

Centre 2
Excursionista 0
de Badalona 0
8



www.cebadalona.org

LA TEVA BOTIGA DE MUNTANYA



EPIRI[®]
MOUNTAINS
www.ePiriMountains.com
**OUTDOOR
TREKKING
ALPINISME
ESCALADA
TECNOLOGIA GPS
MATERIAL ESQUÍ**

Membres de la Junta

President: Josep Montes

Vicepresident: Josep Martínez

Administració

Secretaria i Tresoreria: Sílvia Ribas

Seccions

Escalada: Rafel Vicente

Alta Muntanya: Joan Pera

Senderisme: Santi Cebrián
Jaume Suñol

Bicicleta de muntanya: Martí Montanyà

Tennis taula: Lluís Ferrer

Comunicació

Butlletí: Quim Carreras / Pito Costa

Publicitat: Jordi Puig

Pàgina web: Lluís Pujol

Serveis

Documentació: Jaume Suñol

Material tècnic: Joan Oliveras
Rafel Vicente

Sumari

Editorial 5

Seccions

Alta Muntanya 7

Bicicleta de muntanya 14

Escalada 20

Senderisme 24

Tennis de taula 28

Articles

Àfrica amb BTT 30

Manel Broch

La Piula 36

Joan Boter

La polèmica del reequipament 40

Jordi Renom

54 Caminada de Regularitat per la
serralada de Marina 42

Redacció CEB

Festa del Badiu 46

Redacció CEB

Mont Blanc 48

Manel Alfambra

Malawi 50

Israel Roca

La Vall Ferrera. Una descoberta 54

Fede Casanovas

Diez a tres 56

Els X.X.

Els cingles de Vallcebre 60

Jaume Sunyol

L'àlbum del C.E.B. 66

Breus 66

Foto portada: Pic de Posets (Quim Carreras)



Centre Excursionista de Badalona

C/ Sant Anastasi 14 2on

Tel. 933 894 397

www.cebada.org



Adherit a la Federació d'Entitats

Excursionistes de Catalunya i a la

Federació Catalana de Tennis de Taula.

Medalla d'Or de Repoblació Forestal.

Aquest butlletí ha estat imprès en paper reciclat

Vins Teixidó

(ca la Ramona)

des de 1902

Vins a dojo • Caves

Canonge Baranera,
125-127

Tel. 93 384 00 50

08911 Badalona

La Bolera

ESPECIALITATS EN CARNS A LA BRASA
MENJARS CASSOLANS

Diagonal de la Costa Brava, 10 (Canyet)
08916 BADALONA (Barcelona)

COLONIA SANT JORDI
93 395 36 05



corredoria d'assegurances, S.L.

RALLO

Av. Martí Pujol, 15-21
08912 BADALONA
Tels. 93 384 67 00 / 68 00
Fax 93 384 47 66

Editorial

Tot i el mal temps, la trobada d'escaladors celebrada el passat mes de maig a Malanyeu, va esdevenir un acte carregat d'emotivitat. La impecable organització d'en Francesc Sunyol i l'incansable mestre de cerimònies d'en Joan Pera van brodar una trobada on s'hi van barrejar bona part dels protagonistes que han escrit la història de l'escalada a Badalona. Una rere un altre, les diferents generacions van fer un repàs dels moments claus que han anat marcant l'evolució de l'activitat. En Jaume Sunyol, l'Estrada, l'Oliveres, en Salvador, en Boter, en Pera....De la corda de cànem al taco de fusta i la bota rígida, al taladro, els friends o els peus de gat. Dels itineraris de compromís i exposició a la seguretat extrema de les vies cosides amb parabolts. Del IV grau al 7c+...Més de 50 anys d'escalada alimentant el profitós "caldo de cultiu" que permet que setmana a setmana, units per una corda ben llarga, tots els presents i alguns dels absents facin cordada compartint el somni de viure. Felicitats!!

Referint-me a altres qüestions, m'agradaria encetar una reflexió en relació als accidents.

La pràctica dels esports de muntanya sempre ha comportat l'assumpció d'un risc per part de qui el practica, tant més com més elevada és la dificultat del projecte que es planteja. Fins i tot, el risc és en si mateix, l'al·licient que ens empeny alhora d'escollir l'ascensió a realitzar. La superació constant dels propis límits ajuda a créixer com a persona alhora que esportista.

Només quan es produeix un accident, hom s'atura a reflexionar sobre els motius que l'han pogut ocasionar. Aquesta temporada han estat com a mínim 3 les vegades que el telèfon mòbil ha demostrat la seva utilitat per donar avis als serveis d'emergència. Tot i que, sortosament, en tots els casos les conseqüències han estat relativament lleus, no deixa de ser preocupant aquest elevat nombre d'incidents. Sobretot si tenim en compte que les persones implicades tenien suficient formació tècnica per abordar els respectius reptes.

Què està passant doncs? Tots plegats estem sent víctimes d'una societat on la competitivitat "sana" i la pressa ens empeny cada dia per anar més lluny, pujar mes alt, córrer més ràpid, assolir més grau, més, més, més...Cada cop és més freqüent conversar amb companys que tenen com a reptes ambiciosos objectius com ascendir el Mont Blanc, la Via...o la canal...Objectius que, tot i ser completament lícits, requereixen pel seu assoliment exitós d'una progressió lenta i pacient a través de les disciplines de la muntanya. Que s'ha fet d'allò que deia " L'experiència és un grau"?

Moltes gràcies.

Josep Montes
President del C.E.B.



Sevilla
 www.sevillartc.com
 Av. Alfons XIII, 18 08912 BADALONA
 BARCELONA SPAIN
 Tel. 93 387 66 00
 93 387 65 54

walkie-talkie
 gps/trecking
 podòmetres

NO et tornaràs a perdre...



carrer del mar, 100-1002
 08911 badalona
 telèfon 93 389 22 66

**LABORATORI DIGITAL
 GRANS AMPLIACIONS**

Alta Muntanya

Alpinisme

Després d'una temporada excepcional on alguns membres de l'entitat van protagonitzar ascensions a cims de més de 7.000 metres, aquesta temporada no ha estat especialment rellevant en activitat alpina. La neu, tot i que abundant cap a final de temporada s'ha mostrat molt irregular i amb una distribució heterogènia.

En l'apartat de formació s'ha organitzat una nova edició del curs d'iniciació a l'alpinisme, activitat amb una gran acollida entre els socis del CEB, i que ha permès consolidar encara més l'activitat de formació com un dels objectius bàsics del centre.

Pel que fa a l'activitat alpina dels habituals de la secció, aquesta ha estat àmplia i variada: dos mil nou-cents, tres mils, vies ferrades, corredors de neu, curses de muntanya ...

Encantats. Canal Central.



Curs d'iniciació a l'Alpinisme - Nivell 1

Entre el 25 de març i el 6 d'abril de 2007 s'ha realitzat una nova edició del Curs d'Iniciació a l'Alpinisme nivell 1. Amb un total de 16 inscrits vàrem cobrir amb rapidesa l'oferta màxima de places disponibles. Com en anteriors edicions, el curs es va organitzar dins del programa de cursos de promoció de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya, conjuntament amb el Centre Excursionista Puig Castellar, de Santa Coloma de Gramenet. La direcció del curs va anar a càrrec del nostre soci César Armengod, instructor de l'ECAM (escola catalana d'alta muntanya)

El curs es va dividir en 4 sessions teòriques, celebrades alternativament a Badalona i Santa Coloma i en 4 sessions pràctiques. La zona d'escalada del Santuari de Montgrony va ser l'escenari de la primera sessió pràctica, on es van treballar els nusos, ancoratges



Curs d'alpinisme

en roca, tècniques de progressió i descens. El primer cap de setmana va continuar al refugi d'Ull de Ter, on després de pernoctar vàrem aprofitar els vessants del Gra de fajol per treballar les tècniques de progressió en neu, ancoratges i autodetenció. Les condicions de la neu varen ser bones, tot i que el gruix era escàs.

El segon cap de setmana es va desenvolupar a Prats d'Aguiló. Durant el dissabte, a més d'un repàs general de tècniques de seguretat, es va treballar l'encordament en glacera, l'execució de polipasts i l'ús de l'Arva. Totes tres molt importants alhora de moure's per glaceres, especialment per aquells que pretenen visitar els Alps. El curs es va culminar amb l'ascensió per la Canal de la Creueta. Aquest darrer dia, els cursestistes, dividits en cordades van poder posar en pràctica de manera autònoma la matèria impartida progressant per les esmentades canals de la Serra del Cadi.

Cal agrair la col·laboració de l'amic César Armengod, així com dels monitors de l'Hospitalet, Santa Coloma i Granollers que van col·laborar al curs.

Com ja s'ha reiterat en altres ocasions, la dificultat, el risc i les responsabilitats associades a l'activitat alpina ens aboca cada vegada més a tenir una actitud de prudència alhora de programar i publicitar activitats d'aquesta disciplina. Així doncs, en la majoria d'ocasions l'activitat realitzada acaba sent la suma de l'activitat individual dels socis del centre.

És en aquest sentit que la pàgina web passa a tenir un paper cabdal alhora de recollir, a través de les piades, les diferents ascensions executades alhora que esdevé un instrument per estar en contacte amb l'activitat dels companys i de la resta de seccions.

Com a activitat anual destaquem l'ascensió

realitzada durant els dies 12 i 13 d'abril a la Canal Central dels Encantats, on en Lluís, en Fede, En Jordi P., en Ferran, la Núria i en Pep vàrem gaudir d'una bonica ascensió de 400 metres de desnivell amb una dificultat màxima de (III, 60°) situada a l'inici del corredor que després ràpidament passa a 45°. La manca d'estabilitat del mantell nival va desaconsellar culminar l'ascensió del Gran Encantat, de manera que finalment vàrem descendir pel propi corredor, amb l'ajuda d'un ràppel a la part final.

L'ascensió a la Munia, i la cresta del Circ de Tromouse ha estat una altra activitat destacable. En aquest cas, un bivac sota la pluja i unes condicions climatològiques amenaçadores ens van fer desistir de completar el projecte. Després del Pas del Gat, que per cert, en condicions de roca mullada el teòric II grau els posa de corbata, arribem al cim de la Munia sense gaires dificultats. L'escenari és espatarrant, a l'igual que ho son els núvols grisos que cobreixen tota la vall de Tromouse. Decidim baixar per la directa, evitant el Pas del Gat, amb les ganes de tornar a aquest increïble paratge a la mínima oportunitat.

L'ascensió al Carlit, a la cresta del Coll de Nargó, el Mont Pedut per la seva cara nord, són entre d'altres algunes de les activitats realitzades.

A l'igual que en anteriors edicions, continuem destacant la perseverança d'en Pep Giralt, qui any rere any continua amb l'empeny de descobrir per a tots nosaltres, aquells cims, què per menys d'un centenar de metres no estan a la llista dels tres-mils dels Pirineus i que per tant resten anònims i desapercebuts. Es tracta del projecte d'assolir tots els 2900's dels Pirineus. Esperem que ben aviat el puguem convèncer per que ens expliqui les seves experiències. VISCA ELS 2900's !!

Pel que respecta als companys de Rocs&Pics, grupuscle format en part per un bon grup de socis del centre i interconnectats a través de la pàgina web www.Rocs&Pics.com, han mostrat una activitat frenètica. No deixen de ser un exemple de com les noves tecnologies afavoreixen a que persones de molts indrets de Catalunya i afins per les seves afeccions es trobin per compartir projectes muntanyencs. Reptes que van des de la coronació de tots els tres-mils dels Pirineus (ja porten el 52 %) a l'ascensió dels cims comarcals de Catalunya. Aquesta temporada destaca entre d'altres l'ascensió al Mont Blanc, Allalinhörn, Weissmeis, o be la cresta de Sol, la d'en Ferran, o ferrades com la Teresina, la Regina, les Gorges de Salenys i les canals com la Jean Arlaud, l'Estasen, l'Ordiguer, l'Estreta i la Central del Gra de Fajol Petit. Tot un seguit d'activitats que esperem que vagi creixent sense descans any rere any.

Esquí de muntanya

Divendres 8 de febrer del 2008. Són les cinc de la tarda. Agafo el cotxe per anar a buscar

Curs d'Alpinisme





Cresta de la Munia

als meus amics. Mentre conduïxo sona el Comfortably Numb: un dels millors temes d'una de les millors bandes de rock de tots els temps, Pink Floyd. Se m'ericen els pèls, en part pel solo de guitarra del David Gilmour i, en part, perquè penso amb l'esquiada que ens espera aquest cap de setmana. La previsió meteorològica és immillorable, la neu estarà en molt bones condicions, bona companyia i una ruta inexcusable: la volta al Montroig. Sensacions a flor de pell que es repeteixen temporada rere temporada, com si fos la primera vegada. Que ben parida és la vida i que ben parit és l'esquí de muntanya!

Assedegats d'esquí després d'una temporada nefasta, aquest any hem gaudit amb més intensitat que mai les travesses i ascensions amb esquís de muntanya. Tot i que la neu ha estat minsa i tardanera als Pirineus orientals, hem gaudit d'unes bones condicions a la zona més central i occidental de la serralada. La sistemàtica bonança meteorològica els caps de setmana ens han empès ha sor-

tir amb més freqüència i intensitat que mai. A voltes ens preguntàvem si els gruixos de neu ens aguantarien gaires caps de setmana més, degut a les altes temperatures i al sol imperant en gairebé totes les sortides. Condicions primaverals, de més de maig que, sortosament, canviaven entre setmana i ens obsequiaven amb alguna nevadeta que ens ha allargat la temporada. Dissortadament, el més de maig va irrompre amb nevades i pluges i la temporada la vàrem tancar abans d'hora. De fet, n'hauríem d'estar agraïts més que queixar-nos ja que la delicada situació de sequera que patíem el més d'abril va canviar radicalment gràcies a aquestes nevades i pluges. "No hay mal que por bien no venga" diuen i, certament, no seria just queixar-se després de la magnífica temporada d'esquí i de l'excel·lent primavera i estiu, amb uns Pirineus més humits i verds que mai.

La secció d'esquí de muntanya del Centre gaudeix de bona salut. Si més no, el grup d'amics que anem sortint, siguin del Centre

o no, és nombrós i ens uneix un tarannà i una manera de viure i veure la vida molt semblant. A voltes és més important amb qui fas l'activitat que l'activitat en si. Tot i que, majoritàriament, som amants de la travessa i de l'activitat de muntanya amb esquís lluny de les zones més massificades, hem gaudit de la companyia d'esquiadors de tots els perfils: competidors de curses, esquiadors de matinals acostumats a portar poc pes a l'esquena, amants dels grans descensos més que de les travesses més alpines, etc.

Seria molt difícil destacar una sortida d'entre totes les esquiades que hem realitzat. Insisteixo en que la temporada no ha tingut cap mena de desperdici i totes les sortides han estat brillants. Si que m'agradaria esmentar la popular esquiada d'inici de temporada que vàrem fer a la Vall d'Aran, als cims del Parros i Montanèro, amb l'assistència de gairebé 20 esquiadors de muntanya. Tot i que sóc molt poc amant d'aquest tipus

d'excursions tan multitudinàries, si que les considero necessàries i imprescindibles per la bona salut de la secció. Per un cantó, són una molt bona excusa per a fer noves coneixences i, no se sap mai, si futurs companys de cordada o travessa. Per un altre banda, ens retrobem amb amics de sempre, amb els que cada vegada ens és més difícil coincidir en l'activitat de muntanya per motius diversos. Però per sobre de tot, pel bon rotllo que flueix i per les converses i l'intercanvi d'experiències que es produeixen en tot el cap de setmana.

A continuació, unes de les sortides d'esquí de muntanya més destacades de la temporada:

- Puigllançada-Tossa d'Alp. Taga.
- Travessa Mont Thabor.
- Tuc del Parros-Pedesçalç. Montanèro.
- Pic de Pallassos. Cerví de Durro.

Cresta dels Llosers



- Puigmal per Núria.
- Volta al Cotiella.
- Volta al Montroig.
- Bassibé. Dent i Queixal d'Alba.
- Travessa Panticosa-Balaïtous-Marcadau-Vignemale-Baciás-Panticosa.
- Fontblanca. Serrera.
- Travessa Remuñe-Coll Inferior de Lliterola-Refugi Jean Arlaud-Cap dera Baquo-Estós.
- Monteixo.
- Puigmal per Err.
- Posets per Viadós. Gran pic d'Eriste.

