



Colom, s/n - Telèfon 93 714 73 05 - Castellar del Vallès (Vallès Occidental) 08211 BCN
e-mail: cecastellar@gmail.com - <http://centrexursionista.entitatscastellar.cat>
<http://www.facebook.com/ceccastellar>



Adherit a les federacions d'Entitats Excursionistes de Catalunya,
a Azimut i a la Coordinadora d'Entitats per la Pedra Seca

Dipòsit legal: B. 16.009 - 1967.
Castellargraf, S.L. Puig de la Creu, 3. ☎ 93 714 51 42.

NÚMERO 529
MARÇ 2013

**Participants
del 7è concurs de
fotografia DigiCEC
Temes Lliure
i Muntanya
amb els seus
premis lliurats el
passat febrer**



ANY DE NEUS

**Els socis Emília
Bravo i Francesc
Soto a Andorra**



Grups Familiar i Juvenil a Tuixén-La Vansa

PROGRAMA MENSUAL D'ACTES I EXCURSIONS

Març	Activitat	Més informació a
1 div	Presentació de "Tot al 69" programa de Divendres actius	Noticiari del Centre
2 i 9	Inscripcions per Colònies del 24 al 27 març	Esplai Sargantana
9 diss	Sortida geològica a la Vall d'Aro	Grup de Natura
10 diu	Les Tines de la Vall de Mura, matinal	Grup Anar-hi Anant
15 div	Reunió de programació	Grup de Muntanya
17 diu	Serra de l'Obac: El Bosc Màgic	Grup Familiar
22 div	Segona competició d'escalada al Boulder del Centre	Grup G.A.M.E.
24 diu	Una altra perspectiva de la Castellassa, matinal	Grup Anar-hi Anant
24 diu	Travessa Castellar-Montserrat	Noticiari del Centre
24 diu	Memorial Isidre Cabedo. Matinal al Parc de Sant Llorenç	Noticiari del Centre
26 dmt	Termini lliurament fotografies 28è concurs, tema Lliure	Grup de Fotografia

HORARI D'ATENCIÓ AL PÚBLIC

Dimecres, de 7 a 9, hi ha servei de secretaria.

Divendres, de 9 a 10,30 del vespre és obert per a tots els serveis.

Per a qualsevol informació podeu trucar al telèfon 93 714 73 05.

TENIM NOTÍCIA DE...

Qui hi estigui interessat en altres activitats haurà de cercar notícies en fonts especialitzades. Per a més informació, veieu la Web de la FECC: www.fecc.org

ACTIVITATS I NOTIFICACIONS DELS GRUPS MES DE MARÇ



• Dia 15: Reunió per a programar les activitats del grup que es desenvoluparan en el decurs del segon trimestre d'enguany. **Començarà a dos quarts de deu** del vespre al local social. Oberta a tothom que hi vulgui participar.

Procurarem aprofitar els diversos diumenges que ofereix aquest mes de març per tal de revisar, detalladament, l'itinerari de la prova de resistència per muntanya **Els Cinc Cims**, que organitza el proper diumenge, dia 14 d'abril, el nostre agrupament. **Si volen col·laborar en aquesta tasca**, poden posar-se en contacte amb els organitzadors mitjançant el telèfon del Centre 93 714 73 05 i 93 714 55 42, o per correu electrònic: cecastellar@gmail.com. Gràcies per endavant.

INFORMACIÓ PRÈVIA: Ruta «Itineraris pel parc natural Cadí-Moixeró»

A conseqüència de les notables nevades que han caigut aquest hivern a la zona pirinenca i pre-pirinenca, la travessa d'enguany, que teníem pensat iniciar aquest proper mes de març, sofrirà un ajornament fins a finals d'abril. Les dates previstes per a fer les sortides són les següents:

Dia 28 d'abril

De Gósol a Fórnols de Cadí, passant per l'ermita de Santa Margarida, coll de Mola, cortal del Foguetó, les Feus, planells del Sastró, itinerari botànic de plantes remeieres, Tuixén, font de la Felita, càmping, molí de Fórnols i les Costes. Temps efectiu de camí: 5 hores i 3 minuts. Distància: 17.476 metres.

