

butlletí informatiu

gener 2012



Cartell del **100tenari** (Jordi Alomà)



AGROPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

100tenari

1912 - 2012



Embassaments del Xúquer (foto: Nausica Aymà)



Cingles de Berti (foto: R. I. Canyelles)



Í N D E X

- 3** APORTACIÓ: **100tenari** de l'AEC a l'horitzó
- 5** MUNTANYA: El Pessebre de l'AEC a Queralt
- 8** SENDERISME: Matagalls-Montserrat. 2ª etapa
- 10** CULTURA: Sopar de Nadal
- 12** CAIAC: Pels embassaments del Xúquer

AGENDA D'ACTIVITATS:

- 13** MUNTANYA: Calendari
- 14** SENDERISME: Matagalls-Montserrat. 3ª etapa
- 15** Calendari gener i febrer
- 16** SENDERISME: Pous de glaç del Montseny
- 17** S.E.M.: Calendari
- 18** TURISME EQÜESTRE: Serrateix
- 19** MUNTANYA: Puig de la Mola.
E.R.E.: Projectió: les Rocalloses
- 20** F.E.E.C.: CURSOS
- 21** S.E.A.M.: Boulder de l'AEC
- 22** L'ITINERARI: Cim del Taga
- 30** A.E.C.: Diversos

100tenari de L'AEC a l'horitzó

Per: Josep A. Pujante

Som afortunats els socis de l'Agrupada. Encetem un nou any, aquest somiat 2012, ple de projectes i celebracions, amb molta il·lusió. L'entitat complirà 100 anys, i això vol dir que són molts anys de fer molta feina, entre moltes persones, entre diverses generacions, i sovint, passa desapercebuda, a penes es nota, però hi és i va cristal·litzant.

Dia a dia, cim a cim, mes a mes, any rere any...

Som afortunats perquè aquesta efemèride tan important, aquest esdeveniment de poder viure la celebració del primer segle de vida de l'AEC és un autèntic privilegi. Pensem que aquest goig passa una vegada a la vida. O 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 podrem, 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...? És molt suposar! Que un projecte arribi a cent anys –i encara arribarem molt

més enllà– és 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 saber acumulat dels períodes anteriors, com baules d'una llarga cadena, encara viva i ben viva, i tots els membres de l'AEC que han hagut de transitar i capejar diverses i variades situacions polítiques, avatars complicats i vicissituds de tota mena. Però aquí està l'Agrupada, a les portes dels cent i ben forta.

Estem d'enhorabona, perquè els grans clubs, els que són centenaris, ja compten amb un altre que arriba a aquesta data màgica de la longevitat. Hi ha qui festeja cada dos per tres una data commemorativa; nosaltres no, som seriosos: vàrem honorar l'AEC en el 75è aniversari i ara ho farem amb el 100. Una gran festa cada 25 anys dóna idea 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. Som part de la història de Catalunya, 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 substancial a nosaltres. Sense esforç i sacrifici no s'arriba al centenari, igual que no es pot arribar a un cim sense partir. Deia que estem d'enhorabona perquè formem part d'una agrupació que ha contribuït a fer gran l'excursionisme català, i la nació; i som privilegiats, doncs tindrem el goig de viure junts el **100tenari**, amb les nostres famílies, els amics, els companys de cordada 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 meravel·lós que s'acosta. No conec ningú que hagi assistit a dos centenaris; qui té sort n'ha vist un, com deia, i d'altres cap. Nosaltres podrem, nosaltres hi serem, i 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 van treballar per dur els valors de l'entitat més enllà dels cims i la natura, per damunt dels colls i serralades, propagant la cultura i el respecte, la convivència i el sentit de país. Només així podrem tenir l'honor de ser els representants d'un **100tenari** en temps difícils, però que els llibres d'història reconeixeran que va estar a l'alçada del que Catalunya i l'AEC mereixien. Endavant, companys, estem fent història...!!



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.

EL PESSEBRE DE L'AGRUPACIÓ A QUERALT

26 de novembre de 2011

Text i fotos: Jordi Romagosa (1224)

Quan na Dolors i jo sortim a la plaça Catalunya és negra nit i encara falten quasi 3/4 d'hora per a que arribi l'autocar. Els quatre quioscos que mirem són tancats, els venedors de diaris no matinen. Tornem a les pregoneses de sota la plaça per prendre'ns un cafè i allà ens trobem un altre client de la Renfe, en Josep, que també està fent temps i es pren també un cafè.



Col·locant el pessebre

d'hora de l'acordada engeguem i cap a la Meridiana falta gent. Parem a l'àrea de Montserrat, els que ja han tingut alguna experiència d'aquest lloc, passen rabents cap a la barra i demanen. Resulta que a més del nostre, han parat un parell d'autocars més i la cua per a ser atesos es fa molt llarga. Bé un cop esmorzats, beguts, i "encafetats" tornem al bus i cap Berga.

Tot rodant per la recargolada carretera que puja cap el Santuari, som avisats (oh la tècnica moderna...) que el mossèn ens demana que no ens aturem per arribar a Queralt caminant des de l'ermita de St. Pere, ja que avui té un parell de cerimònies i voldria que el nostre pessebre quedés enllestit abans d'aquests actes. Renunciem a la caminada i l'autocar para a l'aparcament. D'allà només cal pujar unes quantes escales i ja som al pla del Santuari. Ens posem d'acord

Sortim i ens unim als que esperen. A 2/4 tocats para l'autocar i una dotzena llarga ens hi enfilem. Una parada a Sagrada Família l'acaba d'omplir, en Joan fa recompte, n'hi manquen tres; un cop passat un quart



amb mossèn... per a la ubicació del pessebre i comença tot seguit la tasca dels picapedrers i paletes.

Mentrestant mossèn... ha tret de dins de l'església una còpia de la imatge de la Mare de Déu que es venera en aquest Santuari i ens fa una extensa explicació de la història del lloc, antic castell feudal, dels detalls i atributs que presenta la imatge: Que si el somriure que té la seva cara, que la sabata i l'espardenya dels peus, que si l'oreneta que té posada a la mà dreta...

Després d'una setmana de pluges i inundacions, avui el Sol llueix esplèndidament i ens escalfa i fa desabrigar. El Puigsacalm, Cabrerès, Montseny, St. Llorenç i Montserrat s'alcen per damunt d'un espectacular mar de boira resplendent.

