



SUMARI

[↓](#) **Dissabte 1 de novembre**

Camí de Picasso (Berguedà)

[↓](#) **Dissabte 8 de novembre**

Excursió de patrimoni per la Marató de TV3

[↓](#) **Dissabte 15 de novembre**

Serra d'Ensija (Berguedà)

[↓](#) **Dissabte 15 de novembre**

Segon debat participatiu sobre seguretat

[↓](#) **Dissabte 22 de novembre**

Circs i llacs: la Muga

[↓](#) **Diumenge 23 de novembre**

Sant Miquel de les Canals (Berguedà)

[↓](#) **Dissabte 29 de novembre**

Passejada Extra en Dissabte

[↓](#) **Diumenge 30 de novembre**

Serra de Montgrony (Ripollès-Berguedà)

[↓](#) **Dimecres 3 de desembre**

Club de lectura de muntanya

Dissabte 1 de novembre

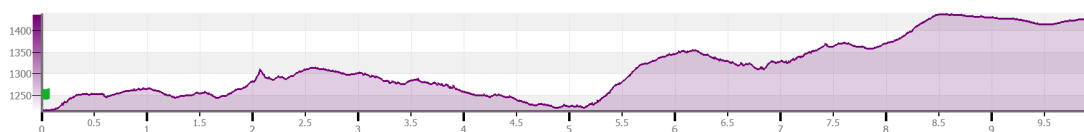
Excursió Camí de Picasso



Descripció de l'itinerari:

Segona etapa del Camí de Picasso. En ser lineal haurem d'acostar-nos en primer lloc fins a Gósol per deixar prou vehicles per a la tornada a Saldes. Ruta de Saldes a Gósol passant pel costat del coll de la Trapa (1.320 m) i de Feners (1.241 m), Sant Andreu de l'Espà (1.323 m), Sorribes (1.362 m), coll del Cap de la Creu (1.440 m) i cap de la Creu (1.441 m) per arribar a Gósol (1.430 m). "El camí s'enfila a Saldes, travessa el poble, continua cap als barris de Cardina i el Serrat, travessa la carretera de Gósol i agafa l'antic camí ral de Feners i l'Espà. El camí, restaurat, s'enfila pel bell mig del cingle argilós de Coll de la Trapa i baixa al torrent a buscar el camí vell de Gósol per la baga. Aquí trobem un espectacular i impactant paisatge desèrtic causat per un aflorament d'argiles erosionades formant terrers i grieres a causa de l'absència de vegetació. Les tonalitats violades, vermelloses i ocre, dels afloraments rocosos dominen el paisatge. Sembla prou clar que Coll de la Trapa inspirà Picasso, ja que aquests són els colors que caracteritzen l'obra pictòrica realitzada a Gósol. Després del coll el camí passa per sota de la carretera actual i travessa els pobles de l'Espà i Sorribes, on podem fer una parada. Des de Sorribes el camí puja al Coll del Cap de la Creu, ja a l'envista de Gósol, on el pintor arribà a finals de maig del 1906. El pintor en marxà dotze setmanes més tard pel camí conegut com el Camí dels Segadors ja que és el mateix camí que utilitzaven els gosolans per anar a fer la campanya de la sega a les valls de la Cerdanya durant l'estiu." (extret de www.elbergueda.cat).





Fitxa: 01/11/25 Camí de Picasso 2

Distància: 10,75 km Desnivell: +503 m -291m

Temps durada: 3-4 h, dependrà del ritme del grup.

Trobada: 8 h aparcament de les Tereses / 9 h davant l'Ajuntament de Saldes (portarem cotxes fins a Gósol).

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 (s'avisarà abans perquè depenent del núm. de participants pot variar força).

Penseu que mínim calen dos cotxes, és lineal!

GOSSOS LLIGATS DURANT TOTA L'EXCURSIÓ!

[Inscriure'm](#)

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 30 d'octubre (penseu que hem de gestionar tema cotxes i és important que us apunteu **ABANS** d'aquesta data, gràcies!).



