

Full Informatiu per als socis

SETEMBRE - OCTUBRE - AVANÇAMENT NOVEMBRE 2017

Núm. 112

Excursionistes
des del
1908



UES



Salut, 14-16 - 08202 Sabadell - Tel. 93 725 87 12
info@ues.cat - www.ues.cat

ACTIVITATS DE LES SECCIONS

SETEMBRE

DISSABTE 2

Orientació • Busca fites! Iniciació a les curses d'orientació. Festa Major de Sant Quirze del Vallès. Parc de les Morisques (Sant Quirze del Vallès), de 10 a 13 h.

DIMECRES 6

Cultura • Trobada d'inici de curs i presentació del programa 2017-18. A les 8 del vespre al bar.

DIJOUS 7

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre davant de la UES.

DISSABTE 9

Senders • GR5: Sitges - Olesa de Bonesvalls.

DIJOUS 14

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre.

DISSABTE 16

Escalada • Sortida formativa d'escalada a roca.
Orientació • CCPEU. Campionat de Catalunya de Llarga. Coll de Trapa - Gósol - Saldes.

DIUMENGE 17

64a edició de Sardanes a La Mola

Veterans • Les Garrigues: L'Albi - Pintures rupestres de la Balma dels Punts i de la Vall de la Coma - L'Albi.
Orientació • CCPEU. Trapa - Gósol - Saldes.

DILLUNS 18

La Ganyota (esplai) • Presentació de curs 2017-18 i reunió informativa pares i mares. A les 8 del vespre a la sala d'actes.

DIMARTS 19 i DIJOUS 21

Excursions de natura per a la gent gran • Les dones d'aigua. Sant Iscle de Vallalta. Recorregut circular per la serra del Montnegre on visitarem els gorgs de llegenda de les dones d'aigua al torrent de la Roureda. Distància: 8,6 km. Desnivell: 274 metres.

DIJOUS 21

Presentació del llibre *Parc Natural Cadí-Moixeró: 50 indrets amb encant*, a càrrec del seu autor Joan Casòliva, geòleg, muntanyenc i tècnic del Parc Natural Cadí-Moixeró. El llibre és una guia que combina itineraris a peu i rutes temàtiques, així com punts d'interès cultural i geològic. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre.

DIVENDRES 22

Història • Vídeos amb història. Expedició Sabadell 92: 1a ascensió catalana al cim del Shisha Pangma central per membres de la UES, d'Isidre Tiana i altres. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. Durada total de la sessió: 1 hora.

DISSABTE 23

Muntanya • Cap de setmana al Pallars (alta muntanya).
Natura • Descobrint la Capadòcia Catalana. Excursió pel Solsonès amb sortida i arribada a l'ermita romànica

de Sant Serni, al municipi de la Coma i la Pedra, prop de les fonts del riu Cardener. Pujarem fins a Santa Creu i entre boniques rouredes ens arribarem a Pratformiu per veure les Terreres, un fenomen geològic erosiu espectacular.

Cultura • Pintors i paisatge: Pintures rupestres (El Cogul).

BTT • Intercity. Sortida nocturna - 35 km 400 desnivell.

DIUMENGE 24

Orientació • Cursa urbana de Sabadell, 4a edició. Ideal per a famílies/grups per iniciar-se o per a qui vulgui fer un bon entrenament amb mapa urbà. Al Parc Catalunya (matinal).

Senders • GR 175: Esplugues de Francolí – Prenafeta, 20 km i 5 h. Opció curta: de Poblet a Montblanc, 11 km i 3.30 h.

Famílies • A determinar.

DILLUNS 25 A DISSABTE 30

Veterans • Sortida especial a la Vall de Boí. Caminades, visites guiades, excursions en 4x4. Veniu a descobrir el ric patrimoni cultural i natural d'aquesta vall.

DIMARTS 26

Cafè Científic • *Com es controla el món des d'un telèfon mòbil: reptes tecnològics*, a càrrec de Núria Barniol, física i professora. Organitza: Fundació Bosch i Cardellach. A les 7 de la tarda, al bar de la UES.