El pessebre ja està fixat, la llibreta de registre ha passat de mà en mà i tots hi hem signat. Ve l'hora de fer la foto de tota la colla, que Déu n'hi do la colla que són 53 excursionistes. En Jordi informa d'alguns detalls curiosos corresponents als dos ascensors "imperials" un parat i l'altre en funcionament, dels que es va haver de dotar el lloc en les dues visites "generalíssimes" que va patir el pacífic Santuari.

De forma espontània es constitueixen tres categories d'assistents: Els "jastembé", els caminadors moderats i els "devalladors empedreïts", els primers no es mouen d'on són, asseguts als bancs, contemplant el magnífic paisatge, xerrant i "matant l'aranya"; els segons fan una petita excursió circular i el grup de "devalladors empedreïts" que surten costes avall fins a Berga.

Al'hora convinguda, els "jastembé" i els caminadors moderats, agafem l'autocar i baixem fins al restaurant, encara som a la recepció, acabant de concertar els detalls de l'àpat, que els "devalladors" entren per la porta. Passem al menjador i al cap de poc arriben uns plats d'entremesos, l'aigua, vi del Penedès, de molt bon passar i segueixen les mandonguilles i sípia i finalment les postres, el cava que és rebut amb un harmònic "cant gregorià" i brindat amb l'advocació de sant Jupic gloriós.



Camí del santuari

En Dilla dirigeix unes breus paraules d'agraïment a tots els presents i ens emplaça a retrobar-nos moltes més vegades, tots plegats, amb la il·lusió de plantar el Pessebre. En Jep, el nostre president, ens encoratja a perseverar en l'excursionisme, ens comenta les conclusions del darrer Congrés Excursionista, amb un futur complicat per una tendència a la professionalització i complicacions administratives, però sobretot ens anima a participar, col·laborar en l'organització i en definitiva engrescar-nos amb el **100tenari** de l'Agrupació, que ja tenim a tocar, en aquest any 2012 que truca a les nostres portes. Amb els cafès i tallats donem per acabat el xeflis. Les converses també es van acabant, la darrera visita per tal d'evitar urgències durant el viatge i cap a l'autocar, que arrenca tot seguit.

Són 2/4 de 6, el cel encara té llum, però els fanals de Berga ja són encesos. Molts ja s'hi posen bé per clapar i d'altres anem observant la llum del cel

a ponent que es va enrogint i debilitant. Una Lluna prima, prima, apareix penjada damunt de Montserrat i un xic més amunt i cap a l'esquerra Júpiter llueix solitari en un cel a cada minut més fosc.

Abans d'entrar a Barcelona un embús més que regular ens fa anar poc a poc fins quasi La Meridiana. Tot passant, endevinem una trompada de quatre cotxes i un vehicle dels mossos amb els llums blaus que ocupen un carril i suposem que són els causants de l'embús, no s'hi veu cap ambulància, esperem que ningú hagi pres mal.

A Sant Andreu es comença a buidar, a Sagrada Família en quedem ben pocs a dins i a Catalunya baixem tots menys el xofer. A la plaça Catalunya i a Les Rambles la gentada atapeeix les voreres, Nadal s'acosta! Ens acomiadem. Ara els quioscos són oberts però el nostre diari s'ha esgotat. Cap a sota terra, a cercar el primer tren que ens dugui a casa.

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

MATAGALLS MONTSERRAT

2ª Etapa: Aiguafreda – Sant Quirze Safaja

19 de novembre de 2011

Per: Rosa Maria Soler

Avui hem sortit de Barcelona mitja horeta més tard de l'habitual, ja que el viatge fins a Aiguafreda és molt curt. Els primers quilòmetres tenim un cel clar, però arribant a la Vall del Congost, aviat fan acte de presència les boires que s'escapen de la Plana de Vic. No obstant hi ha alguna clariana que ens deixa entreveure que a més alçada hi fa sol.

(foto: Ramon I. Canyelles)



Com sempre, volem esmorzar abans de començar a caminar i per això ens dirigim al mateix restaurant on vam dinar al final de la primera etapa, però hem arribat tant d'hora, tant d'hora, tant d'hora (com diria en Guardiola) que encara ens el trobem tancat. És estrany, perquè ja estaven avisats. Després de trucar a la porta un parell de vegades, ens obren i ens atenen ben amablement i amb rapidesa.

Un cop tipets sortim i comencem el camí per pujar dalt dels Cingles

de Bertí, seguint les marques verdes i vermelles de la Matagalls-Montserrat. Anem fent suaument per una ampapista, envoltats per una espessa boira, fins a arribar a les esplanades superiors dels cingles, on continuem planerament una bona estona.

La boira encara no ens vol deixar i fins que no comencem a baixar lleugerament cap el vessant contrari, no ens la traiem de sobre. Quan marxa, ens deixa veure les amples planes per on circulem, el Montseny i al fons el Pirineu ben nevat on es destaca ben



clarament el Puigmal.

Continuem caminant sempre per pista i arribem a una cruïlla amb la carretera C-1413 on hi ha una gran creu de pedra, anomenada la Creu del Pou. Seguim endavant en lleugera pujada i després de passar vora una gran casa amb aspecte de castell (El Pou), el camí es redreça una mica i travessa un clap de pedra, on fem una parada per descansar i ganyipar una mica, aprofitant el solet que ara ens acompanya.

En forta pujada arribem fins als Turons d'en Fabregat (cota màxima per avui). A partir d'aquí comencem la baixada fins a Sant Quirze Safaja. Durant una bona estona encara anem

carenejant i això ens permet contemplar unes boniques vistes amb forces cases de pagès i camps de conreu ben verds.

Més avall ja entrem en zona de més bosc i això ens fa estar atents a veure si trobem bolets. Com que no ens endinsem al bosc ni parem gaire de caminar, només en veiem de dolents... menys la Francina que hi ha posat tant d'interès i atenció que al final fins i tot ha trobat rovellons!!!

Finalment el camí ens du fins a la carretera, ben a prop de Sant Quirze Safaja. L'autocar ens recull i ens porta (després d'unes voltes que ens semblaven inexplicables) fins a la porta del restaurant, on ens espera un abundós dinar, que ens cruspim sense contemplacions.

