

MEMÒRIA SOCIAL CLUB ALPÍ PALAMÓS 2018-2019

En el moment de preparar la memòria social del darrer any de la Junta actual, fem una mirada cap a rere i reflexionem sobre la base sòlida que representa per un club la programació tant de sortides com d'altres activitats relacionades amb l'excursionisme i totes les seves variants esportives, que en aquest club, han tingut i tenen el seu propi espai.

Les iniciatives tant de la Junta com dels propis socis que participen en les programacions trimestrals enriqueixen i vitalitzen aquest club, que davant de tot desitja la trobada entre socis, difondre l'esport en contacte amb la natura i el respecte.

Fent un resum del que han estat les activitats programades des de la passada Assemblea, podem dir amb orgull que se n'han preparat 28 , de les quals:

- 10 d'alta muntanya
- 4 de mitja muntanya
- 5 de socials
- 5 d'escalada
- 4 de caire popular, obertes al públic en general

Fins a 10 socis diferents s'han implicat per a coordinar aquestes activitats, amb el recolzament d'altres companys i companyes, especialment en aquelles activitats que han requerit una major infraestructura tècnica i de preparació prèvia.

El número total de sòcies i socis ha estat de 139.

16 DESEMBRE 2018 (SORTIDA SOCIAL) - SANTA LLÚCIA i ASSEMBLEA ANUAL 2018.

Com ve sent costum, tanquem l'any amb una sortida clàssica que consisteix en resseguir l'itinerari llarg de la Marxa de Traginers de l'any que deixem.

En aquesta ocasió hi figura també l'Assemblea Anual, que en un ambient més distès permet fer balanç de l'any i proposar els nous objectius. A continuació, com no podria ser d'altra manera, es finalitza amb un dinar popular amb graellada de carn a Can Pere Tià.

13 GENER 2019 – ROC DE SANT SALVADOR (1.236 m) - MITJA MUNTANYA

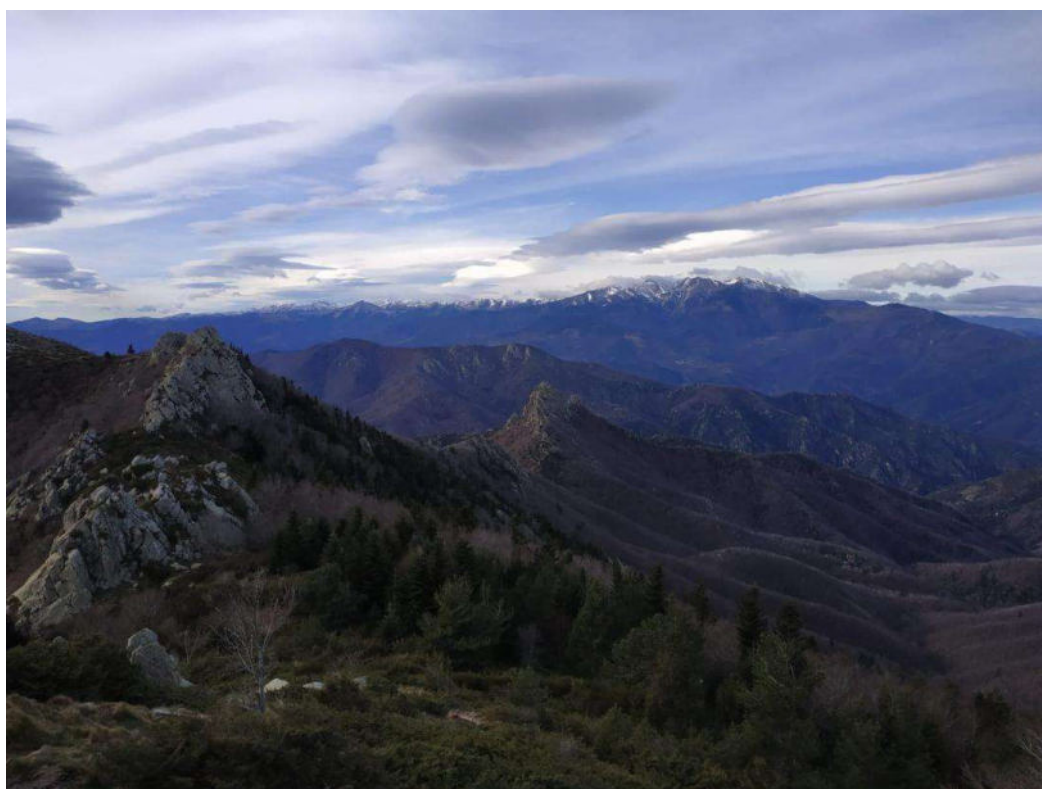
Aprofitant la tornada a l'activitat després de les Festes de Nadal, i per començar a cremar els turrns, la nostra companya M^a José Salvador ens condueix a fer una ruta circular per la zona més feréstega del massís de les Salines. Sortint de Montalbà (França) ascendim per camins entre boscos, seguint el GR fins arribar a la zona rocosa de la cresta. Fent una grimpada ascendim el Roc de Sant Salvador. La baixada la realitzem desgrimpant alguns passos relativament compromesos i seguim endavant fins arribar al Coll de Cerdà.

