



1912

butlletí informatiu  
març 2023



# Agrupació Excursionista "Catalunya"

**EXCURSIONISME, PAÍS I CULTURA**





*S.E.M. Pic de la Serrera (pàg.11). Foto: Pol Baselga*



*Senderisme. Sant Llorenç del Munt (pàg.8). Foto: Ana González.*

# CANVI DE VIDA

D'un temps ençà sembla que la ciutat ens angoixa, potser ens ha abocat la pandèmia i el teletreball, és possible, però també l'estrès, el trànsit, les obres que no acaben mai, bé tot un seguit de circumstàncies que fan que, qui pot, prengui la decisió de buscar un racó de la nostra geografia per retrobar la tranquil·litat que el cos i la ment necessiten.

Ara tot no són flors i violes, no tothom pot accedir a treballar des de casa o poder canviar de feina per seguir endavant en un altre lloc.

El jovent, no tots, miren d'emprendre una nova vida als pobles que ofereixen habitatges i en alguns d'ells inclòs feina i així poder mantenir els serveis com escola, metge, en fi tornar a donar vida al mont rural que tant de temps ha estat perdent població per omplir les ciutats més del que poden assumir, fent créixer blocs i blocs de pisos cada cop més cars i inassolibles per les economies.

Potser amb aquest canvi de tendència farem que es descongestionin les ciutats i poder veure des de fora el ritme que molt sovint sense adonar-nos ens empeny i ens dur a aquest ritme frenètic.

No sé, potser és massa utòpic massa bucòlic, però hem de fer quelcom perquè la nostra terra no agonitzi en vers a les gran aglomeracions.

Qui pugui que ho faci, no serà fàcil, però no és impossible.

## ÍNDEX

### 3. EDITORIAL

19. Trescar Travesses amb Tren.

20. Senderisme.

21. Semprepodem.

22. Dimecres al Sol.

23. Assemblea General/Cultura.

24. Normes Generals.

### ARTICLES

4. MUNTANYA: Dimecres al Sol.

6. CULTURA: Visita Cultural a la Universitat de Barcelona.

8. MUNTANYA: Sant Llorenç del Munt.

11. SEM: Pic de la Serrera.

12. MUNTANYA: Fent Camí cap a Canet de Mar.

13. MUNTANYA: Match Point.

15. AEC: El senyor Josep Maria Espinàs, en el record.

### ACTIVITATS PROGRAMADES

25. Muntanya

26. Familiars, BTT i SEAM.

27. SEM, Grup Jove i SIJ

28. Glacera.

29. Sortida Conjunta SEAM-Semprepodem.

### AGENDA D'ACTIVTATS MARÇ

17. Calendari d'activitats març.

18. Dones i Matinal a Collserola.

30. Escrits pel butlletí, altes del mes, pagaments i correus electrònics.

# DIMECRES AL SOL

## Sortida al sostre Comarcal del Gironès, "PUIGSOU"

25 de gener de 2023

Jordi Secall (soci nº2247)

*Sortim de Barcelona i Puigcerdà en cotxe. Els de Barcelona, ens trobem al Celler d'en Cavallé, a Sant Gregori, on esmorzem. Allà ens trobem amb la grata sorpresa de que l'Albert i la Maria Antònia ens han vingut a veure. Molta alegria, ja que alguns feia temps que no ens veiem. En acabat, posem al Google Maps la localització del punt de trobada amb en Pere i en Jaume, que venen de Puigcerdà.*

**P**assem per Canet d'Adri, un indret preciós que ens deixa bocabadats. En un punt de la carretera, el Sr. Google ens diu que hem d'agafar una pista. Estranyesa. Una pista? si, una pista. Bé doncs som-hi. Sembla practicable per a turismes. Anem tirant, fins que arriba un punt on els turismes diuen que ja n'hi ha prou, que la pista es posa molt per sobre de les seves prestacions.



Al cim del Puigsou. Foto: Joan Tarruella



A partir d'aquí, uns i unes continuen a peu, i els afortunats que van en 4x4, continuen en cotxe. Mentre pugem a peu, en Joan, amb el seu 4x4, baixa i recull a alguns caminaires, que agraeixen la bona obra. Després d'aquesta mala jugada del Sr. Google Maps, acabem arribant tots i totes al Pla de Martí, on ens trobem amb la delegació de Puigcerdà. Aquí comença l'excursió "oficial", ja que alguns i algunes, ja porten 4 km a les cames. Sota el guiatge d'en Pere, comencem a baixar suaument, fins al Roc Barret, una gran roca plana, que s'aguanta sobre una pedra més petita.

Continuem, ara pujant, entre Calzinars, fins al Santuari de Santa Maria de Rocacorba. Les vistes són espectaculars: Banyoles i l'estany, el Mont, Cap de Creus, i tot el Pirineu Oriental....Com que ja és l'hora, ens acomodem en una escalinata assolellada, i fem un mos. Algú també aprofita l'aturada, per fer una becaïnet. Ja ben alimentats, i recuperats del fred, comencem la pujada cap a l'objectiu de la sortida, el Puigsou. En poca estona arribem fins on es pot arribar, ja que el cim pròpiament dit està encerclat per unes tanques de reixa metàl·lica, que protegeixen unes antenes de telecomunicacions.

Allà observem que la placa del Centenari està en perfectes condicions, i aprofitem per a fer-nos una bonica foto de grup. Assolit l'objectiu, ja no ens queda més que retornar als cotxes.

El camí de baixada, diferent del de pujada, és força dret i emboscats, i cal anar amb molt de compte, per a no patinar i fer un "estropici". Després el camí ja s'aplana més, i en poca estona ja arribem de nou al Pla de Martí, on hi ha una part dels cotxes. Allà, gaudim d'un glopet de limoncello, ofert per la Maria Jesús, i els que anaven amb els turismes, continuen uns kilòmetres més fins als trovar-los.

Ha estat una bonica excursió, amb força fred, però amb un sol agraït, i una companyia immillorable.



Camí de baixada. Foto: Jordi Secall.

# VISITA CULTURAL A LA UNIVERSITAT DE BCN

8 de febrer de 2023

Text: Marta Caveró - Fotos: Glòria Playán

*Durant el curs 2022/23 es commemora el 150è aniversari del primer curs acadèmic inaugurat al mateix edifici el 1872. Aquesta data ens sembla prou important per dedicar-li una visita i ens trobem el dia 8 de febrer un bon grup de sòcies/socis per gaudir d'unes hores inoblidables.*



**C**omencem a l'imponent vestíbul de l'edifici amb una breu història per recordar-nos que va ser planificat per l'arquitecte Elies Rogent. Tenim una guia tan eixerida que ens fa passar una estona molt agradable i dinàmica. Iniciem el recorregut per la

majestuosa escalinata coronada amb una gran claraboia per on ens entra la llum de la saviesa. Una referència preciosa perquè fa un dia molt clar i la claror és espectacular. Sota d'aquesta meravella, ens expliquen el lema de la Universitat: "Libertas perfundet omnia luce" , la llibertat ho

il·lumina tot amb la seva llum. Em sembla tan poètic...