Dia 26 de maig

D'Adraén a el Querforadat, passant pel coll de la Gent, ermita i pla de Sant Salvador, barranc de la Fou, coll de Vanses, torrent Gran, torrent de la Molina, la Molina de Lletó, ermita de Sant Roc, santuari de la Mare de Déu del Boscal, Cava, can Pubill i coll d'Oruga. Temps efectiu de camí: 6 hores i 20 minuts. Distància: 23.645 metres.

Dia 9 de juny

De coll del Pal al pont de Gréixer, passant per coma Floriu, cap del Serrat Gran, Tossa d'Alp, coll de la Vall, coll de Jou, collada de la Miquela, Penyes Altes de Moixeró, coll de la canal de la Serp o del Raset, canal de la Serp, roques de Ventolana i Gréixer. *Excursió d'alta muntanya*. Temps efectiu de camí: 5 hores i 29 minuts. Distància: 15.121 metres.

Dia 30 de juny

Del mirador de Gresolet al coll de la Bena, passant pel Collell, prat Socarrat, prat Llong, serra Pedregosa, font Tordera, cim de Comabona del Cadí, coll de Terrers, clot de Comabona i coll de la Bauma. *Excursió d'alta muntanya*. Temps efectiu de camí: 6 hores i 15 minuts. Distància: 18.304 metres.

Dia 21 de juliol

Del mirador de Gresolet a Gósol, passant pel refugi Lluís Estasen de la Jaça dels Prats, collada del Verdet, forat de les Gralles, prat Sobirà, Set Fonts, collada del Teuler, torrent de la coma dels Caners, pla de Sant Martí i font Terrers. *Excursió d'alta muntanya*. Temps efectiu de camí: 4 hores i 8 minuts. Distància: 9.575 metres. *En finalitzar aquest recorregut pel parc natural Cadí - Moixeró, hem pensat en celebrar com cal l'esdeveniment, asseguts tots a l'entorn de les taules, gaudint del clàssic dinar de comiat de la travessa que tindrà com a escenari un restaurant de la zona.*

Per a aconseguir més informació i inscripcions per a participar a les activitats programades pel Grup de Muntanya, podeu trucar, amb antelació, als telèfons 618 349 229, 937 147 305 o 937 145 542.

Avís: A les sortides amb cotxes particulars, ni els vocals de l'excursió, ni els representants del C.E.C. tenen cap mena de responsabilitat d'aconseguir el medi de transport per a tots els assistents, que han de pactar-ho abans amb els conductors.



• Dia 10: **Les tines de la Vall de Mura.** Sortida a les 8 hores de l'IES Castellar en cotxes particulars. Excursió matinal durant la qual visitarem algunes de les tines de la Vall de Mura. Vocals: Lluís Vilà, telèfon 93 714 37 47 i Jaume Font, 93 714 56 75.

• Dia 24: **Una altra perspectiva de la Castellassa.** Excursió matinal. Sortida a les 8 hores de l'IES Castellar en cotxes particulars fins Les Arenes. Guillem Díaz, 93 714 82 95 i Josep Ruiz, 93 747 24 27.



• Dia 17: **Sortida a la Serra de l'Obac: El Bosc Màgic.** Lloc i hora de sortida: Al pàrking del Viena a les 08:30h. Cal portar: Esmorzar, aigua i lots/frontals. Família vocal: Calsina - Amate.

Per a més informació podeu contactar amb grupfamiliarcec@gmail.com



COLÒNIES DE L'ESPLAI A CANET DE MAR

Poble estimat: Us heu fixat en la bellesa de les flors d'ametller que ens acompanyen des del febrer? Snif, snif, nosaltres sí! Quina delicadesa, quina emoció!

Però el que us volíem dir en aquest butlletí és una altra cosa: **aquest març les sargantanes ens n'anem de colònies a la platja**, i hi esteu tots convidats!! La vila modernista de Canet de Mar ha organitzat un concurs d'havaneres, i pensant que fa molts anys que cantem «La Lola, la tavernera» a l'Esplai, ens hem animat a participar-hi. Així que, si us agrada el lluç de palangre, que se us omplin les bambes de sorreta d'aquella que no se'n va, i jugar a volley-platja, no us ho penseu més, aquestes són les vostres colònies!! **Dades importants** que esteu frisant per saber: **marxem del 24 (diumenge) al 27 (dimecres) de març.** Els progenitors (altrament anomenats pares i mares) ens portaran amb cotxe fins a la casa i dinarem tots junts en un dinar de germanor. Per tornar hem decidit optar per molestar la bona gent que tingui la mala sort de topar-se amb nosaltres a la RENFE. Ho sentim, però sembla que anar amb transport públic és tan ecològic que no ens hi hem pogut resistir.

