



**CENT**  
1910 · 2010

**Centre  
Excursionista  
de Terrassa**

PERIÒDIC MENSUAL PER ALS SOCIS

Núm. 125 · març 2012 · 3a època

### **CIÈNCIA I CONEIXEMENT (Taula rodona)**

**Ponents:** Salvador Cardús, sociòleg  
Joan Vergés, filòsof  
Jorge Wagensberg, físic

**Moderador:** Josep Sanllehí, filòsof

**Dijous, dia 8 de març, a les 8 del vespre**

**VOCALIA DE CULTURA**

### **SECCIÓ DE CIÈNCIES NATURALS**

**Sortida pel Bergadà baix i Bages nord**

(Estany de Graugés a Avià, Casserres, Santa Maria de Merlès, Sant Cugat del Racó)

**Dissabte, dia 17 de març**



### **Curs d'iniciació A LA MARXA NÒRDICA (Nòrdic Walking)**

**Curs de dues sessions**

Una part teòrica i una part pràctica

**El dissabte i diumenge,  
dies 21 i 22 d'abril**

**Dimarts dia 20 de març,  
presentació de l'activitat,  
a les 8 del vespre, al Centre**

# AGENDA

| Data                   | Activitat                                                                                                                                                                            | Més informació a l'apartat de:                  |
|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <b>MARÇ 2012</b>       |                                                                                                                                                                                      |                                                 |
| 1, dijous              | - <b>Audiovisual: Trekking del Centenari: Al voltant del Manaslu (Nepal)</b>                                                                                                         | <b>Centre-Actes</b>                             |
| 2, divendres           | - Curs bàsic de muntatges audiovisuals                                                                                                                                               | S. de Fotografia                                |
| 3, dissabte            | - Calamites de Sant Romà de la Clusa. Sortida d'Horitzons                                                                                                                            | S. d'Excursionisme                              |
| 5, dilluns             | - Tertúlies fotogràfiques                                                                                                                                                            | S. de Fotografia                                |
| 6, dimarts             | - Presentació 51è Curset d'iniciació a l'espeleologia                                                                                                                                | S.I.S.                                          |
| 7, dimecres            | - Reunió preparatòria sortida 43è Curs d'Excursionisme                                                                                                                               | S. d'Alta Muntanya                              |
| 8, dijous              | - Conferència 51è Curset d'iniciació a l'espeleologia<br>- Taula rodona Ciència i Coneixement. Vocalia de Cultura                                                                    | S.I.S.<br>Centre                                |
| 9, divendres           | - Curs bàsic de muntatges audiovisuals                                                                                                                                               | S. de Fotografia                                |
| 10 i 11, diss. i dium. | - Sortida de BTT, 43è Curs d'Excursionisme                                                                                                                                           | S. d'Alta Muntanya                              |
| 11, diumenge           | - Sortida pràctica 51è Curset d'iniciació a l'espeleologia<br>- Sortida "Els nostres camins" - El Cairat, un massís oblidat<br>- El deser del Carlit i el Tossal Bovinar. Cetcims    | S.I.S.<br>Centre<br>S. d'Alta Muntanya          |
| 12, dilluns            | - Projeccions col·lectives                                                                                                                                                           | S. de Fotografia                                |
| 13, dimarts            | - Conferència 51è Curset d'iniciació a l'espeleologia                                                                                                                                | S.I.S.                                          |
| 15, dijous             | - Conferència 51è Curset d'iniciació a l'espeleologia                                                                                                                                | S.I.S.                                          |
| 16, divendres          | - Curs bàsic de muntatges audiovisuals                                                                                                                                               | S. de Fotografia                                |
| 17, dissabte           | - Sortida pel Bergadà baix i Bages nord. Grup d'Ornitologia<br>- Sortida pràctica del 51è Curset d'iniciació a l'espeleologia                                                        | S. de Ciències Naturals<br>S.I.S.               |
| 18, diumenge           | - 8a etapa GR 171. Montblanc - Coll de Senan<br>Vocalia de Senders<br>- Sortida pràctica del 51è Curset d'iniciació a l'espeleologia<br>- En bicicleta per Can Bonvilar. Coneixermon | S. d'Excursionisme<br>S.I.S.<br>Secció Infantil |
| 19, dilluns            | - Tertúlies fotogràfiques                                                                                                                                                            | S. de Fotografia                                |
| Del 19 al 30 de març   | - <b>Preinscripció al 64è Campament de Vacances</b>                                                                                                                                  | <b>Centre</b>                                   |
| 20, dimarts            | - Conferència i cloenda del 51è Curset d'iniciació a l'espeleologia                                                                                                                  | S.I.S.                                          |
| 21, dimecres           | - Conferència sobre orientació a muntanya, 43è Curs d'Excursionisme<br>- Passejades pel Parc                                                                                         | S. d'Alta Muntanya<br>S. d'Excursionisme        |
| 22, dijous             | - Tertúlia. Quina educació? Per a quin País? Vocalia de Cultura                                                                                                                      | Centre                                          |
| 24, dissabte           | - Sortida col·lectiva d'escalada a Sant Llorenç de Montgai                                                                                                                           | S. d'Alta Muntanya                              |
| 24 i 25, diss. i dium. | - Sortida al Montseny, 43è Curs d'Excursionisme                                                                                                                                      | S. d'Alta Muntanya                              |
| 25, diumenge           | - Sortida matinal a la Riera de Caldes. Grup de Botànica<br>- Petites travessades familiars -CCIV- 2a època                                                                          | S. de Ciències Naturals<br>S. d'Excursionisme   |
| 26, dilluns            | - Projeccions col·lectives                                                                                                                                                           | S. de Fotografia                                |
| 30, divendres          | - Curs bàsic de muntatges audiovisuals                                                                                                                                               | S. de Fotografia                                |

|              |                                                                     |                    |
|--------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------|
| 1, diumenge  | - Sortida "Els nostres camins". Castellsapera                       | Centre             |
| 11, dimecres | - Presentació Curs iniciació a la orientació amb GPS                | Centre             |
|              | - Conferència sobre alpinisme. 43è Curs d'Excursionisme             | S. d'Alta Muntanya |
| 14, dissabte | - La volta dels voltors. Sortida Horitzons                          | S. d'Excursionisme |
| 19, dijous   | - Per unes finances ètiques al servei de les persones i dels pobles | Centre             |

## Editorial

### Esport de base

L'excursionisme sempre ha estat un esport popular, sense grans estrelles, sinó més aviat format per grups d'amics que cooperen per aconseguir una fita: l'ascensió a un cim, una travessa, el descens a un avenc o l'escalada d'una paret. Tanmateix, els temps estan canviant. L'aparició de muntanyencs com Kilian Jornet o Mireia Miró està transformant la visió que molts de nosaltres tenim dels esports de muntanya i obre noves perspectives, nous reptes i nous anhels entre els que comencen a practicar aquests esports.

I una cosa no treu l'altra. La lectura de *Córrer o Morir*, ens fa veure que a aquest home que corre per les muntanyes a una velocitat que fa impossible seguir-lo, el mou la passió per la natura, per la vida a l'aire lliure i un respecte profund per la muntanya. Senzillament, ha trobat en les curses la manera d'estar sempre en contacte amb el que ell sent que és la seva llar: les muntanyes.

El Kilian i la Mireia són, per a molts joves muntanyecs, models a seguir. Com en el seu temps van ser-ho Walter Bonatti, Gaston Rebuffat o Kurt Diemberger. No tothom podrà igualar les seves marques –tampoc n'hi va haver gaires que escalessin com en Bonatti–, però cadascú ha de trobar el seu camí segons les seves forces. I tots els camins són bons si respecten la muntanya, la natura i les persones.

Al Centre no podem, ni volem, quedar-nos al marge d'aquesta nova manera de veure la muntanya. Volem que qui vulgui preparar-se per córrer curses també trobi oportunitats a casa nostra. No ens interessen els rècords, ens interessa l'esport de base. I, sobretot, el bon ambient que poden crear un grup de nois i noies joves sortint a entrenar amb les samarretes del Centre Excursionista de Terrassa.

La Junta del Centre Excursionista de Terrassa

# INFORMACIONS GENERALS DEL CENTRE

## 64è CAMPAMENT DE VACANCES

### Dades preinscripció

Per a tots els interessats a participar al campament de vacances d'aquest estiu.

**La preinscripció es realitzarà del 19 al 30 de març**, us recordem que podeu fer el pagament de la mateixa en efectiu a la Secretaria del Centre de les 6 de la tarda a 2/4 de 10 del vespre, o bé per correu electrònic enviant el comprovant de la corresponent transferència bancària (incloent-hi les dades personals).

**El preu de la preinscripció és de 150 € per persona.**

**El número de compte per fer la transferència bancària és:  
2107-1000-48-3205867591**

Cal que ompliu la butlleta de la preinscripció i la lliureu a secretaria.

**La inscripció final caldrà fer-la del 25 de juny al 6 de juliol.**

### DVD CAMPAMENTS 2010 i 2011

Els interessats en tenir un DVD dels campaments dels anys 2010 i 2011, han d'enviar un correu electrònic a (**joan.montfort@yahoo.es**), un cop estiguin fets es portaran a la secretaria del Centre, i s'avisarà mitjançant correu electrònic que es poden passar a recollir, el preu del DVD és 1 €.

## Convocatòria Assemblea General Ordinària

**Divendres, dia 20 d'abril de 2012** a dos quarts de vuit en primera convocatòria i a les vuit en segona convocatòria.



**Aula Gran de Terrassa**

*Aula de formació permanent per a la gent gran*



### *Un referent cultural*

Conferències/debat per professors universitaris i/o experts en una matèria

*Cada dijous a 2/4 de 6 de la tarda*

Sala d'actes d'ETSEIAT, carrer Colom, 11

Inscripcions: Portal Nou, 13 telèfon 93 783 44 35.

Dilluns de 10 a 13 i de 17 a 20 hores

# CURS D'INICIACIÓ A LA MARXA NÒRDICA (Nordic Walking)

El curs consta de dues sessions

## **Dissabte 21 d'abril de 2012**

2 hores de teòrica (Centre Excursionista de Terrassa) de 10 a 12 hores.

2 hores de pràctica (Terrassa) de 12 a 14 hores.

## **Diumenge 22 d'abril de 2012**

4 hores de pràctica (Terrassa) de 10 a 14 hores.

**Presentació de l'activitat:** es farà, prèviament al curs, una presentació de l'activitat de marxa nòrdica i del contingut del taller. Serà el dimarts **20 de març de 2012** a les 8 del vespre al local del CET.

El Nordic Walking o marxa nòrdica és un exercici físic basat en els moviments naturals que fem quan caminem, amb l'ajuda d'uns bastons especialment dissenyats per aquesta activitat. Tonifica i enforteix els músculs i augmenta la circulació sanguínia activant el sistema cardiovascular. Amb la marxa nòrdica es treballa sobre el 90% de la musculatura del cos, sense carregar les articulacions.

És un exercici apte per a tothom, sigui quina sigui l'edat, el sexe o la condició física. Millora el nostre estat físic i psíquic.

L'aprenentatge és ràpid i no implica gaire despesa.

Tothom qui prova la marxa nòrdica repeteix i s'hi enganxa. És una bona addicció, que voldreu compartir amb més gent i que produeix bones sensacions, que us faran sentir bé, equilibrats i satisfets.

## **Informació**

- **Places limitades:** 20 persones (per ordre d'inscripció).
- **Preu del curs:** 30 € per a socis del CET – 45 € per a no socis.
- **Assegurança:** En cas de no disposar de llicència FEEC, caldrà abonar 10 € en concepte d'assegurança.
- **Inscripcions:** a la Secretaria del Centre Excursionista de Terrassa (CET).



**UnnimCaixa**  
ObraSocial

# Entrevista a MANUEL PLANCHAT, soci del Centre Excursionista des de 1940

**“No ens podem quedar anquilosats amb les idees d'abans”**

En Manuel Planchat és un dels socis amb més història al Centre Excursionista de Terrassa. Fa 72 anys que és a l'entitat i actualment està redactant la història dels seus cent anys. És clar que en Manuel no vol que la seva imatge sigui només la d'un estudiós. Vol recordar que ell també ha estat un alpinista dels autèntics.

**–Com és que vas començar a venir al Centre?**

–Els meus pares ja pertanyien a un centre excursionista, dels d'abans del 39. Vaig anar seguint el ritme d'ells. Sempre m'ha agradat l'esport. Vaig entrar a l'escoltisme durant els anys de la guerra i això va ser una catapulta que em va llançar, als anys 40, a venir aquí. Ja no era novell.

**–Què et motivava a anar al Centre, al començament?**

–La febre per l'excursionisme, per la muntanya. Em va agafar fort.

**–Quina branca del muntanyisme?**

–M'he dedicat molt a fer excursions pel Pirineu, l'he treballat molt. També l'esquí de muntanya. M'agrada la muntanya d'estiu i la muntanya d'hivern, a través d'esquis.

**–Què significa per a tu el CET?**

–M'he fet gran amb el Centre. Vaig ser president del 1964 al 1966. També he estat secretari. He passat per totes les auques. Una altra afició que tinc és la fotografia. I aquí al Centre també he col·laborat molt a l'*Arxiu*.

**–Com van ser els anys de la Guerra Civil al CET?**

–Quan va esclatar la guerra, hi havia molts companys que uns van quedar a una banda i uns altres, a l'altra banda. Companys que s'havien jugat el físic en excursions, llavors es van trobar enfrontats. Van guanyar els franquistes. Però a aquesta casa hem tingut sort perquè sempre hi ha hagut gent de dretes i gent d'esquerreres. Quan han governat les dretes, estem salvats; i quan han governat les esquerres, estem salvats. Que hagin conviscut dues ideologies ha fet que ens estalviéssim molts maldecaps. En aquell moment, però, anàvem molt a *trancas y barrancas*. Estàvem obligats a moltes coses. Ens tenien controlats als centres excursionistes. Es va

passar com es va poder i mica en mica es va anar normalitzant.

**–Quina diferència hi ha entre el Centre excursionista d'ara i el Centre d'abans?**

–Abans de la guerra, hi ha un primer període on es cuidaven més les coses científiques i culturals que no pas de l'esport i el muntanyisme. Després això va donar la volta. Després de la guerra ja es va entrar en un esperit més de muntanya. És a dir, l'esperit científic i cultural existia, però era una cosa més secundària. La muntanya es va fer la mestressa de tot.

Hem passat per moments més bons que els d'ara. Però quant a activitat, ara, en l'última presidència, jo crec que estem en un punt ideal. La realitat és que hi ha una injecció de sang nova, d'idees noves que, a vegades, no ens agraden als vells, però que si no anem per aquí, ens morirem.

**–Què és el que no agrada?**

–Hi ha vegades que dius, ara això per què ho fan? Llavors, reflexionant, dius, no ens podem quedar anquilosats amb les idees d'abans. Les conservem, això sí, perquè són

les nostres idees. Però igualment crec que anem pel bon camí.

**–De què parlaves als articles d'opinió que escrivies per l'arxiu?**

M'havia dedicat a infondre bastant l'esperit de l'excursionisme a la gent de la casa. L'esperit de la bona disposició, l'esperit de l'amistat. Coses que, en el fons, són coses normals, però que aquí al Centre s'identifica més.

**–En quin punt està la història que estàs escrivint del Centre?**

Els primers 25 anys estan acabats totalment. Sembla que farem dos volums, un dels primers 50 anys i un altre dels segons 50 anys d'història del Centre. Fem una part central sobre el Centre i després les seccions són les branques. El tronc central té un estil més literari i fins i tot d'opinió, a partir dels editorials de cada moment.

**–Quan podrem tenir el primer volum de la primera meitat de segle d'història del CET?**

–No voldria dir-ho. Primer vam dir que sortiria al final del centenari. Però hi ha períodes que no hi ha ni butlletí ni arxiu i he hagut d'agafar la revista *La Sembra* i *La Comarca del Vallès* dels anys 1913 a 1915 i mirar full per full si sortien coses del Centre. Ha estat una feinada. En canvi, a partir dels anys 40 hi ha tanta informació que el difícil és separar el gra de la palla. Són molt patidor i pensar que passen els dies i encara no ho tinc no m'agrada. Per això, no hi ha fixada cap data per acabar-ho.

**–Per quina cosa que has fet al Centre et sents orgullós?**

–He tingut una vocació, que ha estat millorar la vida de la societat. Tinc unes creences i aquestes he mirat de posar-les en pràctica. I estic content perquè em sembla, sense que em vulgui vanagloriar, que he fet alguna cosa per millorar la societat o, al menys, per mantenir-la.



Manuel Planchat (Alpinista)

# CURS D'INICIACIÓ A L'ORIENTACIÓ AMB GPS

## OBJECTIUS DEL CURS

Els objectius d'aquest curs són donar a conèixer els principis bàsics dels receptors GPS par tal que es puguin utilitzar com a eines d'orientació a la muntanya. El caràcter d'iniciació el converteix en un curs pràctic amb el qual es pretén que l'alumne assoleixi, en acabar-lo, els coneixements bàsics per adquirir un receptor GPS o utilitzar el que tingui, i que comenci a realitzar excursions fent-ne ús, augmentant d'aquesta manera la seva seguretat a la muntanya, poder repetir el mateix itinerari sempre que es vulgui, intercanviar les dades dels receptors GPS amb qualsevol persona, jugar a trobar llocs de difícil localització, etc.

## PROGRAMA DEL CURS

### ABRIL-MAIG 2012

#### **Dimecres, dia 11 d'Abril**

Presentació del curs. Què és un GPS? Satèl·lits, recepció i posició.

#### **Dilluns, dia 16 d'Abril**

Dades bàsiques que donen els GPS (waypoints, rutes, tracks, etc) les pantalles des d'un GPS.

#### **Dimecres, dia 18 d'Abril**

Configuració d'un GPS. Els GPS amb mapes.

#### **Dissabte, dia 21 d'Abril**

Sortida de pràctiques de camp (fins a les 14 h aproximadament).

#### **Dilluns, dia 23 d'Abril**

Els GPS i l'ordinador. Els mapes topogràfics digitals i les coordenades geogràfiques.

#### **Dimecres, dia 25 d'Abril**

El programa informàtic OziExplorer.

#### **Dissabte, dia 28 d'Abril**

Sortida de pràctiques de camp (fins a les 14 h aproximadament).

#### **Dimecres, dia 2 de Maig**

OziExplorer II

#### **Dilluns, dia 7 de Maig**

OziExplorer III

#### **Dimecres, dia 9 de Maig**

Cloenda del curs.

### MATERIAL DEL CURS

- CD amb programes d'avaluació o gratuïts pel processament de les dades dels receptors GPS, amb programes d'utilitat diversa per a la planificació de rutes i excursions amb GPS, així com amb els mapes digitals necessaris pel seguiment del curs.
- Apunts de les xerrades teòriques.

Els desplaçaments necessaris per a les classes pràctiques, aniran a càrrec de l'alumne.

### DIRECCIÓ DEL CURS I MONITORS

**Manolo Barcia**, Tècnic de Senders de l'ECAM de la FEEC amb l'acompanyament de membres de la Secció GPS del CET.

### CLASSES TEÒRIQUES

Es faran al Centre Excursionista de Terrassa, de 8 a 2/4 de 10 del vespre.

### INSCRIPCIONS

A la secretaria del CET, carrer de Sant Llorenç, 10 – Terrassa – de dilluns a divendres, de les 7 a 2/4 de 10 del vespre.

**PREU:** socis, 60 euros. No socis, 90 euros.

Els alumnes, en acabar el curs, podran continuar consolidant i ampliant els seus coneixements sobre temes relacionats amb GPS i el seu ús a muntanya els dimarts de cada setmana a les trobades de la Secció GPS.

## NOU WEB DEL CENTRE

Finalment hem posat en marxa el **nou web del Centre Excursionista de Terrassa**. Ha costat molt més del que pensàvem, però ara ja el tenim en marxa. Què hi podreu trobar? Doncs una explicació de **què som i com ens organitzem** i, també, **les activitats que us podem oferir**. A més, ja us podeu inscriure a les nostres activitats **directament a través del web** i pagant amb la vostra targeta de crèdit.