En aquest punt seguim caminant cap a l'oest per tal de realitzar una ruta circular. Des del camí de tornada podem observar la vista de la cresta que recentment hem trepitjat.

La tornada fins el cotxe es fa entre fagedes i camins rurals on ens aturem per observar algunes masies ja abandonades.



Grimpada per assolir el cim de Sant Salvador



Vista del recorregut fet sobre la cresta



Fagedes

27 GENER 2019 (SORTIDA SOCIAL) - PARC NATURAL DEL MONTGRÍ

El nostre company Xavier Gregori, en la seva tasca investigadora del nostre paisatge, ens fa conèixer una nova visió del Montgrí, que ens farà completar un recorregut que mena de Sobrestany fins a Santa Maria de Palau. Podem contemplar elements culturals i ambientals tan destacats com l'antic estany de Bellcaire, els canals d'irrigació, arrossars, fruiters i camps de cereals així com, masies fortificades o esglésies tardo-romàniques.



El grup complet a l'eixart de Santa Maria de Palau. Autor: Joan Serratosa

02-03 FEBRER 2019 - PEDRAFORCA - ALTA MUNTANYA

Un dels destins més visitats per qualsevol muntanyenc torna a ser una de les propostes per aquest hivern d'en Jesús Correa.

Aprofitant les zones obagues, el dissabte a la tarda s'efectuen algunes pràctiques d'escalada amb gel. Es fa pernocta al Refugi Lluís Estasen.

El diumenge, ben d'hora i encarant la fred hivernal, s'emprèn la ruta cap el cim del Pedraforca. No hi falta neu i les darreres grimpades ens deixen sense alè, així com la majestuositat del paisatge.



Pràctiques d'escalada amb gel al Pedraforca



El grup complet al cim del Pedraforca

16-17 FEBRER 2019 - VALL DE BOÍ - ALTA MUNTANYA

Sortida d'excursionisme hivernal pensada pels practicants de l'esquí de muntanya i de raquetes de neu. El lloc escollit per en Rafa Morillas és la Vall de Boí. Malgrat la il·lusió de gaudir d'una bona activitat d'esquí de muntanya, la falta de neu d'aquest any no ens permet assolir totalment els objectius previstos i hem de simultanejar la travessa en pista i fora pista. Tot i així, gaudim d'una sempre agradable activitat de neu, compartida entre amcis.



Fent cim



Vistes de la vall de Boí

02-04 MARÇ 2019 - CIRCULAR AL PIRINEU CENTRAL - ALTA MUNTANYA

Aprofitant els dies festius de Carnaval a Palamós, en Jesús ens porta cap el Pirineu Central a la zona de Panticosa per efectuar una travessa circular, només apte per a persones acostumades a fer grans distàncies, amb raquetes o esquís. L'itinerari és exigent i comença al peu del Balnerari de Panticosa. Rodejant el Refugi de Casa de Piedra s'avança en forta pendent per fer cap el Refugi de Bachimaña on farem la primera pernocta en alta muntanya. D'aquí saltem a la vessant francesa fins el refugi Wallon i finalment la darrera nit la passarem al refugi d'Oulettes de Gaube, amb la vista de l'imponent Vignemale en primer pla. D'aquí la darrera jornada serà exigent ja que haurem de tornar fins al refugi de Casa de Piedra on ens espera el cotxe i la tornada cap a Palamós.

