



PROGRAMA D'ACTIVITATS

número 187

MAIG 2025

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
Dissabte 10	El Llobregós	-	Col·lectiu d'Usuaris de la Bici SENSE PRESSES
Dimecres 14	El Moianés: Forat Micó	-	VETERANS
Diumenge 18	18 ^a etapa: Camprodon - Molló	<i>Camí de l'Abat Oliba (Els Camins de Sant Jaume per Catalunya)</i>	HISTÒRIA
Dimecres 28	Cingles de Vallcebre		VETERANS
Dissabte 31	25a etapa: ALTAFULLA - TARRAGONA	<i>Els 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. És 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.



Col·lectiu d'Usuaris de la Bici SENSE PRESSES

El Llobregós

Dissabte, 10 de maig

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 l'estació de Calaf. Sortirem de la població pel camí de les Quadres, passant pel costat del castell. Creuarem la C-25 i seguirem pel camí de l'Alzina cap a Calonge de Segarra i el seu castell. Continuarem cap al nucli d'Enfesta, que pertany al municipi de la Molsosa, on el seu castell ens dona la benvinguda i on trobem l'origen del Llobregós. Primer per carretera local i després per pista, anirem aigües avall fins a Castellfollit de Riubregós. Seguirem per la carretera d'Andorra i de seguida agafarem el camí que, entre camps, ens portarà a Torà. Farem una volta pel poble i sortirem per la carretera de Palouet cap als plans de Solibernat, buscant el camí més proper al riu. Seguirem fins al nucli de Talteüll i anirem a buscar la carretera de Biosca. Abans d'arribar-hi, agafarem el camí del Mas del Sot fins a la carretera de Sanaüja. Per camins seguirem fins a Torralla i agafarem el camí vell de Sanaüja fins a Vilanova de l'Aguda. Des d'aquí, continuant pel camí vell, arribarem a Ponts, on el Llobregós desemboca al Segre.

Prendrem la carretera local cap a Oliola i seguirem pel camí de la Rovira fins a aquest mas. Des d'aquí, continuarem a Coscó, amb molt bones vistes de l'Urgell, i baixarem cap al canal Segarra-Garrigues. El seguirem un tros fins a trobar el nucli de les Pallargues. Des d'aquí, agafarem una part dels camins que conformen la ruta del riu Sió per anar cap a Sisteró i, posteriorment, la Figuerosa. Ens quedaran els últims quilòmetres de pista i, finalment, d'asfalt, fins a Tàrrega, on acabarem la sortida.

Uns 85 km aproximadament, per carreteres locals ben asfaltades, pistes de terra amples i alguna part de senders una mica més tècnics però ciclables. Ascendent acumulat al llarg del recorregut: 850m.

Podeu consultar la ruta al següent enllaç:

<https://www.wikiloc.com/mountain-biking-trails/calaf-tarrega-pel-llobregos-164630674>

* Lloc i hora de sortida: a l'estació de Terrassa-Estació del Nord **a les 07:35**. El tren surt a les **07:50 hores** (destinació Lleida). Arribarem a Calaf sobre les 08.55 hores. Farem el cafè i començarem a pedalar.

També us podeu desplaçar en cotxes particulars i aparcar a Tàrrega (punt d'arribada). Un cop allà, cal que agafeu el tren RL4 (destinació Terrassa), que surt a les 08.24h i que us deixarà a Calaf a les 08.57h.

* Tornada: en tren o cotxe des de Tàrrega a la tarda, màxim a les 20h per agafar l'últim tren.

* Material necessari: bicicleta, casc, alguna cosa per picar, esmorzar (farem el cafè en arribar a Manresa) i dinar. **És molt important que portem el dinar perquè la ruta és llarga**. En aquesta ocasió no hi ha massa serveis, així que no podem garantir que puguem parar en algun lloc adient per acompanyar el dinar que portem amb alguna beguda.

* Vocals: Xavi Oller i Xavier Garriga.

* Pressupost: bitllets de tren d'anada i tornada (vàlid l'abonament recurrent).

* És obligatori fer la inscripció (fins el 9 de maig) mitjançant el correu electrònic cub.sensepresses@gmail.com. Podem limitar el nombre de participants. Els menors han d'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 gaudir dels paisatges que ens ofereix la zona.



VOCALIA DE VETERANS

El Moianés: Forat Micó

Dimecres, 14 de maig (tot el dia)

Excursió al cor del Moianès, amb un recorregut variat i ple d'encants naturals i patrimonials. El camí comença amb vistes espectaculars des del Mirador del Meandre de Calders, i va baixant suaument fins arribar a la pintoresca Capella de Sant Andreu de Bellveí, amagada entre boscos i camps.

La Font de Bellveí aporta un toc fresc a la ruta, i el Forat Micó sorprèn amb la seva formació natural entre roques, un racó ideal per parar i explorar. El retorn pel costat del riu Calders és senzillament preciós, amb boscos de ribera i una calma absoluta.

Llargada de la ruta: Uns 10,2 km

Desnivell positiu: 215 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 + dinar), No socis: 40 EUR

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

Inscripcions: A partir del dia 30 d'abril fins al 12 de maig.

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

Contactar només via whatsapp al telèfon 696962440 (Joan Miquel) 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 abonar el cost de l'autocar



VOCALIA d'HISTÒRIA

*Camí de l'Abat Oliba
(Camins de Sant Jaume per Catalunya)*

18^a etapa: Camprodon – Molló

Diumenge, 18 de maig

Distància: 11,6 km.

Desnivell positiu: **440** m.

Desnivell negatiu: **182** m.

Dificultat: **Moderada.**

Itinerari previst i dades d'interès:

Arribats a **CAMPRODON**, l'autocar ens deixarà al Parc de la Mare de la Font des d'on iniciarem la nostra caminada, seguint pel Camí del Camp de la Vila, Carrer de Catalunya, Església de la Mare de Déu del Carme, Ajuntament, Carrer de Sant Roc, Museu Albéniz, Carrer d'Isaac Albéniz, Pont sobre el Ritort, Carrer València, Plaça de Santa Maria, Església de Santa Maria, Monestir de Sant Pere de Camprodon, Carrer de Freixenet, Carrer Mossèn Cinto Verdaguer, Camí dels Enamorats, Font del Ferro, Cementiri de Molló, Carretera de Molló, Deixalleria Comarcal del Ripollès, El Guillot, Freixenet de Dalt, Turó del Pontellí, Serrat del Mig, Torrent de Galceran, Font de Nostra Senyora de la Pietat, El Bertran, Carretera de Favars, **MOLLÓ**, Font Vella, Carrer de la Font Vella, Plaça Major, Carrer de l'Església, Església de Santa Cecília, Carrer dels Castanyers, Passeig del Vallespir i Rotonda Crta. De Molló on donarem per finalitzada la caminada.

Lloc i hora de sortida de Terrassa:

1^a Parada Av. Abat Marcet (Camp de Futbol 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 20€/no socis 25€** (només autocar). Els associats/des a l'atur i amb una antiguitat mínima d'un any **15€**.

– El desplaçament es farà amb un autocar de 55 places.

– Data límit per fer les inscripcions: dijous 13 de març o abans en cas de quedar exhaurides les places. Si alguna persona inscrita es dona de baixa el mateix dijous abonarà el 50% del cost de la plaça i a partir de divendres i fins el dia de la sortida abonarà el 100% del cost establert de la plaça de l'autocar.

– Inscripcions i més informació: Preferentment per whatsapp al telèfon 646615016 indicant el nom de la persona que realitza la consulta o al correu electrònic: amicscamisantjaume.terrassa@gmail.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.





VOCALIA DE VETERANS

Cingles de Vallcebre

Dimecres, 28 de maig (tot el dia)

Una ruta circular amb bones vistes de l'Alt Berguedà.

Aquest sender dona la volta al municipi de Vallcebre a través d'una llarga cinglera des d'on podrem admirar vistes del Montseny, Puigmal, Cadí, Pedraforca, Rasos de Peguera, Tossa d'Alp, El pantà de la Baells, El Penyes Altes...

Llargada de la ruta: Uns 10,2 km

Desnivell positiu: 384 m

Dificultat: Fàcil, moderat en algun tram.

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 + dinar), No socis: 40 EUR

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

Inscripcions: A partir del dia 14 de maig fins al 26 de maig.

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

Contactar només via whatsapp al telèfon 696962440 (Joan Miquel) En el whatsapp poseu el vostre nom i cognom en el missatge.

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 abonar el cost de l'autocar.



VOCALIA de SENDERS 2008

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

25a Etapa: ALTAFULLA - TARRAGONA

Dissabte, 31 de maig

Continuem amb el Camí de la Mediterrània, que varem començar al Coll de Belitres al febrer del 2022, el temps va passant i nosaltres pas a pas anem avançant en el nostre propòsit. En aquesta etapa ja arribarem a Tarragona i pràcticament tindrem fetes tres quartes parts del camí que l'acabarem a les cases d'Alcanar.

Aquesta etapa serà l'última d'aquesta temporada, abans d'arribar a l'estiu, per això us proposem una sortida diferent: Caminarem, per descomptat, serà una agradable passejada, i per després us hem preparat una sorpresa, que en el seu moment us n'informarem. Segur que ens ho passarem molt bé i gaudirem d'un bon dia amb bona companyia

Itinerari previst:

Altafulla, Tamarit, La Mora, Punta de la Creueta, Cala Fonda, Tarragona.

Distància: ? Km (ja us informarem)

Dificultat: Baixa

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

Sortida:

06:50 h davant del camp del futbol del Terrassa.

07:00 h davant del Mercadona de la Rambla.

Import de l'autocar: socis 20 euros / no socis 25 euros.

Inscripcions: al telèfon 649 425 011 (vespres) i al WhatsApp del grup, abans del 24 de maig.

Notes:

- El desplaçament es farà en un vehicle de 60 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.

Entitat associada a:



Amb el suport de:

