

Excursionistes
des del
1908



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

ACTIVITATS DE LES SECCIONS

GENER

DIUMENGE 5

Marxa Nòrdica • Sortides de Nadal: Rodal de Sabadell. No cal inscripció.

DIMECRES 8

Cultura • Cicle *Escriptors i paisatge*: David Vila i Ros. Presentació de la seva obra i especialment del llibre *Roba estesa*. A 2/4 de 8 del vespre, a la sala d'actes.

Esquí alpí • Dimecres a Masella.

DIJOUS 9

Història • Vídeos amb història. Inici del cicle *50 anys de l'inici del soterrament del tren del nord a Sabadell*. Projectió del documental: *Sabadell i el ferrocarril*, per Miquel Cervera, 1970. Durada: 34'. La sessió és completarà amb la projectió de: *Els fills del sol*, per Josep Rota, 2009. Durada: 20'. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

DISSABTE 11

Natura • Cremant torrons (III).
Senders • GR177: Castellterçol - Castellcir.
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).
Muntanya • Racons i coves de l'Obac.

DIUMENGE 12

Marxa Nòrdica • El Congost (Franqueses del Vallès).

Curses d'Orientació • 6a Cursa urbana de Sabadell.
Esquí de muntanya • Puigmal per França.

DILLUNS 13

Xerrada oberta sobre APPs de meteorologia, guiatge, orientació i muntanya. Per compartir, entre tots, les experiències i utilitats d'aquestes APPs a l'hora d'anar a la muntanya. De 7 a 8 del vespre. També el 27 de gener, 10 i 24 de febrer i 9 i 23 de març.

DIMECRES 15

Esquí alpí • Dimecres a Masella.

DIVENDRES 17

Formació • Tastet d'orientació (sessió teòrica divendres vespre, i dissabte al matí, sessió pràctica).

DISSABTE 18

Cultura • Cicle *Escriptors i paisatge*: Pla de l'Estany
Orientació • Participació a la Rogaine del Berguedà a Avià, puntuable per a la Copa Catalana.

DIUMENGE 19

La Llanera Trail, la maratón i mitja maratón per muntanya de Sabadell.
Esquí de muntanya • Tossa Pelada i Pedró dels Quatre Batlles des de Tuixent.

DISSABTE 18 i DIUMENGE 19

Escola de muntanya • Curs de rescat avançat i primers auxilis a víctimes d'allau.

DIMARTS 21 i DIJOUS 23

Excursions de tot el dia per a la **Gent Gran** • Torrelles de Foix (Penedès).

DIMECRES 22

Esquí alpí • Dimecres a Masella.

DIJOUS 23

Vídeo • Sessió de vídeo amb pel·lícules d'Antoni Viñas. A les 8 del vespre a la sala d'actes.

DIVENDRES 24

Natura • Trobada dels amics de la Secció Natura i presentació del calendari d'excursions 2020. A les 8 del vespre a la sala d'actes de la UES.
Formació • Inici del Taller d'Orientació.

DISSABTE 25

BTT • Sant Llorenç Savall.
Esquí de fons • Guils Fontanera o La Llosa.
Escola de muntanya • Curs d'iniciació a l'esquí de muntanya. Nivell 2.
Muntanya • Pic de Bacivers i Bastiments.
Marxa Nòrdica • Sortida d'iniciació a les raquetes de neu a La Molina.

DIUMENGE 26

Senders • GR92: Platja del Castell a Sant Feliu de Guíxols.
Famílies • Pendent de concretar.
Veterans • Garraf: Olivella-Santa Susanna.
Aventura • Ferrada i excursió a Queralbs.

DISSABTE 25 i DIUMENGE 26

Esquí de muntanya • Petit Peric, Camporrells, Mortiers i Vall de Galba.

DILLUNS 27

Xerrada oberta sobre APPs de meteorologia, guiatge, orientació i muntanya. Per compartir, entre tots, les experiències i utilitats d'aquestes APPs a l'hora d'anar a la muntanya. De 7 a 8 del vespre. També el 10 i 24 de febrer i 9 i 23 de març.

DIMARTS 28

Curses d'orientació • Entrenament (micro-orientació).
Presentació del llibre *Les bruixes porten dol*, de Montserrat Carbó. A les 7 de la tarda a la sala d'actes. *Les bruixes porten dol* (Ed. La Equilibrista) és un recull de 21 contes sobre dones dolgudes per diferents motius, que busquen en la revenja (de vegades molt subtil) la manera de pal·liar aquest patiment.