Ben refets, pugem de nou a l'autocar i al cap de poc ja comença a ploure. Ara rai... que faci el que vulgui, que ja hem gaudit de la caminada sense mullar-nos.



Dins el bosc (foto: Ramon I. Canyelles)

SOPAR DE NADAL A L'AGRUPACIÓ

17 de desembre de 2011

Per: Jordi Romagosa (soci 1224)

Fotos: Antonio Molina

És un quart i mig de nou del vespre i ja en som 8 que estem esperant l'hora al peu de l'escala; el butlletí ho deixava ben clar: res d'entrar abans de 2/4 de 9.

Brindis del president



Una parella s'atreveixen a pujar abans d'hora, ens esperem a baix per si surten rebotats; no els llencen escales avall i nosaltres, plens de coratge i valor, entrem a l'Agrupació. La sala d'actes està aïllada per les cortines, aquest és l'àmbit prohibit! Salutacions, petonets, xerrades...

Quan és l'hora, la zona de les Seccions s'ha anat omplint de socis, gotets plens de cava passen a les nostres mans i les converses s'animen. Som autoritzats a entrar a la Sala (avui menjador) i triem lloc. Les taules fan molt de goig, boniques estovalles, centres de taula artístics, copes de vidre. No es triga gaire a veure totes la cadires ocupades. Els embotits i les olives donen pas al primer glop de l'honest

vi negre o cervesa. Costa entendre's, el xivarri és impressionant.

De mà en mà, ens arriba l'amanida de cranc als que hem segut a les puntes de les taules; tothom és servit i comencem a menjar. Pel mateix sistema de transport ens arriba el pollastre farcit, hi ha ofertes de repetició, les cassoles de crema amb nata aterren davant de cadascú. Les ampolles de cava del **100tenari** arriben tot seguit. Els espetecs dels taps són el preludi del brindis que en Jep presideix i tota la colla coregem: Sant Jupic gloriós...

Tot seguit, en Jep ens dirigeix la paraula, es manifesta satisfet amb l'alegria d'aquesta festa compartida i encoratge a tothom a participar físicament i econòmica en la preparació i execució dels actes del **100tenari** que són cada dia

Papà Noel Plana



més a prop, no són pas gaires les entitats a Catalunya que poden celebrar els 100 anys d'existència... Agraeix la feina feta pels qui han preparat aquesta festa i l'àpat. Ens parla també dels amics que han estat o que ara mateix són hospitalitzats, a aquests darrers els hi desitgem una ràpida i completa millora. Es lamenta també per la pèrdua de l'estimat company i membre de Junta, n'Eduard, que ens ha deixat per sempre.



El Pare Noël ens ve a visitar, com cada any, ens parla de les seves triflagues amb la cirurgia i ens fa adonar



que enguany no porta sac de regals, Al,
LA CRISI...

La coral (al País Basc en dirien un "otxote") s'estrena amb un petit concert de cançons, finalment tots plegats cantem una nadala. Tot seguit se sortegen els centres de taula que ens han adornat el sopar.

La novetat, s'organitza una quina, tothom atent als números que es canten i de cop i volta surten tres línies, que es reparteixen el formatge, segueix el joc i una companya aconseguix omplir un cartró que li premien amb una llarga llonganissa. Segueix la quina ara a l'altra cara del cartró, un formatge que aquesta vegada se l'endú tot sencer el qui ha omplert una línia i al cap de poc una llonganissa igual de llarga que l'anterior fa l'alegria d'una companya.

Suposem que per evitar estats nerviosos o insomnis, aquesta vegada no hi ha cafè. Ara toca recollir tota la vaixel·la, apilar cadires, plegar taules... i acomiadar-se dels amics i amigues que any darrera any tenim la satisfacció de saludar per aquestes dates. Cap a casa que són quarts de dues.

**L'any que ve hi tornarem
a ser, i tant!**



PELS EMBASSAMENTS DEL XÚQUER

3 al 6 de desembre de 2011

Per: Nausica Aymà

*Un cop arribats a l'embarcador de Cofrentes,
moment de concentració general:
què poso dins del caiac i què deixo dins del cotxe?
"Això no m'hi cap!" "Jo tinc un foradet,
si no és molt gran la bossa..."
"Jo puc portar la tenda als peus" "No bolcaràs, no?"*

Ens espera un embassament tranquil, d'aigua neta i de verd intens, rodejat de muntanyes altes amb vegetació frondosa. Acampem resguardats per les parets d'una antiga fàbrica de ciment, no corre l'aire, no fa fred, la nit és clara i perfecte pel sopar, el foc, el cremat, i l'"orujó".

L'endemà seguim embassament amunt fins a la presa, on podem remullar el caiac en una cascada. De tornada dinem en un raconet on es deixen veure unes tortugues. Hi ha qui ni baixa del caiac per no enfangar-se i hi dina dins. De postres uns bombons, com sempre, no ens falta de res.

Agafem cotxes i parem a Dos Aguas (Requena). No sabem on podrem acampar, i en un bar, tot veient un documental de cocodrils que es mengen hipopòtams i lleons, decidim passar la nit a la Pensió Lepanto. En un moment, l'habitació es converteix en un festí de fogonets, menjars, olors a diferents salses... Truquen a la porta en el

moment àlgid del sopar, obre el Joan, tot controlat. La Cristina pot seguir amb les aletes de pollastre, els seus pantalons sempre guardaran el record del moment. Deixarem la pensió amb aquesta bonica sensació al cos que et deixa una bona dutxa calenta, calenteta...

Ens apropem a l'altra banda de la presa passant per uns paratges preciosos, de muntanya més alta, seca i escarpada. Un cérvol ens delecta amb els seus salts i cornamenta davant nostre. Fa molt de vent i acomiadem els 3 valents que decideixen sortir amb el caiac. A la tornada els espera un cafè calent a recer d'una figuera. L'embassament del Naranjero és una petita joia amagada als peus del més conegut embassament de Cofrentes, no hi ha més accés que per aigua, sobre tot quan el nivell de l'embassament tapa les restes de l'antiga carretera, parets verticals i vegetació que aprofita els espais sense roca fan enfilarse els

corrents d'aire amb velocitat que dificulta la navegació, però la vista fa que l'esforç compensi.

