



# 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>

## SETEMBRE 2016

### Dies - 3 i 4 - Senders

GR-11 Etapes 20 i 21:  
De Sant Maurici a l'Hospital de Vielha.

(Pallars Sobirà -  
Vall d'Aran)

Vocal: **Jordi Luque**

#### Recorreguts:

**Dia 3:** 11,9 km amb un desnivell de ↑ 830 m / ↓ 610 m i una durada de 3.20 h.

**Dia 4:** 17,7 km amb un desnivell de ↑ 1.080 m / ↓ 1.620 m i una durada de 4.45 h.

**Dificultat:** Mitjana - Alta.

#### Cal portar:

Esmorzar i dinar del primer dia, pícnic del 2n dia (diumenge) si no es tria el pícnic del refugi.

Tot el necessari per a passar nit a un refugi de muntanya (llençol i/o sac de dormir, mudes, necesser...).

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 5.30 h.

**Transport:** Autocar.

**Observacions:** L'equipament personal ha de ser l'adient per a alta muntanya (preveure eventualitats com ara tempestes, caiguda sobtada de temperatures, etc.).

Farem nit al refugi de Colomers (places limitades: 40). Preu base: 60 €. El preu base inclou desplaçament (autocar+taxi) i allotjament al refugi en règim de mitja pensió (sopar, dormir i esmorzar). Suplements: No federat, 9,10 €; No soci: 4 €; Pícnic, 10 €.

**Més informació:** contactar amb el vocal.

### Dies - 3 i 4 - Espeleo

Barranc Mascun o Formiga - Serra de Gaura

(Osca)

Més informació

Contactar amb el vocal **Fernando Cervilla**

### Diumenge - 4 - Extrem

Castell de Roset - Vilada.

(Berguedà)

Vocals: **Àngels Oliva i Toni Baldó**

**Recorregut:** 11 km amb un desnivell de ↑ 460 m / ↓ 460 m i una durada de 4 hores.

Els participants que ho desitgem, podem fer una **ruta alternativa** de 8 km.

**Dificultat:** Baixa.

**Cal portar:** Esmorzar, aigua i equipament personal.

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

**Transport:** Vehicles particulars.

**Altres:** Possibilitat de dinar de restaurant. Els socis interessats marqueu la casella de reserva al full d'inscripció amb una setmana d'antelació.

### Dia - 10 - Tots

Iniciació Ferrades: Ferrada de Centelles + practiques ràpel.

(Osona)

Vocals: **Emilio i Alfons**

**Recorregut:** La via ferrada de les Baumes Corcades en el turó del Puigsagordi.

**Dificultat:** Mitjana.

**Cal portar:** Esmorzar i dinar.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca.

**Transport:** Vehicles particulars

**Observacions:** L'hora de sortida es decidirà en funció dels participants.

**Dissabte - 18 - Extrem**

100 Cims: Castell de Montgrí.

(Baix Empordà)

Vocal: **Francisco Vera**

**Recorregut:** 14 km amb un desnivell de ↑ 760 m / ↓ 760 m i una durada de 5.30 h.  
**Dificultat:** Mitjana.  
**Cal portar:** Esmorzar, dinar i aigua.

**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.30 h  
**Transport:** Vehicles particulars

**Diumenge - 20 - Espeleo**

Barranc Mascun o Formiga. Serra de Guara.

(Osca)

Més informació

*Contactar amb el vocal **Fernando Cervilla***

**Dissabte - 24 - Tots**

XVI Nocturna de Gallecs

(Vallès Oriental)

Vocal: **Josep Solé**

**Recorregut:** circular d'uns 12 km per la zona rural de Gallecs.  
**Dificultat:** Baixa.  
**Cal portar:** Calçat apropiat. És aconsellable portar llanterna.

**Lloc de sortida:** Parc de Les Pruneres a les 21.00 h.

**Observacions:** Més informació al díptic elaborat per l'organització de l'activitat.



- L'equip organitzador de la **Nocturna de Gallecs** que està programada pel dia 24 de setembre, **necessita col·laboradores/rs per ajudar al desenvolupament de l'activitat**. Les persones predisposades a participar-hi, contacteu amb el vocal o amb secretaria.
- Recordeu que podeu passar per les oficines del Club, a recollir el nou carnet del bloc (boulder) per la nova temporada 2016/2017, els dijous o divendres de 8 a 10 del vespre.
- Animeu-vos i participeu en el XI Concurs de Fotografia:  
Categoria Open: **Esports a la muntanya**  
Categoria social: **Núvols a la Muntanya**.

**RECORDEU QUE PER FER LES SORTIDES DEL CLUB CAL ESTAR FEDERAT!!!!**



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



MOVIMENT AZIMUT  
Moviment Educatiu d'Excursionisme en el temps  
Bare Infant i Juvenil de Catalunya



Consell Català  
de l'Esport



Generalitat  
de Catalunya



Ajuntament de  
Mollet del Vallès