



1912

butlletí informatiu
març 2018

Agrupació Excursionista "Catalunya"

EXCURSIONISME, PAÍS I CULTURA

En Roger pujant per la canal de l'Ordiguer (foto: Joan Cabré)





Í N D E X

3 EDITORIAL: Flama de la llengua catalana

4 SEM: La Cerdanya

7 MUNTANYA: Raquetada semprpodem

9 EQÜESTRE: SORTIDA

11 MUNTANYA: Dimecres al sol

AGENDA D'ACTIVITATS:

12 CALENDARI març

13 MUNTANYA:
Semprpodem: Serra de Finestres

14 MUNTANYA:
Dimecres al sol: Tavertet

15 Sortides SIJ; Sortides esquí de
muntanya; Grup Jove

16 Semprepodem, senderisme; seam

17 turisme eqüestre, avís;
Btt; Agraïment

18 Calendari Glacera

19 MUNTANYA: Serra de Cardó

20 MUNTANYA: Mont-rebei

21 SEM: Pujada al Taga amb esquís

23 MUNTANYA: Camia de Ronda:
Costa Daurada

25 INFANTIL: Xerpes

28 MUNTANYA

29 AEC: Teresa Gordoq; Grup Cavall Bernat

30 AEC: Altes; Diversos; Normes Generals

FLAMA DE LA LLENGUA CATALANA

"L'any 1968, amb motiu del centenari del naixement de Pompeu Fabra, l'excursionisme català va organitzar un acte reivindicatiu que consistia en encendre una flama a la seva tomba, a Prada de Conflent (Catalunya Nord), i dur-la fins a la basílica de Montserrat on es manté encesa durant tot l'any".

El passat 11 de febrer, com d'altres cops per aquestes dates, estava previst trobar-nos al Tossal dels Reis (Fredes). L'entitat organitzadora, Centre Excursionista de Sant Feliu de Codines, la nostra Agrupació que fins i tot aquest any va organitzar un autocar per anar-hi, i els companys del Centre Excursionista de Castelló, per compartir dalt del cim la Flama de la Nostra Llengua just al punt on s'uneixen les terres de Catalunya, València i l'Aragó.

Aquest any per raons climatològiques no ha pogut ser, donada la quantitat de neu acumulada en aquell indret. Caram sembla que així ha estat cosa del destí..., potser premeditat? 155? Just ara,

i en aquest moments convulsos que ens toca viure, amb polítics a la presó d'altres exiliats o molts d'ells acusats d'uns delictes que no tenen ni cap ni peus.

Doncs no, per aquestes raons no podem deixar que la nostra llengua sigui menyspreuada.

Preparem-nos amb força per l'any vinent. Serà el 50è aniversari de La Flama de la Llengua Catalana, organitzat per la FEEC, i on la nostra entitat ha de tenir un paper destacat en els actes donat que som l'entitat col·laboradora en els actes. Des de l'editorial encoratjo a les seccions i a tots els socis a mantenir la Nostra Llengua més viva i present que mai.

Excursionisme País Cultura



TOT PER L'ESQUÍ
TOT PER MUNTANYA
 15% descompte SOCS A.E.C.
ALP SPORTS
 BARCELONA
 Av. Gaudi, 36
 93 436 46 43

S.E.M. A LA Cerdanya

Escrit a quatre mans per Pere Carrascal i Joan Cabré

3-4 de febrer de 2018

Després d'un canvi de destí improvisat pocs dies abans degut a la meteo, decidim enfilar cap a la Cerdanya per visitar el Puigpedrós. Allà auguren bon temps i prou neu.



Refugi de Malniu (foto: Joan Cabré)

Ens reunim en Rafa, Miguel, Xavi, Xavi, Joan, Roger i Pere. Arribem per camí rodat fins al refugi de Malniu, el dia s'aixeca rúfol, amb nevada suau, clarianes i a una temperatura de -11°.

Comencem el lleuger pendent amb un panorama gelat, com ens mostra l'estany Sec, i una mescla de neu acumulada pel vent, neu dura i rocs. El primer tram de l'ascens té lloc damunt d'una capa de neu pols ben agradable.

Amesura que anem guanyant alçada, el vent es mostra cada cop més present; també ho fa la nevada. La sensació tèrmica justifica portar totes les plomes i

forros i membranes del món. Les clarianes que venen de sud ens donen alè per seguir amb l'empresa.

En un reagrupament al voltant dels 2500 m, un dels presents opina que podríem donar mitja volta, que un dia com avui no aclarirem res. Fa palès que el vent és de 50-70 km/h i que el cel està completament tapat. Seguim pujant.

Cap als 2600 m, aquella opinió esdevé majoritària en el grup. Llàstima, el cim quedava a només 300 m!

Iniciem la baixada, això sempre ve de gust. Anirem a buscar aquella pala de neu pols que hem destacat a la pujada. En Joan treu la reflex, això promet! I la resta, tot gaudint



En Pere baixant bonic. Quin estil! (foto: Joan Cabré)



Tirem avall que això no hi ha qui ho aguantí
(foto: Joan Cabré)

dels viratges, intentem sortir bé a la foto. Això serà tot el que en traurem del dia!

I amb el bon nivell d'esquí dels assistents, de seguida arribem a baix. Ha estat una sortida matinal que ha anat bé per estirar les cames! En Jordi i n'Adelaida, que havien arribat tard a la trobada del matí, han pujat fins al llac de Malniu.

Com no podia ser d'una altra manera, seguim amb un bon tiberi en un bar de Puigcerdà, i ens acomiadem del Joan i Roger, que demà encara buscaran aventures per la zona...

Així doncs, aprofitant que ens quedem un dia més que la resta, el Roger i jo ens disposàvem a omplir alguna hora més a la Cerdanya. En Roger, després de decidir que ens feia mandra la "patejada" fins una cascada de gel que havia vist jo anant cap a Malniu (Torrent d'Envalls), té la brillant idea d'anar a veure la posta de sol al cim del Moixeró... La pista nevadís-

sima a pocs metres de desnivell del poble de Riu de Cerdanya i un sobretaula un pel llarg, fan que ens quedem per segon cop sense cim. En un dia!!! Arribem al Refugi del Serrat de les Esposes, on comptàvem poder arribar amb cotxe, hi traiem les pells de foca i enfilem avall amb els frontals encesos i les cames carregades d'àcid làctic.

El diumenge es desperta fred i fosc, a les 8 del matí som al petit poble d'Estana, veient la sortida del sol des dels peus del Cadí. La intenció del dia és pujar la Canal de l'Ordiguier per poder baixar la Canal del Cristall amb els esquís. En principi avui el vent i el temporal han de venir de Sud i confiem que les canals de la cara nord de la serralada ens deixin prou marge com per canviar la sort del cap de setmana.