Quatre dies d'ambient muntanyenc hivernal que ens han emplenat els sentits de molt bones sensacions.

09-10 MARÇ 2019 - ACAMPADA HIVERNAL A LA VALL D'ESTREMERERA – ALTA MUNTANYA

Activitat no massa freqüent pels practicants d'esquí de muntanya i raquetes que malauradament no es va poder dur a terme per la falta de neu que ha afectat aquest hivern del 2019.

La intenció era remuntar la Vall d'Estremera i arribant a la cota 2100 m, aprendre la tècnica de la construcció d'iglús i pernoctar-hi en el seu interior. Gran idea d'un gran expert en travesses i expedicions, el nostre company Francesc Xavier Gregori.

16-17 MARÇ 2019 - PIC DE CORONAS - ALTA MUNTANYA

Sortida hivernal d'alta muntanya al Massís de la Maladeta per intentar l'ascensió amb neu d'uns dels cims més coneguts del Pirineu Central, el Pic de Coronas(3.293m) des del refugi de la Renclusa, guiats pel nostre company Ivan Garcia.

07 ABRIL 2019 - ESCALADA VIA LLARGA - SOLIUS

Encetem un cicle de 3 sortides d'escalada en via llarga per a gent ja iniciada. Comencem visitant la zona de Solius, escola de moltes generacions d'escaladors de la nostra comarca.

Coordina en Jesús Correa aquesta primera jornada, on efectua les primeres explicacions sobre les tècniques bàsiques d'assegurament en la cordada. Es realitzen pràctiques en vies senzilles per prendre contacte amb autonomia d'aquestes primeres lliçons apreses.

13-14 ABRIL 2019- ANETO - ALTA MUNTANYA

Sortida d'alta muntanya de nou al Massís de la Maladeta per intentar l'ascensió al sostre del Pirineu, el Pic d'Aneto(3.404 m) per la canal. La vessant escollida ha estat el sector de Coronas i pernoctem al refugi lliure de Pescadores on coincidim amb altres grups.

L'estat de la neu, molt humida i desfeta fa molt feixuga l'ascensió. Finalment es descarta arribar fins el cim, un cop superat el Coll de Coronas i ja al peu de la canal, per la dificultat de l'avenç i la curta durada del dia.

28 ABRIL 2019 – ESCALADA VIA LLARGA - L'ESTARTIT

Seguim amb el cicle iniciat d'escalada en via llarga, aquest cop a la zona de L'Estartit, un altre dels sectors freqüentats per dur a terme aquesta modalitat d'escalada per molts escaladors de la nostra comarca. El tipus de roca, calcària, fa que la dificultat de la via recaigui en aspectes diferents dels que hem trobat a la zona de Solius, durant la primera jornada.





El sector escollit és Rocamaura

28 ABRIL 2019 - SORTIDA SOCIAL – PARC NATURAL DEL MONTGRÍ, ILLES MEDES I EL BAIX TER

Tornem a descobrir racons amagats de la Costa Brava en una de les zones més turístiques de la Costa Brava, de la mà del nostre company Francesc Xavier Gregori. Efectuem un recorregut sense complicacions i apte per a tothom que combina zones sense pràcticament desnivell, amb suaus ascensos. Aproximadament 18 km que recuperen racons no gaire transitats per excursionistes com són el Salt de l'Euga o Rocamaura amb d'altres indrets massificats durant la temporada estiuenca com la Cala Pedrosa o la Cala Falaguer, però que durant aquesta jornada gaudim en solitud.

05 MAIG 2019 – VALL DE GISCLARENY (BERGUEDÀ) – MITJA MUNTANYA

La nostra companya M^a José Salvador ens apropa fins aquest sector del Berguedà, terra d'alguns cims mítics, per gaudir d'un recorregut d'una excepcional bellesa. Pugem fins el Refugi Sant Jordi des de la Casa de Colònies de Cal Cerdanyola, seguint el PR i en el sentit de les agulles del rellotge. Això ens permet efectuar la part més assolellada del recorregut durant les primeres hores del matí. Aprofitem per assolir el cim del Cap de la Boixassa (1820m). El

descens es fa pel camí dels Empedrats on travessem varies gorges, que gràcies a les pluges dels darrers dies s'han emplenat d'aigua. També gaudim de la força de l'aigua a l'esclatxa del Bullidor de la llet.

Fem alguna paradeta per remullar-nos i un cop arribats al pàrquing, ens desplaçem fins una zona propera per contemplar més salts d'aigua i donar per finalitzada una jornada magnífica.



Baixada del torrent ple d'aigua



Grup complet

12 MAIG 2019 (SORTIDA SOCIAL) - 20è ITINERARI MEGALÍTIC

Un any més, i amb aquest estem d'aniversari, perquè ja en són 20, tornem a oferir un altre recorregut d'un alt interès cultural i patrimonial guiat per en Remi Serra i en Pere Parra i molt ben documentat pel nostre estimat arqueòleg, ben coneixedor de l'escenari prehistòric del Baix Empordà. En aquesta edició dels Itineraris megalítics a les Gavarres i l'Ardenya es dona a conèixer el sector de la Muntanya d'Ullà-Muntanya del Montgrí –Montplà al Massís del Montgrí.

L'afluència va ser un èxit i es van celebrar els 20 anys d'Itinerari Megalític amb un dinar popular on vam poder manifestar el nostre agraïment a les "alma mater" d'aquesta activitat tan valorada entre els companys del club i d'excursionistes de tota la província.



Inscripcions prèvies abans de començar l'itinerari



Al recer d'una cova, antic assentament prehistòric, gaudint de les explicacions del companyy arqueòleg



Dinar de celebració dels 20 anys d'Itinerari Megalític en honor dels nostres companys Remi Serra i Pere Parra, alma mater d'aquesta activitat tan estimada

19 MAIG 2019 – ESCALADA VIA LLARGA - MONTSERRAT

Acabem aquest cicle d'escalada a la zona de Montserrat, l'escola per excel·lència de la majoria d'escaladors catalans coordinada per en Jesús Correa.

09 JUNY 2019 (SOCIAL) - EL FAR I SANTA BRÍGIDA

L'Enric Morillas organitza una caminada social per la Baixa Garrotxa. Sortim de Sant Martí Sacalm en direcció el Far, passem per l'ermita de Santa Anna abans d'arribar al Santuari de la Mare de Deu del Far des d'on contemplem Montserrat i la Mola. La jornada finalitza amb una graellada al Pasteral .



Foto de grup al mirador

15 JUNY 2019 - BITÀCOLA-BIKE

Segona edició del Bitacola Bike, recorregut d'orientació en bicicleta pels voltants del nostre poble. Ocasió magnífica per posar a prova les nostres capacitats tant físiques com mentals, en BTT. Només apte per ciclistes acostumats a patir desnivells importants. Es compensa l'esforça amb un entrepà i beguda a l'arribada.

16 JUNY 2019 - EL LLOBREGAT - MITJA MUNTANYA

Sortim i arribem al poble del Pont de Vilomara, comarca del Bages. Fem una circular als voltants del riu Llobregat, veiem el Pont de les Arnaldes, la Casa de les Tines, els Tres Salts o Ulls del Llobregat. Es tracta d'una excursió sense cap problema, d'uns 10 o 12 km i amb un desnivell d'uns 300 m, quasi tota seguint el GR. Coordina Martí Puig

05-06-07 JULIOL 2019 - ALTA MUNTANYA - MALADETA

Com ja és costum, per acabar la temporada, tot just a punt d'iniciar l'aturada en la programació que fa el club, abans de l'estiu, en Pere Llauredó ens torna a oferir una sortida a cims de més de 3.000 metres. Enguany, el sector escollit ha estat la Maladeta, que aplega uns quants cims d'aquesta alçada al voltant del cim principal, la Maladeta (3.308m).

