



1912

Agrupació Excursionista "Catalunya"

EXCURSIONISME, PAÍS I CULTURA

Butlletí informatiu
octubre 2026

Campanari d'estiu de l'AEC. Excursió a la Torre de Coa. (Fotografia: Mònica Muñoz)



Campament d'estiu: caminada a la Torre de Goa (pàg. 4)

Sumari

Editorial.....3

COL-LABORACIONS

Campament d'estiu.....4
Pep Molinos

Campament d'estiu i Verdaguer.....7
Conxita Güell

75 anys de l'ERE.....9
Marc Navarro

Diada Nacional de Catalunya13
Rosa Maria Soler

Campament Social de Tardor14
Bernat Ruiz Soler

Tornem al nostre local.....18
Rosa Maria Soler

AGENDA D'ACTIVITATS OCTUBRE

Calendari General/Cultura19

Trescar Travesses en Tren.....20

Senderisme21

Semprepodem22

Dimecres al Sol.....23

Normes generals24

ACTIVITATS PROGRAMADES 2025

Trescar Travesses en Tren/ERE.....25

Senderisme/Sortides familiars26

Trescar Travesses en Tren/SIJ27

Dimecres al Sol/Semprepodem.....28

Diada del soci/Sopar de Nadal29

Informació general30

Tornem a casa

Per fi s'acaba l'exili. Aquesta paraula significa marxar de forma no desitjada, i això és el que hem hagut de fer; marxar del nostre local social, no una, sinó dues vegades en els darrers temps.

Com bé sabeu, des de començaments de l'any 2008, la nostra entitat té la seu social en un local situat al Mercat Municipal de la Sagrada Família. Degut a unes importants obres de reforma general en aquest Mercat que han afectat de forma indirecta el nostre local, l'hem hagut de desocupar des del juny de 2023 fins al desembre de 2024, i, novament, des del juliol de 2025 fins a l'actualitat. En les dues ocasions ens han acollit amb els braços oberts a l'Ateneu del Clot, per la qual cosa els estem molt agraïts, ja que ens han fet sentir gairebé com a casa. Malgrat això, aquests dos períodes de trasllat han tingut un important impacte en la nostra entitat, reflectit tant en la pèrdua del nombre de socis/ sòcies com en la seva cohesió.

A finals d'abril es van acabar les obres del Mercat, però al nostre local hi continuaven havent unes deficiències que, tot i demanar reiteradament a la direcció del Mercat que les resolguessin, des de llavors no s'hi ha fet cap actuació, ben al contrari han insistit reiteradament que tornem a fer ús del local malgrat quedar pendants alguns detalls de final d'obra.

Finalment, és hora de "tornar a casa", i esperem que de manera definitiva. Des d'aquest editorial vull donar les gràcies a tots els socis i sòcies que han estat plenament implicats durant aquest llarg procés, així com la gran colla que han estat treballant darrerament per tal de posar a punt el local. Sense aquesta col·laboració desinteressada seria del tot impossible el trasllat.

Doncs bé, ja tenim data: dilluns 5 d'octubre. Aquest és el dia que en Frederic obrirà de nou la Secretaria al local de Padilla.

Però no n'hi ha prou amb que el local estigui obert. Cal donar-li vida, omplir-lo d'activitats que ens ajudin a fer pinya, a millorar el sentiment de pertànyer a una entitat. Actualment es duen a terme trobades periòdiques de "labors", els "sopars de carmanyola" i les "reunions de veterans". Us convido a que ens feu arribar noves propostes d'activitats, per tal que el local es converteixi, en definitiva, en el "nostre" local.

Amics/gues, socis/es ens veiem al local.

Text: Pep Molinos - Fotos: diversos participants - Data: del 22 al 29/8/2026

Campament d'estiu d l'AEC

Muntanya

La darrera setmana d'agost ha tingut lloc el campament d'estiu de l'Agrup, en un càmping del poble de Vernet al peu del Canigó. Com en les darreres edicions s'ha buscat un càmping que permeti tendes, furgonetes i bungalows, així com un espai suficientment ampli per fer les trobades del capvespre, on es plantegen les activitats de l'endemà.

Els anys van passant, i el campament de l'Agrup evoluciona com tots nosaltres. Inicialment als campaments érem un personal més jove i més homogeni, on prioritzen les activitats de muntanya. Recordem els campaments a Còrsega, Alps Marítims, Vercors, País Basc

francès, etc. on hi havia diferents excursions i puntualment alguna visita cultural. Ara podríem dir que les coses estan igualades, que a més d'haver-hi ascensions de nivell, també fem petites excursions, passejades i visites culturals. Ben mirat això no és millor ni pitjor, simplement és el que els participants volen. Actualment hi ha un munt d'activitats, dutes a terme per voluntaris, que a la reunió del vespre s'exposen, i el personal s'apunta i col·labora segons

Vall de la Castellana (Serra de Madres)



Cascada dels Anglesos





Pujant al Tres Estelles

les seves preferències. Fins i tot hi ha dies en que hi ha quatre activitats simultànies.

Enguany les activitats han estat força variades:

EXCURSIONS

Excursió al puig de l'Estella i puig de Sant Pere. Excursió al serrat de la Menta i pic Tres Estelles. Excursió a la Torre de Goa, pic de La Riuder, pic Falguerosa i pic de la Pena. Excursió al pic Dourmidou. Excursió al pic Bernat Salvatge, pic de Madres, Roc Negre, Piló de la Miranda i pic de La Roquette Excursió a les cascades de Sant Vicenç i del Anglesos. Excursió al puig de l'Alzina. A destacar la petita excursió conjunta i posterior visita guiada en català al monestir de Sant Martí del Canigó.

Si bé no es va poder fer l'ascensió a la pica del Ca-

nigó, si que vam voltar i veure el seu massís des de tots els punt cardinals.

VISITES CULTURALS

Monestir Sant Miquel de Cuixà. Priorat de Serrabona. Sant Natzari de Bernadell. Poble d'Eus, pobles de La Bastida i Valmanya. Les Orgues d'Illa. Visita conjunta al monestir de Sant Martí del Canigó. Pobles d'Evol i Jujol. Cova de Canalettes, Mines de Batera. Vilafranca de Conflent i el Fort Libèria. Mercat setmanal de Prada.



Mines de Batera



Puig de l'Estella

ALTRES ACTIVITATS

Taller de Cames Neguitoses. Cantada d'havaneres i rom cremat. Campionat de Rummicup. Sopar conjunt. Classe d'Aiguagim amb la profe titular (Montse Casas), i val a dir que aquesta activitat va revolucionar la piscina del càmping, sobretot amb el profe suplent (Peter Man Silla). Vespre de la Copa de Comiat

En definitiva, un lloc i uns dies idonis per a compartir tots plegats. Viure la "muntanya" i amb els amics.



Vilafranca de Conflent

El sopar de grup



Text: Conxita Güell - Fotos: diversos participants - Data: del 22 al 29/8/2026

El campament d'estiu i Jacint Verdaguer

Muntanya

El campament d'enguany ens ha dut a Vernet, a la Catalunya del Nord, terra de passat comú, com hem vist en tots els noms de viles, muntanyes i rius, i que encara avui malda per mantenir la cultura i la llengua.

El massís del Canigó ens ha acoïllit, generós, i hem pogut fer-hi caminades de tota mena, que trobareu explicades en un altre article.

Les sortides culturals de més pes van ser a les abadies que hi ha al Conflent i al Rosselló, unes obres romàniques de vàlua impressionant, que són part de la nostra història: Sant Miquel de Cuixà, Sant Martí del Canigó i el Priorat de Serrabona.

Recórrer aquesta part del Pirineu i visitar les abadies em va fer pensar en el poeta Jacint Verdaguer i en el seu immens Canigó. L'estiu del 1883 va emprendre al Conflent la seva segona travessia del Pirineu. Va pujar al pic acompanyat d'un guia local i amb una llibreta per a prendre notes de tot allò que veia, material que féu servir per escriure el poema èpic.

Fa estada a Prada i a Castell i va a Sant Miquel de Cuixà, que el troba en estat ruïnós. Els dies següents puja a Sant Martí, fet una ruïna. Aquest panorama l'aclapara, l'entristeix i li fa escriure el famós poema "Los dos campanars", que comença així:

*Doncs, què us heu fet, superbes abadies,
Marcèvol, Serrabona i Sant Miquel,
i tu, decrepit Sant Martí, que umplies
aqueixes valls de salms i melodies,
la terra d'àngels i de sants lo cel?*

Verdaguer hi fa dialogar els campanars de Sant Miquel i de Sant Martí, que són el que en queda dret, si bé en estat deplorable:

Sant Miquel de Cuixà. Fotografia: Conxita Güell



*Una nit fosca al seu germà parlava
lo de Cuixà: —Doncs, que has
perdut la veu?*

*Alguna hora a ton cant me desvetllava,
i ma veu a la teva entrelligava
cada matí per beneir a Déu.*

*—Campanes ja no tinc —li responia
lo ferreny campanar de Sant Martí—.
Oh! qui pogués tornar-me-les un dia!
Per tocar a morts pels monjos les voldria;
per tocar a morts pels monjos i per mi.*

Jacint Verdaguer, escriptor de la Renaixença, tant lliga el Canigó amb Catalunya que n'ha esdevingut símbol de catalanitat.

L'obra literària de mossèn Cinto va ser fonamental a l'hora de promoure la restauració de l'abadia de Sant Martí, a principi segle XX, amb el suport de Monsenyor Juli Carselade de Pont, bisbe de Perpinyà. Avui hi viu la comunitat de les Benaurances, formada per religiosos i seglars i dedicada a la pregària i a l'acolliment espiritual i turístic.

L'abadia de Sant Miquel de Cuixà també es va restaurar. La vida monàstica s'hi va recuperar el 1919 amb l'arribada d'una comunitat cistercenca. Des del 1965 hi ha una comunitat benedictina que depèn de Montserrat.



Sant Martí del Canigó. Fotografia: Conxita Güell

Visita a Sant Martí del Canigó. Fotografia: Cati Díaz



Text: Marc Navarro

Cinquanta i vint-i-cinc fan setanta-cinc

ERE

Aquest mes d'octubre, concretament el dia 24, farà 25 anys de l'acte inaugural de la celebració del 50è aniversari de l'ERE, que va tenir lloc a la parròquia de Santa Maria del Pi

Sembla que fos ahir que enllestíem els darrers preparatius de l'acte i de l'exposició. Els nervis, les corredisses, les hores de feina... I, sense adonar-nos-en, han passat 25 anys. Vint-i-cinc anys que, en aquell moment, semblaven molt llunyans.

El 24 d'octubre de 2001, una secció del l'AEC més aviat modesta es presentava davant del col·lectiu espeleològic per la porta gran. Més de 200 persones, entre socis i sòcies de la nostra entitat, personalitats i membres del col·lectiu espeleològic,

van omplir l'acte.

El plat fort del dia, més enllà dels discursos protocol·laris dels presidents i altres parlaments, va ser la projecció de la pel·lícula Spelaion.

Aquell treball s'havia anat gestant durant més d'un any i hi havien participat directament una cinquantena de socis i sòcies.

Spelaion: La natura no s'acaba damunt la terra (2001), és un documental sobre la història de l'espeleologia a Catalunya, amb imatges enregistrades en més de vint localitzacions diferents. Entre les seves es-

La sala d'actes de la parròquia del PI va quedar petita davant la gran quantitat d'assistents. El rector de la parròquia ens va deixar utilitzar l'espai ja que al nostre local no hagués estat possible.





L'expedició de l'ERE a punt d'entrar al túnel d'accés de la Verna, on ja s'hi trobava el generador després d'haver-lo carregat muntanya amunt el dia abans. I que evidentment encara s'havia de tornar a baixar!

cenes destaquen especialment un curtmetratge de ficció en el que hi participaven diversos "actors", reconstruccions històriques i la filmació de la Sala La Verna, al Sistema de la Pedra de Sant Martí, a França; una autèntica odissea que vam viure amb el transport d'un pesat generador per poder dur a terme la filmació.

Spelaion va ser un repte i tota una superproducció tenint en compte els recursos de què disposàvem. El resultat va sorprendre l'audiència i, es va convertir de facto en una eina que molts clubs han utilitzat en els seus cursets per explicar la història de l'espeleologia. Probablement, avui, fins i tot amb tots els mitjans

tècnics de què disposem, seria difícil tornar a fer una producció com aquella.

Però la nit no s'acabava aquí.

Un cop finalitzat l'acte, tothom es va desplaçar fins al nostre local social per gaudir de l'habitual pica-pica i, sobretot, per donar una volta per l'exposició *De la Falconera a la Verna*, que omplia tots els racons del local amb fotografies, material històric i retalls de diari.

El nom *De la Falconera a la Verna* es va escollir per tractar-se de dos moments històrics de l'ERE, el primer per les exploracions pioneres al sífo de la Falconera durant els primers anys de l'equip, i el segon precisament per la recent filmació a la

Verna, que en certa manera tanca-va el cicle dels 50 anys.

A partir d'aquell moment s'iniciava un any intens, ple de projectes, feina i il·lusions. Continuaríem la celebració del 50è aniversari amb la publicació del llibre, també titulat *De la Falconera a la Verna*; la 3a Tarda de Cinema Espeleològic, l'Operació Esquerrà Total, i finalment, la organització de la 8a Trobada d'Espeleòlegs de Catalunya, el juny de 2002, que va tenir lloc durant 3 dies a Can Grau, al Garraf i va ser tot un èxit d'assistència.

