



# 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>

## Juny 2019

### Dijous i Divendres - Boulder

Nous Carnets Boulder

(Club)

Vocal: **Secretaria**

Tots els socis que feu ús del Bloc (boulder), heu de passar pel Club per recollir el carnet de la nova temporada. Com a novetat podreu gaudir de les instal·lacions de quatre clubs de la Vegueria regió-1 Vallès.

### Dissabte - 1 - Senders

GR-5 Etapa 8: Aiguafreda - Montseny

(Vallès Oriental)

Vocal: **Jordi Luque**

**Recorregut:** 22,6 km amb un desnivell de  $\uparrow$ 1130 m /  $\downarrow$ 1010 m i 5.30 h de durada.

**Dificultat:** Mitjana - Alta.

**Cal portar:** Esmorzar i dinar.

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

**Transport:** Autocar.

**Observacions:** Tothom qui ho desitgi podrà fer, opcionalment, el cim del Tagamanent (1056 m). Cim inclòs dins del catàleg de 100 Cims de la FEEC. La validació del cim serà en grup; comuniqueu-ho a [cmm.100cims@gmail.com](mailto:cmm.100cims@gmail.com).

### Diumenge - 2 - Espèleo

Barranc Viu de Llevata

(Alta Ribagorça)

Vocal: **Niko**

**Dificultat:** Mitjana.

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

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

**Transport:** Vehicles particulars.

### Diumenge - 2 - Tots

Catifa de flors

(Rambla Balmes)

Vocal: **Teresa Llavina**

Un any més es col·laborarà a la Mostra de Catifes de flors a la Rambla. Tothom que hi vulgui participar es pot inscriure a secretaria. Us esperem!

### Dies 8 i 9 - Ferrades

Cap de setmana de ferrades

**Dificultat:** Mitjana - Alta.

**Cal portar:** Material per ferrades.

**Altres:** Segons els participants farem 2 o 3 dies i decidirem si anem a Andorra, la Vall d'Aran o Tarragona. Les condicions de l'activitat es consensuaran entre els participants.

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

**Transport:** Vehicles particulars.

**Observacions:** Els interessats poseu-vos en contacte amb l'Emilio o l'Alfons per reservar el lloc per dormir i escollir el lloc on anar. Afanyeu-vos-hi, que hem de reservar!

### Dissabte - 8 - Extrem

Pic del Boc

(Alta cerdanya)

Vocal: **Oscar Cano**

**Recorregut:** 15 km amb desnivell de  $\uparrow$ 1250 m /  $\downarrow$ 1250 m i unes 8 hores de durada

**Dificultat:** Alta.

**Cal portar:** Esmorzar, dinar i arnés.

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

**Transport:** Vehicles particulars.

**Observacions:** Recorregut circular bastant llarg i força desnivell per un terreny d'alta muntanya però amb poques dificultats remarcables.

**Diumenge - 9 - Extrem**

100 Cims: Matinal al Castell de Montsoriu

(La selva)

Vocal: **Joan Planas****Recorregut:** 7 km amb desnivell de ↑390 m / ↓390 m i unes 3 hores de caminada més 1.30 hores de visita guiada al castell.**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:** La visita guiada té un cost de 7,5 € (majors de 65 anys 5,5 €) i si el grup és superior a 20 persones, es fa un descompte del 20%. És important apuntar-se amb 8 dies d'antelació per poder fer la reserva de la visita guiada.**Dijous - 13 - Tots**

Programació 3r quadrimestre 2019

(Club)

Vocal: **Alfons Fernández****A les 21 hores**, programació de les activitats del 3r quadrimestre. Si teniu alguna proposta d'activitat i la voleu compartir, veniu al Club. Us hi esperem a tots!**Dissabte - 15 - Extrem**100 Cims: Arànsers - Mirador del Pla de la Llet  
2145 m - Refugi de Prat Miró

(Alt Urgell)

Vocals: **Mar i Carlos Revilla****Recorregut:** 18 km amb un desnivell de ↑750 m / ↓750 m i una durada de 5.30 hores de marxa efectiva.**Dificultat:** Mitjana.**Cal portar:** Esmorzar, dinar, aigua, barret, ulleres de sol i crema solar.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 6.00 h.**Transport:** Vehicles particulars.**Cartografia:** Cerdanya - ed. Alpina 1:50000.**Dissabte 22 - Tots**Pica del Canigó. (2.785 m) Regeneració i recollida de  
la Flama del Foc de Sant Joan

(Conflent)

Vocals: **Manel Olivé i Emilio Rodríguez****Recorregut**, possibilitat de fer algun o tots els trams: Sant Miquel de Cuixà – Fillols – Coll de Milleres – Cortalets – Canigó – Vilafranca de Conflent.**Cal portar:** teca, beguda, frontal si es vol pujar a Cortalets o a la Pica i sac de dormir.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7.00 h.**Transport:** furgoneta del Club.**Observacions:** Festa popular a l'arribada de la Flama organitzada pel Casal del Conflent. Places limitades a la capacitat de la furgoneta, la resta haurà d'agafar el seu cotxe.**Diumenge - 23 - Tots**

Revetlla de Sant Joan

(Ca l'Estrada)

Vocal: **Valentí Careta**

Rebuda de la flama i celebració de la revetlla de Sant Joan al parc de Ca l'Estrada.

Si esteu interessats a gaudir de les activitats, apunteu-vos al Club per poder fer reserva de taules per tothom.

**Diumenge - 30 - Extrem**Sant Joan les Fonts: Ruta de les  
Colades de Lava i les fonts

(La Garrotxa)

Vocal: **Toni Baldó****Recorregut:** 10 km amb un desnivell acumulat de ↑↓ 300 m i 4 hores de durada.**Dificultat:** Baixa.**Cal portar:** Esmorzar, aigua, gorra i equipament personal.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7.30 h.**Transport:** Autocar.**Observacions:** Possibilitat de dinar de restaurant, marqueu la casella al full d'inscripció. Preus: autocar 12 € + dinar 25 €, total 37 €. Restaurant Can Xel.

- L'Àrea de Formació de la FEEC convoca les estades d'escalada per a joves federats d'entre 14 i 17 anys, que se celebraran del 25 al 28 de juny al refugi de la Morera de Montsant, al Priorat. Hi ha un màxim de 12 places i els joves interessats en participar-hi han d'entregar la documentació que es requereix abans del 3 de juny. Per a més informació, podeu enviar un correu electrònic a [estades@feec.cat](mailto:estades@feec.cat) o trucar al 934 120 777 - extensió 2.

- Notícies FEEC



## LHOTSE! MINGOTE CORONA EL QUART VUIT MIL DEL REPTE

"Somiar gran, amics!", comentava l'alpinista català Sergi Mingote. I somia tan gran, que amb el Lhotse (8.516 m) ja són quatre els vuit [...] [Més](#)



## MÉS D'UN CENTENAR DE RECONeixEMENTS A LA XI TROBADA DELS 100 CIMS

La Trobada dels "100 Cims", organitzada pel Centre Excursionista Esquirol, ha arribat a les onze edicions aquest diumenge 12 de maig. [...] [Més](#)

**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)!!**