Dissabte 8 de novembre

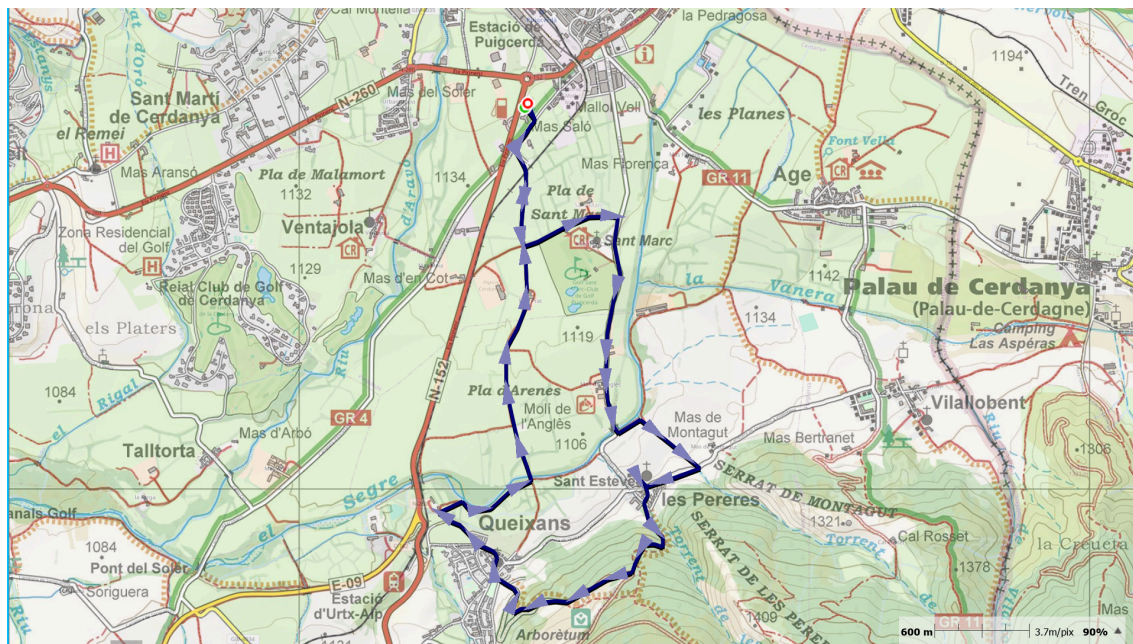
Excursió

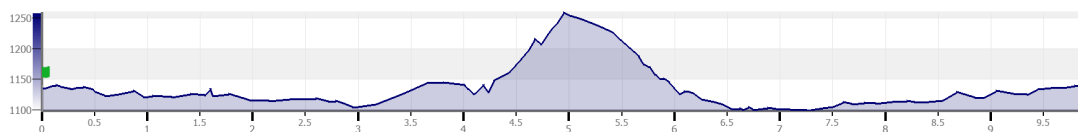
Patrimoni per la Marató de TV3



[Web oficial](#)

Descripció de l'itinerari





En aquest itinerari que no té cap dificultat tècnica l'únic que hi ha és llargada. Farem quasi 10 km, però amb molt poc desnivell, i aprofitarem per veure dues joies del romànic català: Sant Esteve de les Pereres i Sant Cosme i Sant Damià de Queixans.

Començarem creuant entre l'oficina i l'Hotel Park per dirigir-nos a l'hípica. Abans agafarem un trencall en direcció a Sant Marc. Allà, amb molta cura, seguirem un tros de carretera fins a les Pereres, però entrarem pel camí entre el mas Montagut i les Pereres per anar cap a la dreta a fi de veure l'església de Sant Esteve de les Pereres. Seguirem el nostre camí en direcció a Queixans pel torrent de les Pereres, on podrem observar uns roures monumentals. En arribar a Queixans podrem gaudir de l'església de Sant Cosme i Sant Damià. Continuem cap al Segre per resseguir un tram fins a la passarel·la, que creuarem i de dret fins al mas Prat, seguint recte per ja arribar al punt on hem començat. En ser-hi hi haurà un petit tast on tindrem exposada una guardiola per als donatius de la Marató de TV3.

Fitxa: 08/11/25 Patrimoni per la Marató de TV3

Distància: 10 km Desnivell: +230 m

Temps durada: 3-4 h, dependrà del ritme del grup.

Trobada a: 8.00 h Oficina de Turisme Cerdanya (Park Hotel)

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

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

Aquesta excursió és oberta a tothom.

