



Centre
Excursionista
de Terrassa

el Full

5a època · número 3 · gener-febrer 2017

Activitats CET

Alta muntanya



VALLÈS DRAC RACE

Diumenge, 19 de febrer

El Centre organitza enguany la **Vallès Drac Race** el proper 19 de febrer. És una cursa de muntanya de 50 km amb origen i arribada a Terrassa passant pel massís de sant Llorenç i la serra de l'Obac.

Des del Parc de les Nacions Unides surt cap a Matadepera i, pel vessant del riu Ripoll, arriba fins al Marquet de les Roques. Travessa la part nord del massís fins a la casa de la Vall i fins a Mura. El camí de tornada a Terrassa segueix tota la carena de l'Obac.

Com a complement de la **VDR** presentem dues curses més: la **Half** d'uns 25 km amb sortida a Mura i seguint el mateix itinerari i l'**Esquena del Drac**, d'uns 10 km amb sortida i arribada al Parc de les Nacions Unides. També hi haurà diverses curses infantils amb recorreguts curts.



ESQUÍ DE MUNTANYA I RAQUETES

Amb l'hivern arriba la neu a les parts altes de les muntanyes i amb la neu arriben els esports d'hivern: l'esquí de fons, l'esquí alpí, l'esquí de muntanya i les raquetes. Aquest hivern us oferim un programa de sortides col·lectives per practicar aquests esports que, al nostre país, només podem practicar a l'hivern.

Esquí alpí: sortides col·lectives amb autocar a la Masella amb preus per a totes les edats que inclouen el viatge amb autocar i el forfet.

Esquí de muntanya i raquetes:

- Ascensió al pic de la Mina
- Ascensió al pic de Tarbésou
- Ascensió al pic Bassiero

I, a més, les sortides de formació incloses en el curs d'excursionisme per a adults.

Editorial

BON NADAL I MILLOR ANY 2017!

Just ara fa un any, a l'editorial del gener/febrer del 2016, comentava la por als canvis i sort que realment no ens fan por perquè no paren de passar-nos-en. Algú podria arribar a pensar que els canvis que hem dut a terme aquesta junta, sobretot pel que fa al tema del personal, estaven programats des del nostre inici. Res més lluny de la realitat! El nostre desig era, és i serà, seguir trepitjant els camins ja trepitjats per tal de refermar-los. Per convicció i, per què negar-ho, per comoditat! Però sembla que per una raó o altra aquests canvis esdevenen, ens els trobem davant o ens veiem obligats a fer-los. A vegades per legalitats (maleïdes lleis que no ens deixen avançar sempre en la direcció que voldríem!), a vegades per poder seguir i altres vegades per incompatibilitats. I us ben asseguro que no és gens fàcil! Però volem que el Centre tiri endavant, fort, valent i endreçat! I només hi ha un camí perquè això passi. El camí de fer les coses ben fetes malgrat el que pugui costar.

Us torno a demanar, com ara fa un any, que no patiu gens. Estem convençuts que tots els canvis que estem realitzant seran a fi de bé. Us ho demostrarem! Amb fets i resultats. De fet, crec que ja ho estem fent! Per exemple amb l'aprovació dels nous estatuts i el RRI (reglament de règim intern), un pas més endavant per a la bona convivència dins la nostra Entitat. Noves activitats, algunes més atrevides que altres, però que ningú no pensí en cap moment que perdrem l'essència. Nova decoració (gràcies una vegada més Anna Clarina) del local i un etcètera que anireu veient.

Eps, però no ens posem tristos! Ja arriba el Nadal i és un moment de bons desitjos. Des de la Junta, i de tot cor, us desitgem molta sort i salut, molta muntanya, molta esperança, molta alegria, molta força i molt d'entusiasme. I no només per Nadal sinó per tot l'any 2017!

SIGUEU MOLT FELIÇOS!

Eva Cervelló
Presidenta

Infantil i juvenil

CONEIXERMON

REPLANTEM ELS AVETS I ANEM A LA NEU

Diumenge, 15 de gener

Sortida: 8:00 a l'hotel Don Cándido

Dificultat: baixa ▲

Durada: tot el dia

Vocals: Ignasi Villarroya, Conchi Pérez, Mercè Selga

Telèfon de contacte: 666976453

Preu soci: gratuït

Preu no soci: pares gratuït, nens 5€



RAQUETES DE NEU PER TUIXENT

Diumenge, 12 de febrer

Sortida: 8:00 a l'hotel Don Cándido

Durada: tot el dia

Vocals: Ignasi Villarroya, Conchi Pérez, Mercè Selga

Telèfon de contacte: 666976453

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 14 de gener i 4 i 18 de febrer

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 D'ESQUÍ

21 i 22 de gener

Dificultat: alta ▲▲▲

SORTIDA A LA GARROTXA

19 de febrer

Dificultat: baixa ▲

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.

Senderisme

PETITES TRAVESSADES FAMILIARS

L'ESQUIROL · SALT DE LA FORADADA · DOLMEN DE PUIGSESPEDRES · L'ESQUIROL

Diumenge, 22 de gener

Sortida: 7:00 a l'estació d'autobusos

Dificultat: moderada ▲▲

Desnivell: +314m -464m

Recorregut: 10km

Durada: de 4 a 4:30h de marxa

Inscripcions: del 9 al 19 de gener

Vocals: Francesc Ullés i Toni Ripoll

Telèfon de contacte: 66884739

696685702

Preu soci: 30€ (inclou autocar i dinar)

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



48a RENOVACIÓ DE LA FLAMA DE LA LLENGUA CATALANA

Diumenge, 19 de febrer

Sortida: 8:00 a l'estació d'autobusos

Inscripcions: del 6 al 16 de febrer

Preu soci: 35€ (inclou autocar i dinar)

Preu no soci: 45€ (inclou autocar i dinar)

PENYA-SEGATS DEL BAIX EBRE

Diumenge, 26 de febrer

Sortida: 7:00 a l'estació d'autobusos

Desnivell: 120m

Recorregut: 9.50km

Durada: de 4 a 4:30h de marxa

Inscripcions: del 13 al 23 de febrer

Vocals: Julià Fossas i Ricard Alegre

Telèfon de contacte: 69828595

Preu soci: 35€ (inclou autocar i dinar)

Preu no soci: 45€ (inclou autocar i dinar)

