



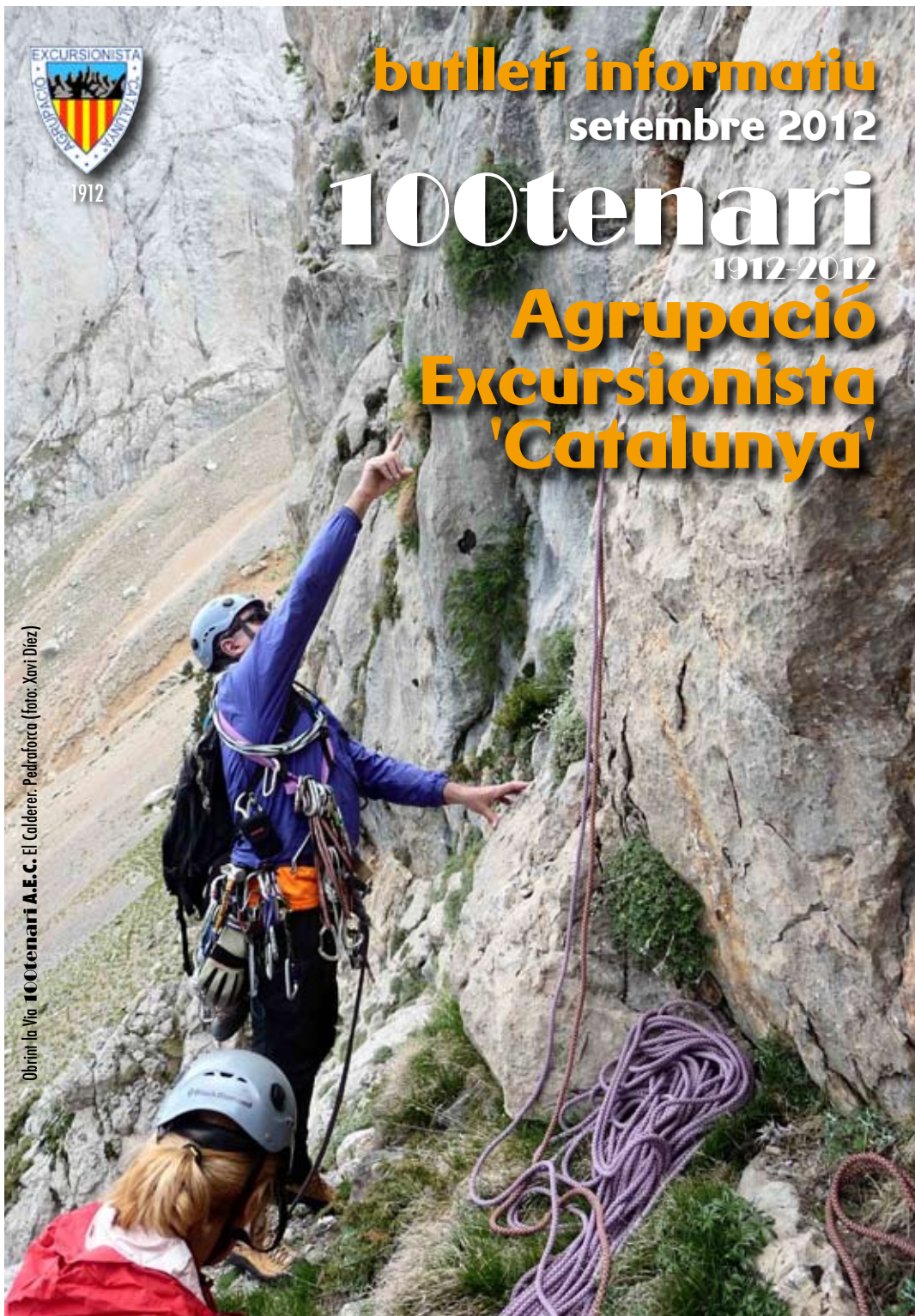
1912

butlletí informatiu
setembre 2012

100tenari
1912-2012

**Agrupació
Excursionista
'Catalunya'**

Obrint la Via **100tenari A.E.C.** El Calderer: Pedraforta (foto: Xavi Díez)



VIA

400 mls. M.D.

JOSEP EMILI FERRER
SARA MONTSERRAT GOMEZ
XAVI DIEZ
GUSTAVO MAÑEZ
(4 PRIMERS LLARGS
AMB MIGUEL GONZALEZ)

SOC FRIENDS $\approx 10 n^{0.5}$

(micros $\rightarrow$ camelot #3)

10 EXPRESS

BAGUES LLARGUES

*Semi-equipada bolts Ø8

DESCENDS PER
LES CADENESDESCENDS SENSE
CADENES

CAMINANT

60mts.  R4 3 bolts
ø8 ø10

Ende ~~11.12.2019~~ K7 8045 98910

14 DARRER
LLARG
COMU'
5a VIA

WOLL-DAMM



4c

55mls.

55mts 1-2 2 bolts

5a VIA
WOLL-DAMM

60 mts. 2 bolts
Ø8

60mts. R5 bolts
Ø8 Ø10

APROXIMACIÓ : 2 HORES
DES DE L'APARCAMENT
DESCENS : 3 HORES.
C/M → APARCAMENT



AGROPACIO EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

100tenari





100tenari

1912 - 2012



*Confiem que tots i totes hàgiu gaudit
d'unes bones vacances i que a la tornada
no us hàgiu trobat cap sorpresa desagradable.
Entre els pisos que obren i les fàbriques que tanquen
es fa difícil viure tranquil.*

Volíem comentar-vos una cosa:
De tant en tant, algú s'acosta
als responsables del butlletí
i es queixa de que el rep massa tard,
molt just per a poder-se incorporar a
les activitats més properes a primer de
mes. La culpa és molt negra i no la vol
ningú, o sigui que n'agafarem tots una
mica i així toquem a menys.

D'ara en endavant el butlletí adme-
trà, notícies, articles, originals,
fotos, fins el dia 23 de cada mes, ni
un dia més, de manera que la Secció,

soci o Junta que envii qualsevol cosa
després d'aquest dia, la cosa quedarà
guardada per ser publicada en el but-
lletí del mes següent. Esperem que
amb l'aplicació d'aquesta norma, tots
podrem rebre puntualment el nostre
butlletí. Gràcies ●

FE D'ERRADES:

Les fotografies de la plana 2 i 26
del butlletí de juliol-agost 2012
són del Joan Tarruella. A cadascú el seu.

NOTA:

Les fotos pel butlletí indiqueu, siusplau,
a cadascuna d'elles el lloc i l'autor ●

Í N D E X

- 3 EDITORIAL**
- 6 MUNTANYA:** Alta ruta pirenaica
- 8 100tenari:** ERE Lliurament litografia;
Senderisme: Camí del monjos (fotografia)
- 9 AEC:** Diada del soci
- 11 100tenari:** Placa al Puigmal

AGENDA D'ACTIVITATS:

- 12 CULTURA:** Flama de la llengua catalana
- 13 100tenari:** Els GR; 11 de setembre
- 14 100tenari:** Campament social
- 15 100tenari:** CAIAC: Racons del
Bandoler; Marató Costa Brava

- 16 CALENDARI:** Setembre
- 17 CALENDARI:** Octubre; Calendari muntanya
- 18 100tenari:** Parc Sant Llorenç
- 19 100tenari:** Rutes dels Parcs
- 20 CULTURA:** Taller de manualitats; GPS
- 21 100tenari:** Placa Tossal 3 Reis i
Pedró 4 Batlles; Campionat pig-pong
- 22 100tenari:** Cursa "La Ribalera"
- 24 ERE:** L'Abíme de Rabanel
- 26 TURISME EQUÈSTRE:** El T.R.E.C.
- 29 INFANTIL-JUVENIL:** Campaments 201
- 30 A.E.C.:** diversos

Via d'escalada 100tenari AEC al Calderer (Pedraforca)

Per: Xavi Díez

*Dins de la programació d'activitats de la SEAM pensades al voltant del **100tenari** estava l'obertura d'una via a la cara Sud del Calderer (Pedraforca). Després de superar una sèrie d'inconvenients, amb la participació de Gustavo Mañez, Josep Emili Ferrer, Sara Gómez i Xavi Díez es va decidir anar de 'revetlla' al Pedraforca i dur a terme el projecte esmentat.*

Als quatre ens atreia la idea de passar la "Nit de Sant Joan" allunyats dels habituals saraus de petards i excessos d'alcohol que solen donar-se per aquestes dates i el Pedra semblava un bon lloc.

