



1912

Agrupació Excursionista "Catalunya"

EXCURSIONISME, PAÍS I CULTURA

**Butlletí informatiu
febrer 2026**

Pujant al Costa Pubilla. (Fotografia: Pol Baselga)



Pujant al Costa Pubilla (pàg. 12) Fotografia: Bernat Ruiz

Sumari

Editorial.....3

COL-LABORACIONS

El Gorg Negre.....4
Lluís Tarruella

Castell de Montesquiú6
Jordina Argimon

Pobla de Claramunt-Castellolí8
Xavier Domènech

Ja SIJ a Montserrat10
Monitors de la SIJ

La SEM al Costa Pubilla12
Bernat Ruiz Soler

Per en Jaume Fernández14
Albert Sambola

Sant Roc de la Barroca.....16
Jordi Pino

AGENDA D'ACTIVITATS FEBRER

Calendari General 18

Trescar Travesses en Tren.....19

Senderisme20

Semprepodem21

Dimecres al Sol.....22

Normes generals.....23

ACTIVITATS PROGRAMADES 2026

SEM/BTT24

Grup de famílies/Senderisme.....25

SIJ/Semprepodem26

Travesses Tren/BTT27

ERE/SEAM.....28

Informació general29

Prespectives per l'any que comença

No ha començat pas gaire bé aquest any pel que fa a la nostra massa social. Els primers dies de l'any vàrem traspasar una estimada sòcia i també un ex-soci i incansable col·laborador de La Ribalera. Notícies molt tristes que desitgem no es repeteixin en el que resta de l'any.

El que sí ha començat millor és el temps per als amants de la neu i el fred, amb importants nevades que han omplert els cims i fins i tot les valls com feia uns quants anys que no es veia, augurant una molt bona temporada pels amants de l'esquí, tant de pista com de muntanya i dels de l'escalada en gel.

També hem tingut pluges molt intenses que, a part d'omplir els embassaments generant unes reserves d'aigua suficients per garantir-ne l'ús per l'agricultura, la indústria i el consum de boca fins com a mínim finals d'any, han contribuït al col·lapse total de les infraestructures ferroviàries del nostre país, ja fortament afectades per la manca continuada d'inversió d'aproximadament el 50% del pressupostat des del 2010. Tot i que des de fa dos anys aquestes inversions han augmentat, segons els experts en infraestructures faran falta com a mínim de tres a quatre anys de fortes inversions per que es noti la milloria del servei. Pel que fa a l'Agrupació esperem que aquesta situació no afecti gaire a les nostres traveses amb tren, el Trescar, una secció que aposta pel servei públic com a mitjà de transport.

L'aspecte positiu és que tota l'aigua caiguda farà que el paisatge de febrer sigui esplèndid amb la verdor dels camps de cereals, la florida dels ametllers i la trempera dels espàrrecs de marge.

Aquest mes també hi ha celebracions destacades com Santa Eulàlia, segona patrona de Barcelona desnonada per Nostra Senyora de la Mercè, el dia 12, el mateix dia que celebrem el dijous gras, preludi de les festes de Carnaval. Aquestes acabaran morint el 18 amb l'enterrament de la sardina i el començament de la Quaresma.

Desitgem a tots els socis unes bones excursions, escalades i esquíades i unes magnífiques celebracions.

Text: Lluís Tarruella Vilà - Fotos: Diversos participants - Data: 13/12/2025

El Gorg Negre

(Santa Cecília de Voltregà)

Muntanya

Vàrem sortir de Barcelona tots tres, la Glòria, l'Àngel i jo, en direcció a Santa Cecília de Voltregà on ens trobaríem amb el Miguel i la Carmeta. Ja esmortzats, vàrem aparcar els cotxes al costat d'un pont que travessa la riera de Sorreig i vam començar aquesta excursió tant xula, per un caminet que ressegueix aquesta riera durant un bon tros del recorregut. Aquest, molt tranquil, passa per un parell de masies. Mentre una es dedica al conreu de la terra l'altre acull l'esbarjo del seu propietari i està acondicionada



Els cinc participants

per ser una segona residència.

Quan vam arribar al Gorg Negre (d'on una llegenda diu que, de tant fons com és, ningú sap quina fon-



El Salt de la Cabrida



El Gorg Negre

dària real té) ens en vam assabentar que anàvem sobrats de temps, per tant vam tornar enrera per agafar un altre corriol que, primer en pujada i després en forta baixada, ens porta al Salt de la Cabrida, per sobre del Gorg Negre.

Aquest salt, també espectacular, és recomenable d'arribar-s'hi perquè ben a prop hi ha un mirador vallat just a sobre del gorg i permet veure'l des d'una altra perspectiva.

També allà al costat hi ha unes

baumes on hi ha un recordatori (amb noms i cognoms) de l'estada d'uns homes republicans d'aquelles contrades que s'hi van amagar durant la Guerra Civil.

Al tornar va ser un "bufar i fer ampolles" tot i que vam atravessar la riera varies vegades mentre els hi prometia (cada vegada) que no l'atravesséiem més (he, he...). Finalment va anar tot bé i vam arribar als cotxes just a l'hora de dinar...per que ja teníem gana, és clar. . .

Text: Jordina Argimon - Fotos: Diversos participants - Data: 10/1/2026

Del castell de Montesquiú al coll dels Tres Pals

Muntanya

Amb la idea de fer baixar els torrons, quinze persones hem fet aquesta ruta circular d'una mica més de vuit kilòmetres i 246 metres de desnivell.

No toca matinar: a les vuit a l'Agrupada i cap al Xuxo's bar (restaurant les 4 carreteres en versió internacional) a esmorzar, després de recollir les persones que ens esperen a Fabra i Puig. Aquesta vegada he tingut sort i he gaudit d'un tros de xuixo que ve a ser el mateix que injectar-se una dosi considerable de sucre en vena, però més gustós.

Arribem al Castell de Montesquiú cap a les deu i des de l'aparcament comencem a caminar després que tots ens abriguem amb guants, gorros i forros polars. Fa molt de fred! Per una pista i després de creuar la Riera de So-

lana, que baixa alegre amb una aigua molt clara, enfilem fins el coll de Tres Pals des d'on gaudim d'unes boniques vistes cap al Pirineu nevad. Aquest vegada, el vocal, en Jordi Secall, és com un estudiant en pràctiques del Wikilok després de la classe del Pere Mansilla a l'Agrupada de fa un parell de mesos. Davant dels dubtes sobre alguns dels cims que veiem a l'horitzó, el Wikilok ens ajuda a resoldre'ls: ens assenyalava exactament el Puigmal i el Puigllançada.

Seguim per la pista i anem baixant cap el castell fins al Mirador de la Rovira des d'on gaudim de vistes cap al Montseny i Santa Maria de Beso-





ra. Aquí toca fer la foto de grup i ja baixem tranquil·lament cap el castell altra vegada on ens espera l'autocar que ens durà al restaurant dels Fogons de la Neus a Sant Quirze de Besora i a on dos socis més s'han afegit al dinar.

I deixeu-me fer un parell d'apunts, resum de la pàgina web de la Diputació de Barcelona, sobre el castell de Montesquiu, que quedaria pendent de visitar, i potser en una de les sortides culturals de l'Agrupació es podria fer:

Es diu que el castell de Montesquiu té el seu origen en l'enclavament d'una torrassa de guàrdia que va fer edificar el comte Guifré el Pilós al segle IX. No és fins a mitjan segle XIV, però, quan l'actual castell es converteix en una residència fortificada. Al segle XVII, s'amplia l'edifici i al principi del segle XX, la família Juncadella, donen a l'antic casal l'aparença de castell que té en l'actualitat i el completen amb els jardins.

El casal de Montesquiu gaudeix d'una bona conservació gràcies a que ha estat habitat des de l'edat mitjana fins pràcticament finals del segle XX. Aquest casal va passar a mans de la

Diputació de Barcelona quan la seva darrera propietària, Mercè Juncadella, va morir el 1972 donant a la Diputació el castell i tota la propietat.

Hem gaudit d'un magnífic dia i malgrat el fred, el sol ens ha acompanyat en tot el recorregut. Una bona ruta per fer a l'hivern. Lluny quedaven les darreres pluges del dies de festa.

Un bon àpat amb bona companyia va posar punt i final a aquest agradable jornada. Moltes gràcies al vocal i a tots per la participació.

Ah! I de baixar els torrons... res de res....



De la Pobla de Claramunt a Castellolí pels Mollons i les coves de can Lluçia

Muntanya

La primera sortida de l'any la iniciem a La Pobla de Claramunt, on hi arribem amb els FGC. El propòsit és fer una travessa sortint de la Pobla per arribar a Castellolí, des d'on el bus públic de l'antiga Hispano Igualadina ens ha de portar a Barcelona

Comencem doncs a la Pobla en direcció als Mollons, primer per camí de pujada suau, que es fa més intens en passar pel costat de la Roca Cagatera, seguint un to escatològic que es confirmarà uns quilòmetres més endavant. En aquest tram ens trobem algunes cabanes de pedra seca.

Ens acostem als Mollons, que són grans formacions rocoses que per accedir-hi cal fer un parell de petites

grimpades equipades de cordes, fàcils de superar. Des dels Mollons hi ha una bona vista de la plana d'Òdena. En aquest punt estem a uns 500 m d'alçada, i ens mantenim entre els 500 i 600m el llarg dels 7 km següents.

Després de caminar 1 km i mig, ens desviem en direcció ponent per, en un anar i tornar, apropar-nos a la Roca Cagadora, imponent roc que sembla suspès en una posició inestable, i que és digne de veure. Estem



Les coves de can Lluçia



La balma de can Soteres

seguint els senyals d'un PR local que ens porta el punt més alt de la ruta, que és el Castell de Castellolí, una construcció del segle X, de la qual se'n conserven força restes.

Prenem direcció est per corriols de muntanya per visitar la balma de can Soteres. Aquesta és una gran balma situada a un nivell inferior a la pista que seguim, i cal estar atents per trobar-la, ja que cal fer un petit desviament que condueix a aquest lloc. T

Tornem a desfer el camí, per encarar el sender que ens ha de dur a Castellolí. El cap de poc ens desviem per visitar les interessants coves de can Lluçà. Les coves una mica laberíntiques, tenen un origen molt antic, ja que s'han trobat restes de ceràmica del neolític datades entre el 3800 i 4000 a.c. Cal proveir-se de frontals per a la visita.

Ja de baixada i per pista en uns 2 km arribem a Castellolí, on prenem

el bus de tornada. En resum, la ruta transcorre majoritàriament per camins de muntanya ben fresats fàcils de seguir. En total són uns 14 km, amb un desnivell de pujada de 400 m aproximadament.



La Roca Cagadora

La SIJ a Montserrat

SIJ Aquest cap de setmana, malgrat el temps i algun imprevist amb el transport, la majoria dels grups de la SIJ hem tingut l'oportunitat de gaudir de Montserrat.

Els grups de Txieiens i Sioux van

anar a dormir a l'ermita de Sant Antoni gaudint d'un camí i paisatge ple de neu!!!

Els grups de Xerpes i Trekkings van poder passar el diumenge visitant Montserrat, caminant des de Monistrol fins al Monestir.





La SEM al Costa Pubilla

SEM

No para de nevar. I la previsió pel cap de setmana és que dissabte segueixi nevant i diumenge, per variar, comenci a fer vent fort que s'emporti els núvols i la neu que hagi caigut.

Reunits en consell de savis a través del whatsapp, dissabte a última hora acabem decidint anar a provar sort al Costa Pubilla, on sembla que el vent ha de bufar una mica menys fort.

7 valents ens trobem el diumenge a les 9 del matí a Nevà, i després d'un intent fallit de pujar un tros més amunt amb el cotxe, acabem aparcant a l'entrada del poble, d'on ja podem sortir amb els esquís als peus. Som a poc més de 1200 metres d'alçada, aquí només hi ha la neu de

la nevada del dissabte, però a mesura que anem pujant, cada vegada hi ha gruixos més importants.

Anem obrint i tancant filats elèctrics, acostumats a fer-ho quan anem a peu, fer-ho amb els esquís als peus se'ns fa estrany. Guanyem alçada ràpidament, i obrint traça arribem fins el Roc dels Llamps. De moment no fa gens de vent, i un sol esplèndid ens permet gaudir del mar de boira de tota la plana d'Osona i el Bages. Lluny es veuen el Montseny i Montserrat ben nevats.

Arribant al cim





Els lloms nevats del Costa Pubilla

Una petita baixada sense treure les pells, una petita pujada, i arribem al Costa Pubilla, on organitzem un pícnic aprofitant la taula d'orientació que vam col·locar pel centenari, i que resisteix en perfectes condicions. Les vistes són espectaculars, i no podem deixar de fer una petita baixada per la cara sud. La neu va variant de crosta a pols molt compactada pel vent, però el paisatge compensa la baixa qualitat.

Quan arribem al fons d'un torrent, tornem a remuntar cap a la Roca Emperadora, i veient que comencen a créixer els núvols, decidim anar baixant cap a Nevà. Ens barallem per dominar la neu encrostada, alguns caient amb més gràcia,

i altres amb menys. La millor neu, la trobem quan ens acostem al poble lliscant pels prats del bestiar coberts amb una fina capa de neu pols, que ens permet arribar fins als cotxes amb els esquís als peus.



Tot el grup amb la taula d'orientació del 100tenari

Per en Jaume Fernández Teixidó*

AEC
AEC

Benvolgut amic Jaume !!!
Avui al llevar-me m'ha vingut de sobte una imatge molt clara, quasi real, de l'últim dia que vam retrobar-nos. Tot just farà ara uns tres mesos.

Sí efectivament, va ser a la celebració dels meus aniversaris. Recordaràs que ens vam ajuntar una colla d'amics de l'AEC que igual que tu, hem compartit molts dies, durant molts i molts anys, de muntanya. Molts dies de superacions personals, col·lectives i sempre molt units amb sentiments d'estimació entre nosaltres.

Aquell dia et vam veure molt feliç. Tu també vas jugar, vas cantar, vas ballar i vam apropar-nos els uns amb els altres amb sentiment d'amistat. Jaume aquell dia vas ser el Jaume de sempre... tal i com has estat sempre i t'hem conegut... Proper, també comunicatiu, alegre..., també amb personalitat..., voluntariós i també... col·laborador, treballador i obert amb tothom i amb moltes iniciatives. T'agraïm doncs l'esforç fet per acompanyar-nos.

Em venen a la memòria molts moments viscuts amb tu, de quan formàvem una colla ben avinguda a l'AEC, on l'esquí de muntanya era primordial en les nostres activitats d'esbarjo.

Jaume, quan vas fer la travessa integral amb esquís als Picos d'Europa, juntament amb un equip d'amics del AEC, a l'any 1972 tu eres molt jove, però el teu nivell d'esquí era superior i apuntava ja una molt bona tècnica.

Recordaràs Jaume, l'altre objectiu i fita aconseguida l'any 1975, quan vas ser un membre destacat en la II Travessa Integral al Pirineu amb esquís, juntament amb el petit grup d'amics de l'AEC. Encara ara et veig fent el descens d'un cim amb una tècnica perfecta d'esquís paral·lels i darrera teu, fent l'esforç per atrapar-te, trepitjant la traça, aquell simpàtic gos, el Piri, que va seguir-nos unes jornades.

Ostres Jaume, què me'n dius de les teves iniciatives i projectes... com el de crear "Can Trucs" al Pallars Sobirà, concretament a Isil, lloc acollidor amb bon menjar que molts recordem amb aplegi. Com també recordem el teu "invent", que vas construir per col·laborar a allisar la neu de les pistes d'esquí nòrdic.

Si, Jaume, et recordem hàbil, amb manetes i enginy per desenvolupar manualitats i treballs artístics també, encara que fos amb una motoserra per crear figures inversemblants amb la fusta.

Jaume, per circumstàncies de la



vida has hagut d'allunyar-te físicament de les activitats de l'AEC, però sé que les teves arrels i sentiments han estat a prop de la nostra entitat, fins el punt que has viscut com a voluntari i col·laborador amb moltes tasques, tant de marcatge d'itinerari com d'abastiment d'aigua als controls més llunyans, control de pas, etc., de la que serà enguany la XIII edició de la nostra estimada Cursa per Alta Muntanya de La Ribalera. Gràcies.

Jaume, he repassat amb un curt resum tot el que jo he sabut i hem viscut plegats, però segur que m'he quedat curt, doncs tu has tingut moltes més vivències que jo no he conviscut en el teu dia a dia tan actiu i moltes vegades amb esforç i superació.

Com pots comprovar en aquesta

carta no he pogut posar cap adreça per enviar-te-la, però com que l'he escrit amb el cor, segur que la rebràs allà... allà on ens retrobarem i podrem seguir conversant per explicar-nos les vivències que de segur no hem oblidat.

Gràcies Jaume per ser amic de tots els que hem conviscut amb tu la muntanya i que has posat, també, el teu gra de sorra per fer l'AEC més gran.

A reveure !!!!

() En Jaume ens va deixar el passat dia 1 de gener. Va ser soci de l'Agrupació durant molts anys i malgrat que actualment ja no ho era, ha mantingut sempre el contacte i la col·laboració amb l'Entitat.*

Sant Roc de la Barroca (590 m, Gironès)

Aquest cim, anomenat també de Grony, està situat a la vall del Llémena, separant la seva conca de la del riu Brugent i separant també les comarques de la Selva, la Garrotxa i el Gironès.

El puig, llevat de la banda de ponent, és una gran cinglera de pedra calcària coronat per l'ermita de Sant Roc, datada del 1447 i cosa estranya, malgrat que l'ermita té la porta oberta, no ha estat espoliada i encara podem veure la imatge del Sant. Les aigües del cim marxen en totes direccions per diverses torrenteres al Llémena, llevat de la banda de ponent que ho fan cap al Brugent i d'aquí al Ter.

Bonica excursió, molt senzilla i fàcil, si sabem encertar el començament del camí, i que puja per la banda de llevant a cercar l'únic pas que hi ha en aquest tram de la cinglera. Les vistes des del cim són fantàstiques.

ACCÉS PER CARRETERA: Amb automòbil ens hem de dirigir fins a la vila de Sant Martí de Llémena. Per fer-ho, hem d'anar a la carretera GI-531 que baixa des d'Olot, o bé arribar-hi per la mateixa carretera des de Girona. Si venim de Barcelona o Tarragona, hem d'entrar a la vila de Girona. Des de Lleida podem prendre l'eix transversal i també entrar a Girona.

Un cop dins de Girona haurem de cercar la part nord de la vila, al barri de Sant Ponç, des d'on prendrem aquesta GI-531, direcció Sant Gregori i Sant Martí de Llémena. Passarem Sant Gregori i abans d'arribar a Sant Martí, al punt quilomètric 17,5 trobarem a mà esquerra una carretera, la GI-532, que porta a Bonmatí. Hi ha

un senyal que ho indica.

Farem 1,5 quilometres d'aquesta GI-532 i en un lleuger revolt que la carretera fa a la dreta, a mà esquerra, veurem una pista forestal i una petita explanada, on hi caben 4 o 5 vehicles. Aquí hem d'aparcar

RECORREGUT: En resum, travessarem la carretera, pujarem a una casa anomenada Can Pere Puig, i d'aquí, en direcció nord, muntarem per bosc i de flanc fins dalt del cim, on hi arribarem seguint direcció sud:

O minuts- Aparcament (310 m) Travessem la carretera i prenem una pista que hi ha a l'altre banda de l'aparcament. Fem només uns 10 metres d'aquesta pista, que veurem està barrada per una cadena, per tal d'enfilar-nos per un camí que hi ha a mà dreta. Seguim aquest camí, en pujada i per entremig d'alzines, fins que més amunt, ja més planers, travessem uns antics camps de conreu per tal d'arribar a una casa.

10 minuts- Can Pere Puig (345 m). Abandonada i començant a enrunar-se. La deixem a l'esquerra i seguim pel mig d'un camp pla en direcció cap un bosc que tenim al davant i uns pals elèctrics. Compte aquí en encertar el camí, doncs just quan s'acaba el camp i a uns 20 metres a tocar dels pals, a mà dreta, hi ha un rastre de camí que hem de seguir uns 30 metres, en lleugera baixada i paral·lels a la línia elèctrica, per tal d'arribar a un petit pla, on ja veurem, a la nostra esquerra, amagat per unes alzines un senyal de pintura roja en un arbre. D'aquí surt el camí que, en pujada i força emboscada, travessa la línia elèctrica al cap de dos minuts i, de flanc, va resseguint la muntanya en direcció nord.

20 minuts.- Cruïlla. (415 m) En una petita clariana en el bosc, de la nostra esquerra arriben dos camins, un planer i l'altre en pujada. Deixem aquests dos camins i seguim, per entre bosc, el que va de front. Rastres de pintura.

25 minuts.- Corriol. (435 m) En mig del bosc, ens travessa un corriol planer. Més amunt el camí planeja, fa un giravolt i torna a fer pujada fins arribar al peu del cingle.

40 minuts.- Peu del cingle. (515 m) Trobem una paret de pedra que correspon al cingle. El camí aquí gira a l'esquerra i fa algun giravolt per tal de pujar damunt del cingle. Anem sempre per entre bosc espès. Gaire bé al cap d'amunt del cingle, deixem un petit corriol planer a la nostra dreta.

48 minuts.- Enllaç. (580 m) Només arribar a dalt del cingle, trobem un ample camí amb un petit indicador penjat d'una alzina que indica que cap a la dreta es va a Santa Elena i Santa Brígida. Seguim cap a l'esquerra, ara força planers.

50 minuts.- Trencall. (580 m) Una fita i un camí a la nostra dreta, assenyalen un corriol que en 50 metres ens porta, també enmig de bosc, a unes pedres i llosses en forma de tomba que hi ha a banda i banda del corriol. Se'n diu el cementiri dels moros. Ens hi apropem i tornem enrere per continuar el camí per on veníem. El seguim planers.

