim al carrer, ens han repartit uns auriculars que ens informen del

foto: Ramon L. Canyelles



poble, el seu monument i detalls dels voltants. A dins de l'església admirem la ferma arquitectura d'un dels primers romànics de Catalunya en el que hi destaca el singular cimbori poligonal de dotze cares i tres absis.

S'ha fet fosc, l'autocar ens espera al cap d'avall del poble i a $\frac{3}{4}$ de 6 retornem a la carretera, passem Borredà i Vilada i per l'eix del Llobregat ens anem acostant a casa, tot va bé fins als volts de Cerdanyola que topem amb un gros embussament que ens fa entrar a Barcelona poc a poquet. Per l'ordre invers de sortida anem abandonant l'autocar. A Pedralbes baixem tots i deixem tot l'autocar pel xofer. D'una manera o d'una altra, tots fem via cap a casa, menys en Quim que es queda allà, esperant que algú que s'ha deixat la motxilla a l'autocar passi a recollir-la i pugui entrar a casa seva. Caram les motxilles, quina mania d'amagar-se pels racons!!!

Jordi Romagosa
soci 1224

Tot pedalant per la SERRA NORD de MALLORCA

Amics, aquí us faig cinc cèntims d'una ruta ciclo-turística per la Serra Nord de Mallorca.

Set dies en ple agost i amb molta calor.



(foto: Eduard Übeda)

Arribem a Palma amb les bicis en el Ferry. Hi entrem i en sortim pedalant.

Dia 1: 71 Km.

Desnivell acumulat: 450 m.

Sortim de Palma i ens enfilem cap a Calvià pel coll dels Tords. De Calvià fem cap a Andratx, Sant Elm, Port d'Andratx i Peguera, on fem nit. Provem el camí de costa de Sant Elm a Port d'Andratx però és impracticable en bici.

Dia 2: 48 Km.

Desnivell 700 m.

De Peguera tornem a Andratx i ara tombem Est a Es Capdellà cap a Galilea, al costat del Puig Galatzó. Parada a Puigpunyent i fonda a Banyalbufar. Aquesta

carretereta, poc transitada, serpenteja preciosa entre cítrics. Dos colls deixats enrere i Banyalbufar apareix feréstega i ombrívola. Segurament, oblidada a l'hivern. A la platja, menuda, hi espetega un torrent amb aigua fresquíssima, que fa d'improvisada dutxa a pressió.

Dia 3: 45 km.

Desnivell 600 m.

De Banyalbufar anem per pista, la volta del General, fins al Port des Canonge, que de fet és més aviat una platjeta. La pujada de tornada a la carretera és matadora. Tot seguit: Valldemossa, curulla de turistes, ens rep amb apatia (a la cartoixa, no ens deixen aparcar la bici i no sembla que els importi). Dejà

és reclosa, artista i coqueta. Ens acull serena i hi fem nit. La baixada i pujada una mica matadora a cala Deià val també la pena.

Dia 4: 42 km.

Desnivell 150 m.

Arribem per pista a Port de Sòller i visitem Biniaraix i Fornalutx, magnífic poble empedrat. Aprofitem per fer una visita en vaixell a Sa Calobra. Hi traïnem les bicis, que fan més nosa que servei. Sa Calobra, platja recòndita, està extra-plena de turistes, el torrent des Pareis que hi desemboca té moltíssima pedra i la pujada per carretera, empinada, sense vegetació, a ple sol de tarda, té fama de ser duríssima. Decidim no fer-la i tornem en vaixell a Sòller on fem nit.

Dia 5: 37 km.

Desnivell 1000m.

Des de Sóller ens enfilem fins al Túnel de Monnaber i l'embassament del Gorg Blau, que abasteix Palma. És un coll llarguet, de 16 km, amb algun tram del 10 %, però el pugem a poc a poc i bona lletra fins que ens topem amb el Puig Major (1445m), punt més alt de la Serra Nord, d'accés restringit per l'exèrcit. Dormim, en pau celestial, al monestir de Lluc.