A la tarda, amb una llum preciosa, allà baix, ens espera el Benagéber. Acampem en un molt bon lloc a la vora del pantà: lavabos, taules de pícnic, un luxe. Sopar, cremat, i uns quants sortim amb el caiac a gaudir de l'embassament a la llum de la lluna creixent i les estrelles.

Fa poc que dormim, uns copets a l'esquena a través de la tenda, un crit del Joan, un altre del Santi,... què passa? En Jorge surt de la tenda i rep queixalada a la cama. En Joan també porta 4 ullals marcats al braç, i a la ten-

da. També els meus escarpins, i una sabata de la Cristina porten queixalada. Ronda les tendes, anem sentint trets i lladrucs. La guineu famèlica no ens deixarà dormir en tota la nit.

L'endemà, després de la nit de queixalades, riures, i insomni, recorrem les aigües del Benagéber, amb raconets molt bonics. La Cristina i en Jorge per fi es capbussen a l'aigua.

Ens acomiadem de la zona amb alguns dubtes: algun dia podrem fer el pantà de Cofrentes sense vent? Li caldrà l'antiràbica al Jorge? Què és aquest cartell taronja que ens anem trobant: PENVA? Tornarem a acampar a la riba del Benagéber...?

CALENDARI MUNTANYA

DATA	Possible lloc	Vocal
22/01/2012	Puig de La Mola. Garraf	Secció de caiac
05/02/2012	Turó d'en Vives. Maresme	J. Vives
19/02/2012	Tossal Gros de Vallbona	
04/03/2012	Montmell	Pino i Cata
18/03/2012	Tossal de la Torreta	Salvador i Xavi
01/04/2012	Creu de Santos	Navarro
15/04/2012	Roca Corbatera	Pep Molinos
06/05/2012	Comanegra	Cabanillas
20/05/2012	Puigmal	
09/06/2012	Vallvidrera	
17/06/2012	Cursa del Centenari	

MATAGALLS - MONTSERRAT

3^a etapa

Coll de Poses (675m) a Sant Llorenç de Savall (473m)

Dissabte 28 de gener

Iniciem l'any amb una nova etapa d'aquest Matagalls-Montserrat que ens està donant una nova descoberta dels paisatges de Catalunya.

Les primeres dues etapes, malgrat les nuvolades i les boires, hem gaudit de bons paisatges i esperem que continuem tenint la meteorologia com aliada i poder tornar satisfets de l'esforç fet.

Ja hem arribat al Terme Municipal de Sant Quirze de Safaja i situats al Coll de Poses, en el Km 31 d'aquest recorregut, haurem d'afrontar desnivells per camins amples i estrets i en alguns trams per trialeres com en les darreres dues etapes. Tot i així el coll de Termes i el Coll de Matafuga, són d'alçades moderades i en algun tram ens donaran una mica de "to muscular". Arribarem a Sant Llorenç de Savall després d'una llarga baixada.

Recorregut: 14,370 km

Desnivell: +315 m -480 m

Temps de caminada: 4/5 hores

Hora de sortida (puntual):

• 7:30 del matí des de Plaça Sagrada Família (Provença – Sardenya). Si

vens amb cotxe, a la zona blava es pot deixar el cotxe tot el dia. En aquella hora del matí és més probable trobar aparcament.

• 7:45 des de Fabra i Puig

Preus:

Soci: 36,00 €

Soci on line: 44,00 €

No soci: 49,00€ (inclou assegurança)

Cal portar:

Botes de muntanya, bastons, aigua i alguns fruits secs i fruita.

Els propers dies ja informarem de les previsions meteorològiques.

Tots aquests preus inclouen autocar, dinar i documentació.

Inscripcions: fins dimarts 24 de gener, a les 21 hores, a secretaria i ingressar l'import corresponent:

Al nou número de compte de l'Agrupada: La Caixa 2100 0823 35 0200689123, només cal posar el nom com a remitent

Vocals: Xavier i Quim

gener

dm 3	a.e.c.	Reunió de junta.
dm 10	veterans	Reunió mensual.
dm 10	e.r.e.	Projecció: Espeleologia a Les Rocalloses
ds 14	eqüestre	Sortida a Serrateix, el Viver
ds 21	muntanya	Senderisme: Els pous de glaç del Montseny. 15,100 km
ds 21-22	s.e.m.	Pic de la Carabassa
ds 21-22	infantil	Sortida.
dg 22	muntanya	Puig de la Mola. Garraf. (Secció de caiac)
ds 28	muntanya	Senderisme: Matagalls-Montserrat. 3ª etapa: De Coll de Poses a Sant Llorenç Savall.
cada dilluns	a.e.c.	Assaig de la coral a les 19:30 h.

previsió febrer

dg 5	muntanya	Turó d'en Vives. Maresme. (Joan Vives)
dm 7	a.e.c.	Reunió de junta.
ds 11	muntanya	Senderisme: La sèquia de Manresa. 25 km
ds 11-12	s.e.m.	Puigmal
dm 14	veterans	Reunió mensual.
ds 18-19	infantil	Sortida.
dg 19	muntanya	Tossal Gros de Vallbona
ds 25	muntanya	Senderisme: Matagalls-Montserrat. 4ª etapa: S. Llorenç Savall - urb. Cavall Bernat
cada dilluns	a.e.c.	Assaig de la coral a les 19:30 h.

SENDERISME "SEMPREPODEM"

Els Pous de glaç del Montseny

De Font Martina a Santa Fe del Montseny

Dissabte, 21 de gener 2012

Iniciem l'any amb una de les etapes que hem programat fins a juny. En principi, per aquest gener, anàvem a caminar per la sèquia de Manresa, però hem pensat que per pair els torrons hem de començar forts.

Començarem l'etapa a Font Martina (1028 m). Ens enfilarem seguint el GR5.2 per un corriol que va pujant cap al Turó de l'Home però a 1300 m ens desviarem per començar a trobar els primers pous de glaç.

De pous de glaç, en més o menys, bon estat, en trobarem de 10 a 12 pous. Aprofitarem que el recorregut ens porta fins el coll de les Agudes per enfilarnos fins el cim a 1706 m. En funció de la meteorologia decidirem si ens quedem a dinar al Turó de l'Home o baixem cap a Santa Fe del Montseny (1.156m).

Si estigués nevat i fos impossible fer la sortida anirem a un altra banda.

