

Excursionistes
des del
1908



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

ACTIVITATS DE LES SECCIONS

NOVEMBRE

DISSABTE 2

Aventura • Via Ferrada: Vallcebre.

DIMARTS 5 i DIJOUS 7

Excursions matinals per a la gent gran • De Pallejà a Sant Andreu per la riera de les Rovires.

DIMECRES 6

Cultura • *Cicle Escriptors i paisatge*: Josep Maria Espinàs presentat per en Joan Josep Isern. Visió de la seva extensa obra i especialment d'*A peu pels camins de cendra*. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

DIJOUS 7

Història • Vídeos amb història. *Costa Daurada, excursions de natura per a la gent gran*, per Tomàs Mas. 2012. 14' 30''. *El Montpedrós i la colònia Güell* per Lluís Fernández. 2018. 4' 50''. *Entre el caseriu i el mar*, per Miquel Cervera. 2005. 19'. *El Charente, un riu de vida*, per Antoni Viñas. 2003. 12' 50''. Sala d'actes, 2/4 de 8 del vespre.

DIVENDRES 8

Presentació del llibre *Lagos del Parque Natural del Alt Pirineu*, d'Yvette Delgado. A 2/4 de 8 del vespre, a la sala d'actes.

DISSABTE 9

Natura • Tot carenejant (El Montseny).
Senders • GR177: Calders - Granera.
Curses d'Orientació • Participació en el Trofeu Internacional Ciutat de Barcelona - TIC BCN 2019 - City Race Euro Tour (també el diumenge).

DIUMENGE 10

59a Marxa Excursionista Infantil de Regularitat.

DIMECRES 13

L'excursió dels dimecres • Volta i ascens al Rocacorba.

DIVENDRES 15 a DIUMENGE 17

Sortida de descoberta de l'espeleologia • Cantàbria.

DISSABTE 16

Muntanya • Serra del Montsant.

Natura • Groc de Lliris, verd de Pau (Bages).

Cultura • *Cicle Escriptors i paisatge*: Berguedà: Camins de Cendra acompanyats de Sebastià Alquézar, company de camí i amic de Josep Maria Espinàs.

Curses d'Orientació • Dos Dies del Berguedà: Dissabte Copa Catalana - Lliga Catalana - Campionat de Catalunya de Llarga Distància + Diumenge Copa Catalana - Lliga catalana. Sant Corneli + El Jou.

DIUMENGE 17

44a Cursa Popular Cross dels Esquiadors i 7a Trobada de Marxa Nòrdica del Vallès.

DIMARTS 19 i DIJOUS 21

Excursions de tot el dia per a la gent gran • Resseguint la Tordera: de Palafolls a Malgrat.

DIMARTS 19

Cafè Científic • *Quan els ammonits dominaven els oceans*, a càrrec de Rafel Matamales, paleontòleg, investigador del grup de Faunes del Mesozoic de l'Institut Català de Paleontologia Miquel Crusafont. A les 7 de la tarda a la sala d'actes. Organitza: Institut Català de Paleontologia Miquel Crusafont.

DIJOUS 21

Vídeo • Programa representant Espanya a la UNICA 2019. A les 8 del vespre a la sala d'actes.

Fotografia • Del 21 de novembre fins el 5 de desembre, exposició de fotografies del soci Jaume Millan al Casal Pere Quart.

DISSABTE 23

Natura • Cavaloca, una terra difícil (Priorat).

BTT • Volta entre vinyes i boscos pel Penedès.

Escola de muntanya • Curs d'escalada en via llarga (curs de cap de setmana).

DIUMENGE 24

Veterans • Pla de l'Estany: Volta al llac de Banyoles.

Senders • GR92: Fontanilles – Begur.

Famílies • Pendent de concretar.

DIMARTS 26

Curses d'orientació • Entrenament (pistes d'Atletisme).

DIVENDRES 29 a DIUMENGE 1 de DESEMBRE

Aventura • Mussara: ràpel i vies ferrades.

DISSABTE 30

Muntanya • Puigsacalm per Joanetes.

Senders • GR177: Granera- Castellterçol.

Esquí de muntanya • Sessió de pràctiques d'ARVA a la platja.

DISSABTE 30 i DIUMENGE 1 de DESEMBRE

Curses d'orientació • Copa Catalana: Dos dies de Farners, dissabte campionat de Catalunya esprint.

DESEMBRE

DIUMENGE 1

Natura • *Let's clean up Europe*.

DIMECRES 4

Cultura • *Cicle Escriptors i paisatge*: l'obra de Teresa Pàmies presentada per Montserrat Barde ri, a 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

DILLUNS 9

Història • Surt a la venda el calendari de la UES, Sabadell ahir. Enguany amb fotografies de color.

DIMARTS 10

Marxa Nòrdica • Presentació del llibre *Marxa Nòrdica, manual pràctic*, de Cristina Borràs (Cossetània Edicions). A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

DIMECRES 11

L'excursió dels dimecres • Serra de Queralt i Serra de Miralles (Anoia).

Esquí alpí • Dimecres a la neu.

DIJOUS 12

BTT • Agramunt (torrons).

Història • Vídeos amb història. *De l'home Joan Oliver, al poeta Pere Quart* per Josep Rota. 1999. 16'. *Jocs d'aigua*, per Miquel Cervera. 1999. 11'. *Sardanes a la Mola*, per Tomàs Mas. 2015. 15'. *La Creu Alta. Inauguració de la plaça de Lluís Subirana*, per Lluís Fernández 2019. 11'20". *La torre de Collserola*, per Lluís Fernández 2018. 6'15". Sala d'actes, 2/4 de 8 del vespre.