DIMECRES 27

L'excursió dels dimecres • El Montgrí i les Cales de l'Estartit. Fantàstic recorregut per un dels paratges més enigmàtics de la nostra geografia: el massís del Montgrí. En un itinerari moderadament exigent, al llarg dels 17,5 km i poc més de 700 metres de desnivell acumulat -i d'altres tants, de baixada- es fa l'ascensió al Castell del Montgrí i es travessa tota la serra fins a les cales de l'Estartit, on es dina de pícnic, per continuar per penya-segats fins al port de la vila de pescadors.

DIJOUS 28

Història i Vídeo • Cicle Arcadi Gili. Encetem aquest cicle dedicat a un dels principals precursors del cinema amateur a Sabadell, amb el documental *Arcadi Gili (de Sabadell a Calella de Palafrugell)*, del bisbalenc Antoni Martí i la presentació de Joaquim Romaguera. Complementaran les pel·lícules ABC de l'aigua, Corcho i La pesca de les batudes rodades per en Gili entre 1957 i 1961. A les 8 del vespre a la sala d'actes.

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre.

DIJOUS 30

Senders • GR5: Olesa de Bonesvalls - Gelida.

OCTUBRE

DIUMENGE 1

Veterans • El Fluvià a la desembocadura. Pont de Sant Pere Pescador - Mig de Dos Rius - Camí de les Llúdrigues - Fluvià Nàutic desguàs al mar - Platja de la Gola, Itinerari Natural del Fluvià, Càmping Riu - pont de Sant Pere Pescador.

DIMARTS 3 I DIJOUS 5

Excursions per a la gent gran (matinals) • Puig Madrona des del Papiol. Sortirem de l'estació del Papiol i iniciarem aquesta ruta pel Parc Natural del Collserola, que ens conduirà al cim del Puig Madrona (341 m), a l'extrem de ponent de Collserola. El cim és un mirador privilegiat sobre les serres del litoral i pre-litoral. Els més agosarats pujaran pel PR C-35, una ascensió exigent de 500 m de recorregut, i la resta seguirem per la pista fent l'ascensió molt més suau. Distància: 8,5 km. Desnivell: 315 metres positius.

DIJOUS 5

Cultura • Audiovisual i presentació del llibre *A través dels Andes bolivians. De La Paz al llac Titicaca i el Parc Natural de Sajama*, de Manel Figuera. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre.

DISSABTE 7

Orientació • CCRogaine (8h). Pardines.

Escalada • Sortida formativa d'escalada (matí).

Camins del Corb • Un nova proposta de Camins del Corb, aquesta vegada ens proposen descobrir la Vall a peu. Excursió a Vallbona de les Monges i visita a l'Olivera, cooperativa de vins i olis.

Escalada • Sortida formativa (matí).

Escola de Muntanya • Curs d'iniciació a l'escalada nivell 0 (de 16 a 20 h, al boulder de la UES).

DIUMENGE 8

XXXVIII Ronda Vallesana a Sant Feliu del Racó

Escola de Muntanya • Curs d'iniciació a l'escalada, nivell 1. La segona sessió del curs tindrà lloc el diumenge 15 d'octubre.

DISSABTE 14 I DIUMENGE 15

BTT • Arbres de colors a La Selva. 40 km i 650 m desnivell cada dia aprox.

DISSABTE 14

Natura • La muralla xinesa en caiac (cap de setmana). Montsec d'Estall (Baixa Ribagorça). Les Roques de Finesres estan formades per dues capes d'estrats totalment verticals que emergeixen del pantà de Canelles, enmig de les quals hi ha les ruïnes de l'ermita romànica de Sant Vicenç. Ens hi adreçarem tot remant en caiac, en un increïble

passeg que ens oferirà les millors vistes d'aquest formidable fenomen geològic. Dormirem al refugi de Montfalcó i diumenge reblarem la sortida amb una excursió a l'espectacular congost de Mont-Rebei, l'únic gran congost verge de Catalunya.