Hi Col·labora:



**Ajuntament de
Puigcerdà**



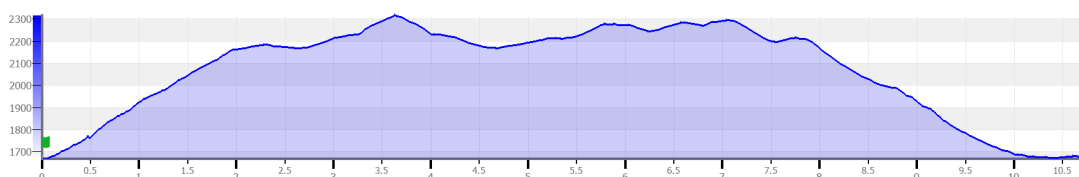
CERDANYA
La Gran Vall del Pirineu

Dissabte 15 de novembre

Excursió Serra d'Ensija



Descripció de l'itinerari



Ruta circular des de l'aparcament de Font Freda que recorre la carena d'Ensija i n'assoleix els dos cims principals: el cap de la Gallina Pelada (2.317 m) i la Creu de Ferro (2.296 m),



els dos grans miradors i punts destacats d'aquesta serra prepirinenca, de vessants abruptes sobretot al sud. El panorama és obert en tots els sentits, especialment del Berguedà, amb el proper Pedraforca, cap a la Depressió Central i la Serralada Prelitoral, però

en dies clars es poden veure muntanyes aragoneses com el Turbó i el massís de Cotiella. Sense ser difícil, és una sortida no exempta de duresa perquè s'ha de superar un cert desnivell, anar per una carena amb els seus collets i baixar per un barranc dret amb algun pas on cal agafar-se amb les mans.

Fitxa: 15/11/2025 Excursió a la serra d'Ensija

Distància: 10,56 km Desnivell: 783 m

Temps durada: 6-7 h, dependrà del ritme del grup.

Trobada: 7.30 h pàrquing de les Tereses (Puigcerdà)

Material i equip: el propi de la tardor en muntanya mitjana (botes de tress, mitjons, pantalons llargs, samarreta tèrmica, folre polar, jaqueta paravent o impermeable, guants, gorra, buf, ulleres de sol, bastons (recomanables), barret si fa sol...

Àpats: esmorzar i dinar

Aportació al conductor: en funció dels cotxes.

ELS GOSSOS HAN D'ANAR LLIGATS SI ALGÚ EN PORTA.

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

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 12 de novembre de 2025.



