



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

SOCIS AMB 25 i 50 ANYS A L'ENTITAT

El dia **26 d'octubre** es farà la **INAUGURACIÓ DE CURS** amb l'entrega de medalles als socis que compleixin 25 i 50 anys de fidelitat ininterrompuda, entre altres actes. Per aquest motiu fem menció d'aquests socis i sòcies per si cal fer alguna esmena.

25 ANYS

- BORRAS ESCORIHUELA, ANTONI
- CAMPS TORNS, EDMOND
- CAÑELLAS ARSEGOL, MONTSERRAT
- CIRERA ALAS, JORDI
- CIVIL DESVEUS, ORIOL
- DIEZ BALLESTERO, JOSEP
- FENOLL CASTAÑO, TONI
- FRAGO VILLAMANA, M^{re} ASSUMPCIÓ
- GASION MARTIN, M^{re} DOLORS
- GUILLEM SANCHO, M^{re} ANGELA
- MACIÀ CID, JORDI
- MARTÍ GARCIA, JOAN
- MARTÍ PAINO, ALEX
- MONTAGUT SALLÉS, MARIA MERCÈ
- MORÉ MAS, M. NÚRIA
- PIERI RUIZ, LLUÍS
- PRATS SANZ, JOAN ANTONI
- ROCA BORRELL, ÀNGEL
- ROCA COMAS, JOAN
- ROMERO GALAN, VICENTE
- SENSADA SOTO, MIREIA
- SISCART BUSQUETS, MARC
- TROCOLÍ DALMASES, DOLORS
- VILA DURAN, ROSA

50 ANYS

- CAMPS ESTEVE, PAQUITA
- CLOFENT TORRELLAS, JOAN
- DURAN PASSOLA, FELIU
- GALOFRÉ BOFARULL, JOSEP MARIA
- GONZÁLEZ BORDAS, ELISABET
- LLAVALL CLAVÉ, DOLORS
- MONEGAL MARSAL, ÀNGEL
- MORAGAS VILARNAU, HELENA
- OLIVÉ LAMESA, JAUME
- RAFEL PORTÍ, ANTONI
- ROIG DEULOFEU, ALBERT
- RUSINÈS LASCORZ, NÚRIA

ACTIVITATS DE LES SECCIONS

JULIOL

DIUMENGE 1

Veterans • Sortida a la platja.

DIJOUS 5

Cultura • Inauguració exposició fotogràfica d'en Carles Olivella: **SEGUINT LES PETJADES DELS ROMANS**, exposició fotogràfica de Carles Olivella sobre les construccions romanes per a l'ús de l'aigua, aqüeductes i termes a les terres hispàniques. Del dijous 5 al divendres 20.

Cultura • **PRESENTACIÓ DEL TERCER NÚMERO DE LA REVISTA VALLESOS**, que se centra en la riuada de 1962, i que inclou un article sobre la Ronda Vallesana. La presentació anirà a càrrec de Vicenç Relats, director de la publicació. A les 8 del vespre, a la sala d'actes de la UES (activitat pendent de confirmar).

DIVENDRES 6

Cultura • **CONCERT DEL GRUP MOMENTS**, banda nascuda a finals del 2009 i formada per sis artistes vallesans, que ens oferirà un recital de pop-rock acústic, a les 9 del vespre, a la sala d'actes de la UES.

DISSABTE 7

Natura • **CATALUNYA INFINITA**. Ascensió a la Tossa d'Alp (2.536m), un dels cims més emblemàtics de la Cerdanya, des del coll de Pal, amb llarga davallada per la canal Freda, coll de Jou i el Claper fins a l'Hospitalet de la Roca Sança. Vistes extraordinàries als quatre vents, que ens posaran tot Catalunya a l'abast. Paratges d'una gran bellesa, amb formacions rocoses plenes de màgia, esperons capriciosos i estimballs esglaiadors.

Vocals: Marc Monràs i Josep Jané.

Durada: Tot el dia. *Transport:* Autocar. *Dificultat:* Cal una certa preparació excursionista.

BTT • **ALT EMPORDÀ:** circuit al voltant de l'Escala. Distància: aprox. 40km. i 400 m de desnivells acumulats de pujada. *Nivell:* ** *Vocals:* Anna i Gemma Oliver.

