

Excursionistes
des del
1908



Salut, 14-16 - Apartat de Correus, 421 - 08202 Sabadell - Tel. 93 725 87 12 - Fax 93 725 05 90
info@ues.cat - www.ues.cat

ACTIVITATS DE LES SECCIONS

MARÇ

DISSABTE 1

Natura • Sant Pere Sacama, un bastió tel·lúrgic. Excursió matinal d'interès geològic. Pujaem al Puig Ventós i des de la Creu de Saba veurem els Catalànids (serralades Litoral i Prelitoral), separats per la depressió tectònica del Vallès-Penedès. Després anirem a Sant Pere Sacama, capella romànica situada sobre el pinyolenc o conglomerat quarsós del començament del triàsic, d'indubtable força tel·lúrica. De tornada veurem terrenys paleozoics, mesozoics i cenozoics, compendi de la història geològica de Catalunya. També observarem algunes plantes destacables de l'indret (flor d'indianes, linària de Cadevall, arçot, etc.). Amb l'assessorament d'Àngel M. Hernández Cardona, catedràtic jubilat de Biologia i Geologia.

Cultura • Presentació de l'equip Hopewalkers, que pren part de l'Oxfam Trailwalker d'enguany, amb actuació del cor de gospel i música polifònica La Carena de la UES. A les 8 del vespre, a la sala d'actes.

DIUMENGE 2

Orientació • Rogaine a Sant Bartomeu del Grau (Osona): Copa Catalana.

Muntanya • Hivernal Coll de Puimorens - Pic de la Coma d'Or.

DISSABTE 1 I DIUMENGE 2

Esquí de fons • Chioula. Sortida de cap de setmana a l'estació francesa de Chioula. Allotjament al mateix refugi de l'estació. Les inscripcions es tancaran el 21/02/14.

DIMARTS 4

Fotografia i vídeo • Inici de Taller de Fotografia impartit per en Josep Lluís Lai, titular del Estudi Fotogràfic Rúcula Estudio.

DIMARTS 4 I DIJOUS 6

Excursions de proximitat per a la gent gran • Remuntant el riu Ripoll (III). Tram de 9,5 Km. Punt de trobada: Sabadell Sant Oleguer - Sol i Padrís (parada Bellesguard, L5 TUS). Final: Sabadell - Can Deu, parada Balcans (L1 i L2 TUS).

DIJOUS 6

Història • El conjunt patrimonial dels eremitoris de Montserrat. Projectió i col·loqui sobre la recerca i estudi que s'està portant a terme en el singular conjunt d'antics eremitoris de Montserrat. Amb aquesta trobada, es vol invitar a participar-hi a les persones de l'entitat que estiguin interessades en la descoberta del nostre passat.

Presentació: Albert Roig.

A les 8 del vespre a la sala d'actes de la UES.

DISSABTE 8

Senders • Torredembarra - Tarragona.

Esquí de fons • Sortida Social a Tuixent- La Vansa. Estació d'Esquí de Fons situada a prop del poble de Tuixent.

Orientació • O-Free a Sant Celoni.

Història • Excursió de visita i recerca per els conjunts eremítics del sector de la Tebaida de Montserrat (Bages). Vocals: Josep M^e Masagué i Albert Roig.

Natura • Siurana, el paradís d'Abdelàzia. L'any 1153, després d'un llarg setge, la mainada del comte de Barcelona entrava a sang i fetge i conqueria el darrer domini sarraí. Nosaltres conquerirem la imponent natura que envolta l'aspra i ardida vila de Siurana de Prades, al Priorat, amb cingles, graus, boscos i rius de singular bellesa. Hores de camí: 5-6 h.

Vocals: Jordi Lara i Sagrari Rodríguez.

Durada: Tot el dia. *Transport:* Autocar.

Dificultat: Cal una certa preparació excursionista.

DIUMENGE 9

Veterans • Bages. Sant Jaume de Marganell - Pla de Masroig - Sant Esteve de Marganell.

Muntanya • Excursió per determinar.

DIMECRES 12

Fotografia i Vídeo • Pel·lícules de muntanya • Cicle Jordi Pons. Encetem aquest cicle de pel·lícules de muntanya del reconegut alpinista i cineasta barceloní, Jordi Pons Sanginés, amb el següent Programa:

- McKinley "la muntanya polar" any 1987 (16 mm) 35 minuts.

