

Acte de reconeixement als socis i sòcies

El diumenge 26 d'abril, a les 6 de la tarda, celebrarem l'acte de la Diada de Sant Jordi del Centre a la sala Moragues del Born Centre de Cultura i Memòria (pl. Comercial, 12 de Barcelona).

Com cada any, lliurarem les insígnies de platí, or i argent als socis que fa 75, 50 i 25 anys que pertanyen a la nostra entitat. L'obertura de portes serà a les 17:30 h.

Per tal de poder-hi assistir caldrà reservar plaça trucant a l'Àrea d'Atenció o bé a través del formulari web.

Actes de celebració de Sant Jordi

El 23 d'abril, tornarem a tenir taula de llibres a la nostra seu social (c/ Paradís, 10 de Barcelona) al matí i a la tarda. Els autors que hi vulgueu vendre els vostres títols, i tots aquells socis i sòcies que vulgueu ajudar-nos una estona a la parada, podeu posar-vos en contacte amb nosaltres a: bvidal@cec.cat.

Al llarg del matí del dia 23 també hi haurà jornada de portes obertes a la seu social obertes a tothom. Caldrà fer inscripció prèvia.

Durant el mes d'abril aquells qui vulguin podran presentar els seus relats breus de muntanya i natura en el IV Concurs de microrelats del CEC.

Les bases, calendari de presentació, premis, composició del jurat, etc. es poden consultar a la web.

SOCIS GUARDONATS AMB LES INSÍGNIES DEL CEC



75 anys (insígnia de platí)

Montserrat Bofill Gorina
Antoni Olivella Cunill
Lluís M. Pascual Ventosa
Isabel Ponsa Figueras

Albert Mans Teixidó
Jordi Matias Riu
Mercè Pérez García
Pepita Quer Domingo
M. Dolors Sureda Corominas



25 anys (insígnia d'argent)

Josep Alayeto Ortega
Eva Alberich Bertrán
Mercè Álvarez Urgelles
Maria Anglada Birulés
Antoni Barahona Carrillo
Jordi Bernat Abanco
Jordi Bosch Tous
Rafael Calvo Yubero
Enric Canet Ferrer
Núria Creus Ibañez
M. Esperança de Mena Obiols
Pere Enrique Gisbert



50 anys (insígnia d'or)

Josep Audenis Masjuan
Joan Canals Font
Jaume Cubeiro Bufí
Josep M. Duran Bellido
Pau Llibre Roig
Josep M. Llop Torné

Àngels Estruch Trullà
Montserrat Fargas Tatjé
Josep Maria Farrés i Renau
Gemma Gomis Lleal
Antonio Iglesias Melendres
David Jordán Pérez
Marià Martí Viudes
Mercedes Morgadella Castells
Margarita Neddermann Diago
Josep M. Ordeig Pinos
Lluís Pérez Gil
Oscar Perez Puchol
Paula Portell Sesén
Núria Portell Sesén
Jaume Prat Torrades
Jordi Pujadas Cortés
Francesc Xavier Resel Salvador
Josep Riumalló Martí
M. Teresa Roma Vergés
Jordi Sabater Nolla
Rosar Sala Lorente
Frederic Sala Ros
Leonor Sesén Herrera
Jorge Soucherion Almela
Ignasi Steegmann de Mena
Marina Vázquez Ortega



SORTIDES

EXCURSIONISME CLÀSSIC

DIJOUS, 9 D'ABRIL

SANT FELIU DE PALLAROLS - SANTUARI DE LA SALUT

CICLE: Grup del Dijous.

Itinerari que combina la exuberància del paisatge garrotxí, especialment atractiu durant la primavera i la tardor, amb la visita d'un dels santuaris més emblemàtics d'aquesta zona com és el santuari de la Salut, un dels millors miradors de la Garrotxa.

ITINERARI: Sant Feliu de Pallarols, el Fontanil, cingle de Rocalba, font del Vern, santuari de la Salut, collat de l'Arç, roques Encantades, Sant Pere Sacosta, el Grebol, Sant Feliu de Pallarols.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Distància: 12,3 km / Desnivell: +/- 690 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: pàrquing carrer del Riu Brugent 27, 09:00 h.

VOCAL: Andreu Bover.

DIJOUS, 9 D'ABRIL

EL COGULLÓ DE CABRA

CICLE: Grup del Dijous.

Ruta circular per la serra de Comaverd, bon mirador a cavall de la Conca de Barberà i l'Alt Camp. Des del poble de Vallespinosa (Conca de Barberà) anirem al nucli despoblat i el castell de Selmella, pujarem al Cogulló de Cabra (881 m, 100 Cims) i seguirem la carena fins al puig de Comaverd (902 m), des d'on anirem baixant per tornar a Vallespinosa.