Mica en mica hi anirem **incorporant més continguts**: les **publicacions** del CET, **resenyes** de vies i excursions, els **blocs** de cada secció o de cada vocalia, més **notícies**, més **enllaços** a webs que puguin ser d'interès per a vosaltres i que estiguin vinculats d'alguna **manera amb la manera de ser i de fer del Centre**.

Aquest ha de ser **el nostre web**. El de totes les persones que formem el Centre Excursionista de Terrassa. I **tothom pot col·laborar** a fer-lo millor, més útil, més interessant. **Ajudeu-nos**. Si hi trobeu cap errada o penseu que hi falta alguna activitat o alguna explicació no és correcta, **feu-nos-ho saber** al correu electrònic **premsa@ce-terrassa.cat** o directament a secretaria, pel telèfon 93 788 30 30 o a finestreta. Ho esmenarem de seguida.

Desitgem que tots i totes hi trobeu allò que esteu cercant!

I si encara no ho feu, seguiu el Centre Excursionista al seu **Twitter (@ceterrassa)**, feu un "m'agrada" a la pàgina del **Facebook** i seguiu-nos al **Google+**. Hi publiquem tota la informació imprescindible que us pot interessar.

## VOLUNTARIS CET: PINTAR LA SALA D'ACTES

El Centre intentarà sistematitzar la demanda de voluntaris per dur a terme determinades tasques necessàries per fer funcionar l'entitat.

Aquí es fa una crida de voluntaris per dur a terme les tasques d'arranjament i manteniment de la seu del Centre. En concret, aquí demanem voluntaris per pintar les parets de la Sala d'Actes.

Tots aquells que hi estigueu interessats només cal que us poseu en contacte amb secretaria (a l'adreça **centre@ce-terrassa.cat**, al telèfon 93 788 30 30 o en persona).

Moltes gràcies!



Brindem tots amb  
el cava del Centenari



- Cava Castellroig Brut Nature amb dos anys de cava
- escollit com a millor cava del món pel prestigiós enòleg Robert Parker

1 ampolla..... 7€

1 caixa de 6 ampolles ..... 40€



**ATENEUTERRASSEN@HOTMAIL.COM**



## **ATAPUERCA// BURGOS**

**SORTIDA CULTURAL: 11/05 al 13/05**

Dia 1 – Sortida de Terrassa sobre les 6 / 7h.

Esmorzar en ruta no inclòs en el preu.

Dinar a Miranda de Ebro, Restaurant Tudanca.

A la tarda, visita al museu d'Atapuerca.

Sopar i allotjament a l'hotel Corona de Castilla de Burgos.

Dia 2 – Esmorzar a l'hotel. Al matí, visita guiada del jaciment d'Atapuerca. Tornada a l'hotel per dinar. A la tarda, visita del Monestir de Silos. Sopar i allotjament a l'hotel de Burgos.

Dia 3- Esmorzar a l'hotel i sortida cap a Terrassa. Dinar en ruta a Zaragoza al Restaurant El Churrero.

**Preu total persona, h. doble...225€**  
**h. individual...264€**

**ATENEU TERRASSEN...TEL. 937891574**

**Places limitades, data límit 27/03/2012**

## BIBLIOTECA

### Donatiu de l'autor:

- **VIVES, Eduard; *L'insectari*.** Poemes d'Eduard Vives. Il·lustracions d'Alexandre Segrove. Margalef de Monsant-Terrassa, 2011. L'exemplar està degudament dedicat al CET pel seu autor.

### Donatiu de Jesús Romero:

- ***Nomenclàtor oficial de toponímia major de Catalunya*.** Generalitat de Catalunya. Institut d'Estudis Catalans, 2003.

### Intercanvi amb centre d'Estudis Històrics de Terrassa:

- ***Terme*.** Revista d'Història. Número 26, novembre de 2011. Centre d'Estudis Històrics de Terrassa, Arxiu Històric de Terrassa. Arxiu Comarcal del Vallès Occidental.

Biblioteca Virtual i Hemeroteca Digital del Centre Excursionista de Terrassa  
Pàgina web del CET: apartat biblioteca

<http://www.ce-terrassa.org>

Catàleg Col·lectiu de Biblioteques Excursionistes de Catalunya

<http://biblioteca.cec.cat/cataleg/>

Les consultes a la Biblioteca i a l'Arxiu del CET  
es poden fer a través de l'adreça electrònica següent:

[biblioteca.arxiu.cet@gmail.com](mailto:biblioteca.arxiu.cet@gmail.com)

**Horari d'atenció al públic: divendres, de 19 a 21 hores.**

*Es recorda a tots els socis que els llibres de la biblioteca poden ser agafats en préstec*



**Especialistes en assegurances**

Preus especials per tots els socis del Centre Excursionista de Terrassa

Comercial:  
Jordi Campos  
696925573

**CICOR**  
CORREDORIA D'ASSEGURANCES

[www.cicor.es](http://www.cicor.es) c/. independència, 2 08225 Terrassa (Barcelona) ☎ 93 736 8800

Cicor Internacional, S.L. Correduría de Seguros con domicilio social en c/. Independencia, 2 08225 de Terrassa / inscrita en el Registro Mercantil de Barcelona, Tomo 9936, Folio 162, Hoja B-72037 inscripción 4/ C.I.F. B-58370623. inscrita en el Registro de la Dirección General de Seguros y Fondo de Pensiones con N° J-338 y concertado Seguro de Responsabilidad Civil, según Ley 9/1992 de 30 de Abril.

## Audiovisual: Trekking del Centenari Al voltant del Manaslu (NEPAL)

Fotografies realitzades pels participants del trekking

Audiovisual: Jaume Buxadós



**Dijous, 1 de març de 2012**

**A les 8 dels vespre a la Sala d'Actes**

Projecció de l'audiovisual del Trekking del Manaslu que varen dur a terme un grup de socis del Centre Excursionista de Terrassa, dins de les activitats del Centenari, del 9 d'octubre al 5 de novembre 2011.

Aquest trekking poc freqüentat ens va portar durant 19 dies per paisatges molt variats, des dels camps de cultiu a les ribes del riu Budhi Gandaki (520 m), passant per nombroses cascades, selves, boscos i planúries fins arribar als colls de Larkya La (5.135 m) i el de Namun Bhanjyang (5.496 m), trobant-nos en mig de les condicions més severes de la natura.

Hem pogut gaudir de les magnífiques vistes de cims com són el Sringi Himal (7.187 m), el Manaslu (8.163 m), el Ganesh Himal (7.429 m), el Peak 29 (7.871 m), el Lamjung Himal (6.983 m), l'Annapurna II (7.937 m), l'Annapurna IV (7.420 m) i el Machapuchare (6997 mts) i conviure amb la gent tan simpàtica i hospitalària dels pobles i llogarets que anàvem passant i estar en contacte amb els seus costums budistes tan interessants.

## CIÈNCIA I CONEIXEMENT

### Taula rodona

**Objectius:** Reflexionar i debatre sobre la ciència com a forma de coneixement

**Ponents:** **Salvador CARDÚS**, sociòleg  
**Joan VERGÉS**, filòsof  
**Jorge WAGENSBERG**, físic

**Moderador:** **Josep SANLLEHÍ**, filòsof

**Dijous 8 de març, a les 8 del vespre**

---

## QUINA EDUCACIÓ? PER A QUIN PAÍS?

### Tertúlia

Amb **Imma TUBELLA**, rectora i catedràtica de comunicació de la UOC i doctora en Ciències Socials.

**Dijous, 22 de març, a les 8 del vespre**

Justícia i Pau de Terrassa organitza una CONFERÈNCIA-COLOQUI al local de Centre Excursionista de Terrassa amb el títol:

### “PER UNES FINANCES ÈTIQUES AL SERVEI DE LES PERSONES I DELS POBLES”

**Tindrà lloc dijous dia 19 d'abril de 2012 a les 20 h.**

A càrrec d'**Eulàlia Reguant**, Cap de Programes de Justícia i Pau a Barcelona.

Davant la situació tan greu de crisi que vivim, cal reivindicar el paper de l'ètica en el món de les finances i la defensa del bé comú.

AMB EL SUPORT DE:





## SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

### TERTÚLIES FOTOGRÀFIQUES

Dilluns, dies 5 i 19 de març, a les 20 h.

### PROJECCIONS COL·LECTIVES

Dilluns, dies 12 i 26 de març, a les 20 h.

## SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

### Curs bàsic de muntatges audiovisuals

#### Programa del curset

- Selecció, preparació i ubicació dels materials per treballar.
- Fitxers fotogràfics, d'àudio i vídeo.
- Temps i transicions.
- Capes, efectes, títols i sons.
- Edició i retoc.
- Trucs pràctics.
- Gravació final.

#### Observacions

- El curs serà de 16 hores distribuït en sessions de 2 hores. Una classe per setmana i un total de 8 setmanes.
- Cal que cada alumne disposi del seu PC portàtil amb sistema operatiu Windows.
- El curs està basat en l'aplicació Proshow Producer que cal tenir instal·lat en cada ordinador personal, així com els fitxers d'àudio, vídeo i fotogràfics que s'utilitzaran en el muntatge.
- Per tal que el curs sigui el màxim de profitós es limitarà el nombre d'alumnes, i si cal, es crearà una doble sessió.

**LLOC:** Local de la secció de fotografia del CET.

**HORARIS:** Els divendres a la tarda de 17 a 19 hores o bé de 19 a 21 hores (per concretar).  
En cas que calgui una doble sessió, hi ha la possibilitat de fer-ho els matins d'11 a 13 hores.

**DATES:** Inici del curs el 24-02-12. Març dies 2, 9, 16, i 30 i mes d'abril, dies 20 i 27.

**PREU:** 70 euros per alumne soci del CET i de 90 euros per als no socis.

**COORDINADOR:** Jordi Albareda, [jordialbareda54@gmail.com](mailto:jordialbareda54@gmail.com)

## GRUP DE BOTÀNICA

### SORTIDA MATINAL DE BOTÀNICA A LA RIERA DE CALDES

**Diumenge, dia 25 de març**

**Itinerari:** Marxarem de Terrassa per la C-58 fins l'AP-7 i a Mollet sortim en direcció Caldes de Montbui per la C-59, fins a la rotonda de Caldes, anirem seguint la C-59 cap a Sant Feliu de Codines, i a l'esquerra a uns 1.500 metres agafarem la BV-1243 fins a la riera de Caldes.

Començarem a caminar pel camí del Foment construït per facilitar el transport de llambordes que va a ran de la riera amunt. Obres públiques era el responsable de l'extracció de granit de les pedreres que hi ha a la riera.

Hi ha notícies dels primers empedrats amb llambordes a Barcelona derivada de l'Exposició Universal del 1888. Per l'Exposició Universal de 1929, uns 500 treballadors configuraven l'explotació com un veritable poble. Fins el

1962 encara hi treballaven unes 50 persones. La riuada del 1962 va representar la fi de l'explotació.

Podem trobar tota la varietat de la vegetació de ribera pròpia d'aiguamolls d'aigua dolça: salze, pollancre, saüc, jonqueres i per acabar el bosc de llores a l'esquerra de la masia de Les Elies.

**Dificultat:** Baixa.

**Lloc i hora de sortida:** Davant del Centre Cultural de la Rambla, a les 8 hores.

**Cal portar:** L'esmorzar, aigua, calçat adequat i capelina.

**Desplaçament:** Amb cotxes particulars.

**Vocals:** Pere Morera i Joan Crispi (600 063 295).

#### Propera matinal de botànica pel mes d'abril

Anirem a les **ermites preromàniques** de Santa Margarida del Cairat i la del Puig, torrent del Puig o dels Blaus, terres blavoses originades per la falla del Vallès-Penedès.

**Veurem:** ailants, pi insigne, l'olivera, garrofer, pi blanc, etc.



## GRUP D'ORNITOLOGIA

### Ruta pel BERGUEDÀ BAIX I BAGES NORD (Estany de Graugés a Avià, Casserres, Santa Maria de Merlès, Sant Cugat del Racó)

**Dissabte, 17 de març**

Hem pensat aquesta ruta de tot el dia per tal de descobrir aquests interessants racons de la Catalunya central, en que no hi ha moltes referències de l'avifauna existent. Aprofitarem aquesta sortida per mirar si ja s'ha donat el tret de sortida a la migració pre-nupcial.

**Reunió preparatòria:** dimecres dia 7/03 a partir de les 20:00h al local de la secció de ciències.

**Hora de sortida:** 7 h del matí.

**Punt de trobada:** Rambleta del Pare Alegre cantonada amb Navas de Tolosa, entre el Don Cándido i la benzineria). Anirem en cotxes particulars.

**Cal portar:** Roba i calçat adequats, prismàtics, guia, dinar i esmorzar.

**Telèfons de contacte:** Toni Sanllehí 661 406 716 / Enric Sanllehí 656 913 770.

Recordeu-vos que **aquest mes ens trobarem els dies 7 i 21 de març a partir de les 20:00 h** al local del Centre per tal de preparar activitats, sortides, etc.

Ens trobem pensant en una **nova pàgina web/blog del grup** que ens permeti donar més difusió a les nostres activitats, en parlarem a les reunions habituals i us convidem a fer-hi les aportacions (continguts, estructura, funcionament) que cregueu oportunes.

<http://ocellsceterrassa.wordpress.com/>

#### Properes sortides 2012:

**Abril:** dies 21-22/04.

Aiguamolls de l'Empordà, sortida conjunta amb la Secció Infantil Coneixermon el dia 22.

**Maig:** Montsec.



## 51è CURSET D'INICIACIÓ A L'ESPELEOLOGIA

Nivell 1

Del 6 al 20 de març

*Amb el nivell I del Curset d'Iniciació a l'Espeleologia es donen els coneixements necessaris per ser autònom durant l'exploració a una cavitat, amb respecte al medi ambient i les normes bàsiques de seguretat.*

### PROGRAMA

#### **Dia 6 de març, dimarts**

Presentació del Curset. Conferència: introducció i història de l'espeleologia.

#### **Dia 8 de març, dijous**

Conferència sobre el material bàsic i tècniques de progressió en espeleologia.

#### **Dia 11 de març, diumenge**

Sortida pràctica als avencs i coves de la Febró (El Baix Camp, Tarragona). Pràctiques horitzontals i verticals.

#### **Dia 13 de març, dimarts**

Conferència sobre l'ecosistema subterrani i protecció del medi natural.

#### **Dia 15 de març, dijous**

Conferència sobre prevenció d'accidents i autosocors en espeleologia.

#### **Dia 17 de març, dissabte**

Sortida pràctica a l'avenc del Llest (Serra de l'Obac) i avenc del Club (Sant Llorenç del Munt).

#### **Dia 18 de març, diumenge**

Sortida pràctica als avencs de la Pleta i del Passant (El Garraf).

#### **Dia 20 de març, dimarts**

Conferència sobre activitats de la SIS (Secció d'Investigacions Subterrànies) i del Centre Excursionista de Terrassa.  
Clausura del Curset.

**Direcció del Curs: Gemma Sendra i Guillem Villagrasa**

**Preu socis:** 65 euros. **Preu NO socis:** 85 euros. Inclou: material personal i col·lectiu, certificat d'assistència i llicència federativa amb la corresponent assegurança.

**Per informació i inscripció:** a la secretaria del CET, de dilluns a divendres, de les 7 a 2/4 de 10 del vespre.





## SECCIÓ D'ALTA MUNTANYA (SAM)

### CETCIMS

#### EL DESERT DEL CARLIT I EL TOSSAL BOVINAR AMB RAQUETES DE NEU

**Diumenge, 11 de març de 2012**

Degut a la manca de neu al Pirineu català, deixarem per a properes ocasions la sortida a la Serra d'Ensija que hi havia prevista per al mes de març. Farem aquesta sortida de raquetes de neu a la zona de les Bulloses a la Cerdanya francesa amb un recorregut

circular pels estanys i desert del Carlit amb ascensió opcional al fàcil cim del Tossal Bovinar.

**Vocal:** Manel Cajide.

**Nota:** Reunió informativa i preparatòria dijous 8 de març de 2012 a les 8 del vespre al local de la SAM.

**Caldrà estar en possessió de la corresponent llicència federativa.**

**Propera sortida:** 22 d'abril de 2012 - "La foradada de Malanyeu i la serra del Mill".

#### Sortides col·lectives d'escalada

La Secció d'Alta Muntanya prepara per als propers mesos de primavera unes quantes sortides col·lectives per tal de poder gaudir d'ascensions i escalades amb monitors i altres companys del Centre i alhora compartir àpats, nits de tenda o bivacs, desplaçaments, etc...

Aquestes sortides són adreçades a tothom qui tingui uns coneixements previs d'escalada, però es podran fer escalades de diferents nivells de dificultat i de modalitats clàssica o esportiva.

Les reunions preparatòries de cada sortida es faran els dimecres anteriors a les sortides, a les 8 del vespre a la Secció d'Alta Muntanya.

El calendari és el següent:

**Dissabte 24 de març, a Sant Llorenç de Montgai**

**De divendres 28 d'abril a dimarts 1 de maig, a Vilanova de Meià**

Possibilitat de compaginar escalada, BTT, ascensions a peu, etc. Només cap de setmana o aprofitar el pont.

**Dissabte, 19 de maig, a Malanyeu**

Clàssica i esportiva.

**Dissabte i diumenge 9 i 10 de juny, a Vingrau i Taltaüll (Catalunya Nord).**

#### Taller de ferrades i crestes

**Dissabte i diumenge 7 i 8 de juliol**

Més endavant ja anunciarem el lloc i el preu d'aquest taller obert a tots els excursionistes.

#### Curs d'escalada nivells I, II i III

**Durant la segona quinzena de setembre organitzarem un curs d'escalada de nivells I, II i III, en modalitats clàssica i esportiva. Caps de setmana 15-16 i 22-23 de setembre.**

Més endavant anunciarem el programa del curs.





## 43è CURS D'EXCURSIONISME

Com ja sabeu la data d'alguna de les sortides no estava concretada. El calendari de la part final del 43è curs d'excursionisme serà el següent:

### PROGRAMA 2011-2012

|                 |                                              |
|-----------------|----------------------------------------------|
| 7 de març       | Reunió preparatòria de la sortida            |
| 10 i 11 de març | Sortida de BTT                               |
| 21 de març      | Conferència sobre l'orientació a la muntanya |
| 24 i 25 de març | Sortida al Montseny                          |
| 11 d'abril      | Conferència sobre l'alpinisme                |
| 14 i 15 d'abril | Sortida al Pirineu                           |
| 2 de maig       | Conferència d'escalada                       |
| 5 i 6 de maig   | Sortida d'escalada                           |
| 23 de maig      | Preparació de la sortida                     |
| 26 i 27 de maig | Sortida sorpresa                             |
| 13 de juny      | Conferència sobre descens de barrancs        |
| 16 i 17 de juny | Descens d'un barranc                         |
| 27 de juny      | Cloenda del curset                           |

Direcció Tècnica: **Roger Villena** i **Jordi Pereira**, tècnics de muntanya mitjana.



## SECCIÓ D'EXCURSIONISME

vocalia de SENDERS

### SENDERS DE GRAN RECORREGUT



## TRESCANT PEL SUD DE CATALUNYA

### Refugi de Caro - Santuari de Pinós (GR 171)

8a etapa. Montblanc - Coll de Senan (26,130 km)

*Una excursió plenament cultural per la Conca de Barberà*

**Diumenge, dia 18 de març**

Som a Montblanc, capital de la comarca de la Conca de Barberà, un dels més bells conjunts medievals de Catalunya, situat al cor de la *Ruta del Císter*. Ens dirigim cap el *Monestir de Santa Maria de Poblet* seguint el GR 171 fins a l'Espluga de Francolí, després seguirem una variant de la Ruta del Císter, el GR 175-2, fins a la *masia d'en Simó*, i un curt tram del GR 175 fins a

Poblet on entronca amb el traçat del GR 171; després seguirem cap a Vimbodí i el poblet de Senan, als peus de la serra del Tallat, en una excursió plenament cultural.

Sortim de Montblanc (350 m) pel *Portalet de la Serra* i tot seguit passem sota un arc de la *muralla de Sant Jordi*. Enfilem pel *camí de l'Amalguer* i trobem el punt de confluència amb el GR 175, la Ruta del Císter, que per l'esquerra ve del Monestir de Poblet. De seguit,



Monestir de Santa Maria de Poblet.

creuem el *torrent de Sant Joan* i més endavant travessem el *barranc de la Tossa*. Seguim ara per l'anomenat *camí de la Trinitat* que ens mena a l'*ermita de Sant Miquel* (452 m), després de creuar el *barranc de l'Ermita*, des d'on tenim una bona panoràmica de la Conca de Barberà. Seguim en direcció a l'Espluga de Francolí, que ja podem albirar davant nostre. Travessem el *barranc de la Masia d'en Simó* i abandonem, momentàniament, el traçat del GR 171 que entra a l'Espluga, per seguir la variant de la ruta del Císter, el GR 175-2, que ens mena a la masia d'en Simó.

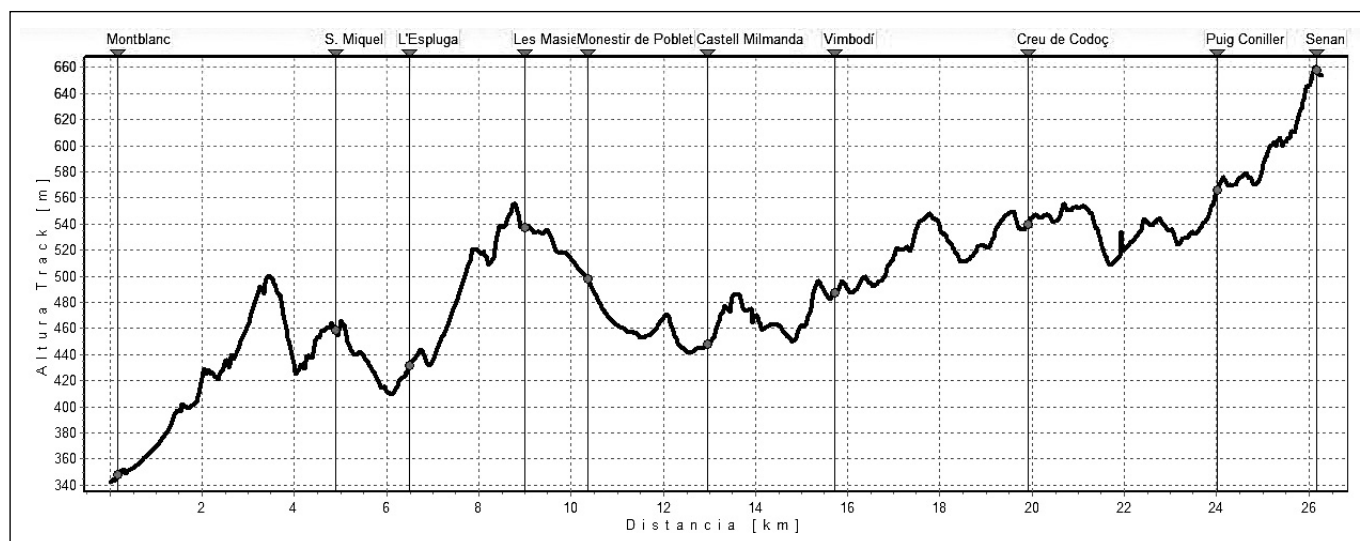
En aquest punt, tornem a trobar el GR 175, que ve de la *Santíssima Trinitat* i el *mirador de la Pena*, i el seguim en direcció al monestir. Girem a la dreta i seguim el camí fins a arribar a les *Masies de Poblet*, zona residencial i hotelera on també hi ha l'*Alberg Jaume I*. Seguim la carretera TV-7007 a mà esquerra i sortim de les Masies. Creuem el pont del *Barranc de Sant Bernat*, anem en direcció al Monestir. A mà esquerra trobem les *fonts del Ferro de la Magnèsia*, dedicades a l'abat Siscar. Entrem al recinte del Monestir de Poblet (496 m). Aquest bell i sobri monument, situat al peu de les muntanyes de Prades, destaca per una sobrietat i austeritat impressionants. Els seus orígens es remunten al 1151. Ha tingut un paper destacat en la història de Catalunya, com ho demostra el fet que la seva biblioteca allotja un important tresor històric de la corona catalanoaragonesa. El 1921 Poblet és declarat monument nacional.

Sortim del monestir per la carretera TV-7002 (Vimbodí-Poblet), deixant definitivament les variants i seguint únicament el GR 171 en direcció a Vimbodí. Travessem a gual el riu Sec i passem pel *castell de Milmanda* (450 m) on les aromes del vi i les pedres del castell conviuen en perfecta harmonia. Està situat per sobre d'uns assentaments primitius íbers, grecofenícis i romans. Sempre ha estat un castell-palau i mai no va tenir gaire importància estratègica com a castell defensiu. Després de travessar uns camps d'ametllers, arribem al *Santuari de la Mare de Déu dels Torrents* (460 m), d'estil gòtic, i entrem al poble de Vimbodí (495 m) pel *raval de Poblet*. La vila, antigament emmurallada, es troba damunt un cingle pinyonenc, i el seu actual temple parroquial, situat on antigament romania el castell, és dedicat a la Transfiguració del Senyor.



GR 171 a Senan.

Creuem Vimbodí pel centre i passem pel *carrer Major*, seguim pels carrers *Anselm Clavé* i *Indústria*, fins a sortir-ne. Girem a la dreta i travessem la via del tren per un pont i, tot seguit, la carretera N-420. Deixem el cementiri de Vimbodí a la nostra dreta i creuem les vies del TGV (tren de gran velocitat). Més endavant, travessem per un pont l'autopista AP-2 i seguim recte pel *camí de Codoç* en direcció nord cap a la *Creu de Codoç* (551 m), que ens queda a uns 100 metres a la dreta de la pista. Passem unes granges i de seguida a



l'esquerra trobem les runes de l'antic *poblat de Codoç* (546 m). En aquest punt girem a la dreta i passem a frec del *Cobert de l'Alzinet* (555 m), a sota mateix de la serra de Vilobí, amb el seu parc eòlic. Ara, ja som al *camí de Senan*, a la *Coma d'en Bom*. En una cruïlla, deixem a l'esquerra el *mas del Raspall* i passem sota el *Puig Coniller* (611 m). El GR enfila els últims metres cap el *Coll de Senan*. Passem pel *Coll de les Eugues* (592 m) i assolim, finalment, el *Coll de Senan* (658 m), a la carretera T-232 (Espluga de Francolí - Els Omells de na Gaia), que separa les serres de Vilobí i del Tallat. El poblet de Senan es troba a uns 600 metres baixant per la carretera. Final de la vuitena etapa del GR 171.

**Dificultat:** \*\*

**Desnivells acumulats aproximats:** (+ 715 m) (- 400 m).

**Lloc i hora de sortida de Terrassa:** Rambla d'Ègara, davant els ferrocarrils de la Generalitat, **a les 6 del matí**. La tornada serà cap al vespre.

**Observacions:** El desplaçament es farà en autocar, amb places limitades. Cal treure la plaça d'autocar a la secretaria del Centre, **del dia 5 al 14 de març**, amb-dós inclosos, de 7 a 9 del vespre.

**Notes:** L'organització es reserva el dret de tancar la inscripció abans de la data prevista en el cas d'exhaurir-se les places de l'autocar. Us recordem que **el dimecres, dia 14 de març**, serà l'últim dia d'inscripció, per tant preguem que us hi inscrivieu abans d'aquest dia. Es recomana estar en possessió de la llicència de la FEEC.

**Preu de la inscripció:** **18 €** per als socis, **28 €** per als no socis.

**Organitza:** Vocalia de Senders.

**Més informació actualitzada:**

**[www.vocaliadesenders.blogspot.com](http://www.vocaliadesenders.blogspot.com)**

**Vocals:** Enric Cortés, Joan Perich, Àngel Vela i Montse Marchuet.

## PROPERA ETAPA

**Dia 15 d'abril de 2012**

**COLL DE SENAN - VALLFOGONA DE RIUCORB**  
(26,740 km)

*per al **CENT-2**,  
**Nyerros-2!!***



## CALENDARI TEMPORADA 2011-2012

|            |           |                                                                 |
|------------|-----------|-----------------------------------------------------------------|
| 18 de març | 8a etapa  | Montblanc – Coll de Senan (Ctra. L-232) (26,130 km)             |
| 15 d'abril | 9a etapa  | Coll de Senan (Ctra. L-232) – Vallfogona de Riucorb (26,570 km) |
| 6 de maig  | 10a etapa | Vallfogona de Riucorb – Cervera (22,420 km)                     |
| 20 de maig | 11a etapa | Cervera – Castellfollit de Riubregós (22,900 km)                |
| 17 de juny | 12a etapa | Castellfollit de Riubregós – Santuari de Pinós (14,500 km)      |

**Vocals:** Enric Cortés, Joan Perich, Àngel Vela i Montse Marchuet.

## Refugi de Caro - Santuari de Pinós



**GR<sup>®</sup>**  
**171**

**CATALUNYA**

**Refugi de Caro - Santuari de Pinós**

**SENDER DE GRAN RECORREGUT**

# PETITES TRAVESSADES FAMILIARS

-CCIV- (2a època)



## PORTS DE BESEIT

### El Parrissal i riu Matarranya

**Diumenge, 25 de març**

Sortirem de Terrassa en direcció a Vandellòs i pararem a esmorzar en un centre cívic que ens donarà aixopluc. Com que l'obriran expressament per a nosaltres, hauríem de procurar de fer consumició d'aigua, cerveses, vi, cafès, etc., o qualsevol cosa que ens fes falta. L'esmorzar o entrepà el portarem, com sempre, de casa.

Seguirem el viatge fins a Vall-de-roures, on deixarem els **no caminadors**.

**Els caminadors** seguirem fins a Beseit.

L'excursió més clàssica i freqüentada de l'àrea de Beseit és sens dubte la del congost del Parrissal i el riu Matarranya.

El Parrissal és un fenomen càrstic de primera magnitud situat uns 10 km riu amunt de Beseit, comparable si no en extensió, sí en espectacularitat, a diversos parcs nacionals nord-americans.

Es tracta d'una mena de laberint format per centenars d'agulles calcàries, que s'enfilen enmig d'un espès bosc de boix i pi negral. Els cingles, els arbres esvelts i ufanosos, el caminet jugant amb el riu Matarranya d'aigües fresques i cristal·lines i les cabres salvatges movent-se per les roques formen un indret pintoresc i captivador.

L'excursió habitual consisteix a recórrer en cotxe la pista forestal que va des de Beseit fins al pícnic del Plano (5 km) i, des d'allà, sense gaires desnivells, caminar una hora i mitja fins a l'estret -el punt més encaixonat i característic de l'excursió.

**Els no caminadors** passaran el matí visitant el poble de Vall-de-roures, on un guia turístic els portarà, amb el nostre autocar, als monuments i llocs d'interès: el Castell palau, l'església de Santa Maria la Major, l'Ajuntament, etc. Si queda temps lliure visitaran Beseit, on a les 14.30 h aproximadament es trobaran amb els caminadors per tal de dinar tots junts a l'Antigua Posada Roda, C/ Villanueva, 19.

**El menú és fix per a tothom:** amanida verda i espatlla de cabrit al forn amb patates fregides, postres, aigua, vi i cafè.

**Lloc i hora de sortida:** estació d'autobusos de Terrassa, a les 6 hores.

**Desplaçament:** en autocar.

**Temps de viatge:** 3 hores d'anada i 3 hores de tornada.

**Temps de marxa efectiva:** unes 3 hores.

**Dificultat:** mitjana (tant si plou com si no plou, és fàcil mullar-se els peus).

**Recomanacions:** roba i calçat adequat, pals per caminar, aigua i esmorzar, mitjons i sabates de recanvi.

**Desnivell:** 150 metres.

**Tornada:** a la tarda.

**Pressupost:** 40 € els socis i 50 € els no socis (inclou: dinar, entrades i guia per als no caminadors i lloguer de jeeps per als caminadors).

**Inscripcions:** a Secretaria, del 12 al 22 de març.

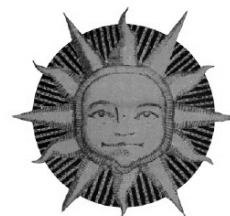
**Informació:** Francesc Ullés i Fina Meroño, telèfon 93 788 34 93.

## PETITES TRAVESSADES FAMILIARS PROGRAMA PER AL CICLE 2011-2012

### 2012

|       |      |                                                                           |                             |               |
|-------|------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------|
| Març  | 25   | PORTS DE BESEIT                                                           | del 12 al 22                | Matarranya    |
| Abril | 22   | CASTELL DE REQUESENS                                                      | del 9 al 19                 | Alt Empordà   |
| Maig  | 20   | MUNTANYES DE PRADES - LA VALL DE CASTELLFOLLIT - SERRA DEL BOSC DE POBLET | del 7 al 17                 | Baix Camp     |
| Juny  | 9-10 | CLOENDA DEL CICLE CONGOSTOS DE LA NOGUERA PALLARESA                       | del 28 de maig al 7 de juny | Pallars Jussà |

# HORITZONS



## La volta dels voltors. Alt Urgell

**Dissabte, 14 d'abril del 2012**

**Hora i lloc de sortida:** 6 del matí, de la rambla d'Ègara, davant del Centre Cultural.

**Durada:** 7-8 hores aprox.

**Desnivell:** + 1.042 m - 1.042 m.

**Distància de l'itinerari:** 18,50 km aprox.

**Característiques:** Itinerari circular que ens portarà a un cim situat a la capçalera de la vall d'Alinyà, des del qual hi ha una gran vista panoràmica. També resseguirem un conjunt d'indrets ben bonics: la font de Bertró, el corral del Ramon, el tossal de l'Àliga i el poble de l'Alzina d'Alinyà.

**Dificultat:** El recorregut va per camins força fressats, però amb trossos pedregosos. A les parts altes de les carenes se'n perd el rastre o se'n segueixen de molt lleus.

Sortirem del poble d'Alinyà (942 m) tot passant per la plaça de l'església de Sant Esteve, d'estil romànic, en direcció a l'ermita de Sant Ponç. Passades les últimes cases del poble, deixarem el camí a mà esquerra, remuntarem per les extenses solanes desforestades fins al coll de la Nou, ja amb vistes a la paret del roc de Galliner, i arribarem al coll de la Massana. Aquí deixarem l'antic camí d'accés des d'Organyà fins a la vall d'Alinyà.

Per la rasa de Bertró accedirem fins a la font del mateix nom i pujant pel torrent de la mateixa rasa, arribarem a una gran collada amb vistes al Cadí, al Pallars i al fons de la vall de la Vansa. El camí remunta per boscos molt espessos de pi negre fins a arribar a les collades que ens porten al coll d'Ares (1.650 m), punt d'accés rodat al poble d'Ossera i la vall de la Vansa.

Per aquestes contrades encara s'aprecien els conreus dels trumfos (patates) i els camps de farratges. Per sobre d'aquests camps i de petits boscos de pi negre ens trobarem la cinglera tallada, que ens menarà fins al Tossal de l'Àliga (1.754 m). En aquest indret gaudirem de totes les vistes de la muntanya d'Alinyà fins a la serra de Boumort.

Tot seguit davallarem fins a trobar la rasa que, per sota la pedra Paret ens portarà al poblet de l'Alzina d'Alinyà.



Corona de rei (*Saxifraga longifolia*)

Autor: Toni Serra.

La foto de la planta que adjuntem està feta al tossal de l'Àliga i s'anomena corona de rei (*Saxifraga longifolia*). És una planta que viu a les esclletxes de les roques calcàries. El nom de *Saxifraga* vol dir trenca-pedres i fa referència a l'hàbitat fissurícola que ocupa. Viu uns quants anys i el darrer floreix, formant una tija de fins a mig metre plena de flors blanques. Després es mor.

Aquest poblet té dos nuclis, el del Raval i el de l'església de Sant Bernabé, del segle XI, molt modificada.

Continuarem el camí per sota el poble passant a tocar del cementiri i sobre d'una important cinglera, davallarem per un caminet fins a trobar el torrent i les cases aïllades de Cal Xort i Cal Galtanegra, i gaudirem de vistes de la roca de la Pena i del poble.

Ara, per un sender de ferradura, baixarem entre boscos de pinedes i d'alzineres fins el barri de Llobera, i entrarem al poble d'Alinyà, on finalitzarem la volta circular.

**Material:** Aigua, esmorzar i dinar. Roba i calçat adequats. També estaria bé portar prismàtics, ja que pasarem a prop de la zona de nidificació dels voltors, trencaossos i aufrany.

**Preu:** 16 € per als socis i 26 € per als no socis.

**Inscripcions:** Fent una transferència bancària al compte número 2107.1000.43.3305804844 amb la referència "Voltors" i el vostre nom, o a la secretaria del Centre.

**Vocals:** Jaume Buxadós i Anna Tejedor.

**Agraïments:** Pep Mas.

## AGENDA PROPERES SORTIDES

|                |                                 |                                                 |
|----------------|---------------------------------|-------------------------------------------------|
| 5 de maig 2012 | De l'Alta Garrotxa al Vallespir | Pep Mas<br>Roser Roura<br>Ramon Sans            |
| 2 juny 2012    | Marinada a la platja del Garbet | Roser Roura<br>Narcís Serrat<br>Elisenda Estany |

# PASSEJADES PEL PARC

**Dimecres, 21 de març de 2012**

En aquesta segona sortida matinal us proposem conèixer el Turó de l'Espluga i el seu avenc, el més profund del massís de tot el parc Natural de Sant Llorenç (-123 m).

El recorregut començarà a l'Alzina del Salari (748 m), es pujarà al coll de Tres Creus (873 m) i s'arribarà a la font de la Pola (828 m). A continuació anirem fins al Quarto de Reixa on esmorzarem tranquil·lament.

Des d'aquí, anirem al Turó i l'avenc de l'Espluga. A continuació pujarem fins al coll de Boix (878 m), baixarem pels graons de Mura i ens desviarem fins la font dels Traginers. Finalment retornarem a l'Alzina del Salari, el punt de sortida.

**Lloc i hora de sortida:** davant el Centre Cultural de la Rambla, a les 8 del matí.

**Desplaçament:** en cotxes particulars.

**Temps de marxa real:** 3 hores i mitja.

**Desnivell acumulat:** +340 m, -320 m.

**Dificultat:** mitjana.

**Distància:** 9,6 km.

Cal estar en possessió de la tarja de la FEEC.

**Recomanacions:** roba i calçat adequat, pals per caminar, aigua i un bon esmorzar.



Turó de l'Espluga.

Cal tenir un mínim de preparació física.

**Inscripcions:** a la secretaria del Centre del 5 al 16 de març.

**Informació:** Enric Prat (618 27 00 49) i Josep Trullàs (619 96 31 34).

## PROPERA SORTIDA

**25 d'abril de 2012**

**FONT DELS CODOLOSO.**

Recorregut 10'200 quilòmetres.

# ELS NOSTRES CAMINS

Iniciem aquesta nova "secció" del Centre, una sèrie de caminades fàcils pels voltants de Terrassa.

Seran 5 sortides, algunes seran més conegudes i concorregudes, d'altres més solitàries, mes fàcils, més llargues, més curtes, més desnivell, però amb un tret comú: molt a prop de la nostra ciutat i molt interessants.

No es tracta de veure només grans paisatges, que els veurem, sinó de descobrir i conèixer els nostres entorns des d'altres punts de vista: patrimoni, històric, llegendes, fauna, flora...

També volem que sigui participativa, malgrat que hi haurà una persona responsable d'organitzar-la, esperem que entre tots puguem aportar informació per fer-la més enriquidora i que tots n'aprenuem alguna cosa.

En definitiva, es tracta que no només anem a caminar, sinó que coneguem una mica més la nostra història a través de la muntanya.

## PROGRAMA DE SORTIDES

|                              |                                                                        |
|------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| Diumenge, 11 de març de 2012 | <b>El cairat</b> , un massís oblidat                                   |
| Diumenge, 1 d'abril de 2012  | <b>Castellsapera</b> , el sostre del terme de Terrassa                 |
| Diumenge, 29 d'abril de 2012 | <b>La vall d'Horta</b> , a l'est de Sant Llorenç del Munt              |
| Diumenge, 27 de maig de 2012 | <b>Riera de Gaià</b> , pas natural entre el Vallès i el Baix Llobregat |
| Diumenge, 17 de juny de 2012 | <b>L'Obac</b> , roca salvatge, font del solitari                       |

## 1a sortida: EL CAIRAT, UN MASSIS OBLIDAT

**Diumenge, 11 de març del 2012**

Obrim aquesta nova secció del Centre amb una caminada pel massís del Cairat, situat a uns 10 km a l'oest de Terrassa i enmig del triangle que formen les poblacions d'Olesa de Montserrat, Vacarisses i Monistrol de Montserrat.

Hem optat per aquest massís, ja que creiem que resta una mica oblidat quan es planifica una sortida o excursió degut a la seva proximitat a Montserrat i a Sant Llorenç de Munt i la serra de l'Obac, i també potser a la seva modesta alçada màxima, el cim del Puigventós, amb 594 m.

Però un cop t'hi endinses i el descobreixes, et dones compte que no té res a envejar als seus veïns.

Solitari, extens, amb torrents profunds, amb molta i variada vegetació, sobretot en les seves cares nord, conglomerats, aptes per a l'escalada, ermites romàniques, masies abandonades, i unes vistes dels dos massissos veïns, que poques vegades hem vist des d'aquesta perspectiva.

Sobta, quan passem per l'autopista de Terrassa a Manresa, i passem per aquesta zona, tan farcida d'urbanitzacions, pedreres, abocadors, que pugui haver-hi un lloc tan verge i solitari com aquest.

Potser és el moment de conèixer-lo, els que encara no ho heu fet!

**Itinerari:** Aparcarem els cotxes a l'inici de la carretera de Vacarisses a Olesa de Montserrat. Ens enfilarem per la vessant nord de la carena de Torrella, seguirem guanyant alçada, en camí fàcil, quedant a la nostra esquena la silueta del massís de Sant Llorenç i l'Obac; passarem pel "curiós" pas de la bossa o dels lladres, seguirem carena amunt, en un sender força empinat, som a les roques de l'Afrau. Des de d'aquí, podem veure el pre-Pirineu i el Pirineu, des del Canigó fins al Montperdut.

Quan la cresta per on estem caminant es torna més accidentada, flanquejarem cap a la dreta, resseguint el torrent de Sant Salvador on veurem de front el monestir de Montserrat, i de sobte ens apareixerà, en el final de la cresta que havíem abandonat, sorprenent-nos, la



El Puigventós, 594 m.

petita ermita de Sant Salvador de les Espases, literalment encaixada en la roca. Visitarem l'ermita i l'antiga torre de guaita, on només hi queden quatre pedres. Allà, els Amics de Sant Salvador, ens esperaran per oferir-nos els seus espais, conversarem amb ells i esmorzarem, on podrem comprar refrescos i cafès,...

Baixarem fins el torrent de l'Afrau direcció sud, amb una bona baixada, per tornar-lo a ascendir, ara en direcció est fins arribar al pla del Fideuer, d'on gaudirem d'unes espectaculars vistes de Montserrat i les seves agulles mes orientals si girem el cap!

Des d'aquest pla, i veient-lo imponent davant nostre, iniciarem l'ascens a la cota màxima del recorregut, el cim de Puigventós de 594 m, deixant a la dreta, la segona cota en alçada del massís, el Puig Cendrós, de 499 m. Abans d'arribar al Puigventós, trepitjarem el pic de la Creueta, amb un pessebre amagat entre les seves roques.

Sabrem que hem arribat dalt el cim per la gran creu de Saba, ja que no té cap mena d'aparença de pic, això sí, tindrem una espectacular vista del Vallès, el Barcelonès i el Baix Llobregat.

Baixarem per la seva cara sud fins la bonica ermita de Sant Pere de Sacama, segle XI, i ja des d'aquest punt, i havent fet un petit descans, iniciarem el descens per un sender enmig del bosc amb forta pendent i una mica relliscós, fins a trobar la carretera de Vacarisses a Olesa de Montserrat.

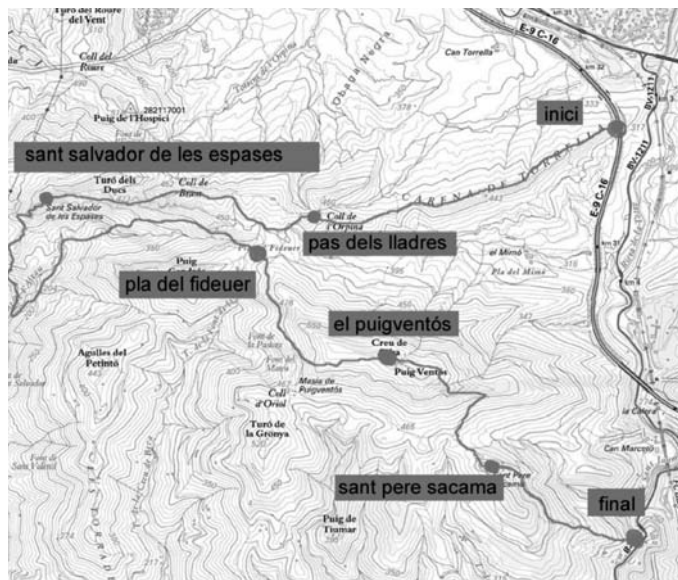


Sant Salvador de les Espases.



Ermita de Sant Pere Sacama, del segle XI.





Camí a recórrer.

**Dificultat:** \*\* baixa - mitjana.

**Temps de marxa:** De 4 a 5 hores.

**Distància:** 11,30 km.

**Desnivells:** Ens mourem entre els 260 m i els 594 m d'alçada s.n.m. (+611) (-667) total acumulat: 1.278 m.

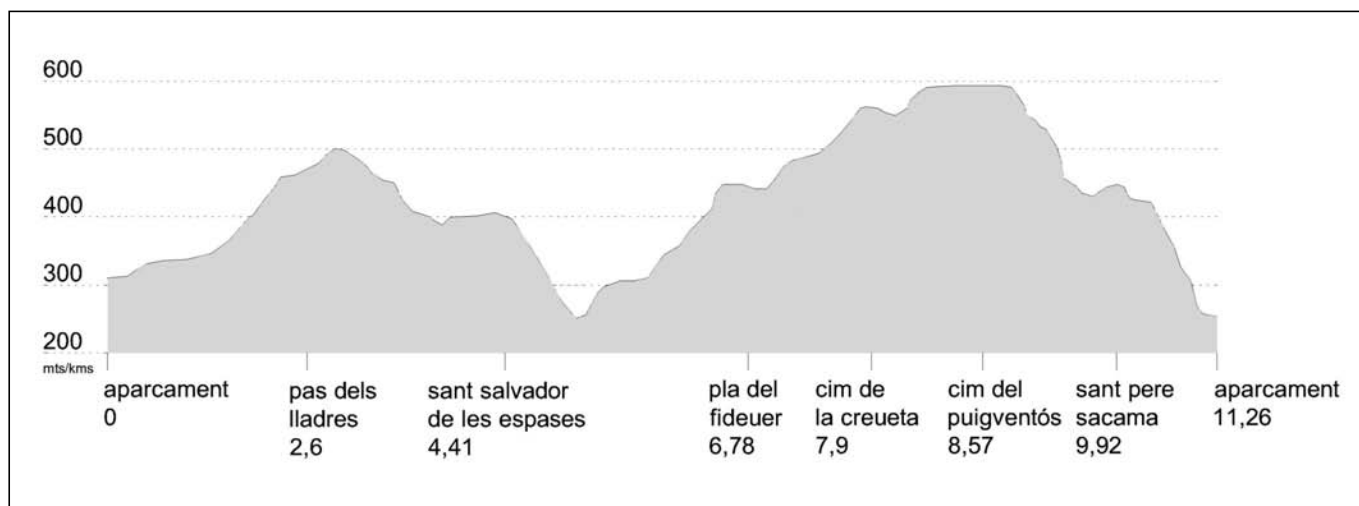
**Lloc i hora de sortida i transport:** El transport es farà en cotxes particulars. Quedarem a les 8h a l'estació d'autobusos, Rambleta del Pare Alegre, i allà distribuirem els cotxes per optimitzar-los.

**L'hora prevista de tornada:** es preveu cap a quarts de tres de la tarda.

**Inscripcions:** A la secretaria del Centre, de 19 a 21:30h, fins el divendres 9 de març.

**Recomanacions:** Es recomana estar federat per la FEEC. Portar material adequat a la sortida, botes de mitja canya, roba d'abric, impermeable (en cas de mala previsió), pals, aigua, esmorzar...

**Vocal:** Xavi Busom i Masjoan, 669 15 02 72  
xmasjoan@hotmail.com







## SECCIÓ INFANTIL CONEIXERMON

### “En bicicleta per Can Bonvilar”

**Diumenge, 18 de març de 2011**

Hola Coneixermons!

Després del gran èxit de la sortida de l'any passat amb bicis, aquest any ho volem repetir.

Canviarem l'itinerari, serà una mica més selectiu que l'any passat, però res que vosaltres no pugueu abastar, d'això n'estem convençudes.

Volem que conegueu els plans del Vallès, passejarem amb les bicis entremig de camps de conreu, arribarem fins els boscos de Can Deu a Sabadell, per tornar per una altra pista més bonica si cap.

