



Centre
Excursionista
de Terrassa

El Full

5a època · número 14 · març - abril 2019

Alta muntanya

Activitats CET



NÚRIA - PUIGMAL - NÚRIA

Diumenge, 17 de març de 2019

47a edició de la cursa popular d'esquí de muntanya per parelles.

Recorregut: 10 km

Desnivell: 1.000 m

Equips: masculins, femenins o mixtos

Preu: 25€, que inclou:

- Dret a participació a la cursa
- Cremallera, esmorzar i dinar
- 50% de descompte en el forfait de les pistes de Núria en acabar la cursa
- Espai polivalent per dormir la nit de dissabte.
- Sorteig de material per a tots els corredors

I per als acompanyants:

- esmorzar i dinar al preu de 10€
- 50% de descompte en el cremallera

Més informació a ce-terrassa.cat/npn



RENOVACIÓ DE LA JUNTA DIRECTIVA

Dimarts, 26 de març de 2019

La renovació dels càrrecs orgànics és vital per al bon funcionament i la salut democràtica de qualsevol associació. Assumir aquests càrrecs comporta un desgast i cal la renovació de persones per incorporar noves idees.

Us convidem a participar a l'assemblea que se celebrarà el proper 26 de març en la qual s'esdevindrà aquest relleu. L'elecció de la Junta Directiva és una de les fites més destacades en la trajectòria de les entitats. És, doncs, molt important que sigui el màxim de representativa de les diferents sensibilitats que conflueixen en el nostre Centre Excursionista.

Editorial

EL BELL VIATGE

L'equip de treballadores del CET volem agrair a la Junta Directiva l'empenta, les ganes, les hores i l'energia que heu dipositat en l'entitat durant aquests 4 anys. També estem profundament agraïdes que hàgiu confiat en nosaltres per dur a terme les tasques del dia a dia de l'entitat. Especialment, volem posar èmfasi i agrair especialment l'acompanyament, la comprensió, la paciència i la simpatia que hem rebut per part dels membres de la junta i dels socis i simpatitzants de l'entitat i que, estem segurs, continuarem rebent.

Volem felicitar per la gran tasca realitzada a la persona que sens dubte ha estat el motor i l'enginy d'aquest equip, la primera Presidenta de l'entitat després de més de 100 anys d'història. Gràcies Eva.

Desitgem a tota la junta, el millor en la pròxima etapa. De ben segur seguireu aportant les vostres idees i energia al Centre.

Volem transmetre a l'equip que resulti escollit, que nosaltres seguirem treballant dia a dia per formar un equip de persones amb il·lusió i empenta i avançarem junts per l'itinerari que escollim.

Us encoratgem a liderar el projecte els pròxims 4 anys, a deixar l'empremta en la història de l'entitat i treballar colze a colze per seguir sumant. Com el viatge cap a Ítaca, serà un camí ple d'aventures, ple de coneixences, una etapa intensa que ens farà arribar a un destí més rics en experiència.

Equip de treballadores del Centre Excursionista de Terrassa

Infantil i juvenil

CONEIXERMON

ESPELEOLOGIA A SANT LLORENÇ

Diumenge, 10 de març

Sortida: 9.00 h estació de servei Q8

Dificultat: baixa ▲

Transport: cotxes particulars

Vocals: Ignasi Villarroya, Conchi Perez,
Mercè Selga, Imma Ferrer, Maria
Jose Cano i Marc Picas

Telèfon de contacte: 666 976 453

Preu de la sortida: 5€. Gratuït per als socis
i els adults acompanyants



REGNE D'AGULLES I FRARES
ENCANTATS

Diumenge, 28 d'abril

Sortida: 10.00 h aparcament de can Maçana

Dificultat: mitjana ▲▲

Vocals: Ignasi Villarroya, Conchi Perez,
Mercè Selga, Imma Ferrer, Maria
Jose Cano i Marc Picas

Telèfon de contacte: 699 946 914

Preu de la sortida: 5€. Gratuït per als socis
i els adults acompanyants



enCETem

Per a tots aquells amb set d'aventura i de conèixer la muntanya! Viu noves experiències i tasta les activitats que es poden fer al medi natural i urbà en companyia d'inquiets i inquietes com tu. **Si tens 10 o 11 anys** no t'ho pensis més i inscriu-t'hi! Places completes, llista d'espera oberta.

Un dissabte al mes faràs activitats al local i als parcs de la ciutat i un diumenge, aniràs d'excursió a la natura.

Senderisme

TRAVESSADES FAMILIARS

PER LA SERRA DEL CORB
(GARROTXA)

Diumenge, 24 de març

Sortida: 7.00 h. Estació d'autobusos

Desplaçament: en autocar

Desnivell: + 432 / - 279 m

Temps de marxa: de 4 a 4,30 h.

Dificultat: fàcil ▲

Recorregut: 9,00 km.

Inscripcions: de l'11 al 21 de març

Preu de la sortida: 45 €

Preu especial per als socis: 35 €

Places limitades

Inclou: autocar, visita cultural i dinar
de restaurant

Per a inscripcions d'última hora:

Mercè Torras, 616 406 719



CASTELL DE MONTGRÍ

Diumenge, 28 d'abril

Sortida: 7.00 h. Estació d'autobusos

Desplaçament: en autocar

Desnivell: 280 m

Temps de marxa: de 3 a 3,30 h.

Dificultat: fàcil ▲

Recorregut: 5,00 km.

Inscripcions: del 15 al 25 d'abril

Preu de la sortida: 45 €

Preu especial per als socis: 35 €

Places limitades

Inclou: autocar, visita cultural i dinar de
restaurant

Per a inscripcions d'última hora:

Mercè Torras, 616 406 719

AUDIOVISUAL

CICLES 2015/2016 - 2016/2017

Dijous 14 de març a les 19.00 h

Projecció, a la sala d'actes, del recull
les millors experiències d'aquests
cicles. Al final de la projecció hi haurà
un pica-pica.

PASSEJADES PEL PARC

SURGÈNCIES DELS VOLTANTS DE MURA I LA MASIA SANT LLEÏR

Dimecres, 13 de març

Sortida: 8.00 h Centre Cultural de la Rambla

Dificultat: baixa ▲

Desnivell: 85 m

Recorregut: 6,1 km

Durada: de 2.30 h de marxa

Vocals: Enric Prat 618 270 049

Josep Trullàs 619 963 134

Preu de la sortida: 5 €. Gratuït per als socis



LA BALMA DEL PUIG ANDREU

Dimecres, 10 d'abril

Sortida: 8.00 h Centre Cultural de la Rambla

Dificultat: baixa ▲

Desnivell: 220 m

Recorregut: 12,5 km

Durada: de 3 h de marxa

Vocals: Enric Prat 618 270 049

Josep Trullàs 619 963 134

Preu de la sortida: 5 €. Gratuït per als socis

SENDERS

ITINERARIS PER CATALUNYA:
AMB RAQUETES DE NEU AL CADÍ.
ESTANA – PRAT DE CADÍ –
SANTUARI DE BASTANIST

Diumenge, 17 de març

Sortida: 6.00 h Rambla FGC

Dificultat: moderada ▲▲

Desnivell: 795 m

Recorregut: 14,56 km

Inscripció: del 4 al 14 de març

Reunió preparatòria: 14 de març

Vocal: Enric Cortès

Telèfon de contacte: 687 558 875

Preu de la sortida: 28 €

Preu especial per als socis: 18 €



EL SENDER TRANSVERSAL DE
CATALUNYA (GR-1): HOSTAL ROIG
– PANTÀ DE CAMARASA

Diumenge, 24 de març

Sortida: 6.00 h Rambla FGC

Dificultat: moderada ▲▲

Desnivell: +656 m / -1.425 m

Recorregut: 17,93 km

Inscripció: de l'11 al 21 de març

Vocal: Enric Cortès 687 558 875

Preu de la sortida: 28 €

Preu especial per als socis: 18 €

EL SENDER TRANSVERSAL DE
CATALUNYA (GR-1): PANTÀ DE
CAMARASA – CORÇA

Diumenge, 14 d'abril

Sortida: 6.00 h Rambla FGC

Dificultat: moderada ▲▲

Desnivell: +698 m / -389 m

Recorregut: 23,53 km

Inscripció: del 1 a l'11 d'abril

Vocal: Enric Cortès

Telèfon de contacte: 687 558 875

Preu de la sortida: 28 €

Preu especial per als socis: 18 €

HORITZONS



MARGALEF – ULLDEMOLINS

Dissabte, 9 de març

Sortida: 6.30 h. Centre Cultural

Dificultat: baixa ▲

Desnivell: +680 m / - 450 m

Recorregut: 17.3 km

Durada: 7 h

Vocal: Jordi Colell i Ramon Sans

Contacte: Pep Mas 609 746 214

Preu de la sortida: 28 €

Preu especial per als socis: 18 €

GORGES I AVENCES DE LA FEBRÓ

Dissabte, 6 d'abril

Sortida: 6.30 h. Centre Cultural

Dificultat: baixa ▲

Desnivell: 570 m

Recorregut: 16.1 km

Durada: 6.30 h

Vocal: Jaume Buxados – Pep Mas

Contacte: Pep Mas 609 746 214

Preu de la sortida: 28 €

Preu especial per als socis: 18 €

MARXA NÒRDICA

SANTA MARIA D'OLÓ

Dissabte, 16 de març

Sortida: 7.00 h. Pàrquing Caprabo

(ctra.Olesa, 119-121)

Dificultat: baixa ▲

Desnivell: 450 m

Recorregut: 13 km

Durada: 4.30 h

Vocals: Concep Garriga (686 519 351) i

Jaume Barroso (676 324 494)

Preu de la sortida: 5 €. Gratuït per als socis



BERGUEDÀ

Dissabte, 27 d'abril

Sortida: 7.00 h. Pàrquing Caprabo

(ctra.Olesa, 119-121)

Dificultat: baixa ▲

Desnivell: 400 m

Durada: 4.30 h

Vocals: Joan Abelló (647 596 771)

Preu de la sortida: 5 €. Gratuït per als socis

CURSET D'INICIACIÓ A LA
MARXA NÒRDICA

Divendres 5 d'abril de les 19:00 a les
20:30 h

Sessió teòrica a la seu del Centre
Excursionista

Dissabte, 6 d'abril de 9.00 a 14.00

Sessió pràctica i caminada final

Zona verda del Parc de les Nacions
Unides

Preu del curs: 50 €

Preu especial per als socis: 40 €

El preu inclou: lloguer de bastons,
assegurança, apunts del curs i
samarreta Marxa Nòrdica CET.

Inscripcions a través del web del CET
o a Secretaria.



Alta muntanya

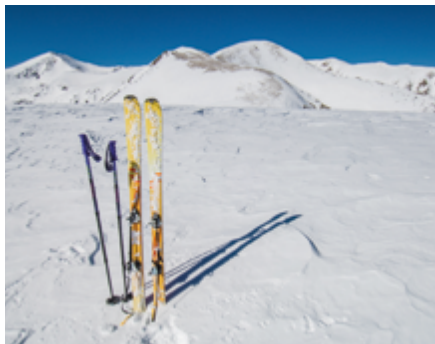
ESQUÍ DE MUNTANYA

PIC DE LA DONA

Dissabte, 2 de març

Reunió: dijous, 28 de febrer a les 20 h

Dificultat: Iniciació ▲



CAMPIRME-COMA DEL FORN-
VENTOLAU-TAVASCAN

2 i 3 de març

Col·lectives. Nivell alt ▲▲▲

47a NÚRIA – PUIGMAL – NÚRIA

Diumenge, 17 de març

Cursa popular d'esquí de muntanya que té com a finalitat fomentar i divulgar la pràctica de l'esquí de muntanya i els valors que l'envolten.



COSTA CABIROLERA PER
CANAL DE L'ORDIGUER

Diumenge 24 de març

Alpinisme CET ▲▲▲

PIC DE BALANDRAU

Dissabte 30 de març

Iniciació ▲

PIC DEL MONTMALÚS

Diumenge 7 d'abril

Iniciació ▲

PIC DE BALAITOUS

27 i 28 d'abril

Alpinisme CET ▲▲▲

CETCIMS



LA VESSANT LLUMINOSA
DEL CADÍ

Diumenge, 10 de març

Desnivell: 1100 m

Horari efectiu: 7 h

Reunió preparatòria: dijous, 7 de març
a les 20 h

Vocal: Manel Cajide



ELS CIMS DEL NORD DEL
PEDRAFORCA

Diumenge, 7 d'abril

Desnivell: 1200 m

Horari efectiu: 7 h

Reunió preparatòria: dijous, 4 d'abril a
les 20 h

Data límit d'inscripció: 4 d'abril

Vocal: Manel Cajide

PROJECCIONS



TRESC DEL DHAULAGIRI,
DAMPHUS PEAK, LLAC TILICHO
I ANNAPURNES

Dimecres, 20 de març a les 20.30 h

Grup d'amics del Centre Excursionista
de Terrassa

Entrenament i Formació

IV CURS

D'EXCURSIONISME PER A ADULTS



BLOC III. ESCALADA EN ROCA

Escalada en roca i tècniques
d'assegurament

- Dijous, 7 de març: Teòrica 19.30 h al CET
- Diumenge, 10 de març. Sortida pràctica escalada i crestes
- Preu: 50 €
- Preu especial soci del CET: 30€

ESPELEOLOGIA NIVELL INICIAL

- Dijous, 14 de març. Teòrica 20.30 h al CET
- Diumenge, 17 de març. Sortida pràctica
- Preu: 20 €.
- Preu especial soci del CET: 10 €

ESQUÍ DE MUNTANYA NIVELL INICIAL

- Dijous, 28 març. Teòrica 19.30 h al CET
- Diumenge, 31 març. Sortida pràctica
- Preu: 50 €
- Preu especial soci del CET: 30 €

ENTRENAMENT

ENTRENAMENT URBÀ

Els dimecres de 7.00 a 8.00 h

Activitat física dirigida per un expert al local del CET. Es treballa l'equilibri, els estiraments, pilates i hipopressives

KAMESKIDS

Cada dimarts i dijous

de 17.15 a 18.30 h esport i lleure

de 18.00 a 19.30 h tecnificació

Per fomentar la pràctica de l'activitat física dels infants d'entre 6 i 16 anys.

Ciències naturals

VISITA A L'EXPOSICIÓ «SOM NATURA»
“Museu Blau” de Ciències Naturals de Barcelona
diumenge, dia 24 de març
Sortida: a les 09.00 h al Centre Cultural

ORNITOLOGIA



REUNIONS

13 de març a les 20.00 h
27 d'abril a les 20.00 h

BOTÀNICA

MAS DE LA SERRA LLARGA I RODALIES
Diumenge, 10 de març
Sortida: 8.00 h al Centre Cultural
Dificultat: baixa ▲
Desplaçaments: cotxes particulars
Vocal: Antoni comellas (649 533 035)



LES ESCLETXES DEL PAPIOL-
ERMITA DE LA SALUT
Diumenge, 14 d'abril
Sortida: 8.00 h al Centre Cultural
Dificultat: baixa ▲
Desplaçament: Cotxes particulars
Vocal: Antoni Comellas (649 533 035)

INFORMACIÓ SORTIDA JUNY
La sortida de Juny serà al Pirineu: Vall Fosca, Cabdella i Estany Gento

TERTÚLIES

Cada dilluns de 20.00 a 21.00 h

Espeleologia

50È ANIVERSARI DE LA SECCIÓ
Enguany la **Secció d'investigacions Subterrànies del CET fa 50 anys!**
En motiu d'aquesta efemèride es faran un seguit d'activitats per a celebrar el cinquantenari de la secció durant tot el 2019. S'està elaborant un programa específic d'activitats que esperem us faci gaudir a tots!

ASSEMBLEA ORDINÀRIA SIS 2019
Dia: Divendres 1 de març del 2019 a les 21:00h.
Lloc: Sala d'actes del CET

60È CURS D'INICIACIÓ A L'ESPELEOLOGIA - NIVELL I

Inici: Dimarts 19 de març

- Sessions teòriques dimarts i dijous a 21.30 h a la sala SAM
- Sortides pràctiques durant els caps de setmana.



CONFERÈNCIA SOBRE EL SOLENCIO DE BASTARÁS, LA MÍTICA CAVITAT DE LA SERRA DE GUARA (OSCA)

Dijous 11 d'abril a les 21h

Conferència celebració 50è Aniversari SIS i cloenda del curs d'iniciació a l'espeleologia
a càrrec de Joan Pallisé i Clofent.

Fotografia

TERTÚLIES I PROJECCIONS

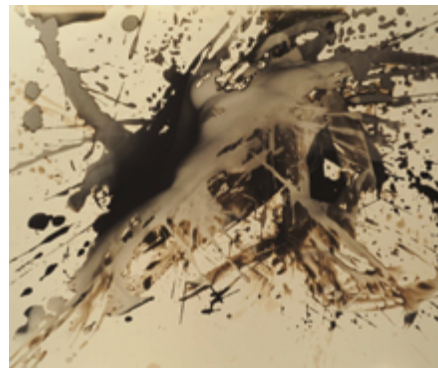
TERTÚLIES A LA SALA DE LA SECCIÓ A LES 19.30 h

- març: 11 i 25
- abril: 29

PROJECCIONS A LA SALA DE LA SECCIÓ A LES 19.30 h

- març: 4 i 18
- abril: 1 i 15

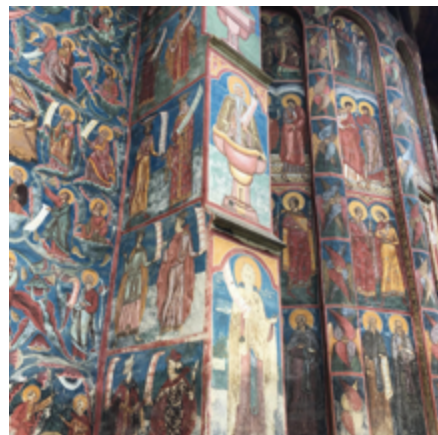
EXPOSICIONS



FRAGMENTS DE SENTITS:
pintures de Josep Guiola

Del 6 al 29 de març

Inauguració: 6 de març a les 19.30 h



EL MEU INSTAGRAM:

Fotografies de Ricard Ribas
De l'1 d'abril al 3 de maig
Inauguració: 1 d'abril a les 19.30 h

Al nostre local

TAI-TXI AL CET

Cada dimarts de 16.30 a 17.30 h.

Cultura

CET D'ENGLISH

SPRING 2018

Ens trobem els dilluns de 21.00 a 22.30h.
Fem conversa en anglès amb una professora de parla anglesa, mentre fem un mos al bar del CET
Grup dilluns:

- març: 4, 18
- abril: 1, 15

Preu pel trimestre: 35 €.

Socis i alumnes antics: 30 €

Inscripcions al web.

CONFERÈNCIES

FOTOGRAFIAR CON MAL TIEMPO, UN BUEN MOMENTO
Dijous, 7 de març a les 19.30 h
A càrrec d'Eduardo Blanco, fotògraf de natura



WESTERN A MATADEPERA
Dijous, 21 de març a les 19.30 h
A càrrec de Narcís Serrat i Antoni Verdaguer

VIVÈNCIES EN PRIMERA PERSONA DEL CAMÍ IGNASIÀ
Dijous, 4 d'abril a les 19.30 h
A càrrec de Miquel Àngel Ramos

EL MILLOR CUINER DE LA VALL DE KHUMBU
Dijous, 28 d'abril a les 19.30 h
Presentació del llibre de Jordi Sugranyes

TAULA RODONA HUMORÍSTICA: MAPES I GPS
Dijous, 25 d'abril a les 19.30 h
Amb la participació de Jaume Aulet, Rosa Boladeras, Antoni Dalmases i Marc Galí

PENDENTS DE CONCRETAR

- Jazz
- Taller de Glosa

Activitats CET

MARXA DELS TRES MONESTIRS

24 de març
Inscripcions obertes a
<https://tresmonestirs.wordpress.com/>

ELECCIONS A JUNTA DIRECTIVA

Calendari electoral de març:

- Fins a l'1 de març: presentació de les candidatures
- Entre el 4 i el 8 de març: comprovació de les candidatures
- 8 de març: proclamació de les candidatures presentades
- 26 de març: assemblea general amb votació de les candidatures presentades o presentació de la nova junta en cas d'una sola candidatura.

