



1912

butlletí informatiu
juliol-agost 2010

IX Zegama-Aizkorri Mendiko Maratoia (Eduard García a primer pla)

**Agrupació
Excursionista
“Catalunya”**

Pujant al Cap de Vaspes Roies (foto: Eduard / Rosa M.)



Pujant al Pic de l'Àliga (foto: Antonio Molina)



SOMIAR EN ALTRES FITES

*Amb l'arribada del període de vacances,
especialment durant el mes d'agost,
en el qual la nostra entitat romandrà tancada,
la difusió de l'Agrupació queda en mans dels socis.*

Durant els dos pròxims mesos i, més que mai, ens correspon difondre als quatre vents, no només la nostra entitat, sinó la celebració del 100tenari.

Com fer-ho?, al costat de la difusió verbal, sempre molt positiva, valdria la pena afegir el nostre escut al pit i a la motxilla, a secretaria n'hi ha.

Segur que a més d'un, al veure'l l'interessarà saber a qui pertany i això ens donarà l'oportunitat de donar-nos a conèixer i sembrar, de cara al 100tenari, cap al qual ja hem començat a caminar.

No obstant això, l'esforç no l'hem de limitar a aquestes dates, i si agafem el costum de difondre la nostra AGRUPA ens serà molt més fàcil no

oblidar-nos de fer-ho.

Hem de mostrar el nostre orgull de caminar cap a un centenari després d'haver superat dures etapes i haver-nos situat, en el que podem denominar "top team" de les entitats catalanes, en un últim tram en el qual hem alleugerit el pas cremant etapes amb major rapidesa a l'acostumada.

Més de mig miler de consocis i l'assentament al barri, ho confirmen. Això no són somnis és una realitat palpable tot i que, seguirem somiant amb altres fites.

Més de mig miler de consocis i l'assentament al barri confirmen la bona marxa

Í N D E X

3 EDITORIAL: Somiar en altres fites.

4 MUNTANYA: L'Agrupació a la copa del món d'skyrunning (IX Zegama Aizkorri Mendi Maratoia)

10 S.E.M.: Balanç i reflexió sobre la temporada

12 CULTURA: Sortida herbes remeieres

AGENDA D'ACTIVITATS:

14 Cotlliure; Aneto; Perpinyà

15 Tibidabo-Besòs; Conèixer els ocells

16 Calendari JULIOL

17 Calendari AGOST i SETEMBRE;

Sopar Senderisme

18 Gra de Fajol; Senderisme 2010-2011

19 Stage d'escalada a Dolomites

20 Cloenda Montserrat-Núria

22 CULTURA: Flama del Canigó

23 S.I.J.: Anem Creixent

24 COMPARTINT: 50 anys a l'agrupació

26 MUNTANYA: Roca Corbatera

30 A.E.C.: Diversos

42 quilòmetres de distància i
5.472 metres de desnivell acumulat

L'AGRUPA A LA COPA DEL MÓN D'SKYRUNNING

Amb aquest escrit voldria reivindicar les curses de muntanya, o simplement, el córrer per muntanya, com una forma més d'entendre l'excursionisme, igual de vàlida que totes les altres, entre elles l'excursionisme més tradicional. Sovint he copsat certa incomprensió en certs sectors del món excursionista: que som uns competitius, que ni mirem el paisatge, que molestem, que es perd el romanticisme, que volem lluir...

Entenc que a algú que vagi a muntanya a buscar tranquil·litat tingui la "mala sort" de trobar-se que justament aquell dia hi ha una cursa de muntanya i li pugui molestar trobar-se 500 corredors o més en el seu camí, però és només un dia a l'any, i entenc que hi ha d'haver espai per a tots i tolerància per totes les maneres d'entendre la muntanya.

Personalment, quan corro tinc una sensació de llibertat i satisfacció comparable amb la d'aquell que escala o la de l'altre que puja xino-xano al Bastiments, i puc assegurar que gaudeixo molt de l'entorn. I totes són formes vàlides mentre siguin respectuoses amb els altres i amb el medi. La competició només la fem contra nosaltres mateixos, amb esportivitat, contra el repte de superar-se a un mateix, de trobar els seus propis límits... com aquell que escala un vuit mil.

IX Zegama AIZKORRI MENDI MARATOIA



El dissabte el poble de Zegama es lleva plujós, com tota la setmana anterior, i amb la serra de l'Aizkorri coberta pels núvols. Quan, durant estones, els ruixats i els núvols es retiren i deixen veure la cresta de la serra, el panorama no és pas més encoratjador: una manta de neu cobreix tota la cresta. Amb aquest panorama els corredors ens preguntem si l'organització mantindrà el circuit sense introduir-hi modificacions.

La marató de muntanya Zegama-Aizkorri des de fa anys és tot un referent de les curses de muntanya a nivell internacional. Es tracta d'una marató molt tècnica, que discorre per corriols,

prats, boscos, pistes i crestes de muntanya entre uns paratges de gran bellesa, tot ascendint a quatre dels cims més alts del País Basc: Aratz, Aizkorri, Aketegi i Aitxuri.

La duresa del terreny, els 42 quilòmetres de distància i els 5472 metres de desnivell acumulat la converteixen en una prova extraordinàriament dura, enguany puntuable per la Copa del Món d'Skyrunning.

Córrer aquesta cursa és un privilegi, un regal per a qualsevol corredor de muntanya. Limitada a només 450 participants, la meitat de dorsals s'atorguen als millors corredors i l'altra meitat funciona per sorteig. En la present edició hi va haver més de 1500 sol·licituds d'inscripció, i jo vaig ser un dels afortunats que van aconseguir dorsal.

Durant el cap de setmana de la cursa la vil·la de Zegama es transforma. Es respira ambient de cursa pertot arreu. El dia assenya-

Arriba al cor, quan estàs patint de debò físicament però sobretot mental, que la gent t'animi pel teu nom.

pàgines el llistat de dorsals amb noms i cognoms, i arriba al cor, quan

estàs patint de debò físicament però sobretot mental, que la gent t'animi pel teu nom. No és doncs d'estranyar que molts corredors passin la recta de meta amb llàgrimes als ulls, contents per haver superat el repte personal però també superats per tanta calidesa. Pels esports de muntanya, el País Basc és una altra història. Tot i que em sap greu dir-ho, és com si la gent apreciés

molt més que aquí tant l'esport de les curses de muntanya en sí com l'esforç i el sacrifici que fem els participants.

Però tornem al dissabte. A la tarda ens reparteixen els dorsals i es fa una reunió informativa on s'explica el recorregut,

alguns aspectes del reglament i –el que tots estem esperant– se'ns diu la previsió del temps pel dia següent i les condicions del terreny. Les notícies no són gaire esperançadores: tot i que es preveu un bon dia, estem a les portes del que serà l'edició més dura de la Zegama-Aizkorri, pel fred, la gran quantitat de fang i la neu, però tan sols hi haurà un petit tram força aeri que serà modificat per la seguretat dels corredors.

No és doncs d'estranyar que molts corredors passin la recta de meta amb llàgrimes als ulls, contents per haver superat el repte personal però també superats per tanta calidesa.

Però no hi ha mala notícia que el caliu d'un bar d'Euskadi no sàpiga compensar, i allà anem el vespre amb els amics que m'han vingut a acompanyar i animar: la Maria, el Pere i l'Aniol. Els deixo després de la segona cervesa per anar a dormir. Ells encara allargaran força la nit.



Arriba el gran dia, pel que m'he estat entrenant els darrers mesos. El nerviosisme és evident entre els corredors però també la companyonia. Dins de la zona d'escalfament ens movem per entrar en calor mentre cau un lleu xiri-miri, i això que anava a fer sol.

