Unió Excursionista de Catalunya

Núm. 392 • maig juny 2016 • Revista bimestral 3 €

Excursionisme

Cinc caminades, des d'arran de mar, per les illes de Lapònia

La Flama del Canigó, història d'un símbol.
Camins de Perafita, el centre del Lluçanès. Èxit rotund a la 52 Edició de la Cursa del Bassiero. La Marxa Gràcia-Montserrat

UNIÓ EXCURSIONISTA DE CATALUNYA

AGRUPACIÓ ESPORTIVA Creu de Sant Jordi 1983

Gran Via de les Corts Catalanes, 576 1r 2a 08011 Barcelona Tel. 93 454 32 47 – 93 323 11 93
www.uec.cat / e-mail: secretaria@uec.cat

Membre de: Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya, Federació d'Ateneus de Catalunya, Federació Catalana de Càmping i Caravàning, Consell Nacional de Joventut de Catalunya, Federació Catalana d'Entitats Corals i entitat fundadora de la Unió de l'Esport per a tothom de Catalunya.

Barcelona
Gran Via de les Corts Catalanes, 576 1r 2a
08011 Barcelona
Telèfon 93 454 58 55
www.uecbarcelona.org
secretaria@uecbarcelona.org

Sants
Jocs Florals, 51-53
08014 Barcelona
Telèfon 93 332 54 94
Fax 93 331 10 12
www.uecsants.cat
uecsants@uecsants.cat

Olesa
Vall d'Aran, 2 – Ap. Correus 177
08640 Olesa
Telèfon 93 778 29 52
uec@uecolesam.org

Horta
Pintor Mir, 16 Tenda 1
08031 Barcelona
Telèfon/Fax 93 358 37 40
www.uechorta.net
secretaria@uechorta.net

Mataró
Nou, 29
08301 Mataró
Telèfon 93 796 14 30
www. uecmataro.org
uecmataro@telefonica.net

Gràcia
Encarnació, 131-133
08025 Barcelona
Telèfon 93 285 34 54
www.uecgracia.cat
secretaria@uecgracia.cat

Bagà
Raval, 18
08695 Bagà
www.uecbaga.org
Cunill.joan@gmail.com

Tortosa
Argentina, 8
43500 Tortosa
Telèfon 977 44 32 71
www.uectortosa.org
info@uectortosa.org

El Prat de Llobregat
Avinguda del Canal, 176 baixos
08820 El Prat de Llobregat
www.uecprat.com
secreteria@uecprat.com

Vall del Tenes
Barcelona, 25
08186 Lliçà d'Amunt
Telèfon 93 841 64 50
uecvalltenes@gmail.com

Refugis

La Molina – (Xalet i refugi)
Marçal i Laura
Tel. 646 744 669 – 972 145 107
www.xaletuec.com – info@xaletuec.com

Rebost – Bagà
Anna
Tel. 608 736 714
www.refugirebost.cat – info@refugirebost.cat

Caro "Pepito Anguera" – Alfara de Carles
Pere Ros i Helena
Tel. 977 58 00 63 - 609 790 321
www.refugiueccaro.cat - jnfo@refugiueccaro.cat

Les Clotes – Horta de Sant Joan
Lliure

Mas del Tronc – Serra de Rubió
Raquel Aguilar - Tel. 652 849 704
Facebook: Refugi Mas del Tronc

Cinquantenari – Baborte (Vall Ferrera)
Lliure

Mataró – Vall de Gerber
Lliure

Garraf – Caseta de bany
UEC de Sants – Tel. 933 325 494

Gràcia – Vall d'Airoto
Lliure

Puigcercós
Jordi Cerezo i Mercè Marlès
Telèfons: 680178940, 872007022
Web: www.refugipuigcercos.cat
0refugipuigcercos@gmail.com

Terrenys d'acampada:
Caro – Alfara de Carles

Rocòdroms:
UEC de Sants, Horta, Mataró, Bagà, Tortosa i Vall del Tenes

COM COL·LABORAR AMB EXCURSIONISME

Correu postal:
Consell de redacció de la revista
Excursionisme
Gran Via de les Corts Catalanes, 576, 1-2
08011 Barcelona

Correu electrònic:
excursionisme_uec@yahoo.es

Les persones que vulguin col·laborar amb els seus treballs o opinions a la revista *Excursionisme* cal que es posin en contacte amb el Consell de Redacció per proposar prèviament el tema, les dates de lliurament i de publicació, l'extensió i el material gràfic d'acompanyament del seu article.

Un cop definits aquests termes, cal tenir presents els següents aspectes formals: els escrits cal que siguin en català; s'han d'ajustar a l'espai acordat prèviament amb el Consell de Redacció (mai sobrepassaran els 12.000 caràcters, espais inclosos) i poden ser retallats i adaptats a criteri dels responsables de la revista; s'han de lliurar amb suport informàtic i, en cas de no ser possible, mecanografiats; els articles aniran encapçalats pel títol i firmats pels seus autors; s'hauran d'adjuntar entre 4 i 12 fotografies numerades (d'alta ressolució) i amb els corresponents peus de fotografia; si les imatges són digitals, cal que tinguin una resolució mínima de 300 dpi a mida real; la resta de material gràfic (croquis, mapes, etc.) caldrà que també vagi numerat i identificat.

sumari

6

Cinc caminades, des d'arran de mar, per les illes de Lapònia

per *B. Gasull*

14

La Flama del Canigó, història d'un símbol

per *P. Garriga*

20

Camins de Perafita, el centre del Lluçanès

per *Ll. Catasús*

26

Èxit rotund a la 52 Edició de la Cursa del Bassiero

per *M. Ranau*

30

La marxa Gràcia-Montserrat

per *UEC Gràcia*

5 Editorial

32 SMS Muntanya

33 Retalls de muntanya

34 Notícies i activitats

34 Llengua i muntanya

35 Ressenyes

37 Concursionisme

38 Llibres

Núm. 392 / Maig-juny 2016

Edita: Unió Excursionista de Catalunya

Direcció: Francesc Brugalada

Subdirecció: Lluís Catasús

Consell de Redacció: Concepció Arnau, Manel Canales, Pasqual Garriga i Martí, Jordi Martorell, Ramon Pascual, Israel Perni, Bernat Ros i Eduard Soler.

Redactora: Jordina Tarré

Col·laboradors: Bernat Gassull, Martí Ranau, Ramon Casals

Fotografia Portada: Camí del Barden sobre l'Ørnfjorden **Autor:** B. Gasull

Disseny: Robert Masip

Reproducció digital: Tren Estudi Gràfic

Producció: Gràficas Campás

Dipòsit legal: B -14822-1975

Amb el suport de:

Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència

Excursionisme és membre de:

Pàgina web: www.excursionisme.cat

Prohibida la reproducció total o parcial dels textos i fotografies publicades a la revista sense l'expressa autorització dels autors.

Els articles publicats a excursionisme reflecteixen només l'opinió dels autors, no forçosament la de la UEC.

D'aquesta revista se n'han editat 4.000 exemplars.

Preu exemplar: 3 euros

Refugi CARO "Pepito Anguera"
Alfara de Carles

977 58 00 63 - www.refugiueccaro.cat
Email: jnfo@refugiueccaro.cat (Pere Ros i Helena)
· Altitud: 1.090 metres · Capacitat: 50 places
· Ports de Beseit i al vessant nord del Caro (Baix Ebre)
· Activitats: muntanya, travesses, excursions, BTT, engorjats, natura, escalada, espeleologia.

Refugi CINQUANTENARI
Estany de Baborte (Lliure)

· Altitud: 2.340 metres
· Pirineu, Vallferrera
· Comarca: Pallars Sobirà
· Capacitat: 16 places
· Activitats: muntanya, travesses, escalada, esquí de muntanya

Refugi de REBOST
Bagà

608736714 - www.refugirebost.cat
· Altitud: 1.670 metres
· Vessant sud de la Tosa d'Alp
· Comarca: Berguedà
· Capacitat: 52 places
· Activitats: ascensions, passejades, travesses, BTT, escalada, senderisme

Refugi MATARÓ
Vall de Gerber (lliure)

· Altitud: 2.460 metres
· Pirineu, vall de Gerber
· Comarca: Pallars Sobirà
· Capacitat: 16 places
· Activitats: muntanya, travesses, escalada, esquí de muntanya

Refugi MAS DEL TRONC

652 849 704 - Raquel Aguilar
Facebook: Refugi Mas del Tronc
· Altitud: 730 metres
· Vessant nord de la Serra de Rubió
· Comarca: Anoia
· Capacitat: 28 places
· Activitats: travesses, passejades, BTT, excursions, senderisme

Refugi GRÀCIA
Estany d'Airoto (lliure)

· Altitud: 2.200 metres
· Pirineu, massís de Marimanya, al sud de l'estany d'Airoto
· Comarca: Pallars Sobirà
· Capacitat: 12 places
· Activitats: muntanya, escalada, esquí de muntanya, travesses

LA MOLINA
(Xalet i refugi)

646 744 669 / 972 145 107 www.xaletuec.com
· Altitud: 1.505 metres
· La Molina, al Barri del Sitjar
· Comarca: Cerdanya
· Capacitat: 60 places (xalet) i 40 places (refugi)
· Activitats: muntanya, esquí, esquí de muntanya, passejades, espeleologia

Caseta del GARRAF
(Obert només la temporada d'estiu)

933 325 494
· Altitud: a nivell del mar
· Massís del Garraf
· Comarca: Garraf
· Capacitat: 10 places

Refugi LES CLOTES
Horta de Sant Joan (lliure)

· Altitud: 968 metres
· Al nord-oest del massís dels Ports
· Comarca: Terra Alta
· Capacitat: 20 places
· Activitats: ascensions, travesses, BTT, senderisme, espeleologia

Refugi de PUIGCERCÓS

872 007 022 - 680 178 940
www.refugipuigcercos.cat
· Altitud: 820 metres
· Riba dreta de la riera de Merlès, entre l'Hostalet i el Cobert de Puigcercós
· Comarca: Entre el Ripollès i el Berguedà
· Capacitat: 26 places
· Activitats: senderisme, travesses, BTT, pesca

Butlleta de subscripció

Se subscriu a la revista Excursionisme (sis números l'any) per l'import de 15 euros anuals

Nom_____ Cognoms_____ _____

DNI_____ Adreça postal_____

Població_____ Comarca_____ Codi postal_____

Tel._____ Fax_____ Correu electrònic_____

Dades bancàries □□□□ □□□□ □□ □□□□□□□□□□

Signatura_____ Data_____

Centenari de la Llibreria Quera

Els que hem practicat i hem viscut en el món de la muntanya hem gaudit des de molt joves d'un gran col·laborador que ens ha ajudat a conèixer la cultura muntanyenca amb la seva divulgació i publicacions. Em refereixo a la Llibreria Quera, més que una llibreria, una institució singular per la seva trajectòria històrica i pel que ha representat per la nostra cultura muntanyenca.

Des de la Unió Excursionista de Catalunya volem retre homenatge a aquesta institució, que des de la seva obertura el 2 de febrer de 1916 ha estat la pedra sobre la qual s'ha edificat una part molt important de l'activitat muntanyenca del nostre país, fins arribar a aquest any 2016 que compleix els 100 anys.

La Quera es dedica a la venda de llibres de muntanya com a especialista des de l'any 1966, quan en Joan Quera Graupera, l'avi de l'actual llibreter, en Raimon, va decidir dedicar la botiga a temes muntanyencs. Al llarg d'aquests 100 anys quatre generacions han tirat endavant malgrat la competència. El prestigi i la fidelitat han estat un punt molt important en aquesta supervivència. Molts de nosaltres vàrem començar a sortir a la muntanya, com a neòfits en la matèria, i vàrem trobar en la Quera, l'experiència i la confiança sobre els temes que ens interessaven. Vam trobar també en la llibreria l'acolliment amical.

El 1966 la Federació Catalana de Muntanyisme li va concedí la Placa de Plata i el 2011 el Premi Nacional de Cultura.

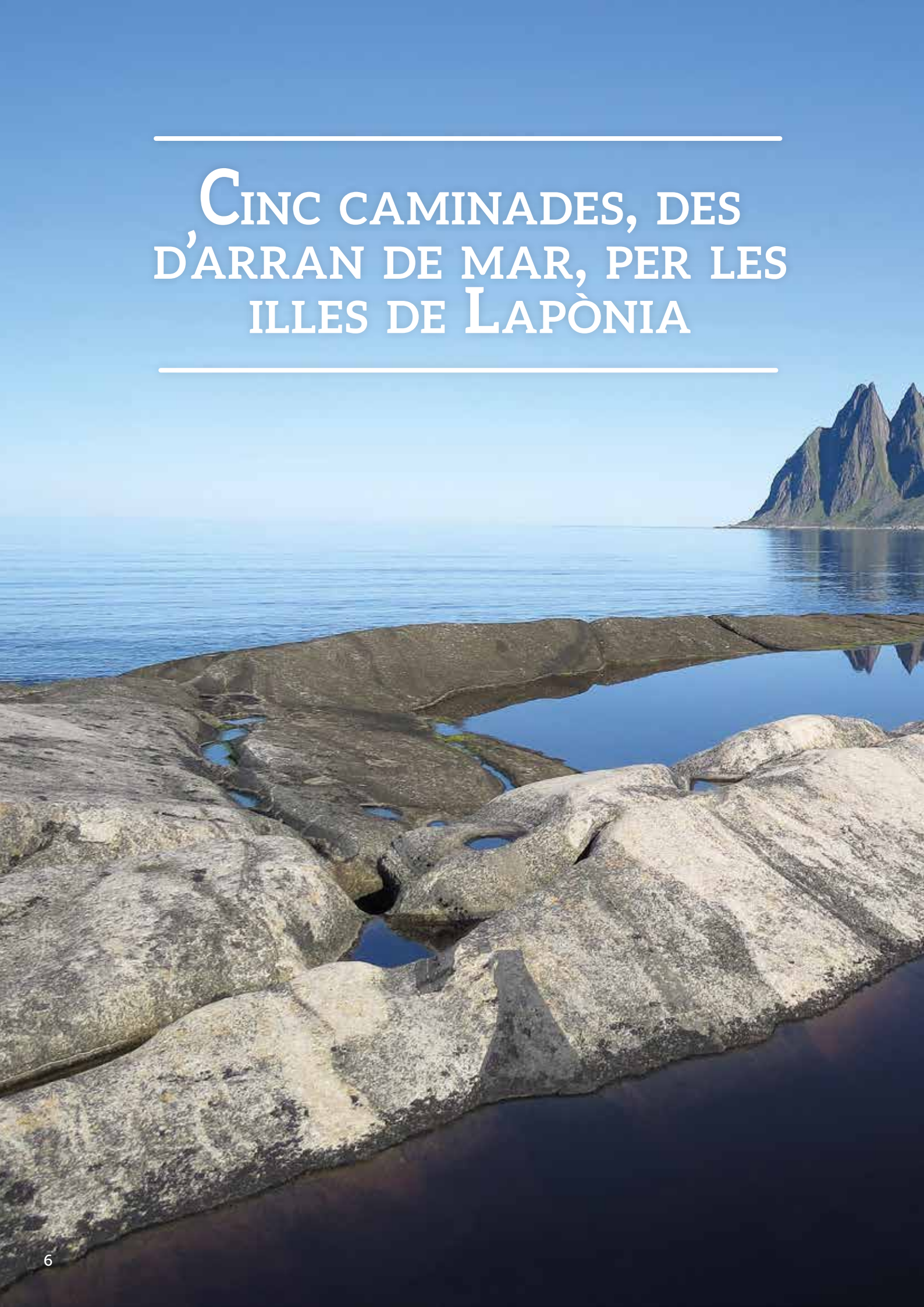
Des d'aquest editorial demanem l'homenatge de tots els muntanyencs i el reconeixement a una petita llibreria que ha sabut subsistir i mantenir -se fidel a un públic d'una àrea tan específica com és el món muntanyenc.