Podeu accedir al vídeo de la temporada 2007-08 d'esquí de muntanya del Centre Excursionista de Badalona al Youtube, al link: <http://es.youtube.com/watch?v=Yo5h5FWT1ZA>

Pep Montes
Pito Costa

Coll Inferior de Literola



BOTER

CASA FUNDADA EL 1.924

*drogues - cereria -llavors -herboristeria - insecticides per l'agricultura
belles arts - productes químics i material de laboratori*

Ferreteria

c/ Mar, 71 - c/ Canonge Baranera, 2 E
Tel. 933 845 464 Fax 934 642 145
E-mail: boter@drogueriaboter.es
08911 BADALONA

Plaça. Constitució, 4
Tel. i Fax 973 142 399
E-mail: borges@drogueriaboter.es
25400 Les Borges Blanques (LLEIDA)

REPARACIÓ GENERAL DE L'AUTOMÒBIL

T A L L E R S
M A P

C/ Sagunt, 57 - 08912 BADALONA - Tel./Fax 93 399 20 57

Bicicleta de muntanya

Aquesta temporada la secció de btt ha aprofitat tots els ponts per a dur a terme la seva activitat. Sortosament, la major part dels habituals hem pogut agafar-nos un dia extra de festa en els casos que així ho requeria, i realitzar sortides fora de les nostres fronteres. D'aquesta manera hem descobert racons sorprenents, que en alguna ocasió ens han fet suar de valent, en altres ens han obligat a pedalejar a les fosques i en d'altres a gaudir del vol dels voltors a pocs metres per sobre dels nostres caps.

Tot seguit ens agradaria fer-vos cinc cèntims de totes elles.

1 - Pont del Pilar del 12 al 14 d'octubre: Montsant- Mussara- Serra de Prades.

12/10/2007 L'Espluga de Francolí -
Ulldemolins 38,89 km / 906m
13/10/2007 Ulldemolins -Poboleda
56,37 km / 960m
14/10/2007 Poboleda -L'Espluga de Francolí
60,12 km / 1.029m

Arribem a L'Esplugua a mig matí i després d'un bon esmorzar i muntar les bicis comencem a pedalejar en direcció a Poblet, un monestir amb una màgia especial. Ja abans d'arribar i durant tot el dia les vinyes amb els seus colors ocres i petits ramells negres ens aniran recordant que ja estem a la tardor. Deixem la carretera que va a Vimbodí per prendre una pista que ens condueix fins una masia impressionant on podem veure la maquinària de la verema. Com de lluny queden els anys on els camps s'omplien de rialles veremant, ara només se sent el soroll del motor. La pista es va perdent i entrem en un corriol feréstec i humit fins a tornar a enllaçar amb la carretera. Així arribem fins a Vilanova de Prades on dinarem. La tarda va caient, el cel està amenaçador i decidim prendre la carretera fins a Ulldemolins, una passeig tranquil d'onze quilòmetres amb una llum espectacular. Arribem i ens instal·lem en una

fonda amb una mestressa "diferent".

Al matí següent marxem. Avui serà un dia dur, doncs haurem d'arrossegar al bici en alguns moments. Deixem Ulldemolins i ens dirigim a Sant Joan de Codolar per anar per una pista cap a Albarca fins el coll dels Hostalets, punt en el qual ens desviem cap a Santa Magdalena, on cal fer una petita desviació per visitar-la. Ara ens toca deixar la pista i començar a pedalejar per un sender que poc a poc ens va posant les coses més complicades, fins que ens toca arrossegar la bici. Això sí, el paisatge s'ho val. Després d'alguns quilòmetres arribem a una pista que baixa fins al monestir d'Escaladei. Ara ja només ens manquen cinc quilòmetres de carretera amb tendència a baixar fins a Poboleda, on passarem la nit.

Ja estem a diumenge, el dia s'aixeca ennuvolat cosa que ens fa decantar per un itinerari de carretera, força recomanable pels seus paisatges. Després de fer una ullada al mapa decidim anar cap a Venta del Pubill i d'aquí ens dirigim cap a l'Arbolí, Los Castillejos, La Febró i Prades, on fem una parada per a comprar pa i ja en una vertiginosa baixada arribem a L'Esplugues de Francolí on ens espera el cotxe.

2 - Pont de Tots Sants de l'1 al 4 de novembre. La volta a la Sierra de Guara.

01/11/2007 Bierge - Paules de Sarsa
54,50 km / 909 m
02/11/2007 Paules de Sarsa - Nocito
45,04 km / 1175 m
03/11/07 Nocito - Osca 50,79 km / 780 m
04/01/07 Osca - Bierge 60,39 km / 931 m

Fa tot just un any que varem estar aquí i ara i tornem amb la intenció de donar la volta a la serra. Motivats per un muntatge fet pel Toni Guirau no ens ho pensem dos cops i aprofitem aquests quatre dies per a pedalejar per terres d'Osca. En cotxe ens apropem a Bierge on el deixem

en un descampat al costat del poble. Omplim els bidons i enfilem cap a Paules de Sarsa, on passarem la nit en un alberg que regenten uns belgues. Barrejant GR i carreteres secundàries arribem a Colungo, on agafem forces per continuar ja només per petites carreteres i pistes emporlanades fins a Paules, on arribem quan el dia ja està de baixada. Ens espera una bona dutxa i un sopar una mica escadusser.

Ja som 2 de novembre i ens tornem a enfilem a la bici per fer un primer tram fins a les Bellostas per pista en bon estat i a trams asfaltada. A partir d'aquí la pista es torna més irregular i fins que no arribem a Bara ens tocarà arrossegar al bici en més d'una ocasió. Tot i això, val molt la pena. La tranquil·litat que es respira i tots aquest pobles abandonats, com ara Bagüeste, Otín o Nasarre, et desperten la imaginació i et preguntes perquè els han abandonat. La resposta indiscutible, manca d'accés i serveis. Des de Bar fins a Nocito la pista està en bon estat. Aquest vespre fa fresca i com que tot estava ple ens toca dormir en una mena de refugi. Sort que avui el sopar es abundós. El dia següent, els bidons que havien quedat

juntament amb les bicis estan glaçats. La jornada se'ns presenta tant interessant com l'anterior i les vistes del Tosal de Guara ens animen a seguir. Prenem la carretera en direcció a Santa Maria de Belsué, però abans d'arribar deixem la carretera per vorejar el pantà de Zienpies per l'est. A partir de la presa cal remuntar una pista amunt, tot i que abans ens acostem a l'engorjat, un sender esculpit a la roca. Hi ha unes parets impressionants i gent escalant. Déu ni do! Sembla que tiben força. Ara ja de tornada fem una remuntada fins la pista principal per un camí amb un pendent i un ferm que en algun moment ens obliguen a posar tota la nostra perícia. En suau pujada ens arribem al Salto de Roldán, un mirador de voltors on podries estar-hi hores i hores i no te'n cansaries mai. Des d'aquí també es pot veure l'olla d'Osca, final de la nostra jornada. Un descens llarg seguit d'una plana ens conduiran fins la ciutat. Al vespre, i ja que estem a la capital, aprofitem per a fer un tomb i veure l'ambient de nit. Però cal recordar que encara ens queda una jornada i ja comencem a ser grans. El dia quatre la jornada serà còmoda per arribar al cotxe a bona hora. Sortim d'Osca per la nacional N-123 fins la

Guara. Pantà de Zienpies



cruïlla amb la HU-330, en direcció a Loporzano i Castilsabás, per arribar fins l'embassament de Vadiello. D'allí deixem la carretera per agafar una pista en direcció est cap a l'embassament de Calcón, on tornarem a la carretera per arribar a Agua i d'aquí per la A-1227 fins a l'inci de la ruta a Bierge, on arribem al migdia, just per a fer una Coca-Cola i unes patates en un restaurant a peu de carretera i tornar.

3 - Pont de la Constitució del 6 al 9 de desembre. Castelló i les terres de l'Ebre. Una ruta sobre asfalt.

No podia fallar, és un clàssic de la secció. No ho podem evitar. Aquestes terres tenen una atracció i nosaltres no ens hi oposem. Sempre val la pena tornar-hi.

Personalment sóc poc amant dels pobles de costa i més si són complexos turístics on només es poden trobar blocs d'apartament i comerços adreçats als "guiris", però a principi de desembre, qui va a la platja? Nosaltres!.

6/12/07 Tortosa-Penyíscola 83,83 km / 537 m
7/12/07 Penyíscola-Catí 53,63 km / 1.122 m
8/12/07 Catí-Cretes 116,35 km / 1.964 m
9/12/07 Cretes-Tortosa 67,31 km / 123 m

Baixem fins a Tortosa, lloc d'inici de la ruta. Després del protocol: l'ari esmorzar i preparació del les bicis anem a buscar la carretera Tv-3421, cap a Mas de Barberans i d'aquí a La Sènia. El paisatge, camps d'oliveres carregades d'olives a punt de ser recollides. Els sons els posen l'activitat de petits pagesos amb tota mena d'andròmines, fent la collita. I tot emmarcat per la majestuositat dels Ports i el perfil del Delta de l'Ebre.

Passat la Sènia anirem ja en direcció al mar prenent les carreteres més petites que hi ha al mapa. Així arribem a la costa a l'alçada de Benicarló i pel passeig arribem al centre de Peñíscola (hi ha turistes, però tot està a mig gas, gens agobiant). Una habitació al centre històric ens servirà per passar la nit. Sona el despertador i marxem. No ens

queda més remei que agafar la N-340. És d'hora i esperem no trobar massa trànsit. Seran tretze quilometres fins a Santa Magdalena de Pulpis. Allà prenem una pista asfaltada, poc transitada, que passa per la Salzadella i Tirig. D'aquí prenem la Via Augusta que entre oliveres i ametllers ens acosta a Catí, final forçat de la jornada, doncs Morella està ben ple i no hi hagué manera de trobar un lloc per a passar la nit. A més a més, el dia està ben tapat i cap al migdia es gira un vent de tempesta que no convida gens a pedalar. Ens lliurem de la pluja, ja que un cop a lloc no triga gaire a descarregar.

La Constitució. El dia no s'aixeca gaire agradable. Hi ha força núvols, vent i fa fresca, però el ciclisme es així i quan es fa ruta no hi ha raons que valguin. Prenem la carretera Cv-128 per continuar per la N-232 en direcció a Morella. Passat el Port de Querol, amb un vent que no para de bufar i força volum de cotxes, prenem el trencall cap a Vallibona (Cv-111), poble en el qual deixem la carretera per prendre una pista que s'enfila tot just començar, per després anar planejant i enllaçar amb la carretera Cv-105 un parell o tres de quilometres abans de Castell de Cabres. Fa fresca i tenim ganes per la qual cosa fem un mos i una beguda a la plaça del poble ràpidament, ja que encara ens queda una quilometrada i el dia ja va de baixa. Continuem en direcció a Morella i al Port de Torre Miró trenquem per la Cv-110, creuem Herbés i Peñaroyo de Tastavins per arribar a la A-231, estem a Aragó, passat Fuentespalda, ens atrapa la nit i amb els frontals i els reflectants seguim cap a Vallde-roures on ens espera el senyor de la casa de turisme rural per indicar-nos el camí. Vallde-roures és una munió de gent, portem cent quilometres, fa fred i passem per una xurreria, així que uns quant xurros ens ajudaran a fer els últims quilòmetres, que per cert se'm fan eters, per què la casa es troba situada enmig del no res.

Última jornada, curta i fàcil, es tracta de seguir la via verda de la Terra Alta fins el seu inici, Tortosa. El dia s'aixeca tapat però a

mesura que passen les hores la calor i el sol es van imposant i la jornada transcorre a la perfecció. Al migdia les bicis deixen de pedalejar i després d'un dinar lleuger en un parc enmig de Tortosa només ens queden els quasi 200 km per arribar a cas.

4 - Pont de l'1 de maig, del 1 al 3 de maig de 2008. Volta al Canigó

1/5/08 Volta Canigó: Prats de Mollo - Vernet les Bains 46,58 km / 1.629 m
2/5/08 Volta Canigó: Vernet les Bains - Prades 44,89 km / 915 m
3/5/08 Volta Canigó: Prades - Prats de Molló 78,51 km / 1.679 m

Després d'un hivern eixut pel que fa a la neu, ben entrada la primavera cauen tous de neu que ens obliguen a replantejar la sortida. Decidim fer cap el Canigó, tenint clar que ens trobarem neu, per la qual cosa ens cal estar oberts als canvis. No marxem doncs sense alguns mapes i ressenyes que

ens ajudaran a anar adaptant la ruta a les condicions.

Després de matinar i fer un stop per omplir l'estómac a Camprodon ens enfilem al coll d'Ares per arribar a Prats de Molló, inici de la ruta. La furgo queda aparcada a la plaça del poble i nosaltres marxem per la carretera D115a en direcció a La Preste, on abans d'arribar prendrem una pista que, asfaltada ens els primers quilòmetres, s'enfila cap a Pla Guillem per baixar tot seguit cap al refugi de Merialles i arribar a Vernet-Les-Bains, on tenim feta una reserva a l'alberg. Però les coses no sempre són fàcils. Passat Les Estables l'asfalt desapareix i poc després trobarem la primera congesta de neu. Per acabar-ho d'amanir el cel es va posant negre i el vent fred comença a bufar. Per sort, just passat el Pla Guillem, el vent para i entre els núvols el sol ens escalfa. La neu encara trigarà una mica a desaparèixer i això allarga la jornada.

Cap de Creus



Un bon sopar i un dormir calent són el necessari per afrontar un nou dia. El vespre abans i durant l'esmorzar ens plantegem la ruta del dia. La visita a un centre d'informació ens acaba de decidir. Anirem per una ruta senyalitzada per a btt fins Escaró , poblet que ens ofereix una molt bona vista del cim del Canigó i en el qual hi ha una antiga mina reconvertida en museu. Fem una parada i continuem, per un itinerari marcat fins a Nyer, on baixem paral·lels al riu fins a trobar la N116, que ens durà a Vilafranca del Conflent, poble farcit de turistes catalans, en el qual també nosaltres fem el turista pujant fins al Fort Libèria . Després ja només ens queden vuit quilòmetre fins a Prades.

Avui ens cal aixecar-nos d'hora. El dia pot ser llarg i ens interessa arribar al cotxe el més aviat possible. Veient com està la neu, ens decantem per tornar a Prats de Molló per carreteres o pistes que no s'enfilin massa. Sortim per la N116 en direcció a Vinça. Un cop passat Marquixanes prenem la D25 cap a Espira de Conflent, Baillestavy i Valmanya, per enfilar-nos al coll de Palomère, on dei-

xem la carretera per agafar una pista a mà dreta que continua enfilant-se fins el coll de la Descarga, on ja amb asfalt baixem fins a Corsavy. Allí hi fem un mos i un cafè al restaurant del poble. Després de dinar, la carretera continua baixant passant per Montferrer i Tech, on ens incorporem a la D115 per arribar en set quilòmetres a Prats de Molló. Volta completada a bona hora i sense pluja, malgrat en algun moment el cel ens ha amenaçat .

5 -Pont de sant Joan de 21 al 23 juny .La Rioja-Burgos

21/6/08	Ezcaray-Venta Goyo	55,97 km / 1.854 m
22/6/08	Venta Goyo-Burgos	104,03 km / 890 m
23/6/08	Burgos-Ezcaray	87,85 km / 1.068 m

Abans de l'estiu i per acomiadar la temporada, ens queda aquest últim pont i no ens el volem perdre. Són quatre dies i ens plantejem arribar-nos una mica més enllà. Ja fa

La Rioja - Burgos



anys que em ronda pel cap anar a Atapuerca i visitar Burgos. Diuen que és molt bonic, perquè no? Una navegació per Internet ens fa veure-ho clar. Marxarem a pedalejar entre terres riojanes i burgaleses.

Sortim a mitja tarda. Ja tenim una reserva a Santo Domingo de la Calzada, lloc de pas obligat del Camí de Sant Jaume. Arribem tard però ja ho tenim tot fet i podem anar a dormir sense perdre més el temps. L'endemà agafarem el cotxe per apropar-nos a Ezcaray, lloc d'inici de la ruta que transcorre per l'anomenada Sierra de la Demana. En un primer moment la ruta s'enfila pel GR93 cap a Sant Millan, per un camí força tècnic al qual només li falta l'aigua que baixa de la muntanya formant veritables rius. En arribar al coll de Larrizalaba deixem la pista i, per sender, anem a enllaçar amb la pista de Pazuengos. Just al tornar a trobar la pista punxem, l'arreglem i sant tornem-hi. Ara ens queda un sender entre roures i una baixada molt tècnica fins a Lugar del Río. Llavors enlloc d'anar a l'esquerra, cap a San Millán de la Cogolla, prenem la pista a la dreta per enfilar-nos al collet de San Lorenzo. Tot i això, el dia es va ennuvolant i abans de sortir de la fageda el soroll dels trons i de la pluja ens volen barrar el pas. Quan estem al lloc de la serra parem a uns forestals els qual ens diuen que l'únic lloc per a passar la nit es a la Venta del Goyo, a la carretera LR113 amb el trencall amb la carretera que puja a Viniegra de Abajo. La pluja ja ha passat i sembla que ens queda una baixada fins la Venta cosa que és d'agrair. El dia està ja de baixa i, malgrat hi ha moltes hores de llum, arribem a lloc amb les últimes clarors.

L'endemà ens arribarem fins a Burgos, per això volem fer la Via Verda de la Demanda. Sortint de la venta reculem fins a Mansilla de la Sierra i continuem fins a canviar de província i arribar a Barbadillo de Herreros, inici de la Via Verda. Seran 54 km fins al Arlanzón , poble en el qual caldrà tornar a la carretera per arribar fins a Burgos, que ni molt menys seran regalats, però si variats i interessants de fer.

Abans d'arribar a Burgos hi ha una oficina i

una petita exposició de la Dolina d'Atapuerca. Parem, és dilluns i no hi ha visites entre setmana, almenys fins juliol, així que em quedo amb un pam de nas. Tornem a pedalejar ara ja a tota marxa fins entrar a la ciutat. Allà tenim l'adreça d'una pensió que ens va facilitar en Santi Cebrián, un incondicional del Camí de Sant Jaume. No ens decepen gens. El centre històric està molt bé. Això sí, de turistes forces. Un sopar i, per descomptat, escoltar la victòria de futbol de la selecció espanyola ens acompanya fins el llit.

Avui ens toca tornar a Ezcaray, poble amb cases senyoriales envoltat de muntanyes d'una gran verdor. Per això farem un tros del Camí de Sant Jaume a l'invers. Ha estat divertit veure les cares de la gent que et deien des de la salutació típica "buen camino", fins aquells que amb cara de pòquer et deien "vas al revés", o et preguntaven si ja estaves de tornada. Quan arribem a Belorado deixem el poble per prendre la carretera cap a Fresneda de la Sierra, Tirón i d'aquí, sota la pluja, superar l'últim port de la sortida, Pradilla de Belorado. Arribarem completament molls a Ezcaray, on passarem la nit del dia de Sant Joan escoltant la banda del poble (no gaire recomanable) i menjant xocolata desfeta.

L'endemà, carretera i manta i a pensar en l'estiu que ja està apunt d'arribar.

Esperem haver-vos donat algunes idees i sobretot ganes de provar aquesta manera nostre de passar l'estona. Ja veieu, el viatjar damunt la bici es fa dia a dia i és flexible i apte per a tothom, ja que ets tu qui marca el ritme i els reptes i sempre hi ha rutes a fer.

Núria Gómez

Escalada

Malanyeu: Terreny d'aventura

Ja fa temps que el sector de Malanyeu s'ha convertit per a nosaltres en un racó dels Prepirineus on convergeixen paisatge, tranquil·litat i escalada plàcida. Amb vies ben equipades (moltes per nosaltres) i on tota la gent que li agradi gaudir d'aquest esport pugui practicar-lo des de lo més assequible fins lo més difícil. A continuació donaré a conèixer les darreres "obres d'enginyeria grimpaire" a càrrec d'en Francesc Suñol i en Joan Pera.

VIA "VINGA, VINGA" (Homenatge a Francesc Casanoves i Pera)
Paret de l'Altar

150 mts. de recorregut

Dificultat 6c / A0

Material.: 15 cintes , estreps opcionals

Equipament: parabolts i reunions equipades

Trobada d'escaladors a Malanyeu



20. Butlletí 2008

amb cadena i anella.

Oberta per Francesc Suñol per sota i en solitari el Febrer de 2008.

VIA DELS MOMIES

Paret de l'Altar

100 mts. de recorregut

Dificultat: 6b / A1

Material: 15 cintes i estreps

Equipament: parabolts i reunions equipades amb cadena i anella

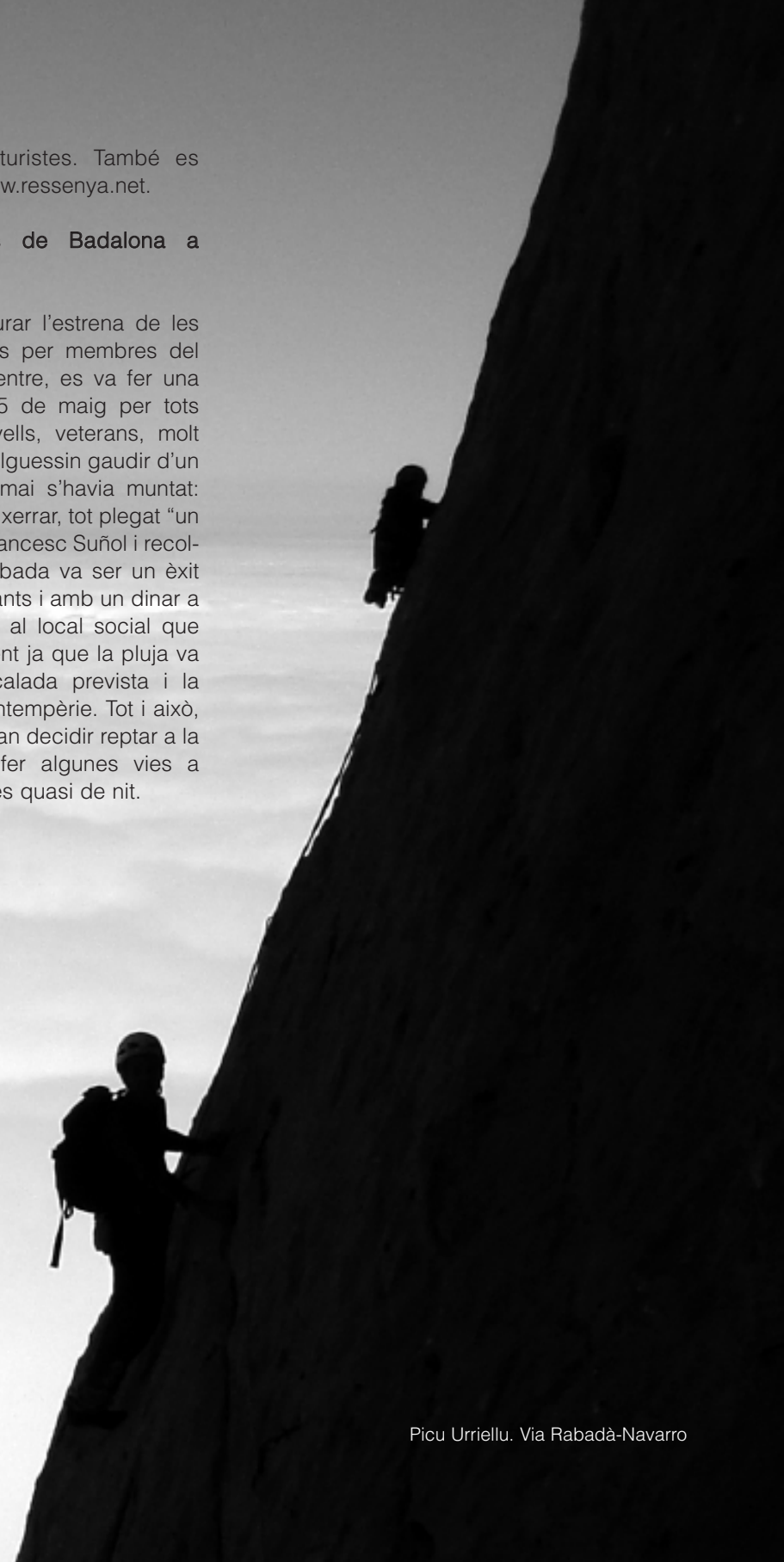
Oberta per sota per en Francesc Suñol i Joan Pera l'Abril de 2008

Aquestes vies estan ressenyades al nº 219 de la revista Vèrtex amb un ampli reportatge de la zona de Malanyeu, de les obertures fetes per membres del grup d'escalada del

Centre i d'altres aperturistes. També es poden trobar al web www.ressenya.net.

Trobada d'escaladors de Badalona a Malanyeu

Precisament per inaugurar l'estrena de les vies recentment obertes per membres del grup d'escalada del Centre, es va fer una convocatòria el 24 i 25 de maig per tots aquells escaladors novells, veterans, molt veterans i amics, que volguessin gaudir d'un cap de setmana com mai s'havia muntat: escalar, menjar i beure i xerrar, tot plegat "un potage". Ideat per en Francesc Suñol i recolzat per a tothom, la trobada va ser un èxit amb cinquanta participants i amb un dinar a la Rodonella de Cercs, al local social que ens va cedir l'ajuntament ja que la pluja va impedir l'activitat d'escalada prevista i la idea de fer el dinar a l'intempèrie. Tot i això, alguns dels assistents van decidir reptar a la climatologia i anar a fer algunes vies a Malanyeu per acabar-les quasi de nit.



Picu Urriellu. Via Rabadà-Navarro

Curs d'escalada en roca. Nivells I i II

Com cada any s'ha realitzat el curs d'escalada en roca, que de tant en tant ens dóna la sorpresa i algun cursetista "s'hi enganxa" i continua escalant amb ganes. En aquesta ocasió hi han participat: Anna Bigas, Mireia Niubó, José M^a Belmonte, Rosana Llorente, Daniel Hernández, Moisés Vázquez, Joaquín García, Cristian Bravo, José Ramón León,

Daniel Martínez, Mireia Reguant, Josep Crous, José Manuel García, Antoni Ramón i Ernest Soria. L'enganxat és el Dani Martínez, que de ben segur serà ben aviat un bon mestre per els novells.

Hem visitat, per les pràctiques del curs, les zones de Montserrat, Maresme i els Ports de Beseit.

Rafel Vicente

Sessions teòriques i pràctiques durant el curs d'escalada



Proyectos integrales e instalaciones de cocinas profesionales en Hoteles, Restaurantes, Comedores Sociales, Clínicas, etc.

C/ Gifré, 662
08918 BADALONA - Barcelona
Tel. 34 - 93 399 38 58
Fax 34 - 93 460 29 76
www.hostelma-grupp.com

Hostal
-----**SOLIMAR**-----

Caritat, 29 • Tel. 93 389 50 03 - Fax 93 389 54 78
08911 BADALONA

Senderisme

Un any meteorològicament parlant estrany ens porta als aficionats a les activitats a l'aire lliure a canviar sovint de plans. Una franja d'edat molt àmplia ens porta a la diversificació i entre tota aquesta amalgama de coses construïm com cada any la nostra secció, plena de subseccions.

Grup Els Climents

Les cames et trontollen, la manxa esbufega, el motor fa la perla. Considera't un veterà, noi. I per molts anys!. Perquè no riu més, el qui més riu, sinó...etc.

El Centre acull, des de fa anys, un grup nombrós que practica l'excursionisme de base: esportiu, cultural i social-formatiu. Es pot qualificar de nombrós si considerem una mitjana de 25 a 35 participants a cada sortida. Esporàdicament s'arriba a la quarantena.

Sortida a Llançà



Excursions preparades amb detall, amb bona cura pel dia que pertoca –generalment toca un cop al mes–, afinant els horaris, les pujades i baixades. Considerant els itineraris amb antelació per evitar sorpreses que puguin desmuntar els dispositius, que en un llenguatge organitzatiu anomenariem tàctics.

Qui les organitza ja sap el que li toca, fer l'excursió amb antelació una o dues vegades, mesurar físicament tot el traçat, valorar les possibilitats i/o alternatives en cas d'un canvi fortuït de plans, horaris, desnivells, temps d'aproximació i retorn, comunicacions tant de vehicle propi com transport públic –tren, autobús de línia, etc.–, i deixar que la tranquil·litat dels participants es mantingui ferma i a mercè d'una incondicional confiança vers els organitzadors. Dit així, tan de passada, sembla la cosa més senzilla del món. Bé, la bona disposició pot fer que al menys ho sembli, tampoc cal repartir medalles de

compensació.

Aquest Grup de senderisme, paraula sortida de la caps no fa massa temps, no és altra que l'habitual sinònim d'excursionisme –que el mestre Pompeu Fabra va morir sense poder-la inventar–, tracta de divulgar d'una manera plana aquells racons de la nostra geografia que s'han deixat de conèixer, tot i estar a l'abast de qualsevol caminador mitjà, com ja n'hem comentat en altres ocasions. El barem d'edat no compta pas en els participants, però l'organització va a càrrec generalment dels que per l'edat ja s'han lliurat de les tasques professionals, i els qui participen en les sortides queden enquadrats entre la vintena i la setantena. Fins aquest moment es porten comptabilitzades 37 excursions, sense fer esment de les repetides, de les quals i en la seva totalitat en queda constància en fitxes del recorregut, preparades expressament per a cada sortida, que permeten a més, ésser consultades per tots el socis als arxius de muntanya del Centre.

Darreres excursions, com a punt i seguit de les publicades en el Butlletí anterior.

La Tossa de Montbui (comarca de d'Anoia). Visita programada al castell

Cogolló d'Estela (Berguedà)

Guilleries Munts (Osona) Visita programada a la Il·lar de Mn.Cinto Verdager.

Guilleries Casserres (Osona) Visita al monestir romànic.

Cim de Montclar (Baix Empordà)

Torrent de S. Jeroni (Barcelonès) Per encàrrec del Dept. Medi Ambient- Ajuntament de Badalona.

Montcabrer (El Maresme).

Puig la Balma (El Bages) Visita a l'espai troglodita del Puig.

Portbou-Llançà (Al Empordà)

És evident que no hi ha predilecció per cap comarca determinada, i tots els itineraris tenen un punt d'interès. Les distàncies a recórrer ofereixen un marge d'horaris entre una i tres hores com a màxim.

Ah!, no insistiu en voler saber el perquè del mot Climents, el que té importància és la bona companyonia dels que participen en les trobades i els que s'hi van afegint. Tothom fa pinya, de la resta ja se'n ocupen els que se n'han d'ocupar.

Els petits grups

Per sort per alguns i enveja pels altres, membres de la secció aquest any s'ha dedicat a passejar pel nord de la península recorrent el Camí de Sant Jaume fora de temporada i

Pujant els Carcaixells. Baix Empordà.



sense pressa. Quan han tornat ens han explicat les seves experiències, amb la gent, la terra i la gastronomia. Les descripcions del Santi i del Satori ens han transmès tant coses que a vegades només de sentir-los podies tenir la sensació d'estar sota la pluja o de fer un bon àpat. Aquelles descripcions tan acurades i amb tant de sentiment ens han fet viure com a pròpies les seves experiències i en més d'una ocasió, quan hem arribat a casa ens hem volgut penjar la motxilla i començar el Camí. Però entre Camí i Camí s'han deixat caure pel centre per a organitzar algunes de les sortides de senderisme entre les que cal destacar aquelles dedicades als sostres comarcals, activitat que ja duem alguns anys realitzant i que com les formigues poc a poc anem completant i com diu la cançó Itaca de Lluís Llach : És preferible que durí molts anys, /que siguis vell quan fondegis l'illa/ ric de tot el que hauràs guanyat fent el camí, /sense esperar que doni més riqueses.

Potser una de les sortides on s'han trobat

Montserrat. Acte de Mountain Wilderness



diversos grups del centre ha estat la pujada al Puig Sestela (2013m) i el Taga (2039m). En aquella ocasió varem ser una bona colla de gent que des de l'ermita de Sant Martí d'Ogassa ens enfilarem cap a la portella d'Ogassa per un bosc caducifoli que poc a poc va donar pas a una pineda per ja a les parts altes passar a prats alpins els quals coronaven el cim. Un cafè en llet a Ogassa i uns entrepans a la motxilla serien la nostra font energètica. El dia potser no era el millor de tots, una mica ennuvolat i un xic ventós, ens recordava que encara érem a la primavera. Malgrat tot l'última pujada estava força concorreguda i ens anàvem creuant grups de gent de totes les edats que havien pensat el mateix que nosaltres. Dalt El Taga un mos i unes fotografies de grup a més de fer una ullada a totes les serralades que la nostra vista podia veure, des de Montserrat i Sant Llorenç passat per les

Guilleries i el Montseny i ja com a colofó el pre Pirineu amb l'Olla de Nuria encara blanca de la neu tardana que havia caigut enca-

ra no feien un mes. Després una mica de rebobinat fins la Portella d'Ogassa i au! amunt cap al Puigsestela, una passejada que encara que no massa llarga sembla d'aquelles inacabables per l'orografia del terreny. Ja de tornada a la Portella i arreuerats del vent traïem l'entrepà, es hora de dinar i cap avall que ens espera una coca-cola i un cafè a Ogassa.

Asseguts a la terrassa del bar amb el sol que ens escalfa el clatell i una explosió de flors liles i blanques davant nostra alguns ens engrescàrem a fer l'Olla de Núria quan la neu es retires però les agendes dels socis i la fosa tardana de la neu ens van fer posposar la sortida fins després de vacances per la qual cosa ja us comentarem en el pròxim butlletí com acaba la història.

Però continuem. Qui diu que el senderisme no té una vessant competitiva s'equivoca durant aquest any alguns del socis han participat en diverses curses tècniques regulades.

El 30 de març es va participar en la 50 marxa d'orientació per descripció organitzada per l'Agrupació Excursionista Talaia, que ens va fer passejar pels voltants de Begues, al baix Llobregat, per un paisatge, el del Garraf, tan a prop de casa i a la vegada tan llunya. Durant el recorregut vam passar prop de masies modernes i antigues i varem poder gaudir de la geologia de la zona.

