



butlletí informatiu

desembre 2008

**"No cal ser feliç per Nadal,
però sí cal cercar ser
un mateix, sempre.
I, després, vindrà la felicitat"**

"Ambient fement del refugi" (foto: Laure Gurcel)

Agrupació Excursionista "Catalunya"

De bon matí al Cervin (foto: Laure Curcel)



Ballant country els dimarts



Més pinya que mai

Poc a poc, sense presa, però tanmateix, sense aturar-nos, anem incorporant-nos al nou entorn.

*El nombre de socis va creixent cada setmana
i això és bo per la nostra entitat
que busca nodrir-se de nova saba
que doni a l'Agrupació un llarg i prometedor futur.*

Tots aquests desitjos no seran possibles si no reben també, més que mai, la col·laboració de tots vosaltres, bo i incorporant-vos a les seccions per donar-los-hi més vida i que els nou vinguts trobin activitats per poder escollir i sobre tot, que aquestes tinguin la muntanya com escenari.

Ens manca oferta de senderisme, travesses, rutes de mitja i alta muntanya que engresquin als més joves i als no tan joves, a fer una activitat bàsica a les entitats excursionistes.

Ens hem de proposar d'oferir una activitat de muntanya, senderisme, rutes, escalades, ferrades, com a mínim quinzenal, bé sigui en cotxe, amb autocar o amb tren, que també tenen la seva gràcia i interès.

A Catalunya tenim racons increïbles molts d'ells poc visitats com: La

Fageda de la Sauva Negra (Castellcir), Bosc de La Grabulosa (Sant Andreu de la Bola), Els Bufadors de Bevi (Llaers), Vall de Manyanet (Manyanet), Pic de les Bruixes, Vall d'Hortmoier (Oix), Ruta dels Pastors (Pont de Suert), Refugi del Torb (Queralbs), La Font Calda (Pinell de Brai), Coma Ermada, Pedra Picada, Pla de Pujals (Planoles), Puig de les Àligues (Sant Pere de Torelló), Puigneulós (Cantallops),...

També esperem les teves idees i sobre tot la teva col·laboració perquè l'Agrupació, ara que està creixent, pugui oferir activitats de tota mena.

Us hi esperem qualsevol dia de la setmana, de dilluns a dijous

Ep, important! **BONES FESTES DE NADAL I CAP D'ANY!!!**

Escoltes Catalans

El passat dia 15 de Novembre, l'Agrupació va assistir com a convidada a la inauguració de l' **ASSEMBLEA GENERAL ORDINÀRIA D'ESCOLTES CATALANS**, organitzada pels nostres veïns de l'AGRUPAMENT ESCOLTA ANTONI GAUDÍ, als qui agraïm la seva invitació.

A tots ells, encoratgem a seguir endavant amb la seva tasca.

Sortida al Matagalls (Montseny)

Diumenge, 14 de desembre

Darrera sortida de l'any



Itinerari:

Comencem a caminar pujant per unes escales de pedra. Trobem un monòlit en recordança dels liberals vigatans morts en aquest lloc a mans dels carlins, quan fugien del setge de la ciutat durant la Tercera Guerra Carlina. Inclinació moderada per entremig de rocam (pissarra) fins abastar el Pla de la Barraca on tenim un tram herbat i planer per recuperar-nos. No trobarem quasi cap ombra en tot el camí. Tornem a enfilar-nos, ara més decididament, altre cop per rocam, fins al Collet de l'Estanyol. Un altre tros herbat i planer fins al Collet dels Llops. En aquest tram, a baix, a la nostra esquerra, es fa evident un corriol que puja pel costat de la torrentera. Podem desviar-nos-hi per anar a alguna de les fonts com la dels Bisbes o la del Collet dels Llops. A partir d'aquí el camí s'enfila decididament, però ja hem albirat la creu sobre el cim del Matagalls. Un darrer esforç i ja hi som! (1695 m). Si el temps ens ho permet tornarem per l'ermita de Sant Miquel dels Barretons.

Lloc de trobada:

Estació RENFE de Fabra i Puig
(Meridiana Fabra i Puig)

Hora de sortida:

1/4 de 8 per sortir a 2/4 de 8 en punt

Transport:

Vehicle particular, Barcelona, Hostalets de Balenyà, Seva, el Brull, Collformic

Intendència:

Esmorzar a peu de cotxe
i dinar pel camí

Equipament:

Roba còmoda i d'abric, protector del vent, pals, calçats amb botes (pot haver-hi neu)

Desnivell:

550 m

Dificultat:

Excursió fàcil, recorregut de 1h ½ a 2 h

Detalls:

A l'Agrupació el dijous,
dia 11 de desembre.

Vocal:

Manel Navarro
93.302.45.29 – 93.456.82.57

Curs intensiu d'alpinisme nivell I

*Donar a conèixer la pràctica de l'alpinisme,
practicant les tècniques bàsiques a l'alta muntanya.*

27, 28, 29 i 30 de desembre de 2008

ULL DE TER

3 conferències teòriques:

- Material i Equip
- Tècniques de progressió i seguretat
- Perills objectius i consideracions sobre medi de l'alta muntanya.
- Orografia, escales de dificultats i ascensions recomanables del Pirineu.

Pràctiques:

en roca:

- Taller d'escalada en roca
- Reconeixement del material
- Nusos principals
- Moviments gestuals d'escalada
- Col·locació d'assegurances (bagues/tascons)
- Triangle de forces simple
- Descens en ràpel

en neu:

- Progressió en pendent sense piolet, amb piolet, amb grampons
- Descens en pendent sense piolet, amb piolet, amb grampons
- Autodetencions: Sense piolet/amb piolet (3 figures de caiguda possible)/Exercici combinat
- Encordament
- Ancoratges en neu (4 sistemes)
- Exercicis de progressió reunió i caiguda
- Descens en ràpel
- Ascensió tutelada màxim 2 cordades per instructor



En el cas que l'alumne no tingui la **El·licència esportiva** de la FEEC en curs, cal afegir 25 € per contractar una assegurança per a l'activitat.

El preu només inclou la classe teòrica, documentació i pràctiques per instructors acreditats per l'ECAM, no inclou desplaçaments, allotjaments i manutenció.

L'allotjament serà al **Refugi Pastúria (Vallter)** amb un preu de 114 euros (mitja pensió 3 dies). Opcional.

El nombre màxim de places per a aquesta convocatòria és de **8 alumnes** i es donaran d'alta per rigorós ordre d'inscripció.

