



# Club Excursionista de Gràcia

M A I G  
J U N Y  
2 0 1 5



PASSATGE MULET, 4

08006 BARCELONA

TEL: 93 237 86 59

FAX: 93 237 31 48

## “MAI ENRERA”

*Publicació degana de la premsa de Gràcia*

*Creu de Sant Jordi 1992 - Medalla d'Honor de Barcelona 2004*

*Placa de Bronze de la Reial Ordre del Mèrit Esportiu 2011*

## Butlletí social

*XXXIII Any - 2a. Època,*

*Núm. 136*

*Fundat l'any 1922*

## “LA MAINERA”





## GRUP DE SENDERS (19 d'abril de 2015)



Fotografies Isabel Jove  
i Jaume Silvente



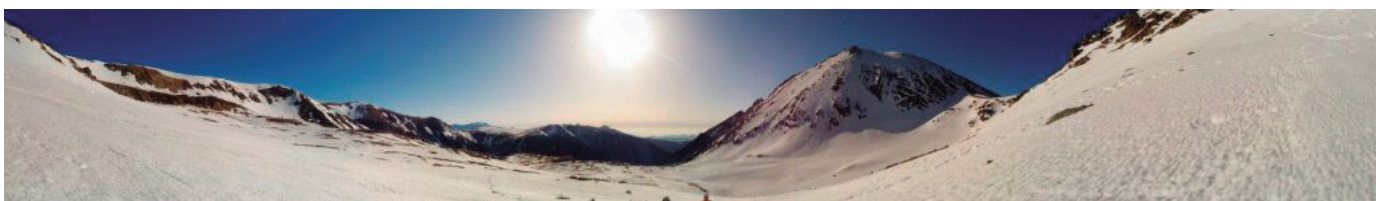
## CURS EXCURSIONISME HIVERNAL



Fotografies Eloi Vilar



## CURS D'ALPINISME Nivell I



Portada, fotos Josep Vilella

Fotografies Eli Figuera





## JUNTA DIRECTIVA

### FELICITATS... FELICITATS...

Un altre consoci i amic, **Antoni Moreno i Zambrana** el dia 8 de maig va arribar a la mítica xifra de **100** anys, moltes felicitats Antonio.



El nostre vicepresident Jordi Heredia li va lliurar en nom de l'entitat un reconeixement per la seva llarga trajectòria ja que fins fa poc temps el vèiem treballant per la nostra entitat.

Esperem que en pugui fer molts més i continuar gaudint de la seva companyia i amabilitat.



## ALTES DE SOCIS

- 9.349 MUNUJOS VENDRELL, MARIA
- 9.350 JIMÉNEZ ZAPATA, SOFÍA
- 9.351 MONTALBO TODOLI, CARLOS
- 9.352 PUJADAS PLAZA, LAURA
- 9.353 BUCAR CARRANZO, MARISOL
- 9.354 GARCÍA LORÉS, JOANA
- 9.355 QUILES, ADUAR
- 9.356 FIGUERES MUNDÓ, BRU
- 9.357 BORREGO, CARLOS
- 9.358 MASSETTI, MARCO
- 9.359 PUIG BOSQUE, MONTSERRAT
- 9.360 RUIZ COMPANYY, LOLA
- 9.361 ROIG RUIZ, DANIEL
- 9.362 BUCHHOLZ, STEPHANIE
- 9.363 CHAMBOISSIER, ANNE
- 9.364 PEDROSA MOLINA, CARMEN
- 9.365 RUIZ TIENDA, NEUS
- 9.366 BUJÁN NAVEIRO, ÀNGEL LUIS
- 9.367 PORTUGAL SÁNCHEZ, ARTURO
- 9.368 MALLAFRÈ CABADÉS, MARIONA
- 9.369 MALLAFRÈ CABADÉS, CLÀUDIA
- 9.370 ESTEBAN CASADO, JOEL
- 9.371 FERNÁNDEZ CABALLERO, RAQUEL
- 9.372 BUSQUETS PLAZA, JORDI
- 9.373 HURTADO ALFAGEME, CARLOS
- 9.374 TUBAU ROCA, JOAN
- 9.375 SOLER OBRADORS, MARC
- 9.376 RODRÍGUEZ GOMEZ, JUAN
- 9.377 SALVADOR OLIVERAS, EDUARD
- 9.378 BRUGAL SERRAT, PERE
- 9.379 POLO TORIBIO, MARÍA JESÚS

### NO HO OBLIDEU

Horari de secretaria:  
De dilluns a dijous,  
de 18,00 a 22,00 hores

Adherit a:

*Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya  
Associació d'entitats Excursionistes del Barcelonès  
Grup Alta Muntanya Espanyol*

*Federació Catalana d'Espeleologia  
Federació Catalana d'Entitats Corals*

*Membre Fundador de la Federació Internacional de Càmping i Caravàning*

**EDITOR:** Club Excursionista de Gràcia

**DIRECTOR:** Guillem Martín i Brasó

**COMPOSICIÓ:** Equip del Butlletí

**CORRECCIÓ a càrrec de:**



UNIÓ DE FEDERACIONS  
ESPORTIVES DE CATALUNYA

a/e:cegracia@cegracia.cat

web: <http://www.cegracia.cat>

facebook: <https://www.facebook.com/clubexcursionistadegracia>

**IMPRESSIÓ:** Multitext, S. L. U. - Barcelona

**Dip. legal:** B.9720-1961

# AGENDA

## JUNY

6 i 7, dissabte i diumenge  
Grup de Senders  
**Congost de Mont-Rebei i Montsec d'Estall**

6 i 7, dissabte i diumenge  
Secció d'Esquí  
**Ascensió Estaragne (3.006 m), a Neouvielle (S3-S4)**

9, dimarts  
**ASSEMBLEA EXTRAORDINÀRIA DE SOCIS**

11, dijous  
**ASSEMBLEA DEL GRUP DE SENDERS**

De l'11 al 14  
Secció de Muntanya. BTT  
**CURS DE FORMACIÓ. TÈCNIQUES DE BTT**  
Director: Vicenç Sánchez

13 i 14, dissabte i diumenge  
Secció de Muntanya. Mitja Muntanya  
**TERRA ALTA I PORTS DE BESEIT**  
Coordina: Jordi Cuevas

16, dimarts  
GEDE  
IX Cicle de Pel·lícules d'Escalada "Josep Maria Rodés"  
**Makalu – El cinquè vuit-mil – Himalayisme**

18, dijous  
Audiovisuais "Buch i Parera"  
**Recull de fotografies de les activitats de muntanya 2014-2015**  
Ponent: Grup de Fotografia

20 i 21, dissabte i diumenge  
Secció de Muntanya. Alta Muntanya  
**CLARABIDES (3.020 m)**  
Coordina: Albert Cànovas

21, diumenge  
Grup de Senders  
**GR-3 SENDER CENTRAL DE CATALUNYA Sant Bartomeu del Grau – L'Estany (22 km)**

27 i 28, dissabte i diumenge  
Secció de Muntanya. BTT  
**ALT URGELL-PALLARS**

30, dimarts  
Grup de Senders  
**Sopar d'estiu**

## JULIOL

4 i 5, dissabte i diumenge  
Secció de Muntanya. Mitja Muntanya  
**AIGÜES TORTES**  
Coordinen: Robert Riu i Josep Vilella

11 i 12, dissabte i diumenge  
Secció de Muntanya. Alta Muntanya  
**TRAVESSA NÚRIA-CARANÇÀ**  
Coordinen: Robert Riu i Josep Vilella

Del 13 al 25  
Agrupament Escolta "Pere Rosselló"  
**CAMPAMENTS D'ESTIU**

Del 17 al 21  
Secció de Muntanya. BTT  
**TRAVESSA MASSÍS CENTRAL FRANCÈS**

---

**A la nostra pàgina web trobareu la informació actualitzada de totes les sortides i els requisits necessaris per a poder-hi participar.**  
A: [www.cegracia.cat](http://www.cegracia.cat)



## ACAMPADA

# 85

anys compleix aquest any la nostra Secció d'Acampada. La direcció del Club Excursionista de Gràcia i la seva Junta actual, estem treballant en la preparació d'actes o activitats per recordar aquest 85è aniversari.