ITINERARI: Vallespinosa, coll de Valls, Selmella, GR-7, coll de Sàrria, roc del Cogulló, Cogulló de Cabra (881 m), puig de Comaverd (902 m), coll de Valls, Vallespinosa.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 7 h / Distància: 18,5 km / Desnivell: +/- 600 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: aparcament a l'entrada del poble de Vallespinosa, 09:00 h.

VOCALS: Ferran Gironès i Emili Rosell.

DISSABTE, 11 D'ABRIL

SANTA MARGARIDA DE PAMPA

CICLE: Pobles perduts de Catalunya.

El nucli despoblat de Pampa se situa a l'extrem septentrional de Castellar de la Ribera. Es tractava d'un nucli important format per di-

INSCRIPCIONS

Per participar a les sortides que organitza el CEC és imprescindible inscriure's formalment a través del web, telefònicament o presencialment en horari d'atenció al soci/a (consultar el web).



verses masies i l'església de Santa Margarida, amb una rectoria adossada. Entre els vestigis més rellevants del nucli hi destaca l'antic castell, del qual avui en queden escasses restes, i també l'església de Santa Margarida, restaurada recentment. La resta de masies que conformaven el nucli es troben en un estat d'enrunament avançat.

ITINERARI: Ogern, Sant Serni de la Salsa, camí de Sarinyana, Santa Margarida de la Pampa, Sant Mateu de Comardons, tossal Alt, creu de Marcús, Sant Serni d'Ogern.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Distància: 15 km / Desnivell: +/- 412 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: davant el restaurant Cal Ton, 09:30 h.

NOTA: cal dur dinar de motxilla.

VOCALS: Núria Comas i Yolanda Piñol.

CIRERERS EN FLOR - ABRIL 2026

CICLE: Calaix de sastre.

Excursió matinal per veure els cirerers en flor de San Boi i Sant Climent de Llobregat.

ITINERARI: Can Codina, Santa Bàrbara, vall de Llor, coll de Biscarri, camí de Can Cartró, sot del Formigueraire, font de Murri, parc agrari del Baix Llobregat, Can Julià, bosc de Joaquim Folguera, colònia Güell.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / Distància: 5 km / Desnivell: +/- 250 m.

VIATGE: amb transport públic

TROBADA: estació FGC Molí Nou-Ciutat Cooperativa, 09:00 h.

NOTA: dinar opcional a l'Ateneu Unió de la colònia Güell.

VOCAL: Núria Casals.

ELS MIRADORS DE LLANARS

CICLE: Caminant per Catalunya.

Itinerari circular que recorre les poblacions de Llanars, la Roca i Vilallonga de Ter, i passa per diversos punts panoràmics, com ara el castell de La Roca, el mirador del Drac, o la creu de Llanars (100 cims).

ITINERARI: Vilallonga de Ter, exposició d'escul-

tures de ferro i mirador del Drac, ca n'Huguet, ca n'Huguet Vell, coll de la Roureda, Creu de Llanars (1.154 m), Llanars, església de Sant Esteve, pont del Molí, la Fonteta, la Roca, castell de la Roca, camí de les Eugues, font Negra, palanca d'en Xambó, Vilallonga de Ter, església de Sant Martí.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 13 km / Desnivell: +/- 640 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: aparcament de Vilallonga de Ter, 09:30 h.

VOCAL: Teresa Larrieu.

DIUMENGE, 12 D'ABRIL

CASTELLET I LA GORNAL I EL PANTÀ DE FOIX

CICLE: Castells de la Marca, del Llobregat al Gaià.

Partirem del poble de Castellet i la Gornal, farem una excursió pels voltants del llac i tornarem al castell de Castellet on es farà una visita guiada.

ITINERARI: Castellet i la Gornal, masia de Cal Balaguer, aqüeducte, Can Bladet, castell de Castellet.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4,5 h / Distància: 13 km / Desnivell: +/- 310 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

NOTA: l'itinerari i l'hora de trobada aniran en funció de l'hora que ens reservin la visita al castell. La visita és gratuïta.

VOCAL: Josep Grogués.

DIMECRES, 15 D'ABRIL

CIRCULAR PER SANT LLORENÇ DEL MUNT

CICLE: Valls, carenes i cims.

Excursió circular per conèixer algunes de les valls i cims, del massís de Sant Llorenç del Munt. Amb ascensions al castell de Pera, roca Sereny i Montcau, aquests darrers, inclosos als (100 cims de la FEEC).

ITINERARI: Marquet de la Roca, carena de la Muntada, castell de Pera, coll d'Agramunt,

SORTIDES

roca Sereny (100 cims), coll d'era Ventosa, coll de Pregona, carena dels Emprius, coll de Finestrelles, coll d'Eres, Montcau (100 cims), coll de Llor, font de Llor, Marquet de la Roca.
NIVELL: **** cal experiència / Temps: 7 h / Distància: 13 km / Desnivell: +/- 753 m.
VIATGE: amb cotxes particulars
TROBADA: pàrquing del Marquet de la Roca, 09:00 h.
VOCALS: Esther Martínez i Marta Vilalta.