Dissabte 15 de novembre

**Debat participatiu
Seguretat a la Muntanya**



LA SEGURETAT PERSONAL EN LES EXCURSIONS A LA MUNTANYA

La seguretat del grup és la suma de
les bones decisions individuals

Sessió oberta i participativa

Moderador: Felix Pi



Ajuntament de
Puigcerdà

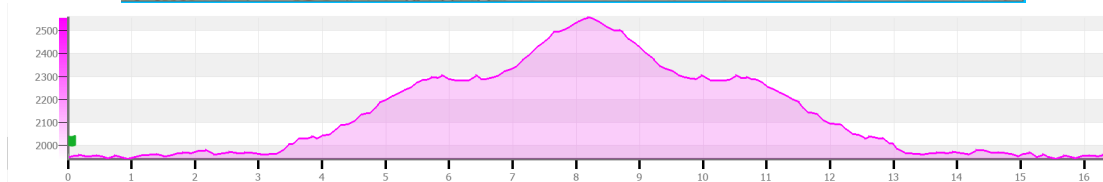
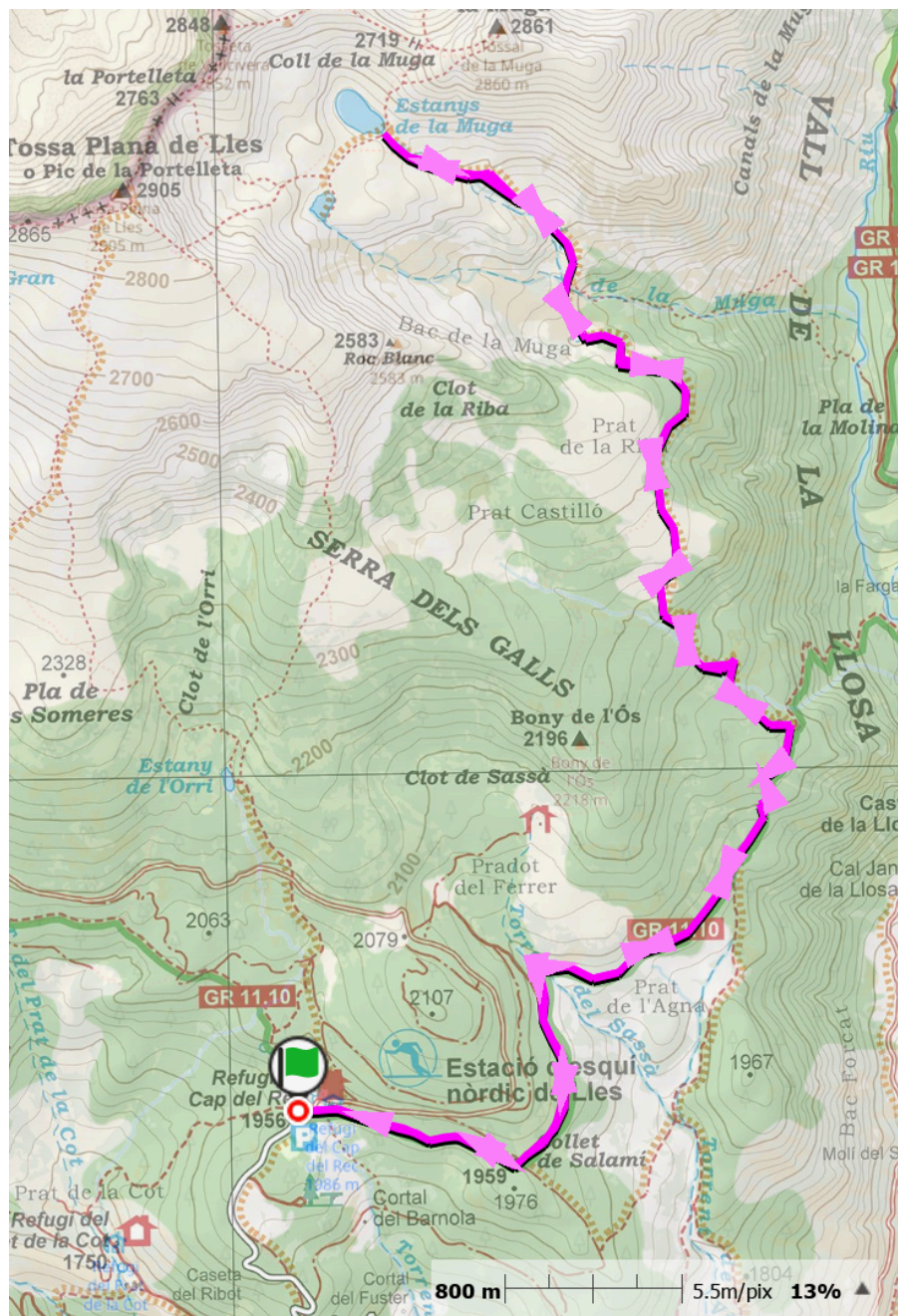
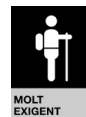


Dia 15 de novembre 2025
a les 19.00 h a la Sala Pilar Prim de la
Biblioteca Comtat de Cerdanya
Puigcerdà

Dissabte 22 de Novembre

Circs i llacs.

La Muga



Descripció de l'itinerari

Després de fer el recorregut per alguns dels circs i els seus llacs d'est a oest, a les comarques de la Cerdanya i el Capcir, en aquesta sortida del mes de novembre us proposem anar al circ de la Muga (2.554 m), la cota més alta assolida fins ara a les nostres excursions.



Com joies amagades, geloses de la seva primitiva bellesa, hi reposen, a la Muga, dos llacs d'una rotunditat mineral inqüestionable. El circ, guardat per ponent per la majestuosa tossa Plana, també anomenada pic de la Portelleta (2.905 m) i al nord pels més modestos però més rocallosos pics de la Mugueta (2.773 m) i la Muga (2.861 m), units pel coll del mateix nom.