Recorregut: 15,100 km

Desnivell: +950m -720m

Temps de caminada: 6/7 hores

Hora de sortida (puntual):

- 7:00 del matí des de Plaça Sagrada Família (Provença – Sardenya). Si

vens amb cotxe a la zona blava es pot deixar el cotxe tot el dia. En aquella hora del matí és més probable trobar aparcament.

- 7:15 des de Fabra i Puig

Preus:

Soci: 20,00 €

Soci on line: 24,00 €

No soci: 29,00 € (inclou assegurança)

Cal portar:

Esmorzar, dinar, botes de muntanya, bastons, aigua, fruits secs i fruita.

Els propers dies ja informarem de les previsions meteorològiques.

Tots aquests preus inclouen autocar i documentació.

Inscripcions: fins dimarts 17 de gener, a les 21 hores, a secretaria i ingressar l'import corresponent:

Al nou número de compte de l'Agrupació: La Caixa 2100 0823 35 0200689123, només cal posar el nom com a remitent.

Vocals: Xavier i Quim

SECCIÓ D'ESQUÍ DE MUNTANYA

Després de la trobada prèvia a l'inici de temporada que vam fer el passat 15 de desembre i un cop vistes les preferències, i propostes de tots el assistents, hem elaborat aquest calendari de sortides:

CALENDARI DE SORTIDES D'ESQUÍ DE MUNTANYA 2012

DATA	SORTIDA	VOCAL	TELÈFON	REUNIÓ PRÈVIA
21/22 gener	Pic de la Carabassa (la Cerdanya)	David Abellan	639362711	19 de gener
11/12 febrer	Puigmal (per Núria)	Bernat Ruiz	645208709	9 de febrer
3 i 4 març	Bisaurin	David Martin	649049833	23 de febrer*
24 i 25 març	Pavots (per Eriste)	Pilar Vendrell	660270602	15 de març*
14 i 15 abril	Pica d'Estats (per França)	Ismael Morejon	619959739	29 de març*
5 i 6 maig	Mont Perdut	Pere Carrascal	619273799	26 d'abril*
26 i 27 maig	La Besurta (Benasc) Cim a decidir	-		17 de maig*

* Ens trobem una setmana abans per concretar l'allotjament

També hi ha una proposta de fer una **sortida als ALPS** pel pont del 1r. de maig. Ja ho anirem concretant més endavant.

Apart de que pel nostre compte puguem fer d'altres activitats, us animem a participar en les sortides organitzades des de la SEM. És una bona forma de trobar-nos per compartir alguna "aventura", per tots els amants de les nostres muntanyes nevades.

VOCALIA D'ESQUI DE MUNTANYA

SERRATEIX

Sortida de turisme Equestre

14 de gener de 2012
a les 10 matí a Can Trulls



Reunió de la sortida al AEC el dimecres, 11 de gener, 2012

Itinerari: Sortirem de Can Trulls entre Navàs i Viver i Serrateix, anirem per una riera amb vegetació i crancs de riu, sortint de la riera vistes espectaculars de la Mola, Cadí, Montserrat, després de 12 Km. Arribarem a Serrateix dinarem de tornada al mateix lloc on ho vam fer l'última vegada.

La tornada serà més ràpida per altre camí més recte

El **preu** de la sortida serà de 55€ incloent dinar.



Serrateix

Situació i Història

- L'altiplà on hi ha Serrateix és un mirador privilegiat de la nostra terra, des de les comarques giro-nines (Collsacabra) fins a les lleidatanes (Montsec), de Montserrat i el Montseny al nostre Prepirineus i Pirineus.

- Cal destacar les restes ceràmiques d'època ibero-romana, trobades als masos del Forner, la Coma i Cal Gaig.

- Històricament, Serrateix està vinculat amb el Monestir de Santa Maria, fundat en el segle X. Aquest cenobi forjà Serrateix com a poble i n'ha esdevingut la seva principal senya d'identitat.

- El dia 1 de juny de 1999, la Generalitat de Catalunya va declarar el Monestir "Bé cultural d'interès nacional, en la categoria de monument històric" (DOGC nº 2923 del 5 de juliol de 1999).

- La majoria dels masos actuals ja existien entre els segles X i XIII. A mitjan segle XIV, a Serrateix hi havia 37 masos.

Destaquem els masos Vilajosana, Sant Just, Santa-maria, Les Cots, Cal Savés i Navel.



Llocs d'interès

A Serrateix, hi ha dos edificis d'interès, històricament relacionats: Sant Pere i el Monestir de Santa Maria; ambdós tenen importants elements preromànics i romànics i d'altres èpoques. Aquest conjunt és únic en tot l'eix del Llobregat i del Cardener.

PUIG DE LA MOLA

535 m

(Garraf / Alt Penedès)

Tipus d'activitat: Muntanya.

Oberta a: Socis exclusivament

Data: Diumenge, 22 de gener de 2012

Hora de la sortida: 8:00

Lloc: Palau reial, Diagonal cantonada Tinent Coronel Valenzuela

Recorregut: uns 6 quilòmetres

Desnivell: +270 m i -270m

Dificultat: baixa

Transport: Vehicles particulars

Durada prevista: 1 hora i 30 minuts de pujada. Total excursió 4 hores.

Material: Botes de tresc, roba d'abric, paravents, gorra, crema, aigua.

Informació: Dijous, 19 de gener, 20:00 hores, a la seu de l'Agrupació.

Vocal: Secció de caiac

Resum de la sortida:

Aquest cim, és el punt més alt de la Comarca del Garraf, que no pas del massís i fa de partió entre les viles d'Olivella, Begues, Olesa de Bonesvalls i Avinyonet. Pertany a la serralada litoral catalana, dins del Parc natural del Garraf i està format per calcàries dures i compactes, del cretaci i aixecades del fons marí en el període eocè (60 milions d'anys) i pel plegament alpí. Ens alguns indrets aquest calcari es troba reomplert per argiles.

Nota: L'excursió, molt breu, fàcil i senzilla, és el punt de partida per a la col·locació de la **primera placa** dels sostres comarcals que es desenvolupa amb motiu del nostre **100tenari**.