DIMECRES 29

Esquí alpí • Dimecres a Masella.
Les excursions dels dimecres • Pendent de concretar.

FEBRER

DISSABTE 1

Esquí de fons • 41a Marxa de Beret.

DIUMENGE 2

Esquí de muntanya • Sortida al Ripollès.
Curses d'Orientació • Rogaine Popular The Wild Boar.

DISSABTE 1 i DIUMENGE 2

Escola de muntanya • Curs de descens a Port Ainé.

DIMARTS 4 i DIJOUS 6

Excursions matinals per a la **Gent Gran** • Del Tibidabo a La Mola pel Camí dels Monjos. Etapa 1: Tibidabo – Sant Cugat.

DIMARTS 4

Formació • Inici del Curs d'orientació amb mapa i brúixola.

DIMECRES 5

Esquí alpí • Dimecres a la neu.
Cultura • Cicle *Escriptors i paisatge*: Marta Pessarrodona. A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

DIJOUS 6

Història • Vídeos amb història. Projectió del documental *Supressió de passos a nivell*, per Miquel Cervera. 1970-1973. Durada: 58". A la Sala d'actes, 2/4 de 8 del vespre. (Cicle *50 anys de l'inici del soterrament del tren del nord a Sabadell*).

DISSABTE 8

Senders • GR177: Castellcir- l'Estany.
Muntanya • Cap de setmana al Puigpedrós.

DIUMENGE 9

Esquí de muntanya • Pic de la Mina.
Veterans • Baix Empordà: Santa Cristina d'Aro- Sant Feliu de Guíxols.

DILLUNS 10

Xerrada oberta sobre APPs de meteorologia, guiatge, orientació i muntanya. Per compartir, entre tots, les experiències i utilitats d'aquestes APPs a l'hora d'anar a la muntanya. De 7 a 8 del vespre. També el 24 de febrer i 9 i 23 de març.

DIMARTS 11

Formació • Inici del Curs d'Orientació amb GPS.

DIMECRES 12

Esquí alpí • Dimecres a Masella.
Les excursions dels dimecres • Pendent de concretar.

DIJOUS 13

Vídeo • *El secret de l'alquimista*, d'Antoni Martí. Oferim aquest interessant documental sobre el col·leccionista Antoni Escubedo. Complementarà la sessió dos documents històrics: Una filmació curta inèdita amb la intervenció de Joan Oliver (Pere Quart) i el reportatge *De Montserrat a Roma*, d'Antoni Miralles (1951), amb participació sabadellenca. A les 8 del vespre a la sala d'actes.

Fotografia • Inauguració i lliurament de premis de la 4a edició del Concurs de Fotografia de Muntanya. A les 7 de la tarda al Casal Pere Quart.

DISSABTE 15

Esquí de fons • Plateau de Beille – Chioula.

Cultura • Cicle *Escriptors i paisatge*: Vallès Occidental (sortida).

DISSABTE 15 i DIUMENGE 16

Escola de muntanya • Curs de seguretat en terreny d'allaus (STA1-2020) amb l'ACNA.

Esquí de Muntanya • Roc de Madres o Tarbessou.

DIUMENGE 16

Marxa Nòrdica • Matinal al Pla de la Calma.
13a Festa de l'Arbre

DIMARTS 18 i DIJOUS 20

Excursions de tot el dia per a la Gent Gran • Riera de Salenys (La Selva).

DIMECRES 19

Esquí alpí • Dimecres a Masella.

DIJOUS 20

Història • Vídeos amb història. Projectió del documental *Inauguració del nou traçat*, per Miquel Cervera. 1973. Durada 24'' (Cicle *50 anys de l'inici del soterrament del tren del nord a Sabadell*). La sessió es completarà amb la projecció de: *Per al meu amic Crusafont*, d'Antoni Viñas. 2012. Durada: 16'; *Tres taules per a un cim* i *Una nova taula per a la Mola*, de Carles Capellas i Lluís Fernández. 2016. Durada 20'. Sala d'actes, 2/4 de 8 del vespre.

DISSABTE 22

BTT • Gallecs.

Muntanya • Pic de Montmalús.

DIUMENGE 23

Senders • GR92: Sant Feliu de Guíxols – Tossa de Mar.

Famílies • Pendent de concretar.

Veterans • Ripollès: Del Torrent de la Masica a Vallfogona.

DILLUNS 24

Xerrada oberta sobre APPs de meteorologia, guiatge, orientació i muntanya. Per compartir, entre tots, les

experiències i utilitats d'aquestes APPs a l'hora d'anar a la muntanya. De 7 a 8 del vespre. També el 9 i 23 de març.

DIMARTS 25

Curses d'orientació • Entrenament (Sabadell, urbana).

DIJOUS 27

Acte institucional dels 50 anys de la unió de les tres entitats que van constituir la UES. A la sala d'actes.

DISSABTE 29

Esquí de fons • Tuixent – La Vansa.

DISSABTE 29 de febrer i DIUMENGE 1 de març

Esquí de muntanya • La Collarada.

AVANÇAMENT DE MARÇ

DIMARTS 3

Formació • Curs d'iniciació a la fotografia, amb Jaume Cusidó.

DIMARTS 3 i DIJOUS 5

Excursions matinals per a la Gent Gran • Del Tibidabo a La Mola pel Camí dels Monjos. Etapa 2: Sant Cugat - Bellaterra.

DIMECRES 4

Cultura • Cicle *Escriptors i paisatge*: Rafel Nadal (presentació). A 2/4 de 8 del vespre a la sala d'actes.

DISSABTE 7

Muntanya • Pic de la Fontblanca.

Senders • Gironès: Quart – Monells.

DIUMENGE 8

Veterans • Alt Penedès: D'Olesa de Bonesvalls a l'avenc de l'Escarrà.

DILLUNS 9

Xerrada oberta sobre APPs de meteorologia, guiatge, orientació i muntanya. Per compartir, entre tots, les experiències i utilitats d'aquestes APPs a l'hora d'anar a la muntanya. De 7 a 8 del vespre. També el 23 de març.

DIVENDRES 13

BTT • Aitona, floració de presseguers.

DIUMENGE 15

Marxa Nòrdica • Matinal a les Tines del Llobregat.

ESCOLA DE MUNTANYA

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

Esquí de muntanya curs de descens a Port Ainé: 1 i 2 de febrer

Curs de seguretat en terreny d'allaus (STA1-2020) amb l'ACNA: 15 i 16 de febrer

ALTRES CURSOS I TALLERS

Tastet d'orientació i GPS: 17 i 18 de gener

Taller d'orientació: Adreçat a practicants de Marxa Nòrdica i Senderisme i activitats de natura.

Sessions teòriques: 24 i 31 de gener; sortides pràctiques: 25 de gener i 1 de febrer (matinals pel Rodal de Sabadell).

Curs d'orientació amb mapa i brúixola: Sessions teòriques: 4 i 7 de febrer; sortida pràctica: 8 de febrer a la Serra de l'Obac.

Curs d'orientació amb GPS: Sessions teòriques: 11, 14, 18, 21, 25 i 28 de febrer; sortides pràctiques: 15 i 22 de febrer.

Curs d'iniciació a la Fotografia amb Jaume Cusidó: Del 3 al 19 de març, els dimarts i dijous de 7 a 9 del vespre. Taller de 12 hores de formació.

NOTÍCIES BREUS

Viatge veterans

Viatge a Creta, l'illa del Minotaure. Del 16 al 22 de maig de 2020. Preinscripció a secretaria del 15 de gener al 15 de febrer.

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. Consulteu els dies i llocs d'entrament a [ues.cat/orientació](https://www.ues.cat/orientacio).

Premis Miquel Fàbregues de reportatges i documentals.

La secció de vídeo convoca la 14a edició dels Premis Miquel Fàbregues de reportatges i documentals. Temàtica: documentals i reportatges (viatges, esports, oficis, tradicions, arts, urbanisme, història, natura, biologia, etc.) /màx 25 min. de durada/ inèdits per aquests premis, per a concursants amateurs o bé realitzadors de vídeos independents amb obres finançades o subvencionades, total o parcialment, amb capital públic i privat. El termini de presentació finalitza el 13 de febrer de 2020. Més informació a [ues.cat/video](https://www.ues.cat/video).

Fotografia

El 13 de febrer a les 19h, inauguració oficial del IV Concurs de Fotografia de Muntanya de la UES al Casal Pere Quart. L'exposició de les fotografies participants a concurs serà del 13 de febrer a l'1 de març.

Concurs mensual de foto

GENER: *Street photo* FEBRER: Escapes MARÇ: Retrat

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.