Història • Romànic per a excursionistes: les Arenes, Sant Pere del Dalmau (Sant Llorenç Savall) sortida conjunta amb els Amics de l'Art Romànic de Sabadell. Sortida a les 8 del matí. Plaça Marçet (Puiggener).

DIUMENGE 15

Veterans • Recorregut geològic i miner pels sectors orientals del terme de Súria.

Marxa Nòrdica • Sortida matinal a la Vall d'Olzinelles (Sant Celoni). Recorregut d'uns 11 km amb uns 250 metres de desnivell. Sortida: 8 del matí, plaça Marçet.

DIMARTS 17

Natura • Presentació del *Codi de Bones Pràctiques en l'organització de curses i marxes per muntanya*. A les 7 de la tarda a la sala d'actes.

DIMECRES 18

L'excursió dels dimecres • A concretar.

DIJOUS 19

Història i Vídeo • Cicle Arcadi Gili. Segona i última sessió del cicle d'aquest cineasta, pioner en el cinema amateur del país. Projectió dels films: *Marinada*, 1954; *Domund a Sabadell*, 1954; *Sant Miquel del Fai*, 1955; *La pesca de la gamba*, 1956; *Molino*, 1961; *Simfonia en gris*, 1962; *Cineastes de Sabadell*, 1963; *Vacances 1955-1965*; *Mil gotes*, 1974. A les 8 del vespre a la sala d'actes. Durada total de la sessió: 1 hora

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre.

DIVENDRES 20

Acte d'inici de curs i lliurament de medalles dels 25, 50 i 75 anys. A les 8 del vespre a la sala d'actes.

DISSABTE 21

Muntanya • Excursió al Montsant.

Orientació • CCPEU. Campionat d'esprint. Reus-Montsant
Senders • GR3: De la Seu d'Urgell a Port del Cantó (cap de setmana).

Natura • Fent de pastors pel camí ramader i baixant el ramat cap al Lluçanès. Seguint un ancestral camí ramader coneixerem la vida dels pastors que practicaven la transhumància i entendrem la importància de les vies pecuàries, la seva història i finalitat. Des del coll de Marolla (1.100 m) en direcció al coll de Faig General (1.385 m), per on baixaven els ramats del Ripollès cap al Lluçanès, arribarem pel coll de Solís a Santa Maria de les Llosses.

Foto • Nit a La Mola, Circumpolar, amb Jaume Cusidó. I el dimecres 25 d'octubre, classe de retoc i sessió de fotocrítica, de 19 a 21 h, a l'aula de formació.

DIUMENGE 22

Orientació • CCPEU. Campionat de mitja. Arbolí - Montsant.
Senders • GR3: De la Seu d'Urgell a Port del Cantó (cap de setmana).

Famílies • Castellterçol.

DIMARTS 24 I DIJOUS 26

Excursions de natura per a la gent gran (tot el dia) • Els congostos de Mu i Camarasa. Fantàstic itinerari per un dels congostos més espectaculars i menys coneguts de tot Catalunya, el congost del Mu. Des d'Alòs de Balaguer, recorrerem aquest antic camí entre altives parets i vistes vertiginoses que ens faran rumiar com devia ser de dura la vida en aquestes contrades. A més, trobarem alguna sorpresa força aventurera abans d'arribar a l'aiguabarreig del riu Segre amb la Noguera Pallaresa, des d'on continuarem pel congost de Camarasa fins a acabar l'excursió a les ribes del Segre. Recorregut de 9,5 km amb 250 metres de desnivell positiu acumulat i els mateixos de baixada.

DIMARTS 24

Cafè Científic • *Els satèl·lits naturals*, a càrrec d'Alistair Ian Spearing, traductor científic i astrònom amateur. Organitza: Agrupació Astronòmica de Sabadell. A les 7 de la tarda al bar.

DIJOUS 26

Vídeo • Programa representant Espanya a la UNICA 2017. Els nostres companys de la Secció de cinema i vídeo del CEC., tenen cura de la selecció de pel·lícules no professionals que representen Espanya en el Concurs Mundial de la UNICA. El programa del passat mes d'agost a Dortmund fou el següent: *The whistler* de David Castro (Múrcia); *Recuerdos*, de Rodrigo Canet (Madrid); *Segundito*, de Roberto Valle (Toledo); *Fugit*, de Marta Bayarri (Vilanova i la Geltrú); *Tablo A*, de Mario Torrecillas (Girona); *Els toraja: viure per pagar la mort*, de Josep Rota (Sabadell); *Camises cap al cel*, de Jordi Ferré (Valls). Durada de la sessió: 60 minuts. A les 8 del vespre a la sala d'actes.

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre.

DISSABTE 28

Natura • Montnegre carener. Capbussada als boscos del cor del Montnegre, refugi extrem d'espècies d'ecosistemes de muntanya, a cavall del Maresme i el Vallès. Sortirem de Sant Martí de Montnegre per a recórrer les bosquíries de les carenes d'aquest parc natural, tot passant pel turó de la Feixa, el turó Gros i Santa Maria de Montnegre. Entre castanyedes i rouredes de roure africà i de fulla gran, arribarem a la singular illa de faigs, petita joia supervivent d'altres èpoques.

Cultura • Pintors i paisatge: Romànic i Gòtic (Barcelona)

DISSABTE 28 I DIUMENGE 29

Marxa Nòrdica • XVIIlè Curs Bàsic d'Iniciació a la MN.

DIUMENGE 29

Veterans • Missa en memòria dels excursionistes difunts. Santa Maria de Serrateix (Berguedà) a les 12 h. Abadia Benedictina Romànica del segle X.

AVANÇAMENT DE NOVEMBRE

DIMECRES 1

Orientació • Campionat de Catalunya d'ultrallarga a Taravil (Berguedà).
BTT • Castanyada.

DIJOUS 2

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre.

DEL 3 AL 5 DE NOVEMBRE

BTT • Espais de la batalla de l'Ebre. Reunió informativa el 21 de setembre.

DISSABTE 4

Muntanya • Caminada a Canalda.
Natura • El Castell de Volterra. Guaitant la vall del Llobregat, sortirem del castell medieval de Volterra, a Abrera (Baix Llobregat) cap al mas d'en Ribes i l'alzina del Porró, fins a arribar a la riera de Sant Jaume, d'interès per la seva flora i, en especial, pel singular bosquet de *palo-santos*. Finalment ens atansarem a la històrica masia de Can Sanaiüja i els seus roures gegantins.
Senders • GR5: Gelida - Can Parellada.
Escalada • Sortida formativa d'escalada.

DISSABTE 4 I DIUMENGE 5

Orientació • Trofeu Internacional Ciutat de Barcelona (TIC Barcelona 2017).

DIUMENGE 5

Escola de Muntanya • Curs d'iniciació a l'escalada. Nivell 2. La segona sessió del curs tindrà lloc el diumenge 12 de novembre.

DILLUNS 6

Espeleo • Curs d'iniciació a l'espeleologia (Nivell 2). Els dies 6, 8, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 18 i 19 de novembre. En el nivell II es donen els coneixements necessaris per a organitzar i dirigir un grup durant la visita a una cavitat.

DIMARTS 7 I DIJOUS 9

Excursions per a la gent gran (matinals) • L'estany de Moià. Sortirem del poblet de l'Estany a l'altiplà del moianès, on destaquem dos elements: el pla que fins al segle XVI havia estat un aiguamoll i el monestir romànic de Sta. Maria de l'Estany, una de les joies arquitectòniques més insignes del

romànic català, des d'on iniciarem aquesta ruta. La ruta recorrerà aquest altiplà passant per fonts, mines, masos i boscos tardorencs en direcció a Moià. Al cap de 9 km, acabarem la ruta a Montví. Distància: 11 km. Desnivell: 132 metres positius i 294 de negatius.

DIMARTS 7, DIJOUS 9 I DISSABTE 11

Formació • Curs de primers auxilis a muntanya, a càrrec de Creu Roja.

DIJOUS 9

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre.

DISSABTE 11

Orientació • CCRogaine (6 h). Les 3 valls.
Natura • Panorama en grau sublim. Formidable ruta circular pels cingles de Vallcebre, a l'Alt Berguedà. Careneja-rem per la imponent cinglera pujant i baixant pels històrics graus: grau dels Boigs, de la Mola, de les Granotes, del Moro, de Sant Climent... De dalt d'aquesta muralla calcària gaudirem d'esplèndides panoràmiques de les serres del Cadí, d'Ensiya, del Moixeró... i de tot el Catllarès i la vall del Llobregat.
Escalada • Sortida formativa.

DIUMENGE 12

57a Marxa Infantil de Regularitat
Veterans • Berguedà: La Pobla de Lillet - Molí de Riutort.

DIMECRES 15

L'excursió dels dimecres • (a concretar)

DIJOUS 16

Curses per muntanya • Entrenament en grup, a 2/4 de 8 del vespre.

DIVENDRES 17

Història • Vídeos amb història. Campament de vacances de la UES a Artiguelongue. Vall de Louron (any 1995) i altres. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes. Durada total de la sessió: 1 hora.

DISSABTE 18

Natura • Geoparc per al nou estat d'Europa.

DIUMENGE 19

42è Cross dels Esquiadors i 5a Trobada de Marxa Nòrdica del Vallès
Orientació • CCPEU. Osona.

NOTÍCIES BREUS – ACTIVITATS DESTACADES

Campanya de recollida de samarretes i vambes per al projecte DUTXES SOCIALS de Creu Roja Sabadell

Amb l'impuls de la secció de Curses per Muntanya, hem arribat a un acord de col·laboració amb Creu Roja Sabadell per engegar una campanya de recollida de samarretes de curses i vambes en desús i que de ben segur podrien fer servei a una altra persona. És un projecte solidari enfocat a persones en risc d'exclusió i que s'adrecen a les dutxes socials localitzades en el local de Creu Roja de Sabadell. La campanya principal és la recollida de samarretes, però també podeu aportar qualsevol altre tipus de peça de roba o calçat (jaquetes, paravents, folres polars, vambes...) qualsevol col·laboració és benvinguda.

Fins al gener, trobareu un contenidor a l'entrada de la UES per poder deixar-hi el material. Gràcies per col·laborar-hi!

64a edició de Sardanes a La Mola

El diumenge 17 de setembre, torna un clàssic: la ballada de Sardanes a La Mola amb la Cobla Nova Vallès i la col·laboració de l'AGRUPACIÓ FOLKLÒRICA AMUNT i CRITS.

XXXVIII Ronda Vallesana

Enguany tindrà lloc el diumenge 8 d'octubre i ens portarà a descobrir l'entorn de Sant Feliu del Racó. Inscripcions a partir del 5 de setembre a inscripcions.ues.cat i a partir del 18, a secretaria.

57a Marxa Infantil de Regularitat

Caminada adreçada a nens i nenes de 6 a 14 anys i en la qual es premia la constància i la regularitat. Us ho perdreu? Us esperem el diumenge 12 de novembre.

42è Cross dels Esquiadors i 5a Trobada de Marxa Nòrdica

L'últim "clàssic" de l'any tindrà lloc el diumenge 19 de novembre al Bosc de Can Deu. Inscripcions a partir del 2 d'octubre a secretaria i a [inscripcions a ues.cat](http://inscripcions.ues.cat)

Concurs de fotografia de muntanya 2017

La secció de fotografia convoca una nova edició del Concurs de Fotografia de Muntanya, obert a tothom. Temàtica: Natura en tots els seus aspectes: paisatge, flora, fauna...

Admissions fins al 15 de desembre de 2017. Exposició al Casal Pere Quart de les fotografies premiades i finalistes, del 9 al 25 de febrer de 2018.

Més informació i bases a ues.cat

FORMACIÓ: CURSOS I TALLERS

Cursos d'escalada

Curs d'iniciació a l'escalada. Nivell 0: dissabte 7 d'octubre, en horari de tarda, al *boulder* de la UES.

Curs d'iniciació a l'escalada. Nivell 1: diumenge 8 i diumenge 15 d'octubre.

Curs d'iniciació a l'escalada. Nivell 2: diumenge 5 i diumenge 11 de novembre.

XVIIe Curs Bàsic d'Iniciació a la MN

Dissabte 28 i diumenge 29 d'octubre.

Curs de primers auxilis a muntanya, a càrrec de Creu Roja Sabadell

Dimarts 7 i dijous 9 de novembre, de 19:30h a 21:30h i el dissabte 11 de novembre, de 9:30 h a 13:30h.

Curs d'iniciació a l'espeleologia (Nivell 2)

Els dies 6, 8, 10, 11, 12, 13, 15, 17, 18 i 19 de novembre.

L'objectiu del curs és divulgar l'espeleologia amb una sèrie de coneixements teòrics (6h) i pràctics (28h), necessaris per gaudir del món subterrani amb la màxima seguretat i respecte al medi natural. En el nivell II es donen els coneixements necessaris per a organitzar i dirigir un grup durant la visita a una cavitat.

Fotografia: Circumpolar a La Mola, amb Jaume Cusidó.

Dissabte 21 d'octubre: teòrica a La Mola, posta de sol i circumpolar.

Dimecres 25 d'octubre: classe de retoc i sessió de fotocrítica, de 19 a 21 h, a l'aula de formació.

Per a més informació i preus de tots els cursos i tallers de formació, consulteu-nos!

SOCIS AMB 25, 50 i 75 ANYS A L'ENTITAT

El divendres 20 d'octubre tindrà lloc la INAUGURACIÓ DE CURS i com cada any, farem el lliurament de medalles als socis que compleixin 25, 50 i 75 anys de fidelitat ininterrompuda a l'entitat. Per aquest motiu fem menció d'aquests socis i sòcies per si cal fer alguna esmena.

25 ANYS

ARMENGOL FARRE, SEBASTIÀ
BAGAN TAPIOLAS, MARIA
CARLES HERRERO, JOAN CARLES
CLIMENT EXPOSITO, JOSEP
ESCAPA CARULLA, RAMON
FONT FERNÁNDEZ, DIDAC
KRAYENBUL GUSI BEATRIU
LLONGUERAS AROLA, MARIA DOLORS
MAGRET ARTIGAS, JULIÀ
MAGRET MIRALLES, HECTOR
MAÑOSA FIGUERAS, NARCÍS
MASSÓ SOLER, EDUARD
MATAS TORRA, M. TERESA
PEDROLA NOGUER, LLUÍS
PEREZ MILLAN CARMÉ
ROCA FERNÁNDEZ, ANNA M.
ROCA VALLRIBERA, CARLES
VIÑAS GORINA, RAMON
YBAÑEZ NOVO, FERRAN

50 ANYS

BATLLE GIRBAU, SALVADOR
BUSQUE BARCELO, ELISABETH
CORTES MATARIN, ENRIC
FERNÁNDEZ LÓPEZ, LLUÍS
FOGUET POL, MERCÈ
FORNELL CASTAÑO, PEPITA
GIBERT FERRER, CATERINA
LLEONART MARTÍ, JOAN
MIQUEL SERRA, MARTÍ
MORROS MENDEZ, EDUARD
OLIVELLA ALIER, ÀNGELS
PARÉ MOIX, JOSEP
PUIG LLANAS, ELISABET
RIUS GRAELLS, JOAN
RODRIGUEZ MORALES, ANDREU
SÁNCHEZ CASAS, ANTÒNIA

75 ANYS

LLIBRE PASCUAL, JOSEP