Projecció

ESPELEOLOGIA a les ROCALLOSES

Dia: 10 de gener

Hora: a les 20:00

Les Rocalloses (The Rockies) és una vasta serralada de més de 4000 km que cobreix l'oest de Nord-Amèrica des d'Alaska fins a l'estat de Nou Mèxic als EUA. Al Canadà aquesta serralada és una frontera natural entre les províncies d'Alberta i la Colúmbia Britànica.

Espeleològicament parlant, el nord de les Rocalloses no és un paradís per a l'espeleologia. Les muntanyes estan cobertes de neu molts mesos i totes les cavitats són joves, actives i sense gaires formacions. A més, donades les característiques climàtiques del país, aquí l'espeleologia és un esport de temporada que va de juny a octubre, la resta del temps les boques estan bloquejades per força metres de neu.

En aquesta projecció podrem conèixer algunes de les cavitats canadenques més importants, i com és i com s'organitza l'espeleologia en aquell país de boscos i muntanyes. També es projectarà el vídeo "Dark Squeeze Exercise" de 20 min. Realitzat per Marc Navarro durant el simulacre de rescat realitzat a Gargantua Cave el setembre de 2011.

Per: Marc Navarro

No hi falteu, us esperem!!!

FEDERACIÓ D'ENTITATS EXCURSIONISTES DE CATALUNYA

Convocatòria de Proves d'accés a cursos de Monitors - Iniciadors

Des de fa uns sis anys, la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya, en compliment de la normativa vigent, organitza cursos que acrediten els coneixements de tots els afiliats, a diverses modalitats d'esports de muntanya.

Aquests cursos són necessaris per poder desenvolupar tasques formatives dins de les Entitats excursionistes, de manera que els clubs, per poder formar als seus socis, hauran de disposar de monitors que hagin passat les proves.

La nostra Agrupació, que no està exempta d'aquests condicionants, vol informar a tots els socis que ara disposen de l'oportunitat d'accedir a les proves d'accés a aquests cursos anomenats de Monitor-Iniciadors. Les dates per inscriure's a les proves són:

Esquí muntanya	14 i 15 de gener
Alpinisme	14 i 15 de gener
Excursionisme	28 i 29 de gener
Escalada	28 i 29 de gener

Les condicions i requeriments pels cursos i aquestes proves d'accés, els podeu trobar a la pàgina Web de la Federació, o bé preguntant als vocals de les seccions de l'Agrupació (Xavi Díez, Rosa Maria Soler, Pep Molinos o Jordi Pino), que us n'informaran al respecte.

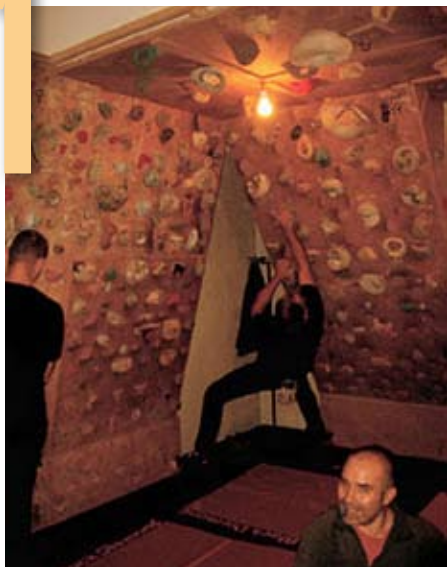
Des d'aquestes línies voldríem animar-vos a tots, per tal de que el major nombre possible de socis s'apunten a aquestes proves que, sense uns requeriments feixucs i unes dificultats insalvables, us poden donar l'oportunitat d'eixamplar els vostres coneixements en vers aquestes especialitats de muntanya i al mateix temps poder ajudar a l'Agrupació en la seva tasca formativa.

La Junta de l'Entitat

BOULDER DE L'AEC

El divendres, 18 de novembre, per fi vam poder inaugurar el Boulder de l'AEC que tant anhelavem els components de la SEAM i que remuntant en la història del club, era ja la nostra tercera instal·lació.

Text i foto: Xavi Díez



Quan estàvem ubicats a la plaça del Pi ja vam tenir un primer plafó, a la sala que donava al carrer del Pi, en el seu inici bastant 'rústic' amb totes les preses de roca natural o de fusta, tallades i foradades per instal·lar un únic plafó que després per temes de reorganització de les sales del club, es va haver de traslladar a una sala interior més pròxima a la part de la plaça del Pi i que ja es va ampliar i va millorar amb nombroses preses artificials i un plafó regulable quant a la seva inclinació.

En haver de canviar de local a l'actual ubicat sobre el Mercat de Sagrada Família, emmagatzemem tot els elements de l'antic plafó esperant que ens servissin per a un futur, que ara per fi ha arribat, després d'haver hagut de superar per aconseguir nombrosos problemes, tot com sol passar sempre, a nivell econòmic (denegació de subvencions, etc.) que motivaven certes reticències en la pròpia Junta Directiva del club, però finalment la Junta ha donat l'aprovació pressupostària, en aquests moments de crisi, pel seu finançament.

No vull oblidar-me al gran artífex de la creació d'aquest boulder, el gran company Gustavo Mañez més conegut en el nostre món de l'escalada per 'Kush', que és qui l'ha construït, igual que els dos primers que van existir quan estàvem a la plaça del Pi.

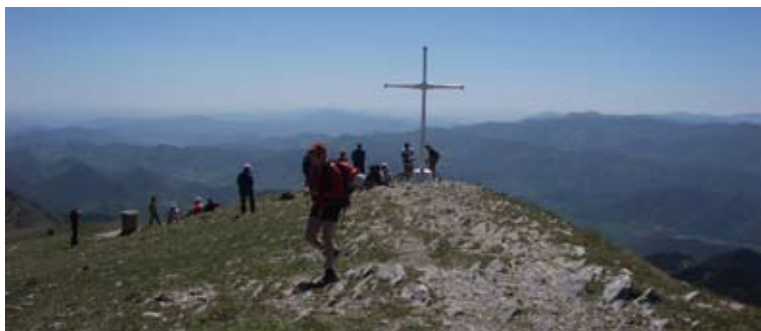
La inauguració va servir també per retrobar a uns quants amics/es que en un moment o altre han tingut relació amb el nostre club d'una manera o altra. Espero que tot això serveixi per atreure al nostre club escaladors/es que ja practiquen el nostre esport o als que estan amb ganes de iniciar-se en el mateix.