La data límit per inscriure's serà divendres 19 de desembre.

Material necessari:

Botes, Botes rígides, Piolet, Grampons, Arnès, Casc, Mosquetó de seguretat (HMS), Assegurador-Descendedor i Cinta cosida (2 metres).

Preu del curs:

- 115 € socis de l'AEC, FEBR i l'UECG.
- Socis d'altres Entitats 128 €

ASCENSIÓ AL TOUBKAL (4167 m)

5-12 d'abril de 2009 (Setmana Santa)

Aquest apassionant viatge al cor del Gran Atlas té com a finalitat l'ascensió al pic més alt de la serralada magrebina, així com la possibilitat de poder gaudir de l'oportunitat de conèixer els petits pobles de les muntanyes d'Atlas, on el poble berber conserva gairebé intacta la seva forma de vida ancestral.

Ens impregnarem dels peculiars paisatges que ens ofereix la naturalesa amb els seus contrastes, des de les fèrtils i verdes valls formades per terrasses de conreus i la resta de l'entorn semidesèrtic, esquitxat per algunes sabines. Compartirem amb els seus habitants la seva vida modesta i tranquil·la, en un ambient hospitalari.

Si no fóra per alguns grups de turistes i l'arribada del corrent elèctric fa 3 ó 4 anys, els petits pobles de la vall d'Asni, com Mzik, on estarem instal·lats, semblaria que el temps s'ha parat. La vida en aquests poblets berbers seria similar a la que feien fa 2000 anys.

El Toubkal, punt culminant del nord de l'Àfrica, és una vertadera joia per a senderistes i muntanyencs, ja que la seva ascensió no té cap dificultat tècnica. La ruta parteix del mateix allotjament de Mzik (1800 m), d'on sortirem acompanyats per un grup de mulers amb les seves mules, que ens transportaran el material més pesat fins al refugi del Toubkal, passant pel santuari musulmà

de Sidi Chamharouch (2280m).

Una vegada ascendit el Toubkal, podrem gaudir d'un tresc per les valls properes al del Toubkal, on veurem pobles sense corrent elèctric ni accés amb vehicle, però amb molta vida. Els únics mitjans de transport, l'ase i la mula, són molt freqüents i aquest continu flux de petites caravanes ajuda a mantenir la xarxa de camins en perfecte estat.

Marrakech, "la Perla del Magreb", aquesta metròpoli berber ha crescut extraordinàriament amb gent vinguda de les muntanyes de l'Atlas i del desert. L'interès principal es troba a la medina, envoltada d'una gran muralla de tova de més de 10 Km. En el seu interior les olors i els colors es barregen, i donen una singular personalitat a la infinitat de carrerons i petites tendes que formen un laberint d'orientació difícil.

Cal destacar la plaça Jemaa el-Fna (patrimoni de la humanitat), centre neuràlgic de la ciutat. Tant bon punt es fa de nit, la plaça pren un aire màgic i s'omple de llums i fum provinent d'una

infinitat de petites guinguetes, músics, acrobates i narradors de relats, totalment incomprensibles per a nosaltres, reuneixen en grans cercles la gent que omple la plaça, sempre amb la presència vigilant de la Gran Mesquita de la Kotubiya.

PROGRAMA:

1, Dia: Arribada a l'aeroport de Marrakech.
Trasllat a l'hotel.

2. Dia: Marrakech - Imlil - Mzik
Després de l'esmorzar a l'hotel, sortida en furgoneta a Imlil. Trasllat a Mzik (mules ens porten les motxilles fins a Mzik).

A la tarda un tomb pels pobles.

3 hores. Menjar, Dinar i sopar a la casa.

3. Dia: Mzik (1800 m) - Refugi Netler (3200 m).
Sortida de Mzik en direcció al refugi Netler. Mzik (1800) - Araund (1900) - Sidi Chamharouch (2280) - Ref. Netler (3200). Un recorregut de 6 hores cap al cor del Toubkal. Transport del material amb mules.

Pic-nic durant la pujada. Sopar al refugi.
+1500 m de desnivell.

4. Dia: Refugi Netler (3200 m) - Bec, Pic Toubkal (4167 m) - Refugi Netler (3200m).

Esmorzar, dinar i sopar al refugi del Neltner.

Ascensió al pic més alt del Gran Atlas. Pic-nic per a la pujada al Toubkal 4167 m Nit al refugi.

+1000 m, -1000 m, 5,5 hores

5. Dia: Refugi Netler (3200 m) - Mzik (1800 m).
Després de l'esmorzar, retorn a Mzik. Dinar i sopar a la casa. Tarda lliure. Mules baixen les motxilles.

-1500 m, +100 m, 4 hores

6. Dia: Mzik (1800m)- Tizi Mzik (2580 m) - Tizi Ousem (1900 m) - Ait Aissa (1900 m).

Al matí, després de l'esmorzar, sortirem de Mzik en direcció a Tizi Mzik, coll que connecta la vall del Toubkal amb la vall paral·lela (mules porten les motxilles). Després de descendir pel bosc de sàbines centenàries assolirem el poble de Tizi Ousem, on no ha arribat la carretera i l'electricitat fa molt poc que n'hi ha. Pic-nic al poble de Tizi Ousem. Dormir i sopar al poble berber d'Ait Aissa.

+800 m, -700 m, 6 hores

7. Dia: Ait Aissa (1900 m) - Azerfsane - Tassa Wirgane (1400 m) - Marrakech.

Després de l'esmorzar trespas a Tassa Wirgane, pic-nic durant el camí (mules porten les motxilles). Tornada amb furgonetes fins a Marrakech cap a les 15:00 hores. Sopar i dormir a l'hotel a Marrakech.

-500 m, 4 hores

8. Dia: Transfer a l'aeroport de Marrakech.

El servei inclou:

mules per a transport de material, trasllats en furgoneta, guia, cuiner, pensió completa, tots els menjars estan acompanyats d'aigua (durant les caminades els menjars seran de pic-nic), allotjament a Mzik, refugi Neltner i Hotel Ali de Marrakech.

No inclou:

Aigua o altres begudes durant el camí. Bitllet d'avió i taxes aèries.

Preu:

Socis 655€. Socis online 670€. No socis 690€. Cal afegir els 250€, aproximadament, del bitllet d'avió fins a Marrakech i l'assegurança d'alta muntanya.