Ens criden per posar-nos a la sortida. Em despisto i quedo a la cua del grup. No importa, tindrè moltes hores per avançar corredors, si puc. Les campanes de Zegama anuncien el tret de sortida. "Ara va de debò" diu un. I té raó. Trigo uns 20 segons en creuar la línia de sortida i no puc posar-me a córrer fins que l'he ultrapassat. Una volta pel poble de Zegama serveix per estirar el grup, ja que la sortida del poble és per una pista estreta i molt dre-

ta, on costa guanyar-se un espai. Me n'adono de seguida que he sortit molt enrere, ja que no paro d'avançar corredors. El fort pendent fa que calgui caminar en alguns trams, en comptes de córrer. L'aigua i el fang fan que calgui afegir un extra de força per evitar rellicades.

De seguida deixem Zegama a baix i enrere. La cursa discorre per corriols careners que menen a Bidarte, entre boscos de faigs i pins. A sota la plana de Zegama i davant la serra de l'Aizkorri amenaçant, tapada per un nuvolot. El grup es va estirant. Cadascú adopta el ritme necessari per aguantar tots els quilòmetres que queden al davant. La baixada a Otzaurte és una rampa de fang que ens obliga a fer patinatge i de seguida tenim les cames i el cul absolutament marrons.

Havia una gentada impressionant animant, comencen les primeres rampes dures de debò pel mig d'un bosc, que ens obliguen a caminar recolzant les mans en els nostres malucs o genolls. Després vindrà una baixada per un

La baixada a Otzaurte és una rampa de fang que ens obliga a fer patinatge i de seguida tenim les cames i el cul absolutament marrons.

prat molt pendent on no podré evitar caure de cul tres cops. Realment les

vambes que porto no són les més adequades per aquest tipus de terreny, tot i que m'han funcionat molt bé en curses de muntanya fins ara. Aquí cal un tac molt més agressiu.

Tot i que no el veiem per la boira, l'impressionant cim de l'Aratz se'ns posa al davant. L'ascensió, d'uns 700 metres de desnivell seguits, és molt dura, però alhora molt maca. Ens movem ràpid entre un bosc de faigs amb

relleu càrstic. El sòl pedregós i els capricis de la roca ens obliguen a mantenir l'atenció per no doblegar-nos els turmells. Superem l'estrat del bosc i sortim als prats rocallosos. Quan tot just comencem a trepitjar neu el cel s'obre i ens ofereix un panorama d'una gran bellesa. La cresta fins a

l'Aitxuri i les valls sota nostre, tot d'una verdor insultant.

Fem cim, i a la baixada començo a notar el que serà la meva creu durant tota la cursa: principi de rampes. Me'n faig creus perquè només som al quilòmetre 15, vaig sobrat de forces i estic ben hidratat i alimentat, però per alguna raó que no entenc, tinc molèsties. Dedueixo que deu ser per l'esforç afegit de mantenir l'equilibri per no caure en terreny relliscós, que ens obliga a fer moviments molt bruscs que tensen els músculs de ma-

neres a les que no estan acostumats. Però no penso llençar la tovallola tan aviat. Li donaré guerra com a mínim a l'Aizkorri.

Faig el descens amb somriures per l'espectacle de les muntanyes que tinc al davant, en aquest parèntesi de bon temps; amb la sensació de llibertat absoluta que em proporciona córrer; amb riures per la vertiginositat de la baixada; amb el neguit per les rampes. Tot alhora. Després del descens, on no he forçat la màquina, arribem a Sancti Espiritu, al quilòmetre 20, on estan esperant-me els meus amics. Pobres, han aguantat el fred i la pluja tot el matí per animar-me. Es mereixen el cel! Els adverteixo de la possibilitat de que plegui, i que estiguin atents al mòbil.



Es 600 metres de desnivell fins a l'Aizkorri discorren també per terreny fangós, després pedregós i finalment innivat. Les condicions a la cresta són duríssimes. Només porto una samarreta tècnica i malles pirates. L'organització ens obliga a portar un paravent amb nosaltres, però no ens obliga a utilitzar-lo. Tot i que fa

L'ascensió al cim de l'Aratz, d'uns 700 metres de desnivell seguits, és molt dura, però alhora molt maca.

vent i un fred horrible, decideixo no posar-me'l. El cim de l'Aizkorri està ple de gent a vessar malgrat tot plegat. Paro un minut, que per mi és molt, a l'avituallament a beure i menjar, i segueixo per la cresta, ara buida de gent. Al meu voltant, només la boira, els rocs i la neu. Els peus molls i congelats. Les mans també, ja que sovint m'he de recolzar en la roca

Avanço lentament ja que una relliscadapodriacostar un braç o una cama trencada tranquil·lament.

i en la neu per no caure. Avanço lentament ja que una relliscada podria costar un braç o una cama trencada tranquil·lament.

Aquí es nota que

estem a una cursa de muntanya de veritat.

En aquests moments tan durs mentalment em recordo de la gent que estimo, i funciona, perquè tot crestejant entre la boira, arribo al cim de l'Aitxuri, on hi ha ben poca gent. I un dels senyors que hi són, em diu:

“¿Vas cansao o qué?”.

“Tengo rampas”, li dic.

“Venga ya! No te creo”, em respon.

“Pues créeme... créeme...uff!”.

No encerto a dir-li una altra cosa.

El descens a Arbelar és dantesc. Un tobogan de gel sobre l'herba aixafada. Aquí caldria baixar amb grampons i piolet i només porto unes sabatilles de muntanya. Així que decideixo que el temps és el que menys m'importa

i prefereixo descendir per la roca, que m'ofereix més seguretat. Alguns baixen de cul, però si es despisten són incapaços de controlar la velocitat i acaben amb les natges fetes puré per les pedres. Altres avancen de relliscada en relliscada. Després de la cursa m'assabentaré que hi va haver un ferit important en aquesta zona que va haver de ser evacuat.

Arribo a Arbelar i al control-avitua-llament em torno a qüestionar si plegar o no. Cada cop que faig un sobreesforç o un gest brusc tinc un principi de rampa a l'abductor o al bessó, i això em fa anar molt lent. Finalment decideixo que encara no he arribat al límit. Puc decidir d'abandonar més endavant.

La cursa travessa ara una zona més plana, de relleu càrstic, entre esquitxos de boscos i prats realment preciosos. Tan sols el mal temps enterboleix el moment. Avanço com puc saltironejant entre les roques, amb la ment ja posada totalment en finalitzar la prova més que en fer

un bon temps. Porto ja 4 hores a les cames i només em queda una pujada important, però el que em fa realment por és com em respondran les cames

Cada cop que faig un sobreesforç o un gest brusc tinc un principi de rampa a l'abductor o al bessó, i això em fa anar molt lent.

a la interminable baixada a Zegama. I pensar que en Killian ja deu haver arribat a Zegama... aquell sí que és un màquina!

En el control de Urbia torno a beure abundantment i m'enduc alguns ganyips per anar fent mentre, darrer sostre de la cursa. Per fortuna aquesta

Per fortuna aquesta darrera pujada (ascendeixo al Andraitz) és més curta i amb menys pendent que les anteriors.

darrera pujada és més curta i amb menys pendent que les anteriors, i a ritme constant però no molt ràpid i entre ànims com "Aúpa Eduard" o "Oso ondo" arribo a dalt, novament entre boira, fred i neu.

Però ja està, tan sols em separen 12 quilòmetres fins la meta, quasi tots de baixada. És qüestió de prendre-s'ho amb calma i anar reservant forces. Espectadors ens adverteixen que el primer tram de la baixada és complicat. Raó tenen, en entrar al bosc ens trobem amb trams amb un bon tou de fang i amb molt de pendent, que ens obliguen de nou a fer patinatge. En alguns moments enfonso els peus de manera que el nivell del fang m'arriba a mig camí entre el turmell i el genoll, increïble. Almenys en aquests trams no rellisco, més aviat em quedo clavats.

Més endavant el camí millora, tot i que baixa aigua per tot arreu i porto els peus completament xops. No

he tornat a tenir problemes amb les rampes. Això em permet augmentar el ritme, deixar anar la força que encara tenia reservada, i els quilòmetres van caient, mentre ja només penso en aguantar el dolor de les articulacions i entrar a la plaça de Zegama. Ara ja sóc conscient de que sí que arribaré i les emocions comencen a córrer pel meu cos.

I, com si de somni fet realitat es tractés, de sobte només queden 2 quilòmetres per arribar. El bosc s'obre i apareix Zegama. Sento el soroll de meta i la remor del públic. Ja res em pot treure d'arribar. La pista es converteix en asfalt, entrem al poble entre els aplaudiments de la gent, que m'arriben com a un reconeixement. Enfilem el darrer carrell ple a vessar de gent animant a crits.

Els meus amics m'esperen al costat de la recta de meta. Tot és tan ràpid que no m'emocionaré fins que no m'abraci amb ells.

Dutxa, comentaris amb altres corredors, satisfacció, estiraments, gastronomia basca... i cap a casa que demà hem de treballar. He gaudit i he patit intensament, i l'any que ve intentaré tornar-hi a ser, espero que amb millors condicions, i intentaré rebaixar la meua marca...

Sento el soroll de meta i la remor del públic. Ja res em pot treure d'arribar.

Eduard García

BALANÇ I REFLEXIONS SOBRE LA TEMPORADA

Aquest any no ens podem pas queixar de manca de neu, ja que n'hem tingut en abundància fins fa ben poc. Com a contrapartida ens hem trobat que per que hi hagi neu... ha de nevar i la llei de Murphy fa que moltes vegades ho hagi fet precisament durant els caps de setmana. No obstant això la temporada ha estat excel·lent.

Pujant al Puigmal (foto: Eduard/Rosa M)



En canvi, del que no estem gaire contents és de la participació en les sortides programades per la Secció. Malgrat que a la reunió d'inici de temporada hi va venir força gent i que es va intentar muntar un calendari amb sortides per a tots els gustos, a l'hora de la veritat, tret d'un parell de casos, el nombre de participants ha estat molt minso.

El resum de les 8 sortides programades es:

- 3 anul·lades per falta de participants
- 1 amb 3 persones
- 2 amb 5 persones
- i només 2 amb força assistents

Hem tingut també problemes amb les vocalies, ja que, per motius diversos, en alguns casos ni els propis vocals podien assistir a la sortida que

tenien assignada.

Tot això, unit al mal temps que en més d'una sortida ens ha impedit de realitzar l'activitat programada, fa que el balanç final de la temporada, pel que fa a l'activitat col·lectiva, no sigui en absolut engrescador.

Ens preguntem què ens està passant. Què ha fet que a l'Agrup, on sempre hi ha hagut una gran afició a l'esquí de muntanya, hàgim passat de participar en totes les curses i rallys i de fer travesses de la categoria de Pics d'Europa i Pirineus, a que ni tan sols sigui possible mantenir un calendari de sortides?

Sabem que de tot això ja fa molts anys i que potser hi ha un buit ge-

neracional, però estem segurs de que individualment forces socis hauran fet esquí de muntanya, cadascú al seu nivell. Que passa doncs que no som capaços de sortir plegats?

De què serveix muntar un calendari de sortides i vocals si a l'hora de la veritat "cualquier parecido con la realidad es pura coincidencia"?

És que potser les sortides programades són massa fàcils per uns i massa difícils pels altres? És que es programen massa sortides col·lectives? És tot plegat una mica de falta d'interès i/o mandra?

Ja veieu que ens fem un munt de preguntes, però la veritat és que no sabem què pensar. Per això us animen a reflexionar sobre el tema i sobre tot a que ens feu arribar la vostra opinió quan es faci la reunió preparatòria de la propera temporada a finals de tardor, per aconseguir entre tots trobar respostes i solucions.

Eduard Ruiz i Rosa M Soler
(Vocals de la Secció d'Esquí de Muntanya)

Flanqueig sota Pic Cordier (foto: Eduard/Rosa M)



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

Problemes, dubtes, consultes...

TRUCA'NS

Tel.: 933 190 672

Pino i Cata

De franc per a tots els socis de l'AEC

Un itinerari amb quatre dimensions pel Montsant

SORTIDA D'INTRODUCCIÓ A LES HERBES REMEIERES

Tot va començar i va acabar com estava previst. Era la primera sortida que Rosa Miller exercia com vocal i va quedar clar que té fusta i sobretot ganes de satisfer les expectatives de la seva convocatòria.



foto: Miquel Rico

La sortida al Montsant, amb Ulldemolins com a punt de partida, va tenir més al·licients que els acostumats, a l'esportiu i cultural es va afegir la introducció en el món de les herbes remeieres, de la mà d'un especialista de Reus, en Jordi Figarola.

Van ser més de vint-i-cinc les espècies que varem trobar, bo que va cercar en Jordi, i de les quals ens va fer una fitxa tècnica verbal que, la majoria dels vint i set participants vam intentar assimilar de la millor manera que vàrem poder, uns simplement memoritzant, mentre uns altres ens obstinàrem a recollir una mostra i anotar la seva denominació, per a una vegada a casa ampliar el coneixement i sobretot la seva utilitat curativa o preventiva.

Després de reunir-nos a la Plaça de l'església d'Ulldemolins, conèixer a l'especialista i visitar la fleca de la població tarragonina, vàrem iniciar la jornada de la millor manera que aquesta es pot començar, amb un esmorzar a l'ermita de San Antoni, a uns 3 km de la població del Priorat.

Amb els estómacs força contents Ai visitada l'ermita, un curt desplaçament en vehicle ens va traslladar al lloc previst per a l'inici del recorregut. No havien passat cinc minuts quan ja teníem davant nostre el primer exemplar botànic, fet que es va anar repetint amb assiduitat, Sajolida, Cua de Cavall, Lavanda, Camamilla, Te de roca, Romaní, Ruda, Fonoll, Dent de Lleó, etc...

El paisatge anava metre a metre afegint la seva bellesa i grandiositat en una orquestrada combinació de pedra, aigua, arbres, plantes i flors.

El camí, amb suaus desnivells, ens va anar descobrint racons de la Catalunya vella en la qual el pas dels anys han deixat petjada en les roques, tant les que custodien els senders com les



que, reclinades, s'han deixat esculpir per l'aigua, que aquest any és, gràcies a la proliferació de la pluja, molt abundant.

Cada racó mereixia un reportatge i al llarg de les gairebé cinc hores que va durar l'excursió van ser moltes les vivències i fins i tot, per a alguns l'aventura que va suposar travessar el riu Montsant per un llarg pont penjat que va propiciar alguna que altra cabriola i pilleria dels més avesats.

Els vigilants de la vall denominats Tres Jurats, que finalment van ser sis, van vigilar el nostre camí cap a l'ermita de Sant Bartomeu (S.XIV) situada sota una cinglera amenaçadora, en un racó en el que la pau i el silenci, que en el seu moment van gaudir els ermitans que allí van viure i que van deixar els seus vestigis, traslladen la imaginació al món de l'espiritualitat i les llegendes.

Si l'anada va ser pràcticament seguida en grup, el retorn, amb el camí ja après, va ser més dispers. El retrobament amb els vehicles va retornar l'esperit de grup, pensant en el càmping d'Ulldemolins en el qual, seguint el programa previst, ens esperava el reconfortant dinar.

Els cafès van donar el senyal de sortida, la del retorn a casa amb una petita parada a l'església d'Ulldemolins en la qual el seu rector ens va documentar sobre el continent i el contingut aquest, guarit amb les pintures que inunden les parets del temple i que relaten els passatges més destacats de la bíblia.

No obstant això, la sortida va tenir alguna sorpresa més i d'això se'n va encarregar en Ramon Ignasi Canyelles, un gran coneixedor del món de les campanes, que ens va donar una lliçó magistral sobre el tipus que corona algunes ermites de la zona confeccionades amb els caps dels projectils que van caure sobre el territori durant la guerra civil (1936).

Resumint vam viure una jornada en tres dimensions d'aquelles que apeteix aconsellar i algun dia repetir que ens va recordar a les trementinaires feina que consistia en l'obtenció de la trementina de les coníferes, la recol·lecció d'herbes remeieres i la comercialització d'aquest productes, mentre viatjaven sempre a peu, de poble en poble i de masia en masia venent els seus productes.

Manuel Cabanillas



SORTIDA A COTLLIURE (Costa Vermella)

Dies: 10 i 11 de juliol

Recorregut: Travessa des de Banyuls fins a Llançà (o viceversa)

Dificultat: mitjana

Es dormirà: en tendes/bivac al mig de la natura

Reunió informativa: dijous, 8 de juliol a les 20:00 h.

Inscripció: a la secretaria de l'AEC.

SECCIÓ D'ESCALADA I ALTA MUNTANYA

SORTIDA A L'ANETO



Dies: 16, 17 i 18 de juliol.

Material: roba d'abric, grampons, piolet (possible utilització), sac de dormir (confort 0 / -5), botes muntanya tipus gore-tex, polaines, pals

Dificultat: Alta

Vocal sortida: Agustí (Tel.647 63 49 02) agus.castellvi@gmail.com)

Reunió preparatòria: dijous, 15 de juliol a les 20:00 h

PROGRAMA

16 de juliol: 8:00 h: Sortida de Barcelona. Tenda a Plan de Senarta (Benasque)

17 de juliol: Ascensió Pic d'Argüells (3044 m)

18 de juliol: Aneto (3404 m)

Activitat cultural. Dissabte, 4 de setembre

Viatge al Festival *Visa pour l'Image* a Perpinyà

Al nord de Catalunya, hi ha molt motius per anar-hi però des de fa més de 20 anys, els primers dies de setembre, es realitza un festival que presenta un dels millors reculls de fotoperiodisme que es fa a Europa.

El **programa** de l'activitat és el següent: Sortida a les 7,30 del matí des de Provença – Sardenya. Plaça Sagrada Família. 7,45 des de Fabra i Puig. Arribada a Perpinyà cap a les 11 h.

Visita fins a les 17 hores a *Visa pour l'Image* (www.visapourlimage.com), constitueix una cita excepcional per als enamorats de la fotografia. Explorarem les exposicions, en espais emblemàtics, repartits per tota la ciutat.

Arribada a Barcelona cap a les 20 h.

Preus: Socis 20€, Socis online 23€, No socis 25€

Aquest preu inclou l'autocar. L'entrada a les exposicions és lliure. No inclou menjar.

Pararem a l'autopista a esmorzar.

Només per a **20 persones**.

Inscripcions a secretaria fins dimecres 1 de setembre.

Cal haver fet l'ingrés al compte de l'Agrupació:

La Caixa 2100 3282 66 2200054492

Senderisme nocturn

TIBIDABO - BESÒS

Dia: Dissabte 17 de juliol

Recorregut: 15Km

Desnivells totals: -590 m +125m

El camí no presenta gaires dificultats i, quasi bé tot, és en baixada fins arribar a Montcada.

Soparem: de restaurant en un dels colls típics de la zona i arribarem a Barcelona cap a les 2 de la matinada

Hora de sortida: A les 18 hores des de la Plaça de la Sagrada Família (Provença – Sardenya)

Preus: Soci 25€. Soci on line 28€. No soci 30€
Aquest preu inclou el transport públic d'anar i tornar i el sopar de restaurant.

Cal portar: botes de muntanya i aigua

Inscripcions i informació: a l'Agrupació. Tel. 933 024 529 (Quim)

montanya-cultura

CONÈIXER ELS OCELLS

Acompanyats d'un ornitòleg farem dues sortides per veure i conèixer els ocells.

Abans de cada sortida es farà una conferència preparatòria.

PROGRAMA

- **Dimecres, 3 de novembre** 2010 a les 8 del vespre al local social: Xerrada sobre els ocells esteparis.

- **1ª sortida** dies 6 i 7 de novembre

Dia 6 als voltants de La Sentiu prop de Balaguer

Dia 7 a la serra del Boumort als voltants de Pessonada

- **Dimecres, 9 de Febrer** 2011: Xerrada sobre les ocells aquàtics

- **2ª sortida** dia 12 de Febrer 2011 a les 8 del vespre al local social.

Lloc: Aiguamolls del Empordà

Les persones interessades poden inscriure's.

Les sortides estan limitades a 30 persones.

Vocal: Josep Bou tel. 687731276

dg 4-11	infantil	Campament petits i continuació grans
dg 4	muntanya	Puigmal (Eduard i Maria Rosa)
dg 4	infantil	Campament petits
dm 6	junta	Reunió
ds 10 dg 11	s.e.a.m.	Pedraforca. Pollegó Superior Cresta Peguera
ds 10-11	caiaac	Cotlliure (Costa Vermella)
dm 13	veterans	Reunió mensual
dv 16-18	muntanya	Aneto (Agustí)
ds 16-17	caiaac	Taller de tècniques: rescats Curs d'iniciació i curs de perfeccionament
ds 17	muntanya	Senderisme: nocturna Tibidabo-Besòs
dg 18	muntanya	Gra de Fajol (Pino i Cata)
ds 24-25	caiaac	Costa Brava. De l'Escala a Estarlit

Del 14 al 22 d'agost l'Agrupació se'n va de càmping

VALL DE ZURIZA

Càmping Zuriza, està situat al Pirineu aragonès, a la capçalera de la Vall d'Ansó, entre França i Navarra, formant part del Parc Natural de les Valls Occidentals de la Jacetania.

Des del campament de l'Agrupació podrem fer excursions de muntanya a cims com la Taula dels Tres Reis (2428 m) —vèrtex límit entre Aragó, Navarra i França—, el Petrachema (2.377 m), o el Chinebral (2.329 m), entre altres.

Practicar senderisme per l'entorn de Linza, Tacheras, Gamuela... fer travesses, muntar amb bicicleta

de muntanya, fer Escalada, descens Barrancs, parapente, micologia... o banyar-nos al riu Veral.

La cultura tindrà també el seu espai amb la possibilitat de visitar pobles típics.

Observar la flora i fauna, fins i tot visitar el terreny de l'ós bru. Una bona gastronomia completen les possibilitats d'una zona a descobrir...

previsió agost

dg 1-7	glacera	Stage d'escalada a Dolomites
dj 12-30	caiac	Groenlandia
dv 13-25	caiac	Volta a Menorca
ds 14-15	seam	Pica d'Estats (Albert, 620 238 795)
ds 14-22	muntanya	Campament a la vall de Zuriza

previsió setembre

ds 4	cultura	Visita a l'exposició de fotoperiodisme a Perpinyà (M. Jesús Salvador)
ds 11-12	caiac	Sortida per determinar
dc 15-19	glacera	Monogràfic de progressió per crestes
dv 17	muntanya	Sopar senderisme Montserrat-Núria
ds 18	caiac	(TT) Tècniques bàsiques d'onades
ds 18-19	seam	Zona Vall Fosca (Artur, 650 820 457)
ds 18	btt	Vilac - Coret de Mont - Vall de Varradòs, Arròs - Vilac. (Cesc Grau). DIFÍCIL
dg 19	btt	Arties - Coret de Prüedo - Salardú - Arties (Cesc Grau). FÀCIL
dc 29-13 octubre	glacera	Curset d'excursionisme

Sopar del grup de Senderisme

Divendres, 17 de setembre

S'ha convertit en tradició que al finalitzar l'activitat de senderisme ho celebrem amb un sopar per recordar les bones estones passades i veure de nou les imatges que ens acompanyaran per sempre. Aprofitarem la trobada per presentar la nova activitat: Olot - Mataró. En aquest mateix butlletí hi trobareu més informació.

Hora: 21:00 al local de l'Agrupació.

Preu: Socis 12€ No socis: 15€
Aquest preu inclou el sopar i el DVD de les fotos de l'activitat de dissabte i de diumenge preparades per en Ramon Ignasi Canyelles i Joan Tarruella.
Necessitem voluntaris per preparar el sopar.

Inscripcions: a secretaria fins dijous 9 de setembre.

Cal fer l'ingrés al compte de l'Agrupació.

muntanya

SORTIDA AL GRA DE FAJOL

2.710 m PER VALLTER (Ripollès)

Diumenge, 18 de Juliol de 2010**Tipus d'activitat:** Muntanya**Oberta a:** Socis exclusivament**Hora de la sortida:** 7:00 a.m.**Lloc:** Estació de Sant Andreu.

Fabra i Puig/Meridiana

Recorregut: uns 7 quilòmetres, anar i tornar**Desnivell:** 650 metres de pujada i 650 de baixada.**Dificultat:** Mitjana**Transport:** Vehicles particulars.**Durada prevista:** 2 hores de pujada i 1 i 1/2 de baixada. Total unes 4 hores.**Material:** Botes de tresc, roba d'abric, paravents, gorra, crema, aigua.**Complements:** Esmorzar i dinar a peu de cotxe.**Informació:** dijous, 15 de Juliol, 20:00 h, a la seu de 'Agrupació.**Vocals:** Pino i Cata, 93.319.06.72 i 685.373.858.

SENDERISME 2010 – 2011

Volem fer la proposta de continuar descobrint Catalunya pas a pas i aquesta vegada ens anem cap a Girona. D'Olot a Mataró en 7 etapes.

La ruta la començarem a Olot i a finals d'octubre, per poder gaudir de la tardor en un lloc tant emblemàtic com la Fageda d'en Jordà. Arribar fins a Mataró vol dir arribar fins al litoral per gaudir de més diversitat de paisatges i cultura. Anirem seguint el GR83 que passa per la Garrotxa, Guàrdies i els parcs naturals del Montseny, Montnegre i Corredor.

Hem d'advertir és que el recorregut té desnivells importants que intentarem suavitzar-los anant com sempre adequant les diferents etapes a les nostres possibilitats.

Calendari per dissabtes:

23 d'octubre: Olot – Volcà de Santa Margarita. Fageda d'en Jordà i visita a Olot

20 de novembre: Volcà de Santa Margarita a Les Planes d'Hostoles

22 de gener: Les Planes d'Hostoles al Pantà de Susqueda, passant per Sant Martí de Sacalm.

19 de febrer: de Sant Hilari a Osor.

26 de març: d'Arbúcies a Riells.

30 d'abril: de Vallgorguina a la Tordera, passant per Sant Martí de Montnegre.

20 de maig: Premià de Dalt a Mataró. Vocalia de Muntanya.

Equip de coordinació de senderisme: Rafa Rodríguez, Quim Llop.

STAGE D'ESCALADA ALS DOLOMITES



Dates: de l'1 al 7 d'Agost del 2010

Regió: Beluno

(Dolomites Occidentals)

Allotjament i pernoctació:

Càmping Civetta, reserva

Població: PECOL vall de Zoldo

Poblacions properes:

Cortina d'Ampezzo

PROGRAMA

Dia 1 Benvinguda i recepció dels assistents, ubicació al càmping

Dia 2 Sortida de posada en comú i formació de tècniques bàsiques per vies d'escalada clàssica de diversos llargs.

Dia 3 al 7 inclusiv sortides a diferents zones d'escalada en funció de les cordades.

SELECCIÓ DE VIES D'ESCALADA

Cinque Torre: zona de escola d'escalada.

Piz Ciavazes Via dil Torso

Punta di Col de Varda, Via Comici

Piccola di Falzarego

Sassolungo

Civetta

Sass di stria, via spigolo sud

Torre Delago (Vajolet) via piaz.

.....

CONDICIONS

Indispensable disposar de la llicència federativa de l'any en curs, tipus D. A tots els participants se'ls lliurarà un dossier amb les ressenyes proposades a realitzar.

A l'proper mes de Juliol es realitzarà una sortida a la Cara N. del Pedraforca i que servirà per distribuir els grups d'assistents a l'stage.

El preu de l'Stage serà de 650 €, amb la inscripció caldrà realitzar un pagament de 150 € en concepte de reserva de plaça, enviant un mail amb còpia de l'ingrés a escola@glacera.com, prèviament cal contactar per facilitar el número de compte on realitzar l'ingrés.

La resta de l'import caldrà ingressar-lo amb data tope 30 de Juny.

L' inscripció màxima serà de 10 places.

El preu de l'stage cobreix les despeses de l'instructor en una ratio 1:2 alumnes, sent per compte de l'alumne la resta de despeses (Càmping, refugis, alimentació...).

CLOENDA DEL CAMÍ MONTSERRAT - NÚRIA

El dia 22 de maig ens trobem a l'estació de Sant Andreu Arenal i en un parell d'hores de tren ens plantem a Ribes de Fresser. No sé per quina estranya raó uns quants volien anar a esmorzar a la "pits". Es van portar una decepció perquè la "pits" no hi era i si hi era, amb els anys unes coses milloren i altres van de baixa.



foto: Miquel Rico

Un cop fet el primer àpat matiner, agafem el cremallera, uns fins a Núria i els altres fins a Queralbs per pujar-hi caminant. No dubto que els qui hi van pujar amb el cremallera s'ho van passar bé (a més de portar les bosses dels altres), però els qui vam fer el camí a peu va ser preciós, això fa que mai en tinguem prou de gaudir de la muntanya.

Ja som a Núria. Allà ens esperen els companys al peu del mirador: una delícia per la vista, amb el llac a primera pla, el Santuari al fons i les impressionants muntanyes que tanquen la vall i que són conegudes pels excursionistes com "l'Olla".

Dinem al prat com les cabretes i alguns es remullen els peus al llac, que freda que està l'aigua i quin gust dóna trepitjar la gespa descalç. En acabar de dinar prenem un cafè i agafem els "ous" cap a l'alberg, a veure les nostres "suites". Fem una mica de temps passejant i després a veure dos vídeos. El primer vídeo és una espècie d'Auca de l'Agrupada: va estar molt bé. L'altre era un vídeo d'espeleo, super ben fet, no m'estranya que tingués premi. Tots dos estaven fets pel soci Marc Navarro.

En acabat vam estar una mica fent l'Xerrada i a sopar d'horeta. Hi havia gent que volia veure el partit Milan-Bayern. Els altres vam sortir a veure el cel i a fer unes partidetes de parxís.