Per aquest motiu, demanem als acampadors i socis del CEG que tinguin fotografies de focs de camp, d'acampades, d'històries viscudes, etc. sobre aquesta Secció, que ens les facin arribar a la Secretaria del Club, ja que tenim la intenció de fer una exposició fotogràfica i un llibre-record de la vida de la Secció de Càmping durant aquests 85 anys.

Tota la informació i les fotografies les envieu al CEG-Secció d'Acampada i al darrere hi poseu el vostre nom, any i us seran retornades un cop utilitzades.

Penseu-hi, comptem amb la vostra col·laboració.

**Toni Albaladejo**



## AGRUPAMENT

### Campaments de primavera

Els més i les més joves de l'escola de màgia van arribar el dissabte dia 28 de març acompanyats i acompanyades de tot l'Agrupament. Al principi de tot, els follets es van quedar parats perquè al dir malament el conjur, la llista de famílies de l'escola de màgia es va dispersar i cada follet va haver d'anar a buscar el seu respectiu paper i a quina família pertanyia, i aquell mateix dia, decidir entre ells, els seus lemes, nom i característiques.



No obstant, quan els follets es van quedar sols amb els caps per primer cop alguna cosa estranya va passar... anaven caminant i es van trobar una jove bruixa sàvia. Ella ens va explicar que als afores de *Rosellowharts* hi havia una guerra de trolls que l'inquietava molt, i va demanar als follets que l'ajudessin i s'infiltrassin a les tribus. I de l'olla va treure un paper de diferent color segons la tribu de cada infant (en una mateixa olla en sortien de diferents colors, com s'ho faria?). En funció de les tribus, els follets van fer-se les seves banderes, samarretes i insígnies.

A partir d'aquí cada tribu de trolls dels de l'escola va haver de fer una poció, una cabana, uns remeis medicinals, i sorprenentment els follets varen veure tots que tant per fer la cabana, com per fer la poció i qualsevol activitat, s'ho passaven millor i el resultat era més satisfactori quan treballaven les tribus conjuntament.

Al gran dia de la guerra, va ser dramàtic. A l'acabar, la bruixa els va portar al bosc on es van trobar un símbol de la pau de fang format per les tres tribus. Els follets van explicar als caps com, la guerra, no els havia agradat gens.

**FORN de PA**  
Pastisseria  
*Santa Clara*  
*Miguel i Montse*

**Reposteria i degustació**  
Artesans des de 1951

Travesera de Gràcia, 210  
Tlf. 93 213 51 63 Mov. 652 866 900  
08012 Barcelona

Pan Artesanal  
Dietetic  
Regimen  
Ciabatta  
Fibras  
Panes especiales

Pastisseria  
Reposteria  
Pizzas Variadas  
Canapes  
Pasta te  
Figures Pa



Plaça del Diamant 9 - 08012 Barcelona  
Tel i Fax: 93 218 41 17  
www.espeleonus.com  
info@espeleonus.com





## CULTURAL



### XII Diada de Verdaguer Excursionista

22 de març de 2015

Els excursionistes han volgut demostrar una vegada més la seva admiració al nostre gran poeta Mossèn Cinto Verdaguer. Enguany, al Centre d'Informació de Collserola, ja que la seva casa-Museu de Vil·la Joana a Vallvidrera, està en obres.

Com homenatge al vessant excursionista de Mn. Cinto, un grup va fer una marxa a peu de Barcelona fins a Vil·la Joana, des de la zona Universitària.

La sessió verdagueriana començà amb una interessant comunicació de Joan Vallès i una de Maria Carme Barceló sobre "Verdaguer i la botànica".

Amb l'entrega d'un llibret de la trobada, que vol ser el testimoni de la dotzena vegada que ens hem reunit per recordar Verdaguer, podem llegir la senyora Barceló, que amb destresa ofereix un ampli ventall d'arbres, plantes i flors, que constantment evoca el poeta als seus versos, i que ens permet veure el rigor i la devoció amb que descrivia el nostre paisatge.

A l'acabar, es va fer l'ofrena d'un ram de lloret al monument de l'era de Vil·la Joana. Ens hi va acompanyar el president de la FEEC, senyor Jordi Merino, a qui agraïm la seva assistència.

**Dolors Làzaro**

*(Fotografies a la contraportada - pag. 59)*

### Visita als Museus VÍCTOR BALAGUER i del FERROCARRIL

El passat dia 21 de març, la Secció Cultural del Club Excursionista de Gràcia va portar a terme una sortida a Vilanova i la Geltrú.

L'objectiu de la sortida era visitar dos museus de la ciutat.



El primer Museu era el "Víctor Balaguer". Vàrem fer una visita guiada de més d'una hora, tot admirant la seva important biblioteca i les pintures que s'hi mostren.

Després de passejar per la Rambla de la ciutat es va anar a dinar al Restaurant "La Peña" de la mateixa Rambla.



Per la tarda vam visitar el famós museu del Ferrocarril. Interessant mostra de vagons i màquines de tren que gràcies a l'acció d'empleats de RENFE s'ha preservat aquest material històric i valuós.

Més tard vam tornar també amb tren, a Barcelona.

*(Fotografies a la contraportada - pag. 59)*



Les activitats realitzades per GIE en aquest primer trimestre del 2015 són les següents exploracions:

- 3.1.2015. Avenc del Muronell. Participants: Leo Castelló, Sergi Duatis (aquests no estan jubilats), Toni Robert i Dolors Boter. Es repeteix aquest avenc perquè és força bonic, amb una colada blanca molt espectacular. També té un crani que ha quedat recobert de calcita i s'ha enganxat a la roca, tot i que alguns companys havien dit que fa uns anys encara no havia quedat fixat. Aquest cop es tornen a prendre mesures d'O<sub>2</sub> i segueix sense donar signes d'hipòxia.
- 8.1.2015. Cova de la Rabosa. Participants: Toni Robert i Dolors Boter.
- 15.1.2015. Avenc Benjamí Digón. Participants: Toni Robert i Dolors Boter. Es prenen mesures d'O<sub>2</sub> i es fa parcialment.
- 22.1.2015. Avenc de la Canal de Mura. Participants: Ricard Alsina, Toni Robert i Dolors Boter.
- 29.1.2015. Avenc de la Carbonera. Participants: Toni Robert i Dolors Boter.
- 29.1.2015. Avenc de l'Obaga de l'Illa. Participants: Ricard Alsina.
- 12.2.2015. Avenc Bonic. Participants: Toni Robert i Dolors Boter. Aquest petit avenc s'havia anat a buscar en diverses ocasions sense èxit, fins que un assidu a l'Espeleobloc que el coneixia, va indicar com arribar-hi seguint unes fites que ell mateix havia posat.
- 19.2.2015. Avenc d'en Garrigal. Participants: Ricard Alsina, Toni Robert i Dolors Boter.
- 26.2.2015. Avenc de les Alzines. Participants: Toni Robert i Dolors Boter. Es fa aquest avenc després d'un intent frustrat a l'avenc de les Basses Roges ja que l'estretor que hi ha a la boca és prou selectiva per a gent que no som tan àgils com abans.
- 12.3.2015. Avenc Parrilla. Participants: Toni Robert
- 15.3.2015. Cova dels Muricecs i Forat de l'Or. Participants: Toni Robert i Dolors Boter.
- 19.3.2015. Avenc dels 4 forats. Participants: Ricard Alsina, Toni Robert i Dolors Boter.
- 26.3.2015. Barranc del Pla de Perillós. Participants: Toni Robert i Dolors Boter. Es tracta d'una bonica cavitat, amb una sala espectacular. Per a la seva visita cal demanar autorització.

