



03 DESEMBRE 2017. MATAGALLS

A causa de les condicions climatològiques adverses, aquesta sortida preparada per la M^a Clara Martínez va haver de ser suspesa.

17 DESEMBRE 2017, SORTIDA DE SANTA LLÚCIA

Com s'acostuma a fer tradicionalment cada any, es tanca la temporada resseguint l'itinerari de la ruta llarga de la Marxa dels Traginers perquè tots aquells col·laboradors en l'organització de la Marxa la puguin gaudir.

Es va acabar fent un dinar popular amb graellada de carn per tots els participants a Can Pere Tià.

14 DE GENER 2018, P.N. ST LLORENÇ DEL MUNT I L'OBAC

La nostra companya M^a Clara Martínez ens convida a iniciar l'any amb una ruta pel Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac per conèixer Mura, Rocafort i Talamanca. El dia es va alçar plujós i es va perllongar durant tota la sortida. Partint de la localitat de Mura, direcció Rocafort, vam trobar el Puig de la Balma, on hi ha enclaustrada una edificació que actualment fan servir de museu. Aprofitant l'avinentsa vam fer una breu parada i vam visitar l'interior on s'exposen estris del camp, premses i altres eines per fer vi i també la petita ermita.

Després d'aquesta aturada vam prosseguir a estones acompanyats d'un suau plugim fins a Rocafort i a Talamanca, resseguint camins força planers, de vegades dins els boscos i d'altres rodejant camps de conreu amb lleugers desnivells. En definitiva, una caminada perfecta per compartir amb tot tipus d'excursionistes.





27 i 28 de GENER 2018, PUIG PERIC.

Ens desplaçem fins a la zona de Formiguères on el nostre company Rafa Morillas ens ha preparat una ruta de dues jornades per ascendir els pics Perics. Dissabte al migdia el grup arriba a l'estació de Formiguères on aparquem els cotxes per dirigir-nos al refugi de Camporrells mitjançant esquís o raquetes, segons la preferència de cadascú. La pernocta es realitza al petit refugi.

L'endemà diumenge ens aixequem no molt d'hora per trobar-nos la neu el més adient possible perquè els companys esquiadors puguin desplaçar-se amb facilitat. El grup inicial es divideix en 2 subgrups. Un d'ells realitza l'ascens al Petit Peric per la cara nord, seguint una canal en alguns punts difícil i la resta per la via normal, per la cara sud.

Al cim ens apleguem i una part continua l'ascens cap al Peric Gran o Puig Peric resseguint la cresta, que es troba en alguns punts francament gelada i relliscosa. L'ascens és culminat per 3 dels components.

Finalment, ens trobem tots al punt de partida amb gran satisfacció per la jornada desenvolupada, després de passar pel refugi a recollir l'equipament de pernocta que ens han guardat.

8-12 FEBRER- PARC NACIONAL D'AIGÜESTORTES

Com ja va essent costum dels darrers anys, aprofitant els dies festius del Carnaval de Palamós, ens desplaçem al P. N. d'Aigüestortes per fer una incursió hivernal.

En aquesta ocasió vam patir i gaudir alhora del temporal de fred que assolía en aquells moments la zona, per la qual cosa vam haver de canviar el circuit inicial per les circumstàncies climatològiques i nivològiques. Durant la primera jornada vam arribar al Refugi d'Ernest Mallafrè on vam fer la primera pernocta.

La segona jornada es va dedicar a arribar al Refugi d'Amitges. Va ser una jornada llarga i pesada a pesar de la curta distància a causa de la profunditat de la capa de neu i la manca total de traça. Es va intentar pujar un cim de camí però va ser del tot impossible.

Després de reflexionar sobre la dificultat per avançar i la diferència de velocitat en baixada del grup de raquetes respecte al grup d'esquís, es va consensuar acabar allà l'aventura, de forma que l'endemà vam emprendre el camí fins el cotxe, no mancat d'emocions vàries.

Ruta liderada pel nostre company Jesús Correa.

24-25 FEBRER- PIC D'ALBA (3112 m)

Aprofitant unes molt propícies condicions hivernals, la nostra companya M^a José Salvador va organitzar la sortida cap al Pirineu de Osca on vam poder gaudir d'una activitat d'alta muntanya als Pirineus Centrals. Dissabte vam deixar els cotxes a la zona de l'Hospital de Benasque i ens vam dirigir fins el refugi de la Renclusa on vam pernoctar. Una part del grup d'esquiadors van aprofitar el que quedava de jornada per ascendir el Pico de Paderna.

