



1912

**butlletí informatiu**  
**octubre 2023**

# **Agrupació Excursionista "Catalunya"**

**EXCURSIONISME, PAÍS I CULTURA**

Campament d'estiu a Muntanya Paletina. Ruta de Fuente de Cobre. Foto: Pere Mansilla



11 de setembre. (pàg.10). Ofrena floral. Foto: Carme Capdevila



Campament AEC. Pico Espigüete (pàg.8) Crestejant. Foto: Pep Molinos.

# XARXES SOCIALS

Fa un grapat d'anys que fem servir aquest sistema de comunicació amb els seus avantatges i els seus inconvenients.

Un d'ells es l'exposició volguda o no a l'abast de tothom, ho veiem amb el mal ús que es fa per manipular imatges, escrits, opinions etc. I tot des de l'absoluta impunitat i covardia de l'anonimat.

Tenim WhatsApp, facebook, instagram i ara intel·ligència artificial, on anirem a parar si tots aquests instruments es tornen en contra nostra i no ho podem aturar? difícil! però no impossible.

El WhatsApp és l'eina més comuna per comunicar-nos i la més familiar per a tothom, però respectem les normes d'ús i la privacitat que hauríem de tenir quan es formen grups de comunicació?

Crec que hauríem de reflexionar una mica vers l'ús que es fan de les xarxes i respectar en la mesura que puguem, quan i com utilitzem cadascuna i no barrejar la utilitat per les que van ser concebudes.

Difícil, però no impossible.

## ÍNDEX

### 3. EDITORIAL

### AGENDA D'ACTIVITATS OCTUBRE

- 20. Calendari d'activitats octubre/Sopars de "bocata"
- 21. Senderisme
- 22. Semprepodem/Cultura
- 23. TTT/Dimecres al sol

### ARTICLES

### ACTIVITATS PROGRAMADES

- 4. MUNTANYA: Campament AEC 2023
- 6. MUNTANYA: Pico del Fraile.
- 8. MUNTANYA: Pico Espigüete.
- 10. AEC: 11 de setembre
- 11. MUNTANYA: Pujada al Taga des de Coll de Jou
- 13. L'ITINERARI: Ascensió al cim del Bassegoda.
- 18. LA RESSENYA: Alpinisme de qualitat al Canigó. Directe-Couloir Escarra-Muxart 350m D+
- 24. Calendari Senderisme/Dimecres al sol
- 25. Calendaris Semprepodem i TTT
- 26. Calendaris BTT i SIJ
- 27. Calendaris Familiars i SEAM
- 28. Pessebre 2023 i Normes Generals
- 29. Loteria de Nadal: Sorteig 31-12-23
- 30. Escrits pel butlletí, altes del mes, pagaments i correus electrònics.

# CAMPAMENT A.E.C. 2023 MUNTANYA PALENTINA

Agost-setembre 2023

Pep Molinos

*Aquest 2023 l'Agrupació ha organitzat el seu campament d'estiu la darrera setmana d'agost, a la comarca MONTAÑA PALENTINA de la província castellana de Palencia. És un sector de la serralada cantàbrica desconegut per tots nosaltres. Així doncs, després d'una reunió informativa i participativa amb tots els interessats, es crea un grup de wsp per on ens passarem totes les comunicacions i propostes del campament.*

**E**l lloc escollit és el càmping "Fuentes Carrionas" a la localitat de Cervera de Pisuerga, amb espai per a tots ja sigui amb tendes, furgonetes, autocaravanes o bungalows. El poble de Cervera del Pisuerga està ubicat estratègicament al mig de la serralada i amb bones comunicacions radials a la comarca. A més

de les possibilitats excursionistes amb cims de més de 2.500 metres, la comarca compta amb una de les concentracions més grans d'art romànic, i això permet combinar excursions i visites culturals.

**C**om altres anys, les activitats del campament són proposades pels propis participants i cadascú pot anar





*Pico Tremaya. Foto: Mònica Muñoz.*

a la que més l'interessi. D'aquesta manera algun dia hi ha fins a quatre activitats.

**E**n el pla excursionista es fan entre altres les següents activitats: Peña Tremaya, Pico del Fraile, Senda del Oso, Pico Espigüete, Pico Murcia, Peña Prieta, Las Tuerces, Pico Valdecebollas, naixement del Pisuerga a la cova de Fuente Cobre, senda Roblon de Estalaya, la tejeda de Tosante, senda del pinar de Velilla, ruta del Roblón de los Jugadores, el Bosc Fòssil .

**C**om a rutes culturals a destacar l'església rupestre de San Justo i Pastor, Col·legiata de San Salvador de Cantamura, El Monestir de Santa Maria La Real, l'ermita de Santa Cecilia, El castell d'Aguilar, Ermita de Santa Eulàlia, la ermita rupestre de San Vicente del S.VII. També fem la visita guiada a l'espectacular Cueva

de los Franceses i Las Loras, i una ruta en vaixell pel Canal de Castilla, i vèrem creuar el riu Pisuerga «sirgant» sobre una barcaassa.

**V**al a dir i com no podia ser d'altra forma, tothom acaba visitant la botiga de les galetes Gullón (Aguilar de Campoo) i la fàbrica de pastes Uko (Cervera de Pisuerga). Aquest "carregament" de galetes i pastes és important, doncs al ressopó que fem als vespres mentre petem la xerrada, sempre surten juntament amb altres delicatessen acompanyades de ratafia, moscatell i algun que altre espirituós.

**N**o tot ha estat cultura i muntanya, ja que tampoc ha pogut faltar el dinar de barbacoa a les graelles del càmping amb tota mena i varietat de menges. Així com fer la cervesa a la terrassa del Parador mentre contemplem una meravellosa posta de sol.

**L**a cirereta del pastís ha sigut el darrer vespre, ja que hem celebrat l'aniversari de la Rosa M<sup>a</sup> i en Xavier Soriano, que han convidat a pastes amb cava de l'Agrupada als jardins del Parc del Pisuerga; un bon final per un campament ple d'activitats.

A reveure i fins l'any vinent.

# PICO DEL FRAILE (2.001 m.) Montaña Palentina

Agost 2023

Rosa Maria Soler

*Durant el Campament d'estiu, una colla de 7 vam decidir-nos per pujar un cim que malgrat la seva modesta alçada, té un marcat caràcter i una situació que en fan un excel·lent mirador.*



*Santuari Nuestra Señora del Brezo.  
Foto: Mònica Muñoz*

**E**l punt de partida de l'excursió va ser el Santuari de Ntra. Señora del Brezo, on vam arribar per una bonica carretereta que surt des del poble de Villafria de la Peña i que transcorre pel fons d'una estreta vall, que s'eixampla al final, on s'hi troba el Santuari. Aquest està format per un conjunt d'edificis força grans i que sorprèn trobar en mig d'aquelles muntanyes. Està tot tancat i barrat i ens hem de conformar en veure-ho des de l'exterior.

**C**omencem a caminar pel costat mateix dels edificis, remuntant per un camí força ample, que aviat fa cap a una pista de terra d'amplada

considerable, que seguim fins a arribar a un coll on conflueixen altres camins i s'hi troba el refugi lliure de Cristo Sierra, amb un cotxe aparcats al davant.

**D**'aquí prenem a mà esquerra una pista molt més estreta on ja no es pot circular amb cotxe i que després d'un flanqueig pel bosc entra a la Vallejona, una bonica vall que ja deixa veure al fons el nostre objectiu, que presenta un bonic aspecte. Aviat unes fites ens fan deixar la pista i comencem un llarg flanqueig, per un terreny una mica incòmode, on cadascú es fa el camí segons el seu gust. Finalment tots fem cap a la carena i el coll sota el cim.

**J**a fa estona que un ventot ben desagradable i fred, ens fa la guitza i ens arrecerem darrera unes roques, per fer un mos i descansar. Un cop refets continuem, ara ja per la carena rocosa, on res ens para la ventada, i ens hem d'abrigar i recolzar-nos bé amb el bastons, fent atenció per no perdre l'equilibri.



*Aturada al coll amb vistes al cim.*

*Foto: Rosa Maria Soler*

Un cop al cim, per sort, també hi ha unes roques, que ens permeten fer una bona estona d'aturada, sense patir tant el vent. Les vistes són espectaculars. Cap al nord els cims més alts de la zona, destacant l'Espigüete i el Curavacas, i cap al sud la immensa plana de Castella, que es perd en l'horitzó.

Un cop fetes les fotos de rigor, retornem al coll, des d'on agafem un camí diferent al de pujada, molt més marcat, però amb fort pendent, que tot fent ziga-zagues ens porta ràpidament a la pista de la Vallejona. Aprofitant que, per fi, aquí ja no molesta la ventada, fem una bona parada al solet i mengem una mica, per encarar la tornada, tot desfent el camí fins el coll on reprenem la pista principal i el trencall que ens deixa al Santuari.

Tornem al Campament, contents d'haver assolit aquest cim modest, però bonic perquè sí.



*Cim del Pico del Fraile. Foto: Mar Cardona*

# PICO ESPIGÜETE – MUNTANYA PALENTINA

Agost 2023

Text i fotos: Pep Molinos

*Estem al campament de l'Agrupa a Cervera del Pisuerga, i ja des de que vam sortir de Barcelona, tenim al cap la idea de pujar al Pico Espigüete per la seva aresta oriental.*



*Espigüete. Cara Nord.*

**A**quest pic tot i no ser el més alt de la "Montaña Palentina", és considerat el més emblemàtic de la comarca, ja que com el nostre Pedraforca, s'aixeca altiu i rocós sent visible des de molts llocs. Té la ruta normal pel Sud, dura pel desnivell però senzilla de fer. Nosaltres ja venim amb la idea de pujar per la seva marcada i esvelta aresta Est, doncs les ressenyes que portem indiquen que és una ruta molt directa, amb bones grimpades, a

estones aèria i molt panoràmica ja que segueix l'aresta de principi a final.

**S**ortim d'hora del càmping i ens desplaçem a la vall de Las Lomas aparquant pocs quilòmetres abans de Cardaño de Arriba. Només sortir del pàrquing la petita traça de camí indicada sortosament amb fites s'enfila de valent; primer per terreny de pedres i matolls, però després d'un curt i fort desnivell ja estem a l'aresta rocallosa que ja no abandonarem fins



el cim. Aquesta aresta com si fos una filera de "castellets" va guanyant alçada veient solament el proper castellet, a més dels forts pendents i estimballs a dreta i esquerra. Tot i ser àeria i en algun tros estreta, no presenta gaires dificultats tècniques, és qüestió d'anar grim pant i superar algun pas de II. Val a dir que en algun tram senzill podem avançar a peu pla. Arribem a l'Espigüete Est i ves per on la cresta continua encara força més enllà amb uns puja-baixa fins el cim.

**J**a a dalt de l'Espigüete el dia s'aclareix. La pujada ha resultat dura i sostinguda però força alpina i agraïda. Les vistes des del cim són espectaculars amb els propers Pico Murcia, Peña Prieta, Pico Curavacas i la plana de Castella; més al nord una nuvolada ens amaga els Picos d'Europa.

**F**em el descens per la rosta cara nord, primer amb un flanqueig que ens porta sota les parets del pic Est i després per una canal força relliscosa que després es converteix en una dreta tartera, i que abans d'arribar a la vall encara ens fa desgrimpar alguns embuts. Per fi arribem a la vall de Mazobre, i amb pocs metres de pujada vall amunt arribem a la cascada de Mazobre, on ens podem remullar a les seves aigües. Desfem el darrer tram de camí i anem baixant pel fresat camí i després pista de la vall de Mazobre fins on tenim els vehicles.

**H**a resultat una excursió circular, de pocs quilòmetres, amb fort desnivell i una aresta i una baixada força treballades.

Pico Espigüet aresta Est: 10,22 Km i 1.305m desnivell.

Cim de l'Espigüete



# 11 DE SETEMBRE

Isabel Adell

El dia de la diada uns pocs participants, i quasi tots veterans, ens vam trobar per a fer l'ofrena floral al monument d'en Rafel de Casanova, uns quants van continuar fent la passejada i a la tarda encara que "poquets" i gaire bé els mateixos, ens vam tornar a trobar per assistir a la manifestació i, afegint-nos a una columna, vam arribar fins a la plaça de "L'1 d'Octubre" (Pl. Espanya). Potser degut a com va caure la diada, la participació de socis va ser minsa, però tot i així ben representada, fins i tot per les noves generacions de l'Agrup (la Neus de 8 anys).



*A dalt: ofrena floral al monument a Rafael de Casanovas i socis de l'AEC a la manifestació de la tarda (Fotos: Carme Capdevila). A baix: manifestació a la plaça de l'1 d'Octubre (Foto: Rosa Maria Soler).*



11/09/2023 18:46

# PUJADA AL TAGA DES DE COLL DE JOU

16 de setembre de 2023

Lucía Martínez

*16 de setembre: comencem la temporada amb la pujada al Taga. Sortida fàcil, però amb un desnivell d'uns 400 m, que a alguns ens preocupa una mica perquè després de l'estiu estem desentrenats.*



*Sortint de Coll de Jou.*

*Foto: Rosa Maria Soler.*

**S**ortim a les 7 del matí en cotxes particulars, uns des de Fabra Puig i altres des de Padilla. A Ribes de Freser, al bar Gusi, ens trobem tots per esmorzar i tot i que hi ha molta gent, anem força ràpids. Tornem als cotxes ... i cap al Coll de Jou. El dia pinta bé.

**U**na vegada allà, iniciem l'ascens sense presses, cadascú al seu ritme, fent "ziga-zaga" o com li va millor i sense oblidar-se de contemplar un paisatge impressionant i amb una pila de vaques pasturant pels prats del voltant. Quan arribem on comença l'últim tram, el més costós,

fem una parada per descansar una estona i després reiniciem la marxa com abans, uns més ràpids i d'altres xino-xano, però tots amb moltes ganes. El camí està una mica enfangat i per a uns, més que per altres es fa més pesat. Però, tot i així, més aviat o més tard... TOTS ARRIBEM AL CIM. Allà trobem més vaques pasturant, força gent, molts fent-se la foto de rigor, i unes vistes espectaculars, magnífiques, amb el Puigmal tapat pels núvols, Núria, la serra Cavallera, el Canigó, el Montseny?, el Pedraforca ... Fa un dia preciós. Descansem gaudint del paisatge i fem les fotos pertinents. En un moment donat apareix un pastor motoritzat que s'emporta les vaques.



*El pastor motoritzat. Foto: Anna Viola.*

**A**rribat el moment de la baixada, l'agafem amb la mateixa filosofia de la pujada. Ara ja no veiem vaques als prats, ara les que pasturen són ovelles. L'entorn és molt bonic i amb el dia que fa, tot llueix més. No obstant, quan divisem els cotxes, jo diria que més d'un , accelerem el pas, tenim ganes d'arribar al final.

**J**a on tenim aparcats els cotxes, el Bernat, el benjamí del grup, reparteix lllaminadures que ben bé, podrien ser com un premi al repte aconseguit!. Dinem a Ribes de Freser, al restaurant Can Sart. El dinar és molt bo, esplèndid. Després d'una sobretaula bastant llarga, contents i satisfets, agafem els cotxes per tornar a Barcelona



*Prenent un descans amb el Taga al fons. Foto: Rosa Maria Soler.*

**A**questa sortida ha estat una molt bona inauguració de la tempo-rada.! Gràcies, Rosa Maria per la teva dedicació i organització i a tothom per la bona companyia i el bon ambient.



*La baixada. Foto: Anna Viola.*

# ASCENSIÓ AL CIM DEL BASSEGODA. (1.373 m.) COMARCA DE LA GARROTXA

Jordi Pino

## 1.- RESUM

En 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. El cim del Bassegoda n'és un dels escollits.

Aquest cim es troba situat entre l'Alta Garrotxa i l'Alt Empordà, a tocar del

Vallespir, i forma part d'una llarga carena que separa les dues comarques des del Comanegre i Puig de les Bruixes fins al Bassegoda. El cim, format per pedra calcària, està molt enlairat i envoltat de cingleres, en un paratge solitari i feréstec, degut al terreny molt poc favorable al conreu. La muntanya que es formà per aixecament del plegament Alpí, vessa pel sud les aigües al riu Tumany, afluent del Sant Aniol i aquest del Fluvià, mentre que pel



nord ho fa al riu Muga.

L'excursió és força interessant, un pèl feixuga degut a que la major part del camí s'ha de fer per pista forestal, però val la pena assumir-ho, per poder gaudir d'unes magnífiques vistes, una vegetació molt diversa i un terreny molt singular, d'una de les serres prepirinenques més allewantades que hi ha, abans d'arribar a les planes de l'Empordà.

## 2.- ACCÉS PER CARRETERA.

Amb automòbil ens hem de dirigir a Castellfollit de la Roca, on hi podem arribar des de Girona i Banyoles o des de Ripoll i Sant Joan de les Abadesses pels túnels de Capsacosta.

Tant si venim de Banyoles o de Ripoll, hem de prendre la A-26 i deixar-la a la sortida de Montagut i Tortellà. Just sortir de l'autovia trobem la carretera GIV-5232 que du en dos quilòmetres al poble de Montagut. Al final d'aquest poble, prenem una carretera direcció Sadernes i Sant Aniol d'Aguja. Fem 6 quilòmetres per arribar a Sadernes, i en arribar-hi trobarem una masia restaurant, un càmping i una Església.

Seguim, ara per pista forestal, cap a Sant Aniol. Hem de fer 2,8 quilòmetres abans d'arribar al aparcament on deixarem el vehicle, i en aquest tros, passarem per un pàrquing senyalitzat, travessarem el

riu de Sant Aniol, tornarem a passar un altre pàrquing i també a travessar l'esmentat riu. Deixarem un nou aparcament i arribarem a un altre de més petit, assenyalat amb el número quatre i on hi ha diversos indicadors i una pista barrada a l'esquerra que baixa cap el riu.



