



CENTRE EXCURSIONISTA DE CALDES DE MONTBUI

BUTLLETÍ INFORMATIU DEL CENTRE EXCURSIONISTA DE CALDES.

www.cecmo.net

info@cecmo.net

NÚMERO 29



SETEMBRE—OCTUBRE 2010

NOTICIES CECMO.

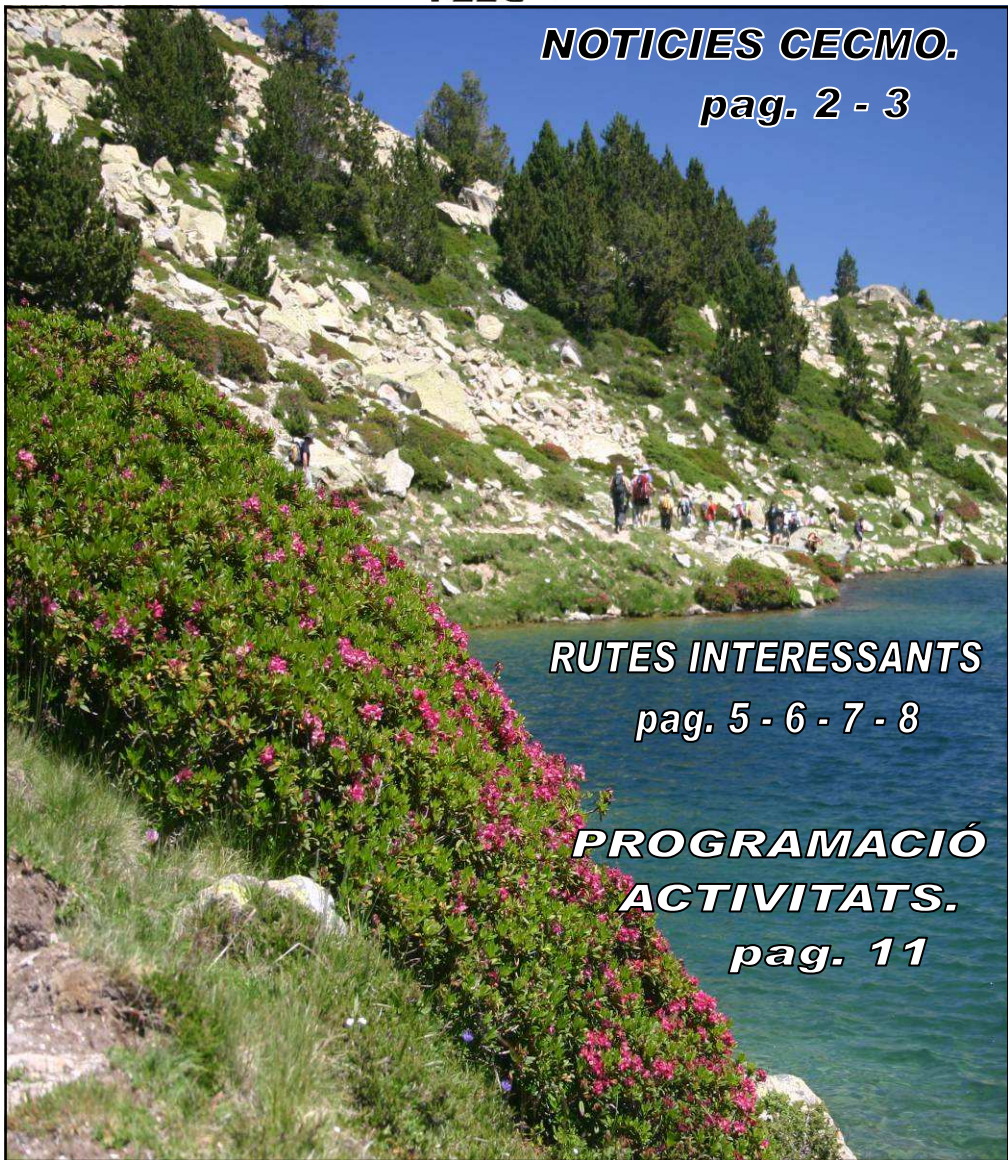
pag. 2 - 3

RUTES INTERESSANTS

pag. 5 - 6 - 7 - 8

***PROGRAMACIÓ
ACTIVITATS.***

pag. 11



NOTICIES CECMO

A finals del 2010 es compliran els 4 anys que l'actual junta va fer-se càrrec de tirar endavant el llavors nouvat Centre Excursionista de Caldes. Per tant, i com és preceptiu en aquests casos enguany tocarà fer eleccions per escollir nova junta pel CECMO. Tal i com marca la nova llei del Consell Català de l'Esport, i com es va aprovar en l'anterior Assemblea, a partir d'ara les juntes son escollides per un total de 6 anys.

De la mateixa manera que es va fer fa 4 anys, aprofitarem la convocatòria de l'Assemblea general ordinària, per celebrar també l'Assemblea Extraordinària on s'escollirà la nova Junta pels propers 6 anys. Tot i que encara no sabem exactament el dia de la celebració d'aquesta Assemblea, el més probable seria que tingués lloc el proper 14 de gener de 2011, seguint la línia de les dates de les assemblees dels anteriors anys.

Per a qui estigui interessat en conèixer el calendari electoral, tot i que encara no son dates definitives, podem avançar-vos que a principis de desembre es constituirà la Junta Electoral i s'exposarà el cens electoral al local social del CECMO. Val a dir que tant per poder exercir el dret a vot com per ser membre el·legible per la nova junta cal aparèixer en l'esmentat cens. Els interessats a formar una candidatura tindran de presentar a la Junta Electoral la corresponent llista de socis candidats encapçalada pel candidat a president.

En el proper butlletí corresponent als mesos de novembre-desembre us ampliarem i confirmarem les dates i els detalls que us hem apuntat ara.

BUTLLETÍ PER CORREU ELECTRONIC.

Amb aquest son ja 29 els butlletins que han anat apareixent en format bimensual des de que va renéixer el Centre Excursionista de Caldes. Des del començament varem optar per la impressió en paper i posterior enviament als socis de l'entitat, així com també la seva distribució a altres centres excursionistes propers, a la biblioteca de Caldes, al càmping El Pasqualet i a la botiga Oxigen. Tanmateix es pot consultar també a través d'Internet des de la pàgina web del CECMO.

Des de fa un temps alguns socis ens han proposat la possibilitat de no rebre el butlletí de forma impresa i enviarlo directament per correu electrònic, de manera que aportem el nostre granet de sorra a reduir la despesa de paper i tinta i contribuir així a crear un món més ecològic i sostenible.

Per tant aquells que vulguin apuntar-se a aquesta idea, és a dir no rebre el butlletí per correu ordinari, i sí rebre'l en format digital per correu electrònic, només cal que envieu un e-mail al CECMO

(info@cecmo.net) fent constar que només voleu rebre el butlletí a l'adreça electrònica que ens indiqueu juntament amb el vostre nom complet.

Tots aquells que no diguin res seguiran rebent el butlletí per correu ordinari tal com ha succeït fins ara.





ADRECES D'INTERÈS.

LOCAL SOCIAL : SALA REUNIONS
DEL PAVELLÓ DE LES CREMADES.
(DIJOURS DE 9 A 2/4 D'11 VESPRE)

PÀGINA WEB: WWW.CECMO.NET

E-MAIL : info@cecmo.net

TELÈFON : 619 55 75 34

ADEÇA POSTAL :

CECMO

C/ PARE POCH , 27

08140 CALDES DE MONTBUI.

EL COMAPEDROSA.

La primera ruta que us presentem és l'ascensió al cim del Comapedrosa, el punt més alt del Principat d'Andorra (2939 metres). Deixem el cotxe després de creuar el túnel de la carretera que va d'Arinsal al Pla de l'Estany. (1600 m.). Comencem a caminar seguint el GR-11 que va remuntant el riu de Coma Pedrosa, fins al refugi de Coma Pedrosa (2280 m), que ens queda a la nostra esquerra. Estem en un petit altiplà que l'atruvessem, i de nou el camí s'enfila fort fins a Les Canyonques, on deixem la part més rociosa per entrar en un camí molt més herbat. (2500 m.). Després de pujar una mica més arribem a l'Estany Negre, on deixem el GR-11 que voreja el llac i ens enfilem per un camí a la dreta que ens portarà fins al cim del Comapedrosa.



L'ESTANY NEGRE, SOTA EL COMAPEDROSA.

(2939 m.) on si el dia és clar podem gaudir d'unes magnífiques vistes panoràmiques.

Pel descens us proposem dues alternatives. La primera és baixar en direcció a la Portella de Baiau, i prendre el camí del GR-11 que voreja l'Estany Negre i es retroba amb el camí que hem fet per pujar.

La segona opció, més llarga, ens porta des de la Portella de Baiau cap a l'estany de Baiau i allà prenem el camí de la dreta que ens puja a la Collada dels Estanys Forcats i ens porta cap al refugi del Pla de l'Estany i des d'aquí cap a enllaçar el camí pel qual hem pujat, just a uns 15 minuts d'on hem deixat el cotxe. Per la llargada d'aquesta variant aconsellem fer nit al refugi de Comapedrosa, doncs dividim l'ascensió en dues parts que ens la fa menys feixuga.

Cal tenir en compte que parlem d'una sortida amb un desnivell de pujada de 1400 metres, que transcorre per terreny d'alta muntanya.

EL TOUR DE LA GLACE

TRAVERSA DE 5 DIES ALS ALPS FRANCESOS.

Aquesta travessa que us descrivim dóna la volta sencera a una de les grans glaceres que queden als Alps Francesos, dins el Parc Nacional més antic de França, la Vanoise, a la Savoia. Per començar la travessa ens dirigim al poblet d'Aussois, entre les poblacions de Modane i Val d'Isère, i des d'aquí ens enfilem fins al llac de Pla d'Amont, on deixem el cotxe (1950 m.). La primera etapa, curta, ens porta en un parell d'hores fins al refugi de Fond d'Aussois (2325 m.), deixant a la nostra dreta la Dent Parrachée, que tanca per la part sud l'enorme Glacier de la Vanoise.

El segon dia el camí comença enfilant-se fort cap al Col d'Aussois (2916 m.), des d'on si el dia es presenta bo podem assolir fàcilment el **P o i n t e** de l'Observatoire de 3016 metres. Baixem el coll fins a la vall que veiem als nostres peus on trobem les



EL CIM DE LA GRAND CASSE.

cases de Ritort (1950 m.) i anem seguint el curs descendent d'aquesta vall fins al refugi del Roc de la Péche on prenem un camí a la dreta que ens pujarà fins al Refugi de la Valette (2510 m.), després de passar per sota del Glacier des Nants. Aquesta etapa té un desnivell de 1400 metres de pujada i 1100 de descens.

Per la tercera etapa que ens portarà fins al refugi del Col de la Vanoise, si el temps no està gaire clar i el terreny pot estar mullat, la opció més prudent és baixar altre cop a la vall pel camí que ens porta a Les Prioux i arribar a Pralognan on pujarem fins al refugi de La Vanoise pel GR-55, després de creuar pel mig del Llac des Vaches.

RA DE LA VANOISE.

Si el temps és bo, l'altre opció, més alpina però que ens manté en una cota més regular, és anar pel Cirque du Grand Marchet cap al coll del Grand Marchet i des d'aquí cap al Lac des Assisttes, per acabar d'arribar al refugi del Col de la Vanoise (2517 m.) amb una bona vista cap a La Grande Casse, i des d'on és fàcilment accessible la llengua nord del Glacier de la Vanoise.

La quarta jornada, que ens portarà fins al refugi de l'Arpont, comença amb un suau descens pel llarg Col de la Vanoise, rodejats de petits estanys, i que en acabar-se ens obre unes magnífiques panoràmiques sobre les valls de llevant de la glacera. Sense perdre ni guanyar grans desnivells, arribem a l'acollidor refugi de l'Arpont (2309 m.).



EL REFUGI DE L'ARPONT.

La cinquena etapa ens porta fins al conjunt dels cinc refugis del Plan d'Amont, gaudint a la nostra dreta de la imponent Dent Parrachée i a la nostra esquerra la profunda vall del riu Arc. Els remuntadors de l'estació d'esquí d'Aussois ens indiquen la proximitat del llac de Plan d'Amont, punt i final d'aquesta volta completa al Glacier de la Vanoise.

Aquesta travessa realitzada durant els mesos de juliol o agost transcorre per senders sense cap dificultat especial (no son necessaris ni grampons, piolet o polaines), però cal tenir en compte que parlem d'alta muntanya als Alps, on fins i tot en aquestes èpoques no és un fet extraordinari una nevadeta a partir dels 2400 metres d'altitud. Per tant sí cal preveure roba d'abric i evidentment ser prudents a l'hora d'escollir el recorregut més adient.

RUTA DELS ESTANYS A L'ARIÈGE.

Als Pirineus francesos, a la regió de l'Ariège, entre Querygut i Ax-Les-Termes trobem el poble de Mijanès. Sortint de Mijanès cap al Coll de Pailhères, al cap d'1 km trobem una pista asfaltada a l'esquerra que ens porta fins a l'aparcament del vallée de la Bruyante, on deixem el cotxe (1620 m.) Sortim en direcció nord-oest per un camí molt fressat, amb marques grogues que ens porta fins a l'estany de Rabassoles (1850 m). Deixem el camí principal i per un corriol sense marcar que va per la dreta del llac ens porta fins a l'Estany Negre (1980 m). A la capçalera d'aquest estany seguim el

camí principal cap a l'esquerra, és el GR 7B que ens porta fins a l'Estany Blau (1930 m.). El camí ara s'enfila cap al Col de l'Eugue (2121 m.), des d'on podem admirar la impressionant Dent d'Orlú. Els camí primer baixa cap a l'estany des



Llauses (1995 m.) per remuntar altre cop fins a la Couillade des Bourriques (2160 m.). Seguim aproximadament uns 15 minuts més pel GR i llavors hem d'agafar un corriol que surt a l'esquerra, poc fressat però amb fites, i que ens portarà fins a l'estany de Balbonne (1860 m.) A partir d'aquí un camí més fressat i amb marques grogues ens portarà fins a l'aparcament on hem deixat el cotxe.

L'ESTANY NEGRE, A L'ARIÈGE FRANCESA.

Aquesta travessa té un desnivell de pujada d'uns 800 metres, una distància d'uns 14 kms i la durada és d'unes 6 hores.

BIBLIOTECA CECMO.

Seguint la dinàmica oberta des del començament del CECMO, anem augmentant la biblioteca que tenim a disposició dels socis, i una vegada adquirits bona part dels mapes que cobreixen el pirineu i pre-pirineu de Catalunya i Aragó, a més a més de zones importants pel món de l'excursionisme d'altres zones interessants.

Aquest any hem decidit invertir en mapes del Pirineu francès i hem procurat cobrir la part més propera a nosaltres, i amb els mapes del Institut Geogràfic Nacional Francès de la sèrie TOP 25 (mapes a escala 1: 25 000) podem dir que cobrim bona part de les zones de muntanya més interessants que van des del Canigó fins a la zona de Bagnères de Luchón i Bagnères de Bigorre, amb el pic del Midi de Bigorre i els Colls d'Aspin i Tourmalet.

Us recordem també que seguim augmentant el nombre de revistes VERTEX que tenim a la vostra disposició, on podeu trobar idees i rutes prou interessants per poder realitzar les sortides a la vostra mida.

També us recordem que si teniu mapes que ja no utilitzeu i voleu donarlos una utilitat addicional la biblioteca del CECMO els rebrà amb els braços oberts, i d'aquesta manera altres socis poden beneficiarse amb la seva utilització.



electra caldense, s.a. ▶

La confiança que et mereixes

Plaça Catalunya, 3
CALDES DE MONTBUI
Tel. 900 18 17 76

PROJECCIONS A LA FRESCA

El passat mes de Juliol es van celebrar les ja “tradicionals” PROJECCIONS A LA FRESCA, que enguany complien ja tres anys. Durant els primers 4 divendres de juliol varem poder gaudir de les imatges que ens van presentar els protagonistes de 4 magnífics destins, i al final poder contrastar amb ells mateixos les experiències viscudes en aquell viatge. L'assistència de públic a la Plaça Catalunya veiem que cada any va en augment, i enguany podem dir que el promig rondava les 80 persones a cada sessió.

Tot i que aquest any, degut a les obres que es realitzen als carrers propers a la Plaça Catalunya no van permetre poder tancar del tot el trànsit de cotxes, creiem que aquesta circumstància no va ser un impediment per poder seguir correctament les PROJECCIONS A LA FRESCA.

Des del CECMO hem d'agrair profundament als autors de les projeccions (Núria Martínez, Jordi Anglè i Dolors Padró, Toni Ortiz i Irene Casanova), tant pel seu esforç a l'hora de crear aquests muntatges com pel fet que ens hagin fet partícips d'aquestes experiències personals arreu del món.

També volem agrair a les institucions, entitats i botigues que han col·laborat per poder presentar-vos aquestes Projeccions, i que són l'Ajuntament de Caldes de Montbui, el Casino de Caldes, la botiga d'esports de muntanya “Oxigen”, i a la família Guerrero per la seva atenta predisposició.

CECMO
CENTRE
EXCURSIONISTA
DE CALDES DE MONTBUI

PROJECCIONS A LA FRESCA
JULIOL 2010

Divendres 2 de juliol
Petit Himalaia -Lantang-
Presentat per Nuri Martínez

Divendres 9 de juliol
Baltoro, el cor del Karakorum
Presentat per Jordi Anglè

Divendres 16 de juliol
Platònics
Presentat per Antoni Ortiz

Divendres 23 de juliol
Patagònia Argentina-Chile 2008
Presentat per Irene Casanovas

Pl. Catalunya a les 22h

Col·laborem:

Ajuntament de Caldes de Montbui FECC Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya ACC OXIGEN

PROGRAMA D'ACTES I SORTIDES.

DISSABTE 18 DE SETEMBRE: Sortida de tot el dia pel Ripollès. Recorregut pels entorns de Gombrèn i el santuari de Montgrony. Llicència federativa A. Persona de contacte Francesc Puig.

DIUMENGE 26 DE SETEMBRE: 21^a etapa del Camí de Ronda, entre Vilanova i la Geltrú i Santa Oliva, de 23 kms i 300 metres de desnivell Sortida amb autocar. Cal reservar. Llicència modalitat A. Persona contacte : Jaume Francisco.

DIUMENGE 3 D'OCTUBRE: Sortida matinal al Montseny. Recorregut per la zona de les Agudes. Llicència federativa "A". Persona de contacte Jaume Francisco.

DIUMENGE 31 D'OCTUBRE: 22^a Etapa del Camí de Ronda entre Santa Oliva i La Pobla de Montornès, d'uns 21 kms i desnivell de 350 metres. Sortida amb autocar, cal reservar. Llicència modalitat A. Persona de contacte Jaume Francisco.

US RECORDEM QUE CADA SORTIDA TÉ LA SEVA REUNIÓ PRÈVIA EL DIJOURS ANTERIOR, ON S'ACORDA L'HORA DE SORTIDA I ES DONEN DETALLS DEL RECORREGUT I DE LA DIFICULTAT DEL MATEIX.

LA CONTRAPORTADA

- D'aquest butlletí s'han realitzat 225 còpies que s'han distribuït als socis de l'entitat, a la biblioteca de Caldes de Montbui, al càmping "El Pasqualet", a la botiga de material de muntanya "Oxigen" i a Centres Excursionistes veïns. També el podeu consultar a la pàgina web del CECMO.
- Aprofitant que aquest butlletí coincideix amb la parada estiuenca, la secció de "LES NOSTRES SORTIDES" ha estat substituïda per unes quantes ressenyes o propostes que si bé no s'han realitzat directament des del CECMO pensem que son prou interessants i poden donar-vos algunes idees per futures excursions.
- La foto de portada és una imatge presa per Joan Soler durant la travessa de les Gorges de Carançà. A l'interior del butlletí hi trobem fotografies fetes per l'Ester Poch i en Joan Soler.

"Anem a l'intempèrie, a quatre vents, amb el sarró a l'esquena i el sol i, si s'escau, la pluja al rostre, recorrent senderis per posar-nos en contacte amb la pàtria que és la nostra estimada, per festejar-la i embadalir-nos una i cent mil vegades mirant-la..."

Josep Iglèsies i Fort

Amb les cames i el cor.



**SERVEI DE RESTAURANT ELS
CAPS DE SETMANA I FESTIUS.**

- MENÚ A LA CARTA -

**GAUDI D'UN ENTORN
NATURAL A CALDES.**

TEL. 93 865 46 95

WWW.ELPASQUALET.COM