**S**eguim a la nostra guia i ens porta a descobrir diferents sales, totes molt ben vestides amb pintures i mobiliari, carregades de simbologies i records. Travessem el pati de ciències i ens dirigim al paranimf i quan s'obre la gran porta quedem bocabadats per les seves dimensions i decoració. Allà, malgrat la solemnitat dels actes que s'hi celebren, ens deixem anar i pugem al púlpit, seiem a la gran taula on rectors i catedràtics escolten les tesis doctorals. També em crida l'atenció saber que s'hi han rodat alguns capítols de la sèrie Merlí, sapere aude.

**D**esprés de fer-nos moltes fotos, anem cap el patí de Lletres, que està radiant amb els tarongers i a la Torre del Rellotge. Hem de fer grups de 10 persones per poder pujar i baixar la recargolada escala de 100 graons. Fem tres aturades abans d'arribar a dalt de tot. Una per contemplar el Rellotge amb tota la seva maquinària a tocar. La segona a un petit terrat intermedi que ja ens permet gaudir de molt bones vistes i la tercera a dalt de tot, sota les impressionants campanes. Quasi bé tot als nostres peus, 360 graus per gaudir...no trobem el moment de baixar.



**F**inalitzem la visita amb una bona passejada pels jardins que tenen una diversitat d'espècies botàniques que mereixen la nostra atenció.

**E**ns fem la foto de grup sota l'imponent arbre anomenat Bellaombra de pota grossa i quedem ben satisfets de l'experiència viscuda.

**S**ense perdre punt, anem Balmes avall ja que la gana ens empeny. Dinem molt a gust i fem petar la xerrada fins que en tenim prou.

**H**em d'agrair, una vegada més, l'excel·lent preparació i organització de la trobada que tants bons records ens deixa sempre.

Que la llum rebuda a la Universitat ens acompanyi sempre.

Salut i cultura.

# SANT LLORENÇ DEL MUNT

11 de febrer de 2023

Joaquim Ariño

*Els nous socis de finals de gener no hem pogut tenir millor regal d'acollida que una fantàstica travessa pel Parc Natural de Sant Llorenç del Munt, des del Coll d'Estenalles a Can Robert. Des d'aquí moltes gràcies per la immillorable rebuda que ens han proporcionat les companyes i companys de l'Agrupada.*

**I**nciem la jornada a les portes del local de l'Entitat (xamfrà Padilla amb Provença), on puntualment ens espera a les 07:30 l'autocar i uns minuts més tard fem parada obligada a Fabra i Puig per recollir a la resta d'integrants de la sortida.

**C**om que cal posar una mica de combustible al cos abans de començar a caminar, fem parada a un Viena de Terrassa i allà, entre queixalada i queixalada als entrepans de l'esmorzar, fem els primers contactes i presentacions.

**S**ense entretenir-nos més de l'indispensable tornem a pujar a l'autocar, que en uns vint minuts ens deixa al pàrquing del Coll d'Estenalles, on ja hi ha un bon nombre de cotxes.

**A**vui el dia és bastant fresquet, sobretot a primeres hores del matí i fa que agafem les primeres pujades ombrívols amb molta empenta. Tothom agraim però el dia assolellat que ens acompanyarà fins la fi de la travessa juntament amb unes magnífiques vistes.

**D**e seguida el camí arriba als peus del Montcau, que avui deixem reposar tranquil a la nostra esquerra. Som un grup de 22 i ens anem estirant i agrupant periòdicament, aprofitant els llocs on toca el sol per escalfar-nos, tot petant la xerrada i badant amb els paisatges que es van obrint davant nostre. Qui més qui menys aprofita per fer unes bones fotografies.

**E**ns endinsem pels alzinars del Parc i desviant-nos cap a la l'esquerra només uns 300 metres del camí (en tot el recorregut molt ben indicat) aviat arribem al conjunt de coves i balms anomenat els Òbits, on es té constància que al segle XII ja hi hagué un primer assentament humà, essent posteriorment ocupat per eremites.

**E**ls companys més coneixedors dels camins i curiositats d'aquest massís rocallós conglomerat de La Mola, ens van il·lustrant sobre els noms de les singulars formacions d'agulles i penya-segats ("el ninot", "agulles dels morrals dels bens", el





Vistes a Montserrat. Foto: Lucía Martínez.

conjunts de les "agulles de les Fogueroses", "el morral del drac"... , entre d'altres).

Com que és dissabte, el camí és força transitat (hi ha passat tanta gent al llarg dels anys que les pedres estan completament arrodonides i llisquen si no pares compte) i a les pujades, que en poc més de mitja hora ens durà cap a la part més alta del nostre recorregut, ens anem creuant amb gent que torna cap al coll d'Estenalles.

Cap a quarts d'una arribem al monestir romànic de Sant Llorenç del Munt, edificat als segles X-XI pels monjos benedictins al cim de La Mola, a 1.103 metres d'alçada. El conjunt està format per l'església i un pati tancat que dona accés a una hostatgeria, construïda l'any 1957 sobre els fonaments de les antigues dependències monàstiques.

Aquest indret ofereix unes vistes espectaculars a 360°, des del Pirineu a Collserola i des del Montseny a Montserrat. Estem al sostre comarcal del Vallès Occidental però com dic la panoràmica s'estén molt més enllà d'aquesta demarcació territorial. Ha valgut molt la pena arribar fins aquí dalt, a la meitat si fa no fa, del nostre recorregut d'avui.

Com que el bar-restaurant està força ple i el dia és tan assolellat que convida a gaudir-lo plenament, anem a la recerca d'un bon lloc per dinar, recuperar forces i seguir gaudint de les vistes. Finalment trobem una paret de pedra que ens ofereix prou bon recer (com a les sargantanes) per buidar en un tres i no res les carmanyoles al temps que prenem una bona dosi de vitamina D.

Un cop descansats i tenint en compte que l'autocar ens espera a les quatre de la tarda al pàrquing

de Can Robert, comencem la davallada pel camí dels monjos, altrament dit de manera sorneguera "camí de les funcionàries", segons informa un company, pel fet que el segueixen les mules ("funcionàries" amb registre de la Diputació de Barcelona, a la qual pertany el Parc) que duen l'avituallament a la hostatgeria.