## 3.- RECORREGUT

El recorregut puja enlairant-se pel vessant esquerra del riu de Sant Aniol en direcció nord. Després gira a llevant, per tal de seguir la vall de Riu i anar fins el coll del mateix nom. D'aquí, en direcció nord, pujarem fort fins el cim.

Les referències més importants del recorregut són:

### **0 minuts.- Aparcament (310m.).**

Sortim de l'aparcament seguint la pista forestal en direcció nord en forta pujada i enlairant-nos del riu que resta a baix a la nostra esquerra. En aquesta zona l'alzina és l'arbre exclusiu. A trossos la pista està revestida de ciment.

**5 minuts.- Font i abeurador**

**(330m.)** A la nostra dreta. Seguim la pista a estones encimentada, veiem enlairada a la nostra dreta l'Ermita de Sant Feliu de Riu. Més amunt la pista prendrà direcció llevant i mantindrà el riu, ara Tumany, allunyat molt per sota nostre.

**25 minuts.- Cruïlla (560m.)**

A la nostra dreta surt una pista a l'Ermita de Sant Feliu de Riu. Hi ha un pal indicador que té errat el temps per anar a l'anomenada Ermita. La pista ara és planera, fins i tot fa alguna baixada. Seguim envoltats d'alzines i d'alguns castanyers. Enlairat al fons de la vall i a mà esquerra es pot veure l'escarpat Bassegoda.

**35 minuts.- Drecera (590m.)**

La pista fa un gir a la dreta just on comença el ciment. Recta tenim l'antiga pista que travessa un bosc de Castanyers. Hi ha indicadors de Mare de Déu de les Agulles i Bassegoda si seguim a la dreta. Nosaltres seguim recta pels castanyers.

**40 minuts.- Masia i prat. (610m.)**

La masia resta a la nostra esquerra. Podem fer una petita drecera travessant el prat, si l'herba no està gaire alta (podríem malmetre-la).

**45 minuts.- Cruïlla (615m.)**

Just al final del prat deixem una pista que ve de la nostra esquerra i a 50 metres en deixem una altre que segueix de

front i té un pal de fusta que assenyala una ruta per a caminadors. Prenem la que s'enfila a la dreta. Estem en cara nord, seguint molt per sota els cingles de Guitarriu que es troben a la nostra dreta. Minven les alzines, ara hi ha pi roig, boix grèvol i faig. Deixem una altra pista secundària que ve planera de la nostra dreta.

**1 hora i 10 minuts.- Rierol**

**(780m)** La pista travessa un petit rierol, deixa la cara nord i passa a fer revolts pel vessant sud del Bassegoda. Comencem a enlairar-nos fent revolts. Canvi radical de vegetació. S'acaba el faig i torna l'alzina. Fem dos revolts marcats, en el primer que gira a la dreta, deixem una pista secundària a l'esquerra.

**1 hora i 20 minuts.- Cruïlla.**

**(860m)** En el tercer revolt a la dreta que fa la pista, surt de la nostra esquerra un camí que, en lleugera pujada i en 5 minuts, du a l'Ermita de la Mare de Déu de les Agulles. És romànica, del segle XII i rep aquest nom, pel costum de les dones d'aquesta regió, de bescanviar les agulles que duïen als vestits, per les que hi havia clavades a la roba de la Imatge. En el sisè revolt que fa la pista i que gira a l'esquerra, deixem un camí a la dreta. Continuem per la pista i encara fem un nou revolt abans del coll.



**1 hora i 45 minuts.- Coll i cruïlla.**

**(980m)** Pals indicadors. Per la nostra dreta arriba planera una pista que s'ajunta amb la nostra, just en arribar al coll. En aquest coll a mà esquerra hi ha un petit prat per on seguirem per un camí desdibuixat que es fica dins del bosc. El camí decanta, en pujada i de flanc, una mica cap a la dreta i en 3 minuts ens durà al peu d'unes penyes, on hi ha una llastra ajaguda d'uns 20 metres, que superarem amb l'ajut de les mans i d'algun arbre. Després trobarem un camí fitat que en dura i forta pujada per entre bosc i tarteres ens portarà fins al peu d'un cingle. Hem de seguir les fites.

**2 hores i 20 minuts.- Cercle del Bassegoda. (1280m.)** El bosc min-

va i arribem a una cinglera, que travessarem per sota, diagonalment, per herba de prat, algun roc i en lleugera pujada. No deixem les fites i anem voltant cap a la banda nord de la muntanya.

**2 hores i 30 minuts. Peu del cingle. (1360m.)**

Ens ajuntem amb un altre camí que ve del pla de les Bateriaes i del coll del Bassegoda. Aquí, hem d'enfilar-nos per unes pedres, seguint unes marques de pintura verda, i amb l'ajut d'una cadena i algun ferro, arribarem al cim.

**2 hores i 35 minuts.- Cim del Bassegoda. (1.373m)**

Allargassat, ample, envoltat de cingleres, amb herba de prat i alguna pedra, Vèrtex geodèsic enderrocat, senyal geodèsic, un pessebre de disseny i placa



commemorativa. Molt bones vistes. La baixada la farem desfent el camí d'anada.

#### 4.- HORARI

La pujada la farem en una mica més de 2 hores i ½. Baixada en 1 hora i ¾.

#### 5.- DESNIVELL

El desnivell total de l'excursió és d'uns 1.070 metres de pujada i altres 1.070 de baixada.

#### 6.- ÈPOCA ACONSELLABLE PER A FER L'ASCENSIÓ

Qualsevol època de l'any és bona per ascendir per aquesta ruta, llevat al pic de l'estiu, per la forta calor que podem passar. Als mesos d'hivern, alguna esporàdica vegada sol nevar.

#### 7.- PUNTS D'INTERÈS

Les vistes des del cim són molt bones i així cap a la banda sud, davant mateix dels cingles de Guitarriu i d'Entreperes, més enrere Besalú, el llac de Banyoles i altres indrets del Gironès. Al fons la serralada del Montseny. A llevant veurem la muntanya de la Mare de Déu del Mont, la vall del riu Muga, les Alberes i totes les planures, pobles, indrets i comunicacions, de les comarques de l'Empordà i la mar mediterrània.

A ponent, al fons, la serralada del Puigsacalm, els cingles de Cabrera i

Aiats i més al fons la serra d'Ensija. Més a prop la vall del riu Fluvià, Olot, els volcans de la comarca i altres pobles de la zona. Tanca ja més al nord el cercle la serra Cavallera i el Taga. La banda nord l'ocupen les muntanyes pirinenques, des de el Puigmal fins el Canigó.

#### 8.-CLIMA I VEGETACIÓ

Vegetació mediterrània, humida, amb trets europeus a les bandes nord. El clima és també mediterrani i humit, amb fortes glaçades a l'hivern i contrast de temperatures. A l'estiu s'hi poden desenvolupar tempestes i tronades.

#### 9.- EQUIPAMENT

Motxilla, gorra, ulleres, crema solar, roba d'abric tot l'any i protectora del vent. No és pas recomanable fer-la amb wambes. Cal dur força aigua.



Barcelona 14 de Novembre de 2008.

# ALPINISME DE QUALITAT AL CANIGÓ DIRECTE-COULOIR ESCARRA-MUXART 350m D+

Javier Aznar

Ja fa uns quants hiverns, que cada cop que s'anunciava la situació i qualitat d'un itinerari per mitjà d'internet, per poc que consultessis les piulades, era objecte d'assalt per a tots els amants del piolet tracció.

Itineraris com el Gran Diedre del Pic Bayette, la via Estassen a l'Encantat Petit, la Canal del Rimbau al Pedraforca, La Teixonera al Cadí, i així una llista....., entre elles figurava l'Escarra-Muxart al Canigó. I com que no podia ser això de posar-nos les dents llargues, cap allà que ens en vam anar.

Amb tot, la millor manera d'emprendre aquesta ascensió és en la primera època de fred intens i poques nevades, ja que l'aproximació és dura, unes tres hores i en qualsevol cas esquís o raquetes en cas de neu abundant és del tot aconsellable.

La via és molt estètica en particular els quatre primers llargs, on es concentren les dificultats més grans, sent el quart llarg, la cirereta del pastís. La roca de gneis de bona qualitat majoritàriament però difícil de protegir.

**Aproximació i punt de partida:** BCN fins a Perpinyà, agafar la N116 direcció a Prades, a la sortida de Vinça agafar la D25 a Baillestavy, Valmanya i els Massos on acaba l'asfalt, per pista en bon estat es puja direcció al punt de partida del Llech, actualment només es pot arribar a aquest punt amb cotxe sota pena de multa (140 €), a la data de la nostra ascensió vam pujar força fins que el gel i la neu impedia circular amb seguretat.

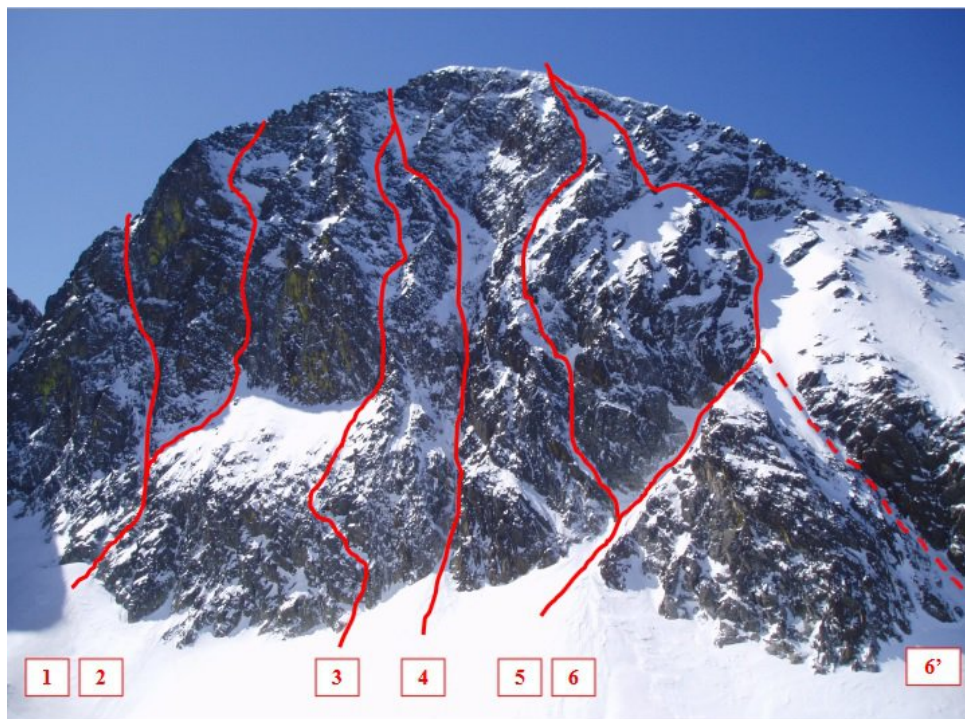
Per dormir, tenim la part hivernal del Refugi de Cortalets, oberta aquella època de l'any, en el nostre cas estava ben condicionada.

**Aproximació:** Depenent de l'estat de la neu, recomanable l'ús de raquetes o esquís, en el nostre cas l'estat de la neu era excel·lent, comptar 1,30 h, el couloir és molt evident, les quatre primeres tirades es troben pràcticament a la vertical del cim.

**Ascensió:** Ascendir pel couloir estret i molt estètic els tres primers llargs més o menys de 40m, trobarem pitons a les reunions i alguns al llarg de les tirades, 55°, 65° i 60° de mitjana, la tercera reunió es troba a l'esquerra i al peu d'una xemeneia una mica vertical de 4m, en el nostre cas totalment coberta de gel, piolet tracció i cargols de gel, 70, 75°, a la sortida i a la nostra dreta tindrem un pitó per a la reunió, comptar uns 50m, a partir d'aquest punt el couloir s'obre i apareix una gran camp de neu, seguim el tall de roca de la nostra dreta i muntarem la reunió, a uns 40m.

Flanquem la gran camp de neu en direcció a la nostra esquerra a un petit coll, aquest llarg podem anar en ensamble 120 m. muntarem reunió en una mena d'esperó estirat, un llarg de 40m amb una petita cascada de 70°, i un altre llarg de 30m. a 55° en direcció a una bretxa ben marcada ens dipositarà als peus d'una creu de ferro que ens servirà per muntar la darrera reunió.

**Descens:** seguirem la ruta normal de pujada al Canigó des del Ref. de Cortalets.



*Photo X : Ensemble de la face Est du Pic du Canigou*

- 1 - Voie de la Diagonale , AD+ , 250m (mentionné uniquement)
- 2 - La « Veine Blanche » , TD , 350m (mentionné uniquement)
- 3 - Coulloir « Escarra / Deixone » , TD , 350m
- 4 - Directe - Coulloir « Escarra / Muxart » , D+ , 350m
- 5 - Corredor « Comprat un Piolet » , AD+ , 300m
- 6 - Coulloir « Offrande » , AD+ , 300m

## CALENDARI D'ACTIVITATS OCTUBRE

DATA	SECCIÓ	LLOC O ACTIVITAT	VOCAL
3 dm.	AEC	Reunió Junta Directiva	Junta
4 dc.	Cultura	Tarraco imperial	Jordi Ramon
7 ds.	Muntanya	Senderisme: Muntanya dels Sants Metges - St. Julià de Ramis	Domènec Palau
10 dm.	Muntanya	TTT: Garraf - Sitges	Xavier Domènech
21 ds.	Muntanya	Semprepodem: Puigmal pel collet de les Barraques	Pep Molinos
21 ds.	BTT	Solsonès: 35km +1300	Amat Botines
21-22	SEAM	Escalada a St. Llorenç de Montgai	Josep Emili Ferrer
21-22	SIJ	Sortida	SIJ
25 dc.	Muntanya	Dimecres al Sol: Puig de les Solanes	Pere Mansilla
26 dj.	Veterans	Trobada	Frederic Planas
29 dg.	Muntanya	Sortida Familiar	Núria Ruiz
Tots els dimecres	AEC	Labors	Núria Gómez i Mari Guillén.

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



### SOPARS DE "BOCATA"

Ja s'han reprès els sopars de "bocata" a l'Agrupació

Recordeu: 1r. i 3r. dijous de cada mes

T'esperem!!

# SECCIÓ DE MUNTANYA – SENDERISME

## Excursió al Congost del Ter i la muntanya dels Sants Metges – Sant Julià de Ramis.

**Dia:** Dissabte, 7 d'octubre de 2023

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

**Lloc i hora de trobada:** 08:h. a l'Agrupada (C/ Padilla). - 08:15h. Fabra i Puig.

**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. Data límit d'inscripció, dimecres 4 d'octubre a les 20h. Mitjançant grup de WhatsApp de SENDERISME 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 i lloc de pujada a l'autocar. Cal ingressar l'import al compte de l'Agrupada: Caixa d'Enginyers (ES72 3025 0017 4114 0003 1058) Indicant el nom "Metges".

**Recorregut:** Uns 9,5 Km. **Desnivell:** 200 m+/- . **Horari aproximat:** 4,00 h.

**Dificultat:** Fàcil.

**Itinerari:** Excursió circular, comença a Sant Julià de Ramis. Ens dirigirem cap al congost del Ter, passem pel Cau de les Goges i pugem a la muntanya dels Sants Metges pel seu vessant septentrional. Després de visitar els diversos jaciments, monuments i atractius de la muntanya, tornem cap a Sant Julià de Ramis. La ruta no suposa cap complicació, donat que el desnivell és escàs i els camins i pistes per on circula són còmodes i agradables.

**Material:** Motxilla, barret, crema de sol, calçat i roba de muntanya apropiada (segons la climatologia esperada), pals, aigua per tot el recorregut.

**Àpats:** Esmorzar al bar, dinar de carmanyola.

**Vocals:** Anna Tomàs i Domènec Palau, tel. 671 40 60 30

**Altres informacions:** per WhatsApp, (Senderisme – AEC)

**Normativa:** És obligatori llegir i acomplir les Normes Generals de les sortides de l'AEC, incloses en aquest Butlletí.

## MUNTANYA: SEMPREPODEM Excursió al Puigmal (2910 m)

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

**Dia:** Dissabte 21 d'octubre de 2023

**Hora i lloc de trobada:** 7.00 h a l'Agrupada (Padilla) – 07.15 a Fabra i Puig.

**Transport:** Autocar. Si no s'arribés el nombre de places es farà amb cotxes particulars amb sistema tarifari aplicat a l'AEC.

**Inscripcions:** Import: 23 euros socis/es, 33 euros socis/es on-line. Data límit d'inscripció, dimecres 18 d'octubre a les 20h. 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 i lloc de pujada a l'autocar. Cal ingressar l'import al compte de l'Agrupada: Caixa d'Enginyers (ES72 3025 0017 4114 0003 1058) Indicant el nom "Puigmal".

**Distància:** 17 Km aprox. **Desnivell** 1.100 m aprox. . **Horari aprox:** 6 h.

**Dificultat:** Moderada pel desnivell.

**Itinerari:** Collet de les Barraques, serra de la Vaquerissa, Puig Dòrria, Tossa del Pas dels Lladres, Puigmal, Baga d'en Feliu, collet de les Barraques

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

**Vocal:** Pep Molinos T/ 666 086 052

**Normativa:** És obligatori llegir les Normes Generals de les sortides de l'AEC, incloses en aquest Butlletí.

**Apunts de l'excursió:** Iniciem la ruta al pàrquing del collet de Les Barraques, primer per bosc i ben aviat enfilem l'ample carena fins el Puig Dòrria. Seguim per la carena fronterera fins assolir el Puigmal. El retorn l'iniciem baixant la carena de Fontalba, per prats seguim baixant a la Baga d'en Feliu i ja per un corriol planer flanquegem fins el collet de les Barraques.

## CULTURA TARRACO IMPERIAL 4 d'octubre

Visita cultural a Tarragona. L'activitat consistiria en visitar el Pretori i Circ romà, Amfiteatre romà i recorregut interior de les Muralles.

Donada la data ja es van tancar les inscripcions a mitjans de setembre

**Vocal: Jordi Ramón – 601 420 160**

## MUNTANYA: TRESGAR TRAVESSES AMB TREN EXCURSIÓ: De Garraf a Sitges pel GR 92

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

**Dia:** Dimarts 10 d'octubre de 2023

**Lloc i hora de trobada:** Estació de Sants a les 7'30h

**Transport:** Transport públic

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

**Distància:** 15 km. **Desnivell:** 650 m. **Horari aprox.** 5/6 h.

**Dificultat:** Moderada

**Itinerari:** Estació de tren de Garraf, Castellot de Garraf, can Lluçà, Campdàsens, ca l'Amell, cimentera de Vallcarca, ermita de la Trinitat, estació de tren de Sitges.

**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 obligatori llegir les Normes Generals de les sortides de l'AEC, incloses en aquest Butlletí.

## MUNTANYA: DIMECRES AL SOL PUIG SOLANES (sostre comarcal de l'Alt Penedès 914 m)

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

**Dia:** Dimecres 25 d'octubre de 2023

**Lloc i hora de trobada:** A les 8 h. Al carrer Padilla cantonada Provença.

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

**Distància:** 5,5 km aprox. **Desnivell:** 200 m. aprox. **Horari aprox.** 1,5 hores.

**Dificultat:** Fàcil.

**Itinerari:** Aparcament de Can Solanes – Can Solanes – Carena – Puig Solanes – Aparcament Can Solanes

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

**Àpats:** a Torrelles de Foix (Can Torrens Xic) Esmorzar opcional restaurant, dinar restaurant.

**Vocal:** Pere Mansilla (601 110 287)

**Normativa:** És obligat llegir i acomplir les Normes Generals de les sortides de l'AEC publicades al Butlletí.

## CALENDARI SENDERISME 2023-24

DATA	ACTIVITAT	VOCAL
7 oct.	Muntanya dels Sants Metges - St Julià de Ramis	Domènec Palau
11 nov.	Conjunta amb la col·locació del Pessebre - Itinerari per Valldeu	Domènec Palau i Jordi Secall
2 des.	Dia de la Muntanya - Neteja de camins a Collserola	Pep Molinos
13 gen.	Puig de la Mola - Olesa de Bonesvalls	Pep Molinos
10 feb.	Santa Cristina d'Aro - Gorges de Salenys	Lluís Tortajada
2 març	Dia de la Dona - Sortida matinal de dones a Collserola	Ana González
9 març	Itinerari per la Garrotxa	Miguel Peinado
13 abril	Roca Coberta - Circular pel Montsant	Rosa Maria Soler
11 maig	Punta del Guixar - La Figuera - El Lloar (Priorat)	Pep Molinos
8 juny	Per les entranyes de la Serra de l'Obac (Bages)	Jordi Secall
16 juny	La Ribalera	

### DIMECRES AL SOL

Continuant amb el que hem vingut fent les darreres temporades, 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. Algunes d'aquestes sortides incorporaran la col·locació de plaques del Centenari als sostres comarcals, que per haver-se malmès, desaparegut, o altres motius, calgui reposar. 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 SEMPREDIEM 2023-24**

<b>DATA</b>	<b>ACTIVITAT</b>	<b>VOCAL</b>
21 oct.	Puigmal pel Collet de les Barraques	Pep Molinos
18 nov.	Guilleries. Ruta d'en Serrallonga	Rosa Maria Soler
16 des.	L'Argimon - El Far - Sant Pere Cercada	Llorenç Nasarre
20 gen.	Serra dels Tossals (Berguedà)	Mar Cardona i Toni Puigventós
17 feb.	Sortida amb Raquetes (lloc a definir)	Yolanda Soto
16 març	Santuari de Sta. Maria de la Quar - Salga Aguda - Santuari	Imma Picó
20 abril	Joanetes - Puigsacalm - Coll de Bracons	Albert López
25 maig	Crestes de la Seda (Baix Camp)	Miquel Insausti
8 juny	Carenes de Castellar de n'Hug (Berguedà)	Lluís Tortajada
16 juny	La Ribalera	
6-7 juliol	Sortida al Pirineu (2 dies) a determinar	Pere Mansilla

**TRESCAR TRAVESSES EN TREN 2023-24**

<b>DATA</b>	<b>ACTIVITAT</b>	<b>VOCAL</b>
10 oct.	Garraf - Sitges	Xavi Domènech
7 nov.	Sils - Maçanet	Llorenç Nasarre
12 des.	Mollet - Montmeló	Oscar Pàmies
9 gen.	Aiguamolls del Llobregat	Rosa Maria Soler
6 feb.	Sant Vicenç de Castellet - Puig Soler - Masies de Vallhonrat	Salva Montpeat
5 març	Olesa - Sant Salvador de les Espases - Aeri de Montserrat	Pep Molinos
9 abril	Martorell - Castellví de Rosanes	Lluís Tortajada
14 maig	Ripoll - Puigbò - Sant Antoni - Ripoll	Toni Enseñat

## CALENDARI BTT 2023-24

DATA	ACTIVITAT	VOCAL
21 oct.	Solsonès, 35km, +1300m	Amat B.
19 nov.	Montseny, 50-60km, +800/1000m per pistes	Miguel M.
2 des.	Província de Girona, gravel, 80-100km terreny pla	Anna V.
3 feb.	L'Ametlla de Mar, 55km, +1000m	Miquel Insausti
març 2024	Cursa d'orientació rogaine, lloc i data per concretar	Jordi M.
abril 2024	Volta al Montsec, 2 dies, data per concretar	Roger S.
11 o 12 maig	Proposta per definir	Carles
Final juny / juliol	Vall d'Aran, sortida de 2 dies	Roger S. i Lluís M.

## CALENDARI S.I.J. 2023-2024

- 21 i 22 d'octubre
- 19 i 19 de novembre
- 16 i 17 de desembre (Pica-pica nadalenc)
- 20 i 21 de gener
- 17 i 18 de febrer (Conjunta Carnestoltes)
- 16 i 17 de març
- 20 i 21 d'abril
- 18 i 19 de maig
- 8 i 9 de juny (conjunta amb famílies)

# CALENDARI SORTIDES FAMILIARS 2023-2024

- 29 octubre
- 2 desembre (dissabte)
- 28 gener
- 10 març
- 28 abril
- 26 maig
- 29/30 juny

**Informació: Bernat Ruiz 645208709**

## CALENDARI SEAM 2023-24

DATA	ACTIVITAT	VOCAL
21-22 oct.	Escalada S. Llorenç de Montgai	J.E. Ferrer
25-26 nov.	Escalada Castellfollit-Poblet	J.E. Ferrer
23 des.	Matinal escalada. Lloc a determinar	-
27-28 gen.	Sortida Cingles de Vallcebre i escalada Malanyeu	Xavi Díez
24-25 feb.	Sortida a determinar segons condicions (grampons i piolet)	-
23-24 març	Sortida a determinar segons condicions	-
27-28 abril	Escalada Vilanova de Meià	J.E. Ferrer
11-12 maig	Ports de Tortosa (Arnes)	Xavi Díez
1-2 juny	Cresta NE Gra de Fajol	<i>a determinar</i>
6-7 juliol	Pirineu (Semprepodem)	Pere Mansilla
14-15 set.	Cresta Espadas	Roger Sant

## Pessebre 2023 Cultura

Activitat: Pessebre de l'AEC - 2023

**Dissabte 11 de novembre 2023**

**Lloc:** Ermita de Sant Pere de Valldeneu – Sant Martí de Centelles

Hora de sortida autocar. (places limitades d'autocar)

- 8:30 h. Sortida : Padilla, (local AEC).

- 8:45 h. Sortida de Fabra i Puig.

16:00 h. Dinar a Aiguafreda, restaurant Els Traginers. Carretera de Ribes 89, Aiguafreda.

Tornada a Barcelona sobre 18:30 h. de la tarda.

**Cost de l'activitat:** Autocar i dinar 50,--€

Pels que venen en cotxe :dinar 30´-€

**INSCRIPCIONS:** fins el dia 7 de novembre que es tancaran les inscripcions.

Inscripcions a Secretaria, per telèfon, o pel WhatsApp de Cultura, indicant autocar o cotxe particular.

S'ha de fer el **pagament per transferència** al compte de la Caixa d'Enginyers ES72 3025 0017 4114 0003 1058, indicant nom cognom i "Pessebre" .

**Les reserves s'efectuaran per ordre de pagament.**

El menú es comunicarà pel WhatsApp de Cultura.

**VOCALS:** Anna Tomàs i Domènec Palau

### 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.**

## LOTERIA DE NADAL: Sorteig 31-12-23

Ja tenim la loteria d'enguany, que podreu adquirir a Secretaria, a partir de dilluns 18 de setembre.

La NOVETAT D'AQUEST ANY és que Jugarem amb la nova modalitat creada per Loteries de Catalunya, pensant en les Entitats del país, que fins ara teníem dificultats amb la Grossa tradicional, ja que ens limitava molt el número de participacions possibles. Aquesta modalitat s'anomena "LA GROSSA AMB LA DOOBLE" i aquí us presentem la mostra de com són les nostres participacions.



**Com veieu es juga amb dos números diferents:**

**El de l'esquerra entra en el sorteig normal de la GROSSA** i és diferent per cada participació. Per tant per cada participació que adquiriu, jugareu 2 € en un numero diferent.

**El de la dreta 01912 correspon al sorteig de la DOOBLE.** En aquest numero hi juga només l'Agrupació i per tant és el mateix a TOTES les participacions. El sorteig premiarà a 6 entitats i els premis es repartiran entre totes les butlletes venudes.

- 1 primer premi de 1.000.000 € (premi mínim per participació 400€)
- 2 segons premis de 250.000 € (premi mínim per participació 100 €)
- 3 tercers premis de 100.000 € (premi mínim per participació 40 €)

Cal afegir que les entitats premiades també rebran un premi per a la pròpia entitat (30.000€ la que obtingui el primer premi, 20.000 € les 2 que obtinguin el segon premi i 10.000 € les 3 que obtinguin el tercer premi.

**EL PREU DE CADA BUTLLETA ÉS DE 5 € (2 que es juguen a la Grossa+2 que es juguen a la Dooble+1€ de donatiu).**

En cas de que toqui premi de LA GROSSA, es pagarà a qualsevol dels punts de Venda de Loteries de Catalunya o a les entitats Bancàries col·laboradores..

En cas que toqui el premi de LA DOOBLE, es pagarà des de l'Agrupació.

**VINGA COMPREU-NE FORCES, QUE COM MÉS PARTICIPACIONS, MÉS POSSIBILITATS DE PREMI!**

## ALTES DEL MES DE JULIOL

MIREIA ARISA BORREGO  
 EROLA FERRAGUT CLOTET  
 MAR MEDINA JIMÉNEZ  
 TEHENZUL OLIVERA ARISA  
 TOMÀS ORTE MARTÍN

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

### CONDOL

El passat dia 5 de setembre vam tenir notícia de la defunció del senyor Joan Grau i Borràs, pare de la nostra consòcia Laura Grau, a ella i demás família els manifestem el nostre més sincer condol

### 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



*Campament AEC 2023 (pàg.4). Aniversaris i comiat. Foto: Joan Guiu.*



*Senderisme (pàg.11) Tota la colla al cim del Taga. Foto: Joan Guiu.*



*Campament. Pico del Fraile (pàg.6). La baixada. Foto: Rosa Maria Soler.*

## 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, Pep Molinos, Rosa Maria Soler, Isabel Adell, Lucía Martínez, Jordi Pino, Javier Aznar, Carme Capdevila, Joan Guiu, Mònica Muñoz, Mar Cardona, Anna Viola,