CIM DEL TAGA

PEL VESSANT NORD (2.035 m)

Aquest cim és molt característic i emblemàtic de la Vall de Ribes, al Ripollès. Molt esvelt domina les valls del Freser, Rigard i Segadell al Nord i la conca alta del Ter al Sud. El cim està situat a l'extrem Oest de la serra de Conivella, la qual enllaça per llevant i pel coll de la Portella d'Ogassa, amb la serra de Cavallera, formant un cordó de més de 8 km de llargada, orientats de llevant a Ponent. El pic, el més alt d'aquestes dues serralades, pertany al anomenat Pirineus axials Ripollesos i està format per pedres calcàries devonianes, encara que cap a la banda sud, aquestes estan assentades damunt de llicorelles carboníferes.

Cim del Taga (foto: Jordi Pino)



El terreny és molt agradable, terra de bestiar i de pastures. L'excursió, una clàssica, és molt senzilla, gairebé una passejada, encara que a la part alta s'han de superar desnivells. Si hi ha boira és recomanable no fer l'ascensió, doncs no hi ha pas cap mena de referència.

ACCÉS

Amb automòbil ens hem de dirigir a Ripoll i des d'aquí, per la N-152, cap a Ribes de Freser. Entrant a aquesta darrera vila pel sud, l'hem de travessar direcció als pobles de Queralbs i Par-

dines. Prop de l'estació del cremallera de "Ribes poble", hi ha dos carrers, el de l'esquerra que du a Queralbs i el de la dreta que agafarem cap a Pardines.

A 5 quilòmetres aproximadament de Ribes i just en un revolt que la carretera fa a l'esquerra, es comença a veure el poble de Pardines. És aquí, on a la dreta, veurem un indicador i un trencall que assenyala la direcció d'un Càmping. Cap allí ens hem de dirigir per una pista revestida de ciment que comença a baixar suaument cap el riu Sagadell. Fem 1,2 quilòmetres d'aquesta pista fins arribar a un pont sobre l'esmentat riu. Només passar el

pont, hem de deixar a la dreta una altra pista que, en pujada, du al Càmping i seguir per la principal 600 metres més per arribar a un conjunt de cases de pagès.

Des de aquestes cases encara farem 800 metres més de pista, en forta pujada, per entre un petit bosc, fins arribar a una altra casa de pagès, d'on naix a l'esquerra una pista de terra que recula cap a Pardines per l'altre banda de la vall. Davant mateix tenim l'Ermita de Santa Magdalena. En aquest indret, a la dreta i abans de passar l'Ermita, deixarem l'automòbil.

RECORREGUT

La excursió segueix una pista que, suaument i fent revolts, puja en direcció sud com si anés cap a la Portella d'Ogassa. Més amunt quan ja s'acaben els arbres hem d'abandonar aquesta pista per prendre direcció SO i anar a cercar la coma del rierol de les Nou fonts, superar-la i enfilar per una pala d'herba de prat, cap el cim.

Les referències més importants i horaris sense comptar parades són:

0 minuts.- (1.260 metres) Sortim seguint la pista revestida de ciment, en suau pujada. Deixem l'Ermita a la nostra esquerra. Anem entre prats, freixes i pollancre.

4 minuts.- Can Roca. (1.295 m) S'acaba la pista encimentada. Una altra pista, de terra i apte sols per 4x4, surt a la nostra dreta en direcció sud. La

prenem i uns 50 metres més endavant, en un trencall, deixem una altra pista a l'esquerra. Seguim en suau pujada, ara entre prats, avellaners i freixes, deixem un petit rec d'aigua a la nostra esquerra, la pista pren diverses direccions en funció dels revolts que va fent, per més amunt entrar en un petit bosc de pi, arbre blanc, freixes, avellaners, arç blanc i boix.

35 minuts.- Trencall (1.390 m). Replà sortint del bosc. De la nostra dreta surt una pista que travessa el riu de les Nou fonts, riu que nosaltres hem d'enllaçar més amunt quan arribem a la Coma del mateix nom. Aquesta pista du, en direcció ponent, al coll del Bac. Fa un itinerari que també podem seguir a l'hivern quan no hi ha herba als prats i que consisteix en arribar al coll i anar travessant pels prats, de flanc, direcció SE, per voltar per sota d'un bosc i pujar ara ja direcció sud, cap a la Coma esmentada. Nosaltres seguim la pista principal en direcció sud. Aquí els arbres minven.

45 minuts.- Nou trencall. (1.605 m) Després d'un important revolt (300 graus) que fa la nostra pista, en deixem una altre a l'esquerra que tot planejant, en direcció llevant, porta als plans de Moraroles, sota la portella d'Ogassa. Agafarem la de la dreta, també força planera, que ens portarà, en direcció ponent, a un petit pla.

50 minuts.- Pla de les Nou fonts (1.620 m) Sense arbres, només algun boix recremat pel fred i pel vent, amb dos

grans abeuradors pel bestiar. Deixem la pista que, travessant el prat en direcció ponent, s'acaba en una barraca a l'altre banda del riu. Terra de panicals blaus i d'évols. Nosaltres hem de sortir en direcció SO per un ampli camí fet pel bestiar, en pujada més forta, a cercar el lateral dret (nostra esquerra) d'una Coma entre dos bonys plegats d'herba. Al entrar a la Coma, el camí planeja per tal d'ajuntar-nos amb el riu i l'altre ruta descrita anteriorment.

1 hora 05 minuts.- Part superior de la Coma. (1.710 m) A tocar d'un grup de boixos a la nostra dreta. El rierol, totalment sec, ara és desdibuixa, s'omple d'herba de prat, i per aquí remuntarem, direcció SO, seguint un marcat camí fet pel bestiar. Al fons, decantant a la nostra dreta ja es veu la gran creu que hi ha al cim. De la nostra esquerra baixa un altre torrent també molt desdibuixat i que es perd sota la Portella d'Ogassa. Estem en terra de talps. Més amunt i després de travessar alguns camins fets per les vaques, el camí marcat és perd, així com el torrent que esdevé un prat planer. El travessem en la mateixa direcció cap a una important pala.

