



Club Muntanyenc Mollet

Programació d'activitats del primer semestre 2023			Activitats actualitzades mensualment a: http://www.cmmollet.cat/		
MES	DIA	ACTIVITAT	LLOC	GRUP	PER A MÉS INFORMACIÓ
Gener					
	7	100 cims – Puig d'Esquer	Alt Empordà	Extrem	Francisco Vera
	13	Projecció de fotografies del concurs	Seu CMM	Tothom	Secretaria
	14	GR 3, etapa 15. Sant Joan de les Abadesses - Sant Quirze de Besora	Ripollès	Senders	Jordi Luque
	14	Ruta dels molins d'aigua de Gallecs	Vallès Oriental	Tothom	Toni Baldó
	15	Sortida matinal de marxa nòrdica	Per determinar	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	15	Ferrada Cala del Molí	Baix Empordà	Ferrades	Emilio Rodríguez
	20	Dinamització social: Introducció a la Botànica (I)	Club	Tothom	Jordi Luque
	21	Visita cultural	Barcelona	Tothom	Teresa Llavina
	22	Els pantans de Llobet i Castell de St. Iscle (Vidreres)	La Selva	Extrem	Toni Baldó / Bartomeu Butjosa
	27	Nit de l'Esport (per invitació)	Can Gomà	Invitació	Secretaria
	27	Presentació sortida Setmana Santa: Toubkal - Marroc	Marroc	GAM	Òscar Cano
	27	Curs d'iniciació a la marxa nòrdica (teoria)	Gallecs	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	28	Curs d'iniciació a la marxa nòrdica (pràctica)	Gallecs	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	29	Matinal 100 cims – Turó de Malpàs	Bages	Extrem	Carlos Revilla
Febrer					
	3	Reunió de la sortida d'estiu dels ferraters	Club	Ferrades	Emilio Rodríguez
	4	Visita cultural	Barcelona	Tothom	Teresa Llavina
	5	Matinal 100 cims – Sant Grau	Gironès	Extrem	Mar Fernández
	10	Xerrada i presentació de llibre de marxa nòrdica	Club	Marxa nòrdica	Xavi Ortega
	11	Ferrada de Centelles + pràctiques de rappel	Osona	Ferrades	Emilio Rodríguez
	17	Dinamització social: Projecció	Club	Tothom	Josep Maria Cruz
	18	GR 3, etapa 16. Sant Quirze de Besora - Collet de Sant Martí	Ripollès, Lluçanès	Senders	Jordi Luque
	19	per determinar	Per determinar	Extrem	Toni Baldó / Bartomeu Butjosa
	25	Sortida matinal de marxa nòrdica	Per determinar	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	26	Matinal 100 cims – Puig de Sant Miquel	Anoia	Extrem	Mar Fernández
Març					
	4	100 cims – Sant Miquel del Mont	Garrotxa	Extrem	Mar Fernández
	5	Dinamització social: Sortida fotogràfica	Per determinar	Tothom	Josep Maria Cruz
	11	Visita cultural	Barcelona	Tothom	Teresa Llavina
	11	Curs de perfeccionament de marxa nòrdica	Gallecs	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	12	Perafita - Sant Martí d'Albars	Lluçanès	Extrem	Toni Baldó / Bartomeu Butjosa
	17	Dinamització social: Xerrada de Geologia (II)	Club	Tothom	Carles Matute
	18	GR 3, etapa 4. Àger - Sant Esteve de la Sarga	Noguera, Pallars Jussà	Senders	Jordi Luque
	19	Sortida matinal de marxa nòrdica	Per determinar	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	24	Assemblea General de Socis	Casal Cultural	Tothom	Secretaria
	25	100 cims – Bassegoda	Alt Empordà	Extrem	Carlos Revilla / Francisco Vera
	26	Ferrada per determinar	Per determinar	Ferrades	Emilio Rodríguez
	31	Curs d'iniciació a la marxa nòrdica (teoria)	Gallecs	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
Abril					
		Sortida al Toubkal (Dates per determinar a la reunió)	Marroc	GAM	Òscar Cano
	1	Curs d'iniciació a la marxa nòrdica (pràctica)	Gallecs	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	15	GR 3, etapa 5. Sant Esteve de la Sarga - Pont de Montanyana	Pallars Jussà, B Ribagorça	Senders	Jordi Luque
	16	Ferrada per determinar	Per determinar	Ferrades	Emilio Rodríguez