El bitllet d'avió i l'assegurança:

El viatge d'avió el farem amb Ryanair. A finals de novembre els preus estaven en 300€ anar i tornar, en diumenge, des de Girona.

En aquesta sortida tothom ha de tenir la **tarja de la FEEC modalitat D**. El seu preu per tot l'any 2009 és de 112,50€. Haurem de fer la compra dels bitllets d'avió durant el mes de desembre quan siguem el grup mínim de 10 persones.

Inscripcions fins el 15 de desembre

RUTA DEL CÍSTER

SISENA JORNADA

25 d'octubre del 2008

De Montblanc a Poblet



A $\frac{3}{4}$ de 8, a Pedralbes, ens hem ajuntat una bona colla, sota la mirada d'un prim minvant de la Lluna. Un cop desades les motxilles a la panxa de l'autocar, ens hi enfilem i seiem, En Quim ens compta i n'hi surten 45, Déu n'hi do! Comença la sisena jornada. Parem a una "àrea" per cruspir-nos els esmorzars, fer els cafès i deixar-hi alguns "riuets". A Montblanc, al peu de la muralla ens hi fem la foto de tota la colla i seguint la murada, el camí ens porta a uns oliverars, hi entrem i comença la pujada, que tot giragonsant ens enfila per dins del bosc, encarat a gregal. El dia és magnífic, la temperatura agradable i l'ombra d'alzines i pins ens protegeix del Sol. De tant en tant topem amb algun boletaire amb minsa collita. La pujada ha

anat allargant la corrua i pel repicar de les campanes endevinem que els primers ja són a l'ermita de St. Joan i que ja no ens queda gaire camí fins allà dalt. Uns graons ens porten al damunt de la roca on s'assenta l'ermita, al cap d'amunt hi ha un mirador que compensa amb escreix el sacrifici del camí. Iniciem la baixada per un corriol pedregós, que perd alçada ràpidament i que ens duu fins La Vena o La Pena, vés a saber, car els mapes i els rètols de la "Ruta" no es posen d'acord. Una parada per reunir tota la colla i avall, per unes graonades de fusta que fan cara d'haver estat clavades de fa poc. Tot baixant l'arboç ens ofereix les seves cireretes, que comencen a estar al punt. El corriol desemboca a una pista de més bon caminar-hi i ara baixant, ara

pujant, ara a la dreta, ara a l'esquerra, ens porta fins la Font de l'Oca i les Masies. Allà ens hi espera una magnífica visió del monumental monestir de Poblet i l'autocar que ja té pressa per dur-nos a Vimbodí, en Quim, com és costum, pateix per no poder aconseguir el programa per manca de temps. No el fem esperar, car la gana ens comença a collar. Després de travessar de cap a cap el poble pel seu carrer Major, entrem a La Clau, hi tenim taula parada; l'escudella barrejada no es fa esperar, un bon estol d'afamats i afamades repeteix d'escudella, després les rodanxes de pollastre amb panses i prunes, tampoc s'hi estan gaire estona als plats, el vi negre, honest, ajuda a empènyer avall per la canonada, una crema catalana arrodoneix l'àpat i els cafès ajudaran a desvetllar-nos i accelerar la païda. Tornem a pujar a l'autocar i en baixem davant de la por-

ta de Prades, per la que entrem al clos del Monestir, travessem la gran plaça Major i a la Porta Reial ja ens hi espera el guia Ramon que ens condueix i explica les diferents estances, claustres, sales i església d'aquest impressionant monestir de Santa Maria de Poblet, finalment una visita sense guia al palau del rei Martí; ho hem enllestit tot plegat en cosa de cinc quarts i tornem a l'exterior, una nova fotografia de tota la colla i uns quants fan visita al celler per tal de mirar i uns poquets es proveeixen de vi per algun possible proper xeflis. Tornem a ocupar els seients a l'autocar, aquest arrenca i per L'Espluga entrem a l'autopista que sense entrebancs ens duu fins a Barcelona, on carregant-nos les motxilles a l'esquena cadascú s'espavila per tornar a casa seva.

Jordi Romagosa
Soci 1224



Travessa Est-Oest de l'Obergabelhorn (4063m)

...de la Wellenkuppe a l'Arbengrat

*És la tercera vegada que despenjo el meu telèfon
per endarrerir d'un cap de setmana la nostra reserva
de mitja pensió a la Schreckhornhutte.*

*"Tip-top", em responen amb un fort accent suís alemany cantaire.
Així que per aquest cap de setmana no veig què podria impedir-nos
d'intentar aquest famós "cim de la por" (Schreckhorn).*

*La "meteo" és justament "tip-top": bon temps
i gens de vent a l'Oberland Bernès segons el meu website favorit:
météo-chamonix.org.*

*Sortim el divendres al vespre
per pujar tranquil·lament al refugi el dissabte...*



Obergabelhorn

A partir de Berna, una gran tempesta ens persegueix fins a Grindelwald, lloc de sortida de la caminada, on instal·lem la nostra furgo per passar-hi la nit.

Météo Suisse per telèfon ens confirma que només son algunes gotes residuals de la pertorbació però que la nit serà estelada. Ens adormim tranquil·lament sota la dolça melodia de la pluja fina.

Malauradament, quan ens despertem encara és sota la melodia de la pluja, que ja no es dolça en absolut! Molt optimista, despenjo per quarta vegada el meu mòbil per preguntar al guarda del refugi com van les coses allà dalt. "Què!? 10 cm de neu al refugi? Impossible pujar al Schreckhorn durant els 2 propers dies?" Horror! Com amb un cop de punyal al cor, penjo i vaig

tota trista a explicar la meua conversa al meu company de cordada, que justament observava l'inici de la carena del Schreckhorn... tota blanca ja a 2500m!

Els miracles del GPS ens permetent girar la truita ben fàcilment.

No ens deixarem abatre per quatre floquets! Així que algunes telefonades més tard el motor de Betty-Sue comença a bramar: cap al Valais! Arribem al migdia, hora GPS, a Zermatt, ideal per la pujada al refugi.

