



Centre  
Excursionista  
de Terrassa

# el Full

5a època · número 2 · novembre-desembre 2016

## Activitats CET



### DIADA DE GERMANOR

Diumenge, 6 de novembre

Com cada any, en acabar les vacances, tenim la necessitat de trobar-nos al voltant d'una taula o fent les activitats pròpies de la nostra entitat.

Ens trobarem a la casa de les Vendranes, a Vacarisses i, a més d'un bon dinar, per a qui ho desitgi, ens hi esperen:

- Una bona caminada
- Un recorregut naturalista
- Activitats de fotografia
- Una ruta amb bicicleta de muntanya
- La possibilitat d'explorar un avenc
- Una escalada
- Una gimcana de muntanya
- Música i ball

No hi faltis, te'n penediries!

## Activitats CET



### CAMINADA POPULAR DE TERRASSA

Diumenge, 6 de novembre

Presentem la 32a Caminada Popular de Terrassa que, aquest any, coincidirà amb la Diada de Germanor. El recorregut serà pels Cingles de Vacarisses i per la serra de l'Obac.

Per a aquesta edició s'han preparat tres recorreguts amb distàncies diferents:

- Recorregut llarg complet: 24,1 km i 1.120m de desnivell acumulat
- Recorregut llarg sense visites: 22,5km i 1.050m de desnivell acumulat
- Recorregut mitjà: 19,9km i 910m de desnivell acumulat
- Recorregut curt: 8,6km i 360m de desnivell acumulat

Segur que hi trobaràs la teva caminada!

## Editorial

### FELICITATS!!!

Els humans, en general, tenim una certa tendència per remarcar les coses negatives i el mal costum d'oblidar-nos de donar les gràcies i reconèixer quan les coses van bé. És un fet generalitzat i que es repeteix en molts àmbits: laboral, personal, amb els amics i coneguts, etc.

Jo dec ser diferent, en aquest sentit, perquè m'agrada molt més el que els professionals en diuen la "crítica constructiva". Gaudeixo de veritat quan puc remarcar qualsevol fet positiu i em sap molt greu quan haig de donar males notícies. No obstant això, també penso que s'ha de ser franc i quan cal també s'han de dir les coses que no van bé. Però sempre amb la voluntat de solucionar-les. I molt important: la manera de dir-les. Els professionals també tenen una altra paraula per això: es diu "empatia".

Però avui toca FELICITAR! I quina alegria que tinc! Hem de felicitar els joves de la casa que amb la seva energia, capacitat, entusiasme i ben fer han aconseguit que CASALS hagi estat un èxit. A nivell de participació, dinàmiques, realització i resultats. I també els organitzadors del CAMPAMENT que han aconseguit una participació que feia temps que no teníem (més de 150 participants), amb una organització excepcional, una cuina excel·lent, un bon rotllo increïble i també uns bons resultats.

MOLTES FELICITATS a tots i cadascú dels que heu estat participant i treballant per a aquestes activitats que tenen un pes important pel bon funcionament del CET.

GRÀCIES pel vostre esforç i dedicació i ÀNIMS per seguir treballant en aquesta línia.

Eva Cervelló  
Presidenta

## Novetats!

### CORAL

ESTEM TREBALLANT PER  
RECUPERAR LA CORAL DEL CET

**NOVETAT!** Música, cant, amics, bon ambient, cultura popular, fer país... una coral és tot això i molt més i ara pots tenir-ho al teu club: el CET

Més informació al web i a secretaria.

### TAI-TXÍ

ARA PODREM PRACTICAR  
AQUEST ART DE MEDITACIÓ EN  
MOVIMENT AL CET

**NOVETAT!** A partir del 8 de novembre, cada dimarts a la tarda, de 2/4 de 5 a 2/4 de 6, a les instal·lacions del CET.

Més informació al web i a secretaria.

### KAMESKIDS

VINE A CÓRRER I JUGAR  
PER LA MUNTANYA AMB  
NOSALTRES

**NOVETAT!** Activitat pensada per fomentar la pràctica de l'activitat física i l'acostament dels infants a l'entorn natural.