Dia 6: 72 km.

Desnivell 700 m.

De Lluc ens adrecem, en baixada continuada, cap a Pollença. De Pollença, al Port de Pollença. Del Port de Pollença anem al Cap de Formentor, extrem nord de l'illa, tot passant per la Platja de Formentor, la millor platja del recorregut, ampla i amb sorra fina. La carretera és molta estona en fals pla i s'enfila. Hi ha molt trànsit de cotxes però arribats al final, al far de Formentor, el paisatge ens recompensa bocabadats.

Dia 7: 91 Km.

Desnivell 250 m.

Tornem en un dia a Palma des de Port de Pollença tot passant per Alcúdia. És un puja-baixa trenca comes constant. Passem per poblets de l'interior, antics llogarets àrabs, com Sineu, Costitx, Sencelles i Santa Eugènia. El paisatge, entre ametllers i cereals, és ara molt més sec. El retorn cap a casa es fa amb bones sensacions. Sobrassada, orxata d'ametlla i arròs brut. Sol d'horabaixa i català salat.

No us ho perdeu amics.

Eduard Úbeda



LLIBRE DE REGISTRE

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

ALTES DEL MES DE DESEMBRE

Bertrand Soler Mollfulleda

Mar Soler Ruiz

Maria Rosa Calderón Barrios

Míriam Gil Espinosa

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

NOTA

Si tens correu electrònic i no reps les nostres informacions

comunica'ns-ho a: aec@aec.cat

CAVA

Ja disposem del cava nou. La xapa està dedicada a la secció de btt.

FEEC

Ja podeu tramitar les targetes de la Federació per l'any 2010

NOTA DE TRESORERIA

L'increment de socis que hem tingut en els darrers anys (2008 – 2009) ha permès que l'economia de l'AEC tingui resultats positius, per això s'ha aprovat en Junta que **les quotes del 2010 no tinguin increment econòmic** pels socis. També s'ha considerat que els cobraments que es venien efectuant el dia 5 de gener, en plenes festes nadalenques (de fortes despeses econòmiques) es passin al dia **5 de febrer**, que serà més planer per a tots.

DISCULPEU L'ERRADA

Sóc en Trebla, el follet. Com que no domino prou els pobles de Catalunya, vaig tenir una confusió durant la meva passejada pel "Màgic món a Sant Salvador de les Espases" del butlletí de desembre-2009.

Vaig anomenar el poble de Monistrol

i en realitat volia dir: Olesa de Montserrat.

Ara faré cursos de geografia catalana.

Soci 2.371 (Albert Sambola)

Castell de Burriac (Foto: Jordi Romagosa)



(foto: Ramon Ignasi Canyelles)





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, continuem de fotografies, notes, revistes. Cerca als llocs companyys de viatge per a escalar, fer espeleologia, sonar el cap de setmana... a www.balmat.com

24 HORES

BALMAT

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 TEMPS LLIBRE Gran Via C.C. 537 08011 Barcelona tel. 934 548 309	3 ACAMPADA Costa d'Urgel, 72 08011 Barcelona tel. 934 548 309	4 MUNTANYA TÈCNICA Costa d'Urgel, 76 08011 Barcelona tel. 934 548 309
--	---	---	---



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



Director butlletí: Jordi Romagosa
Disseny i maquetació: Xavier Sánchez
Impressió: Empòrium

En aquest butlletí hi col·laboren: Jordi Romagosa, Marc Navarro, Quim Llop, Jordi Pino i Cata, Manuel Cabanillas, Rosa M. Soler, Eduard Ruiz, David Ortiz, soci 3611, Albert Sambola, Joan Vives, Eduard Úbeda, Domènec Palau, Jordi Sacall, Ramon I. Canyelles, Pere Mansilla, Xavier Díez, Pau de Anguera.