En Roger a Prat de Cadí (foto: Joan Cabré)

Arribem a Prat de Cadí al cap d'una horeta i mitja d'haver sortit del poble havent passat com podíem pel PR amb poca neu que hi mena. Des de Prat de Cadí fins a treure esquís i pals i posar grampons i piolets tardem una altra hora i mitja durant la qual el Roger em pren el relleu a la capdavantera i em fa treure el fetge per la boca fins al peu de la canal. Trobem la pujada per l'Ordiguer en unes condicions immillorables. No és una canal complicada però és llarga i prou estreta, quin ambient! Els rastres d'una traça anterior ens ajuden a progressar lleugers i abans d'adornar-nos-en ens trobem amb el vent a la cara al capdamunt de la Serra. Busquem la Canal del Cristall per posar-nos a recer i encarar la baixada. Baixem



Aproximació a Prat de Cadí (foto: Joan Cabré)

uns metres amb els grampons i piolets fins a arribar a un tou de neu que ens permet parar tranquil·lament i calçar altre cop els esquís. Mentre ens preparem pel descens desapareixen tres persones que havíem vist més avall feia uns minuts, però no per baixar ràpid... No ens veiem ni la punta dels esquís gairebé! Ràpid avall que no volem que ens enganxi la gran nevada aquí dalt! La neu es deixa fer sense cap mena de problema, la baixada per la canal es fa agradabilíssima! Després d'algun ressalt de roca que superem amb molt poca gràcia i 400 metres de canal més avall, arribem a una pala llarga i interminable, carregadíssima de neu un pel pesada; (la qüestió és queixar-se) però nova i molt abundant.

Un cop a Prat de Cadí ens estalviem la llastimosa baixada pel PR pedregós anant per un camí ample (gairebé pista en molts trams) que surt a la dreta del PR pocs metres després de sortir del prat. La resta de la baixada, sota una nevada cada cop més abundant són un suplici per mi i en Roger em va esperant cada dos per tres. Arribem, ens abracem exultants, descençalem el cotxe a cops de pala i decidim tornar per la Seu d'Urgell per estalviar-nos les grans aturades al túnel del Cadí i a la collada per les nevades.

Molt més contents que cansats, que ja és dir, arribem a casa amb un somriure d'orella a orella i comptant els dies per la següent sortida ●

RAQUETADA SEMPREPODEM 2018

Serra del Verd

Per: Eva Lerma

Dissabte, 17 de febrer

Fa menys de dues setmanes que un grup de nens de colònies es van quedar penjats per la nevada prop del nostre destí d'avui i perquè l'autocar, de la mateixa companyia que la nostra, no va trobar prou condicions per tornar-los a casa. Conseqüentment, a les 6.15h del mati, tal com pugem a l'autocar, el Cristian ja ens està posant pressió informant-nos que si neva ens deixa allà.



Les raquetes han atret al grup sang jove i nova que esperem captar amb la màgia de la sortida. Per tant, la pressió pel seu èxit és màxima.

Els vocals, la Yolanda Soto i el Xavier Soriano, han estudiat a fons la previsió del temps i han apostat a que ens en sortirem. Ens esperen a la benzinera que hi ha prop de Cercs on esmorzem cap a les 8h del mati. Un cop hem apilat prou calories per llençar-nos a l'aventura, enfilem cap a Gòsol i les vistes del Pedraforca nevada ens

al·lucinen i atrauen com a zombies cap al nostre destí "incert".

El Cristian ens deixa a la plaça on ens equipem i preparem la feixuga logística de l'expedició, i 23 semprepodem iniciem camí cap a l'Ermita de Sta. Margarida amb les raquetes carregades a la motxilla. Arribats a aquest punt, a 1476m llueix el sol i fa fins i tot calor, malgrat que allà lluny es veuen alguns cirrostrats sospitosos que ignorem desafiants. Ens fem les fotos de rigor amb el Pedraforca de fons i ens po-



sem les raquetes per fer camí cap el Coll de la Mola. Suem la cansalada i gaudim com mai del paisatge nevad i unes vistes espectaculars. Pel moment hi ha traça i no resulta especialment dificultós avançar per la neu primavera.

Arribats al Coll de la Mola només ens destorben les vistes les antenes de rigor i el cel comença a canviar de color cap a un preciós, però inquietant gris perla, i nosaltres seguim fent via cap al Portell de l'Ós. A partir d'aquí sortim del camí i els primers expedicionaris han d'obrir traça en alguns punts amb prop d'un metre de neu. Els qui anem darrera els agraïm profundament l'ajut que això ens suposa i algú que altre ja va cantant "la Masovera" ... per allò de distreure l'atenció de la dificultat? I entre cançonetes i esbufegades aribem al Pla de la Font a 2004m, on jo demano a crits menjar perquè necessito repostar energia.

El cel és cada cop més negre i cauen alguns flocs de neu que ens fan desistir de la idea de seguir cap al Cap del Verd. A més a més, el nostre llegendari Toni

Villena, que ens acompanya en aquesta ocasió, no ha esmorzat prou i té algunes dificultats amb les botes i decidim dividir-nos, quedant-se uns quants membres experimentats a ajudar-lo i iniciant descens la resta, encapçalats pel Toni Enseñat i la Yolanda, cap el Coll de la Mola per la canal a fi de retallar camí, donat que la pista fa més volta. Arribats de nou al Coll de la Mola ens aturem a dinar sobre uns troncs, i sota les maleïdes antenes, i la boira comença a pujar i deixar-nos ben fresquets. Tornen a caure alguns flocs i ens afanyem a baixar sense perdre gaire temps, tot seguint la traça que havíem fet de pujada. Patim una mica pel grup que s'ha quedat a dalt però el temps finalment ens respecta a tots i aconseguim arribar en bones condicions fins a Gòsol. Deixem el material a l'autocar i fem una cerveseta ràpida perquè el Cristian, que s'ha remullat a l'hora de dinar, segueix fent-nos pressing fins al final. Al cap de poc arriba la resta del grup i tots dediquem un aplaudiment als vocals perquè la sortida ha resultat un èxit i ens ha agradat molt.

La pluja arriba de baixada a Barcelona ja dins l'autocar, i ens agafa a alguns cantant un revival de cançons força desfassadetes i passadetes de voltes que ens serveixen per oblidar el cansament entre riures.

Fins la propera companya!

SORTIDA EQÜESTRE

Can Trulls, 28 de gener de 2018

Per: Pere Mansilla

El passat mes de gener, va tenir lloc pels voltants de Viver i Serrateix, a la masia Can Trulls, la sortida anual de la secció eqüestre de l'AEC, anomenada "Cata de vins i calçotada".

Per primer cop, i després de molt insistir-me en Miquel Casas, hi vaig anar. Tota una experiència.

Només arribar teníem preparat per a esmorzar un bon tiberi: embotits, truites, amanides... i una bona cassola de cap i pota! Ja em va començar a agradar el tema eqüestre, tot i que era el primer cop que muntava a cavall. Acabarem d'escurar els plats i vam anar al pati a buscar els cavalls. Sí, tal com sona, els vam anar a cercar pels camps que hi ha al voltant de la masia.

Pregunta de la Txell, la nostra guia i experta en el tema: -Qui té experiència en muntar a cavall? Bé, gairebé tots els meus companys ja ho havien provat algun cop. Per cert, no he parlat d'ells!! Érem a prop d'una quinzena, el 85% família d'en Miquel Peinado, la resta en Casas, en Quimet, en Jep i un servidor, l'únic que mai havia fet aquest esport.

Ala pregunta de la Txell, jo li vaig ser sincer i vaig confessar-li que mai havia muntat a cavall. Resposta: -No et preocupis, tu muntaràs el "Famoso". Famoso? el nom em va agradar, però en veure



En Pere i el Famoso

la grandària de l'animal, vaig començar a tenir dubtes seriosos de si arribaria d'una peça a la calçotada.

Després de raspallar-lo li anava dient unes paraules a cau d'orella, tot i que hem feia mirades de no entendre res del que jo li demanava. Pietat, tan sols pietat, li vaig suplicar.

Va arribar l'hora de muntar i escoltar tota mena d'explicacions dels entesos. Au! Amunt! Amb una mica d'embranchida i l'ajut d'una empenyeta al cul ja vaig estar dalt del "Famoso". Vaig intentar que es bellugués, però era impossible. Semblava de cartró, no es movia ni un mil·límetre. Tan sols va començar a caminar quan va veure que la colla es

posava en marxa. Realment la sensació era que manava ell i jo era un paquet a transportar. Ara bé, a mesura que anàrem agafant-nos confiança vaig pensar que ens entendríem. La passejada va ser força tranquil·la; tret d'alguna "trialera" per on no hagués baixat mai ni en bici! El Famoso va anar amb pas segur, molt més que jo, tot i que li tenia confiança.

Va arribar l'hora del tast de vins. El lloc era preciós, a tocar de les vinyes, un bon "solete" i un bon vi. Blanc i negre, a quin millor, acompanyat de pastetes i foie gras. Els cavalls van quedar lligats al bosc menjant tot el que trobaven al seu voltant.

Tornàrem a muntar per a fer el retorn a la masia. Com que ja tenia una mica d'experiència em vaig veure capaç d'enfil·lar-me jo sol. Vaig posar el peu esquerre dins l'estrep, que Déu n'hi do el que costa, ja que, com he dit, el Famoso deu fer més de metre vuitanta d'alçada. Bé doncs, un cop el peu dins al maleït estrep, vaig començar a donar-me empentetes amb la cama que encara tocava a terra. I dic encara perquè per poc vaig estar volant pels aires. És a dir, vaig donar-me tanta empenta que vaig acabar sortint per l'altra banda del cavall. Quina nata!!! Evidentment tothom va riure de valent. Al segon intent tot va sortir perfecte i vàrem reprendre el camí de tornada... ja tot amb més tranquil·litat.

Ah no! Un altre ensurt: vàrem trobar un toll d'aigua i els cavalls volien beure i jugar. Tant volien jugar que el cavall d'en Quimet s'hi va ficar dins amb ell a sobre; semblava ben bé una pel·lícula de l'oest quan el cowboy creua el riu i només es veu el cap del cavall i del genet!

Ja estàvem arribant al final de l'excursió. Els més valents volien galopar i quan ja érem al final de la recta que arribava a la casa van fer un tomb enrere i com si estiguessin a l'hipòdrom, a la veu de JA!!, van sortir a tota pastilla per veure qui guanyava. Imagineu qui va ser? Amb un 85% de Peinados... el premi estava cantat i meregut!!!

Vàrem treure els estris dels cavalls, els tornàrem a raspallar, els portàrem un altre cop al camp i ràpid cap a taula on ens esperaven els calçots i la carn a la brasa!

És tota una experiència això de anar a cavall; repetiré, segur que repetiré. Ah!! sempre que el "Famoso" estigui lliure i em reconegui. Ens hem fet bons amics i serà difícil que obliidi el salt de "PLINTON" que li vaig fer.

Per cert, tant de relat i no us he dit allò típic dels km recorreguts, el desnivell, el grau de dificultat... ho sento, però tenia tanta feina en contemplar el paisatge que no vaig prendre apunts.

PD: Us encoratjo a participar i gaudir de les sortides de la secció Equestre, tota una vivència •

DIMECRES AL SOL (dimarts)

20 DE FEBRER DE 2018

Fotos: Miquel Budi



CALENDARI MARÇ

DATA	SECCIÓ	LLOC O ACTIVITAT	VOCAL
3 ds.	Muntanya	Senderisme: Muntanyes de Prades	Albert Sambola
4 a 11	Muntanya	Camí de Cavalls (Menorca)	Josep Bou
6 dm.	AEC	Reunió Junta directiva	Junta
8 dj.	AEC	Reunió de Veterans	Frederic Planas
10-11 ds. i dg.	SEM - SEAM	Cambre d'Aze: Corredors i esquí de muntanya	Roger Sant
10-11 ds. i dg..	Grup Jove	Caminar + orientació	Anna V. i Felix B
17 ds.	Muntanya	Semprepodem: Serra de Finestres	Pep Molinos
17-18 ds. i dg.	SIJ	Sortida tots els grups	SIJ
17-18 ds. i dg.	Turisme Equestre	Stes. Creus – Poblet – Vall- bona de les Monges	Miquel Casas
21 dc.	Muntanya	Dimecres al sol: Taverdet (Collsacabra)	Pere Mansilla
29-3 a 2-4 Setmana Sta.	SEM	Mont Blanc	Amat Botines
Tots els dimarts	AEC	Labors	M. Antònia i Mari

MUNTANYA SEMPREPODEM

SERRA DE FINESTRES

17 de març de 2018

Tipus d'activitat: Excursió de muntanya per a socis i sòcies.

Lloc de Trobada: 7,00h a l'Agrupar – 7,15 a Fabra i Puig

Transport: autocar. Si no s'arriba a un mínim de persones anirem en cotxes particulars.

Inscripcions: fins dijous, 16 de març, a les 8 del vespre.

Places limitades a la capacitat del bus.

Preus: socis 20€, socis on-line 30€.

Cal ingressar l'import corresponent al compte de l'Agrupar:

Caixabank ES27 2100 0823 3502 0068 9123

Desnivell: +750m / -750m

Recorregut: 14,700 km

Horari: 5h 30m aprox.

Dificultat: moderada

Itinerari: Santa Pau, santuari dels Arcs, sot de Salgueda, santuari de Finestres, castell de Finestres, Puig Sallança, El Grau, Santa Pau.

Material: motxilla, barret, roba de protecció pel vent i pluja, crema solar, calçat de muntanya, aigua i menjar per tot el dia.

Vocals: Carme Canals i Pep Molinos

Normativa:

és obligat llegir les Normes generals de les sortides de l'AEC; el fet d'apuntar-se a aquesta activitat, comporta l'acceptació automàtica de les mateixes. Recordem que els inscrits han de tenir el carnet federatiu de la FEEC en vigor, si no, és obligatori contractar una assegurança per a la sortida. Cadascú és responsable de si mateix, del que pugui fer, o del que pugui passar.

Apunts de l'Excursió:

Excursió que sortint de la vila medieval de Santa Pau, travessa boniques fagedes i s'enfila pel sot de Salgueda a la serra de Finestres, on veurem el Santuari de Santa Maria de Finestres i el seu Castell en runes, amb amplies panoràmiques al proper Pirineu. Farem via fins el punt més alt de la serra, el Puig Sallança, per baixar de nou seguint la carena del Grau fins a Santa Pau ●

DIMECRES AL SOL

21 de març de 2018

TAVERTET (COLLSACABRA)

TROBADA: 08.00 h Agrupació, vehicles particulars

DISTÀNCIA: 9.7 km

TEMPS: APROX. 3 ½ h

DESNIVELL: 589 m

DIFICULTAT: fàcil, apta per a tothom

DINAR: HOSTAL COLLSACABRA. Menú 11€ aprox. cafè apart.
(Santa Maria de Corco/L'Esquirol)

VOCAL: Pere Mansilla 601 110 287.

Truqueu per confirmar i així no cal que quedem abans (torno de viatge el 20), però em podeu trucar.

SINTESI:

Sortim des del Pla del Bosc, al final del poble de Taveret i agafem la pista del mas El Castell.

A 100 metres tenim el desviament del GR 2, que és per on tornarem, però nosaltres continuem per la pista uns 15', fins a un desviament a mà esquerra, que agafem per passar per prop del cingle i que enllaça una altra vegada amb la pista on comença el grau del Castell.

Deixem el grau del castell, passem pel costat de l'entrada de la masia i continuem per la pista, passem pel mirador del Castell i seguim fins a trobar el camí que surt a l'esquerra i que baixa per uns graons tallats a la roca, fins a una lleixa que ens porta davant del Puig de la Força.

Baixem un petit tros de camí tallat a la roca i arribem al coll del Puig de la Força, per on baixarem per un camí que ens porta fins a la riba del pantà de Sau, després de veure la presó (costa una mica trobar-la) i de anar i tornar fins a la punta més extrema del Puig de la Força.

Un cop al pantà de Sau seguirem la pista que ens porta fins a la cruïlla del GR 2, que puja fins a Taveret.

Totes les principals cruïlles tenen pals indicadors.

Normativa: És obligat llegir les Normes generals de les sortides de l'AEC; el fet d'apuntar-se a aquesta activitat, comporta l'acceptació automàtica de les mateixes. Recordem que els inscrits han de tenir el carnet federatiu de la FEEC en vigor, si no, és obligatori contractar una assegurança per a la sortida. Cadascú és responsable de si mateix, del que pugui fer, o del que pugui passar ●

DATES PROPERES SORTIDES SIJ

Abril: Dies 14/15 o 21/22 – Llocs a determinar

Maig: Dies 4/5 o 12/13 – Llocs a determinar

Juny: Dies 9/10 – Sortida conjunta de tots el Grups

CALENDARI DE SORTIDES D'ESQUÍ DE MUNTANYA 2018

DATA	SORTIDA	VOCAL	Telèfon i mail	REUNIÓ
29 març a 2 abril	Mont Blanc	Amat Botines	662 447 830 amat92@gmail.com	15 març
28 abril a 1 maig	Carros de Foc	Joan Cabré	659086518 cabremi- retjoan@gmail.com	19 abril
19/21 maig	Culfredes	Amat Botines	662 447 830 amat92@gmail.com	10 maig
2/3 juny	Neouvielle	Roger Sant	686181498 33 almogaver@gmail.com	24 maig

Recordem que per poder assistir a les sortides cal disposar d'ARVA, pala i sonda i que a l'Agrup a en tenim per llogar per 15€ el cap de setmana + 5€ dia addicional (30€ fiança)
Engresqueu-vos, que com mes serem mes riurem!!

CALENDARI GRUP JOVE 2018

Els vocals convocaran les reunions prèvies de cada sortida entre una o dues setmanes abans de la realització d'aquesta, via grup de mail (grupjoveac@googlegroups.com).

Mes	Dies	Vocals	Activitat
Abril	7 i 8	Isaura	Psicobloc + caiac
Maig	5 i 6	Pol B. i Jordi M.	Barrancs
Juny	16 i 17	-----	Cursa La Ribalera

ACTIVITATS SEMPREPODEM

DATA	LLOC	VOCAL
21 abril	Agudes i pous de glaç	Mar Cardona i Toni Puigventós
19 maig	St. Pere Roda i Verdera	Toni Ensenyat i Salva Montpeat
9 juny	Gonbren, Costa Pubilla	Jordi Serra i Àngel Porras
16-17 juny	La Ribalera – Tírvia	Comissió La Ribalera
21 juliol	Tossa Plana de Llès	Pere Mansilla

ACTIVITATS SENDERISME

DATA	LLOC	VOCAL
7 abril	Serra Cardó	Xavier Sánchez
12-13-14 maig	Montrebei	Josep Bou i Francina Torrent
2 juny	Castell de Montsoriu	Rosa M. Soler
16-17 juny	La Ribalera – Tírvia	Comissió La Ribalera

CALENDARI DE LA S.E.A.M.

Més	Dies	Activitat	Vocals
Abril	14/15	Crestes i via llarga al Montsec	Jordi Miguel
Maig	26/27	Via llarga al Pedraforca	Arnau Secall
Juny	2/3	Alta Muntanya	Yolanda Soto

Els vocals encarregats de cada sortida convocaran una reunió informativa aproximadament una setmana i mitja abans de la sortida corresponent.