Pròxima sortida: 26 de març a

Castellar de n'Hug

PASSEJADES PEL PARC

VACARISSES • MASIA DE

SANANA • CAN CÒDOL

Dimecres, 18 de gener

Sortida: 8:00h al Centre Cultural

Dificultat: baixa ▲

Desnivell: +196m -196m

Recorregut: 8.74km

Durada: de 3h de marxa

Vocals: Enric Prat i Josep Trullàs

Telèfon de contacte: 618270049

619963134

Preu soci: gratuït

Preu no soci: 5€



TINES DEL RIU LLOBREGAT I DE LA RIERA DE MURA

Dimecres, 8 de febrer

Sortida: 8:00h al Centre Cultural

Dificultat: baixa ▲

Desnivell: +57m -57m

Recorregut: 10.50km

Durada: de 3h de marxa

Vocals: Enric Prat i Josep Trullàs

Telèfon de contacte: 618270049

619963134

Preu soci: gratuït

Preu no soci: 5€

HORITZONS

CAMINANT PELS CINGLES DE BERTÍ

Dissabte, 14 de gener

Sortida: 7:00h al Centre Cultural

Dificultat: mitjana ▲▲

Desnivell: +900m -450m

Recorregut: 15km

Durada: 6 hores de marxa

Vocals: Rosa Gil, Sergi Núñez

Telèfon de contacte: 635451521

Preu soci: 17€

Preu no soci: 27€

Possibilitat d'entrar a Sant Miquel del Fai però cal pagar 6€ d'entrada



LA MORERA DE MONTSANT • CLOT DEL CIRER • LA MORERA

Dissabte, 4 de febrer

Sortida: 6:00h al Centre Cultural

Dificultat: Alta ▲▲▲

Desnivell: +873m -873m

Recorregut: 17,5 Km

Durada: 7:30 h de marxa

Vocal: Francesc Muntada i Marta Begué

Telèfon de contacte: 609 77 62 42

Preu soci: 17€

Preu no soci: 27€

SENDERS

CAMINANT PER LA HISTÒRIA: SOLSONA – SANT LLORENÇ DE MORUNYS

Diumenge, 22 de gener

Sortida: 7:00h Rambla FGC

Dificultat: alta ▲▲▲

Desnivell: +1.244m -987m

Recorregut: 25.98km

Inscripció: del 9 al 19 de gener

Vocal: Enric Cortès

Preu soci: 18€

Preu no soci: 28€



CAMINANT PER LA HISTÒRIA: SANT LLORENÇ DE MORUNYS – ODÈN

Diumenge, 12 de febrer

Sortida: 6:00h Rambla FGC

Dificultat: moderada ▲▲

Desnivell: +1.157m -787m

Recorregut: 21.13km

Inscripció: del 30 de gener al 9 de febrer

Vocal: Enric Cortès

Preu soci: 18€

Preu no soci: 28€

MARXA NÒRDICA

MATINAL A COLLSEROLA

Dissabte, 21 de gener

Sortida: 6:00h Rambla FGC

Dificultat: baixa ▲

Desnivell: 350m

Recorregut: 16km

Durada: 5:30h de marxa

Vocal: Elisenda Estany

Telèfon de contacte: 650 837 088

Preu soci: gratuït

Preu no soci: 5€



PEDRÓ DELS QUATRE BATLLES AMB RAQUETES

Diumenge, 26 de febrer

Dificultat: moderada ▲▲

Sortida: a l'hotel don Cándido

Desnivell: 500m

Durada: entre 3:30 i 4h de marxa

Vocal: Pilar Pérez

Telèfon de contacte: 658 93 00 57

Preu soci: gratuït

Preu no soci: 5€

Sortida conjunta amb la Unió Excursionista de Sabadell

Alta muntanya

COL·LECTIVES D'ESQUÍ DE MUNTANYA I RAQUETES

PIC DE LA MINA

Dissabte, 14 de gener

Sortida: 6:00h a l'hotel Don Cándido

Dificultat: fàcil ▲

Desnivell: 800m

Recorregut: 10km

Durada: 4-5h

Reunió preparatòria: dijous,
12 de gener 20h

Data límit d'inscripció: 12 de gener

Vocal: Imma Ferrer

Telèfon de contacte: 657304218



PIC DE TARBÉSOU, ARIEJA

Dissabte, 4 de febrer

Sortida: 6:00h Plaça Baltasar Ragon

Dificultat: mitjana ▲▲

Desnivell: +800m -800m

Recorregut: 11km

Durada: 5-6h

Reunió preparatòria: dijous,
2 de febrer 20h

Vocal: Miquel Pitarch

Telèfon de contacte: 690616352



PIC DE BASSIERO, VALL DE GERBER

25 i 26 de febrer

Dificultat: mitjana ▲▲

Desnivell: 1.200m

Recorregut: 15km

Durada: 6-7h

Reunió preparatòria: dimarts,
21 de febrer 20h

Data límit d'inscripció: 21 de febrer

Vocal: Gifré Masague Comas

Telèfon de contacte: 638125159

Entrenament i Formació

B(V)ICICET

Bici de Temporada continuarà trobant racons adequats a l'època de l'any per a gaudir d'una bona pedalada. Ens tornarem a trobar al març, juny, setembre i desembre del 2017. Estigueu atents a web i al Full.

ENTRENAMENT

ENTRENAMENT URBÀ

Cada dilluns, dimecres i

divendres de 07:00 a 08:00

Activitat física dirigida per un expert al local del CET.

KAMESKIDS

Cada dijous de 17:00 a 18:15

Per fomentar la pràctica de l'activitat física i l'acostament dels infants d'entre 8 i 12 anys a l'entorn natural.

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

- 11 i 15 de gener: Nusos, cordes i materials
- 18 i 22 de gener: Seguretat i progressió hivernal
- 1 i 5 de febrer: Escalada en gel
- 15 i 19 de febrer: Corredors i canals de neu
- 22 i 26 de febrer: Esquí

Espeleologia

ESTEM TREBALLANT EN EL PROGRAMA DE SORTIDES DE LA SECCIÓ. ESTIGUEU ATENTS AL WEB, ON PUBLICAREM TOTS ELS DETALLS!

Esquí

TRANSPORT COL·LECTIU PER ANAR A ESQUIAR A MASELLA

Els dissabtes a partir del 14 de gener durant tota la temporada d'esquí alpí

Sortida: 6:00h estació RENFE

Preus (transport + forfait):

- Adult: 55€
 - Infantil (de 7 a 12 anys): 45€
 - de 0 a 6 anys: 10€
- assegurança del dia (opcional): 3€

Ciències naturals

BOTÀNICA

GARRAF: LA PLETA, CAMPGRÀS I LA MORELLA

Diumenge, 15 de gener

Sortida: 8:00h al Centre Cultural

Dificultat: baixa

Durada: matinal ▲

Vocal: Antoni Comellas



GARRAF: ERMITA BRUGUERS, PONT NATURAL I CASTELL D'ERAMPRUNYÀ

Diumenge, 12 de febrer

Sortida: 8:00h al Centre Cultural

Dificultat: baixa ▲

Durada: matinal

Vocal: Antoni Comellas

ORNITOLOGIA

REUNIONS DE LA VOCALIA

- Dimecres, 11 de gener a les 20:00
- Dimecres, 8 de febrer a les 20:00

Fotografia

TERTÚLIES

A LA SALA DE LA SECCIÓ A LES 19:30

- gener: 2, 16 i 30
- febrer: 6 i 20

PROJECCIONS

A LA SALA DE LA SECCIÓ A LES 19:30

- gener: 9 i 23
- febrer: 13 i 27

XERRADES DE FOTOGRAFIA ELEMENTAL

A LA SALA ÀNGEL CASANOVAS

Dijous alterns a les 16:00

EXPOSICIONS

EL MAL TEMPS ÉS EL BON TEMPS

Del 9 al 27 de gener

Fotografies de Francesc Muntada

RECULL, RECORDS I VISIONS D'UN FOTÒGRAF

Del 30 de gener al 24 de febrer

Fotografies de Jaume Cabús

SORTIDES FOTOGRÀFIQUES

LA FAUNA I ELS PAISATGES NEVATS DEL CAPCIR

11 i 12 de febrer

Dificultat: baixa ▲

Vocal: Francesc Muntada

Telèfon de contacte: 609776242



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.

CONFERÈNCIES

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE 'PANTOCRATOR'

Dijous, 12 de gener a les 19:30

D'Enric Soler i Raspall, escriptor, sobre la missió arqueològica de 1907.

ENS PODEM SENTIR SEGURS A INTERNET?

Dijous, 19 de gener a les 19:30

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

LA GESTIÓ DEL TEMPS: UNA NOVA MESURA DE LA LLIBERTAT

Dijous, 26 de gener a les 19:00

Aquests dies s'està parlant de la Reforma Horària. Estem preparats per al canvi? A càrrec de Salvador Cardús.

TERTÚLIA AMB CONVIDAT

Sopem al CET tot fent tertúlia, un dilluns de cada mes de 21:00 a 23:00, amb un convidat.

- 30 de gener: Héctor Galizia Llobet, de Neules.com.
- 20 de febrer, amb Jordi Sanjuan i Domènech, aparellador i compositor.

ESTIGUEU ATENTS AL WEB PER A LES ACTIVITATS DEL FEBRER

Al nostre local

LA NIT DEL JOC

Tots els dijous, de 10:30 a 12

Un espai per als amants i apassionats dels jocs de taula. 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 els balls i les danses d'aquí i d'arreu.

Activitats CET

VALLÈS DRAC RACE

Dimecres, 11 de gener a les 20:00

Reunió de Voluntaris

Per a l'organització d'aquest esdeveniment ens cal la participació de més de **50 voluntaris**. Us convidem a participar en aquesta reunió en la que exposarem les diferents modalitats de col·laboració que poden ser de **2-3 hores en un control el diumenge 19**, per **entregar dorsals en els dies anteriors** o durant **tota la jornada fent les diferents tasques**: avituallaments, controls, marcatge i desmarcatge, equip escombra, preparar bosses per als corredors, etc. TOTHOM HI SERÀ BENVINGUT.

Biblioteca i arxiu



BIBLIOTECA

Horari d'atenció presencial:

Tots els dijous de 18 a 21 hores

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

biblioteca.arxiu.cet@gmail.com

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

http://biblioteca.cec.cat/opac_cet/

Recordeu que tots els llibres es poden agafar en préstec.

LLICÈNCIES FEDERATIVES

Preus 2017

INFANTILS

Modalitat	Menors de 14 anys (Fins els 13 anys)		Menors de 17 anys (Fins els 16 anys)	
	C*	D	C*	D
Preu FEEC	10,70 €	32,30 €	14,50 €	48,00 €
Preu FEDME	11,90 €	33,50 €	20,10 €	53,60 €
Revista Vèrtex	NO	NO	NO	SI

*C (També inclou les cobertures de la modalitat A/B)

JUVENILS

Modalitat	Menors de 18 anys (Fins els 17 anys)				
	A	B	C	D	E
Preu FEEC	33,50 €	46,00 €	80,50 €	123,50 €	No disponible
Preu FEDME	39,10 €	51,60 €	86,10 €	129,10 €	No disponible

ADULTS

Modalitat	Majors de 18 anys				
	A	B	C	D	E
Preu FEEC	48,50 €	61,00 €	95,70 €	139,50 €	845 €
Preu FEDME	60,30 €	72,80 €	107,50 €	151,30 €	856,80 €

*FEEC: Descomptes a refugis de Catalunya

*FEDME: Descomptes a refugis de l'estat espanyol

(Ambdues tenen les mateixes cobertures)

Cobertures de les Modalitats

Modalitat	A*	B	C	D	E
Activitats que cobreix	Excursionisme, Senderisme, Marxes, Campaments, Marxa nòrdica, Joëlette.	Activitats de la modalitat A/B + Alpinisme, Alta muntanya, Escalada, Canicròs, Descens d'engorjats, Campaments d'iglús, Bicicleta de muntanya, Curses per muntanya, Espeleologia, Raquetes de neu, Duatló per muntanya, Vies ferrades, psicobloc.	Activitats de la modalitat C + Esquí de muntanya, Esquí alpi, (pista), Esquí de fons, Esquí nòrdic, Telemarc, Trineu de gossos, Raids de muntanya, Surf de neu, Surf de muntanya.	Activitats de la modalitat D + Expedicions a zones polars i a muntanyes de més de 7.000m	
On cobreix	Espanya, Pirineus francesos, Andorra i Portugal	Espanya, Pirineus francesos, Andorra, Portugal i Marroc.	Tot el món excepte zones polars i muntanyes de més de 7.000m.	Tot el món	

* La modalitat A no inclou la revista Vertex (revista informativa de la FEEC) Totes les altres modalitats la inclouen.

PREGUEM QUE PER TAL D'AGILITZAR EL PROCÉS D'ALTA DE LA LLICÈNCIA, ES PORTI EN MÀ (EN EL CAS QUE ES TINGUI) LA TARJETA FEDERATIVA DE L'ANY ANTERIOR

SINO ES DISPOSA DE LA TARGETA, PREGUEM QUE ES PORTI EN MÀ EL DNI I EN EL CAS DELS MENORS D'EDAT LA TARGETA SANITÀRIA.

TAMBÉ INFORMEM QUE LES SETMANES QUE HI HAGI MÉS DEMANDA PER TRAMITAR LES LLICÈNCIES FEDERATIVES (FINALS 2016 I PRINCIPIS 2017) AQUESTES NOMÉS ES PODRAN SOL·LICITAR A SECRETARIA I ES PODRAN VENIR A BUSCAR UNA SETMANA MÉS TARD.

RECORDEM QUE ES PODEN TRAMITAR LES LLICÈNCIES FEDERATIVES A TRAVÉS DE LA NOSTRE PÀGINA WEB.

MOLTES GRÀCIES!

Publicació periòdica informativa del CENTRE EXCURSIONISTA DE TERRASSA

Medalla d'Or de la Ciutat i Creu de Sant Jordi

Sant Llorenç, 10 · 08221 Terrassa

www.ce-terrassa.cat · centre@ce-terrassa.cat · 93 788 30 30 · Dipòsit legal: B-17428-00