Coral • Cantada de cançons de muntanya per a tothom "Sota els Pins", al bosquet de l'ermita de Sant Nicolau, a les 6 de la tarda.

DIUMENGE 8

Orientació • **Copa Catalana d'orientació a Vilallonga de Ter.**

Muntanya • **Pic de Roc Blanc** (Arieja): **Pont de Botadiol** (1616 m), **Estany de Laurentí**, **Coll de Laurentí** i **Roc Blanc** (2542 m).

DISSABTE 14

Natura • **ELS ESTANYS D'ENGORGS.**

Captivadora excursió d'alta muntanya, a la Cerdanya. Sortida des de Prat Llong (Meranges) tot seguint un itinerari que dona la volta a l'antic circ glacial, ara ple d'estanys i molles de valor ecològic molt elevat, a uns 2.500m d'altitud.

Vocals: Joan Casaramona i Maria Teresa Ferrer.

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

Dificultat: Cal una certa preparació excursionista

DISSABTE 21 I DIUMENGE 22

Muntanya • **Travessa Vallter - Tués, per les gorges de Carança.**

Primer dia: Vallter, Coll de la Marrana, Coll de Tirapits, Coll de Carança, Estanys de Carança i Refugi del Ras de Carança.

Segon dia: Refugi del Ras de Carança, Gorges de Carança i Tués.

SETEMBRE

DIMARTS 4 I DIJOUS 6

Matinals pel Rodal per a la Gent Gran • **CAMÍ RAL DE SABADELL A TERRASSA.** Tram de 9 km. Punt de trobada: P/bus L4 Mancomunitat. Final: estació RENFE Terrassa-Est.

DISSABTE 8 I DIUMENGE 9

Orientació • **Copa Catalana d'orientació:** els dos dies del Bergadà. Trofeu Santoyo.

DISSABTE 8, DIUMENGE 9 I DILLUNS 10

Muntanya • **Tres dies de travessa pel Parc Nacional d'Ordesa.**

DIUMENGE 9

Veterans • Excursió a concretar.

DILLUNS 10

Marxa Nòrdica • **FESTA MAJOR DE SABADELL.** Farem un tastet gratuït del que és la Marxa Nòrdica, al Parc Catalunya. Horari: 10h a 14h.

DISSABTE 15

Senders • **GR 92:** St Feliu de Guíxols- Castell de Montagut - Tossa de Mar.

DIUMENGE 16

Cultura • **SARDANES A LA MOLA.**

Muntanya • Caminada per arribar a La Mola i participar en la ballada de sardanes.

DIMARTS 18 I DIJOUS 20

Excursions de Natura per a la Gent Gran • **LA LLACUNA** (Anoia). Recorregut de 9 km amb un desnivell de 200m acumulats.

DISSABTE 22

Natura • **L'ÚLTIM PARADÍS VERGE.** Farem el camí de ronda entre Sant Carles de la Ràpita i les Cases d'Alcanar (Montsià), amb racons d'esplèndida bellesa i vegetació marítima conspícua i exuberant. Tanmateix, aquest tram de litoral verge ja ha estat sentenciat per les urbanitzadores. A la tarda visitarem l'espai natural de la desembocadura del riu de la Sénia, frontera tradicional entre Catalunya i el País Valencià.

Vocals: Xavier Jiménez i Josep Codina.

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

Dificultat: Apta per a infants caminadors.

DIUMENGE 23

Orientació • **Campionat de Catalunya d'ultrallarga d'orientació a Gósol.**

Muntanya • Caminada a determinar.

Veterans • Excursió a concretar.

DISSABTE 29

Natura • **EL FAR DE LA FI DEL MÓN.** Recorregut des de Cadaqués fins al far del cap de Creus (Alt Empordà), seguint el GR 11, passant per Sant Baldiri, Portlligat, platges de s'Alqueria, badia de Guillola i cala Jugadora. A la tarda, interessant itinerari geològic per conèixer millor el parc natural del Cap de Creus.

Vocals: Dino Giannoni, Elisa Pastor i Carles Ricart.

Durada: Tot el dia.

Transport: Autocar.

Dificultat: Cal una certa preparació excursionista.

Orientació • **Rogaine Aresta les 3 Valls a Sant Feliu de Pallerols.**

DIUMENGE 30

Senders • **GR 151:** Vic - Pont d'en Bruguer – Calldetenes – St. Julià de Vilatorrada - Folgueroles.

Natura • **CINEFÒRUM D'ECOLOGIA: INTO ETERNITY** Cap a l'eternitat: la problemàtica dels residus i els magatzems nuclears. Inquietant documental dirigit per Michael Madsen (2009). La construcció d'un cementiri nuclear a Finlàndia serveix per reflexionar sobre les grans quantitats de residus d'alt nivell radioactiu generats per les centrals nuclears i la seva perillositat durant milers d'anys. Debat-col·loqui a

càrrec del Grup de Científics i Tècnics per a un Futur No Nuclear. Aquest cinefòrum havia de tenir lloc el 19 de febrer i es va haver d'ajornar per causes alienes a l'organització. A 2/4 de 7 del vespre, a la sala d'actes de la UES.

AVANÇAMENT OCTUBRE

DIMARTS 2 I DIJOUS 4

Matinals pel Rodal per a la Gent Gran • **7ena i última ETAPA DE LA VOLTA A SABADELL.** Tram de 9 km. Punt de trobada: estació UAB dels FFCC de la Generalitat. Final: embarcador del Parc Catalunya.

DIVENDRES 5

Cultura • El grup de teatre La Tartera de la UES presenta l'obra **DONA HAVIA DE SER**, de Marina Antúnez, a les 9 del vespre, a la sala d'actes.

DISSABTE 6

Senders • **GR 92:** Tossa de Mar – Sta. Maria de Llorell – cala Canyelles – Punta dels Cabdells – Lloret.

Natura • **EL TRABUC D'EN SERRALLONGA.** En plena Garrotxa, sortirem de Les Planes d'Hostoles i enfilarem el Grau de Santa Anna per entre alzinars i rouredes fins arribar al Santuari del Far i tot seguit resseguirem la cinglera fins a Rupit.

Vocals: Jordi Alay i Conxita Luna.

Dificultat: cal una certa preparació excursionista.

DIUMENGE 7

Muntanya • Excursió per Montserrat.

Veterans • Excursió a concretar.

DISSABTE 6 I DIUMENGE 7

Orientació • **Copa Catalana d'orientació: els dos dies d'Osona.**

DIVENDRES 12 A DIUMENGE 14

Cultura • **CAP DE SETMANA CULTURAL** a Prats de Molló, on podrem conèixer els camins de l'exili, i a Espinavell, on contemplarem de prop la baixada dels Mulats.

DIUMENGE 14

Muntanya • Caminada des de Beuda al Santuari del Mont (Garrotxa).

Coral-Veterans • Missa en sufragi dels difunts muntanyencs al Santuari de Santa M. de Porqueres.

NOTÍCIES

ALBERGUISTES

Es recorda a tots els socis i sòcies que la UES disposa d'un carnet **col·lectiu** d'alberguista a disposició de grups de socis. El podeu sol·licitar a secretaria.

NOU FORMAT BUTLLETÍ

Tal com ja es va anunciar en el darrer butlletí, a partir del proper hi haurà un canvi de format. A partir d'ara, una Comissió s'encarregarà de portar-lo a terme. Constarà de diferents seccions en les quals podran participar els socis i sòcies, com ara la BÚSTIA DE LA UES, els ARTICLES TEMÀTICS (sobre cultura excursionista, etc.), les ACTIVITATS DE LES SECCIONS (comentaris sobre activitats que s'hagin portat a terme, per exemple), el NOTICIARI (notes de fora, sobre excursionisme en general, natura, cultura, converses...).

Pel que fa als articles, es demana una extensió d'uns 5.600 caràcters en lletra Arial 12, com a molt, i en un català correcte. Per a les fotos que els acompanyin, es demana una resolució alta (aprox. 300 punts) i enviar-ne 4 o 5, per tal de seleccionar les més adequades a la paginació o les que tinguin més qualitat.

Podeu enviar les vostres col·laboracions a uesbutlleti@gmail.com o directament a la secretaria de la UES en suport informàtic.

