

# Excursionistes.cat



## PROGRAMA D'ACTIVITATS

*número 156*

-----

**JUNY 2022**

consulteu la nostra web!

[www.excursionistes.cat](http://www.excursionistes.cat)

Benvolguts i benvolgudes excursionistes,

Per a qualsevol tràmit o informació que no pugueu realitzar per correu electrònic a l'adreça **correu@excursionistes.cat** posem a la vostra disposició aquest número de telèfon mòbil: 636 214 880 (horari de 19 a 21 hores) per atendre les vostres consultes.

Les reunions de Junta d'EXCURSIONISTES.CAT es fan tots els dimarts -no festius- de 19.00 a 20.15, al Centre Cívic M. Aurèlia Capmany, a l'avinguda d'Àngel Sallent 55, de Terrassa. Agost tancat.

# AGENDA

## Juny

<b>Data</b>	<b>Activitat</b>	<b>Cicle</b>	<b>Vocalia</b>
Dimecres 1	Canet de Fals – Mas Massana – Torre Segimona – Balma del Francès i Torres de Fals	<i>Tot el dia</i>	VETERANS
Dissabte 4	De Terrassa a Ullastrell (9 Km)	<i>Camí de St Jaume per Catalunya (Setmana Medi Ambient)</i>	HISTÒRIA
Dimecres 15	Gallifa – Gorg Negre – Castell de Gallifa	<i>Matinal</i>	VETERANS
Dissabte 18	Tourdera (2): Gualba – Malgrat de Mar	-	C.U.B. Sense Presses
Diumenge 19	4 <sup>a</sup> etapa: Vallbona de les Monges – Rocallaurra – Belltall - Forès	<i>Camins de St. Jaume: La Ruta del Císter</i>	HISTÒRIA
Dissabte 25	5 <sup>a</sup> etapa: Cadaqués – L'Almadrava (Roses)	<i>Camins de la Mediterrània: Portbou – Les cases d'Alcanar</i>	SENDERS 2008

---

**\* A TOTS ELS ASSOCIATS I ASSOCIADES:**

Us recordem que heu de renovar la vostra condició de socis/sòcies, ingressant **20€** (si rebeu el programa d'activitats per correu electrònic) o **25€** (si el rebeu per correu postal). El número IBAN del compte és el **ES84 0182 6260 0802 0802 0521 (BBVA)**. Us preguem **indiqueu NOM i COGNOMS** per facilitar la vostra identificació.

**\* ALS QUI DESITGEU ASSOCIAR-VOS:**

Heu de passar un dimarts no festiu per la nostra seu social, amb la finalitat de complimentar alguns tràmits administratius. Es una condició indispensable.

**\* ALS QUI DESITGEU TRAMITAR LA TARGETA DE LA FEEC.**

Podeu assistir un dimarts no festiu a reunió de Junta on us informaran de les modalitats existents, i aportant les dades dels interessats i el cost de la targeta, us en podrem fer els tràmits corresponents.

---

---

## VOCALIA DE VETERANS

# Canet de Fals – Mas Massana – Torre Segimona – Balma del Francès i Torres de Fals

Dimecres, 1 de juny de 2022 (Tot el dia)

### **L'esmorzar d'aquesta sortida està inclòs al preu total**

Sortirem de Canet de Fals, on haurem esmorzat al restaurant La Masia

Pa amb tomàquet amb embotit i formatge, vi, aigua i cafè o tallat

Passarem per la riera de Fonollosa i trobarem primer el pou de glaç del rector, seguirem pujant i arribarem per pla a la casa de Salvador Massana, 1870. Dues tines a l'era.

Continuarem a la dreta cap a la Torra Segimona (cooperativa de Fals) on veurem unes quantes tines i una premsa. Seguirem avall cap a la font de les Oliveres.

Abans d'arribar-hi, cabana en un marge. Després de passar per la font, pugem i anem a la dreta per un corriol.

Pujarem per arribar al pla dels maquis on trobarem la balma del Francès. La passem per sota i tornem a enfilat el corriol per anar carenejant. Seguint corriol avall arribem a la font dels Pins. Un corriol de pujada ens porta fins a les Torres de Fals. Visitem els racons de l'església i les Torres. Acabarem la ruta baixant per tornar a trobar la riera de Fonollosa, la creuem i en pocs minuts arribem al punt de sortida.

### **El dinar serà, al mateix lloc de l'esmorzar, un menú únic amb amanida, peix a la romana i parrillada de carn.**

Llargada de la ruta: Uns 12,1 Km.

Desnivell: 260 m.

Dificultat: Fàcil

Lloc i hora de sortida de Terrassa: Estació d'autobusos a les 7:00 hores.