De seguida arribem a la Cova d'en Manel i, com ja he comentat abans, per camí molt ben marcat, a Can Pobla. Des d'aquí fem dreuera direcció a Can Robert fins trobar el camí de les Boixaderes, sense deixar de passar per la necròpolis medieval de Can Robert

(segles VII al IX), on ens hi aturem per visitar una dotzena de tombes delimitades amb tanques de fusta per tal d'evitar-ne l'erosió.

Des d'aquí i en deu o quinze minuts més ja ens plantem a l'aparcament on està esperant-nos l'autocar. Hem arribat a l'hora prevista amb puntualitat suïssa gràcies a les indicacions de la Rosa Maria Soler, que en tot moment ha vetllat per l'èxit de la sortida.

Ara, de tornada cap a Barna, uns segueixen xerrant animadament i d'altres aprofiten per fer una mica de becaina. Però tots plegats esperant la convocatòria d'una nova sortida ben aviat.



Camí del Coll d'Eres. Foto: Rosa Maria Soler.

# PIC DE LA SERRERA

Dia 12 de Febrer de 2023

Text: Rafa Alacuart Pastor - Foto: Pol Baselga

*Hem dormit a la furgo a la Vall de Ransol, la nit ha sigut molt freda, però el dia pinta que serà molt bo. A les 8.20 comença a arribar la resta, en total formem un grup de nou que està prou be.*

**S**on les 9,15 l'hora de sortir, el ritme és bo i sobre les 11,30 arribem als estanys de Ransol que els passem per la esquerra per anar a buscar la Collada de Meners.

**A**ra sí tenint el Pic de la Serrera davant, fem l'últim esforç i per la pala de l'esquerra de la aresta arribem al cim .Al final tots aconseguim l'objectiu i ara toca gaudir de la baixada.

**P**rimera la pala després anem a l'estany de Meners on agafem la canal de la dreta per empalmar amb una segona canal que ens porta fins el fons de la Vall ara en suaus pendents fis els cotxes.

**U**n magnífic dia, una magnífica esqujada i el millor un magnífic ambient amb els companys de l'Agrupada,





# Fent camí cap a Canet de Mar. 5a etapa: de La Garriga a Cardedeu pel bosc de Malhivern

14 de febrer de 2023

Xavier Domènech

**D**e l'estació de tren hem sortit en direcció sud pel Passeig on es troba un bon nombre de torres d'estiueig de principis de segle XX. A la sortida del nucli urbà ens trobem amb les restes romanes de la vila de can Terrers, on ens hem parat a esmorzar.

**H**em reprès la caminada, ara seguint la riera (seca) de Malhivern i gaudint de l'alzinar que caracteritza el bosc de Malhivern. A la sortida del bosc hem començat a pujar sostingudament al llarg de 2-3 kms, entre camps d'oliveres assolint la cota màxima de la caminada (370 m). En aquest punt hem connectat amb el GR-97 que hem seguit al llarg de 6 kms, passant per Corró d'Amunt

i per grans masos i extensos camps de conreus. En deixar el GR, hem iniciat el descens que ens ha conduït a Cardedeu, fent una aturada al parc dels oms al costat de la riera de Cànoves, on es troba el gorg de la mina.

**R**esumint la caminada ha estat d'uns 16 kms i uns 200 m de desnivell de pujada. L'etapa següent del camí que ens ha de conduir a Canet de Mar, seràs de Cardedeu a Sant Celoni.

A l'adreça següent, trobareu el track d'aquesta 5ena etapa:

Wikiloc | Ruta De Castelleterçol a Canet de Mar: Etapa 5 De La Garriga a Cardedeu pel bosc de Malhivern i el Corró d'Amunt



Foto: Joan Juncosa

# Match Point: Excursió de raquetes al massís de Port del Comte amb els Semprepodem

18 de febrer de 2023

Text: Mònica Muñoz-Castanyer - Fotos: Rosa Maria Soler

*Fins no fa massa associava les raquetes amb una pista de tennis. A l'Agrupada he après que no només s'empunyen amb la mà sinó que també es poden fer servir amb els peus.*

**A**ixí és com les vam utilitzar la vintena de socis de l'Agrupada de la secció Semprepodem el dissabte 18 de febrer al massís del Port del Comte. El dia era assolellat i molt lluminós. Tan calorós que temíem per la manca de neu. Incredul, quan vam arribar al pàrquing de l'Estivella (1.941 m) vam poder comprovar que n'hi havia prou com per calçar-nos les raquetes.

**A**quí ja es van formar dos grups: el dels experts que van decidir emprendre el camí amb les raquetes penjades a la motxilla perquè la neu era prou dura i no n'havien de menester, i el dels debutants, il·lusionats per enfundar-nos les botes en aquests estranys enginys que ens feien avançar com ànecs.

**V**am iniciar l'ascens per la Rasa del Prat travessant un bosc fins arribar al Portell del Llop. Els debutants ja no somrèiem tant. Les cames ens pesaven el doble que als altres. En sortir a camp obert i girar cap a nord-oest, la neu escassejava i,





ara sí, tots plegats -o gairebé- vam renunciar a portar les raquetes sota els peus.

**E**ns vam enfilem per un pendent rocós que ens va portar al cap de les Pedrusques (2.349 m). Primera parada per contemplar una vista 360° des de la que vèiem tot el Pirineu i bona part de Catalunya. Des d'allà mateix divisàvem el Pedró dels quatre Batlles (2.388 m), el punt més alt de la nostra excursió, que vam assolir poc després i des d'on teníem la Serra d'Ensiya, el Cadí i el Pedraforca a tocar.

**A**l Pedró s'esdevingué l'ensurt de la jornada. Faré spoiler per no espantar-vos i ja us avanço que no va ser greu. L'August es va tallar amb un dels rètols panoràmics de metall que hi havia al cim i es va fer una incisió al dit que sagnava força. L'expedició, sortosament, comptava amb dues infermeres molt competents que van tallar l'hemorràgia i l'August va continuar l'excursió. Un cop a Barcelona va ser atès per una doctora que li va cosir fins a set punts de sutura. Déu ni do.

**V**am deixar enrere el Pedró dels quatre Batlles i vam emprendre direcció nord-est encara sense calçar-nos les raquetes ja que les ventades s'havien endut les neus dels cims. El descens ens portava cap al Clot Rodó per un tram on la neu s'hi havia acumulat amb abundància. El grup de debutants ens vam afanyar a calçar-nos novament les raquetes.

**A**l Clot Rodó vam fer parada i afonda. N'hi va haver uns quants que abans d'endrapar el dinar van pujar al Tossal Estivella (2.338 m). La resta vam encetar el nostre déjeneur sur l'herbe (i pedres) i, un cop tips, esperar la resta com fan els llangardaixos.

**D**e baixada vam creuar el Prat de Fontetes amb prou neu com perquè aquesta vegada els vint-i-dos semprepodem ens decidíssim a "enraquetar-nos". El prat ens va menar a una pista que va permetre als iniciats a llançar-se per trams de neu verge que van provocar alguna rebotada i moltes riallades.

**Q**uan a la pista ja no hi quedava ni un bri de neu ens vam haver de descalçar de nou i caminar fins al pàrquing de l'Estivella. Havíem recorregut un total de 10.800 kilòmetres i fet 500 m de desnivell. Ja podíem tornar cap a casa.

Punt i partit.



# El senyor Josep Maria Espinàs, en el record.

*Amb motiu del recent traspàs de l'escriptor Josep Maria Espinàs, ens plau retre-li el nostre homenatge, fent memòria de la seva conferència "EL VIATGE I L'OFICI D'ESCRIPTOR", organitzada per l'Agrupació l'any 2008. Feia molt poc temps que ens havíem traslladat a l'actual seu social de la nostra entitat i el fet de poder disposar de la sala d'actes del Centre Cívic, va propiciar que es pensés en un acte d'aquest tipus.*

*Ens ho explica el nostre con-soci **QUIM LLOP**, que va ser qui ho va organitzar:*

**S**empre recordaré la negativa de la seva companya d'editorial, Isabel Martí, dient: "el senyor Espinàs és molt gran i no pot anar a tot arreu que demanen la seva presència".

**U**na carta i suposo que la coincidència de ser l'Agrupació

Excursionista, el van encuriosir i a enfrontar-se a un paisatge nou en què també, s'hi volia passejar.

**A**quell dimecres 14 de maig de l'any 2008, el vàrem rebre, a la porta del centre del centre Cívic, una munió de socis i veïns. El que sorprenia del senyor Espinàs, era la



Fotos: Joan Tarruella

seva alçada, jo estava com un flam, però convençut que l'acte aniria bé. Els treballadors de la Biblioteca havien preparat una taula a l'entrada amb tots els seus llibres disponibles.

**C**al recordar ara la quantitat de llibres que va fer i sobretot els d'anar a peu per diferents paisatges de Catalunya i també d'Espanya. Per aquelles dates, estàvem fent el camí català de Sant Jaume i vàrem recórrer tot l'Empordà, de sorpresa en sorpresa, per paisatges i poblets desconeguts. Vàrem reafirmar que: **“un país no el coneixes fins que no el fas a peu”**.

**A** la presentació de l'acte no vaig esmentar la seva edat i la vaig camuflar dient que tenia més de 80 llibres publicats. Vaig llegir diferents escrits seus que es caracteritzen per la seva brevetat i senzillesa de plantejaments, però amb un gran contingut que sabia fer arribar a tothom.

**T**ambé vaig llegir una de les seves columnes a El Periódico que parlava de que “tots tenim un sherpa”, en el que rememorava l'arribada a l'Everest, per primera vegada, amb en Hillary i en Tensing. Aquest sherpa sempre el darrer, però absolutament imprescindible per haver culminat la

gesta. A la vida tots hauríem de tenir un sherpa, a prop, recordava. En acabar, la lectura, va comentar, content: “anem aprenent”, potser cofoi de reafirmar coses escrites feia temps, de coincidir en un ambient propi de muntanya,...

**A** l'acte no es van firmar llibres. Hi va haver una intervenció, per part d'en Josep Montagut, recordant que el Sr. Espinàs havia vingut a un campament d'estiu de l'Agrupació i els hi havia cantat cançons i el micròfon no funcionava gaire bé. Ell, vehement, anava intentant recordar aquells moments.

**V**a saber viure i ens va fer viure la vida quotidiana amb molt respecte pels fets senzills i a nosaltres com excursionistes, ens va ennoblir en l'art de gaudir del paisatge i la seva gent.

**P**er acabar voldria recordar el vessant cantaire de n'Espinàs que entre cançons populars i pròpies va omplir un bon grapat de gravacions. Us proposo escoltar: Els Planificadors.

<https://www.viasona.cat/grup/josep-maria-espinas/els-planificadors/els-planificadors>

**Gràcies, senyor Espinàs.**

## CALENDARI D'ACTIVITATS MARÇ

Totes les activitats queden supeditades a les normes per la Covid que en cada moment estiguin vigents i per tant podran ser anul·lades o canviades de data a última hora, segons la situació.

DATA	SECCIÓ	LLOC O ACTIVITAT	VOCAL
4 ds.	Muntanya	Sortida Familiar	David
4 ds.	Muntanya	Matinal de dones a Collserola Dia de la Dona en col·laboració amb Decathlon	Ana González
5 dg.	BTT	Cursa d'orientació en BTT	Jordi Miguel
7 dm.	AEC	Reunió Junta Directiva	Junta
9 dj.	Veterans	Trobada	Frederic Planas
11 ds.	Muntanya	Senderisme: Naixement del riu Ripoll	Jordi Secall
11-12	SEAM i Grup Jove	Roca o alta muntanya hivernal	Josep Emili Ferrer
7 dm.	Muntanya	TTT: Vallirana - Gelida	Xavier Domènech
18 ds.	Muntanya	Semprepodem:Serra de Prades	Lluís Tarruella
18-19	SEM	Volta al Posets	David Abellán
18-19	SIJ	Sortida	SIJ
22 dc.	Muntanya	Dimecres al Sol: Turó de l'home i Les Agudes	Pere Mansilla
23 dj.	AEC	Assemblea General Ordinària	Junta
28 dm.	Cultura	Visita a la Biblioteca Arús	Carme Capdevila
Tots els dimecres	AEC	Labors	Núria Gómez i Mari Guillén.

Vegeu a continuació informacions més detallades d'algunes de les activitats. Març 2023



# SECCIÓ DE MUNTANYA

## DONES I MATINAL A COLLSEROLA

### 4 DE MARÇ DE 2023

*Amb motiu del Dia Internacional de la Dona, l'Agrupació Excursionista "Catalunya", amb la col·laboració de Decathlon Ciutat Vella, organitza el dissabte 4 de març una matinal per a dones a Collserola*

**Activitat:** Excursió matinal per a **SÒCIES**.

**Dia:** dissabte 4 de març de 2023

**Lloc de trobada:** 8h. exterior Metro Mundet (costat muntanya). Finalitzarem a les 13,30 aprox.

**Inscripcions:** A Secretaria de l'AEC. Cal facilitar talla samarreta per a possible obsequi. Data límit dimecres 1 de març a les 20h.

**Distància:** 12 Km. Aprox. **Desnivell:** 400 m. **Horari aprox** 4h.

**Dificultat:** Fàcil. Sense dificultat tècnica

**Itinerari:** Metro Mundet, Font de la Marquesa, Portell de Valldaura, Can Cerdà, Font dels Caçadors, Serra d'en Fotjà, Metro Mundet o Canyelles (segons horaris)

**Material:** Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua, i esmorzar .

**Vocal:** Ana González /T/ 628 032 223)

**Normativa:** És obligat llegir les Normes Generals de les sortides de l'AEC; el fet d'apuntar-se a aquesta activitat, comporta l'acceptació automàtica de les mateixes. Recordem que les inscrites han de tenir el carnet federatiu de la FEEC en vigor, si no, és obligatori contractar una assegurança per a la sortida. Cadascú és responsable de si mateix, del que pugui fer, o del que pugui passar. En aquesta excursió, i a causa de les característiques de la mateixa, no es poden portar gossos ni altres animals de companyia.

# MUNTANYA: TRESGAR TRAVESSES AMB TREN

## Trescant per les Muntanyes de l'Ordal. De Vallirana a Gelida

**Activitat:** Excursió de muntanya per a socis i sòcies

**Dia:** Dimarts 7 de març de 2023 (Excepcionalment, aquesta excursió es fa el primer dimarts de mes en lloc del segon)

**Lloc i hora de trobada:** Parada de bus Vallibus (Soler i Sauret) L50, Travassera de les Corts, 39 (prop de l'estació de Collblanc (L5)). 08.00 hores.

**Transport:** Transport públic

Inscripcions: Mitjançant grup de WhatsApp de Trescar Travesses amb tren.

**Distància:** 17 km. **Desnivell:** 700 m. **Horari aprox.** 5/6 h.

**Dificultat:** Exigent

**Itinerari:** Benzinera al final de Vallirana, Sant Ponç de Corbera, Puig d'Agulles, Roc de Forrellac, Font Freda, Castell de Gelida, Gelida, Estació de Renfe.

**Material:** Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua, esmorzar i dinar .

**Vocal:** Xavier Domènech (Tel: 659359698)

**Normativa:** És obligat llegir les Normes Generals de les sortides de l'AEC; el fet d'apuntar-se a aquesta activitat, comporta l'acceptació automàtica de les mateixes. Recordem que els inscrits han de tenir el carnet federatiu de la FEEC en vigor, si no, és obligatori contractar una assegurança per a la sortida. Cadascú és responsable de si mateix, del que pugui fer, o del que pugui passar. En aquesta excursió, i a causa de les característiques de la mateixa, no es poden portar gossos ni altres animals de companyia.

**Apunts de la sortida:** Interessant ruta que combina les característiques pròpies d'una travessa entre dues poblacions de comarques diferents, Baix Llobregat i Baix Penedès, per un itinerari muntanyenc per la zona de les Muntanyes de l'Ordal. La ruta té diferents al·licients com el pas per Sant Ponç de Corbera (s.XI), joia del romànic català, i el Castell de Gelida (s.X), i les boniques Fonts Freda i la de les Basses de Sant Ponç, que combina amb la pujada als cims del Puig d'Agulles (650 m) i el Roc de Forrellac (629 m), passant per un parell de petits graus i trams de carena, amb vistes panoràmiques. La ruta transcorre majoritàriament per senders i corriols, resseguint en bona part el PR C70 i ja cap el final el GR 5.

# MUNTANYA – SENDERISME

## Excursió a la capçalera del Riu Ripoll

**Dia:** Dissabte 11 de març de 2023

**Activitat:** Excursió de muntanya per a socis i sòcies

**Lloc de trobada:** 08.00 h a l'Agrupada 08.15 h Fabra i Puig/Meridiana.

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

**Inscripcions Sòcies/s:** 23 euros . Sòcies/s online: 33 euros. Inscripcions fins dimecres 8 de març a les 19 h, mitjançant WhatsApp al grup de Senderisme o per mail a secretaria@aec.cat, indicant nom de la sortida, nom i cognoms, confirmació de pagament i lloc de pujada a l'autocar. Cal ingressar l'import al compte de l'AEC: ES72 3025 0017 4114 0003 1058, indicant nom i "Riu Ripoll".

**Recorregut:** 10 km. **Desnivell:** aprox 280 m. **Horari:** Unes 4 hores.

**Dificultat:** Fàcil.

**Itinerari:** Pont de les Conques (Sant Llorenç de Savall) – Font i Torrent de Cal Llogarri – Coll de Traens – Sant Feliu de Vallcàrquera – Torrent Bò – Les Oliveretes – Pont de les Conques.

**Material:** Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua, esmorzar i dinar. (Esmorzar al Viena de Castellar del Vallès, dinar de carmanyola a l'Àrea d'Esplai de les Arenes)

**Vocal:** Jordi Secall

**Altra informació:** per WhatsApp, (Senderisme - AEC)

**Normativa:** És obligatori llegir les Normes Generals de les sortides de l'AEC; el fet d'apuntar-se a aquesta activitat, comporta l'acceptació automàtica de les mateixes. Recordem que els inscrits i les inscrites han de tenir el carnet federatiu de la FEEC en vigor, si no, és obligatori contractar una assegurança per a la sortida. Cadascú és responsable de si mateix, del que pugui fer, o del que pugui passar. En aquesta excursió, i a causa de les característiques de la mateixa, no es poden portar gossos ni altres animals de companyia.

**Apunts de l'excursió:** Bonica caminada per la capçalera del Riu Ripoll, i amb bones vistes, especialment de Montserrat i el Massís de Sant Llorenç del Munt. Recorrerem diferents camins i corriols fins a l'Ermida de Sant Feliu de Vallcàrquera, romànica del segle XI. I després en baixada, fins al punt de sortida. El Riu Ripoll neix en aquestes contrades, i desemboca al Besòs, a Montcada i Reixac, després de 39 km de recorregut.

# SECCIÓ DE MUNTANYA – SEMPREPODEM

## Excursió a les muntanyes de Prades

**Activitat:** Excursió de muntanya per a sòcies i socis

**Dia:** Dissabte 18 de març de 2023

**Hora i lloc:** 7h a l'Agrupada (Padilla/Provença)– 7.15 h a Palau Reial (Diagonal)

**Transport:** Autocar; si no s'arriba a un mínim de persones, anirem en cotxes particulars.

**Inscripcions Import:** 23 euros socis/es, 33 euros socis/es on-line. Fins dimecres 15 de març a les 19h, mitjançant grup de WhatsApp de SEMPREPODEM o per correu electrònic a secretaria@aec.cat. En qualsevol dels dos casos cal indicar: nom de la sortida, nom i cognoms del participant, confirmació de pagament, lloc de pujada de l'autocar. Cal ingressar l'import al compte de l'Agrupada: Caixa d'Enginyers (ES72 3025 0017 4114 0003 1058) Indicant el nom "Prades".

