

ACTIVITATS JULIOL

Cal dur ganyips i dinar del dia de la caminada.

Itinerari: N-II direcció Lleida, N-230 direcció Vielha, entrada a França, N-125, Saint-Gaudens, A64/E80 Toulouse, Tarbes-Lourdes, D821 Argelès, Luz Saint-Sauveur, Gavarnie.

Cal tenir en compte que fins a Gavarnie hi ha, si fa no fa, unes 6 hores de cotxe, tant si passem per Bielsa, Col d'Aspin, Col du Tormalet, etc., com si anem per Tarbes evitant els ports. Cal tenir-ho present també per la tornada. Per tant, calen 3 dies.

DIA 3 (dissabte)

BTT

Igualada - Platja de Calafell

Coordinadors: Ton Munne i Xavier Gras

Lloc i hora de sortida: Es concretarà en la reunió del dijous

Recorregut: 65 km. aproximadament i un desnivell de 900 m.

Nivell de dificultat: Mitjà-alt

Queviures: Esmorzar i ganyips. Trobarem aigua als pobles que anirem passant.

Itinerari: Igualada - Carme - Les Pinedes de l'Armengol - Sant Joan de Mediona - Font Rubí - El Cosconar Can Croset - Les Cases Noves de la Riera - Banyeres del Penedès - Bellvei - Calafell - Platja de Calafell.

Comentari: Interessant ruta que transcorre per tres comarques: Anoia, Alt Penedès, i Baix Penedès. Es calcula arribar a la platja a l'hora de

dinar. Tothom que vulgui pot portar la tovallola de platja per banyar-se. La tornada es farà amb cotxes particulars.

Aquesta activitat estava prevista pel dia 27 de juny, tal com ja varem informar a l'anterior circular, però després es va haver d'ajornar. Sortirem el dissabte 3 de juliol.

DIES 3 i 4

CAMINADES DE RESISTÈNCIA

20à Travessa Núria-Berga

Organitza: Associació de Muntanyencs Bergadans

Desnivell Acumulat: 9.100 m.

Distància: 96 km.

Més informació: www.92km.com

Coordinador: Josep M. Solà

DIA 15 (dijous)

VETERANS

El Bruc - Refugi Coll de Porc - Coll de Guiró - El Bruc.

Sortida: a les 7 del matí

Temps de Camí: 3:30 hores

Coordinadors: Joan Mollà i Josep M. Compte.

DIES 17 i 18

ALTAMUNTANYA

Punta Alta (3.014 metres)

Coordinadors: Gerard Feixó i Maria José Piñero

ACTIVITATS JULIOL

Lloc i hora de sortida: Dissabte a la tarda del Canaletes. Detalls a la reunió prèvia del dijous abans de la sortida.

Nivell de dificultat: Baixa. Sols un parell de grimpades.

Material que cal dur: Se'n parlarà a la reunió prèvia del dijous (depenent de l'any, al juny encara s'hi troben clapes de neu).

Queviures: El sopar i l'esmorzar es faran al refugi. Cal portar el dinar de diumenge.

Itinerari: Igualada - Alfarràs Pont de Suert Caldes de Boí.

Recordem que aquesta sortida és la que es va ajornar a causa de no trobar el refugi obert i que estava prevista pels dies 29 i 30 de juny.

VIES FERRADES

Ferrada de Sacs (Benasque)

Coordinadors:

Lloc i hora de sortida: Es decidirà a la reunió prèvia del dijous.

Nivell de dificultat: alt.

Material que cal dur: el necessari per a vies ferrades.

Queviures: Dinar, aigua i ganyips.

Itinerari: Igualada - Alfarràs - Graus - Benasc.

Comentari: Via de 550 metres de llargada, amb espectaculars vistes de la Vall de Benasc. Si ens animem es pot baixar pel barranc sec de Sacs.

La data de sortida d'aquesta activitat, en el moment de tancar la circular encara no la sabem. Tant aviat com disposem de la informació la posarem a la vitrina de baix a la porta i també s'enviarà per e-mail.

DIA 31 (dissabte)

CURSES DE MUNTANYA

Trail Aneto, Benasque

Distància: 42 km.

Desnivell acumulat: 3.000 m.

Més informació: www.nimt.com

Coordinadors: David Gubern i Albert Ferrer.

ACTIVITATS AGOST

DIA 28 (dissabte)

CURSES DE MUNTANYA

IX Marxa dels 3 Pics, Navàs

Distància: 21,1 km.

Tipus de competició: VIII Circuit Català de Curses de Muntanya

Desnivell Acumulat: 1.630 m.

Més informació:

www.totnavas.com/cen

Coordinadors: David Gubern i Albert Ferrer

C/ de Sant Magí, 28
Tel.i fax 938 032 047
Apartat 267 • 08700 IGUALADA

E-mail: uecanoia@uecanoia.cat
www.uecanoia.cat



CLUB EXCURSIONISTA UECANOIA

Circular informativa. Núm. 285 • Juliol - agost de 2010

ACTIVITATS JULIOL / AGOST



ACTIVITATS JULIOL / AGOST

CAMPAMENT D'ESTIU a ESPOT (Pallars Sobirà)

Inscripcions

Durant les dues setmanes del període comprès entre l'1 i el 15 d'agost es celebrarà la 47ena edició del Campament d'Estiu que, com ja s'ha anat anunciant, tindrà lloc a la comarca del Pallars Sobirà, concretament a la molt coneguda població d'Espot.