	22	Sortida matinal de marxa nòrdica	Per determinar	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	22	100 cims – Molló Puntaire	Baix Camp	Extrem	Mar Fernández / Francisco Vera
	23	Matinal	Per determinar	Extrem	Joan Planas
	28	Dinamització social: Introducció a la Botànica (II)	Club	Tothom	Jordi Luque
	29	100 cims – Miranda de Puig Cerver	Baix Camp	Extrem	Carlos Revilla / Francisco Vera
	30	Palamós i els voltants	Baix Empordà	Extrem	Toni Baldó / Bartomeu Butjosa
Maig					
	6	GR 107, etapa 4. Merens - Porta	Arièja, Cerdanya Nord	Senders	Jordi Luque
	7	Diada del Soci	Bages	Tothom	Josep Solé
	13	Visita cultural	Barcelona	Tothom	Teresa Llavina
	14	Serralada de Marina	Serralada Marina	Tothom	Josep Solé
	19	Dinamització social: Projectió	Club	Tothom	Josep Maria Cruz
	20	Barranc sec a Montserrat	Bages	Ferrades	Emilio Rodríguez
	20	Sortida matinal de marxa nòrdica	Per determinar	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	21	Matinal	Per determinar	Extrem	Joan Planas
	27	100 cims – Serrat del Migdia	Berguedà	Extrem	Mar Fernández
	28	Figuerola d'Orcau - M ^a de Deu de les Esplugues	Pallars Jussà	Extrem	Toni Baldó / Batomeu Butjosa
Juny					
	3	100 cims – La Creueta	Berguedà, Ripollès	Extrem	Mar Fernández
	4	Catifa floral del Corpus	Rambla	Tothom	Secretaria
	9	Dinamització social: Introducció a la Botànica (III)	Club	Tothom	Jordi Luque
	10	Sortida matinal de marxa nòrdica	Per determinar	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	11	Visita cultural	Barcelona	Tothom	Teresa Llavina
	15	Programació 2on semestre 2023	Club	Tothom	Alfons Fernández
	17	GR 107, etapa 5. Porta - Bellver de Cerdanya	Cerdanya Nord, Cerdanya	Senders	Jordi Luque
	18	Ferrada per determinar	Per determinar	Ferrades	Emilio Rodríguez
	22	Recollida de la Flama del Canigó	Conflent	Tothom	Emilio R., M. Olivé, Fco. Vera
	23	Revetlla de Sant Joan	Plaça Catalunya	Ca l'Estrada	Valentí Careta
	25	Amer - Ruta de les Fonts	Selva	Extrem	Toni Baldó / Bartomeu Butjosa
Juliol					
	1	Ferrada per determinar	Per determinar	Ferrades	Emilio
	7	Dinamització social	Club	Tothom	Josep Maria Cruz
	8	Macro Pic de Pam	Capcir	Tothom	Lluís Mas
	9	Macro Baixollada, Roc Blanc i llac de Laurentí	Capcir, Arièja	Extrem	Lluís Mas
	15	Curs de perfeccionament de marxa nòrdica	Gallecs	Marxa nòrdica	Eduard Terrades
	16	La Torre de Mir - Molló	Ripollès	Extrem	Toni Baldó / Bartomeu Butjosa
	29	Sortida matinal de marxa nòrdica	Per determinar	Marxa nòrdica	Eduard Terrades