TURISME EQÜESTRE

RUTES PROGRAMADES PER LA FEDERACIÓ CATALANA DE TURISME EQÜESTRE

Els qui estigueu interessats, poseu-vos en contacte amb en **MIQUEL CASAS** (tel. 669 485 422)

28 - 30 abril i 1 maig	Santa Susanna - Sant Esteve de Palautordera - Montseny - Santa Susanna
2 i 3 juny	Camprodon - Ripoll - Lluçà
14 i 15 juliol	Prada del Conflent - refugi de Mirailles - Camprodon

AVÍS IMPORTANT

Us demanem que a partir d'ara i per facilitar-nos més la feina, sempre que sigui possible, **feu els pagaments** (de les excursions, targetes de la FEEC...) **per transferència bancària** al compte de l'Agrup: ES27 2100 0823 3502 0068 9123
 Moltes gràcies! •

CALENDARI BTT

DATA	ACTIVITAT	VOCAL
21-22 d'abril	Ripoll - Barcelona	Pere Mansilla
26-27 de maig	A determinar	Carles

BIBLIOTECA

AGRAÏMENT

L'**Antonio Garcia Picazo**, conegut escalador i propietari de botiga "TOT MUNTANYA", ens ha obsequiat amb el seu últim llibre:
"VALLE DE ANSÓ, GUIA DE ESCALADA EN ROCA "
 que des d'ara trobareu a la vostra disposició a la nostra Biblioteca

MOLTÍSSIMES GRÀCIES •

ESCOLA D'ESPORTS DE MUNTANYA GLACERA CALENDARI 2018

ALPINISME

FORMACIÓ	TEÒRICA	PRÀCTICA	LLOC
CURS NIVELL I	7, 14 i 21 de març,	10 i 11, 17 i 18 de març	UECG
CURS NIVELL II	4, 11,i 18 d'abril	7 i 8, 14 i 15 d'abril	CEE
TÈCN. PROG. GLACIAR I AUT.	2 de maig	5 i 6 de maig	AEC

ESQUI DE MUNTANYA

CURS NIVELI II	7, 14 i 21 de Març	10 i 11, 17 i 18 de març	AEC
MONOGRÀFIC FORA PISTA	28 de Febrer	3 i 4 de Març	UECG

PROGRESSIÓ PER CRESTES

MONOGRÀFIC	23 de maig	26 i 27 de maig	FEB
MONOGRÀFIC	26 de setbre	29 i 30 de setembre	FEB

ESCALADA EN ROCA

CURS NIVELL I	17, 24 i 31 d'octubre	20 i 21, 27 i 28 d'octubre	UECG
CURS NIVELL II	2, 9, i 16 de maig	5 i 6, 12 i 13 de maig	CEE
MONOGRÀFIC	11 d'abril	14 i 15 d'abril	AEC

EXCURSIONISME

CURS NIVELL I	26 setbre 3 i 10 d'oct.	29 i 30 set, 7 i 8 d'octubre	AEC
---------------	-------------------------	------------------------------	-----

DESCENS DE BARRANCS

MONOGRÀFIC	13 juny	16 i 17 juny	FEB
------------	---------	--------------	-----

FERRADES

MONOGRÀFIC	7 de juny	9 i 10 de juny	CEE
------------	-----------	----------------	-----

SERRA DE CARDÓ

Excursió circular a la Serra de Cardó

Dissabte, 7 d'abril de 2018

Activitat: Excursió de muntanya per a socis/es

Hora de sortida: 7h a l'Agrupar; 7,15 Palau Reial

Transport: Autocar. Si no s'arriba a un mínim, anirem en cotxes particulars.

Inscripcions: Fins dijous, 5 d'abril a les 20h. Places limitades a la capacitat del bus.

Preu: Socis 20€ socis on-line 25€.

Cal ingressar l'import corresponent al compte de l'Agrupar:

La Caixa ES27 2100 0823 3502 0068 9123, indicant el vostre nom.

Desnivell: 400 m (aprox.)

Horari: 4 h aprox

Recorregut: 9 km aprox.

Dificultat: Baixa

Itinerari: Balneari de Cardó, Ermita Trinitat, ermita Àngel, portell de Cosp, La Lluminosa, La Foradada, Cassola del Diable, Ermita de la Columna, Balneari de Cardó.

Material: Motxilla, barret, roba d'abric i pluja, calçat de muntanya, aigua i menjar per tot el dia, crema solar. **Dinarem de carmanyola.**

Vocal: Xavier Sánchez (679 08 58 55)

Nota: És una excursió circular on recorrerem les ermites més característiques de la serra, veurem curioses formacions rocoses, zones de bosc i espais oberts per carenes. Es contempla un bon panorama sobre les terres de l'Ebre, el massís dels Ports, Montsià, el delta de l'Ebre, Pàndols i Cavalls, etc.

Normativa: És obligat llegir les Normes generals de les sortides de l'AEC; el fet d'apuntar-se a aquesta sortida, comporta l'acceptació automàtica de les mateixes. Els inscrits han de tenir el carnet federatiu de la FEEC en vigor •

MONT-REBEI 2018

12-13 i 14 DE MAIG

Sortida amb autocar i estada a l'Hotel del Monestir de Bellpuig de les Avellanes

Dia 12: 8:00 h sortida de Padilla - Provença

8:15 h de Palau Reial

8:30 h del davant del restaurant La Mallola c/ Rafael Casanovas d'Esplugues

Dinar a Corçà. A la tarda es farà amb canoa un recorregut de 3 hores per l'embassament de Canyelles visitant el Congost de Mont-Rebei i la Muralla de Finestres. Es faran dos torns, el primer a les 14:30 h. i el segon a les 17:30 h. Hi haurà l'opció de fer un recorregut per la Via Romana que va del Port d'Àger fins a Àger (1:30 h)

Sopar i dormir: a l'Hotel.

Dia 13: Esmorzar a l'Hotel i visita del Monestir d'Obarra. Dinar al restaurant d'Obarra.

Opció per als senderistes: des del refugi de Mont-Falcó al Congost de Mont-Rebei i Corçà (5h)

Visita guiada del Monestir de Bellpuig de les Avellanes, sopar a l'hotel i visita del Parc Astronòmic del Montsec.

Dia 14: Esmorzar a l'hotel i visita guiada de la Central Elèctrica subterrània de l'embassament de Canyelles. Dinar a Estopinyà i retorn a Barcelona a les 20h.