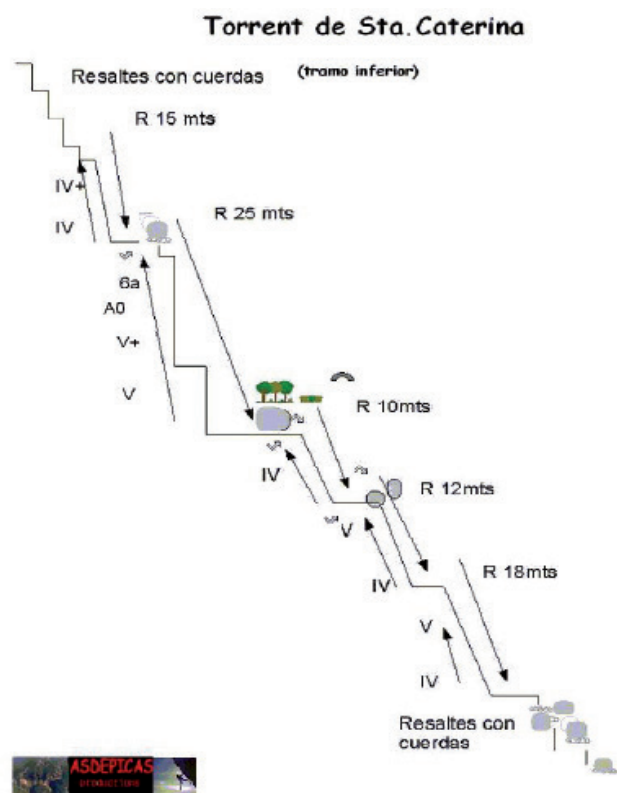
Com en anteriors ocasions, totes les dades i fotografies d'aquestes sortides han estat facilitades per Dolors Boter i es publiquen puntualment tant a l'Espeleobloc com a l'Espeleobloc.



## Barranc de Santa Caterina

Amb la nova temporada barranquera iniciant-se, hem pensat, per a aquest article, recuperar la sortida que es va fer per en tancar la temporada passada. La sortida es va fer el passat mes d'octubre a càrrec del GIE, en col·laboració amb el Club Muntanyenc de Terrassa i la botiga de material de muntanya per a la dona Annapurna ([www.annapurnabcn.com](http://www.annapurnabcn.com)), i va consistir en el descens d'un canyó considerat d'iniciació en el massís de Montserrat: el Torrent de Santa Caterina. En la sortida, hi vàrem participar un total d'onze persones amb majoria de dones.

Sent una sortida amb persones que tenien experiència escassa o nul·la en aquest tipus d'activitat, es preveia llarga. Per aquest motiu es va convocar la gent a Collbató ben d'hora pel matí. Després del cafè de rigor en el bar del poble, es va iniciar la pujada fins a la capçalera del barranc que es va fer de manera àgil i ràpida. Un cop arribats allà, les guies vàrem donar les explicacions bàsiques del material que fariem servir per al descens i la seva utilització. Tot seguit es va ajudar a ajustar el material a cada un dels participants. I es va acabar explicant les normes de seguretat que se seguirien al llarg de tota la sortida. Amb tot el grup ja preparat, es va iniciar el descens.



Legenda		Cañones y barrancos	
Marmita	Marmita boca	Stón	Marmits trampa
Entrada	Salida	Escopo	Oro
Peligro	Casco de bloques	Tronco	Cueva
Bosque	Afluente	Casa mixida	Pueblo
		R. Rápido	R. Poco
		T. Tobogán	S. Soba



Ens va acompanyar un dia assolellat i, en un barranc que té trams encaixonats com és el cas, s'agraeix. Els participants varen assolir les tècniques de ràpel i progressió pel barranc de manera molt ràpida i distesa. L'ambient que es va generar va ser molt bo i les bromes i benestar ens varen acompanyar durant tot el dia.



Tot i anar molt bé de temps, es va fer una parada llarga després del ràpel més llarg de tot el recorregut per poder dinar. El relaxament i el cansament es van apoderar de tot el grup i tornar a la feina es va fer una mica feixuc, però de seguida es va recuperar el ritme i en no res ja estàvem sentint les olors de l'àrea de pícnic de Collbató a la qual s'arriba.

Per a concloure una jornada agradable ens vam prendre un merescut aperitiu/berenar abans d'anar cap als cotxes per a tornar cap a casa. Amb el relaxament d'una jornada profitosa i la comoditat d'haver-nos tret la ferralla i el material que dúiem a sobre, es va fer balanç de la sortida i tothom va coincidir en què s'ho havia passat d'allò més bé i que s'hauria de repetir. No descartem repetir l'experiència en breu.



**Cristina Xifra**

*Fotografies de Marga Nadal*

#### **Dades del barranc**

**Toponímia:** Torrent de la Font Seca o de Santa Caterina

**Mapa:** Montserrat (Editorial Alpina)

**Zona o massís:** Montserrat

**Conca:** Llobregat

**Alçada d'inici:** 800 m

**Alçada final:** 400 m

**Longitud:** 900 m

**Desnivell:** 400 m

**Caràcter:** encaixonat amb trams oberts

**Tipus de roca:** conglomerat



## SENDERISME

**Grup de senders  
(19 d'abril de 2015)**



**Etape: Sant Quirze de Besora -  
Els Munts - La Trona  
GR.3- Catalunya Central**

Benvolguts, com cada tercer diumenge de mes el grup de senderistes del Club ens hem trobat a dos quarts de vuit del matí per iniciar l'etapa que ja podeu deduir transcorre per la zona del Lluçanès. A nivell tècnic us puc dir que la distància és de 14,5 km i el desnivell acumulat de pujada és de 536 m i el de baixada 302 m, per tant veieu que per a un excursionista és força assequible.

Després d'esmorzar a Sant Quirze de Besora, hem iniciat el camí que, després de transcórrer pels camps de pastura propers al poble, inicia una forta pujada per un rocam llarg i ben pronunciat que ens condueix al Santuari de la Mare de Déu dels Munts (ja esmentat el 1170 i on es conserva la imatge que és la patrona del Lluçanès). Des d'aquest indret, es pot gaudir d'unes bones vistes de tota la zona. A partir d'aquest punt el camí descendeix suaument.

Com que el dia era ben ennuvolat i a vegades estàvem acompanyats per un lleu plugim, aviat abandonem el santuari i continuem el camí fins al famós "Roure de la Senyora", imponent arbre catalogat i protegit per la Generalitat de Catalunya. La tradició ens diu que antigament l'anomenaven "Roure Bonic", però sembla que la dama Lotgarda de Perdals (senyora de la zona) li tenia molta estimació i passava moltes estones sota la seva ombra, cosa que va fer que li canviessin el nom.

Poc abans d'arribar al punt de trobada amb l'autocar ens hem aturat a dinar. A tots ens ha vingut de gust poder fer un mos enmig de la natura que a aquestes alçades de la primavera esclata plena de força i ens recorda que el cicle de la vida continua.

Finalment hem arribat a l'encreuament de les carreteres BV-4607 amb la BV-4608 que significava el final d'aquesta etapa. Bé, abans de donar-la per acabada, hem recuperat forces a Sant Quirze, així mentre fèiem una mica de sobretaula amb un bon cafè, o el que fos, hem acabat de comentar com ha estat de bonica i tranquil·la aquesta sortida.

**Montse Seguí i Palou**

*(Fotografies a la contraportada - pag. 42)*





# MUNTANYA



## Alpinisme nivell I (11-12 i 18-19 d'abril de 2015)

Director del curs: Adrià Chueca.

Participants: Oriol Bonàs, Carme, Jaume, Òscar, Oriol Torres, Eduard, Arnau, Pere, Gisela, Quim i Eli.

### Primer cap de Setmana: Refugi d'Ulldeter, 11-12 d'abril

L'Adrià ens convoca el dissabte a dos quarts de nou a Setcases.... Com? Tant d'hora???Ufff, quina mandra!!! El primer conflicte arriba el divendres a la tarda a l'hora de preparar la motxilla... Com que el cotxe no arriba a peu de refugi, ho intento comprimir tot en una i em provoca una feinada de nassos, sang, suor i llàgrimes, però al final ho aconseguixo.

Dissabte a les 6:15 h recullo la Gisela i com que no hi ha trànsit, arribem sobrades al punt de trobada. A poc a poc va arribant tot el grup. L'Adrià es presenta, ens presenta al Cesc Claramunt que serà el segon tècnic d'aquest cap de setmana i ens explica quines activitats farem aquests dos dies.

Així que tornem als cotxes i enfilem cap a Vallter. Aparquem, agafem les motxilles i tenim la primera sessió teòrica: com col·locar correctament el piolet a la motxilla. Pugem al refugi, que tot i estar a prop del cotxe, com que anem una mica carregats i hi ha algun tram de neu, es fa una mica feixuc i relliscós. Un cop allà, deixem les coses que no farem servir i ens dividim en dos grups: uns anem a practicar pujades i baixades amb els grampons i piolet; l'altre, tècniques d'autodetenció. Abans però, classe sobre els tipus de grampons i com ajustar-los a les botes, per què serveixen els *antiboots* i quins materials



podem fer servir per fabricar-nos uns de casolans (*antiboots*, em refereixo...). Un cop cansats ja de tant ajupir-nos, lligar, deslligar i ajustar, busquem algun tram de neu que ens pugui servir per practicar. Jo començo amb el grup de "com progressar amb grampons": primer a les pujades i després a les baixades, i com flanquejar: hi ha diferents maneres: estil ànec (*pato*), estil de costat o estil puja

com puguis i no et fotis de lloros.... (és broma!) i de baixada potser el més còmode per mi era de costat. També ens expliquen com portar el piolet. I després, canviem d'activitat i allà sí que ric, de "por" primer i de nervis després: tècniques d'autodetenció per si caus a la neu o gel. Ens hem de llançar per un pendent de totes les maneres possibles: de cul, de cap, d'esquena, fent la croqueta, fins i tot, fent tombarelles i practicar la parada clavant el piolet a la neu. El Cesc, així per animar-nos, ens comenta que si no aconseguixes parar abans de 3 o 4 metres, que comencis a resar..., glups!, espero no caure mai... I així, ben remullats, anem cap al refugi a dinar.

Després de dinar toca pràctiques amb l'ARVA: tipus d'aparells, per a què serveixen i com utilitzar-lo així com per què serveix també la sonda i la pala. Ens fan també una classe sobre nivologia i tipus d'allaus... Superinteressant!!! I fem una sessió pràctica: el Cesc enterra un ARVA a la neu i l'hem de buscar, trobar i desenterrar. Tant de bo mai ens trobem en aquesta situació!

I un cop al refugi, treballem tècniques d'orientació amb el mapa de la zona i brúixola, intentem calcular quant ens costarà pujar al Bastiments l'endemà, i quin és el millor camí per fer-ho. I després, practiquem algun nus d'escalada.

I així, sense adonar-nos, arriba l'hora de sopar: sopeta, amanida i carn/salsitxes amb patata i pastanaga, per postres: taronja. Un bon menú per agafar forces!

Moltes coses en un dia!!! El meu cervell està esgotat però tot i així em costa dormir...

Diumenge, a quarts de set, tots en peu a esmorzar i sortir ben d'hora per pujar al Bastiments. Un primer grup sortim amb l'Adrià. La neu està més dura que el dia anterior i ens permet practicar molt millor. Pugem cap el coll de la Marrana per un tram d'obaga on la neu està més glaçada i tot i no estar dura del tot, puc comprovar que pots patinar molt fàcilment. Un cop al coll, iniciem l'ascens final, intentant seguir alguna traça que ens permeti pujar més còmodament. Pujant, suem de valent, però un cop al cim de calor res de res. Gràcies a l'Adrià, identifiquem uns quants cims: Pica d'Estats, Carlit, Puig Peric, Canigó, Puigmal... veiem Montserrat, el Montseny, Sant Llorenç del Munt, i intuïm el mar... Ens fem alguna foto de rigor i ganyipem mentre esperem l'altre grup. Estic tant pletòrica, contenta i feliç!!!! Feia temps que no tenia aquesta sensació de satisfacció: contemplar el què ens envolta és un regal per la vista!. M'encanta!!!!

Tot i fer un dia espectacular, fa fred i es gira una mica de ventet i el primer grup comencem a baixar..., però hi ha com una estampida general i ens tornem a trobar plegats al Coll de la Marrana, bé, més ben dit, m'esperen tots al Coll perquè m'he posat a parlar amb una senyora i el seu simpàtic gos... Un cop allà, fem una pràctica baixant d'esquena

per la neu clavant grampó i piolet, que primer jo no vull fer perquè no ho veig clar i després animada per tothom, acabo baixant la mar de bé. Un cop al refugi, repassem algun nus i alguns decidim marxar per arribar a una bona hora a casa.

Ha estat un primer cap de setmana "pistonut"!!! M'ho he passat molt i molt bé aprenent un munt de coses, el grup és molt maco i avingut (ens ajudem els uns als altres) i l'Adrià i el Cesc han estat pendents en tot moment de nosaltres. Què més es pot demanar?

#### Dilluns 13 d'abril

Intercanvi de fotos..., algunes precioses... ja comencem a tenir ganes a què arribi el dissabte i només és dilluns... Arrrrggggg...

#### Dimarts 14 d'abril

Rebem un munt d'informació.... Deures????

Comencen els correus amunt i avall i els wsp's sobre qui portarà cordes, i on dormirem: al paller d'Estana o en un alberg...

#### Dimecres 15 d'abril

Ens anem apropant...

Es crea un doodle per votar on dormirem...

#### Dijous 16 d'abril

Sembla que guanya el Paller d'Estana... Glups!!

#### Divendres 17 d'abril

Canvi de plans a última hora: degut a la mala previsió de temps a la Cerdanya, l'Adrià decideix que tornarem a Vallter. Per tant, la convocatòria de dissabte serà a Ripoll a dos quarts de nou. Jolines, ara que m'havia fet a la idea de dormir a Estana i m'havien deixat un sac per dormir a -30°.... Bé, què hi farem!

#### Segon cap de setmana: Ogassa-Refugi Ulldeter, 18-19 d'abril

Aquesta vegada pugem amb el meu supercotxe la Gisela, l'Arnau i jo. El tècnic ajudant d'aquest cap de setmana és el Marc Mundet, del CEG i que ja conec. Perfecte!!

Després de trobar-nos tots a Ripoll i d'esmorzar (excepte l'Eduard, que l'hem perdut i que sembla que està donant voltes per Ripoll...) enfilem cap a Sant Joan de les Abadesses i Ogassa, on hi ha una zona d'escalada. Carregats amb tota la "ferralla" que podem i amb les cordes, caminem uns deu minuts fins que trobem unes parets per començar a practicar: ens repartim en cordades de dos i de tres:

Oriol B., Carme i Jaume; Eduard-Arnau; Pere-Quim; Òscar-Oriol i Gisela-Eli.

L'Adrià ens comença a explicar el material necessari per escalar: *friends*, tascons, piquetes, per col·locar a les fissures i poder assegurar; tipus de mosquetons; què és un *reverso*?, bagues planes, cordino, nusos que per acabar-ho d'arreglar alguns d'ells tenen diferents noms com el nus dinàmic, orelletes o ballestrinca (rebatejat també per la Gisela com Mickey Mouse) o vuit i doble vuit, nus d'alosa ("Elisa" per alguns) o maixard; nus simple o cabestany o cua de vaca..., com els podem recordar tots???Uff!!! I comença a explicar com es munta una reunió, com fer el canvi de primer a segon... Moltíssima informació que de moment, i parlo per mi, no acabo d'assimilar... I amb la Gisela i ajuda del Marc, intentem muntar la nostra primera reunió, però no ens acaba de sortir, no...



Un pèl frustrada, dinem i per la tarda, seguim amb els tallers: repassem les reunions i ens envien amb el Marc a rapelar... Superdiver!!!! Almenys alguna cosa que penso que he entès.

Tard, marxem cap els cotxes. Encara ens queda arribar al refugi d'Ulldeter... ai, ai, ai ! que no ens donaran sopar...

Abans però, d'anar cap al refugi, l'Adrià ens reparteix per cordades els *friends* i tascons que farem servir el dia següent i l'Arnau s'ofereix a portar-me la corda.... Gràcies Arnau!

Sopem bé (sopeta de verdures, amanida ben completa, un guisat de carn amb xampinyons, patates i taronja), aquesta vegada amb una mica de vinet, i expliquem anècdotes i fem una mica de temps abans d'anar a dormir.

Diumenge, quan mirem per la finestra, tenim una bonica sorpresa: Ohhhhh, ha nevat!!!! I bastant!!!! El dia no és perfecte, però sembla que aguantarà. I avui toca repàs de tot: grampons, piolet, protocol d'ARVA, practicar sobre el terreny el que hem après... Ens encaminem cap el coll de la Marrana, vorejant el Gra de Fajol, buscant alguna canaleta per començar a pujar. Comptem amb l'ajuda d'un tercer tècnic, Marc Toralles, i juntament amb ell,



marxen ja dues cordades: Eduard i Arnau, Pere i Quim (Pep o Gerard pels amics també, o era l'Òscar...), anècdota de canvi de noms, idea de l'Adrià, i que jo, per exemple, vaig acabar sent la Nuri...¿?

