



Club Excursionista de Gràcia

JULIOL
SEPTEMBRE
2012



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

XXX Any - 2a. Època,

Núm. 123

Fundat l'any 1922

Lliurament de la Creu de Sant Jordi a Joan Cervera i Batariu



BASTIMENTS - PIC DE LA DONA



Cim del Bastiments

Marisa i Eli, la Presidenta i la Secretaria al Pic de la Dona amb el Bastiments al fons



Les dones al Pic de la Dona

Lliurament de la Creu de Sant Jordi a Joan Cervera i Batariu



Proclamació de candidatures a la Presidència del Club



La nova Junta està formada per:

**Marisa Carreño,
Toni Vives,
Jordi Heredia,
Elisabet Figuera,
Carme Font,
Miquel Fernández,**

**presidenta
vice president
vice president segon
secretaria
tresorera
comptador**



Anem cap a València!! (Exploració de quatre cavitats d'aquesta comunitat)



A la boca de la Cova de les Dones (fotografia de la Cristina Xifra)



En Cesc, l'Olga i la Montgarri admirant els cristalls a la sala P.50 de la Cova de l'Autopista (fotografia de la Cristina Xifra)

EDITORIAL



Fa molt pocs dies que va ser proclamada la candidatura que vaig presentar a les eleccions del Club. Avui, en nom de la meua junta i meu, us escric aquestes ratlles com a salutació.

Quan en Jaume Martorell, l'Agustí Sobrevia i en Josep Buch i Parera es varen reunir aquell llunyà dia 13 de gener de 1922 i varen fundar una entitat excursionista que portava per nom Mai Enrera, poc podien pensar que noranta anys després, la llavor que ells havien plantat s'havia de convertir en un arbre de soca i arrel, en una entitat històrica i de prestigi, avui amb el nom de Club Excursionista de Gràcia.

Han transcorregut nou dècades des de la data fundacional. Només per aquest fet tots els socis ja estan orgullosos de pertànyer a l'entitat i sentir-se'n partícips. És precisament per això, per aquest llegat històric, que sento una certa basarda en pensar en el repte que he adquirit, però alhora l'afronto amb molta il·lusió i determinació. I si m'aventuro a ser la vostra presidenta és sobretot per veure'm recolzada pel grup de persones que formen la meua junta, i de ben segur que també tindrà el vostre suport.

Aquests noranta anys passats són un relat ininterromput de milers de petites històries i vivències de cada una de les persones que han estat del Gràcia, de les seves seccions i de les activitats que s'hi han anat desenvolupant. La nostra entitat no deixa de ser un petit món que avança sostingut sobre uns ideals sòlids i inequívocs: l'excursionisme i Catalunya. Però per haver pogut mantenir una tan perllongada existència, el Club sempre ha tingut gent disposada a treballar a tots nivells, des de la base fins a les juntes directives. Per això, em sento en deute amb tothom qui m'ha precedit, en especial per les persones que s'han atrevit de manera voluntariosa a agafar les regnes de les diferents juntes directives.

El primer dels reconeixements el vull dedicar a Francesc Sanahuja i els seus deu anys de dedicació absoluta envers el Club i els associats. El seu esforç s'ha transformat en una dècada fructífera en tots els sentits. Durant el seu mandat s'han consolidat activitats ja existents i se n'han creat força de noves, algunes de les quals han tingut una gran repercussió en el medi muntanyenc. Tampoc no puc oblidar la lloable tasca de president que ha dut a terme, encara que

només per uns pocs mesos, l'Eduard Aguirre. I per descomptat, vull agrair les persones que s'han fet càrrec de l'entitat a corre-cuita, com a Junta Gestora i de manera desinteressada complint el mandat de la darrera Assemblea.



Des d'aquestes ratlles primerenques us puc avançar quines han de ser les línies mestres que em proposo seguir. A més de la intenció de treballar amb moltes ganes i encoratjada pels qui m'envolten, voldria saber interpretar les demandes i aspiracions de tots els associats i les seccions; per això vull estar molt atent a les vostres inquietuds i requeriments. Aspectes com la formació, les necessitats materials d'equipament, la coordinació d'activitats o la recerca de recursos, les tindrà com a prioritaris, i tractaré de fer-ho al millor que pugui per saber adaptar-me als difícils temps actuals. Seguiré recolzant, des de l'amateurisme, totes les activitats que ens donen nom i prestigi, com ara la Matagalls-Montserrat, ja en la seva trenta-tresena edició i el nombre de preinscrits de la qual a hores d'ara ja arriba quasi a quatre mil. Per la nova Junta és indiscutible la importància de l'èxit d'activitats com l'esmentada MM, però encara és més determinant el fet que hi hagi més de tres-cents voluntaris i col·laboradors que de manera altruista dediquen hores i hores a fer que les feines arribin a bon port.

Abans d'acabar voldria citar dues personalitats de l'entitat. Vull esmentar de nou la figura d'en Josep Buch i Parera, un dels nostres fundadors, a qui enguany s'ha dedicat, i en fa homenatge, el XIII Concert de Primavera dels Cantaires Muntanyencs, la nostra coral.

I per acabar vull parlar-vos de l'orgull que sentim tots nosaltres de ser consocis d'una persona excepcional; un mestre en tots els sentits, tant l'humà com l'excursionista. Suposo que ja sabeu que us parlo d'en Joan Cervera. Quin gran honor per a tots tenir en les nostres files un expresident al qual acaben d'atorgar, molt merescudament, la Creu de Sant Jordi. Si la tasca de la meua Junta i la meua comesa en l'entitat es pot assemblar, encara que sigui de lluny i mínimament, a la feina desenvolupada per en Joan, me'n sentiré satisfeta.

Marisa Carreño

Adherit a:

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

Membre Fundador de la Federació Internacional de Càmping i Caravàning

Federació Catalana d'Espeleologia
Federació Catalana d'Entitats Corals

EDITOR: Club Excursionista de Gràcia

DIRECTOR: Guillem Martín i Brasó

CORRECCIÓ a càrrec de:



UNIÓ DE FEDERACIONS
ESPORTIVES DE CATALUNYA

a/e:cegracia@cegracia.cat
web: http://www.cegracia.cat

Dip. legal: B.9720-1961

Imprès en paper ecològic

IMPRESSIÓ: Litografía Ochoa, S.L.

juliol - setembre 2012

79



APUNT BREU D'UNA PASSA D'ABAST

El dia 24 de maig d'aquest any 2012, en què celebrem el norantè aniversari de la nostra entitat, hauria de recordar-se com un pas endavant per diferents raons. Totes de caire

positiu.

Segons els nostres Estatuts i disposicions legals reguladores, quedà proclamada en aquesta data la candidatura a la Junta Directiva encapçalada per Maria Lluïsa Carreño Belmonte.

Alegrem-nos-en i fem costat a tots els nous components de la Junta Directiva.

No és solament la condició de ser ella la primera presidenta del nostre Club en el decurs de la seva història. El que destaca de la Marisa és la seva personalitat amb criteri i qualitats humanes demostrades en el pas del temps. Coses rellevants, per cert. Enllà de l'estima manifestada envers l'entitat i la muntanya. Per tot sumat, és un fet que ens ha d'omplir de satisfacció renovada amb segell d'estímul per a tots els associats.

És important, a més, el fet que la transició de la presidència de Francesc Sanahuja, extensa en temps i profitosa en fets, a companyes i companys formant equip en diferents juntes i durant anys s'ha completat en un temps relativament breu. Malgrat el que pot interpretar-se per les rigorositats i reflexions fetes per molts dels nostres socis, en aquest enllaç que s'ha allargat mesos. En aquest punt cal assenyalar i agrair l'aportació de l'Eduard Aguirre i el seu equip durant aquesta transició.

Aquest grup heterogeni que som els associats que ens apleguem dins el Gràcia pel sentiment envers la natura i ordenant-nos amb esperit democràtic, podem pensar amb satisfacció que la reflexió i la determinació les conjuguem adequadament. Amb nota positiva en conjunt. No és autocomplaença ressenyar-ho en aquesta plana. Se'm permeti així transcriure-ho.

El procés de canvi podia haver derivat en un espai temporal altament negatiu. Per a la successió, entre una seguretat establerta i la passa necessària per avançar renovant-se. Tenallats entre una mena d'extensió d'indecisions en llarga durada i, de retruc, el seu temps socialment degradador. Cal agrair a la nova presidenta i el seu equip de la Junta Directiva la seva determinació i esperit social de compromís en els temps presents. Expressat això clarament.

Tenint en compte la vitalitat col·lectiva del Club, compte! Segur que ells consideren l'herència rebuda. En camí cap al centenari en aquests anys actuals molt complexos en força circumstàncies. On igualment la nostra nació vol seguir avançant malgrat fets negatius diversos no vinculats a la muntanya. Si seguim amb el nostre lema de "mai enrera", hi ha camp per a l'avenç. Per córrer. Això implica tothom. Compte, doncs.

De ben segur que renovarem molts l'esperit de les dues paraules senyeres del 1922. Perquè la Maria Lluïsa, l'Antoni, el Jordi, l'Elisabet, la Maria Carme i el Miquel, membres ells de la nova Junta, i els col·laboradors més o menys directes pels reptes establerts, no caminin pas sols.

Són temps per tornar a invertir, com sempre, al capdavant, en valors col·lectius. A invertir també fent costat a persones amb idees positives que ajuden a fer **Passes d'Abast**.

Josep Roca Ortiz (soci 3898)

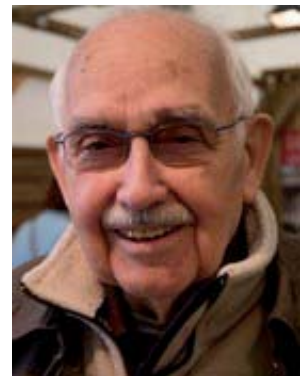


SR. JOAN CERVERA I BATARIU, CREU DE SANT JORDI 2011

El reconeixement a un català de bé, patriota i promotor de l'associacionisme a Catalunya.

Una Creu de Sant Jordi guanyada a través del treball i la discreció d'un discret home d'empresa, de cultura i esport.

En Joan Cervera i Batariu té un currículum en el qual sobren arguments perquè se li concedís la Creu de Sant Jordi fa molts anys, i amb aquesta creença des de l'any 2002 un seguit de persones hem fet gestions perquè aquest reconeixement hagi arribat a bon port.



En Joan Triadú, Jordi Mir, Martí Boada, Albert Musons i Josep Sicart vàrem iniciar una tasca informativa per fer ressaltar els valors d'en Joan Cervera, i malgrat les dificultats per aconseguir aquesta fita, el temps confirma que la nostra demanda tenia raó de ser i per tant el just reconeixement ha arribat.

Enguany, la tasca desenvolupada per en Joan Cervera rebrà el seu reconeixement, i la Creu de Sant Jordi tornarà a





recuperar una part del prestigi que havia assolit en el moment de la seva creació per tal de fer ressaltar la tasca de prohoms de la nostra societat.

Membre del Consell Nacional Català en la clandestinitat l'any 1959, posteriorment va ser-ne secretari sota la presidència d'en Josep M. Batista i Roca. Membre fundador de l'Associació de Veïns de Gràcia, president del Club Excursionista de Gràcia i també escriptor de diverses obres sobre l'escoltisme català i l'excursionisme, va fer importants aportacions, recollides en les Jornades de Literatura Excursionista de la UEC.

En la vessant excursionista, va ser vicepresident de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya, també membre de l'Associació Catalana de Dirigents de l'Esport i altres institucions vinculades al nostre teixit associatiu.

La seva aportació també va estar reflectida a través del llibre que es va editar el novembre de l'any 2009 a través de les Jornades de Literatura Excursionista de la UEC en honor del nostre antic president Joan Cervera.

Salutacions cordials.

Francesc Sanahuja i Toledano

Fotografies a la portada i contraportada



ALTES DE SOCIS

- 8.739 BERENGUER ALMUDAINA, MARTA
- 8.740 CALVIS CASTELLÓ, IGNASI
- 8.741 LEON SANCHEZ, JAUME
- 8.742 SANCHEZ SALDAÑA, JORDI
- 8.743 ASTALS VIZCAINO, OSCAR
- 8.744 GIMÉNEZ PÀMIES, ORIOL
- 8.745 FIGUERAS MESTRES, JAUME
- 8.746 ORTIZ PASCUAL, M^a DEL CARMEN
- 8.747 RODRIGUEZ MARTIN, RICARDO
- 8.748 FARRAN FARRE, FERRAN
- 8.749 MUÑOZ SERVETO, ELISABET
- 8.750 ROCA SALAT, RAMON
- 8.751 MARQUEZ RODRIGUEZ, JOSÉ MANUEL
- 8.752 ROSÉS MARTÍ, JORDI
- 8.753 RIBAS FULLOLA, YOLANDA
- 8.754 BONILLO MONTAGUT, VICENÇ
- 8.755 PIROT I GAVALDÀ, GIL
- 8.756 PINTO MOLINA, ANTONIO
- 8.757 ARIAS LOSADA, MARIA ALICIA
- 8.758 RIERA MONTANÉ, ALBERT
- 8.759 CAMPS SHELLY, MARTA

AGENDA

JULIOL

3, dimarts
Grup de Senders
Sopar de Final de Curs

14 i 15, dissabte i diumenge
Secció de Muntanya - Muntanya mitjana
Sortida al Taga i Serra Cavallera
Coordinen: **Mònica Gasulla i Xavi Garcia**

21 i 22, dissabte i diumenge
Secció de Muntanya - Alta muntanya
Sortida al Pic de Peguera 2.983 m
Coordinen: Mònica Gasulla i Xavi Garcia

AGOST

VACANCES

SETEMBRE

15 i 16, dissabte i diumenge
Cursa de Resistència en Muntanya 33a edició
MATAGALLS-MONTSERRAT

A la nostra pàgina web trobareu la informació actualitzada de totes les sortides i dels requisits necessaris per a poder-hi participar. A: www.cegracia.cat



CANTAIRES MUNTANYENCS



S'HA TANCAT EL CERCLE

Despuntava el mes d'abril del 2011 quan dèiem adéu al mestre Josep Vila i Amorós, director que fou de la nostra coral durant gairebé 40 anys. Com a penyora ens deixava la Carme Alemany i Vidal, la seva muller, amb qui havia coincidit a l'Orfeó Gracienc, just adolescents tots dos, seduïts pels sons musicals que marcava la batuta del mestre Balcells.

Ajuntaren els seus destins molt aviat, i així van seguir sempre plegats. Però durant deu mesos el destí els separà; deu mesos que es van fer llargs per a la Carme, delerosa del proper retrobament, el qual va produir-se en un glaçat dia de febrer d'aquest 2012.

Se l'acomiadà com s'havia fet pel mestre Vila, amb el *Cant dels ocells*, que li dedicà el mestre G. Motatu, i la pregària *Signora delle cime*, dirigida per V. Barbé, que li oferírem els seus companys de la Coral Núria i dels Cantaires Muntanyencs.

Conclòs l'acte de comiat, va emprendre el camí sota un cel grisós, il·luminat, però, per un devessall de roses roges esclatants que l'acompanyaven i l'empenyien sendera avall cap a la seva darrera llar, per a descansar, finalment junts en Josep i la Carme, allà on sojorna la veritable pau.

UN RECORD DEL MESTRE VILA

Josep M. Vila i Alemany, fill del nostre benvolgut mestre Vila (a.c.s.), ha tingut la gentilesa de fer-nos ofrena del piano elèctric del seu pare, les cadències del qual feren tanta companyia al mestre i, sens dubte, més fàcils els darrers anys de la seva vida.

Nosaprou bé, l'amic Josep Maria, com li agraïm la donació d'aquesta pertinença del nostre estimat mestre, el qual se'ns farà més present encara, si això fos possible, en el curs dels nostres assajos, tot recordant més vivament el seu generós i valuós mestratge que durant tants anys vàrem rebre d'ell.



En nom del nostre director, Víctor Barbé, i de tots els seus cantaires...

Moltes gràcies!

Aurora Vila



ENLLAÇ ROMÀ BASSAS – LAURA ADALID

El passat dia 3 de març, els Cantaires Muntanyencs foren convidats a participar a l'enllaç de Romà Bassas i del Rey amb Laura Adalid Villacañas; ell soci de la nostra Entitat des del seu naixement i excantaire de les tres corals del Club Excursionista de Gràcia: Petits Cantaires, Rimaia i Cantaires Muntanyencs.



L'esdeveniment va tenir lloc a dos quarts d'una del migdia a la basílica de la Mare de Déu de la Mercè, de la nostra ciutat, i durant la missa es varen interpretar les següents peces: *Canticorum jubilo*, de G. F. Haendel; de la "Missa dels Excursionistes": *Senyor tingueu pietat*, *Glòria a Déu a dalt del cel*, *Sanctus i Anyell de Déu*, d'Elisard Sala; *Salm responsorial*, resposta dels fidels; *Ave Verum*, de W. A. Mozart; *Salve Maria*, de Lluís Millet; *La núvia blanca*, d'Elisard Sala i *Déu lloat per la natura*, de L. van Beethoven.



Posteriorment, en el primer dia d'assaig de la Coral, els noucasats es complagueren a obsequiar els cantaires amb unes pastes i cava, així com amb un detall personal a cada un d'ells.

D'altra banda, tant els nuvis com els seus familiars i amics volem aprofitar l'avinentesa per agrair molt sincerament a la Coral una tan entrançable col·laboració. I alhora expressem la nostra especial gratitud envers mossèn Ferrer, rector de la Parròquia de la Mercè.

Empar del Rey



CULTURAL



UNES OBRES A LA XARXA DEL CLAVEGUERAM DELS PRATS DE REI DESCOBREIXEN L'ANTIGA MURALLA ROMANA, QUE ENVOLTAVA EL MUNICIPI SIGARRENC

Una vegada més, l'arqueologia s'ha valgut d'unes obres, d'un moviment de terres, o també de la casualitat, per ampliar la història d'un lloc arqueològic.

Al poble dels Prats de Rei ja s'hi havia determinat un poblat ibèric i en el mateix lloc també es va confirmar l'existència del municipi romà de Sigarra (*municipium sigarrensensis*), que dona nom a la comarca de la Segarra.



Actualment, i durant les obres del clavegueram del poble, ha sortit a la llum l'antiga muralla romana que envoltava el municipi. Gràcies a les làpides romanes que actualment es conserven a l'atri de l'església parroquial, junt amb la descoberta d'aquesta muralla, queda provada la importància que el municipi va tenir a la Catalunya interior durant l'època romana, al costat de Guissona i Isona.

També s'hi han trobat restes d'altres èpoques, com ara estructures ibèriques junt amb ceràmiques del segle II abans de Jesucrist. Però de les restes de la muralla que determinen que es tracta d'un nucli totalment urbanitzat no en teníem coneixement, ja que són pròpies d'una ciutat organitzada.

Es creia que Prats de Rei era un nucli de població sense muralla, però avui sabem que conservava els elements habituals d'una ciutat romana d'importància.

Potser el municipi de Guissona lliga amb el mateix moment de la construcció dels Prats de Rei, o sigui, de conquesta de l'Imperi romà cap a la Catalunya de l'interior.



¿Tots dos municipis s'haurien fundat en el mateix moment?

No només aquestes obres, doncs, han permès localitzar l'antiga muralla sinó que s'hi ha trobat restes de diferents èpoques, com un vas campaniforme, importat del sud d'Itàlia, junt amb altres ceràmiques ibèriques i romanes que són fòssils de detectors del comerç existent en aquell moment en la Mediterrània, ceràmica d'un alt valor que arribava a les taules dels habitats dels Prats de Rei,

Fa anys aquest poble va ser declarat bé cultural d'interès nacional, i per això els seus materials han de ser protegits arqueològicament.

Se sap que durant 400 anys va ser una població de les importants de la Catalunya central, ja que hi confluien les rutes de la costa a l'interior.

Els romans incineraven els morts i dipositaven les cendres dins una urna, sobre la qual es plantava la inscripció corresponent. Amb la implantació del cristianisme a partir del segle III dC, es comencen a inhumar els cossos i s'imposen els enterraments, fets amb teules planes, lloses de pedra i sarcòfags.



En aquestes excavacions s'han pogut trobar uns sarcòfags que han entusiasmat els conservadors del Museu Josep Castellà Real, que s'han interessat pel seu oportú trasllat al seu edifici a fi que quedin conservats i exposats al públic visitant.

De ben segur que aquest poble, avui de cinc-cents habitants, amaga encara sorpreses arqueològiques que els nostres descendents trobaran, sabran respectar, protegir i guardar, ja que en realitat només som uns intèrprets de la història.

Maria Dolores Lázaro i Palau
Diplomada en Arqueologia Hispànica per la UB



MUNTANYA



CAMINANT PEL RIPOLLÈS SORTIDA MITJA MUNTANYA, 14-15 ABRIL 2012

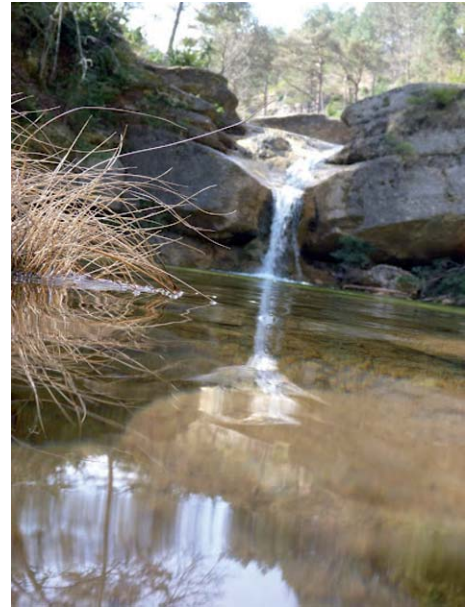
Divendres a la tarda, ritme frenètic per preparar-ho tot: motxilla, roba, menjar... Farà fred? Plourà? Ui, he de veure la previsió del temps del Telenotícies nit... o millor no. Estic contenta perquè sortiré els dos dies d'excursió: caminar, bona companyia, canvi d'aires...

La Núria ens ha convocat el dissabte a les 06:45 h a l'estació de Sant Andreu Arenal. Ho té tot supercontrolat!!! És una màquina organitzant!!! El segon punt de trobada és el Càmping Pirinenc on ens retrobarem ja tots per esmorzar i començar a caminar.



Cap a les 10 del matí iniciem la sortida (ja anem fora de temps, perquè l'hora prevista eren les 9:30 h). De moment, fa un dia esplèndid. Agafem el camí dels Gorgs del torrent de la Cabana. Mmmmm, si fes més calor, segur que més d'una ja s'hauria banyat!!!! Primer, anem fent a un pas lent, xerrant, observant, parant a contemplar el paisatge..., ens desviem del camí marcat per veure algun gorg... però com que anem malament de temps, la Núria posa la directa i comencem a caminar més ràpid fins al punt de saltar-nos els dos últims gorgs: el Petit del Colomer i el Colomer (bé, és una excusa perfecta per tornar). Arribem a Sant Feliu d'Estiula, un bonic mas i església, on ens "saluden" dos ases la mar de bufons que ens sembla que busquen menjar. Parem uns minuts i seguim fent via. A la masia de l'Auró arriba "l'aventura": fins ara, anàvem seguint un camí marcat però a partir d'ara ens haurem de confiar dels nostres instints (ehem) i del GPS, ja que hem d'enfilar cap a la serra de les Ajagudes pel mig del bosc. Caminem entre esbarzers, arbustos, branques, zigzaguejant però rient molt i pertorbant la calma de la natura. Si hi havia alguna bestioleta, devia

flipar davant divuit persones bosc a través. Finalment, arribem al capdamunt de la Creu del Ginebrar i parem a dinar amb unes bones vistes cap a Montserrat, el Montseny, Sant Llorenç del Munt, Garrotxa... Però el cel amenaça pluja i fa fresqueta, així que un cop tips,



seguim caminant. Recuperem unes marques i seguim el camí cap a Sant Marc, carenejant. El Pedraforca està ben tapat i està caient un bon aigua. Després de passar la masia de can Santmarc, arribem a Sant Quintí de Puigrodon i allà ja agafem la via directa cap al càmping. Comença a ploure i ens convertim en un batibull de colors: verds, blaus, vermells, grocs... Per sort, ha estat només un avís i deixa de ploure. Arribem al càmping cap a les cinc de la tarda; alguns, decidim fer la birreta abans de dutxar-nos; d'altres prefereixen descansar... Sigui com sigui, més tard, cau una bon xàfec. Després d'una dutxeta, i d'un bon sopar, la majoria se'n va a dormir, excepte alguns culers declarats que es queden a veure el partit de futbol que fan per televisió (per si interessa, va guanyar el Barça). Primera jornada ben completa!!!!

Diumenge, ja no cal matinar tant. Esmorzem tranquil·lament, carreguem els "trastos" als cotxes, i anem cap a la colònia de Molinou, on seguirem un camí marcat cap a Sant Julià de Saltor. El dia és més fred que l'anterior: ha caigut neu durant la nit i amenaça pluja, però això no és cap impediment per caminar. La pujada fins a Sant Julià és dureta (ens va



Obra Social

Fundació "la Caixa"



BASTIMENTS - PIC DE LA DONA 26-27 DE MAIG DE 2012



Feia temps que teníem ganes de “fer cim”. Després de l'època hivernal, en què ens hem dedicat més a mitja muntanya i senders, per fi ens posem d'acord i decidim anar a fer alguna muntanyeta per la zona d'Ulldeter. La idea inicial és fer un recorregut circular on es fa d'una tirada el Bastiments,

pic de Freser, pic de l'Infern, pic dels Gorgs i pic inferior de la Vaca, però la neu que ha caigut fa poc i el risc de tempesta ens fan desistir-hi i, finalment, pensem que és millor “assegurar” el Bastiments i, segons com evolucioni la meteorologia, fer també el pic de la Dona.

suar el sopar) i sorgeixen les típiques preguntes de “falta molt?” o “hi haurà bar?”. A Sant Julià, ens ve a rebre un mastí molt “ferotge” que defensa el mas. Per tenir una bona vista, pugem una mica més i llavors podem contemplar, avui sí, el Pedraforca (nevat a l'enforcadura), Encija, el Verd, el Cadí, el Puigllançada... En fi, un regalet per als ulls. Dinem contemplant aquest panorama mentre les tempestes ens envolten però no ens acaben d'arribar mai (millor, per descomptat) i baixem cap a l'ermita de Sant Grau sense cap entrebanc. La baixada, però, és espectacular. Un cop allà, en mitja hora tornem a ser als cotxes. Uns quants decideixen anar tirant; uns altres preferim fer la cerveseta de rigor (no, si al final arribarem a casa amb un parell de quilos més) i ja marxem cap a Barcelona.

Ens conformem amb poc, però quan unes excursions estan tan ben triades i l'organització ha estat perfecta, què més podem demanar? Així que un hurra per la Núria!

Elisabet Figuera Abadal

Els “aventurers” que preparem l'excursió som del grup de senders: Ramon, Tania, Sergi, Maria, Mireia, Victòria, Marta, Marisa i jo (Eli). Va al dir que la Marisa és la recent escollida presidenta del club i una servidora, l'actual secretària.

Així, doncs, sortim dissabte de Barcelona i, després de dinar en un hotel que sembla del segle passat, de comprar galetes, carquinyolis i pa de pessic i de berenar a Camprodon (no fos cas que passéssim gana), anem en direcció Vallter, on tenim habitacions reservades a l'Hostal Pastuira. Aquest hostel funciona com un alberg; són habitacions de sis persones amb bany i calefacció. Com que som els únics que ens hi allotgem, estem la mar de còmodes i campem per allà com si fos casa nostra. El senyor que el porta ens recomana que sortim ben d'hora, ben d'hora, ben d'hora, perquè el temps s'emboïca a partir del migdia i ens explica també una ruta alternativa per baixar directament a les pistes d'esquí de Vallter en el cas que haguéssim de baixar “corrents”.