Caminarem des del refugi del Cap del Rec (1.956 m), alterme de Lles de Cerdanya, per recórrer l'estatge subalpí de pi negre i neret fins a la vall de formació glacial, que s'obre per damunt dels 2.200 m, on només els prats alpins vegeten en la bona estació

Transitarem per un camí assequible per a bons caminadors i que al final del recorregut dibuixa diverses llaçades per flanquejar els materials sedimentaris dipositats per l'antiga gelera a la seva retirada. En arribar, el circ, emmurallat per la dura roca granítica, ens descobrirà la vista dels dos llacs de la Muga (2.554m), objecte cobejat de la nostra excursió. Tornarem desfent el camí de pujada.



Fitxa: 22/11/2025 Circs i llacs:

Distància: 16,5 km Desnivell: 600 m

Temps durada: 6/7 h, dependrà del ritme del grup.

Trobada: 7:00 h pàrquing de les Tereses

S'ha de portar aigua suficient, protector solar, gorra, botes, roba d'abric, adequada segons la previsió meteorològica, guants, ulleres de sol, bastons, un bon esmorzar i cosa més. En cas de forta innivació plantejarem portar material suplementari o ajornar la sortida i/o substituir-la per una altra.

Aportació al conductor: en funció dels cotxes.

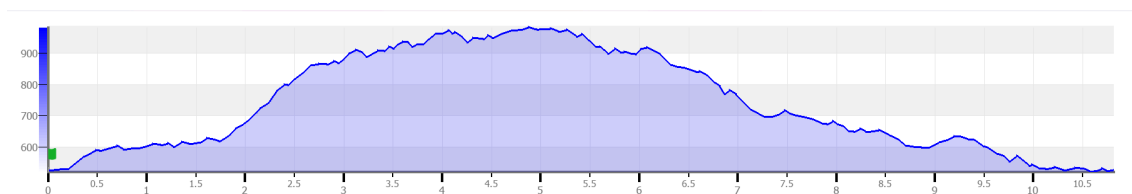
[**Inscriure'm**](#)

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 19 de novembre de 2025.

Diumenge 23 de novembre

Excursió

Sant Miquel de les Canals



Descripció de l'itinerari



Aparcarem al pont del Pedret, un lloc espectacular i ple de llegendes. Aquí comencem l'excursió, on agafarem una pista en direcció a Sant Quirze de Pedret. Encara no 500 m enllà continuarem per la pista de la vall seguint el

rasa del Guimbàs fins a la font i la masia de la Covil. Després creuarem el collet de les Fustes. Tindrem davant el cap de la Restoblada, que vorejarem per la dreta per arribar a Sant Miquel de les Canals. El camí de



per
per



tornada el farem per la creu de Mascaró i tot seguit seguirem el rec de Bosoms, on trobarem les tres fonts de Bosoms, dels Rucs i Bona, just abans d'arribar a Santauginia. A poca estona ja veurem el Llobregat, que ens durà al lloc d'inici: el pont de Pedret.

Fitxa: 23/11/2025 Excursió: Sant Miquel de les Canals

Distància: 12,4 km Desnivell: 640 m

Temps durada: 5-6 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 s'haurà d'organitzar, ja que és a l'altra banda del túnel.

ELS GOSSOS HAN D'ANAR LLIGATS SI ALGÚ EN PORTA.

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

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 21 de novembre de 2025.