La resta, caminem una mica més: abans, a la Gisela i a mi, ens ensenyen l'*ensamble*, és a dir, com portar la corda entre dos. I comencem a pujar: tàndem Pirenaic (Oriol, Carme i Jaume), tàndem Òscar i Oriol i tàndem Gisela i jo.

El dia és variable: ara surt el sol, ara neva, ara venta... Així que estem ben entretingudes. Muntem la primera reunió entre les dues i ens en sortim més o menys bé. La Gisela i l'Adrià segueixen pujant i em deixen al punt de reunió... Fa fred.... No em criden, m'hauran abandonat? Finalment sento: Eliiiiiii, reuioooooó i començo a pujar, recollint els tascons i *friends* de seguretat fins arribar a la reunió amb la Gisela. Fem el canvi i ara em torna a tocar seguir a mi, amb l'ajuda, com no, de l'Adrià. Seguim fins a un punt on hi ha unes roques i on ens reunirem les tres cordades perquè ens han d'explicar més coses. M'equivoco amb el *reverso* i faig la reunió malament... Meeeeccc, suspesa... Finalment arriba la Gisela, i tornem a repetir una reunió per acabar d'assegurar que ens queda més o menys clar. Un cop tots units, ens expliquen la tècnica del piolet enterrat, sistemes per muntar un ràpel ràpid (una estaca metàl·lica, per exemple) i el bolet de neu, que finalment posem en pràctica... Meeec, segon suspens! Quan l'Oriol intenta rapelar el bolet ja no serveix, perquè m'ha sortit un xampinyó... Finalment, un cop a baix, anem ja cap al refugi a esperar els altres que com que triguen una mica, uns quants decidim anar tirant cap a Setcases i esperar-nos allà.

Arriben els campions que han pujat al Gra de Fajol, però falta el Marc Toralles, que com que el Quim s'ha deixat el piolet no sé on, ha decidit anar-lo a buscar com qui va a buscar el pa un diumenge al matí... Quina màquina!

Tots junts ja, l'Adrià ens felicita (vés què ha de dir), i diu que l'aprenentatge comença ara, posar en pràctica tot el que hem après. I, finalment, ens acomiadem marxant cadascú amb les seves sensacions i experiències.

Moltes gràcies Adrià, Cesc, Marc M. i Marc T. per la santíssima paciència que heu tingut amb tots nosaltres (amb uns o unes més que d'altres) i moltíssimes gràcies també a tots els companys i companyes de curs, espero que ens tornem a veure ben aviat.

Nota: si m'equivoco amb alguna dada, nom o em deixo coses, no m'ho tingueu en compte, eh???

**Eli Figuera**

(Fotografies a la contraportada - pag. 42)

## Curs d'Alpinisme nivell II



El passat mes de març, va tenir lloc el Curs d'Alpinisme de nivell II (curs promoció FEEC). Organitzat per el CEG i Madteam, hi van participar 12 alumnes i 5 instructors de l'ECAM que, durant dos caps de setmana, van poder gaudir de pràctiques de progressió i autoassegurament i fent diferents tipus d'ascensions.



Les sortides pràctiques van tenir lloc a Vallter 2000, el primer cap de setmana, i a la Masella (Coma Oriola) i a Porté Puymorens, el segon cap de setmana.

Bàsicament, es van fer pràctiques d'assegurament i progressió amb cordades de dos i tres alpinistes (*ensamble*), nusos, ancoratges i reunions. Tot plegat, aplicant-ho en tres ascensions per corredors amb forts pendents. Els instructors tenien molt clar que calia dominar aquestes tècniques, abans d'afegir més dificultat en l'ascensió. D'aquesta manera, cada nova ascensió s'aplicava tot el que s'havia après, tot afegint dificultat en el terreny (més verticalitat i llargada).



El primer cap de setmana, encara que ja sabíem que les previsions serien dolentes, vam fer les pràctiques als voltants del refugi d'Ulldeter, on hi ha unes inclinacions amb roques i arbres força interessants per muntar reunions i ancoratges. La neu era molt tova –neu recent- i per tant, es va poder comprovar la dificultat de progressar amb aquestes condicions.

El segon cap de setmana, les condicions meteorològiques van ser millors, i havia força neu però, el problema va ser que va fer més calor del que s'esperava. A la Masella, a la zona de Coma Oriola, vam poder provar un corredor, on s'hi combinava neu tova amb una capa glaçada al damunt, roca i arbres. Vam baixar fent dos ràpels de 60 metres. El diumenge vam anar a la part superior de l'estació de Porté Puymorens, a la Cerdanya francesa, amb la intenció de fer un corredor llarg de 300 metres, però veient que les condicions meteorològiques no eren clares, que el nivell del grup no permetia una ascensió ràpida i que la neu donava símptomes d'estar massa xopa, els instructors van decidir per l'opció d'un corredor un xic més curt i tècnicament més senzill.

El que es tractava doncs, era de gaudir i aprofundir les tècniques apreses durant aquests dies i sobretot la de poder progressar amb seguretat en corredors. Els instructors van comentar que el nivell en aquest curs, normalment, és més exigent però, malgrat tot, es van assolir els objectius previstos.

Les classes teòriques d'Equip i Material i de Seguretat en l'Alta Muntanya, es van donar a les dependències del Club. Ens van recordar de



la importància de mantenir el nostre material en condicions i saber escollir el més adient per a cada ascensió. També de saber avaluar les ascensions abans de la sortida (meteo, material, recorregut,...)

i adquirir els coneixements per progressar amb la màxima seguretat en terrenys compromesos. La teòrica de Tècniques de Progressió en l'Alta Muntanya, es va donar al mateix refugi de la primera sortida. Teòrica centrada en encordament, tècniques de progressió, ancoratges, nusos, reunions i ràpel.

Coma crítica, es va comentar que hagués agradat, que el curs fos en unes dates més hivernals, perquè al ser a les portes de la primavera, la calor es fa present i la neu no acostuma a estar en les millors condicions per a la pràctica de l'alpinisme més tècnic.



Finalment però, destacar que les ganes de passar-s'ho bé, van estar per damunt de tot, i això va fer que tot el grup gaudís d'una molt bona experiència.

Els participants: Arnau, Josep Miquel, Alexis, Josep Maria, David, Pedro, Imma, Estel, Miquel, Carme, Flora, Abel.

Els instructors: Jordi Canyamanyeres (director), Xavi Conesa, Lluç Pallissa i Miquel Gómez.

**Jordi Canyamanyeres**  
**Abel Gassull**

*Fotografies de Jordi Canyamanyeres*

---

---

**AGÈNCIA  
DE VIATGES**





## Crònica de “La Mainera”

El passat dia 28, un grup del CEG vam anar cap a la Vall Fosca, per intentar assolir el cim de la Mainera. La sortida estava coordinada pels nostres companys Enric Martínez i Albert Cànovas.

Vam sortir el dissabte de Palau Reial amb direcció a la Torre de Capdella. Un cop vam arribats a la presa de Sallente, ens vam equipar amb tot el necessari per a la pujada.

La neu va dificultar l'accés fins a l'estany de Gento, ja que alguns dels antics túnels, estaven tapats per la neu. Un cop vam arribar a Gento, vam descansar i tot seguit ens posàrem en marxa cap a Colomina.

A les 18 h aproximadament, arribàrem al refugi, on no ens podíem dutxar per culpa d'una canonada que havia “petat” per les baixes temperatures. Després d'un bon sopar i



una agradable xerrada, vam anar al “nonon” A les 6 h del matí va tocar “diana” i a les 7 h vam començar a caminar cap al cim de la Mainera.

La ruta passa per l'estany de Colomina i bordeja l'estany de mar en direcció al Coll de Mainera (2.736 m). Vam haver de variar la ruta sobre la marxa, ja que la neu acumulada dificultava el camí normal.

Vam canviar de raquetes a grampons i a botes, moltes vegades, ja que els estats en què es presentava la neu així ho aconsellava.

Un cop arribats a la “base” de la canal, vam descansar i recuperar forces amb un pica-pica. Tot seguit, vam començar la pujada fins al Coll de la Mainera. Un

cop allà dalt, vam enfilem cap al cim per l'aresta, amb algun pas molt estret i delicat per l'acumulació de neu. A poc a poc arribàrem al cim de la Mainera, i ja que és molt petit hi anàvem accedint en petits grups.

Les vistes eren espectaculars, ja que la “meteo” ens va acompanyar en tot moment (exceptuant el fort vent a l'aresta.)

Després de gaudir una estona allà dalt, vam començar a baixar amb molt de compte (sobretot a la canal). Al cap d'un parell d'hores estàvem al refugi de Colomina on vàrem dinar i descansar, després continuàrem fins al cotxe.

La jornada va acabar a un restaurant de Tremp on vam recuperar forces i vam riure una estona recordant els preciosos moments de la sortida.

Els membres de l'expedició van ser: Enric Martínez, Albert Cànovas, Xavi García, Xavi Bertran, Consol Berbel, Vicky Pérez, Laura Pérez, Núria Puig, Esther Felip, Regina Tornamorell, Jordi Cuevas, Javier Ros, Eduard Doria, Mireia Rovira, Òscar, Valentin de la Cerda, Sergio Javierre i Josep Vilella + Darth Vader.

**Josep Andreu Vilella**

*(Més fotografies a la portada)*

## Excursionisme Hivernal



El passat mes de març va tenir lloc el monogràfic “Excursionisme hivernal”, organitzat conjuntament pel CEG i Madteam.

El dia 4 ens vam reunir els 7 participants i l'instructor, Eloi Villar, a la seu del CEG. Aclaparadora majoria d'aguerrides muntanyenques, val a dir (sis dones i un home), ens vam presentar i vam explicar els nostres objectius o expectatives per al monogràfic.

La necessitat d'orientar-se en un terreny innivat va ser una demanda generalitzada. L'Eloi ens va explicar els objectius del curs i uns quants conceptes teòrics respecte a avaluació de riscos i seguretat i vam quedar emplaçats per al cap de setmana.

Dissabte 7 ens vam trobar de bon matí a Bagà i, després de fer un mos, vam pujar fins Meranges. Començava l'acció: mapa a la mà, havíem d'anar

interpretant el terreny per arribar al refugi de Malniu, cosa que vam ser capaces de fer en un temps raonable. Un cop allà, ens vam calçar les raquetes i emprenguérem ruta cap a l'estany per continuar practicant orientació i la tècnica d'error forçat.

Pels volts de l'estany, vam practicar cerca amb l'ARVA i l'Eloi ens va fer cinc cèntims sobre nivologia i tipus d'allaus. Després d'un sopar reparador al refugi, vam planificar la pujada al Puigpedrós que duríem a terme a l'endemà, tot tenint en compte temps, desnivells, distàncies i rutes segures.

Diumenge va sortir un dia lluminós. Un altre cop amb el mapa enganxat al guant, vam emprendre la pujada. El vent no ens va arrugar i vam poder fer cim. A meitat de la baixada vam tornar a practicar la cerca amb ARVA en unes condicions més "realistes" i l'Eloi ens va ensenyar a construir refugis en la neu: individual o "ideal parelles"; amb o sense iglú adossat... ens ho vam passar 'teta'.

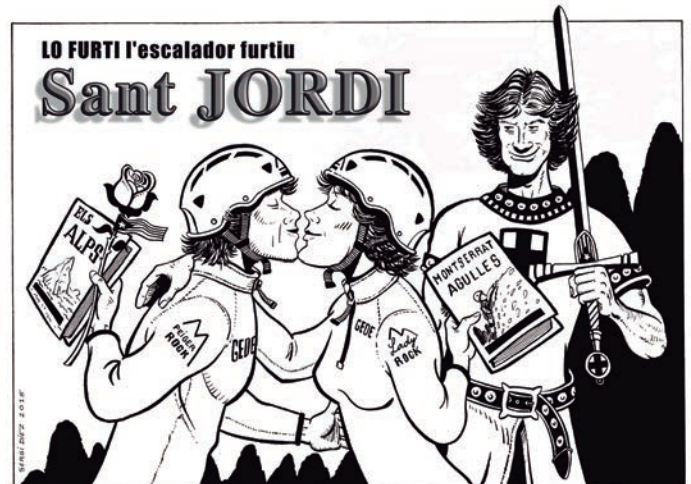
De tornada l'Eloi es va entestar en dur a la pràctica el punt "Progressió amb raquetes de neu per diferent tipus de terreny", per a desgràcia dels nostres genolls i diversió seva...

Contentes con un gínjol vam arribar al refugi i vam tornar a baixar a Meranges... sempre amb el mapa a la mà!

Hem d'agrair el lideratge, paciència i bon humor del nostre instructor, Eloi Villar, a banda de les fantàstiques fotos que veieu.

**Pepa Cuevas**

*(Fotografies a la contraportada - pag. 42)*



## Cicle de sortides en BTT – 2015

Us convidem a participar en aquest nou cicle de bicicleta de muntanya. Aquest any amb la novetat del curs de formació i la travessa de cinc dies.

La filosofia de les nostres sortides és fer excursionisme en bicicleta, us hi esperem.

## Calendari

**9 i 10 de maig:** Massís de Cadiretes (La Selva)

**30 de maig:** Barcelona – Montserrat per vies verdes

**31 de maig:** Montserrat - Barcelona per vies verdes

**13-14 de juny:** Curs de Formació tècniques de btt

**27-28 de juny:** Alt Urgell-Pallars

**17-21 de juliol:** Travessa Massís Central Francés

**12-13 de setembre:** Castells de l'Alta Anoia

**10-11-12 octubre:** Volta al Boumort

**24-25 d'octubre:** Volta al pantà de Montrebei

**7-8 novembre:** Serralada Litoral

Per inscriure's a les sortides cal enviar un correu a : [btt@cegracia.cat](mailto:btt@cegracia.cat) i el coordinador de la sortida es posarà en contacte amb vosaltres.





## ESQUÍ



### Esquiada femenina de fons

El passat 28 de febrer un grup de sòcies i algun convidat vam fer una esquiada de fons en estil clàssic a l'estació de la Llosa al Capcir.

Vam fer un total de 18 km, i vam arribar fins al refugi du Col del Torn (1870 m) on la Dominique ens va preparar un menú de patates al caliu, botifarres



i cansalada a la brasa. Esperem poder repetir l'experiència la propera temporada i que després del curset de fons al Club, siguem una colla més nombrosa.

### Montse Freixas



### Sortida de Cicle 14-15 Marc Travessa per la vall de Cabanes i de Planes de Son

Refugi del Gerdar - Pinetó - Refugi Prat de la Font - Quartilues - Refugi Prat de la Font - Milpotros - Pas del Coro - Refugi del Gerdar

Amb un hivern complicat per les fortes ventades que han acompanyat les nevades del Pirineu, decidim modificar la sortida de Cicle prevista del Cim del Canigó per una ruta circular entre el refugi del Gerdar i el Refugi del Pla de la Font.

Som 16 esquiadors (Francesc P., Carlos M., Cris, Raquel, Míriam, Carles P., Roser, Imanol, Cesc, Andrea, Lucia, Víctor, Jordi L., Carmela, Visi i Agus) que la tarda de divendres sortim amb cinc cotxes cap al Pallars.

Després de les altes temperatures de la darre-ra setmana, el temps canvia radicalment i les temperatures cauen en picat la tarda nit de divendres, amb una cota de neu que passa dels més de 2.500 m a tan sols 800 m amb previsió de nevades febles durant tot el cap de setmana.

1r dia: Ref. Gerdar - Pinetó - Ref. Prat de la Font - Quartilues - Ref. Prat de la Font (+1.555 m - 1.045 m 12 km)

A les 7 a. m. ja estem els setze esmorçant per tal de poder a les 8 a. m. sortir foquejant directament des del pàrquing del refugi.

5 minuts abans de les 8 a. m. una de les companyes se n'adona que les pells que porta no són dels esquís que ha agafat! Els guardes del refugi truquen a Esterrí i aconseguim trobar una tenda oberta on resollem el problema en només una horeta. Tot ha quedat en un petit ensurt.

El grup gran comença a foquejar a les 8:15 h mentre que el Carlos, l'Agus i la Roser iniciem l'ascensió a les 9:15 h.

Passades les 10 a. m. ja ens hem ajuntat tots, i malgrat que el grup s'estira, anem fent petites retrobades molt ordenades.

La pujada per la Vall de Cabanes és preciosa. A mitja ascensió deixa de nevar i podem gaudir d'unes vistes espectaculars dels pics de la Bonaigua, Xemenieies i Montsaliente per una banda, i del Roca Blanca i Tèsol per l'altre.