Cada dijous de 17 a 18:15 h

Més informació al web i a secretaria del CET.



## Crides!

### CALENDARI

NECESSITEM FOTOGRAFIES  
PER AL CALENDARI CET 2017

Aquestes fotografies haurien de reflectir les activitats pròpies del Centre i de les seves seccions.

Podeu enviar-les a:  
centre@ce-terrassa.cat

### AUDIOVISUAL DEL CAMPAMENT

ENS CALEN FOTOGRAFIES  
PER A L'AUDIOVISUAL DEL  
CAMPAMENT D'ENGUANY

Si vau anar al campament, teniu fotografies de les activitats que hi vau fer i les voleu compartir amb tothom, si us plau, envieu-les a:  
jordialbareda54@gmail.com

## Infantil i juvenil

### CONEIXERMON

EL BOSC DE LA GREVOLOSA

Diumenge, 13 de novembre

**Sortida:** 8:00h a l'hotel Don Cándido

**Dificultat:** baixa ▲

**Desnivell:** 351 m

**Recorregut:** 7,5 km

**Durada:** es tornarà a mitja tarda

**Vocals:** Ignasi Villarroya, Conchi Pérez,  
Mercè Selga i Marta Sanllehí

**Telèfon de contacte:** 666 976 453

**Preu soci:** gratuït

**Preu no soci:** pares gratuït, nens 5€

EL TIÓ PER SANT LLORENÇ

Diumenge, 18 de desembre

**Sortida:** 9:00h a l'estació de servei Q8

**Dificultat:** baixa ▲

**Durada:** matinal

**Vocals:** Ignasi Villarroya, Conchi Pérez,  
Mercè Selga i Marta Sanllehí

**Telèfon de contacte:** 666 976 453

**Preu soci:** gratuït

**Preu no soci:** pares gratuït, nens 5€



## EXTRAESCOLARS

Cada dimecres de 17:00 a 18:30  
Escala, juga, aprèn i, sobretot,  
diverteix-te amb els nostres monitors  
al nostre local.

## enCETem

### ACTIVITATS AL LOCAL

Dissabtes 5 i 19 de novembre i  
10 de desembre

Si tens entre 10 i 12 anys i tens ganes  
de gaudir de la muntanya, la natura i  
de totes les activitats que s'hi poden  
fer, vine a enCETem Aventures! T'hi  
esperem!

### SORTIDA A LA DIADA DE GERMANOR

Diumenge, 6 de novembre

Dificultat: baixa ▲

### SORTIDA D'ESPELEOLOGIA

Diumenge, 11 de desembre

Dificultat: alta ▲▲▲

## CURS D'EXCURSIONISME

### 48è CURS D'EXCURSIONISME

Formació tècnica de muntanya en  
tots els seus àmbits: alta muntanya,  
escalada, espeleologia, esquí,  
fotografia, ciències naturals... per a  
nois i noies d'entre 13 i 16 anys.

- 2 de novembre: conferència sobre material de muntanya
- 5 i 6 de novembre: sortida a la Diada de Germanor
- 23 de novembre: conferència sobre primers auxilis
- 26 i 27 de novembre: sortida a Montserrat
- 14 de desembre: conferència sobre espeleologia
- 17 i 18 de desembre: sortida d'espeleologia



## Senderisme

## PETITES TRAVESSADES FAMILIARS



### DE LA POBLA DE LILLET AL SANTUARI DE FALGARS PER LA COVA

Diumenge, 20 de novembre

**Sortida:** 7:00h a l'estació d'autobusos

**Dificultat:** mitjana ▲▲

**Desnivell:** 452m

**Recorregut:** 9,40 km

**Durada:** de 4 a 4:30h de marxa

**Vocals:** Jaume Prunés i Rossend Sanllehí

**Telèfon de contacte:** 600 483 359 i  
937 838 520

**Preu soci:** 30€ (inclou autocar i dinar)

**Preu no soci:** 40€ (inclou autocar i dinar)

### PRE-NADALENCA: CAMINANT PER MONTSERRAT

Diumenge, 18 de desembre

**Sortida:** 7:30h a l'estació d'autobusos

**Dificultat:** mitjana ▲▲

**Desnivell:** 276m

**Recorregut:** 8 km

**Durada:** 4:00h de marxa

**Vocals:** Ricard Alegre i Julià Fossas

**Telèfon de contacte:** 660 589 520 i  
649 828 595

**Preu soci:** 30€ (inclou autocar i dinar)

**Preu no soci:** 40€ (inclou autocar i dinar)

## PASSEJADES PEL PARC

### CAMÍ DE LA CANAL DE MURA

Dimecres, 9 de novembre

**Sortida:** 8:00h al Centre Cultural

**Dificultat:** baixa ▲

**Desnivell:** +210 -210m

**Recorregut:** 9,53 km

**Durada:** 3:30h de marxa

**Vocals:** Enric Prat i Josep Trullàs

**Telèfon de contacte:** 618 270 049 i  
619 963 134

**Preu soci:** gratuït

**Preu no soci:** 5€



### DINAR DE NADAL: LES MINES DE MURA, LA FONT DEL CARGOL I EL CASTELLOT

Dimecres, 14 de desembre

**Sortida:** 8:00h al Centre Cultural

**Dificultat:** baixa ▲

**Desnivell:** +254 -254m

**Recorregut:** 8,50 km

**Durada:** 3:00h de marxa

**Vocals:** Enric Prat i Josep Trullàs

**Telèfon de contacte:** 618 270 049 i  
619 963 134

**Preu soci:** gratuït

**Preu no soci:** 5€

## HORITZONS

### SERRA DE BASTETS, SANT LLORENÇ DE MORUNYS

Dissabte, 12 de novembre

**Sortida:** 7:00h al Centre Cultural

**Dificultat:** Mitjana ▲▲

**Desnivell:** +834 -463m

**Recorregut:** 16,5 Km

**Durada:** 5:30 hores de marxa

**Vocals:** Antoni Pirla- Pep Mas

**Telèfon de contacte:** 635 451 521

**Preu soci:** 17€

**Preu no soci:** 27€

### GISCLARENY, MAÇANERS

Dissabte, 3 de desembre

**Sortida:** 7:00h al Centre Cultural

**Dificultat:** Mitjana ▲▲

**Desnivell:** +550 -350m

**Recorregut:** 12km

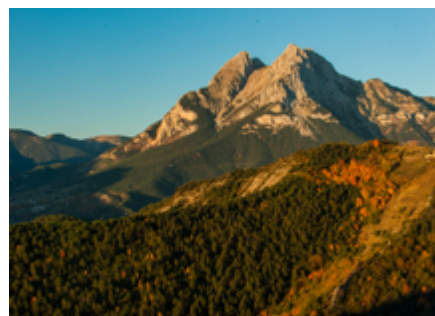
**Durada:** 5-6 hores de marxa

**Vocals:** Narcís Serrat

**Telèfon de contacte:** 635 451 521

**Preu soci:** 17€

**Preu no soci:** 27€



## SENDERS

CAMINANT PER LA HISTÒRIA:  
VALLMANYA DE PINÓS –  
CARDONA

Diumenge, 20 de novembre

**Sortida:** 7:00h Rambla FGC

**Dificultat:** baixa ▲

**Desnivell:** +421 - 470m

**Recorregut:** 18,92km

**Vocal:** Enric Cortès

**Preu soci:** 18€

**Preu no soci:** 28€

**Inscripció:** del 7 al 17 de novembre

CAMINANT PER LA HISTÒRIA:  
CARDONA - SOLSONA

Diumenge, 18 de desembre