PRESSUPOST

Autocar, dormir i esmorzar a l'hotel, dinars dels 3 dies, canoa, PAM (Parc Astronòmic del Montsec) i visites guiades, amb habitació doble per persona: 315 euros; i amb habitació individual: 350 euros.

Per sopar tant el dissabte com el diumenge hi ha dues opcions, a indicar en el moment de la inscripció.

Menú complet que costaria 60 euros més per persona per els dos dies.

1/2 menú que costaria 30 euros més per persona.

INSCRIPCIONS

Hi han places limitades tant a l'hotel com a la canoa.

Per formalitzar la inscripció s'ha de fer una transferència de 100 euros per persona al n° de compte de la Caixa d'Enginyers: ES92 3025 0002 4414 1141 9586 titular del compte Josep Bou, indicant el vostre nom i referència Mont-Rebei •

PUJADA AL TAGA AMB ESQUÍS

Per: Iñigo Otero Muñoz

El passat diumenge 14 de gener vàrem pujar al Taga que, tal com coneixen els amants de la muntanya, s'ubica al Ripollès. Pertany a la Serra Conivella i està separada de la Serra Caballera per la Portella d'Ogassa.



La creu del Taga (foto: Miguel Peinado)

Encara que no sigui una muntanya molt alta, domina la Vall del Freser i del Ter i és un punt de referència de la comarca. A més a més és un mirador esplèndid dels pics dels Pirineus des del Puigmal fins al Canigó. Els municipis més propers són Bruguera, Ribes de Freser, Ogassa (al qual pertany) i Pardines.

L'hora de quedada va ser a tres quarts de 6 del matí i la pujada va començar als voltants de tres quarts de 10.

L'itinerari comença a l'ermita de Santa Magdalena de Puigsac, a 1270 m d'altitud. Per arribar a aquesta ermita del segle XII vàrem creuar el casc urbà de Pardines, poble al qual s'accedeix des de Ribes de Freser, i vàrem seguir una pista asfaltada 2 km. La ruta té un desnivell de 800 m.

L'ermita de Santa Magdalena fou construïda l'any 1175. El porxo, degut a una restauració dels anys 80, va ser afegit sobre un portal del segle XII.

El camí de pujada el vàrem fer per una pista que porta a l'Orri Vell, 1600 m. Aquí vàrem deixar la pista i començarem a



Sta. Magdalena de Puigsac (foto: Cesc Estanyol)

fer l'ascens. Aquesta pujada en comparació a altres pics no és gaire dura; però en el meu cas, nou en aquest món, déu n'hi do el que em va costar. Abans d'arribar al cim, a meitat de camí, hi ha un petit collet on varem aprofitar per respirar i fer un mos. A partir d'aquí, comença un tram de transició fins arribar als 1750 m on ja puja de valent.

Cim assolit! El Taga a 2040 m ens va costat 4 hores de pujada. Hi trobarem una creu cristiana gegant, blanca, imponent i perfecta. Descansarem i ens referem. Després de treure'ns les pells i modificar les fixacions, varem començar el descens.



Foto: Cesc Estanyol



Foto: Cesc Estanyol

La baixada, no complicada, va ser difícil per a mi, ja que tinc poca experiència! Vaig retardar al grup i finalment varem arribar al cotxe de nit.

M'agradaria comentar que a la sortida érem quatre persones. Vull mostrar-ls-hi un enorme agraïment perquè em varen ajudar en la pujada i escortar permanentment en la baixada. També em sap greu haver provocat retard.

És un honor per a mi, nascut a Valladolid, compartir moments amb gent tan sana de ment i de cor. Així com poder conèixer meravelles naturals de Catalunya. Espero poder repetir, haver millorat la tècnica i poder tornar a sentir la muntanya de forma tan directa •

CAMÍ DE RONDA COSTA DAURADA

(3-2-2018)

Text: Marta Caveró. Fotos: Joan Guix

Com que l'any passat vam gaudir tant fent una part del Camí de Ronda de la Costa Brava, aquest any hem volgut fer el tram que va des d'Altafulla fins a Tarragona, uns 12 kms.

Quasi tot el recorregut al costat del mar.



Castell de Tamarit

Ens agrada el mes de febrer perquè així evitem la calor i la forta massificació que pateixen les nostres platges a l'estiu.

Com sempre, ens trobem uns quants a l'Agrupació i després fem una segona parada per a recollir els companys de "Pedralbes".

L'autocar ens porta cap a Altafulla i, sense perdre punt, comencem a caminar direcció sud. Deixem enrere el Castell de Tamarit i anem fent via sobre uns penya-segats baixets i uns trams de pinada. Al cap d'uns 45 minuts ens aturem

al Bar Mora per esmorzar. Quina gana! I quin plaer menjar davant del mar amb un sol i una claredat espectaculars!

Seguim el camí cap a la Torre de la Mora que data de l'any 1562 i que es va construir per a controlar la pirateria. Des d'allà, entrem al Càmping sense cap problema i continuem cap a una zona boscosa, el Bosc de la Marquesa, que deu el seu nom a la propietària dels terrenys perquè no va voler vendre'ls i així els va salvar de la especulació urbanística dels passats anys 60. Ara el cel s'ha ennuvolat bastant i hem perdut l'escalforeta del

sol, però ens continua fascinant el contrast verd i blau que ens acompanya en aquest recorregut.

Arribem a la Platja Llarga, quasi 3 km. Se'ns fan una mica feixucs, no s'acaba mai... Després d'una suau pujadeta ens sorprèn el Sanatori de la Savinosa: una gran edificació en runes que recorda una fàbrica tèxtil. Sembla ser que va ser un "preventorio" durant la postguerra. Es va començar l'any 1929 i va funcionar fins l'any 1976. El panorama és desolador, és una autèntica vergonya l'estat en què es troba.

Aquí sento el fort contrast entre els vius colors i uns foscos sentiments. M'imagino el què devia passar entre



aquelles malmeses parets. No sé perquè té una pàtina de dolor. Em giro cap al mar, respiro fons i, mentre es va esvaint aquesta sensació, continuo caminant i comentant amb els amics tot allò que anem veient fins que arribem a la Punta del Miracle on ens espera l'autocar per dur-nos a dinar a prop de l'estació de Tarragona.

