



1912

Butlletí informatiu desembre 2024

Agrupació Excursionista "Catalunya"

EXCURSIONISME, PAÍS I CULTURA



Tot el grup a la sortida de la serra de Cabrera (pàg. 10). Fotografia: Imma Picó



Santuari de Cabrera (pàg. 10). Fotografia: Salva Monpeat

Les festes, "a casa"

Arriba el desembre, i enguany ens troba ja ubicats de nou al nostre local. Encara que de forma una mica provisional, anem retornant a la normalitat i ens n'hem de congratular.

Aquí s'escau el refrany que diu: "Per Nadal, cada ovella al seu corral"

Són dates carregades de festes i celebracions, que a l'Agrupada ja hem iniciat, amb la tradicional col·locació del Pessebre. Seguirem amb el Sopar de Nadal i la trobada de la SIJ per fer cagar el tió als mes menuts. També la loteria de la Grossa i el sorteig de la cistella, són dos clàssics més d'aquestes dates.

Tot contribueix a aquest clima festiu, i us convidem a participar-ne.

Us desitgem que gaudiu d'unes festes plenes d'alegria, salut i estimació dels vostres...

Ah, i si pot ser, que ens toqui la Grossa!!

Bon Nadal per a tothom!.

Sumari

Editorial.....3

COL-LABORACIONS

Coll de la Creueta.....4

Xavier Soriano

Sant Amand.....6

Lluís Tortajada

Roques Encantades.....8

Àngel Ferrer

Pobla de Claramunt-Vilanova del C.....9

Xavier Domènech

Serra de Cabrera.....10

Òscar Pàmies

Dimecres al sol assoliat17

Conxita Güell

Diada del soci.....14

Rosa Maria Soler

Excursió al cim de La Morella16

Jordi Pino

AGENDA D'ACTIVITATS DESEMBRE

Calendari General.....19

Trescar travesses en tren.....20

Senderisme21

Semprepodem.....22

Sopar de Nadal.....23

Normes generals.....24

ACTIVITATS PROGRAMADES 2024

SEM.....25

SIG/Semprepodem.....26

Dimecres al sol/Senderisme.....27

Trescar travesses en tren/familiars
i ERE.....28

BTT/SEAM.....29

Informació general.....30

Text: Xavier Soriano - Fotos: Diversos participants - Data: 8/6/2024

Del Coll de la Creueta al Santuari de Montgrony

Muntanya

Per aquesta sortida vam ser un número suficient dels Semprepodem per a omplir un autocar. Així, vam plantar-nos al Coll de la Creueta tots plegats, amb una mica més de temps i corbes de les desitjades

Malgrat gaudir d'una bona temperatura i absència de núvols consistents, les vistes eren escarransides. Un sutge provocat per una massa de pols africana al cel enterbolia el perfil de les muntanyes al fons. A la panoràmica que s'ofereix al damunt de la carena de les serres de la Moixera i del Montgrony, amb prou feines s'albiraven els cims.

El recorregut amb davallades i puja-

des, era sovint amplis prats de pastures i, bolets carreretes pel que les sabia trobar.

El primer cim va ser la Creueta. Aquesta primera pujada hauria pogut oferir unes vistes espectaculars sobre el Cadí-Moixeró i la vall del riu Llobregat. Posteriorment, vam tenir el Serrat del Paravent i el Pedra Picada, una muntanya rocosa amb un perfil característic. Poc Després assolirem





el Roc dels Llamps, abans d'abastar el Costa Pubilla.

Aquest, per la seva ubicació es converteix en un mirador fantàstic de les comarques de la Catalunya central i de les muntanyes del Pirineu oriental. És un cim herbós i ampli que sovint és recorregut per grups de senderistes per la seva accessibilitat i bellesa. No és casualitat que el Costa Pubilla va ser escollit per un projecte de voluntaris integrants de l'AEC per ubicar una taula d'orientació circular. La instal·lació va ser en commemoració del centenari de l'Agrupació a l'any 2012. Cimentada al capdamunt del turó

(2056m) i disposada en horitzontal, el dibuix gravat a la seva superfície detalla els noms dels cims i de les viles en visió de 360 graus.

La carena continua fins al Pla de Pujalts, una plana d'altitud amb prats alpins, ideal per descansar abans del descens final. Allà ens vam aturar per dinar.

L'autocar finalment va aconseguir arribar a tocar del santuari de la Mare de Déu de Montgrony, per recollir-nos, i tornar directament a Barcelona

En el cas que ens ocupa, tres setmanes enrere havíem vingut a preparar.

Text: Lluís Tortajada - Fotos: Òscar Pàmies - Data: 19/10/2024

Serra de Sant Amand

Muntanya

Ja que l'excursió era circular, i no érem suficients per poder anar amb autobús, vam fer la sortida en tres cotxes particulars.

De ruta cap a Bruguera vam esmorzar al Gusi de Ribes de Freser. Arribats al pàrquing de Bruguera, ens esperaven el Pep i la Carme; total érem 16

Éra un matí fresquet. Sortint de Bruguera ens vam dirigir cap al Serrat Roig, el nom del qual li ve del color de les cases. Vam passar per la Font Xica i per iniciar tot seguit la pujada per un estret i costerut camí cap a Saltor. Tots estàvem més pendents de trobar bolets que del camí; la majoria amb una bossa a la mà. El bosc ens cobria del tot, ja que caminàvem

la major part del temps per fagedes i sentíem l'olor d'un bosc de bolets. Es respirava a l'ambient!!

Ja ens havia passat el fred i ens vam fer una foto de grup al Faig Gros. En arribar al Coll de Saltor vàrem dirigir-nos cap a la Font de la Pena, l'única en tot el camí i que ens va permetre descansar de la pujada, que era la part més exigent de la sortida.



El Faig Gros



Creu de Sant Amand

Vam tornar a fer una altra foto de grup a la Creu de Sant Amand i, encara que era una mica aviat, vam decidir menjar.

Ja hi havia qui portava la bossa mig plena de fredolics, llengua de bou, llenegues, cama-secs i els més afortunats, algun rovelló.

Vam iniciar la baixada cap a Coll de Jou gaudint del canvi incipient en el color de les fulles dels arbres; les ja caigudes, feia que el descens fos una mica perillós ja que estaven mullades i no deixaven veure les possibles pedres.

Davant nostre el Taga, i com sempre

ja hi havia qui proposava de pujar al cim.

Vàrem seguir pel Pla dels Dois i els més ràpids van recollir algun xampinyó de mida extraordinària.

Arribats al pàrquing de Bruguera amb bon horari, vam decidir anar a fer una cervesa al Gusi de Ribes. Es notava que no teníem pressa i vam poder estar una bona estona comentant la sortida.

Vull donar les gràcies a tots els que van decidir venir per donar-me la seva confiança i paciència i al Pep per suggerir-me la ruta.

Ens veiem a les properes sortides.

Text: Àngel Ferrer - Fotos: Anna Viola - Data: 9/11/2024

Roques Encantades

Muntanya

A la segona va la vençuda, diuen.

Avui tornem a intentar la sortida que vàrem deixar a mitges el mes de març, degut a la intensa pluja. I sí, el dia promet ser molt millor. Tot el viatge des de Barcelona el fem dins d'una intensa boira, però quan comencen a pujar cap al coll de Condreu la deixem enrere i sortida la llum d'un cel ben blau.

Després d'esmorzar al restaurant del Coll de Condreu iniciem la pujada cap a les Roques encantades fent camí en mig de boscos en plena tardor. Tot el que al març era grisori i pluja és ara llum, cel blau i unes roques encantades plenes de humitat i molsa per les pluges dels últims dies. Seguim camí cap el Santuari de la Mare de Déu de la Salut, on al baixar, ens endinsem altre cop en la boira.

Un cop visitat el Santuari, reprenem l'excursió allà on la vàrem deixar al primer intent, tornem a pujar, deixem enrere la boira i comencem la llarga però còmoda baixada cap el coll d'Úria

creuant prats i boscos de castanyers i roures. Un paisatge magnífic. Passem per l'estany del coll i anem baixant. Entrem en la zona més obaga del camí, on hi trobem bolets que alguns caminaires no perdonen, fins a arribar al coll d'Úria, a on ens espera l'autocar per portar-nos a dinar.

Però la pluja no pot perdonar cap sortida a aquesta zona, i aquest cop ens espera, per sort, havent dinat.

Una bonica excursió, plena de parades per a fer fotos (el paisatge de tardor s'ho valia), per collir els nombrosos bolets que se'ns oferien pel camí i bon humor.



Text: Xavier Domènech - Fotos: Òscar Pamies - Data: 12/11/2024

De la Pobla de Claramunt a Vilanova del Camí pel camí dels Esgavellats

Muntanya

Ens trobem cinc arreplegats a l'estació de plaça Espanya dels FGC. La idea és traslladar-nos a la Pobla de Claramunt per fer la planejada travessa entre la Pobla a Igualada. Ja en el tren però, l'Òscar P. ens parla dels Esgavellats, una zona rocosa prop del camí que hem de seguir en la travessa planejada

Com que som pocs en l'expedició i ben avinguts, acordem canviar part del recorregut i plantejar la travessa entre la Pobla i Vilanova del Camí, passant pels Esgavellats, cosa que suposa modificar gairebé la meitat del recorregut.

Arribats a l'estació de la Pobla iniciem la caminada travessant la Pobla Vella i pujant fort per pista cimentada fins l'imponent castell de Claramunt. Estem a uns 400 m d'altitud i en variacions moderades ens mantindrem bona part de la ruta al voltant d'aquest nivell. Això ens permet anar gaudint de bones vistes cap a la conca d'Òdena. Assolim el Pujol de la Guàrdia (488m) i anem caminant per la serra de la Guàrdia una bona estona, descobrint fòssils de tant en tant, fins que una mica més de la meitat de recorregut canviem de direcció i ens adresem en sentit nord per encarar els Esgavellats. Aquesta, és una zona amb un bon grapat de grans roques, que configuren un seguit de passos estrets i graus, alguns dels quals equipats amb grapes i escales, i que resseguim una bona estona, entre una vegetació espessa amb parets recobertes de mol-



Els Esgavellats

sa. Passada aquesta zona, ja entrem en la zona d'influència de Vilanova del Camí i ens aturem al parc fluvial de l'Anoia. Entrem al poble, passem pel safareig del Comú i acabem la travessa a l'estació dels FGC. La travessa en conjunt no ofereix cap dificultat, que no sigui alguns passos estrets i graus dels Esgavellats. La major part de la ruta segueix un PRC que transcorre majoritàriament per corriols i senders ben fresats. En total han estat 12,5 km de recorregut amb un desnivell de pujada de 520 m

Text: Òscar Pàmies - Fotos: Diversos participants - Data: 16/11/2024

Ruta per la serra de Cabrera

(des del Pont de la Rotllada a Cantonigrós)

Muntanya

La serra de Cabrera queda encavalcada entre dues comarques, la Garrotxa (la Vall d'en Bas) i Osona (L'Esquirol). Hi neix el riu Fluvià

Juntament amb el Pla d'Aiats i el Pla de Sitjar forma una plataforma tabular en forma d'Y; la "pota" d'Aiats es retorça fins acabar al Puig Sabastida i l'altra espina dorsal passa per les Bores de la Masallera (unes

interessants cavitats subterrànies) i l'Agullola de la Tuta, per desembocar al nucli de Caselles.

La Serra de Cabrera, com altres tossals de la comarca, vindrien a ser la versió modesta dels tepuis sud-americans.

A diferència d'aquests, són plans generalment estrets; en alguns punts de Cabrera és com un passadís de casa, amb timba a costat i costat, el que li confereix una personalitat molt marcada. L'altra dada rellevant és la diversitat vegetal en un escàs kilòmetre de longitud: El paisatge arbori i vegetal va canviant contínuament. Al pla de la serra, domina el faig i les praderies de falgueres. Al grau de la Serrica, boixos, roures i alzines.

Partint del pàrquing de can Puntí, travessem el pont de la Rotllada i, pel camí enmig de prats vaquers, arribem al petit nucli d'Aiats, on un estol d'oqueus són el comitè de



Passant l'Osca de Cabrera (Foto: Mimi Montells)



Dinant al solet (Foto: Òscar Pàmies)

recepció xisclaner, que ens escortarà fins a la sortida.

Emprenem la pujada al Pla d'Aiats, que va fent-se més i més costeruda fins a l'Escaleta, feta de graons naturals i d'altres no tan naturals, que obliguen a grimpar.

Arribats al Pla d'Aiats, ens obrim pas pel mig d'un frondós falguerar, amb les fulles ja cremades pel fred.

Ens trobem el mirador d'Aiats, un dels millors del país, avui "tancat" per la boira. Ens ajudem amb l'aplicació Peakfinder per reproduir mentalment les muntanyes que hauríem vist al nostre davant. Refem el camí i continuem endavant fins al coll de Bram i, per les Marrades, arribem al Santuari.

Aquí ens obsequiem amb uns refrescos, cerveses i uns glops de ratafia per entonar l'ànima i potser agafar coratge pel que ens queda.

Permeteu-me un incís:

L'experiència de pujar un cim no se m'esgota en una sola vegada. No em convenç el repte dels Cent Cims. Per a mi muntanyisme no és conquerir un cim rere un altre sinó viure l'experiència de pujar cims. Un cim no el dono per "fet", amb una sola vegada. Els cims els pots pujar per diferents vessants i amb diferents rutes. I l'experiència és nova cada cop. I fins i tot ho és encara que segueixis la mateixa idèntica ruta.

En el cas que ens ocupa, tres setmanes enrere havíem vingut a preparar



Pujant al pla d'Aiats (Foto: Rosa M. Soler)

l'excursió cinc companys de l'Agrupada. En repetir-la amb el grup de Semprepodem, la serra també està emboirada. Podria haver resultat decebedor. Però els faigs han canviat el verd per un groc lluminós i els camins han quedat generosament entapissats de fulles (l'espectacle de la tardor es repeteix any rere any i mai no em cansa). La boira, en arribar al santuari, és d'una espessor compacta, sense les "finestres" translúcides de vint dies enrere. Ni rastre del paisatge al voltant de la serra. El "pont" cap a les ruïnes del castell de Cabrera es perd avui en una massa gasosa de somni.

Passem l'Osca agafats a la barana de la paret. Semblem la filera de nens

d'una escola-bressol. La boira ens esvalvia la visió vertiginosa de les timbes.

Els camins planers afavoreixen la conversa, l'intercanvi de records. La collita del dia:

Botifarres "corades" (no recordo de quin poble), l'inevitable simposi sobre bolets comestibles i tiberis en restaurants mítics perduts per la muntanya.

A la Font de l'Osca, un rajolí suficient per refrescar-nos i esquitxar-nos. Aquí la conversa deriva cap a l'apassionant disciplina del tast professional d'olis.

I, de cop i volta, quasi al final de la serra, davant dels nostres ulls estupefactes, apareix el cep més gran que

he vist mai, allí a la vista de tothom, a vint metres del camí, com un monument del bosc, com si hagués estat allí de sempre, esperant-nos. El nostre boletaire de capçalera es llança a caçar-lo amb una eufòria desfermada. I el grup, contagiats, es dispersa pel bosc amb l'ebri entusiasme dels boletaires catalans.

A la baixada de la Serrica, els núvols tenen el detall d'enretirar-se i, en obrir-se el teló, se'ns apareix l'espectacle de les cingleres i els prats d'un verd refulgent, com acabats de pintar. No podem badar gaire amb les vistes perquè la baixada és exigent, inclinada i relliscosa, i els ganxos es-



Al capdemunt del pla d'Aiats (Foto: Joaquim Ariño)



La boira no deixa veure la timba (Foto: Rosa M. Soler)

tan més pensats per pujar que per baixar.

Després de la Serrica, ja només ens resta una llarga i plàcida tornada per un camí boscós que recorre sinuosament tota la falda de la serra, i ens deixa a l'esplèdida masia de Can Caselles.

Passat el pont de la Rotllada, tombem el cap una i altra vegada per delectar-nos amb l'espectacle de les cingleres que la boira ens ha escamotejat a l'anada.

I tanquem el cercle al pàrquing de can Puntí, on ja no serveixen cafès ni res més a les 4 de la tarda.

FITXA

TIPUS DE RUTA: Circular, començant i acabant al pàrquing del restaurant Can Puntí, prop del pont de la Rotllada.

DISTÀNCIA RECORREGUDA: 15 Kms.

DESNIVELL POSITIU: 720 mts.

DESNIVELL NEGATIU: 720 mts.

ALTITUD MÀXIMA: 1.311 mts.

PARTICIPANTS: 15.

Text: Conxita Güell - Fotos: Diversos participants - Data: 23/11/2024

Un Dimecres al sol, assolellat

Muntanya

El dimecres, 23 de novembre, dia de sol i cel blau, vam anar d'excursió al Maresme, a la Serralada del Litoral. El Jordi Secall, veterà de l'Agrupada [REDACTED] ens va rebre al restaurant Sant Jaume de Premià de Dalt, on vam esmorzar sota unes moreres frondoses. Ens havia preparat la ruta de l'Esquirol de 6.5 km, que comença i acaba al poblat ibèric de la Cadira del Bisbe.

Va ser en aquest indret on vam deixar els cotxes i ens vam haver d'acomiadar d'en Jordi perquè un problema al peu no li va permetre de fer la caminada amb nosaltres. Érem un grupet de 10 excursionistes, amb l'Enric i el Jose que s'hi estrenaven.

Tot just començar vam veure la mar plana i brillant com un mirall que ens va fer companyia una bona part de l'excursió. El desnivell anunciat de 250 metres devia ser tot d'aquest primer tram perquè pujava de valent.

Caminàvem sense pressa, però amb

constància, i en bon ambient, quan ens vam trobar a mà dreta un paratge ufanós i humit, amb un pedrís que a l'estiu deu fer les delícies del caminant. És la font de Sant Mateu, que té la imatge del sant evangelista feta de ceràmica vidriada. Dissortadament, no rajava i vam haver de beure aigua de les cantimplors.

A l'altra banda del camí, s'hi enfilava un corriol que amb quatre passes ens va dur a dalt del turó on hi ha l'ermita romànica de Sant Mateu, amb un campanar de cadireta de través a



El grup al punt més alt del poblat ibèric de la Cadira del Bisbe (Foto: M. Jesús Salvador)

la façana. Després de la visita, vam seure una estona a l'escala de fora, on ens vam fer la foto de grup.

Vam veure la masia barroca de Can Riera i les cledes amb cavalls. Vam reprendre la caminada, ara de molt bon fer, entre pins, alzines plenes a vessar de glans i d'arboç puntejat del vermell de les cireres, irresistibles per a alguns companys, que se'n van menjar un bon grapat. La poetessa Isabel Barriel té un poema que sembla que l'hagués escrit per a nosaltres:

*Entre pins i alzines
cireretes d'arboç;
vermells a un bosc
il·luminat pel sol.*

*Fruit de tardor
aspre i dolç,
cirereta de pastor.*

Parlant de botànica, ens va cridar l'atenció que pertot arreu hi havia mates amb flors liles que no coneixíem. Ara sabem que el seu nom és "indiana" i, al Conflent, "fadrins". Solament

en podem veure els mesos de setembre i octubre, que és quan floreix. Cada dia aprenem coses noves.

Podríem dir que aquesta part de camí és la dels miradors: el que té les millors vistes és el del turó d'en Baldiri: panoràmica del Maresme i del Barcelonès ran de mar i, a l'interior, el Tibidabo, Montserrat, la Mola, etc. En Joan Tarruella hi va veure l'*skyline* de Barcelona.

I cap al poblat ibèric de la Cadira del Bisbe a dinar de carmanyola. A mi, personalment, m'encanta dinar a l'aire lliure quan fa bo. De dolç, xocolata i galetes per a compartir i el limoncello de la M. Jesús.

Si penseu que aquí tanco la crònica de la sortida, aneu ben errats perquè el nostre amic Lluís ens va embarcar en una altra excursió amb cotxe fins a Vilassar de Mar, per anar a la botiga de l'Espinaler, a comprar llaunes de sardines, que ell n'és un bon client. Tots, sense excepció, vam sortir amb una bossa amb llaunes de conserva i amb la salsa per a les cloïsses.

Una vegada més, ha estat un goig anar d'excursió amb l'Agrupada.



Can Riera i el Montseny al fons (Foto: Rosa M. Soler)

Excursió al cim de la Morella (596 m) (Massís del Garraf)

Muntanya

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. El cim de La Morella n'és un dels escollits.

Aquest cim pertany a la serralada litoral o de marina catalana i es troba situat al centre del massís del Garraf, essent un dels cims més enlairats. El terreny que pertany al terme municipal de Begues i a la Comarca del Baix Llobregat, està format per calcàries molt blanques barrejades amb marques rogenques. L'acció del carboni que arrossega l'aire humit de la mediterrània, juntament amb la feblesa d'aquestes calcàries i la seva disposició en forma de falles, fan que el terreny presenti moltes esclotxes, dolines i avencs per on s'escola l'aigua.

Això fa que l'orografia tingui grans planúries voltades de torrents de curt recorregut i fort pendent, sempre sense aigua, llevat de quan plou, i que en el cas de La Morella, s'enfonsen cap a la banda sud, directament a la Mediterrània per la riera de la vall de Sant Joan i al nord cap a la riera de Begues a través del torrent Fons de la Vall.

L'excursió, molt breu, senzilla i agradable a l'hivern, es desenvolupa per un terreny de vegetació agresta, amb restes de masies enrunades i per dins del Parc natural del Garraf, tot un exemple, doncs durant el recorregut passarem per davant d'uns dels abocadors més grans del continent i veurem, a més a més, grans línies elèctriques, autopistes, un munt d'antenes i edificacions modernes, pedres que se'l mengen per tot arreu, etc

ACCÉS PER CARRETERA: Amb automòbil ens hem de dirigir a Castelldefels. Aquí podem arribar-hi pel nord des de Barcelona, o pel sud, des de Vilanova, per la C-31 o C-32. Un cop a Castelldefels, seguim direcció Sitges i sortim de l'autopista abans d'entrar al tram de pagament per agafar la C-32, direcció Garraf i Sitges. Només sortir, arribarem a una rotonda on haurem de marxar a la dreta cap a la urbanització Ratpenat, al Pla Novella i al Monestir Budista.

Passarem una barrera que sempre està



El cim de la Morella

aixecada, una rotonda, les cases de la urbanització i seguirem la estreta carretera en direcció al Pla Novella i Centre d'informació del Parc. Fem uns 2,5 quilòmetres de forta pujada i arribem a La Pleta, centre d'informació. Aparquem el vehicle davant mateix de la casa.

RECORREGUT: En resum, seguirem la carretera fins el pla de Querol, on en prendrem un altre que s'arriba a Campgràs i d'aquí, per camí, voltarem la serra que es despenja del cim direcció sud-oest, per la banda de llevant. Aquesta serra té un munt d'antenes i al seu final el cim.

Les referències més importants i horaris, sense comptar parades, són:

0 minuts. La Pleta. (350 m.) Seguim la carretera gaudint d'alguns pins replantats al seu marge, la resta es cremaren als anys 80 en dos grans incendis. Lentorn conté vegetació espessa de garric i margallons, espècie de palmera molt protegida. Anem fent camí, en pujada, i seguint el GR92, al pla de Querol i Morella.

10 minuts. Avenc Emili Sabater. (400 m.) Un petit pal indicador a mà dreta ens avisa de que seguint el corriol anirem a l'avenc Emili Sabater. Seguim la carretera.

25 minuts. Pla de Querol. (480 m.) A l'esquerra, un aparcament per vehicles i un mirador. A la dreta una carretera amb una tanca que barra el pas a vehicles. Deixem la carretera per on veníem, prenem la nova, superem la tanca i la seguim tot apropant-nos a uns cims amb moltes antenes. Més endavant podem prendre una drecera, a la dreta, marcada pel GR i que porta a Campgràs. Nosaltres seguim la carretera en minsa pujada.

35 minuts. Trencall. (520 m.) Un indi-

cador diu que un camí a la dreta porta a la Morella. Deixem la carretera que marxa cap a les antenes i seguim aquest ample camí revestit de ciment, força planer, i que ens apropa al pla de Campgràs.