**Sortida:** 7:00h Rambla FGC

**Dificultat:** mitjana ▲▲

**Desnivell:** +598 - 401m

**Recorregut:** 22,44km

**Vocal:** Enric Cortès

**Preu soci:** 18€

**Preu no soci:** 28€

**Inscripció:** del 5 al 15 de desembre

## MARXA NÒRDICA

MATINAL A VILADA

Dissabte, 19 de novembre

**Sortida:** 8:00h a l'hotel Don Cándido

**Dificultat:** baixa/mitjana ▲▲

**Desnivell:** 400m

**Recorregut:** 15km

**Durada:** 5:00h de marxa

**Vocal:** Joan Abelló

**Telèfon de contacte:** 647 596 771

**Preu soci:** gratuït

**Preu no soci:** 5€

CAMINADA SOLIDÀRIA AMB LA  
MARATÓ DE TV3

Dissabte, 17 de desembre

**Sortida:** 8:45h a l'hotel Don Cándido

**Desnivell:** 130m

**Recorregut:** 11km

**Durada:** 2:00 - 3:00h de marxa

**Vocal:** Elisenda Estany

**Telèfon de contacte:** 650 837 088

**Preu:** gratuït. Es recomana una  
aportació a partir de 10€ que  
s'ingressaran íntegres al compte  
de la Marató de TV3

Sortida conjunta amb la Unió  
Excursionista de Sabadell i  
organitzada per NordicWalks de  
Sant Quirze del Vallès

## Alta muntanya

### COL·LECTIVES D'ESQUÍ DE MUNTANYA I RAQUETES

ESTEM TREBALLANT EN EL

PROGRAMA DE SORTIDES.

ESTIGUEU ATENTS AL WEB!



## Entrenament i Formació



### B(V)ICICET

PEDALANT PER LA GARROTXA

Diumenge, 4 de desembre

**Sortida:** 7:00h a l'hotel Don Cándido

**Dificultat:** mitjana ▲▲

**Desnivell:** 400-600m en funció de si  
s'arriba a Olot o no

**Recorregut:** 40-60km

**Durada:** tot el dia

**Vocals:** Enric, Eva i Mike

**Preu:** gratuït + 20€ aprox. del dinar

**Data límit d'inscripció:** 30 de  
novembre

**Reunió preparatòria:** 30 de novembre  
a les 20:00

## ENTRENAMENT

ENTRENAMENT URBÀ

Cada dilluns, dimecres i  
divendres de 07:00 a 08:00

Activitat física dirigida per un expert  
al local del CET i als carrers i places  
properes.

CAMESAJUDEUME

Cada dilluns i dimecres i alguns  
caps de setmana

Entrenament per a curses per  
muntanya. Si hi voleu participar,  
envieu un WhatsApp al Xavi Busom al  
669 150 272

## CURSOS

EXCURSIONISME PER A  
ADULTS

Del 22 de setembre al 28 de  
maig

Curs orientat a adults per a iniciar-se  
als esports de muntanya

- 3 i 8 de novembre: Coneixement  
corporal i prevenció
- 10, 13, 16 i 20 de novembre:  
Orientació amb mapes i GPS
- 22 de novembre: Responsabilitats  
i assegurances
- 24 i 27 de novembre: Fotografia
- 14 i 18 de desembre: Marxa  
nòrdica



## Espeleologia

### COL·LECTIVES

SISTEMA DE LES BORES DEL  
BORRÓ (Sales de Llierca)

Diumenge, 13 de novembre

**Sortida:** 7:30h a l'estació d'autobusos

**Dificultat:** baixa ▲

**Desnivell:** 30m

**Recorregut:** 1.315m

**Durada:** tot el dia

**Vocal:** Marc Pirla

**Contacte:** sisdelcet@gmail.com

**Reunió preparatòria:** 10 de novembre  
a les 21:30



## ESPELEOKINDER

COVA DEL PETRECÓ

(Esparreguera)

Diumenge, 20 de novembre

**Sortida:** 8:00h a l'estació d'autobusos

**Dificultat:** baixa ▲

**Desnivell:** 16m

**Recorregut:** 130m

**Durada:** 3h més trasllats

**Vocal:** Guillem Villagrassa

**Contacte:** sisdelcet@gmail.com

**Reunió preparatòria:** 17 de novembre  
a les 21:30

## CICLE NADALENC

Entre els dies 18 de desembre i el 8 de gener tindrà lloc la 39a edició del Cicle Nadalenc de la SIS. Es faran 5 sortides en les que es visitaran coves i avencs del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, principalment

**Durada de cada sortida:** 2-4h

**Vocal:** Eduard Badiella

**Contacte:** sisdelcet@gmail.com

**Més informació:** reunions de la SIS

## Esquí

## AUTOCARS

TRANSPORT COL·LECTIU PER ANAR A ESQUIAR A MASELLA

Novetat! Els dissabtes, durant tota la temporada d'esquí alpí

**Preu:** 58€ (transport + forfet)

## Ciències naturals



## REUNIÓ ANUAL

I FINAL DE CURS DE LA SECCIÓ

Dilluns, 12 de desembre a les 20:00

A la sala Àngel Casanovas

## BOTÀNICA

HOSTALET DEL DAVÍ

Diumenge, 13 de novembre

**Sortida:** 8:00h al Centre Cultural

**Dificultat:** baixa ▲

**Durada:** matinal

**Vocal:** Antoni Comellas

**Telèfon de contacte:** 649 533 035

LES TINES DE LA BALMA ROJA

Diumenge, 11 de desembre

**Sortida:** 8:00h al Centre Cultural

**Dificultat:** baixa ▲

**Desnivell:** 300m

**Recorregut:** 8km

**Durada:** 3:00h de marxa

**Vocal:** Joan Crispi

**Telèfon de contacte:** 600 063 295



## ORNITOLOGIA

REUNIÓ DE LA VOCALIA

El dimecres, 9 de novembre

## Fotografia

## TERTÚLIES

A LA SALA DE LA SECCIÓ A

LES 19:30

- novembre: 7 i 21
- desembre: 5 i 19

## PROJECCIONS

A LA SALA DE LA SECCIÓ A

LES 19:30

- novembre: 14 i 28
- desembre: 12

## XERRADES DE

## FOTOGRAFIA ELEMENTAL

A LA SALA ÀNGEL CASANOVAS

- Dijous alterns a les 16:00

## EXPOSICIONS

EXPOSICIÓ CONJUNTA: LÍNIES I FORMES D'ARQUITECTURA, de Xavier Vila, i ISLÀNDIA, de Toni Marín

Del 31 d'octubre al 25 de novembre a la sala Àngel Casanovas

EXPOSICIÓ DEL 76è CONCURS DE FOTOGRAFIA

Del 28 de novembre al 3 de gener a la sala Àngel Casanovas



## CONCURS DE FOTOGRAFIA

76è CONCURS DE FOTOGRAFIA

Participació oberta del 7 de setembre a l'11 de novembre

Premis a:

- la millor sèrie
- la millor fotografia de muntanya
- la millor fotografia de flora i fauna
- la millor fotografia de tema lliure
- especial soci del CET

Admissió fins a l'11 de novembre

## Cultura

## SPEAKING ENGLISH

Cada dilluns, al bar, a les 21:00

Practica l'anglès tot sopant amb bona companyia. Ara dos nivells: inicial i mitjà. Trobareu informació detallada de cada sessió al web

## CONFERÈNCIES

LLULL, EL SEU TEMPS I EL NOSTRE

Dijous, 3 de novembre a les 20:00

Vicenç Villatoro, director del CCCB ens parlarà d'un dels escriptors i pensadors més destacats de l'Edat Mitjana.

## PRESENTACIÓ DE "ALLÒ QUE VA PASSAR A CARDÓS"

Dijous, 10 de novembre a les 19:30

Sis anys després de "L'home de la maleta". Ramon Solsona ofereix una novel·la èpica i vibrant que té tota la rotunditat dels clàssics.

## ENS PODEM SENTIR SEGURS A INTERNET?

Dijous, 24 de novembre a les 19:30

A càrrec del nostre consoci Tomàs Roy, director d'Estratègia de la Seguretat del Centre de Seguretat de la Informació.

## PRESENTACIÓ DE "L'ESCÒ INVISIBLE"

Dijous, 1 de desembre a les 19:30

Josep Maria Martí periodista i presentador del programa "Parlament" de TV3 presenta una visió humanitzada de la classe política, allunyada de l'anàlisi i del dia a dia dels mitjans.

## Al nostre local



## LA NIT DEL JOC

Tots els dijous, de 2/4 de 10 fins a la mitjanit

Els amants i apassionats dels jocs de taula, però també els curiosos o els que s'hi volen iniciar, tenen un espai de trobada al bar del centre. Aquesta activitat la fem amb la col·laboració de l'Andròmina

## TREURE BALL

Cada tercer divendres de mes, al bar, de les 22:00 a les 24:00  
Juga, mou-te, arramba, emociona't, balla... Vine i ens ensenyaran el balls i les danses d'aquí i d'arreu. Vine i escolta! Vine i balla! Vine i viu!

## Activitats CET

### DIADA DE GERMANOR

A LA CASA DE LES VENDRANES (VACARISSES)

Diumenge, 6 de novembre

Un bon dinar amb els amics amb qui comparteixes la passió per la muntanya i un munt d'activitats organitzades per totes les seccions de l'entitat.

### CAMINADA POPULAR DE TERRASSA

PER LA SERRA DE L'OBAC, LA RIERA DE RELLINARS, ELS CINGLES DE VACARISSES I EL TORRENT DE LES VENDRANES

Diumenge, 6 de novembre

Caminada popular oberta a tothom.

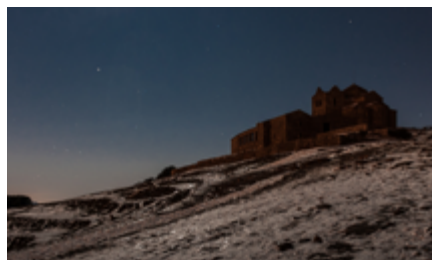
Inscripcions: al web i a secretaria del CET o a la sortida de la caminada.

### QUINTO

AL BAR DEL CET

Sessions d'aquest popular joc nadalenc les dates més assenyalades:

- Nadal a les 7 de la tarda
- 1 de gener a les 7 de la tarda
- dia de Reis a les 7 de la tarda
- 7 de gener a les 10 del vespre
- 8 de gener a les 7 de la tarda



### MISSA DEL GALL

TRADICIONAL MISSA DEL GALL A LA MOLA

Nit de Nadal a les 12:00h

Missa del Gall al cenobi benedictí de la Mola, presidida per l'escolapi terrassenc P. Antoni Baltà.

Tots els instruments musicals hi seran benvinguts per acompanyar les cançons i les nades. En acabar compartirem les restolines que cadascú porti.

## 48a VETLLADA POÈTICA I CONCERT DE SANT ESTEVE

A LA SALA ÀNGEL CASANOVAS  
Dia de Sant Esteve a les 19:00

Vetllada poètica dedicada al poeta Miquel Martí i Pol, del qual es llegiran obres seves que han estat musicades per cantants del nostre país.

Llegirem els seus poemes i n'escollirem la interpretació musical.

A la segona part de la Vetllada hi haurà l'actuació de la nova coral del nostre Centre, amb música tradicional catalana i temes nadalencs.

## Biblioteca i arxiu

### BIBLIOTECA

Horari d'atenció presencial:

**Tots els dijous de 18 a 21 hores**

Per a consultes i altres horaris, escriviu-nos al correu electrònic:

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

Podeu consultar des de casa el fons bibliogràfic del CET a:

**[http://biblioteca.cec.cat/opac\\_cet/](http://biblioteca.cec.cat/opac_cet/)**

Recordeu que tots els llibres es poden agafar en préstec.

**LA PROPOSTA:** Cerqueu indrets poc concorreguts? L'Editorial Piolet ha tret una sèrie de mapes que cobreixen zones del territori poc tractades. A la Biblioteca i Arxiu del CET en tenim uns quants. Descobriu-ne un tastet a través del següent enllaç:

**<https://goo.gl/AN8YjP>**

Darreres incorporacions:

- Donatiu de Jordi Huget  
Cots, diverses guies de BTT i una d'itineraris fàcils des de Barcelona.
- Donatiu de Martí Puig, diversos mapes de l'ICGC de la col·lecció d'Espais Naturals E1:25.000

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](http://ce-terrassa.cat)  
[centre@ce-terrassa.cat](mailto:centre@ce-terrassa.cat)  
93 788 30 30  
Dipòsit legal: B-17428-0

# AGENDA D'ACTIVITATS NOVEMBRE-DESEMBRE

## novembre

dimecres 2

**CURS EXCURSIONISME** ·  
CONFERÈNCIA MATERIAL DE  
MUNTANYA  
**CURS EXCURSIONISME ADULTS**  
CONEXIEMENT CORPORAL I  
PREVENCIÓ

dijous 3

**CULTURA** · LLULL, EL SEU TEMPS I EL NOSTRE

dissabte 5

**enCETem** · ESPLAI

diumenge 6

**DIADA DE GERMANOR**  
**CAMINADA POPULAR DE TERRASSA**

dilluns 7

**FOTOGRAFIA** · TERTÚLIA  
**SPEAKING ENGLISH** · NIVELL MITJÀ

dimecres 9

**PASSEJADES PEL PARC** · CAMÍ DE LA  
CANAL DE MURA  
**ORNITOLOGIA** · REUNIÓ MENSUAL

dijous 10

**CULTURA** · ALLÒ QUE VA PASSAR A  
CARDÓS  
**CURS EXCURSIONISME ADULTS**  
ORIENTACIÓ AMB MAPES I GPS

divendres 11

**FOTOGRAFIA** · FI DEL TERMINI  
D'ACCEPTACIÓ DE LES FOTOGRAFIES  
AL 76è CONCURS

dissabte 12

**HORITZONS** · SERRA DE BASTETS,  
SANT LLORENÇ DE MORUNYS

diumenge 13

**CONEIXERMON** · EL BOSC DE LA  
GREVOLOSA  
**ESPELEOLOGIA** · SISTEMA DE LES  
BORES DEL BORRÓ  
**BOTÀNICA** · HOSTALET DEL DAVÍ

dilluns 14

**FOTOGRAFIA** · PROJECCIÓ  
**SPEAKING ENGLISH** · NIVELL INICIAL

divendres 18

**TREURE BALL**

dissabte 19

**enCETem** · ESPLAI  
**MARXA NÒRDICA** · MATINAL A  
VILADA

diumenge 20

**PETITES TRAVESSADES FAMILIARS**  
DE LA POBLA DE LILLET AL  
SANTUARI DE FALGARS PER LA  
COVA  
**SENDERS** · CAMINANT PER LA  
HISTÒRIA: VALLMANYA DE PINÓS –  
CARDONA  
**ESPELEOKINDER** · COVA DEL PETRECÓ

