



1912

butlletí informatiu
juliol-agost 2023

Agrupació Excursionista "Catalunya"

EXCURSIONISME, PAÍS I CULTURA

SEAM - Pic de Peguera (pàg. 10) Pujant cap al cim. Foto: Rosa Maria Soler



La Ribalera. (pàg.14). Sortida de sol a Coll de Màniga. Foto: Pere Milla



Semprepodem. Pujant al Serrat Gran (pàg.8) Foto: Jordina Argimon.

FINAL DE CURS

Quan s'acaba el curs escolar, d'alguna manera, sembla que tot s'atura, perquè arriben les vacances i és un bon moment per a fer balanç. En la nostra opinió ha de ser positiu, ja que creiem que ha estat una temporada amb força activitats.

Cal dir que les últimes setmanes han estat marcades pel tancament temporal del local, per les obres del mercat, però ens n'hem sortit prou bé i estem contents de l'acolliment que hem trobat a l'Ateneu del Clot.

La "traca final" de la temporada ha estat La Ribalera, moment de trobada i col·laboració de tants i tants socis que la fan possible.

Encara que el calendari d'activitats, és més reduït que els mesos anteriors, cal destacar-ne dues d'importants: El Campament de la SIJ al juliol i el de la Secció de Muntanya a l'agost.

A més a més, ben segur que molts de nosaltres aprofitarem les vacances per visitar les muntanyes d'altres contrades...

Desitgem a tothom unes vacances ben profitoses i esperem retrobar-nos al setembre.

BON ESTIU!!

ÍNDEX

3. EDITORIAL

ARTICLES

4. MUNTANYA: La placa al Roc del Comptador

6. MUNTANYA: Mare de Déu de l'Erola - Viladrau

8. MUNTANYA: De Coll de Pal a la Tossa d'Alp, Penyes Altes del Moixeró i Gréixer

10. SEAM: Pic de Peguera

14. AEC: Xa cursa per alta muntanya La Ribalera

18. MUNTANYA: Les Salines i Bac Grillera

20. L'ITINERARI: Excursió a la Rocallarga

AGENDA D'ACTIVTATS JULIOL-AGOST

25. Calendari d'activitats juliol-agost / Vacances d'estiu

26. Sortida conjunta SEAM-Semprepodem

27. Campament d'Estiu Secció de Muntanya

28. Normes Generals

ACTIVITATS PROGRAMADES

29. Cultura

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

Dimecres al sol LA PLACA AL ROC DEL COMPTADOR (Alt Empordà)

24 de maig de 2023

Text i fotos: Rosa Maria Soler

Continuant amb les sortides per anar revisant les plaques als sostres Comarcals, la sortida de Maig ha estat a la comarca de l'Alt Empordà, on calia col·locar una nova placa al Roc del Comptador, que actualment sabem que supera per pocs metres el cim del Moixer, on la vam posar al seu dia.



Pujant per la pista.

Tots dos cims són molt propers i s'ha aprofitat la mateixa sortida per retirar la vella. Per diverses circumstàncies i aventures, no vam aconseguir trobar-nos tota la colla a Maçanet de Cabrenys, fins passades les 11 del matí (una hora una mica tardana per sortir d'excursió...) Per això vam decidir escurçar l'itinerari previst inicialment, i en comptes de començar al Santuari de les Salines, vam pujar un bon tros més amb els vehicles fins a la collada dels Pous, frontera amb França.

Allà vam deixar tots els cotxes, excepte un que amb tot el material necessari va pujar, per una estreta pista cimentada, fins al mateix cim del Moixer, on hi ha unes grans antenes. La resta hi vam pujar caminant, per la mateixa pista, que transcorre en mig d'un bosc espectacular, amb grans arbres de totes menes i en poc més de mitja hora ja érem al cim.

Als companys que s'havien avançat amb cotxe, ja havien fet força feina: La placa del Moixer ja



Cim del Moixer.

s'havia desclavat i estaven acabant de posar la del Roc del Comptador, separat del Moixer per una carena rocosa, per on transcorre un corriol, que hi porta en pocs minuts. Uns quants ens hi arribem tot fruit del bonic i extens panorama que s'albira des d'aquests cims, principalment el Canigó, encara amb congestes de neu. La veritat es que és molt més bonic aquest cim, que no l'altre amb tota la parafernàlia de les antenes.

Després de les fotos de rigor, desfem el camí fins al Moixer i alguns optem per tornar a la collada dels Pous per una variant que passa per l'espectacular fageda que cobreix el vessant francès d'aquestes mun-

tanyes. Un camí preciós, on no podem parar de fer fotos. L'excursió ha estat molt curta, però d'una gran bellesa i quedem ben satisfets.

