

> Notícies i propostes del Centre Excursionista de Terrassa

Espai CET



Orientar-se

Saber on som i cap on hem d'anar és una habilitat bàsica que qualsevol muntanyenc hauria de tenir. Equivocar-se en una d'aquestes preguntes, en el millor dels casos, pot significar no arribar a l'objectiu que ens havíem marcat. També pot significar haver de fer un esforç molt més gran del que caldria per assolir aquest objectiu, ja que és possible que calgui

desfer i refer part del camí o fer marrades innecessàries.

En el pitjor dels casos, no anar pel bon camí pot comportar trobar dificultats serioses en el camí: penya-segats inesperats, crestes complicades, parets insalvables, rimaies, forts pendents de neu... i un etcètera molt llarg d'obstacles que podem trobar a la muntanya i que podrien, fins i tot, provocar accidents.

Hi ha persones que de manera innata tenen un sentit de l'orientació extraordinari. És com si portessin incorporada un brúixola o un GPS al cap. Aquestes persones troben els camins amb facilitat, reconeixen immediatament les referències del paisatge i van directes a l'objectiu marcat. D'altres tenen més dificultats, sovint dubten i a vegades s'equivoquen.

Però el sentit de l'orientació es pot treballar. Qui no el tingui de manera innata, no cal que llenci la tovallola. Sortir a muntanya amb gent experta, utilitzar mapes o, fins i tot un GPS, aprende a reconèixer els punts cardinals, els cims, les valls, les moltes referències que la muntanya ens regala, aprendre tot això de qui ja en sap, és una manera.

També hi ha activitats dirigides expressament a treballar aquest sentit: són les curses d'orientació. Aquestes activitats consisteixen a passar per un seguit de punts de control ubicats en un espai concret i ben delimitat, però sense la necessitat de seguir un itinerari definit. Aquests punts de control estan ubicats en un mapa que els participants no coneixen fins al moment de la sortida. Per completar el recorregut només cal passar per tots aquests punts de control i arribar a la meta.

La proposta

Al centre Excursionista de Terrassa som molt conscients de la importància de tenir un sentit d'orientació ben desenvolupat per poder practicar amb seguretat les activitats de muntanya. És per aquest motiu que proposem activitats d'orientació per als més joves, perquè de ben petits ja adquireixin aquestes habilitats tan necessàries.

Coneixermon, el programa del Centre Excursionista per a infants i famílies, organitza aquest mes d'octubre una activitat d'orientació a la Garrotxa durant la qual es farà l'ascensió al cim del Bassegoda. Trobareu tota la informació d'aquesta activitat al codi QR que acompanya la fotografia.

Les activitats d'octubre

INFANTIL, JUVENIL I FAMÍLIES

Coneixermon

- 28 i 29 d'octubre: orientació a la Garrotxa

Extraescolar natura i esport 2023-2024

- a partir del 19 d'octubre

Kames Kids Vallès

- d'octubre a juny

ALTA MUNTANYA

FEMAlpí

- 28 d'octubre: el Carlit per la cara nord

EXCURSIONISME

Trescades pel Parc

- 11 d'octubre: Torrent dels Abadals

Travessades

- 15 d'octubre: Sant Vicenç d'Aladernet

Senders · Trescant pel sud de Catalunya

- 22 d'octubre: 2a etapa · Paüls – la Fontcalda – Estació de Prat de Comte

Horitzons

- 14 d'octubre: Coll de Bordoriol- Sant Marçal de Montseny

MARXA NÒRDICA

- les sortides del divendres
- 6 i 7 d'octubre: curset d'iniciació a la marxa nòrdica
- 21 d'octubre: Memòria històrica i tast de vins i olis a Garriguella



ce-terrassa.cat

ESPELEOLOGIA

- del 12 al 15 d'octubre: cueva del Toyu i cuevón de Pruneda, Cantàbria

CIÈNCIES NATURALS

Botànica

- 7 d'octubre: recorregut per les fonts de Mura

CULTURA

- 4 d'octubre: presentació del llibre *100 vies d'escalada sostenible*
- 19 d'octubre: presentació del llibre *Excursions a les torres de telegrafia òptica de Catalunya*

EXPOSICIONS

- del 2 al 27 d'octubre: La imperfecció de la llum. David Millan

MUNTANYA INCLUSIVA

- 19 d'octubre: ascensió a la Tossa d'Alp
- 28 d'octubre: tastet de muntanya inclusiva - barra direccional

ACTIVITATS CET

Diada de Germanor

- 1r d'octubre: a can Amat de les Farines

Caminada Solidària

- 29 d'octubre: per l'Anella Verda de Terrassa i el Rodal de Sabadell