55 minuts. Sant Roc de la Barroca (590 m) Una petita ermita a tocar de l'espadat de la cinglera, amb la porta principal oberta que permet visitar-la. Imatge del sant i diverses ofrenes i llibre de registre. Bones vistes cap a la banda del Gironès.

Baixada desfent el camí d'anada.

HORARI: La pujada ens ocuparà gaire bé una hora, mentre que la baixada la podem fer en ¾.

DESNIVELL: 280 metres..

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. Recomanem fer l'excursió al hivern.

PUNTS D'INTERÈS:

Al marge de l'ermita, són força interessants les vistes que tenim des del cim, llevat la banda de ponent, on el bosc tapa tota visibilitat. Així cap el nord veurem la serra de Mol- tfgó amb els seus cingles i la part alta del Llémene. Hi destaca també el Puigsou a la serra de Rocacorba.

Cap a llevant tenim la millor vista, amb la vall del Llémene als nostres peus, la plana del Gironès i dels Empordà, l'Alt i el Baix, amb la badia de Roses, el cap de Creus, la desembocadura del Ter, les salines de Pals, les Medes o la serra de Montgrí i el massís de les Gavarres. Al sud resta part del Baix Empordà i la serralada de les Cadiretes.

CLIMA I VEGETACIÓ:

La vegetació és típica de la Mediterrània, encara que de la banda humida catalana. Hi predominen les alzines, el marfull, el pi blanc i l'arboç. A la banda alta hi ha boix i ginebre.

El clima en aquests indrets és mediterrani i humit, sobretot les bandes obagues. L'indret rep influències marítimes humides i temperades, fet que fa que a l'hivern pràcticament no hi glaci. Terreny força protegit del vent.

EQUIPAMENT:

Motxilla i gorra o barret. A l'hivern cal dur roba d'abric. L'excursió es pot fer amb calçat tou, si no ha plogut, fet que acumula fang al camí. Recomanem dur una màquina de retratar i uns binocles. Cal dur aigua.

Calendari d'activitats

de febrer

temporada 2025-2026

Data	Secció	Lloc/activitat	Vocal
31 gener i 1 febrer dissabte i diumenge	SEM	Val d'Aran (Salana, Mauberge, Pincela)	SEM
3 dimarts	Muntanya	TTT: Sant Miquel del Fai - Turó de les Onze Hores	Xavi Domènech
10 dimecres	AEC	Reunió Junta Directiva	Junta
14 dissabte	Muntanya	Senderisme: Serra de Pinós	Jordi Secall
14 dissabte	SEAM	Escalada a Montserrat	SEAM
14 o 15 dissabte o diumenge	Muntanya	Famílies: Terrassa - Llac Petit	Isabel Carvajal
14 i 15 dissabte i diumenge	SIJ	Sortides de tots els grups	SIJ
21 dissabte	Muntanya	Semprepodem Bosc de les Bruixes- Castell d'Escornalbou	Miquel Insausti
25 dimecres	Muntanya	Dimecres al Sol: Sant Quirze Safaja i calçotada	Pere Mansilla
28 dissabte	BTT	Gavel Girona	Jordi M.
28 dissabte	ERE	Pou de la Portella -43 m (Montserrat)	ERE
26 dijous	Veterans	Trobada	Frederic Planas
Tots els dijous	AEC	Labors	Núria Gómez i Mari Guillén

Secció de Muntanya

Trescar Travesses en Tren

3 de febrer 2026

Activitats febrer

Sant Miquel del Fai. Turó de les Onze Hores

ACTIVITAT: Excursió de muntanya per a sòcies i socis.

LLOC I HORA DE TROBADA: 7:15 h a lla plaça Tetuan, 24. Parada de Sagalés. L'autobús surt a les 7:30. També te parada a l'estació d'autobusos de Fabra i Puig.

TRANSPORT: Transport públic.

INSCRIPCIONS: Mitjançant un missatge al grup de whatsapp de Trescar Travesses en Tren.

ITINERARI: Sant Feliu de Codines (cim d'Àligues) - Sot del Gorguet - Sant Miquel del Fai - Costes de Sant Miquel (GR5) - el Séc dels Ducs - Turó de les Onze Hores (667 m) - Cova del Moro - Gorg de les Donzelles - Font Fresca - Gorg de Beines - Cagarro del Diable - Roca d'en Meler - Parc Usart - Sant Feliu de Codines.

DISTÀNCIA: 19/20 km.

DESNIVELL: +530 m. -565 m.

HORARI APROXIMAT: 6 h.

DIFICULTAT: Fàcil/Moderada.

MATERIAL: Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, pals de caminar i aigua. **Cal portar esmorzar i el dinar.**

VOCAL: Òscar Pàmies (610 820 603).

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. És **imprescindible tenir l'assegurança de la FEEC** o contractar-ne a Secretaria una de puntual.

Secció de Muntanya

Senderisme

14 de febrer 2025

Excursió a la serra de Pinós-Centre geogràfic de Catalunya (Solsonès)

ACTIVITAT: Excursió de muntanya per a sòcies i socis.

LLOC I HORA DE TROBADA: A les **7,30 h** a l'Agrupació (Padilla-Provença), a les **7:45 h** a Fabra i Puig/Meridiana. **TRANSPORT:** Autocar; si no s'arriba a un mínim de persones anirem en cotxes particulars.

INSCRIPCIONS: Sòcies/socis **28 €**. Sòcies/socis online 38 €. Inscripció mitjançant un missatge al grup de whatsapp de Senderisme o un correu electrònic a secretaria@aec.cat. **Data límit d'inscripció dimecres 11 de febrer a les 20 h.** Cal indicar nom de la sortida, nom i cognoms de qui hi participa, confirmació de pagament, i lloc de trobada. Cal ingressar l'import corresponent al compte de l'Agrupació a Caixa d'Enginyers ES72 3025 0017 4114 0003 1058, indicant nom i cognom i "Pinós".

ITINERARI: Santuari de Pinós – Mirador de Pinós – Rosa dels Vents (Centre Geogràfic de Catalunya) – Cementiri de Pinós – Ruïnes de Grumau – Serra de Pinós (931 m) – Santuari de Pinós.

DISTÀNCIA: 8,6 km **DESNIVELL:** +271 m **HORARI APROXIMAT:** 3,5 h.

DIFICULTAT: Fàcil/mitjana.

MATERIAL: Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua i bastons de muntanya (opcionals). Àpats: Esmorzar en un bar. **Dinar al restaurant del Santuari de Pinós.** El preu del dinar son **24 €** (cafè i extres no inclosos). Es pagarà directament al restaurant, i per això cal portar l'import exacte en efectiu. La setmana abans, en el grup de whatsapp, es posarà el menú per demanar el primer i segon plat.

VOCAL: Jordi Secall.

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. És **imprescindible tenir l'assegurança de la FEEC** o contractar-ne a Secretaria una de puntual.

APUNTS DE L'EXCURSIÓ: La Serra de Pinós està situada al sud de la comarca del Solsonès, ja dins de l'àmbit de la Depressió Central. S'ubica dins el municipi de Pinós, que li dona el nom. El seu punt culminant arriba als 931 m d'altura i està inclòs en la llista dels 100 cims de Catalunya de la FEEC. Es troba en una àrea de terres elevades que constitueixen la divisòria d'aigües entre les conques del Segre i del Llobregat. A la Serra de Pinós hi trobem el bonic santuari de la Mare de Déu de Pinós i a la seva vora un petit monument de pedra amb una rosa dels vents que és considerat com el centre geogràfic de Catalunya.

Secció de Muntanya

Semprepodem

21 de febrer 2026

Activitats febrer

Bosc de les Bruixes - Castell d'Escornalbou (Baix Camp)

ACTIVITAT: Excursió de muntanya per a sòcies i socis.

LLOC I HORA DE TROBADA: A les **7 h** a l'Agrupada (Padilla-Provença), a les **7:15 h** al Palau Reial/Diagonal.

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

INSCRIPCIONS: Sòcies/socis **26 €**. Sòcies/socis online 36€. Inscripció mitjançant un missatge al grup de whatsapp de Semprepodem o un correu electrònic a secretaria@aec.cat.

Data límit d'inscripció dimecres 19 de febrer a les 19 h. Cal indicar nom de la sortida, nom i cognoms de qui hi participa, confirmació de pagament, i lloc de trobada. Cal ingressar l'import corresponent al compte de l'Agrupada a Caixa d'Enginyers ES72 3025 0017 4114 0003 1058, indicant nom i cognom i "COLLDEJOU".

ITINERARI: Colldejou, Corral de Baldiri, Font dels Ermitans, Bosc de les Bruixes, Los Estrets, Argentera, Castell d'Escornalbou i Duesaigües.

DISTÀNCIA: 14,4 km. **DESNIVELL:** +586 m -761 m.

DIFICULTAT: Moderada per la distància i fàcil per la ruta.

MATERIAL: Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, aigua, **esmorzar i dinar de carmanyola**. Recomanable portar bastons.

VOCAL: Miquel Insausti (667551041).

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. És **imprescindible tenir l'assegurança de la FEEC** o contractar-ne a Secretaria una de puntual.

APUNTS DE L'EXCURSIÓ: Seguirem el camí senyalitzat de Colldejou fins al corral de Baldiri on el deixarem per enlairar-nos fins a les Pedrisses (621 m). Continuem cap a Los Estrets, un paratge prou desconegut però que val la pena visitar. L'entorn i aquest racó en concret justifiquen la caminada. Aquí ja enllacem amb el GR7 fins a l'Argentera. Deixem el GR7 i agafem el camí senyalitzat del Castell d'Escornalbou. La seva vàlua com a talaia i la proximitat a les mines de plata de l'Argentera foren, probablement, les causes que motivaren els romans a construir en aquest lloc la fortalesa de Cornu Bovis. Després vingueren sarraïns, cristians, frares agustins, franciscans, guerrillers antiborbònics, soldats francesos, consols britànics, burgesos, banquers, ...fins que va ser adquirit per la Generalitat i la Diputació. Després de gaudir de l'excel·lent panoràmica ja només ens quedarà baixar fins a Duesaigües on ens recollirà l'autocar.

Secció de Muntanya

Dimecres al Sol

25 de febrer 2026

Excursió pels voltants de Sant Quirze de Safaja (Moianès)

ACTIVITAT: Excursió de muntanya per a sòcies i socis. **Inclou la tradicional calçotada de febrer de Dimecres al Sol.**

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 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.

ITINERARI: Can Curt (Sant Quirze de Safaja) – Pont de les Ferreries – El Badó – Can Romera – Can Curt (Sant Quirze de Safaja).

DISTÀNCIA: 7 km.

DESNIVELL: +200 m.

HORARI APROXIMAT: 3 h.

DIFICULTAT: Fàcil.

MATERIAL: Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua i bastons de muntanya (opcionals). **Dinar al restaurant. Preu de la calçotada: 41,90 €.** Cal portar l'import exacte en efectiu.

VOCAL: Pere Mansilla.