L'endemà diumenge, el grup va iniciar la marxa cap el cim del pic d'Alba. De nou vam compartir dos mitjans per fer l'ascensió, raquetes i esquís. Un cop superat el primer flanqueig important d'una pendent considerable, vam arribar a la base de la canal que



ens condueix a l'altra cara de la cresta. D'aquí el paisatge es transforma en més alpí i la neu està més desfeta i ventada. Per una canal no tan dreta però més llarga arribem al cim del Pic d'Alba. El descens el realitzem pel mateix camí, però sense passar de nou pel Refugi. Aquest cop, el grup de raquetes descendeix pels tubs de Paderna i novament ens trobem tots plegats al pàrquing on havíem deixat els cotxes, cansats però molt satisfets.

10-11 MARÇ, VALL D'ARAN

Travessa amb esquís per la Vall d'Aran de 6 dels components del club. L'entrada es va fer per la Vall de Ruda fins el refugi de Saboredo que estava mig enterrat per la neu. L'endemà part dels components van coronar el Pic de Gerber i el Pic d'Amitges a través d'una aresta, i van baixar pel Port de la Bonaigua. L'altra part del grup va refer el camí d'anada per baixar de Saboredo fins al pàrquing de Salardú.





21 MARÇ – RECORREGUT NOCTURN D'ORIENTACIÓ A LA PLATJA DE LA FOSCA

El nostre company Oriol Borràs amb la inestimable col·laboració d'altres companys del club va organitzar una prova d'orientació amb balises per prosseguir amb l'apropament als nostres socis i sòcies de les divertides proves d'orientació. En aquesta ocasió a banda de la dificultat afegida per la foscor, les condicions de pluja encara van fer més apassionant el circuit.

Malgrat la pluja també va voler participar de la prova, l'assistència va ser de 50 persones, algunes vingudes des de Barcelona i Girona, fet que demostra que la orientació està més viva que mai. En quant a les edats també va estar molt repartit, des de futures promeses de 8 anys fins a promeses confirmades de 64 anys.

La prova es va desenvolupar per la zona de La Fosca i Castell, seguint els plànol que vam elaborar des del club el passat 2017.



25 MARÇ – SOT DE BALÀ

Recuperant una sortida que va quedar anul·lada per mal temps el 2017, el nostre company Rafael Paraderaens va guiar en una volta circular al voltant del Sot del Balà. Sortint del pàrquing del club nàutic del Pantà de Sau, vam seguir la pista de la presa en direcció el sot del Balà. Vam passar pel Salt de Tirabous, caiguda d'aigua molt espectacular, especialment la vista obtinguda un cop assolit el Morro de l'abella. Des d'aquí vam arribar a les vaumes del corb i travessant per una escala metàl·lica vam descendir una petita cinglera, des d'on vam arribar fins el salt del molí Bernat per on baixava força aigua. Finalment vam arribar a Taverdet, poble amb encant per realitzar una visita. Seguidament vam creuar pel pla del bosc que ens va permetre gaudir de la visió de les cingleres i els pantans de Sau i Susqueda. Després de continuar baixant pel corriol del grau del Castell, vam arribar a una pista que vam seguir per tornar al pàrquing des d'on havíem sortit i ja aquí gaudir al final de la jornada de les vistes del campanar de Sant Romà de Sau.

Volta d'un 5 hores molt agraïda i en un dia espectacular.



8 ABRIL- SERRA DE VERDERA

Un diumenge primaveral, el nostre amic Xavier Gregori ens va apropar fins el Port de la Selva on vam fer una ruta circular. Vam començar seguint el camí de ronda fins arribar a un far. Just aquí ens vam enlairar per la muntanya i vam evitar una zona d'anidament d'aus fins arribar a una ermita.

Va ser una jornada relativament llarga de gairebé 7 hores.

14-15 ABRIL GRAN TAPOU I TAILLON

Aquesta sortida va quedar anul·lada a causa de les condicions inadequades del terreny per fer l'ascensió.

21 ABRIL – INICIACIÓ A L'ESCALADA A SOLIUS

El nostre company Jesús Correa organitza una jornada d'iniciació a l'escalada a un sector molt proper per als components del nostre club. D'aquesta forma respon a una demanda molt esperada, especialment per la cantera més jove.

La jornada va ser d'un gran èxit, amb un total de 14 participants d'edats compreses entre 23 i 30 anys, els quals van acabar la jornada molt satisfets per la formació rebuda. Davant la bona acollida es concreta continuar la formació dins la propera programació trimestral a un nivell superior per aconseguir ser autònoms en la pràctica de l'escalada.



