



més que muntanya

sefm 148

Butlletí de la Secció Excursionista del Foment Martinenc
www.sefm.cat octubre-novembre-desembre 2013

PROVENZA, 598 / TEL. 93 456 41 70 - 08026 BCN
ROGENT, 51 BIS / TEL. 93 455 21 68 - 08026 BCN

MODA HOME

flis flás



**"PUNT D'ENTRADA AL
PIRINEU LLEIDATÀ"**

C/ de l'església, 8 – 25517 Claverol
(Lleida)

Tf.972147021/62098306

www.casachurchill.com - info@casachurchill.com

**L'ALBERT I LA CONXITA US ESPEREN !!! DESCOMPTES PER ALS SOCIS
DE LA S.E.F.M.**

Portada: Ferrata Regina de Oliana

Autora: Thaïs Bori

Pàg 3: Editorial

Pàg 4 a 7: Activitats i Notícies

Pàg 8 i 9: Fotos activitats

Pàg 10 a 14: Col·laboracions

Disseny portada: Jaume Figuera

Elaboració: Joan Carles i Tània

Benvolguts socs i sòcies,

Doncs ja hem passat el període estiuenc. Ni ens n'hem adonat, i ja tenim la tardor entre nosaltres, i amb ella una nova temporada. I per aquesta temporada, què tenim... Què tenim?

Tenim previstes diferents activitats que aniran apareixent en el full d'activitats, pàgina web, o taulell d'anuncis de la secció, però per no deixar-vos amb l'espera i que aneu fent boca, us fem quatre pinzellades del que trobareu durant aquest primer trimestre i més enllà:

- ◆ Seguirem les etapes de la Ruta del Ter, que vam iniciar la temporada 2012-2013, i que ens portaran fins a la Gola del Ter.
- ◆ Per als amants del ferro, programem noves vies en el Cicle de Ferrades. Acostem als socs una manera diferent de progressar per la muntanya, tant per als qui ja van assistir al Primer Cicle, com per a aquells que ho vulgueu conèixer, no us el deixeu perdre.
- ◆ Un no parar per als veterans, amb les Sortides entre Setmana.
- ◆ Cent cims per acostar-nos i descobrir indrets del territori català.
- ◆ Compromís amb l'entorn de Collserolla amb el Manteniment de la Font de Can Güell, o dels caçadors.
- ◆ Manteniment del GR83 i d'unes etapes del GR11.

A més:

Un nou espai per als socs anomenat Divendres d'acció: posem a la vostra disposició la sala de la SEFM per compartir els vostres projectes muntanyencs, en format projecció, presentació, xerrada, o com creieu més oportú...

També trobareu les activitats que ja estan consolidades en el funcionament anual de la SEFM, com ara la 34ena edició de la Cursa Popular Clot - Camp de l'Arpa - Verneda; la 5a edició del Concurs de Ressenyes de Muntanya de la SEFM; el Cicle d'Aprenentatge els divendres a la Sala de la secció o d'altres que demanen de la vostra col·laboració com ara el Cicle de Sortides Guiades. Esperem que hagueu passat unes bones vacances i que un any més, inicieu aquesta nova temporada amb nosaltres, a la Secció Excursionista del Foment Martinenc.

Ens veiem per la secció,... la teva.

Jaume Cañas

secretaria

Durant els mesos de abril, maig i juny s'han donat d'alta com a sòcies de la Secció Excursionista les següents persones:

Antonio Rodríguez, Thaïs Borri, M^a Cruz Rodrigo, Miguel Ángel Bravo, Rosalia Ejarque i Felip Ardiaca

Els donem la benvinguda!!!

Ha passat...

CLOENDA TEMPORADA:

El passat 14 juny va tenir lloc la cloenda de temporada de la SEFM. Com és habitual vàrem poder veure un muntatge fotogràfic de totes les activitats realitzades durant la temporada i acte seguit es van entrega els premis "**Piolet d'or**" als tres socis amb més excursions a les espatlles.

Aquest any, els guanyadors van ser:



Piolet d'or: Jaume Figuera



Piolet de plata: Mònica Pedret



Piolet de bronze: Lídia Cabré

L'acte va finalitzar amb un pica-pica per a tots els assistents.