1 hora 30 minuts.- Peu de la Pala. (1.890 m). A tocar d'uns aïllats pins que hi ha a la nostra dreta, a la cara nord del cim. Pugem la pala poc a poc, fent llaçades, per anar a cercar la carena en un lloc on aquesta, despul·lada d'herba, ens ensenya unes pedres. Dura pujada.

1 hora 45 minuts.- Carena (1.985

m). Aquí trobem un petit camí, amb alguna marca de pintura, que en direcció ponent, ara en suau pujada, ens durà fins el cim.

1 hora 50 minuts. Cim del Taga. (2.035 m) Allargassat amb uns 150 metres de carena d'herba i alguna pedra calcària. Cim ampli. Vèrtex geodèsic, una gran creu i una altra de petita, uns ferros, restes d'estaques d'una antiga tanca pel bestiar i un petit altar. El vessant sud del cim, molt dret, domina el coll de Jou, que separa el nostre cim del de Sant Amanç i les valls d'Ogassa a llevant i la de Bruguera a Ponent. La baixada la farem pel mateix camí en gairebé una hora.

HORARI

Tal com s'ha vist, el recorregut de pujada no arriba a les dues hores i la baixada es pot fer en menys d'una hora.

DESNIVELL

El desnivell total de l'excursió és de 775 metres de pujada i 775 de baixada.

ÈPOCA

Aquesta ruta es pot fer tot l'any, llevat dels mesos d'hivern, on la neu habitualment glaçada en les parts més altes, obliga a dur grampons. Cim apte per raquetes, si anem a voltar-lo per la Portella d'Ogassa i després el pugem per la carena. No recomanem pas, sigui estiu o hivern, fer l'excursió amb boira.

PUNTS D'INTERÉS

Del recorregut podem destacar el conjunt de la vall del riu Sagadell i del cim les bones vistes que cap a ponent ens permetrà contemplar gran serralades com la d'Ensiya o la del Port de Compte, el Pedraforca i el Puigllançada. Davant mateix els pobles que volten la collada de Tosses amb Campelles i Ribes com a més significatius.

Cap a el Nord, podem distingir en primer pla la vall del Sagadell amb el poble de Pardines, més enrera la vall de Núria i del Freser, amb vistes sobre cims tant emblemàtics com el Puigmal, Torreneules, Malandrau o Canigó. Darrera de la Collada de Tosses podem distingir el cim del Puigpedrós.

Allevant, la serra Cavallera, la vall d'Ogassa i la de la alta conca del riu Ter, amb el poble de Sant Joan de les Abadesses. Si dirigim la mirada al Sud podrem apreciar a davant mateix la serralada transversal, amb serres com les de Milany o Bellmunt. Al fons despunten serralades com el Montseny, Sant Llorenç del Munt o Montserrat.

CLIMA I VEGETACIÓ

El clima és subalpí molt influenciat per la Mediterrània, amb aires atemperats i humits, però també rep, principalment al hivern el vent de tramuntana, anomenat torb en aquesta

regió, molt fred i, a l'hora, més eixut. El contrast d'aquestes dues masses pot produir grans nevades fins i tot a cotes baixes.

Així, hi pots arreplegar dies de sol sense vent, en que pots passar molta calor, fins i tot a l'hivern i, per contra, dies rúfols, de pluja, boira i humitat que ens poden dur molta fresca. Un aspecte dominant és el vent, que sol bufar amb intensitat en aquesta zona. Les glaçades o nevades es poden produir fins ben entrada la primavera. A l'estiu son freqüents les tronades i tempestes.

La vegetació està composta principalment de pastures, amb plantes de mitja muntanya i de clima mediterrani, a les parts baixes.

EQUIPAMENT

Motxilla, gorra o barret, ulleres, crema solar i roba d'abric tot l'any, llevat al pic de l'estiu. Cal dur especialment roba protectora del vent. L'excursió, a l'estiu es pot fer perfectament en wambes, però tant a la tardor com a primavera és recomanable dur calçat sòlid, doncs hi podem trobar restes de neu i molt de fang. També recomanem dur una màquina de retraction i uns prismàtics. A les parts baixes trobarem aigua, així com al pla de les Nou fonts. De totes maneres és aconsellable dur-ne.

Barcelona, a 5 de maig de 2007

AEC ALTES DEL MES DE DESEMBRE

Enrique Rubio Jordà
Antoni Sanmartí Simon

Jordi Torres Velázquez
Àlex Ibáñez de la Sierra

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

QUOTES I PREUS DE TARGES

A . E . C .	
Modalitat	anual
Numerari	89,00
Familiar	145,00
Jubilat	55,00
Jubilat familiar	106,00
Juvenil	36,00
Infantil	18,50
Online	30,00

F . E . E . C .	
Modalitat	18 anys o més
A	39,60
B	51,90
C	77,80
D	109,80
E	403,8
FEDME	10,95

www.feec.org/Llicencies/Llicencies_2012

PAGAMENTS

CANVI DE CAIXA

Oficina 0823 Padilla-Gaudí. C/ Padilla, 271

NOUS COMPTES BANCARIS:

100tenari: 2100 0823 39 02 00688916

AEC: 2100 0823 35 02 00689123

INFANTIL: 2100 0823 31 02 00689236

Important: Comenceu indicant el vostre **nom** •

CORREUS ELECTRÒNICS

aec@aec.cat
president@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'asseguem 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



A.E.C. MATAGALLAS MONTSERRAT ETAPA.2 19-11-2011

aquesta web et sorprendrà

www.balmaat.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 companyes de viatge per a escalar, fer espeleologia, sortir el cap de setmana... a www.balmaat.com

24 HORES

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

2 ESQUÍ I TEMPS LLIURE
Gran Via C.C. 537
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309

3 ACAMPADA
Coste d'Urgel, 72
08011 Barcelona
Tel. 934 548 309

4 MUNTANYA TÈCNICA
Coste 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



Disseny i maquetació: Xavier Sánchez

Impressió: Empòrium

Coordinador: Manuel Cabanillas

En aquest butlletí hi col·laboren: Jordi Romagosa, Manuel Cabanillas, Quim Llop, Jordi Pino, Cata, Rosa M. Soler, Joan Tarruella, Nausica Aymà, Ramon I. Canyelles, Josep A. Pujante, Antonio Molina, Miquel Casas, Secció de caiac, Secció d'espeleologia i Xavi Díez.