AGENDA D'ACTIVITATS GENER-FEBRER

gener

dilluns 2

FOTOGRAFIA · TERTÚLIA

dilluns 9

FOTOGRAFIA · PROJECCIÓ
EXPOSICIÓ · EL MAL TEMPS ÉS EL
BON TEMPS
SPEAKING ENGLISH · NIVELL INICIAL

dimecres 11

CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
NUSOS, CORDES I MATERIALS
ORNITOLOGIA · REUNIÓ
VALLÈS DRAC RACE · REUNIÓ
VOLUNTARIS

dijous 12

CULTURA · PRESENTACIÓ DEL LLIBRE
'PANTOCRATOR'

dissabte 14

HORITZONS · CAMINANT PELS
CINGLES DE BERTÍ
ESQUÍ DE MUNTANYA · PIC DE LA MINA

diumenge 15

CONEIXERMON · REPLANTEM ELS
AVETS I ANEM A LA NEU
CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
NUSOS, CORDES I MATERIALS
BOTÀNICA · LA MORELLA DE GARRAF

dilluns 16

FOTOGRAFIA · TERTÚLIA
SPEAKING ENGLISH · NIVELL MITJÀ

dimecres 18

PASSEJADES PEL PARC · VACARISSES
CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
SEGURETAT I PROGRESSIÓ HIVERNAL

dijous 19

CULTURA · ENS PODEM SENTIR
SEGURS A INTERNET?

dissabte 21

MARXA NÒRDICA · MATINAL A
COLLSEROLA

dissabte i diumenge 21 i 22

enCETem · SORTIDA D'ESQUÍ

diumenge 22

PETITES TRAVESSADES FAMILIARS ·
SALT DE LA FORADADA
SENDERS · SOLSONA – SANT
LLORENÇ DE MORUNYS
CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
SEGURETAT I PROGRESSIÓ HIVERNAL

dilluns 23

FOTOGRAFIA · PROJECCIÓ
SPEAKING ENGLISH · NIVELL INICIAL

dijous 26

CULTURA · LA GESTIÓ DEL TEMPS:
UNA NOVA MESURA DE LA LLIBERTAT

dilluns 30

FOTOGRAFIA · TERTÚLIA
EXPOSICIÓ · RECURLL, RECORDS I
VISIONS D'UN FOTÒGRAF
SPEAKING ENGLISH · NIVELL MITJÀ
CULTURA · TERTÚLIA AMB CONVIDAT

febrer

dimecres 1

CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
ESCALADA EN GEL

dissabte 4

HORITZONS · SERRA DEL MONTSANT
ESQUÍ DE MUNTANYA · PIC DE
TARBÉSOU

diumenge 5

CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
ESCALADA EN GEL

dilluns 6

FOTOGRAFIA · TERTÚLIA
SPEAKING ENGLISH · NIVELL INICIAL

dimecres 8

PASSEJADES PEL PARC · TINES DEL RIU
LLOBREGAT
ORNITOLOGIA · REUNIÓ

dissabte i diumenge 11 i 12

SORTIDA FOTOGRÀFICA · LA FAUNA I
ELS PAISATGES NEVATS DEL CAPCIR

diumenge 12

CONEIXERMON · RAQUETES DE
NEU
SENDERS · SANT LLORENÇ DE
MORUNYS – ODÈN
BOTÀNICA · CASTELL
D'ERAMPRUNYÀ

dilluns 13

FOTOGRAFIA · PROJECCIÓ
SPEAKING ENGLISH · NIVELL MITJÀ

dimecres 15

CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
CORREDORS I CANALS DE NEU

diumenge 19

enCETem · SORTIDA A LA GARROTXA
PETITES TRAVESSADES FAMILIARS ·
48a RENOVACIÓ DE LA FLAMA DE LA
LLENGUA CATALANA
CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
CORREDORS I CANALS DE NEU
VALLÈS DRAC RACE

dilluns 20

FOTOGRAFIA · TERTÚLIA
SPEAKING ENGLISH · NIVELL INICIAL
CULTURA · TERTÚLIA AMB CONVIDAT

dimecres 22

CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
ESQUÍ

dissabte i diumenge 25 i 26

ESQUÍ DE MUNTANYA · PIC DE
BASSIERO

diumenge 26

PETITES TRAVESSADES FAMILIARS ·
PENYA-SEGATS DEL BAIX EBRE
MARXA NÒRDICA · PEDRÓ DELS
QUATRE BATLLES
CURS EXCURSIONISME ADULTS ·
ESQUÍ

dilluns 27

FOTOGRAFIA · PROJECCIÓ
SPEAKING ENGLISH · NIVELL MITJÀ

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

P
GRATUÏT

Preus especials presentat el carnet del CE-Terrassa