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. És **imprescindible tenir l'assegurança de la FEEC** o contractar-ne a Secretaria una de puntual.

Normes generals per a totes les sortides de l'AEC

Activitats febrer

- 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, desprendiments, terrenys pedregosos, etc.), zoologia (bestiar, insectes, etc.) i orientació.
- És responsabilitat de les persones participants disposar d'una llicència federativa en vigor, que cobreixi l'**assegurança de l'activitat a realitzar** (muntanya, escalada, alta muntanya, espeleologia, esquí de muntanya, 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.**

Calendari Secció d'esquí de muntanya

Data	Lloc/activitat
31 de gener 1 febrer	Vall d'Aran (Salana, Mauberge, Pincela...)
21 i/o 22 de febrer	Tuca de Feixant + Mulleres
14 i/o 15 de març	Travessa Grau Roig, Montmalús, Ref. Illa, Pessons
11 i/o 12 de abril	Zona Pic Lurien (2 dies)
1 i/o 2 i/o 3 de maig	Zona Benasc
16 i/o 17 de maig	Vignemale
30 i 31 de maig	Mont Perdut

Es poden fer noves propostes i canvis segons les condicions de la neu i la meteorologia.

Calendari Secció de BTT

temporada 2025-2026

Data	Lloc/activitat	Vocal
28 de febrer	Gravel Girona	Jordi M
22 de març	Gravel per Belltall	Miguel M
17 de maig	Volta al Cadinell	Ricard
20 i 21 de juny	Sortida de dos dies als Ports de Beseit. Pernocta a Beseit	Roger

Calendari sortides familiars

temporada 2025-2026

Data	Vocal	Data	Vocal
14 o 15 febrer	Isabel	23 o 24 maig	Barcons - Mansilla
7 o 8 març	Albert i Eva	4 o 5 juliol	Vocal a determinar
11 o 12 abril	Estanyol - Orange		

En funció de la meteo del cap de setmana i les disponibilitats, en cada sortida es determinarà si es fa el dissabte o el diumenge.

Calendari Secció de Muntanya

Senderisme

temporada 2025-2026

Data	Lloc/activitat	Vocal
14 febrer	Serra de Pinós (Solsonés)	Jordi Secall
14 març	Puig del Far des de Vilanova de Sau (Osona)	Rosa Maria Soler
11 abril	Volta a Guimerà (Urgell)	Jordi Calafell
9 maig	La Font de l'Home Mort (Planoles-Ripollès)	Domènec Palau
6 juny	Sauva Negra i la Popa per Sant Martí de Centelles (Osona)	Frederic Planas
14-jun	XIII edició de la Cursa La Ribalera (Pallars Sobirà)	Equip Organització

Activitats programades

Calendari Secció infantil i juvenil

temporada 2025-2026

Data

Febrer: dies 14-15

Març: dies 14-15

Abril: dies 18-19

Data

Maig: dies 16-17

Juny: dies 6-7

Calendari Secció de Muntanya Semprepodem

temporada 2025-2026

Data	Lloc/activitat	Vocal
21 febrer	Bosc de les Bruixes - Castell d'Escornalbou (Baix Camp)	Miquel Insausti
21 març	Cingles de Malanyeu (Berguedà)	Albert López
25 abril	Port de la Selva - Cadaqués (Alt Empordà)	Anna Rovira
16 maig	Vall de Pi (Cerdanya)	Salva Monpeat
14 juny	XIII edició de la Cursa La Ribalera (Pallars Sobirà)	Equip Organització
20 juny	Volta al Pedraforca (Berguedà)	Lluís Tarruella i Pep Molinos
4 i 5 juliol	Sortida al Pirineu (dos dies) a determinar	Pere Mansilla

Nota: Fora d'aquesta programació, hi ha la intenció de fer una sortida amb raquetes, amb lloc a determinar, en funció de la neu. Si s'escau, s'informarà degudament.

Calendari Secció de Muntanya

Trescar Travesses amb Tren

temporada 2025-2026

Activitats programades

Data	Lloc/activitat	Vocal
3 febrer	Rajadell - Cogulló de Cal Torre - Turó de les Tres Creus (Bages)	Òscar Pàmies
3 març	Castellbell i el Vilar - Sant Vicenç de Castellet (Bages)	Xavi Domènec
14 abril	Tamariu - Sa Riera (Baix Empordà)	Lluís Tarruella
6 i 7 maig	Travessa Gorges de Carançà	Albert López
14-jun	XIII edició de la Cursa La Ribalera (Pallars Sobirà)	Equip Organització

Nota: Degut a la situació actual de la xarxa ferroviària gestionada per ADIF i RENFE, alguna d'aquestes propostes es poden veure afectades. Si fos el cas, s'adaptarien les sortides a cada situació concreta.

ATENCIÓ: Canvi de dates a la sortida de maig. En funció de la quantitat de neu al vessant nord del Pirineu, aquesta podria ser modificada.

Calendari Secció de Muntanya

Dimecres al Sol

temporada 2025-2026

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 vosaltres, i qui no hi hagi anat mai, animeu-vos, que val la pena!!!

Calendari ERE

temporada 2025-2026

Proposta de dates i llocs per a sortides, per a millorar, completar i perfeccionar amb la col·laboració de tothom.