28-29 ABRIL MALADETA (3305 m)

Novament encetem una sortida des de la Vall de Benasque. Aquest cop, de la mà del nostre company Ivan García. De nou, el dissabte fem la pernocta al refugi de la Renclusa a on arribem des del pàrquing de l'Hospital de Benasque.

Diumenge sortim d'hora els dos grups formats per esquiadors i raquetaires. Ens dirigim cap a la Cresta de los Portillones, apropant-nos així al nostre objectiu, el corredor del Collado de la Rimaya. Resseguim la cara nord de la Maladeta, mentre ens aproximem a la canal d'accés, amb una inclinació inicial de 40-45°. A la part intermitja, el grau augmenta a uns 50°, però ja falten pocs metres per arribar al Collado de la Rimaya. Des d'aquí i per un terreny sense complicacions, accedim al cim de la Maladeta.

El camí de retorn es fa seguint la mateixa traça i tornem a arribar-nos fins el refugi on carreguem les pertinences guardades i ens dirigim cap els cotxes exhausts però molt satisfets.



13 MAIG – 19è ITINERARI MEGALÍTIC

Com és tradicional i cita ineludible, una de les sortides més populars i esperades de l'any és l'itinerari Megalític, on el nostre company Remi Serra, prepara un recorregut màgic per donar-nos a conèixer nous vestigis de l'època prehistòrica de les nostres contrades. En aquesta ocasió, la zona triada és Castell i els vessants municipals de Palafrugell i Mont-ras.

Malauradament aquest any vam patir una pluja persistent que va enterbolir la sortida per la manca d'audiència. Malgrat això, tant en Remi com l'arqueòleg Xavier Niell ens van fer gaudir d'una preciosa sortida on vam descobrir paratges ocults amb roques de cerimònies i restes prehistòriques que desconeixem, malgrat ser circuits de caminades habituals.

27 MAIG – CAMÍ DE LES CENTRALS

El diumenge 27 hi havia prevista una ruta per un entorn conegut però seguint un camí no tan transitat pels nostres socis. El camí de les Centrals que s'inicia a la Central de Daió (Queralbs) fins al refugi Coma de Vaca, ascendint per les antigues canalitzacions de l'aigua.

De nou, a causa d'un temps insegur i variable, va haver de suspendre's en l'últim moment.

16 JUNY BITÀCOLA BIKE (ROADBOOK CAP)

El dissabte 16 de juny del 2018 a les 8:30h del matí es va celebrar la primera roadbook del Club Alpí Palamós, la Bitàcola Bike.

Per primer cop el club organitzava una prova d'aquesta modalitat. Varem organitzar dos recorreguts, un de 20km i 400mD+, i un altre de 40kmi 900 D+. Per dur-la a terme els participants havien de seguir les instruccions que els facilitava un llibre de ruta anomenat Roadbook.

Van participar 19 equips, formats per grups d'una quatre persones, onze a la ruta curta i vuit a la llarga. Varen realitzar la prova tant gent experimentada com gent que no havia fet mai cap cursa d'aquesta modalitat.

Els guanyadors de la primera edició de la BITÀCOLA BIKE2018 varen ser l'Andorrà Jordi Pujol en la prova llarga i l'equip Goxtremen la curta.

Un cop finalitzada, després dels comentaris positius dels participants, va quedar clar que l'any següent s'havia de repetir. A més, es farà un pas endavant, i es crearà una lliga de Roadbooks amb els clubs de les poblacions més properes, els de Palafrugell, Santa Cristina d'Aro i Torroella de Montgrí.



17 JUNY – PEDRAFORCA

Sortida conduïda per en Martí Puig a un dels clàssics que mai decep.

El poble de Gósol és el punt de sortida i arribada d'aquesta ruta que es completa un assolat matí de diumenge.

Després d'un tram de camí primer boscós i després més pedregós, s'assoleix la sempre venerada enforcadura, que per aquest vessant era desconeguda per alguns dels membres del club, i es corona enmig de boires el pollegó superior.

Es desfà novament el camí amb una caloreta que convida al toc de rigor en arribar novament a Gósol.

06-07-08 JULIOL – CRESTA GOURGS BLANCS

Enguany els companys Jaume Barcons, Jordi Tauler, Lluís Viñals, Rafel Paradedà, Jesús Correa, Pere Llauredó, Fina Huerta, Silvia Salvatierra i Miguel Madrero vam tornar altre cop a la Vall d'Estós a la zona dels Gourgs Blancs- Clarabide - Gias, al Pirineu aragonès, un dels sectors amb una concentració més alta de cims de tres mil metres.