FONT DE CAN GÜELL:

Estem altre cop fent l'arregament de la font de Can Güell però aquest cop amb una novetat, ens acompanya en Jordi Noves de Fes Fonts Fent Fonting que ens portarà a fer un interessant recorregut i visitar altres fonts, entre les quals, evidentment, la d'en Güell. Un cop arribats a la font d'en Güell aprofitem per endrapar i un cop tips "manos a la obra". Aquí el que signa havia arribat amb cotxe per portar les eines de camp, sona pompós això d'eines del camp, oi ? I tots plegats ens posem a la feina. Ah!!!! sorpresa! La font GOTEJAVA, suposem que les pluges d'aquests dies ho han fet possible... Sigui el que sigui, el fet de veure una font rajar encara que sigui gota a gota ens satisfà. En Marcel ens porta una altra font que ignoràvem. I sols estan a 30 m una de l'altra! Segons la inscripció es diu font dels Caçadors, per tant, aquí hi ha un petit embolic de fonts i noms que ja anirem esbrinant. Bé doncs, feta la feina la colla segueix el seu camí cap a Cerdanyola per visitar altres indrets i uns altres ens quedem a recollir les eines. I cap a Can Cerdà a fer una cervesa... I sense res més per ara m'acomio fins a la propera trobada!



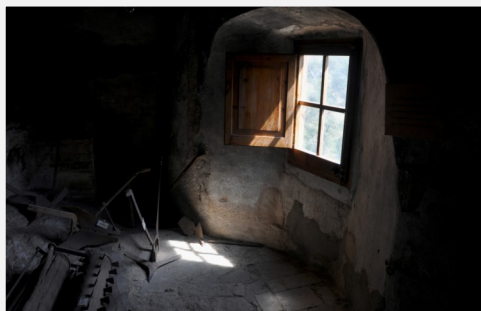
Agraïm la col·laboració dels companys de **Fes Fonts Fent Fonting**.

Quim Cobos
4 de maig de 2013

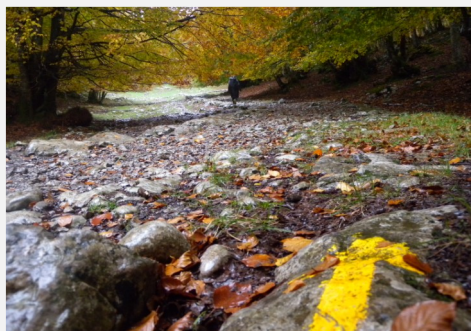
48è CONCURS DE FOTOGRAFIA DE LA SEFM

Al mes de maig es va celebrar el 48è concurs de fotografia de la SEFM dins del actes "Festes de primavera" del Foment Martinenc.

L'entrega de premis va tenir lloc el divendres 9 de maig i els socis guanyadors del premi activitats (social) van ser els següents:



1r premi "in memoriam Jordi Hernández": Jordi Cabré



2n premi: Luis Barja

NO US PERDEU

5è CONCURS DE RESSENYES

Des de la SEFM us farem arribar les bases per a concursar, recordeu que el dia de finalització d'entrega d'obres es el **29 d 'octubre de 2013**, i el dia d'entrega de premis serà el **29 de novembre de 2013**, a les 20.00 h

a la Sala d'Actes del Foment Martinenc. Us recordem l'adreça a on heu d'adreçar els vostres treballs: ressenyes@sefm.cat
Bona sort!

34^{ena} CURSA POPULAR CLOT-CAMP DE L'ARPA—VERNEDA

Recordeu apuntar-vos el proper novembre a la nostra cursa popular!

LES NOVES RUTES DEL TER

No us perdeu la programació de la nova temporada de la Ruta del Ter, us captivarà!

- ♦ 20/10/2013: del coll de la Nafra fins a la Celler de Ter. 20 km
- ♦ 24/11/2013: de la Celler de Ter fins a Girona est. 21 km.
- ♦ 15/12/2013: de Girona oest fins a Cervià de Ter. 16 km.
- ♦ 19/01/2014: de Cervià de Ter fins a Verges. 21 km.
- ♦ 16/02/2014: de Verges fins a Torruella de Montgrí 9 km. + ascensió al seu castell.
- ♦ 23/03/2014: de Torroella de Montgrí per la Gola del Ter 6 km. + anar fins l'Estartit.

La SEFM us recomana:



**CURSOS DE CATALÀ A BARCELONA
SANT MARTÍ
Curs 2013-2014**

MATRÍCULA OBERTA DE TOTS ELS NIVELLS

INFORMA-TE'N I INSCRIU-T'HI!