"Qué vol dir això de que anem a Kandersteg? Per anar al Valais cal vorejar tot l'Oberland Bernois i no pas entrar en aquesta vall cul de sac de l'Oberland". Em barallo convulsivament amb tots els botons del GPS que no cedeix en la seva obstinació d'anar cap aquesta minúscula vall de l'Oberland, paradís suís de la cascada de gel, on cap carretera no uneix l'Oberland al Valais. Em rendeixo a aquesta tecnologia que

em sobrepassa per trobar-me al peatge d'un tren... per cotxes!!! Ric tot pensant que això és ben bé Suïssa! Han previst com eix de comunicació els trens, però no les carreteres! En fi... el nostre GPS ultra-tecnològic havia tingut en compte els horaris del tren (cada 15 minuts) per unir Kandersteg a Visp en menys de 15 minuts! Un estalvi de 1h30 en comparació amb la carretera que nosaltres pensàvem prendre. Increïble!

Així doncs, arribem veritablement al migdia per començar "el nostre segon cap de setmana": la travessa del Obergabelhorn, "la banya de la forca superior"!

M'encanten les ascensions que comencen al cor del poble i en particular de Zermatt (1605m) turístic i elegant, que contrasta tant amb l'alpinisme. És que ja no mira al majestuós símbol de l'alpinisme suís, el Matterhorn? A una bifurcació, just després de la plaça de l'església, un petit panell de fusta negra ens indica l'Hotel de Trift, camí que ens permetrà arribar a la Rothornhütte (3198m) i al mateix temps deixar darrera nostra l'agitació voluptuosament burgesa de Zermatt.

Al Valais, les ascensions comencen sempre de la mateixa manera, amb una pujada ben dreta.

Els valaisans tant enamorats estan dels cims? Al punt de voler arribar-hi el més ràpidament possible? En tot cas, a les 13h en ple sol, els pendents drets són difícils d'empassar i veig l'arribada a l'hotel de Trift i el seu petit llac, com salvadora. Petita caminada al llarg del



L'arestia després del Gran Gendarme

riu i el llac, em reposa una mica abans de començar la immensa morrena glacial. Dreta, evidentment.

Després de 3h30 de caminar ens acullem, tot somrient, dues joves guardianes de refugi ben simpàtiques. L'ambient del refugi és en efecte molt femení, amb una decoració finament escollida. El sopar serà suculent i aquesta serà la meva excusa per l'absència de gana de demà al matí.

La meva torrada empassada amb dificultat, conservo els grampons a la mà per fer els pocs metres que ens separen del Triftgletscher. Una llarga caminada en gran bucle sobre la riba esquerra de la glacera ens permet arribar a l'esperó nevad de la Wellenkuppe (3640m). Anant a buscar el més a l'esquerra possible, arribem a una xemeneia vertical que ens permet guanyar l'aresta. En una roca superba i excel·lent ens mantenim en el fil on la dificultat és constant en el III+. Millor per nosaltres, aquesta escalada lúdica em permet admirar el sol que tenyeix de rosa màgicament el Cervin.

Un petit tram de neu fàcil ens permet guanyar la cúpula de la Wellenkuppe, que ens barra la vista del nostre cim.

Em paro, estoica, palplantada... increïble. Un "Laure, avança!" em crida a l'ordre i recupero la corda que ens separa perquè el meu company pugui ell també admirar la magnífica aresta que ens separa del cim. La cara N brilla de mil focs, dreta i majestuosa, i la llarga aresta de neu i de mixt que ens espera

encara, descriu corbes serpentejants compromeses i abruptes. "Sembla que serà dret i dur!" Pitjor encara, descobrim una prima neu fina i inconsistent que recobreix un glaç dur, a les parts més dretes de l'aresta (45°) i que ens demana una concentració exagerada. Ara comprenc millor perquè la cordada que puja per la cara N a tirat pel camí més curt, just a l'esquerra dels seracs, en comptes d'anar directe al cim.

I ara el gran gendarme que pugem, perquè sembla més segur que vorejar-lo per la riba dreta, com està indicat a la meua guia, que és particularment tècnic però per sort equipat amb cordes fixes.

Al llarg de l'aresta de neu ben fornida de cornises, em dic que les dificultats s'han acabat, però això era sense comptar amb la part rocallosa terminal, que ens ha donat llana per cardar! Però quina recompensa arribar al cim! El Matterhorn a la dreta, amb la Dent Blanche i la Dent d'Hérens i a l'esquerra el Rimpfischhorn, le Stralhorn, el Taschhorn i el Dom.

La baixada ens permet descobrir un nou itinerari i un nou vessant d'aquesta muntanya magnífica. La baixada per l'Arbengrat comença per un corredor W abans de tornar al fil de l'aresta. La baixada es fa per una roca magnífica i es tracta d'uns quants ràpels, rarament els uns a continuació dels altres, el que implica un bon sentit de l'itinerari i maniobres de corda complexes. Continuo concentrada per

trobar el famós corredor S que ens permetrà baixar a l'Arbenbiwak (3224m), la meva taula de salvació. La baixada és francament llarga, i sento que l'esgotament s'apodera de mi. Quan veig el famós petit pal de fusta i les pedres taronges, vermelles i verdes, marcant el principi d'aquest corredor S, sento revenir les forces que em permetran arribar al famós petit bivac, uns 600m més avall. Això serà sense comptar amb les dificultats psicològiques que ens esperen en aquest corredor... Les pedres roden sota els nostres peus, fent-nos lliscar, i cap pedra no s'aguanta al seu lloc! La muntanya s'esfondrarà sobre nosaltres, es diria!

Arribats al bivac, m'aprofito de la manca d'atenció del meu company de cordada per fer una petita migdiada de mitja hora. Mitja horeta de son reparadora que em permetrà aguantar la molt llarga distància que em separa encara de Zermatt... Encara 1600m de desnivell repartits en 11km. Però quina alegria descobrir una nova

vall, caminant ara per senders ben marcos sobre el fil de morrenes, i al mig de prats i boscos, al llarg de petits llacs i cascades, davant nostre només, la cara N del Matterhorn, i just darrera nostre, la cara S de l'Obergabelhorn. Relaxar-se d'aquesta ascensió tècnica, sostinguda, llarga, difícil i vertiginosa mentre el sol es pon dolçament, dóna una veritable sensació de plenitud. Una mica més abaix, descobrim, fins i tot, un petit poblet ben bonic, arrecerat al cor dels prats, en absolut abandonat, malgrat que cap carretera hi puja i que una hora de camí el separa de Zermatt: Zmutt (1936m).

Arribem a Zermatt esgotats i afamats, just a la caiguda de la nit, contrast tranquil·litzant de la solitud que ens embolcallava fins aquest moment, amb la vida i l'ambient festiu d'aquest poble.

Prenem el tren per retrobar la Betty- Sue que ens portarà finalment a casa nostra. Ouf!