Perquè tot això passi, però, haureu de subornar els monitors amb **155 euros per nen/a i 100 euros pel segon germà o germana.** Comparat amb el que es veu aquests dies ja veieu que sortim *baratos*. **Els dies** de suborn oficial **seran el 2 i el 9 de març al local de l'Esplai** (edifici annex a l'Ajuntament); **el dia 2, de 7,30 a 9 del vespre, i el dia 9, de 4 a 5,30,** quan arribem de l'excursió. Això és tot de moment des de l'Esplai Sargantana.

Un pessic al cul i abrigueu-vos, que el març és traïdor!



• **Dia 9: Sortida Geològica a la Vall d'Aro. Itinerari:** Solius, Castell de Solius i Roca dels Moros, Roca Ponça, Roques Bessones i Solius. **Hores de**

camí: 3 h. aproximadament, 6 km. i 200m. acumulats de desnivell. **Sortida:** 8h. del matí davant l'IES Castellar. **Desplaçament:** en cotxes particulars. **Vocals:** Joan Estalrich i Elvira Guàrdia, telèfon 636 620 973.

Altres informacions: El Grup de Natura **estem preparant un curs de Marxa Nòrdica** que realitzarem a finals del mes d'abril. En el proper butlletí us informarem.

Què és la Marxa Nòrdica o Nòrdic Walking?

És un nou concepte de moviment beneficiós per tot el cos, és agradable, molt més efectiu que només caminar, actua de forma suau però eficaç, tot tonificant els músculs, millorant la forma muscular i activant el sistema cardiovascular, alhora que exerceix un efecte en la coordinació i la mobilitat articular.



Elvira Guàrdia, vocal del Grup de Natura del C.E.C.



LA FESTA DELS FOTÒGRAFS DEL C.E.C.

El passat 2 de febrer es van reunir membres del departament de fotografia de les Agrupacions Narcís Giralt per tal de constituir-se com a jurat i emetre veredictes públics del 7è Concurs de fotografia digital,

DigiCEC. El resultat va ser el següent:

- **TEMA LLIURE.** Van participar 28 col·leccions
Millor col·lecció: títol «**Blanc i negre**», autor **Pere Fité**
Primer premi: títol «**Llac**», autor **Jaume Muntada «Júnior»**
Segon premi: títol «**Esquitxos d'aigua**», autora **Carme Vidal**
Tercer premi: títol «**Fent safareig**», autor **Ernest Fernández**
- **TEMA MUNTANYA.** Van participar 22 col·leccions
Millor col·lecció: títol «**Canàries**», autora **Carme Vidal**
Primer premi: títol «**Traces**», autor **Jaume Muntada Blancafort**
Segon premi: títol «**Estany Tort de Peguera**», autor **Toni Penalva**
Tercer premi: títol «**Rocamolsa**», autor **Ernest Fernández**

Un cop acabat el veredict del concurs **DigiCEC**, una bona colla d'amics de la fotografia vam anar a sopar a un restaurant local on vam passar una bona estona parlant de fotografia i de molts altres temes en un ambient molt agradable i divertit. L'endemà a la tarda va començar la **festa dels fotògrafs**. Després es va fer l'entrega de premis del concurs **DigiCEC**, els premis del 50è Saló de Muntanya i els premis del 27è Concurs Anual de Fotografia en color.

Gràcies a tots els participants i enhorabona als guanyadors i recordar-vos que el proper **26 de març** s'acaba el termini per presentar les fotografies del primer trimestre del 28è Concurs Anual del 2013, el tema del trimestre és **Lliure**.

Vocalia del Grup de Fotografia del C.E.C.



ALTA MUNTANYA, ESCALADA CLÀSSICA, ESCALADA ESPORTIVA, ALPINISME, FERRADES... I SOBRETOT, BON ROTLLO!!

Pràctiques d'escalada, alpinisme, alta muntanya... i busques amb qui realitzar aquestes activitats? O simplement no ho has provat mai però t'atrau la idea de provar-ho?