Francesc Brugalada

Fem país

Fem país i fem-lo caminant, escalant, esquiant o simplement passejant per les nostres contrades. La primavera convida a escampar la boira i l'estiu que veiem a la cantonada a planificar travesses més agosarades. Aquest número de maig i juny el dediquem al que ens toca més d'a prop com la renovació de la Flama del Canigó que es fa duran la revetlla de Sant Joan, tal com ens explica en Pasqual Garriga. També descobrirem una mica més el Lluçanès amb els camins de Perafita que ens descriu en Lluís Catasús i per viatjar, si més no, d'esperit, en Bernat Gasull ens convida a descobrir Lapònia. Com diu el mateix autor, 5 propostes amb vistes esbalaïdores per gaudir-se més amunt del cercle polar àrtic. Com sempre també hi teniu totes les seccions.

Cinc caminades, des d'arran de mar, per les illes de Lapònia



Cinc propostes per gaudir de vistes esbalaïdores més amunt del cercle polar àrtic. Lapònia, i més correctament el País dels Samis, o com en diuen ells Sàpmi, s'estén per la part més septentrional d'Europa, al nord de Noruega, Suècia, Finlàndia i a la península de Kola, a Rússia. Ha estat una nació sovint força incompresa, que mica en mica ha anat recuperant les arrels i l'autoestima. Els trescs que proposem se situen damunt la costa atlàntica i àrtica del país, un dels enclavaments històricament amb més presència sami, encara que, ja des de l'edat mitjana, s'hi establiren també els pobles víkings, sobretot a les Lofoten

TEXT I FOTOGRAFIES DE ***Bernat Gasull i Roig***

Les crestes d'Okshornan des de Tungeneset (Senja)

Cinc caminades, des d'arran de mar, per les illes de Lapònia

L'Svolværgeita

La selecció que presentem forma part de les caminades i tenen un mateix fil conductor: parteixen o acaben arran de mar, es troben totes en illes i inclouen vistes espectaculars.

L'estiu del 2015 vam agafar un avió fins a Kiruna, la capital de la Lapònia sueca, i vam enfilar una volta pel país -i per tres estats diferents- amb tres objectius clars. Primer, veure fauna. Segon, conèixer la cultura sami. El tercer, cercar i gaudir dels paisatges i de la natura i fer-ho sobretot a través de trescs i petites ascensions. És així que ens vam perdre entre àligues marines, munions de frarets i mascarells, èiders, paràsits, oques i estols de mussoles per les planes, mars i formacions rocoses del conjunt d'illes de Vesterålen i Lofoten; per sota l'escarpat cim de Reka i els paisatges de l'illa de Langøya; per la ciutat de Tromso vista des d'Storsteinen amb l'illa, el ramal de mar i els cims nevats del voltant; pels glaçats i imponents Alps de Lyngen, alçats sobre la boira baixa; per les pintures rupestres a l'aire lliure d'Alta de fa més de 6.000 anys i patrimoni de la UNESCO; per la marea baixa al capvespre damunt dels rocs arrodonits del fiord de Porsanger; pels aiguamoixos de la taigà on s'hi congrien les famílies d'ants; pels herbassars, els biots, les picades de mosquits i la revolada del gaig boreal tot pujant les muntanyes del parc nacional de Pallas-Yllästunturi, ja a Finlàndia; pels peus del cim símbol nacional noruec de l'Stetind (en sami Stádda), el Matterhorn de Lapònia; per la llengua, la cultura i els cants *joik* dels samis i la lluita insistent per llurs drets a la vora d'un foc dins un *Lavvu*, la tenda nòmada dels samis que ha inspirat la forma de l'edifici del parlament sami de la Lapònia noruega a Kárášjohka; o simplement badocs vora la mar, a primera hora del matí, tot sentint la cridòria dels xatracs àrtics i el piular de les garses de mar.

La selecció que presentem forma part de les caminades i tenen un mateix fil conductor: parteixen o acaben arran de mar, es troben totes en illes i inclouen vistes espectaculars. Són excursions d'un o mig dia, sovint no aptes per qui pateix vertigen i en general sense grans dificultats, llevat de petites grimpades i forts pendents.

El fiord de Reine des del capdamunt de Reinebringen

Illes Lofoten

El primer cop que hi vam ser, fa uns anys aquestes illes per damunt del cercle polar àrtic, ens van semblar la fi del món, l'epopeia del desconegut. Ara que hi hem tornat, s'han fet més properes. Un niu de turistes amb cotxe i vaixell les visiten cada estiu, segurament massa. Però cal reconèixer que s'ho valen. El que tal volta no saben la majoria de turistes és que l'encant més sublim de les Lofoten encara està deslliurat de carreteres, funiculars i telefèrics. És sens dubte el plaer de veure-les des de dalt, des dels cims i colls, arran dels cingles de vertigen, en vertical damunt la mar.

Reinebringen (461 m) La imatge emblemàtica de les Lofoten

Si hi ha una imatge emblemàtica i espectacular de les Illes Lofoten, aquesta és la que s'atalaia des del coll de Reinebringen. Tal volta algun dia aquí hi instal·laran un telefèric, mentrestant caldrà enfilar-nos per un rost costerut, sovint relliscós. Ja feia dies que frisàvem de pujar-hi i, aquella horabaixa, per fi, com per art d'encanteri, després de dies de pluja i vent, entre la nuvolada es va obrir una escletxa de llum que es feia més i més ampla. El sol es feia pas talment com s'obrien aquells cingles enasprats sobre el fiord de Reine. A dalt, ai las! Quina meravella!

Al fons, a l'esquerra, el cim del Festvågtind des del poble de Henningsvær

Horari: 2 - 2,30 h.
Desnivell: 460 m.
Situació: al sud del poble i del fiord de Reine, a la part sud de les Lofoten, a l'illa de Moskenesøya.
Itinerari: just a l'entrada pel sud de Reine, a la cruïlla amb l'E10, hi ha un pàrquing per deixar el cotxe. Caminem un tros tot seguint la carretera E10 en sentit sud. Hi ha un pas alternatiu pel costat de mar per evitar el túnel. Després del túnel, per la banda oest, comença el sender entre beços, força dret, sovint fangós. En acabat es torna un rost herbós i arribem al capdamunt de la carena i se'ns obre la vista sobre Reine. Un cop al coll, recomanem sobretot de fer el cim de l' esquerra de 461 m, i si voleu es pot continuar serra amunt. A mà dreta del port hi ha també un cingle de 448 m. Baixem per on hem pujat.

Cinc caminades, des d'arran de mar, per les illes de Lapònia

Les illes de Henningsvær des del cim del Festvågtind

Festvågtind (541 m)
L'infinit d'una llambregada

Hi ha imatges que et queden. Les has vistes en una fotografia i no acabes de convèncer-te que hi pots ser-hi, que les pots trepitjar. Una d'aquestes és la munió d'illes on s'encabeix el poble pescador de Henningsvær vistes des del cim del Festvågtind. Però aquesta no és l'única sorpresa d'aquest cim. L'espectacle és a quatre bandes, fins i tot vers els cims de la part continental. Som damunt de les parets, paradís de l'escalada. Feia un dia esclatant. Vam esmorzar una xocolata amb pasta a Henningsvær i tot caminant pel poble, la dita Venècia de l'Àrtic, ens vam trobar un mallorquí que feia una bona colla d'anys que hi vivia, abans fins i tot que fessin el pont que connecta el llogarret amb la resta de les Lofoten. Ens va indicar fil per randa com pujar a la muntanya. Acalorats després de la caminada, tot i ser a més de 68 graus nord, vam acabar remullant-nos en una platja del mar àrtic.

Horari: 2,30 - 3 h.
Desnivell: 540 m.
Situació: a la banda nord del poble de Henningsvær, a l'illa d'Austvågøya.
Itinerari: abans d'arribar a Henningsvær per la 816, després de 5 km de l'E10, la carretera fa un revolt pronunciat a l'esquerra. No hem passat encara el pont que uneix el poble. Veurem uns edificis. Allí podem deixar el cotxe. Continuem per la carretera un curt tram cap al poble i en el còrrec a mà esquerra surt el camí. Passarem per unes pardines i unes grosses roques i comencem a enfilar la costa. Anem pujant per un llom herbós. Deixarem un sender a la dreta que puja a un estany (ja hi passarem de tornada) i muntanya amunt arribem a un coll ja amb prou bones vistes. En sentit sud arribem al cim. Baixem directes a l'estany i després cap a l'oest davallem per un viarany que enllaça amb el camí de pujada.

Fløya (590 m)
L'atreviment de les roques

A la banda nord d'Svolvær, damunt d'un cementiri de rengleres de creus esteses en un camp de verd llampant, s'hi alça una capriciosa formació, temptació d'escaladors i saltadors de roques. És Svolværgeita, literalment la cabra d'Svolvær, pel pinacle de 150 m acabat amb dues banyes. És una icona de l'escalada, però només una agulla del cim principal que s'alça sobre el mar: Fløya. És un cim costerut de vistes impressionants. Tot plegat era ben emocionant : les vistes i el fet de veure les banyes d'Svolværgeita des d'una perspectiva en picat, amb escaladors inclosos tot intentant de passar de roca a roca. Però la ruta, circular, amagava encara més sorpreses: l'estimball per l'altra banda fins al mar, les vistes dels fiords i dels cims nevats del vessant nord i sobretot la roca en arc, penjada sobre el buit, de Djevelporten, la porta del diable. No ens hi vam saber estar, vam fer com tots: la foto enfilats sobre el no-res, damunt la roca.

El cim del Festvågtind des de vora l'estany

Horari: 4,30 - 5 h.
Desnivell: 600 m.
Situació: a la banda nord del poble d'Svolvær, a l'illa d'Austvågøya, al nord de les Lofoten.
Itinerari: del cementiri d'Svolvær, pel costat nord-oest, surt un carrer enllà d'on parteix el camí que prou dret s'enfila pel vessant sud de la muntanya. Sovint cal grimpar entre branques dels beços i rocs fins a abastar la part més planera a uns 300 m. Anem superant l'alçària de les banyes i prenem el sender que s'adreça al coll nord del cim, a uns 430 m. Des d'allà arribem, tot anant cap al sud, a la punta amb les vistes. Contemplem l'estimball i l'Svolværgeita als nostres peus. Tornem al coll de 430 m i pugem al cim de Fløya (un pèl atrevit) o el flanquegem per la banda nord, cap al coll que té al seu nord-oest. Allí hi ha els estimballs i la porta del diable. Davallem pel costat sud per anar a arreplegar el camí de pujada en el tros més calmós, a uns 300 m.

Illa de Senja

Tal volta, una de les imatges més temptadores de Noruega i de Lapònia és veure les serrades crestes dels pics d'Okshornan fondre's a l'horitzó en un dia de mar en calma. No veus on acaba l'oceà i el cel. Sim

Damunt del pont del diable

Els cims de Keipen (esquerra) i Barden (dreta) des del llogarret de Husøy, situat en una petita illa

Barden (659 m)
Damunt l'enasprada carena, entre dos fiords

La millor caminada per Senja és la pujada al Keipen (938 m) o al Barden (659 m). I entre tots dos vam triar el segon, potser perquè és una imatge que ens captivava i també pel delit d'estar al bell mig de dos grans fiords. La vista del fàcil coll de 286 m damunt del fiord ja és espectacular, però poc que ens imaginàvem el que podríem arribar a contemplar des del cim. En un dia assolellat, sols, entre cingles nevats i fiords calmosos, vam enfilar, doncs, el pic de Barden, amb el rerefons de l'escarpat cim de Breidtinden, el cim més alt de Senja, de 1.017 m. Érem en una fil altiva entre dues aigües: Mefjorden i Ørnfjorden.

Illa Magerøya

Cada abril milers de rens travessen les gelades terres de Lapònia, de sud a nord, de l'interior a la costa. Aquesta migració natural ja des de fa segles és comandada pels pastors samis, que els van domesticar i ara els menen amb motos de neu. Els duen al nord del tot de Lapònia, fins i tot a alguns a l'illa més al nord de totes: Magerøya. Aquesta illa és terreny de pastura d'estiu d'unes poques famílies de la vila de Kárášjohka, 250 km més al sud. Hi arriben 6.000 rens, bona part encara nedant el quilòmetre sencer que els separa del continent, altres amb gavarres. A l'estiu l'illa és plena de rens per tot arreu. I tanmateix no són els rens ni la reserva d'ocells vora de Gjesvær allò que atrau els turistes. Magerøya amaga un altre secret.

Knivskjellodden (0 m)
L'autèntic cap nord

Gairebé tots els turistes que visiten l'illa Magerøya ho fan per arribar-se al Cap Nord, el famós Nordkapp en noruec o Davvenjárga en sami, l'emblema del punt més septentrional d'Europa. Centenars de milers de turistes el visiten cada any. Arriben a l'illa en vaixell o en cotxe per un túnel

Horari: 4-5 h.
Desnivell: 550 m.
Situació: és a la banda nord de l'illa de Senja, just a l'inici de la banya, o entrada de mar, que s'endinsa més amunt a l'oceà.
Itinerari: la carretera 862 que envolta l'illa, a l'alçada de Mefjordbotn, fa un trencall amb un túnel que mena a l'Ørnfjorden. Just abans del túnel es pot deixar el cotxe i prendre el sender senyalitzat. Entre prats, en sentit nord-oest, s'arriba al coll de 286 m amb vistes espectaculars. D'allí, pel sender, seguim endavant, on hi ha el cim que cau damunt d'un penya-segat. Ens hi arribem i contemplem la immensitat. Tornem pel mateix recorregut.