Laure Gurcel



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

Carrer Ferran, 39
08002 BARCELONA

 **Telèfon i fax**
93 302 38 98

dm 2	junta	Reunió
dc 3	muntanya	Iniciació al senderisme. Cloenda
ds 6-8	caiac	Pantà de El Grado
dc 10	SEM	Reunió, 20,30 h
dc 10	muntanya	Reunió de Treku (de 30 a 45 anys), 20 h
dc 10	cultura	Exposició de Mucha. Caixaforum. 17,45 h
ds 13-14	infantil juvenil	Sortida de Nadal
dg 14	muntanya	Senderisme: Matagalls
dg 14	muntanya	Guilleries, grup Treku
dv 19	AEC	Sopar de Nadal
ds 20	cultura	Per a nens i nenes de 6 a 12 anys. De 10 a 14 h. Projecció Everest. Rocòdrom. Taller de castellers (Castellers de Sagrada Família)
ds 27-30	Glacera	Curs d'alpinisme nivell I. Ull de Ter
ds 27-30	muntanya	Penyagolosa i Serra d'Irta (Castelló)

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

Problemes, dubtes, consultes...

TRUCA'NS

Tel.: 93 319 06 72

Pino i Cata

De franc per a tots els socis de l'AEC

dm 13	junta	Reunió
ds 31	muntanya	Senderisme: de Montserrat a Núria. 1ª jornada: Montserrat-Sant Vicenç de Castellet

Totes les activitats les trobaràs més detallades a: www.aec.cat

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

Programa 2009

DE MONTSERRAT A NÚRIA

Gener: dissabte 31

de Montserrat a Sant Vicenç de Castellet, 16 Km.

Visitarem Manresa

Febrer: dissabte 28

de Pont de Vilomara a Cabrianes, 15 Km.

Visitarem Sant Benet de Bages

Març: dissabte 28

de Sant Pau de Pinòs a Sagàs, 18 Km.

Visitarem una fàbrica tèxtil i la casa del burgès

Abril: dissabte 25

de Sagàs a Borredà, 16 Km.

Visitarem el Monestir de Santa Maria de Lluçà

Maig: dissabte 30

de Del Cobert de Puigcercós a Sant Jaume de Frontanyà.

Visitarem Sant Jaume de Frontanyà

Setembre: dissabte 19

de Sant Jaume de Frontanyà a Les Llosses, 13 Km.

Visitarem una granja on fan formatges i iogurts

Octubre: dissabte 24

de Les Llosses a Ripoll, 12 Km.

Agafarem bolets. Visitarem Ripoll o Gombrèn

Novembre: dissabte 21

de Queralbs a Núria

S'obra una línia de treball

EQUIP DE RECERQUES ESPELEOLÒGIQUES

*El passat dia 16 de novembre es va realitzar la **Sortida de Portes Obertes** a la Fou de Bor (Cerdanya).*

L'objectiu de la sortida era donar la possibilitat de fer un tastet a tothom que volgués conèixer l'espeleologia.



Hi varen participar onze no socis, dos socis i nou membres de l'ERE, en total 22 persones. Es varen fer dos equips d'onze espeleòlegs. Mentre un grup explorava la galeria superior, l'altre explorava la galeria Badalona. Després vàrem canviar de galeria, de forma que els dos grups varen fer les dues exploracions.

A causa de les pluges dels darrers dies, la cavitat estava força enfangada, i els dos sifons, molt plens d'aigua. Després de posar-nos "decents" vàrem anar a dinar al xalet de la UEC a La Molina.

Com a cloenda de la jornada, en la que **el bon ambient va estar present en tot moment**, es va agrair als participant la seva confiança en

l'equip, i es va informar de la continuïtat d'activitats divulgatives.

En aquest sentit es preveu, a partir de gener, **organitzar unes sortides d'iniciació**, per a que aquells que ho desitgin es puguin anar introduint en l'espeleologia, i integrar-se a l'ERE de l'AEC.

La valoració de **l'activitat ha estat molt positiva**. Això ens obra una línia de treball, que de ben segur aportarà un nou impuls a la secció, i en darrer terme, a l'Agrupació.

Des d'aquestes ratlles, **volem fer una crida a tots aquells socis que sentin interès en aquesta activitat**, ens ho facin saber, i els mantindrem informats.

(espeleo.ere.aec@gmail.com)

Excursió al Balandrau (2.585 m)

Ripollès

Resum

Interessant excursió, amb fort desnivell, a un del cims més característics de la valls del Freser i del riu Ter, feta per un dels indrets, la seva llarga carena Sud-oest, que permet gaudir de grans vistes sobre aquestes dues valls i la de la Coma de Vaca.



El cim és el més meridional i d'importància per la seva alçada, d'una llarga serralada que es despenja de la carena principal pirinenca a l'alçada del cim del Bastiments, passa pel Gra de Fajol, el Pastuira i mort, després de passar pel Balandrau, al cim del Cerverís.

L'itinerari és molt recomanable, passa per llocs solitaris i agradables i és difícil trobar-hi gent, malgrat que el cim és molt visitat. L'excursió no té cap mena de dificultat, és senzilla, encara

que té algun tros de dura pujada, i no hem d'oblidar la varietat de vegetació i la possibilitat de veure algun que altre ramat d'isards. Si hi ha boira, cal tornar enrera ràpidament o no sortir, doncs el terreny és molt perdedor.

ACCÉS PER CARRETERA

Amb automòbil ens hem de dirigir fins a Ripoll i Ribes de Freser. Des d'aquí hem d'anar cap a Queralbs i 1/2 Km. abans d'arribar-hi, en un revolt de 180 graus que fa la carretera

cap a l'esquerra, hi ha un trencant a la dreta que du als pobles de Fustanyà i El Serrat. Hem de fer els 4 Km. que hi ha fins arribar a El Serrat i a l'entrada de la vila deixarem el vehicle en una petita plaça amb una font.

RECORREGUT

En resum el nostre recorregut s'enfila des del poble cap a una carena que en direcció NE ens porta fins el cim. A les parts baixes prop del poble, trobarem prats, més amunt bosc de pi negre i a partir de 1.900 metres prats i rocs.