El 6 d'abril tornem a participar en una d'aquestes marxas, La setena Marxa Combinada del Centre Excursionista de Catalunya, en aquesta ocasió l'esdeveniment ens porta fins a terres osonenques, Taradell, on s'alternen diversos mètodes d'orientació que posen a prova les nostres habilitats i donen a la prova un aire diferent. A les vuit del matí amb un fred intens i una elevada humitat som els primers a sortir. Ens enfilem cap a l'ermita de Sant Quirze de

Subiradells, el Puig de les Agulles i ens enfilem cap a l castell de Taradell des del qual hi ha unes magnífiques vistes del Montseny, els singles de Berti o Cabrera.

La secció també ha participat en actes reivindicatius, així el 16 de desembre varem assistir a la convocatòria feta per Mountain Wilderness a Sant Jeroni a favor de la dignitat de les muntanyes on entitats de tota Catalunya varen llegir un manifest.

I com ja comença a ser tradicional, el 25 de desembre, amb el sopar de nit bona encara a mig digerir, la pujada a la Mola ens ofereix una fantàstica oportunitat de gaudir d'una vista privilegiada del Pirineu.

Només en manca animar-vos a pràctica qualsevol de les diferents modalitat de senderisme que us hem exposat, per que com podeu veure n'hi ha un per a cadascú només cal imaginar-lo i segur que en algun lloc o altre s'està duent a terme.

Com diuen els peregrins "Buen camino".

Núria Gómez
Jaume Suñol i Sampere

Tennis de taula

La secció de Tennis de Taula del Centre Excursionista de Badalona, i en particular l'escola de "T.T. Facundo Lagunas", ha participat en els diferents esdeveniments esportius promoguts per la Federació Catalana de Tennis de Taula, i dels Clubs afiliats a ella.

Així mateix, en col·laboració amb la Federació Catalana, un dels nostres jugadors fa de monitor a l'escola Jesús i Maria de Badalona, dintre de la programació "ping pong per a tothom".

Els jugadors més petits de l'escola de T.T. a part de participar en les diferents lligues promogudes per la Representació Territorial de Barcelona, segons la seva categoria per edat, han participat en els següents campionats:

- Campionats de Catalunya
- Open de Barcelona
- Circuit Horitzó
- Torneig de Vilafranca
- Torneig de Setmenat
- Torneig de Vilanova
- Torneig del Vendrell
- Torneig de Torroella de Montgrí
- Torneig de Cassà de la Selva

A mes, durant els mesos de març a maig es va disputar el "XII TORNEIG FACUNDO LAGUNAS" amb la participació de tots els jugadors de l'entitat, federats o no federats, repartits en les diferents categories.

Respecte a les diferents competicions (lligues i copes) jugades pels equips de l'entitat (Preferent, 3a Provincial, Veterans, etc.) la temporada es pot dir que va ser discreta, assolint les següents classificacions:

Equip Infantil - Juvenil

Ha participat en la lliga per edats organitzada per la Representació Territorial de Barcelona de la Federació Catalana, quedant 4rts., i en la competició de copa, ha arribat a quarts de final, sent eliminats pel futur campió. El jugador més regular ha estat en Samuel Cañizares.

Equip de 3a Provincial

Ha participat en la lliga de la RTBTT quedant vuitens d'un grup de 10 equips. Cal destacar que aquest equip està format pels jugadors infantils i juvenils i els seus pares. A la competició de copa, varen ser eliminats a vuitens. El jugador més regular d'aquesta categoria ha estat en Ricard Pueyo.

Equip de Preferent

Ha participat en la lliga de la RTBTT quedant 4rt del seu grup, no assolint la fase d'ascens, ja que tant sol hi ha dues places. El jugador més regular d'aquesta categoria ha estat en Josep M. Nolis.

Equip de 2a Nacional

Ha estat un mal any per aquest equip, ja que ha baixat de categoria en la lliga organitzada per la Federació Espanyola. Aquest equip juntament amb el de preferent, han jugat la competició de copa en la categoria de Divisió d'Honor, sent eliminats a quarts de final. El jugador més regular ha estat en Jordi Serra.

Equip de Veterans

Ha participat en la lliga de 2a Divisió, quedant 4rt del seu grup, no assolint la fase d'ascens. A la competició de copa, cal remarcar que varen assolir el subcampionat, perdent la final per un ajustat 4 a 3. El jugador més regular dels veterans ha estat en Josep M. Nolis.

Trofeu "Facundo Lagunas"

Durant els mesos de Març a Maig, es van jugar les fases prèvies del tradicional torneig "Facundo Lagunas", que es va dividir en varies categories, edats, sèniors, pares i social.

El passat 30 de maig, es varen jugar les diferents finals del trofeu, sent els guanyadors de les diferents categories, en Samuel Cañizares que va guanyar a Carlos Aquilino (3 - 0) en la competició per edats, en Josep M. Nolis que va guanyar a Marc Serra (3 - 0) en la competició de sèniors, en Jordi Pané que va guanyar a Ricard Pueyo (3 - 0) en la competició de pares i el social va restar desert, ja que tan sols hi havia una inscripció. Cal destacar, que després de les finals, hi va haver un partit d'exhibició d'en Pere Navarro (jugador de divisió d'honor) amb el guanyador del trofeu sènior.

Al final dels encontres, va tenir lloc l'entrega dels premis, amb la presència del Vicepresident de la Federació Barcelonesa, en Ramón Rodríguez, que va quedar impressionat de la quantitat de nens que hi havia en el local.

Al final de l'acte, en Ramón Rodríguez, va fer entrega al Facundo, d'una placa d'agraïment pels anys d'entrega a aquest esport. I com sempre, va acabar amb petit berenar per a tots els assistents.

Esperem que la temporada 2008-2009 que ja a començat, podem millorar els resultats de la campanya anterior.

Lluís Farrés Castellví

Sense una planificació prèvia he encetat una nova modalitat per anar ocupant el temps lliure. Aquesta activitat la vaig iniciar l'any 2000, consisteix en visitar diversos països africans sobre una bicicleta tot terreny. Anteriorment al canvi de segle ja havia fet cinc incursions pel continent africà amb diversos objectius viatgers, espeleològics i alpinístics.

Una invitació sorpresa d'un company de Lleida va desencadenar una activitat que m'omple amb gran eficàcia una part de la temporada de tardor i principis d'hivern mentre restem a l'espera que, als Pirineus, caigui la neu cada vegada més escassa i tardana. Aquesta inquietud m'ha dut a completar un total quinze viatges amb bicicleta per diversos països d'Àfrica.

L'època en que realitzem els viatges (entre octubre i gener) coincideix amb l'estació seca i menys calorosa dels països visitats, ja que en l'estació de pluges (de juny a octubre) pot fer impracticable o si més no dificultar alguns dels recorreguts. Aquest fet implica un alt índex de seguretat en no tenir pèrdua de jornades amb manca d'activitat degut a condicions meteorològiques desfavorables, és a dir, tots i cadascun dels dies llueix el sol, sense que haguem deixat de pedalejar ni un sol dia dels 130 que hem dedicat a viatjar d'un indret a un altre amb la bicicleta. La durada de cada viatge oscil·la

entre una i dues setmanes.

L'euro és utilitzat per tretze estats membres de la Unió Europea des de l'any 2002. Doncs bé, catorze països africans de la franja occidental del continent disposen d'una moneda comú que va ser introduïda l'any 1945. El franc CFA (cefa) és de canvi fix amb l'euro equivalent a 665 francs CFA per euro.

Destinacions

Hem recorregut diverses regions de Marroc i Senegal que per la seva proximitat, cost del bitllet d'avió, el fet de no ser necessari un visat d'entrada i la facilitat d'allotjament són els països que més facilitat ens ofereixen. Els altres països que han estat objecte d'un viatge són Guinea Equatorial, Camerun, Ghana i Benín, tots ells situats al golf de Guinea.

Marroc és el país més proper, i sovint el més ignorat. Tan sols ens separen uns pocs quilòmetres de l'estret de Gibraltar, tot i aquesta proximitat geogràfica o en el temps de viatge (dues hores de vol) no hi ha una tendència a visitar-lo tant com es mereix. Per l'hostialitat de la seva gent, per la grandiositat i varietat dels seus paisatges que contempla des de muntanyes que superen els 4000 metres fins a extensos deserts que semblen no tenir fi i pel viatge en el temps que sembla que es faci en quan el visites. Encara que la proximitat entre territoris és escassa



Àfrica amb BTT

l'objectiu dels nostres viatges ha estat més lluny, bastant al sud, dins d'una àrea formada per un polígon delimitat per Marrakech, Agadir, Zagora i Erfoud. La frondosa vall del Draa amb un immens palmeral, les altives dunes de sorra de Merzouga, la travessia del jebel Shahro, la visita a la sumptuosa kasbah de Telouet i diversos recorreguts per la serralada de l'Atlas i del Anti Atlas creuant collades d'una altimetria imponent han estat alguns dels recorreguts per les terres del Magrib.

Senegal (capital Dakar) es considera la porta de l'Àfrica negra. Situat a l'oest d'Àfrica constitueix el punt més occidental del continent. Si el comparem amb algun dels seus veïns com Mauritània i Mali és un país petit, que a la vegada alberga un minúscul país: Gàmbia. Aquest enclavament que, seguint el riu Gàmbia durant uns 300 km terra endins, quasi divideix Senegal en dues regions: La Casamance al sud i la resta del país al nord. Se l'anomena el país de la "teranga", paraula que es pot traduir com de l'hospitalitat, i la seva orografia és majoritàriament molt planera amb petites ondulacions i una petita regió al sud-oest amb escasses elevacions d'uns 300 metres sobre el nivell del mar, és el país Bassari.

Per Senegal he fet cinc incursions que m'han dut a passejar-me per la Casamance, la regió més rica i més independentista del país. També a intentar seguir el riu Senegal en dues ocasions fracassant en les dues vegades a causa de la forta calor que ens va dur al lliandar dels col·lapses la primera i patir una sensacional ratxa de punxades per unes "xinxetes" vegetals que ens van fer abandonar l'empresa i canviar-la per la travessia de la desolada i poc habitada regió del Ferlo. També he gaudit d'un bell recorregut per un tram de la Gran Côte entre Sant Louis i Dakar, així una interessant visita al país Bassari.

Guinea Equatorial (capital Malabo) va ser una colònia espanyola fins l'any 1968. Està formada per una regió continental, coneguda com Fernando Poo en l'època colonial, i una illa de nom Bioko. on se situa la capital, Malabo (antiga Santa Isabel) enfront a la costa de Camerun. La seva superfície és semblant i comparable a la de Catalunya amb les Balears.

Camerun (capital Yaundé i segona ciutat Douala) té una particularitat, hi ha una zona de parla francòfona i una altra anglòfona. És un país molt extens, se la coneix per l'Àfrica en miniatura degut a la gran diversitat de cultures i de paisatges amb una continua transició que va del desert al sahel i d'aquest a les muntanyes i finalment la zona tropical i el litoral. El Mont Camerun o Mont Fako d'una elevació de 4095 metres és un volcà actiu situat a prop de la costa.

Ghana (capital Acra) se situa al golf de Guinea a l'Àfrica Occidental pocs graus al nord de l'equador. El llac Volta és llac artificial més gran del món amb una superfície de 8500 km² (una quarta part de Catalunya). Va ser la primera colònia de l'Àfrica negra en aconseguir la independència l'any 1957, a partir de la colònia britànica de Costa d'Or.

Benín (capital Porto Novo i segona ciutat Cotonou) antic regne de Dahomey, va ser una colònia francesa, va obtenir la independència l'1 d'agost de 1960, com a República de Dahomey. L'any 1975 va adoptar l'actual nom de Benín

Anecdota

En desconec la raó, però els vols d'arribada a terres africanes acostumen a arribar de matinada, entre les dues i les cinc, això fa que el primer impacte sigui encara més fort. És un moment molt delicat degut al cansament del viatge, la immensa desorientació que t'aclapara, però m'atreveixo a dir, que



gens perillós. Cal estar espavilat i molt alerta, ja que en aquest moment ets l'objectiu dels oportunistes que estan a l'aguait de la distracció dels turistes per al seu benefici.

En els aeroports és un dels indrets on ens hem trobat amb les anècdotes més recordades. En una ocasió a l'aeroport de Dakar, estàvem esperant recollir les sis bicicletes que no acabaven de sortir a la sala d'equipatges, tot i que sovint com a equipatge especial triga més o segueix un circuit diferent al de les maletes. Cansats d'esperar, ens presentem a l'oficina del responsable dels d'equipatges per esbrinar on eren les nostres bicicletes. En comprovar que no havien viatjat en l'avió amb tota la parsimònia del món, aquell senegalès de figura més que voluminosa ens diu que deuen haver-se quedat a Lisboa (viatjàvem amb TAP). Davant de la qüestió de quan arribarien ens respon amb una seguretat absoluta: "Demà a aquestes hores les tindreu aquí". Nosaltres insistim: "És que perdem un dia". Ell ens contesta d'una manera tan contundent que ens fa emmudir: "Els dies no es perden". Va ser tota una lliçó de com es pot veure el pas

del temps des l'òptica africana.

En els aeroports és on hem d'aguditzar l'enginy després que en un viatge de tornada des de Dakar no ens acceptaven les bicicletes com a equipatge o ens demanaven una quantitat exorbitant degut a que les consideraven un equipatge especial. Vam haver d'embolicar les bicicletes amb l'embolcall de plàstic amb que protegeixen les maletes. Amb això es va solucionar el problema després de dues hores de discutir, evidentment a altes hores de la matinada. Després d'aquest incident hem dut les bicicletes dins d'una caixa de cartró (la mateixa amb que les subministren els fabricants). Aquest fet implica que hem de fer meravelles per trobar un indret on deixar els cartons pel viatge de tornada. Unes vegades és en un hotel, altres en el mateix aeroport i d'altres amb un mosso de neteja, un policia o un duaner, tan se val, amb paciència es troba sempre una solució.

Qualsevol viatge és ple d'anècdotes (que no s'ha de confondre amb calamitats, ni tan sols penalitats) si no que en un seguit de fets



quotidians per als africans que a nosaltres ens resulten de curiosos a sorprenents. Sobre tot s'ha de prendre cada succés amb calma, molta calma. En una ocasió dúiem la intenció de fer el recorregut del riu Senegal, que és fronterer entre el Senegal i Mauritània. Per començar ens van donar una lliçó d'allò que és l'hospitalitat: estàvem a la recerca d'un indret on passar la nit, vam anar fins a un centre comunal per si tenien alguna habitació o recinte on pernoctar i mentrestant dos companys inspeccionaven el local ens van deixar una paella al mig del carrer com a oferiment per benvinguda, ni tan sols ens van preguntar si en volíem (es notava que ho necessitàvem), ens ho vam cruspí en un moment, sense coberteria, amb les mans (ells no en fan servir de coberts per menjar). La jornada següent va encetar el recorregut seguint la ruta del riu amb tan mala fortuna que ens vam ensepegar amb una mena de xinxetes vegetals que ens obligaren a canviar l'itinerari l'endemà mateix, a causa de les més quinze punxades que vam tenir entre els sis components del grup. Aquest fet es va repetir el dia següent, de fet estàvem més estona reparant rodes que

pedalant. Al renunciar l'itinerari previst vam haver d'improvisar un nou trajecte. Decidirem creuar la regió del Ferlo, una extensa planura amb vegetació escassa sense cap tipus d'allotjament durant 200 km. Durant tres dies vàrem dependre de l'hospitalitat que ens oferien a cada poblat pel que passàvem. Havent de demanar, fins i tot, a la policia que ens deixen un recinte on poder passar la nit. Encara en aquestes condicions ens vam poder subministrar d'aigua mineral envasada i alguna que altra beguda refrescant. Finalitzada la situació d'aridesa fem un canviar radical de registre: vàrem fer un llarg recorregut durant tota una jornada per la costa entre Saint Louis i Dakar a ran d'aigua aprofitant la marea baixa i la sorra humida compacta. Va ser una gran experiència, molt interessant, que us recomano, així com una visita necessària pel continent per conèixer de primera mà la vida dels africans sense passar pel filtre periodístic que imposa el seu punt de vista sensacionalista i macabre.

Manel Broch i Guimerà

PATATES FREGIDES

COROMINAS S.L.

Miquel Servet, 254-256
Santa Maria, 35
Telèfon 93 460 23 36
BADALONA



CAIXA LAIETANA

La Piula. Neix una nova zona d'escalada esportiva a Montserrat

Que és el que sent un pintor davant d'una tela en blanc, o un escultor envoltat d'un enorme bloc de marbre?

Seria difícil d'explicar...Potser una barreja d'emocions tals com nerviosisme, ansietat, expectació...etc.

Segurament les sensacions no serien diferents a les de l'aperturista quan fixa la mirada a una paret verge.

Les "tàpies" vistes de lluny poden semblar totes iguals. De prop i observades per un escalador, són úniques i diferents.

Quan s'intenta progressar per un pany de paret natural utilitzant el que entenem per "escalada lliure" (tècnica que pretén progressar per la roca utilitzant, única i exclusivament, les irregularitats que la roca ens ofereix i sense fer-ne us d'ajuts artificials), hem de buscar, o si més no intuir abans d'afrontar l'escalada, que la línia enllaci amb més o menys mesura, amb aquestes "irregularitats" de la roca que els escaladors en diem "preses". De "preses" n'hi ha de molts tipus: regletes, forats, nyapes, romos, i el nom ve definit tant per la forma, com per la manera en que ens hi agafem. En un principi, això et pot ajudar com a referència, però el que està clar és que no sabràs exactament el qui t'hi trobaràs fins que no t'hi pengis i ho provis, ja sigui pujant des de sota, o accedint-hi mitjançant un rappel des de dalt. La línia real, a fi de comptes, te la dóna la mateixa roca, a partir de l'aleatòria disposició de les "preses", que molts cops difereix de la que havíem traçat mentalment en un principi.

Montserrat, primavera del 2007

Fins fa molt pocs anys la cara sud de Montserrat era una gran desconeguda. Per la majoria ha esdevingut els darrers anys un dels més importants terrenys de joc de l'escalada actual. La seva baixa alçada en una època en que es prioritzava l'escalada a les grans parets, semblava que la condemnava a haver de conformar-se a ser un espai de boniques passejades per sobre de camps d'oliveres. Però no va ser així: principalment per la irrupció de l'escalada esportiva, tota una revolució en el seu moment, i que va fer que les mirades passessin de nord a sud. Ja no importaven tant els metres com la qualitat, l'orientació...etc. Tot això, més el fet de la comoditat d'accés, va fer obrir un nou ventall increïble dins del món de l'escalada.

En una de les moltes escalades que, mica a mica, m'ha permès anar descobrint les moltes "perles" -racons meravellosos que amaga aquest vessant de Montserrat- i que sembla que sempre et té guardada alguna sorpresa, vaig dividir per primer cop l'agulla que en diuen la "Piula". Recordo que al principi no en sabia ni el nom. Fins fa molt pocs anys vaig haver de consultar a les guies, i als coneixedors de la zona, doncs era un lloc molt poc conegut i gairebé no hi havia informació. Des d'un bon principi són diversos els motius que em van captivar: l'emplaçament, la tranquil·la qualitat de la roca, l'alçada adequada...Totes importants i a les que li podia sumar el del seu còmode accés...Fins aquí tot pintava bé. Tampoc no us diré que vaig ser el primer en aterrar allí. Altres companys d'ofici com A. Crusat, A. Segura, J. Olmo, Urquiza, etc. ja havien obert algunes vies interessants. Des d'aquí aprofito, tot i que ja ho vaig fer-ho personalment en el seu

moment, per demanar disculpes per haver equipat amb parabolts un itinerari anteriorment obert per aquesta gent.

Estiu del 2008

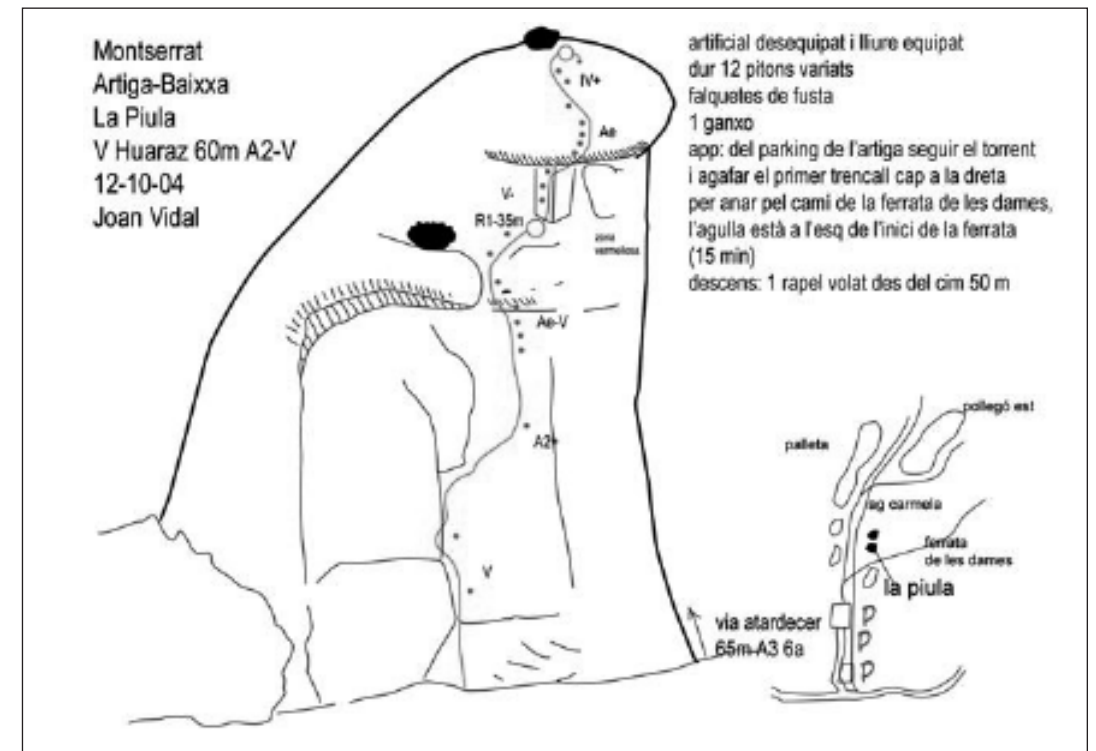
Ha passat una mica més d'un any i la feina ha donat els seus fruits. Actualment el sector disposa de 13 vies perfectament equipades i repartides en dos sectors: un orientat a l'oest i l'altre al nord (aquest últim ens permet escalar a l'ombra durant els mesos d'estiu, factor a tenir en compte per quan prem la calor). El peu de via és ample i còmode, potser a vegades excessivament transitat, doncs coincideix amb l'inici de la ferrata "Les Dames", activitat que arrossega molta gent sobretot els caps de setmana. Això últim de segur no serà inconvenient per poder passar

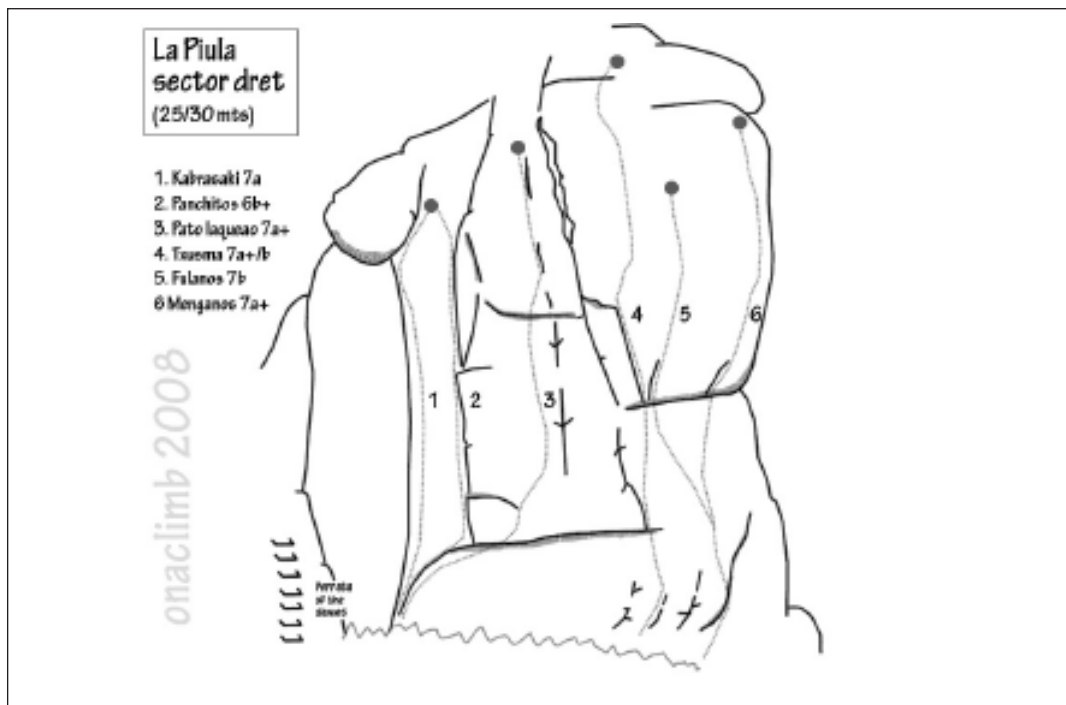
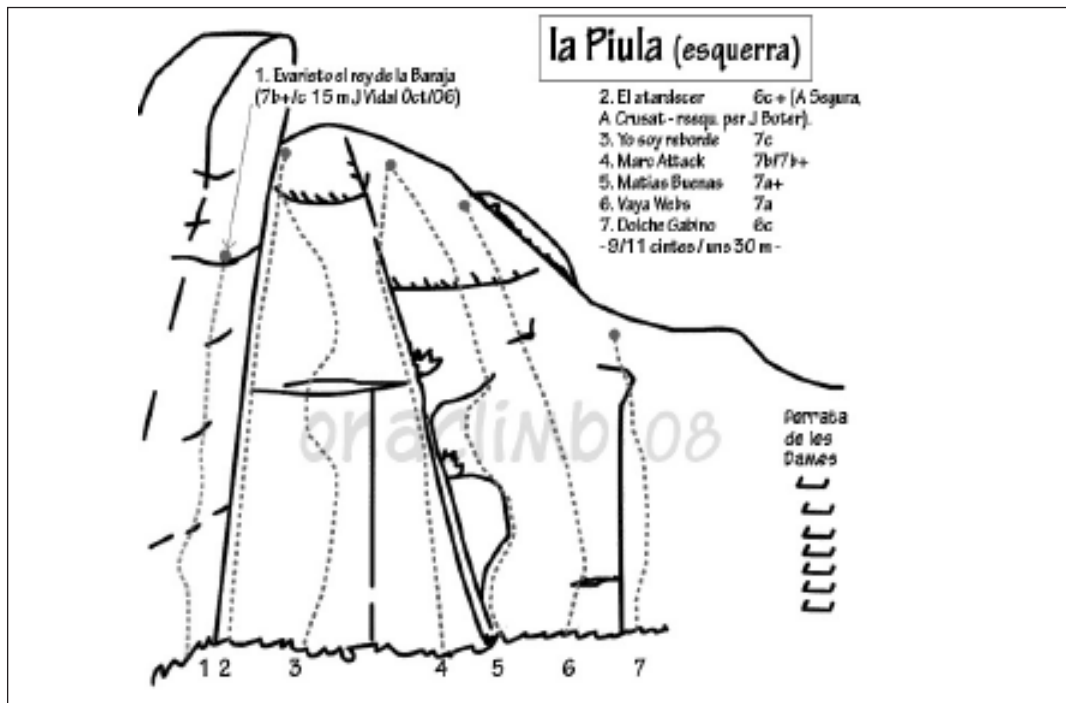
una bona estona esculant itineraris de continuïtat en una dificultat que, per alguns pot semblar excessiva. Sense voler semblar pretensions, diré que en l'escalada i, sobretot l'esportiva, s'ha de procurar trencar mites. Com en qualsevol altra activitat, les coses semblen molt difícils fins que t'hi poses. Un cop a dins te n'adones que no n'hi ha per tant.

Per acabar, voldria agrair la feina desinteressada i no sempre agraïda de tota la gent que, d'una manera o d'una altra, han fet possible que, el que en un principi era una il·lusió, acabi convertint-se en una realitat. La tasca d'equipar no sempre està ben vista i dóna sentit a l'escalada, en quant ens motiva a conèixer llocs nous.

Joan Boter

Ressenyes: www.onaclimb.com





montecarlo
CENTRE PER A LA FORMACIÓ DE CONDUCTORS ESPECIALITZATS

MERCADERIES PERILLOSES

A.D.R Informació i Tel. 934 656 421
Inscripcions Tel. 933 877 431

central@aemontecarlo.com

CURS BÀSIC I CISTERNES

TOTS ELS PERMISOS
MOTO - COTXE - CAMIÓ - AUTOCAR - REMOLC
www.aemontecarlo.com



PAYÀ ASSESSORS
CORREDORIA D'ASSEGURANCES, S.L.

DISPOSEM D'ASSEGURANCES DE LA SALUT A BON PREU

c/Sant Pau, 8 - 08911 BADALONA (Barcelona)
Tel. 93 464 08 06 - Fax 93 464 01 64 - E-mail: paya@payagrup.com

La polèmica del reequipament

De ben segur que en els temps actuals, l'equipament d'una via després de la seva consecució seria diferent si hagués estat un altre dia en que algun dels obridors hagués tingut una mala jornada: unes condicions meteorològiques menys benèvols, algun problema tècnic o molts altres motius com senzillament haver-se deixat l'espitador a casa -com havia dit en Marcel Millet- quedant la cosa força més neta i per tant amb més compromís.

La qüestió és que quan una via queda oberta -i els autors no tornen immediatament a arreglar-la degut a les seves característiques de bellesa del recorregut, dificultat (grau màxim i obligat), equipament (equi-
pada, semiequipada, desequipada), exposició (passatges no assegurables o difícils de protegir), entorn on es troba i condicions de la roca en que ha quedat- adquireix un caràcter identitari que la fa pròpia, única i determinant a l'hora de ser escollida per algun escalador interessat. Per tant, la via i aquests trets característics van íntimament lligats. De fet, serien aquests trets els que ens defineixen la via.

No podem negar, però, el caràcter canviant d'una via, ja que pel simple fet que es troba en el medi natural és exposada a canvis:

-esllavissades, creixuda de la vegetació, erosió per l'aigua.

-canvis produïts per l'home i els pas de les cordades (en el pitonatge i despitonatge, poliment de la roca per la suor i el magnesi, etc.)

-canvis a l'equipament fix emplaçat, produït per l'envelliment del material al pas dels

anys.

Una via doncs, és definida per aquests trets característics que la identifiquen. Trets extrets per persones, en primera instància pels obridors i després corroborats pels repetidors. Trets alhora sotmesos, com hem dit anteriorment, a canvis. Canvis en la dificultat tècnica: roca més polida, per tant menys adherent, o al contrari, més noble per la neteja del pas de la gent. Canvis en el traçat: esllavissada, vegetació, etc. Canvis en l'exposició per pèrdua o envelliment del material fix emplaçat. I canvis produïts per la desaparició o desgast dels ancoratges fixos, que afecten directament a la seguretat de

l'escalador. És en aquest sentit quan el col·lectiu recorre al polèmic i últimament de moda, acte de reequipar (reemplaçar l'equipament fix d'una via ja existent amb ancoratges nous).

Perquè és tan polèmic aquest acte? Doncs segurament perquè aquí intervé el bon criteri, destresa i saber fer del reequipador.

Què és millor reequipar, restaurar o sobreequipar? Parlant només amb termes de seguretat, que sembla que últimament és la premissa més utilitzada per alguns, el més adequat seria el de sobreequipar, ja que les caigudes es tornen menys perilloses al reequipar una via posant millors i més assegurances de les que hi havia. Evidentment estem també canviant la personalitat de la via fent-la més segura. Si una via es va obrir amb molt poques assegurances i es decideix reequipar-la, s'hauria de conservar el mateix caràcter que tenia. Si era exposada ara no es pot tornar súper segura, tot i que si tenia burins i ara hi posem parabolts, ja se n'hi torna més. Si a més hi afegim més assegu-

rances, la via originària desapareix transformant-se en un altra.

En principi, existeix una regla bàsica que seria la de substituir una peça vella per una peça nova (expansió per expansió, clau per clau...), tot i que això també pot portar polèmica, com és el cas de l'Anglada Cerdà a l'Aeri. Precisament els trams que van obrir en Ae (artificial equipat) són els que, ja en les primeres repeticions, s'esmentà la precarietat en que els van obrir (ribets falcats amb escuradents). És clar que si ara es vol posar un parabolts no es pot dir que precisament hi hagi certa semblança amb la peça original. Per això seria més just emplaçar la peça nova per una de més semblant a la vella...o no. Tot són opinions.

La majoria de vegades intervenen factors específics per cada via. De cara a tenir el major respecte pels obridors, caldria conèixer la història i la zona, a més de tenir bon sentit comú per prendre la decisió amb més cura per cada situació.

Si mirem enrera en la història del nostre país, les vies s'anaven restaurant soles, ja que eren els mateixos repetidors que equipaven els trams més precaris, o bé quan ja no

podien passar més por, paraven i col·locaven alguna peça. És per això que ens trobem, com per exemple en Montserrat, una història reflexada en la diversificació d'assegurances en una mateixa via. També existeix el dubte de si s'haurien de posar expansions noves en moltes arestes Brucs. Burinades que foren fetes posteriorment a la primera ascensió i que ara caldria restaurar.

També hauríem de tenir en compte una altra qüestió sobre el reequipament, que és la falsa sensació de seguretat que això ens pot arribar a donar, ja que ens podem sentir atrets a fer una via que potser abans no ens hi vàiem capaços.

