



# 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>

## JUNY 2015

### Dissabte 6 Extrem

Matinal: Caldes de Montbui - Cova dels ermitans - El Farell - Caldes de Montbui. (Vallès Occidental)

Vocal: **Francisco Vera**

**Recorregut:** 15 km amb un desnivell de +700 m / -710 m i una durada de 4.30 hores.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Esmorzar i aigua.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.45 h.  
**Transport:** Vehicles particulars.

### Diumenge 7 Extrem

Salt del Molí i Santuari de Bellmunt (Osona)

Vocal: **Josep Plana**

**Recorregut:** 11km amb un desnivell de +650 m / -650 m i una durada de 5 hores.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Esmorzar dinar i aigua.

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

**Observacions:** Excursió de tot el dia, però que no s'acabarà tard.

### Divendres 12 Tots

Projecció: El port (Club)

Vocal: **Toni Baldó**

A les **21.30 hores**, a la pantalla del Club es projectarà la filmació **El port**, d'en Toni Baldó. El film narra les aventures en què es troben quatre muntanyencs, quan decideixen preparar noves activitats pel Club. Durada 35'

### Diumenge 14 Extrem

Salt de la Coromina i naixement del Fluvià (La Garrotxa)

Vocal: **Lluís Mas**

**Recorregut:** 10 km amb un desnivell de +300 m / -300 m i una durada de 3 hores.  
**Dificultat:** Baixa.  
**Cal portar:** Esmorzar, dinar i tovallola pel bany de peus.

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

### Dijous 18 Tots

Programació 3r quadrimestre 2015 (Club)

Vocal: **Alfons Fernández**

A les **21 hores**, si teniu alguna proposta d'activitat i la voleu compartir, veniu al Club, us hi esperem a tots!

### Dissabte 20 Senders

GR-11, Etapa 14b: Ordino - Arinsal (Andorra)

Vocal: **Jordi Luque**

**Recorregut:** 11,1 km amb un desnivell de +1150 m / -1040 m i una durada de 3.30 h.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Esmorzar i dinar.

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

**Observacions:** La pujada al Coll de les Cases, després d'Arans, és un tram dur i sostingut (650 m de desnivell en poc més de 2 km; el pendent mitjà és poc menys del 30%).

### Diumenge 21 Espeleo

Pou de la Calella - L'Estartit (Baix Empordà)

**Dies 20 i 21 Juvenil**

Activitats de Kayac i Vívac a Mont-Rebei

(El Pallars Jussà)

Vocal: **Isabel Rodríguez**

**Activitats:** Kayac pel Congost de Mont-Rebei, vívac i senderisme per la zona.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Tot el que sigui necessari per passar el cap de setmana.

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

**Dies 22 i 23 Tots**

Recollida de la Flama del Canigó

(Conflent)

Vocals: **Emilio, Manel i F.Vera**

Les persones interessades en fer el viatge per recollir la flama al cim del Canigó poseu-vos en contacte amb els vocals.

**Dimarts 23 Tots**

Revetlla de Sant Joan

(Ca l'Estrada)

Vocal: **Valentí Careta**

Rebuda de la flama i celebració de la revetlla de Sant Joan al parc de Ca l'Estrada.  
 Si esteu interessats en gaudir de les activitats, apunteu-vos al Club per poder fer reserva de taules per tothom.

**Dissabte 27 Extrem**

100Cims + preparació Macro – Eina –  
 Cambre d'Ase 2750m – Torre d'Eina  
 2830m – Pic d'Eina 2789m -Noufons  
 2861m - Núria

(Cerdanya Nord -  
Conflent - Ripollès)Vocals: **Oscar Cano, Mar Fernández i Josep Plana**

**Recorregut:** 16,5 km amb un desnivell de +1300 m / -1150 m i una durada de 8 h.  
**Dificultat:** Alta.  
**Cal portar:** Esmorzar, dinar i aigua.

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

- Observacions:**
- Les inscripcions comencen el divendres 29 de maig i es tanquen el divendres 19 de juny.
  - En el moment de fer la inscripció caldrà abonar 20 € per reservar la plaça de l'autocar.
  - Com que el viatge el farem amb un autocar de 28 places, el nombre de participants estarà limitat a aquest nombre. Tindran preferència, en les inscripcions, els socis del Club. Hi haurà una llista de reserva.
  - Si no s'aconsegueix preu de grup per fer el trajecte des de Núria a Querals en el cremallera, els preus dels bitllets seran: adults 13,90 €, + 65 anys 11,85 €, federats amb la tarja FEEC 15% de descompte.

**Altres:** Els Pics Cambre d'Ase, Torre d'Eina i Noufons formen part del catàleg de 100 cims de la FEEC.

**Diumenge 28 Extrem**Gorgs del Brugent i Castell D'Hosteles.  
Planes d'Hostoles

(Garrotxa)

Vocals: **Àngels Oliva i Toni Baldó**

**Recorregut:** 10 km amb un desnivell de +350 m / -350 m i una durada de 5 h.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Esmorzar, aigua, tovallola pels peus, xanquetes d'aigua, crema solar i gorra.

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

**Observacions:** Possibilitat de bany pels més agosarats, porteu banyador.

**Dies 27 i 28 Familiar**

Cap de setmana a L'Espluga de Francolí

(Conca de Barberà)

Vocals: **Alfons, Encarna i Marta.**

**Activitats:** Excursió dissabte al matí, dormirem amb tendes al càmping Montblanc i el diumenge farem la Cova de la Font Major de l'Espluga de Francolí.  
**Dificultat:** Baixa.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 8.00 h.  
**Transport:** Vehicles particulars.

Més informació

[cmm.familiar@gmail.com](mailto:cmm.familiar@gmail.com)**Caps de setmana de juny**

Sortirem a fer ferrades.

Més informació

Contactar amb el vocal: **Joan Burgés**

**Del dia 5 al dia 19 de juny**

Període d'inscripcions a la  
MACRO dels dies 4 i 5 de juliol.

(Club)

Vocals: **Oriol Pi i Tiku Pérez.**

El pagament s'ha de fer en el mateix moment de la inscripció.

El Club subvenciona una part del preu de l'autocar.

Caldrà calcular l'import total, autocar més refugi, segons les opcions següents:

PREUS MACRO	MITJA PENSIÓ	SOPAR	DORMIR	PÍCNIC	AUTOCAR
ADULTS FEDERATS	29.10 €	13.70 €	10.10 €	11.7 €	5 €
ADULTS NO FEDERATS	38.30 €	15.80 €	16.70 €	12.7 €	5 €
MENORS 14 FEDERAS	24.80 €		5.80 €		5 €
MENORS 14 NO FEDERAS	30.50 €		8.90 €		5 €

**Activitats a triar:**

Cim de **Posets**, un dels grans cims del Pirineu.

Cim de **Pavots**, des d'on podrem gaudir d'unes vistes impressionants de la vall de Biadós.

Passejada fins al **Coll de la Plana**.

Els més agosarats podran accedir al pic de **Perramó**.



● **Matinal solidària de la Creu Roja de Mollet.**

Si no teniu cap activitat programada pel dia **6 de juny**, a les **9.00 hores**, i voleu col·laborar amb una **campanya solidària**, podeu participar en el "**III passeig solidari a favor de la Creu Roja**".

Sortint de la Plaça Enric Rosés, de Mollet, es farà un recorregut circular per la zona rural de Gallecs.

Més informació sobre les Inscripcions i les condicions de l'esdeveniment:

Creu Roja a Mollet del Vallès-Baix Vallès  
Plaça Enric Rosés núm. 5  
08100 Mollet del Vallès

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



Federació d'Entitats  
Excursionistes de Catalunya  
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada



MOVIMENT AZIMUT  
Moviment Educatiu d'Excursionisme en el temps  
Bure Infantil i Juvenil de Catalunya



Consell Català  
de l'Esport  
Generalitat  
de Catalunya



Ajuntament de  
Mollet del Vallès