Les referències més importants i horaris sense comptar parades són:

0 minuts.- Aparcament (1340 m) Ens endinsem al poble i agafem el primer carrer a la nostra esquerra anomenat del Calvari. Deixem un carreró i una font, ambdós a la dreta, i arribem a una cruïlla amb tres carrers. El de l'esquerra fa lleugera baixada, el de la dreta forta pujada i el del mig, per on seguirem, lleugera pujada. Seguim aquest darrer carrer, que aviat esdevé camí, en direcció ponent i flanquejats per mur de pedra seca que delimiten camps de conreu. Hi ha restes d'empedrat fins que el camí fa un gir de 180 graus. Just després del gir del camí aquest arriba a un trencant.

10-12 minuts.- Trencall (1430 m.) Un camí gira a la dreta en lleugera pujada, l'altre segueix de dret i pla. Fem uns 30 metres d'aquest darrer camí per tal de

situar-nos en un petit torrent que agafarem girant a l'esquerra i en pujada. La direcció és nord i entrarem i sortirem del torrent per tal d'estalviar-nos mates d'argelagues, gòdua, esbarzers i ortigues. Més amunt aquest torrent es desdibuixa just al arribar als primers pins i nosaltres decantarem una mica a la dreta, seguint una paret de pedra seca, fins trobar-nos una cleda que dona pas a una llarga tanca de filferro i fil espinós.

30 minuts.- Cleda (1540 m) Per aquesta rudimentària porta travessem la tanca i prenem direcció NNE. Fem uns 50 metres i decanem altre cop a la dreta per travessar un prat en diagonal i evitar-nos passar pel mig del bosc. Uns 200 metres després no ens queda més remei que introduir-nos en el bosc seguint un corriol i alguna fita. El corriol gira a l'esquerra, després puja de dret i surt del bosc en un ampli pla anomenat d'Escuiria. Aquí hi ha fites que ens duent a una pista.

45 minuts.- Pista apta per vehicles (1655 m) La travessem i a la nostre dreta veiem un antic senyal de prohibit el pas que barra també un altre antiga pista, ara molt malmesa, que porta a una antiga mina. Seguim aquesta pista, passem uns munts de terra i pedra de la mina i quan aquesta pista gira 90 graus a l'esquerra, la deixem per endinsar-nos i travessar en pujada un bosc. Si decanem una mica a la dreta trobarem un corriol que més amunt recupera la

vertical d'on érem ja a l'alçada d'una nova pista.

1 hora.- Nova pista. (1655 m) Planera i estreta. L'hem de travessar i es recomanable fer-ho en un lloc on hi ha fites que assenyalen el començament d'un reguerol producte de la baixada de troncs d'una antiga tala d'arbres. Pugem en direcció NE. pel bosc no gaire espès. Més amunt trobem un tros amb arbres caiguts i tot seguit sortim del bosc.

1 hora i 25 minuts.- Final del bosc (1945 m) Des d'aquí ja veiem tot el nostre recorregut per la carena. La seguim per herba de prat, ara en lleugera pujada i a la guait de veure lsards. Ens aplorem a una pala més dreta.

1 hora i 40 minuts.- Peu d'una pala. (2110 m) De la nostre dreta surten diversos corriols fets pel bestiar, havent-hi un de molt més marcat que du a la font i coll de la Canya, ja a la carena veïna de la nostre dreta. Seguim la nostre carena en forta pujada i sense treva per tal de guanyar alçada i anar superant, per la dreta, 4 bonys de pedra de la pròpia carena. La vegetació en aquest tram està composta d'herba de prat, bruguerola i algun pi sense alçada, rabassut i cremat pel vent.

2 hores.- Petit coll (2240 m) En realitat és un petit replà en la carena. Seguim amunt cap unes pedres anomenades

Roques blanques que superarem per la dreta i tot seguit ja altre cop a la carena, aquesta tomba una mica a la dreta per dur-nos a un pla.

2 hores i 30 minuts.- Replà. (2495m) La carena es torna planera, al fons a l'esquerra veiem el cim i nosaltres traïessem el pla en busca de la carena principal que ens atansarà al pic.

2 hores i 45 minuts.- Cim del Balandrau o Malandrau. (2585 m) Allargassat, amb un vèrtex geodèsic i un monument en forma de llibre. Algun pessebre i unes extraordinàries vistes.

La baixada la farem pel mateix camí. Amb boira es aconsellable oblidar-se de la ressenya i de l'ascensió.

HORARI

Tot el recorregut el farem aproximadament, sense comptar cap parada, en 2 hores i 3/4. La baixada la podem fer en 1 hora i 1/2.

DESNIVELL

El desnivell acumulat de tota l'excursió és de 1.250 metres, tant de pujada com de baixada.

ÈPOCA

Aquesta ruta es pot fer a peu tot l'any, llevat al pic de l'hivern quan la neu és abundosa. Itinerari apte amb

esquís i fins i tot amb raquetes, encara que no gaire aconsellable per aquest indret, doncs sortim d'una alçada relativament baixa, cara sud i hem de travessar un empipador bosc. És millor la ruta per Tegurà. Recomanem fer l'excursió a la primavera o a la tardor. A l'estiu et pots ofegar de calor.

PUNTS D'INTERÉS

En el recorregut val la pena estar a la guait dels isards, se'n poden veure en ramats. El senglar i la guineu són habitants habituals d'aquestes terres, encara que difícilment visibles. El voltor es pot veure pel cel.

Des del cim podem admirar davant mateix, cap al sud, tota la vall de Ribes i més enllà diverses serralades, com les de Serra Cavallera, Taga, Bassegoda, Puigsacalm, Montseny o Montserrat. El Cerverí està decantant a l'esquerra i seguint la carena que baixa del cim.

A ponent distingim als nostres peus pobles com Queralbs o Batet i tots els de la vall de la collada de Tosses. També és fàcil distingir serralades com els Rasos de Peguera, Puigllença o Cadí. Cap el nord, en sota, veiem el traçat del cremallera de Núria i per sobre les muntanyes d'aquest Santuari des del Puigmal fins al Bastiments. Acabant la volta cap a llevant veurem, entre d'altres, el Canigó i els poblets de la Vall de Setcases.

CLIMA I VEGETACIÓ

La vegetació és alpina a les parts altes. A les parts baixes hi dominen els pins i els prats, a les parts altes, la vegetació és minsa, composta de matolls i herba de prat. A primavera trobarem per tot el recorregut flors de muntanya.

El clima a les parts baixes és fred a l'hivern i la calor angoixant a l'estiu. A les parts altes a l'hivern i primavera les nevades son constants. En dies de tempesta sol bufar el vent de nord anomenat torb, molt fort i glaçat. La neu a dalt aguanta fins a primers de Maig i a l'estiu es desenvolupen fortes tempestes.