En aquesta sortida no hi ha hagut pa, ni coca, ni carquinyolis, ni quasi desnivell (200 m) però hem tingut sol, aire, sorra, aigua, sal, pins i un paisatge excepcional. Hem passat un dia màgic i tot ha sortit rodó. Tornem contents i satisfets cap a casa amb una imatge de postal del capvespre a Montserrat: han marxat els núvols ●

PER GENER, ELS I LES XERPES SURTEN AL CARRER

Per: Helena Calafell Muñoz-Castanyer. Fotos: Helena i Clara Vidal

Xerpes i Monis decidim agafar el tren direcció Labern. Des de la finestra, Montserrat ens sorprèn tota nevada. Flipem i, a la vegada, comencem a conscienciar-nos del fred que ens espera a fora.



Efectivament, en sortir del vagó podem comprovar que més que clima tropical hi ha un aire gèlid que no ajuda a moure les mans. Així i tot, un bon esmorzar motiva a qualsevol, i improvisant una rotllana a la isolada estació, mengem sense dir gran cosa.

Ens posem en marxa! Fila índia i atenció a la carretera! Hem de fer un metres d'asfalt (400m no patiu!) per trobar el camí que ens portarà al Castell de La Guàrdia. Un cop trobat el camí, al cap de pocs instants, veiem un home a la llunyania. L'homenet, vestit de color taronja fluorescent, ens saluda sense parar. Mira-te'l que simpàtic! La Clara

i jo decidim anar-lo a conèixer; el David es queda amb els i les xiquilins.

Amesura que ens acostem, veiem que la vestimenta llampanant combina un toc militar, que les salutacions que semblaven càlides no eren res més que senyals d'alerta i que al braç esquerra, penjat de l'espatlla hi porta una escopeta. No era un follet del bosc, és un caçador. L'home ens diu que no podem passar, que hi ha una vuitantena d'homes repartits pel territori fent la caça del senglar. Les dues monitores, amb la cara de moniato i sorpreses, esperem que el caçador ens doni una alternativa de camí, però no, l'home ens diu que arri-



bem a La Guàrdia (poble) per la carretera.

La pregunta és: Si portéssiu un grup de 17 infants entre 9 i 11 anys, tots i totes sota la vostra responsabilitat, què preferiríeu: passar per un GR replè de caçadors o caminar més de 5 km per una carretera força transitada? L'elecció de qualsevol dels i les monitores de la SIJ és CAP NI UNA.

Així doncs, mirant el mapa, avançant i retrocedint diverses vegades i sobretot allunyant-nos de la zona de tiroteig, decidim que l'única via possible és passar per camps privats.

(Bé, una situació molt trista i molt poc educativa. Sabem que en molts casos, la caça del senglar s'executa per qüestió de plagues i altres motius que no coneixem, però així i tot, respecte als valors que volem transmetre des de la SIJ, és una activitat tan contradictòria que això fa que no hi puguem estar d'acord).

Després d'una xerrada conscienciant a tothom que hem d'anar per la voreta per no trepitjar els conreus, arribem a La Guàrdia sans i estalvis! Visca!

Per GR la vida és més bonica. Caminem fins arribar a La Muntanya Ro-

dona. Allà dinem. Sabem que darrere el turó, ens espera Olesa de Bonesvalls, el poble on dormirem. Això fa pujar la moral i la súper pujada de 300 m de desnivell en poc més d'un 1 km... Ho aconseguim perquè som invencibles i quan el grup és fort ningú és dèbil!

Olesa de Bonesvalls ens acull amb els braços oberts, ja que dies abans havíem parlat amb la directora de l'Escola Pont de l'Arcada i ens havia dit que ens deixaria una sala polivalent amb lavabos, llum, aigua i calefacció, amics i amigues! Quin luxe! Un cop ens donen les claus, comprovem la sort que hem tingut.

Els i les xerpes són uns belluguets! No sé si els i les coneixeu... Són una espècie d'éssers minúsculs amb la potència d'un huracà, la força d'una deessa i la vitalitat d'un cangur en plena forma! Són formidables! Això sí, la sala polivalent ens queda petita i decidim anar al parc.

Després d'una hora i escaig, el fred pica encara més i la gana comença a dir



"hola". Dins la nostra Home sweet home, mengem plegats i plegades. Uns quants llops i assassins abans d'anar a dormir i... Bona nit xiquilins.

Després de dormir 8 hores, el dia comença radiant. A poc a poc, anem despertant els músculs, traient lleganyes i obrint els ulls. Obrim les finestres i sembla que les males prediccions de pluja han escampat la boira. Cap núvol i tot el dia per endavant! Cap a Sitges!

Aquest cop, sabem que els GR ens acompanya fins a la meta de la jornada, però el mateix temps ja hem avisat que el dia seria una mica més durillo. Amb les motxilles ja a l'esquena, engeguem engranatges i politges i posem rumb direcció al Mediterrani.

Quan fa bon temps tot és més amè. Els sacs pesen menys, el camí és més lleuger i els paisatges més bonics.

Diem adéu a l'Alt Penedès i descobrim les fantàstiques i delicioses terres del



Garraf. Camins sense gaire desnivell que et deixen gaudir del sol d'hivern juntament amb l'aire de mar que t'arriba en tot moment.

S'ha de dir que no és gaire recomanable anar-hi en moment de calor extrema, ja que la vegetació es basa d'arbustos baixos i no hi ha gaire ombra.

Dinem en un petit oasi d'arbres alts. Allà reposem forces i expliquem als i les Xerpes que ja queda molt menys! Últim sprint! Finalment, arribem a Sitges.

La primera cosa que fem és berenar. Que consti, que als i les Xerpes se'ls caracteritza per la seva capacitat de «jalar» sense parar. I la segona tasca que tenim en ment és felicitar-los per tot l'esforç! Durant tota la sortida, tots i totes les Xerpes han demostrat constància, companyonia, autogestió, vitalitat i alegria contínua! I tot i això caminant sense parar! Així doncs, els i les tornem a felicitar!

**Un cap de setmana rodó!
Gràcies Xerpes i Monis! •**



RECOLLIDA DEL PESSEBRE 24-2-2018

Per: Rosa Maria Soler

*Finalment només 11 socis ens hem apuntat a la sortida
i per tant l'hem fet amb cotxes particulars.*



Foto: Rosa Maria Soler

Uns quants ens trobem a l'Agrupa i fem cap a Palau Reial, on trobem la resta de la colla. Fa fred, però el dia es presenta magnífic amb un cel ben blau, així que carretera i manta fins a Capellades.

Després d'un relaxat esmorzar acabat amb un boníssim pa de pessic que ha dut la Francina, anem cap al Museu Molí Paperer. Visita super interessant, per conèixer tot el procés artesà de la fabricació de paper i la història dels molins paperers a la comarca. Tots en sortim ben satisfets.