DIJOURS, 16 D'ABRIL

SANT JORDI DE LLOBERES

CICLE: Grup del Dijous.
 Sortirem des de Santa Maria de Cornet per conèixer tres ermites romàniques més, tot passant per camps i boscos, per corriols, pistes i camins de transhumància fins a arribar a Sant Jordi de Lloberes. Tornarem per la masia del Soler de Lloberes tot seguint la riera de Cornet.

ITINERARI: Santa Maria de Cornet, Cal Serra, coll de Comadons, Sant Miquel de Terradelles Vell, Sant Miquel de Terradelles Nou, coll de Pitxell, Sant Jordi de Lloberes, el Soler de Lloberes, torrent de Cal Cornet, Cornet.
NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 15 km / Desnivell: +/- 280 m.
VIATGE: amb cotxes particulars
TROBADA: davant l'església de Santa Maria de Cornet, 09:30 h.
NOTA: cal dur dinar de motxilla.
VOCAL: Núria Comas.

ROCA DELS CORBS DES DE COLLBATÓ

CICLE: Grup del Dijous.
ITINERARI: Collbató, font de la Salut, Santa Margarida del Cairat, cap Brot, roca dels Corbs, Collbató.
NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 10 km / Desnivell: +/- 420 m.
VIATGE: amb cotxes particulars
TROBADA: zona d'aparcament de la cova del Salnitre (Collbató), 09:00 h.
VOCALS: Josep Casanovas i Emili Rosell.

DISSABTE, 18 D'ABRIL

DE SANT JORDI DESVALLS A CAMALLERA PER DIANA, EL BOSC DE LA VALL LLOBERA I GAÜSES

CICLE: Caminant per Catalunya.
ITINERARI: estació de Sant Jordi Desvalls, castell i església de Sant Jordi, Diana, mas Genís, Sant Mateu, bosc de la Vall Llobera, Gaüses de Baix, ermita de Sant Roc, Santa Maria de Gaüses, Sant Bartomeu, Sant Sebastià, estació de Camallera.
NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 4 h / Distància: 13 km / Desnivell: + 167 m / - 123 m.
VIATGE: amb transport públic
TROBADA: davant les taquilles de l'estació del Clot-Aragó, 06:30 h.

NOTA: esmorzarem en un bar de Sant Jordi Desvalls. Dinar facultatiu en un restaurant de Camallera.
VOCALS: Albert Gras i Pere Miró.

MUNTANYA DE SANT MAMET

CICLE: Caminant per Catalunya.
 Ascensió a la muntanya de Sant Mamet, un 100 cims, excel·lent mirador sobre el Montsec.
ITINERARI: Santa Maria de Meià, castelló de Meià, jaciment d'icnites (petjades de dinosaure), coll de les Comes, Sant Mamet, cal Moliner, Santa Maria de Meià.
NIVELL: **** cal experiència / Temps: 8 h / Distància: 17,5 km / Desnivell: +/- 950 m.
VIATGE: amb cotxes particulars
TROBADA: entrada del poble de Santa Maria de Meià, 09:00 h.
VOCALS: Manel Canales i Trini Cambras.

DIUMENGE, 19 D'ABRIL

XLVIII EMBARDISSADA (2026) CENTRE EXCURSIONISTA D'OLOT

CICLE: Trepitjamolses.
 La XLVIII Embardissada 2026, és una activitat organitzada pel Centre Excursionista d'Olot(-CEO). Les inscripcions a aquesta activitat mitjançant el CEC és només pels socis. El CEC només fa l'acompanyament dels socis participants que s'inscriuen a aquesta activitat per tal de disposar de l'assegurança com una activitat del CEC.
VIATGE: amb cotxes particulars.
TROBADA: punt de sortida de l'Embardissada, a Hostal Nou de Bianya, 07:00 h.
VOCALS: Susana Morán i Emili Rissech.

DIMECRES, 22 D'ABRIL

LA SERRA DE BUSA

CICLE: Grup del Dijous.
 Excursió circular per la serra de Busa basada en una excursió del Francesc Beato

(20/05/2007), que ens permetrà descobrir el pla i la serra de Busa per uns camins i paratges força desconeguts.

ITINERARI: font de les Cases Baixes, grauet de Casa Llobeta, casa Llobeta, ermita de Sant Iscle i Santa Victòria, font de l'Adou, grau de la Guàrdia, el Rial de Busa, Sant Cristòfol de Busa, cim de la Llebre, canal de Casa Vila, coll de Trasserra, font de les Cases Baixes.
NIVELL: **** cal experiència / Temps: 7 h / Distància: 15 km / Desnivell: +/- 850 m.
VIATGE: amb cotxes particulars
TROBADA: carretera C-462 de Solsona a Sant Llorenç de Morunys, aparcament després del km 16 i abans del km 17, 08:45 h.
VOCALS: Jordi Lloveras i Jordi Canosa.