Dissabte 29 de Novembre

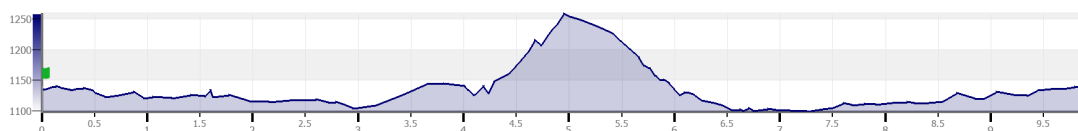
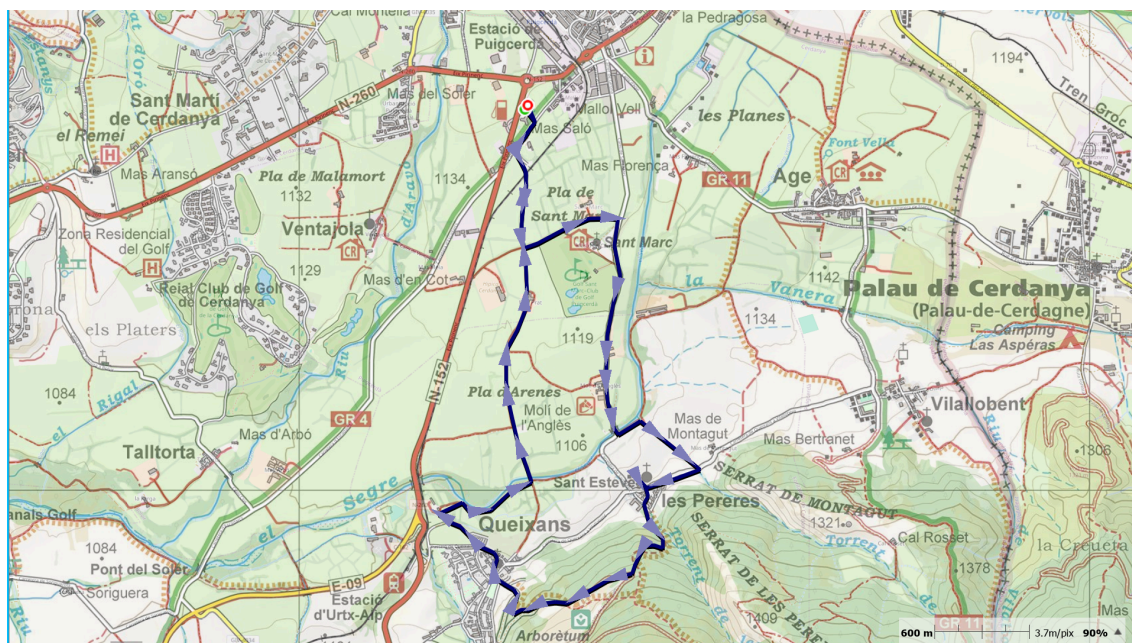
Passejada Extra en Dissabte

Puigcerdà - Sant Marc - Pereres - Queixans



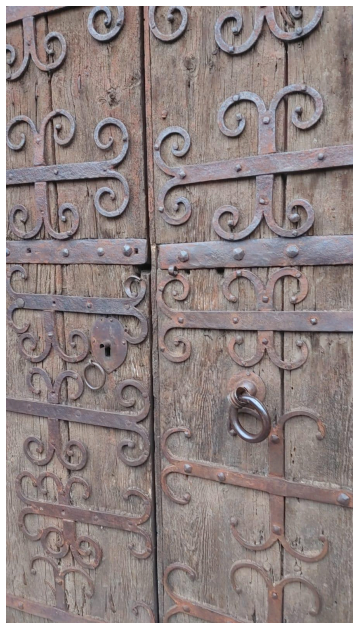
Descripció de l'itinerari

Recuperació de l'excursió de la passejada de patrimoni per la maratón de TV3



En aquest itinerari que no té cap dificultat tècnica l'únic que hi ha és llargada. Farem quasi 10 km, però amb molt poc desnivell, i aprofitarem per veure dues joies del romànic català: Sant Esteve de les Pereres i Sant Cosme i Sant Damià de Queixans.

Començarem creuant entre l'oficina i l'Hotel Park per dirigir-nos a l'hípica. Abans agafarem un trencall (SC227) en direcció a Sant Marc. Allà, amb molta cura, seguirem un tros de carretera fins a les Pereres, però entrarem pel camí entre el mas Montagut i les Pereres per anar cap a la dreta a fi de veure l'església de Sant Esteve de les Pereres per fora. Seguirem el nostre camí en direcció a Queixans pel torrent de les Pereres, on podrem observar uns roures monumentals. En arribar a Queixans podrem gaudir veure per fora l'església de Sant Cosme i Sant Damià. Continuem cap al Segre per resseguir un tram fins a la passarel·la, que creuarem i de dret fins al mas Prat, seguint recte per ja arribar al punt on hem començat.



Fitxa: 29/11/25 Patrimoni per la Marató de TV3

Distància: 10 km Desnivell: +230 m

Temps durada: 3-4 h, dependrà del ritme del grup.

Trobada a: 8.00 h Oficina de Turisme Cerdanya (Park Hotel)

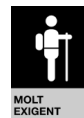
S'ha de portar aigua suficient, protector solar, gorra, botes, roba d'abric, guants, ulleres de sol, menjar/ganyips i bastons.