Anem a dormir. La majoria ja feia festa que ho estava fent; no sé que va passar que ens va agafar la "risa tonta" i no hi havia manera de parar, com més volien fer-ho per no despertar a ningú, més rèiem, fins i tot vam tenir el nostre fantasma particular i també la nostra orquestra, bé, uns la sentien més que els altres.

Es pot dir que no vam dormir gaire, a les cinc del matí al nostre fantasma particular se li va ocórrer aixecar-se per anar a fer el Nou Creus, i al cap d'una estona ens vam llevar els demés.

En acabat d'esmorzar uns es van quedar passejant pels voltants del refugi i els altres vam enfilar cap el Pic de l'Àliga, una pujadeta bastant pronunciada però va valer la pena. Vàrem veure l'àliga i també la vam fer i d'això dono fe perquè vam quedar immortalitzats.

Un cop a dalt del cim, els més agosarats van anar a fer el Puig de Font Negre, i tinc entès que s'ho van passar d'allò més bé: algú va protagonitzar alguna "esceneta" a la neu, de les que es poden explicar (mal pensats!). Quan vam tornar al refugi vam fer un vermutet.

Ah! m'oblidava: vàrem veure isards, encara que algú digués: "on són les cabres?" (que poc romàntic, amb lo bé que queda isards).

Ens vam rentar una mica i ens vam posar més guapos del que som, també vam cantar unes cançons, i cap al restaurant de Núria.



foto: Miquel Rito



foto: Antonio Molina

A les tres entràvem a dinar. Un menjar excel·lent i un servei immillorable, tot estava boníssim, a més a més ens van donar cava i vam brindar, ja podeu imaginar perquè i per qui.

Després de dinar vam agafar altre cop el cremallera i aquí va començar la maratón, perquè havíem d'anar molt de pressa, ja que sinó perdíem el tren; encara estàvem al cremallera i vèiem com el tren entrava a l'estació de Ribes. Allò semblava una pel·lícula dels anys 20, com si haguesin agafat la cinta passant-la ràpida, va ser emocionant, però com que som els millors vam pujar tots; bé alguns ens van acomiadar a l'estació perquè tornaven en cotxe.

El viatge de tornada de xerrameca, perquè quan ens hi posem no hi a qui ens pari.

Personalment ho vaig passar molt, però que molt bé i vaig tenir molta sort de portar la companyia que vaig portar a la baixada del Pic de l'Àliga.

GRÀCIES A TOTS PER FER-ME PASSAR UN CAP DE SETMANA TAN BONIC.

Maria Jesús Salvador (sòcia 5091)

L'AGRUPA PORTADORA DE LA FLAMA DEL CANIGÓ

Per primera vegada, en la nostra centenària història, hem estat portadors del foc que, la nit de Sant Joan, procedent del Canigó, va servir per encendre centenars de fogueres dels Països Catalans de Salses a Guardamar i de Fraga a Maó.



foto: M. Cabanillas

Organitzat per la secció de cultura, amb Maria Jesús Salvador al capdavant, un grup de joves de la secció juvenil van ser els encarregats de recollir el preat foc a la plaça de Sant Jaume per traslladar-lo fins a la Sagrada Família, per tal d'encendre la foguera de l'barri.

Ambans d'encendre-la, els quatre portadors van llegir el text conjunt de la celebració.

Un nombre molt reduït de socis, amb el president Jep Tapias al capdavant, participarem en el sopar de carmanyola que es va celebrar sota la façana del Naixement de la Sagrada Família.

Els responsables de l'acte, l'Associació de veïns de la Sagrada Família ens va mostrar la seva satisfacció per la col·laboració i ens va emplaçar per a la pròxima edició.

M. Cabanillas

ANEM CREIXENT

Un any més hem arribat al final del curs. Aquest any la Secció Infantil i Juvenil ha estat més nombrosa que mai, i això ens ha fet créixer en nombre de monitors. Aquests, amb el seu treball han aconseguit, un cop més, que els nens s'ho passin bé a l'Agrupació i fer més gran l'entitat.

foto: David Ortiz



La SIJ ha fet les sortides de nord a sud de Catalunya. Descobrint llocs encantadors, gaudint de la natura i relacionant-se, fora del seu entorn habitual, amb altres companys. Hem fet BTT, caiac, raquetes, escalada i llargues caminades compartint experiències inoblidables per tots.

L'últim dia del curs, els pares van visitar el campament per gaudir d'un dia amb nosaltres. Al matí un fort vent, que portava la neu dels cims nevats, ens va deslluir força el dia. Després d'una petita passejada, les gairebé 100 persones que érem allà vam posar nom al nou grup de la SIJ.

Aquest nom s'ha triat d'entre les diferents propostes que els nens i nenes han aportat. El nou grup és Xerpes i estarà format pels nens de 10 i 11 anys.

D'aquesta manera oferirem més places i també tindrem grups més petits que milloraran el funcionament de la SIJ.

Els Campaments d'Estiu ja han començat i les activitats pels nens continuen. Després de l'estiu, tornarem a proposar noves sortides perquè gaudeixin, amb els companys, de la muntanya.

David Ortiz

CINQUANTA ANYS A L'AGRUPACIÓ

Era a l'avió, tornant de la Xina, amb la son canviada, vesprejava i per la finestreta veig i reconec la geografia estimada del Cap de Creus a sota nostre, i penso que a l'Agrupació em cridaran per donar-me la medalla dels cinquanta anys.

De jove, vaig pujar a molts cims, i a dalt no hi ha res, només pedres i vent, de vegades, una creu; tot el demés que hi he trobat: el pa, l'aigua, l'amistat, la pau, el gaudi, la satisfacció de la pròpia superació, ho duia jo al cor o a la motxilla.

(dibuix: Xavier Sánchez)



Des de ben petit, mon pare, excursionista i esquiador, en baixa forçosa de l'esquí durant uns 25 anys, primer per la maleïda guerra i després per motius estrictament econòmics, em va ensenyar a moure'm i estimar la muntanya i recordo amb especial enyor les vacances d'estiu, dels anys 40s acampats a les Guillerries, al costat del Torrent de Les Paganes.

Des dels 14 anys que sortia d'excursió amb la Secció Excursionista del Centre Moral del Clot; la primera excursió va ser al Castell de Burriac, que a les darreries de l'any passat vaig poder repetir amb companys i companyes de la nostra Agrupa.

El mes de desembre del 1960, vaig entrar per primera vegada a l'estatge de la Pl. del Pi. M'hi va dur el company de feina Robert Sorolla i em va rebre i va fer les formalitats de l'alta de soci, el malaguanyat Miquel Ferrer. N'era president el Sr. Quadrench i gaudíem de la presència sovintejada del Sr. Jové. Des d'aquell dia, els bancs de la secció de Muntanya em van rebre quasi cada vespre, allí hi trobava conversa, projectes, companyonia, coincidència d'ideals, la muntanya, Catalunya..., la primera excursió amb els nous companys la portava en Sebas i va ser la travessa amb neu a Coma Ermada. En Montllor em va agafar per Secretari de la Secció de Muntanya, hi van haver cursets de muntanya, campaments, de primavera, de tardor, d'hivern sobre neu, participar en el muntatge i organització del pri-

mer Campament General de Catalunya en temps de la dictadura, moltes excursions per quasi totes les comarques catalanes, esquiades de cap de setmana a La Molina, curset de l'ENAM, vacances de muntanya al Pirineu.