El passat 10 de juny es va fer la presentació d'aquest Campament 2010, comptant amb una nombrosa assistència de persones interessades. En aquesta reunió es van explicar detalls del lloc, recomanacions de viatge i les possibilitats que ofereix la zona, ja prou conegudes per tothom. A la vegada que s'informava de les novetats en quant al format de l'acampada que regirà enguany.

Es recorda que per assistir-hi és condició indispensable haver fet la **inscripció prèvia**. Per complimentar aquest requisit, cal passar per la secretaria de l'entitat i, en apuntar-se, detallar cada un dels components de la família o grup, amb nom, cognoms i DNI, com també la data prevista d'arribada i de marxa. A la vegada, cal fer l'abonament de 7 euros per persona inscrita com a concepte de despeses d'organització. L'import personalitzat de l'estada es pagarà directament al càmping, a la sortida.

Cal fer esment que si per circumstàncies personals o laborals interessa allargar uns dies més l'estada a partir del 15 d'agost, tot i quedar ja fora de l'organització del Campament, no hi haurà cap inconvenient en fer-ho.

El període d'inscripcions a la UECANOIA es mantindrà obert **improrrogablement fins el 10 de juliol**. Per temes organitzatius no serà possible acceptar-ne de noves passada aquesta data.

SECCIONS MATINALS I MUNTANYA

Recordem que el dissabte dia 3 de juliol a les 18 hores a la Sala d'Actes del Club, hi haurà la reunió de les Seccions de Matinals i Muntanya, per a preparar les activitats del proper any 2011.

CURS D'INICIACIÓ A L'ESCALADA

Del 5 al 10 d'octubre

CURS D'ESCALADA ESPORTIVA - 2010

PROGRAMA DE SESSIONS TEÒRIQUES

Dimarts 5 d'octubre de 2010:

Presentació del curs, equipament i material.

Dijous 7 d'octubre de 2010:

Història de l'escalada; ideologia, evolució i tendències.

Lectura i confecció de ressenyes; simbologia.

Repàs, test i cloenda.

SORTIDA DE PRÀCTIQUES

Dissabte 9 i diumenge 10 d'octubre de 2010

Continguts de la pràctica:
Tècniques de progressió,
ancoratges i sistemes
d'assegurament en roca

OBSERVACIONS:

Els indrets de les sortides poden variar depenent de les condicions del medi.

Places: Mínim 4 ; Màxim 12

Preu: Socis 50 €

No socis 75 €

DIRECTOR DEL CURS:

Jordi Ruana



RUTA DELS PICS D'EUROPA

La propera reunió serà el dijous 8 de juliol a les 8 de la tarda a la UECANOIA. Concretarem els detalls de la travessa pels Pics d'Europa, que farem del 30 de juliol al 5 d'agost. Serà una ruta circular de 5 dies, durant la qual dormirem als refugis Jou de los Cabrones, Picu Urriellu, Collado Hermoso i Odriozola. Coneixerem el seu massís central, que és de pedra calcària, on destaca el Naranjo de Bulnes o Picu Urriellu en asturià. És tot un mite de l'escalada, amb els seus 2.519 metres, i la cara oest, amb caigudes verticals de més de 600 metres.

CAFÈ - TERTÚLIA

El cafè - tertúlia marxa de vacances, com ja és habitual als mesos d'estiu. Serà el proper mes d'octubre quan ens tornarem a retrobar. Ja us anirem informant en les corresponents circulars. Molt bon estiu i fins aviat !!!

ACTIVITATS JULIOL

DIA 1 (dijous)

VETERANS

Coll del Bruc - Can Soterias - Font del Ferro - Balma de Can Soterias - Pinasses de Can Soterias - Fembra Morta - Coll del Bruc.

Sortida: A les 7 del matí.

Temps de Camí: 3,15 hores

Coordinadors: Jordi Mateu i Jaume Rosich

DIES 2, 3 i 4

ALTA MUNTANYA

Circ de Gavarnie

Casc de Marboré 3.006 m, Torre de Marboré 3.009 m, Pic occidental de la

Cascada 3.095 m, Espatlla de Marboré 3.073 m, Pic Central de la Cascada 3.106 m, (també anomenat "Brulle"), Oic oriental de la cascada 3.161 m, Pic de Marboré 3.253 m.

Coordinadors: Anna M. Garcia i Jordi González.

Lloc i hora de sortida: Se'n parlarà a la reunió prèvia.

Temps de Camí: Unes 9 hores, anant bé.

Nivell de dificultat: Tècnicament baix, físicament mitjà-alt.

Material que cal dur: Segons l'estat de la ruta, a confirmar en la reunió del dijous.

Queviures: Farem 2 nits al refugi en règim de mitja pensió (qui ho vulgui).