Alps de Lyngen

sota el mar. Continuen per carretera fins al peatge, paguen i gaudeixen de la parafernàlia situada damunt d'aquest penya-segat de 307 m. Els exploradors anglesos Richard Chancellor i Steven Borough el van anomenar així, com a The North Cape, després de travessar el pas amb el vaixell Edward Bonaventure el 1553. Però, tanmateix, hi ha un punt més septentrional, 1.453 m més al nord, situat un poc més a l'oest. No té el penya-segat del Cap Nord, però sí l'encant que no hi arriba cap carretera, que és més al nord i cal fer ben bé 18 km a peu per abastar-lo enmig d'un paisatge pelat. És Knivskjellodden, l'autèntic cap nord. Allí ens hi esperava, just a la punta, un ren majestuós i una parella d'àligues marines. Vam ser dels primers del dia en visitar-lo. A la tornada s'hi va enganxar la boira i tot era endevinar el sender mig a les palpentes. Ja ens ho deien que en aquest indret el temps és molt canviant. A la punta hi ha una fita commemorativa i un llibre per signar.

Horari: 4 - 5 h.
Desnivell: 200 m.
Situació: al nord més al nord de l'illa de Magerøya, al capdamunt d'Escandinàvia i d'Europa.
Itinerari: 6 km per l'E69 abans d'arribar al Cap Nord, a mà esquerra, hi ha un pàrquing i un panell indicatiu. D'allí parteix el sender marcat amb fites, per plans, biots i turons, en sentit nord-est i després nord. Cap al final davalla a una petita badia i ressegueix la costa cap al nord fins a l'extrem de la punta. Són 9 km d'anada i 9 més de tornada, més aviat planers llevat del tram que davalla cap al mar.

Cims nevats per la banda oest de Fløya

Vistes des del coll pel costat est, fins als cims del continent

La Flama del Canigó, història d'un símbol

Munió de tendes al peu de la pica del Canigó

Cada any la nit de la revetlla de Sant Joan celebrem el solstici d'estiu al voltant de grans fogueres, moltes d'elles enceses amb la Flama del Canigó. Però, sabem realment de què estem parlant? Què és aquesta flama? Quan comença? Què simbolitza? En aquest article us expliquem com veure i com viure al cim del Canigó la renovació d'aquest símbol dels Països Catalans que fa més de cinquanta anys que crema en senyal de pau i fraternitat entre totes les terres de parla catalana.

Text i fotografies de *Pasqual Garriga i Martí*

Naixement d'una tradició

A mitjanit de cada 22 de juny centenars de persones amuntegades i passant fred es reuneixen a 2.784 m per renovar una flama i un sentiment al cim del Canigó. L'endemà, al llarg del dia 23 aquell foc s'escampa arreu dels Països Catalans de la mà de centenars o milers de rellevistes que amb fervor transmetran una cadena fraternal d'una foguera a l'altre. Es perpetua així una tradició i un foc que es va encendre fa més de 50 anys, i que no s'ha apagat mai. Compartir les emocions que es viuen allà dalt és una manera de conservar el que ja és una tradició.

Tot va començar el 1947 quan el Cercle de Joves de Perpinyà va rellançar la tradició de les fogueres de Sant Joan a la capella de la Salut al poble de Pià al nord de Perpinyà. El 23 de juny de 1955 Francesc Pujade, muntanyenc d'Arles, va voler celebrar el seu aniversari amb alguns amics (i també la victòria de la USAP a la lliga francesa de rugbi d'aquell any) encenent una foguera al cim del Canigó. En els anys següents Pujade i Jean Iglésis membre del Cercle de Joves tenen la idea d'encendre el màxim de fogueres en cims i torres de guaita rememorant una antiga tradició celta.

Finalment entre el 1963 i el 1964 de la mà de Jean Iglésis tot pren una forma definitiva. El 1963 decideix donar una nova dimensió a la nit màgica i estableix per primer cop un sistema de relleus per tal de fer baixar la Flama del Canigó fins a la plana i per encendre una gran foguera, el "rei del foc" al Palau dels Reis de Mallorca a Perpinyà.

El 1964 Marguerite Mestre l'anciana propietària del mas Gleix al poble de Queixàs (datat del 1631) féu donació de tot el seu mobiliari al nou Museu de la Casa Pairal instal•lat al Castellet de Perpinyà, que havia d'esdevenir una seu de les essències catalanes a la Catalunya Nord. El migdia del 23 de juny de 1964, per tal de carregar l'acte de simbolisme, en Jean Iglésis amb l'ajuda d'una forta lupa que concentra els rajos del Sol en un llum d'oli, fa néixer una petita flama vinguda del cel. Jean Iglésis promet a Marguerite Mestre que aquella flama perdurarà a la llar de foc del seu mas instal•lada al Castellet. Com ell diu encara avui en dia "aquesta flama, carregada d'amor, de pau i de fraternitat, no s'ha apagat més des de 1964". La flama esdevinguda símbol de les essències catalanes va traspassar fronteres el 1966, en ple franquisme, enguany fa 50 anys. En Jean Iglésis n'ha complert 90 i aquest més d'abril se li ha retut el degut homenatge a la Catalunya Nord. Un dels secrets de la longevitat i bona salut de la flama és sens dubte la sèrie de valors que encarna. L'altre és la seva ritual renovació anual al cim del Canigó que us animem a viure almenys un cop a la vida.

Refugi lliure de Balaig pujant als Cortalets

Pista de Balaig camí del refugi dels Cortalets

Renovació de la Flama, un ritual en tres actes:

Acte I: la pujada de feixos

Cada any, el dissabte anterior a la nit de Sant Joan, centenars d'excursionistes vinguts d'arreu dels Països Catalans es concentren al voltant del refugi dels Cortalets a 2.150 m. Porten feixos de llenya, sovint de sarments, provinents dels seus pobles, viles i ciutats. Lligats simbòlicament amb una cinta amb les quatre barres. Porten escrit el nom de la població d'origen. Hi ha qui hi afegeix algun dibuix fet per la canalla o textos amb bons desitjos que acabaran cremant la nit de Sant Joan.

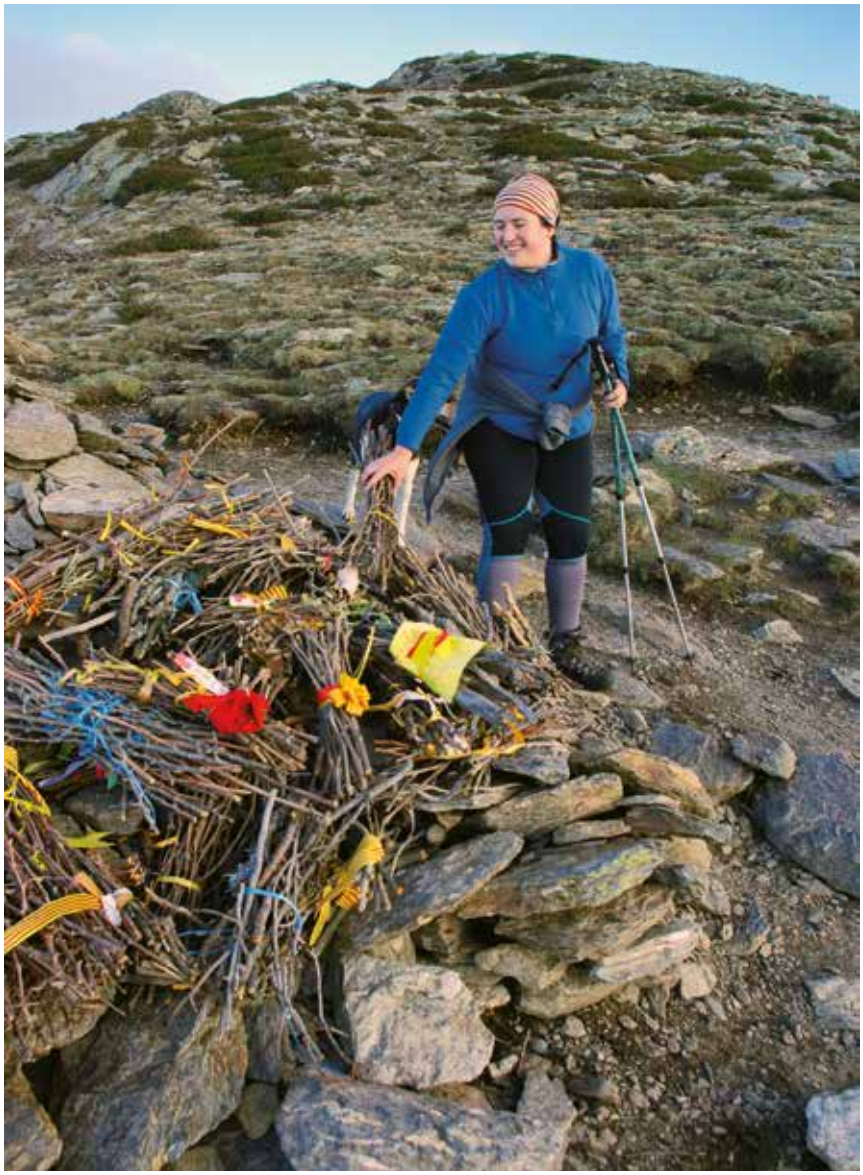
Diumenge al matí és el dia en què toca fer l'ascensió fins al cim del Canigó (2 h, +, 634 m) i dipositar al peu de la gran creu metàl·lica que corona aquest cim el feix vingut de tan lluny. També es deixa una pila de feixos de llenya a la cota 2.461 m en un replà de l'aresta nord del Canigó que guaita al vessant dels Cortalets. Cal saber que en aquesta data l'afluència a la muntanya és tan elevada que des de fa anys es regula el nombre de vehicles autoritzats a remuntar la pista que s'acosta al refugi dels Cortalets allargant ens molts metres el desnivell de l'ascensió si no esteu autoritzats. Ho expliquem més endavant.

Acte II: dia 22 de juny, la Trobada i renovació de la Flama al cim del Canigó

El matí del dia 22 de juny plogui, nevi o faci sol la Flama del Canigó abandona el Castellet de Perpinyà i és transportada fins al coll de Millères situat a 842 m, prop del poble de Fillols, al vessant nord-oest del massís. Amb la Flama s'encenen tres quinqués o llànties de querosè que mantenen el foc protegit de les inclemències del temps. Tres guardians del foc, excursionistes del Cercle de Joves, inicien una llarga ascensió de prop de dos mil metres que portarà la Flama al refugi dels Cortalets i, ja de nit, seguiran fins al cim del Canigó. Pugen amb alguns acompanyants per la pista forestal de Balaig que, a peu, és el camí més curt per arribar al refugi Cortalets. Malgrat tot cal fer 1.300 metres de pujada i caminar no menys de tres hores i mitja. Mentrestant el gruix dels excursionistes que han demanat l'autorització al comitè organitzador pugen amb vehicles per un altre vessant. Ho fan seguint la llarga pista forestal (21 Km) que des del poble de Vilerach (o des de Clarà) va al coll del Forn i guanya altura seguint la vall del riu Llech, al vessant nord del Canigó. La pista arriba al coll del Ras dels Cortalets, a 2.055m i a només 10 minuts a peu del refugi. La majoria de vehicles s'han d'aturar en un estacionament anterior a la cota 1.672 m, prop de Prat Cabrera des d'on resta aproximadament 1h i 20 minuts fins al refugi.

Al refugi s'hi apleguen centenars d'excursionistes que van plantant les tendes al seu voltant i a tocar d'un petit estanyol on es reflecteix la pica del Canigó. Cap a les set de la tarda, amb barretina al cap, l'André Miquel, que fa de mestre de cerimònies en nom del "Comité des Feux du Saint Jean" i del "Cercle des Jeunes" convoca els excursionistes a la porta del refugi. Els dóna la benvinguda, agraeix la presència de catalans, valencians, balears, andorrans i gent de la Catalunya Nord i els convoca o millor dit, els arenga a retrobar-se a mitjanit al cim del Canigó tot animant-los a posar-se en marxa. Qui més qui menys sap que la pujada dura un parell d'hores, que el camí és fressat i que no té pèrdua però que és terreny delicat, costerut i d'alta muntanya. La majoria de gent opta per fer la pujada amb llum de dia sortint abans de les vuit del vespre. Fer una ascensió d'alta muntanya a aquelles hores i amb aquella llum d'última hora de la tarda és part de l'encís. A mida que es guanya altura la llum del Sol es torna més ataronjada i vermellosa. L'ascensió esdevé una mena de cursa per evitar la irremeiable posta de Sol, que si caminem lleugers tindrà lloc quan ja siguem prop del cim. Al collet que separa el pic de Joffre de la

Arenga als excursionistes a les set de la tarda just abans de l'ascensió



A 2.461 m trobem una pila de feixos dipositats dies abans

Tres guardians del foc, excursionistes del Cercle de Joves, inicien una llarga ascensió de prop de dos mil metres que portarà la Flama al refugi dels Cortalets i, ja de nit, seguiran fins al cim del Canigó.

pica del Canigó trobem una pila de feixos de llenya deixats el cap de setmana anterior que es poden agafar per tal de poder fer també nosaltres una ofrena sota la creu del cim. El darrer tram d'ascensió és pedregós, acostumen a restar-hi passos amb neu i culmina amb una sèrie de ziga-zagues que amb el cansament demanen tota la nostra atenció. Ja dalt del cim tothom es fa una fotografia davant de la creu tot dipositant el seu feix de llenya i gaudeix, amb la poca claror que resta, de les vistes d'aquest cim far del Pirineu Oriental.

Cada colla o grup es prepara per a una llarga i freda espera. A finals de juny a 2.784 metres la temperatura a mitjanit acostuma a ser de pocs graus positius. Fa fred, cal abrigar-se, acomodar-se en un altre racó, sopar, i reposar ja que segons des d'on haguem començat a pujar podem portar molts metres a les cames i tenir fins i tot ganes de fer un son. Mentre ho fem, no deixa d'arribar gent i més gent, amb torxes apagades i quinqués. Han pujat allà dalt a recollir el foc del Canigó que l'endemà encendrà les fogueres dels seus pobles i ciutats. Cal anar amb cura i no empènyer ningú, ja que al final sempre s'acaba cabent-hi tothom. Els darrers anys, des que es va limitar l'accés per la pista, fan cap al cim entre tres i quatre-centes persones. Sembla ser que uns anys enrere havien arribat a ser-ne quasi vuit-centes.