Es va afrontar una sortida de forma circular amb partida i arribada al Refugi Estós(1.895m), progressant per la Vall de Gias i arribant a l'Ibón de Gias(2.628m). Des d'aquest punt vam anar a buscar el coll del Port d'Oô(2.877m) per anar ascendint els diferents cims de més de 3.000 metres: Pic Jean Arlaud(3.065m), Gourgs Blancs(3.129m), Torre Armengaud(3.114m), Punta Lourde-Rocheblave(3.104m), Pic Camboué(3.043m), Pic de Saint-Saud(3.003m), Pic Clarabide Oriental(3.012m), Pic Clarabide Central (3.020m), Pic Clarabide Occidental (3.008m), Pic de Gias(3.011m).



9 SETEMBRE - AQUA TRAIL POPULAR DE CASTELL

Activitat inclosa dins les jornades de muntanya i natura que es va realitzar conjuntament amb el Club Natació de Palamós va tenir una rebuda molt positiva per part dels participants, reclamant una segona edició ja que es van donar circumstàncies molt divertides com veure corredors amb banyadors per dalt dels turons de la zona de Castell.

La prova va consistir en dos formats, un de 5km corrent+1,5 nedant+5km corrent i un de més curt , permetent-se formar equips i que cada integrant realitzés només una de les modalitats, així es va aconseguir que es tornés a fomentar l'esport popular.

La prova també va ser molt positiva entre les dues entitats i ja s'estan preparant novetats de cares a l'any vinent.





23 SETEMBRE – ENOSENDERISME I ARROSSADA POPULAR

També dins les jornades de muntanya i natura, una setantena de persones vàrem fer dues rutes per la vall del Bell-lloc, en concret dues rutes dintre dels itineraris creats a la vall de Bell-lloc, conegudes com la ruta de la "llebre" de 8kmi la ruta del "senclar" d'11km, totes dues marcades i mantingudes pel nostre club, per descobrir la vall. En acabat, es va poder fer una cata i degustació de tres vins del Celler Can Sais amb les explicacions d'en Miquel Arenas.





13 OCTUBRE- CIMS PER LA LLIBERTAT- EL MONTGRÍ

La iniciativa "Cims per la Llibertat" va realitzar una ascensió simultània a 18 cims del país el passat dissabte 13 d'octubre per reclamar la llibertat dels presos polítics i el retorn dels . La Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC) va reunir aquell cap de setmana a Gironella una quarantena d'entitats excursionistes que col·laboraven en la proposta per preparar-ne la logística.

El projecte de "Cims per la Llibertat" va néixer a través de la iniciativa de nou amics de Gironella i de Prats de Lluçanès. VA ser una acció esportiva, solidària i reivindicativa per reclamar la llibertat dels presos polítics, exiliats i represaliats "amb l'objectiu de conscienciar de la injustícia que representa la situació dels nostres presos, exiliats i represaliats polítics, així com transmetre el nostre suport incondicional tant a ells com a les seves famílies", van dir des de l'organització.

Els organitzadors de Gironella i del Lluçanès van decidir demanar ajuda a la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC) quan van adonar-se del ressò que havia agafat la proposta, però són ells els qui van continuar treballant en el gruix de la iniciativa.

18 cims per la llibertat dels presos i el retorn dels exiliats

Diferents personalitats del món polític van assumir cadascun dels cims que es van pujar, així la secretària d'ERC Marta Rovira va escollir el Matagalls (1.698 metres). En clau osonenca també hi ha l'exconseller de Justícia Carles Mundó que va escollir el Puigmal (2.913 metres).

L'exdiputada de la CUP, Anna Gabriel, va escollir la Gallina Pelada (2.322 metres), una pujada que apadrina el FAES de Sallent, mentre que l'elecció de la consellera Meritxell Borràs va estar el Pedraforca (2.503 metres), que comptava amb el suport del Centre Esquí Berguedà (CEB). A més, s'hi ha va incloure el Comabona (2.548 metres), que va estar triat per en Jordi Turull i que es troba a cavall del Berguedà i la Cerdanya.



La resta de cims són el Tossal del Rei de Lluís Puig (1.351 metres); la Mola de Josep Rull (1.103 metres), El Tossal de les Torretes de Meritxell Serret (1.676 metres), la Pica d'Estats de Toni Comín (3.143 metres), el Canigó de Jordi Cuixart (2.785 metres), les Agudes de Joaquim Forn (1.705 metres), Sant Jeroni d'Oriol Junqueras (1.236 metres), Montsent de Pallars de Clara Ponsatí (2.883 metres), Puigsacalm de Carles Puigdemont (1.515 metres), Roca Corbatera de Raül Romeva (1.163 metres), el Carlit de Jordi Sànchez (2.921 metres) i el Montcaro de Carme Forcadell (1.441 metres).