MONTSENT DE BERGUEDÀ

CICLE: Grup del Dijous.
 Itinerari circular d'ascensió al Montsent de Berguedà (894 m) des de Cal Rosal (500 m).
ITINERARI: Cal Rosal, pont sota la C16, la Pubilla, camí de la Portella, riera de la Portella, pantà de Fuives, baga de Blancs, riera de la Portella, serrat Pla, Montsent de Berguedà o serrat de Picancel, collada de l'Era de la Palla, era de la Palla, balma dels Gats, font de la Tosca, font de les Cabrotes, Sant Martí de Minoves, casa nova de Sant Martí, rasa de Sant Martí, pont sota la C16, Cal Rosal.
NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Distància: 16 km / Desnivell: +/- 650 m.
VIATGE: amb cotxes particulars
TROBADA: aparcament situat a l'inici de la via verda del Llobregat, 09:30 h.
VOCAL: Teresa Larrieu.

DISSABTE, 25 D'ABRIL

EL TURÓ DE MOIÀ I EL RIU BESÒS

CICLE: Calaix de sastre.
 Excursió per pujar al turó de Moià, de Montcada i Reixac, i després seguir el riu Besòs fins



SORTIDES

Santa Coloma de Gramenet. Si tenim temps i ens plau podem baixar al Parc Fluvial del Besòs per veure el Museu d'art urbà Besòs: BesArt River Museum.

ITINERARI: Montcada i Reixac, riu Besòs, torrent de Vall Llosera, camí de la font del Tort, font del Tort, torrent de Can Güell, coll de Moià, turó de Moià, Montcada, riu Besòs, parc de Can Zam de Santa Coloma de Gramenet.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 3 h / Distància: 6 km / Desnivell: +/- 200 m.

VIATGE: amb transport públic

TROBADA: estació de Renfe de plaça Catalunya, 09:00 h.

NOTA: cal portar esmorzar i dinar. És una excursió matinal si només es fa el turó de Moià.

VOCAL: Núria Casals.

CINGLES DE SANTA CÍLIA

CICLE: Sortides d'autor/a.

Excursió circular des del Pla de Can Codina, a Sant Miquel de Sorerols, Santa Cília, i baumes de Corbera.

ITINERARI: Sant Miquel de Sorerols, cova de Bora Fosca, Santa Cília, el Noguer, baumes de Corbera.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6,5 h / Distància: 16 km / Desnivell: +/- 800 m.

VIATGE: amb cotxes particulars.

TROBADA: pla de Can Codina, km 4,5 carretera de l'Esquirol a Taverter, 09:30 h.

VOCALS: Ignasi Vidal i Maria Puigdueta.

RUTA ENOGASTRONÒMICA DE LA VALL DEL CORB, T'HO PERDRÀS?

CICLE: Aventures per terra, mar i aire.

TrosFood Vall del Corb 2026 és una ruta enogastronòmica no competitiva per descobrir el paisatge entre la Segarra i la Conca de Barberà, caminant entre vinyes, oliveres i pobles amb essència medieval. El recorregut permet conèixer el patrimoni de pedra seca i viure una experiència de slow travel, connectant amb la



natura i l'autenticitat del territori.

La ruta, encara pendent de publicar a Wikiloc, tindrà aproximadament 12 km i 300 m de desnivell, amb trams de corriol i pista forestal. Al llarg del recorregut hi haurà unes 7 parades amb productes de proximitat i km 0, amb opció de maridatge.

VIATGE: amb cotxes particulars

VOCALS: Alex Cots i Ester Pinna.

DIUMENGE, 26 D'ABRIL

EXCURSIÓ A L'ERMITA DE SANTA CATERINA DE TORROELLA DE MONTGRÍ RECORDANT AMB EL CLUB DE LECTURA CATERINA ALBERT I LA NOVEL·LA SOLITUD.

CICLE: Sortides d'autor.

ITINERARI: Torroella de Montgrí, GR 92, Coll de la Creu, ermita de Santa Caterina, vall de Santa Caterina, Belcaire d'Empordà.

NIVELL: ***certa dificultat / Temps: 3:30 h / Distància: 10 km / Desnivell: + / - 180 m

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: davant les taquilles de l'estació del Clot-Aragó a les 6:20

VOCAL: Albert Gras

DIMARTS, 28 D'ABRIL

CAMINANT AMB ANNA MURIÀ PER CAMINS D'EXILI

CICLE: Caminant amb Lletres.

Caminarem amb Anna Murià, periodista, escriptora, assagista, traductora i militant política. Va treballar diferents gèneres i va ser guardonada amb diverses distincions. La Vajol és un municipi emplaçat a l'extrem nord de la comarca de l'Alt Empordà, en un replà granític. El seu terreny és accidentat per la proximitat amb els Pirineus, i té boscos de sureres, faigs i castanyers. Per aquest punt passaren el govern i els intel·lectuals catalans camí de l'exili el 1939.