**Desnivell:** + 300 m, - 400 **Distància:** 17 km **Horari aproximat:** 6 hores

**Dificultat:** Moderada

**Itinerari:** Prades – Mare de Déu de l'Abellera – Roca dels Corbs – Coll del Serafí – Plans d'en Pagès – Coll de la Font del Dinerall – Coll d'en Perroi – Coll de la Caldereta – Collet de la Cova Fumada – Mola de l'Estat – Collet de la Cova Fumada – Coll de Viladecabres – Mola de la Roquerola – Mas de Roquerola – Font del Mas de Mateu – Grau del Roquerol – Picó Gros – Farena.

**Material:** Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i la pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua i menjar per a tot el dia.

**Vocal:** Lluís Tarruella i Vilà

**Normativa:** És obligatori llegir les Normes Generals de les sortides de l'AEC; el fet d'apuntar-se a aquesta activitat, comporta l'acceptació automàtica de les mateixes. Recordem que els inscrits i les inscrites han de tenir el carnet federatiu de la FEEC en vigor, si no, és obligatori contractar una assegurança per a la sortida. Cadascú és responsable de si mateix, del que pugui fer, o del que pugui passar. En aquesta excursió, i a causa de les característiques de la mateixa, no es poden portar gossos ni altres animals de companyia.

**Apunts de la sortida:** Sortirem del poble de Prades, on esmorzarem en un bar. Anirem pujant cap a la carena de les muntanyes de Prades, fins a resseguir la part més alta, d'on gaudirem de boniques vistes. La part de la Mola de l'Estat és la més espectacular. Després començarem a baixar per diferents corriols emboscats fins arribar a la Mola de Roquerola des d'on veurem el "micropoble" de Farena. Per arribar-hi, baixarem un parell de graus, per desfer el desnivell que ens separa del nostre destí.



# MUNTANYA – DIMECRES AL SOL

## Sortida als sostres Comarcals del Vallès Oriental i La Selva

**Activitat:** Excursió de muntanya per a socis i sòcies. Sortida per tornar a col·locar les noves plaques commemoratives del centenari de l'Agrupació que per raons diverses han desaparegut.

**Dia:** Dimecres 22 de març de 2023

**Lloc i hora de trobada:** C/ Padilla, 255 / Provença, a les 08.00 hores, i Fabra i Puig / Meridiana 8:15 h.

**Transport i inscripcions:** Cotxes particulars. Cal apuntar-se pel grup de Whatsapp. També digueu qui pot portar cotxe per anar omplint places.

**Distància:** 7 km aprox. **Desnivell:** 270 m. **Horari aprox.** De 2.30 a 3 h, sense comptar les aturades i la col·locació de les plaques.

**Dificultat:** Fàcil

**Itinerari:** Aparcament Plana Amagada – Turó de l'Home – Les Agudes – Turó de l'Home – Aparcament Plana Amagada (per l'altre vesant)

**Material:** Motxilla, barret, roba protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua. Esmorzar a un bar. Dinar a l'aparcament.

**Vocal:** Pere Mansilla

**Normativa:** És obligat llegir les Normes Generals de les sortides de l'AEC; el fet d'apuntar-se a aquesta activitat, comporta l'acceptació automàtica de les mateixes. Recordem que els inscrits han de tenir el carnet federatiu de la FEEC en vigor, si no, és obligatori contractar una assegurança per a la sortida. Cadascú és responsable de si mateix, del que pugui fer, o del que pugui passar. En aquesta excursió, i a causa de les característiques de la mateixa, no es poden portar gossos ni altres animals de companyia.

**Apunts de la sortida:** Sortirem de l'aparcament Plana Amagada. Arribarem al Turó de l'Home on hi ha l'observatori inaugurat al 1932 amb la celebració de l'Any Polar Internacional, un cop col·locada la nova placa en dirigirem seguint la carena fins el sostre comarcal de La Selva, Les Agudes, on també posarem la placa corresponent. Desfarem el camí de retorn al Turó de l'Home i des d'aquí iniciarem la baixada fins l'aparcament, però per un altre vesant.

**Degut a la feina de la col·locació de les plaques, cal portar el dinar per no anar amb preses i puguem gaudir de les vistes des de la serralada del Montseny.**

# ASSEMBLEA GENERAL ORDINÀRIA 2023

Dijous 23 de març a les 20 h.

Recordeu que, tal com anunciàvem a l'anterior Butlletí, aquest mes de març tenim l'Assemblea General Ordinària.

Tingueu en compte que si desitgeu que s'inclogui a l'ordre del dia algun punt o proposta, cal que ho comuniquieu prèviament a la Junta. El termini màxim per fer-ho es el dia 3 de març.

Oportunament rebreu la convocatòria oficial de l'Assemblea.

L'acte acabarà amb un "pica-pica"

**US HI ESPEREM!!**

---

## SECCIÓ DE CULTURA

### Biblioteca Arús

**Activitat:** Visita guiada de la Biblioteca Arús (Passeig Sant Joan, 26. Barcelona).

*La Biblioteca Pública Arús va ser fundada per Rossend Arús i Arderiu com a biblioteca general l'any 1895, amb la voluntat d'instruir el poble de Barcelona. Actualment, s'ha convertit en una biblioteca de recerca especialitzada en maçoneria, moviment obrer, anarquisme i l'univers de Sherlock Holmes. Així mateix, conserva un fons patrimonial molt important format per documents relatius a tot el coneixement humà, amb un predomini d'obres publicades al segle XIX i primer terç del XX.*

**Dia:** Dimarts 28 de març de 2023.

**Lloc i hora:** Trobada a les 12h davant de la Biblioteca.

**Preu:** 12€/persona. Es pagarà allà.

**Dinar:** Restaurant La Muscleria, Mallorca 290 (menú 14,50€ sense cafè). Es pagarà allà.

**Vocal:** Carme Capdevila. (Tef. 628179296).

**NOTA:** Per WhatsApp (cultura) es concretarà més informació si cal.

## NORMES GENERALS PER A TOTES LES SORTIDES DE L'A.E.C.

- La dificultat, les edats, les condicions mínimes, l'equip i material així com l'horari previst i desnivell, s'indicaran sempre en la informació de cada sortida.
- No obstant, cal tenir en compte que, com a activitats a l'aire lliure que són, les excursions no estan lliures de riscos per climatologia (insolacions, fred, neu, pluja, llamps, allaus, etc.), morfologia (mal d'alçada, desnivells, despenjaments, terrenys pedregosos, etc.), zoologia (bestiar, insectes, etc.) i orientació.
- Les persones participants han de tenir la llicència en vigor de la federació corresponent a l'activitat (FEEC; Espeleologia, etc), si no, és obligatori contractar una assegurança per a la sortida.
- Cadascú és responsable de si mateix, del que pugui fer, o del que pugui passar.
- Els participants estan obligats a respectar durant tot el recorregut el medi natural.
- Les sortides disposen d'un pla d'emergència en base als telèfons mòbils dels participants i les instruccions dels vocals, que per raons de seguretat poden modificar la ruta i els horaris.
- SÓN D'OBLIGAT COMPLIMENT LES MESURES SANITÀRIES DAVANT EL COVID-19, i portar mascareta als llocs on sigui obligatori.
- L'Entitat posa a disposició dels participants un full de reclamacions, a la seu de l'Agrupació
- A l'apartat de "Normes sortides" de la nostra web, hi ha la normativa detallada respecte a la participació de gossos i altres animals de companyia en les sortides. Consulteu-la en cas de que us afecti.
- **El fet d'apuntar-se a les activitats de l'A.E.C, comporta l'acceptació automàtica d'aquestes normes generals.**

**CALENDARI SORTIDES SENDERISME**

<b>DATA</b>	<b>LLOC/ACTIVITAT</b>	<b>VOCAL</b>
11 març	Naixement del riu Ripoll	Jordi Secall
15 abril	Pantà de Foix	Domènec Palau
13 maig	Estrets de Can Vidiella	Rosa Maria Soler
10 juny	Viladrau - Torrent de l'Arola	Domènec Palau
18 juny	La Ribalera	

**CALENDARI SORTIDES SEMPREPODEM**

<b>DATA</b>	<b>LLOC/ACTIVITAT</b>	<b>VOCAL</b>
18 març	Serra de Prades	Lluís Tarruella
15 abril	Sant Joan Bossols-Puig Escalero- Bassegoda-S Miguel de B.	Jordi Serra
20 maig	Pantà Ulldecona - Fredes	Jordina Argimon
10 juny	Coll de Pal - Tossa d'Alp - Grèixer	Albert López
18 juny	La Ribalera	
15-16 jul	Pic de Certescan (nit al refugi de Certescan). Sortida conjunta amb SEAM	Pere Mansilla

**TRESCAR TRAVESSES EN TREN**

Després de l'èxit del curs anterior, continuarem programant noves sortides de Trescar Travesses en Tren, el segon dimarts de cada mes, a excepció del mes d'abril, que per coincidència amb la Setmana Santa, serà el tercer dimarts. Es tracta de sortides que fem aprofitant la xarxa de transport públic del nostre país, i que ens permeten fer excursions amb inici i final diferents. Us hi esperem !!!

**DIMECRES AL SOL**

Degut a la gran acceptació que tenen aquestes sortides, en aquest curs es continuaran programant excursions el quart dimecres de cada mes. Els llocs concrets de cada excursió s'aniran publicant amb la deguda anticipació. A qui ja hi hagi participat, comptem de nou amb la vostra participació, i qui no hi hagi anat mai, animeu-vos, que val la pena !!!



## CALENDARI DE SORTIDES FAMILIARS 2022/23

DATA	VOCAL
4 de març	David
22 d'abril	Pere
4 de juny	Francesc
8 i 9 de juliol	Tots

## CALENDARI SORTIDES BTT

DATA	LLOC/ACTIVITAT	VOCAL
5 Març	Cursa d'orientació en BTT	Jordi Miguel
Abril o Maig	Sortida de dos dies per concretar	Miguel Micó
1 i 2 juliol	Sortida de dos dies per concretar. 50-60km i 1500 de desnivell	Roger Sant

## CALENDARI SORTIDES SEAM

DATA	LLOC/ACTIVITAT	VOCAL
11-12 març	Roca o alta muntanya hivernal	Josep Emili
15 abril	Escalada a Malanyeu	Xavi
Maig	Crestes St. Llorenç de Montgai	Roger
10-11 juny	Pic de Peguera (nit al refugi de la Colomina)	Rosa M. Soler
15-16 jul.	Pic de Certescan (nit al refugi de Certescan). Sortida conjunta amb Semprepodem	Pere Mansilla

## CALENDARI SECCIÓ ESQUÍ DE MUNTANYA

DATA	SORTIDA	VOCAL
18-19 març	Volta al Posets	David Abellán
Setmana Santa. 10 abril	Vallee Blanche (Alps)	Miguel Peinado
19 abr.-1 maig	Les Rouies (Alps)	Bernat Ruiz
10-21 maig	Campbieil (desde Piau Engaly)	Pere Carrascal
3-5 juny Segona Pasqua	Zona Maladeta	Irene Anton Sales

\*Proposem realitzar un campament hivernal als Alps per Setmana Santa, amb diverses activitats. Us anirem informant.

Per aquells que us iniciu o que porteu una colla d'esquiades a les cames, en les sortides més tècniques s'intentarà proposar una sortida alternativa per la zona.

Des de la vocalia us podem assessorar en realitzar cursos d'iniciació o cursos especialitzats de seguretat.

Salut i neu!

La vocalia

sem@aec.cat

## CALENDARI GRUP JOVE 2022-23

**MARÇ** (compartida SEAM)

Dies 11 i/o 12 | Escalada

**MAIG** (Jordi M + Tomàs M)

Dies 27 i 28 | Barrancs + Excursió + BBQ

**JUNY**

Dies 17 i 18 | Cursa La Ribalera (fer de voluntari +/- córrer)

## CALENDARI DE SORTIDES DE LA SIJ 2022-23

18/19 març

20/21 maig

15/16 abril

17/18 juny



# ESCOLA D'ESPORTS DE MUNTANYA GLACERA

## CALENDARI 2023

### ALPINISME

FORMACIÓ	TEÒRICA	PRÀCTICA	
CURS NIVELL I	22, 29 Març 5 Abril	25-26 Març, 1-2 Abril	UECG
CURS NIVELL II	1, 8 i 15 de Març	4-5 i 11-12 de Març	CEE
TÈCN. PROG. GLACIAR i AUT.	19 d'Abril	22-23 d'Abril	AEC

### ESQUÍ DE MUNTANYA

FORMACIÓ	TEÒRICA	PRÀCTICA	
CURS NIVELL II	1, 8 i 15 de Març	4-5, 11-12 de Març	AEC
MONOGRÀFIC FORA PISTA	13 de Desembre	16-17 de Desembre	UECG

### PROGRESSIÓ PER CRESTES

FORMACIÓ	TEÒRICA	PRÀCTICA	
MONOGRÀFIC	14 de Juny	17-18 de Juny	FEB
MONOGRÀFIC	4 d'Octubre	7-8 d'Octubre	FEB

### EXCURSIONISME

CURS NIVELL I	13, 20 i 27 Setembre	16-17, 23-24 Set.	AEC
---------------	----------------------	-------------------	-----

### ESCALADA EN ROCA

FORMACIÓ	TEÒRICA	PRÀCTICA	
CURS NIVELL I	11,18 i 25 de Maig	14-15, 21-22 de Maig	UECG
CURS NIVELL II	27 Set. 4 i 11 Oct.	30-1 i 7-8 d'Octubre	CEE
MONOGRÀFIC	7 de Juny	10-11 de Juny	UECH

### DESCENS DE BARRANCS

MONOGRÀFIC	28 de Juny	1-2 de Juliol	FEB
------------	------------	---------------	-----

### FERRADES

MONOGRÀFIC	28 de Juny	1-2 de Juliol	CEE
------------	------------	---------------	-----

# SORTIDA CONJUNTA SEAM – MUNTANYA (SEMPREPODEM): PIC DE CERTASCAN

**Activitat:** Excursió d'alta muntanya per a socis i sòcies

Pic de Certascan: Sortida de dos dies dormint al refugi del mateix nom que el cim, CERTASCAN

Ruta espectacular passant, dissabte per llocs poc freqüentats.

**Dies:** 15 i 16 de juliol

**Trobada:** A l'Agrupació (Provença/Padilla), a les 06.30 h.del dissabte En cotxes particulars. 4h aprox. Barcelona/Presa de Montalto (Tavascan)

Transport i inscripcions: Cotxes particulars. Cal apuntar-se pel grup de Whatsapp. També dieu qui pot portar cotxe per anar omplint places.

**Recorregut dissabte:** Presa de Montalto, Pla de Boavi, Estany de Romedo de Baix, Estany de Romedo de Dalt, refugi Certascan (mitja pensió qui ho vulgui)

**Desnivell:** aprox. 830m **Temps:** aprox. de 5 a 6 hores

**Dificultat:** mitjana per la llargada i desnivell

**Recorregut diumenge:** Refugi Certascan, Pic Certascan, Pla de Llurri, Pla de Boavi, Presa de Montalto.

**Desnivell:** 700m positius i 1620m negatius **Temps:** tot el dia sense presses

**Dificultat:** alta degut a la llargada i desnivell

Cal portar dinar de dissabte i diumenge

**Material:** Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua, esmorzar i dinar. Per dormir al refugi, en principi hi ha mantes, però caldrà verificar-ho.

**Cal fer reserva al refugi amb antelació donat les dates (mes de juliol) durant el mes de març hauríem de anar sabent els socis i sòcies interessats per fer una reserva conjunta a primers d'abril.**

Vocal Pere Mansilla 601 110 287

Normativa: És obligat llegir les Normes Generals de les sortides de l'AEC; el fet d'apuntar-se a aquesta activitat, comporta l'acceptació automàtica de les mateixes. Recordem que els inscrits han de tenir el carnet federatiu de la FEEC en vigor, si no, és obligatori contractar una assegurança per a la sortida. Cadascú és responsable de si mateix, del que pugui fer, o del que pugui passar. En aquesta excursió, i a causa de les característiques de la mateixa, no es poden portar gossos ni altres animals de companyia.

**Vinga animeu-vos que farem una bona trepitjada per l'Alt Pirineu !!!**



## ALTES DEL MES DE GENER

JOAQUIM RAÑO FUERTES  
 ASCENSIÓN MORENO GONZÁLEZ  
 FRANCISCO JOSÉ PEDREIRA CAÑOTO  
 JULIO SANTAMARIA BIEDMA  
 ALBA VERGÉS PÉREZ

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

## ESCRITS PEL BUTLLETÍ

Recordeu que qualsevol escrit, nota o fotografia que vulgueu que es publiqui al butlletí, cal enviar-la al correu electrònic **butlleti@aec.cat**

## PAGAMENTS PER TRANSFERÈNCIA

Us volem recordar que procureu fer els pagaments a l'Entitat per transferència bancària, ja que ens estalvia molta feina i ens proporciona un control molt més fàcil.

Agraïm la vostra comprensió i col·laboració

## PAGAMENTS CAIXA D'ENGINYERS

**AEC:** ES72 3025 0017 4114 0003 1058

**SIJ:** ES34 3025 0017 4514 0003 1061

**MOLT IMPORTANT:** Al fer l'ingrés cal indicar SEMPRE nom, cognom i l'activtat o concepte pel qual es fa el pagament.

## CORREUS ELECTRÒNICS

aec@aec.cat  
 agrupactivitats@aec.cat  
 btt@aec.cat  
 butlleti@aec.cat  
 sem@aec.cat

ere@aec.cat  
 comunicacio@aec.cat  
 grupjove@aec.cat  
 muntanya@aec.cat  
 coordinacio.sij.aec@gmail.com

laribalera@aec.cat  
 seam@aec.cat  
 secretaria@aec.cat  
 web@aec.cat



*Semprepodem (pàg. 13) Cim del Pedro dels Quatre Batlles Foto: Rosa M. Soler.*



*T.T.T. (pàg.12) Restes romanes Vila Can Terrers. Foto: Ana González.*



S.E.M.: Pic de la Serrera (pàg. 11). Foto: Pol Baselga.

## HORARI SECRETARIA A.E.C.

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

## SECCIONS

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



1912



2013

Padilla, 255-263, primera planta  
08013 Barcelona  
**tel:** 933 024 529  
**whatsapp:** 608 429 230  
**e-mail:** aec@aec.cat  
**web:** www.aec.cat

**Youtube:** Agrupació Excursionista Catalunya.  
**Facebook:** @AgrupAEC

**Instagram:** @agrupacioextacatalunya

**Edita:** AEC

**President:** Pere Mansilla

AGRUPACIÓ  
EXCURSIONISTA  
"CATALUNYA"

Amb la col·laboració de:



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

**Coordinació:** Rosa Maria Soler  
**Correcció lingüística:** Jordi Romagosa  
**Disseny i maquetació:** Mateu Lucas Feliu  
**Impressió:** Empòrium  
**Dipòsit legal:** B 11805 2015

**En aquest butlletí hi col·laboren:** Pere Mansilla, Jordi Secall, Marta Caveró, Joaquim Ariño, Rafa Alacuart Pastor, Xavier Domènech, Mònica Muñoz-Castanyer, Quim Llop, Pol Baselga, Ana González, Joan Tarruella, Glòria Playán, Lucía Martínez i Joan Juncosa.