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

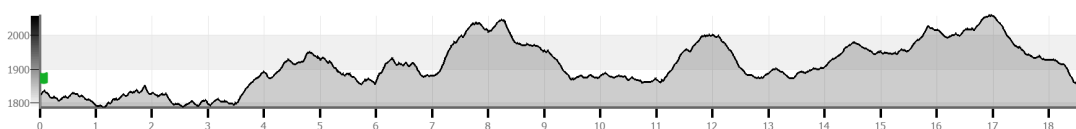
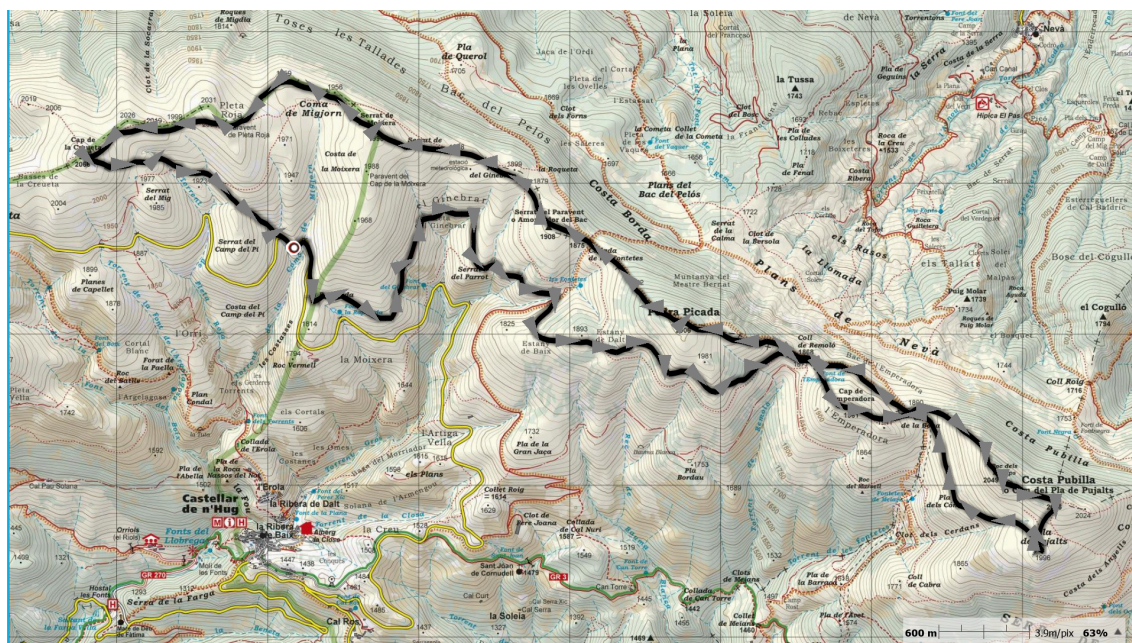
Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 26 de novembre de 2025.

Diumenge 30 de Novembre

Excursió Serra de Montgrony



MOLT
EXIGENT



Descripció de l'itinerari

Aquest itinerari circular possibilita l'ascensió a la Costa Pubilla pel vessant meridional i recórrer després la carena de les serres de Montgrony i de la Moixera fins a la Creueta. La ruta és un xic exigent perquè de manera continuada s'assoleixen cims separats per collets, però es gaudeix alhora d'un paisatge dilatat cap al Ripollès, el Berguedà i la Plana de Vic per indrets que tenen molta relació amb el bestiar i la transhumància. Tècnicament no té cap dificultat. Amb neu es pot fer amb raquetes.

Punts de pas

- Estanys de Dalt

De fet no hi ha cap estany, però és el punt en què cal deixar la posta per enfilem-se cap a l'esquerra i vorejar la Pedra Picada.

- Coll de Remoló (1.869 m)

Després de voltar la Pedra Picada es baixa a aquest coll entre la vall de Ribes i la de Gombren.

- Cim de l'Emperadora (1.961 m)

Es pot vorejar per l'esquerra, però val la pena pujar-hi.

- Roca dels Llamps (2.049 m)

Bon mirador previ al cim de la Costa Pubilla.