Data	Lloc/activitat
28-Febrer	Pou de la Portella -43 m. (Montserrat)
28-Marc	Avenc de la Carbonera -80 m. (Castellar del Vallès, Vallès Occidental)
25-Abril	Cova de Vall major -67 m. (Albinyana, Baix Penedès)
30-Maig	Avenc del Bages -33 m. (Solsonès)
27-Juny	Avenc del Cataplanell -63 m. (Coll de Nargó, Alt Urgell)
26-Setembre	Avenc Víctor -67 m. (Perillós, Catalunya Nord)
31-Octubre	Avenc del Muronell -32 m. (Castellar de Vallès, Vallès Occidental)
28-Novembre	Cova de la Rabosa -65 m. (El Perelló, Baix Ebre)
19-Desembre	Cova del Tabac -21 m. Rec. 200m. (Camarasa, La Noguera)

Calendari Secció d'escalada i alta muntanya

Data	Lloc/activitat
14 febrer	Escalada a Monserrat
14 març	Sortida d'alta muntanya a determinar
18 abril	Sortida a Sant Llorenç de Munt
9 maig	Sortida d'alta muntanya a determinar
6 i 7 juny	Sortida a Ports de Beseit
19 setembre	Sortida d'alta muntanya a determinar

Targetes FEEC

AEC

Recordeu que cal estar federat per poder participar a les activitats de l'Agrupada.

Per a que Secretaria pugui tramitar les vostres llicències pel 2026, cal que feu transferència de l'import corresponent a la modalitat desitjada, al compte de l'Agrupada: **ES72**

3025 0017 4114 0003 1058, indicant nom i dos cognoms, "**Tarja FEEC**" i la modalitat escollida.

En cas de necessitar-la amb especial urgència, recomanem enviar per correu electrònic a secretaria@aec.cat, el justificant de l'ingrés.

També la podeu demanar a Secretaria, de forma presencial i pagar en efectiu o amb targeta.

Si teniu algun dubte o necessiteu qualsevol aclariment, podeu dirigir-vos a Secretaria.



Loteria la Grossa de cap d'Any

Us comuniquen que al num. 42.205, un dels quatre que jugàvem a la Grossa de cap d'Any, li correspon el reintegrament (0,50 € per cada butlleta).

Si desitgeu cobrar-ho, podeu passar per Secretaria. La data límit és el 31 de març.

La Grossa de Cap d'Any. Ara toca participar.

Sortej que se celebrarà el primer dia de desembre de 2025. El portador participa en cadascun dels números amb la quantitat de 0.50€.

34997 42205 52966 93273

Opcions:

Coste el cupó de 10 dies. L'import dels premisses subjectes a la intenció que ambdues loteries s'agiti.	
MIMA	2.50€
PREU PARTICIPACIÓ	2.00€
IMPORTE LOTERIA	0.50€
DONATIU	

AGUPACIÓ EXCURSIONISTES DE CATALUNYA

NÚM. 34997 42205 52966 93273

Loteria de Catalunya

Loteria de Catalunya

Informacions varies

BENVINGUDA ALS NOUS SOCIS

MARIANA ITURRALDE VALLS

FRANCESC IGUAL MARTÍN

DAVID ARMENGOL JIMÉNEZ

AINHOA GARCÍA IGUAL

OLIVIA ARMENGOL ITURRALDE

ÀNGELS DOMINGO MAS

RITA ARMENGOL ITURRALDE

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

NOTA DE CONDOL

A finals del mes passat va morir la nostra consòcia ANNA FARRE-RES, esposa del també soci Enric del Pozo.

A ell, com a la resta de la família, els fem arribar el nostre més sentit condol.

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.

COMPTES CAIXA D'ENGINYERS

Pagaments a l'AEC:

ES72 3025 0017 4114 0003 1058

Pagaments a la SIJ:

ES34 3025 0017 4514 0003 1061



La nevada va sorprendre el grup de la SIJ a Montserrat (pàg. 10) Fotografia: Monitors de la SIJ



El castell de Montesquiú (pàg. 6) Fotografia: Joan Tarruella

Seccions

- **Secció de muntanya(SM)**
muntanya@aec.cat
- **Secció d'escalada i alta muntanya (SEAM)** seam@aec.cat
- **Secció d'esquí de muntanya (SEM)** sem@aec.cat
- **Equip de recerques espeleològiques (ERE)** ere@aec.cat
- **Secció de bicicleta de muntanya (BTT)** btt@aec.cat
- **Secció infantil i juvenil (SIJ)** coordinacio.sij.aec@gmail.com
- **Secció de Cultura (SC)** cultura@aec.cat
- **Altres correus de contacte:**

secretaria@aec.cat	laribalera@aec.cat
butlleti@aec.cat	grupjove@aec.cat
comunicacio@aec.cat	

Informacions varies

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

Heu d'indicar l'autor de les fotografies i els possibles peus de foto que les acompanyen.



**Agrupació
Excursionista
"Catalunya"**

Amb la col·laboració de:



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



2013



Padilla, 255-263, 1a planta
08013 Barcelona
Tel: 933 024 529
Whatsapp: 608 429 230
e-mail: aec@aec.cat
Web: www.aec.cat

Coordinació: Rosa Maria Soler.

Contacte: butlleti@aec.cat

Correcció lingüística: Jordi Romagosa.

Disseny i maquetació: Frederic Planas.

Impressió: Empòrium gràfic.

Dipòsit legal: B 11805 2015.

En aquest butlletí hi col·laboren: Marta Caveró, Pep Molinos, Frederic Planas, Albert López i Jordi Pino.

Youtube: Agrupació Excursionista Catalunya
Facebook: @AgrupAEC - Instagram: @agrupaciexcatalunya
Edita: AEC - **President:** Carolina Puiggròs

Horari de la secretaria de l'AEC: de dilluns a dijous de 18 a 21,30 h.
Provisionalment per obres, a l'Ateneu del Clot (carrer Muntanya, 16)