Sortim d'hora el dissabte i vam anar a esmorzar a Saldes on acabem de concretar la logística del dia. El pla era accedir per la tartera, però pel seu marge esquerre, que pràcticament permet ascendir tot el desnivell tocant pocs trams de veritable tartera, fins arribar a l'alçada de la "Bauma del Calderer", on s'ha de creuar, sent aquest el tram més incòmode del recorregut. A uns escassos 50m a la dreta de la bauma comença la via **100tenari** AEC, que ja tenia 4 llargs oberts per Gustavo (i Miquel González) fa un temps i que per pluja van haver postergar i que ens va semblar una bona alternativa per incloure en el projecte de vies del **100tenari**. Deixem els bastons d'esquí que tan bona ajuda ens van prestar en l'ascensió i alguna motxilla.

Els llargs de corda es van anar succeint, sobre bona roca en general i amb una dificultat màxima V° (o alguna cosa

més...). Es van anar equipant amb parabolts tant en les reunions com en els llargs de corda, que en algun punt només són com a referència per marcar la via, podent-se completar l'equipament amb friends i aliens per anar més tranquils. La R-6 coincideix amb la de la via Voll-Damm. Aquesta via que van equipar Gustavo i Roger Olmos, va quedar amb un últim llarg de 55m i V-, i on no van deixar cap parabolts en acabar la bateria que portaven.

En aquesta ocasió aprofitem i s'han deixat en aquest setè llarg, quatre parabolts i ja tan sols una fàcil grimpada permet accedir directament al cim del Calderer.

El problema era que ja s'havia fet una mica tard (20:30h) i no teníem gaire marge per embarcades. Josep Emili recordava que al costat de Xavi J. havien enllaçat la Estasen amb l'Estorac i havien baixat per la via que puja des de les rodalies de l'enforcadura, en lloc de seguir la carena que es dirigeix cap al cim del Pollegó Superior en què s'utilitza una sèrie de cables que faciliten la progressió. El seu record era que era un descens fàcil de seguir i sense complicacions ...

Ens aboquem i des del coll que hi ha per sota del Calderer, comencem a veure marques grogues (pintura molt desgastada) i "fites" i el sender bastant marcat. Semblava el tema tan clar que vam començar a baixar en principi fàcilment. Després ja en algun punt vam començar a dubtar, ja que cal fer algun sífó i esquivar algunes agulles, que la poca visibilitat de les marques de pintura i la poca llum que anava quedant, ens va fer perdre temps. En un tram que semblava quedar tallat acabem fent un petit ràpel, que després des de baix no semblava tan complicat de desgrimpar, però la sensació des de dalt era una altra, ja que una relliscada allà podria ser de males conseqüències... Seguim serpentejant i ja amb la llum tènue arribem a un altre ressalt força vertical i amb una mica de pedra solta que ens van tornar a fer dubtar. Aquí gairebé sense llum ja vam decidir muntar un nou ràpel que ja ens va permetre accedir a terreny fàcil. Aquí ens va sorprendre trobar una motxilla que tenia aparença d'haver caigut des de molt amunt (hi havia un paquet de galetes triturat) amb algunes provisions sorprenents: una llauna de pop, una llauna de navalles i una altra de tonyina. Per les dates de caducitat no devia portar massa temps per allà... Seguim baixant ja per terreny fàcil i ja amb el frontal encès per fi trepitgem la desitjada tartera.

No havia tingut el gust de baixar la tartera de nit, però ja només el tram per arribar fins a la Bauma del Calderer, ja es va fer costós. En reunir-nos els quatre hi va haver diversitat

d'opinions sobre que fer: bivac a "pèl" o arriscar-se a continuar baixant amb el cansament que ja portàvem acumulat. Gustavo era el que ho va tenir més clar des del principi, argumentant que la bona temperatura regnant ens permetria passar una nit sense massa problemes. Finalment vam acordar passar la nit allà. En aquest moment va començar la "revetla" a Saldes. Al principi molt bonic tot veient des d'aquest privilegiat balcó la pirotècnia que tiraven, primer des del càmping que hi ha abans de Saldes, i després ja des del mateix poble, mentre ens instal·làvem. Després vam menjar les provisions que ens quedaven i les llaunes de pop i navalles que ens havíem trobat. A la poca estona va començar la part musical, que va acabar sent la nostra tortura tota la nit, ja que descobrim que la configuració i ubicació de la bauma la converteixen en una perfecta caixa acústica de ressonància, la qual cosa un parell d'hores hagués estat fins i tot interessant, però quan són les 6:30h i no has pogut dormir ni cinc minuts, per descomptat que l'opinió era una altra. La temperatura tampoc va ajudar molt perquè poguéssim descansar, ja que va començar a estones a bufar un fort aire que va fer baixar la temperatura.

Quan es va acabar la música ja estava clarejant i ens vam anar aixecant. Aproximadament a les 7h comencem el descens utilitzant el mateix recorregut que a la pujada. En passar pel refugi van riure a la nostra costa a l'explicar la magnífica "revetlla" que havíem gaudit...

Tot sigui pel **100tenari** AEC... ●

ALTA RUTA PIRINENCA

Tram Hospital de Viella – Alós d'Isil

Per: Pep Molinos

Disposem de tres dies abans del període de vacances i decidim fer un altre tram de la nostra particular ARP, enllaçant amb l'etapa del setembre passat que vàrem acabar a l'embassament de Senet.

Al coll de Moreda (foto: Pere Milla)



1ª Jornada: 21-07-2012
(9:00h – 1610m)

Deixem el vehicle al pàrking de l'Hospital de Viella (Boca sud del túnel), i iniciem l'ascensió per la vall de Conangles, deixant a les nostres esquenes la gran vista sobre el Molieres i la seva vall. Creuem el port de Rius; aquí el dia es posa emboirat i els núvols van i venen tot el dia. Voregem l'estany de Rius, l'estany Tort de Rius i remuntem la collada de l'estany de Mar sota l'altiu Tossau de Mar. Baixem dreteruts cap a

l'estany de Mar tot fent el seu flanqueig pel vessant sud, que no deixa de ser un puja i baixa continu: propers a la sortida d'aigües seguim el corriol que ens baixa a la Restanca. El refugi està força animat ja que està situat en el GR-11 i el circuit de Carros de Foc. Deixem enrera el refugi i continuem pujant cap a l'estany de Cap de Port i el proper coll de Güellacrestada. Seguim cap a l'est (sempre a l'est!!!) i passem vora l'estany de Monges i el Montardo que segueix força emboirat. Creuem el port de Caldes i baixem al Refugi de Colomers, també ple, però on ens deixen sopar i dormir.