93 352 24 14

santmarti@cpnl.cat

Gran Via de les Corts Catalanes, 866, 2n A

Horari:

Des del 2 fins al 15 de setembre de dilluns a divendres de 9 a 14 h
A partir del 16 de setembre de dilluns a divendres de 9 a 14 h
i dimecres també de 16 a 18 h

PROVES DE NIVELL DURANT TOT L'ANY



FOTOS DE LES ACTIVITATS REALITZADES



4t Campionat de Futbol Sala del FM

Autor: Angel Pérez, president de la penya blaugrana del Foment Martinenc



Xemeneia del Canigó

Autor: Jaume Figuera



Roma Sau—Sta Maria del Coll

Autora: Lúdia Cabré

Pujant al Montmalús

Autor: Joan Carles Solé





Manlleu — Parador de Sau
 Autora: Montse Alba



Salàs de Pallars Autor: Jordi Cabré



Ruta del Ter Autora: Rosalía Ejarque



Puigmal Autora: Lúdia Cabré



Cloenda temporada
 2012-2013

Entrega premis 48è
 Concurs Fotografia
 SEFM



IMPRESSIONANT

Hola, nous companys !!

Fa poc m'he incorporat a la Secció Excursionista del Foment Martinenc i us voldria explicar una de les meves últimes sortides. UNA PASSADA!!!! Estem fent la Ruta del Ter i aquest dia anàvem de Sant Romà de Sau al Santuari del Coll. Doncs bé, va ser una ruta realment ESPECTACULAR !!!! (total només 21km). Ja només baixar de l'autocar, teníem un mirador, amb unes vistes... INCREÏBLES! Es veien totes les muntanyes de Tavertet i tot el pantà de Sau a vessar d'aigua, ple com mai. S'ha de dir que vam tenir la sort que feia un dia molt clar. Acabat d'admirar tot aquell paisatge, ens tocava baixar fins a baix per seguir la ruta.

Vam haver de baixar només unes 500 escales, sí sí, ho dic bé, unes 500 o més escales!! Allò semblava que no s'acabava mai. Quan vam arribar a baix, estàvem a la presa de Sau, un altre ESPECTACLE !!!

Clar, en haver tanta aigua, allò era brutal. Bé, ara ens tocava caminar fins al camí que voreja el pantà per arribar al pantà de Susqueda. Bé, bé, bé... quin camí, quines vistes, quin silenci, quina llibertat, QUINES SENSACIONS !!!



Tot plegat em donava a sensació d'estar en el paradís. Hi havia moments que m'havia de parar

a pensar quins eren els sons que sentia, i a segons quins llocs eren només les petjades de trepitjar terra molla; uns altres, el soroll de l'aigua caient per la muntanya; un altre, el soroll de moure's les fulles dels arbres (i ben frondosos) quan corria l'aire; un altre, les veus dels meus companys... i gairebé res més, que jo recordi.



Recordo que vam fer una paradeta en un lloc que feia una mica de penya-segat i vaig pensar "no vegis... si caus per aquí " i sabeu què més vaig pensar? Que si em toqués caure per allà i fos el meu final no m'importaria gens, perquè haver descobert aquesta natura, era el millor que he viscut. Però estava molt equivocada! Encara vaig descobrir alguna cosa millor!!! Després de dinar per allà tirats, enmig d'aquella natura tan maca, i d'estar caminant gairebé 4 hores, encara ens quedava el més maco de veure, però també el més dur de fer, si més no per a mi, com a principiant. Però hi havia una persona que em donava molts ànims sense que em digués res, la Montse, la meva "adrenalina" je je jeee... (amb tot el meu afecte); estava embarassada de 6 mesos i ho va fer tot com si no res!!! Quan em trobava cansada i la mirava a ella jo pensava... "si ella pot, jo també" i sí, sí... jo podia. Gràcies Montse.



Bé, seguint la ruta, en algun moment, ens van dir que ens quedaven de 800m a 1km de PUJADA !!! Tots vam bufar una mica, però bé, "pa ya que vamos" !!! No vegis amb la pujadeta, a més l'havien ASFALTAT aquella setmana !!! Hi havia moments que pensava... "caram, sí que es fa llarg aquest km, i de veritat, que no podia amb la meva ànima, però gens ni mica, però

era mirar la Montse, i apa!!!, sant tornem-hi!

