

Excursionistes.cat



PROGRAMA D'ACTIVITATS

número 165

ABRIL 2023

consulteu la nostra web!
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

Abril

Data	Activitat	Cicle	Vocalia
Diumenge 16	3^a etapa: Manresa a Navarcles (Camí de l'Abat Oliva)	<i>Els Camins de Sant Jaume per Catalunya</i>	HISTÒRIA
Dimecres 19	Montferri - Bràfim Visita al Santuari de la Mare de Deu de Montserrat	-	VETERANS
Dissabte 22	Castells de la Segarra	-	C.U.B. Sense Presses
Diumenge 23	4a etapa. Terrassa - estació RENFE de Vacarisses (14,8 km)	<i>Els Camins de St. Jaume de BCN a Montserrat pel Vallès Occidental</i>	HISTÒRIA
Dimecres 26	Arbúcies - Salt de la Dona d'Aigua (tot el dia)	-	VETERANS
Dissabte 29	10a Etapa: BEGUR - TAMARIU	<i>Els Camins de la Mediterrània: Portbou – Les cases d'Alcanar</i>	SENDERS 2008
Diumenge 30	2a etapa. Santa Susanna - Pineda de Mar - Calella - Sant Pol de Mar (11,0 km)	<i>Via Marina del Camí de Sant Jaume (Blanes-Malgrat-Mataró-Badalona-Barcelonà)</i>	HISTÒRIA

*** 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 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 d'HISTÒRIA

Els Camins de Sant Jaume per Catalunya

3^a etapa: de Manresa a Navarcles (camí de l'Abat Oliva)

Diumenge, 16 d'abril de 2023

Distància: 13,5 km.

Dificultat: moderada.

Tercera de les etapes d'aquest interessantíssim cicle que ens han de portar des del monestir de Montserrat a Sant Martí de Canigó.

Itinerari previst i dades d'interès:

Arribats a **MANRESA** ens dirigirem cap a la Plaça de la Reforma, Plaça de l'Hospital, Carrer de Vallfonollosa, Carrer de Sant Bartomeu, Carrer Nou de Santa Clara, Carrer de Sant Joan de Déu, Ctra. Del Pont de Vilomara, Passeig de Joan Miró, Carrer Alvar Aalto, Av. Països Catalans, Carrer Agustí Coll on farem una parada tècnica en les instal·lacions d'una coneguda cadena de menjar ràpid. Una vegada servits continuarem el nostre camí, passarem la C-55 per un pas deprimat i seguirem per Cal Traper, El Mas d'en Roca, Rectoria de Santa Maria de Viladordis, Poblat medieval de Santa Maria de Viladordis, **VILADORDIS**, Carrer de la Salut, Camí de Sant Fruitós de Bages a Viladordis, Cal Bosc, Els Arcs, passarem la C16 per un pas deprimat, Els Polvorins, Els Tres Salts del riu Llobregat, Els Ulls del Llobregat, Canal de la Mina, Caseta de la Mina, Ctra. De les Brucardes, Pont de les Generes, Monestir de Sant Benet de Bages, Pont de Sant Benet de Bages, **NAVARCLES**, Carrer del Monestir, Carrer d'Àngel Guimerà, Carrer Nou, Plaça de la Vila, Carrer Torres i Bages i Església de Santa Maria on donarem per finalitzada la ruta.

***Lloc i hora de sortida de Terrassa:**

1^a Parada Av. Abat Marçet (Camp de Fútbol del Terrassa) a les **6:50 AM**

2^a Parada Rambla d'Ègara (Mercadona rotonda del Doré) a les **7:00 AM**

* Tornada: al llarg de la tarda.

* Activitat organitzada conjuntament amb Excursionistes.cat.

* Vocals: Andreu Alcaraz, Isidre Isern i Ramón Aranda.

* 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 13 d'abril o abans, en cas de quedar exhaurides les places.

* Inscripcions i més informació: al telèfon 646615016 (Només us podem atendre de 19 a 22 hores), o al correu electrònic: amicscamisantjaume.terrassa@hotmail.com

Observacions:

L'organització no es farà responsable dels danys que puguin causar o causar-se els participants derivats d'imprudències o negligències dels mateixos. En tot moment es respectaran les indicacions dels vocals de la sortida. 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 VETERANS

Montferri – Bràfim | Visita al Santuari de la Mare de Deu de Montserrat

Dimecres, 19 d'abril (tot el dia)

Ruta pels voltants dels pobles de Montferri i Bràfim, passant per la barraca d'en Gori, el bosc d'en Figueres, l'ermita de Loreto i acabant al Santuari de la Mare de Deu de Montserrat als afores de Montferri.

El preu de la sortida inclou l'autocar, l'esmorzar, l'entrada al Santuari i el dinar.

Llargada de la ruta: Uns 10,5 km

Desnivell: 190 m

Dificultat: Fàcil

Lloc i hora de sortida de Terrassa:

Camp de futbol: 6:50; Mercadona Rambla: 7:00

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

Pressupost: 35 EUR (Autocar + Esmorzar + Visita al Santuari + dinar), No socis, 40 EUR

Vocals: Antonio Hernández, Joan Miquel Aznal, Gregorio Mazon i Vicenç Vidal

Inscripcions: A partir del dia 29 de març al 17 d'abril.

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

Castells de la Segarra

Dissabte 22 d'abril

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

L'itinerari previst comença a Cervera. Des d'aquí anirem cap a la Cardosa, on podrem veure l'església de Sant Pere. Seguirem cap a Montcortès de Segarra, on trobarem el castell homònim i l'església de Santa Anna. Creuarem la carretera d'Agramunt i anirem fins el castell de l'Aranyó. Per pistes del terme municipal dels Plans de Sió ens acostarem fins al riu, travessarem el canal Segarra-Garrigues i arribarem al petit nucli de Sisteró, amb l'església de Santa Maria de Bellvilar. Continuarem cap a les Pallargues, amb un dels castells més impressionants de la zona, el nucli de Florejacs i el castell de les Sitges, amb l'església de Sant Pere a tocar. Per pistes en direcció sud-est, arribarem al nucli de Guissona, l'antiga Iesso romana, amb importants restes arqueològiques d'aquella època. Prosseguirem la nostra ruta cap a el Llor, Castellmeià, el castell de Malgrat i pel camí ral de Tarroja de Segarra arribarem a les Oluges. Ens acostarem fins al nucli medieval de Montfalcó murallat i per la carretera local, tornarem a Cervera, on donarem la sortida per acabada.

Uns 60 km amb un desnivell ascendent de 750 metres, distribuïts al llarg del recorregut, tot i que les pujades més freqüents són després de trobar per primer cop el riu Sió, més o menys a l'alçada de les Pallargues.

Us farem arribar el track de la sortida, a través del grup de WhatsApp. També el podeu consultar aquí:

<https://ca.wikiloc.com/rutes-btt/castells-de-la-segarra-2019-95518531>

* Lloc i hora de sortida: a l'estació de la RENFE de Terrassa **a les 08.30h**. El tren surt a les 08.43 hores. Arribarem a Cervera a les 10:20 hores. En aquesta ocasió NO farem cafè a l'arribar i **començarem directament a pedalar, sobre les 10:30 h.**

També us podeu desplaçar fins a Cervera en cotxe. Podeu deixar el cotxe a la mateixa estació, hi ha força lloc. Si necessiteu fer el cafè i/o esmorzar, compteu bé el temps per poder sortir a pedalar a partir de les 10:30 hores.

* Tornada: en tren des de Cervera o en cotxe si us desplaceu en aquest mitjà.

* Material necessari: bicicleta, casc, esmorzar i alguna cosa per picar. En aquesta ocasió, el dinar el farem conjuntament a Guissona, en un restaurant. Tot i això, si preferiu dur-vos el dinar, no hi ha problema.

* Vocals: Xavi Oller i Xavier Garriga.

* Pressupost: bitllets de tren d'anada i tornada. Vàlid l'abonament recurrent regional si el teniu.

* És obligatori fer la inscripció (fins el 20 d'abril) mitjançant el correu electrònic cub.sensepresses@gmail.com. Podem limitar el nombre de participants. Els menors han de anar acompanyats de 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 és cap prova competitiva. La intenció és una pedalada per recórrer els territoris vigilats pels diversos castells de la Segarra.



VOCALIA D'HISTÒRIA

El camí de Sant Jaume de Barcelona a Montserrat pel Vallès Occidental

4a etapa. Terrassa – Estació RENFE de Vacarisses (14,8 km)

Diumenge, 23 d'abril

Itinerari previst: **Terrassa** (plaça del Rector Homs davant de la Seu d'Ègara -Sant Pere, Santa Maria i Sant Miquel d'Ègara-, Pont de Sant Pere, Creu Gran, plaça Vella, plaça de la Torre del Palau, raval de Montserrat, carrer del Pare Llauredor, carrer de Sant Marc, pont de Vacarisses, monument "**Porta de Terrassa al Camí de Sant Jaume**"), transvasament de la riera del Palau, Camí Romeu de Terrassa a Montserrat, Pujada d'en Moixell, torrent de la Maurina, Camí Vell de Terrassa a Vacarisses, riera de Gaià, el Molinot, torrent del Llor, Camí del Molinot, can Coll Cardús, el Boixadell (ruïnes), torrent de Sant Jaume, depuradora de Vacarisses, estació RENFE de Vacarisses-Torreblanca, Hostal de Can Torrella (ruïnes), el Castellet de Dalt i estació RENFE de Vacarisses. Uns 14,8 km aprox.

* Lloc i hora de sortida de Terrassa: Plaça de Mossèn Oms -davant de la Seu d'Ègara- (lloc on va finalitzar l'anterior etapa), a les 9:00 del matí.

* Arribada a l'estació RENFE de Vacarisses. Al voltant de les 14:00 hores.

* Vocals: Núria Blanch, Ramon Aranda, Lluïsa Blanch i Francesc Suárez.

* El desplaçament de tornada a Terrassa, es farà en transport públic (RENFE), el cost del qual va a càrrec de cada participant.

* Pressupost: Uns 3 € (bitllet de tren de tornada de Vacarisses a Terrassa).

NOTES DELS ORGANITZADORS

* Data límit per fer les inscripcions: dijous 20 d'abril.

* Inscripcions i més informació: al grup de WhatsApp específic o al telèfon 609 40 37 50 (de 18 a 20 hores).

* Tancarem les inscripcions en cas d'arribar a 40 persones inscrites.

* Cada participant s'haurà d'emportar l'esmorzar, dinar de campanya i beguda.

* Propera sortida d'aquest cicle: Diumenge 7 de maig de 2023. 5a etapa. **Estació RENFE de Vacarisses – Monistrol de Montserrat – Monestir de Montserrat** (13,3 km).

CREDECIAL: Es facilitarà credencial a tots/es els/les pelegrins/es per posar els segells acreditatius de pas. Cost: 2 €.

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.

TRACK: 4a etapa. **Terrassa – estació RENFE de Vacarisses** (14,8 km)

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/cami-catala-de-sant-jaume-12-terrassa-vacarisses-monistrol-de-montserrat-montserrat-92790214>



VOCALIA de VETERANS

Arbúcies – Salt de la Dona d'Aigua

Dimecres, 26 d'abril (tot el dia)

Ruta per la riera d'Arbúcies i la visita al Salt de la Dona d'Aigua tot fent una bonica passejada pels boscos del Montseny a la comarca de la Selva.

És un lloc fresc i arcerat, on l'aigua cau entre les roques.

Acabarem la caminada al Restaurant Molí de les Pipes on dinarem.

Llargada de la ruta: Uns 12,5 km
Desnivell: 210 m
Dificultat: Fàcil

Lloc i hora de sortida de Terrassa:
Camp de futbol: 6:50; Mercadona Rambla: 7:00
Tornada a Terrassa: Als voltants de les 18:00 hores

Pressupost: 30 EUR (Autocar + dinar), No socis, 25 EUR
Vocals: Antonio Hernández, Joan Miquel Aznal, Gregorio Mazon i Vicenç Vidal

Inscripcions: A partir del dia 19 d'abril al 24 d'abril.

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 de SENDERS 2008

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

10^a etapa: Begur – Tamariu

Dissabte, 22 d'abril

En el primer tram d'aquesta etapa seguirem el camí vell que ens portarà fins al magnífic paratge de Sa Tuna i al mirador de Semàfor, són llocs privilegiats. En aquesta etapa caldrà caminar amb molt de compte especialment pel Mirador de Sant Josep i en un tram del camí entre el Puig Sa-guardia i el Mirador d'Aiguablava que seran els llocs on caldrà estar més atents.

Finalment arribarem a Tamariu, població que pertany a Palafrugell, antigament poble de pescadors, actualment és un centre turístic important, tot i així conserva l'encant de poblet mediterrani.

Itinerari previst:

Begur (250 m) Camí vell a Sa Tuna, Ses Vaques, Mirador de Sant Josep (30 m) Racó de Llevant, Roques de S'Encalladora, Ses Falguerines, Puig del Cau, Es Degotés, Cap de Begur, Mirador del Semàfor (170 m) Es Molinet, L'Ase, Es Falcó, Punta D'es Falcó, Puig Sa Guàrdia (300 m) Serra de Sa Guàrdia, Mirador d'Aiguablava (100 m) Platja Fonda (5 m), Cap Rubí, Fornells, Cala de Ses Orats, Cala d'en Malaret, Cala Port d'Esclanyà, Aiguablava, Muntanya Ses Falgues (100 m) Tamariu.

Distància: 13 km

Desnivell: 519 m

Dificultat: Mitjana

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

Sortida:

06:50h davant del camp futbol del Terrassa.

07:00h 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 15 d'abril.

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.



VOCALIA d'HISTÒRIA

La Via Marina del camí de Sant Jaume
Blanes - Malgrat de Mar - Mataró - Badalona - Barcelona

2a etapa. Santa Susanna – Pineda de Mar – Calella – Sant Pol de Mar (11 km)

Diumenge, 30 d'abril

Us presentem un nou cicle d'excursions mensuals amb la finalitat de donar a conèixer i posar en valor una interessant ruta jacobea. Dels dotze Camins de Sant Jaume de Catalunya, aquesta és l'única que va resseguint tot el litoral des de Blanes fins a Barcelona.