- El Tibet. "Perfil d'un poble" any 1986 (16 mm) 25 minuts.

A la sala d'actes de la UES a les 19,30 h.

DIJOUS 13, DISSABTE 15 I DIUMENGE 16

Escola de Muntanya • Curs d'esquí de muntanya: Mòdul de tècnica alpina. Activitat per tots aquells que vulguin aprendre les tècniques bàsiques en l'ús de piolet, grampons, corda, etc. així com els principals nusos.

DISSABTE 15

Natura • De cara a la barraca. Ruta matinal per la rodalia de Sant Llorenç Savall que ens permetrà descobrir un seguit de tradicionals barraques de pedra seca, vestigis del paisatge vitivinícola de l'Alt Vallès. De la Torrota de la Roca al torrent de Ricó, reviuem a través dels segles l'esperit d'aquestes construccions artesanals, que servien d'aixopluc en les feines de pagès. A més, contribuirem a realitzar el tancament del sostre d'una barraca en procés final de restauració, amb la col·locació de terra i plantada de lliris. Amb la col·laboració de Jordi Guillemot, del Grup de Pedra Seca Ballestar, de Sant Llorenç Savall.

Vocals: Andreu Alay i Annabel Muñoz.

Durada: Matinal. *Transport:* Cotxes particulars.

Dificultat: Apta per a infants caminadors.

Muntanya • Caminada. Lloc a determinar.

DISSABTE 15 I DIUMENGE 16

Esquí de fons • La Llosa i La Calma. Sortida de cap de

setmana a les estacions La Llosa i La Calma. Allotjament pendent de decidir. Les inscripcions es tancaran el 07/03/14.

DIUMENGE 16

Fotografia i Natura • Amb la càmera als Aiguamolls. Participació en la sortida fotogràfica organitzada per la nova Secció de Fotografia de la UES al parc natural dels Aiguamolls de l'Empordà, un dels refugis d'ocells aquàtics més importants de la Mediterrània. Les persones del grup de fotografia estaran a disposició de tothom qui els demani consell per intentar millorar les imatges que es puguin fer en aquest paratge natural privilegiat.

Vocal: Fina Martín.

Durada: Tot el dia. *Transport:* Cotxes particulars.

Dificultat: Apta per a infants caminadors.

DILLUNS 17

Fotografia i Vídeo • Inici curs de vídeo.

DIMARTS 18 I DIJOUS 20

Excursions de Natura per a la gent gran • El Lluçanès. Excursió al fons de la comarca del Lluçanès resseguint antics camins ramaders, des de Prats de Lluçanès a Olost tot passant pel Santuari de la Mare de Déu de Lurdes, el nucli rural de Santa Creu de Jutglar i l'embassament de la Gavarresa a la riera homònima. Recorregut de 9,5 Km amb un desnivell positiu acumulat de 160 metres.

DISSABTE 22

Cultura • Passejades a l'entorn de l'aigua. Monjos i molins a la Vall d'Ora.

Natura • Tines a peu de vinya. Excursió pel sector nord-occidental del Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i la Serra de l'Obac. Sortint del pintoresc poble de Mura, passarem pel Puig de la Balma, casal mil·lenari penjat espectacularment en la balma d'un cingle, i anirem a visitar les impressionants tines dels Ermitanets i la Balma Roja, construccions insòlites, record de la cultura del vi i la seva empremta en el paisatge del Bages. Arribarem finalment al Pont de Vilomara, indret on el camí ral de Manresa travessa el riu Llobregat. Ens acompanyarà Josep Canals, biòleg i president del Centre Excursionista de Mura.

Vocal: Francesc Macià.

Transport: Autocar. *Durada:* Tot el dia

Dificultat: Cal una certa preparació excursionista.

DIUMENGE 23

BTT • La Conca de Barberà: L'Alta vall del Corb
Senders • Caminant pel Berguedà. La Pobla de Lillet - Mare de Déu de Falgars - S. Julià de Cerdanyola - Guardiola de Berguedà (GR-4 i 4-2).

Veterans • Berguedà. Guardiola de Berguedà a Bagà (per Via Nicolau).

Marxa Nòrdica • Massís del Garraf. Recorregut d'uns 11 Kms. Pel Parc del Garraf.

DIJOUS 27

Cultura • Cicle Gaia, als Cinemes Imperial, en col·laboració amb la secció Natura i el Cineclub Sabadell. Projectió de *Encuentros en el fin del mundo* (2007), d'Herzog Werner.

DISSABTE 29

Orientació • Rogaine a Collserola.

Orientació • Copa Catalana de mitja distància a Campdevàrol (Ripollès).

Natura • Espai Zero. El projecte Espai Zero és la seu a Olot de Wattia, una jove empresa dedicada a l'eficiència energètica. Visitarem el primer edifici 100% renovable de Catalunya, unes instal·lacions futuristes que demostren que amb l'aplicació de mesures d'estalvi energètic, l'ús de fonts energètiques renovables (solar i geotèrmica) i sistemes d'automatització es pot assolir un balanç energètic zero, és a dir, del tot autosuficient. Complementarem la visita amb un itinerari pels paratges del Parc Natural de la Zona Volcànica de la Garrotxa.

Vocals: Maria Creus i Francesc Macià.

Durada: Tot el dia. *Transport:* Autocar.

Dificultat: Apta per a infants excursionistes.

Muntanya • Hivernal dos dies. Lloc a determinar.

DIUMENGE 30

Famílies • Excursió a Sant Llorenç del Munt.

Orientació • Campionat de Catalunya d'Ultrallarga a Campdevàrol (Ripollès).

ABRIL

DIMARTS 1 I DIJOUS 3

Excursions de proximitat per a la gent gran • Remuntant el Riu Ripoll (IV). Tram de 8,5 Km. Punt de trobada: Sabadell (plaça del Primer de maig, Can Puiggener, L7 TUS).

Final: Sabadell- Can Puiggener (plaça del primer de Maig).

DIVENDRES 4

Història • Conferència amb el títol EL RIU SEGRE, UN CAMÍ ENCESTRAL.

Aquesta presentació serà una avançada de l'excursió que farem demà per un dels trams més desconeguts de l'antic camí del Segre. Presentació: Albert Roig. A les 8 del vespre a la sala d'actes de la UES.

DISSABTE 5

Senders • GR-92. Central de Vandellòs - Calaf - l'Atmetlla de Mar.

Història - Natura • Excursió del "Cel de Rubió" al Santuari de Salgar i el despoblat d'Antona (Noguera). Amb la caminada d'avui, seguirem les dues ribes del Segre, en un paratge singular, centrat per l'engorjat de Salgar, amb el santuari troglodític de Santa Maria a la riba esquerra i enfront, a l'altra banda del riu, s'alça el turó del poblat ibèric d'Antona. Sortida conjunta amb la Secció de Natura.

Vocals: Albert Roig i Francesc Macià.

DIUMENGE 6

Veterans • Garrotxa. Sant Esteve d'en Bas-Olot.

DISSABTE 12

Muntanya • Caminada. Lloc a determinar.

DIUMENGE 20

Marxa Nòrdica • Espais Naturals del Delta del Llobregat. El recorregut d'uns 9 Kms.

DIMECRES 23

Natura • Diada de Sant Jordi. Tradicional parada de llibres de la Secció natura, prop del Museu de Paleontologia. Llibres de natura, excursionisme, medi ambient, guies, natura per a infants... Col·laboreu amb la Secció Natura comprant llibres a la nostra parada!

lapanxadelbou
ESCOLA D'ESCALADA 93 720 98 24

De Dilluns a Divendres de 10h a 22h
Dissabte de 11h a 20h
Diumenges de mal temps trucar

C/ Quintana, 80 08205 SABADELL www.lapanxadelbou.com

DIMARTS 22 I DIJOUS 24

Excursions de Natura per a la gent gran • La Riera de les Gorgues (I). Bell itinerari que des de Cantonigrós baixa a la bellesa natural de la Foradada de Cantonigrós, amb llur famosa cascada, per remuntar suauement el curs de la riera de les Gorgues fins al bell llogaret de l'Esquirol. Recorregut de 9 KM amb 90metres de desnivell positiu i 300 metres de baixada.

DIJOUS 24

Esquí de fons • Cloenda Esquí de Fons. Cloenda de la temporada d'Esquí de Fons 2013-2014 pels fondistes que han participat en alguna de les activitats realitzades.

DISSABTE 26

Orientació • Rogaine Internacional i campionat de Catalunya a Vilassar de Mar.

Cultura • Passejades a l'entorn de l'aigua. La indústria del cotó a Manlleu.

DIUMENGE 27

Veterans • Ripollès-Garrotxa. "La via Romana de Capsacosta" (Sant Pau de Segúries-Sant Salvador de Bianya).

Senders • Caminant pel Bergadà. Peguera -Fumanya - Figols - Sant Corneli.

BTT • La Selva: A Caldes de Malavella des de Sils.

Famílies • Salt d'aigua de la Foradada. L'Esquirol.

Natura • Victus!. El parc de la Ciutadella de Barcelona aplega un autèntic tresor botànic, en especial d'arbres d'arreu del món. La història d'aquest parc, que ocupa els terrenys de l'odiada fortalesa militar que els borbons construïren després del 1714, es pot resseguir en molts dels seus racons. La magnificència dels jardins, la vàlua dels seus edificis i obres d'art, de vegades passen desapercebuts. Aquesta passejada ens permetrà descobrir-los. Amb la col·laboració de Xavier Argimon, membre de l'Associació de Jardins i Jardiniers de l'Institut d'Estudis Catalans.

Vocals: Francesc Macià i Conxita Cid.

Durada: Matinal. *Transport:* Transport públic.

Dificultat: Apta per a infants caminadors.

Munyanya • Caminada Vallfogona del Ripollès - Torrent de la Massica.

A concretar dates

Fotografia • Passat Setmana Santa, sortida per pràctica de fotografia nocturna a Barcelona.

Guies de Muntanya o Esquí de muntanya • ALTA RUTA CHAMONIX-ZERMATT.

Travessa amb esquís de muntanya que uneix 2 dels pobles més famosos dels Alps: Chamonix i Zermatt, en 6 intenses jornades travessant paisatges espectaculars aprofitant els refugis d'alta muntanya.

Places limitades. *Guia:* Ferran Martínez.

MAIG

DIUMENGE 4

Història • Excursió a la Creu del Cabrer, Peguera, Fumanya i Fígols (Berguedà).

Recorregut per les terres ancestrals de l'Alt Berguedà, entre petites viles rurals de muntanya, fogar d'antigues famílies nobiliàries com els Peguera o poderosos castells com els Fígols, sorgits tots ells, d'aquests primitius assentaments. *Vocal:* Antoni Carbonell.

DIMARTS 6 I DIJOUS 8

Excursions de proximitat per a la gent gran • Remuntant el Riu Ripoll (V). Tram de 9 Km.

Punt de trobada: Sabadell, barri de Can Deu, parada Balcans (L1 i L2 TUS).

Final: Castellar del Vallès (parada busos).

DIJOUS 8

Història • Projecció dels vídeos:

CATALUNYA NORD: Marcèvol - Prada de Conflent.

FRANJA DE PONENT: Sopeira - Muntanyana - Congost de Mont-rebei.

CATALUNYA SUD: Miravet.

Per Lluís Fernández.

A les 8 del vespre a la sala d'actes de la UES.

DISSABTE 10, DIUMENGE 11 I DILLUNS 12

Natura • Empaitant l'home de Talteüll. A cavall del Rosselló i el Parapertusès, la formosa vall del riu Verdoble és plena de tresors compartits a banda i banda de les Corberes, tant catalanes com occitanes. La devesa de Talteüll, la cova de l'Aragó (bressol del prehistòric home de Talteüll), les gorgues de Golerós, el cèlebre vi muscat d'aquest país de vinyes i cellers, el castell de Talteüll i la Torre del Far, el Museu de la Prehistòria, la vila de Cucunhas i el castell càtar de Querbús. Tres dies formidables per gaudir-ne enmig d'uns paisatges naturals de gran bellesa. Allotjament a tot confort en règim de pensió completa en un acollidor vilatge de vacances. *Vocals:* Elisa Pastor, Sagrari Rodríguez, Dino Giannoni i Jordi Lara.

Durada: Cap de setmana. *Transport:* Autocar

Dificultat: Cal una certa preparació excursionista.

DISSABTE 10

Orientació • Rogaine a Terrassa: Copa Catalana.

Muntanya • Caminada MONTSERRAT: Monestir Santa Cecília, Canal de Sant Jeroni, Mirador Sant Jeroni, Serra de les Paparres, Sant Joan, Monestir de Montserrat, Plaça Santa Anna, Trinitat, Camí de l'Arrel, Santa Cecília.

DIUMENGE 11

Veterans • Osona. Vic - Rosa de Ter.

DEL 14 AL 19

Veterans • **Viatge a la illa de Madeira** ("La illa de les Flors") veure més informació al taulell d'anuncis o a consergeria.

DISSABTE 17

Senders • **GR-92** l'Atmetlla de Mar-Cap Roig-l'Ampolla.

Cultura • **Passejades a l'entorn de l'aigua**. Els vells molins del Collsacabra.

Natura • **Natura 1714**. Des del santuari de Corbera, pujada al pla de l'Estany i per la serra de les Arades fins a la Torreta, punt més alt del recorregut. Davallarem aleshores fins al coll d'Estela per fer el nostre especial 1714 en el cim singularíssim del Cogulló d'Estela. Excursió per a conèixer una dels indrets més emblemàtics del Berguedà i de tot el nostre país en aquest tricentenari tan ple d'esperança. Caminada de 7 hores amb un desnivell aproximat de 700 metres.

Vocals: Josep Jané i Marc Monràs.

Durada: Tot el dia. *Transport:* Autocar

Dificultat: Cal una certa preparació excursionista.

DISSABTE 17 I DIUMENGE 18

Orientació • **2 dies dels Pirineus a Bellver i a Bellestar**.

DIMARTS 20 I DIJOUS 22

Excursions de Natura per a la gent gran • **Per les faldes de la serra del verd**. Des del nucli de la Coma, recorregut circular per la vall del riu Mosoll tot resseguint el bell torrent de la Ribereta del Pujol entre construccions antigues

com la Torre del Moros i de la Vila, l'ermita de Sant Andreu i , el magnífic mas del Pujol del racó. Recorregut de 9 Km amb un desnivell positiu acumulat de 250 metres.

DISSABTE 24

Natura • **Pel camí dels Matxos**. Ascensió al cim del Puigsacalm (1.513 m) des del coll de Bracons i baixada cap al poble de Sant Privat d'en Bas (Garrotxa) passant per l'espectacular salt de Sallent, de prop de cent metres d'alçada. Fagedes de somni, panorames espaterrants i un camí històric, empedrat, digne de gaudir-ne. Hores de camí: 5h. Desnivell: +400m; -900m.

Vocals: Dino Giannoni i Elisa Pastor.

Durada: Tot el dia. *Transport:* Autocar.

Dificultat: Cal una certa preparació excursionista.

Muntanya • Caminada Lloc a determinar.

DIUMENGE 25

Veterans • **Tarragonès**. Sortida cultural. Visita guiada a la ciutat de Tarragona.

Senders • **Caminant pel Bergadà**. Pont de Pedret - el Mascaró - S. Miquel de les Canals - Serra de Picancel - Pont de Pedret.

BTT • **Osona**.

Famílies • **Bicicletada a l'Urgell**.

Marxa Nòrdica • **Dia mundial de la Marxa Nòrdica** - A programar.

DISSABTE 31 I DIUMENGE 1 DE JUNY

Marxa Nòrdica • **Curs bàsic d'iniciació a la Marxa Nòrdica**.

NOUS SOCIS I SÒCIES

Donem la benvinguda als nous socis i noves sòcies

- ALGUERSUARI VALLÈS ANNA MARIA
- ARDERIU USART MERCÈ
- BAUTISTA MAS LAURA
- BLANCO CABRA NÚRIA
- BOIXADERA VALLS MARIA
- BONAMICH MARQUÉS MONTSE
- CANO VEGAS NÚRIA
- CANTERO AGUILA SUSANA
- CARMONA GARCIA RAÛL
- CARO BEREZIN ANDREI
- CORCOBA FERNANDEZ MONTSERRAT
- CRESPO MURIANA CHRISTIAN
- DEL SOL THOMPSON LUCIA
- DEL SOL THOMPSON MIRIAM
- ESCAPA BOLAÑO RAIMON
- ESCOBAR MONISTROL MARINA
- ESCUDERO GALLARDO CARLOS
- FERNÁNDEZ COLL IRWING
- FIGARÓ ARÍS ALBERT
- GARCIA CAMPOY ANNA
- GARCIA PUERTO BERTA

- GARCÍA TROITEIRO ELNA
- GIL NORAY ALEIX
- GODAYOL MASÓ MARIA DOLORS
- GUMA GONZALEZ JOHNNY
- LÓPEZ CASTAÑO JOSEP ANTONI
- LÓPEZ TOMÁS JOAQUIN
- MANCHO RASTRILLA ABEL
- PEREZ MORA MARIA MONTSERRAT
- RIVERA SAEZ JOSÉ MARIA
- ROSAS SALVANS MIQUEL
- SAEZ RIOS ÒSCAR
- SÁNCHEZ QUIROGA AITOR
- SEGOVIA GARCÍA LUA
- SENTÍS CAMÍ ALBERT
- SOTORRA BAYÓ MARIA PILAR
- VADILLO VALLDAURA JOEL
- VALERA GUILLEN LAIA
- VALERA GUILLEN ORIOL
- VEAS SAEZ MIQUEL ÀNGEL
- VEAS SOTORRA ORIOL
- VIÑAS MATEU CARLOTA

NOTÍCIES

SECCIÓ DE FOTOGRAFIA

Inici de Taller de Fotografia impartit per en JOSEP LLUIS LAI, titular del Estudi Fotogràfic RÚCULA ESTUDIO, adreçat a tots als socis interessats ens adquirir i/o ampliar coneixements de tècniques bàsiques per poder fer millor fotografia creativa, realitzant petites sortides formatives, amb el posterior visionat i valoració, fent crítica constructiva de les obres, intentant crear un bon ambient a on tothom aprengui.

A partir del 4 de març, cada dimarts de 7.30 a 9.30h.

Lloc: Instal·lacions de la UES. Participants mínims 15 Persones.



SECCIÓ VETERANS VIATGE A MADEIRA, DEL 14 AL 19 DE MAIG

Preu socis: 1.000€ + 30€ assegurança viatge = Total 1.030€

Preu no socis: 1.050€ + 30€ assegurança viatge = Total 1.080€

Suplement habitació individual 180€

Inici inscripció 1er de febrer del 2014, pagament de 230€

Resta pagaments del 1 al 10 d'abril

Més informació a la secció i consergeria de la UES. Sortida limitada a 42 places.



CONCURS SOCIAL MENSUAL DE FOTOGRAFIA

La secció de foto-vídeo organitza aquest concurs obert exclusivament als socis de la UES

Tema:

Març: PEUS

Abril: LLIURE B/N

Maig: ATRACCIONS DE FIRA

Tramesa: Es poden presentar a consergeria de 18:00 a 21:30 fins el mateix dia del fallo, amb un màxim de 2 imatges per concursant. El dia del fallo serà l'últim dimarts de cada mes.

Premis: Al final de la temporada es concediran premis al primer, segon i tercer classificat.

Exposició: S'exposarà un recull de fotografies a la entrada de la UES.

Bases completes a la pàgina web de la UES www.ues.cat



CURSET PRÀCTIC D'INICIACIÓ AL VÍDEO

La Secció de fotografia i vídeo convoca aquest curs que s'adreça a totes les persones interessades en aprendre els conceptes bàsics per realitzar vídeo amateur, tant en l'aspecte de manipulació de la càmera gravadora com de muntatge i de contingut estètic de la realització videogràfica, així com la seva edició en ordinador.

En vuit sessions, els dilluns i els dijous a les 19,30 h., des del 17 de març fins el 10 d'abril.

Preus populars. Inscripcions a la Secretaria fins el dia 13 de març.

Informació completa a la pàgina web de la UES www.ues.cat



ESPLAI

Al març s'obriran les inscripcions per anar a les colònies de l'esplai de Setmana Santa, si esteu interessats pregunteu a secretaria.



ESCOLA DE MUNTANYA

Cursos d'escalada i alpinisme en cap de setmana durant els mesos de març, abril i maig. Iniciació i perfeccionament. Consulta disponibilitat.