Una vegada havent arribat a dalt, sabeu què!!!! el Senyor "jefe" (el Jau-me) ens diu..."molt bé senyors, acabem de pujar 4 KILÒMETRES !!!" ... Jo em vaig posar més vermella del que estava, no em podia creure que hagués pogut pujar allò, però sí, ho vaig pujar. Allà ens va recollir l'autocar i ens va pujar fins al Santuari del Coll, MARE MEVA!!!, quan vaig veure aquell lloc, amb aquelles vistes TAN MERAVELLOSES!! em vaig quedar "EMBADALIDA", allò sí que era tocar el cel. Quan et trobes amb un final així, és quan t'adones que val la pena CAMINAR PER LA NATURA COSTI EL QUE COSTI.

Rosalia Ejarque

RAMAT DE CAMINS

Coneixeu l'efecte papallona? És aquell que, més o menys, diu que "el moviment de les ales d'una papallona pot provocar un tsunami a l'altra punta del món". Doncs bé, seguint aquesta teoria, podem dir que la ruta que vam fer per Sant Joan va començar pel novembre de l'any passat, a l'entrega de premis del 4t concurs de ressenyes de muntanya de la SEFM.



En aquella edició hi va participar la Núria García Quera i, a partir d'aquí, és quan es comença a gestar aquesta ruta (tot i que en aquell moment encara no ho sabíem). Després de la cloenda del concurs, vam mantenir una sèrie de correus electrònics amb la Núria que s'havia ofert a venir al Foment Martinenc a presentar el seu llibre de viatge Nou viatge al Pirineu. Finalment vam trobar una data: el 23 d'abril.

Aquest llibre rememora el viatge que van fer Camilo José Cela i Josep M. Espinàs feia més de 50 anys pels dos Pallars, la Noguera i la vall d'Aran. La Núria havia tornat a fer aquell itinerari (amb alguna variació) i havia escrit el llibre, però també havia fet la ressenya dividida en 15 etapes i que es poden consultar a internet. El dia de la presentació al Foment, mentre fèiem el col·loqui posterior, ja vaig començar a rumiar la logística per fer aquells itineraris. Tot i que la idea inicial va ser fer tot l'itinerari seguit, finalment ho vaig descartar i vaig decidir fer-ho en etapes i, dit i fet, el primer cap de setmana de 3 dies que tenia lliure era el de Sant Joan. Només quedava donar veus per veure qui s'hi volia apuntar i cap a lo Pallars i falta gent.

Un cop la logística preparada, només quedava creuar els dits perquè les riuades d'aquella mateixa setmana no ens obliguessin a canviar de plans. Després de comentar-ho entre els quatre, vam decidir començar la primera etapa una mica més endavant de l'itinerari original per no haver de creuar el barranc de Sant Pere, que potser baixaria molt crescut i podríem tenir algun problema. Així doncs, vam deixar per a una altra ocasió la visita al monestir de Sant Pere de les Maleses i la cova de la Serpent i vam dir al taxista que ens deixés a l'entrada del túnel de l'Argenteria. I allí ens tens, amb el sol que encara no havia arribat al fons de la vall i ben abrigats tot i haver començat l'estiu.

Amb la ressenya de la Núria no vam tenir cap problema per seguir la ruta:

L'Argenteria, àrea de descans de les Morreres, Pujol, dolmen de la Mosquera, Peramea, Gerri de la Sal, Mare de Déu d'Arboló i Baro (fi del primer dia). 21 km. Només de Peramea a Gerri el camí es perd (entre l'incendi de l'any anterior i obres) i el darrer tram el vam fer per carretera. A destacar la xerrada a la plaça de l'Om de Peramea amb el Josep que ens va explicar que ell havia treballat a les carreteres de la Vall d'Aran i també ens va indicar on tenim una bona panoràmica de la Geganta Adormida (serra de Peracalç). També vam parlar una bona estona amb la Dolors i una altra voluntària que s'encarrega de posar a punt l'església, a la qual no vaig preguntar el nom, i entre les dues ens van ensenyar l'església.