La darrera pala fins al coll del Pinetó la fem amb ganyetes, lloc on carreguem esquís a l'esquena i amb grampons flanquegem fins al cim del Pinetó (2.646 m) amb una grimpadeta que deixa molt bon regust com a final d'ascensió.

Ja al cim, i un cop fetes les fotos de rigor, ens deixem caure per la canal que queda just a sota del cim, Canal del Tonedor, una pala de més de 300 metres amb un part inicial d'uns 40° que suavitza a mesura que avança per donar un pendent mitjà de 34° (un S4 espectacular).

Amb la capeta de neu pols que ens ha acompanyat a la pujada i el sol que ens il·lumina a la baixada, fem un descens d'aquells que no vols que s'acabin.

Ens deixem caure fins a les Estanyeres, uns 200 m per sota del refugi, on calcem pells i remuntem pel bosc tot seguint les marques que ens guien fins al refugi.

Un cop al refugi, i amb la tarda esplèndida que feia, sense dubtar-ho ni un segon, agafem i ens enfilem cap al cim del Quartiules. Es tracta d'un cim que, un cop passat el mirador del Coll de Fogueruix, aconseguim assolir en poc més de 30 minuts.

Un cop fet el cim (2.226 m) en companyia del guarda del refugi, en Tom, fem un descens pel mig del bosc que ens deixa un altre cop al refugi del Pla de la Font.

Un cop al refugi, on estem sols, podem fer un descans merescut després de la gran esqujada que hem tingut.

Després del gran sopar que ens preparen al Refugi, i tot just abans de les postres, s'apaguen els llums i...

**MOLTES FELICITATS VISI!** Un gran pastís de xocolata que ens han preparat al refugi amb una ampolla de cava!

Increïble com ens han tractat de bé en el refugi.



2n dia: Ref. Prat de la Font - MilPotros - Pas del Coro - Ref. Gerdar (+878 m -1.418 m 12,3 km)

Pel matí, un cop comprovat que la nevada només ens ha deixat uns pocs centímetres de neu nova, i d'haver fet un gran esmorzar, ens dirigim tots junts cap al cim de Milpotros.

Els 16 aconseguim el cim de MilPotros (2.596 m) on s'arriba amb esquís fins a dalt.

A partir d'aquí un gran descens de més de 700 metres, dividits en dos grups, que ens trobem a la zona de les Estanyeres.

I finalment una llarga travessa pel Pas del Coro fins al refugi del Gerdar.

**Agustí Garcia**

*(Fotografies a la contraportada - pag. 59)*



## **Romsdalen (Noruega), l'esquí de muntanya dels Trolls**

Salvatge i paisatgístic, de relleus suaus i escarpats, accessible i remot, les muntanyes del Romsdalen són per a tothom. Així comença la presentació de la guia Ski Touring in Romsdalen. I hem de dir que aquestes paraules són ben encertades

L'esquí de muntanya a Romsdalen

És una de les millors zones d'esquí de muntanya de Noruega, amb cims d'entre els 1.000 i els 1.750m d'altitud, la innivació acostuma a ser abundant i durant molts mesos a cota zero. La combinació dels pendents nevats, els fiords i les muntanyes escarpades d'alguns vessants, presenten un paisatge únic, quasi d'obligat pelegrinatge pels amants de l'esquí de muntanya.

Tant les guies com els muntanyencs locals coincideixen que la primavera és la millor estació per visitar la zona. A l'hivern la combinació dels pendents sostinguts i l'acumulació de neu, sovint remoguda pel vent, fa que el perill d'allaus sigui alt.

Nosaltres ens hem trobat un clima temperat, amb temperatures altes per a l'època, però ens ha permès fer amb bones condicions tots els itineraris. La major part dels quals comença entre les cotes 200 i 300 m.

Ens ha sorprès la quantitat de gent que hem trobat fent esquí de muntanya, sobretot en els dies feiners, sembla que hi ha una certa llicència els dies que surt el sol i fa bo. També ens ha sorprès l'horari de la gent local, que no s'hi posen abans de les 10 h, s'ho prenen en calma vaja, tant per esperar més calor a l'hivern, com esperar que el sol defaci una mica la neu gelada a la primavera.

Accés a la zona

Hem viatjat en avió fins a Oslo, on hem optat per llogar una autocaravana i fer el trasllat des de l'aeroport fins a Andalsnes per carretera (400 km), cal preveure unes 6 h, les carreteres no són bones i hi ha molts trams de velocitats màximes de 80 km/h. Hem aprofitat per fer un cimet a la zona, just a la frontera entre la regió d'Oppland i Romsdale, davant de l'estació d'esquí de Bjorli, per cert totalment orientada al sud.

L'autocaravana és una bona opció, en part perquè els allotjaments són cars (com tot a Noruega) i per la independència que et dona poder improvisar i moure's per la zona en cas de mal temps.



A Andalsnes també s'arriba en tren, que el podem agafar directament a l'aeroport i llogar l'autocaravana al poble.

### **Rånåkollen 1.161 m +/-500 m F/S3**

És un cim aïllat ubicat just davant de l'estació d'esquí de Bjorli. Tota aquesta zona és un altiplà d'on van emergint muntanyes amb pendents suaus. Bon lloc per entretenir-s'hi un parell de dies.

### **Blånebba 1.320 m i Mjølvafjellet 1.210 m +1.400 m -1.700 m F+/S3 17,5 km**

Dos itineraris molt coneguts i freqüentats. Els dos cims comparteixen una aresta d'una certa dificultat i pel seu flanc oriental un altiplà anomenat Jamnåbotn. Hem seguit l'itinerari normal al Blånebba, el qual és fàcil tret de l'accés final a la carena, on el pendent és més fort i hi ha tendència a formar-se plaques de vent. Seguint les indicacions d'un grup que venia darrere nostre hem obert l'itinerari i just en aquest punt hem sentit l'assentament de la placa, que ha provocat un petit allau sense conseqüències a un altre grup.

Hem baixat per l'itinerari normal fins el pla Jamnåbotn que hem seguit direcció nord fins a trobar els pendents més suaus que ens han pujat fins a la carena del Mjølvafjellet, la qual hem resseguit fins el cim. Des de dalt hem fet un bo nic i variat descens fins a l'extrem nord del Jamnåbotn i després buscant els boscos per baixar en direcció est fins a la carretera d'accés al pàrquing. Una noia noruega molt simpàtica, que anava a estirar les cames amb esquís a les 16h, ens ha portat a dos de nosaltres fins a l'aparcament.

### **Kyrkjetaket 1.439 m +/-1.270 m F+/S3 15 km**

Kyrkjetaket en Noruec significa llosat d'església. I efectivament des de lluny es pot veure el pendent constant que baixa quasi 1.000 m de desnivell directes.

És potser el cim més emblemàtic de la zona. L'ascensió es fa, habitualment, seguint una llarga carena que ens porta fins al tram final de la pala, d'aquesta manera s'evita remuntar directament els 100 m de pendent. A l'aparcament s'arriba per una carretera on cal pagar un peatge (4 €) (com a gairebé tots els accessos de la zona), coincideix amb una estació d'esquí nòrdic.

La pujada al cim no presenta cap dificultat, tret que estigui gelada la neu a la part més alta, si que es fa una mica llarg l'accés per la carena, però el paisatge compensa la monòtona ascensió. Dalt del cim ens preparem per baixar els 1.000m directes, que no defrauden.

Curiosament ens ha vingut a trobar Eirik Heen, un periodista de la zona que ens ha començat a fer preguntes i s'ha interessat per la nostra activitat. La veritat és que el podríem haver entrevistat a ell ja que ha fet la pujada i el descens amb esquís nòrdics... El resultat de tot plegat ha estat un article a tota plana al diari regional Romsdals Budstikke, que ha tingut un cert ressò, al dia següent hi van haver uns esquiadors que ens preguntaven si érem els del diari.

### **Galtåtind 1.124 m i Loftskarstinden 1191 m +/-1.100 m PD/S3 12 km**

També són dos cims clàssics de la zona, que comparteixen el punt de sortida amb el Kyrkjetaket. El Galtåtind té fama també pel seu descens directe de quasi 700 m fins a les cabanes de Loftskarsætra. Nosaltres hem volgut fer la cresta fins al Loftskarstinden, que més enllà de ser una mica estreta no presenta dificultat i li ha afegit ambient a la sortida. Mentre que tres de nosaltres hem seguit la via normal de descens, altres dos han fet el descens directe per la pala oriental, amb un primer tram de 40°. Magnífic descens.

### **Kvasstinden 1.176 m +/-880 m F/S3 9 km**

El darrer dia hem tastat un altre indret i ens hem desplaçat fins a l'aparcament de la petita estació d'esquí d'Hemsedal. Des d'aquí, hi ha uns quants itineraris i ens decantem per fer el Kvasstinden, que comparteix gairebé el mateix itinerari que el Smørbottfjellet (nom amb què surt a la guia). Continua el bon temps i hem fet una ascensió plaent, tot fent temps a què s'estovés la neu i xerrant amb els noruecs amb qui hem coincidit al cim.

Des del cim guaitem el munt de possibilitats d'ascensions que hi ha a la zona, semblen infinites, no ho esmentem en veu alta, però tots pensem que tornarem a la zona per gaudir de nous itineraris.

Recursos:

Guia Ski Touring in Romsdalen. Té el mapa complementari on hi ha dibuixats tots els itineraris.

Mapa cartogràfic en línia: <http://norgeskart.no> molt útil, podem carregar els *tracks*.

Pàgina d'itineraris de tota mena a Noruega, també d'esquí de muntanya (Topptur) [ut.no](http://ut.no). Trobareu la descripció, el mapa, la dificultat i el *track* per al GPS.

Pàgina per consultar el temps: [yr.no](http://yr.no) Pàgina per consultar el perill d'allaus: <http://varsom.no/>

Bones traces!!!

**Ricard Martínez**

(Fotografies a la contraportada - pag. 60)



## GEDE



### II Trompeta del GEDE

El passat cap de setmana de l'11 i 12 d'abril es va celebrar la II Trompeta del GEDE, que va reunir a una bona colla de membres i amics en dos dies plens d'escalades, emocions i rialles. Enguany la trobada va

tenir lloc a Sant Llorenç de Montgai, lloc reconegut per tenir tota mena de vies i de moltes dificultats diferents.

El dia 11 es va quedar al matí al bar del poble per esmorzar, repartir les trompetes i les samarretes de la trobada, i un cop va estar tot repartit i amb la panxa plena ens vam posar "mans a la roca"!

Les cordades de dissabte van ser: Rac i Roger a la via "Diedre Vidal Farreny", Bernat i Héctor a la via "Viatge Astral"; Dòria i Victoria a la via "Savina Wall" i "Cresta del Tio"; MariaPau, Ignasi i Sape a la via "Issac Gabriel"; Lola i Marc a la via "Iris"; Marc, Txesco i Lola a la via "Diedre Vidal Farreny", Petr i Isaac a les vies "Doctor, Doctor què em passa?" i "Amatista Moscata".

Un cop vam anar acabant i donant per acabada la jornada escaladora ens vam anar reunint de nou al bar del poble, on vam empalmar amb el sopar de germanor. El sopar va ser molt distret i no hi va faltar de res! Hi va haver sorteig de material i ningú es va quedar sense obsequi!

Després d'això, els organitzadors/es, que s'ho havien currat moltíssim, ens van fer sortir del bar i va començar una estona de jocs de nit molt divertits... Vam veure volar flams, ens vam haver d'enfilar a arbres, ens vam mullar amb uns aspersors, ens vam despullar per fer la cadena de roba més llarga... Vam riure moltíssim! Després d'això ens vam anar a descansar.



Al dia següent ens vam aixecar i vam fer les fotos de grup un cop vam haver esmorzat. Diumenge també hi van haver algunes cordades: Rac

i Roger a la via "Los Diablillos"; Txesco i Carla a la via "Ribes Sabater"; Héctor i Sape també a la via "Ribes Sabater" i Alba i Pau a la via "Savina World"; la resta van anar a fer escalada esportiva a la zona de Camarassa. Després de tot, i de que alguns dels assistents es banyessin al riu, ens vam anar reunint al bar de Camarassa per despedir-nos i desitjar-nos un bon viatge de tornada.

Va ser un cap de setmana molt especial que cal repetir cada any i no deixar que es perdi, ja que això fortifica les bones relacions entre els membres. Us esperem l'any vinent!!! Salut i roca!!!

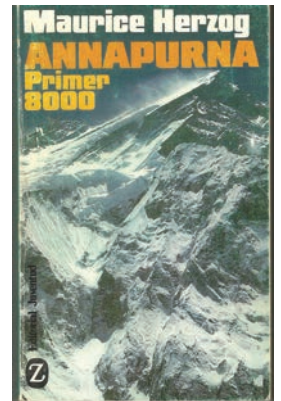
**Roger Saperas**



### Biblioteca del GEDE: ANNAPURNA primer 8000

Ha ingressat a la Biblioteca el llibre Annapurna primer 8000 mil. Aquesta publicació narra les aventures i desventures de l'expedició francesa del 1950 que va pujar a aquest cim de 8.075 metres i primer 8.000 aconseguit per l'ésser humà.

Aquest llibre de l'Editorial Juventud i publicat per primera vegada el 1953, correspon a la segona edició del 1985. Està compost de vint capítols dels quals els vuit primers ens expliquen d'una manera amena el viatge, la exploració i trobada d'un possible itinerari factible per a fer la muntanya i la instal·lació del camp base, fins el capítol 13 els intents per trobar l'itinerari definitiu i la pujada final al cim per part d'en Herzog



i Lachenal. Els capítols següents descriuen la dramàtica retirada de la muntanya amb greus congelacions per part dels escaladors esmentats. Aquesta gesta elegantment explicada per Maurice Herzog ens comunica tota la càrrega emocional que suportaren tota l'expedició, primerament per trobar el punt adient per a la ascensió a la muntanya (l'arribada del monsó es menjava el temps disponible per a fer-ho) i en segon lloc, perquè la retirada de la muntanya, fins a un lloc amb mitjans adients, fou un continu patiment pels ferits.

La lectura de les 288 pàgines d'aquesta narració, la recomanem perquè ens permet fer una aproximació literària del que fou l'època de la conquesta dels primers vuit mils.

**Joan Alarcón**



## DIADA VERDAGUER I MUSEU DEL FERROCARRIL

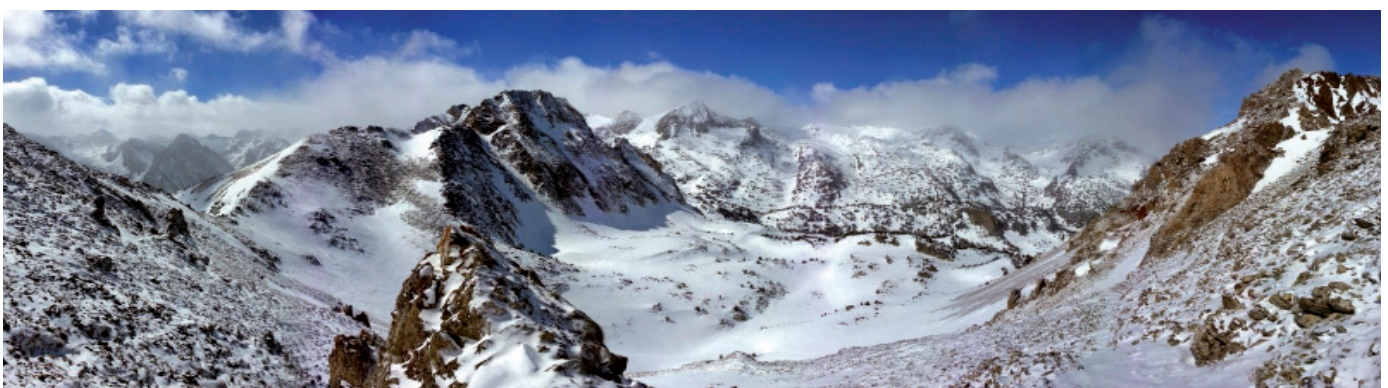


Fotografies Enric Guillera

## SORTIDA DE CICLE D'ESQUÍ 14-15 de març

## TRAVESSA PER LA VALL DE CABANES I DE PLANES DE SON

Fotografies Agustí Garcia





**ROMSDALEN  
(NORUEGA)  
L'ESQUÍ DE MUNTANYA  
DELS TROLLS**

*Fotografies Ricard Martinez*