Com a conclusió es podria extreure la idea que un reequipament hauria de ser, a part de quan fos necessari, el màxim respectuós amb el caràcter de la via i el context amb que fou oberta, tot i que tampoc es pot exigir la perfecció d'un acte desinteressat com és o hauria de ser.

Jordi Renom i Vilaró

54ena Caminada de Regularitat per la serralada de Marina

El passat 11 de novembre de 2007 es va celebrar la 54 Caminada de Regularitat per la Serra de Marina. Com en anteriors edicions, la caminada estava dins del calendari del campionat de Catalunya de marxes tècniques regulades, organitzat per la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya. Enguany la participació va tornar a superar les edicions anteriors, amb 110 parelles inscrites, de les que 106 van prendre la sortida.

La duresa de l'itinerari, marcat per un desnivell de més de 800 metres acumulats de pujada en poc més de 15 kilòmetres, va exigir un al·licient suplementari pels participants, alhora que va dificultar en gran mesura mantenir la regularitat. Un itinerari abreujat, més suau pel que respecta al desnivell va ajudar a satisfer les exigències dels més petits i d'aquells que no es troben en plena forma.

El fantàstic itinerari, dissenyat pels nostres amics, Albert S., Josep C. i Josep, va discorre entre els municipis de Tiana, St. Fost de

Sincronitzant rellotges



Campsentelles i Alella. La Font de l'Alzina, situada al costat de les pistes poliesportives de Tiana va ser el punt d'inici i final de l'itinerari. El recorregut va permetre redescobrir tot un seguit de fonts poc visitades, alhora que en bon estat de conservació situades en la seva major part al vessant de marina. El Coll de Nou Pins, la Font de Can Gurri, dels Eucaliptus, de l'Esquerda i finalment l'Ermita de la Mare de Déu de l'Alegria, van ser punts de pas obligat pels participants. Les magnífiques vistes de l'itinerari, així com el dia excepcional, van completar la jornada

A l'igual que en anteriors edicions, la participació d'equips provinents d'altres contrades de Catalunya va ser nombrosa, essent del Centre Excursionista d'Avinyó, el millor classificat, seguit del Centre Excursionista de Badalona i el Foment Excursionista de Catalunya.

Com marca la tradició, es va convocar novament un concurs de fotografia amb l'objectiu de recollir paisatges i moments significatius de la cursa.

Tots els participants van rebre com a obsequi una samarreta commemorativa de la caminada, aquest any dissenyada per la Núria G., a més de l'esmorzar i els avituallaments habituals.

A l'acte de lliurament de premis, celebrat el dissabte 17, vàrem comptar amb la presència del nou regidor d'esports de l'Ajuntament de Badalona. Durant l'acte es va projectar un muntatge audiovisual amb els millors moments de la caminada. Després de l'entrega de trofeus, novament es va fer un sorteig de material esportiu, llibres i mapes de muntanya. L'acte va finalitzar amb un refrigeri per a tots els assistents.



Punt de sortida i arribada

Moments abans de la sortida



Entrega de premis



CLASSIFICACIÓ

CLASSIF.	EQUIP	NOMS	ENTITAT	PUNTS
1	65	MUNTADAS MIRANDA, JOAN	C.E. Campdevàno	1
2	68	XIOL SANCHEZ, SUSANNA	C.E. Badalona	2
3	97	CAMACHO SALAZAR, JULIAN	C.E. Catalunya	3
4	60	VILADRICH CASAS, JOAN	C.E. Avinyó	3
5	51	FONTS OLIVA, MANEL	C.E. Avinyó	4
6	49	GARCIA GARCIA, Mª ANGELES	C.E. Avinyó	4
7	30	CASALS ARGILÉS, CARMÉ	C.E. Lleida	4
8	43	MONROS AUDI, ANTONI	C.M.L'Hospitalet	4
9	103	SAGARRA MAS, ANTONI	A.E.Talaia	4
10	76	GRANADA, PEP	C.E. Badalona	5
11	104	TEJEDOR, ROGER	C.E. Badalona	5
12	47	BARTOMEU PRAT, JORDI	C.E. Avinyó	5
13	42	ROSEL, VICTOR	Foment E. Barcelona	5
14	72	BARGAS ROLANO, CARLOS ANDRÉS ; JOSEP CASTILLO MARTINEZ	C.E. Catalunya	5
		JOSÉ FAIDELLA, JORDI	Foment E. Barcelona	5
15	70	HERRERO ARIZA, JAUME	C.E. Avinyó	6
16	85	RIERA NOT, JOSEP	C.E. Molins de Rey	6
17	98	ZUDAIRE, JESÚS	C.E. Avinyó	6
18	108	LLOBET MASSANES, MIQUEL	C.E. Avinyó	6
19	69	COSTA CAIXACH, ATILA	C.E. Avinyó	6
20	35	GALIN, ADRIA	Foment E. Barcelona	6
20	36	MESA, CLAUDIA	Foment E. Barcelona	6
22	102	PLANAS BERTRAN, JOSEP	A.E.Talaia	6
23	52	SEGUÉS MORRAL, VENANCI	C.E. Esparreguera	6
24	88	MOROS VELA, SANTIAGO	C.E. Parets	7
25	32	DEL RIO, JORGE	Foment E. Barcelona	7
26	82	MILL SEUBA, JORDI	C.E. Avinyó	7
27	2	SALVADOR VILÀ, PERE	C.E. Badalona	7
28	109	MATA CASTRO, DIEGO	Madteam	7
29	92	PUNTE, JORDI	C.E. Avinyó	7
30	1	PARE SERRA, Mª ANGELS	C.E. Avinyó	7
31	16	ESCORIHUELA, ARNAU	C.E. Avinyó	8
32	84	FARGAS VILA, JORDI TOLL TORRES, ROSA	C.E. Avinyó	8
33	78	DIAZ, RUBÉN	C.E. Molins de Rey	8
34	40	PABLO, RICARD	C.E. Avinyó	8
35	22	CRESPIERA BADIA, ALBERT	Foment E. Barcelona	8
36	4	ESMANDIA, RAMON	C.E. Badalona	8
37	48	CARRERAS, JAUME	Foment E. Barcelona	10
38	23	ESCAMILLA, ELENA	C.E. Avinyó	10
39	41	ESCALE MANUBENS, Mª A.	C.E. Avinyó	10
40	18	COLL PRAT, JOSEP	C.E. Avinyó	10
41	31	SOLDEVILA MARBOSA, JOAN	Foment E. Barcelona	11
42	9	DOMINGO, ROGER	Penya Fondista	11
43	6	INGELMO, LUPIANO	C.E. Badalona / -	12
44	54	LLOSAS, SALVADOR	C.E. Badalona / -	12
45	77	RUIZ FERNANDEZ ,MONICA	C.E. Molins de Rey	13
46	83	DIAZ, NECTARI	C.E. Molins de Rey	13
47	21	GAZQUEZ MONTES, DANI	C.E. Molins de Rey	13
48	106	CORTÉS, FROILAN	C.E. Molins de Rey	13
49	17	MASIP, PERE	C.E. Molins de Rey	13
50	62	VICENTE SOLSONA, ALBERT	C.E. Molins de Rey	15
51	26	SALA, ALEX	Foment E. Barcelona	15
52	74	EXÓSITO BURGOS, F.	Salesians	15
53	38	QUILEZ JOVER, GABRIEL	C.E. Badalona	16
54	66	ROCKY, MARK	C.E. Badalona	18
55	37	ESPUNY, FRANCESC	C.E. Badalona	19
56	50	SURRÀ, ENRIC	C.E. Badalona	19
57	63	GUERRA RIBÓ, FERRAN	C.E. Badalona	19
58	5	COLOMÉ ROSIÑOL, ROSA	C.E. Badalona	20
59	20	HENANDEZ MOLINA, XAVIER	Penya Fondista	20
60	79	GOSALVEZ, MARÇEL DURAN, ROSA MARIA	C.E.Badalona / -	20
61	75	ROCKY ZORZO, REBECA	C.E.Badalona / -	20

62	19	GAZQUEZ MONTES, MARTA	ROMERO, CELIA	21
63	67	MOLINA CUADRADO, M.	LOPEZ GARCIA, EMILIO	CG-DP 21
64	105	TORRES, BLANCA	TORRES, ROSARIO	Foment E. Barcelona 21
65	58	RODRIGUEZ, JUAN ANT.	LOPEZ ANTONIO	C.E.Badalona / - 22
66	86	PANIAGUA MONTES, MIGUEL	ROJAS CANO, MARTA	22
67	91	PALENCIA, ANTONIO	MORENO, ANTONIO	C.E. Sant fost 22
68	3	LORCA, JUAN	BROCAL, JOSEP	Penya Fondista 22
69	24	GAZQUEZ CORREGIDOR, P.	MONTES CARRETERO, ANA	23
70	110	SEGURA, CARLOS	BLANCO, ANGEL	26
71	15	CASANOVAS GALVEZ, MARIA	GARCIA SANCHEZ, ANDREA	27
72	61	TORRENTE LÓPEZ, F.	TORRENTE GÓMEZ, SARA	CG-DP 27
73	7	VERDERA, JOSEFINA	RUIZ CARRILLO, ÀNGEL	C.E. Badalona 27
74	8	GARCIA ARASIL, FINA	GUTIERREZ ALVAREZ, PAQUI	27
75	11	RAMOS, JORDI	PLANAS, MONTSE	Foment E. Barcelona 29
76	14	RUIZ-CARRILLO, MARIBEL	GUTIERREZ, LEIRE	30
77	34	OSUNA MONTES, SERGI	OSUNA MONTES, RAÚL	33
78	71	CUENDA, PAULA	VILA, LAIA	34
79	89	DOMINGUEZ, OSCAR	MORA, MOISES	Foment E. Barcelona 34
80	87	BENEDICTO, FERRAN	MARTINEZ, FRANCESC	39
81	27	SANTACANA VICENTE, C.	VICENTE MARTIN , ESTER	40
82	28	VICENTE MARTIN, MARTA	SERRA MARCO, ANTONIO	40
83	13	VILA ARNAU, NÚRIA	BADENAS APARICIO, ROBERT	C.E.M. St. Cugat 43
84	55	RAVENTÓS, JOSEP	RAFOLS, IRENE	43
85	96	PIQUERAS MATEO, ISABEL	PEÑA TRAVÍ, JORDI	48
86	93	RODRIGUEZ PRADA, CARMÉ	PRADA LOSADA, TERESA	49
87	25	MORALES SANCHEZ, Mª C.	MARTIN SANSEGUNDO, MAITE	50
88	73	VALLESPI, GLORIA	DIAZ, ENCARNA	55
89	80	MATA, JORDI ROGER	MARTINEZ, ARNAU	Foment E. Barcelona 56
90	12	UMBERT, TERESA		27

* Les parelles 46 i 64 no han estat classificades.

CLASSIFICACIÓ CAMINADA CURTA

CLASSIFICACIÓ	EQUIP	NOMS	ENTITAT	PUNTAJÓ
1	57	FERRER MUÑOZ, CONSÓL	FERRER MUÑOZ, ESPERANZA	6
2	53	PUJOL REVERTER, NURIA	PUJOL ARGEMÍ, LLUÍS	C.E.Badalona 8
3	39	GIMENEZ GARCIA, M.	GONZALEZ DUNAT, PAU	C.E.Badalona 10
4	33	ORTEGA, DANIEL	VALDELVIRA	C.E.Badalona 13
5	94	MUÑOZ RAMOS, PAU	MUÑOZ RAMOS, GREGORI	16
6	44	DIAZ, FERRAN	MARTINEZ, PEPA	16
7	45	SOSA, JOAQUIM	LLADO, ANA MARIA	17
8	56	VALLES ANAYA, ALEX	VALLES, JAUME	18
9	90	CASANOVAS GALVEZ, SARA	GALVEZ AMELA, MONTSE	19
10	59	FERRAN GARRIDO, JORDI	BLASCO ANTON, PEPI	C.E.Badalona 19
11	10	MIRAS GUEVARA, CARMÉ	SOLSONA RUIZ, NURIA	C.E.Badalona / - 23
12	29	RIERA MALLOLAS, WINONA	LAYO GARRIDO, ELISABETH	31
13	81	VILLAR COLOMÉ, JORDI	VILLAR VENTURA, MARTI	Badalona Orientació 49
14	100	CAMPRUBÍ, PERE		C.E.Badalona 11

CLASSIFICACIÓ PER ENTITATS

CLASSIF.	ENTITAT	PUNTAJÓ
1	CE AVINYÓ	12
2	C.E. Badalona	14
3	Foment Excursionista	17
4	C.E. Molins de Rey	27
6	P.Fondista Badalona	53

PREMI CENTRE EXCURSIONISTA DE BADALONA

11	104	TEJEDOR, ROGER	TEJEDOR, ELISENDA
----	-----	----------------	-------------------

PREMI AL PARTICIPANT DE MENYS EDAT

3	39	GONZALEZ DUNAT, PAU	16/07/2002
---	----	---------------------	------------

PREMI AL PARTICIPANT DE MES EDAT

30	46	Camprubi i Solà, Pere	74 ANYS
----	----	-----------------------	---------

48^a Festa del Badiu

Diuen que a la tercera va la vençuda, i en el nostre cas aquesta dita ha estat encertada.

Després que l'any 2006 vàrem decidir retornar a participar a la Festa del Badiu, un cop passats més de 10 anys sense ser-hi, la tirolina havia estat la gran assignatura pendent. El primer any la causa va ser la manca de permís de l'ajuntament per tal de lligar les cordes als arbres, després va venir la preocupació per al seguretat, i finalment vençudes les recances, aquest any hem aconseguit tornar a muntar-la, tot gràcies als ancoratges, politges i ensenyaments del nostre estimat soci Estrada.

El pont de mico pels més petits, el rocòdrom, i finalment la tirolina eren de lluny, l'activitat més aventurera de la Festa. Més de 245 nanos van gaudir de l'activitat i ens van mantenir ben entretinguts durant tot el dia. Les

cues van ser llargues i contínues durant tota la jornada. Tothom volia provar la tirolina i, de fet, excepte casos molt esporàdics, ni la por a les alçades ni a les emocions de penjar-se d'una corda van vèncer les ganes de volar una vintena de metres per sobre el terra.

Tot aquest muntatge va necessitar de la participació de més de 25 socis, que en un moment o altre del dia van col·laborar a transportar, muntar, fer funcionar i endreçar tot el necessari per dur a terme la festa. Un mínim de 12 persones simultànies van ser necessàries per mantenir el circuit a ple funcionament.

Esperem poder repetir l'èxit en properes edicions.





escola d'idiomes FIAC Badalona s.a.
...des de 1972

www.fiacbadalona.com c/ Lleó, 19, 2n - 93 389 30 05

Mont Blanc 4.807 m

Des de Sant Gervais les Bains-Lafayet, pobles propers a Chamonix, es pot agafar el tren cremallera o carrilet que puja fins al Niu d'Àliga (Nid d'Aigle), que es troba a 2.364 metres d'altitud. A partir d'aquest punt es presenta l'aventura total. Seguim una ampla pista i a uns cinquanta metres de l'estació cal abandonar-la i enfilarse cap a l'esquerra per una forta pujada en continua ziga-zaga. Després d'una hora més o menys, a l'esquerra d'un replà de neu que trobarem, es pot veure un petit refugi obert amb dos contenidors d'escombraries amb nansa per a que els pugui retirar l'helicòpter.

Darrere del refugi i una mica més alt que la teulada hi ha un penyassegat. A l'hora d'enfilarse hi es pot veure una gran vall i la localitat de Chamonix i amb una mica de sort es poden trobar isards salvatges desafiant la gravetat.

Una vegada superada una zona bastant planera, propera al refugi, cal adreçar-se cap a la dreta per enfilarse sobre un llom de roques fosques que en continua ziga-zaga va pujant amb trams de cert perill, sobretot si trobem gel. Es una zona de continua pujada, típica grimpada on a vegades cal ajudar-se de les mans per a poder progressar, també trobarem alguna ajuda instal·lada. Mica en mica el llom perd inclinació fins que es torna bastant planer i després d'una hora veurem a la dreta, a tres-cents metres, el refugi-hotel de Tete-Rousse, separat per una glacera de poca inclinació.

Segons les forces, l'edat, el pes que s'arrossegui i d'altres condicionants que poden entorpir aquest passeig d'alta muntanya, no caldria trigar més de dues hores a superar els vuit-cents metres de desnivell que separen el final del cremallera o Nid d'Aigle i el refugi de Tete-Rousse a uns 3.167 metres

d'alçada.

Al refugi, si no has trobat reserva, tens dues opcions, pagar 24 euros i tenir dret a estirarte per la nit al terra del menjador, previa recepció de dues mantes i un irregular coixí, o bé, ser una mica murri, i anar esperant a que tothom s'acomodi i al final buscar un racó per poder llençar-te a terra e intentar descansar una mica i evidentment sense pagar un clau.