Prop de les dotze de la nit arriben els tres guardians del foc amb els quinqués encesos. Ho fan acompanyats de més membres de l'organització i d'algun càmera de la televisió francesa que gravarà el que passi allí dalt. A mitjanit puntualment s'inicia la Renovació de la Flama. En primer lloc els excursionistes es reuneixen amuntegats al voltant d'una pila de llenya separada una desena de metres de la gran pila al peu de la creu. Aquesta pila és ruixada amb alcohol o querosè i acabarà esdevenint una petita foguera al llarg de l'acte. L'André Miquel oficia de nou i explica què hi anem a fer. Tot seguit es llegeix un manifest, renovat cada any, redactat pel "Comité des Feux de la Saint Jean". En acabat se cedeix la paraula a tot aquell qui, a títol individual o en nom d'algun col•lectiu, vingui d'on vingui, vulgui adreçar-se a la resta. No cal dir que els darrers anys per part dels muntanyencs catalans s'han llegit textos de caire patriòtic i a favor de la independència de Catalunya i dels Països Catalans. Tot seguit amb l'ajuda de torxes s'agafa el foc d'un dels quinqués i

s'encén la petita foguera del cim, mentre el gruix dels presents entona fervorosament els Segadors, himne de Catalunya. En aquell moment s'apaguen les llànties o quinqués dels tres guardians. És el moment en què cada associació amb l'ajut de torxes vagi encenent els seus quinqués i inicii la llarga baixada fins al refugi dels Cortalets. De nou esdevé una imatge màgica: la d'una corrua de frontals que es va estenent al llarg de tot el camí de baixada. Vist des de sota, el camí de les ziga-zagues ple de punts de llum és una de les imatges d'aquesta Trobada. Passada la una de la matinada encara ens creuem amb gent, poca, que fa el camí de pujada per anar a buscar la flama. Els tres guardians de la flama encenen de nou els seus quinqués, donant així per renovada la flama, però no tornen a Cortalets. La seva tasca és vetllar la nova flama al llarg de la nit al cim del Canigó, la nit on la muntanya esdevé més simbòlica i màgica que mai.

Llum del capvespre al darrer tram de l'ascensió al Canigó

Acte III: dia 23 vigília de Sant Joan

A trenc d'alba, mentre la majoria d'excursionistes dormen i reposen al refugi dels Cortalets i a les tendes plantades al seu voltant, els tres guardians del foc es posen en marxa al cim del Canigó: donen la benvinguda al nou dia i inicien el retorn del camí fet el dia anterior fins al coll de Millères, gairebé dos mil metres més avall. Ells són els encarregats de portar aquella tarda-vespre el foc a les fogueres de Sant Joan de les principals poblacions que trobaran camí de Perpinyà. Cal saber que a la catedral de Perpinyà guarden en relíquia un braç de Sant Joan fet que fa que aquest sigui el patró de la ciutat i que per tant el dia 24 se celebri la Festa Major a la ciutat.

Aglomeració nocturna al cim del Canigó

Mentrestant al llarg del dia les desenes d'associacions i d'entitats, les catalanes-majoritàriament coordinades per Òmnium Cultural, s'encarreguen de fer arribar la Flama del Canigó a cada racó dels Països Catalans, ja sigui amb relleus a peu, a cavall, amb bicicleta o amb automòbil. A Catalunya la Flama del Canigó és rebuda al Parlament en un acte institucional. També ho és en multitud d'ajuntaments, consells comarcals, entitats culturals i esportives. D'aquesta manera, de la mà de milers de voluntaris el foc que baixa de la muntanya il·lumina les revetlles populars que es fan al voltant de les fogueres. Els

Encesa de la foguera amb la Flama arribada del Castellet de Perpinyà

darrers anys s'estima en tres mil les fogueres enceses amb el foc que ve des del cim del Canigó

Si hem dormit al peu de la muntanya ens tocarà fer el camí de tornada, llarg o curt. Com que estan situalts a la Catalunya Nord és una bona idea quedar-se en alguna població a veure com viuen els seus "focs de Sant Joan". Particularment memorable és la revetlla viscuda al voltant d'una foguera a la platja de Cotlliure, poble ja de per si encisador, més bell que mai sota la llum d'una gran foguera.

Si volem viure aquest acte a la muntanya hem de saber que a les 22 h 30 minuts s'encén al cim del Canigó una gran foguera amb tots els feixos portats pels excursionistes. És decisió de cadascú gaudir de l'espectacle dalt del cim o des del refugi dels Cortalets on per una nit, la més curta i màgica de l'any, el Canigó sembla un volcà entrat en erupció.

Nit de Sant Joan a la platja de Cotlliure

Dades sobre l'excursió

Si volem viure aquest aquelarre patriòtic i no hem pogut obtenir una autorització o invitació de la mà del comitè organitzador no ens queda més remei que caminar i caminar molt. El camí més curt per accedir als Cortalets és, com hem dit, el que segueix pel vessant nord-oest la pista i la vall de Balaig. Podem arribar en cotxe fins a uns revolts més amunt del coll de Millères, fins a la cota 934 m on trobem un estacionament i la barrera que ens priva el pas del vehicle. El camí marcat amb pintura puja pel dret evitant en un llarg tram inicial les llaçades de la pista.

Amb la calor de l'estiu i carregats amb tenda i sacs de dormir, és una excursió llarga i feixuga que culminarem el mateix vespre 1.850 metres més amunt! Cal mentalitzar-se, estar en forma i anar preparats. Passem sota una roca característica que ens recorda una Tortuga. Quan el sender troba la pista a trams amb asfalt vell travessem un túnel i ens trobem abocats sobre una bonica i profunda gorja a la nostra esquerra. Més amunt a 1.600 m trobem el refugi de Balaig, lliure, net i en bon estat on podríem dormir. No hi ha matalassos. Al seu costat hi ha un gran orri de pedra seca. Després d'aquest refugi abandonem de nou la pista forestal i ens endinsem en una gran avetosa que ens acaba abocant al coll del Ras de Cortalets a 2.055 m a només 10 minuts de pujada del refugi dels Cortalets, situat a 2.150 m. Val la pena passar tant temps com puguem descansant a la tenda o al refugi ja que encara resten per endavant un mínim de dues hores d'ascensió al cim del Canigó.

Pel que fa al dormir en nits com la del 22 o 23 podem plantar la tenda prop del refugi o al voltant del primer estanyol. Si no en tenim o no ens agrada queda l'opció d'haver reservat amb molt de temps plaça al refugi. Encara una darrera opció és fer nit al refugi lliure de la Jaça (Jasse) dels Cortalets, situat uns 20 minuts més avall del refugi tot passant pel Ras de Cortalets i seguint a l'esquerra la pista forestal que ens portaria de nou cap a Balaig. El refugi té unes 4 places, taula metàl·lica, bancs i llar de foc.

Tant si hi dormim com si no, si no volem repetir el camí de pujada per tornar al nostre vehicle tenim un camí alternatiu passant per aquest refugi de la Jaça de Cortalets. Seguint la pista avall un cop arribem al coll de les Voltes a 1.838 m l'abandonem per seguir un camí ben marcat que baixa pel vessant dret del riu Fillols. Aquest camí ens durà fins al poble de Fillols. Només ens cal estar atents i, a la cota 1.070 m, quan el camí arriba a una pista seguir-la a mà dreta fins a retrobar, cinc-cents metres més enllà, el nostre camí de pujada. Camí alternatiu i solitari però del tot recomanable.

Reencesa dels quinqués per portar la nova Flama de nou a Perpinya

Camins de Perafita, el centre del Lluçanès

Per la seva situació des del poble de Perafita es poden gaudir unes extenses panoràmiques cap al Pedraforca, la serra d'Ensija, la Tosa d'Alp i bona part del Pirineu Oriental . Fotografia Ramon Casals

Text i fotografies de ***Lluís Catasús i Cols***

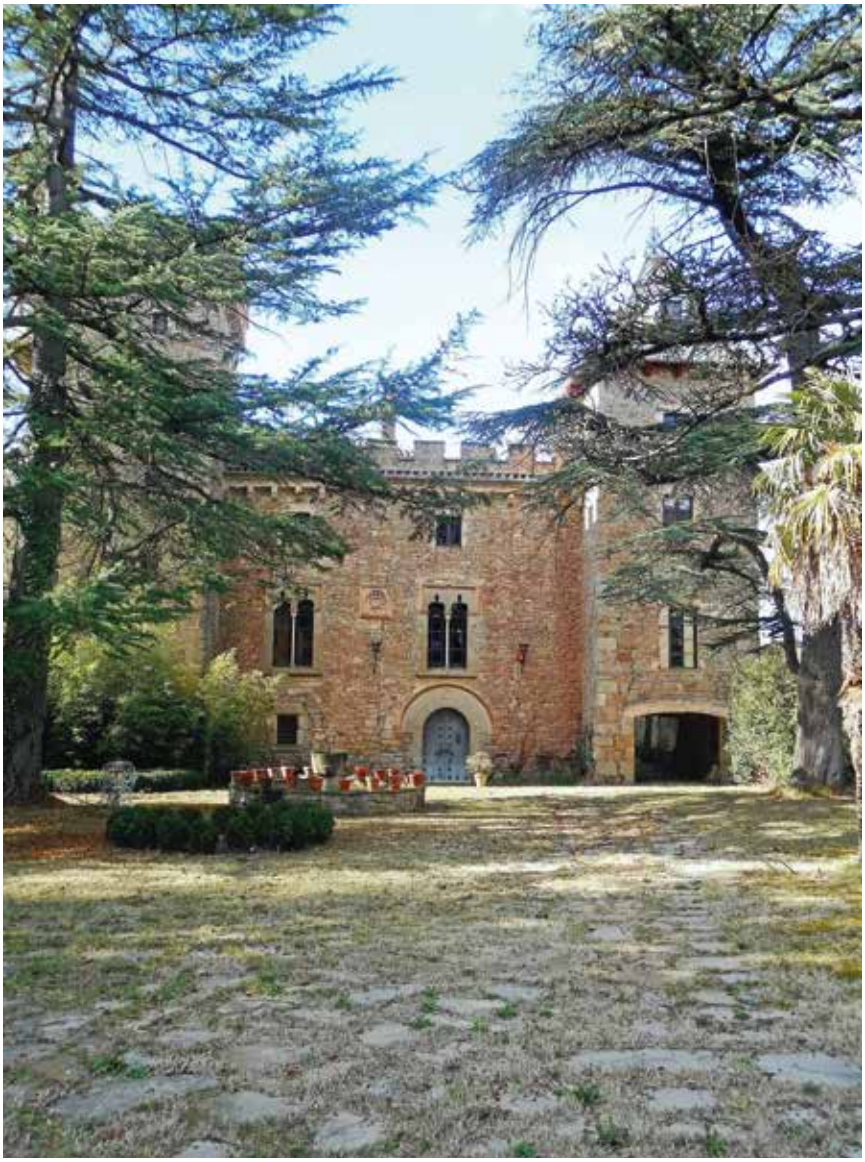
Quan algú sent parlar de Perafita el primer que li ve al cap és la dolça olor de les seves famoses coques artesanals, alguna imatge de cavalls i vaques pasturant per bucòlics prats i potser també un indefinit record de la commemoració del Tricentenari. Però, Perafita és molt més que tot això i paga la pena descobrir-ho.

El municipi de Perafita es troba situat al cor del Lluçanès a 755 metres d'altitud en una carena elevada que separa els recs i torrents que afllueixen directament a la riera Gavarresa. Si visiteu el poble no només quedareu atrapats per la dolçor de les seves coques, sinó també per la sensació de pau i tranquil·litat que es respira pels seus racons carregats d'història, i sobretot encisats per l'entorn natural que l'envolta format per un bonic mosaic de prats i boscos amb roure martinenc, alzines, pollancres i pinedes de pi roig i per unes magnifiques vistes cap al Pedraforca, la serra d'Ensija, la Tosa d'Alp, bona part del Pirineu Oriental i també a l'altra banda cap a la muntanya de Montserrat. El topònim Perafita prové del llatí "*Pedra Ficta*", que es refereix a una pedra col·locada en un indret ben visible per indicar el terme d'una propietat o territori. Quan arribes a dalt la carena on està situat el poble te n'adones que el topònim li fa justícia i sents una enveja terrible cap als seus habitants que gaudeixen d'aquestes extenses panoràmiques.

Perafita gràcies al seu emplaçament és un bon punt de sortida per iniciar excursions, però abans de començar a caminar us recomano fer una volta pel poble i descobrir els seus encants. Tot passejant per la principal artèria de Perafita, el carrer Major, però també disperses per tot el poble podrem contemplar magnífiques cases, bastides entre els segles XVII i XVIII, amb murs de maçoneria de pedra amb carreus treballats delimitant les cantonades que conserven inscripcions en la llinda o pedra travessera que clou la part superior d'un portal o finestra. En la major part de les inscripcions hi ha el nom del propietari de la casa i la data en què es construí la casa. En alguns casos trobem també motius religiosos o altres que feien

referència a l'ofici de la persona a qui pertanyia. Autèntica història viva gravada a les pedres.
Destaca també l'església parroquial dedicada a Sant Pere d'estil barroc bastida al segle XVIII. Es tracta d'un edifici de grans dimensions de planta rectangular d'una sola nau, capelles laterals, façana a ponent i campanar octogonal situat a l'esquerra del presbiteri. La primitiva església era romànica, probablement construïda al segle XI i només en resta el timpà que es guarda a l'interior de l'església per tal d'evitar-ne la degradació.

A les afores de la població trobem el castell de Perafita bastit a finals del segle XIX amb nombrosos elements neogòtics donant un aspecte de chateau o castell centreeuropeu. Adossada a l'extrem nord del Castell, dins el recinte tancat, es troba la Capella de la Puríssima del Castell. Tot el conjunt queda envoltat per un jardí d'estil senyorial, amb grans arbres i diverses escultures repartides. Antigament, però en el emplaçament del castell hi havia hagut el mas Puig, que fou la casa de Jaume Puig i Beuló, conegut per "Puig de Perafita" militar català que va lluitar a la guerra de Successió. Jaume Puig va ser un dels signants del Pacte de Sant Sebastià o dels Vigatants, que va desencadenar el Tractat de Gènova de l'any 1705, amb què Catalunya es comprometia a entronitzar el pretendent austríac i Anglaterra a respectar les Constitucions catalanes. Quan la guerra



Castell de Perafita bastit a finals del segle XIX amb nombrosos elements neogòtics. Antigament en el seu emplaçament hi havia la casa de Jaume Puig i Beuló, militar català que va lluitar a la guerra de Successió. Durant la guerra els borbònics incendiaren la casa, sobre les runes de la qual es va edificar l'actual castell.

Església parroquial dedicada a Sant Pere, d'estil barroc, bastida al segle XVIII. La primitiva església era romànica, probablement construïda al segle XI i només en resta el timpà que es guarda a l'interior.

Monòlit dedicat a Jaume Puig i Beuló (en Puig de Perafita). Important prohom que va ser un dels signants del Pacte de Sant Sebastià o dels Vigatants, i va morir defensant Barcelona l'onze de setembre de 1714.

va esclatar, Jaume Puig va liderar diverses milícies al front de l'Empordà. Durant la guerra els borbònics incendiaren la casa dels Puig, sobre les runes de la qual es va edificar l'actual castell. A la fi de la guerra, Jaume Puig va participar en la defensa de Barcelona com a capità de fusellers. Amb setanta-sis anys d'edat, va morir lluitant als enfrontaments del Pla de Palau de Barcelona l'onze de setembre de 1714. En el poble hi ha un monòlit dedicat a la memòria d'aquest important prohom.

El poble és una bona base per fer excursions i descobertes pel Lluçanès i molt recentment l'Ajuntament en un intent de potenciar aquest aspecte ha senyalitzat els camins i senders rurals que parteixen de la població cap als municipis veïns. A més a més ha encarregat unes audioguies, basades en la geolocalització amb GPS, de rutes a peu amb explicacions dels llocs d'interès i instruccions per no perdre's cap detall que es poden descarregar directament a través del web municipal. Tanmateix l'oferta informativa i turística d'aquestes rutes, anomenades "Camins de Perafita", es completa amb tauletes tàctils que l'Ajuntament posa a disposició dels usuaris per seguir gràficament i de manera audible els itineraris de cadascun dels camins. Les audioguies "Camins de Perafita" han estat elaborades per femuntomb (www.tombcat.org i www.femuntomb.net) i són set itineraris que surten de Perafita cap al santuari dels Munts, a l'ermita de Santa Margarida de Vilaltella, pels voltants de Perafita i cap a les poblacions d'Olost, Sant Martí d'Albars, Santa Eulàlia de Puig-oriol i Sant Boi de Lluçanès. Tot seguit us proposem una d'aquestes rutes per conèixer el centre del Lluçanès.

Perafita - Sant Martí d'Albars - Perafita

Recorregut circular entre les poblacions de Perafita i Sant Martí d'Albars. Pel camí gaudirem d'un paisatge marcat per l'activitat agrícola i ramadera amb masies disperses i petits boscos de pi roig, roure martinenc i alzina. A l'anada passarem pel costat de la masia de Can Carbó, la de Bassès, el Molinot i el Molinot de Baix i finalment arribarem a la petita població de Sant Martí d'Albars. A la tornada passarem pel bonic pont romànic de Sant Martí sobre la riera Gavarresa i pel camí de les Comes fins arribar de nou a Perafita.

El bonic pont romànic de Sant Martí d'Albars sobre la riera Gavarresa. El pont és el símbol del municipi i forma l'anagrama de l'ajuntament.

Distància: 9,0 km
Desnivell positiu acumulat: 244 m
Durada aproximada: 2 h 30 min
Dificultat: sense dificultats tècniques però amb un tram amb camins desdibuixats que recomanen un mínim hàbit excursionista.

Per tot el Lluçanès és habitual trobar vaques i cavalls pasturant pels prats

Perafita. El punt de sortida és la plaça de Sant Antoni voltada per una banda per la carretera i per l'altra pel carrer Major amb l'edifici de l'Ajuntament. Per iniciar la ruta hem de creuar la carretera i just a l'altre costat agafar una pista de terra que es dirigeix a can Carbó i al cementiri. Un rètol informatiu ens indica que és el camí de Perafita a La Blava. Aviat trobarem a la nostra dreta la masia de Can Carbó integrada al nucli urbà de Perafita. Es tracta d'una antiga masia, documentada l'any 1315, de grans dimensions bastida amb murs de maçoneria de pedra amb poc morter, i amb carreus treballats delimitant les cantonades.

209 m (1). Per la dreta surt un camí cimentat que es dirigeix cap al poble. No ens desviem continuem recte per la pista de terra. Una mica més endavant a la nostra dreta trobarem el cementiri de Perafita que data de 1886. Per aquest camí se celebra cada any per la Candelera una cursa de cavalls de molta tradició a Perafita. La festa de la Candelera se celebra el primer cap de setmana de febrer, en honor a la Verge de la Candelera (dia 2 de febrer) i a Sant Antoni (17 de febrer), i correspon a la Festa Major d'hivern de Perafita. Algunes de les activitats més populars tenen com a protagonista al cavall: des de la desfilada de la cercavila on hi participen cavalls, mules, rucs, ponis i carruatges passant per la fira del Cavall del Lluçanès i acabant per les curses de cavalls i rucs pel camí de can Carbó just per on estem passant.

839 m (2). Arribem a una bifurcació de pistes i agafem la pista de l'esquerra. Anem baixant.

1,1 km Granja de can Carbó (3). Trobem una nova bifurcació. La granja ens quedarà a mà esquerra. Continuem recte baixant cap a la dreta.

1,7 km Pantà de Bassès (4). Arribem a una bifurcació i continuem pel camí de la dreta que és el principal. A mà esquerra veiem el pantà. Estem en un entorn molt bonic entre camps, pastures i boscos de roures, alzines i pinedes de pi roig.

1,9 km Masia de Bassès (5). Ens arriba per la dreta un camí secundari. No ens desviem continuem recte baixant per la pista principal. A mà esquerra al fons veiem la masia. Aquesta masia es troba documentada l'any 1292, tot i que l'edifici actual és una construcció d'època moderna.

2,3 km (6). Ens arriba un camí secundari per l'esquerra. No ens desviem continuem recte per la pista principal.

2,35 km (7). Trobem un camí secundari a la dreta. No ens desviem continuem recte baixant per la pista principal, una mica més endavant el camí està cimentat.

2,5 km Molinot i riera Gavarresa. Creuem la riera. La Gavarresa neix al terme municipal d'Alpens, a uns 900 m d'altitud. Travessa amb una direcció nord-est a sud-oest el territori del Lluçanès. Després entra al Moianès, passa per Avinyó i a l'alçada d'Artés s'ajunta amb el Llobregat. A l'esquerra després de creuar la riera trobem un antic molí fariner anomenat el Molinot. Un cop creuada la riera el camí comença a pujar.

2,7 km (8). Bifurcació. Deixem el camí principal i girem a l'esquerra per un camí de terra.

3,0 km Molinot de Baix. A mà esquerra trobem una xemeneia amb bon estat d'un petit forn. Podria ser part de una teuleria o d'una petita bòbila. Al costat del riu veiem les restes de l'antic Molinot de Baix totalment ensorrat.

3,05 (9). Molta cura en aquest tram perquè el camí no està ben traçat. Hem de continuar recte fora de camí baixant una mica cap a l'esquerra. Hem de deixar una casa de nova construcció a la dreta i el marge de la riera Gavarresa a l'esquerra i ens hem de dirigir cap avall cap a un grup de pollancres on trobarem el rec de la Blava. Quan arribem al rec el creuem i a l'altre costat recuperem un camí ben traçat que hem de continuar.

3,4 km (10). Atenció en aquest punt. Al davant ens queden uns camps però hem de girar cap a l'esquerra tot fent un revolt tancat. El camí es veu molt poc i cal anar amb compte de no continuar recte cap els camps. Unes marques de pintura verda ens ajudaran a no perdre el camí.

3,7 km (11). El camí està poc traçat però en aquest punt fa un revolt tancat cap a la dreta. Hem de seguir marques de pintura verda.

3,8 km (12). Trobem una bifurcació. Agafem el camí de l'esquerra. Continuem per un camí poc traçat. Hi ha marques de pintura verda.

Església parroquial de Sant Martí d'Albars.
L'actual església fou construida el segle XVIII i d'estul barroc rural

4,0 km (13). Bifurcació de camins. Continuem pel camí de l'esquerra seguint una penya de pedra. Si ens fixem bé al terra just al mig del camí veurem unes marques gravades a la pedra força curioses. Són unes marques de termendal de propietat que indicaven antigament la divisió de propietats. Una mica més endavant a la nostra dreta trobarem el cementiri de Sant Martí d'Albars i al fons ja veurem les primeres cases i l'església de Sant Martí.

4,5 km (14). El camí desemboca en una carretera. Agafem la carretera cap a l'esquerra. Entrem a Sant Martí d'Albars. 4,6 km Sant Martí d'Albars. Enfront a mà esquerra tenim l'església parroquial de Sant Martí. L'actual església fou construïda en el segle XVIII i és d'estil barroc rural. Conserva, però a l'interior una imatge de tradició romànica de Santa Maria que pertanyia a la primitiva església de Sant Martí. Deixem el carrer de l'església i girem a mà dreta per un camí de terra que es dirigeix al pont romànic.

4,7 km Torre del Baró (15). Passem pel costat d'una casa senyorial que ens queda a mà dreta. Aquesta casa va pertànyer a Josep Prat Gibert i Canal, darrer Baró de la Blava, i va ser construïda probablement entre finals del segle XIX i principis del segle XX. El projecte inicial era un edifici de reminiscències modernistes format per quatre torres i un edifici central amb pati interior. Del projecte inicial només se'n va construir una petita part. Tot seguit trobem una bifurcació i continuem baixant pel camí principal que fa un revolt cap a l'esquerra.

4,8 km (16). Trobem un camí secundari a la nostra dreta que es dirigeix a un dipòsit d'aigua. No ens desviem, continuem recte baixant pel camí principal. Més endavant trobarem un tram cimentat.

5,0 km (17). S'acaba el tram cimentat i ens arriba per l'esquerra un camí. No ens desviem continuem recte baixant en direcció al riu.

El paisatge del Lluçanès és un petit mosaic format per l'activitat agrícola i ramadera amb masies disperses i petits boscos amb roure martinenc, alzines, pollancres i pinedes de pi roig.

5,2 km Pont romànic de Sant Martí (18). Deixem la pista principal que es dirigeix al Molí del Pont i girem a la dreta per passar pel bonic pont romànic de Sant Martí sobre la riera Gavarresa. És l'única construcció d'aquesta època que es conserva a Sant Martí d'Albars. Es troba en un camí de carrerades, testimoni de vells costums i antigues tradicions. El pont és el símbol del municipi i forma l'anagrama de l'Ajuntament. Creuem el pont i continuem el camí.

5,3 km (19). Un cop passat el pont trobem una bifurcació i agafem el camí de l'esquerra.

5,4 km (20). El camí desemboca en una pista més gran. Agafem aquesta pista cap a l'esquerra.

5,5 km (21). Se'ns ajunta un camí cimentat per l'esquerra. No ens desviem continuem recte. Enfront tenim una pedrera. Comencem a pujar.

5,6 km (22). Arribem a una trifurcació de camins. Hem de continuar recte i agafar el camí del mig que continua pujant i és conegut com el camí de les Comes. Si mirem enrere veurem una de les millors panoràmiques de Sant Martí d'Albars.

6,5 km (23). Arribem a una bifurcació. Continuem recte pel camí de l'esquerra. 6,8 km (24). Trobem a la dreta un camí secundari. No ens desviem continuem pujant pel camí principal.

6,9 km (25). Primer se'ns ajunta un camí secundari per la nostra esquerra. No ens desviem i tot seguit connectem amb una pista. Girem cap a la dreta i continuem pujant.

7,2 km (26). Trobem una trifurcació de camins i girem cap a l'esquerra per un camí secundari. Per agafar aquest camí cal passar un filat. La porta del filat sol estar oberta.

7,3 Km (27). Ens arriba un camí per l'esquerra. No ens desviem, continuem recte cap amunt. Entrem en un bosc de pins i roures molt bonic.

7,7 km (28). Trobem un filat que es pot passar per una porta. Passat el filat trobem un camí a l'esquerra. Continuem recte.

8,1 km (29). Trobarem un darrer filat que podem passar per la porta o per un pas a l'esquerra i tot seguit la pista desemboca a la carretera. Agafem la carretera cap a l'esquerra. Hem de seguir la carretera fins a arribar al poble de Perafita.

8,5 km Pedró de Sant Agustí. A la nostra dreta a dalt d'un petit turonet a l'altre costat de la carretera hi ha el Pedró o Creu de Sant Agustí. Per arribar-hi hem de creuar la carretera i agafar un camí que surt a la nostra dreta i que tira cap amunt. Atenció, no hem d'agafar la pista que es dirigeix a la Roca del Mill i a la Riera, sinó un camí que surt al costat dret d'aquesta pista i que puja cap al Pedró. El Pedró és una base de pedra quadrada i bastit amb grans carreus coronat per una creu de ferro. A la banda nord hi ha la capelleta amb la imatge de Sant Agustí. El 28 d'agost, per sant Agustí, es fa cap al vespre una processó amb espelmes des de Perafita que és seguida per molta gent. Després cal retornar a la carretera i continuar la ruta cap al poble de Perafita que ja és ben a prop.

8,8 km Perafita (30). Deixem la carretera i agafem a mà dreta el carrer Major. Ara hem de continuar per aquest carrer fins a arribar a la plaça de Sant Antoni on hem començat la ruta. En la passejada pel carrer Major podrem contemplar a banda i banda un bon grapat de cases bastides als segles XVII i XVIII amb murs de maçoneria de pedra. Si ens hi fixem en la majoria de les cases veurem inscripcions en la llinda amb el nom del propietari de la casa i la data en què es construí la casa. En alguns casos trobem també motius religiosos o altres que feien referència a l'ofici de la persona a qui pertanyia.

9,0 km. Final de la ruta. Girem a l'esquerra i entrem a la plaça de Sant Antoni de Perafita.

Volia agrair i dedicar aquest article a l'Ajuntament de Perafita per donar-me l'oportunitat d'elaborar les audioguies dels Camins de Perafita i als companys Toni Punsola i Josep Maria Anfruns que em varen guiar en la ruta a Sant Martí d'Albars.

Èxit rotund a la 52 edició de la Cursa del Bassiero

Text de ***Martí Renau.*** Fotografies de ***UEC Barcelona***

La Cursa del Bassiero es va celebrar el diumenge 20 de març a les Valls d'Àneu, al Parc Nacional d'Aigüestortes i estany de Sant Maurici. La travessa amb esquís de la UEC de Barcelona, que enguany acollia el Campionat de Catalunya per Equips de la FEEC, va resultar ser un èxit de participació ja que prop de 140 participants van cobrir les muntanyes d'esquís i pells de foca per celebrar aquesta competició esportiva. La sortida estava programada a les 8 del matí des del telecadira de La Peülla (Estació d'Esquí de Baqueira/Beret), però per causes meteorològiques es va haver d'endarrerir una hora i quinze minuts a causa que el panorama no convidava a l'optimisme per culpa d'una boira espessa que cobria bona part de la zona de la Bonaigua i dificultava la visibilitat. Malgrat tot, es va apostar per tirar endavant la Cursa tal i com estava prevista i a mig matí un sol radiant va brillar amb força en tot el recorregut.

Toti Bes (CE Girona) i Jordi Palomares (CE Cerdanya Pirineus) van necessitar 2 hores, 51 minuts i 41 segons per finalitzar el recorregut de 2.200 metres de desnivell, que els coronava com a guanyadors de la categoria absoluta masculina. Per la seva banda, Lourdes Martínez (CE Vall d'Aran) i Ares Izard (CE Lleida), les guanyadores de la categoria absoluta femenina van arribar a meta amb un temps de 3 hores, 19 minuts i 40 segons. Així doncs, els tàndems Bes-Palomares i Martínez-Izard van ser proclamats campions i campiones

de Catalunya per equips de la FEEC 2016. En Júnior Femení, Júlia Massagué i Erola Bisquert van guanyar la seva categoria amb un temps de 2 hores 9 minuts i 15 segons (recorregut de 1000 metres de desnivell), i en Júnior masculí el trio format per Aribau Portillo, Pau Coll i Sergi Lambea ho van fer en 2 hores 48 minuts i 21 segons (recorregut de 1900 metres de desnivell). Els cadets Narayan Macià i Òscar Simó van completar el seu recorregut de 1000 metres de desnivell amb 1 hora, 54 minuts i 25 segons.

Sota el lema "No és només una Cursa", l'Organització del Bassiero pretén convertir un cap de setmana únicament de competició en un cap de setmana en el qual la formació i la divulgació també hi tenen lloc. És per això que, seguint amb la dinàmica dels últims anys, el dia abans de la Cursa del Bassiero el protagonisme va recaure sobre el poble d'Esterri d'Àneu, que va acollir una conferència sobre la Medicina i la Nutrició a la muntanya a càrrec del Curs de Medicina i Socors de Muntanya. Davant de més d'una quarantena de persones, les dues ponents van explicar des de com preparar la farmaciola que tot excursionista hauria de portar a l'hora de fer activitat, fins la millor manera d'hidratar-se quan toca fer exercici. Mentrestant, al Poliesportiu d'Esterri d'Àneu s'hi van fer activitats infantils a càrrec de l'equip de monitors de la Secció d'Iniciació a la Muntanya de la UEC de Barcelona.

CRÒNICA
Del negre al gris, del gris al blanc, del blanc al blau

A les sis del matí la porta d'un cotxe es tanca al pàrquing de La Peülla: "clic". Boira a la Bonaigua. A aquestes hores la neu encara és negra. "De moment el dia està tapat, com ahir. Aquesta nit han caigut uns 3-5 centímetres i ara continua nevant de forma molt feble, esperem que s'aixequi el dia. Tot anirà bé!", diu un dels controls de muntanya des del refugi d'Amitges. Tot anirà bé, canvi de xip, va: "clic". Falten tres hores per donar el tret de sortida de la 52 edició de la Cursa del Bassiero. I boira a la Bonaigua.

Carpes amunt, arcs inflats, banderoles clavades i recorreguts traçats. Toca esperar, creuar els dits i mirar el cel, si és que hi ha cel. Boira a la Bonaigua. Són les 8 del matí i a aquestes hores la neu és grisa. Tantes il·lusions dipositades en un cap de setmana, tantes hores destinades a que tot surti rodó i les condicions meteorològiques fan veure-ho tot difuminat. Tot anirà bé? Orelles als *walkies:* "Els de dalt diuen que la boira es comença a dispersar, haurem d'endarrerir un quart d'hora la sortida, però hi haurà Cursa. Per ara mantenim recorreguts". Les botes dels participants comencen a encaixar-se amb les fixacions: "clic" i "clic". Només falta el "clic" de l'interruptor que apaga la boira i encén el bon temps. "Cinc minuts pel tret de sortida!".

Cinc minuts que fan posar la pell de gallina. La grisor del matí perd força quan contrasta amb els colors llampants dels cascs i la roba dels prop de 140 participants que envaeixen la línia de sortida. Les cames ballen a ritme de nervis. És el Campionat de Catalunya per equips de la FEEC, però l'ambient podria ser perfectament el d'un campionat del món. "Comença la 52 Edició de la Cursa del Bassiero! Molta sort a tothom!". El gemec de la botzina que dóna la sortida encara ressona mentre una corrua d'esquís de muntanya desfila cap a la boira per perdre's dins la majestuositat de les Valls d'Àneu. La Peülla es queda buida d'esquiadors i poc a poc la neu comença a ser blanca.

Èxit rotund a la 52 edició de la Cursa del Bassiero

A mesura que avancen les hores el sol es desperta i la boira comença a escapolir-se pels forats que deixen els núvols quan es trenquen. Del negre al gris, del gris al blanc, del blanc al blau. Cel blau! Per fi ha arribat l'últim "clic" que s'esperava. Gerber, Saboredo, Bassiero, Cabanes, Xemeneies, les Ares; els tres recorreguts que conformen la cursa brillen i la primavera comença a picar a la porta. Calor, esforç, esbufecs. Pujades trencacames, baixades de plaer. És la marca de la casa, és la Cursa del Bassiero: la clàssica de l'esquí de muntanya català.

A mig matí, l'aspecte que presenta la Peülla és completament oposat al de fa només unes hores. El sol, la llum i la calor són els personatges secundaris d'una arribada que té com a veritables protagonistes els participants que tornen, pintats de suor però també d'un somriure de satisfacció per haver completat la cursa. "Vinga va, un últim esprint!". Moltes parelles i trios, fent bandera de la companyonia de les curses per equip, s'agafen de la mà per creuar la línia de meta, altres es deixen caure de genolls per esgotament quan s'atura el cronòmetre. Han finalitzat la Cursa del Bassiero, i la Cursa del Bassiero també comença a finalitzar, però ho fa de la millor manera possible: del negre al gris, del gris al blanc, del blanc al blau. Radiant. "Clic". 53 Edició?

Unió Excursionista de Catalunya
Agrupació

Presentem:

.R xarxa de refugis UEC

i oferim:

una estada gratuita si fas, com a mínim, una 1/2 pensió a cada un dels nostres refugis guardats

Refugi del Caro
Alfara de Carles
(Baix Ebre)
www.refugiueccaro.com

Mas del Tronc
Serra de Rubió
(Anoia)
https://masdeltronc.wordpress.com

Xalet i refugi de La Molina
La Molina
(Cerdanya)
www.xaletuec.com

Refugi de Puigcercós
Cobert de Puigcercós
(Ripollès)
www.refugi.contacontes.cat

Refugi de Rebost
Bagà
(Berguedà)
www.refugirebost.cat

També pots gaudir dels nostres refugis no guardats

Refugi Cinquantenari
Llac de Baborte
(Pallars Sobirà)

Refugi Gràcia
Llac d'Airoto
(Pallars Sobirà)

Refugi Les Clotes
Horta de Sant Joan
(Terra Alta)

Refugi Mataró
Vall de Gerber
(Pallars Sobirà)

Caseta del Garraf
Caseta de bany amb reserva prèvia
Platja del Garraf
(Garraf)

Informació a:

www.uec.cat

La Marxa Gràcia-Montserrat

El 4 i el 5 de juny d'enguany la UEC de Gràcia dóna el tret de sortida a un dels esdeveniments més importants que organitzem, la Marxa Gràcia-Montserrat.

Ja són 28 les edicions que hem celebrat. L'equip organitzador cometem l'error de pensar en la 30a edició quan encara no hem acabat d'organitzar la 29a, però és que són moltes les ganes i la il·lusió que tenim per aquesta caminada de resistència. Cal dir que la Marxa Gràcia-Montserrat és una de les caminades més veteranes, i cofundadora de la Copa Catalana de Caminades de Resistència, organitzada per la FEEC, on s'agrupen actualment 22 marxes d'arreu del país i que enguany arriba a la 19a edició.

En tots aquests anys, és fàcil d'imaginar, hi ha hagut una evolució en tots els sentits: la logística, l'equip organitzador, la comunicació i difusió i fins i tot l'equip de col·laboradors. Tot per adaptar-nos al nou material tècnic, al volum de marxaires o al nou concepte d'activitat esportiva no competitiva, amb l'objectiu d'oferir una experiència única i inoblidable, i mantenint al mateix temps el caràcter senzill, segell propi de la Marxa Gràcia-Montserrat.

Som conscient que per mantenir viva una activitat com aquesta, cal combinar la tradició amb les novetats. Un dels valors definitoris és el recorregut. La marxa permet gaudir d'una sortida des de la vila de Gràcia, i travessar dos espais naturals privilegiats com són el Parc Natural de Collserola i el de Montserrat, així com algunes propietats privades plenes de bellesa, comptant amb la inestimable col·laboració dels seus propietaris. Si recordem, a més, que la marxa és eminentment nocturna, la combinació final assegura moments excepcionals seguint el camí de la natura.

Les innovacions que hi hem introduït han volgut facilitar la participació de persones amb un repte esportiu menys ambiciós, com la versió curta de la Marxa, el Papiol-

Marxa Gràcia Montserrat

Montserrat, que s'inicia en aquesta població, i retalla un terç del recorregut. En la mateixa línia, aquest any hem estrenat, amb gran èxit, l'opció de fer el recorregut en quatre etapes; és aquesta l'opció ideal per a conèixer el recorregut abans de plantejar-nos fer-lo sencer.

La segona gran novetat d'edició d'enguany ha estat l'entrada amb força en la modernitat que representen les xarxes socials. Com tothom sap, avui dia no es poden passar per alt les possibilitats que ofereixen aquestes eines, i estem fent un esforç per ajudar a compartir aquestes vivències.

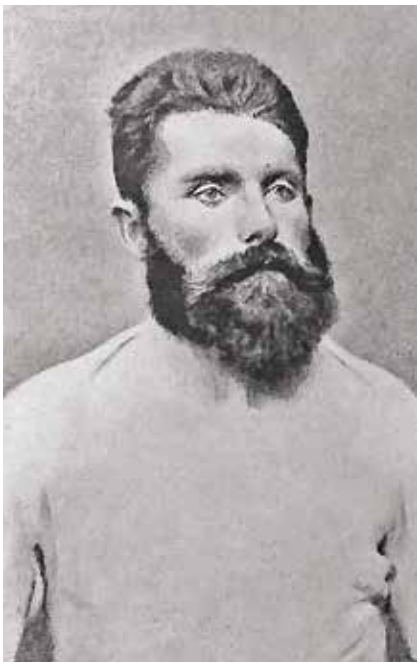
No podem deixar de banda l'esforç i la dedicació necessàries per a dur a bon port una activitat com aquesta. Gairebé tot l'any de preparació, revisar camins, buscar patrocinadors, i animar més d'un centenar de persones que co·laboren amb il·lusió en les més de 48 hores de feina que implica la Marxa Gràcia-Montserrat. Per cert, si algú té l'ànima inquieta i el grau necessari d'inconsciència, us esperem amb els braços oberts!

Així doncs, us convidem a participar-hi de la manera que preferiu, col·laborant en l'arribada, a la sortida, caminant, animant als avituallaments, o per les xarxes; tothom hi té cabuda, tothom és benvingut a la 29a Marxa Gràcia-Montserrat. I recordeu que les inscripcions estan obertes des del 8 d'abril.

Mattia Zurbriggen, dels Alps als Andes

Manel Canales

Actualment se sap que l'Aconcagua (6.961 m) no és un volcà. Aquesta afirmació va ser suggerida a principis del segle XX pel geòleg Walther Schiller, però calgué esperar fins els anys vuitanta perquè fos plenament acceptada. Durant més d'un segle hi hagué un gran debat sobre aquest tema. Així, l'any 1839 Charles Darwin afirmà que era un volcà actiu al confondre'l amb un de proper que estava en erupció. Vint anys després el geògraf Amado Pissis, que confeccionà el mapa de Xile, ho desmentí. Ara bé, per afirmar amb certesa si era o havia estat un volcà calia pujar-hi i veure si hi havia un cràter o les restes d'un cràter. El 14 de gener de 1897 una expedició liderada per Edward FitzGerald va fer el cim; tanmateix, ni Mattia Zurbriggen, el guia que hi pujà en solitari, ni Stuart Vines, el geòleg que l'assolí un mes després, van arribar a cap conclusió clara. Mattia Zurbriggen (Saas-Fee, Valais, 1856 - Ginebra, 1917) va ser un dels guies de muntanya més experimentats del seu temps. Quan era un nen la seva família s'establí al poblet de Macugnaga. Després d'uns anys



de treballar en feines de poc valor afegit per diferents llocs, el 1881 retornà a Macugnaga i començà la seva carrera de guia, esdevenint un especialista de la cara est del Monte Rosa. El 1887, amb Oscar Eckenstein, va fer la primera ascensió al Stecknadelhorn (4.241 m). L'any 1892 acompanyà Martin Conway al Karakoram, on van assolir una cota secundària del Baltoro Kangri, anomenada Pioneer Peak (6.501 m). FitzGerald el contractà per la seva expedició a Nova Zelanda de l'any 1894, on pujaren alguns dels cims més emblemàtics, com el Sefton, el Silberhorn o el Tasman, fent a més la segona ascensió al Aoraki o Mount Cook. Entre els anys 1896 i 1897 FitzGerald tornà a comptar amb ell per l'expedició dels Andes que assolí, entre d'altres, l'Aconcagua i el volcà Tupungato (6.570 m). L'any 1900 amb Scipione Borghese s'endinsà per la serralada del Tian Shan. Entre 1899 i 1902 visità de nou el Karakoram amb el matrimoni de geògrafs Bullock-Workman. Cap ea 1907 abandonà la seva professió i entrà en una espiral autodestructiva, com a resultat de la seva addicció a l'alcohol. L'any 1899 publicà l'autobiografia *From the Alps to the Andes*. L'aresta (Aoraki), els colls (Mont Rosa i Nova Zelanda) i el Cerro Zurbriggen (5.322 m, a l'Aconcagua) ens el recorden.

Crespinell Blanc

Família: *Crassulàcies*. Espècie: *Sedum album*

Lluís Catasús

El crespinell blanc, també anomenat arròs de pardal o raïm de pastor i en castellà uva de gato, és una planta crassa que es troba a l'hemisferi nord des del sud dels països escandinaus fins al nord d'Àfrica.

Es tracta d'una petita planta que no sobrepassa els 30 cm on es poden diferenciar dos tipus de tiges. Les estèrils, de color grisenc, que llisquen tortuosament sobre el terra com si reptessin i de les quals neixen petites arrels que les mantenen fortament unides al terreny. I les tiges fèrtils, de color vermellós, que s'aixequen sobre el terreny i tenen unes tiges secundàries on podem localitzar els òrgans reproductors, és a dir les flors. El crespinell presenta fulles cilíndriques de 5 a 15 mm de longitud, crasses i suculentes a causa del líquid que acumulen. Durant la floració de juny a agost presenta una inflorescència de flors blanques de 5 pètals. El fruit és un fol·licle.

És una planta amb una gran capacitat adaptativa que les permet sobreviure en hàbitats inversemblants d'especial dificultat i poca competència en sòls poc profunds, i àrids. Fins i tot és capaç de canviar el seu metabolisme de fixació del carboni. És habitual trobar-la en roques, murs, codines, marges, teulades… en qualsevol racó on hi toqui el sol i s'acumuli una mica de terra i aigua.

El suc del crespinell blanc s'ha emprat tradicionalment per fer un ungüent que té propietat astringent i cicatritzant. És un magnífic remei d'emergència per solucionar llagues, ferides, rascades, calmar la coïssor de les urticàries i afeccions lleus de la pell. Fins i tot, un cop macerat i filtrat, s'ha emprat per curar úlceres gàstriques. A més a més el seu suc, que és una mica àcid però que té un alt contingut en sals, barrejat amb aigua ensucrada s'usa com a beguda refrescant i rehidratant.

Zugspitze, el gegant germànic

Eduard Soler

El Zugspitze amb els seus 2.962 metres d'altitud és el punt culminant d'Alemanya. Situat just a la frontera entre el país germànic i la veïna Àustria, forma part del Wetterstein, un dels massissos inclosos dins els anomenats Alps Calcaris del Nord.

Els Alps Calcaris s'agrupen en dues unitats perfectament diferenciades que s'estenen de forma paral.lela al nord i al sud dels Alps Centrals Austríacs al llarg d'uns sis-cents quilòmetres. Els Alps Calcaris del Nord estan formats pels massissos Rätikon, Wetterstein, Kaiser, Steinberge, Hoher Dachstein, Totes Gebirge, Gesäuse, Hochschwab i les muntanyes properes a Viena, Raxalpe i Schneeberg. D'altra banda, els Alps Calcaris del Sud agrupen les Dolomites, els Alps Càrnics i el massís de Karavanke que separa Àustria d'Eslovènia. Pel que fa a la geologia, els Alps Centrals Austríacs es diferencien dels Alps Calcaris en la seva composició cristal.lina a base de granet, gneis i pissarra, mentre que els segons, com el seu nom indica, són d'origen càrstic amb roques lleugeres i poroses dels tipus dolomita, marga o gres, les quals permeten la formació de grans cavitats i avencs, sent de gran importància per a l'abastiment d'aigua d'aquesta part de l'Europa central.

Des d'Alemanya, el Zugspitze s'aixeca abruptament a l'estat federal de Baviera sobre el municipi de Grainau, i domina tot el districte de Garmish-Partenkirchen, la capital del qual és abastament coneguda pels salts d'esquí que s'hi celebren cada 1 de gener. A la part austríaca, el poble d'Ehrwald és l'homòleg, el qual pertany al districte de Reutte a l'estat federal del Tirol.

Durant molt temps l'altura exacta del Zugspitze fou qüestionada i situada entre els 2.960 i els 2.970 metres. Finalment fou fixada oficialment en els 2.962,06 metres per l'Oficina Estatal de Mesurament i Informació Geològica de Baviera. Curiosament, pels alemanys el cim és 27 centímetres més alt que pels austríacs, degut al nivell del mar sobre el que es mesura: el Mar del Nord a Alemanya, o el Mar Adriàtic a Àustria.

Pel que fa a la història de la muntanya, la primera referència documentada es remunta al 1590, no obstant continuaria sent una gran desconeguda durant un parell de segles més fins al punt de no aparèixer ni a la prestigiosa guia turística *Reise-Atlas von Baiern* de l'any 1796. L'economia de la zona basada en la ramaderia i el comerç de la fusta vivia d'esquenes als grans cims, als quals no se'ls atribuïa cap interès ni benefici. No fou fins a principis del segle XIX que s'hi acostà la primera expedició: el 7 d'agost de 1807 partí des de Partenkirchen el grup format pel comte François Gabriel Graf von Bray, el botànic Kaspar Graf von Sternberg, el professor Charles François Duval, i el general de brigada baró Reinhard Friedrich Freiherr von Werneck, els quals es feren acompanyar per un nodrit grup de dotze persones més entre guies i portejadors. L'objectiu de l'expedició, però, era el curs del riu Partnach fins al seu naixement per estudiar-ne els canvis de temperatura, obviant un cop més la muntanya.

La primera ascensió al cim del Zugspitze fou portada a terme pel subtinent Josef Naus, el cartògraf Maier i el guia Johann Georg Deutschl, tot satisfent un encàrrec del Reial Institut Topogràfic Bàvar. D'aquest manera el 27 d'agost de 1820 passaria a la història com el dia en que fou trepitjada per primera vegada la punta occidental del cim, per bé que posteriorment es trobaren referències del 1770 en les que ja es parlava de l'ascensió anterior d'alguns vilatans. La primera dona al cim fou Karoline Pitzner el 1853, i la primera ascensió hivernal s'atribueix a Ferdinand Kilger, Josef Zametzer, Heinrich Zametzer i Heinrich Schwaiger el 7 de gener de 1882.

La primera edificació al cim data del 19 de juliol de 1900, dia en que es va inaugurar l'observatori meteorològic el qual encara ofereix els seus serveis en l'actualitat. El cim del Zugspitze ha estat destruït en diverses ocasions fins a canviar-ne completament la seva fisonomia: la punta occidental fou bombardejada durant la Segona Guerra Mundial, la punta central fou dinamitada el 1931 per a la construcció del primer dels tres telefèrics que arriben al cim, i la punta oriental és l'única que ha sobreviscut, on una gran creu daurada marca el punt més alt de la muntanya i d'Alemanya.

NOTÍCIES I ACTIVITATS

Redacció

Com cada any comença el període de recepció i selecció d'imatges per al calendari 2017. El termini màxim d'admissió és fins al 24 de juny de 2016. En aquesta ocasió només s'admetran un màxim de 5 imatges per autor. Com sempre, les fotografies han de portar el títol i el nom de l'autor i les dades de contacte, han de ser horitzontals per adaptar-se al format del calendari i de la màxima resolució.

Les fotos digitals haurien de ser duna resolució de 300 dpi i 2.500 x 1.800. Per orientar-vos cada foto ha de pesar com a mínim 5 o 6 Mb.

La comissió de selecció de fotografies cada any s'esforça per variar temàtiques, paisatges, d'aquí i de fora, i també els autors.

Les imatges s'han de dirigir a la secretaria de la vostra UEC o a la seu de la UEC de Gràcia, carrer Encarnació 131-133, 08025 Barcelona o a la següent adreça de correu electrònic.

uecexcursionisme@gmail.com

Esperem rebre el més aviat possible durant el mes de maig i fins primers de juny les vostres millors fotos per poder confeccionar el calendari 2017. Recordeu, termini màxim: Sant Joan!!!

LLENGUA I MUNTANYA

Anglicismes i manlleus

Concepció Arnau

En l'àmbit muntanyenc, en totes les seves modalitats, i també en altres àmbits, s'utilitza un munt de paraules estrangeres. Algunes s'han adaptat, altres s'han traduït i moltes continuen amb el seu nom original i per tant s'han d'escriure en cursiva.

Comencem per l'antic *sport*, que encara que no ho sembli, va costar molt que s'introduís esport. I què dir d'*sprint*, esprint és l'augment màxim de velocitat en un curt espai de temps, amb el qual un esportista intenta avançar la resta de competidors.

L'esport de moda el *running* no vol dir res més que córrer. Igual que *walking* és la marxa nòrdica. S'ha imposat el *trekking*, però en català correcte tenim el tresc.

Si fem *climbing* és escalada artificial. Parlant d'escalada per l'encastador també podem utilitzar Friend (en majúscules perquè és una marca). La *via ferrata*, que ve de l'italià, s'ha de dir via ferrada.

Caiac s'escriu amb c. Així com és un matalàs o matalasset i no una colchoneta. El parapent es diu *paralpinisme* en francès.

Cúrling que és un esport d'hivern que consisteix a fer lliscar una pedra polida sobre el gel entre dos equips de quatre jugadors, s'ha catalanitzat posant-li un accent. Encara que tothom digui *snowboard* trobareu que a les pistes està ben posat surf de neu. Càrving és una paraula agafada de l'anglès que vol dir una manera de fer viratges esquiant.

Trial, duatló i triatló que són curses de diferents modalitats vénen de l'anglès.

Utilitzem la paraula alpinisme de forma genèrica quan fem l'ascensió a cims molt elevats o de gran dificultat. Tot i que per ser més concisos quan practiquem aquest esport als Andes, hauríem de dir andinisme, a l'Himàlaia, himalaisme i als pics elevats del Pirineu, pirineisme.

Tot i que n'hi ha molts més, de moment deixem aquí aquests apunts per avui.

RESSENYES

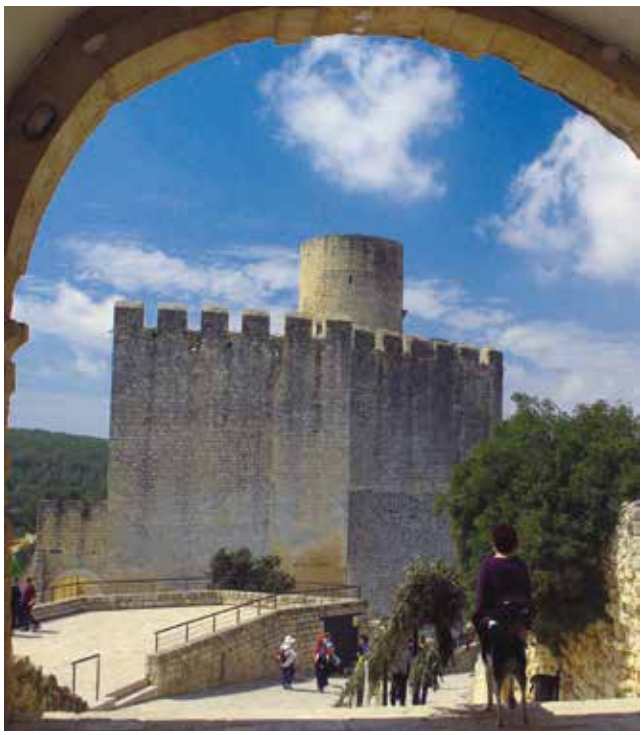
Ermites i cingles del Corb Puig Rodon 907 m

Garrotxa

Horari: de 3 h 30 min a 4h
Desnivell: aproximadament +/ 450 m
Dificultat: cal anat atents al mapa i a les múltiples cruïlles. El camí de pujada als cingles del Corb és mig desdibuixat pels aiguats, caiguda de branques i fullaraca, demana atenció.
Època: a la Garrotxa hi podem anar tot l'any però sempre és més maca a la primavera i a la tardor
Cartografia: *Garrotxa Zona Volcànica Parc Natural*. Escala 1:25.000. Editorial Alpina
Accés: sortirem del Camp de futbol de Les Preses, població que travessem camí d'Olot per la carretera C-152. Dista poc més de dos quilòmetres de l'entrada la capital de la Garrotxa, tant si hi anem pel túnel de Bracons C-37, com des de Santa Coloma de Farners per la C-63.
Descripció: a l'extrem sud-oest del camp de futbol, al carrer del Camp del Prat trobem un indicador de l'itinerari 9 (Volcà del Racó i Olot). Enfilen una pista cap a uns masos distants 50 m. Allí comença el corriol que s'enfila al collet de la Cantina en una sobtada immersió en els obacs boscos d'alzina propis de la zona. El sender revolta a mitja altura un vessant costerut. Als 25 min a l'entrada d'un gran prat, el Camp Fondo hi ha un trencall al sud cap a l'itinerari 12.

El Parc del Foix i Castellet

Alt Penedès

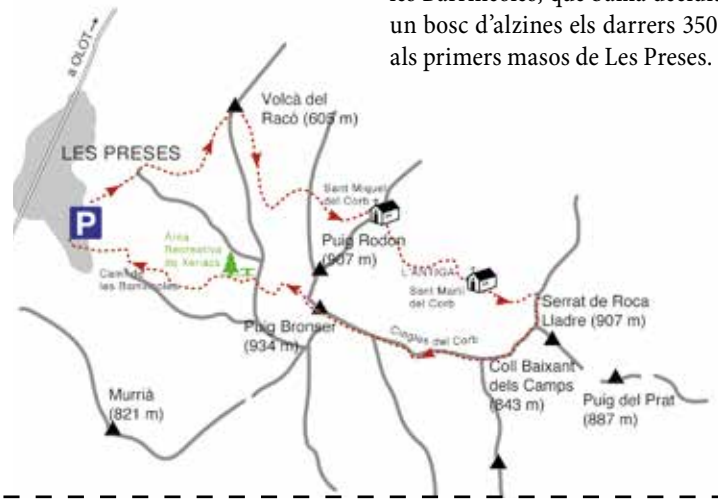


Horari: de 3 a 4 h
Desnivell: +/- 300 m
Dificultat: bons camins en general, cal dur el mapa ja que els camins tenen molts trencalls. Recorregut d'uns 11 Km
Època: tot l'any, caldria evitar les calorades estiuenques
Cartografia: *Parc del Foix i Parc d'Olèrdola*. Esc.1: 20.000. Ed. Piolet
Bibliografia: *L'Alt Penedès per camins i dreceres* de Joan Domènech, Gabriel Espuñes i Fèlix Masachs. Edicions i Propostes culturals Andana
Accés: sortirem des del poble de Torrelletes. S'hi accedeix per la carretera BV-2117 que arrenca de la N- 340 a mig camí entre l'Arboç i Santa Margarida i els Monjos i acaba al nucli del Castellet. Abans d'arribar a Torrelletes passarem per Les Masuques. També hi podem accedir des de Castellet que dista 3 km de l'Arboç per la BV-2115
Descripció: el Parc del Foix, creat el 1997, ocupa 2.900 Ha i és un dels 12 espais naturals gestionats per la Diputació de Barcelona. La ruta ens descobreix l'essència del parc: els seus "fondos" i el seu abrupte relleu dominat per pinedes, alzines i margallons. Sortim al nord del poble pel GR 92.3 coincident amb el PR-148 que va al castell de Penyafort. Anem enlairats, paral·lels al torrent de les Bruixes. Passem un tram sobre