2ª Jornada: 22-07-2012
(10:50h – 1740m)

El dia es presenta millor que ahir. Només iniciar el flanqueig de l'estany Major de Colomers, tenim la bona sorpresa de creuar-nos amb el consoci Carlos Franco i un company que van a escalar cap el sector del Tuc de Colomers. Nosaltres prosseguim el nostre itinerari remuntant la bonica vall que puja al Port de Ratera-Colomers



vorejant els llacs Long, Redon i Obago. Des d'aquest port la vista al sud és àmplia, i als nostres peus el circ de Saboredo amb el reguitzell d'estanys. Deixem el port i baixem al petit però entranyable refugi de Saboredo; fem un mos i continuem ascendint fins el llac Gelat, el flanquegem pel nord i tot seguit pugem al coll de l'Estany Gelat que connecta amb el Circ de Gerber sota els altius tucs de Saboredo i Amitges. Baixem cap el refugi metàl·lic de Gerber (UEC-Mataró) i prosseguim els descens per la vall de Gerber fins trobar l'aparcament de La Peulla a la carretera de la Bonaigua. Inicialment volíem fer bivac per aquest indret, però hi ha bestiar, xivarri, i solament són les tres de la tarda; així doncs després de dinar de les nostres provisions decidim remuntar pel bonic i solitari camí que porta al coll de l'estany Pudo. Enfront nostre el massís de Marimanya i a baix el tranquil però magnífic estany Pudo. Un cop flanquejat aquest estany per l'est, ja no hi ha ni corriols ni fites (això ja no és els Carros de Foc!!), és un Pirineu més feréstec i solitari. Re-

muntem per un fort i penós pendent el collet de Garrabea enfront del Tuc de Rosari i del Tuc de Marimanya. Baixem a l'estany de Garrabea per terreny de blocs i prats de mala petja i sense traces de camí. Superat aquest gran estany i quan som propers a l'estany del Rosari d'Arreu, tombem cap el nord pels plans d'Isavarre per pujar a l'estany Superior del Rosari i continuar pujant cap a l'est fins un marcat coll que trenca la serra dels Plans. Als nostres peus l'estany d'Airoto i el petit refugi d'Airoto, que gràcies al seu color carabassa és fa ben localitzable en aquest difícil terreny. Compartim refugi amb dos escocesos i un català que fa 15 dies que ha sortit de Cadaqués. Sopem quatre coses que ens queden i dormim com a troncs. A quarts d'una de la matinada hem de fer lloc a tres francesos que s'han perdut baixant del Marimanya.

3ª Jornada: 23-07-2012 (3:30h – 230m)

Com que ahir vàrem avançar força en la nostra ruta, l'itinerari d'avui serà curt i encara més



solitari que el darrer tram d'ahir. Deixem el petit refugi d'Airoto, pugem al proper coll de Moredo, ja amb el sector del Mont-Roig al front, i baixem per la marcada vall de Moredo, fins a les bordes de Moredo i posteriorment a Alós d'Isil.

Tenim el cotxe a la boca sud del tunel de Viella, o cal posar fil a la logística. Avui dilluns aquesta carretera té un trànsit mínim, però tenim sort,

després de fer dit uns deu minuts un veí d'Isil ens baixa a Llavorsí. D'aquí l'Alsina fins a Vielha i finalment un taxi ens retorna a l'Hospital de Viella. De tornada un bon bany i rentada al torrent de Salenques per tornar a casa nets i polits.

Una bona ruta amb un seguit de colls, estanys i circs per un dels millors trams del nostre Pirineu •

ESPELEOLOGIA

El president de la Federació Catalana d'Espeleologia, Hllari Moreno, va rebre de mans del president de l'AEC, Jep Tapias i de la presidenta de l'ERE, Maty Gàmez, la litografia del **100tenari** del pintor Jordi Alumà •

(foto: Manuel Cabanillas)



senderisme



Senderisme nocturn. Camí dels monjos. Sant Cugat. 7-VII-2012 (foto: Maria Espinosa)

DIADA DEL SOCI

27 de juny de 2012

Per: Jordi Romagosa (soci 1224)

*El local és ple com un ou, molts amics escampats
més enllà de la sala, el ventiladors del sostre
fan el que poden per fer suportable la calor
—la del temps i la humana—.*

Els trofeus es retarden i no es pot començar l'acte.



(foto: Jordi Pino)

En Jep demana disculpes i comença l'acte amb un sentit record per als nostres consocis Vicent Ribas i Marta Santuré. En Vicent, soci honorari i na Marta afeccionada al caiac. Comenta l'excel·lent organització i èxit que han tingut els actes del **100tenari** i ens anima a seguir-hi col·laborant i participant en tots els actes, molt especialment fa esment de la participació en el Grs 11 i 92.

Després fa sortir d'un en un els ex-presidents que l'han precedit: Josep Bou, Josep M^a Policart, Pere Palau (ausent), Manuel Navarro i Francesc Reixachs. En Josep A. Pujante, president del Comitè del **100tenari**,

els fa entrega d'una litografia signada i dedicada per l'autor Jordi Alumà. També es fa entrega d'una litografia al soci Iturrioz que ha fet una molt generosa aportació econòmica al **100tenari** i finalment per a tancar aquest capítol, en Jep s'ocuparà de fer arribar al Centre Excursionista de St. Vicenç de Castellet una litografia pel seu acte de simpatia i col·laboració en el **100tenari**. Grans aplaudiments acompanyen aquestes entregues.

Seguidament ve l'hora de premiar l'antiguitat als socis, en Jep fa entrega de 5 insígnies de plata i dues d'or als 25 i 50 anys d'antiguitat respectivament.



Ara toca el repartiment de medalles per les activitats anotades al llibre: 11 medalles a la constància, 4 per a escalada i alta muntanya, 2 per BTT, 8 medalles pels desnivells, 3 medalles pel primer 3000 i una pel primer 4000.

Un vídeo-reportatge de la secció de Caiac, sobre la prova "Racons de Bandoler" ens informa de la seva complexa organització i de l'èxit assolit.

Hi ha una desbandada general i ara són atacats els entrepans, gale-

tes, cerveses estrella DAMM, refrescos SANMY. El personal no s'està de parlar mentre mastega, els qui no ens havíem saludat abans ho fem ara, els entrepans i les begudes van passant de les safates a les panxes, però ja es veu que no s'acabaran. "Casualment" trobes el major nombre de persones agrupades a sota dels ventiladors.

De cop i volta algú s'adona que damunt dels armaris hi ha copes flauta i en fresc ampolles del cava del **100tenari**, ep! Parlem-ne. Quan tothom té la copa al dits i després d'una repicada de campaneta, el xivarri de converses costa de deturar, en Jordi alça la copa i fa un brindis, que està clar, acaba com cal: Visca l'Agrupació i visca Catalunya! Algú hi afegeix: Lliure!! Doncs d'acord.

Aquesta vegada jo diria que hem sigut molts més que altres ocasions, això va bé!

Pels que som de poble s'ha fet tard i cal anar desfilant cap a casa ●



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.

PUIGMAL (2.913 m)

Col·locació placa 100tenari al sostre comarcal del Ripollès

Per: Rosa M. Soler

La sortida al Puigmal, prevista inicialment pel 20 de maig, va haver de ser ajornada a causa de la quantitat de neu que hi havia en aquelles dates i fins ara no havia estat possible trobar una data per posar-nos d'acord un mínim de gent per portar-la a terme.



Cim del Puigmal (foto: Rosa M. Soler)

El dissabte 30 de juny ens vam reunir una colla de 8 persones per anar a dormir amb 3 furgonetes a l'aparcament de Fontalba.

Com que les previsions de la meteorologia pel diumenge no eren gaire bones, vam decidir matinar i pocs minuts després de les 7 ja ens posàvem en marxa.

A primera hora el cel era bastant blau, però aviat ens van visitar les primeres boires i vam fer tota la pujada, sense veure gran cosa, tret d'algun moment en que alguna ulladeta tímida

del sol ens mostrava un trosset de paisatge. Mirem-ho pel cantó bo: No vam suar ni gota.

Després d'un parell de paradetes, per reagrupar-nos i fer un glop i un mos, vam arribar al nostre objectiu i ràpidament ens vam posar a la feina, ja que el vent feia poc confortable l'estada al cim. A més, tret d'alguna escadussera clariana, seguïem sense veure res de res.

Aviat vam tenir la feina feta i va començar la tanda de fotos de rigor. En aquells moments va arribar en Jordi Villena, fill d'en Toni i l'Enriqueta, patrocinadors de la placa. El Jordi, que havia sortit en cotxe de casa el mateix matí i havia pujat corrent, i una mica més i el pobre no surt ni a les fotos!

Ales onze ja estàvem baixant. A mitja baixada van caure les primeres gotes de pluja i ja la resta del descens va transcórrer entre ruixats intermitents, boira, ventades i trons (per sort llunyans). Tot baixant anàvem comentant que havíem fet santament de llevar-nos tan d'hora.

Malgrat tot, vam arribar a les furgonetes sense mullar-nos exageradament, i després del dinar de carmanyola, vam emprendre el retorn cap a casa.

Sembla ser a que a Barcelona la cosa va ser molt pitjor amb una tempesta espectacular. Ja veieu: No val la pena

quedar-se a casa.

Ara ja podem dir amb orgull que una expedició de la "Secció IMERSO SALVATGE" de l'Agrupació ha fet sostre en l'activitat de les plaques, ja que la col·locada al Puigmal és (per ara) la de més alçada •

FLAMA DE LA LLENGUA CATALANA

El nostre consoci Miquel Casas encapsala, com coordinador, el comitè que gestionarà els actes de La Flama de la Llengua Catalana, que s'iniciaran el 2 de febrer a Prada de Conflent i es clouran a Montserrat el 24 del mateix mes, amb l'encesa de la llàntia de la Llengua a l'Atri del Monestir amb la presència del pare abat dom Josep M. Soler (membre del comitè d'honor del **100tenari**).

Ala primera reunió, convocada pel president de l'Entitat en Jep Tapias, es van establir les bases per a posar en marxa una activitat, important, tant per l'Agrupació com pel país,



Reunió del grup que treballa la Renovació de la Flama de la Llengua (foto: M. Cabanillas)

en uns moments difícils per a la nostra llengua, i a la que s'hi espera una important presència de socis i sòcies, tant pels actes a Prada i Montserrat com pels que entre aquestes dates es convocaran •

assegurances

Problemes, dubtes, consultes...

TRUCA'NS

Tel.: 933 190 672

Pino i Cata

De franc per a tots els socis de l'AEC

Aquesta convocatòria va adreçada a tots els Socis que heu acceptat el repte de participar en l'activitat del
100tenari:

Els GR del 100tenari de l'AEC

**Dimecres dia 12 i dijous dia 13 de setembre
 cap a les 8 del vespre a l'Agrup.**

Veniu, qualsevol d'aquests dos dies, tots els qui pugueu i vulgueu tant si sou els responsables com si sou membres dels equips que s'han completat per realitzar aquesta activitat inèdita. Això si, almenys un de cada equip ha de venir. **SOM AL VOLTANT DE 100 SOCIS PER ACONSEGUIR AQUEST REPTE.** Gràcies d'avançada pel vostre compromís.

Es tracta de fer una trobada per a donar les últimes instruccions i recollir documentació d'última hora, guies i plànols facilitats per les editorials que d'aquesta manera col·laboren en aquesta activitat i

en definitiva amb el **100tenari** de l'Agrup. També us donarem una bossa amb productes del **100tenari** i d'empreses col·laboradores.

Per a la resta de Socis que no participeu directament, aquesta activitat es farà el cap de setmana del 15-16 de setembre i tenim previst fer un seguiment del desenvolupament dels recorreguts i equips des de la pròpia seu de l'Agrup. Si esteu interessats en passar en algun moment del cap de setmana per l'Agrup, pregunteu a secretaria uns dies abans o truqueu per telèfon abans de passar.

..... **FAREM HISTÒRIA •**

11 DE SETEMBRE

DIADA NACIONAL DE CATALUNYA

Enguanys, com cada any, d'ençà que els grisos no ens empaiten amb els seus gasos i porres, l'AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA" serà present i participarà en l'**ofrena floral al monument a Rafael Casanova**. La d'aquest any és, per a nosaltres, encara més emotiva commemoració, fa 100 anys vam començar a caminar per camins, tresqueres i corriols per conèixer la nostra Terra i així poder-la estimar millor. Aquesta vegada hem de ser una bona colla allà, darrera de la pancarta, davant del monument, amb motiu del **100tenari**. Equests dies informarem del lloc i hora de trobada •

CAMPAMENT SOCIAL DEL 100tenari

29 i 30 de setembre de 2012 al Maresme

Lloc: Parc de la Font del Boter. A la vila de Santa Susanna.

Entorn: Indret molt proper a la costa mediterrània, amb vegetació típica de costa, humida, però amb poca pluviositat. Boscos mediterranis i terreny format per granits, que al desfer-se per la humitat, genera el típic sòl de sauló.

Transport: Vehicle particular o estació de Renfe de Santa Susanna.

Hora de Trobada: A partir de les 13 hores del dia 29.

Equipament: Tenda de campanya obligatòria (No hi ha bungalows), Àpats per dissabte i esmorzar i dinar de diumenge.

Font del Boter: Disposarem de vàters químics i d'una font d'aigua.

PROGRAMA

Dissabte dia 29

- De 12:00 a 17:00. Arribada i instal·lació de tendes. Dinar cadascú el seu.
- 17:00. Acte de benvinguda al Campament.
- 17:30. Temps lliure.
- 20:30. Sopar, cadascú el seu.
- 21:30. Cremat, coca i xerinxola.

Diumenge dia 30

- 09:00. Esmorzar i xocolatada.
- 10:00. Temps lliure,
- 14:30. Dinar de germanor, cadascú el seu.
- 16:00. Comiat.

ACTIVITATS

• Possibilitats: Fer excursions, platja, jocs, xerrameca, jaure, etc.

• Hípica: Hi haurà cavalls de lloguer, estris per muntar-los i guia - entrena-dor.

Preu de l'estada: 10€ els adults i 5€ els infants. (despeses de coca, cremat i xocolata).

Inscripcions: a Secretaria de l'AEC., fins el dia 27 de setembre.

COM ARRIBAR-HI

En Cotxe: Per l'autopista del Maresme, sortida a Calella i direcció Malgrat per la N-II. També es pot anar per aquesta via des de Barcelona. Un cop pas-sada la vila de Pineda i en arribar a Santa Susanna a la primera rotonda deixar la N-II i prendre a l'esquerra el carrer Bou i seguir-lo uns 500 metres fins un trencall on hi ha un parc a mà dreta i allí girar a l'esquerra fins el Parc de la font d'en Boter.

En tren: Línia de la costa nord, direcció Mataró - Malgrat. Baixeu a l'estació de Santa Susanna, i dirigiu-vos, en direcció Barcelona, per l'Avinguda del Mar uns 450 metres per prendre un camí que direcció muntanya us durà a la N-II. En arribar-hi, gireu a l'esquerra, seguint la carretera, fins una rotonda, on heu de girar a la dreta per prendre el carrer Bou que us durà al Parc de la Font.

VOCALS

Jordi Pino i Cata:

933 190 672 i 685 373 858

Pep Molinos i Carme:

933 106 297 i 666 086 052

Reunió per concrecions de darre-ra hora el dijous dia 27 de setembre a l'AEC •

CAIAC

*Enguany es compleix el **100tenari** de l'Agrupació Excursionista "Catalunya" i des de la seva **Secció de Caiac** volem que la celebració sigui ben sonada així que organitzem dues interessants activitats.*

RACONS DEL BANDOLER 2012

El proper **23 setembre 2012** es celebrarà al pantà de Sau una nova edició de la "Racons del bandoler".

Es tracta d'una prova d'orientació en caiac per parelles (Si no tens parella per participar, pots recórrer al blog Racons del Bandoler indicat més abaix). S'ha de trobar una sèrie de balises en un temps establert i superar alguna prova, tot això proporciona situacions divertides alhora que cal aplicar un sentit d'orientació ja són obertes les inscripcions dels Racons del Bandoler 2012.

Informació: Secció de CAIAC

Inscripcions: <http://raconsdelbandoler.blogspot.com.es> •

MARATÓ COSTA BRAVA LLORET- BCN (FÒRUM)

Tenim el gust de presentar-vos tot un repte tant pels organitzadors com per a qui participi: la primera edició de La CAIAC MARATÓ COSTA BRAVA que se celebrarà el **29 de setembre de 2012**.

Per a la primera maratón que es realitzarà a Espanya, s'han definit dues distàncies que el/la palista podrà escollir segons les ganes que tingui de provar-se a si mateix/a:

La "**Caiac Ultra-Marató Lloret Costa Brava – Barcelona Fòrum**", àlies Ultra-Marató, sortirà de Lloret de Mar a les 7:00h i que després de 34,3 Mn (64 km) de travessia arribarà al Fòrum de Barcelona.

La "**Caiac Marató Arenys de Mar – Barcelona Fòrum**", àlies Marató, sortirà d'Arenys de Mar a les 12:00 unint-se al grup de la Pro-Marató i després de 17 Mn (uns 34,3 km) arribarà igualment al Fòrum de Barcelona.

En ambdues proves es podrà participar tant en caiac individual com doble, tradicional o esprintadora.

Per a més informació: *http://*kayakmaratoncostabrava.*wordpress.*com/2012/06/22/*presentacion/

Pots participar en alguna de les 2 categories.

ANIMEU-VOS A ACOMPANYAR-NOS PARTICIPANT EN LES ACTIVITATS O COL-LABORANT EN L'ACTIVITAT COM AJUDANTS DE L'ORGANIZACIÓ ELS DIES DE L'ACTIVITAT •

dm 4	a.e.c.	Reunió de junta directiva
ds 8-11	caiac	Cabo de la Nao (Alacant)
dm 11	a.e.c.	Diada nacional de Catalunya. Ofrena floral
dc 12-13	100tenari	Reunió preparació dels GR
ds 15-16	100tenari	Fem els GR11 i GR92
dm 18	veterans	Reunió mensual
dv 21	100tenari	Cinema històric de muntanya
dg 23	100tenari	CAIAC: Racons del Bandoler
dc 26-10	glacera	Escalada en roca. Curs nivell II
ds 29	100tenari	Caiac. Marató Costa Brava: Lloret-Bcn Fòrum
ds 29-30	100tenari	Campament general social (Santa Susanna)
	a.e.c.	Inscripció i inici campionat ping-pong

A l'ombra del Pedraforca (foto: Xavi Díez)



previsió **octubre**

dm 2	a.e.c.	Reunió de junta directiva
dm (tots)	cultura	Tallers de manualitats
ds 6	100tenari	Senderisme: El parc de Sant Llorenç
dg 7	100tenari	Placa al Tossal dels Tres Reis
dv 12-14	caiac	Ebre Mig
dc 17-28	glacera	Curs nivell I d'excursionisme
dv 19	muntanya	Senderisme: sopar
ds 20	100tenari	El Moixer (J. Montagut)
dc 24	muntanya	Curs d'iniciació al GPS
ds 27	100tenari	Placa al Pedró dels Quatre Batlles
ds 27-28	caiac	Embassament Canelles

SECCIÓ DE MUNTANYA

CALENDARI DE SORTIDES 2012

DATA		Possible Lloc	Vocal
11/09/2012	dm	Acte 100tenari . Ofrena Casanovas	A.E.C.
15-16/09/2012	ds-dg	Acte 100tenari . Sortida dels GR	Jep Tapias
29-30/09/2012	ds-dg	Acte 100tenari . Campament	Pino-Molinos
06/10/2012	ds	Acte 100tenari . Parc Sant Llorenç	Quim Llop
07/10/2012	dg	Acte 100tenari . Tossal del tres Reis	R. Zamorano
20/10/2012	ds	Acte 100tenari . El Moixer	J. Montagut
27/10/2012	ds	Acte 100tenari . Pedró Quatre Batlles	J. Romagosa
04/11/2012	dg	Matagalls	Quim Llop
10/11/2012	ds	Acte 100tenari . Parc de Montseny	Quim Llop
18/11/2012	dg	Punta Curull	Pino - Cata
01/12/2012	ds	Acte 100tenari .- Pessebre. Placa a Sant Jeroni i l'Albarda Castellana	A.E.C

SENDERISME

El Parc de Sant Llorenç

La màquina de tren

Dissabte, 6 d'octubre

Recorregut: 14 km

Desnivell: 300 m

Temps de caminada: 4 h

Amb aquesta activitat proposem anar a descobrir els Parcs de la província de Barcelona, activitat de senderisme dintre del s actes del **100tenari**.

Són activitats suaus que ens apropen a espais propers però segurament, per a molts, desconeguts. En aquesta descoberta anirem combinant la caminada més física amb visites culturals i de descoberta de la natura.

Anirem per damunt de Castellar del Vallès, salvant les urbanitzacions, amb l'autocar, i endinsant-nos, caminant, per dintre del Parc contemplant el miratge de veure una màquina de tren damunt d'un penya-segat.

Havent dinat intentarem visitar la finca de la família del poeta Pere Quart, si les retallades encara ho permeten.

Hora de sortida (puntual):

- 8:00 del matí des de Plaça Sagrada Família (Provença – Sardenya).
- 8:15 des de Fabra i Puig

Preus:

Soci: 36,00 €. Soci on line: 44,00 €

No soci: 49,00 € (inclou assegurança)

Activitat limitada a 50 persones

Cal portar:

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

Els propers dies ja informarem de les previsions meteorològiques.

Tots aquests preus inclouen autocar, documentació i dinar de restaurant.

Inscripcions: fins dimarts 2 d'octubre, a les 21 hores, a secretaria i ingressar l'import corresponent al nou número de compte de l'Agrupada: **La Caixa 2100 0823 35 0200689123**, només cal posar el nom com a remitent •

SOPAR

de senderisme

Dissabte, 19 d'octubre

Aquesta és la convocatòria pel sopar tradicional que fem a la tardor per recordar les fites del curs passat. Aquest any: La Matagalls – Montserrat, de tan bon record.

Tothom és convidat i com sempre tobequiem amb un reportatge fotogràfic fet pels nostres fotògrafs. D'aquesta manera el passat se'ns tornarà a fer present.

Hora de sopar:

21 hores, en el local social.

Preu: Socis: 16,00€.

Socis online 17,00€, No socis: 18,00€

Limitat a 50 persones.

El sopar consistirà en un aperitiu, un primer, segon i postres. Aigua, vi i cava del **100tenari**.

Inscripcions: fins dimarts 16 d'octubre, a les 21 hores, a secretaria i ingressar l'import corresponent al nou número de compte de l'Agrupada: **La Caixa 2100 0823 35 0200689123** •

CALENDARI RUTES PELS PARCS DE BARCELONA

2012

Dissabte, 6 d'octubre

Parc de Sant Llorenç

Senderisme i cultura. La màquina de Stren o Rocamur i ruta literària per la vall d'Horta amb visita a la residència d'estiu de la família del poeta "Pere Quart".

10 km, +315 m, -335m.

Dissabte, 10 de novembre

Parc del Montseny

Senderisme. Els colors de la Tardor pels boscos de les Agudes.

12 km, +350 m, -350m.

2013

Dissabte, 19 de gener

Parc del Corredor

Senderisme. Ruta del Dolmen de Ca l'Arenes. 9,5 km, +260 m, -260m.

Dissabte, 16 de febrer

Parc Serralada del Litoral

Senderisme. De Cabrera de Mar al castell de Burriac.

9 km, +380m, -380m.

Dissabte, 16 de març

Parc del Foix

Senderisme i cultura. Ruta dels Castells. De Penyafort al Castellet, en el pantà de Foix, amb visita als castells 7,5 km, -150m.

Dissabte, 13 d'abril

Espai natural de les Guílleries - Savassona

Senderisme. De Folgueroles a Sant Julià de Vilatorrada.

10 km, +290m, -320m.

Dissabte, 25 de maig

Parc de Collserola

Senderisme tarda/nit. De Barcelona a Sant Cugat. Ruta de les Ermites. Nocturna.

10 km, +380m, -320m.

Les sortides seran amb autocar menys la del Parc de Collserola que es farà en transport públic. En totes les sortides s'anirà a dinar a restaurants de la zona, menys a la nocturna que es soparà ●

TALLERS DE MANUALITATS

2 hores setmanals

Els dimarts de 18:30 a 20:30 h

Us animen a participar en aquest nou projecte de tallers que de ben segur ens farà passar unes bones estones al nostre estatge social

PROGRAMA PRIMER TRIMESTRE

OCTUBRE

Costura de supervivència i arranjaments.

Dates: dimarts 2, 9, 16, 23 i 30

En aquest taller aprendrem a arreglar la roba, sempre partint del que tingui cadascú. Utilitzarem la costura a mà.

NOVEMBRE

Punt de mitja

Dates: dimarts 6, 13, 20 i 27

Per iniciar-nos en aquest taller, i com a preparació de la temporada d'hivern, confeccionarem: bufandes, casquets, bufes...

DESEMBRE

Cuina de Nadal

Dates: dimarts 4, 11 i 18

L'objectiu d'aquest taller és aprendre noves receptes i trucs per la nostra cuina.

Inscripcions: a L'Agrupació fins el dia 20 de setembre (places limitades)
Preu: 15,00€ per trimestre (10,00€ per mes solt). El preu del taller no inclou les despeses de material.

L'intenció d'aquests tallers és que cada mes hi hagi una activitat. Els nous tallers que estem preparant són: pintat de roba, restauració de mobles, bijuteria, com enquadrar un bloc de notes, reparació de llibres, polseres de cuir repujades, reciclar oli fent sabó de Marsella, marqueteria, vidre gravat, dolços...

T'ho perdràs?! ●

CURS D'INICIACIÓ d GPS PER A EXCURSIONISTES

Del 24/10 al 23/11 de 2012

Inscripcions: Personalment, a partir de l'1 d'octubre a: **Associació Excursionista d'Etnografia i Folklore.** Avinyó, 19 pral. 08003 Barcelona. (laborables de 19:00 a 21:00 h)

Import: 95 €

Més informació:

- Al punt d'inscripció
- Al telèfon 609 334 872 (hores d'oficina)
- www.euro-senders.com / asenexba@euro-senders.com ●

100tenari CIM COMARCAL

TOSSAL DELS TRES REIS (1.354 m)

Col·locació de la placa
al sostre comarcal
del Montsià

Tipus d'activitat:

Muntanya/senderisme

Oberta a: socis exclusivament

Dia: Diumenge, 7 d'octubre 2012

Lloc de Trobada:

Estació de Fabra i Puig

Hora de trobada: 6:00h

Itinerari: pel coll de Tombadors

Desnivell: 166m

Distància:

5,200 km (anada i tornada)

Dificultat: baixa

Transport: vehicles particulars

Durada prevista:

2:30h (anada i tornada)

Material: Habitual de mitja muntanya, i aigua (i algun cistell per si trobem bolets!!)

Cal portar:

Esmorzar i dinar (a peu de cotxe)

Cartografia:

"El Port" Ed. Piolet 1:30.000

Informació:

Dijous 4 d'octubre a les 8 del vespre

Vocal: Ramon Zamorano

(Tel. 933 480 316 - 686 800 101) •

100tenari CIM COMARCAL

PEDRÓ DELS QUATRE BATLLES (2.383 m)

Solsonès

Dissabte, 27 octubre

Per tal de posar-nos d'acord, tots els qui estiguen interessats en aquesta sortida ens hauríem de trobar a l'Agrupació el dimarts 23 d'octubre a les 8 del vespre.

Vocal: Jordi Romagosa •

100tenari Campionat de

PING-PONG

Destinat a tots els socis de L'Agrupació que hi vulguin participar.

Inscripció: Les places restaran obertes des de 1 juliol de 2012 fins al dia 15 de setembre de 2012.

El campionat tindrà **tres fases**.

Una **primera** fase de grups on tots els participants es dividiran en grups i s'enfrontaran entre ells.

Una **segona** fase d'eliminatòries directes i la **gran final** del dia 27 d'abril.

Els membres de cada grup es posaran d'acord per jugar. Els partits es realitzaran de dilluns a dimecres en l'horari en que l'Agrupació està oberta (de 18 a 21:30) excepte si hi ha algun acte programant. Qui guanyi serà el campió de l'Agrupació, i rebrà un xec regal de 150 euros per gastar a les botigues BALMAT. El segon classificat també tindrà un premi.

Animeu-vos a participar •

LA CURSA DEL 100TENARI

LA RIBALERA

Per: Cata Rodríguez

*Malgrat que aquesta publicació es farà ja al mes de setembre, no per això perden actualitat i vigor tots els actes del **100tenari** que es dugueren a terme el passat mes de juny.*

Els participants de l'A.E.C. a la cursa (foto: Quim Llop)



Entre aquestes actes, tots celebrats amb gran èxit, jo en voldria destacar un dels que ha comportat el moviment més abundós en quant a solidaritat, col·laboració i sacrifici entre una part molt important dels socis de l'Entitat.

L'acte a que em refereixo és el de la cursa del **100tenari**, la Ribalera, una idea en principi d'en Francesc Reixachs, amb el impuls entusiasta i eficient d'en Manuel Cabanillas i que tot seguit ja va comptar amb el recolzament del Comitè del

100tenari. Un grup reduït de gent hagueren de lluitar en dos fronts, el burocràtic i el de desplaçar-se a aquelles boniques valls del Pallars, més d'un cop, pujant i baixant diverses vegades per triar i marcar la futura ruta a seguir. Gent de L'AEC i gent del país.

El propi director de la cursa, en Xavi Oliveres, en Josep Ferreres el tècnic, en Jordi Secall, en Miquel Insausti... possiblement combinant-ho amb assumptes personals que sempre hi són.

També va ser encomiable la col·laboració de tots, —no puc nomenar-los tots però els tinc tots ben presents— que van fer possible que l'acte tingués, en la meva opinió, uns resultats excel·lents.

Personalment em trec el barret per la ingent feina que ha comportat.

Sant Pere també va estar de part nostra (que diuen és qui fa fer mal o bon temps, o ploure a raig si vol) i va fer lluir el sol... i cel ras amb lluna minvant per la nit.

L'assaig general que férem setmanes abans, va anar de primera, perquè el dia de la cursa tothom sabia on havia d'anar i què havia de fer.

L'aprovisionament al "camp base" va funcionar com una seda. Els controls, alliçonats pel Xavi Oliveres, vàrem fer bon dat i tots érem al nostre lloc a l'hora convinguda, tot i que n'hi va haver molts que varen fer una bona matinada (i caminada), i encara recollir totes les banderoles i senyals, de baixada.

Les comunicacions, puntuals i eficaçes, controlades des de Tírvia pel Miquel Peinado i els seus ajudants, dis-



Francesc Reixachs animant a l'arribada (foto: Quim Llop)

tribuits sàviament pel Jordi Secall des del Pic de la Màniga. No hi ha com ser professional...!!!

Tothom va fer la seva feina, per insignificant que pogués semblar, i tot va ser clau per aconseguir que rutlles bé; des de fer uns entrepans fins fer de taxista com, per exemple, en Joan Tarruella...

Però el coordinador i al cap i al fi, l'ànima de tot, —si més no el més visible— va ser el nostre benvolgut amic i company Francesc Reixachs, que va organitzar, parlar i demanar implicació amb els del país, amb nosaltres, i molts etcèteres

Jo l'anomenaria el "llevador" de la empresa (no per parida, sinó perquè va costar com un part) i que sembla que amb el permís de les autoritats, podrà tenir continuïtat. La Cursa, es clar; el següent part ja no serà de primerenca, esperem...

BON 100tenari...!!!!!!! •

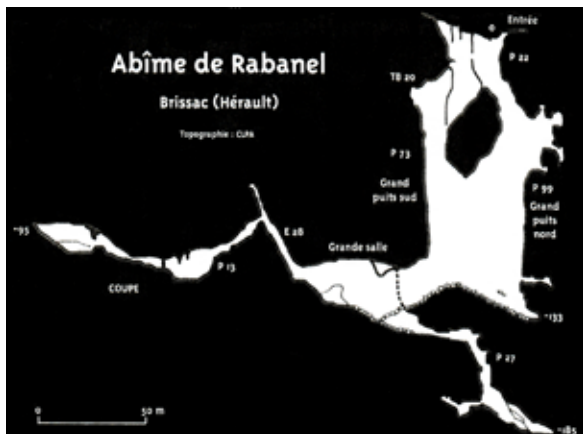


Baixant del Màniga (foto: Pep Molinos)

L'ABÎME DE RABANEL

Per: Antoni Rocias

Va ser en el decurs de l'any 1889 quan Edouard-Alfred Martel, demostrant estar dotat d'una audàcia increïble, si tenim en compte els mitjans disponibles en aquella època, va dur a terme el primer descens a l'impressionant pou d'entrada d'aquesta cavitat.



La realització d'aquesta exploració en la que va invertir gairebé una setmana, representava el primer descens d'un gran pou a França. Dos anys més tard, Martel torna a baixar a l'avenc, explora la seva continuació i estima que la seva fondària total es de 212 m que representava en aquells moments el rècord francès de profunditat.

El 1932 Robert de Joly reprèn l'exploració de la cavitat, redueix la seva cota màxima a -195 m i aconsegueix escalar una xemeneia de quasi 30 m situada a l'extrem de la sala que forma la base del gran pou. Aquesta sala serà batejada posteriorment amb el seu nom.

No és fins l'any 1975, quan tres grups d'espeleòlegs francesos de Lodève aconsegueixen trobar la continuació a l'escalada duta a terme per Robert de Joly, que consisteix en una successió de petits ressals, un pou de 13 m i dues grans sales magníficament decorades amb un desenvolupat procés reconstructiu.

Avui hem hagut de matinar, però això no sap greu quan l'objectiu s'ho val. Són prop de les onze del matí quan deixem els cotxes a la sortida del llogarret de Coupiac (Hérault, França).

El matí és calorós, i encara que l'aproximació no és gaire llarga, ens fa suar de valent. Quan arribem, tot i que ja veníem avisats, la gran boca de la ca-

vitat, protegida per una tanca metàl·lica, arrenca de les nostres boques algun comentari de sorpresa. Ens canviem i equípem degudament, i comencem a baixar els primers 25 m d'aquest pou d'accés, fins que fem peu en un petit replà perfectament il·luminat per la llum de l'exterior, la qual cosa propicia que les parets de la part alta d'aquest gran pou, estiguin completament entapissades de molses i falgueres que li donen un aspecte estranyament feréstec. Aquí comença una relliscosa rampa cada cop més inclinada, que desemboca després d'un desnivell de 20 m en el darrer tram del pou, absolutament vertical i de 73 m dels quals els darrers 55 són completament aeris i es baixen lluny de les parets, cada cop més nues de vegetació.

L'aterratge es realitza al capdamunt d'una rampa pedregosa per la que baixem fins a la sala R. de Joly. Aquí comença la Galerie du Ruisseau que desemboca en el pou terminal de l'avenc que mesura 25 m. Des de la seva base es pot accedir a dues sales argiloses, on s'assoleix la cota més profunda de la cavitat situada a -185 m.

Si ens situem a la part més alta de la sala R. de Joly, podem escalar la vertical descoberta el 1932, i accedir a través d'un pas estret a una galeria inclinada, que comunica per mitjà d'una vertical de 13 m. amb les dues sales amb les que finalitza aquesta via. És sens dubte la part més bonica i, segons sembla, també la menys visitada de l'avenc. Hi podem trobar formacions litogèniques

de tot tipus que guarneixen amb profusió aquestos espais de l'Abîme de Rabanel. Ens hi encantem una bona estona, i aprofitem els nombrosos motius que ens ofereix l'entorn, per a disparar una vegada i una altra la càmera de fotografiar. Plans generals, detalls de qualsevol racó o d'aquella curiosa excèntrica, i com no la foto de grup per a la posteritat...

Com ja és habitual en les visites que efectuem a quest tipus de cavitats, el temps s'escola volant. Sembla que no fa gaire que hem entrat i ja és mitja tarda. Ens quedariem més temps aquí baix, però hem de començar a sortir. I poc a poc comencem a refer el camí vers l'exterior.

Quan arribo a la base de la vertical d'entrada, alguns companys ja han començat a sortir, i mentre espero tenir la corda disponible, observo, millor dit admiro, aquest magnífic pou, i gairebé m'esgarrija pensar com deuria ser el primer descens de Martel a les darreries del segle XIX. Grosses cordes de cànem, escales amb travessers de fusta i d'altres equipaments absolutament rudimentaris...

LLIURE!!!, el crit del company que m'ha precedid en l'ascens, em torna a la realitat i començo tranquil·lament la llarga pujada, recordant les paraules de l'espeleòleg francès Pierre Minvielle, responent a Pierre Weité, que presumia d'haver "vençut" a Rabanel en cinc hores l'any 1938. Deia Minvielle: *"Rabanel no es venç: es baixa, s'admira i es respecta, perquè l'Abîme de Rabanel és un avenc respectable"* ●

EL T.R.E.C.

Tècnica de Recorregut Eqüestre de Competició

Per: Miquel Casas

*Companys, la junta directiva del mes de juny va aprovar la meua proposta dins dels actes del **100tenari** de sol·licitar a la Federació Catalana d'Hípica l'organització d'una prova de TREC del calendari de competicions oficials de la Lliga Catalana pel mes de **desembre** a Santa Susanna.*



Prova d'obstacles (foto: arxiu)

Pels qui no sabeu què és aquesta modalitat anomenada TREC, us explicarem una mica en què consisteix.

El T.R.E.C. o Tècnica de Recorregut Eqüestre de Competició té el seu origen a França, fa uns 30 anys. En aquest país tenia i té un gran desenvolupament, la indústria del Turisme Eqüestre per això es va pensar que era convenient comptar amb personal qualificat per a això i així va sorgir la necessitat de formar Guies Eqüestres. Per aconseguir el títol havien de passar un examen pràctic. Aquest examen va ser desenvolupant cada vegada més i

ha donat lloc a la competició que després es va dir TREC.

Què podem suposar que ha de contenir un examen d'aquest tipus? Evidentment tot allò que un genet i cavall han de conèixer per fer una ruta pel camp en les millors condicions. Estem parlant de rutes de llarga distància per exemple des de Barcelona a Girona. Podem dir per tant que: El T.R.E.C. (Tècniques de Rutes Eqüestres de Competició) és una disciplina hípica que tracta de reunir en una competició totes les habilitats i dificultats que un cavall i el seu genet han de dominar,



Obstacle recorregut (foto: arxiu)

per gaudir al màxim d'un llarg passeig o ruta pel camp. Nascuda del Turisme Equestre, avui es tracta de la disciplina equestre amb el major creixement a França. L'any passat es van organitzar prop de 800 competicions.

És una de les disciplines més completes ja que intervé la doma, la flexibilitat, la confiança així com l'educació del cavall per al treball peu a terra, petits salts per a la PTV, la gestió de l'esforç del cavall i la capacitat d'avaluar temps i velocitat, adaptant-se al terreny. A més s'hi suma el coneixement del genet en matèria d'orientació i cures del cavall. Dirigida a tots aquells que, sent amants de les passejades pel camp, vulguin gaudir amb la disciplina més variada i divertida que a més no exigeix un alt nivell d'equitació ni de forma física, de manera que la pot practicar qualsevol genet que ho desitgi. El TREC es pot practicar amb qualsevol cavall que reuneixi les qualitats de bon temperament i bona resistència física.



Porta recorregut (foto: arxiu)

CONSTA DE TRES PROVES:

Prova d'Orientació i Regularitat

En primer lloc el genet per fer una ruta amb èxit ha de saber orientar-se i seguir amb un plànol, una brúixola i cronòmetre a la mà, un itinerari prefixat, és per això que s'estableix una primera Prova d'Orientació i Regularitat (PER) que consisteix en el següent: El genet amb el seu cavall preparat a la porta, entra en una sala de mapes, on té 20 minuts per copiar sobre un pla verge de la zona, un itinerari de 35 - 45 km. Cavall i genet hauran de recórrer l'itinerari i passar per uns controls secrets de pas que hauran d'anar trobant (Orientació).

Un bon guia equestre a més de trobar el lloc on ha d'arribar, ho ha de fer a la seva hora. Per comprovar aquesta aptitud, haurà de recórrer la distància entre cada dos controls a velocitats mitjanes predefinides. Penalitzarà si es retarda o avança respecte del temps òptim (Regularitat).

Cada genet disposa de 240 punts dels que s'aniran restant les diferents penalitzacions: 50 punts per control no trobat, 1 punt per cada minut de retard o antelació d'arribada a un control.

El genet, a velocitat controlada, ha de seguir, amb l'ajuda d'un plànol, un itinerari prefixat amb controls de pas.

Prova d'Aires

Amés, genet i cavall han de marxar a un bon pas que mengi terreny i a un galop curt, còmode per a la marxa. Per mesurar aquesta habilitat s'estableix l'anomenada Prova d'Aires (PAR) on el genet amb el seu cavall ha de recórrer un corredor de 150 metres de llarg i aproximadament 2 metres d'ample. Primerament el galop el més lentament possible i després, al pas el més ràpid possible. Es penalitza si el cavall canvia d'aires i si surt del corredor. Es prenen els temps i es porten a una taula que li assigna la puntuació corresponent. Com menys temps tarda a fer el recorregut al pas, més puntuació tindrà, també puntuarà més en la mesura que el recorregut de galop ho faci més lentament. Es pot puntuar un màxim de 30 punts en cada aire.

Prova d'Obstacles

Finalment, un recorregut de camp, requereix que el cavall superi amb facilitat una sèrie de dificultats naturals que es pot trobar en el terreny. Per cobrir aquesta necessitat, el Reglament defineix 23 tipus d'obstacles o dificultats (el Comitè Organitzador n'ha de triar 16) que es col·loquen sobre un recorregut de 5 km. Per exemple, entrar amb facilitat en un van o remolc, obrir els portells que es trobi al pas sense baixar del cavall, saltar troncs, travessar algun riu o corrent d'aigua, ascendir per un pla in-

clinat, etc. Doncs bé, totes aquestes habilitats conformen l'última prova anomenada Prova en Terreny Variat (PTV) que consisteix a superar una sèrie de dificultats naturals o simulades que els jutges puntuaran sobre un total de 10 punts per obstacle i tenint en compte l'Efectivitat i Estil amb què cavall i genet resolen l'obstacle. La puntuació màxima que es pot obtenir per tant és de 160 punts.



Altres característiques

Inspecció d'equip abans de la sortida a la prova d'Orientació, genet i cavall són inspeccionats a veure si tenen l'equip necessari per a una ruta: ronsal, llanterna, element reflectant, hiposandalia o utilatge de ferrador, farmaciola de primers auxilis documents identificadors de cavall i genet.

Aquesta disciplina es va començar a practicar a Catalunya amb força èxit, quedant alguns genets catalans molt ben classificats en els Campionats d'Europa dels anys 97, 98, 99 i celebrant a Catalunya el Campionat d'Europa de 1997 •

CAMPAMENTS 2012

Diferents grups i moments dels campaments (fotos: monitors S.L.J.)



ALTES DEL MES DE JULIOL

Víctor Alonso López
Lucas Alonso Grillo
Ilmari Aalto

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

CALDERER - 100tenari

Gustavo Mániz (foto: Xavi Díez)



Josep Emili (foto: Xavi Díez)



PAGAMENTS

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

COMPTES BANCARIS:

100tenari: 2100 0823 39 0200688916

AEC: 2100 0823 35 0200689123

INFANTIL: 2100 0823 31 0200689236

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

CORREUS ELECTRÒNICS

aec@aec.cat
100tenari@aec.cat
secretaria@aec.cat

comunicacio@aec.cat
butlleti@aec.cat
agrupactivitats@aec.cat

speleo.ere_aec@yahoo.es
escola@glacera.com
caiac@aec.cat ●



C/ Padilla, 236 - Entresol 1a

Si estas buscant;

Últimes Tecnologies en tots els tractaments

Facilitats en els pagaments

*I sobretot, un equip humà que només pensa
en el teu benestar*

TRUCA'NS *T'asseguem un bon somriure*

93 450 20 05

Presentant el carnet de soci de

L'AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

**1^a VISITA
de DIAGNOSTIC**

GRATUITA**HIGIENE****20€**

10% dte. en tots els tractaments



T'estem esperant

www.balmat.com



GRAN VIA C.C., 527 COMTE D'URGELL, 72 08011 - BARCELONA

Tel. 934 548 309

HORARI SECRETARIA A.E.C.

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

SECCIONS

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



1912

AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

Padilla, 255-263, primera planta

08013 Barcelona

tel: 933 024 529

e-mail: aec@aec.cat

butlleti@aec.cat

web: www.aec.cat

Edita: AEC

President: Jep Tapias

Amb la col·laboració de:

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



Disseny i maquetació: Xavier Sánchez

Impressió: Empòrium

Coordinador: Manuel Cabanillas

En aquest butlletí hi col·laboren: Jordi Romagosa, Manuel Cabanillas, Jordi Pino, Cata Rodríguez, Pep Molinos, Jep Tapias, Neus Moratona, M. Antonia Civit, David Ortiz, Xavi Díez, Gustavo Máñez, Pere Milla, Maria Espinosa, Rosa M. Soler, Secció Caiac, Quim Llop, Ramon Zamorano, Secció Infantil, Antonio Rocías i Miquel Casas.