Iau... altra cop a la carretera per anar cap a Santa Maria de Miralles a buscar el pessebre. Aconseguiu arribar-hi després de fer alguna volta extra per la comarca i pugem amb els cotxes fins al mateix aparcament vora l'ermita.

Jo, que no havia pogut ser-hi pel novembre quan es va posar el pessebre, vaig quedar gratament sorpresa pel bonic de l'indret i voltants, unes terres poc conegudes per a mi i força solitàries. Mentre uns companys treien el pessebre, vaig aprofitar per arribar-me en un moment a les ruïnes del castell que hi ha a sobre mateix de l'ermita per gaudir des d'allà dalt d'una vista circular de tota la zona.

La feina ha estat enllestida en poca estona i tornem a posar-nos en marxa cap a Sant Martí de Tous on dinarem. El camí se'n fa llarg i tenim la sensació que de nou els paranyes de les nombroses carreteres i carreteretes de la zona, ens fan fer alguna volta de més.. Quan hi arribem ja trobem la taula a punt (en Bou ja els havia avisat per telèfon que anàvem un pel tard).

Bona companyia i bon dinar, "amenitzat" per la música de la ballaruga que tenien muntada en un local gran del mateix restaurant, tot ple de gent. Malgrat el "txumba txumba", dinem ben de gust i com sempre entre xerrades i bromes.

I en acabat, cap a casa, amb el regust de la feina feta.

FINS AL PROPER PESSEBRE!

TERESA GORDOA

Ens ha deixat la TERESA GORDOA, pionera de l'escalada a Catalunya i primera dona que va pujar al Cavall Bernat. Va néixer el mateix any que es va fundar l'AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA" el 1912. El dia 24 de febrer hauria doncs complert 106 anys.

El seu marit en **CLAUDI GUILLOT** soci honorari de l'Agrup, va ser un impulsor i un mestre de l'escalada a casa nostra durant les dècades dels 50 i 60. Els recordarem sempre ●

40è ANIVERSARI

GRUP CAVALL BERNAT

Amb motiu del 40 aniversari de la creació del GRUP CAVALL BERNAT el dia 22 d'abril es farà una trobada per acollir els nous membres del grup i per donar homenatge a tots els que han anat col·laborant en el mateix. S'intenta que s'inscriguin el màxim nombre possible de nous 'cavallistes' per commemorar aquesta efemèride.

A l'AEC encara queden molts socis que tot i que han escalat el Cavall Bernat, no s'han inscrit en el grup.

Podeu passar la informació a tots els vostres amics interessats. El termini per fer-se "cavaller" serà fins el 9 d'abril! ●

PER PODER SER ADMÈS EN L'HONORÍFIC GRUP CAVALL BERNAT DE MONSERRAT, ÉS NECESSARI:

- Enviar un correu electrònic a l'adreça: museubruc@gmail.com
- Haver petjat el cim del Cavall Bernat
- Justificar la data de l'ascensió
- Especificar el nom de la via assolida
- Detallar els components de la cordada
- Fer-nos arribar una fotografia personal (10x15), fent activitat o no
- Indicar les vostres dades personals: nom, adreça, telèfon, e-mail, data de naixement
- Centre excursionista al qual es pertany (opcional)
- Fer un ingrés de 10 euros per la medalla al compte corrent "Amics del museu de la muntanya de Montserrat del Bruc" ES85-2100-4547-2422-0015-4993 ●

ALTES DEL MES DE GENER

Jordi Dalmau Castell	Aina Majó Limós	Antonio Rivas Erias
Louhaidia Elmouatassim	Berta Majó Llimós	David Segura i Suquet
Enric Majó Crespo	Mariona Majó Llimós	Frederico Travella
Anna Llimós Plomer	Miguel Micó Parra	

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

PAGAMENTS

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

COMPTES BANCARIS (IBAN):

AEC: ES27 2100 0823 3502 0068 9123

INFANTIL: ES37 2100 0823 3102 0068 9236

Important: Comenceu sempre indicant el vostre **nom i cognom** •

CORREUS ELECTRÒNICS

aec@aec.cat	ere@aec.cat	laribalera@aec.cat
agrupactivitats@aec.cat	caiac@aec.cat	seam@aec.cat
btt@aec.cat	coordinació.sij@aec.cat	secretaria@aec.cat
butlleti@aec.cat	grupjove@aec.cat	web@aec.cat

COBRAMENT QUOTES ANUALS

Durant el mes de març es passaran al cobrament les quotes anuals de soci, un cop endegats els canvis, a les noves quotes aprovades per l'assemblea •

NORMES GENERALS

PER A TOTES LES SORTIDES DE L'A.E.C.

- La dificultat, les edats, les condicions mínimes, l'equip i material així com l'horari previst i desnivell, s'indicanen sempre en la informació de cada sortida.
- No obstant, cal tenir en compte que, com a activitats a l'aire lliure que són, les excursions no estan lliures de riscos per climatologia (insolacions, fred, neu, pluja, llamps, allaus, etc.), morfologia (mal d'alçada, desnivells, despenjaments, terrenys pedregosos, etc.), zoologia (bestiar, insectes, etc.) i orientació.
- Els participants estan obligats a respectar durant tot el recorregut el medi natural.
- Les sortides disposen d'un pla d'emergència en base als telèfons mòbils dels participants i les instruccions dels vocals, que per raons de seguretat poden modificar la ruta i els horaris.
- L'Entitat posa a disposició dels participants un full de reclamacions, a la seu de l'Agrupació •



Recollida del pessebre. Tota la colla al museu paperer de Capellades (foto: Domènec Palau)



Sortida de Xerpes (foto: Helena Calafell)



Costa Daurada (foto: Joan Guiu)

HORARI SECRETARIA A.E.C.

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

SECCIONS

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



1912

AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

Padilla, 255-263, primera planta

08013 Barcelona

tel: 933 024 529

e-mail: aec@aec.cat

web: www.aec.cat

Edita: AEC

President: Pere Mansilla

Coordinació: Rosa Maria Soler

Correcció lingüística: Jordi Romagosa

Amb la col·laboració de:



**Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya**
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada

Disseny i maquetaió: Xavier Sánchez

Impressió: Empòrium

Dipòsit Legal: B 11805-2015

En aquest butlletí hi col·laboren: Jordi Romagosa, Pep Molinos, Carma Canals, Pere Mansilla, Marta Caveró, Josep Bou, Joan Guiu, Albert Sambola, Joan Cabré, Pere Carrascal, Eva Lerma, Miquel Budi, Xavier Sánchez, Íñigo Otero, Miguel Peinado, Cesc Estanyol, Helena Calafell i Clara Vidal •



2013