ESPLAI

Del 15 al 22 de juliol l'Esplai organitza

- **CAMPAMENTS** a Els Oms (Montseny). Adreçats a nens i nenes d'entre 5 i 13 anys. Preu orientatiu: 250€. Si hi esteu interessats o bé voleu obtenir més informació envieu un correu a laganyota.ues@gmail.com bé passeu per la secretaria de l'esplai els dilluns de 20h a 22h o els dimecres de 18.30h a 20.30h.
- **RUTA** per La Cerdanya. Adreçada a nois i noies d'entre 14 i 16 anys. Preu orientatiu: 125€. Si hi esteu interessats o bé voleu obtenir més informació envieu un correu a laganyota.prejoves@gmail.com o bé passeu per la secretaria de l'esplai els dilluns de 20h a 22h o els dimecres de 18.30h a 20.30h.

VETERANS

La segona quinzena de setembre, la Secció de Veterans té una sortida a l'estranger que encara s'ha de concretar. Qui hi estigui interessat, que es posi en contacte amb la secció.

SARDANES A LA MOLA

Com cada any, el **diumenge 16 de setembre** es farà la ballada de sardanes a l'era de l'antic monestir de St. Llorenç del Munt. Hi esteu tots convidats.

ESCALADA EN BLOC

Enguany el Campionat de Catalunya d'Escalada en Bloc es farà a la Plaça Dr. Robert el dia 22 de setembre, matí i tarda.

RONDA VALLESANA

Us recordem que enguany la Ronda Vallesana es farà el 21 d'octubre per la zona de Riells del Fai. En el seu moment ja rebreu més informació.

TÈCNIQUES DE PROGRESSIÓ VERTICAL

El 28 d'octubre es farà el Campionat de **TPV 5è memorial Bernat Renom** a la Panxa del Bou. Començarà a les 9h del matí i acabarà cap a les 14h.

APLEC DE JONQUERES

El 30 de setembre l'Associació de Veïns de la Creu Alta organitza el tradicional APLEC DE JONQUERES a l'esplanada de l'ermita de Sant Vicenç de Jonqueres. Entre els actes programats, enguany es farà la **Primera passejada memorial Manel Galicia** guiada per en Josep M. Elias. Hi ha dues opcions: una de 10.6 km i 235 m desnivell i una altra de 5.3 km i desnivell 100m. Ambdues surten a les 9 de l'ermita de Jonqueres. A La Foradada hi haurà un concert de flauta de bec, de petit format, pels intèrprets de l'Escola de Música Creu Alta.

NOVES ACTIVITATS A L'ENTITAT

Donem la benvinguda a la nova secció de **CURSES DE MUNTANYA** que s'haurà de ratificar en l'Assemblea de socis i sòcies, el proper mes de novembre.

També animem al grup de ping-pong o tennis taula en les seves trobades periòdiques.

NOUS SOCIS

Donem la benvinguda als nous socis i noves sòcies

- ALGUERSUARI GIL, MARC
- ANDRES SANCHEZ-CISNEROS, ROSER
- ARENAS HIDALGO, ALEJANDRO
- BORDAS DALMASES, XAVIER
- CASAS SELVAS, ELISA
- FLORES SAFONT, PAU
- GÓMEZ CLAVELL, AROEL
- LAVATELLI CURLETTO, RICARDO ALBERTO
- LLAMAS RENAU, MARC
- MORALES LIRIA, PABLO
- PASCUAL FORRELLAD, MARIONA
- PI MASVIDAL, JOAN
- PRESAS RENOM, OLEGUER
- RENAU VERDUGO, SORAYA
- RIERA SERRAVINYALS, MONTSE
- SALA VARGAS, LAIA
- SALAS ARMENGOL, MARC
- SALAS ARMENGOL, MARIA
- SALOMÓ SAFONT, JOSEP
- SANZ PELEGRÍN, EVA
- TORRAS ROSIQUE, ARIADNA
- TORRES VILAFANE, CLARA
- TORRES VILLAFANE, RAUL
- VIDAL GALLIFA, MARTA
- VINYES GONZÀLEZ, ARNAU
- VINYES GONZÀLEZ, MARTA

SI VOLEU UN BON ESMORZAR O POTSER UN BON BERENAR, CAP A LA UES HEU D'ANAR!

Us recordem que el BAR de la UES està obert des de les 9 del matí fins a la 1 del migdia i des de les 6 de la tarda fins a les 10 del vespre. La Xus i el Josep us atendran amb molt de gust.

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