Compte! que no tot serà pedalar! Haurem de superar algun obstacle maleït... paranyes que ens posaran els “monis” i jocs entremaliats que us faran pensar i fins a trobar les fites que us marcarem.

En total seran uns 10 km amb un desnivell total acumulat d'uns 80 m. O sigui, que pla del tot no és, hi ha alguna rampa de pujada, però tot plegat molt assequible, tant per a pares poc acostumats a pedalar, com per a nens que no van sovint amb bicicleta.

Per acabar us tenim preparada una sorpresa ENORME! No us ho podeu ni imaginar!!!

**Apa Coneixermons, us hi esperem!!!**

**Itinerari:** Torre de Mossèn Homs (Ctra. de Castellar) – Baixador de Torrebonica – Riera – Club de Golf – Mossèn Homs.

**Hora de sortida:** 10:00 h del matí a **Torre Mossèn Homs** (Ctra. de Terrassa a Castellar del Vallès).

**Desplaçament:** en cotxes particulars.

**Horari:** L'activitat començarà a les 10 del matí i acabarà sobre les 13:30 h.

**Dificultat:** Fàcil.

**Per a nens QUE SÀPIGUEN ANAR AMB BICICLETA per pistes de muntanya, sempre acompanyats d'un adult que se'n faci responsable.**

**IMPORTANT:** estar en possessió de la llicència federativa corresponent (pregunteu-ho a la Secretaria del CET) o compreu-la per un dia al mateix baixador de Torrebonica.

**Sobretot, penseu a fer una bona revisió de la bicicleta: l'aire dels neumàtics, greixatge de les cadenes, que funcionin els canvis de marxa, etc. Porteu eines per si hi ha alguna punxada!!**

**Material recomanat:** Porteu roba còmoda i esmorzar. **No us deixeu ni LES BICICLETES ni EL CASC!!**

**Preu:** 6 € per adult i 4 € per nens. Socis gratuït.

**Inscripcions:** A la secretaria del Centre, des d'avui i fins el dijous abans de la sortida o al tel. 93 788 30 30. Fent una transferència bancària al compte: **2107.1000.43.3305804844 (Unnim)**, amb la referència **Infantil** i el vostre **nom**.

**Vocals:** Gemma Franco, Imma Pla, Elena Valls i Montse Llobet.



## CALENDARI PROPERES SORTIDES

22 d'abril de 2012

### Aiguamolls

Dia sencer

SILENCI, ESCOLTA I GUAITA... Aprendre d'ornitologia acompanyats d'especialistes del Grup d'Ornitologia

20 de maig de 2012

### Ascensió al Puigmal

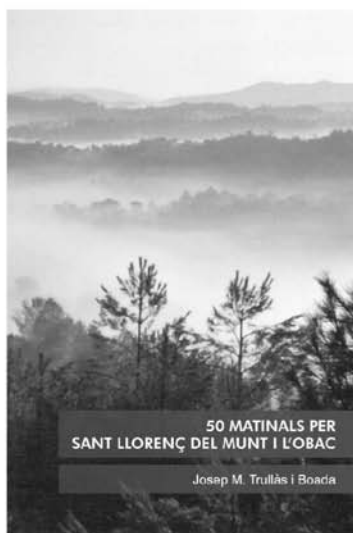
Dia sencer

EL MAPA DEL TRESOR. Interpretar un plànol que ens durà fins al tresor del cim. Aprendrem a caminar en alçada sense cansar-nos.

9 de juny de 2012

Tarda

FESTA DE CLOENDA. Passar-ho bé i recordar els bons moments viscuts.



*Una guia senzilla per a 50 matinals que us portaran als indrets més bells del nostre Parc Natural.*

*Més de 140 fotografies a tot color que us situaran als indrets que volem caminar amb un escollit lloc per a esmorzar i al migdia a dinar a casa.*

**en venda a la secretaria del centre  
i a les llibreries.**



**preu: 18 €**

## El català és cosa de tots

Busquem persones voluntàries per a guiar grups de conversa en català.

Dedicació: hora i mitja a la setmana.

És un projecte que desenvolupa la CAL i es diu "Xerrem".

([www.cal.cat](http://www.cal.cat))

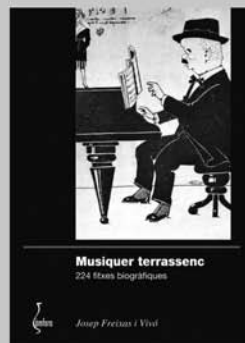
Per a informació o fer-se voluntari/a:

[xerremterrassa@gmail.com](mailto:xerremterrassa@gmail.com)

648 031 136



**regaleu les darreres  
novetats terrassenques**



**en venda a les llibreries  
edicions limitades**

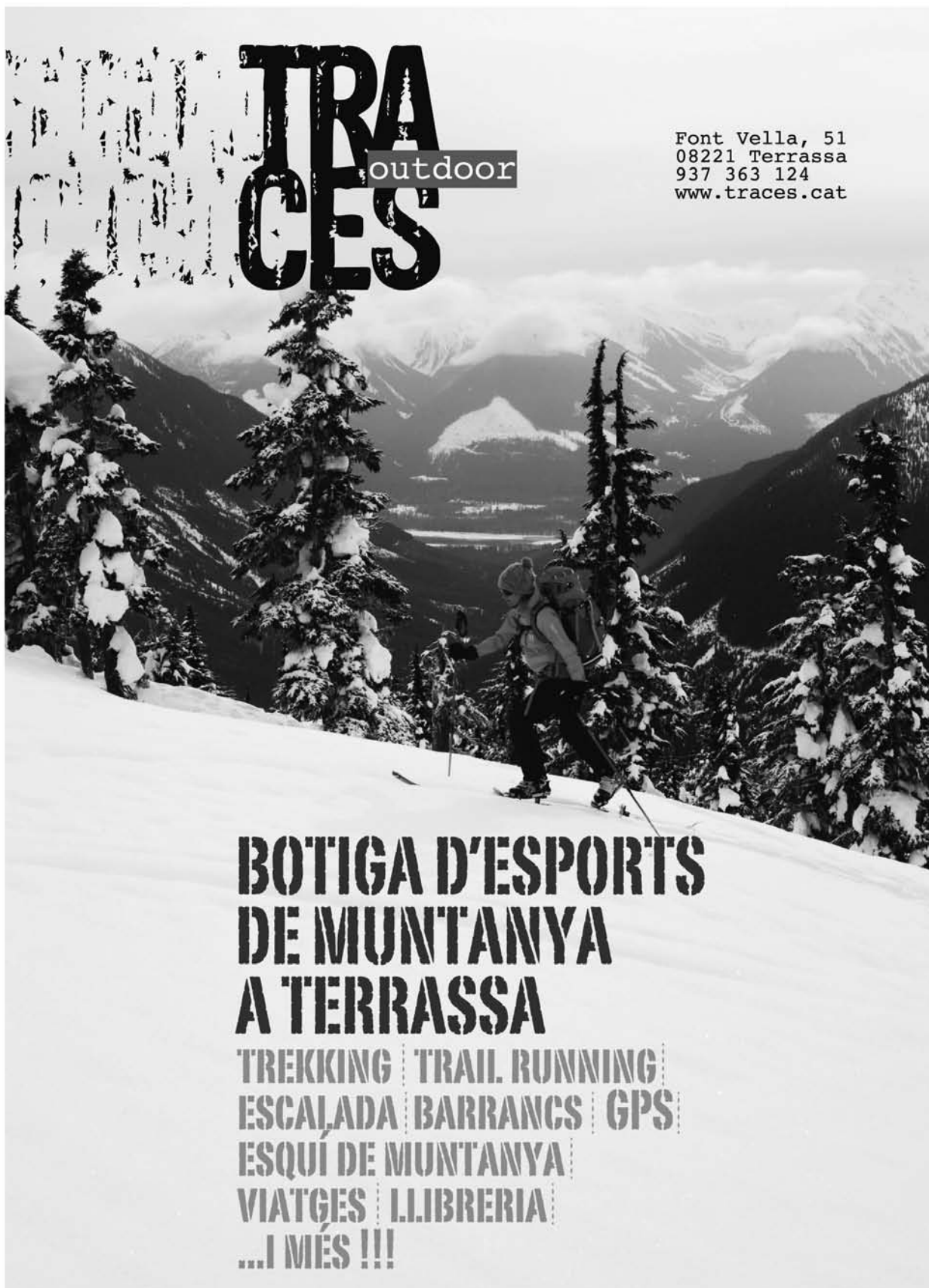
**FUNDACIÓ TORRE DEL PALAU**  
**[www.fundaciotorredelpalau.org](http://www.fundaciotorredelpalau.org)**

Publicació periòdica informativa del  
CENTRE EXCURSIONISTA DE TERRASSA  
Medalla d'Or de la Ciutat

Carrer de Sant Llorenç, 10  
08221 Terrassa (Vallès Occidental)  
Telèfon 93 788 30 30 - Fax 93 788 69 06  
[www.ce-terrassa.org](http://www.ce-terrassa.org)  
Adreça electrònica: [centre@ce-terrassa.org](mailto:centre@ce-terrassa.org)

Entitat adherida a:  
Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya  
Federació Catalana d'Espeleologia  
Federació Catalana d'Esports d'Hivern  
Institució Catalana d'Història Natural  
Societat Catalana de Micologia

Coordinació:  
Manuel Tomàs i Alastruey  
Núria Ventura i Cardús  
Imprimeix: Gràfiques A. Macià  
Dipòsit legal: B-17428-00



# TRACES outdoor

Font Vella, 51  
08221 Terrassa  
937 363 124  
[www.traces.cat](http://www.traces.cat)

## BOTIGA D'ESPORTS DE MUNTANYA A TERRASSA

TREKKING | TRAIL RUNNING  
ESCALADA | BARRANCOS | GPS  
ESQUÍ DE MUNTANYA  
VIATGES | LLIBRERIA  
...I MÉS !!!

Copyright Haglöfs · disseny: atelier de carmen

troba'ns a [www.traces.cat](http://www.traces.cat) i al facebook



trango world



PETZL