Ermites i cingles del Corb. Puig Rodon 907 m

Garrotxa

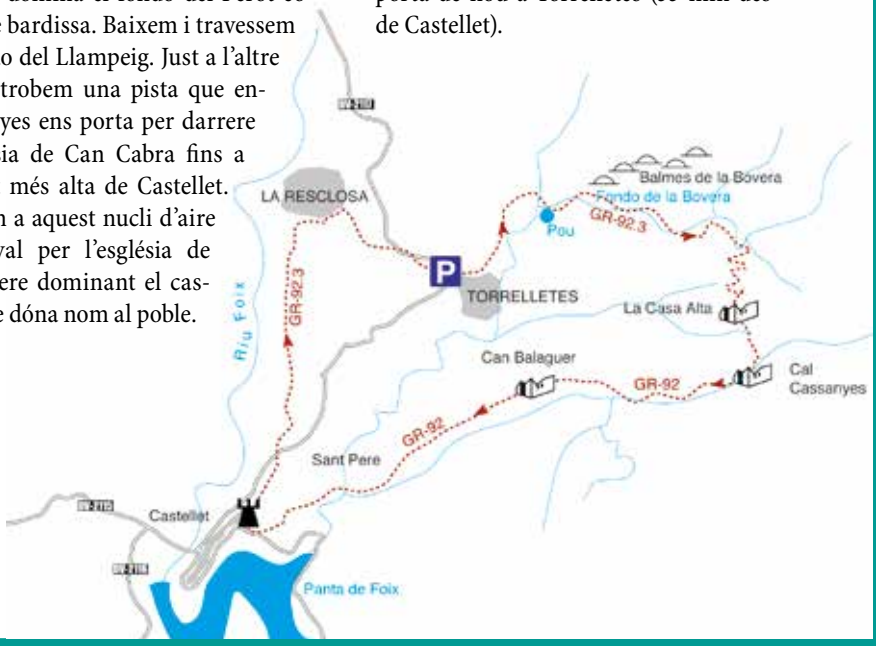
El seguim i immediatament prenem un nou trencall a l'esquerra que, paral·lel a l'esmentat prat va a passar per darrere la masia del Racó. Indicador de les ermites amb marques grogues i de GR. El camí és ample discorre per l'obac vessant nord del puig Rodon coberts majoritàriament per fajos. Arribem a la bonica ermita de Sant Miquel del Corb (55 min). És romànica amb remodelacions posteriors amb un gran porxo a l'entrada. Camí enllà passem per una gran masia, l'Antiga, i arribem a l'ermita de de Sant Martí del Corb (1 h 15 min). Ermita de gran bellesa al capdamunt d'una escalinata i amb l'entrada porxada. Al seu costat esquerre hi raja una font. Sorprèn com n'és d'ombrívola la seva ubicació. S'hi respira pau. Estem a 600 m i ara toca enfilar la serra del Corb fins el pas del Baixant dels Camps a 843 m. Sortint de Sant Martí cap a l'est hem d'agafar el primer trencall a la dreta, poc evident i desdibuixat sota la fullaraca. El corriol puja cap a darrere Sant Martí i amb llaçades encara l'est primer i en un segon tram força dret encara al sud l'esmentat coll a 843 m (2 h). Som a tocar de la Roca del Lladre (907 m) però no hi ha un camí clar que hi pugi. Ja dalt de la Serra del Corb iniciem el retorn encarant l'oest cap al puig Rodon (pals indicadors). Prenem el primer trencall a la dreta que ens treu de la carena i baixa cap el vessant nord per sota el puig Bronset. Passem per un fontinyol i arribem al Collet del Puig Rodon on iniciem una curta pujada de 30 m fins el cim d'aquest volcà. Hi trobem un mirador privilegiat de l'itinerari fet, d'Olot i de la vall d'En Bas. De tornada al collet seguim les indicacions de l'àrea recreativa de Xenacs. Allí, a 840 m, trobem un restaurant, zona de pícnic i carretera asfaltada. Prenen el camí indicat amb el núm. 11 de les Barrincoles, que baixa decidit dintre un bosc d'alzines els darrers 350 m fins als primers masos de Les Preses.



El Parc del Foix i Castellet

Alt Penedès

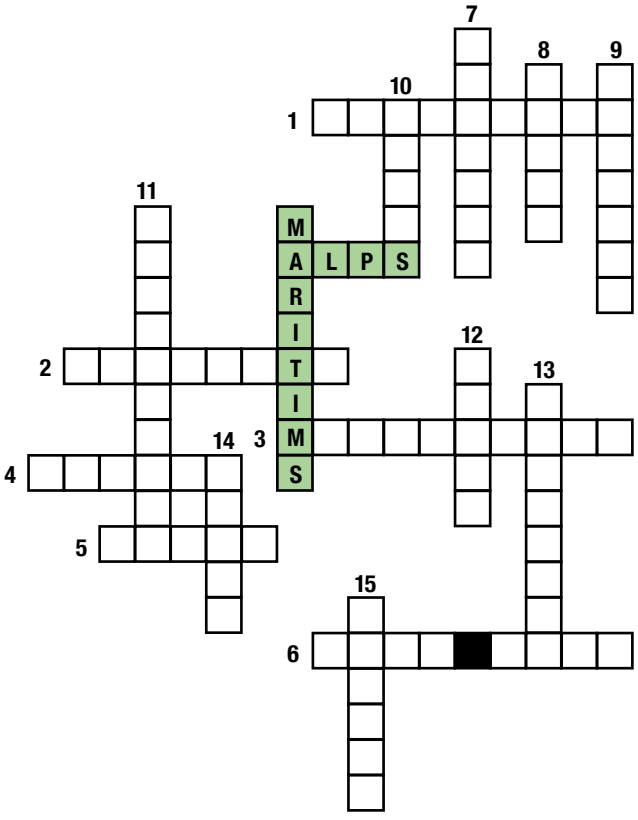
roca amb roderes de carro marcades i seguint el GR baixem cap una pista que travessa el torrent i encara a l'est el fondo d'en Bovera. Es caracteritza per una sèrie de balmes enlairades sobre al seu vessant nord. Als 30 minuts passem per les restes d'un gran forn de calç en força bon estat. Davant nostre, enlairat sobre una carena, distingim un gran mas, la Casa Alta, al que pujarem. Passem per camps de vinya i per una petita bassa on neix l'aigua. A l'altura d'un pal indicador del GR 92-5 abandonem la pista i, el GR, per prendre un evident trencall en ascens a la dreta. En 15 min ens porta a la Casa Alta, un gran mas abandonat, testimoni d'un passat no molt llunyà, que visitem amb cura. A 323 metres d'altura és una talaia de primer ordre sobre el conjunt del Parc del Foix. Al sud de la casa, travessant unes vinyes, fem cap a una pista per on passa la branca principal del GR 92 que ja no deixarem fins a Castellet. Passem a tocar de dos masos abandonats, Cal Cassanyes primer i Cal Cremat després. Tot seguit la pista fa un gir a l'esquerra però el GR segueix recte la carena descendent de la serra Mala. Arribem a Cal Balaguer un llogarret amb totes les cases abandonades i enrunades. Carena enllà enfilem el sud-oest amb l'Arboç a l'horitzó. La carena domina el fondo del Perot cobert de bardissa. Baixem i travessem el fondo del Llampeig. Just a l'altre costat trobem una pista que entre vinyes ens porta per darrere la masia de Can Cabra fins a la part més alta de Castellet. Entrem a aquest nucli d'aire medieval per l'església de Sant Pere dominant el castell que dóna nom al poble. És un conjunt encisador que domina el Pantà del Foix. De l'església surt cap el nord el GR-92.3. Travessa la BV-2117 i per una pista asfaltada ens porta als masos de la Resclosa. A l'entrada del nucli girem 90º a la dreta i enfilem una pista ascendent que en 20 minuts més ens porta de nou a Torrelletes (35 min des de Castellet).



CONCURSIONISME

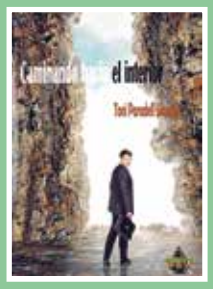
En aquesta ocasió parlarem de la serralada dels Alps Marítims situats al sud-oest dels Alps entre França i Itàlia.

1. Aquesta muntanya de 3.297 metres situada totalment a Itàlia és el punt culminant dels Alps Marítims.
2. Regió italiana on es troben els Alps Marítims.
3. Parc nacional de França creat el 1979 que enquadra part dels Alps Marítims.
4. Un dels dos països que rodegen els Alps Marítims.
5. Aquesta població francesa (en occità Lieusola) té una important estació d'esquí situada a la serralada.
6. Famosa muntanya de 2.872 m situada dins del Parc Mercantour. El nom prové d'una arrel indoeuropea de Beg, que significa senyor diví. Al peu de la muntanya es poden admirar petroglifs que daten de l'Edat de Bronze.
7. Port de muntanya de 2.715 m erròniament denominat col de Restefond. És tracta del coll més alt que s'arriba per carretera a França.
8. Aquest pas fronterer de 1.870 m entre França i Itàlia separa els Alps Ligurs dels Alps Marítims.
9. Prop d'aquest coll de 2.326 m neix el riu Var. També hi ha un refugi del mateix nom.
10. Amb 3.143 metres és el cim més alt dels Alps Marítims pel costat francès i el tercer de tota la serralada.
11. Aquesta famosa vall situada dins del parc del Mercantour és coneguda pels més de 40.500 gravats rupestres de l'Edat del Bronze que s'han trobat.
12. Nom de la província que delimita els Alps Marítims pel costat italià.
13. De nom William primer excursionista que pujà l'any 1879 el cim més alt dels Alps Marítims.
14. Port de muntanya de 2.250 m que separa els Alps Marítims dels Alps de Provença. Aquest coll ha estat superat en 34 ocasions pel Tour de França des que es va pujar per primera vegada el 1911.
15. Sigles de Suddivisione Orografica Internazionale Unificata del Sistema Alpino. Normalització i estandardització dels diferents sistemes nacionals de classificació dels massissos alpins.



Solucions del Concursionisme 390: 1 Olost, **2** Altiplà, **3** Berguedà, **4** Candelera, **5** Solc, **6** Lluçà, **7** Oristà, **8** Perafita, **9** Jaume Puig, **10** Prats de lluçanès, **11** Osona, **12** Perot Rocaguinarda, **13** Hostal del Vilar, **14** Subcomarca, **15** Els Munts.

Per participar en el concurs només heu d'enviar, abans del 31 de maig, les solucions dels mots encreuats a l'adreça electrònica del concurs: **concursionisme@excursionisme.cat** indicant el vostre nom i telèfon de contacte. Només serà vàlid un correu electrònic per participant. Entre les respostes correctes se sortejarà un lot de llibres de muntanya. En el proper número de la revista sortirà publicat les solucions i el nom del guanyador. El guanyador del concursionisme 391 dedicat al Lluçanès és **Maria López**. A la pàgina web de la revista **www.excursionisme.cat** podreu consultar les respostes a les preguntes dels números anteriors.

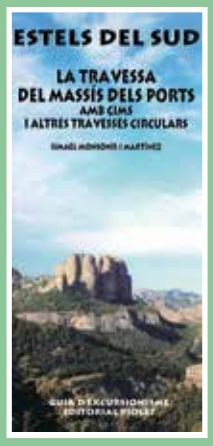


Caminando hacia el interior

De Toni Paradell Llaudet

Edicions Atlantis

Aquesta vegada el llibre que us proposem no té res a veure amb les habituals guies d'excursions per zones determinades. Tampoc es tracta d'una novel·la o d'una biografia d'algun alpinista de nomenada. En aquesta ocasió us proposem un viatge interior. L'autor, excursionista barceloní vinculat a la UEC de Sants, ens presenta el que és el seu segon llibre després que el 2011 va publicar *El arte de sobrevivir.* En aquesta ocasió el narrador ens portarà fins a la vall de Benasque per viure una cerca interior del sentit de la vida. Malgrat l'autor ha estat a mig món pujant cims o fent travesses, per Kenia, el Marroc, Jordània, Nepal, els Alps o Xina, no deixa mai de tenir els cims més propers del Pirineu com a vàlvula de sortida, com a casa i llar on tornar-hi sempre, una vegada i una altra, quan cal posar en ordre, la vida, els pensaments i les angoixes.



Estels del Sud
La travessa dels massís dels ports amb cims altres travesses circulars

D'Ismael Monsonís i Martínez

Editorial Piolet, guia d'excursionisme

Per compensar, aquí teniu un bàsic de qualsevol biblioteca excursionista. Un manual de 112 pàgines, totes elles satinades i il·lustrades en blanc i negre, en el qual un guia de muntanya ens acompanya al parc natural dels Ports. Estructurat en 6 parts hi trobem una introducció, la descripció del parc, els estels del Sud, i tot seguit diferents opcions de travessa, de 3, 4 o 5 dies. Cada una de les etapes proposades té el perfil, la descripció detallada en metres i en temps, el plànol ampliat de cada tram, fotografies i consells. Fantàstic per fer una petita escapada o per passar un estiu tranquil per la zona amb família i amics.

MONTSERRAT

Una mirada fotogràfica

Fotografies: Andreu Sorrosal
Poemes: Margarida Marí

"En aquest llibre hi trobareu el cos i l'ànima de la muntanya. L'Andreu Sorrosal ha sabut captar i expressar amb imatges la màgia de Montserrat. No és un llibre de geologia, ni d'escalades, ni d'excursions: hi podreu veure la naturalesa en estat pur, resseguir infinites vies i descobrir indrets meravellosos."

Joan Manuel Vilaplana
Geòleg

PREU DE VENDA AL SOCI 25 €

PRIMERA EDICIÓ 2015

- Llibre de 252 pàgines
- Mida: 29x29 cm
- Impressió en blanc i negre
- Relligat en tapa dura

A tots els interessats per la compra d'aquest llibre cal adreçar-se a:

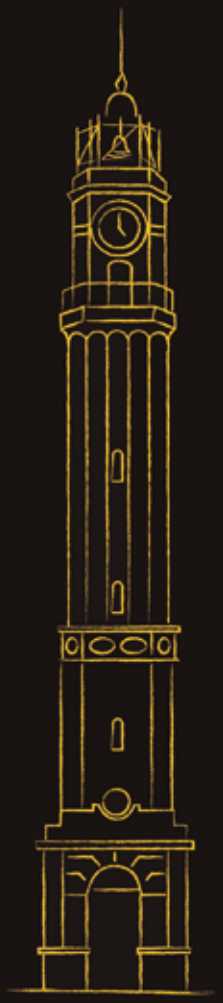
Unió Excursionista de Catalunya
GRÀCIA

Carrer Encarnació, 131-133
08025 Barcelona

Tel. 93 285 34 54
email: secretaria@uecgracia.cat
www.uecgracia.cat

1940 2015 75 ANYS UEC GRÀCIA

29 MARXA GRÀCIA MONTSERRAT



4 I 5 DE JUNY 2016

UNIÓ EXCURSIONISTA DE CATALUNYA DE GRÀCIA

www.uecgracia.cat · marxagm.uecgracia@gmail.com · facebook/GraciaMontserrat · @marxaGM

La Marxa Gràcia-Montserrat vetlla pel medi ambient; cada participant rebrà un got reutilitzable per als avituallaments, que es podrà quedar com a record.gh

INSCRIPCIONS:
DE L'11 D'ABRIL A L'1 DE JUNY AL WEB DE LA FEEC
HTTP://INSCRIPCIONS.FEEC.CAT/FEEC

Amb la col·laboració de:

TORRELLA · le monde des courses · Cossetània Edicions · SPORT · Vichy Catalan · Font d'Or · Caldo Natural Aneto · La Fageda · Lambda free · Artur Piquet · La Bolsa del Corredor · Refreskcat · Torrons d'Agramunt Roig

Amb el suport de:

Generalitat de Catalunya Patronat de la Muntanya de Montserrat · Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada) · Consell Català de l'Esport · Generalitat de Catalunya · Diputació Barcelona xarxa de municipis · Unió de Federacions Esportives de Catalunya · Parc de Collserola · FGC Turisme i Muntanya · Ajuntament de Barcelona Districte de Gràcia · esportcat · mountain wilderness Catalunya

Unió Excursionista de Catalunya de Gràcia · Carrer de l'Encarnació, 131-133 baixos (cantonada Pi i Margall)
Secretaria: dl a dv de 19:00 a 21:00 h · Telèfon 93 285 34 54 · www.uecgracia.cat