



# Club Muntanyenc Mollet

C/ Pineda Fosca, 6 - Casal La República - 08100

MOLLET DEL VALLÈS

Tel/fax: 935791285 a/e: cmuntanyencmollet@gmail.com

<http://www.cmmollet.cat>

## NOVEMBRE 2019

### URGENT!!!

No s'ha rebut cap proposta per l'imminent **CANVI DE JUNTA** i aquest fet pot produir un greu entrebanc pel futur del nostre Club.

Us recordem, que el mes de març les persones que formen part de l'actual junta ho deixen i, si volem que el Club continuï funcionant, cal que els socis/sòcies ens hi impliquem i comencem a pensar en possibles candidats/candidates perquè formin part de la **NOVA JUNTA** amb projectes engrescadors per a l'entitat.

**Agraïm la vostra col·laboració!!**

### Dies - 31 al 3 - Tots

43è Aplec Excursionista dels Països Catalans a Arles de Tec

(El Vallespir)

Vocals: **Helena Gironès i Lluís Mas**

**Activitats:** Excursions al sud del Canigó per tots els nivells, culturals, xerrades, banys termals, gresca i germanor amb tots els accents del català.

Zona d'acampada lliure o hotels. Podeu pujar qualsevol dels 4 dies.

**Més informació:** <https://www.sudcanigo.cat/>

**Inscripció:** 20 € <http://inscripcions.feec.cat/>

### Divendres - 8 - Tots

Presentació viatge Parc Nacional de Cilento i Vall del Diano

(Club)

Vocal: **Montse Coll**

**A les 21.00 h al Club** Presentació d'un viatge al Parc Nacional de Cilento i la Vall del Diano en Itàlia per Quirino Angelo i Esther Capdevila.

Més informació: <http://ilviaggetto.com>

### Dissabte - 9 - Senders

GR 3, etapa 1 : Lleida - Menàrguens

(Segrià - Noguera)

Vocal: **Jordi Luque**

**Recorregut:** 19,5 km amb un desnivell de ↑120 m / ↓70 m i 5.15 h de durada.

**Dificultat:** Mitjana.

**Cal portar:** Esmorzar i dinar.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.30 h.

**Transport:** Autocar.

### Dimecres - 13 - Tots

XIV Concurs de Fotografia: veredicta

(Seu CMM)

Vocal: **Pilar Montserrat**

**A les 20.30 h al Club** Categoria Oberta: Activitats i esports de muntanya.  
Categoria social: La Tardor a la muntanya.

### Dijous - 14 - Tots

Programació primer semestre 2020

(Seu CMM)

Vocal: **Alfons Fernández**

A les 21 hores, programació de les activitats del 1r semestre del 2020.

**Dissabte - 16 - Extrem**

100 Cims: Sant Pere Molanta - Penya del Papiol 383 m - L'Arboçar - Santa M. dels Horts

(Alt Penedès)

Vocal: **Mar Fernández**

**Recorregut:** 15 km un desnivell de ↑350 m / ↓350 m i 4.30 hores de durada efectiva.  
**Dificultat:** Baixa.  
**Cal portar:** Esmorzar, dinar, aigua, bastons ...

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7.30 h.  
**Transport:** Vehicles particulars.

**Dissabte - 16 - Tots**

Caminada comentada amb les parelles lingüístiques del Consorci de Català a Santa Maria de Martorelles

(Vallès Occidental)

Vocals: **Lluís Mas i Josep Farré**

**Recorregut:** 8 km amb un desnivell de ↑200 m / ↓200 m i 3 hores de durada.  
**Dificultat:** Sense.  
**Cal portar:** Aigua i calçat de muntanya.

**Lloc de sortida:** Avda. Llibertat / Pl. Joan Abelló a les 8.57 h.  
**Transport:** Autocar.

**Observacions:** Es faran explicacions sobre fets històrics succeïts a les muntanyes de l'entorn.**Divendres - 22 - Tot**

XIV Concurs de Fotografia: lliurament de premis

(Seu CMM)

Vocal: **Pilar Montserrat**

**A les 21.00 h al Club** Categoria Obert: Activitats i esports de muntanya.  
 Categoria social: La tardor a la muntanya.

**Dissabte - 23 - Extrem**

100 Cims: El Sunyer - Balma de les Piques - Morro de l'Abella - Puig de la Força 739 m - Tavertet

(Osona)

Vocals: **F. Vera i Mar Fernández**

**Recorregut:** 16 km un desnivell de ↑900 m / ↓900 m i 5 hores de durada efectiva.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Esmorzar, dinar, aigua, botes de muntanya, bastons ...

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.00 h.  
**Transport:** Vehicles particulars.

**Observacions:** Transitarem per corriols estrets i pista.**Cartografia:** Collsacabra - Vall de Sau Esc. 1:25.000 Ed. Alpina**Diumenge - 24 - Extrem**

Fageda d'en Jordà - Pla de Sant Miquel i ermites del Corb

(Garrotxa)

Vocal: **Toni Baldó**

**Recorreguts:** 11 km amb un desnivell acumulat de ↑↓180 m i 4 hores de durada.  
 Possibilitat de fer La Fageda en carreta, pels que no vulguin caminar.  
**Dificultat:** Baixa.  
**Cal portar:** Esmorzar, aigua i equipament personal.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7.30 h.  
**Transport:** Autocar.

**Observacions:** Possibilitat de dinar al restaurant "La Fageda". Preus: menú de 25 € - Autocar 15 €**Diumenge - 24 - GAM**

Sortida d'Alta muntanya: el Balandrau per Tregurà

(Ripollès)

Vocal: **Isabel Rodríguez**

**Recorregut:** 10 km un desnivell de ↑850 m / ↓850 m i 5 hores de durada.  
**Dificultat:** Mitjana - Alta.  
**Cal portar:** Esmorzar, dinar i aigua

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.00 h.  
**Transport:** Vehicles particulars.

**Observacions:** Depenent de les condicions ambientals i climatològiques es decidirà divendres dia 22 el material a portar.

**Divendres - 29 - Tots**

Curs d'alpinisme nivell 2

(Seu CMM)

Vocal: **M. Teresa Feliu Ferrando**

**Presentació del curs:** Presentació. Objectius i logística del curs.

**Classe teòrica:** Material i equip per l'alpinisme.

[Més informació](#) 

**Dissabte - 30 - Extrem**

100 Cims: Tossa Grossa de Montferri 387m -  
Barraca pedra seca de Gori - Mare de Déu de  
Montserrat

(Alt Camp)

Vocals: **F. Vera i Mar Fernández**

**Recorregut:** 12 km un desnivell de ↑350 m / ↓350 m i 3.30 hores de durada efectiva.

**Dificultat:** Baixa.

**Cal portar:** Esmorzar, dinar, aigua i botes.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la  
Riera Seca a les 7.00 h.

**Transport:** Vehícles particulars.

**Observacions:** Pujada i baixada pedregosa.

**Altres:** Possibilitat de comprar Cava o vi a Montferri de les caves Vives Ambrós <https://cava-vivesambros.com>

# Calaix

**RECORDEU QUE PER FER LES SORTIDES DEL CLUB CAL TENIR VIGENT EL CARNET DE  
FEDERAT FEEC 2019, EN CAS DE NO TENIR-NE, EL CLUB US FACILITARÀ UNA LLICÈNCIA  
TEMPORAL PER CADA DIA DE L'ACTIVITAT (5 €/DIA)!!**



Federació d'Entitats  
Excursionistes de Catalunya  
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada



Ajuntament de  
Mollet del Vallès



Consell Català  
de l'Esport  
Generalitat  
de Catalunya



Diputació  
Barcelona