Un cop retrobats tots als cotxes, desfem la llarguíssima pista fins a Maçanet de Cabrenys i fem cap al restaurant, on ens espera una taula ben parada a la placeta. El dinar, entre xerrades i bromes és un final ben bonic per aquesta última sortida de la temporada de Dimecres al Sol. Per cert, la "traca final" va ser la pedregada que ens va enganxar per l'autopista tot tornant.

FINS LA PROPERA TEMPORADA!



El Canigó.

SENDERISME – MARE DE DÉU DE L'EROLA – VILADRAU

10 de juny de 2023

Isabel Adell

Amb moltes ganes de fer una caminada de senderisme, hem començat aquesta sortida amb l'esperança que no ens caigués un xàfec al mati i les previsions han estat així, hem pogut començar gaudint de tot l'entorn de la natura.



A l'Ermita de l'Erola. Foto: Joan Guiu

Avui hem pogut veure que després d'una sequera extrema al nostre país, hem gaudit de diversos tipus de flors, els arbres cirerers que hem trobat, amb les seves cireres que estaven despuntant amb timidesa i encara discretes de mida i color, també petites maduixes, que, qui primer de nosaltres les veia

se les menjava, veient rierols i escoltant el murmuri de les seves aigües discretes (riera de Sant Segimon), junt amb cants d'ocells que semblava anaven obrint camí al costat d'enormes roures i avellaners, ensenyant-nos les seves grans arrels i gaudint d'aquest paisatge, hem arribat al Mas la Sala.



Foto: Joan Guiu

Aquest Mas, està enclavat en un indret majestuós envoltat de la verdor de les seves muntanyes, al costat d'ell, llegim que la part més antiga de la casa correspon al segle XIV, tot i que hi ha vestigis que el primer document data del 1356. El 1594, neix a la Sala de Viladrau en Joan Sala i Ferrer, el conegut bandoler, àlies Serrallonga, però aquesta és un altre historia i continuem fent camí.

Gaudint d'aquest paisatge arribem a l'ermita de la Mare de Déu de l'Erola i per sort nostra trobem un grup de noies que buscant

unes ulleres perdudes, porten la clau de l'ermita i fent una visita llampec podem veure el seu interior i mai més ben dit, sentim algun tro i comença a ploure tímidament, tot just per espantar-nos i treure les capelines, no ha estat res i seguint el camí ens endinsem a un indret on majestuosament s'alcen castanyers, espectaculars, centenaris, gegants i que tan aviat senties com una mica de por o tímidesa de la seva magnitud, i sí, en algun moment he sentit la necessitat de quedar-me retardada (que no ho he fet) per gaudir amb silenci d'aquest camí tant espectacular.

Tot seguit hem arribat a la font de l'Avi. Dinar amb certa rapidesa, per anar a l'autocar i cap al restaurant La Solana, a on hem pres cadascú el que ha volgut i gaudint de xerrada, i sí.. aquest cop just per retornar al autocar i caure un bon xàfec. Però hem pogut gaudir d'aquesta última sortida de senderisme, fent petar xarrades amb una molt bona companyia i com sempre amb la bona organització per part de l'Anna i Domènec, us ho agraiem i fins el Setembre !!!

SEMPREPODEM

De Coll de Pal a la Tossa d'Alp, Penyes Altes del Moixeró i Gréixer

Albert López

10 de juny de 2023

Aquest cop vàrem organitzar la sortida de forma diferent ja que oferíem la possibilitat de triar diferent nivell de dificultat, i d'aquesta forma cadascú podria triar la que millor s'adaptava a les seves característiques.



Carena de la Tossa a Coll de Jou.

Foto: Jordina Argimon

Per una part amb un grup de 10 persones i fent de vocal el Xavier Domènech varen fer la travessa sencera plantejada inicialment que era de Coll de Pal (2.100m), Tossa d'Alp o Tosa (2.536m), Coll de Jou (2021m), Penyes Altes del Moixeró (2.275m) i fins el Raset seguint el GR 150-1 i després baixant per la canal de la Serp fins a Gréixer. Amb un desnivell total de 844m positius i 1.945m negatius. La pluja i la llargada de l'excursió no els hi va permetre aturar-se a dinar.

L'altre grup format per 13 persones vàrem seguir el mateix itinerari fins a Coll de Jou, però fent una petita marrada per tal de conèixer el passat miner d'aquest indret. Així que un cop dalt de la Tosa baixem directes cap a un petit collet direcció Nord-est on existeixen les runes d'una antiga cabana de miners. Després del collet seguim un antic camí (oest) existent per treure el mineral (ferro i manganès) i visitem les dues mines més septentrionals existents i potser les més ben conservades, (Mines de Das ja que estem en aquest municipi). Un cop



Collada de Comabella.

Foto: Oscar Pàmies

vistes retornem fins al collet per seguir el camí sense pèrdua fins al Coll de la Vall on enllacem amb el GR150-1. Abans d'arribar a Coll de Jou i aprofitant una mica els arbres per protegir-nos de la pluja ens aturem a dinar, però sense gaire estona perquè encara ens queda baixar fins a l'Hospitalet de Roca Sança. Finalment l'excursió han sigut 505m positius i 1.377m negatius.

Un cop tots a l'autocar, intentem eixugar-nos perquè tots hem arribat mulladets potser uns més que altres. Però durant tot el matí hem pogut gaudir de les vistes que

teníem: Port del Comte, Pedraforca, Cadí, Moixeró, Pic de l'Orri, Tossa Plana de Lles, ... i com no, de la companyia.

Podeu trobar els tracks dels itineraris als següent enllaços:

<https://ca.wikiloc.com/rutes-senderisme/de-coll-de-pal-a-greixer-les-travesses-de-semprepodem-137335725>

<https://ca.wikiloc.com/rutes-senderisme/coll-de-pal-hospitalet-de-roca-sanca-137317909>



Descens del Coll de la Vall. Foto: M. Carme Domene

SEAM - PIC DE PEGUERA

10 i 11 de juny 2023

Núria Vilamur

La Rosa Maria ens programa una sortida de la SEAM al Peguera per re col·locar la placa dels sostres comarcals que feia temps que havia desaparegut del cim.



Refugi de la Colomina. Foto: Rosa Maria Soler

La previsió meteorològica no és gaire bona, doncs preveu xàfecs de tarda cosa que fa obrir debat respecte l'hora d'inici de la sortida, finalment es decideix sortir a l'hora prevista, migdia del dissabte i no avançar-la. Iniciem la ruta clàssica per Pigolo tot havent deixat els

cotxes a la presa de Sallente i arribem justets a l'abric obert que hi ha a l'edifici de l'Estany Gento, la tronada és considerable, piquem una miqueta i passada una bona estona decidim sortir quan la pluja ha parat pràcticament. Arribem altre cop a temps per la següent tronada que ens fa ja al refugi de Colomina.



Pujant a la Colomina amb el Montsent de Pallars al fons. Foto: Rosa Maria Soler

Mentre sopem el guarda del refugi ens adverteix que si l'endemà volem fer alguna cosa sortim el més aviat possible, ja que la previsió són tronades a partir de les 11-12 del migdia. L'esmorzar és a dos quarts de set, per tant no es podrà sortir més aviat de les set del matí. Com que tothom es lleva aviat els guardes ens preparen l'esmorzar abans de l'hora indicada. Per part nostra es decideix que el grup que porta la placa i les eines surti avançat per tal de no perdre temps i evitar mullar-nos, la resta ja anirem fent. En Bernat i en Roger han dormit a baix i pujaran directament per trobar-nos de camí al Peguera.

Anem fent camí en grupets de dos, de quatre; el temps aguanta i sembla que ens respectarà també la baixada, almenys fins al refugi, ja no demanem més.

Anem arribant al coll i els

instal·ladors de la placa ja baixen, sembla que s'ha deixat posar sense problemes i ha quedat molt ben posicionada. Jo em trobo a en Jordi i en Pere a la cresta i m'indiquen els millor passos, fem foto i reculem. Arriben la Sara, en Josep Emili i en Guillem que fan via cap al cim, tot seguit la Rosa Maria, la Iolanda i en Xavi. En Jordi i en Pere baixen com han fet en Salva, en Toni i en Joaquim, si poden evitar almenys alguns mullar-se millor i a més a la cresta no hi fan res.

Espero en Guillem i comencem a baixar molt a poc a poc ja que veiem que la Sara i en Josep Emili també estan baixant, ens creuem amb en Bernat i en Roger que estan pujant frescos com si haguessin sortit fa cinc minuts. Arribem i una mica més endavant sentim uns crits, veiem una persona creiem que en Bernat o en Roger que es dirigeix a l'altre costat directe a una clapa de neu i pensem que l'estan advertint de que no baixi per allí. La boira està pujant, el temps està empitjorant, seguim baixant amb ritme lent i llavors sentim el soroll d'un helicòpter que es dirigeix directe al Peguera, hi fa diverses maniobres però des d'on nosaltres estàvem no ho podem veure totalment. La Sara i en Josep Emili encara no ens han enganxat, alguna cosa ha passat ens diem, a la zona no



El Pas de l'Ós. Foto: Toni Enseñat

hem vist ningú que no fóssim nosaltres, hem pujat amb dues parelles de Vic però ja han baixat, està clar algú de nosaltres ha pres mal, no hi ha cobertura, no podem comunicar-nos amb ningú, decidim baixar cap al refugi, això sí ara a pas eixerit.

Arribats al refugi en expliquen què ha passat, la Rosa Maria ha caigut baixant del cim i la Iolanda i en Xavi han trucat al 112 per demanar ajut. L'helicòpter la baixarà a Tírvia i en ambulància anirà a l'hospital de Tremp.

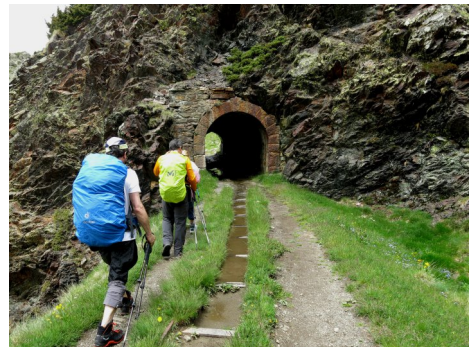
Es decideix que en Salva, en Toni i en Joaquim baixaran cap a l'hospital per fer les gestions que calgui. En Jordi i en Pere ens han

esperat i també baixaran més tard.

Arriben Bernat i en Roger, ens expliquen que han ajudat a pujar la Rosa Maria al lloc on l'helicòpter se la podia endur, arriben també la Sara i en Josep Emili i torna començar a ploure fort, la Iolanda i en Xavi encara no han arribat. Els diem a en Bernat i en Roger que baixin, ha parat de ploure i potser eviten remullar-se. Ja esperarem nosaltres a la Iolanda i en Xavi que per fi arriben, el Xavi està molt afectat, va veure caure la Rosa Maria de reüll i la va atendre al primer moment, sense consciència, amb mala posició, amb la mirada al buit, va témer el pitjor.

Segueix plovent i decidim que sortirem quan la Iolanda i en Xavi estiguin més descansats i tranquils havent menjat i endreçat les seves coses i sobretot quan hagi deixat de ploure.

Finalment podem sortir del refugi per baixar, el temps segueix insegur, tant que arribem altre cop



Camí d'Estany Gento.

Foto: Rosa M. Soler

justets a l'abric de l'Estany Gento del dia abans, aquest cop la tronada és de traca i mocador, creiem que ens passen dues o tres tempestes enllaçades amb una calamarsada considerable que deixa els cims emblanquinats. Podem tornar a sortir del nostre refugi per baixar a la presa de Sallente on hem deixat els cotxes. Per no perdre el costum d'aquest cap de setmana comença a tronar altre cop i arribem als cotxes just quan comença novament a ploure i de valent, són les set de la tarda enfilem carretera cap a casa cansats però descansats de saber que la Rosa Maria, que se la volien quedar 24 hores en observació finalment els

metges l'han donat d'alta i ja és a casa descansant.

Nota final de l'accidentada:

Vull agrair a tots els companys l'ajuda i el recolzament que en tot moment em van donar. És el record més valuós de tots els d'aquesta jornada de muntanya.

Per acabar, dir-vos queestic bé. La cosa es va saldar amb un parell de traus al cap, cruiximent general... i un vol en helicòpter que, com em van dir després alguns companys mal pensats, em va estalviar la baixada i les remullades.

Rosa Maria Soler



El rescat. Foto: Roger Sant

Xa CURSA PER ALTA MUNTANYA LA RIBALERA

18 de juny de 2023

Pep Molinos

Doncs sí !!! Hem arribat a la Xª, una activitat iniciada quan el Centenari de l'Agrupada i que vam construir pensant en que tingués successives edicions. Vàrem dir d'arribar a la Xª i ho hem aconseguit !!



Sortida de la cursa popular. Foto: Laura Grau

Han estat 12 anys (hi han hagut dues edicions suspeses per la Covid), en què "La Ribalera" s'ha anat perfeccionant any darrera any.

Si bé l'anterior edició estàvem en precari els dies previs, doncs vàrem ser quatre marcadors i un 4x4 cosa que ens va deixar un xic tocats abans de la cursa, enguany hem sigut vuit marcadors i tres 4x4, amb

l'afegit d'un bon temps per a realitzar aquestes tasques de marcatge i subministrament de begudes als controls d'alçada.

