



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>

Edició: 24 d'oct. de 2023 7:00 CEST

NOVEMBRE 2025

Us informem que **del 15 de novembre a l'1 de desembre** estaran obertes les votacions del 19è **Concurs de Fotografia Digital** de Muntanya del Club Muntanyenc Mollet.

En aquesta edició hi participen nombroses fotografies realitzades per socis i sòcies del club, repartides en dues categories:

- **Tema lliure:** imatges relacionades amb la muntanya, la natura i les activitats del club.
- **Tema obligatori:** *"Roques amb totes les seves formes"*.

Les votacions estan obertes a tots els socis i sòcies. Us animem a participar-hi i ajudar-nos a escollir les millors imatges d'aquesta edició.

La vostra participació és essencial per reconèixer la creativitat i la mirada muntanyenca dels membres del club.

Moltes gràcies per la vostra col·laboració!

Podreu accedir a la pàgina de votació a través del següent enllaç:

 https://cmmollet.cat/ajax_pagina.php?id=1846

CONCURS
FOTOGRAFIA

Participa-hi i fes sentir la teva veu!

Diumenge - 2 - Extrem

Castell d'Eramprunyà

(Garraf)

Vocal: **Joan Planas**

Recorregut: 9 km amb un desnivell de ↑450 m / 450 m ↓ i 4 hores de durada.

Dificultat: Es tracta d'una caminada fàcil, però amb alguns trams de terreny irregular.

Cal portar: Esmorzar, aigua y equip personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:30 h.

Transport: Vehicles particulars.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852cda5a248d>

Dijous - 6 - Extrem

Matinal Grup dels dijous: Sant Llorenç del Munt - Sescorts - Morral del Drac

(Vallès Occidental)

Vocals: **Carlos Revilla i Francisco Vera**

Recorregut: 7 km amb un desnivell de ↑400 m / ↓400 m i 4 hores de durada.

Dificultat: Mitjana.

Cal portar: Esmorzar, aigua, botes i bastons.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:15 h.

Transport: Vehicles particulars.

Cartografia: <https://tuit.cat/FihBV>

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852cde3707de>

Divendres - 7 - Tothom

Dinamització social: xerrada "Trens, Tramvies i Funiculars de la Serra de Collserola"

(Club)

Vocals: **Josep Maria Cruz**

A les 19:30 h, a la seu del Club, el nostre soci Lluís Prieto ens parlarà sobre els projectes, la construcció i la història dels trens, funiculars i tramvies de la Serra de Collserola.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852ce1ed9721>

Dissabte - 8 - Extrem

100 cims: La Serra (Vingrau) 576 m al matí i a la tarda passeig opcional pel centre de Perpinyà

(Rosselló)

Vocal: **Lluís Mas Pi****Recorregut:** 8,43 km amb un desnivell de ↑439 m / ↓439 m i 3 hores de durada.**Dificultat:** Sense.**Cal portar:** Equipament personal, dinar i aigua.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7:15 h.**Transport:** Vehicles particulars.

Observacions: La Serra (576m) al matí i a la tarda passeig opcional pel centre de Perpinyà per la diada de Catalunya Nord amb els amics del GPRENC de Prada de Conflent.

Cartografia: <https://tuit.cat/C8zE7>

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/68de8f3727ad0>

Dissabte - 8 - Ferrades

Ferrada iniciació: Cala del Molí

(Baix Empordà)

Vocals: **Emilio Rodríguez i Alfons Fernández****Dificultat:** Mitjana.**Cal portar:** Material per ferrades, esmorzar, dinar i aigua.**Altres:** Les condicions de l'activitat es consensuaran entre els participants.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca.**Transport:** Vehicles particulars.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852ce6d417e6>

Dissabte - 8 - TothomSortida cultural:
La Barcelona mèdica

(Barcelona)

Vocal: **Maria Teresa Llavina**

Visita de l'amfiteatre anatòmic del segle XVIII, seu de la Reial Acadèmia de Medicina, els espais de l'antic Hospital de la Santa Creu, l'exterior de la capella de St. Llätzer (segle XII) i finalment, acabarem el recorregut a la Plaça Reial, on visitarem l'Herboristeria del Rei.

Participants: La reserva de l'activitat està limitada a 20 persones.

Lloc de sortida: Estació del tren Mollet-Sant Fost a les 9:00 h.**Transport:** Tren de les 9:08 h.**Preu:** 20,00€ (Soc) 25,00€ (No soc).

Observacions: Si algú prefereix un altre transport, ens trobem a les 10:30 hores a la plaça Sant Agustí el Nou (a prop del carrer Hospital).

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852ce49d06ab>

Diumenge - 9 - Marxa NòrdicaMarxa Nòrdica:
8a Marxa de la Salut

(Sant Cugat del Vallès)

Vocal: **Mercè Cervera****Recorregut:** 10 km amb un desnivell de ↑238 / ↓238 i 6 hores de durada.**Dificultat:** Baixa.**Cal portar:** Bastons de marxa nòrdica, calçat i roba adequada (samarreta blava, si la teniu)**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 8:00h.**Transport:** Vehicles Particulars.

Inscripcions per organitzar el cotxes particular: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852cfd923935>

Web de la competició**INSCRIPCIONS WEB**

Informació de la Marxa: <https://marxadelasalut.cat/>

Inscripcions per internet: <https://marxadelasalut.cat/inscripcions-i-preus/>

Dijous - 13 - Extrem	Matinal Grup dels dijous: El Bruc - Coves de Cal Llucià - Castellolí - Pont Foradat	(Anoia)
-----------------------------	---	---------

Vocals: **Francisco Vera i Carlos Revilla**

Recorregut: 10,8 km amb un desnivell de ↑306 m / ↓306 m i 4:30 h de durada. Dificultat: Baixa. Cal portar: Esmorzar, aigua i equip personal	Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:00 h. Transport: Vehicles particulars.
--	---

Cartografia: <https://tuit.cat/1fvJh>

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852cf33d4208>

Dijous - 13 - Tothom	Programació del primer quadrimestre del 2026	(Seu CMM)
-----------------------------	--	-----------

Vocal: **Alfons Fernández**

A les 20:00 hores, en el Club, programació de les activitats del primer semestre del 2026. La programació la fem els socis que ens reunim i fem propostes. Animeu-vos i veniu a la reunió i proposeu aquelles activitats/excursions que us agradaria compartir amb els companys del Club.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852cf8aa6205>

Dissabte - 15 - Senders	GR 3, etapa 29. De Tàrrega a Vallbona de les Monges	(Urgell)
--------------------------------	---	----------

Vocal: **Jordi Luque**

Recorregut: 26,0 km amb un desnivell de ↑470 m / ↓360 m i 6 hores de durada. Dificultat: Mitjana - Alta. Cal portar: Esmorzar i dinar. Equipament adient per a senderisme.	Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:00 h. Transport: Autocar. Preu: 15,00€ (Soc) 21,00€ (No soci)
---	--

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852cfaf722a3>

Dijous - 20 - Extrem	Matinal Grup dels dijous: Sant Martí de Centelles - Cingles de Bertí	(Osona)
-----------------------------	--	---------

Vocals: **Carlos Revilla i Francisco Vera**

Recorregut: 10 km amb un desnivell de ↑450 m / ↓450 m i 5 hores de durada. Dificultat: Mitjana. Cal portar: Esmorzar, aigua, botes i equip personal.	Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:30 h. Transport: Vehicles particulars.
---	---

Cartografia: <https://tuit.cat/qLc1U>

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852d00356217>

Dissabte - 22 - Extrem	Matinal 100 cims: Rellinars, Castell de Bocs (662m), Fonts de la riera	(Vallès Occidental)
-------------------------------	--	---------------------

Vocal: **Carlos Revilla**

Recorregut: 10 km amb un desnivell de ↑350 m / ↓350 m i 4:15 hores de durada. Dificultat: Mitjana. Cal portar: Esmorzar, aigua, botes i equip personal.	Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:30 h. Transport: Vehicles particulars.
--	---

Observacions: La pujada al Castell de Bocs requereix una certa força i agilitat per grimpar i desgrimar. En cas de patir vertigen, és recomanable esperar-se a la pista.

Cartografia: <https://tuit.cat/xXH4Z>

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852d04578f71>

Diumenge - 23 - Extrem	Pont de l'Afrau dels Cortalets.	(Berguedà)
-------------------------------	---------------------------------	------------

Vocal: **Joan Planas**

Recorregut: 16 km amb un desnivell de ↑900 m / ↓900 m i 5:30 hores de durada. Dificultat: Mitjana. Cal portar: Esmorzar, dinar, aigua, botes, recomanable bastons i equip personal	Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 6:00h. Transport: Vehicles particulars.
---	--

Observacions: Aquesta sortida no té cap dificultat tècnica, hem posat dificultat mitjana pel desnivell acumulat i els km totals del recorregut.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852d078d2e37>

Recorregut: 12 km amb un desnivell de ↑382 m / ↓382 m i 7 hores de durada.
Dificultat: Baixa
Cal portar: Bastons de marxa nòrdica, calçat i roba adequada, aigua, esmorzar i dinar opcional per si arribem massa tard, ja que depenem del transport públic.

Lloc de sortida: Estació Renfe Mollet Sant Fost a les 7:00h.
Transport: Tren línia R2 fins Passeig de Gràcia i metro L3 fins a Paral·lel.

Observacions: És el primer sender homologat per la FEEC que transcorre íntegrament dins la ciutat de Barcelona. Està senyalitzat amb les marques blanques i grogues com a PR-C-229 (sender de petit recorregut). Té l'inici i el final al Parc de les Tres Xemeneies. Una ruta circular que envolta la muntanya, trepitjant el mínim asfalt possible i passant per diferents punts d'interès.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852ceb29ed88>

Dijous - 27 - Extrem

Matinal Grup dels dijous:
Fonts i barraques de pedra seca de Rellinars (Vallès Occidental)

Vocals: **Francisco Vera i Carlos Revilla**

Recorregut: 10,5 km amb un desnivell de ↑360 / ↓360 i 4 hores de durada.
Dificultat: Sense.
Cal portar: Esmorzar, aigua, botes i equip personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:15h.
Transport: Vehicles particulars.

Cartografia: <https://tuit.cat/nUK8V>

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852d0a39885c>

Dissabte - 29 - Extrem

Matinal: Santa Maria de Martorelles,
Can Girona, Turó de Montcau (Vallès Occidental)

Vocal: **Francisco Vera**

Recorregut: 10,2 km amb un desnivell de ↑507 / ↓507 i 4:30 hores de durada.
Dificultat: Mitjana.
Cal portar: Esmorzar, dinar, aigua, botes, recomanable bastons i equip personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 6:00h.
Transport: Vehicles particulars.

Cartografia: <https://tuit.cat/nn62f>

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852d10f9850f>

Diumenge - 30 - Extrem

L'Ametlla de Casserres - Molí de Bellús -
Estany de Graugés - Sant Vicenç d'Obiols (Berguedà)

Vocals: **Toni Baldó i Bartomeu Butjosa**

Recorregut: 12 km amb un desnivell de ↑199 m / ↓199 m i 4 hores de durada.
Dificultat: Mitjana.
Cal portar: Esmorzar, aigua, bastons i equip personal,

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:30 h.
Transport: Autocar.
Preu: 15,00€ (Soc) 21,00€ (No soci)

Observacions: Opcional: dinar de pícnic o de restaurant "Café de la Place" Casserres. Preu 30 € tot inclòs. Reserva ara perquè les places són limitades i s'esgoten aviat! Gràcies.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6852d13948a76>

Calaix

RECORDEU QUE PER FER LES SORTIDES DEL CLUB CAL TENIR VIGENT EL CARNET DE FEDERAT FEEC 2025, EN CAS DE NO TENIR-NE, EL CLUB US FACILITARÀ UNA LLICÈNCIA TEMPORAL PER CADA DIA DE L'ACTIVITAT (6 €/DIA)!!