Es realitza la pernocta al refugi de la Renclusa divendres i dissabte, abans i després de l'activitat, que com es pot veure a les fotografies va gaudir d'èxit tant en la gesta com amb un fantàstic temps estiuenc.



Vistes magnífiques del circ encara farcit de congestes de neu



Foto de grup, assolit el cim principal

12 SETEMBRE 2019 – AQUATRAIL'19 – CLUB NATACIÓ PALAMÓS I CLUB ALPÍ PALAMÓS

Tornem a unir forces entre els dos clubs de Palamós, el club alpí i el club de natació, per repetir una activitat divertida que es va encetar l'any anterior, al setembre de 2018. Aquesta trobada pretén fomentar la popularització de l'esport, d'una forma divertida i gens competitiva. S'organitza de manera que per parelles es pot assolir tant la cursa al mar com la travessa corrents tant pels dos membres de la parella com per un sol d'ells.



Participant a la carrera



Comença el dia i la mar apareix ben planera, per iniciar la travessa de l'Aquatrail'19

05 OCTUBRE 2019 (ALTA MUNTANYA) - TORRENEULES

Finalitzada la temporada estival, reprenem l'agenda d'activitats muntanyenques. En aquesta ocasió en Lluís Viñals ens acompanya al cim del Torreneules (2713 m). La jornada promet ser llarga i amb un desnivell important que acaba superant els 1500 m. Partim des de la central de

Daió a Queralbs, per remuntar la Coma de Vaca i prendre el camí més ràpid i directe cap el Torreneules. La baixada, ben dreta, ens deixa gairebé a l'alçada de les gorges del Freser. Dia esplèndid i amb magnífica companyia per encetar la nova temporada.



Vistes del Torreneules i preparant foto de grup

12-13 OCTUBRE 2019 - ALTA MUNTANYA – POSETS PER LA CRESTA D'ESPADAS

Aprofitant que ja queda molt poquet perquè comencin a escurçar els dies i que podem gaudir encara d'un terreny encara no innivat, enfilem cap al Pirineu Aragonès per llançar-nos a assolir el segon cim més alt del Pirineu, el Posets (3369 m), però afegint una mica més d'intensitat, tot resseguint la cresta d'Espadas.

La jornada comença dissabte amb una petita via ferrada, per escalfar les piles abans d'arribar al Refugi de l'Àngel Orús, on farem la pernocta.

Dissabte, ben aviat sortim del refugi i iniciem l'ascensió cap el peu de la Cresta. Alguns components aprofiten per fer cim a la Tuca del Forao de la Neu, el primer tres mil de la jornada

(3080 m). La resta ens apropem a la base de la cresta on ascendirem la Llardaneta (3332 m), la Tuca de la Llardaneta (3311 m), la Tuqueta Roya (3273 m) i finalment el Posets. El temps és més fred del que s'esperava i el vent i els núvols no ens deixen treva, així que les vistes van i venen durant tota la feixuga però intensament satisfactòria jornada.



Finalitzada la via ferrada



Vistes de la cresta i el Posets, ja de retorn al refugi de Viados



Progressant per la cresta

20 OCTUBRE 2019 – TAPIS - MITJA MUNTANYA

En Rafa Morillas ens apropa a fins la frontera entre l'Alt Empordà i l'Alta Garrotxa. Durant el camí amb el cotxe ens sorprenen episodis de tempesta, però malgrat la incertesa del temps,

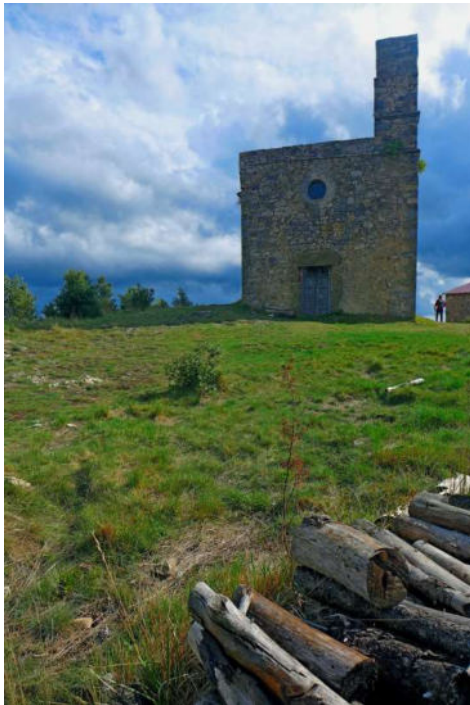
sortim cap a la Serra del Bac de Grillera. Visitem l'ermita de la Fau, el Castell de Grillera i el Puig de la Gabarra, tornant a Tapis fent una circular, tot gaudint dels colors de la tardor i per acomiadar-nos de la zona, vam fer una bona cargolada.