Després d'un gran debat amb estira-i-arronses i d'una gran discussió... (és broma!!!), decidim avançar l'hora de sortida mitja horeta per assegurar el bon temps (i sort que ho hem fet perquè aquesta mitja hora ha estat providencial!). Passem la resta de la tarda a l'hostal, estudiant els mapes de la ruta de l'endemà (bé..., uns més que els altres), i fem un curtíssim passeig als voltants de l'hostal (hem de reservar les forces per a l'endemà). Mentre sopem, mirem el Festival d'Eurovisió i fem els nostres pronòstics mentre riem veient les “iaies russes” i alguns països amb alguna actuació esperpèntica. Evidentment, no ens quedem a les votacions i anem a dormir d'hora.

Diumenge, iniciem la ruta passades les 8 del matí, ben esmorzats i sabent ja que Suècia ha guanyat el Festival



Ferrer&Ojeda
Consultores en Seguros Asociados



d'Eurovisió. Jo estic molt nerviosa per causa de la meteorologia i començo a donar presses a tothom. Per sort, ja em coneixen i passen bastant de mi i, a més, de moment, fa un sol que estavella.

Deixem els cotxes una miqueta més amunt de l'inici del recorregut i enfilem cap al GR que va al refugi d'Ulldeter, on ja veiem el primer objectiu del matí: el Bastiments. Uff, que lluny està!!! Només de veure'l ja em canso. La pujada fins al coll de la Marrana es fa bé, tot i que hi ha alguna clapeta de neu que no presenta cap dificultat i fa més divertit el camí. Hi ha força gent de puja però no dona aquella sensació de processó o d'aglomeracions. Xerro amb una parella que va amb un "bòxer" la mar de simpàtic i sense adonar-nos (bé, és un dir, perquè la pujadeta és dureta) arribem al Bastiments cap a les 10:15 h. Comencem a veure uns núvols sospitosos que ens empaitaran tota l'excursió i faran que posem una mica el "petardo" al cul per no remullar-nos massa.

El cim del Bastiments em recorda un llom d'animal i uns quants el recorrem tot nevat. Com que sóc poc erudita en qüestió de cims, només reconec el Carlit, el Canigó i, més propers, el puig Pastuira i el Gra de Fajol. Esperem que arribi tothom, fem un petit mos i la foto de rigor. Com que de moment el temps aguanta, anem cap al pic de la Dona. La baixada per la cara nord-est del Bastiments la fem amb neu i amb algunes rrelliscades, però no hi ha ni caigudes ni cap perill. Arribem al coll de la Geganta sense cap entrebanc i anem carenejant i sorteiant clapes de neu, i arribem, per fi, a la pujada final del pic de la Dona, on tenim una bona visió del Bastiments (la veritat és que semblava més a prop) i, ara sí!, del massís del Canigó. I les boires que comencen a arribar. De moment, estem sols al cim, però la "providència" fa que arribin dos excursionistes, els quals "sotmetem" amb les nostres càmeres perquè ens tirin les anhelades fotos de grup. Després, ens fem una fotografia les dones soles al pic de les Dones. La baixada cap a la Portella del Mentet la fem bé, però el temps s'embolica i apressem el pas. Anem tots ben junts per causa de la boira. Anem baixant seguint el torrent de la Portella fins que creuem el GR-11, el qual seguim, ja que ens durà directament a l'estació d'esquí de Vallter. Aproximadament un quilòmetre més avall tenim els cotxes i encara sort que els tenim allà perquè comença a

ploure. Són les dues. Com he dit al començament, aquella mitja hora ha estat providencial.

Com que no sabem on dinar, anem cap a l'hostal amb l'esperança que estigui obert, tot i que el senyor ens ha dit que potser no hi seria. Però ha vist que hem deixat un cotxe a l'aparcament i està preocupat per nosaltres. Que amable!! Així, doncs, podem dinar ben tranquils i arrecerats, mentre a fora plou a bots i barrals; fins i tot cau pedra de la mida d'olives. Després de reposar, fer el cafetó, rentar-nos la cara i pentinar-nos, marxem no sense donar les gràcies per enèsima vegada al senyor de l'hostal, que estic segura que ens recordarà per sempre més com "aquella colla de *frikies* que volien veure Eurovisió". No es preocupi, senyor, que segur que tornem i llavors faran l'OTI (o ja no es fa?).



La tornada a Barcelona és ràpida. Ara només queda l'habitual intercanvi de fotografies (la majoria repetides però és igual!) i marcar el proper objectiu.

I mi em queda donar les gràcies als meus amics, que sempre que proposo algun cim em segueixen, encara que, a vegades, resulti una mica manaire.

Elisabet Figuera Abadal

(Fotografies a la portada)

Plaça del Diamant 9 • 08012 Barcelona
Telèfon i Fax 93 218 41 17
<http://personal2.iddeo.es/nus>
e-mail: espeleonus@eresmas.net

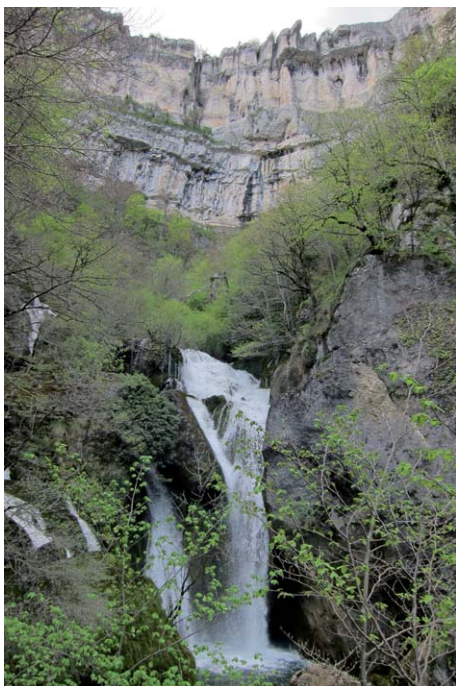


SENDERISME



SERRA D'URBASA (Navarra)

La darrera activitat de dos dies d'aquest curs 2011-2012 ens ha portat al Parc Natural d'Urbasa i Andia (Navarra), situat en una serra que s'estén al llarg d'uns trenta quilòmetres, sobre un eix est-oest, i que actua com a barrera entre els dos climes: atlàntic i mediterrani. Les cotes oscil·len entre els 850 metres del Raso de Urbasa i els 1494 metres del Monte Beriaín.



Ha estat la sortida on més lluny ens hem desplaçat: 545 quilòmetres fins al càmping Bioitza, on ens vam allotjar. Mercès a estar ben comunicat per autopistes i a u t o v i e s , a q u e s t a distància va ser possible fer-la amb el nostre mitjà habitual d'autocar de seixanta places, respectant la reglamentació en la velocitat de t r a n s p o r t col·lectiu i els reglamentaris

descansos del conductor. I, per això, vam intentar treure el màxim profit de l'excursió efectuada el cap de setmana dels dies 5 i 6 de maig d'aquest any.

El dissabte vam arribar al poble de Baquedano pels volts de quarts de tres. Malgrat que la previsió meteorològica no era bona, ens va respectar excepte un xàfec a l'arribada al poble. Baquedano és un poble petit i cal deixar l'autocar als afores; per tant, va caldre equipar-se i marxar a cercar un soplug que ens permetés dinar abans d'emprendre la primera excursió. Vam fer sort trobant el frontó cobert. Hi cabíem tots i, a més, vam fer el temps necessari tot dinant perquè parés de ploure i ens deixés una tarda assolellada.

No vam tardar a posar-nos en marxa per fer l'excursió al Nacedero del Urederra, per remuntar després la cinglera que dóna límit a l'altiplà d'Urbasa. Són tres hores d'ascensió per fer 7 quilòmetres i 250 metres de desnivell. Un temps a priori desmesurat, però obligat ja que cal entretenir-se per gaudir dels salts d'aigua, gorgs i paratges que el riu, la fageda i el



Balcón de Pilatos. Autor Miquel Fabró

sol de tarda ofereixen. Les càmeres no paraven. No és estrany que la Diputació Foral l'hagi declarat reserva natural, atès que és el lloc més visitat de la comunitat. Aquest fet, d'altra banda, va estar a punt de causar-nos un bon enrenou, ja que per tal de protegir-lo de la degradació dels cent-setanta mil visitants anuals, obliguen tothom a tornar pel mateix camí, però nosaltres teníem previst no tornar enrere, sinó continuar per un sender que salva la cinglera semicircular de la capçalera de la vall i així, una vegada a dalt, visitar el Balcón de Pilatos i acabar en un punt de la carretera on ens estaria esperant l'autocar. La inflexibilitat del vigilant del parc semblava no tenir solució, i ens vam haver d'emparar en què enlloc indicava aquesta obligació i que l'autocar ja ens esperava al final de la nostra ruta. Si bé no creiem que la nostra ruta podia perjudicar la sostenibilitat del parc, hauríem preferit conèixer d'antuvi la limitació de l'itinerari per tal d'adaptar-hi la nostra excursió. Però ni als fulletons, mapa, web, etc., res no ho indica.

A dos quarts de set ja érem de nou dalt de l'autocar havent complert l'objectiu i, en 6 quilòmetres per carretera entre les boniques pastures de l'altiplà, vam arribar al càmping, on ens vam allotjar repartits en cases de fusta molt integrades a l'entorn.

Per esperar l'hora del sopar hi havia prevista una passejada per la Ruta de las Fuentes d'una hora i mitja de durada, però no es va poder realitzar per falta de temps.



L'endemà, després d'un frugal esmorzar, l'autocar ens apropà al centre d'informació del parc, des d'on surt l'itinerari escollit: la Ruta de los Montañeros.

Primer, el camí transcorre per un itinerari senyalitzat amb indicadors sobre les activitats tradicionals de la serra: una pleta, una carbonera, una cabana de troncs a dos vessants, un tram de rails de les vagonetes de transportar fusta... Després, va prenent alçada cap a l'aresta nord fins a arribar al coll de Tontorraundi. Aquí vam fer una parada d'agrupació dels cinquanta-set mentre gaudíem del paisatge. Als nostres peus, la vall del riu Arakil, amb les poblacions d'Altsasu i Etxarri-Aranaz i l'autovia A-10 serpentejant. I, a l'altra banda, volent competir amb la nostra, la serra d'Aralar.



Camí carener. Autor Miquel Fabró

Vam continuar en direcció est, ara per la fageda de l'obac nord, ara per l'herbei i roquissar del sovell, fins a assolir la nostra fita del Pic d'Urbasa, de 1.153 metres. Per fer-nos la foto col·lectiva de record, ens vam enquibir com vam poder entre el roquer. Després, vam tornar a seguir la carena fins a un collet, on vam prendre un sender de baixada per la fageda i vam tornar de nou al centre d'informació. Ens quedava mitja hora, que vam aprofitar per visitar l'exposició i conversar amb la cuidadora. A les dues, l'autocar ens portava a entaular-nos al càmping. I a les quatre empeníem el viatge de tornada, ara baixant a la propera Altsasu per rodar tot per autopista fins a Barcelona. Cal dir que abans de marxar, hom va fer un massiu aprovisionament de formatge d'Idiazabal, provinent de les ovelles de les races latxa i carrança que pasturen per l'altiplà i els vessants meridionals d'Urbasa i Andia.

Va ser una sortida profitosa i a un indret a recomanar. Seguirem, doncs, programant les de dos dies per poder anar a llocs on la nostra activitat senderista dels diumenges no ens ho permetria. Ara per ara, les limitacions d'allotjament amb suficient capacitat, i les hores de desplaçament, no ens ho han privat.

Roger Lloses

(Fotografia a la contraportada pag.108)



BARNATRESC

El passat dia 13 de maig es va fer la caminada de Gràcia d'enguany. La participació va ser de 1.992 persones.

El 2008 va ser de 1.185.

El 2009 va ser de 1.073.

El 2010 va ser de 1.205.

El 2011 va ser de 1.387.

Vàrem col·laborar-hi uns trenta companys de Cantaires i Senders.

Miquel Fernández

CAMINADA DE GRÀCIA

13.05.2012

Lloc de sortida
Centre Esportiu Municipal Olímpics Vall d'Hebron (Metro L3 Montbau)

Hora de sortida
De 9.00 h a 9.30 h

Lloc d'arribada
Centre Esportiu Municipal Olímpics Vall d'Hebron (Metro L3 Montbau)

Hora límit d'arribada
13.00 h

Distància
12 km aproximadament

Durada aproximada
3 hores

Control i avituallament
Plaça de la Virreina (de 10.00 h a 12.00 h)

Realitza
Club Excursionista de Gràcia

BARNATRESC CAMINA I VEURÀS

Centre Esportiu Municipal Olímpics Vall d'Hebron

- C. Granja Vella
- C. Pantà de Triomp
- C. Llibreçia
- C. Concòrd de Triomp
- C. Alcalde de Zalamea
- Carrerera Carmel
- C. José Millán González
- C. Sàez
- Pl. Sanllehy
- C. Sardanya
- C. Pl. Margall
- Pl. Joanic
- C. Bruniquer
- C. Torrijos

Plaça de la Virreina (avituallament i control)

- C. Asturies
- C. Gran de Gràcia
- C. Carolines
- Av. Príncep d'Astúries
- C. Guillem Tell
- C. Balnes
- C. Copèmic
- C. Montecasino
- Pare Montserrat
- C. Guàrdies
- Pl. Adrià
- C. Prats de Molló
- C. Mandri
- Jardins Altamira
- C. Horaci
- Jardins Roig
- C. Dalmases
- C. Anglès
- C. Sant Pere de les Puelles
- C. Tarró, c. Pomaret
- C. Immaculada
- C. Belleguard
- C. Quatre Camins
- C. Román Macaya
- Pl. Alfons Comin
- Pl. de la Vall d'Hebron

Centre Esportiu Municipal Olímpics Vall d'Hebron

Avituallament

Com que no hi ha inscripció prèvia, l'organització no pot saber amb antelació el nombre de participants que hi haurà, de manera que la distribució de líquids i/o sòlids es farà mentre hi hagi disponibilitat de provisions.