Hi va haver l'inútil parèntesi dels dos anys de la mili, amb algunes excursions a la Serra de Guadarrama

En retornar, em vaig fer càrrec de la secció de muntanya. Més cursets de muntanya, més campaments, setmanes d'esquí a Formigal, les nits al nostre refugi de La Molina, excursions, traveses i grimpades pel Pirineu.

Amb en Josep Bou de President, vaig agafar la Secretaria de l'Agrupació. Participar en la recerca de lloc i l'organització dels campaments de muntanya de la Federació, a Boumort i Serra d'Encija, tractes amb el "agente de la brigada social" Montoro (pels nascuts els anys 70s: brigada social: temible policia política del règim franquista equiparable a la també tristament famosa Gestapo de l'Alemanya nazi), atendre les nostres delegacions de Reus i Vilafranca, el meu primer i únic 4000 als Alps suïssos. Va fer-se sòcia la que avui és la meva muller, na M^a. Dolors. Després va venir el formar una família, atendre les prioritats dels fills i les exigències de la feina; es va obrir un llarguíssim parèntesi de 30 anys.

Només l'esquí i el meu petit xalet de Port del Comte, em mantenien dins del món de les estimades muntanyes.

Es va tancar el parèntesi amb una ex-

cursió a la Serra de Pàndols i la segueixen les sortides mensuals de senderisme que anem fent. Amb la meva nova tasca al butlletí, les visites a l'Agrupació tornen a sovintejar.

Us puc assegurar que avui, de tant en tant, encara tinc pensaments d'agraïment per l'amic Sorolla, ja fa temps traspassat, que em va fer entrar a la nostra Agrupació que estimo tant. A tots aquells xavals, i xavales, amics i amigues d'aleshores i d'avui amb qui vaig compartir camins, corda, tenda, bivacs i postes de sol, moltes gràcies. Gràcies a l'Agrupació, a les muntanyes i els amics que hi he trobat, hi ha tot un enfilall de dies de joia i felicitat mentre trespava, aleshores i esbufego ara, per les muntanyes. En els dies amargs, aquelles muntanyes, el seu record, i els amics, m'han donat les forces per tirar endavant i seguir la bona ruta.

Un record molt sentit per a tots aquells amics i amigues que han fet el darrer cim i ja no són entre els vius: Sorolla, Xopi, Pepín, Milico, Déu, Josep Maria, Guillot, Montllor, Romà, Maria, Marga, Sussi, Joana... Amb tots aquests, els que em descuido i tots els amics i amigues sortosament vius que no esmento, he compartit algun d'aquells moments de joia que abans us deia. Repeteixo, gracies a tots i totes, que per molts anys podem mantenir aquesta amistat i les ganes de fer camins!

Visca l'Agrupació!! Visquen les muntanyes!! i Visca Catalunya!!

Jordi Romagosa (soci 1224)

ROCA CORBATERA (1.165 m)

SERRA DEL MONTSANT

El Juliol 2006 la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya va fer una aposta per donar a conèixer les muntanyes del nostre país i així va nàixer el repte dels 100 cims.

Es tracta d'assolir, sense límits de temps, els cims més emblemàtics de Catalunya, repartits per totes les comarques del nostre país. La Roca Corbatera n'és un dels escollits.

La serra del Montsant està situada a l'extrem sud occidental de la serralada prelitoral catalana. És un gran conglomerat oligocènic, pedra Montserratina, de 17 quilòmetres lineals, orientats de NE. a SO. La seva alçada volta els 1.000 metres i té tres cims de més relleu, la Cogulla (1.065 m) al oest, el Piló dels Senyalets (1.110 m) al centre i la Roca Corbatera (1.165 m) al est.

Interessant, curta i divertida excursió, que farem per la comarca del Priorat i per una serra que està flanquejada per dues valls, al sud, amb forts espadats i cingles, diversos torrents formen el riu de Ciurana o de la Febró i al nord, amb un caire més suau, també diverses torrenteres configuren la vall del riu Montsant.



ACCÉS

Amb automòbil ens hem de dirigir al poble de l'Albarca i el seu accés és viable des de Cornudella de Montsant, si venim des de Reus, o bé des de L'Espluga de Francolí i prenent una carretera direcció Poblet i Prades, si venim de Lleida o Montblanc.

A la entrada del poble, a l'esquerra, tenim un aparcament per vehicles, on deixarem l'auto.

RECORREGUT

L'excursió la farem sortint des del mateix poble i anant cap a ponent a cercar i pujar al cim. Tot seguit baixarem a la font de Maiano, cap el nord, tornarem a pujar al cim i baixarem en direcció nord a visitar l'Ermite de la mare de Déu del Montsant. Tornarem direcció sud al Poble. Les referències més importants i horaris sense comptar parades són:

0 minuts.- (815 m) Sortim del poble en direcció Ponent, deixant un carrer a la nostra esquerra. Tenim marques de G.R.. El camí surt del poble en lleugera baixada.

5 minuts.- (800 m) Els Hostalets. Pal indicador. A cada banda del camí hi ha edificis en runes, antics hostals. La pista principal, a la dreta, porta cap a La Morera i a l'esquerra, una secundària, cap a Ulldemolins passant per l'Ermida de la mare de Déu del Montsant. Nosaltres prenem un petit camí, entre mig de les dues, que es troba de front i s'enfila amb senyals de G.R. i P.R.. Anem per terreny pedregós, la vegetació és minsa, algun pi rabassut, savines i ginebres. Més endavant hi ha un bosc de roure.

25 minuts.- (985 m) Arribem de nou a la pista d'Ulldemolins. Pal indicador. Seguim la pista en pujada. Anem per bosc i seguim el G.R i P.R.

30 minuts.- Drecera. (1.010 m) La pista fa un fort revolt a la dreta. Podem seguir-la, o bé agafar una drecera -ve de front- que enllaça una mica més amunt de nou amb la pista. La seguim i ara aquesta, va a travessar uns cingles per arribar-se a un ampli coll.

40 minuts.- Pla del Grau Gran. (1.050m) Pal indicador. Deixem la pista per agafar un petit camí que en suau pujada es dirigeix, sempre direcció ponent cap un petit bosquet de roures. El G.R. segueix la pista, nosaltres seguirem les marques grogues i blaves del P.R. Més amunt el camí s'acosta a la

carena que seguirem per entre pedres, matolls i algun arbre. Davant nostre enlairat es veu la fita del cim.

55 minuts.- Cruïlla. (1.100 m) La carena s'estreny fort i en un bloc de pedres deixem un camí a la nostra dreta que es dirigeix de flanc per la cara nord. El nostre camí seguint les marques de P.R. passa pel vessant sud planejant. A un minut d'aquest trencall n'hi ha un altre. El camí de l'esquerra baixa cap una cova i el de la dreta, planer, ens acosta a un petit torrent que només cal enfilar-lo, per arribar al cim.

1 hora. Roca Corbatera (1.162 m) Ampli cim pedregós. Vèrtex geodèsic, plaques commemoratives i algun pessebre. Magnífiques vistes en totes direccions. Sortim del cim en direcció ponent, en baixada, per carena, cap a un ampli coll on veurem un pal indicador

1 hora i 5 minuts.- Pal indicador. (1.110 m) Assenyala la direcció en que trobarem la font del Maiano. Deixem la carena per baixar per pedregam, direcció nord, cap el fons del barranc, anomenat de les Pletes. El fons del torrent està un pel embrossat, però no és pas difícil trobar-hi pas. Tot seguit arribem a un fort saltant que superarem passant per un petit ressalt que hi ha a la paret de la nostra dreta. Aquest pas s'anomena pas del Gat i cal anar amb molt de compte al passar-lo, a l'hivern, si la rosada està gelada.