Estem programant sortides i activitats... No hi pots faltar... **si tens més de 18 anys i vols viure experiències inoblidables, no ho dubtis...**

Ens pots trobar els dimarts de 20 a 21.30h al Boulder del Centre. I també al facebook.

Aprofitem per avançar-vos que el proper **divendres 22 de març farem la Segona Competició Social de Boulder al Centre**. T'animes??

NOTICIARI DEL CENTRE

DIVENDRES ACTIUS AL CENTRE, A LES 21 h.

• Dia 1, a les **21:00 h.**: Xavier Molins i Carme Corretgé presentaran el seu llibre "Todo al 69"



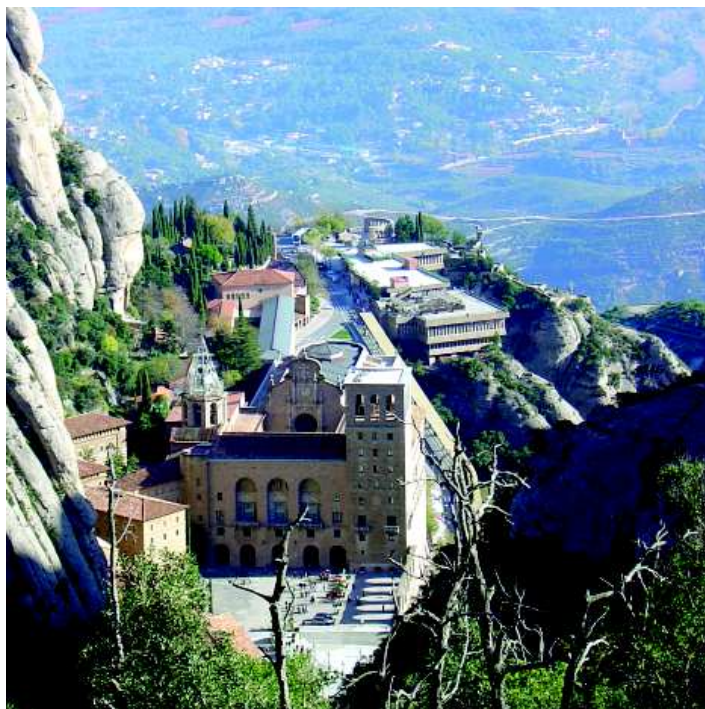
Es tracta de la presentació d'un llibre d'una parella que porten anys viatjant pel món. Van deixar les seves feines estables per dedicar-se a voltar. Ara presenten el seu tercer llibre a través dels quals es financen els viatges, entre altres coses.

Aquest llibre pretén explicar aquells dies en què van poder comprendre que l'home no sempre pot triar el que li passa, però en canvi pot decidir com enfrontar-ho i viure-ho.

XXIV TRAVESSA CASTELLAR - MONTSERRAT 2013

El proper dia 24, diumenge de Rams, es farà la XXIV TRAVESSA CASTELLAR - MONTSERRAT per camins de muntanya de **33 km**.

Començarem a la plaça Major, davant del Mercat Municipal **a les sis del matí**. L'esmorzar es farà a la Casa Nova de l'Obac amb el que cadascú es porti. A l'arribar al Monestir, un membre del Centre Excursionista donarà la benvinguda amb



un petit avituallament. La **tornada a Castellar s'efectuarà en autocar a partir de les tres** de la tarda.

Inscripcions: Del **4 al 20 de març a la botiga Stop** (carretera de Sentmenat, 78) **o al local del Centre** (carrer Colom s/n). Cal tenir en compte que les **places són limitades**. **AVÍS:** No s'admetran inscripcions ni el dia de la sortida, ni fora d'aquestes dates.

Preus CEC: Autocar i avituallament, **socis 7 euros; no socis 10 euros**. Només avituallament: **socis 2 euros; no socis 3 euros**

Aquest preu tindrà un **increment** en tots els casos de **2 euros** en concepte d'**assegurança**, **excepte** als que acreditin que estan en possessió d'una targeta federativa de l'any en curs.

Si voleu informació adicional podeu trucar als telèfons 93 714 28 74 o 93 714 73 05.