Més informació al web del CET, a l'apartat Notícies.

EX-LIBRIS

20 de març, a les 20.30 h
Floreial Soriguera i la seva família, faran donació al CET de la pintura original de l'exlibris que l'artista terrassenc va fer cap als anys 50 per a l'entitat. Acte conjunt amb la projecció del tresc del Dhaulagiri, 20 de març, a les 20.30 h

CORAL

Assajos cada dimecres a les 19.30 h
Nous cantaires sempre són benvinguts!

Biblioteca i arxiu

Obert cada dijous
de 18.00 a 21.00 h

Consultes fora d'horari, escriviu a:
biblioteca.arxiu.cet@gmail.com

CONSULTEU:

El catàleg en línia del fons bibliogràfic del CET a:

biblioteca.cec.cat/opac_cet/



CONFERÈNCIES

WIKILOC, RUTES DEL MÓN

Dijous, 11 d'abril a les 19.30 h

A càrrec de Pau Dominkovics Coll, desenvolupador de l'app de Wikiloc.

L'App de Wikiloc com a eina integral per organitzar, realitzar, conservar i compartir les sortides a la muntanya.

Publicació periòdica informativa del **CENTRE EXCURSIONISTA DE TERRASSA** Medalla d'Or de la Ciutat i Creu de Sant Jordi
Sant Llorenç, 10 · 08221 Terrassa
ce-terrassa.cat · 93 788 30 30
centre@ce-terrassa.cat
Dipòsit legal: B-17428-00

ASSEMBLEA GENERAL ORDINÀRIA I ELECCIÓ DE LA NOVA JUNTA DIRECTIVA

Dimarts, 26 de març a les 19.30 h en 1a convocatòria i a les 20.00 h en segona

Ordre del dia:

- Presentació de l'Assemblea a càrrec de la Presidenta de l'Entitat
- Lectura i aprovació, si escau, de l'acta de la darrera assemblea
- Memòria d'activitats presentades pels vocals de les seccions i vocalies
- Estat de comptes i informe de tresoreria, a 31 de desembre de 2018
- Proposta de pressupost i aprovació, si escau, per al nou exercici 2019
- Informe de Presidència i memòria de la Junta sortint.
- Presentació a l'Assemblea de les candidatures a la nova Junta Directiva
- Eleccions a la Junta Directiva del Centre
- Propostes i suggeriments (s'hauran d'haver lliurat prèviament per escrit a la Junta Directiva)
- Precs i preguntes

AGENDA D'ACTIVITATS MARÇ - ABRIL

març

divendres, 1

SIS · ASSEMBLEA SIS 2019

dissabte, 2

ESQUÍ DE MUNTANYA · PIC DE LA DONA

ESQUÍ DE MUNTANYA · PIC DE VENTOLAU

dimecres, 6

EXPOSICIONS · FRAGMENTS DE SENTITS

dijous, 7

CURS D'EXCURSIONISME PER A ADULTS · ESCALADA EN ROCA
CULTURA · FOTOGRAFIAR CON MAL TIEMPO

dissabte, 9

HORITZONS · MARGALEF – ULLDEMOLINS

diumenge, 10

CONEIXERMON · ESPELEOLOGIA A SANT LLORENÇ

CURS D'EXCURSIONISME PER A ADULTS · ESCALADA EN ROCA
CETCIMS · LA VESSANT MÉS LLUMINOSA DEL CADÍ

BOTÀNICA · MAS DE LA SERRA LLARGA I RODALIES

dimecres, 13

PASSEJADES PEL PARC · SURGÈNCIES DELS VOLTANTS DE MURA I LA MASIA SANT LLEÏR

dijous, 14

TRAVESSADES FAMILIARS · AUDIOVISUAL: CICLES 15/16 i 16/17

CURS D'EXCURSIONISME PER A ADULTS · ESPELEOLOGIA NIVELL INICIAL

dissabte, 16

MARXA NÒRDICA · SANTA MARIA D'OLÓ

diumenge, 17

NÚRIA - PUIGMAL - NÚRIA

ITINERARIS PER CATALUNYA:
AMB RAQUETES DE NEU AL CADÍ
CURS D'EXCURSIONISME PER A ADULTS · ESPELEOLOGIA NIVELL INICIAL

dimarts, 19

ESPELEOLOGIA · 60è CURS D'INICIACIÓ A L'ESPELEOLOGIA - NIVELL I

dimecres, 20

ALTA MUNTANYA · LLIURAMENT EX LIBRIS SORIGUERA I TRES DEL DHAULAGIRI

dijous, 21

CULTURA · WESTERN A MATADEPERA

diumenge, 24

TRAVESSADES FAMILIARS · PER LA SERRA DEL CORB

SENDERS · HOSTAL ROIG – PANTÀ DE CAMARASA

ESQUÍ DE MUNTANYA · COSTA CABIROLERA PER CANAL DE L'ORDIGUER

CIÈNCIES NATURALS · VISITA A L'EXPOSICIÓ «SOM NATURA»

MARXA DELS TRES MONESTIRS

dimarts, 26

ASSEMBLEA GENERAL ORDINÀRIA I ELECCIÓ NOVA JUNTA DIRECTIVA

dijous, 28

CURS D'EXCURSIONISME PER A ADULTS · ESQUÍ DE MUNTANYA NIVELL INICIAL

CULTURA · EL MILLOR CUINER DE LA VALL DE KHUMBU

dissabte, 30

ESQUÍ DE MUNTANYA · PIC DE BALANDRAU

diumenge, 31

CURS D'EXCURSIONISME PER A ADULTS · ESQUÍ DE MUNTANYA NIVELL INICIAL

abril

dilluns, 1

EXPOSICIONS · EL MEU INSTAGRAM

dijous, 4

CULTURA · CAMÍ IGNASIÀ

divendres, 5

MARXA NÒRDICA · CURSET D'INICIACIÓ A LA MARXA NÒRDICA

dissabte, 6

HORITZONS · GORGS I AVENCS DE LA FEBRÓ

MARXA NÒRDICA · CURSET D'INICIACIÓ A LA MARXA NÒRDICA

diumenge, 7

ESQUÍ DE MUNTANYA · PIC DEL MONTMALÚS

CETCIMS · ELS CIMS DEL NORD DEL PEDRAFORCA

dimecres, 10

PASSEJADES PEL PARC · LA BALMA DEL PUIG ANDREU

dijous, 11

ESPELEOLOGIA · CONFERÈNCIA EL SOLENCIO DE BASTARÁS
BIBLIOTECA · WIKILOC, RUTES DEL MÓN

diumenge, 14

BOTÀNICA · LES ESCLETXES DEL PAPIOLERMITADE LA SALUT
SENDERS · PANTÀ DE CAMARASA – CORÇA

dijous, 25

CULTURA · TAULA RODONA HUMORÍSTICA: MAPES I GPS

dissabte, 27

MARXA NÒRDICA · BERGUEDÀ
ESQUÍ DE MUNTANYA · PIC DE BALAITOUS

diumenge, 28

CONEIXERMON · REGNE D'AGULLES I FRARES ENCANTATS
TRAVESSADES FAMILIARS · CASTELL DE MONTGRÍ

la pasta

macarrons amb xoriç



macarrons a la bolonyesa
macarrons de pagès
espaguetis carbonara
tallarines amb verdures
tallarines a la bolonyesa
fideuà

NOU

les croquetes

croquetes de marisc

croquetes de melòs
de vedella amb foie



de pollastre
de carn rostida
de pernil ibèric
de bacallà
de bolets
d'espínacs amb
crema de formatge

bo de debò



Centre
Excursionista
de Terrassa

ce-terrassa.cat

AMB EL CARNET DEL CET, PREUS ESPECIALS A:

**Reconeixements
Egara**
Centre mèdic

Reconeixements Egara
Centre mèdic col·laborador amb la DGT
c/ Arquímedes, nº 100 - 08224 Terrassa
Telf.: 93 780 45 13
info@reconeixementsegara.com

www.reconeixementsegara.com



Revisions Mèdiques

Electrocardiograma

Espirometria

Anàlisi

**Certificats Mèdics
per a permís de:**

Conduir

Armes

Gossos

Oposicions

Treball

Esports



Proves d'esforç