



# 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>

## OCTUBRE 2017

### Dissabte - 7 - Senders

GR 1, etapa 10: Gironella - L'Espunyola.

(Berguedà)

Vocal: **Jordi Luque**

**Recorregut:** 17,5 km amb un desnivell de ↑540 m / ↓180 m i 4.20 hores de durada.

**Dificultat:** Mitjana.

**Cal portar:** Esmorzar i dinar.

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

**Transport:** Autocar.

### Diumenge - 8 - Extrem

Excursió memorial Jaume Roura. Gra de Fajol.

(Ripollès)

Vocal: **Montse Corbella**

**Recorregut:** 6,22 km amb un desnivell de ↑649 m / ↓649 m i 3.30 hores de durada.

**Dificultat:** Baixa.

**Cal portar:** Esmorzar i aigua.

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

**Transport:** Vehicles particulars.

**Observacions:** Qui vulgui es pot quedar a dinar a Setcases. Menú de 20 € + beguda. També hi ha l'opció de dormir dissabte al refugi d'Ull de Ter. Cal fer la reserva individualment.

### Dijous - 12 - Extrem

Matinal: Montserrat - Sant Joan -  
Sant Jeroni - Montserrat.

(Baix Llobregat / Bages)

Vocals: **Joan Planas i Teresa Llavina**

**Recorregut:** 11 km amb un desnivell de ↑450 m / ↓450 m i una durada de 4.30 h.

**Dificultat:** Baixa.

**Cal portar:** Equip per caminar, esmorzar i aigua.

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

**Transport:** Vehicles particulars.

### Diumenge - 15 - Tots

Matinal cultural: Sant Dalmai.

(La Selva)

Vocal: **Josep Farrè**

**Recorregut:** 10 km amb un desnivell de ↑75 m / ↓75 m.

**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.

**Observacions:** Continuarem la visita al volcà de la Crosa i ens farà de guia el president de l'Associació de Naturalistes de Girona, el Sr. Lluís Ball-Ilosera.

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

### Dies 20 al 27 - Tots

XII Concurs de Fotografia: descàrrega de fotografies

(Club)

Vocals: **Albert Serra, Joan Planas**

**Categoria Open:** Esports a la muntanya.

**Categoria social:** Fites a la Muntanya.

Les fotografies es poden entregar directament en el Club a partir de les 20 h o es poden enviar mitjançant correu electrònic a l'adreça [cmuntanyencmollet@gmail.com](mailto:cmuntanyencmollet@gmail.com)

<b>Dissabte - 21 - Ferrades</b>	Cala del Molí.	(Baix Empordà)
---------------------------------	----------------	----------------

<b>Dificultat:</b> Mitjana. <b>Cal portar:</b> Esmorzar i dinar. <b>Altres:</b> Les condicions de l'activitat es consensuaran entre els participants.	<b>Lloc de sortida:</b> Pavelló de la Riera Seca. <b>Transport:</b> Vehicles particulars.
---	--

<b>Diumenge - 22 - Extrem</b>	Sant Miquel i Mines del Nen Jesús, Celrà.	(Gironès)
-------------------------------	---	-----------

Vocal: **Toni Baldó**

<b>Recorregut:</b> 9,4 km amb un desnivell de ↑360 m / ↓360 m i 3.30 hores de durada. <b>Dificultat:</b> Baixa. <b>Cal portar:</b> Esmorzar, aigua i equipament personal.	<b>Lloc de sortida:</b> Pavelló de la Riera Seca a les 7.30 h. <b>Transport:</b> Vehicles particulars.
---	---

**Altres:** Possibilitat de dinar de restaurant. Places limitades; si n'esteu interessats, feu la reserva una setmana abans de la sortida, marcant la casella al full d'inscripció de l'activitat. Restaurant Sant Martí Vell. Preu 25 €.

<b>Dissabte - 28 - Extrem</b>	100 Cims: Miranda de Santa Magdalena i Roca de Sant Salvador (l'Elefant).	(Baix Llobregat / Bages)
-------------------------------	---	--------------------------

Vocals: **Mar Fernández i Carlos Revilla**

<b>Recorregut:</b> 8 km amb un desnivell de ↑725 m / ↓725 m i una durada de 4.30 h. <b>Dificultat:</b> Mitjana. <b>Cal portar:</b> Esmorzar i aigua.	<b>Lloc de sortida:</b> Pavelló de la Riera Seca a les 7.00 h. <b>Transport:</b> Vehicles particulars.
--	---

**Observacions:** La dificultat de la ruta són les grimpades per les canals, en les quals caldrà fer servir en alguns petits trams les mans per progressar. La pujada a la Roca de Sant Salvador (l'Elefant), es farà sempre que la climatologia ho permeti.

Més informació de la ruta: <https://ca.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=17798366>

<b>Diumenges - Espeleo</b>	Es farà una sortida a concretar entre els participants.
----------------------------	---

Més informació

Contactar amb el vocal **Fernando Cervilla**

# Calaix

- **Necessitem voluntaris** per ajudar el dia del **Trail Night Gallecs, 18 de novembre**. Tots els socis interessats en col·laborar, es poden posar en contacte amb l'Anna Mayor o el Tiku Pérez.

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