VIII MEMORIAL ISIDRE CABEDO



Enguany, per a tot aquell que s'hi vulgui apuntar, tornarem a homenatjar la memòria de l'Isidre Cabedo, iniciant un cicle de camins poc transitats **pel Parc de Sant Llorenç del Munt i la Serra de l'Obac**. Tot i que aquestes excursions les hem anat fent sempre durant el mes de febrer, en aquesta ocasió, per manca de temps de preparació, ho farem a finals de març, concretament **el diumenge dia 24 de març**.

Per a qui vulgui apuntar-s'hi, les dades de l'excursió són les següents:

Dificultat: Alta (pujades i baixades per zones aèries i canals). **Durada:** 5 hores efectives.

Desnivells: uns 600 metres (tant de pujada com de baixada).

Itinerari: Les Marines, Coll de Palomeres, El Daví, Font del Daví, La Cadireta, Fibles del Daví, La Morella, Les Casetes del Bofí, Avenc del Daví, Els Òbits, Carena del Pagès, Canal de la Ravella, Coll Gavatx, Pedra d'Àliga, Coll de Palomeres, Les Marines.

Lloc de concentració i hora de sortida: Aparcament de **Cal Calissó**, a les **7:00** del matí. Cal portar esmorzar i beguda.

PREPARACIÓ DE LA GRAN PROVA: ELS CINC CIMS

Sembla que els preparatius per a la prova del 14 d'abril, després de Setmana Santa, estan anant com cal. Rebreu les darreres informacions en el proper butlletí

<p>CLÍNICA DENTAL DEL CENTRE</p> 	<p>ESPORTS STOP</p> <p>Cra. de Sentmenat, 78 Tel. 93 714 28 74</p>
<p>Sala Boadella, 11, baixos Telèfon i fax 93 747 45 90 CASTELLAR DEL VALLÈS</p>	

60è ANIVERSARI DEL C.E.C.

S'està treballant per concretar les activitats d'una petita celebració de primavera i potser també d'estiu fins l'inici de la tardor.

Us mantindrem informats.

RECOLLIDA DE LA FLAMA AL CANIGÓ



Les darreres informacions rebudes indiquen que la banda francesa per on es pensava pujar fins el refugi estarà limitada a 50 vehicles, un per centre, per evitar colapses i altres problemes de massificació.

Ho hem parlat i finalment desestimem anar-hi aquest any.

Seguirem fent com els darrers, anar a rebre-la al Parlament de Catalunya.

EL CAMINAR DEL CENTRE ALTRES ACTIVITATS

GRUP FAMILIAR I GRUP JUVENIL A LA NEU



Diumenge 17 de febrer el Grup Familiar, compartint autocar amb el Juvenil, vam anar a les pistes d'esquí nòrdic de Tuixén-La Vansa que enguany



estaven fantàstiques. Una vegada allà ens vam dividir entre els que preferien esquiar i els que optaven per fer raquetes.

Aquests últims van ser la majoria però ambdós grups vam gaudir moltíssim de la neu i l'espectacle que ens oferia. Val a dir que el dia ens va acompanyar del tot. Sol radiant, bona neu, fantàstica companyia... un dia rodó!

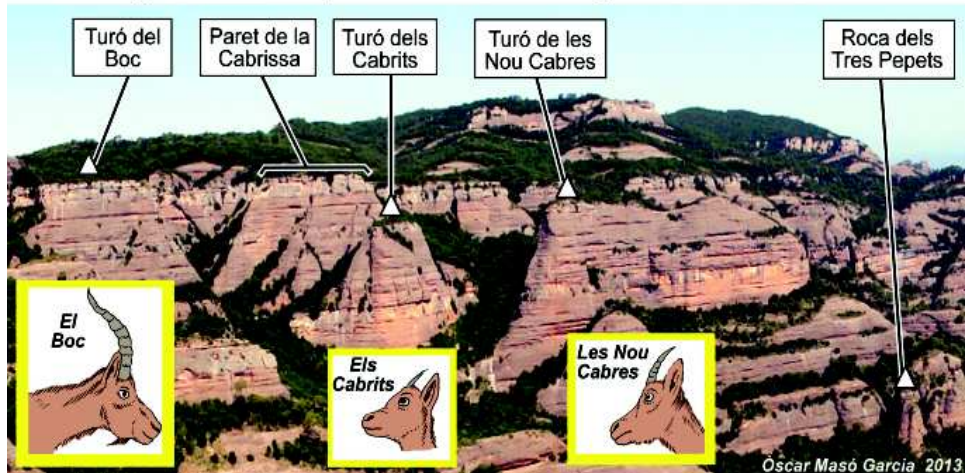


RECOLLIDA DEL PESSEBRE A LA CASTELLASSA

Ens informen i demanen que es publiqui per a coneixement de tothom, que els amics escaladors ja han recollit i baixat el Pessebre del cim de la Castellassa de can Torras i està en el Centre.

