



# Club Muntanyenc Mollet

C/ Pineda Fosca, 6 - Casal La República - 08100 MOLLET DEL VALLÈS  
Tel/fax: 93 579 12 85 a/e: cmmollet@cmm.jazztel.es http://www.cmmollet.cat

## Maig 2016

### Dissabte - 7 - Senders

GR-171 - Etapa 13 - Gandesa - Prat de Comte.

(Terra Alta)

Vocal: **Jordi Luque**

**Recorregut:** 21,1 km amb un desnivell de  $\uparrow$ 1.100 m /  $\downarrow$ 1.140 m i una durada de 6 h.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Esmorzar, dinar i aigua.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.30 h.  
**Transport:** Autocar.

### Diumenge - 8 - Extrem

Vilada - Castell de Roset.

(Berguedà)

Vocals: **Àngels Oliva i Toni Baldó**

**Recorregut:** 11 km amb un desnivell de  $\uparrow$ 460 m /  $\downarrow$ 460 m i una durada de 4 hores.  
Els participants que ho desitgem, podem fer una **ruta alternativa** de 8 km.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Esmorzar, aigua i equipament personal.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7.30 h.

**Transport:** Vehicles particulars.

**Altres:** Possibilitat de dinar de restaurant. Els socis interessats marquen la casella de reserva al full d'inscripció.

### Dissabte - 14 - Extrem

100 Cims: Organyà - Santa Fe 1211 m -  
Grau de Fenollet - Font Bordonera -  
Bassetes del riu Fontanet.

(Alt Urgell)

Vocals: **Mar Fernández i Josep Plana**

**Recorregut:** 19 km amb un desnivell de  $\uparrow$ 1.000 m /  $\downarrow$ 1.000 m i una durada de 8 h.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Esmorzar, dinar i molta aigua. Xancles d'aigua i calçat adient, barret i ulleres de sol.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.00 h.

**Transport:** Vehicles particulars.

**Cartografia:** Muntanya d'Alinyà - Ed. Alpina escala 1:25.000.

### Dies 14, 15 i 16 - Familiar / Joves

Naixement riu Noguera-Ribagorçana,  
llacs Llauset, escalada i disco.

(Ribagorça aragonesa)

Vocal: **Lluís Mas**

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca.

**Transport:** Vehicles particulars.

**Allotjament:** Hotel Peix: 1/2 pensió: 35,2 €/dia habitació doble i 34,83 € habitació triple.

#### Recorreguts principals:

- Naixement del riu Noguera Ribagorçana: 8 km en 4 hores fins al refugi i llacs de Mulleres.
- Llacs de Llauset, marmotes i avioneta estimbada: 4h i 8,5 km.
- Roureda de Transàs i dòlmens de Cornudella de Valira: 5 h i 15 km.

#### Recorreguts opcionals:

- Tuc Mulleres 3.010 m, no és complicada i es fa en 7 hores entre anar i tornar.
- Vallivierna 3067 m.
- Escalada a la via ferrada de la Croqueta d'Ovarra i discoteca Trokotro pels joves.

#### Alternatives en cas de temps advers:

- Museu de dinosaures d'Areny, visita al poble de Finestres i Montfalcó al Montsec d'Estall.
- Fàbrica de xocolata Brescó de Benavarri, visita de la catedral de Roda d'Isàvena, monestir d'Ovarra.
- Pels més petits, recorregut pel sender de les bruixes de Les Paüls.

**Dissabte - 21 - GAM**

Escalada esportiva a Ogassa.

(Ripollès)

Vocal: **Lluís Solà****Material:** casc, arnès, davallador-assegurador, peus de gat i tot el material d'escalada que es disposi (cordes, cintes...).**Cal portar:** Esmorzar, dinar i aigua.**Lloc de sortida:** Pàrquing Caprabo a les 9.00 h.**Transport:** Vehicles particulars.**Observacions:** És imprescindible estar federat.**Diumenge - 22 - Tots**

XX Serralada Marina.

(Serralada Marina)

Vocal: **Siscu Ferrer****Recorregut:** 22,5 km amb un desnivell acumulat de 640 m, resseguint pistes i corriols de la Serralada de Marina.**Inscripcions presencials:** a les oficines del Club, els dies 12, 13, 19 i 20 de maig, de les 20.00 h a les 22.00 hores. a la Plaça Catalunya de Mollet, el dia 21 de Maig, de les 11.00 h a les 14.00 hores.**Inscripcions mitjançant ingrés:** compte de BBVA ES24 0182 4330 9402 0007 5691, indicant el nom del participant i aportant el resguard a l'hora de la sortida.**Inscripcions per Internet:** a la pàgina Web de la FEEC <http://inscripcions.feec.cat>**Transport:** pel desplaçament, l'organització ha previst un servei d'autocars que sortiran del costat del Pavelló de la Riera Seca, a partir de les 7.00 hores del matí fins a les 8.00 hores. Portaran els participants fins al punt de sortida.**Hora d'inici de la Caminada:** a partir de les 7.30 hores. La sortida serà esglaonada.**Més informació** al díptic elaborat per l'equip organitzador. [XX Caminada per Muntanya Serralada Marina 2016](#)**Dissabte - 28 - Tots**

Cinema de Natura i Aventura (Festival Torelló).

(Casal Cultural)

Vocal: **Toni Baldó****A les 20.00 hores, al Casal Cultural, projecció** de les pel·lícules guardonades en la darrera edició:PREMI CERVESA DEL MONTSENY i Flor de Neu de Plata al millor film **+Xtrem**, per votació popular:**THE MONT REBEI PROJECT** de Vladimir Cellier. França.PREMI BBVA i Flor de Neu de Plata al millor film de **Muntanya**:**JEFF LOWE'S METANOIA** de James Aikman. EUA.**Dissabte - 28 - Tots**

Iniciació a les vies ferrades.

(A determinar)

Més informació

Contactar amb el vocal **Emilio Rodríguez****Diumenge - 29 - Espeleo**

Barranc Sant Aniol.

(Garrotxa)

Més informació

Contactar amb el vocal **Fernando Cervilla****Diumenge - 29 - Extrem**

Cànoves, Can Quintana, El Sui.

(Vallès Oriental)

Vocal: **Francisco Vera****Recorregut:** 15,5 km amb un desnivell de ↑986 m / ↓993 m i una durada de 5 hores.**Dificultat:** Mitjana.**Cal portar:** Esmorzar i aigua.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7.00 h.**Transport:** Vehicles particulars.**Diumenge - 29 - GAM**

Pica del Carlit 2921 m des de Porté.

(Cerdanya Nord)

Vocals: **Òscar Cano, Lluís Solà****Recorregut:** 17 km amb un desnivell de ↑1.200 m / ↓1.200 m i una durada de 8/9 h.**Dificultat:** Mitjana - Alta.**Cal portar:** Esmorzar, dinar i aigua. Frontal i equip d'alta muntanya. No cal ni piolet ni grampons.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.00 h.**Transport:** Vehicles particulars.**Observacions:** És un itinerari llarg sense dificultats tècniques, però que requereix d'una bona preparació física. El Pic del Carlit forma part del catàleg dels "100 Cims".



- **Juny – 18 i 19 - Sortida preparació Macro + 100cims Salòria 2789m + Alt del Griu 2874m**

Estem preparant una Sortida a Andorra pels dies 18 i 19 de juny. Per tal que tingueu temps de pensar-ho, ja que s'ha de reservar les places la primera setmana de Juny, us comuniquem les característiques de l'activitat:

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca, dissabte a les 6.00 hores, en vehicles particulars.

**Allotjament:** Casa colònies Aina de Canillo, <http://www.aina.ad/>. Cost 15 euros dormir. La casa disposa de dues grans habitacions de 16 llits, 6 dutxes i 8 banys. Cal recordar portar-se llençols, sac de dormir i tovalloles.

**Menjars:** La casa no fa menjars. Caldrà portar-se esmorzar, dinar i sopar de dissabte, i esmorzar i dinar de diumenge. Cuina equipada amb focs, forn, microones, gots, plats, coberts, olles, paelles..., menjador amb llar de foc. Aquelles persones que vulguin sopar de bar o restaurant, caldrà que es desplacin a Canillo.

**Recorreguts:**

**Dissabte** – Salòria 2789 m – 8h30' – 14'5 km - 1400 m +/-

**Diumenge** - Alt del Griu 2874 m – 7h30' – 13 km - 1000 m +/-

Hi ha la possibilitat de fer només un dels dos cims.

**Inscripcions:** S'obriran el dia 27 de maig i es tancaran el dia 10 de juny – Només es disposa de 32 places. Caldrà pagar els 15 euros en el moment de la inscripció.

*Més informació els divendres, al club: **Òscar Cano o Mar Fernàndez***

- **Actualització de la Galeria fotogràfica de la [Web de Club](#):**

Informem que, gràcies a la col·laboració del soci Carlos Matute, s'han incorporat les fotografies de les activitats realitzades. En aquest apartat de la Web, podreu visualitzar les noves fotografies que ens facin arribar els participants a les diferents activitats programades pels vocals del Club.

Desitgem que gaudiu dels records de les activitats en les quals vau participar.

**RECORDEU QUE PER FER LES SORTIDES DEL CLUB CAL ESTAR FEDERAT!!!!**