1 hora i 15 minuts.- Font del Maiano (1.070 m) Font i bassa entre el bosc.



Desfem el camí de baixada per enfilarnos cap el coll.

1 hora i 30 minuts.- Coll i pal indicador (1.110 m). Seguim per carena altre cop cap el cim.

1 hora i 35 minuts.- Roca Corbatera. (1.162 m). Sortim del cim en direcció Sud, per tal de desfer el camí fins el Pla del Grau Gran.

1 hora i 50 minuts.- Pla del Grau Gran (1.050 m). Arribem a la pista i l'agafem vers la nostra esquerra, en lleugera baixada. Estem al barranc dels Pèlegs. Al fons veiem l'Ermita.

1 hora 55 minuts.- Pal indicador i cruïlla (1.040 m). La pista es divideix en dos. Podem seguir la de l'esquerra que en baixada ens aproparà a l'Ermita, però és més aconsellable agafar un camí que surt d'entre mig de les dues pistes, i que de manera planera s'endinsa en un bosquet cap a l'Ermita. Aquest caminet escurça el recorregut.

2 hores.- Mare de Déu del Montsant (1.030 m). Al peu d'una cinglera. Pessebre i restes d'edificacions. Un gran

pal indicador, situat amb molt mal gust a tocar de la paret de l'Ermita, dóna una direcció equivocada per baixar al grau de la Mare de Déu i al pla del Teix. El camí surt pel marge dret de l'ermita si la mirem de front, tal com hi hem arribat, i baixa molt fort en direcció NE. i tot seguit va cap a NO. Després va fent revolts per entre bosc. Passa pel grau de la mare de Déu (petites roques que travessem) i arriba a planejar ja dins del pla del Teix.

2 hores 15 minuts.- Pla del Teix. (720m) Pal indicador. A l'esquerra direcció Ulldemolins, a la dreta, cap a L'Albarca i cap a aquí ens hem de dirigir. El camí ara més ample no és apte per vehicles, però sí per bicicletes. Sortim del bosc i en suau pujada per pedregam amb algun matoll i alguna savi-na molt escarransida ens apropa cap a una carena. Malgrat el nom del pla, és molt difícil trobar teix (arbre pràcticament extingit al nostre país) en aquest indret, doncs aquests possiblement enyoren un clima que, en un temps no gaire lluny, era molt més fred.

2 hores 25 minuts.- Collet. (800 m). Davant mateix ja veiem el coll dels Hostalets. El camí fa una baixada i remunta el següent coll.

2 hores 30 minuts.- Coll dels Hostalets (800 m). Empallem amb la ruta de sortida. Prenem el camí de l'esquerra que, en pujada, ens du al poble.

2 hores 35 minuts.- L'Albarca (815m). Aparcament.

HORARI

Tal com s'ha vist, el recorregut es pot fer en una mica més de 2 hores i ½.

DESNIVELL

El desnivell total de l'excursió és de 560 metres de pujada i 560 de baixada.

ÈPOCA

Aquesta ruta es pot fer tot l'any, llevat als mesos d'estiu, on la calor pot fer molt penosa la travessa.

PUNTS D'INTERÉS

La morfologia i vegetació del terreny són punts molt interessants. Els conglomerats, a vegades rogencs per la descomposició del feldspat i la mica del granit en contacte amb aigües carregades de gas carbònic, és un fenomen que es dona en les parts baixes de la serra. La fauna de la regió és minsa i pel que fa a les vistes tenim a ponent els Ports de Tortosa i la pròpia serra del Montsant, molt enlairada en la carena i que tapa la vista sobre la vall de l'Ebre.

Allevant, tenim el poble de L'Albarca, la serra de Gritella i les muntanyes de Prades. Si dirigim la mirada al Sud podrem apreciar, al fons, el mar mig tapat per totes les serres prelitorals com poden ser les de Molló o cingles de L'Arbolí. Davant distingim el poble i embassament de Siurana. Cap

a el Nord, podem distingir en primer pla la serra de La Llena, darrera les de l'Argentera i Llaveria i més enrera totes les planes de Lleida amb els seus pobles i carreteres. En tercer terme distingim la serra del Montsec, el d'Ares i el de Rubió i ja més el fons tot els Pirineus, que en dies de bona vista permet veure des de les Maladetes, fins el Canigó.

CLIMA I VEGETACIÓ

El clima és Mediterrani a la cara sud i sub-mediterrani en les cares nord. A l'hivern, no sol haver-hi neu, encara que podem trobar dies de molt fred a les parts altes i sobretot vent. A l'estiu, que sol ser extremadament calorós, és fàcil que es desenvolupin tempestes en breus espais de temps.

La vegetació està composta també de plantes de baixa muntanya i de clima mediterrani.

EQUIPAMENT

Motxilla, gorra o barret, ulleres, i roba d'abric a l'hivern, especialment roba protectora del vent. No és pas recomanable anar en wambes. Sí que ho és, el dur una màquina de retratar i uns prismàtics. En tot el recorregut, llevat a la font del Maiano, no trobarem pas aigua. Cal doncs portar-ne.

Barcelona 25 de novembre de 2006
Socis 1715, 1716 i 1717

ALTES DEL MES DE JUNY

M. Cristina Fortuna Albiol
Ivan Guerrero Garcia
Lourdes Esteban Díez
Antonio Molina Morillas
Maty Gàlvez Benito
Julio Santamaría Biedma

José Carrera Rodríguez
José Pedro Gimena Rufo
David Camprubí i Ruiz
Pilar Fernández San José
Isabel Arana Lasquibar

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

PAGAMENTS

Es demana que es facin els pagaments de les diverses activitats al compte de
l'A.E.C. a "La Caixa": **2100 3282 66 2200054492**.

Important: no oblideu indicar el vostre **nom** i el **concepte**.



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

Carrer Ferran, 39
08002 BARCELONA

 Telèfon i fax
93 302 38 98



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.



Diada del soci (foto: Jordi Pino)



Serra del Montsant. Herbes remeieres (foto: Miquel Rico)



aquesta web et sorprendrà

www.balmaat.com hem trencat esquemes

tot el material per a esports de muntanya i aventura, totes les estacions d'esquí d'Europa, altímetre de 12.000 muntanyes, continuem de fotografies, notes, recerca. Cerca als llocs companyes de viatge per a escalar, fer espeleologia, sonar el cap de setmana... a www.balmaat.com

24 HORES TENDRÀ A DISTÀNCIA

BALMAAT

1 MODA ROBA TÈCNICA Gran Via C.C. 531 08011 Barcelona tel. 934 548 309	2 ESQUÍ TEMPS LLIBRE Gran Via C.C. 537 08011 Barcelona tel. 934 548 309	3 ACAMPADA Costa d'Urgel, 72 08011 Barcelona tel. 934 548 309	4 MUNTANYA TÈCNICA Costa d'Urgel, 76 08011 Barcelona tel. 934 548 309
--	---	---	---



AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

Padilla, 255-263, primera planta
08013 Barcelona
tel: 933 024 529

e-mail: aec@aec.cat
butlleti@aec.cat

web: www.aec.cat

Edita: AEC

President: Jep Tapias

Amb la col·laboració de:



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



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

En aquest butlletí hi col·laboren: Jordi Romagosa, Manuel Cabanillas, Josep Montagut, M. Jesús Salvador, Javier Aznar, Xavier Sánchez, Quim Llop, Agustí Castellví, Eduard García, Eduard Ruiz i Rosa M. Soler, Antonio Molina, Miquel Rico, Cristina de Irala, Josep Bou, Jordi Pino, Cata, David Ortiz, Rafa Rodríguez.