EQUIPAMENT

Motxilla, gorra o barret, ulleres i crema solar tot l'any. A l'hivern cal dur roba d'abric. També cal dur preventivament roba protectora del vent en tota època. L'excursió sense neu, es pot fer amb calçat tou. També recomanem dur una màquina de retratar i uns binocles

En el recorregut no trobarem cap font, per això recomanem dur aigua en abundància.

Socis 1715, 1716 i 1717

“Memorial Sir Edmund Hillary”

La història de l'Everset (V)

1975–1980

Protagonistes: Junko Tabei, Reinhold Messner, Peter Habeler i Manuel Martín Zabaleta.



Reinhold Messner

El 16 de maig de 1975 la japonesa Junko Tabei es converteix en la primera dona en trepitjar el cim de l'Everest completant l'escalada pel vessant Sud.

Una desena de dies abans de la seva històrica ascensió, Tabei va haver de ser rescatada després de ser atrapada per una allau. Un peu que sobresortia sobre la capa de neu que va cobrir l'alpinista, va facilitar que el sherpa Ang Tsering la localitzés, la desenterrés i li salvés la vida.

Dotze dies més tard, de la primera ascensió femenina, una tibetana, Phantog, va assolir la segona ascensió, recorrent la ruta de la cara Nord (Tibet).

En el transcurs de l'expedició xinesa es va col·locar un trípode metàl·lic al cim.

Si l'ascensió femenina va marcar una fita a la història de la muntanya, el italo-austriac Reinhold Messner i l'austriac Peter Habeler es van convertir en els protagonistes al completar l'ascensió sense l'ús d'oxigen embotellat (O₂), una fita que fins a llavors ningú no s'havia atrevit d'intentar.

L'assoliment de Messner i Habeler va obrir una polèmica que avui encara dura sobre l'ús d'O₂ embotellat.

El 13 de maig de 1979 Andrej Stremfelj i Jerney Zaplotnik completen, amb una expedició iugoslava, una nova ruta que transcorre per l'Aresta Oest, escalada que van repetir, dos dies més tard els seus companys: Stane Belak-Srauf, Stipe Bozic i Ang Phu, sherpa.

No obstant això el més difícil encara no havia arribat. El 20 d'agost de 1980, novament Reinhold Messner, es converteix en el protagonista en as-



cendir en solitari absolut, no hi havia ningú més a la muntanya, sense O₂ embotellat i sense contacte, per la ruta de la cara Nord.

Mesos abans, el 14 de maig, el basc Martín Zabaleta Larburu (Hernani, 1949) es va convertir en el primer espanyol en coronar el cim de l'Everest quan va assolir el cim en companyia del sherpa Pasang Temba. Zabaleta i Temba, que van realitzar l'ascensió amb l'ús d'oxigen comple-

mentari, van ser els únics membres de l'expedició basca a l'Everest en assolir fer el cim, ascendint per la cara Sud.

El muntanyenc basc va recollir en el cim el rosari que el Papa havia obsequiat a una expedició polonesa i que aquesta hi va deixar. Zabaleta va regalar el rosari a la seva mare.

El descens de la cordada basca va ser difícil. Se'ls van esgotar les ampolles d'oxigen i es van veure davant la necessitat d'improvisar un bivac en una esquerra, van patir també diverses caigudes durant el descens.

La polèmica va perseguir durant molt de temps l'ascensió, ja que quan Zabaleta va trepitjar el cim, va plantar al costat de la bandera nepalesa, una ikurriña, en la que també hi figuraven un símbol antinuclear i la destrà i la serp de l'anagrama d'ETA.

Els mitjans de comunicació espanyols van anunciar als quatre vents que l'Everset ja tenia color espanyol. Posteriorment, en publicar-se les fotos on s'hi veien els símbols, va esclatar la polèmica.

Manuel Cabanillas



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.

Altres projectes complerts

Octubre 2008



Estimat amic !!!!

T'escric aquestes quatre ratlles per fer-te avinent de l'última activitat que he realitzat i de la qual voldria fer-te'n partícip.

Com ja saps, de les activitats pensades per portar a terme en el transcurs del Campament Social de l'AEC, el diumenge dia 12 estaven programades sortides de muntanya, espeleologia i bicicleta de muntanya, amés de la gimcana organitzada, el dia abans, pel grup infantil-juvenil de l'Entitat.

Com que la meua predisposició no es decantava per cap d'elles, per diferents motius, i pensant aleshores, en la sortida prevista per fer amb en Pere Mancilla la setmana següent, de característiques quilomètriques especials, vam aprofitar la ubicació del Campament Social per assolir La Collada de Toses i posar-nos una mica més en forma i di-

versificar també les activitats del campament, afegint així una nova activitat a les previstes i donar a la vegada més ambient al Campament Social.

T'haig de dir, estimat amic, que tot just assolit l'objectiu de la Collada i després d'encaixar amb el meu amic de ruta, en Pere, el primer pensament va ser per tu, agraïnt molt la teua amistat.

En els 25 km d'ascensió des de Ribes de Freser, vaig estar fent un repàs cronològic i mental de la meua iniciació i progressió en el món de la bicicleta, primer de carretera i després, també, amb la de muntanya.

Em van venir, quasi de forma real, les imatges de la meua primera experiència quan tu vas engrescar-me a sortir a la carretera. Vaig aconseguir una bicicleta, que com s'anomena en el argot ciclista, "un ferro", amb un plat i quatre pinyons.

Amb tota la il·lusió del món, vaig preparar els estris per la sortida, barreja de material de muntanya amb alguna peça de roba adient, que tu em vas regalar.

L'ascensió a La Conreria va ser molt dura per mi. D'aquelles sortides que un pensa, en algun moment, que serà l'última. Però tu estaves allà. Estaves davant marcant-me el ritme, també al costat o al darrera donant-me recolza-

ment i ànim, i amb una escalfor sincera que m'empenyia a seguir endavant. T'agraeixo de tot cor el teu esforç engrescador d'aquell dia, doncs gràcies a ell, i després de fer una pila de sortides plegats, aprenent sempre de tu, he assolit un dels ports que tanta il·lusió em feia coronar-lo.