Primera aturada



Roure centenari



26-27 OCTUBRE 2019 –ESCALADA - MONTSERRAT

Cap de setmana complet d'escalada a l'escola de Montserrat, per gaudir d'una tipologia de roca que sempre ens queda una mica allunyada. Dissabte pràctica intensiva d'escalada esportiva i diumenge, via llarga, per gaudir de tots els coneixements adquirits durant el trimestre anterior.



Fent pràctiques d'escalada esportiva, dissabte (esquerra) i via llarga diumenge (dreta)



Via llarga, diumenge

01-03 NOVEMBRE 2019 – D'ALTA MUNTANYA A ESCALADA – DE BACHIMALA ALS PORTS DEL BESEÏT

La proposta d'en Rafa Morillas consisteix en apropar-nos al sector de Viadós (Pirineu d'Osca) per aprofitar aquest pont i intentar diferents ascensions com són els Culfredes(3.034m), la Punta Sabre(3.136m) o el Bachimala(3.177m).

Però la incertesa del temps, en entrar una borrasca durant tot el cap de setmana, fa que es canviïn els plans i ens dirigim cap el Sud, els Ports del Beseït on seguim practicant l'escalada en via llarga, aprofitant les diferents tipologies de roca que podem trobar en aquest indret tan bonic.



Parets dels Ports del Beseït



Via llarga. Cordada de 3 components.

10 NOVEMBRE 2019 - MARXA POPULAR- 16ª MARXA POPULAR DELS TRAGINERS

Tornem a organitzar una marxa a l'abast de tothom. Consisteix, com cada any, en 2 itineraris a escollir, un de més llarg i amb major desnivell d'aproximadament 18 km, i un altre més assequible que volta els 9 km. Com els darrers anys, de nou hem incorporat la cursa competitiva que segueix el mateix traçat que el recorregut llarg i que té com a premi, gaudir durant un any del bastó de traginer. La participació ha estat d'unes 400 persones.

Aquest any, el recorregut tampoc no ha decebut i hem rebut agraïdes felicitacions, que en particular les dirigim cap en Remi Serra i en Pere Parra, per la seva inestimable ajuda en triar el traçat i mantenir-lo a punt pel trànsit de tots.

D'aquesta manera tenim l'oportunitat de gaudir de l'entorn de la Vall de Bell-lloc i del seu patrimoni, per corriols que probablement no serem capaços de tornar a trobar-los.

Gràcies a tots i totes per la vostra col·laboració en l'organització!!



Guanyadors de la cursa amb el bastó de Traginers



Preparant les graelles per la botifarrada



Lloc de control



Can Pere Tià, rebent als participants

PENDENTS DE REALITZAR DURANT EL FINAL D'AQUEST TRIMESTRE:

30 NOVEMBRE - 01 DESEMBRE - ALTA MUNTANYA - PIC D'ESCOBES

Sortida d'alta muntanya a Andorra per intentar l'ascensió d'un dels cims més coneguts de la Parròquia de Canillo, el Pic d'Escobes(2.781m), des de Juclar.
Coordina l'Ivan García.

15 DESEMBRE (SORTIDA SOCIAL) - SANTA LLÚCIA

Tancarem l'any amb una sortida clàssica, resseguint l'itinerari llarg de la Marxa de Traginers d'enguany, per tal que tots els companys i companyes que han col·laborat en l'organització puguin gaudir del traçat d'aquesta darrera temporada.

I podrem acomiadar les sortides del 2019 amb una bona graellada de carn per a tothom a Can Pere Tià.

Coordina Jesús Correa.