40 minuts. Campgràs. (530 m.) Un gran pla i runes de l'antiga masia a mà esquerra. Seguim el camí que ara fa una curta baixada (-20 m.) i ens duu a un nou trencall.

45 minuts. Desviació. (510 m.) Deixem el camí de ciment i ens desviem per un de terra que hi ha a mà esquerra, seguint direcció La Morella, d'acord amb l'anunci de l'indicador. Passem una cadena i deixem, a mà dreta, una tanca del abocador del Garraf. També deixem, ara a mà esquerra, un cobert enrunat. Anem en lleugera pujada voltant la muntanya per la banda de llevant i deixant les antenes al seu cap d'amunt. Ja veiem el cim. Tot seguit enllacem amb el GR que ve per la nostra esquerra. Ràpid arribem a la carena.

55 minuts. Carena. (570 m.) En arribar-hi, trobem un indicador que ens adreça cap al cim que ja tenim a tocar. També ens adreça cap al cim de les Agulles. Pujada més decidida.

1 hora. La Morella. (596 m.) Cim ample i pedregós, amb algun matoll. Disposa d'una gran creu de ferro i un vèrtex geodèsic de base molt ample i fet de totxana.

Baixada desfent el camí d'anada.

HORARI: Tenim una hora de pujada i tres quarts de baixada.

DESNIVELL: El desnivell acumulat és de 280 metres, tant de pujada com de baixada.

ÈPOCA ACONSELLABLE: Aquesta ruta es pot fer tot l'any llevat als mesos d'estiu, on la calor pot fer molt penosa l'ascensió. Recomanem fer-la a l'hivern.

PUNTS D'INTERÈS: Des del cim tenim bones vistes, així al sud veurem l'abocador del Garraf i la Mediterrània, mentre que a llevant hi ha tota la plana, viles i comunicacions del Baix Llobregat. També hi veiem serralades litorals com Collserola o prelitorals com Montserrat, Sant Llorenç o el Montseny.

Cap el nord la vista arriba al massís de l'Ordal, amb cims com el Montau i, en dies clars, podem distingir algun cim dels Pirineus. Cap a ponent, al marge de la serralada del cim amb el fotimer d'antenes, podem veure la plana costanera amb viles com Vilanova i la Geltrú i també serralades com el Montmell.

CLIMA I VEGETACIÓ: El clima és Mediterrani i molt influenciat per la marinerada. Terreny molt sec i on és difícil trobar dies de fred, fins i tot a l'hivern. A l'estiu la xafogor és angoixant. La vegetació, molt castigada pels focs dels anys 80, està composta també de plantes de clima mediterrani, amb pocs arbres, algun pi, alzina i arboç i abundor de garric i llentiscle. Trobarem també força margalló, palmera menuda protegida i de la que antigament se'n treia llata.

EQUIPAMENT: Motxilla, gorra o baret, ulleres i roba protectora del vent a l'hivern. Fora d'aquesta època, es pot anar en calça curta. L'excursió es pot fer en vambes. És recomanable dur una màquina de retratar i uns prismàtics. Terreny sense aigua. Cal dur-ne i en abundància.

Premi especial de la Junta

Aprofitant la trobada amb un grup d'amics de l'Agrupada, el passat dia 30 d'octubre, es va fer l'entrega a en **Jordi Pino** i la **Caterina Rodríguez**, del Premi especial de la Junta d'enguany, ja que no van poder assistir personalment a la Diada del Soci.



Calendari d'activitats de desembre

temporada 2024-2025

Activitats desembre

Data	Secció	Lloc/activitat	Vocal
1 diumenge.	BTT	Osona-Montseny	Amat Botines
3 dimecres	AEC	Reunió Junta Directiva	Junta
10 dimarts	Muntanya	TTT. Tagamanent	Pep Molinos
14 dissabte	Muntanya	Senderisme: Vall de Mur (Sant Llorenç de Munt)	Domènec Palau i Anna Tomàs
14 dissabte	Muntanya	Semprepodem: Monestir i castell de LLuçà	Albert López
14 dissabte	Cultura	Sopar de Nadal	Jordi Ramon
14 i 15 dissabte i diumenge	SIJ	Sortida	SIJ
15 diumenge	Muntanya	Sortida familiar	
21 dissabte	SEAM	Escalada esportiva	Josep E.Ferrer
Tots els dimecres	AEC	Labors	Núria Gómez i Mari Guillén

Secció de Muntanya Dimecres al sol

desembre 2024

Per coincidir el quart dimecres del mes de desembre amb les festes de Nadal, aquest mes de **desembre no hi haurà sortida.**

Secció de Muntanya

Trescar travesses en tren

10 de desembre 2024

El Tagamanent pel Serrat de les Sapines

NOTA: En aquesta data estava prevista l'excursió a la Poble de Claramunt, però per motius organitzatius, es va permutar aquella sortida per aquesta.

ACTIVITAT: Excursió de muntanya per a socis i sòcies.

DIA: Dimarts **10 de desembre** de 2024.

LLOC I HORA DE TROBADA: **6.55 h** l'estació de Rodalies de plaça Catalunya. Tren de l'R3 de les 7.06 h. Retorn Rodalies R3 des de Sant Martí de Centelles.

TRANSPORT: Transport públic.

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

DISTÀNCIA: **14,5 km** **DESNIVELL:** **860 m** **HORARI APROXIMAT:** **4,5 hores.**

DIFICULTAT: Moderada.

ITINERARI: Figaró, Sant Pere de Vallcàrquera, torrent de Can Bosc, Serrat de les Sapines, turó dels Corbs, collet de Sant Martí, Tagamanent, Can Puig-Agut, Aiguafreda, Sant Martí de Centelles.

MATERIAL: Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua. **Cal portar esmorzar i dinar** (de carmanyola).

VOCAL: Pep Molinos (T. 666 086 052).

NORMATIVA: És obligatori llegir i acomplir les Normes Generals de les sortides de l'AEC, publicades al Butlletí i a la nostra web: www.aec.cat/normes-sortides.

APUNTS DE LA SORTIDA: Sortint de Figaró passant per la font de la Noguera, arribem al petit veïnat de Vallcàrquera. Seguim vall amunt fins a les proximitats de Can Bosc. Ací el desnivell augmenta fent un emboscacat corriol que puja pel serrat de les Sapines fins a Can Bellver, ja amb vistes al Tagamanent. Després d'un petit descens al collet de Sant Martí, fem la darrera pujada fins el cim del Tagamanent, amb el seu antic nucli enrunat i la restaurada església. El descens el fem seguint el GR-5 passant per les runes de Can Puig-Agut fins Aiguafreda.

Secció de Muntanya

Senderisme

14 de desembre 2024

Activitats desembre

Excursió a la Serra de Sant Llorenç del Munt - Vall de Mur*

***NOTA:** Per tal d'arribar a una hora prudencial a Barcelona per poder anar al Sopar de l'Agrupada, i no fer tard, la sortida prevista dels 4 Jutges, ha estat canviada per la de la Vall de Mur, Aquesta sortida es més senzilla tant en desnivell com en recorregut.

ACTIVITAT: Excursió de muntanya per a sòcies i socis.

DIA: Dissabte **14 de desembre** de 2024.

LLOC I HORA DE TROBADA: A les **8 h** a l'Agrupada (Padilla-Provença), a les **8.15 h** a Fabra i Puig/Meridiana.

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

INSCRIPCIONS: Import: **23 €** socis/es, **33 €** socis/es on-line. Data límit d'inscripció, dimecres 11 de desembre a les 20 h. Mitjançant grup de WhatsApp de SENDE-RISME 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 "Vall de Mur".

ITINERARI: Inici de l'excursió carretera B-124, Km 13 (aparcament de l'ermita de la Mare de Déu de les Arenes). Camí del Dalmau, Ermita de Sant Pere de Mur, Can Dalmau (interessant casa del S. XIII), riera Seca, retorn a punt de sortida.

DISTÀNCIA: **6,1 km** **DESNIVELL:** **150 m** **HORARI APROXIMAT:** **3 hores.**

DIFICULTAT: Fàcil.

MATERIAL: Motxilla, barret, crema de sol, calçat i roba de muntanya apropiada (segons la climatologia esperada), pals i aigua.

ÀPATS: Esmorzar al bar Viena de Castellar del Vallès. Ctra de Sabadell. Dinar de carmanyola a l'ermita de la Mare de Déu de les Arenes.

VOCAL: Anna Tomàs i Domènec Palau (T. 671 40 60 30)

NORMATIVA: És obligatori llegir i complir les Normes Generals de les sortides de l'AEC, publicades al Butlletí i a la nostra web: www.aec.cat/normes-sortides.

Secció de Muntanya

Semprepodem

14 de desembre 2024

Excursió al Monestir i Castell de Lluçà*

NOTA*: Per tal d'arribar a una hora prudencial a Barcelona per poder anar al Sopar de l'Agrupada, i no fer tard, la sortida prevista a Albarca, ha estat canviada per aquesta a Lluçà.

ACTIVITAT: Excursió de muntanya per a socis i sòcies.

DIA: Dissabte **14 de desembre** de 2024. **LLOC I HORA DE TROBADA**: **7 h** a l'Agrupada (Padilla / Provença). **7.15 h** Fabra i Puig / Meridiana.

TRANSPORT: Autocar; si no s'arriba a un mínim de persones, anirem en cotxes particulars aplicant el sistema tarifari de l'AEC.

INSCRIPCIONS: Socis/sòcies **23 €**, socis/sòcies online 33 €. Inscripció mitjançant un missatge al grup de whatsapp de Semprepodem o un correu electrònic a secretaria@aec.cat. Data límit, dimecres 11 de desembre a les 20 hores. Cal indicar nom de la sortida, nom i cognoms de qui hi participi, confirmació de pagament i lloc de trobada. Cal ingressar l'import corresponent al compte de l'Agrupada: Caixa d'Enginyers ES72 3025 0017 4114 0003 1058, indicant nom, cognom i "Lluçà". **ITINERARI**: Lluçà, Balma dels Bous, Puig dels Eixuts, Sant Climent de la Riba, Roc Espatllat, Puig Martorell, Castell de Lluçà i Lluçà.

DISTÀNCIA: **15 km**. **DESNIVELL**: **422 m** **HORARI**: **5 hores**. **DIFICULTAT**: Moderada.

MATERIAL: Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua, esmorzar (es preveu parar al bar de les 4 carreteres) i **dinar de carmanyola**.

VOCAL: Albert López. (T. 617 419 885). **NORMATIVA**: És obligatori llegir i acomplir les Normes Generals de les sortides de l'AEC, publicades al Butlletí i a la nostra web: www.aec.cat/normes-sortides.

APUNTS DE LA SORTIDA: Aquesta excursió comença al lloc que dona nom a la comarca i descriu una ruta circular per pistes i camins que ens portaran als indrets esmentats anteriorment. Evidentment l'indret més emblemàtic de la caminada és el monestir i el claustre de Santa Maria de Lluçà. Claustre de forma irregular sobre el que hi ha varies teories del perquè no és quadrat; una es basa en que està construït sense fonaments directament sobre una gran llosa i en pren la forma. A la tornada, i si queda temps, qui vulgui podrà fer una visita.

L'alçada màxima de l'excursió serà el puig Martorell (958m) hi ha una petita antena i uns metres més endarrere hi trobem el vèrtex geodèsic, tots dos situats en la gran esplanada que configura aquest cim de panoràmica una mica reduïda.

Passarem també pel castell de Lluçà situat a 896 metres d'alçada i molt proper a Santa Maria de Lluçà, només se'n conserva un pany de paret de dos pisos d'alçada i dues estances més, una d'elles probablement era una cisterna. Però la joia de l'indret és l'ermita romànica de Sant Vicenç. Es tracta de l'antiga capella del castell del segle XI i de planta circular, una tipologia de les quals només n'hi ha sis de senceres a Catalunya i tres en ruïnes. La vista des del castell és espectacular.

Sopar de Nadal

dissabte 14 de desembre 2024

Activitats desembre

RESTAURANT LA POMARADA

(Pg. De Gràcia, 78 principal) de Barcelona

Menú

Primer plat

- Amanida de formatge de cabra del Berguedà, amb poma, fruits secs, pebrot escalivat i vinagreta de mostassa i anxoves

Segon plat (a escollir)

- Melós de vedella rostit al romaní, amb pastís de patata de prades
- Bacallà amb fricandó de bolets, gratina a la muselina d'all suau

Les postres

- Colulant de xocolata amb gelat de crema catalana & Torrons

El celler

- Aigua mineral
- Vins Terracota
- Cava Roger de Flor Brut Nature
- Cafès de Colòmbia

Preu: 38 €

Inscripcions (Data límit **12 de desembre**)

Ho podeu fer a través del WhatsApp de Cultura o a Secretaria, indicant :

- Nom i cognom de cada participant
- Segon plat que trieu.
- El pagament es pot fer a Secretaria o be per transferència al compte habitual de l'AEC: ES72 3025 0017 4114 0003 1058, indicant Nom i cognoms + "Sopar de Nadal"

Aquest any demanem a tots els que pogueu, que aporteu alguna manualitat. Les vostres aportacions, seran el que cagarà el Tió. Poden ser de qual-sevol tipus (artístiques, culinàries, labors, etc.). Us animem a participar-hi.

Porteu-les, si us plau **al nostre local de Padilla, 255, abans del dia 10** de desembre, embolicades amb paper de regal i indicant el vostre nom.

Moltes gràcies.

Les vostres aportacions donaran un caire ben bonic al nostre sopar de Nadal.

US HI ESPEREM !!

Normes generals per a totes les sortides de l'AEC

- 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 **licència 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** a les sortides. Consulteu-la en cas de que us afecti.
- **El fet d'apuntar-se a les activitats de l'AEC, comporta l'acceptació automàtica d'aquestes normes generals.**

Recordatori targetes FEEC

No us oblideu de demanar a Secretaria les vostres Targetes de la FEEC. Si voleu estar coberts des de l'inici de l'any, cal demanar-les durant el mes de desembre.

Calendari Secció d'Esquí de Muntanya

temporada 2024-2025

Activitats programades

Data	Lloc/activitat	Vocal
14-15 desembre	Sortida optimista	Pere Carrascal
11-12 gener	Pic de Pallasso (Boí)	David Abellan
1-2 febrer	Cerdanya	Jordi Villena
22-23 febrer	Andorra (Ransol)	Rafa Alacuart
15-16 març	Mauberme	Bernat Ruiz
Setmana Vintage 17-23 març	Alps	Miguel Peinado
5-6 abril	Espot	Enric Ferrer
12-13 abril	Pic Lurien	Roger Sant
3-4 maig	Pica d'Estats	Amat Botines
17-18 maig	Maladeta	Irene Anton Sales
31 maig- 1 juny	Sortida optimista	Conjunta SEM

Com cada any, realitzarem una estada als Alps per Setmana Santa!

Secció 'SEM Vintage': Per aquells que us inicieu o porteu una colla d'esquiades a les cames, en les sortides més tècniques s'intentarà proposar una sortida alternativa.

A l'Agrupada hi ha equips de seguretat de lloguer (Arva-pala-sonda) per 15 € la jornada, amb una fiança de 30 €, obligatoris per assistir a les sortides organitzades.

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

Cistella de Nadal

Sorteig de la cistella de Nadal amb productes de qualitat i proximitat. I a més a més una espatlla d'enceball ibèric. La trobareu exposada al nostre local.

Podeu adquirir les butlletes a Secretaria al preu de 2 €.

El sorteig es farà durant el sopar de Nadal i només hi entraran els números que s'hagin venut.

Compreu-ne abans de que s'acabin!!



Calendari Secció Infantil i Juvenil

temporada 2024-2025

Data

14 i 15 desembre

25 i 26 gener

15 i 16 febrer

Data

22 i 23 març

26 i 27 abril

17 i 18 maig

Calendari Secció de Muntanya Semprepodem

temporada 2024-2025

Data	Lloc/activitat	Vocal
14-desembre	Monestit i Castell de Lluça (Lluçanès)	Albert López
18-gener	Mola de Genessies (Baix Camp)	Salva Monpeat
15-febrer	Plans de Peguera (Berguedà)	Pep Molinos
15-març	Cingles de Tavertet (Osona)	Rosa Maria Soler
26-abril	Viladrau - Matagalls (Osona)	Toni Ensenyat
17-maig	Ruta pels pobles del Solar (Cerdanya)	Àngel Porras
15-juny	XII edició de la Cursa La Ribalera (Pallars Sobirà)	Equip Organització
28-juny	Vallter - Pic de la Dona - Bastiments - Vallter (Ripollès)	Toni Ensenyat
12 i 13 juliol	Sortida al Pirineu (2 dies) a determinar	Pere Mansilla

Nota: Fora d'aquesta programació, hi ha la intenció de fer una sortida de cap de setmana amb raquetes, al Refugi de les Comes de Rubió (Pallars Sobirà), on podrem fer itineraris de diferents nivells de dificultat. Es buscarà una data amb bones condicions de neu. S'informarà degudament en el seu moment.

Calendari Secció de Muntanya

Dimecres al sol

temporada 2024-2025

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. 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 !!!

Activitats programades

Calendari Secció de Muntanya

Senderisme

temporada 2024-2025

Data	Lloc/activitat	Vocal
14-desembre	Vall de Mur -Sant Llorenç del Munt- (Vallès Occidental)	Domènec Palau i Anna Tomàs
11-gener	Sant Julià del Mont (Garrotxa)	Pep Molinos
8-febrer	Volta al Castell del Burriac (Maresme)	Jordi Secall
8-març	Sant Miquel de Montclar (Conca de Barberà)	Àngel Porras
5-abril	Serra de Sobremunt (Lluçanès)	Rosa Maria Soler
10-maig	La Roca d'en Toni - Serralada Litoral - Vilassar de Dalt (Maresme)	Domènec Palau
15-juny	XII edició de la Cursa La Ribalera (Pallars Sobirà)	Equip Organització

Nota: Fora d'aquesta programació, hi ha la intenció de fer una sortida de cap de setmana amb raquetes, al Refugi de les Comes de Rubió (Pallars Sobirà), on podrem fer itineraris de diferents nivells de dificultat. Es buscarà una data amb bones condicions de neu. S'informarà degudament en el seu moment.

Calendari Secció de Muntanya

Trescar travesses amb tren

temporada 2024-2025

Data	Lloc/activitat	Vocal
10-desembre	Travessa del Tagamanent (Vallès Oriental)	Pep Molinos
14-gener	Els Emprius - Sant Llorenç del Munt (Vallès Occidental)	Òscar Pàmies
11-febrer	Mont Pedrós (Baix Llobregat)	Toni Ensenyat
11-març	Serra de la Balmeta - Barbes del Boc - Portbou (Alt Emp.)	Albert López
8-abril	Montserrat - Circular pel Monestir (Bages)	Rosa Maria Soler
13-maig	Begues - Garraf (Baix Llobregat)	Miguel Peinado
15-juny	XII edició de la Cursa La Ribalera (Pallars Sobirà)	Equip Organització

Calendari sortides familiars

temporada 2024-2025

Data	Vocal	Data	Vocal
15 de desembre		6 d'abril	Laia i Andreu
12 de gener	Isabel	11 de maig	Pere
9 de febrer	Bernat	1 de juny	Sandra
9 de març	Dorys	5 i 6 de juliol (2 dies)	Maïllis i Francesc

Calendari ERE

temporada 2024-2024

Durant aquesta temporada es programaran sortides **tots els darrers caps de setmana de mes**. La informació concreta de cada sortida, així com d'altres puntuals que puguin anar sorgint, es publicarà oportunament a través del grup de WhatsApp de l'ERE

Calendari Secció de BTT

temporada 2024-2025

Activitats programades

Data	Lloc/activitat	Vocal
30 novembre o 1 desembre	Osona - Montseny	Amat
18 gener	Penedès 360	Ricard
15 Febrer	Gravel	Anna
Data per determinar (sol ser a primavera)	Rogaine	Jordi
5 d'abril	Volta al Cadinell	Ricard
26 i 27 abril	Serra Cavallera	Lluís
24 i 25 maig	Estanys de la Pera (dos dies)	Roger

Calendari Secció d'Escalada i Alta muntanya

temporada 2024-2025

Data	Lloc/activitat	Vocal
21 desembre	Escalada esportiva	Josep Emili Ferrer
11 gener	Raquetes , lloc a determinar	Yolanda Soto
1 febrer	Via ferrata , lloc a determinar	A determinar
1 març	Muntanya amb neu	A determinar
5 abril	Escalada esportiva a la Serra de Prades	Xavi Díez
10 maig	Canals de Sant Llorenç de Munt	A determinar
31 i 1 juny	Cim al Pirineu a determinar	A determinar
12 i 13 juliol	Sortida al Pirineu (2 dies a determinar) Conjunta amb Semprepodem	Pere Mansilla
27 i 28 setembre	Cim al Pirineu a determinar	A determinar

Loteria de Nadal

Sorteig del
31-XII-2024

Recordeu que ja podeu adquirir a Secretaria, la loteria d'enguany. També es pot adquirir directament a Loteries de Catalunya, per internet o als punts de venda.

El preu per butlleta és de 5 € (2€ que es juguen a la Grossa+2€ que es juguen a la Doobla+1€ de donatiu).

Juguem amb la modalitat “**LA GROSSA AMB LA DOOBLE**” amb dos números diferents: El de l'esquerra entra en el sorteig normal de la GROSSA i és diferent per cada participació i el de la dreta **01912**, igual per a totes les participacions, correspon al sorteig de la DOOBLA i hi juga només l'Agrupació.



Vinga compreu-ne forces, que com més participacions, més possibilitats de premi!

Informacions varies

BENVINGUDA ALS NOUS SOCIS

ENRIQUE ROYO CARRERAS
ANTONI NÚÑEZ DE PRADO PUJOL
ARLET NÚÑEZ DE PRADO MUÑOZ
GERMAN MIRA SÁNCHEZ

Desitgem que tinguin una estada ben profitosa a l'Agrupació.

COBRAMENT DE QUOTES 2025

Us recordem que **abans de final d'any, durant aquest mes de desembre**, es passarà el cobrament de les quotes anuals de sòcies i socis, amb els mateixos imports d'anys anteriors.

Us demanem que ens feu saber el més aviat possible qualsevol canvi de situació que tingueu prevista (canvis de compte, baixes...), a fi i efecte de que es girin tots els rebuts correctament.

Si arribat el cas, sorgís algun problema, si us plau **no torneu el rebut** poseu-vos en contacte amb Secretaria, per gestionar el retorn. El fet de que se'ns retornin rebuts ens causa un important greuge econòmic, apart del trastorn administratiu. Moltes gràcies.



La colla a la sortida de les Roques Encantades (pàg. 8). Fotografia: Joan Juncosa



Ermita de Sant Mateu (pàg. 11). Fotografia: Rosa M. Soler

Informacions varies

ESCRITS PEL BUTLLETÍ: Recordeu que qual-sevol 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'activitat 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 laribalera@aec.cat

seam@aec.cat

secretaria@aec.cat

web@aec.cat

coordinacio.sij.aec@gmail.com

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 bicicleta de muntanya (BTT)

Secció infantil i juvenil (SIJ)

Secció de caiaç

Secció de Cultura (SC)

Secció de turisme equestre



1912



2013



**Agrupació
Excursionista
"Catalunya"**

Padilla, 255-263, 1a planta

08013 Barcelona

Tel: 933 024 529

Whatsapp: 608 429 230

e-mail: aec@aec.cat

Web: www.aec.cat

Youtube: [Agrupació Excursionista Catalunya](https://www.youtube.com/AgrupacióExcursionistaCatalunya)

Facebook: [AgrupaciAEC](https://www.facebook.com/AgrupaciAEC) - Instagram: [@agrupaciectacatalunya](https://www.instagram.com/agrupaciectacatalunya)

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: Frederic Planas.

Impressió: Empòrium gràfic.

Dipòsit legal: B 11805 2015.

En aquest butlletí hi col·laboren: Xavier Soriano, Lluís Tortajada, Àngel Ferrer, Xavier Domènech, Òscar Pàmies, Conxita Güell, Joan Pino.

Horari de la secretaria de l'AEC: de dilluns a dijous de 18 a 21,30 h.