DISSABTE 14

Aventura • Salt del Grill (sortida de cap de setmana).

Muntanya • Portada del pessebre.

Cultura • Cicle *Escriptors i paisatge*: La Noguera (sortida).

Marxa Nòrdica • Curs Bàsic d'iniciació a la marxa nòrdica (curs de cap de setmana).

DIUMENGE 15

Natura • Ja no hi ha llops a la font de Can Llobateres (matinal).

Veterans • Baix Empordà: Sant Feliu de Guíxols.

Senders • GR92: Begur – Palamós.

Famílies • Pendent de concretar.

Vídeo • VII Concurs Social de Vídeo. La secció de Vídeo convoca aquest concurs obert a tots els socis de la UES aficionats al cinema amateur. Les pel·lícules s'han d'entregar a la recepció de la UES abans del dia 28 de novembre. Les bases del concurs es poden consultar a <https://ues.cat/video>.

DIMECRES 18

Esquí alpí • Dimecres a la neu.

Nadales amb La Carena. A les 8 del vespre al bar.

DIJOUS 19

Projecció de **Maleïda 1882**, l'aventura de Jacint Verdaguer a l'Aneto. Pel·lícula documental dirigida per Albert Naudin i produïda per FilmeXplora produccions. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes (durada: 90 min). Amb la col·laboració de Camarasa Muntanya.

DISSABTE 21

Història • *Visita a la Catedral de Barcelona*, excursió conjunta amb els Amics del Romànic de Sabadell. Ens farà de guia el sabadellenc Mn. Robert Baró, historiador i canonge de la cate-

dral. Matinal. Desplaçament amb tren o lliure. Sortida de Sabadell sobre 3/4 de 9 del matí (per confirmar).

DIUMENGE 29

Marxa Nòrdica • Puig de la Balma i els Tions de Mura.

AVANÇAMENT DE GENER

DIMECRES 8

Cultura • Cicle *Escriptors i paisatge*: David Vila i Ros (presentació).

Esquí alpí • Dimecres a la neu.

DIJOUS 9

Història • Vídeos amb història. *Sabadell i el ferrocarril*, per Miquel Cervera. 1970-1967-2005. 34' *Els fills del sol*, per Josep Rota, 2009. 20'. Sala d'actes, 2/4 de 8 del vespre.

DISSABTE 11

Natura • Cremant torrons (III).

Senders • GR177: Castellcir – L'Estany.

Esquí de fons • Los Llanos del Hospital (Benasc), sortida de cap de setmana.

Escola de muntanya • Curs d'esquí de muntanya. Nivell 1 (curs de cap de setmana).

DIUMENGE 12

Marxa Nòrdica • El Congost (Franqueses del Vallès).

Curses d'Orientació • 6a cursa urbana de Sabadell.

DIMECRES 15

Esquí alpí • Dimecres a la neu.

DIMECRES 18

Cultura • Cicle *Escriptors i paisatge*: Pla de l'Estany.

DIUMENGE 19

La Llanera Trail, la marató i mitja marató per muntanya de Sabadell.

ESCOLA DE MUNTANYA

Curs d'escalada en via llarga: 23 i 24 de novembre de 2019

Curs d'iniciació a l'esquí de muntanya. Nivell 1: 11 i 12 de gener de 2020

Curs d'iniciació a l'esquí de muntanya. Nivell 2: 25 i 26 de gener de 2020

NOTÍCIES BREUS

59a Marxa Excursionista Infantil de Regularitat

Caminada adreçada a nens i nenes de 6 a 14 anys en la qual es premia la constància i la regularitat. Us la perdreu? Us esperem el diumenge 10 de novembre.

44a Cursa Popular Cross dels Esquiadors i 6a Trobada de Marxa Nòrdica del Vallès

L'últim clàssic de l'any tindrà lloc el diumenge 17 de novembre al Bosc de Can Deu.

La Llanera Trial

El 19 de gener de 2020, torna la marató i la mitja marató per muntanya de Sabadell. Us les perdreu?

Curses per muntanya

A més dels dijous, els dimecres hem arrencat un nou grup d'iniciació per a tothom qui es vulgui iniciar en les curses per muntanya.

Grup d'iniciació: els dimecres

Grup avançat: els dijous

Punt de trobada: a 1/4 de 8 del vespre davant de la UES

Curses d'orientació

Aquest curs estremen entrenaments de curses d'orientació, l'últim dimarts de cada mes, amb alguna excepció. De 7 a 9 del vespre. Consulta els dies i llocs d'entrenament a

ues.cat/orientacio

Es busquen cantaires!

El cor de gospel i música polifònica La Carena busca veus de tenors i baixos per reforçar les cordes d'homes, i soprans i contralts per a les de dones. Cal tenir un mínim de coneixements musicals. Per a més informació: lacarena@ues.cat

Convocatòria del **IV Concurs de Fotografia de Muntanya de la UES**. Data límit de lliurament de fotografies: 19 de desembre. S'exposarà un recull de les fotografies participants al Casal Pere Quart del dia 13 de febrer a l'1 de març de febrer. El Concurs és obert a tothom.

Concurs mensual de foto

NOVEMBRE: ARQUITECTURA

La secció de foto-vídeo organitza aquest concurs obert exclusivament als socis de la UES. Es poden presentar un màxim de dues imatges per concursant, a consergeria, de 6 a 2/4 de 10 del vespre, fins a l'últim dimarts de cada mes, dia en què el jurat emetrà el seu veredict. S'exposarà un recull de fotografies a l'entrada de la UES.