Les previsions de la meteo indicaven que després d'uns dies bons, el dia de "La Ribalera" hi hauria uns ruixats de tarda, però no ha estat així. Si bé el dia ha començat mig ennuvolat però tranquil, a poques

hores de començar la cursa el temps ha empitjorat sensiblement amb pluja, vent i fred, posant a prova els controls d'alçada escampats per les carenes. Fins i tot una pedregada ha agafat als corredors de la Marató quan circulaven pel sector del Salòria. Finalment el dia ha canviat lleugerament a millor, però sense ser un dia esplèndid.

Ja finalitzada la cursa sense incidències pels corredors (ni perduts, ni ferits i sense veure volar l'helicòpter!), i quan ja està desmuntada ordenadament la plaça de Tírvia, ens apleguem en el tradicional dinar de voluntaris. En acabar el dinar un petit grup de companys ens hem quedat fins el vespre a acabar d'endreçar i guardar el material. Una feina feixuga però necessària tant pel poble de Tírvia que ens acull com per la pròpia organització.

Hem tingut rècord d'inscrits, i el desenvolupament de la cursa ha sigut francament i honestament bo, malgrat minses incidències, cosa normal amb un volum gran de corredors i voluntaris, però solucionades al seu moment.

Diria que potser és la edició que malgrat la meteo adversa, ha funcionat millor, tant per la bona disposició i entrega dels voluntaris (cada vegada més escassos) com per

l'organització prèvia. Els propers dies ja vindran les reunions d'avaluació, però ara toca descansar i gaudir de la feina ben feta.

Un record i menció especial per un corredor, Enric Argelich, que ha participat i finalitzat a totes les edicions de La Ribalera, i quan passa per Fontnegra any darrera any, aprofita per agrair la tasca dels organitzadors.

Aprofito aquestes ratlles per agrair la tasca de totes i tots els voluntaris, però molt especialment als meus companys de la comissió organitzadora de La Ribalera que després de moltes reunions i desplaçaments a Tírvia, hem estat preparant aquesta Cursa per tal de que fos un èxit col·lectiu de l'Agrup.



El veterà Enric Argelich. Foto: Imma Picó

LA RIBALERA EN IMATGES

Fotos de diversos voluntaris de la Ribalera 2023.



Preparació. Marcant el camí i portant beguda als controls.



Voluntaris a diferents controls de la cursa.

Corredors de l'Agrup a totes les categories: Marató, Mitja Marató i Popular.



L'arribada, amb els petits voluntaris.

LES SALINES I BAC GRILLERA

4 i 5 de maig de 2023
text i fotos: Pep Molinos

L'excursió d'avui és una travessa circular de dos dies que transcorre per un dels darrers trams del Pirineu mediterrani i l'Espai Natural de l'Alta Garrotxa, ambdós a l'Alt Empordà. El primer dia farem la serralada de Les Salines, i el segon la serra de Bac-Grillera.

Amb en Toni Enseñat comencem la ruta a Maçanet de Cabrenys direcció Nord per corriols propers al torrent d'Ardenya i el Clot de Can Rei. Tot i que a Catalunya estem amb una sequera extrema, el bosc està d'una verdor espectacular segurament degut als ruixats dels darrers dies. El camí puja de valent fins el Pla de La Creu on es suavitza fins el Santuari de les Salines (també refugi), ubicat en una clariana del bosc i prop d'una font, que per sorpresa nostra porta un bon cabal. Prosseguim la pujada fins el coll de Pous, situat a plena carena fronterera i on el panorama s'obre cap el Nord. Aquest coll conjuntament amb el de Lli, Manrella, i Costoja foren força utilitzats quan la retirada republicana del 1939

Apartir d'aquí el nostre itinerari pren direcció W per la llarga i panoràmica carena fronterera. Durant tot el dia caminarem sota la presència del Canigó. Aviat trepitgem el cim del Moixer proper a unes grans antenes, després el Roc Comptador



Arribant al cim del Moixer

cim més alt de l'Alt Empordà. Continuem per la carena crestejant trams rocallosos assolint el Roc de Frausa. Ara sense deixar la carena seguim vers el SW gaudint d'algunes grimpades per terreny de rocs, prats i boscos més aclarits fins arribar a Costoja, petit poble del Vallespir. Fem nit a la gite d'etape, que gestiona el bar del poble. Val a dir que la gite d'autogestió està impecable i disposa de tots els serveis bàsics.

La segona jornada comença per un curt tram de carretera i alguna dreuera fins el coll dels Horts ja de nou a l'Alt Empordà. Deixem l'asfalt i amb tendència S ens dirigim a

l'ermita de Sant Cristòfol dels Horts força enrunada. Ara el camí (E) ens apropa a les runes de La Fiola enmig d'antics conreus abandonats. A partir d'aquí el corriol s'enfila entre alzines i rocam fins el Puig Gavarra, des d'on podem veure el proper objectiu, el cim rocallós del Castell Bac Grillera. Seguim per carena amb vistes al nord de tota l'excursió realitzada ahir i al sud El Mont, Espinau, Bassegoda, etc. arribant a la base del cim castell Bac Grillera. L'ascensió està equipada per un seguit de cadenes que superen el curt però fort desnivell fins el petit cim.

Baixem pel vessant E seguint carena i creuant les curioses i fosques esquerdes de La Fau fins el coll del mateix nom. Ara fem una

petita anada i tornada fins el proper santuari de la Fau situat al final de la serra de Bac Grillera. Està en període de reconstrucció i al costat d'un refugi privat. De nou al coll de La Fau, continuem el descens al N entre pistes i corriols emboscats cap a l'ermita de Sant Pere dels Vilars. Tenim enfront la serralada de Les Salines i al fons la vall del riu Arnera, que creuem prop dels seus gorgs abans de fer una curta pujada fins a Maçanet de Cabrenys, punt d'inici i final d'aquesta travessa que inclou grans boscos, divertides grimpades, i molta història donat el seu caràcter fronterer.

Primer dia : 22 Km i +1.450 m.

Segon dia: 17,5 Km + 570m.



Pujant al Roc de la Frausa

EXCURSIÓ A LA ROCALLARGA (m.).- COMARCA D'OSONA

Text i fotos: Jordi Pino



1.- RESUM

El Juliol 2006 la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya va fer una aposta per donar a conèixer les muntanyes del nostre país i així va nàixer el repte dels 100 cims. Es tracta de muntar, sense límits de temps, als cims més emblemàtics de Catalunya, repartits per totes les comarques del nostre país. La Rocallarga n'és un dels escollits.

Aquest puig forma part de la subcomarca del Cabrerès o Collsacabra, un altiplà que queda

definit pels cursos del riu Fluvià al nord i el Ter al sud i situat a l'extrem de llevant de la plana de Vic, al lliandar amb la Garrotxa. Terreny de grans cingleres que es manifesten majoritàriament a la banda sud-est amb els cingles de Tavertet i de l'Avenc, els quals recorrerem pel llarg d'aquesta excursió.

Pel que fa a les aigües del cim, aquestes marxen totes cap al riu Ter per diverses torrenteres, sent la més important la que baixa per ponent i anomenada de l'Abeurador. Terreny

de pedres calcàries amb un cim molt original format per una llarga llastra voltada d'altres petites roques i separades per diversos xaragalls.

L'excursió, molt senzilla, còmoda i fàcil, accedeix al cim a través d'una pista revestida de ciment que deixarem a l'alçada de la Masia de l'Avenc per seguir per pista de terra i uns prats que ens faran arribar fins el mateix cim.

2.- ACCÉS PER CARRETERA.

Amb automòbil ens hem de dirigir fins al poble de Tavertet. Per fer-ho hem d'anar fins a Vic. Aconsellem, venint de Barcelona, Manresa o Girona, anar per l'eix transversal, C-25, i eixir a la sortida de Roda de Ter. Seguim cap a questa vila per la C-153, travessem el poble direcció l'Esquirol i Olot i en arribar a l'Esquirol o Santa Maria del Corcó, cal prendre un trencall a la dreta que ens duu cap a Tavertet per la carretera BV-5207.

Travessem el poble de Santa Maria del Corcó i fem uns 13 quilòmetres fins el poble de Tavertet. En arribar-hi seguim amb el vehicle de dret i en pujada fins una petita plaça, on hi ha la Residència Casa de pagès El Jufre i on podem aparcar.

3.- RECORREGUT

La nostre excursió segueix una pista revestida de ciment per damunt dels cingles de l'Avenc, en direcció nord-est, fins la casa del mateix nom. Aquí prenem una pista de terra i en la mateixa direcció arribem prop del cim, on hi muntarem travessant uns prats.

Les referències més importants i horaris sense comptar parades són:

0 minuts.- Tavertet (880 m) Sortim deixant Can Jufre a la dreta i un pal indicador a l'esquerra. Anem per pista estreta revestida de ciment, per camps de conreu i planers. Deixem un dipòsit de ciment circular a mà esquerra i tot seguit trobem un indicador.

5 minuts.- Pal indicador (890 m) Ens indica que portem direcció Rupit, Rajols, G.R. 2, L'Avenc, etc. Deixem a l'esquerra una pista amb un pal indicador. Seguim planers o en lleugeres pujades per un indret boscos molt bonic amb rierol inclòs.

20 minuts.- Pal publicitari (950 m). Anunci respecte dels Cingles de la Caixa de Catalunya. Seguim planers el G.R., travessem un pas canadenc, s'acaben els conreus i ara només tenim pastures i roures i alzines.

30 minuts.- Nou pal publicitari. (720 m) De la mateixa Entitat. Travessem un nou pas canadenc, la pista fa lleugera pujada i seguim per entre roureda.

40 minuts.- L'Avenc. (1.050 m) Trobem la casa que està sent rehabilitada per colònies. La pista volta la casa que tenim a l'esquerra, en decidida pujada, i quan la supera prenem un trencall on hi ha un pal indicador que ens orienta respecte la pista principal revestida de ciment que marxa cap a Rupit i Pruit i la de l'esquerra que, a tocar de la casa, se'n va cap a Rocallarga, Rajols, etc. Seguim aquesta pista a Rocallarga, ens enfilem a uns bancals que té la casa i del seu darrera, en pujada més decidida, surt la pista que seguim per entre roures, ginebres i boix. Aquí trobem unes marques grogues que arriben fins el cim. La pista fa dos giravolts i es fa més planera.

55 minuts.- Trencall (1.120 m). Al final d'aquest pla, a mà dreta hi ha un gran roure que té una marca groga paral·lela al terra. En aquest punt i un pèl enrere, hi ha a mà esquerra un petit corriol que s'enfila cap a uns prats i on també, amb dificultat veiem una marca groga en vertical. Seguim el corriol que ens

durà fins el cim. Si en s'ho passéssim, la pista arriba a un petit coll entre el bosc, on hi ha una tanca. Aquí la pista segueix de pla, a mà dreta hi ha un altre pista que en 100 metres duu a un molinet de vent i a mà esquerra un desdibuixat corriol que enllaça amb el de les pintures grogues i marxa cap el cim.

1 hora i 5 minuts.- Rocallarga (1.186 m). Una llarga llastra on al seu extrem hi ha un vèrtex geodèsic configuren aquest esvelt cim que es troba damunt d'una cinglera.

Baixada desfent el camí d'anada.

4.- HORARI

La pujada ens ocuparà una mica més d'una hora, la baixada uns 45 minuts.

5.- DESNIVELL

El desnivell acumulat de tota l'excursió és de 300 metres, tant de pujada com de baixada.

6.- ÈPOCA ACONSELLABLE PER A FER L'ASCENSIÓ

Aquesta ruta es pot fer tot l'any. Cal evitar anar-hi al pic del estiu i al migdia, per la forta calor que podem



passar. En contades ocasions hi ha neu al hivern.

7.- PUNTS D'INTERÈS

És molt interessant la vista des del cim que cap al sud permet veure la part final de Susqueda, el Montseny i les Guillerries. A llevant veurem el cingles i muntanyes del Far, mentre que al nord tenim una vista parcial dels Pirineus orientals des de el Pedraforca fins la banda del Puigmal. Resta a ponent, també amb vista parcial degut a la vegetació, les muntanyes dels Rasos i l'altiplà del Lluçanès.

8.- CLIMA I VEGETACIÓ

El clima en aquests indrets és dels que s'anomena de caire submediterrani continental, amb temperatures extremes, sobretot al hivern, on es barregen els dies freds i humits amb boires i els temperats pel sol. Clima de transició entre el mediterrani sec i el continental europeu, més humit i extremat. A l'estiu la plana registra fortes calors, mentre que a l'hivern té fortes glaçades.

La vegetació també presenta les mateixes característiques, si bé en aquest cas, l'indret presenta

rouredes, alzines i pins més típics de la mediterrània, que no pas les fagedes que no hi són en tot el recorregut.

binocles. En el recorregut no trobarem fonts per això recomanem dur aigua.

Barcelona a 25/05/2008

9.- EQUIPAMENT

Motxilla, gorra o barret, ulleres i crema solar tot l'any. A l'hivern cal dur roba d'abric i contra la humitat o pluja. L'excursió es pot fer amb calçat tou, doncs tot el recorregut va per camí o carretera. També recomanem dur una màquina de retratar i uns



CALENDARI D'ACTIVITATS JULIOL-AGOST

DATA	SECCIÓ	LLOC O ACTIVITAT	VOCAL
4 dm.	AEC	Reunió Junta Directiva	Junta
8-9	Muntanya	Sortida familiar 2 dies (lloc a determinar)	Bernat Ruiz
9 dg	BTT	Volta a la Serra Cavallera	Roger Sant
15-16	Muntanya	Pic de Certescan (nit al refugi de Certescan)	Pere Mansilla
16-30	SIJ	Campament d'estiu a Erill la Vall	SIJ
27 dj	Veterans	Trobada	Frederic Planas
Tots els dimecres (juliol)	AEC	Labors	Núria Gómez i Mari Guillén.
del 26/8 al 3/9	Muntanya	Campament d'estiu: Parc natural de la Montaña Palentina	Muntanya

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

VACANCES D'ESTIU

Preneu nota que l'Agrupació romandrà tancada des del 31 de juliol al 31 d'agost.

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.

Vocal: Pere Mansilla 601 110 287

Normativa: És obligat llegir les Normes Generals de les sortides de l'AEC, publicades en aquest mateix Butlletí. 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 !!!

ATENCIÓ *Ja tenim fetes les reserves del Refugi. Si algú desitja afegir-s-hi caldrà que faci la reserva pel seu compte.*

CAMPAMENT D'ESTIU SECCIÓ DE MUNTANYA

26 d'agost al 2 de setembre

PARQUE NATURAL MONTAÑA PALENTINA

CAMPING FUENTES CARRIONAS de la població Cervera del Pisuerga (Palència). Del mateix càmping surten diferents excursions , i amb poca estona de cotxe ens permet fer excursions tipus senderisme i boniques ascensions a pics superiors als 2.400m. Tanmateix hi ha una bona oferta cultural, especialment pel que fa al romànic.

Reserves parcel·les o bungalows a la pàgina web del càmping, indicant que sou de l'AEC. www.campingfuentescarrionas.com

Per una bona coordinació, confirmeu assistència a en Jordi Ramon (T/ 601 420 160).

En dates properes convocarem una reunió per a tots els participants.

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, despreniments, 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.
- 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.**

Cultura

Mines de sal de Cardona - 14 de setembre

Visita cultural, a la meravella natural de les Mines de Sal de Cardona, on farem un recorregut guiat a 86 metres de profunditat i gaudirem de l'espectacle de formes i textures que ens ofereix el massís salí.

La muntanya de sal és un fenomen natural únic al món que encara avui creix a mesura que la pluja l'erosiona. Durant anys esdevingué una de les mines de sal potàssica més important del món ***Mina Nieves de Cardona*** ((1929-1990). Avui aquest recinte miner es un gran equipament cultural que pretén divulgar la importància de la sal.

L'expressió «la sal de la vida» fa referència allò que és important. Des de l'antiguitat, l'esser humà va donar a la sal un paper essencial, va ser un bé molt preuat. Durant segles va representar riquesa, els soldats romans cobraven amb sal, (d'aquí prové la paraula salari) i va esdevenir un dels principals béns del comerç internacional. Durant segles va ser l'únic mètode per conservar aliments i actualment s'empra per la fabricació de molts productes, sabó, ceràmica, cautxú, paper, etc.

L'excepcionalitat geològica del jaciment i l'aprofitament que l'home ha fet d'aquest recurs natural durant segles, constitueixen la raó de ser de Cardona i la causa de l'esplendor del seu passat. La seva carta de poblament, una de les més antigues d'Europa, recull el dret dels vilatans a obtenir sal per sempre més.

Un altre espai important de Cardona és el seu castell, la fortalesa mai vençuda, baluard de les llibertats catalanes, va ser seu de la poderosa nissaga dels Comptes-Ducs de Cardona, rics Senyors de la Sal emparentats amb les principals famílies europees.

Vocals: Marta Caveró, Anna Tomàs

Us avancem aquesta informació, per que us reserveu la data, si hi esteu interessants. Al Setembre informarem dels detalls (preu, horaris, etc.) a través del Butlletí i del grup de Whatsapp de Cultura.

ALTES DEL MES DE MAIG

MANEL HERRERA BORAU
CRISTINA RIUS GIBERT
CARLOTA HERRERA RIUS
ÀLEX HERRERA RIUS

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



Pic de Peguera. (pàg.10). Placa col·locada! Foto: Jordi Serra.



Dimecres al Sol (pàg.4) Cim del Roc Comptador amb la placa. Foto: Angel Porras.



Senderisme (pàg.6) La Sala. Foto: Conxita Güell.

HORARI SECRETARIA A.E.C.

De dilluns a dijous de les 18 a 20:30 h.

Ateneu del Clot C/.Muntanya, 16 (provisional per obres)

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

AGRUPACIÓ
EXCURSIONISTA
"CATALUNYA"
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

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, Rosa Maria Soler, Isabel Adell, Albert López, Núria Vilamur, Pep Molinos, Jordi Pino, Pere Milla, Jordina Argimon, Joan Guiu, Oscar Pàmies, M. Carme Domene, Toni Enseñat, Roger Sant, Laura Grau, Jordi Serra, Angel Porras i Conxita Güell.