De totes maneres de "pagano" o de murri no dorms un pebrot. Mentre els paries s'aposenen i els que no tenen presa per anar-se'n a l'habitació, etc ... es fan les deu o les onze de la nit. Després a la una de la matinada serveixen l'esmorzar pels qui intenten fer cim d'una tacada des dels 3.167 metres fins als quasi 5.000 metres del Mont-Blanc i no podem oblidar als que ronquen, fan aires sorollosos o bé s'aixequen per anar al servei, etc ... Total poc o res es pot descansar per la qual cosa convé no arribar al refugi tocat de forces ja que els mil set-cents metres que resten per a fer cim seran exigents en la demanda de forces.

La continuació de l'aventura comença sobre les dues de la matinada, hora en què tothom està en peu de marxa per a fer la part més important. En primer lloc cal creuar de nou la glacera en trajectòria ascendent i divergent al traçat fet el dia anterior i seguidament cal superar la paret que tenim a sobre on es veu enfilat el refugi de Gouter a 3.817 metres, són set-cents metres de pujada bastant vertical entre roques, gel i neu amb passos molt compromesos.

S'han de superar en continua grimpada llocs de pedra, gel i neu i no es triga massa en creuar la Bolera, perillós i curt indret pel que cauen pedres de manera continuada,

evidentment és imprescindible portar posat el casc. El perill més arriscat són les zones mixtes de neu i gel. En algun tram hi ha proteccions però llevat aquestes zones a la resta s'ha d'anar molt en compte i s'ha d'extremar la precaució.

La perillositat és més acusada cap a la fi de la primavera o principi de l'estiu, essent més recomanable fer aquesta ascensió cap a finals de l'estiu. La via a fer entre els dos refugis no és única i es pot anar per diferents itineraris al cap i a la fi es tracta de superar la paret i anar a buscar el refugi de Gouter.

Una vegada arribats al refugi es pot descansar uns moments però no convé aturar-se massa estona ja que resten mil metres per pujar i després la baixada. Al refugi estarem a 3.817 metres i ja en aquest punt minva un 50% la concentració d'oxigen. Podrem aprofitar i seguir la traça feta pels matinator del refugi de Gouter, que ens portarà aproximadament dues hores d'aventatge i això ens

servirà de perfecta guia per a anar guanyant alçada de manera continuada fent a cada passa un profund exercici de respiració.

A partir d'aquest refugi es tracta de dosificar les forces parant molta atenció a les diferents arestes que s'han de transitar.

En condicions normals de bon temps, abans que es faci de dia, la temperatura pot baixar per sota dels cinc graus sota zero. Cal dosificar les forces per a la tornada en funció del punt de destí al que es pretengui arribar.

Des de Tete Rousse fins al cim del Mont-Blanc es calculen, sempre que es tinguin bones condicions físiques, al voltant de vuit o nou hores.

De la logística de material i intenció no cal fer-ne esment ja que tot bon muntanyenc està al cas de tot el que es necessari i imprescindible i sobretot no oblidar res ja que "el mejor escribano hace un borrón".

Manel Alfambra

Ascendint el Mont Blanc



Malawi



En aquest breu article us proposem un país per recórrer en bicicleta, que no és ni dels més famosos ni dels més habituals però que, per la seva geografia i dimensió d'una banda, i la seva cultura situada enmig de l'Àfrica de l'est d'una altra, és una combinació molt atractiva per a unes vacances. Parlem de Malawi.

Malawi: Geografia i història en dos paràgrafs.

Abans conegut com Nyassaland, aquest país d'una extensió lleugerament superior a la de Portugal, té frontera amb Tanzània, Zàmbia i Moçambic. A grans trets, el paisatge de sabana africana es podria dividir en dos: el territori ondulat, amb altiplans i alguna cadena muntanyosa (cim més alt: Mount Mulanje de 3002 m.), i la regió del llac. El llac Malawi ocupa una part considerable del seu territori (un 20% aproximadament) i és el tercer més gran del continent. De fet, d'ell prové la majoria de la riquesa del país.

Malawi com a nació moderna és recent, doncs no va assolir la independència de l'imperi britànic fins el 1964, quan el líder polític Banda va guanyar les primeres eleccions. Desgraciadament per a la seva població, Banda es va proclamar "President vitalici" el

1971 i va submergir al país en un estat totalitari. Finalment i a causa de la pressió de les nacions estrangeres i organitzacions humanitàries, es va convocar un referèndum el 1993 per a legitimar el sistema governant. La derrota del règim va donar lloc a un sistema multipartidista que ha funcionat fins a dia d'avui. Amb tot plegat, Malawi té una història molt africana.

Per què anar a Malawi?

Els atractius són molts i per a tots els gustos. Per als amants de la natura, Malawi té una considerable xarxa de parcs nacionals i reserves animals on viuen els grans felins africans: antílops, zebres, i la resta de la fauna africana més coneguda. D'altra banda, en el llac Malawi s'hi pot practicar càiaic y submarinisme. Ofereix la possibilitat de fer-hi nombroses immersions de bona qualitat que permeten gaudir de la diversitat

de formes i colors dels peixos d'aigua dolça que hi habiten. També es pot practicar senderisme al Mount Mulanje o a l'altiplà de Zomba, per citar tan sols dos llocs.

Però al marge de la natura, el què fa de Malawi un país que té aquella cosa de més, és la seva part humana. A través dels seus llogarets, poblats, mercats o qualsevol trobada amb un vilatà, ens endinsem dia a dia en un món totalment diferent al de casa. En general, els malawians són simpàtics i, com que molts han rebut part de la seva formació en anglès, és fàcil tenir-hi una conversa.

En resum, Malawi presenta una bona mescla d'atractius que el converteixen en un bon destí per al cicloturista.

Hi ha múltiples itineraris possibles per a conèixer el país, així que cadascú se'l pot construir a mida segons les seves preferències i condició física. Aquí us proposo dos

grans circuits, un al nord i l'altre al sud, ambdós amb inici a Lilongwe, la capital. Són força llargs, però en la majoria dels seus trams és possible trobar transport per a escurçar algunes jornades. Ambdós recorreguts poden ser exigents físicament.

Circuit Sud

De Lilongwe ens dirigirem a Blantyre passant per Dedza. Blantyre, juntament amb Limbe, formen el centre econòmic del país. Després podem dirigir-nos cap a la vall del riu Shire, acostar-nos al Parc Nacional Lengwe o simplement veure les grans plantacions de sucre, te i tabac. Una altra possibilitat és anar cap al Mt. Mulanje, deixar la bici i estirar les cames. Després ens dirigim cap a Zomba, on podem pujar a l'altiplà. La pujada en bici té rampes fortes, però la vegetació i les vistes a la vall recompensen l'esforç.

De Zomba ens anirem cap al llac per Liwonde. Aquí trobarem un altre parc nacional on conèixer la fauna africana. Més tard arribarem a Cape Maclear situat en el centre mateix del Parc Nacional Lake Malawi. És un bon lloc per descansar-hi dels dies de pedalejar. S'hi pot practicar càiaic i submarinisme (hi ha diverses acadèmies instal·lades a la població que ens llogaran els equips necessaris per un preu molt raonable). Per als amants de la fauna aquàtica, és una parada gairebé obligada.

Per tancar el circuit, marxarem direcció a Selima, que es pot fer per carretera o pel llac si es contracta una embarcació o tenim la sort d'afegir-nos a alguna que salpi en la bona direcció. Finalment, de Selima tornarem a Lilongwe.

Circuit Nord

De Lilongwe ens dirigim cap a Nkhonkhotakota per la nacional 5. Els més intrèpids ho faran





Dutxa

agafant la nacional 14, passant per Ntchisi, Mboho i creuant Nkhotakota Game Reserve on viuen lleopards, lleons i elefants. És l'única oportunitat d'entrar en bicicleta en una reserva natural amb animals d'aquestes espècies. Ara bé, sortir-ne sencer ja són figures d'un altre paner... Una vegada arribats a Nkhotakota, podem començar a gaudir del llac, encara que també ho podem fer en molts altres llocs al llarg de la carretera que segueix la costa cap al nord. Unaka Lagoon és un racó tranquil, allunyat de grans poblacions i ideal per a descansar. Més al nord, encara que més turístic, podem parar a Nkhata Bay. El poble té les comoditats de les pensions ben condicionades, bon menjar i l'encant de la vida africana en els mercats o en el port pescador. Des d'aquí podem visitar les illes Likoma, molt properes de la riba moçambicana, o practicar càaiac i submarinisme. Seguint la ruta, la següent destinació

és Mzuzu, més al nord, i seguidament Rumphi. Aquí, o a Bolero, hem d'aprovisionar-nos de menjar per a entrar en el Parc Nacional Nyika.

El Nyika NP comprèn un altiplà d'uns 2000 metres d'alçada amb vida animal salvatge però inofensiva per a l'home. Tindrem l'oportunitat d'acostar-nos a zebres o a diferents tipus d'antílops. El paisatge mereix l'esforç de les dures pujades per la pista des de Bolero a Chelinda. De Chelinda anirem a Nythaire, Chisenga i Karonga. És un tram exigent físicament, però ens mostrarà una altra cara de Malawi, la dels petits poblats, gent humil amb una vida de subsistència però que no dubten en ajudar al desconegut. Hi ha molts altres llocs semblats en el país, però aquest gaudeix d'un entorn que el fa especial.

Aprovisionar-nos d'aigua i menjar aquí no presenta cap problema. De Karonga, antic port base dels omanis en les seves incursions en el continent per a la captura d'esclaus, tornem a Mzuzu per Livingstonia. En aquest lloc hi ha les restes del famós explorador i missioner britànic que li dona el nom. De Mzuzu creuarem les muntanyes Viphya i

Tallador de fusta



Frontera Malawi - Mozambic

arribarem a Kasungu. Aquesta serà la nostra última oportunitat de visitar un parc nacional abans de tornar cap a Lilongwe.

Últims consells

En general, Malawi és un país muntanyós. Si afegim a aquest fet que els enginyers que van dissenyar el traçat de les carreteres van voler estalviar molts km., el resultat és que cal afrontar algunes rampes de pendents pronunciades que combinades amb una superfície en mal estat, es converteixen en tota una prova de potència i destresa. Per això, és recomanable no sobrecarregar l'equipatge, ja que en aquestes situacions podria arribar a crucificar-nos.

Les distàncies entre punts d'aigua mai són molt grans (màxim 70 km en zones poc habitades) i, en general, cada 20 o 30 km trobarem alguna cosa per beure, sigui aigua, refrescs o cervesa.

Un altre aspecte a tenir en compte és la calor, que pot arribar a ser molt forta. La temperatura supera amb facilitat els 30 °C i el sol prem bastant. Tot això farà que suem molt, que haguem de beure constantment i protegir-nos el cap i la pell. És recomanable reposar sals a l'organisme amb aportacions suplementàries.

A Malawi hi ha malària. Val la pena informar-se sobre com preparar-se un viatge en zones tropicals.

Un últim aspecte a considerar són les pluges tropicals. Aquesta regió està afectada per una única estació de pluges que va de desembre a març. Més val evitar aquests mesos, doncs les carreteres solen ser intran-sitables amb bici degut a les grans acumulacions de fang.

Israel Roca

La Vall Ferrera. Una descoberta

A la Vall Ferrera, un lloc privilegiat de muntanya prou conegut per tots, s'hi amaga un petit secret que em ve de gust explicar-vos a cau d'orella, sobretot pels que teniu canalla i l'ànim de fer-los descobrir el plaer de caminar a muntanya.

Tot va començar quan s'apropaven les vacances d'estiu. Teníem clar que buscàvem una zona de muntanya, als Pirineus catalans i de càmping (segons la Maria i la Sara era imprescindible que hi hagués piscina).

Experiències d'altres anys pels Pirineus no havien estat afortunades: els càmpings ens havien semblat massificats, sense ambient de muntanya entre el personal. El fet de sortir a caminar i fer cims era una raresa i més amb nanos.... de ben segur no havíem encertat els llocs... o les dates.

Aquesta vegada, anàvem en direcció al càmping d'Àreu. Ens n'havien parlat bé i també la gent amb canalla el freqüentava per vacances.

Arribats al càmping a migdia i amb la tonteria pròpia del viatge, la calor de l'agost.... no sé, què voleu que us digui... "Hosti", això serà "más de lo mismo", no sé pas si ens hi trobarem bé aquí. La Maria i la Sara ho van tenir clar des del primer moment, aquella piscina mereixia ser estrenada, cosa que no es va fer esperar. Superada la primera incertesa, plantat l'igllú i amb una cervesa a la mà davant la piscina, la realitat començà a imposar-se més positiva. El lloc era prou acollidor, tenia la mida justa i un entorn privilegiat. Les muntanyes eren allà, senzillament envoltant-nos. Cap a mitja tarda la tranquil·litat es va anar capgirant amb l'arribada gradual de gent, grans i petits, calçats amb botes de muntanya i traginant motxilles. La piscina es transformà en el punt de troba-

da, de converses, d'explicacions d'itineraris, de sensacions viscudes, de dits resseguint mapes oberts sobre les taules de la terrassa, i els nanos, que no n'havien tingut prou, continuaven la guerra, de primer a la piscina i després avall i amunt amb les bicis.

Entrar dins aquella dinàmica no ens va costar pas gaire. Llevar-se, preparar motxilles i bona part del dia trescant muntanya amunt. Cap a mitja tarda, tornant al càmping fer una remullada a la piscina i amb una bona cervesa encetar converses amb la resta de la parròquia. Però heus aquí on comença la gran descoberta! No era exclusiu dels grans xerrar sobre els èxits i descobertes del dia a muntanya. També els nanos s'entretien xerrant sobre cims, horaris, anècdotes... A la ratlla d'una quinzena de nanos d'entre 5 i 12 anys, barrejats entre coneguts, habituals, nouvinguts al càmping, s'explicaven les seves batalletes, les del dia o les d'altres anys. Qui més qui menys ja havia conquistat la Pica, havia fet el Monteixo. Per descomptat gairebé tots coneixien l'estany de Baborte i el seu refugi, el pla de Boet, els estanys de Baiau... El joc entre ells no era rondinar amb el típic "i ara hem d'anar a caminar..." o "no m'agrada la muntanya...". La motivació que s'encomanaven els uns als altres era si més no desconeguda fins aquell moment per nosaltres, i a més sorgia com un fet espontani.

Els nanos parlaven de muntanya com quelcom interioritzat. Amb tranquil·litat, amb el plaer d'haver pujat aquest cim o aquell altre, de conèixer i reconèixer els noms i els llocs que entre ells s'explicaven. La sensació que transmetien veient-los parlar d'aquesta manera, era la d'identificar-se amb una colla que vibraven per l'experiència que els proporcionava caminar per les muntanyes, per experiències genuïnes. Tot i la dèria dels

pares per fer-los pujar muntanyes, s'adonaven que d'altres com ells també caminaven i li acabaven trobant un no sé què... M'enteneu oi? Cansats, però contents, les remullades a la piscina els feia recuperar forces miraculosament per continuar jugant al càmping fins ben entrada la nit.

Per nosaltres ha estat una bona descoberta, un racó per repetir. Per la Maria i la Sara és un nou pas en la descoberta de les muntanyes i més ara sabent que allà hi ha una colla d'amics, nens i nenes amb un tret comú, caminar amunt a la recerca dels cims. Arribat el moment, ni la Maria ni la Sara volien marxar. Seria per les muntanyes, seria pels nous amics...

Si us mou aquesta dèria, aquesta passió per les muntanyes i teniu canalla a qui encomanar-li, creiem que aquest càmping d'Àreu és un bon camp base per gaudir d'un cabàs d'experiències, tant pels grans com pels petits. De tot cor.

Fede Casanovas

Diez a tres

No, no se trata del resultado de un partido de balonmano, si no del balance de los días en que nos llovió mientras recorríamos el Camino de Santiago Primitivo.

Durante diez días, poco, bastante, o mas bien mucho, las borrascas y sus frentes asociados se empeñaron en calarnos a su gusto y en parte lo consiguieron, mas me pregunto yo, ¿Como serán las borrascas?, ¿Qué pinta tienen?, pues a pesar de lo mucho que me muevo en campo abierto, todavía no consigo reconocerlas, pero ellas a mí sí, pues casi siempre alcanzan a remojarme. Propondré a la junta que se realice un "Cursillo de detección precoz de borrascas lluviosas", puesto que ver mas tarde al Molina en TV3, contándome lo mucho que me he mojado no me consuela demasiado.

Por cierto y al hilo de lo de las lluvias, estas me han permitido comprobar que si no sopla viento fuerte mientras se camina, lo que mejor protege y muy por encima de otras soluciones mucho mas tecnificadas, es un poncho (capelina) y cubrirse las piernas con unas polainas (paranieves), pero de todas formas, tras un rato de marcha también acabas húmedo por dentro.

Bien amigos, "el Camino de Santiago engancha" dicen los veteranos y esta vez mediado el mes de mayo los XX tras soportar varios ataques de síndrome de abstinencia, decidimos emprender de nuevo la marcha para recorrer esta vez el denominado Camino Primitivo.

