



Club Muntanyenc Mollet

C/ Pineda Fosca, 6 - Casal La República - 08100
Tel/fax: 935791285 a/e: cmuntanyencmollet@gmail.com

MOLLET DEL VALLÈS
<http://www.cmmollet.cat>

Edició: 21 de maig de 2024

JUNY 2024

Dissabte - 1 - BTT

Sortida BTT. A/T des de la passera del Besòs, (Mollet d. V.) fins platja de la Marina (Badalona). (VV.OO./Barcelonès)

Vocals: **Manel Carreira i Jesús Ruiz**

Recorregut: 38 km amb un desnivell de $\uparrow 70$ / $\downarrow 70$ i 4 hores de durada.

Dificultat: Baixa.

Cal portar: Equipament de seguretat per a velocípedes, esmorzar i tovallola pel bany.

Cartografia: <https://patrimonicultural.diba.cat/index.php/element/riu-besos>

Lloc de sortida: Aparcament del Lidl (Sant Fost de Campsentelles). a les 8:30h.

Transport: Vehicles Particulars.

Observacions: Ruta per la pista paral·lela al riu, des de la passera del Besòs, a Mollet del Vallès, fins la platja de la Marina, a Badalona. A/T. Aprox. 38 km, de bon fer, amb desnivell +/- de 70 m. Tram inicial, fins l'EDAR de La Llagosta, pedregós. Equipament de seguretat per a velocípedes, esmorzar i tovallola pel bany.

En arribar es preveu recuperar l'ànim fent pícnic al parc de l'Hostal del fum (Palau-solità i Plegamans), o buffet al restaurant Can Prat (Mollet), segons consens dels participants.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6573581ebbaa6>

Diumenge - 2 - Tothom

Euskadi del 2 al 6 de juny 2024

(Euskadi)

Vocals: **Toni Baldó i Àngels Oliva**

Sortida: Diumenge 2 de juny, parada d'autobús del Parc de Can Mulà a les 6:00 h.

Document informatiu: <https://drive.google.com/file/d/1pVGaTfAIN4zvDpXQWHPGiODo6pS6Curw/view?usp=sharing>

Per més informació contacteu amb els vocals o amb secretaria: Telèfon: 935791285 - cmuntanyencmollet@gmail.com

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6550ffafe3ded>

Divendres - 7 - Tothom

Jordi Pons, quan els records pesen més que les esperances

(Casal Cultural)

Vocal: **Presidència CMMollet**

A les 20:00 h, al Casal Cultural, Rambla Balmes 2, projecció "Jordi Pons, quan els records pesen més que les esperances" El documental repassa la trajectòria alpinística del Jordi Pons amb reflexions compartides amb destacats personatges del món de la muntanya. L'ascensió al cim del Mönch de 4099 m als Alps suïssos ens permetrà conèixer un recull de les experiències d'aquest alpinista Soci d'Honor del Club Muntanyenc Mollet.

Aforament limitat: cal fer inscripció prèvia, NO SOCIS AL TELÈFON 935791285

Inscripcions per Internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6620fab60fb50>

Dissabte - 8 - Senders

GR 3, etapa 8. Castellbò - La Seu d'Urgell

(Alt Urgell)

Vocal: **Jordi Luque**

Recorregut: 18,9 km amb un desnivell de $\uparrow 760$ / $\downarrow 860$ i 5 hores de durada.

Dificultat: Mitjana.

Cal portar: Esmorzar, dinar, aigua i equip personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 6:00 h.

Transport: Autocar

Preu: 20 € (Socis) 25 € (No Socis).

Observacions: Ús de la mascareta a l'autocar opcional, però recomanable. Protegiu-vos i protegiu els altres.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/65735857e1a8d>

Dijous - 13 - Tothom

Programació 2n semestre 2024

(CMM)

Vocal: **Alfons Fernández**A les **20 hores**, programació de les activitats del darrer quadrimestre del 2024.Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6581b205a09a6>**Divendres - 14 - Tothom**

Dinamització social: Introducció a la Botànica (VII)

(CMM)

Vocals **Josep Maria Cruz i Jordi Luque**

A les 19:30 h, a la seu del CMM, xerrada sobre Botànica a càrrec d'en Jordi Luque. En aquesta setena sessió de la "Introducció a la Botànica" veurem els trets més característics de les Angiospermes (part II, Dicotiledònies). També tindrem l'ocasió de veure exemples d'aquestes plantes, molt habituals en les excursions del CMM i en el dia a dia.

Observacions: L'aforament màxim de la sala és de 30 persones.Inscripcions per assistir a la reunió: <https://cmmollet.cat/inscripcio/657358f3797bf>**Dissabte - 15 - Familiar**

Castell de Burriac, Argentona

(Maresme)

Vocal: **Marc Planas****Recorregut:** Caminada de 4 hores de durada.**Dificultat:** Baixa.**Cal portar:** Esmorzar, dinar, aigua i equip personal.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 9:00h.**Transport:** Vehicles ParticularsInscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6630c70739a46>**Diumenge - 16 - Tothom**

Matinal per la Història de Castellar del Vallès (Vallès Occidental)

Vocal: **Joan Planas i Àngels Serra****Recorregut:** 6,7 km amb un desnivell de ↑189 / ↓189 i 4 hores de durada..**Dificultat:** Sense.**Cal portar:** Esmorzar i aigua.**Lloc de sortida:** Pavelló de la Riera Seca a les 7:00 h.**Transport:** Vehicles particulars.Document informatiu: <https://tuit.cat/pf3U3>Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/657359676373e>**Divendres - 21 - Tothom**

50è Aniversari de la Flama del Canigó

(Mercat Vell)

Vocal: **Siscu**

L'any 1974 el Club Muntanyenc Mollet va portar la Flama del Canigó per primera vegada a Mollet del Vallès, i des de l'any 1990 l'ofereix als pobles veïns per encendre els focs de Sant Joan. Amb motiu d'aquesta efemèride, el Club Muntanyenc ha organitzat pel divendres 21 de juny a les 20:00h al Mercat Vell un acte per celebrar el 50è aniversari. L'Equip organitzatiu ha obert el període d'inscripcions per poder participar en els actes de la celebració del 50è aniversari de la portada a Flama del Canigó.

Inscripcions per Internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/65fc458d89a6a>**Dissabte - 22 - Tothom**

Recollida de la Flama del Canigó

(Conflent)

Vocal: **Siscu**

Voleu venir a buscar la Flama del Canigó i portar-la fins a Mollet? Podreu viure aquesta tradició catalana vinculada al solstici d'estiu que té lloc en diversos indrets dels Països Catalans cada any, entre el 22 i el 23 de juny. Les persones interessades a fer el viatge contacteu amb el vocal. Hi ha l'opció de pujar fins al Canigó.

Inscripcions per Internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/6573599b63300>**Diumenge - 23 - Tothom**

Revetlla de Sant Joan

(Plaça Catalunya / Ca l'Estrada)

Vocal: **Junta**

Actes de rebuda de la flama a la Plaça Catalunya i celebració de la revetlla de Sant Joan al parc de Ca l'Estrada. Per poder fer la reserva de taules al Parc de Ca l'Estrada i celebrar la Revetlla cal apuntar-se prèviament.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/657359efb44b7>

Dijous - 27 - Tothom

Dinamització Social: Xerrada
L'ordre dels aliments

(Casal Cultura)

Vocal: **Josep Maria Cruz**

Al Casal Cultural a les 19:00 h, Montserrat Rius i Olivé, tècnica superior en dietètica, nutricionista i diplomada en naturopatia ens donarà consells sobre alimentació. Ens donarà informació i idees pràctiques per millorar la salut amb la gestió diària dels àpats.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/663a8921114ae>

Diumenge - 30 - Extrem

Caminada Viladrau - Espinelves i
Visita guiada a l'Arboretum Masjoan d'Espinelves

(Osona)

Vocals: **Toni Baldó , Jordi Luque i Bartomeu Butjosa**

Recorregut: Grup A 5,5 km Grup B 1,5 km amb un desnivell de ↑100 i 4 hores de durada.

Dificultat: Baixa.

Cal portar: Esmorzar, aigua, gorra i equip personal.

Lloc de sortida: Pavelló de la Riera Seca a les 7:30h.

Transport: Autocar.

Preu: 15 € (Socis) 20 € (No socis)

Observacions: En Jordi Luque (biòleg i botànic) ens farà la visita guiada per l'Arboretum, dinarem al restaurant masia Els Cortals. VISITA + DINAR 30 €. Us hi esperem.

Inscripcions per internet: <https://cmmollet.cat/inscripcio/65735a2623c2e>



NOTÍCIES - 06/05/2024

Més de 300 persones a la trobada dels '100 cims'

La caminada va dur als més de 200 participants a fer un periple pel terme de Sant Vicenç de Castellet, visitant l'emblemàtica ermita de Sant Pere de Vallhonestà, on es va fer una foto conjunta de tots els participants, atès que la sortida cultural també visitava aquest indret. La majoria dels participants en la caminada van aprofitar per assolir el cim del Puig Soler, que forma part de la llista dels "100 Cims".

Més informació:

<https://www.feec.cat/actualitat/noticies/mes-de-300-persones-a-la-trobada-dels-100-cims/>

BIBLIOTECA DEL CLUB MUNTANYENC MOLL

Llibres <https://cutt.ly/pLvK5Z2>

Mapes <https://cutt.ly/WLvIV>

RECORDEU QUE PER FER LES SORTIDES DEL CLUB CAL TENIR VIGENT EL CARNET DE FEDERAT FEEC 2024, EN CAS DE NO TENIR-NE, EL CLUB US FACILITARÀ UNA LLICÈNCIA TEMPORAL PER CADA DIA DE L'ACTIVITAT (5 €/DIA)!!