Les persones participants hauran de proveir-se, segons les seves necessitats, de l'aigua i el menjar necessari per fer l'activitat, ja que l'avituallament que es dona al llarg de l'itinerari són solament ingestes de manteniment.

Important

La direcció de la caminada podrà no autoritzar la participació d'aquelles persones que per l'equipament i/o les condicions físiques no responguin, segons el seu criteri, als mínims requerits.





ESQUÍ



Sortida del Cicle d'Esquí de Muntanya al Montsaliente (2.882 m)

El cap de setmana del 12 i 13 de maig hem fet sortida de cicle. L'objectiu programat era el Tuc de la Balaguera, que vam canviar perquè aquesta sortida es va avançar al mes de març.

Tot i la calorada durant la setmana, vam voler commemorar la sortida de fa cinc anys a la vall de Cabanes, per anar a fer algun cim prenent com a camp base el llac de Cabanes.



Ben carregats amb les tendes, 30 °C a Sort, vam pujar dissabte a peu fins al llac. Ens va sorprendre la poca presència de neu fins i tot a cota 2.200 m. Feia dues setmanes, hi havia neu des de l'aparcament a 1.500 m.

Vam fer una bona plataforma de neu al costat del llac per tal de plantar les quatre tendes, intentant no caure al llac mig desglaçat. El Jaume ens va sorprendre amb un bon cremat mentre unes gotes d'aigua ens feien pensar el pitjor. Però no, la nit va ser ben plàcida i va ser pel matí, un cop començàvem a foequejar, que ens va dutxar un bon ruixat.

Diumenge havíem decidit anar al Bassiero, però a uns 2.500 metres ens vam adonar que ens havíem passat la valleta que ens hi portava. Com que érem davant del Montsaliente, que té una pala força espectacular, vam canviar d'objectiu (era tard per corregir l'error). Esquí a l'esquena, vam enfilem





RECIPROCIAT?

Resposta de la FEEC



FEEC Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada

CLUB EXCURSIONISTA DE GRÀCIA
A l'atenció del Sr. Eduard Aguirre Ruiz

Passatge Mulet, 4
08006 Barcelona

amunt fins a unes roques que cal grimpar. Després es va suavitzar lleugerament el pendent fins a arribar al cim rocós del Montsaliente.

Boniques, les vistes de muntanyes per totes bandes, amb tempesta inclosa a l'oest. Vam baixar amb compte la pala, on havia tocat el sol força estona. Va caldre posar i treure esquís en alguns moments, i vam arribar a les tendes. Recollida general i cap avall.

Vam acabar ben cansats als cotxes, amb els peus mig rebullits de la calor, però amb la satisfacció d'haver gaudit d'un cap de setmana amb molt bona companyia.

Participants:

Carles P., Núria A., Amàlia A., Fina R., David C., Manel C., Marina G., Jaume J. i Berta A. Montsaliente.

+700 m primer dia, +700 m -1.400 m segon dia.

Dificultat: F, **, S3 a la pala final.

Horari: 2-3 h primer dia, 6 h segon dia (sense comptar parades!).

Estat de la neu: primavera podrida, no va regelar durant la nit.

Berta Algeró

(Fotografies a la Contraportada, pag 108)



**AGÈNCIA
DE VIATGES**

Benvolgut President,

En relació a la consulta d'un grup de socis de la vostra entitat, que ens trasladeu per carta de 14 de març passat, sobre el conveni del dret de reciprocitat en el ús dels refugis de muntanya, us aclarim i volem manifestar el següent:

Efectivament el Conveni de Reciprocitat és un acord internacional entre associacions privades, entre les quals l'integren les diferents federacions més importants d'Europa. En som els membres fundadors el CAI (Itàlia), el CAS (Suïssa), OeAV (Àustria), DAV (Alemanya), CAF (França) i FEDME (Espanya) i les adherides que son AVS (Tírol), PZS (Eslovènia), NKVB (Holanda), BAC (Bèlgica), GAL (Luxemburg), LAV (Liechtenstein) i FPC (Portugal).

La FEEC conjuntament amb el Centre Excursionista de Catalunya, la Unió Excursionista de Catalunya, el Club Muntanyenc Sant Cugat, el Centre Excursionista Montserrat i el Centre Excursionista Comarca del Bages es van adherir a l'any 2003 a través d'un conveni d'adhesió al conveni de reciprocitat internacional, vetllant pels interessos dels excursionistes catalans en vers una tarifa reduïda en la utilització dels refugis arreu de l'estat espanyol i d'Europa i més concretament a l'Aragó, Cantabria, França, Suïssa, Itàlia i Àustria que es a on els nostres federats son usuaris habituals i les tarifes d'ús dels refugis europeus son de les més altes.

Des de l'any 2003 la FEEC rep un diners per aportació dels llits aportats al citat conveni i que aquests es redistribueixen entre les entitats excursionistes catalanes adherides, amb una aportació que des del principi del conveni està entorn dels 6.000 € anuals aproximadament, i que la FEEC reverteixen directament en els propis refugis. Enguany s'ha aconseguit una aportació extraordinària del superàvit de la FEDME de 25.000 € a repartir entre les diferents federacions autonòmiques que aporten refugis al conveni.

En l'any 2011 la FEEC ja va fer les gestions oportunes per ser inclosa, i que va ser denegada, ja que per ser admesa es necessària l'aprovació per majoria absoluta dels membres fundadors, a dia d'avui cosa poc probable: es un club privat.



D'altre banda també uns informen, i tal com es va fer en la passada Assemblea, que recentment s'han fet reunions bilaterals amb la Federació Aragonesa de Muntanya (FAM), amb el President del CAF (França) i el president del CAS (Suïssa), a propòsit d'haver coincidit en la reunió de l'UIAA a Kathmandú, per tal d'aconseguir un descompte especial pels federats de la FEEC mostrant-se no obertament en contra, i per tant sembla ser que disposats a tornar a tractar el tema més endavant. La FEEC ho té anotat en la seva agenda de treball per a la propera reunió.

No obstant això, és l'Assemblea qui ha de decidir si la FEEC ha de renunciar a aquest conveni de reciprocitat i per tal us suggerim, que si amb tota aquesta informació encara ho considereu oportú, presentar la corresponent proposta en la propera convocatòria perquè les entitats que en formen part i que també representen als socis i federats catalans prenguin la decisió democràtica de formar part o no d'aquest conveni.

Cal recordar que a petició de la vostra entitat en l'Assemblea Nacional Ordinària del 24 d'abril de 2010 a Taradell es va demanar la votació perquè la FEEC fes la revisió del conveni de reciprocitat així com la valoració de formar-hi part: s'aprova. D'aquest compromís han sortit les properes aportacions econòmiques així com les negociacions nacionals i internacionals que s'estan duent a terme.

Resto a la vostra disposició per a qualsevol comentari o altra que precisiu, i aprofito l'avinencesa per a saludar-vos ben atentament,

Jordi Merino i Urbano
President

Barcelona, 18 de maig de 2012



GEDE



MONTSERRAT - AGULLES

La Reina Aresta Brucs

75 m V+

T-1 30 m III+

Comencem la tirada en un petita repeu que es troba al començament de la canal de les bessones. Ens enfilem seguint la nostra lògica, ja que no trobarem cap assegurança fins passats 15 metres. Cal anar molt amb compte, ja que les preses són bones i abundants, però com que és una via poc freqüentada, la roca no està sanejada i ens podem endur algun ensurt. Un cop xapat l'espit mimetitzat pel color de rovell, prosseguirem en la mateixa tònica, i passats deu metres més veurem a l'esquerra un ancoratge d'anella d'una altra via. Arribats en aquest punt, veurem la reunió que comparteix amb altres vies (dos ancoratges d'anella amb cadena).

T-2 25 m IV+

Des de la reunió veurem, dos metres damunt el nostre cap i a la dreta, un espit que ens indicarà el camí. Des d'aquest punt haurem d'anar navegant entre bones preses de dificultat accessible fins a trobar en el lloc més lògic un cap de buri, on posarem una plaqueta i seguirem en tendència a la dreta fins quasi arribar a l'aresta. Aquí trobarem una reunió amb tres espits.

T-3 20 m V+

Sortim de la reunió cap a la dreta, on sembla més lògica la progressió. Situats sobre un gran pedrot gris, ens superarem fins a arribar a un petit forat, que és on hi ha el pas clau, ja que encara que no és de gran dificultat, la perillositat està reflectida per l'absència d'assegurances, i es converteix en

un pas d'adherència-decisió. Superat aquest punt, només ens queda una petita grimpada fins a arribar a una sabina una mica terminal, que ens farà de reunió d'avantcim.

Descens

A uns cinc metres del cim, en direcció nord-oest, hi ha el ràpel, una instal·lació de tres espits ronyosos amb un cordino. Després d'un descens de deu metres arribarem al collet que ens portarà a la canal de l'Ou o de les Bessones.

Accés

Com que és una agulla fàcil d'identificar, podem pujar tant per la canal de l'Ou com per la canal de les Bessones, i un cop passada la Bola de la Partió, només ens haurem d'enfilat fins al collet on hi ha el peu de via.

Descripció

Ens trobem amb una agulla poc freqüentada. Per tant, les seves vies, concretament l'Aresta Brucs, no són gaire visitades. És un bonic itinerari que, si tingués alguna assegurança més en cada tirada, seria molt més repetit, ja que no s'ha de caminar gaire i té una dificultat accessible. Ara per ara, aquesta via només és recomanable per a escaladors amb els nervis temperats.

MONTSERRAT - AGULLES

El Dàtil Via Aresta Brucs

A-1, IV+ 75 m

T-1 30 m A-1 IV+

La via comença una mica a l'esquerra del fil de l'aresta. Enfilant-nos sobre un gran arbre, veurem el primer cap de buri ben rovellat i que ens marcarà el camí. El segon buri està petat i haurem de posar-nos a primers d'estreps per arribar al següent. Continuarem amb tècnica d'artificial assegurant-nos en un equipament molt obsolet amb algunes peces molt precàries o trencades, que podrem llaçar amb baguetes primes o tascons de cable al revés. Després de catorze assegurances inquietants, veurem un ancoratge d'anella que creua la via de la seva veïna El Bacon del Dàtil, que ens servirà per deixar els pedals i arribar amb més tranquil·litat a la reunió.

T-2 15 m IV

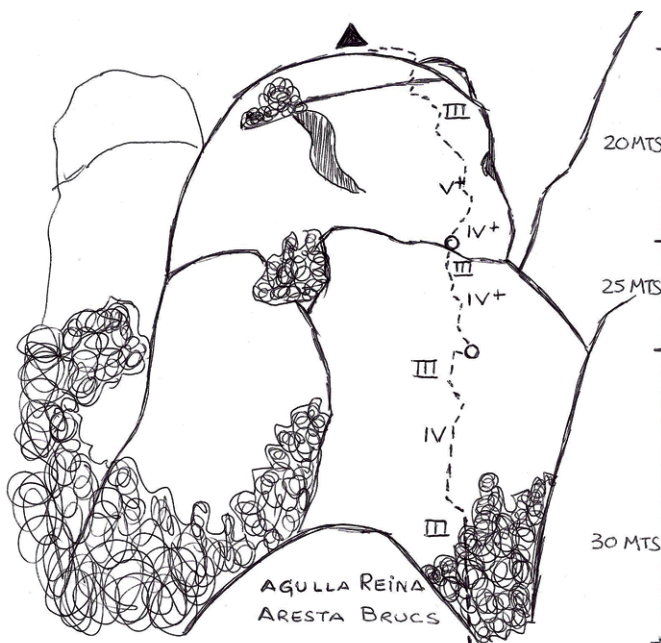
Des de la reunió veurem un espit força rovellat a uns cinc metres per sobre nostre i que assegura un passatge una mica inquietant. Després, cercant el millor camí, prosseguirem el nostre ascens. Si ens hi fixem bé i tenim sort podem trobar alguna assegurança, encara que el terreny és generós en preses i la roca és de bona qualitat.

T-3 25 m IV

El nostre itinerari serà força evident, ja que a falta d'assegurances anirem seguint la lògica i el criteri que va guiar els aperturistes, fins a arribar a un pla amb una petita fissura on hi ha situada la reunió. Val la pena fer-la, ja que és un autèntic mostrari de relíquies fèrriques, que ens farà apreciar encara més els equipaments actuals.

T-4 5 m III+

L'atac a la summitat del cim el podem fer per qualsevol lloc. És recomanable fer-ho una mica a la dreta per poder admirar



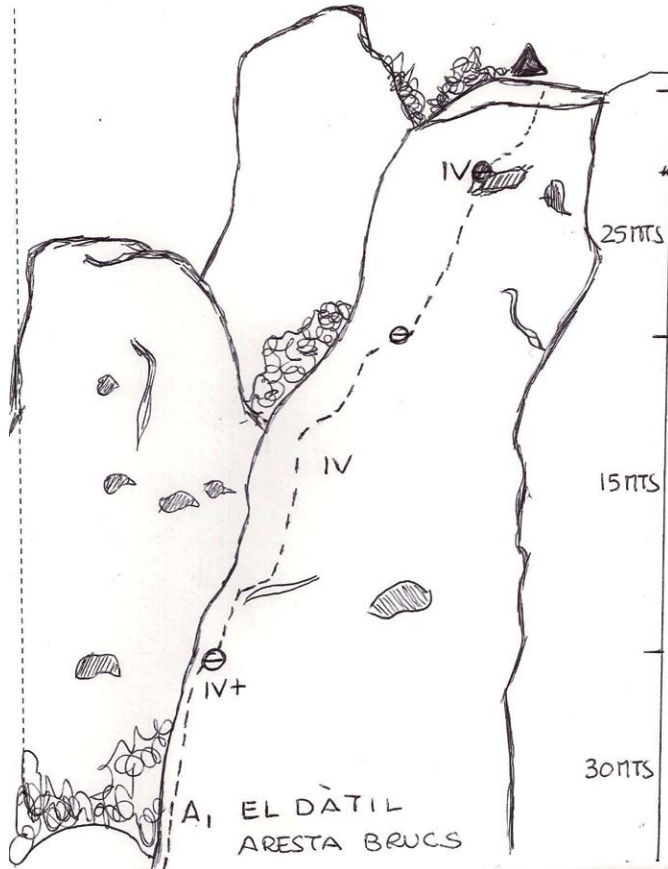


la magnífica vista que tenim sobre l'aresta de la Filigrana.

Descens

Un ràpel de 30 metres per la cara nord ens deixarà al collet, que baixarem en direcció sud cap a l'inici de la via i a la canal dels

cirerers.



Descripció

Via amb un equipament altament adrenalínic i que ens farà fruit d'una escalada clàssica amb totes les seves incerteses. Imprescindible dur plaquetes recuperables, tascons cable, baguetes primes per llaçar caps de burí i nervis temperats.

ATENCIÓ!

Pel que fa a l'ascensió del Dàtil per la seva Aresta Brucs, hem de fer saber que la primera xapa de l'artificial està petada, ja que algú la va arrencar i després la va tornar a col·locar al seu lloc sense cap tipus de fixació!! Els que us aventureu a fer aquesta ascensió, aneu amb compte!!

MONTSERRAT - LA PLANTACIÓ

La Doble Via Tuareg

70 m V

T-1 25 m V

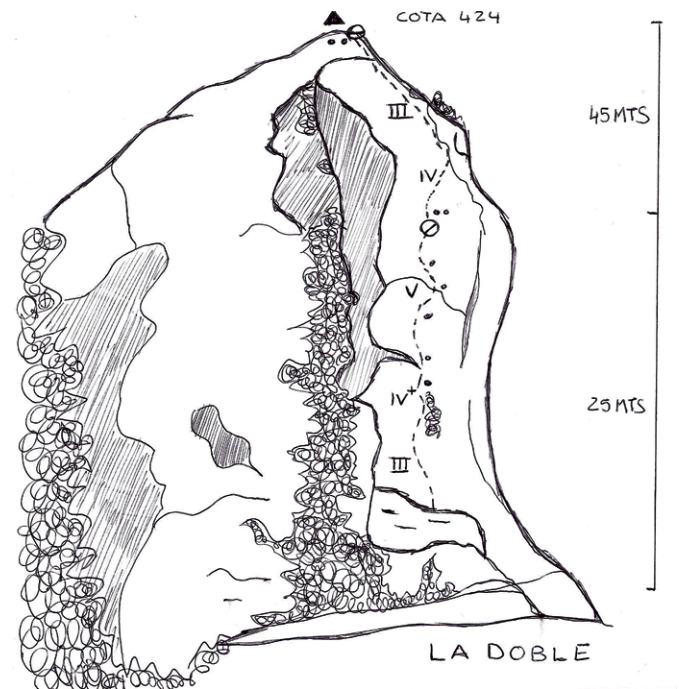
Al peu de via intuirem el camí a seguir, ja que en els primers 12 metres no trobarem cap assegurança, encara que la presa és abundant i generosa amb algun tram de roca una mica dubtós. Arribats al primer espit, el tram s'adreça de valent i amb un bon equipament de tres espits més superarem el tros més vertical fins a arribar a una reunió no massa còmoda.

T-2 45 m IV

Des de la reunió veurem l'únic espit de la tirada, que està a uns tres metres de l'inici. La roca en aquest tram s'alterna amb bones preses i roca descomposta, i per tant haurem de posar atenció a on ens agafem. Pràcticament és una tirada fàcil, però haurem d'anar amb compte fins a arribar al cim de la cota 424.

Descens

Haurem de descendir per la cara nord amb un pas de IV fins al collet i llavors enfilar-nos cap a l'altre cim de la Doble, cota 423. Des d'aquest punt farem un curt ràpel de 15 metres. La instal·lació és una sabina una mica precària amb dues cintes i un mallon. Amb suavitat, farem el ràpel i arribarem al collet que hi ha entre la Doble i l'agulla la Processó dels Monjos.



Accés

Situats en el pla de les Taràntules, anirem en direcció a les Gorres i un cop passada la Gorra Frígia a l'esquerra hi ha uns bancs de pedra. Al damunt surt un camí que ens farà arribar a un collet i llavors prendrem un corriol que ens portarà a l'inici de la Canal dels Llorers. La primera roca més gran que trobarem a la nostra dreta és el nostre objectiu. Per començar la via, haurem de resseguir tota l'agulla i pujar fins a un petit collet.

Descripció

Via que porta l'inequívoc segell dels germans Massó. És clar que com que és oberta abans del 2005 les assegurances són més escadusseres i la graduació una mica menys valorada. Així i tot, és una via accessible i curiosa, en una zona que fins no fa massa temps era una mica desconeguda i poc visitada.



Capio Hospital
General de Catalunya

MONTSERRAT - LA PLANTACIÓ

La Cara de Mico - Via la Infidel

120 m V-A0

T-1 35 m IV+, IV, III

Començarem la via enfilant-nos damunt d'una gran pedra situada enfront de la paret, on trobarem la primera assegurança i que ens permetrà entrar a la via. La roca, després del pas de nombroses cordades, està força sanejada, però serà bo anar amb compte, ja que encara pot saltar quelcom. Com que els ancoratges d'anella estan pintats de groc, no tindrem cap problema per trobar l'itinerari que ens marquen els onze ancoratges que té la tirada.

T-2 27 m III+, III

Sortirem de la reunió amb tendència en diagonal a l'esquerra per terreny fàcil, amb presa generosa en grandària i abundant, assegurant-nos en els set ancoratges d'anella que ens indicaran la ruta a seguir.

T-3 25 m III, IV

Seguirem progressant amb la mateixa tònica de dificultat que les anteriors tirades i protegits per les sis xapes que trobarem.

T-4 33 m V/(A0)

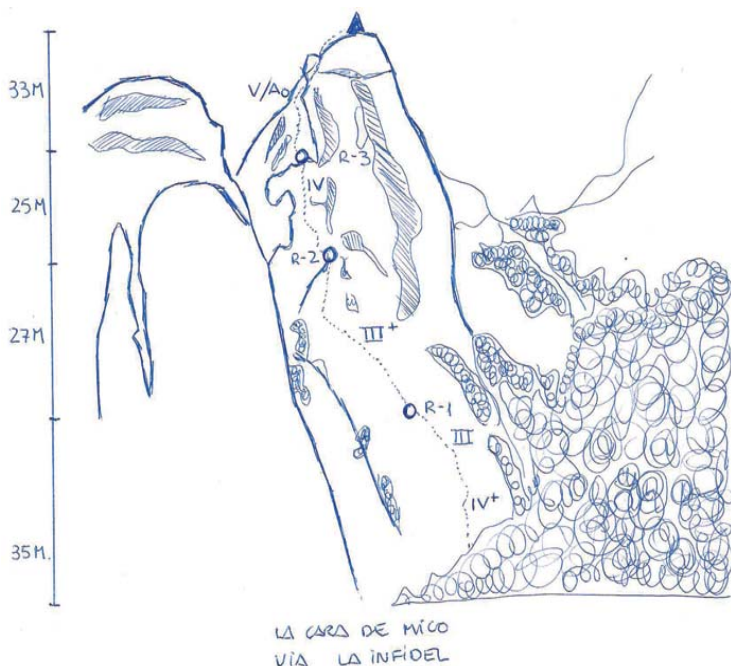
Aquesta és la tirada més bonica. Amb una bona presa, sortirem fent un flanqueig de la reunió fins a situar-nos sota una fissura, que haurem de superar amb tècnica de diedre. Superats uns tres metres, sortirem cap a la dreta per l'esperó que ens portarà fins al cim. Aquest recorregut està assegurat per tretze ancoratges.

Descens

Un curt ràpel per la cara nord ens situarà en un collet, on surt un corriol que ens portarà al camí que va a Sant Joan.

Accés

Prendrem el camí de Sant Jeroni fins a arribar al mirador, .



Uns metres abans trobarem el camí que ens porta al Sentinella. Descendirem uns metres fins a trobar una fita i continuarem el camí a l'esquerra fins a situar-nos sota la Cara de Mico, on al cap de pocs metres trobarem el peu de via.

Descripció

Via de dificultat moderada, ben assegurada i que ens farà passar una bona estona sense gaires complicacions. Cal anar amb compte a l'última reunió, ja que els primers a sortir cap a l'esperó poden fer caure pedres als que estan a sota. Si trobeu alguna cordada al davant, millor canvieu de via.

NOVETATS

FRIT RAVICH

Coctel Trail Mix

Aquesta empresa especialitzada en alimentació ha tret recentment al mercat aquest còctel de fruits secs. Es compon d'avellana crua, nous, panses sultanes, daus de coco i pinya.



La presentació és amb bosses monodosi de 60 grams, fàcils de portar i que ens serviran per poder recarregar les nostres energies en qualsevol reunió.

ALPINE UP

Aquest aparell acabat de sortir al mercat és molt recomanable per a alpinisme i grans parets. Té un pes de 180 grams i el podem utilitzar com a assegurador de forma autofrenant al primer de corda. També pot assegurar de forma dinàmica al primer i serveix per assegurar al segon.

El funcionament pot ser amb cordes dobles de 7,7 a 9 mil·límetres. i amb cordes simples de 8,9 a 10,5 mil·límetres.

És indicat per utilitzar-lo per descendir en ràpel, de forma normal i autoassegurat, i per tant ens podem estalviar de portar el xunt.

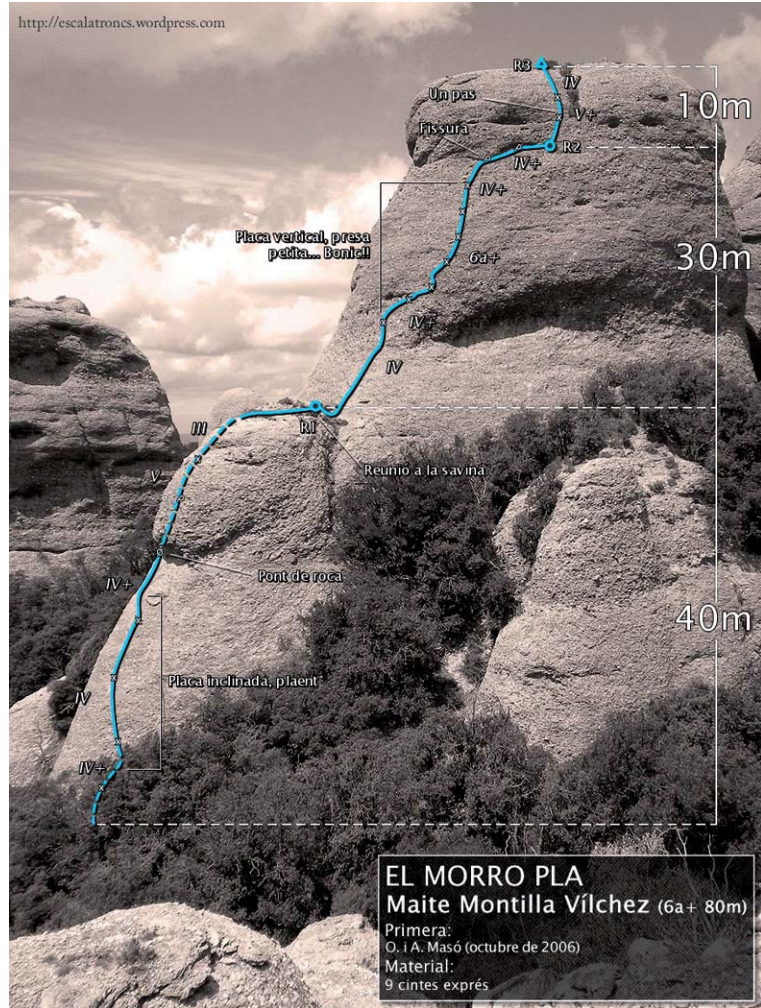
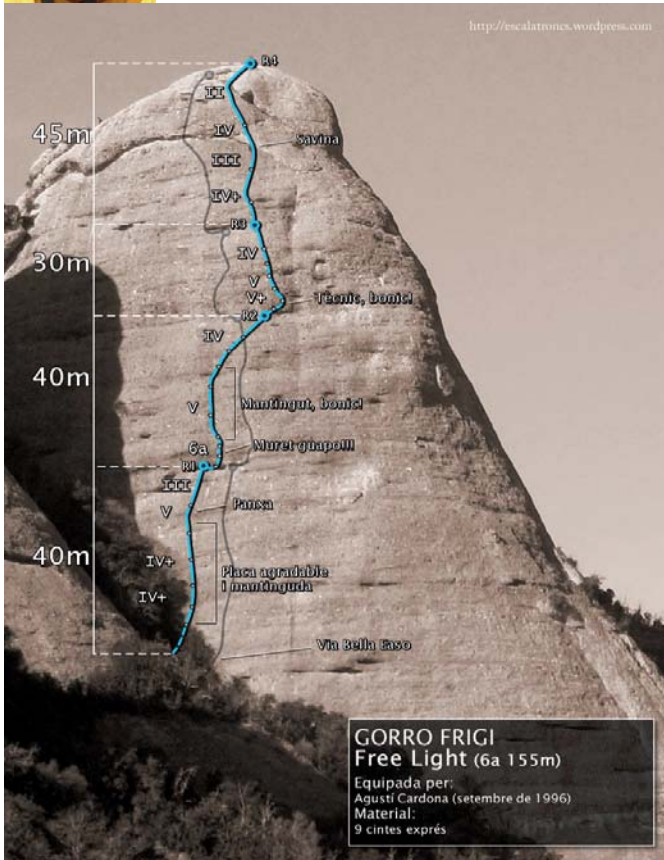
Un dels pocs inconvenients és l'aprenentatge d'utilització, ja que és més complicat que altres mecanismes i el temps de familiarització serà una mica més lent.



Martí Santamaría



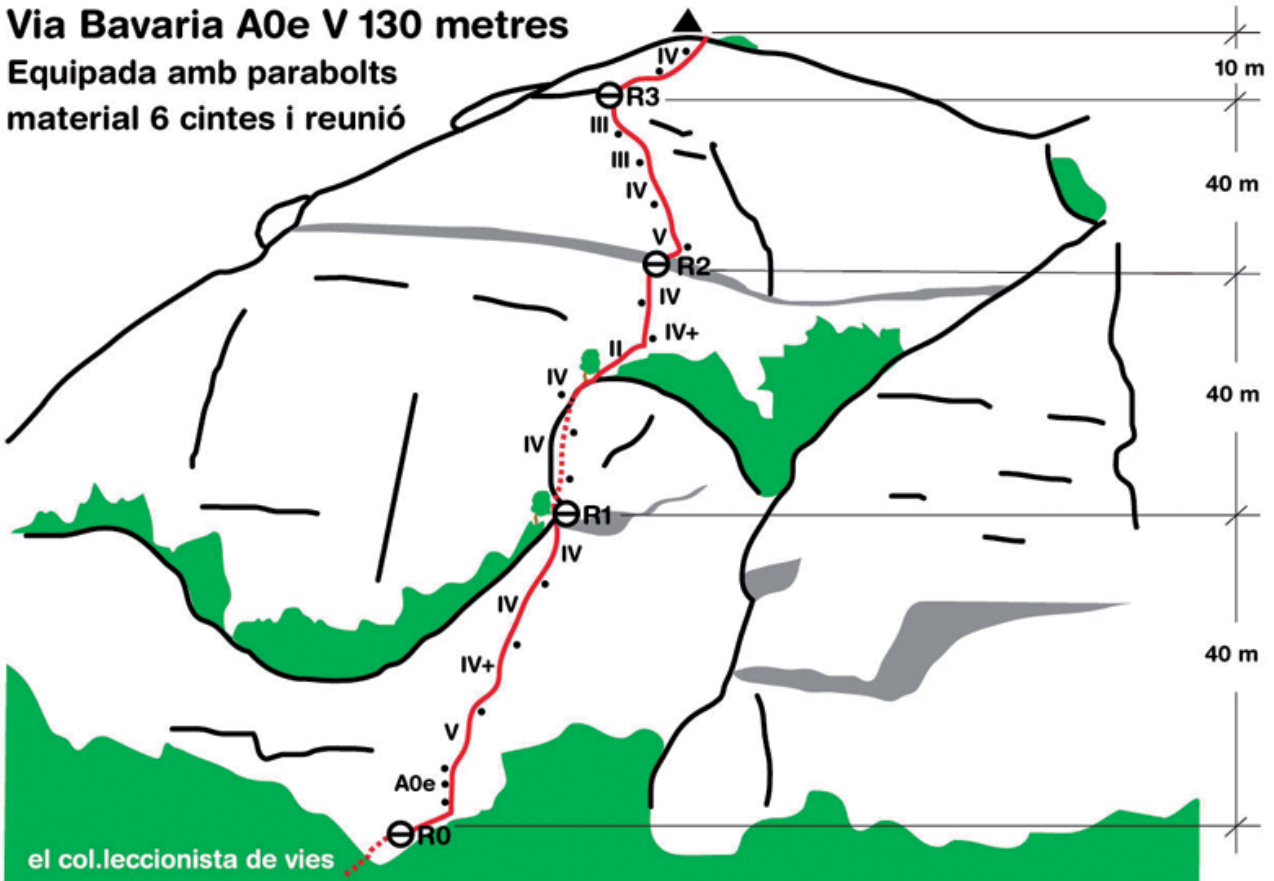
En Manel Guach Recomana



La Cua del Bacallà o Salvat Papasseit

Via Bavaria A0e V 130 metres

Equipada amb parabolts
material 6 cintes i reunió



REFLEXIONS ALPINES

d'UN ESCALADOR FURTIU



CONSELLS DE SEURETAT PER AL MÓN TAURÍ



SI ET TROBES UN TORERO AMB PROBLEMES A LA MUNTANYA AJUDEU-LI NO SIGUIS DOLENT/TA





ELS PIRATES

La projecció del 29 de maig del 2012 va sofrir un canvi de programació, ja que la pel·lícula programada va ser substituïda per la pel·lícula documental *Pirates*. Els directors Miquel Vilaplana i Miquel Pérez van fer-nos l'honor de venir i comentar-nos la pel·lícula juntament amb algun dels pirates com l'Aranya i en Gastón.

tenint adeptes: desequipar, treure pitons i tacs de fusta era una de les seves "fites", i amb aquell material recuperat equipaven les seves agosarades vies.

El seu afany aperturista els va portar a molts indrets i varen solcar línies imaginatives i elegants en moltíssimes parets; avui en dia són clàssiques però cal mirar-se-les amb respecte, perquè continuen sent itineraris amb caràcter.



A finals dels anys 70, en l'efervescència d'aquells anys apareix un grup de gent molt diferent en el món de l'escalada a qui uneix l'esperit transgressor propi de la seva edat: els pirates. Ells van deixar un record que ha significat un abans i un després en aquest esperit d'escalar muntanyes.

Podríem dir que la gènesi d'aquest col·lectiu està en el fet que llavors escalar estava reduït al món dels clubs de muntanya i amb un mètode d'escalar i obrir vies molt clàssic i que per ells no havia evolucionat massa. Per contra, ells, imbuïts pel fenomen *free* que començava a fer-se un espai entre els joves escaladors, varen anar convergint en una idea diferent de l'escalada, i com que no podia ser en un altre lloc, a Montserrat es va començar a veure aquesta nova manera d'entendre l'escalada.

Els pirates, a part de voler ser esperits lliures i no gaire organitzats, tenien una idea que amb els anys ha continuat

Els pirates van ser molt bons escaladors; les dificultats les superaven sense despendinar-se. Avui continuen sense despendinar-se, ja que el temps ha passat i ja no tenen tant pel, però molts d'ells continuen escalant. El temps ha començat a deixar-los la seva marca; un exemple n'és una mateixa ressenya que en la primera edició d'un llibre està com a Vè i en la segona edició està com a 6a!!! "S'han fet grans."

La febre transgressora va tenir altres grups dins el món de l'escalada, alguns també molt il·lustres, i algun d'ells en aquells temps van tenir més ressò per les seves accions que per les seves fites escaladores (*Exploiteds*). Les vies i les parets ja no eren un lloc molt segur, igual que els pàrquings, on començava a ser un punt habitual per rebentar cotxes i sostreure el material d'altres. Aquest va ser un procés que va durar anys, però el temps hi va posar remei i avui, amb la





massificació de la muntanya, de moment tornen a ser llocs segurs.

Però tornem als nostres protagonistes pirates. Una part de la seva filosofia era la de no establir gaires lligams amb les entitats excursionistes d'aquell temps, i van fer estada en l'AGRUEC, on tenien un dels seus punts d'operacions. Amb els anys de mica en mica es varen fer més permeables i s'anaren incorporant a les institucions (la joventut és una malaltia que es cura amb el temps).

Aquí al GEDE també vàrem tenir alguna il·lustració baixa, com en Joan Carles Grisú, que va anar a aquest col·lectiu tan innovador, ja que el nostre Grup se li feia petit.

La millor manera d'homenatjar aquella colla de joves que avui no ho és tant, però que continuen escalant, és aquesta pel·lícula i el nostre agraïment al seu llegat. Acabada la sessió, i amb la Sala d'Actes a rebentar, va començar un col·loqui, on alguns dels assistents van posar una mica de pebre a la pel·lícula amb tota la correcció de la qual sempre hem fet ostentació els escaladors. Es va passar compte de les "accions pirates" a les parets i algun dels "afectats" va dir-hi la seva.



L'animada sessió va concloure amb el sorteig de material i els participants van continuar els seus comentaris fins quasi la mitja nit.

Martí Santamaría

(Fotografies a la contraportada, pag 107)





GIE



Un bomba de mà trobada dins d'un avenc

En les nostres visites a cavitats subterrànies, sobretot a avencs o cavitats verticals, sovint ens trobem coses que podríem dir que estan dins de la normalitat.

La majoria són restes dels mateixos espeleòlegs, que amb poca cura han deixat algunes deixalles com piles, papers, embolcalls de menjar, les ja conegudes restes de carbur (per sort cada cop menys), etc. També podem trobar-hi restes animals, especialment cossos morts com serps, ratolins, i més grossos com guineus, bous, cabres, fins i tot gossos, etc. Però també de tant en tant s'hi poden trobar coses molt més sorprenents i atípiques que no s'espera trobar-te mai dins d'un avenc. Potser el cas més destacat fou la trobada, fa dos estius, per uns companys del GIE, d'un cadàver humà molt ben embolcallat i lligat al fons d'un pou d'uns 90 metres de profunditat, en una cavitat del País Basc, o el cas que tractem en aquest article, una autèntica bomba de mà al fons d'un pou de 45 metres.



La bomba de mà.

El fet va tenir lloc a l'avenc de Sant Jaume de la Mata, al parc natural de Sant Llorenç de Munt i Serra de l'Obac quan el passat mes de gener un grup nombrós de membres del GIE vam anar a fer una sortida matinal rutinària a aquest avenc. Tot va anar sense incidències, i quan vam ser a la base del pou d'entrada de 45 metres, del qual ja sols queda una curta rampa per arribar al fons de la cavitat, vam veure per casualitat al terra el que semblava una pinya petrificada o quelcom semblant. En agafar-la i notar el pes de ferro considerable que tenia vam adonar-nos que tenia l'aspecte d'una clàssica bomba de mà, les granades tan conegudes de l'exèrcit, i es podia veure, tot i l'acumulació de fang petrificat i terra que tenia enganxats, l'estructura típica d'un d'aquests artefactes (anella, palanca i carcassa en forma de quadrets). Evidentment la vam deixar immediatament al terra i amb molt de compte la vam posar en un racó més amagat perquè ningú més no la pogués trepitjar, ja que estava just al punt on poses els peus en davallar per la corda al darrer ràpel. També la vam marcar amb una fita perquè fos visible i ningú no pogués tocar-la sense voler.



Preparant-nos a la boca de l'avenc per entrar.

Quan vam sortir tots vam donar avís immediat a la Federació Catalana d'Espeleologia, que es va posar immediatament en contacte amb els Mossos d'Esquadra. Aquests van enviar un grup d'artificiers especialitzats i van muntar un dispositiu per anar a treure-la sense problemes. Ens van donar les gràcies i ens van advertir del perill que suposa tocar un d'aquests objectes, que poden ser molt inestables i esclatar amb certa facilitat encara que hagin passat molts anys.



El grup al fons de l'avenc

Finalment queda la gran pregunta de què hi feia allà una cosa com aquesta. Qui havia tirat, en ple parc natural de Sant Llorenç del Munt, dins d'un avenc que queda força amagat i una mica lluny dels cotxes i carretera, una cosa com aquesta. Segurament portava allí des de la Guerra Civil i fa esgarrifança pensar la quantitat de grups que han passat per allí, ja que és una cavitat prou visitada i, pel lloc on la vam trobar, la quantitat de gent que sense saber-ho la deu haver trepitjat al llarg de potser seixanta anys.

Xavier París

Totes les fotografies són d'en Francesc Vergés.



Anem cap a València!!

Els passats 30 i 31 d'abril i 1 de maig, sis membres del GIE (en Cesc, l'Olga, en Roger, la Núria, la Montgarri i jo mateixa, la Cristina) vàrem anar cap a València per explorar quatre cavitats d'aquesta comunitat.

Sortíem el diumenge al matí de Barcelona amb la idea de poder arribar a primera hora de la tarda al terme municipal de Millares i poder fer la **Cova de les Dones**. El viatge se'ns va fer més llarg del que esperàvem i arribàvem a la zona ja entrada la tarda i amb un temps que no acompanyava gens ni mica. En arribar al punt on havíem de deixar els cotxes i començar a caminar, vàrem prendre un bon berenar mentre discutíem si provàvem de trobar la boca de la cova tot i jugar-nos quedar xops per la pluja. L'altre tema a tractar era on dormiríem. Ens havien dit que dins la cova s'hi podia pernoctar sense problemes, però no vàiem gens clar traslladar tendes, màrfegues i sacs fins a la boca si s'havia de mullar tot plegat. Entre croissant i croissant va deixar de ploure i es va poder fer una escapada ràpida per veure com estava el tema. De sorpresa de tot el grup, la cova estava més a prop del que pensàvem i s'hi accedia molt fàcilment (en les ressenyes que havíem llegit deia que l'entrada estava en un barranc i que s'hi accedia des de dalt baixant per un pendent pronunciat). Això sí, es va descartar ràpidament dormir-hi: hi anava a dormir el bestiar i l'olor que hi feia no era precisament agradable, per no parlar de les possibles puces i que el terra era ple de pedres i gens recomanable per a les nostres costelles. Així, doncs, tornàrem cap al cotxe a equipar-nos (amb les botes, granotes, cascs amb il·luminació i guants era suficient, ja que es tracta d'una cova horitzontal) i cap a fer la cova!

La cova té una entrada molt gran, de 6 metres per 4 metres, cosa que la fa ideal per guardar els animals que dèiem. A pocs metres el sostre baixa i en un dels costats hi trobem una porta de reixa metàl·lica que ens dóna pas a la resta de la cova. En total té menys de 300 metres i en tota la primera part està molt bruta (parets negres) de les restes de fogueres que s'hi han encès. Progressem sense dificultat passant per les diferents sales, veient les formacions i sense parar de fer fotografies. El seu recorregut és el d'un antic riu subterrani, i en trobem mostres cada dos per tres.