dilluns 21

**FOTOGRAFIA** · TERTÚLIA  
**SPEAKING ENGLISH** · NIVELL MITJÀ

dimarts 22

**CURS EXCURSIONISME ADULTS**  
RESPONSABILITATS I ASSEGURANCES

dimecres 23

**CURS EXCURSIONISME**  
CONFERÈNCIA PRIMERS AUXILIS

dijous 24

**CULTURA** · ENS PODEM SENTIR  
SEGURS A INTERNET?  
**CURS EXCURSIONISME ADULTS**  
FOTOGRAFIA

dissabte i diumenge 26 i 27

**CURS EXCURSIONISME** · SORTIDA A  
MONTSERRAT

dilluns 28

**FOTOGRAFIA** · INAUGURACIÓ  
EXPOSICIÓ 76è CONCURS I PROJECCIÓ  
**SPEAKING ENGLISH** · NIVELL INICIAL

## desembre

dijous 1

**CULTURA** · L'ESCÓ INVISIBLE

dissabte 3

**HORITZONS** · GISCLARENY, MAÇANERS

diumenge 4

**B(V)ICICET** · PEDALANT PER LA GARROTXA

dilluns 5

**FOTOGRAFIA** · TERTÚLIA  
**SPEAKING ENGLISH** · NIVELL MITJÀ

dissabte 10

**enCETem** · ESPLAI

diumenge 11

**enCETem** · SORTIDA D'ESPELEOLOGIA  
**BOTÀNICA** · LES TINES DE LA BALMA  
ROJA

dilluns 12

**FOTOGRAFIA** · PROJECCIÓ  
**CIÈNCIES NATURALS** · REUNIÓ  
ANUAL  
**SPEAKING ENGLISH** · NIVELL INICIAL

dimecres 14

**CURS EXCURSIONISME**  
CONFERÈNCIA D'ESPELEOLOGIA  
**CURS EXCURSIONISME ADULTS**  
MARXA NÒRDICA  
**PASSEJADES PEL PARC** · DINAR DE  
NADAL: LES MINES DE MURA, LA  
FONT DEL CARGOL I EL CASTELLÓ

divendres 16

**TREURE BALL**

dissabte 17

**MARXA NÒRDICA** · CAMINADA  
SOLIDÀRIA AMB LA MARATÓ DE TV3

dissabte i diumenge 17 i 18

**CURS EXCURSIONISME** · SORTIDA  
D'ESPELEOLOGIA

diumenge 18

**CONEIXERMON** · EL TIÓ PER SANT  
LLORENÇ  
**PETITES TRAVESSADES FAMILIARS**  
PRE-NADALENCA: CAMINANT PER  
MONTSERRAT  
**SENDERS** · CAMINANT PER LA  
HISTÒRIA: CARDONA - SOLSONA  
**ESPELEOLOGIA** · INICI DEL CICLE  
NADALENC

dilluns 21

**FOTOGRAFIA** · TERTÚLIA  
**SPEAKING ENGLISH** · NIVELL MITJÀ

dissabte 24

**MISSA DEL GALL**

dilluns 26

**48a VETLLADA POÈTICA I CONCERT DE**  
**SANT ESTEVE**



AMB EL CARNET DEL CET, PREUS ESPECIALS A:



**Kniera**  
RUNNING

ALIMENTACIÓ I NUTRICIÓ ESPORTIVA

CALÇAT ASFALT

CALÇAT TRAIL

PALS DE MARXA NÒRDICA

DESCOMPTE ALS SOCIS DE LES ENTITATS ESPORTIVES • MATERIAL OUTLET, TOT L'ANY.

Voluntaris Olímpics, 75 - 08225 Terrassa - Tel: 93 537 2050



**Centre  
Excursionista  
de Terrassa**



Centre homologat per la Generalitat de Catalunya per realitzar revisions mèdiques esportives.

El 40% de la població practica algun tipus d'activitat esportiva, però la majoria no es fan una revisió mèdica.

*En qualsevol esport...  
!!Controla el teu cor!!*



*Amb una prova d'esforç*

**Revisions Mèdiques**  
Electrocardiograma  
Espirometria  
Anàlisis

**Certificats Mèdics  
per a permís de:**

Conduir  
Armes  
Gossos  
Oposicions  
Treball  
Esports

**Reconeixements  
Egara**  
Centre mèdic

Centre mèdic col·laborador amb la **Direcció Catal. de Turisme**  
c/ Arquimedes, n° 100 - 08224 Terrassa (A prop de la Plaça del Progrés)  
Telf: 93 780 45 13 • info@reconeixementsegara.com  
[www.reconeixementsegara.com](http://www.reconeixementsegara.com)

**P**  
GRATUÏT

**Preus especials  
presentat el  
carnet del  
CE-Terrassa**