PARLEM DE BOCS, CABRITS I PEPETS

Bocs, Cabrits i Pepets a Sant Llorenç del Munt i l'Obac:



La correcta escriptura d'un topònim sovint presenta més polèmica quant més antic és el seu origen. Molts noms de lloc pretèrits poden ser escrits de diverses maneres i cal ser un expert en la matèria per saber, exactament, quina és la denominació pròpia i fidedigna que mereix aquell arbre, font, masia, accident geogràfic, etc...

El cas que ens ocupa, però, gaudeix d'un avantatge inequívoc: la constatació d'uns topònims que varen ser donats per unes persones que actualment ens en poden assegurar plenament la seva genuïnitat.

Ens referim a la denominació de dos grans turons (del Boc i dels Cabrits) i d'una agullassa (Roca dels Tres Pepets) del nostre estimat massís de Sant Llorenç del Munt i que, malgrat tot, avui en dia encara provoquen confusió. Per aclarir els dubtes, adjuntem una taula explicativa i una fotografia per ajudar a identificar bé aquests indrets.

Cal fer esment de l'encertat topònim de la paret de la Cabriassa, batejat el dia 11-2-1995 per en Pep Graells i Francesc Alavedra (*cabriassa* = estable de cabres). Les dades han estat facilitades per en Josep M. Torras Homet i recollides per Albert i Òscar Masó Garcia.

<i>Nom correcte del topònim</i>	<i>Data del bateig</i>	<i>Batejador</i>	<i>Confusions i errades</i>
<p>TURÓ DEL BOC Aquest turó és el més alt de tots, batejat així perquè el boc és el mascle de la cabra, el qual mana i està per damunt dels <i>cabrits</i> (<i>turó dels Cabrits</i>) i de les <i>cabres</i> (<i>turó de les Nou Cabres</i>).</p>	<p>9-11-1952 1ª ascensió oficial per J.M.Torras Homet i Antònia Caparrós.</p>	<p>J. M.Torras Homet</p>	<p>Al llibre Sant Llorenç Pam a Pam (pg.70) hi surt ben descrit, però en el mapa que inclou el llibre (pg.62) hi surt intercanviat amb el turó dels Cabrits. En els mapes Alpina antics hi sortia equivocat. Al nou mapa Alpina de 2013 hi surt correcte.</p>
<p>TURÓ DELS CABRITS Batejat així perquè els <i>cabrits</i> (els petitons de la cabra), estan sotmesos al mascle (boc), o sigui que es troba per sota del <i>turó del Boc</i>.</p>	<p>1950 Ascensió en solitari per J.M.Torras Homet.</p>	<p>J. M.Torras Homet</p>	<p>Al llibre Sant Llorenç Pam a Pam (pg.70) hi surt ben descrit, però en el mapa que inclou el llibre (pg.62) hi surt intercanviat amb el turó del Boc. En els mapes Alpina antics hi sortia equivocat. Al nou mapa Alpina de 2013 hi surt correcte.</p>
<p>ROCA DELS TRES PEPETS Batejada amb el nom dels tres primers ascensionistes, en clau d'humor.</p>	<p>22-11-1975 1ª ascensió absoluta per Josep Aspachs, Josep Barberà i Josep M. Torras Homet.</p>	<p>J. Barberà i Suqué</p>	<p>En una web recent s'ha modificat inexplicablement el nom de "Pepets" pel de "Peps". Al nou mapa Alpina de 2013 hi surt correcte.</p>

Albert Masó Garcia i Òscar Masó Garcia

 <p>Castellargraf, S.L</p> <p>Puig de la Creu, 3 - Tel./Fax 93 714 51 42 castellargraf@telefonica.net Castellar del Vallès</p>	 <p>SERVEI INTERFLORA</p> <p>Prat de la Riba, 34 (plaça de Catalunya) Tel. 93 714 40 62 CASTELLAR DEL VALLÈS</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------