La Via Marina del Camí de Sant Jaume, entra a Catalunya pel coll de Banyuls, provinent de Banyuls de la Marenda. Passa pels monestirs de Sant Quirze de Colera i Sant Pere de Rodes. Creua la plana de l'Empordà per Castelló d'Empúries, els Aiguamolls, Sant Pere Pescador, Torroella de Montgrí, Palamós, Calonge, i Sant Feliu de Guíxols. Continua per Tossa de Mar, Lloret i finalment arriba a Blanes.

Plantegem fer la part del Maresme i el Barcelonès per una qüestió de facilitat d'accedir amb transport públic. Amb itineraris curts (10 a 13 km), sense desnivell i que permetin gaudir de l'entorn i alhora visitar els elements arquitectònics existents al llarg de cada etapa.

Calendari previst:

Via Marina del Camí de Sant Jaume

Febrer 2023. 1a etapa. **Blanes – Malgrat de Mar – Santa Susanna** (12,6 m)

Març 2023. 2a etapa. **Santa Susanna – Pineda de Mar – Calella – Sant Pol de Mar** (11,0 km)

Abril 2023. 3a etapa. **Sant Pol de Mar – Canet de Mar – Arenys de Mar – Caldes d'Estrac** (11,0 km)

Maig 2023. 4a etapa. **Caldes d'Estrac – Mataró** (10,6 km)

Juny 2023. 5a etapa. **Mataró – Vilassar de Mar – Premià de Mar** (12,0 km)

Setembre 2023. 6a etapa. **Premià de Mar – el Masnou – Montgat** (11,5 km)

Octubre 2023. 7a etapa. **Montgat – Badalona – Sant Jeroni de la Murtra – Santa Coloma de Gramenet** (11,5 km)

Novembre 2023. 8a etapa. **Santa Coloma de Gramenet – Sant Martí dels Provençals – Barcelona** (10,0 km)

Diumenge, 30 d'abril

2a etapa. **Santa Susanna – Pineda de Mar – Calella – Sant Pol de Mar** (11,0 km)

Etapa inicialment prevista pel passat 26 de març, es va haver d'ajornar. Ara la tornem a programar.

Itinerari previst: **Santa Susanna** (estació RENFE, Torre de la Plana), **Pineda de Mar** (estació RENFE, església parroquial de Santa Maria, Creu de terme, Cal Jalpi), Platja de la Riera, **Calella** (estació RENFE, Platja Gran de Calella, església parroquial de Santa

Maria i Sant Nicolau, Ajuntament, Passeig de Garbí), Far de Calella, Mirador de la Petona, torrent de la Cabra, **Sant Pol de Mar**. (Ermita de Sant Pau, Estació RENFE, església parroquial de Sant Jaume). Uns 11,0 km aprox.

* Lloc i hora de sortida de Terrassa:

1. Avinguda de l'Abat Marcet (Camp de Fútbol) a les 6:50
B. Rambla d'Ègara, (entre Infant Martí i Watt) a les 7:00

* Lloc i hora de sortida de Santa Susanna: Estació RENFE, a les 9:30

* Esmorzarem a Calella.

* Dinarem a Sant Pol de Mar.

* Vocals: Núria Blanch, Ramon Aranda, Lluïsa Blanch i Francesc Suárez.

* Els desplaçaments d'anada i de tornada es farà en un autocar de 50 places.

* Pressupost: cost de l'autocar socis 17 € / no socis 20 €.

NOTES DELS ORGANITZADORS

* Data límit per fer les inscripcions: dijous 23 de març.

* Inscripcions i més informació: al grup de WhatsApp específic o al telèfon 609 40 37 50 (de 18 a 20 hores).

* Tancarem les inscripcions en cas d'arribar a 50 persones inscrites.

* Cada participant s'haurà d'emportar l'esmorzar, dinar de campanya i beguda.

* Propera sortida d'aquest cicle: data encara per decidir. 3a etapa. **Sant Pol de Mar – Canet de Mar – Arenys de Mar – Caldes d'Estrac** (11,0 km).

CREDECIAL: Es facilitarà credencial a tots/es els/les pelegrins/es per posar els segells acreditatius de pas. Cost: 2 €.

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.

TRACK: 2a etapa. **Santa Susanna – Pineda de Mar – Calella – Sant Pol de Mar**

<https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/via-marina-del-cami-de-sant-jaume-4-malgrat-de-mar-santa-susanna-pineda-de-mar-calella-sant-pol-de-81603034>

Entitat associada a:



Amb el suport de:

