



# 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>

## GENER 2021

### Dissabte - 9 - Extrem

100cims: L'Estany - Puig de la Caritat 1010 m  
- El Molí del Pla - Sant Feliu de Terrassola

(Bages)

Vocals: **Mar Fernández i Francisco Vera**

**Recorregut:** 16 km amb un desnivell de ↑550 / ↓550 i 5 hores de durada.

**Dificultat:** Mitjana.

**Cal portar:** Esmorzar, dinar, aigua, roba d'abrigar, botes.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 8:00 h.

**Transport:** Vehicles particulars

**Observacions:** S'ha de passar per una portella estreta. Es transita per corriols i pistes.

**Cartografia:** El Moianès ed. Piolet 1:30.000

**Inscripcions per internet:** <https://cmmollet.cat/inscripcio/5fca688d11c49>

### Diumenge - 10 - Tots

Bicicleta: sortida a la platja en BTT pel riu  
Besòs

(Vallès Oriental -  
Vallès Occidental  
- Barcelonès)

Vocals: **José Antonio de la Rosa i Jesús Ruiz Lobillo**

**Recorregut:** 30 km amb un desnivell de ↑80 m / ↓80 m i 4 hores de durada.

**Dificultat:** Mitjana. En alguns trams de la llera del riu, el camí és estret i pedregós.

**Cal portar:** Esmorzar, aigua, casc i material per reparar punxades.

**Lloc de sortida:** Club Muntanyenc Mollet a les 8.30 h.

**Observacions:** Recordem que per fer Bicicleta de muntanya cal tenir contractada la llicència "C" de l'assegurança de la FEEC. En cas de no tenir-ne el Club us tramitarà una ampliació de llicència per l'activitat.

**Inscripcions per internet:** <https://cmmollet.cat/inscripcio/5fca6af5c15d5>

### Dissabte - 16 - Ferrades

Cinglera del Resistent

(Bages)

Vocals: **Emilio i Alfons**

**Dificultat:** Mitjana.

**Cal portar:** Material per ferrades i per rapelar, esmorzar, dinar i aigua

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

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 8.30 h.

**Transport:** Vehicles particulars.

**Inscripcions per internet:** <https://cmmollet.cat/inscripcio/5fca6b68c18b8>

### Diumenge - 17 - Marxa Nòrdica

Els Bufadors de Beví des de Montesquiú

(Osona)

Vocals: **M<sup>a</sup> Teresa Feliu Ferrando**

**Recorregut:** 11,5 km amb un desnivell de ↑320 / ↓100 i 3 de durada.

**Dificultat:** Mitjana

**Cal portar:** Bastons, esmorzar de mig matí, aigua, guants, buf, roba d'abrigar.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7:00 h.

**Preu de l'activitat:** 10 €.

**Transport:** Vehicles particulars

**Observacions:** Cal tenir uns mínims coneixements de l'activitat. L'activitat es farà segons les normes COVID-19 vigents a la data de la sortida.

**Inscripcions per internet:** <https://cmmollet.cat/inscripcio/5fca6c37a3a04>

### Dissabte - 23 - GAM

Hivernal amb neu a Núria

(Ripollès)

Vocal: **Isabel Rodríguez**

**Recorregut:** 12 km amb un desnivell de ↑900 / ↓900 i 7 hores de durada.

**Dificultat:** Mitjana - Alta.

**Cal portar:** Esmorzar, dinar, aigua, roba d'abrigar, grampons i piolet.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6:30 h.

**Transport:** Vehicles particulars

**Inscripcions per internet:** <https://cmmollet.cat/inscripcio/5fca6c97af362>

**Diumenge - 24 - Extrem**

Matinal 100cims: Rubió - Sant Pere d'Ardesa - Puig de Sant Miquel 734 m

(Anoia)

Vocal: **Mar Fernández****Recorregut:** 10,5 km amb un desnivell de ↑400 / ↓400 i 4.30 hores de durada.**Dificultat:** Mitjana**Cal portar:** Esmorzar, aigua, botes, bastons.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7:30 h.**Transport:** Vehicles particulars**Observacions:** Es transita per una torrentera, i per un parc edòic, en cas de pluja o vent s'haurà de suspendre l'activitat. Caminarem per corriols, algun d'ells, amb pedra solta, pista i asfalt.**Inscripcions per internet:** <https://cmmollet.cat/inscripcio/5fca6ee991260>**Dissabte - 30 - Raquetes**

Iniciació raquetes: Rasos de Peguera o Port del Comte

(Berguedà o Solsonès)

Vocals: **Joan Planas i Carlos Revilla****Recorregut:** 9 km amb un desnivell de ↑400 m / ↓400 m i 5 hores de durada.**Dificultat:** Baixa.**Cal portar:** Esmorzar, dinar i aigua.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.30 h.**Transport:** Vehicles particulars.**Observacions:** Cal equip hivernal d'alta muntanya: roba d'abrigar, pals, ulleres, piolet, grampons i raquetes.

El lloc i l'itinerari de l'activitat, es decidirà en funció de les condicions climatològiques i l'estat de la neu.

**Inscripcions per internet:** <https://cmmollet.cat/inscripcio/5fca6f92b33c1>**Diumenge - 31 - Tots**

Riera de Martinet, Aiguafreda de Dalt i Cova del Moro

(Vallès Oriental)

Vocal: **Joan Planas****Recorregut:** 10,5 km amb un desnivell de ↑350 m / ↓ 350 m i 4 hores de durada.**Dificultat:** Baixa.**Cal portar:** Esmorzar, aigua, calçat adequat, roba d'abrigar, frontal o lot per la cova.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 8.00 h.**Transport:** Vehicles particulars.**Inscripcions per internet:** <https://cmmollet.cat/inscripcio/5fcb55bd6f4b1>*Calaix*

- Us notifiquem que s'ha iniciat la nova temporada de llicències per al 2021.

En aquesta pàgina de la FEEC <https://www.feec.cat/feec/licencia-federativa/> o passant pel Club us podeu informar dels aspectes del nou pla de llicències i assegurances, així com les taules resum amb els preus anuals.

**RECORDEU QUE PER FER LES SORTIDES DEL CLUB CAL TENIR VIGENT EL CARNET DE FEDERAT FEEC 2021, EN CAS DE NO TENIR-NE, EL CLUB US FACILITARÀ UNA LLICÈNCIA TEMPORAL PER CADA DIA DE L'ACTIVITAT (5 €/DIA)!!**