En sortir de l'església em vaig apropar a un altre veí per preguntar-li on trobar l'antic camí per anar a Gerri mentre la resta de companys xiuxiuejava que si continuava parlant amb tothom no sortiríem mai del poble... No em vaig entretenir gaire perquè ja veia que la meua integritat física perillava, però val a dir que, en escurçar l'itinerari, vam tenir temps de mantenir aquestes converses tan agradables i que et donen un munt d'informació extra, com per exemple vam saber que, tot i haver plogut tant i que mitja comarca estava inundada, uns quants veïns de Peramea estaven sense aigua... i té la seva lògica, ja que quan cau tanta aigua, arrossega de tot i embussa els canals.

A Gerri vam parlar a dinar i després vam visitar el poble i ens vam acostar al monestir de Santa Maria. A la Mare de Déu de l'Arboló hi ha qui es va atrevir a posar el peu dins del soc, tot desafiant la llegenda... L'itinerari de l'endemà va ser: Baro, Malmercat, Tornafot, Saverneda i Sort. 18 km.



Just sortir de l'hostal de Baro ens vam creuar amb un corredor (ara els diuen runners) i el vam saludar com de costum i resulta que era un conegut de Barcelona. No ens vam aturar a parlar perquè entre que una anava mig adormida i no li va sortir el nom i l'altre que corria sense les lentilles i no està acostumat a veure'm amb la indumentària excursionista, doncs

ni em va reconèixer... Això va ser un cop de sort per a la resta de companys... si no, potser encara estaríem al mig del pont nou de Baro fent-la petar...

Vam pujar cap a Malmercat, sortejant, a estones, grans ortigues i amb força humitat, però el paisatge ho compensava.

A Malmercat ens vam trobar amb la Núria, que havia baixat fins al poble per trobar-nos i vam pujar tots junts fins a Tornafor. Ens va convidar a fer una cervesa amb secallona a casa seva i vam aprofitar per dir-li les poques alteracions que hi ha en el seu itinerari (el camí de Peramea a Gerri i l'actual bona indicació del dolmen de la Mosquera).

Des de Tornafor tot és baixada fins a Sort, on vam dinar i vam visitar la població. Després vam tornar cap a Claverol on vam passar una molt bona revetlla a casa Churchill amb l'Albert i la Conxita i la resta d'hostes.

Sant Joan 2013

Carles Pallàs, David Bermejo, Glòria Puigpiqué i Lídia Cabré

La ressenya sencera es pot trobar a <http://www.sensus.cat/nou-viatge-al-pirineu/la-ruta>

Lídia Cabré

PROPERAMENT

En aquest apartat destaquem les activitats que es duran a terme al trimestre vinent, en aquest cas, passat la tardor - hivern.

MARÇ: 2014

- ♦ La 17^a Mostra d'audiovisuals i fotografia de muntanya de Sant Martí tornarà a ocupar la Farinera. Trobareu tota la informació a: www.sefm.cat i a la secretaria de la SEFM.

PARTICIPACIÓ AL BUTLLETÍ!

Us convidem a totes i tots aquells que us agradi relatar les vostres excursions i sortides a participar al butlletí a través d'un escrit o ressenya amb fotografies de les vostres activitats amb indicació del lloc fotografiat, i l'autor/a si no són vostres directament. També ens podeu fer arribar qualsevol errada que detecteu en l'edició dels butlletins, així com els vostres comentaris, a la següent adreça: butlleti@sefm.cat

FM

1877

ANUNCIS

Andrés Castillo

BARCELONA 1991

JOIERIA RELLOTGERIA

Restauració de rellotges

C/. Rogent, 106
08026 Barcelona
Tel. i Fax 934350862
joieriaandrescastillo@hotmail.com

ELIFER MOBLES

Rogent, 92-94

Tel. 93 436 02 08

Fax 93 456 93 54

08026 BARCELONA

elifermobles@yahoo.es

OPTIQUES

TUTUSAUS

OPTICS DES DE L'ANY 1910

Mallorca, 602 Tel. 93 245 94 55
Rogent, 80 Tel. 93 435 12 77
Corsega, 671 Tel. 93 456 22 01



SECCIÓ EXCURSIONISTA DEL FOMENT MARTINENC

Carrer Provença, 591-593 08026 BARCELONA

Telèfon 934 357 376 — 679 380 362

www.sefm.cat info@sefm.cat butlleti@sefm.cat

5^e

CONCURS DE RESSENYES DE MUNTANYA



2013



SECCIÓ EXCURSIONISTA
DEL FOMENT MARTINENC