



Club Muntanyenc Mollet

C/ Pineda Fosca, 6 - Casal La República - 08100
Tel/fax: 935791285 a/e: cmuntanyencmollet@gmail.com

MOLLET DEL VALLÈS
<http://www.cmmollet.cat>

ABRIL 2019

Per sufragar el cost que suposa la utilització com a mitjà de transport col·lectiu els vehicles particulars a les sortides organitzades des del Club i, a fi i efecte d'unificar criteris, la Junta ha decidit, quantificar la despesa generada en el transport a 0,19 ct./km a repartir entre tots els participants de l'activitat.

Dissabte - 6 - Resistència

5a Caminada de Resistència
Mollet - Montserrat

(Vallès Oriental - Vallès
Occidental - Bages)

Vocals: **Comissió Mollet-Montserrat**

Recorregut: 53 km amb desnivell acumulat de ↑↓ 3500 m i una durada màxima de 14 h.

Dificultat: Molt alta.

Cal portar: Roba i calçat adequats, llum frontal, mig litre d'aigua o beguda, telèfon mòbil carregat i encès.

Lloc de sortida: Pavelló
Riera Seca a les 5.00 h.

Transport: Retorn a Mollet
en autocar.

Més informació: <http://cmmollet.cat/molletmontserrat>

Dissabte - 13 - Senders

GR-171 Etapa 15 - Paüls - Refugi del Caro

(Baix Ebre)

Vocal: **Jordi Luque**

Recorregut: 20,3 km amb un desnivell de ↑1300 m / ↓500 m i h de durada.

Dificultat: Mitjana - Alta.

Cal portar: Esmorzar i dinar.

Lloc de sortida: Pavelló de la
Riera Seca a les 5.30 h.

Transport: Autocar.

Diumenge - 14 - Extrem

Matinal: Torrent de Colomers - Sabadell

(Vallès Occidental)

Vocal: **Toni Baldó**

Recorregut: 9 km amb un desnivell de ↑288 m / ↓288 m i una durada de 3 hores.

Dificultat: Baixa.

Cal portar: Esmorzar, aigua i equipament personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la
Riera Seca a les 8.00 h.

Transport: Vehicles particulars.

Diumenge - 14 - Espéleo

Avenc de Sant Marçal - Olesa de Bonesvalls

(Garraf)

Vocal: **Nico**

Recorregut: Avenc de 50 metres de llarg, -125 metres de fondària i 6 h de durada.

Dificultat: Mitjana - Alta.

Cal portar: Esmorzar.

Més informació: Contactar amb el vocal.

Lloc de sortida: Pavelló de la
Riera Seca a les 8.00 h.

Transport: Vehicles particulars.

Observacions: Cal tenir coneixements en tècniques de progressió en espeleologia.

Dissabte - 27 - Ferrades

Iniciació a l'escalada i ràpels:
La Soleia, Sant Martí de Centelles.

(Osona)

Dificultat: Baixa.

Cal portar: Material per ferrades.

Altres: Les condicions de l'activitat es consensuaran entre els participants.

Lloc de sortida: Pavelló de la
Riera Seca.

Transport: Vehicles particulars.

Observacions: Possibilitat de dinar al restaurant Can Canal.

Trobada a les 20.30 hores reunió informativa sobre la sortida MACRO i 100Cims dels dies 20 i 21 de juliol.

Dissabte 20:**Opció A:**

Pujada al refugi de Certascan des de la presa de Montalto: Estanys Closell i Naorte, Refugi de Certascan.

Recorregut: 9,34 km, ↗960 m, ↘130 m i 5.15 h de durada.

Opció B:

Pujada en taxi a l'Estany Closell: Estany de Naorte i Refugi de Certascan.

Recorregut: 5 km, ↗300 m, ↘100 m i 1.45 hores de durada.

Diumenge 21:

Opció A: Volta als llacs fins a l'Estany de Romedo de Baix i baixar en taxi a la Presa de Montalto.

Recorregut: 7,44 km, ↗345 m, ↘555 m.

Opció B: Refugi de Certascan, Pic de Certascan, Presa Montalto

Recorregut: 13,5 km, ↗690 m, ↘1525 m i 5.30 h de durada.

Inscripcions: Des del 3 de maig al 21 de juny. Places limitades. Cal avançar una paga i senyal de 20 € en el moment d'inscriure's; el dia de tancament cal haver abonat la totalitat de la inscripció.

Diumenge - 12 de maig - Tots

Dia del Soci:

El Parc dels Búnquers a Martinet

(Baixa Cerdanya)

Vocal: **Josep Solé****Recorreguts:**

Opció A: 11 km amb un desnivell de ↑ 395 m i 4 hores de durada.

Dificultat: Baixa.

Opció B: 3,5 km amb un desnivell de ↑ 140 m i 2.30 hores de durada.

Dificultat: Sense.

Opció C: visita guiada de 2 km i 2 hores de durada.

Dificultat: Sense.

Cal portar: Esmorzar, aigua, gorra i crema solar (estarem a 1300 m d'altitud).

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

Transport: Autocar.

Observacions: inscripcions fins al 3 de maig.

Més informació: [Tríptic informatiu Dia del Soci 2019](#) 



• **Les fotografies del 13è Concurs del 2018 romandran exposades** del 8 d'abril al 8 de maig al Centre Cívic de Can Borrell.

• **Activitats de la Vegueria Vallès (Regió I):**

Curs de rescat i progressió en glacera, dies 27 i 28 d'abril  [Organitza C.E. Castellar](#)

RECORDEU QUE PER FER LES SORTIDES DEL CLUB CAL TENIR VIGENT EL CARNET DE FEDERAT FEEC 2019, EN CAS DE NO TENIR-NE, EL CLUB US FACILITARÀ UNA LLICÈNCIA TEMPORAL PER CADA DIA DE L'ACTIVITAT (5 €/DIA)!!