El club va decidir participar del Montgrí de Dolors Bassa (303 metres), que conjuntament amb altres entitats del territori , AE Palafrugell, Begur, etc.. van apadrinar amb 1.500 persones.



foto: <https://www.emporda.info/comarca/2018/10/13/1500-persones-clamen-llibertat-dolors/410007.html>

12-13-14 OCTUBRE – VIGNEMALE

Aprofitant l'ocasió que ens atorgava el pont del 12 d'octubre, el nostre company Rafa Morillas ens va regalar un cim emblemàtic i preciós del Pirineus Centrals.

Vam arribar al bonic poble de Gavarnie on vam resseguir la pista que ens conduiria a la Pressa d'ossoue. Allà vam deixar els cotxes i vam prendre el GR fins el refugi de Bayscellance (unes 3 hores de marxa per cobrir uns 800 m de desnviell). La pernocta en el petit refugi va ser molt agradable i ens va permetre iniciar la marxa l'endemà cap a la glacera del Vignemale, desgraciadament ja molt minvada. De la glacera vam grimpar per una de les parets fins el Pique Longe (3298 m). A partir d'aquí es van formar 2 grups, un va tornar a baixar desgrimpant la paret i l'altre va continuar per la cresta tot encadenant el Clot de la Hount, el Cerbillona i el Pic Central, gaudint d'unes vistes meravelloses gràcies a la bona meteo que vam gaudir.

De tornada al refugi, encara n'hi va haver que van tenir forces per pujar el Petit Vignemale o recórrer el GR en direcció al refugi des Oulettes de Ggaube, per disfrutar de la cara més coneguda del Vignemale.

L'endemà diumenge, vam baixar a Gavarnie sota núvols i pluja i vam donar per acabat un magnífic cap de setmana.





21 OCTUBRE - ESCALADA A BEUDA

Iniciem un cicle d'escalada esportiva, de tres sessions durant els mesos d'octubre, novembre i desembre per als socis escaladors així com per anteriors participants en cursos d'iniciació a l'escalada. Es preveu practicar l'escalada en diverses escoles: Beuda, Solius i Montserrat.

La iniciativa ha tingut un bon seguiment amb 11 participants per aquesta primera sessió. A Beuda vam aprofitar la roca calcàrea amb bones preses i possibilitats de dimorfismes de la roca que permeten jugar i sentir més seguretat pels companys que s'estan iniciant.





28 OCTUBRE – PENYES ALTES DEL MOIXERÓ

Aquesta sortida, molt esperada va haver de suspendre's per mal temps. Tot just va ser l'inici de les primeres nevades coincidint amb un cap de setmana de molta fred.

11 NOVEMBRE – 15ª MARXA DELS TRAGINERS

Marxa dels Traginers ha tornat a ser un èxit, en un cap de setmana amb molta oferta de curses i marxes populars que es feien al costat de casa, va poder comptar amb una participació d'uns 450 marxaïres que van completar dos recorreguts exquisidament escollits. El Remi i Pere Parra van realitzar una gran feina al recorregut de 16 km descobrint i/o recuperant nous camins i dòlmens que es tenien ja perduts. La marxa curta de 8,5 km va ser un recorregut inèdit amb gran vistes panoràmiques i el descobriment de tota la riera dels Huguets que va meravellar als participants. Respecte a la cursa va tenir una participació de 54 corredors on van ser guanyador Gerard Figueres i Sònia Geronès.



17- 18 NOVEMBRE – VALLIBIERNA i CULEBRAS

Malauradament aquest cap de setmana, es va haver d'abandonar la idea de pujar el Vallibierna i encadenar altres cims careners com el Culebras, des de la Vall de Llauset, a causa del mala previsió climatològica.

25 NOVEMBRE – ESCALADA A SOLIUS

Segona jornada d'escalada a Solius, aquest cop en terreny granític, per tal d'experimentar la diferent forma en la que t'has d'enfrontar a la paret. Practiquem l'adherència i la confiança en els peus de gat i l'equilibri amb el cos.

El número de socis i sòcies ha arribat els 166.

MOLTES GRÀCIES A TOTS ELS QUE HEU FET POSSIBLE CADASCUNA DE LES ACTIVITATS, BÉ SIGUI COM A ORGANITZADOR BÉ SIGUI COM A PARTICIPANT.

La junta del Club.