



Club Excursionista
Cerdanya
Fundat el 1996 Any XXVII

Butlletí mensual d'informació
a sòcies i socis
Núm. 312 desembre 2024

SUMARI

Dissabte dia 1 de febrer Convocatòria
Assemblea General Ordinària del GREC

Dissabte dia 1 de febrer Dinar de Germanor
Complet!!

Dimecres 5 de febrer
Club de Lectura de Muntanya

Dissabte 8 de febrer Excursió
al pic de la Colilla (2.835 m)

Dissabte 15 de febrer de 2025
Excursió Fígols - tossal de Balinyó

Dissabte 22 de febrer de 2025
Conferència de vasculopatia

Bons Homes





Dissabte 1 de febrer de 2025

**Convocatòria Assemblea General de socis/sòcies del
Club Excursionista de Cerdanya -GREC-**

Assemblea General Ordinària de socis i sòcies del Club Excursionista Cerdanya -GREC-.

Data: 1 de febrer de 2025

Lloc: Restaurant El Prado (Ctra. de Llívia, 1, 17520 Puigcerdà)

Queden convocats totes les SÒCIES i SOCIS del Club Excursionista Cerdanya -GREC-.

Primera convocatòria a les 11.30 h (necessitat +50% socis/es)

Segona convocatòria a les 12.00 h (sense requeriment de percentatge)

Ordre del dia:

Lectura i aprovació de l'acta anterior. (Doc-1)

Presentació i aprovació de comptes 2024 (Doc-2 i 3)

Presentació del pressupost 2025 (Doc-4)

Balanç del president i memòria d'activitats 2024. (Doc-5)

Composició Junta actual

Novetats de FEED i GREC

Explicació i valoració de 46è aplec

Plantejament de pujada de la tarifa per al 2026

Què significa dirigir una sortida i decisions de vegades difícils que s'hi han de prendre?

Establir la convocatòria anual de tres places de guia de club a càrrec del club

Participació i compromís a participar amb una carrossa a la Festa de l'Estany.

Torn obert de paraules. Aquesta assemblea de socis i sòcies es farà de forma presencial.

La Junta del GREC



Dissabte 1 de febrer de 2025

Dinar de Germanor

al restaurant El Prado

Exhaurides les places

Dissabte 5 de febrer de 2025

Club de Lectura de Muntanya

El nostre escriptor de referència, Manel Figuera, serà l'encarregat de conduir el Club de Lectura.

A la sala Pilar Prim de la Biblioteca Comtat de Cerdanya de Puigcerdà a les 19.30 h.

Us hi esperem

Club de Lectura de Muntanya del GREC

Club de Lectura de Muntanya del
GREC

Grupo de WhatsApp

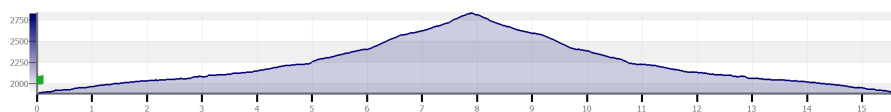


[Biblioteca Comtat de Cerdanya](#)

Dissabte 8 de febrer de 2024

Excursió amb raquetes de neu al pic de la Colilla (2.836 m)

Aquest pic té una certa polèmica en referència al seu nom. Per influència andorrana consta en alguns mapes com a pic dels Estanyons (els Estanyons es troben a la vall del Madriu), però a Lles se'l coneix com a pic de la Colilla, damunt el petit circ i estany d'igual nom, tal com consta al *Nomenclàtor oficial de toponímia major de Catalunya*. A Músser i a Arànsers hi ha qui l'anomena tosa del Sirvent. És el pic més elevat del petit circ dels estanys de la Pera i gràcies a la situació el cim gaudeix d'un panorama extens cap a ponent. Una característica del pic de la Colilla és la facilitat d'accés al cim amb raquetes, gairebé insòlita al Pirineu. Malgrat que l'itinerari és un xic llarg i amb quasi 1.000 m de desnivell, tècnicament no presenta cap dificultat i és segur pel que fa al risc d'allaus. Per tant, resulta ideal per iniciar-se amb raquetes de neu, però, això sí, amb una bona forma física. Material i equip: el necessari per a ascensions hivernals (samarreta tèrmica, folre polar, jaqueta impermeable, pantalons llargs, guants, gorra, ulleres de sol...), amb botes si és possible semirígides. Les raquetes han d'estar graduades i ajustades a les botes el dia abans de sortir. Hora de sortida: 7.30 h a les Tereses (Puigcerdà), 7.45 h a l'Hotel Bellavista (Bellver de Cerdanya), 8.15 h al Fornell (recepció de l'estació d'esquí nòrdic d'Aransa). Si aquesta estació és oberta caldrà pagar segurament 7 € de forfet cadascú per al manteniment (diuen) dels camins per recórrer amb raquetes. I si no hi ha neu la sortida es durà a terme igualment sense les raquetes.



Fitxa: Excursió amb raquetes al pic de la Colilla (2.836 m)

Distància: 15,5 km Desnivell: +936 m

Hora de trobada: 7.30 h pàrquing de les Tereses

S'ha de portar aigua suficient, protector solar, gorra, botes, roba d'abric, guants, ulleres de sol, raquetes ja graduades, menjar/ganyips i bastons.

Temps durada: tot el dia i dependrà del ritme del grup.

Cost transport: es farà en funció dels cotxes utilitzats. [info](#)

[Inscriure'm](#)

S'ha de fer la inscripció fins al dia 4 de febrer.



Dissabte 15 de febrer de 2025

Excursió Fígols - tossal de Balinyó

Anirem fins a l'Alt Urgell per fer una ruta circular i assolir un 100 cims FEEC.

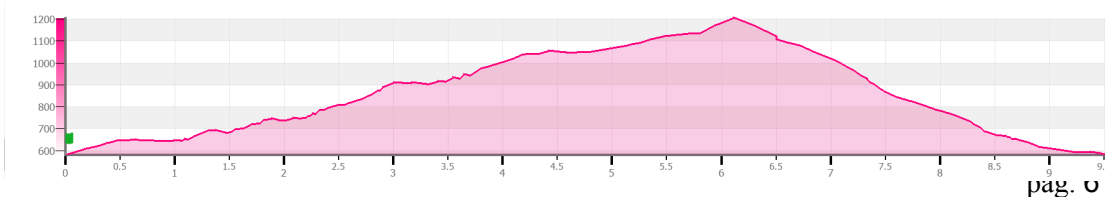
El Tossal de Balinyó, amb unes vistes espectaculars de la vall del Segre i les valls de Montanissell i Cabó.

Deixarem els cotxes a l'aparcament Roca de Narieda, situat a la carretera que arriba a Fígols. Començarem a caminar fins a trobar un pal informatiu, girarem a l'esquerra i agafarem un sender fins a arribar a la font de Codonyes. Continuarem amb una mica de pujada fins al collet de Dalt. Des d'aquí i creuant una pista, passarem per la impressionant roca d'Espatllagossos. Continuarem per fer la darrera pujada fins al tossal de Balinyó i en gaudirem del paisatge.



A partir d'aquí començarem la baixada per un sender entremig d'un bonic bosc. Trobarem uns trams amb més pendent i un tros del camí amb roques amb una cadena que ens ajudarà a baixar.

Seguirem baixant per un bonic corriol i algun tram de pista fins a arribar a l'aparcament.



Fitxa: 15/02/2025 Excursió al tossal de Balinyó

Distància: 10,13 km Desnivell: 667 m

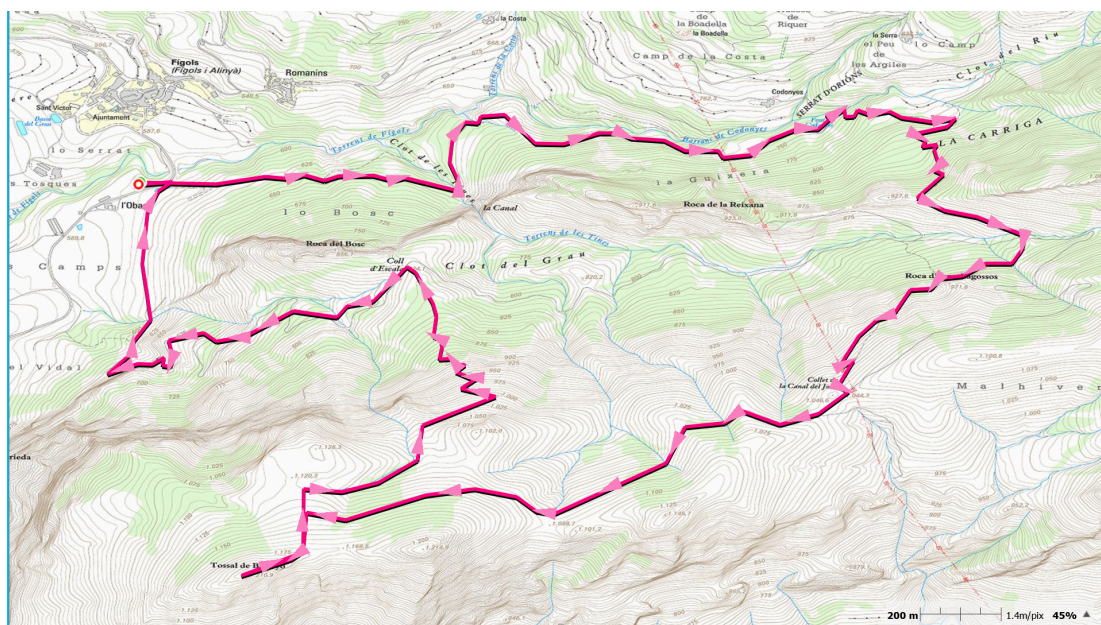
Temps durada: 4,15 h, dependrà del ritme del grup.

Trobada: 7.30 h pàrquing de les Tereses

S'ha de portar aigua suficient, protector solar, gorra,
botes, roba d'abric, guants, ulleres de sol,
menjar/ganyips i bastons

Aportació al conductor: en funció dels cotxes

[**Inscriure'm**](#)



Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 12 de febrer.

Dissabte 22 de febrer de 2025
Conferència a les 18.00 h
Vasculopaties

Malalties cardiovasculars, com ens afecten en la vida diària i en la pràctica de l'esport.

A càrrec del **Dr. Carles Miquel Abbad**

a la sala Pilar Prim de la Biblioteca Comtat de Cerdanya

A les 18.00 h.

Camí dels Bons Homes
Recuperació d'etapes

Al mes de novembre de 2024 vàrem acabar l'última de les 10 etapes del Camí dels Bons Homes, que vam encetar ara fa dos anys. Han estat unes excursions on ha participat una gran quantitat de socis/sòcies del GREC gaudint de paisatges, història, cultura i companyia grata.

Sabem que hi ha qui, per raons diverses, no ha pogut completar les 10 etapes; és per això que us proposem "tancar el cercle" aquest proper 2025.

Tothom qui vulgui fer alguna de les etapes que li falten pot posar-se en contacte (abans de fi d'any) amb una d'aquestes tres persones a través de "whats" especificant quina de les etapes que us detallem a continuació desitjaria fer:

Dolors Caballero 635372860

Josep M. Montes 652075583

Montse Gómez 609772292

Les dates s'aniran notificant als butlletins del GREC.

ETAPES DEL CAMÍ:

1. Montsegur-Comús
2. Comús-Orgeix
3. Orgeix-Merenç
4. Merenç-Porta
5. Porta-Viliella
6. Viliella-Talló
7. Talló-Bagà



8. Bagà-Gósol
9. Gósol-Peguera
10. Peguera - santuari de Queralt (Berga)

El nostre club desitja l'eradicació de les violències masclistes i per a això teniu la bústia a la vostra disposició a fi de detectar-les al més ràpidament possible. info@greccerdanya.cat

Recordeu que hi ha un grup de Whatsapp, "Passejades amb el GREC", per als socis que continuen fent cada divendres sortides matinals. El lloc és anunciat els dimarts. Són passejades suaus sense gaire desnivell amb una durada d'entre 2 i 3 hores. En cas de voler ser en aquest grup comuniquen-nos-ho al nostre Whatsapp 660658990.

El GREC es reserva el dret de modificar les activitats que organitza per causes que així ho justifiquin (mal temps, transport, etc., entre d'altres).

Contacteu amb nosaltres a través dels canals de comunicació següents:

Whatsapp del GREC: 660658990 o greccerdanya@gmail.com

Totes les sortides, amb l'excepció d'aquelles que comportin una despesa extraordinària en guiatges o similars (travesses de cap de setmana, cursos, etc.), són gratuïtes per a les persones associades de l'entitat.

Podeu trobar més informació nostra a: www.greccerdanya.cat també a [Facebook](#) i [Instagram](#).

Us recordem que el local del GREC resta obert els dijous de 19.30 h a 20.30 h. Esteu convidats a visitar-nos-hi.

Si algú utilitza Google Calendar podeu agregar el "calendar" del club i podreu veure totes les excursions i passejades al calendari. [Enllaç](#) (es van entrant mensualment)



Google Calendar

[Documentació](#) realitzada en el curs de Monitor D'excursionisme