La imparable activitat d'aquell moment va començar a tenir ressò tant dins com fora de l'AEC. Al llarg d'aquell any, diversos mitjans de comunicació van parlar de la trajectòria i de l'activitat de l'ERE. El Diari Avui hi va dedicar un article a la seva revista dominical, mentre que el programa *Entre línies*, de TV3, va dedicar-nos un reportatge. I, finalment, *Spelaion* va ser seleccionada per participar al Festival de Muntanya de Torelló.

Sens dubte, és inevitable mirar enrere i recordar

amb nostàlgia aquell any del cinquantenari. Per la intensitat. Per l'aventura. Per les hores dedicades. Per les idees que semblaven impossibles i que, d'una manera o altra, vam acabar fent realitat. I, sobretot, per aquell equip de persones que, amb molta empena i pocs mitjans, va aconseguir situar l'ERE com un dels grups espeleològics més actius a la Catalunya d'aquell moment.

I ara han passat 25 anys més.

Si heu arribat fins aquí, probablement ja us heu adonat del perquè del títol d'aquest article.

$50 + 25 = 75$.

Sí. Ens acostem a una altra fita important: el 75è aniversari de l'ERE.



Una instantània de la filmació dintre de la Verna. Per a il·luminar-la es va utilitzar un generador de 5Kw, 3 focus de 1 i 2Kw i 200 metres de cable ben gruixut per a poder suportar la tensió i les condicions del lloc. Tot plegat més de 100kg de material de filmació que es va haver de transportar a peu, a part de tot el menjar i material personal per a passar-hi 2 dies.



L'exposició omplia tots els racons del local, amb material de totes les èpoques i fins hi tot el casc original atribuït a en Norbert Font i Sagué que ens va cedir el CEC per poder-lo exposar.

Han passat tres quarts de segle des que aquell grup va començar a explorar, a descobrir i a compartir la seva passió per l'espeleologia. Han canviat les persones, els materials, les eines i les maneres de fer. Han canviat moltes coses.

Potser ja no som exactament el grup d'aleshores. Potser no tenim la mateixa energia, però hi ha una cosa que no ha canviat: seguim aquí.

I és per això que ja estem treballant en la preparació d'un seguit d'actes i activitats per celebrar, durant el 2027, els 75 anys de l'ERE.

L'ERE arriba als 75 anys convertit en el grup espeleològic més antic de Catalunya.

I això, sens dubte, mereix celebrar-se.

Properament us donarem més detalls.

75
ERE
AEC
1952 - 2027

Text: Rosa Maria Soler - Fotos: Núria Calafell - Data: 11/9/2026

Diada Nacional de Catalunya

AEC



El participants en l'ofrena de l'Agrupació al Fossar de les Moreres

Tal com estava previst a la convocatòria, a les 10 del matí, ens trobem davant del Born, un bon grup de socis i poc després fem cap al Fossar de les Moreres, on les colles castelleres estan fent les seves ofrenes.

Aprofitant un interval, ens "colem" nosaltres per dipositar el nostre ram i ens fem la foto de rigor, a la qual s'hi afegeix en Roger, que era per allà amb els Castellers de Sants.

Continuem una estona veient les ofrenes de diverses colles castelleres tot cantant els Segadors una i altra vegada, al so de les gralles.

Entre colla i colla, també fan la seva ofrena un parell de grups d'aficionats del Barça (un d'ells força nombrós i sorollos i amb una actitud d'un cert con-

trast amb el "bon rotllo" de l'ambient casteller...). Què hi farem, cadascú té la seva forma d'expressar-se.

Continuant la festa anem cap a la plaça de la Mercè, on gaudim de les actuacions de les colles castelleres de Sants i de la Vila de Gràcia.

Ja cap al migdia tothom va desfilant cap a casa, però quedem quatre dones que hem decidit d'anar a dinar al local del Clot, on fem cap, després de passar per una casa de menjar preparat i una pastisseria!!

A la porta del local ens espera un altre soci que s'ha volgut sumar a la trobada i dinem tots plegats, entre gresca, xerrameca i unes bones copes de cava de l'Agrupació.

Ha estat un bon final de festa!!

Text: Bernat Ruiz Soler - Fotos: diversos participants - Data: 20/9/2026

Campament Social de Tardor

AEC

El dissabte 19 de setembre a les 10 del matí, una bona colla de socis estàvem fent un cafè a Can Riera de Ciuret, al bell mig del Montseny. Uns quants amb ganes d'anar a caminar (i xerrar), altres amb ganes d'enfilar-se pels Castellets a les Agudes (i baixar-los fent tombarelles), i altres amb ganes de pedalar fins a dalt del Turó de l'Home.

Començava el Campament Social, i a mesura que avançava el matí, anava prenent forma. Ben aviat arribaven els més petits de la Secció Infantil que venien amb un autobús des de Sant Celoni, i començaven a plantar les primeres tendes. A l'hora de dinar tornaven els senderistes i dinàvem plegats a la vora de les furgonetes. I quan

estàvem a punt de fer la migdiada, començaven a arribar els infants dels grups més grans de la SIJ, que pujaven caminant des de Sant Celoni. Després apareixien els ciclistes assedegats, i quan ja començàvem a patir va arribar tota la colla que venia dels Castellets.

La tarda va passar plàcidament, alguns descansant i altres jugant



La SIJ caminant cap el campament



La BTT va pujar al Turó de l'Home

a futbol. I després de sopar, un bon joc de nit pel jovent, i un bon rom cremat pels que són joves d'esperit.

Diumenge al matí van començar a arribar les famílies de la Secció Infantil, i la cosa es va animar amb una gimcana on els monitors van posar a prova els nostres coneixements de les seccions de l'Agrup. Vam animar en Roda-punxada, ens endinsàvem en coves fosques, fèiem riure a monitors tristos, rescatàvem caiaquistes perdudes i ens protegíem del sol. I després de moltes corredisses i un bon fart de riure, va



LA SEAM va proposar fer les Agudes pels Castellets



Jocs el dissabte per la tarda

arribar el moment més esperat pels més petits, van descobrir qui serien els seus monitors a les sortides d'aquest curs de la Secció Infantil.

Per acabar, un bon dinar de germanor a l'ombra de les carpes, i ens vam dir a reveure i fins aviat, esperant poder repetir l'any que ve.



Preparant el cremat a la nit



Dinant a la zona de furgonetes



La gimcana de diumenge

Per acabar, m'agradaria fer un agraïment a tota la colla de monitores i monitors que tenim. És un plaer veure com gaudiu de les sortides amb els més petits de l'entitat.



Dinar de germanor

I la vostra implicació hauria de fer reflexionar a qualsevol que digui allò de "gent jove, pa tou", o "el jovent d'avui en dia..."

Esperem poder retrobar-nos l'any que ve i VISCA L'AGRUPACIÓ!



Les tendes de la SIJ

Text: Rosa Maria Soler - Fotos: Diversps participants - Data: 22/9/2026

Tornem al nostre local

AEC

Seguint la convocatòria de les dues jornades de neteja, tant dijous dia 17 com dimarts dia 22 de setembre, es van aplegar al nostre local de Padilla, un bon nombre de socis voluntariosos, que han fet una feina espectacular.

Moltes gràcies a tots per la dedicació del vostre temps i energies.

Ha calgut fer anar de valent escombres, motxos, draps i detergents de tota mena, per tal de deixar mínimament presentable la nostra seu social i podem dir, amb satisfacció, que la feina grossa ja està feta.

És per això que, com es diu a l'Editorial, a partir del dia 5 d'aquest mes d'octubre, podem tornar "a casa nostra".

Poc a poc anirem arreglant la infi-



Fotografia: Esther Pérez

nitat de detalls que resten. Esperem que tothom hi col·labori en la mesura de les seves possibilitats.

Segur que entre tots ho farem tot!!



Fotografia: Manel Navarro



Fotografia: Esther Pérez

Calendari d'activitats d'octubre

temporada 2026-2027

Activitats octubre

Data	Secció	Lloc/activitat	Vocal
6 dimarts	Muntanya	TTT: De L'Ametlla de Mar a l'Ampolla	Pep Molinos
13 dimarts.	AEC	Reunió Junta Directiva	Junta
17 dissabte	Muntanya	Semprepodem: Arbolí - Siurana	Òscar Pàmies
17 dissabte	Muntanya	Senderisme: Roc Perer des de Santa Fe del Montseny	Carolina Puiggros
17 o 18 dissabte o diumenge	Muntanya	Famílies: Via Nicolau (Berguedà)	Dorys
20 dimarts	Cultura	CCCB Exposició "El culte a la Bellesa"	Cultura
24 i 25 dissabte i diumenge	SIJ	Sortides de tots els grups	SIJ
28 dimecres	Muntanya	Dimecres al Sol: Montblanc - Sant Joan de la Muntanya	Lluís Tarruella
29 dijous	Veterans	Trobada	Frederic Planas
31 dissabte	ERE	Avenc del Muronell (Castellar del Vallès)	ERE
Tots els dijous	AEC	Labors	Núria Gómez i Mari Guillén

Secció de Cultura

20 d'octubre 2026

Exposició "El culte a la bellesa" al Centre de Cultura Contemporània de Barcelona

Ens trobarem a la recepció a les **11:45 h.** per començar la visita guiada gratuïta a les 12 h.

Durada 1h. Màxim 25 persones. Entre altres informacions: reivindica els cossos i les bel·leses exclosos de la norma.

Després podem anar a dinar plegats.

Inscripcions per visites i dinar opcional **fins el dia 9** inclòs.

Els menús us els detallarem d'aquí uns dies.

Secció de Muntanya

Trescar Travesses en Tren

6 d'octubre 2026

Camí de ronda: de l'Atmella de Mar a l'Ampolla

ACTIVITAT: Excursió de muntanya per a sòcies i socis.

LLOC I HORA DE TROBADA: Estació de França. **7 h.** Estació de Sants **7:15 h** (És la línia R16 que inicia recorregut a l'estació de França a les 7:15 h).

TRANSPORT: Rodalies R16.

INSCRIPCIONS: Mitjançant grup de WhatsApp de Trescar Travesses en Tren.

ITINERARI: L'Ametlla de Mar, punta de l'Estany, cap de Santes Creus, cala de l'Estany Podrit, cala Punta de l'Àliga, cala Garretes, Llossar de Cavaller, El Molar, Els Bufadors, cap Roig, punta de Pinyana, cala de l'Escaret, cala Maria, L'Ampolla.

DISTÀNCIA: 17 km **DESNIVELL:** +50 m.

HORARI APROXIMAT: 5-6 h.

DIFICULTAT: Fàcil.

MATERIAL: Motxilla, barret, roba protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, banyador (o no?). Aigua, **esmorzar i dinar de carmanyola.**

VOCAL: Pep Molinos (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. És **imprescindible tenir l'assegurança** de la FEEC o anàloga en vigor, o contractar-ne a Secretaria una de puntual.

APUNTS DE L'EXCURSIÓ: Farem una etapa del GR92, probablement la més bonica del litoral tarragoní. Iniciem l'excursió a l'Ametlla de Mar, i anirem seguint vora mar, passant per petites i grans cales, trams de vegetació i d'altres ben rocallosos, vistes del Delta i del Montsià, i alguna antiga fortificació de la guerra civil, fins arribar l'Ampolla.

Secció de Muntanya

Senderisme

17 d'octubre 2026

Activitats octubre

Excursió al Roc Perer des de Santa Fe del Montseny (Vallès Oriental)

ACTIVITAT: Excursió de muntanya per a sòcies i socis.

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 aplicant el sistema tarifari de l'AEC.

INSCRIPCIONS: Sòcies/socis **31 €**. Sòcies/socis online **41 €**. Inscripció mitjançant un missatge al grup de whatsapp de Senderisme o un correu electrònic a secretaria@aec.cat. **Data límit d'inscripció dimecres 14 d'octubre a les 20 h**. 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 "Roc Perer".

ITINERARI: Santa Fe del Montseny – Roc Perer – Santa Fe del Montseny.

DISTÀNCIA: **5,7 km** **DESNIVELL:** **+263 m** **HORARI APROXIMAT:** **2:30 h**.

DIFICULTAT: Fàcil.

MATERIAL: Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, segons climatologia esperada, calçat de muntanya, crema solar, aigua per a tot el recorregut i bastons de muntanya. **Esmorzar en un bar i dinar de carmanyola** a zona de pícnic a peu de cotxe.

VOCAL: Carolina Puiggròs. **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 anàloga en vigor, o contractar-ne a Secretaria una de puntual.

APUNTS DE L'EXCURSIÓ: (Altitud màxima assolida 1.331m). Sortint de Can Casades (centre d'informació pels visitants del parc) ascendirem en un pendent suau per una fageda que no abandonarem durant tota l'excursió i ens encisarà amb la seva explosió cromàtica de tardor. El Roc Perer és un mirador excepcional rocallós des d'on gaudirem d'una de les millors vistes de la vall de Santa Fe i de les muntanyes que l'envolten. A la baixada seguirem un corriol de pendent suau i passarem per un antic pou de glaç.

Secció de Muntanya

Semprepodem

17 d'octubre 2026

D'Arbolí a Siurana passant per Gallicant i les Gorgues

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** Avinguda Diagonal cantonada carrer John M. Keynes (direcció Llobregat).

TRANSPORT: Autocar. Si no s'arriba al mínim de participants, en vehicles particulars, aplicant el sistema tarifari de l'AEC. En aquest cas, es variaria la ruta per fer-la circular, retornant a Arbolí.

INSCRIPCIONS I DATA LÍMIT: Sòcies/socis **35 €**. Sòcies/socis online 45 €. Inscripció mitjançant un missatge al grup de whatsapp de Semprepodem o un correu electrònic a secretaria@aec.cat. **Data límit d'inscripció dimecres 14 d'octubre a les 20h.** 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 "SIURANA".

ITINERARI: Arbolí - collet dels Colls - puig de Gallicant - Gallicant (poble abandonat) - el Gorguet - la Gorguina - riu Siurana - grau de les Marrades - La Trona - Siurana.

DISTÀNCIA: 13 km. **DESNIVELL:** +729 m -691 m.

HORARI APROXIMAT: 5-6 h **DIFICULTAT:** Moderada-Fàcil.

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

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 **imprecindible tenir l'assegurança** de la FEEC o anàloga en vigor, o contractar-ne a Secretaria una de puntual

Secció de Muntanya

Dimecres al Sol

28 d'octubre 2026

Activitats octubre

Excursió a l'ermita de Sant Joan de la Muntanya a Montblanc

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 Av. Diagonal-Palau Reial.

TRANSPORT I INSCRIPCIONS: Cotxes particulars. Cal apuntar-se pel grup de Dimecres al Sol. També digueu qui pot portar cotxe, per anar omplint places.

DISTÀNCIA: 10 km. **DESNIVELL:** 370 m.

HORARI APROXIMAT: 4 h

DIFICULTAT: Moderada.

MATERIAL: Motxilla, barret, roba d'abric protectora del vent i pluja, calçat de muntanya, crema solar, aigua i bastons de muntanya (opcionals).

Esmorzar al bar i dinar al restaurant.

VOCAL: Lluís Tarruella.

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 anàloga en vigor, o contractar-ne a Secretaria una de puntual.

APUNTS DE LA SORTIDA: Ruta circular sortint i tornant de Montblanc. És una de les ermites més conegudes de la comarca i té la seva història, que explicarem en el lloc. Després de l'ermita continuarem pujant fins a la Roca de la Foguerada, ben a prop, on hi ha una senyera i un bon mirador de la Conca de Barberà. Un cop aquí no ens podem perdre la cova de Nialó, el punt més alt de l'excursió, des d'on començarem a baixar per un altre banda fins a Montblanc.

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, despenjaments, 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 de Muntanya Trescar Travesses amb Tren

temporada 2026-2027

Activitats programades

Data	Lloc/activitat	Vocal
6 octubre	De l' Atmella de Mar a l'Ampolla (Baix Ebre)	Pep Molinos
3 novembre	Canal d'Urgell (Les Garrigues)	Toni Enseñat
1 desembre	Urtx-Alp-La Molina (Cerdanya)	Salva Monpeat
12 gener	Els Monjos-Vilanova i la Geltrú (Alt Penedès i Garraf)	Toni Enseñat
2 febrer	Moli de Brotons (Moianès)	Xavi Domènech
2 març	De Rellinars a Castellbell i el Vilar (Bages)	Xavi Domènech
6 i 7 abril	Riu Brugent i Glorieta (Alt Camp)	Óscar Pàmies
4, 5 i 6 maig	Olla de Núria i camí dels Enginyers (Ripollès)	Toni Enseñat
13 juny	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. .

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
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 de Muntanya

Senderisme

temporada 2026-2027

Data	Lloc/activitat	Vocal
17 octubre	De Santa Fe al Roc Perer (Vallès Oriental)	Carolina Puiggròs
14 novembre	Serra de LLancers (Garrotxa)	Rosa Maria Soler
12 desembre	Dolmen de Pedragentil . El Corredor (Vallès Oriental)	Carolina Puiggròs
9 gener	Castell de Roset (Berguedà)	Pep Molinos
13 febrer	Circular a l' embassament de Foix (Alt Penedès)	Carolina Puiggròs
13 març	Montbordó . Viver i Serrateix (Berguedà)	Lluís Tarruella
10 abril	Castellcir. Turó dels Sentits (Moianès)	Carolina Puiggròs
8 maig	Descoberta a la Garrotxa (Garrotxa)	Miguel Peinado
5 juny	Vidrà - Bellmunt - St Pere de Torelló (Osona)	Pep Molinos
13 juny*	XIV edició de la Cursa La Ribalera (Pallars Sobirà)	Equip Organització

*Data per confirmar

Calendari sortides familiars

temporada 2026-2027

Data	Vocal	Data	Vocal
17/18 d'octubre	Dorys	13/14 de març	
28/29 de novembre	Sandra	24/25 d'abril	Albert i Eva
19/20 de desembre	Estanyol - Orange	29/30 de maig	Gemma i Bernat
16/17 de gener	Albert i Núria	10/11 juliol	Càmping
13/14 de febrer			

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 Infantil i Juvenil

temporada 2026-2027

Activitats programades

Data

Octubre: 24 i 25

Novembre: 21 i 22

Desembre: 12 i 13

Gener: 23 i 24

Febrer (conjunta) 20/21

Data

Març: 13 i 14

Abril: 17 i 18

Maig: 8 i 9

Juny: conjunta 5 i 6



APUNTA'T A L'AGRUPA! Curs 2026-2027

VINE A CONÈIXER LA SECCIÓ INFANTIL I JUVENIL "S1J" DE L'AGRUPACIÓ-EXCURSIONISTA "CATALUNYA".

PER A INFANTS NASCUTS ENTRE EL 2020 I EL 2009.



INSCRIPCIONS OBERTES

Sortides a la muntanya un cap de setmana al mes durant tot el curs, amb diferents grups d'edat!

Per més informació escriu-nos a coordinacio.s1j.aec@gmail.com, i segueix-nos al nostre Instagram [@s1j.aec](https://www.instagram.com/s1j.aec)



Calendari Secció de Muntanya

Dimecres al Sol

temporada 2026-2027

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 Secció de Muntanya

Semprepodem

temporada 2026-2027

Data	Lloc/activitat	Vocal
17 octubre	Arbolí - Siurana (Baix Camp)	Óscar Pàmies
21 novembre	El Montgròs - Montserrat (Baix Llobregat - Anoia)	Rosa Maria Soler
19 desembre	Serra de Milany (Ripollès)	Óscar Pàmies
16 gener	Tamariu - Platja de Pals - Camí de Ronda (Baix Empordà)	Lluís Tarruella
20 febrer	Serres de Pàndols i Cavalls (Terra Alta)	Albert López
13 març	Cabrafiga (Baix Camp)	Miquel Insausti
17 abril	Coll d'Ares - Comanegra - Beget	Pep Molinos
22 maig	Cambra d'Ase (Cerdanya)	Toni Enseñat
13 juny	XIII edició de la Cursa La Ribalera (Pallars Sobirà)	Equip Organització
19 juny	Vall de Pi (Cerdanya)	Salva Monpeat
17 i 18 juliol	Sortida al Pirineu (dos dies) a determinar	Pere Mansilla

Nota: En el supòsit que tinguéssim neu la sortida de febrer seria substituïda per una excursió de raquetes. Si s'escau, s'informarà degudament.

Diada del soci 2026

Activitats programades

El proper dia **19 de novembre**, celebrarem la **DIADA DEL SOCI** d'enguany. Més endavant ja en donarem més detalls. De moment reserveu-vos la data.

Per anar-ho preparant us volem recordar que en aquesta diada és quan es fa entrega de les medalles i distincions diverses als socis i per tant:

- Si heu fet el vostre **primer cim de 3.000, 4.000, 5.000...** etc., tindreu medalla. Això si, ens ho heu de fer saber, indicant el vostre nom i cognoms, aportant foto i informant del lloc i dia.
- Igualment en el cas de les vostres fites en espeleologia (**medalles per metres negatius, en la pràctica de l'espeleologia**) Es donarà medalla per els primers **-300, -500 i -1000 metres**. Imprescindible remuntar els metres (no val una travessa en que no es remuntin una bona part dels metres baixats). Cal aportar: Fotografia, o altra documentació justificativa, indicant metres de desnivell negatiu, nom de la cavitat, data de l'activitat i els vostres nom i cognoms.
- També volem demanar als socis que compleixin els seus **25 o 50... o 75 anys** a l'Agrup, que ens ho recordin. Encara que ja ho tenim controlat, no està de més, per evitar algun error.

Per a totes les comunicacions, us podeu dirigir a Secretaria de l'Agrup, o bé per correu electrònic comunicacio@aec.cat.

Sopar de Nadal

Guardeu-vos la data: Serà el **dissabte 12 de desembre** al restaurant la Pomarada.

Més endavant ja donarem més detalls.

Loteria la Grossa de cap d'any

Ja tenim a punt la loteria de la **GROSSA DE CAP D'ANY**.

Podeu adquirir les participacions a Secretaria, al preu de **2,50 €**

Que tinguem sort!!

Sorteig del
31-XII-2026



Fe d'errades

A la pàgina 4 del butlletí del passat mes de setembre hi ha un error en el nom de l'autor del text de l'article titulat "**Sortida del Grup de Famílies de l'AEC a Campdevàrol**". L'autora és na **Sandra Giménez**.

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



Sant Miquel de Cuixà (pàg. 7). Fotografia: Rosa Maria Soler



Caminada de Senderisme al Campament Social (pàg. 14).

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

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:



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

Youtube: Agrupació Excursionista Catalunya

Facebook: @AgrupAEC - Instagram: @agrupaciexcatalunya

Edita: AEC - **President:** Carolina Puiggròs

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: Carolina Puiggròs, Marc Navarro, Pep Molinos, Bernat Ruiz, Rosa Maria Soler i Conxita Güell.

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