- Cim de la Costa Pubilla (2.053 m)

Punt culminant de la serra de Montgrony i mirador excel·lent del Ripollès, d'Osona, de la Serralada Transversal i de la Serralada Prelitoral fins al Montsant.

- Puig de Coma Ermada (1.996 m)

Situat damunt mateix del santuari de Montgrony i de Gombrèn, és un altre bon mirador del Ripollès.

- Cim de la Pedra Picada (2.006 m)

És el darrer cim de la serra de Montgrony venint de la Costa Pubilla.

- Collet de les Fontetes de Castellar (1.875 m)

Un pas important aquí entre la vall del Llobregat, al Berguedà, i la del Rigart, al Ripollès.

- Serrat del Paravent de l'Amorriador del Bac (1.908 m)

Cim secundari, però bon mirador.

- Cim de la Moixera (1.993 m)

Nus de carenes, gaudeix d'un panorama excel·lent en tots els sentits, amb Montserrat al sud.

- Cim de Pleta Roja o la Creueta oriental (2.028 m)

Tot i no ser el més elevat de la serra de la Moixera, és un bon mirador cap al Berguedà, amb els Pedraforca i el Cadí.

- Cim de la Creueta (2.064 m)

És el més elevat de la serra de la Moixera i alhora una bona talaia, però la proximitat del Puigllançada li treu paisatge a ponent.

Fitxa: 30/11/2025 Excursió serra de Montgrony

Distància: 18,5 km Desnivell: 860 m

Temps durada: 6-7 h, dependrà del ritme del grup.

Trobada: 7.30 h pàrquing de les Tereses (Puigcerdà)

Punt d'inici sortida: ctra. de la Molina a Castellar de n'Hug km 18,4.

Material i equip: botes de tresc, mitjons, pantalons llargs, samarreta tèrmica, folre polar, jaqueta paravent o impermeable, guants, gorra, buf, ulleres de sol... Potser ja hi farà fred.

Àpats: esmorzar i dinar

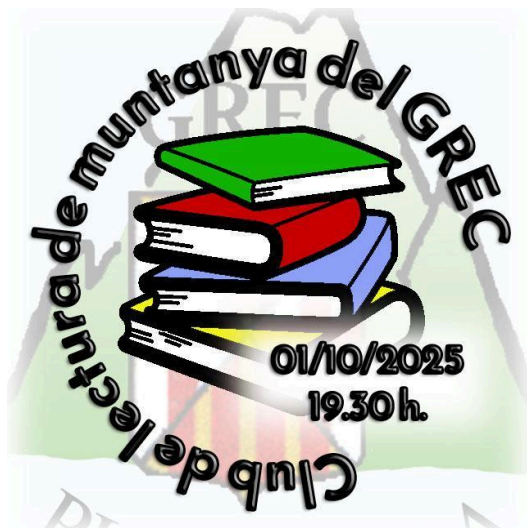
Aportació al conductor: en funció dels cotxes

[Inscriure'm](#)

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 27 de novembre de 2025.



Dimecres 3 de desembre de 2025
Club de Lectura de Muntanya
A la sala Pilar Prim a les 19.00 h



Ressenya breu de “hi ha llum entre les cordes”

Autor: Silvia Vidal

Editorial: Ara llibres

Any: 2025

Pàgines: 224 pàgines

Hi ha llum entre les cordes és molt més que un llibre d'escalada. És un testimoni d'una vida viscuda amb intensitat, d'un esperit que es proposa tocar cims que no sols són geogràfics sinó també íntims. Sílvia Vidal ens acosta a parets remotes i a racons del cor que poques vegades

s'exposen així.

Si busques un relat que et porti a respirar altituds, a mirar el buit i alhora sentir la força del teu cos i de la teva ment, aquest llibre t'hi pot conduir. Una lectura recomanable que em fa pensar que, en cada corda que ens subjecta, hi pot haver una llum que ens guia cap al que som capaços de ser.

Pròxim llibre pel mes de febrer de 2026

“3 nits de torb i 1 cap d'any” de Jordi Cruz.

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 comuniqueu-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

Video resum del Audiovisual de les fotos del primer trimestre de 2025.

<https://youtu.be/rxYSayusdSI>



Normativa sobre gossos de la Generalitat de Catalunya

[resum de la normativa](#)