Tot el goig que vaig sentir i que tu entens perfectament doncs es un terreny molt conegut per tu, va haver de quedar enrera i tocar de "peus a terra", posant els cinc sentits en el descens, ja que

la pluja va ser la companya del viatge. Tan en Pere com jo vam dibuixar amb compàs cada un dels revolts, i poder assegurar la nostre integritat física.

Estimat amic... espero i desitjo, que la vida ens retrobi novament per poder gaudir plenament de la nostra amistat, assolint els projectes engrescadors que sempre has elaborat amb la il·lusió que t'ha caracteritzat, per portar-los a bon port.

Rep una forta abraçada del teu amic.

Albert Sambola

L'obra d'Alphonse Mucha

SEDUCCIÓ, MODERNITAT I UTOPIA

10 de desembre

Alphonse Mucha (1860-1939) fou un dels artistes més coneguts del seu temps. Creador i difusor de l'estil Art Nouveau, pioner en l'aplicació de l'art en la publicitat i un dels pares del disseny gràfic modern. Els seus cartells i les seves pintures van causar admiració a París i en van sorgir imitadors arreu del món. L'art de **Mucha** aspira a la bellesa. Les seves acurades composicions posen en joc elements teatrals i al·legòrics, i crean una atmosfera de misteri propera a la poètica simbolista.

Els interessats en veure aquesta magnífica exposició, podem reunir-nos al vestíbul de **CaixaForum**, Av. Marquès de Comillas, 6-8 (Montjuïc), el dimecres 10 de desembre a 3/4 de 6 de la tarda, per efectuar una visita comentada.

(Activitat gratuïta)



HORITZÓ

Sembla que no ha de ser dolent
que quan arribi el moment
puguís volar sense pes
per deixar el cos a la terra,
i trobar espai suficient
entre els molts milions d'estrelles,
aconseguint la pau entre elles
que a la terra no hem viscut.

Desprenguem-nos del que ens sobra,
amb el just és suficient.

Pensem que de misèria i de gana
és del que avui mor més gent.

El món sempre estarà en guerra,
segurament és l'infern,
i no hi hauria misèria
si no fos perquè l'enveja
fa que es baralli la gent.

Qui té l'ànima morta
és aquell que viu per a ell,
faltant-li els bons sentiments
que omplen de goig l'existència.
Però a aquell que busca la pau
i lluita per aconseguir-la,
és just que li arribi el dia
que la trobi lluny d'aquí,
trobant l'esperit del que estima
fent tots el mateix camí.

Moltes coses invisibles
mantindrem fora del cos:
La il·lusió, molta alegria,
pensaments i molt d'amor.

Per això, sembla que no ha de ser dolent
que quan arribi el moment
puguem volar sense pes
per deixar el cos a la terra,
i trobar espai suficient
entre els molts milions d'estrelles,
aconseguint la pau entre elles
que a la terra no hem tingut.

Altes del mes de novembre

Guzmán Marzo Arpón	Laura Blanco Blanes	Judith Ferres Soler
Rosa Soriano i Belmonte	Rosa M. Miller Alcon	Joan Ferres Forga
Teresa Samà Pujolar	Maria Espinosa Romero	M. Isabel Mojica Villanueva
Caterina Díaz Rubio	Ricard Xifré i Clavel	Conxita Fernàndez Rubio
Àlex Blanco Guinot	Arnau Xifré i Gomis	Josep Zarza Laque
Mercè Blanes Adelantado	Ivan Ferres Soler	Antonia Farran Rodríguez
Àngel Blanco Blanes		

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

Sopar de Nadal

Com cada any farem el sopar de Nadal a l'Agrupació per celebrar les festes
i dessitjar-nos un Fel·liç Any.

Així doncs, us esperem el dia **19 de desembre a 2/4 de 9 del vespre.**

El menú serà:

Copeta de benvinguda amb el nostre cava

Meló amb pernil

Pollastre amb panses i pinyons

Flamet de pinya amb acompanyament

Torrans, neules

Pa, begudes, cava i cafè

Com ja és tradició hi haurà un regalet per a tothom, algun sorteig, i...
vindrà aquest any el Pare Noël???

El preu és de 20 €/persona. Agraïrem que ingresseu abans del 11 de desembre,
indicant **NOM I SOPAR DE NADAL** al número de compte:

2100 - 3282 - 66 - 2200054492

o, si us és més fàcil, podeu fer-ho en efectiu a secretaria.

Ja us podeu apuntar al tauler d'anuncis on ja hi ha una bona llista d'assistents,
us hi esperem!!!

Sopar nepalès-tibetà

Es posa a la venda objectes: banderoles, cavalls de vent, pulseres...

FEEC

Ja podeu tramitar les targes de la Federació per l'any 2009

Calendari 2009

Estem recollint fotos per cada mes. Que siguin tamany de 20x30 cm, més o
menys, horitzontals preferentment, i a alta resolució, on es vegi una activitat
pròpia d'excursionisme. La quantitat de còpies es farà segons comanda.

Caïc, participants a la Copa Catalana



Caïc. Descens de l'Ebre des de Miravet



Cava

Resten a l'Agrupació algunes caixes de cava del centenari de l'any passat.

Loteria de nadal 13.927

Les butlletes a la venda a secretaria a 3€ (2,4 € de participació)

Estació metereològica Everest

Existeix una pàgina web italiana en la que es poden veure les dades captades per l'estació metereològica més alta del món, a l'Everest:

<http://share-everest.org/cms/>

També hi ha fotos, videos...

aquesta web et sorprendrà

www.balmat.com hem trencat esquemes

Per el material per a esports de muntanya i aventura, totes les estacions d'esquí d'Europa, altímetre de 12.000 muntanyes, contenen de fotografies, eines, revistes. Cerca als límits companyies de viatge per a escalador, l'expedició, sobre el cap de setmana... a www.balmat.com

24 HORES

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

1	MODA RONA TÈCNICA Gran Via C.C., 531 08011 Barcelona Tel. 934 548 309	2	ESQUÍ I TEMPS LLIURE Gran Via C.C., 577 08011 Barcelona Tel. 934 548 309	3	ACAMPADA Carre d'Ugèl, 72 08011 Barcelona Tel. 934 548 309	4	MUNTANYA TÈCNICA Carre d'Ugèl, 76 08011 Barcelona Tel. 934 548 309
----------	---	----------	--	----------	--	----------	--



AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

Padilla, 255-263, primera planta

08013 Barcelona
e-mail: aec@aec.cat

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

PUBLICACIÓ
PERIÒDICA



Amb la col·laboració de:



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