Esquerra a dreta en Cesc, l'Olga, la Montgarri, la Núria i en Roger, sobre els nenúfars a la Cova de les Dones (fotografia de la Cristina Xifra)

Sense res més destacable, arribem a la sala final de la cova, que és la realment interessant. La cova acaba abruptament en un tap d'argila que diversos grups estant provant d'excavar i que té pinta de ser d'un bon gruix; però abans d'arribar-hi ens trobem amb la sala dels nenúfars. Es tracta d'unes formacions rocoses que sobresurten d'un petit llac i que tenen la mateixa forma que aquestes plantes. En veure-les donen la impressió de ser molt fràgils, però ans el contrari, són formacions molt dures i resistents. Aprofitant aquestes característiques, ens hi fem unes quantes fotografies.

Fora de la cavitat ja havia deixat de ploure, i vam decidir que muntàvem les tendes i dormíem al costat del lloc on havíem deixat aparcats els cotxes. S'havia fet tard i així no perdríem temps movent-nos buscant un lloc per dormir.

Ens llevem el dia 31 i el cel està totalment destapat. Això és perfecte!! Després d'un bon esmorzar i de recollir el campament improvisat, tirem cap al poble de Tous. En arribar al poble, pugem cap al pantà amb el mateix nom i després agafem la direcció del **Llano del Campillo**. Vaig estar per aquí ara fa uns anys i era una pista que s'acabava fent una mica pesada, però avui està tot asfaltat i el camí es fa molt ràpidament. En aquesta zona hi trobarem les dues cavitats que volíem fer aquell dia: la **Sima del Campillo** i la **Llenca del Serrano**.

La **Sima del Campillo** és una de les cavitats més conegudes de la Comunitat Valenciana i això és degut a les formacions que s'hi troben. La cavitat en si és bàsicament una sala subterrània de 225 per 100 metres, a la qual s'accedeix per un ràpel volat de 56 metres. En tocar terra podem remuntar



La Montgarri amb alguna de les formacions alienígenes a la Sima del Campillo (fotografia de la Cristina Xifra)

la sala fins a arribar a la cota -23 m i trobar en aquesta zona les grans estalagmites que poden arribar a fer 30 metres d'alçada, o podem baixar per la sala fins a assolir la cota -118 m. En aquest descens, veurem formacions molt especials, amb formes que de vegades semblen impossibles, i entre aquestes podem destacar les "piles de plats", que no hem vist en cap altre lloc. L'avenc val molt la pena, però el vàrem trobar molt sec i això fa que les formacions siguin menys vistoses. Tot i així, al fons de tot de la sala es va fer una petita festa per celebrar que alguns dels companys era la primera vegada que baixaven a una cota -100m. Felicitats!!

Fora una altra vegada, i sense treure'ns el material de progressió personal, ens dirigíem amb els cotxes cap a la **Llenca del Serrano**. Aquesta segona cavitat es troba a uns 10 minuts en cotxe de la primera i això permet que es pugui anar de l'una a l'altra molt ràpidament. En un no res ja érem a la boca, i mentre uns començàvem a



El grup al fons de la Llenca del Serrano (fotografia de la Cristina Xifra)

equipar, els altres aprofitaven per menjar una mica i recuperar forces. A aquest avenc s'hi accedeix per una boca de reduïdes dimensions (un tub vertical de metre i mig de diàmetre), però després de davallar uns 6 o 7 metres, les parets desapareixen i ens trobem en un volat d'uns 45 metres que ens deixa en una sala immensa. Per poder continuar amb l'exploració, hem de superar una barrera enorme de quasi 20 metres que ens porta a la continuació de la sala i al pou final. En aquest cas, el fet que les cavitats no estiguessin gens humides va ser un punt a favor, ja que la rampa per superar aquesta barrera no patinava gens i un delicat pas que hi ha al final era de fàcil superar i sense cap mena de risc per a nosaltres. Així, ja superat el mur, vàrem



Detall d'un dels cristalls de la sala P.50 de la Cova de l'Autopista (fotografia de la Cristina Xifra)

començar a baixar per l'altra banda buscant la **Sala Escondida** mentre ens dirigíem cap al pou final. Va ser aquí on varen començar les decepcions de la visita. Creiem que vàrem trobar l'accés a aquesta sala amagada, però aquest era molt precari en el sentit que calia corda per baixar però no hi havia ancoratges on fixar-la i fregava molt. Només m'hi vaig posar jo un tros, però en veure com castigàvem la corda, es va decidir renunciar. Una mica moixos, però encara amb ganes, seguïrem davallant per la sala observant les



Algunes formacions de la Cova de les Dones (fotografia d'en Francesc Vergés)

formacions i una bonica colada blanca que hi ha en un dels laterals (val a dir que en no regalimar aigua ens la vàrem trobar marró, però igual de bonica) fins a arribar al pou final. És un pou de poc més de 20 metres de profunditat i sense cap al·licient més que deixar-nos a la cota màxima de la cavitat. Tot i això, ja que érem allà, el volíem baixar... però no va ser possible. Per molt que vàrem buscar, no vam trobar els espits, químics o ancoratges d'anella on fixar la nostra corda. Podíem baixar un tros muntant en naturals, però altra vegada la corda fregava sobre uns sortints molt vius de roca i no ens la vàrem voler jugar. Donant així la cavitat per finalitzada, ens fem la foto de grup i ja comencem a sortir, que prou tard se'ns ha fet. Per sort, per a aquella nit tenim una reserva en un càmping i cap a allà anem. Una bona dutxa i un sopar com cal ens ajuden a recuperar forces per encarar el darrer dia espeleològic que ens queda per aquestes terres.

No volíem que el tercer dia fos només el del viatge de retorn i per això vàrem estar buscant una darrera cavitat prop de la zona on ens trobàvem. La sorpresa va ser majúscula quan vam topiar amb la ressenya de la **Cova de l'Autopista**. Es tracta d'una cova situada en el terme municipal de Real de Gandia i és la que té el segon major recorregut de la comunitat, amb 4.500 metres explorats i topografiats. A banda d'això, és també coneguda pels increïbles cristalls que hi trobem. La seva boca va aparèixer quan es feien les obres de l'autopista i d'aquí li ve el nom.



Observant la boca de la Sima del Campillo des del fons de la sala (fotografia d'en Francesc Vergés)

Comencem a llegir i ens adonem que serà molt complicat que la puguem explorar sencera si volem arribar a Barcelona a una hora decent, però no fem massa plans i ja decidirem sobre la marxa. Pertot arreu ens estan parlant d'entre 8 i 10 hores per poder arribar a les sales més allunyades i avisen que s'ha d'entrar amb brúixola i topografia detallada perquè és molt fàcil de perdre's.



L'Olga entre les formacions de la Sima del Campillo (fotografia d'en Francesc Vergés)

Amb aquestes perspectives, esmorzem, aixequem el campament i anem cap al poble, del qual ens trobem a uns 20 minuts amb cotxe. Deixem el cotxe a la urbanització que marcaven les descripcions consultades, ens equipem i comencem el darrer tros a peu. Possiblement l'aproximació més curiosa que he fet fins al moment anant a fer espeleologia: passem per una finca amb una casa a mig construir per anar a buscar un túnel que creua l'autopista per sota. A l'altra banda, passem per sota d'una tanca metàl·lica i comencem a caminar pel marge de l'autopista fins a arribar a la boca principal (en té més de set) uns 100 metres més enllà.



La Cristina, l'Olga i en Roger a l'entrada de la Sala Escondida de la Llenca del Serrano (fotografia d'en Francesc Vergés)



Progressant per la Cova de l'Autopista (fotografia d'en Francesc Vergés)

Amb certs dubtes sobre el que ens trobarem, comencem la visita a la cova. En principi no ens cal material per a la progressió vertical (el darrer pou l'hem descartat per temps), però entrem una saca amb alguna cosa de material per si cal posar cintes per assegurar alguna desgrimpada. La progressió comença una mica estreta i incòmoda i amb molta pols. Els que van al darrere de tot se'n fan un tip i per això decidim anar rotant l'ordre dins del grup. Ben aviat veiem que la cavitat està molt ben marcada amb unes lletres i números (que encara no sabem què volen dir) i també amb reflectants, tant en la direcció d'entrada com en la de la sortida. De tota manera, nosaltres portàvem els nostres marcadors improvisats (flameres de plata) i en deixem algun en algun punt que podria ser conflictiu a la tornada. També trobem fil guia en un tros de la progressió. Tot això ens porta de manera relativament fàcil fins a la **Sala P.50** després d'una hora i mitja de progressió. Aquesta és la primera sala on es troben els cristalls que volíem veure. Són més petits del que esperàvem però tot i això ens hi quedem una bona estona fent fotografies. Sabent que a la **Sala del Jardí**, la **Sala Blanca** i la **Sala de les Mil Meravelles** les formacions són molt més espectaculars, s'obre un debat sobre si continuem o tirem enrere. Les opinions estan molt dividides i bàsicament es tracta de decidir si tirem endavant sortint tardíssim i arribant a Barcelona de matinada o si donem la visita per finalitzada i anem a celebrar les experiències viscudes amb una paella. Finalment ens decidim per la segona opció, amb la puntualització que hi tornarem (esperem que en breu) i ho farem amb els companys de la secció que no han pogut venir aquesta vegada... perquè la cavitat promet i molt!!

Sense cap entrebanc, sortim de la cova i ens n'anem a buscar la "desitjada" paella valenciana. Per l'hora i el lloc escollits, aquesta és altament decebedora, però ni la paella sintètica és capaç de minvar les bones sensacions que ens enduem cap a casa d'aquesta sortida.

Cristina Xifra

(Fotografies a la Contraportada, pag 78)



EL RACÓ DE LA LESIÓ

Aquesta edició pot resultar d'especial interès per als amants de l'escalada. No parlarem de cap lesió en concret, sinó d'un mètode freqüentment utilitzat, i moltes vegades mal utilitzat, en l'escalada. Són tècniques d'embenats funcionals per als dits (*taping*).

Espero que l'article sigui d'utilitat, i si algun soci té dubtes sobre quin tipus d'embenat pot utilitzar, o altres qüestions, pot contactar-me.

Gràcies

Ferran Pegenaute

Fisioterapeuta

A/e: fisioceg@gmail.com

TÈCNiques D'EMBENAT FUNCIONAL O TAPING

Què és el *taping*?

L'embenat funcional o *taping* és una tècnica d'embenat amb cinta, esparadrap o altres materials, que ens permet treballar amb una certa protecció. En certes ocasions ens serveix per tractar lesions musculoesquelètiques o bé per prevenir-les.

L'embenat s'anomena funcional perquè limita un moviment concret d'una articulació, però en canvi permet fer els moviments selectius que ens interessin.

La cinta o *tape* que hem d'utilitzar ha de ser de tela; les de plàstic o de paper no transpiren correctament, es trenquen o no enganxen bé.

Tot i que en aquest article només tractem el *taping* de dits, molt usats en el món de l'escalada, existeix una gran varietat d'embenats funcionals i diferents tipus de material per tractar diverses patologies. Aquestes tècniques han de ser aplicades per un professional amb coneixements d'anatomia i patologia.

Quan ens hem de fer un embenat?

No és convenient abusar del *taping*, ja que la musculatura i els tendons no fan la força adequada quan estan embenats, i a la llarga això pot generar problemes musculars que faran que no puguem escalar sense embenar-nos.

Ens podem fer un embenat:

- 1- Per protegir petites ferides obertes.
- 2- En el cas d'algunes tendinopaties (lesions dels tendons).
- 3- En el cas de tenosinovitis (inflamació de la baina que envolta i protegeix els tendons).

4- En el cas de capsulitis (inflamació de la càpsula articular).

5- En el cas d'altres lesions freqüents en l'escalada (distensions lligamentoses, contusions...).

NO ens hem de fer un embenat:

- 1- En el cas de ferides obertes molt grans o de mal aspecte.
- 2- En el cas de fractures.
- 3- En el cas de ruptures completes de lligaments o tendons.
- 4- En el cas d'una gran inflamació.

Tècniques:

Tal com ja hem comentat, existeixen moltes formes i maneres d'embenar, així com diferents materials i tècniques. Per a l'escalada, i especialment l'escalada esportiva, s'utilitzen els que veurem a continuació. Només he volgut incloure els més senzills i fàcils de fer.

1. Embenat simple: Es tracta d'una tira de cinta col·locada en la falange proximal del dit per tal de donar una sobreprotecció al tendó i a les politzes més proximals.



2. Embenat en creu: Aquest embenat té per objectiu estabilitzar els lligaments laterals i protegir les articulacions interfalàngiques.

Procediment:

- Aplicar dues voltes de cinta a la falange proximal.
- Portar la cinta a la falange medial i fer dues voltes.
- Retornar a la falange proximal donant una o dues voltes més.



3. Embenat de reforç per a tot el dit: Ofereix una protecció en les dues articulacions interfalàngiques. També es pot utilitzar quan hi ha alguna lesió que cursa amb poc dolor (sempre es recomana no escalar amb lesions; si ho fem, aquestes poden empitjorar i la recuperació serà més llarga i complicada).

Procediment:

- Posar el dit corbat (en forma de C) per assegurar mobilitat. Enganxar una tira fina de *tape* seguint tot el dit per la zona palmar i deixant la punta del dit descoberta per poder seguir escalant.



- Tallar tres tires i enrotllar-les amb dues voltes en cada una de les tres falanges.



Detalls sobre l'embenat:

- a) Sempre que es pugui hem de fer l'embenat amb les mans netes i sense magnesi perquè el *tapes'* enganxi correctament.
- b) L'embenat es fa amb una certa pressió però procurant no dificultar el flux sanguini.
- c) Els embenats biarticulars es fan amb una certa flexió de dits per assegurar una bona mobilitat.
- d) Pot ser que tardem a acostumar-nos a escalar amb un embenat posat, ja que el grau de moviment no és el mateix i notarem una certa incomoditat en algunes preses.
- e) No va bé desenrotllar la cinta directament sobre la zona; és millor tallar la quantitat que es necessita, o si és molt llarga es pot fer amb diferents talls de cinta.
- f) L'amplada ideal de la cinta és de 8 a 10 mil·límetres.
- g) Mai no col·locarem la cinta sobre les articulacions, sinó al costat d'aquestes.

Important! En cas de lesió:

- 1- Visiteu un professional de la salut perquè valori el grau de lesió.
- 2- Si necessiteu l'embenat perquè teniu una lesió, eviteu els angles màxims de flexió, les preses petites i la força màxima amb el dit lesionat.
- 3- En cas de lesió és millor deixar d'escalar. Sempre podem aprofitar el temps per treballar la resistència, altres parts del cos o practicar altres esports.

Ferran Pegenaute



UN FLAIX EN EL RECORD DEL VINHAMALA

Són les sis de la matinada. Anem pujant silenciosament per entre tarterams fins a trobar la neu, ara molt dura, que cobrint els últimes pendents, es va reafirmant com a gelera que encercla les verticals parets que baixen del Petit Vinhamala. Els grampons i el piolet van treballant de valent per vèncer el pendent cada vegada més pronunciat. Per fi arribem a la boca del mateix gel clivellat que ens separa del vertical granit.

Com en una premeditada i calculada expedició, els meus dos companys escaladors m'entreguen llurs piolets i grampons. Una vegada alleugerits dels estris alpins, s'encorden i es preparen per a l'escalada al vertical cim.

S'acomiaden de mi, i mentre ells inicien l'ascensió, jo arreplego els seus piolets i grampons i davallo sol, primer la gelera i més tard pel pedregam. Travesso l'Hourquette d'Ossau i arribo al Bayssellance just a l'hora d'esmorzar.



Desdejuno junt amb l'esposa d'un dels escaladors i tot seguit, tan ben acompanyat, empenem amb l'Aurora el camí carener cap al cim del Petit Vinhamala.

Som al migdia a ple sol. Fa un dia magnífic tant pel temps com per la gesta que tots plegats estem fent.

Arribem al cim tots junts en una coincidència meravellosa en el temps i en l'espai. Allí dalt ens retrobem: els dos escaladors que de ben matí vaig acomiadar sobre el glaç a peu del murallam, i nosaltres alpinistes de carena. Quatre excursionistes retrobats dalt del Pirineu. Bromes i alegries foren el millor complement d'aquella culminació. Però el millor de tot va ser la mirada, el somriure i la forta estreta de mans que em donà en Joan Cervera

Antoni Carulla Serra



SABIES QUE...

La **senyalització de camins i itineraris de muntanya** és tant vella com l'*anar a peu*. Les *fites*, amb munts de pedres, encara les poden trobar en molts llocs. Trobadors, artesans, traginers, bandolers, pastors, captaires, clergues, cavallers, pagesos, combatents, pelegrins, contrabandistes, còmics, curanderos, *maquis* i guàrdies civils... han mantingut vius els camins i la seva evolució ha anat sempre en paral·lel amb la de l'ésser humà. Recuperar els camins és doncs retrobar, una mica, la nostra història. Els primers a marcar i divulgar senders amb finalitats excursionistes sembla que foren, l'any 1934, els suïssos. Deu anys després ho feien els francesos, que en són uns veritables especialistes. Va ser, precisament, amb el contacte entre excursionistes catalans i francesos, fruit dels Ral·lis de l'Amistat entre el Càmping Club de Gràcia i el Càmping Club de França, que el nostre consoci Joan Collell, amb gran visió, copsà la conveniència d'engegar al nostre país, com ja es feia a la resta d'Europa, una **xarxa de senders**. Així, l'abril de 1973, es constituïa, al si de la Federació Catalana de Muntanya, el Comitè Català de Senders de Gran Recorregut presidit, com no podia ser d'altra manera, pel seu principal promotor Joan Collell. El



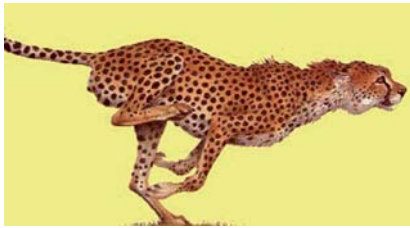
1975 es començà el marcatge del GR-7, d'Andorra a Fredes (Baix Maestrat) que, travessant Catalunya, enllaça amb el GR-4 europeu fins el Tirol austríac. Una vegada més, Catalunya ha estat pionera d'una activitat creixent com és, en aquest cas, el senderisme.

Molts nòmades de l'ètnia *àfar*, coneguts també amb el nom de *dànakil*, que viuen repartits entre Etiòpia, Djibuti i Eritrea, continuen practicant el ritus ancestral d'**esmolar-se les dents** amb ganivets perquè semblin ullals, i així tenir un aspecte més ferotge. Els primers viatgers europeus els tenien moltaport per la seva gran agressivitat: tallaven els genitals als seus enemics...

La més gran de les aus és l'estruç africà. Els mascles poden arribar als 2,7 m d'alçada i un pes de 156 kg. L'estruç és l'animal bípede més veloç, pot assolir els 72 km/h. Es



diu, també, que la mida d'un dels seus ulls és més grossa que la del seu cervell. **L'animal més ràpid**, de quatre potes, és el guepard africà que, en distàncies curtes de no més de 200 m, pot aconseguir els 90 km/h. Si després d'aquestes curses, que normalment fa per caçar, no aconsegueix atrapar la presa, abandona l'intent.



L'any 1968, amb motiu del centenari del naixement del gracienc Pompeu Fabra, ordinador de la llengua catalana moderna, es va començar a celebrar la **Festa de la Flama de la Llengua Catalana**. El 12 de febrer, davant la tomba de P. Fabra al cementiri de Prada de Conflent, es va encendre la flama i portada, amb esquís i a peu, mitjançant 126 relleus de 21 entitats excursionistes arribà a Montserrat el 20 de febrer. Allí crema ininterrompudament en una llàntia que porta la llegenda: *Flama de la llengua catalana - l'encengué la fe - la portà l'esforç - la manté la voluntat d'un poble*. Cada any, el diumenge més proper a la data de naixement del mestre, se celebra una trobada excursionista per tal de renovar simbòlicament la flama i el compromís de fidelitat amb la llengua. El nostre Club ha tingut cura de l'organització d'aquesta Festa els anys 1972, el 1997 i el 2009.



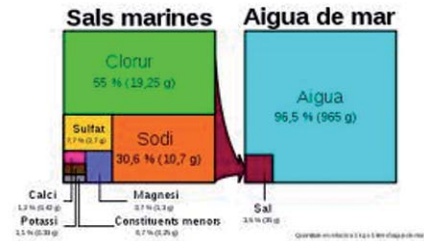
Als Països Catalans són moltes les ermites, capelles, monestirs, santuaris, barris, castells, serres i turons amb el nom de Sant Salvador; de la mateixa manera que força municipis (Sant Salvador de Bianya, de Guardiola, de Toló, ...) porten aquesta mateixa invocació. La realitat però és que **Sant Salvador**, que se celebra el 6 d'agost, no es tracta de cap sant. És la festa de la Transfiguració del Senyor, és a dir el reconeixement de Jesucrist com a fill de Deu i salvador dels homes. És, per entendre'ns, Sant Crist el *Salvador*.

La **glacera** suïssa Aletsch al massís del Jungfrau, **la més gran dels Alps** amb 23 km de longitud, es reduirà a la meitat en els pròxims 100 anys a conseqüència



del canvi climàtic. Les glaceres alpines, que han perdut prop d'un 60 % del seu volum entre el 1850 i el 2006, suposen la font de molts dels rius més grans de Suïssa, entre els quals hi ha el Roina. Quan finalment, polítics i tècnics, aprovin i facin (si és que és aquesta la solució) el transvasament d'aigua d'aquest riu a Catalunya.... molt ens temen que ja no valdrà la pena.

Beure aigua de mar no treu la set, tot el contrari, l'augmenta. La raó és que el ronyó, en la seva funció normal de *filtratge* i d'eliminació de residus nocius, no pot transformar en orina solucions amb una concentració de sals superiors a un 2%. L'aigua de mar té, aproximadament, un 3 % de sal per això, si la bevem per a calmar la set, els ronyons tenen que absorbir aigua del nostre propi cos per tal de poder dissoldre aquest excés de sal. Per tant, l'aigua de mar, més que hidratar-nos, ens deshidrata.



L'orquídia és considerada una flor eròtica. El seu nom prové del grec *Orchis*, que literalment significa testicle. Fa referència als dos tubercles que tenen moltes d'aquestes plantes sota terra i que serveixen per acumular nutrients. La majoria són arrodonits i tenen una forma semblant a la dels òrgans sexuals masculins. Als Països Catalans, d'orquídiades, almenys n'hi ha unes setanta de descrites. La principal amenaça per aquestes plantes és la desaparició dels seus hàbitats tradicionals, especialment els prats de muntanya i les zones humides.



Els Andes, a Amèrica del Sud, és la **serralada –emergida– més llarga del món**. Té una llargada de 7.200 km amb una amplària màxima, a Bolívia, de 750 km. El cim més alt és l'Aconcagua (6.960 m) a l'Argentina, prop de la frontera amb Xile, assolit per primera vegada el 1897 pel guia suís Mathias Zúrbruggen. L'any 1961, la Federació Espanyola de Montañismo es feu seu un projecte d'expedició als Andes que tenia en pla el GAM del Club Muntanyenc Barcelonès; hi participaren J. M. Anglada, F. Guillamon i J. Pons. Dos anys després, Guillamon i Pons, també van



formar part de la primera expedició ultracontinental catalana, l'*Expedició Barcelona als Andes del Perú* que assolí una vintena de cims, entre ells el Siula Grande de 6.356 m. El 1972, el GEDE organitzà la seva primera expedició al Andes aconseguint diversos cims, destacant l'Alpamayo de 5.960 m.

En l'actualitat es calcula que **als dos vessants dels Pirineus** hi ha una població d'uns 25 - 30 exemplars d'**ós bru** (*Ursus arctos*) i el nucli més nombrós se situa a la zona central de la serralada. Es distingeixen dos tipus de poblacions, l'autòctona pirinenca, amb alguns ossos vinguts de Cantàbria i les poblacions eslovenes que estan formades pels exemplars reintroduïts els anys 1996-97 i 2006 i els seus descendents, ara ja la tercera generació. Tot i que es mouen, al vessant nord del Pirineu, viuen entre les valls occidentals d'Aspe i Ossau fins al massís del Carlit i a la Val d'Aran. Al vessant meridional, ocupen el territori que comprèn des de la vall del Roncal, a Navarra, fins a la Cerdanya, tot i que les àrees més freqüentades per l'ós són les valls del Roncal i les d'Ansó i Hecho (Osca), la Val d'Aran, Andorra,



l'Alta Ribagorça i el Pallars Sobirà. L'estiu del 2008, es confirmà la presència, per primer cop, d'una óssa i dos cadells al vessant nord-oest de la serra del Cadí a l'Alt Urgell i a la tardor del 2010 es pogué veure un exemplar al Vallespir a Costoja, prop de Sant Llorenç de Cerdans.

El Gran Canyon del Colorado, a l'oest dels EUA, és **el congost més gran del món**. El riu Colorado, de 1.600 km de longitud, ha format, des de fa uns 25 milions d'anys, un



paisatge de tallats i meandres de gran bellesa. Aquest congost, de més de 400 km de llarg, té parets que en alguns llocs fan 2.100 m d'alçada i unes amplades de vall que van dels 200 m als 30 km. Fou explorat per primera vegada, el 1869, per John Weley Powell. En aquests paratges de terres rogenques, aparentment desèrtics, hi viuen diverses espècies d'animals i plantes, algunes, autòctones i en perill d'extinció. El turisme massiu i nombroses rescloses construïdes aigües amunt, ben segur, que hi tenen una clara responsabilitat.

El fruit de la palmera de les Seychelles (*Lodoicea Maldivica*), anomenat coco de mar, és **la llavor més gran i de més pes del món**; pot arribar a pesar 20 kg. Des de la fecundació



fins a la maduració d'aquest fruit passen quasi 7 anys. Avui, aquests cocos gegants estan protegits legalment (collir-ne està castigat amb fortes

multes). La seva proporció i forma característiques recorden les natges, ben formades, d'una dona; fet que dona peu a l'imaginació del nadius (i foranis) que atribueixen a aquest *fruit prohibit* un efecte afrodisíac.

Al Cap de Creus, en el camí que va de Roses a Cala Montjoi, hi podem trobar **un dels dòlmens més espectaculars del país**: la Creu d'en Cobertella. Es tracta d'un sepulcre de corredor amb una cambra trapezoidal, formada per 7 grans lloses, i una part del passadís d'entrada (la resta d'aquest corredor, avui, ha desaparegut). La llosa que fa de sostre a



la cambra, de quatre tones de pes fa 5,25 m de llarg per 2,55 m d'ample, la més gran — coneguda dels Països Catalans. Es calcula que aquest sepulcre megalític va ser alçat entre el 2500 i el 2100 aC. Conegut des del 1912, es va excavar, estudiar i restaurar els anys 1957-58 apareixent-hi restes òssies i fragments de ceràmica corresponents a l'assentament iberoromà, potser un santuari, que és a tocar el monument. Fou declarat monument historicoartístic el 1964.

El mussol pot girar el cap, gairebé com la nena d'*El exorcista*, fins a 270°. Aquests animals, d'hàbits normalment nocturns, tenen el sentit de l'oïda molt desenvolupat. Tot i



que tenen visió binocular, els seus ulls estan fixos (no giren dins les seves òrbites) per això, per a veure-hi en diferents direccions, han de girar molt el cap. Són, també, hipermetrops (no hi veuen bé a uns centímetres dels seus ulls) però la seva visió -salvant aquesta limitació- és extraordinària: els grossos ulls

els permet calcular les distàncies al mil·límetre i les pupil·les flexibles els facilita veure-hi en condicions de llum escassa. El plomatge suau i vellutat els permet volar fins a les preses sense fer soroll. Aquest caçador de nit s'alimenta d'insectes, rosegadors (rates, ratolins i talpons) i petits ocells.

Josep Arisa



PROJECCIÓ DE LA PEL·LÍCULA-DOCUMENTAL "PIRATES"



Sortida del Cicle d'Esquí de Muntanya al Montsaliente 2.882 m



SERRA D'URBASA (Navarra)

Pic Urbasa. Autor Xavi Serra