ITINERARI: la Vajol (monument a l'exili), restaurant Manrella, font del Cucut, coll de Lli, les Illes (monument republicà), cortal del Battle, coll de la Manrella (monument Lluís Companys), Can Quera, Can Capelleres, la Vajol.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Distància: 12 km / Desnivell: +/- 380 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: aparcament de la Vajol, 09:30 h.

NOTA: lectura: Anna Murià, "Aquest serà el principi", Leonard Muntaner, Editor, 2023.

VOCAL: Núria Comas.

DIMECRES, 29 D'ABRIL

TOMB DEL CABRAFIGA DES DE PRATDIP

CICLE: Grup del Dijous.

Atractiu, preciós, magnífic, i agraït recorregut circular des de Pratdip. Pujarem al Castellet de les Mugues (antic assentament ibèric, després

convertit en fortificació contra la pirateria, amb excepcionals vistes sobre la costa i el Cap de Salou) i ens arribarem al puig de la Cabrafiga (614m.)Tornada pel Pas del Gos i pel Portell dels Grauets.

ITINERARI: Pratdip, barranc de la Dòvia, salt de la Savinosa, grauet de les Mugues, Castellet de les Mugues, coll dels Meners, pas del Cabrit, puig de la Cabrafiga, pas del Gos, portell dels Grauets, Pratdip.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 6 h / Distància: 10 km / Desnivell: +/- 600 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: Pratdip, avinguda Catalunya (al costat del poliesportiu), 09:30 h.

VOCAL: Emili Rosell.

EL PONT DE L'AFRAU DELS CORTALETS

CICLE: Grup del Dijous.

Pujada al pont natural de l'Afrau dels Cortalets, al vessant sud de la serra de la Moixa, des de l'aparcament de la Dou del Bastareny, passant per la masia de Monnell i l'ermita de Sant Romà d'Oreis i tornant pel torrent de la Muga.

ITINERARI: aparcament de la Dou del Bastareny, el Monnell, Sant Romà d'Oreis, torrent de la Muga, pont de l'Afrau, torrent de la Muga, aparcament.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 7,5 h / Distància: 13,5 km / Desnivell: +/- 1.000 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: aparcament de la Dou del Bastareny, 09:00 h.

VOCALS: Ferran Gironès i Emili Rosell.

ALTA MUNTANYA

DISSABTE I DIUMENGE 11 I 12 D'ABRIL

PICS DE CLARABIDE (3.019 M)

CICLE: Ascensions d'alta muntanya.

Ascensió als pics de Clarabide des del refugi d'Estós.

ITINERARI:

Dissabte: Benás, aparcament del pont de Sant Jaume, vall d'Estós, refugi d'Estós.

Diumenge: refugi d'Estós, Forau de O, vall de Gias, ibón de Gias, port de Gias, Clarabide Oriental (3.017 m), pic de Clarabide (3.019 m), refugi d'Estós, aparcament del pont de Sant Jaume.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 3 h (dissabte), 9 h (diumenge) / Distància: 8,5 km (dissabte), 15 km (diumenge) / Desnivell: + 600 m / - 30 m (dissabte), + 1.140 m / - 1.710 m (diumenge).

PERNOCTACIÓ: refugi d'Estós (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: Diagonal cantonada Keynes (sortida metro Palau Reial, costat muntanya), 06:55 h.

NOTA: cal portar dinar de dissabte i diumenge.

VOCALS: Emili Rissech; Susana Morán.

SORTIDES

DISSABTE, 25 D'ABRIL

SERRA DE CARDÓ. CREU DE SANTOS, ERMITES I COVES.

CICLE: Caminant per Catalunya.

ITINERARI: antic balneari de Cardó (aparcament), ermita de Sant Josep, ermita de Sant Roc, forn de quitrà, roca Foradada, cova Llu-minosa, portell de Cosp, pas amb corda, refugi i font del Teix, cova Llòbrega, portell del Bou, punta dels Rebolcadors, portell de Cardó, creu de Santos-Xàquera (914 m), pi de la Migdiada, coll de Murtero, ermita Cremada, ermita de Sant Joan, font de l'Argelagar, ermita de Sant Onofre, ermita de la Columna, antic balneari de Cardó.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 7 h / Distància: 13 km / Desnivell: +/- 750 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: aparcament de l'antic balneari de Cardó, 09:00 h.

NOTA: cal portar el dinar i aigua suficient.

VOCAL: Josep Casanovas i Emili Rosell.

MARXA NÒRDICA

DIUMENGE, 26 D'ABRIL

MAGIC LINE 2026 – RECORREGUT COSTANER PER CASTELLDEFELS

CICLE: Magic Line.

Participa a la Magic Line 2026 i dona suport a les causes solidàries de l'Obra Social Sant Joan de Déu!

El recorregut proposat d'enguany ens porta a Castelldefels, tot resseguint la línia de costa pel seu passeig marítim.

ITINERARI: platja del Baixador, passeig marítim de Castelldefels, retorn per la platja.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2,5 h / Distància: 8 km / Desnivell: inapreciable.

VIATGE: amb transport públic.

TROBADA: platja del Baixador (Castelldefels), 09:00 h.

NOTA: per completar la inscripció a la Magic Line 2026 i formar part de l'equip del CEC cal seguir els passos de l'enllaç que es rebrà per correu electrònic un cop feta la inscripció. Per participar en l'activitat és obligatori fer un donatiu mínim de 10 €.

VOCAL: Maite Pont, Dolors Gurri, Amadeu Julià, Yolanda Piñol.

BICICLETA

DISSABTE 11 D'ABRIL

ELS CECCLISTES DESCOBRIM LA "TOSCANA CATALANA"

CICLE: Reptes i aventures en bicicleta (BTT, gravel, cicloturisme...).

Vine a pedalar per la Segarra, una terra de contrastos on cada turó amaga una fortalesa.



Hem preparat una ruta circular des de Cervera que t'encantarà.

ITINERARI: Cervera, mas Suau, Castellmeià, església de Sant Julià de Llor, ermita de Sant Macari, castell de les Sitges, castell de les Pallargues, capella de la Mare de Déu de Bell Vilar, castell de Ratera, castell de l'Aranyó, Cervera.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 5 h / Distància: 60 km / Desnivell: +/- 500 m.

VIATGE: amb transport públic

VOCAL: Alex Cots i Ester Pinna.

DIUMENGE, 19 D'ABRIL

DE MAZINGUER Z A SANTES CREUS

CICLE: Bici fàcil.

ITINERARI: el pla de Santa Maria, Mazinguer Z, monestir de Santes Creus, barraques de la Caponara, el pla de Santa Maria.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 5 h / Distància: 29 km / Desnivell: +/- 330 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

VOCAL: Joaquim Sánchez.

DISSABTE I DIUMENGE, 25 I 26 D'ABRIL

CICLOTURISME PER LES TERRES DE L'EBRE

CICLE: Bici fàcil.

ITINERARI:

Dissabte: Jesús, Tortosa, font del Quinto, Amposta, torre de la Carrova, Vinallop, Jesús.

Diumenge: Cretes, estació d'Horta de Sant Joan, estació de Bot, balneari de la Fontcalda, estació de Benifallet, Xerta, Aldover, Jesús.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 4 h (dissabte), 5,5 h (diumenge) / Distància: 37 km (dissabte),

55 km (diumenge) / Desnivell: +/- 125 m (dissabte), +125 / -680 m (diumenge).

PERNOCTACIÓ: alberg Enric d'Ossó (MP).

VIATGE: amb cotxes particulars

VOCAL: Francesc Estrada.

ESQUÍ DE MUNTANYA

DISSABTE, 18 D'ABRIL

BASTIMENTS (2.883 M)

CICLE: Sortides i travesses d'esquí de muntanya.

Ascensió amb esquís de muntanya al pic de Bastiments, per l'aresta E, en modalitat de "muntanya sense pressa".

ITINERARI: estació d'esquí de Vallter (2.150 m), coll de la Geganta (2.604 m), Bastiments (2.883 m), coll de la Marrana (2.529 m), estació de Vallter.

NIVELL: *** certa dificultat / Temps: 5 h / Distància: 8 km / Desnivell: +/- 733 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: estació de Fabra i Puig, 06:30 h.

VOCAL: Pau Quesada.

VIES FERRADES

DISSABTE, 25 D'ABRIL

VIA FERRADA A VALLCEBRE

CICLE: Vies ferrades de Catalunya.

1a sortida de la temporada del cicle Vies Ferrades de Catalunya: es farà una via de K1, de K3 i un camí aèri equipat.

NIVELL: **** Cal experiència

La Canalassa (K1). Temps: 1 h / Distància: 150 km / Desnivell: + 40 m.

L'Empalomar (K3). Temps: 2 h / Distància: 300 m / Desnivell: + 130 m.

Camí aeri l'Artic. Temps: 2 h / Distància: 1,6 km / Desnivell: + 130 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

TROBADA: Fabra i Puig (estació de tren i autobús), 07:30 h.

NOTA: reunió prèvia obligatòria el 23/04 a les 19:30h al CEC.

VOCAL: Juan Manuel Arrabal.

CIÈNCIA

DISSABTE, 11 D'ABRIL

EXPLORACIÓ BOTÀNICA A LA SERRA DE LLABERIA (LA RIBERA DE L'EBRE)

CICLE: Curs "La fisonomia vegetal de Catalunya".

Sortida de treball de camp emmarcada en el curs La Fisonomia vegetal de Catalunya, amb el qual es commemora el 20è aniversari de l'Equip de Recerca Botànica del Centre Excursionista de Catalunya i el 40è aniversari de l'inici de l'activitat botànica continuada en el CEC.

SORTIDES

ITINERARI: Llaberia (680 m), barranc de Llaberia, lo Portell (782 m), clot dels Arenals, coll dels Colivassos (818 m), lo Tossal Gran, les Planes, Llaberia.

NIVELL: ** fàcil / Temps: tot el dia / Distància: 6 km / Desnivell: +/- 150 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

NOTA: reunió prèvia telemàtica i presencial el dijous, 9 d'abril, 19:45 h.

VOCALS: Valentí González i Josep Nuet.

CULTURA

DIUMENGE, 12 D'ABRIL

SORTIDA A COLLBATÓ

CICLE: Dibuix i pintura.

ITINERARI: sortida de Barcelona amb transport públic per anar a Collbató i realitzar obra artística de panoràmiques de la muntanya de Montserrat i carrers medievals.

NIVELL: ** fàcil / Temps: 2 h / Distància: 2,5 km / Desnivell: +/- 350 m.

VIATGE: amb transport públic

TROBADA: avinguda Diagonal, 09:10 h.

VOCALS: Maria Lluïsa Parellada i Rosa Maria Planells.

JOVES

DISSABTE I DIUMENGE, 11 I 12 D'ABRIL

TROBADA JOVE A L'ABELLA DE LA CONCA

CICLE: Multiactivitat Joves.

El format de la sortida és autoorganitzat. Des de l'organització només es gestiona l'allotjament (MP) i es promou la trobada, però cadascú s'organitza l'activitat segons els seus coneixements i experiència. És obligatori tenir els coneixements i l'experiència suficients per fer l'activitat amb total autonomia.

NIVELL: **** cal experiència específica.

VIATGE: amb cotxes particulars

PERNOCTACIÓ: Abella Climb Eco Refugio (MP).

VOCALS: Sergi Ayats, Laia Casañas i Arnau Orengo.

DISSABTE I DIUMENGE 18 I 19 D'ABRIL

MICROCICLE SKIMO JOVES: CERTASCAN

CICLE: Multiactivitat Joves.

Sortida del grup de joves i joves + per pujar el Certascan. Amb opció de reunir-nos el divendres previ a l'inici de l'activitat.

ITINERARI:

Dissabte: Tavascan, estany de Flamisella, estany Blau, coll de Certascan, refugi de Certascan.

Diumenge: refugi de Certascan, pic de Certascan, retorn pel mateix itinerari.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 7 h (dissabte), 7 h (diumenge) / Distància: 11,6 km (dissabte), 12,6 km (diumenge) / Desnivell: +1.250 / -500 m (dissabte), +750 / -1.500 m (diumenge).

VIATGE: amb cotxes particulars

PERNOCTACIÓ: refugi de Certascan (MP).

NOTA: reunió prèvia en línia, dijous previ.

VOCALS: Irene Ortiz, Anna Segú, Mauri Serra i Martí Llop.

DIUMENGE, 26 D'ABRIL

LA SERRA DE CARREU LLEGINT "DOS TAÜTS NEGRES I DOS DE BLANCS"

CICLE: Muntanyes regalades.

Caminarem per la serra de Carreu seguint fragments de "Dos taüts negres i dos taüts blancs" de Pep Coll. La ruta circular sortirà d'Abella de la Conca, passant pel Sarsús, la collada del Trumfo i el tossal de Gallinova, abans de tornar al punt d'inici.

Durant el recorregut descobrirem els escenaris de la novel·la, vinculats a la matança de Carreu de 1943 i a la memòria de la Guerra Civil, amb lectura de fragments de l'obra.

ITINERARI: Abella de la Conca, Sarsús, collada del Trumfo, tossal de Gallinova, casa Toà, Abella de la Conca.

NIVELL: **** cal experiència / Temps: 6 h / Distància: 12 km / Desnivell: +/- 920 m.

VIATGE: amb cotxes particulars

NOTA: recomanable haver llegit "Dos taüts negres i dos de blancs" de Pep Coll.

VOCALS: Roser Obradors, Gemma Xaubet, Sergi Ayats i Arnau Prats.



Viatges i trekkings

Un món per descobrir

ALTRES ACTIVITATS

ACTIVITATS A LA SEU SOCIAL

DIJOUS, 9 D'ABRIL

CONFERÈNCIA TELEMÀTICA: LA FISONOMIA VEGETAL DEL SISTEMA MEDITERRANI

CICLE: Trobades al laboratori de botànica del CEC. Tercera conferència enmarcada en el curs La Fisonomia vegetal de Catalunya, amb el qual es commemora el 20è aniversari de l'Equip de Recerca Botànica del Centre Excursionista de Catalunya i el 40è aniversari de l'inici de l'activitat botànica continuada en el CEC.

LLOC: seu del CEC.

DILLUNS, 13 D'ABRIL

SELECTIU UNICA 2026

CICLE: Selectiu UNICA.

2a. projecció dels vídeos pre-seleccionats per a formar part del programa que ha de representar Espanya al Concurs Mundial de la UNICA: "Plastificados", Nerea Úbeda Segura (2025, 5' 48"). "La mort", Jesús Martínez "Nota" (2024, 12' 47"). "Tenéis que verlo", Nacho Solana (2025, 16' 40"). "You no mashallah!", Juanfer Andrés + Laura Vega (2025, 13' 5"). "Ratiña", Alicia Úbeda (2025, 10' 57"). "Trapos", Lucía Undari (2024, 5' 56"). "Videoclub 2001", Guillermo Polo (2025, 16' 24"). "Silencios", Yago Casariego (2025, 5' 58").

LLOC: Sala d'Actes.

HORA: 19 h

DIMARTS, 14 D'ABRIL

CLUB DE LECTURA FINS AL CIM! 2025-2026

CICLE: Club de lectura Fins al Cim!

Club de lectura per donar a conèixer, llegir i discutir, obres de muntanya que s'hagin escrit a casa nostra i terres enllà. Lectura: "Si puges al Sagarmatha quan fumeja neu i vent", de Francesc Delgado.

LLOC: Biblioteca del CEC.

HORA: 19:00 h.

DIJOUS, 16 D'ABRIL

INAUGURACIÓ DE L'EXPOSICIÓ "FOTOGRAFIES I MUNTANYES", DE JAUME ALTADILL

LLOC: Sala d'Exposicions del CEC.

HORA: 19 h.

DIJOUS 9, 16, 23 I 30 D'ABRIL

TROBADA DE L'EQUIP DE RECERCA BOTÀNICA

CICLE: Trobades al laboratori de botànica del CEC.

Sessió setmanal online i presencial per preparar les sortides de treball de camp i determinar les plantes que s'han herboritzat. També es tracten temes de botànica i donem resposta a les qüestions sobre botànica que plantegen els assistents.

HORA: de 18 a 19:45 h, sessió presencial; de 19:45 a 20:45 h, sessió telemàtica.

VOCALS: Josep Nuet i Valentí González.

DILLUNS, 20 D'ABRIL

SELECTIU UNICA 2026

CICLE: Selectiu UNICA.

3a. projecció dels vídeos pre-seleccionats per a formar part del programa que ha de representar Espanya al Concurs Mundial de la UNICA: "Angie", Josep Varo (2025, 9' 33"). "Larga noche", Alejandro Moreno (2025, 10' 25"). "Lencería milagros", Jana Moreno (2025, 13' 32"). "Lluernes", Ferran Ureña (2025, 19' 31"). "El último oasis", Ricardo Gamaza (2025, 15'). "Tras el telón", Yangxi Chen (2025, 3' 11"). "Bendito pezón", Paloma Mozo (2025, 3' 22"). "Naranjas", Gorka Martín-Curto (2025, 11' 47").

LLOC: Sala d'Actes.

HORA: 19 h

EXPOSICIONS CULTURALS AL CENTRE EXCURSIONISTA DE CATALUNYA

■ Antropogènica, de Dani Codina.

Del 19 de febrer al 10 d'abril de 2026.

Antropogènica són paisatges modificats. És una lectura de l'entorn, una història de relacions, de contrastos, d'imposició i d'adaptació en els dos sentits. Comparteix mirades quotidianes d'aquesta tensió permanent, de la relació dels humans amb la natura: un fil prim entre l'equilibri i la destrucció. En aquesta història de boscos i camins, d'animals i humans, d'empremtes i marques, mostro un món de mons que es toquen, que conviuen en harmonia o dissonància.

■ Fotografies i muntanyes, de Jaume Altadill

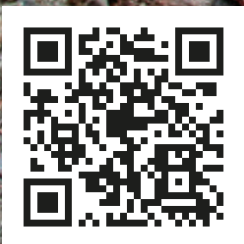
Del 16 d'abril al 29 de maig de 2026.

Jaume Altadill i Clua (Corbera d'Ebre, 1950) és fotògraf i realitzador de documentals, i durant trenta anys va ser càmera de TV3. Apassionat de la muntanya i soci del CEC, ha desenvolupat la seva trajectòria escalant a Montserrat, Pedraforca, Pirineus i grans serralades com Alps, Andes i Himàlaia. Aquesta exposició vol ser un recull variat d'imatges de muntanyes properes i llunyanes, que evocuen el que agrada a tot muntanyenc: la muntanya en tot la seva esplendor.



VIU L'ESTIU AMB EL CEC!

Casals, travesses, campaments i molt més!



cec.cat · activitatsij@cec.cat · 933 152 311