Tornada a Terrassa: Als voltants de les 18:00 hores

Pressupost: 30 EUR (autocar, esmorzar i dinar)

Vocals: Antonio Hernández i Vicenç Vidal

Inscripcions: A partir del dia 27 d'abril i fins el dia 10 de maig

Es tancarà la inscripció si s'exhaureix la capacitat de l'autocar.

Contactar preferentment via whatsapp o trucant al telèfon 696962440 (Joan Miquel) només de 19:00 a 21:00 hores.

En el whatsapp poseu el vostre nom i cognom en el missatge. Si alguna persona anul·la la inscripció les 24 hores prèvies a la sortida, està obligada a fer front al cost de l'autocar.

---

## VOCALIA D'HISTÒRIA

*Camins de Sant Jaume per Catalunya*  
*-Activitat inclosa dins la XXX Setmana del Medi Ambient-*

### **Terrassa - Ullastrell**

Dissabte, 4 de juny de 2022

Excursió matinal que ens permet seguir el tram del Camí de Sant Jaume per Catalunya, que uneix les poblacions de Terrassa i Ullastrell. Aquest traçat coincideix íntegrament amb l'històric Camí Ral que uneix les dues poblacions

Sortida organitzada conjuntament per Excursionistes.cat (Vocalia d'Història) i Amics del Camí de Sant Jaume de Terrassa.

Itinerari previst: Terrassa (plaça Vella, carrer Major, portal de Sant Roc, rambla d'Ègara, carrer Watt, avinguda d'Àngel Sallent, transvasament de la riera del Palau, carretera de Martorell), camí de Can Poal, Can Poal, carrer Camí Vell d'Ullastrell, Montagut, carrer del Falciot, carrer del Xot, ca n'Amat, torre del Rodó, Ullastrell (església parroquial de Santa Maria, Ajuntament i alberg de pelegrins). Uns 9 km aproximadament.

#### **NOTES DELS ORGANITZADORS**

- \* Lloc i hora de sortida de Terrassa: Plaça Vella, a les 8:00 del matí.
- \* Arribada a Ullastrell al migdia.
- \* Vocals: Núria Blanch, Ramon Aranda, Isidre Isern, Lluïsa Blanch i Francesc Suárez.
- \* El desplaçament de tornada es farà en transport públic, el cost del qual va a càrrec de cada participant.
- \* Pressupost: Uns 2-3 € (bitllet d'autobús d'Ullastrell a Terrassa).
- \* Data límit per fer les inscripcions: dijous 2 de juny.
- \* Inscripcions i més informació: al telèfon 609 40 37 50. (Només us podem atendre de 18 a 20 hores).

- \* Tancarem les inscripcions en cas d'arribar a 40 persones inscrites.
- \* Cada participant s'haurà d'emportar l'esmorzar i beguda.

**OBSERVACIONS:**

- \* Caldrà seguir en tot moment les normes establertes per les autoritats sanitàries.
- \* Els organitzadors no es fan responsables dels danys que puguin causar o causar-se els participants derivats d'imprudències o negligències d'aquests.
- \* El fet d'inscriure's en aquesta activitat suposa l'acceptació plena d'aquestes normes.

---

## VOCALIA DE VETERANS

### **Gallifa – Gorg Negre – Castell de Gallifa**

Dimecres, 15 de juny de 2022 (matinal)

Sortirem del poble de Gallifa en direcció al Gorg Negre, un cop visitat anirem en direcció al castell de Gallifa passant per Ermita de Santa Maria del Grau.

El castell de Gallifa és una obra del municipi de Gallifa (Vallès Occidental) declarada bé cultural d'interès nacional. És un petita fortificació que fou el centre històric i jurisdiccional del terme a l'edat mitjana i que està formada per la fortificació i la capella, actualment coneguda com a Santuari de la Mare de Déu de l'Ecologia.

Llargada de la ruta: Uns 11,9 Km

Desnivell: 364 m.

Dificultat: Fàcil

Lloc i hora de sortida de Terrassa: Estació d'autobusos a les 7:00 hores.

Tornada a Terrassa: Als voltants de les 14:00 hores

Pressupost: 10 EUR (autocar + visita al castell del santuari ecològic de Gallifa)

Vocals: Antonio Hernández i Gregorio Mazon

Inscripcions: A partir del dia 1 de juny i fins el dia 14 de juny

Es tancarà la inscripció si s'exhaureix la capacitat de l'autocar.

Contactar preferentment via whatsapp o trucant al telèfon 696962440 (Joan Miquel) només de 19:00 a 21:00 hores.

En el whatsapp poseu el vostre nom i cognom en el missatge. Si alguna persona anul·la la inscripció les 24 hores prèvies a la sortida, està obligada a fer front al cost de l'autocar.

---

## Col·lectiu d'Usuaris de la Bici SENSE PRESSES

### **Tourdera (2): Gualba – Malgrat de Mar**

Dissabte, 18 de juny de 2022

Excursió diürna amb bicicleta de muntanya, organitzada pel Col·lectiu d'Usuaris de la Bici SENSE PRESSES des d'Excursionistes.cat.

Segona ruta per recórrer l'itinerari Tourdera, que ens durà des del poble de Gualba fins a la desembocadura del riu Tordera. Comencem a l'exterior de l'estació de Gualba. Pujarem al nucli urbà per l'antic camí ral i tornarem a baixar pel mateix lloc per agafar la pista que transcorre paral·lela a l'AP-7 i al riu Tordera. Arribarem a Hostalric i, des d'aquesta població, ens dirigirem cap a Fogars de la Selva i Tordera. Seguirem cap al mar fins a la desembocadura del riu i, remuntarem de nou el camí fins a trobar la carretera local que ens durà a Malgrat de Mar. Uns 40-45 km amb un perfil ondulat en el terreny, especialment a l'inici de la sortida i més pla la resta de la jornada.

\* Lloc i hora de sortida: Estació de Renfe de Terrassa a les **7:50 hores**. Agafarem el tren de les 8.03 i baixarem a Montcada i Reixac-Manresa. Canviarem d'estació a Montcada i Reixac per agafar el tren de les 8.51 en direcció a Granollers. A Granollers baixarem i esperarem el següent tren que ens durà fins a Gualba. Començarem a pedalar a Gualba sobre les 9.45 hores. Si hi ha alguna modificació dels horaris de Renfe per causes de força major, s'informarà amb temps mitjançant el xat o e-mail.

\* Tornada: al llarg de la tarda, en tren, des de Malgrat de Mar.

\* Material necessari: bicicleta, casc, material per a possibles punxades, esmorzar i dinar. Qui vulgui també pot portar banyador i tovallola per banyar-se a la platja.

\* Vocals: Albert Virto i Xavi Oller.

\* Pressupost: trens d'anada i tornada.

\* És obligatori fer la inscripció (fins el 16 de juny) a l'adreça electrònica [cub.sensepresses@gmail.com](mailto:cub.sensepresses@gmail.com). Abans d'aquesta data es poden tancar les inscripcions si s'arriba a la xifra adient per a un bon desenvolupament de la pedalada. Si hi ha baixes, **l'organització** les cobrirà amb la llista de reserva. Els menors han d'anar acompanyats d'una persona adulta.

Ni els organitzadors, ni l'entitat NO es fan responsables dels accidents o danys que puguin rebre o produir els participants, si bé vetllaran per tal d'evitar-los.

Aquesta excursió NO es cap prova competitiva. La intenció és una pedalada per gaudir del recorregut del riu Tordera.

---

## VOCALIA D'HISTÒRIA

### *Camins de Sant Jaume per Catalunya* **LA RUTA DEL CÍSTER**

## **4ª etapa: Vallbona de les Monges – Rocallaura – Belltall – Forès**

Diumenge, 19 de juny de 2022

Distància: 15,3 km. **Dificultat: moderada (360 m de desnivell positiu)**

Itinerari previst:

**VALLBONA DE LES MONGES**, Plaça del Monestir, Carrer del Tallat, Pallissa del Xifré, Serra de l'Escoda, Camí del Clot de l'Olla, Coll de l'Olla, cruïlla amb el Camí de Vallbona a Nalec, Serra dels Senadelles, Turó de l'Isidre, Pla de Mas Cantins, Passilla de Ca la Miquela, la Font del Ros, **ROCALLAURA**, Carrer Prat de la Riba, Plaça de la Vila, Av. Catalunya, Pallissa de Cal Sec, Camí de Belltall, Riera de Maldanell, Camí de Rocallaura, **BELLTALL**, Plaça de la Creu, Plaça de l'Església, Crta. C14. Camí de Forès, Subestació elèctrica de Forès, Els Pouets, Les Forques, el Pla de la Bassa. En aquest punt les persones que vulguin podran donar per concluida la caminada i s'estalviaran els 2,5 km. d'anar i tornar al poble de Forès, la resta ens acostarem al turó on está enclavat el poble per veure l'Església de Sant Miquel i el Mirador de la Conca.

\* Lloc i hora de sortida de Terrassa:

1ª Parada Av. Abat Marçet (Camp de Fútbol del Terrassa) a les **6:40 AM**

2ª Parada Rambla d'Ègara (Mercadona rotonda del Doré) a les **6:50 AM**

. Tornada: al llarg de la tarda.

\* Activitat organitzada conjuntament amb Excursionistes.cat.

\* Vocals: Andreu Alcaraz, Carme Carrique i Joan Miquel Aznal.

\* Pressupost: cost de l'autocar socis 17 € / no socis 20 € (només autocar), els menors de 18 anys, 7 €. Els associats/des a l'atur 10 €.

\* El desplaçament es farà amb un autocar de 55 places. Data límit per fer les inscripcions: dijous 12 de maig o abans, en cas de quedar exhaurides les places



\* Inscripcions i més informació: al telèfon 646 61 50 16 (Només us podem atendre de 19 a 22 hores), o als correus electrònics: [amicscamisantjaume.terrassa@hotmail.com](mailto:amicscamisantjaume.terrassa@hotmail.com) o [andreualcaraz@gmail.com](mailto:andreualcaraz@gmail.com)

OBSERVACIONS:

Caldrà observar en tot moment les normes establertes per les autoritats sanitàries i fer ús de la mascareta al pujar a l'autocar. S'aconsella participar a la sortida amb la pauta de vacunació anti\_COVID completa.

L'organització no es farà responsable dels danys que puguin causar o causar-se els participants derivats d'imprudències o negligències dels mateixos. El fet d'inscriure's en aquesta activitat suposa l'acceptació plena d'aquestes normes. **Es podrà anul·lar la reserva fins a 48 hores abans de la sortida, en cas de fer-ho posteriorment es tindrà que abonar l'import establert.**

---

VOCALIA de SENDERS 2008

*CAMINS DE LA MEDITERRÀNIA 2022*  
*Portbou - Les Cases d'Alcanar*

## **5<sup>a</sup> etapa: Cadaqués – L'Almadrava (Roses)**

Dissabte, 25 de juny de 2022

Aquest tram discorre per l'entorn del parc natural del Cap de Creus que uneix les precioses localitats de Cadaqués i Roses.

Començarem l'etapa a Cadaqués, sigui dit, una de les poblacions més romàntiques de la Costa Brava. Aquesta jornada ofereix enormes contrastos, passarem per incomptables cales i platges precioses, d'aigües cristal·lines en un continu pujar i baixar, per donar pas a àmplies badies flanquejades per majestuosos penya-segats. En el nostre camí, entre d'altres, podrem gaudir de la vista de la badia de Jóncols. El camí ens portarà cap a Cala Montjoi, ciutat de vacances, anirem veient cales, sense saber quina d'elles és més maca, fins a arribar a la platja de l'Almadrava. És un tram que enamora pel seu paisatge idíl·lic, possiblement és una de les etapes més dures del GR-92, però també és una de les més boniques.

### **Itinerari previst:**

Cadaqués (10 m) Punta de la Costa, Port Alguer, Punta Plana, Es Sortell, Sant Pau Quim, Barraca d'en Baró, Mas d'en Baltre, Plans d'en Melus,, Pla la Figuera (226 m) Puig d'en Manyana (245 m) Hotel Can Jóncols (15 m) Platja de Jóncols, Puig del Canadell (93 m) Santa Justa, L'Home, L'Estafador, Platja de la Pelosa, Platja d'en Grandalla, Punta de la Ferrera, Els Romaguers, Platja de Montjoi, Platja dels Calís, El Bergantí, Punta del

Turment, Cala Rostella, Les Dones, Cap Blanc, Cala Murtra, Platja de Lledró, Els Falcons, Punta Falconera, Punta de Port Reig i Platja de l'Almadrava.

Distància: 15,961 kilòmetres

Desnivell acumulat positiu: 735 m

Dificultat: Mitjana alta.

Vocals: Núria Arnan, Isidre Isern, Ramon Aranda i Antònia Roman.

Sortida: a les 06:30 h del matí davant del camp de futbol del Terrassa. A les 06:40h davant del Mercadona de la Rambla.

Import de l'autocar: socis 17 euros / no socis 20 euros.

Inscripcions: al telèfon 649 425 011 (vespres) i al WhatsApp del grup, abans del 18 de juny.

**Notes:**

- El desplaçament es farà en un vehicle de 70 places.
- En el cas d'exhaurir-se les places, es donarà per tancada la llista d'inscrits.
- Tots els que estiguin inscrits tenen el deure de pagar l'import de la seva plaça d'autocar.
- L'organització no es farà responsable dels danys que puguin causar o causar-se els participants durant l'etapa programada.
- El fet d'inscriure's en aquesta activitat suposa l'acceptació plena de les normes donades pels guies.
- Dins l'autocar serà obligatori l'ús de la mascareta durant tot el viatge.

---

---

**Entitat associada a:**



**Amb el suport de:**