Su recorrido total, apenas supera los 300 Km., es el más corto de los grandes caminos auténticos, pero a su favor juegan ser el más duro, solitario y quizá el mas bello.

Este camino, debe su nombre, a que ya en

el siglo IX fue recorrido en peregrinación por el rey Alfonso II el Casto de Asturias y es sin lugar a dudas de entre todos los caminos establecidos, el que transcurre por parajes más agrestes.

En su tiempo, los exploradores y guías del citado rey, establecieron la actual ruta siguiendo en parte las calzadas romanas preexistentes pero complementándolas con pasos de montaña para acortar sus recorridos, evitar el cruce de ríos, que en la alta edad media era un tema siempre conflictivo, o simplemente para alcanzar lugares donde estas calzadas no accedían.

Distribuimos en 13 etapas, los 311 Km. de camino que separan Oviedo de Santiago siguiendo esta ruta, etapas que variaban entre 18 Km. la mas corta y 35 Km. la mas larga, esta distribución se hizo básicamente atendiendo a pernoctar en albergues y distribuyendo las fuertes subidas y bajadas que el camino comporta.

Para un montañero medianamente preparado, el recorrido no presenta ningún problema físico o técnico, pero debe tenerse muy en cuenta el cansancio acumulado, pues de no regularse los esfuerzos acabarán pasando factura en forma de lesiones.

La señalización está generalmente bien, pero hay que estar atento en algunos desvíos provisionales, sobre todo al cruzar carreteras o marchando paralelo a ellas, puesto que las múltiples obras de ensanchamiento de calzadas que hallan en curso, han arrasado con gran número de las señales preexistentes.

Otro motivo de posible confusión para el caminante, es que en la Comunidad Asturiana, el lado plano de las vieiras señala

la dirección a seguir, mientras que en la Comunidad Gallega es al revés, siendo la punta de la vieira indica hacia donde continuar.

Como caso curioso y ya dentro de la Comunidad Gallega, en una zona bastante pequeña encontramos las vieiras colocadas al voleo.

Menos mal que las flechas en las dos comunidades siempre indican hacia Santiago.

Tras un mes de mayo de lluvias incesantes el campo lucía en todo su esplendor, la gama de verdes era infinita y las flores alegraban la vista por doquier, pero la abundancia de precipitaciones también tenía su cara negativa, los caminos con frecuencia se habían reconvertido en charcas o lodazales y transitar por ellos nos han obligado a aplicarnos a fondo, tratando de evitar las caídas o simplemente el hundirte en el barro hasta media pierna, tareas de las cuales no siempre salimos con éxito.

De la belleza paisajística que agregar a lo ya mil veces dicho, el oriente gallego y el occidente asturiano, son simplemente maravillosos.

Esta vez y durante muchos días, en cuanto ganábamos altura nos zambullíamos en las entrañas de las nubes, una espesa niebla lo cubría todo y nos impedía ver el panorama, pero a cambio su luz tamizada nos regalaba el mejor apreciar la exuberancia de los bosques que atravesábamos.

No obstante y por algo será, las imágenes de algunos lugares han quedado gravadas en nuestra memoria, lugares que no dudamos en recomendaros visitar si algún día tenéis ocasión de transitar por estos parajes.

Saliendo de Pola de Allande, durante 7'8 Km. se asciende hasta el Puerto de Palo

+1150 m., el sendero que comunica estos dos puntos sigue el fondo de un valle cubierto de bosque salvo en su tramo final, donde la vegetación se reduce debido a la altura, transcurre paralelo a un riachuelo y zigzagueando entre los árboles que pueblan las laderas, allí el color, olor, sonidos y texturas, son una auténtica gozada para los sentidos. Cuando alcanzamos el Puerto del Palo, la niebla espesísima lo desdibujaba todo, la vegetación rala, el fuerte viento y el frío, sin necesidad de insistir nos convencieron, de continuar avanzando, a través de la niebla seguimos las apenas visibles señales, el sendero se precipitó por la vertiente opuesta y al poco rato de perder altura atravesábamos el umbral inferior de las nubes, ante nosotros apareció la segunda sorpresa del día, Montefurado; dos casas, una ermita y su único habitante, un pastor al que acompañan su magnífico perro mastín y una docena de vacas, todo ello emplazado sobre una esbelta cresta herbácea, cresta que con el permiso de la vacas que la ocupaban, debimos recorrer durante un par de kilómetros, las vistas a ambos lados eran espectaculares, o al menos a nosotros así nos parecieron.

Media hora mas tarde llegamos al bar de Serafín en Lago, bocadillo de jamón, vino, café y orujo, nos ayudaron a paliar humedades, despejar nieblas y reafirmar impresiones. Seguía lloviznando, pero ese trayecto valió realmente la pena.

Otro paisaje que merece contemplarse, tanto desde las laderas del valle como desde la presa es el del embalse de Salime, a nuestro paso por el lucía un sol espléndido y las cámaras fotográficas tuvieron su minuto de gloria.

Desde el punto de vista histórico-monumental, esta ruta tampoco queda mal parada.

Oviedo, con su Catedral del Salvador y los

monumentos prerrománicos de sus alrededores.

Cornellana, con el Monasterio del Salvador, (ahora en restauración)

Salas, con su casco medieval y la Colegiata

Obona, y su Monasterio de Sta. María la Real, que no lo visitamos pues cae a trasmaño y creo que esta en mal estado.

Grandas de Salime, con su Colegiata

Fontaneira y su curioso hórreo con techo de palloza

Castroverde y su simple pero simpaticuísima Fonte dos Nenos

Lugo, con sus Murallas, Catedral, etc.

Sta. Eulalia de Boyeda y su Iglesia paleocristiana, antiguo Templo de Cibeles

Melide, a pocos kms. del Monasterio de Sobrado dos Monjes

Y ya llegados a Santiago de Compostela que decir de esta ciudad, toda ella un monumento.

Mención especial merecen, el conjunto de construcciones tradicionales que se van encontrando a lo largo de todo el camino, casas de labranza, cuadras, heniles, paneras, hórreos, muchas de ellas construidas en madera, o con muros en piedra de increíble factura y techos de pizarra, así como las múltiples y encantadoras iglesitas con sus cementerios adjuntos.

Resumiendo

Todas las personas con quienes compartimos camino hasta enlazar con el Camino Francés en Melide, eran senderistas-peregrinos,

o peregrinos-senderistas, pero en ningún caso, turistas baratos.

Los servicios al peregrino que se encuentran durante el trayecto, están bastante espaciados pero son los suficientes y cumplen con la austeridad mínima que los reales peregrinos requieren.

Que quede claro, la infraestructura no está preparada para recibir avalanchas de personal, en varios albergues solo caben 12 personas.

Aquí según cuentan los paisanos, salvo en julio y agosto, el resto del año no hay masificación y durante esas fechas nos comentan alarmados, "hay días en que pasan hasta cien y más personas".

La verdad es que no se como se las arreglarán para dormir a cubierto, pero comparado con iguales fechas en el Camino Francés, esto es la gloria.

Conclusión:

Recomendable fuera de periodos vacacionales.

Las comidas y demás consumiciones tienen unos precios muy ajustados.

Los albergues cuestan entre tres y seis euros.

Para la aproximación y regreso, vale la pena comparar los precios del tren y del avión.

Tiempo necesario para la ida, recorrido y regreso, se puede hacer en catorce o quince días.

Los XX

Para mas información consultar:

"El Camino de Santiago del Norte", editorial El País – Aguilar

www.caminodesantiago.consumer.es

www.caminosantiagoastur.com

Auto Taller
Sebantoni
 Turismes, monovolams, 4x4 i industrials. Servei integral multimarca. Neumàtics.
 Vine a descobrir la nova gamma de models
 TALLER: Avda. Alfons XIII, 235 VENDES: C./Torrosa, 1-3 08918 BADALONA Tel. 93.387.73.45 www.sebantoni.com

Els cingles de Vallcebre

Al butlletí corresponent a l'any 2001, fèiem referència a una zona d'escalada descoberta per gent del nostre Centre a la comarca del Berguedà, concretament al cingles de Vallcebre, als vessants que s'aboquen sobre el municipi de Figols.

Com que no és bo divulgar les coses a mitges, perquè una informació poc clara genera confusió en l'opinió general, creiem arribat el moment de buidar el calaix i completar la informació sobre les vies que actualment han quedat obertes.

Característiques generals:

Roca: calcària, de qualitat

Dificultat: alta, amb desploms i utilització recomanada d'estreps.

Llargada: entre 40 i 50m (es l'altura total del cingle).

Assegurances: totes les vies equipades amb parabolts de 10mm x 70mm llarg.

Rappel: cada via disposa d'un muntatge final de cadena, per rappelar.

Ancoratges: una vintena de cintes per a cada via.

Tots els itineraris són a corda senzilla, però amb tracció directa, pel qual es recomana corda de 10mm. Per la via Badalona-1 cal portar 2 cordes per poder fer el rappel d'una sola tirada.

Denominació de les vies.

Nom i participants en l'obertura

1 *Badalona-1*, A2,6a

Joan Estrada, Jaume Suñol, Joan

Oliveras.

2 *Bas-4*, IV,6a

Joan Estrada, Jaume Suñol.

3 *Bad-2*, 6b,A1

Joan Estrada, Jaume Suñol,

Francesc Suñol.

4 *Badalona-3*, A2/A1,6a

Joan Estrada, Jaume Suñol, Joan

Oliveras

5 *Via 5*, 6a

Joan Estrada, Jaume Suñol, Francesc Suñol

6 *Aresta de la Mola*, 6a

Joan Estrada, Jaume Suñol, Francesc Suñol.

La via Badalona-1 és de dificultat mantinguda.

La via del sostre té dues tirades: la primera totalment penjada, sense tocar paret.

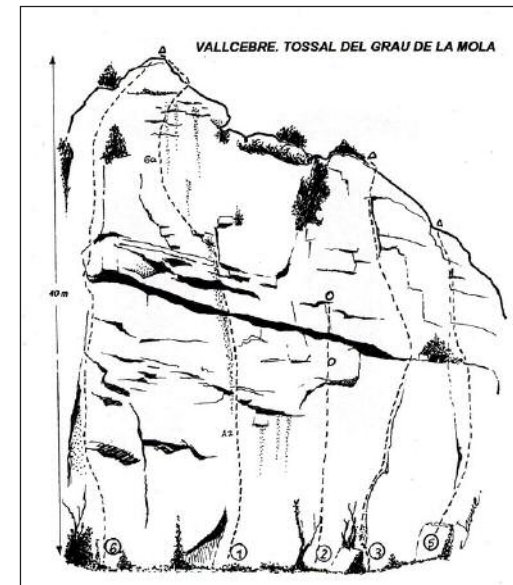
La Via-5 ha estat darrerament equipada amb algunes preses artificials a la primera tirada.

Les parets estan encarades a migdia, això les fa ideals pels mesos d'hivern on el sol hi peta de ple. A l'estiu cal anar-hi a primera hora del matí o a partir de les 5h de la tarda quan la llum solar hi toca d'esbiaixada.

Tots els itineraris són de dificultat, poc aptes per no iniciats.

Tenint en compte que aquesta cinglera té aproximadament 6 km de longitud formant gairebé un cercle obert només pel NE, les vies d'escalada possibles són gairebé il·limitades, encara que la qualitat de la roca sol ser superior al sector de ponent, ja que al

Ressenyes



L'itinerari del sostre queda allunyat uns deu minuts. S'hi arriba des del camí transversal que surt de la carretera, o bé pujant el grau de la Mola, recorrent la cinglera i baixant el grau de Sastre. Qualsevol, opció és bona.

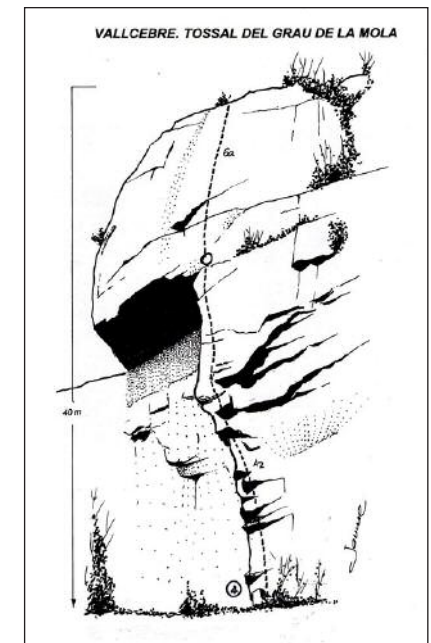
costat est el calcari presenta un alt contingut en guixos que li donen menor consistència.

Algunes d'aquestes vies les hem divulgat últimament al llibre de ressenyes del Consell Comarcal del Berguedà.

Jaume Suñol

Els itineraris es troben al km7 de la carretera de Cercs a Fumanya, indicat al mapa de l'Alpina com a Grau de la Mola, en vistes al poble de Figols.

De la carretera on s'aparquen el cotxes, fins a peu de vies 150m. (3 min.)



L'àlbum del C.E.B.



Cim de la Munia



Gourgs Blancs



Picu Urriellu



Descens del Tuc del Montanero



Carlit



Tempesta Nocturna. Montrebei



Couserans



Via Esparreguera. Montserrat



Posets des de Viadós



Senegal en BTT



La Munia. Preparant el vicac.



Cresta del coll de Nargó



Cim del Puig Estela



Canigó. Baixant a Ceret



Exposició fotogràfica de la Caminada



Pugem o no pugem?



Pujant al Taga



Accedint al Ref. Jean Arlaud

Cerca els teus límits



centre excursionista de badalona



Laboratoris Rayt, s.a.

Garriga, 188-200 - Apt. de C. 39 - 08910 BADALONA - ESPANYA

Tel. 93 460 78 20* Fax. 93 383 63 56

Fax vendes 93 388 06 82 - C.I.F. N.º A-60-106382

E-mail: info@rayt.com - Internet: <http://www.rayt.com>

COLES - ADHESIUS - SEGELLADORS - VERNISSOS - PINTURES

Breus

Recordant al nostre company Josep M^a Company († 14 d'octubre de 2008)

El vaig conèixer quan tenia 15 anys, sobre l'any 1.958, tots dos socis del C.E.B. Érem molt joves però amb moltes ganes de fer troballes, vam practicar l'espeleologia, la muntanya, i alguna escalada. En aquells temps no era tan fàcil com avui, pot ésser que per això ho vivíem amb més intensitat, ja que representava un gran esforç, sobretot econòmic.

Era una bona persona, molt independent, però a la vegada un gran company. No volia destacar massa, però la seva presència es feia notar. No tenia mai un no, col·laborava i feia equip quan calia.

Enamorat de la natura, per ell la muntanya era la seva vida i la gaudia com una plaer immens. Tenia un gran sentit de l'orientació, una fortalesa física admirable. No defallia mai, moltes vegades semblava absent, però de cop i volta et sortia amb uns raonaments totalment encertats i lluits.

Si no tenia contacte amb la natura es sentia ofegat, però si la vivia era la persona més feliç del món.

Les relacions amb la família eren d'una convivència i realitat plena, un bon pare, i un bon espòs.

Sense tenir ambicions es marcava fites que assolía, callat i oportú donava raons convincents i pràctiques i ho aconseguia. Senzill, directe, noble i tossut.

Després de molt temps en que jo estava distant del C.E.B., vaig tornar a incorporar-me a l'entitat entrant en una colla dins la qual ell també hi formava part.

Van ser uns temps molt bonics en que tots plegats vam reviuir el passat i el present. Ell es comportava com sempre havia fet, però amb la maduresa dels anys.

Va fer sortides de tot tipus d'acord amb l'edat; celebracions, trobades, excursions, ens ho passàvem "pipa". Dins del seu caràcter reservat-solitari participava i gaudia de tot el que fèiem per passar-ho bé.

Degut a la seva malaltia es va veure obligat a limitar les activitats, però sempre va conservar la il·lusió i les ganes de tornar a fer-les.

El meu desig hagués estat poder-ho llegir el dia del teu comiat però no em vaig sentir capaç. Per això amb aquest petit recull de les nostres convivències, voldria dir-te que has marcat un lloc en la meua vida i que encara que no hi siguis, sempre et recordaré com un bon amic.

Adéu Josep,

Enric Font



GAUDEIXI D'UN CONFORTABLE
AMBIENT FAMILIAR AMB LES
MILLORS VISTES SOBRE LA
MEDITERRÀNIA

HOTEL MIRAMAR

Santa Madrona, 60 | 08911 Badalona, Barcelona

tel. **933 840 311** | fax 933 891 627

reservas@hotelmiramar.es | info@hotelmiramar.es | www.hotelmiramar.es



CANELA

EINES I MICROFUSIÓ

Pol. Ind. "Les Guixeres"
C/ Torrent de Vallmajor, 88
08915 Badalona (Barcelona)
Tel.: 93 399 85 61 - Fax: 93 383 40 00
canela@metaltecnia.com - www.canelatools.com