

## SUMARI

### **Diumenge 1 de juny**

Excursió XXXVII Pere Font del IEC La Guingueta d'Ix.

Dimecres 4 de juny

Club de lectura de muntanya del GREC

### **Dissabte 7 de juny**

Excursió Circular al Moianés

### **Dissabte 14 de juny**

Excursió al pic de Bastard (2093m)

### **Diumenge 15 de juny**

Trobada Excursionista Capcir-Cerdanya (Mont Llalet)

### **Dissabte 21 de juny**

Circs i llacs: Estany del Coma d'Or

### **Diumenge 22 i 23 de juny**

Recol·lia de la Flama i repartiment per la contrada

### **Dissabte 28 de juny**

La Bullosa des de Sant Martí d'Envals

### **Dissabte 28 de juny**

Passi de diapositives del primer semestre 2025

### **Diumenge 29 de juny**

Caminada a la Serra de Busa i presó del Capolatell

[!\[\]\(206536f97fdb267876a3a10ea42b0254\_img.jpg\) Bons Homes](#)

**Diumenge 1 de juny**

**Excursió XXXVII Pere Font del IEC La Guingueta d'Ix.**



**L'INSTITUT D'ESTUDIS CERETANS**  
Us convida a conèixer la Cerdanya

**36 CAMINADA**  
*JC/03*

**POPULAR**  
**Pere Font i Alari**

**La Guingueta d'IX, diumenge 1 de juny de 2025**

ESGLÉSIES D'IX I CALDÈGUES - GRANJA D'ONCÈS - PASSARELLA DEL CAMÍ DE LA RETIRADA - ETC.

**Inscripcions i Sortida:** davant l'ajuntament de Bourg-Madame  
**A les 8:15 h del matí**

*caminada cultural pels voltants de La Guingueta d'IX*



Posem punts d'avituellament i cotxe escombria (parcial).  
**PER A TOTES LES EDATS amb bona preparació** (menors acompanyats)

- Imprescindible: a les caminades aneu-hi ben calçats -  
**INSCRIPCIÓ 5,00 euros** (abans de la sortida)

organitzen

col.laboradors



### Història de les caminades de l'IEC:

Des de l'any 1989 l'IEC organitza les caminades populars de manera gairebé ininterrompuda. La seva finalitat es correspon amb la pròpia de l'IEC: donar a conèixer el territori cerdà. El format sempre ha estat també similar: un recorregut assequible de 12 a 18 quilòmetres i de 3 a 4 hores de durada, amb punts d'avituellament de menjar i beure, el lliurament d'un fulletó informatiu de la caminada i un preu també assequible per a la inscripció.



**Suggeriments:** és indispensable portar alguns utensilis de protecció solar (gorra, crema, ulleres), un calçat esportiu, una roba còmoda i algun recanvi per si fes fred, aigua, mòbil i moltes ganes de gaudir del paisatge, del patrimoni i de la natura.

Podeu consultar el track de la caminada amb aquest QR.



## 36a Caminada Popular Pere Font 2025

Organitza:  
Institut d'Estudis  
Ceretans,  
Ajuntament de la  
Guingueta d'Ix i el  
GREC.



XXXVI Caminada Popular Pere Font de l'Institut d'Estudis Ceretans

Data: 01/06/2025

Hora: 8.15

Lloc: davant l'Ajuntament de la Guingueta d'Ix

Organitza: IEC - Institut d'Estudis Ceretans, Ajuntament de la Guingueta d'Ix i GREC - Club Excursionista Cerdanya

El circuit estarà senyalitzat amb cintes blanques i vermelles.

Trobada davant de l'ajuntament de la Guingueta d'Ix, on es faran les inscripcions. Sortirem de la Guingueta (1.142 m) en direcció a l'església de Sant Martí d'Ix (1.159 m) per visitar-ne l'interior, amb explicacions de l'historiador Jean-Louis Blanchon. Continuarem pel GR 36 fins al bosquet del pla de Medes, on trobarem el primer avituellament ❶ i on podrem gaudir d'un mos d'energia dolça. Farem una llaçada per enfilars el camí cap a la carretera, on hauréu d'extremar la precaució, ja que hauréu de creuar la carretera N116 Per dirigir-nos a Caldegues, on farem una segona visita de patrimoni històric i el segon avituellament ❷. Aquí hi podrem degustar un entrepà i beguda. Recuperats, continuarem fins a arribar al poble d'Oncès, on durem a terme una visita a una granja i en veurem la feina. Continuarem pel nostre camí en direcció a la

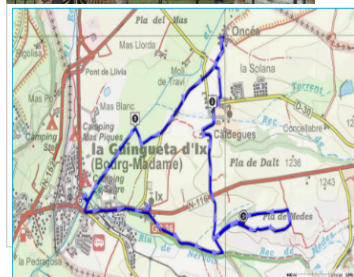
passarel·la del Camí de la Retirada, on també podrem degustar l'últim avituellament ❸ Fruita.

En aquesta assequible caminada s'hi ha de tenir en compte els temps que dedicarem a la coneixença dels diferents llocs d'interès cultural històric i de memòria històrica.

La durada total serà d'unes 5 h.

Sense cap dificultat tècnica i amb poc desnivell, per tot això la calculadora sendif l'ha classificada com a moderada

Distància 9,5 km  
desnivell positiu 154 m



**Dimecres 4 de juny**  
**Club de Lectura de Muntanya**

Club de lectura de muntanya del GREC.  
A la sala Pilar Prim de Puigcerdà a les 19.30 h.

**Ressenya breu de *Cap a terres salvatges* (títol original: *Into the Wild*) de Jon Krakauer:**

*Cap a terres salvatges* és una crònica periodística basada en fets reals que narra la història de Christopher McCandless, un jove nord-americà brillant i idealista que, després de graduar-se, renuncia a la seva vida convencional, dona els seus estalvis a la caritat i emprèn un viatge solitari pels Estats Units. El seu objectiu final és viure en plena natura, a Alaska, lluny de la societat i els seus condicionaments.



Jon Krakauer reconstrueix el seu periple a través de testimonis, diaris i reflexions personals, combinant l'aventura amb una profunda exploració de temes com la llibertat, la recerca de sentit, el conflicte generacional i el poder de la natura. El llibre esdevé una meditació sobre el desig humà de fugir de la rutina i connectar amb alguna cosa més autèntica i essencial.

Amb una prosa clara i emotiva, Krakauer convida el lector a reflexionar sobre la frontera entre el coratge i la imprudència, i sobre el preu que pot tenir seguir fidel als propis ideals.

El pròxim llibre: "El camí dels naufrags" de Josep Palau i Sanmartí. (pel club el 6 d'agost de 2025)





## Dissabte 7 de Juny de 2025 "Circular al Moianès"



Aparcarem els cotxes a l'entrada del poble ([ubicació exacta](#)), a la ctra. de Manresa. Sortirem cap al Molí Nou de Passarell. El Molí Nou de Passarell és un dels darrers molins fariners que van funcionar al municipi, està situat al nord-est de la vila de Mojà, al sud de la masia de Passarell, a la qual pertanyia. És a la dreta de la riera de Passarell, a migdia de l'embassament de Molí Nou i a l'esquerra del torrent de la Vinya. L'edifici del molí, amb el pas del temps, ha sofert diverses modificacions. D'allà ens enfilarem per un corriol i després per un camí més ample cap a l'església de Sant Pere de Ferrerons.



L'església de Sant Pere de Ferrerons

existia ja el 939, quan fou unida temporalment a Mojà. L'edifici actual es feu construir el 1763 aprofitant part dels antics murs romànics i la torre campanar que és bàsicament una edificació de la fi de l'època romànica. L'església ha estat transformada diverses vegades i els seus objectes de culte traslladats a Mojà. Forma, juntament amb la rectoria i un mas deshabitat, un petit nucli de població que depèn de Mojà.



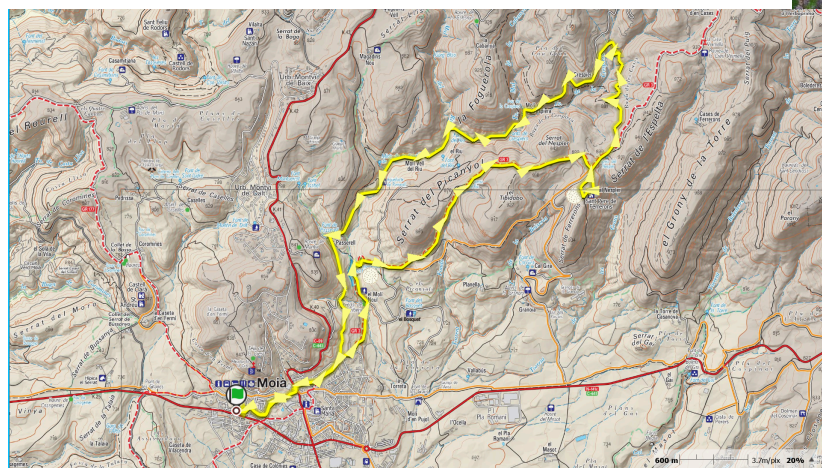
Allà esmorzarem i continuar cap a la Crespiera.

La Crespiera és una masia situada al terme municipal de Mojà en el sector proper al terme municipal de l'Estany, que pertany



a l'antic poble rural de Ferrerons.

És a la dreta del torrent de la Crespiera. De la masia pujarem cap al molí de la Crespiera. Es tracta d'un molí en runes tapat

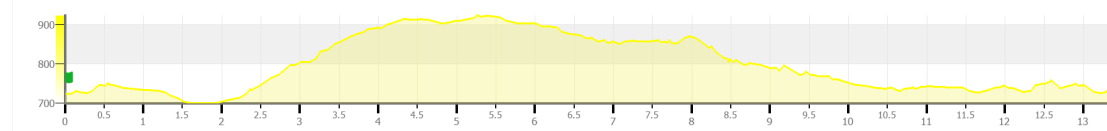


per la vegetació. Només s'entreveu un fragment de la façana sud d'uns 5 m aproximadament, feta de grans carreus de pedra gres amb morter de calç. A la banda de llevant hi ha una escala de cargol que permet pujar a una habitació que semblaria haver estat una cuina. Qui tingui interès el pot visitar.

Al torrent de la Crespiera encara s'hi veu la resclosa, parcialment enderrocada i feta amb grans carreus. El pou fa 1,80 m de diàmetre i uns 5 m d'altura.

Baixarem en direcció a Moià pel costat de la masia del Riu.

Si hi ha temps i ganes, podem donar un volt pel poble i després anem a dinar tot el grup al Restaurant El Racó del Pou (22 euros amb cafè inclòs).



**Dinar al restaurant del Racó del Pou a Calders: 22€**

**PRIMERS A TRIAR**

- Amanida de temporada
- Plat de Pasta

**SEGONS A TRIAR**

- Botifarra amb patates
- Pit de pollastre
- Llom amb formatge

**POSTRES A TRIAR**

- Iogurt natural
- Tarta Santiago
- Gelat de pal

S'inclou pa torrat,  
beguda, postre i cafè



**Fitxa: Circular al Moianès 07/06/2025**

**Distància: 13,4 km** desnivell: **+320 m**

**Hora de trobada: 7.00 h** pàrquing Tereses (8.40 h a Moià)

S'ha de portar aigua, protector solar, gorra, botes, menjar/ganyips i bastons.

Hi haurà dinar en restaurant per a qui hi estigui interessat. S'ha d'avisar abans per encomanar el nombre de comensals.

**Temps durada:** entre 3-4 hores, dependrà del ritme del grup.

**Aportació als conductors:** Es realitzarà segons els cotxes al grup wpp

**Inscriure'm**

**S'ha de fer la inscripció fins al **dia 31 de maig amb dinar**, sense fins el dia 4 de juny.**

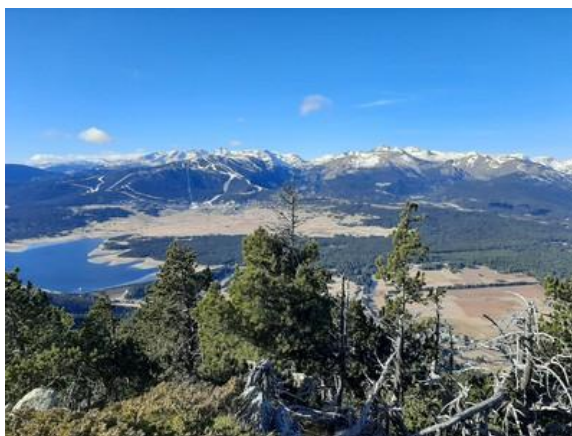


**Dissabte 14 de juny**  
**“Excursió al cim del Bastard (2093m)”**



Aquesta vegada ens aproparem fins al petit poble de Cauders de Conflent, situat en una part de l'Alt Conflent que anomenem Les Garroxes, al costat de pobles tan bonics com Ralleu o Aiguatèbia, el nom del qual prové d'una deu d'aigua tèbia sulfurosa que neix prop de les cases.

Deixarem els cotxes en un aparcament del poble i pujarem per la carretereta que passa per sobre l'església. Després agafarem un corriol que passa per la riba esquerra del rec de la gleva i s'enfila per l'eix del Coll del Torn. Seguirem pujant fins un prat i seguint un tancat arribem al Coll del Torn on trobem el refugi del mateix nom.

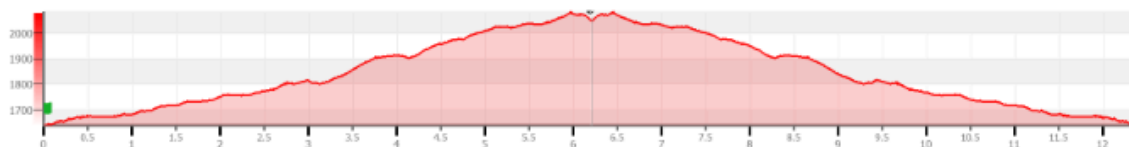
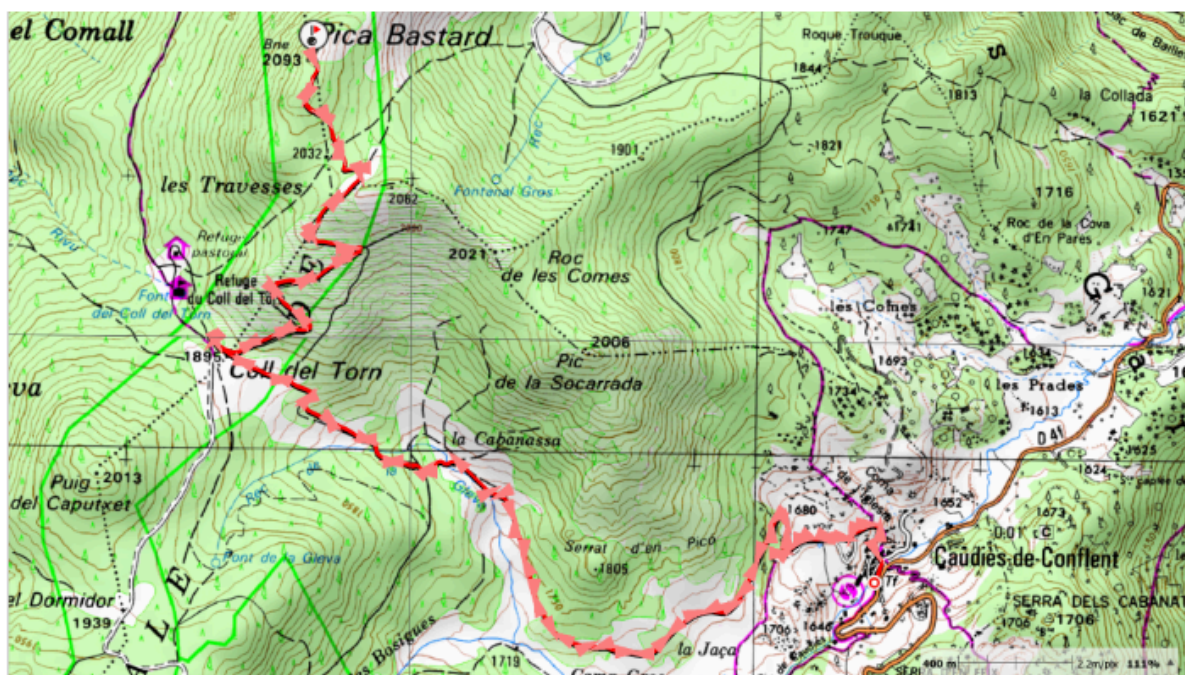


Ara agafarem a la dreta una pista que s'enfila pel flanc de la carena i després per l'esquerra continuarem fins al Cim del Pic del Bastard.



Si tenim un dia clar, les vistes són espectaculars, a l'est veurem el massís del Canigó i les crestes del Cambresdases, al nord el massís del Madres, al sud la plana cerdana i la serra del Cadí i a l'oest l'altiplà del Capcir amb els massissos del Carlit i del Puig Peric i el gran llac de Matamala.

La tornada la farem pel mateix camí per on hem vingut.



**Fitxa: "Excursió al Cim del Bastard (2093m)"**

Distància: **12 km** desnivell: **+495 m**

Hora de trobada: **7.30 h** pàrquing Tereses

S'ha de portar aigua, protector solar, gorra, botes, menjar/ganyips i bastons.

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

Aportació als conductors: s'informarà pel grup de whatsapp

[Inscriure'm](#)

**S'ha de fer la inscripció fins al dia 11 de juny.**



**Diumenge 15 de juny**

**I Trobada Excursionista Capcir-Cerdanya (Mont Llaret)**



# *I Trobada Excursionista Capcir-Cerdanya*

*Homenatge a  
Jaén Baptiste Vaqué,  
música i menjar per ha tothom*

*Dia 15 de Juny 2025  
a les 11.00 h al  
Cim del Mont Llaret*

*Col·labora:*



Ajuntament de  
**Puigcerdà**



*Programa*



*Organitza:*

## Programa

Català

Dia 15

9.00 h Garatge Dameuses Les Angles

11.00 h Trobada al cim del Mont Llaret

Homenatge a Jaén Baptiste

Vaqué

Actuació Musical Bal Perdu

11.30 h Parlaments de concòrdia

12.30 h Pica/pica dinar de carmanyola a la sala Hors Sac Les Angles

Francés

Dia 15

9.00 h Garatge Dameuses Les Angles

11.00 h Trobada al cim del Mont Llaret

Homenatge a Jaén Baptiste

Vaqué

Actuació Musical Bal Perdu

11.30 h Parlaments de concòrdia

12.30 h Pica/pica dinar de carmanyola a la sala Hors Sac Les Angles

Fitxa tècnica:

Distància: 9 km

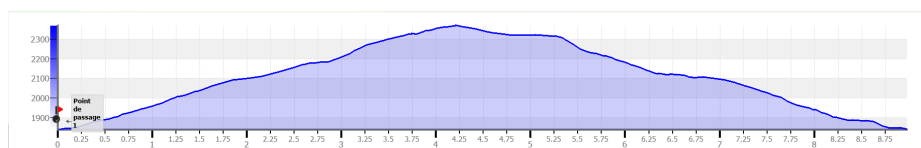
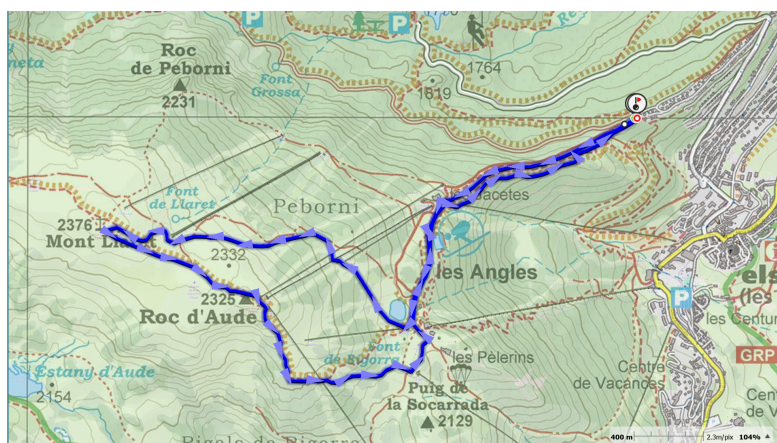
Desnivell acumulat: 530

Dificultat: **Moderada**

I Trobada Excursionista Capcir-Cerdanya



Track:



Inscripció:

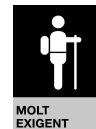
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdX0uk1D0lgqnQCpNIPXPQb6S6L8ZnopW6z9QwAqTJC3Er\\_Mg/viewform?usp=header](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdX0uk1D0lgqnQCpNIPXPQb6S6L8ZnopW6z9QwAqTJC3Er_Mg/viewform?usp=header)



La inscripció es orientativa per poder saber el nombre de gent que vindrà a l'esdeveniment.



**Dissabte 21 de Juny de 2025**  
**“Circs i llacs: Estany del Coma d'Or”**



El de Coma d'or ( 2.470) es un llac modest , comparat amb els el Carlit de l'excursió del mes de maig. El seu interès rau en el recorregut per arribar-hi: per les dues valls que conflueixen en el Coll de Puymorens (1.948 m). La primera la Coma d'en Garcia, no hem trobat referències clares de qui era aquest home, de ben segur origen castellà, ni perquè es mereix haver donat el seu cognom com a topònim a aquesta vall, però sí que sabem,



que en el trajecte podrem admirar, l'explosió de del roig intens de les flors de les mates de neret, que cobreixen el seu vessant nord. Després de franquejar la portella ( 2.534 m) se'ns apareix davant nostra l'imponent cim del Coma d'or (2.826 m) i a la seva esquerra el rocallós cim del Puigpedrós de Lanós (2.842 m). Davallant al llac ( 2.470 m), on podem esmorzar, farem un flanqueig damunt la vall de Cortal Rossó arribarem a la portella de Lanós (2.468 m), tindrem una vista espectacular

sobre la pica del Carlit ( 2.921 m), el Pic Castell Isard ( 2.633 m ) i el propi llac de Lanós. Seguirem aigües avall per la vall de Cortal Rossó i arribarem al refugi lliure d'aquest mateix nom i d'allà fins el Coll de Puymorens on haurem deixat els cotxes.

**Fitxa: Circs i llacs: “ Estany del Coma d'Or per la Portella d'en Garcia i sortida per Cortal Rossó ”**

Distància: **13 km** desnivell: **500 m**

Hora de trobada: **7.00 h** pàrquing Tereses

S'ha de portar aigua, esmorzar, protector solar, gorra, bon calçat, menjar/ganyips, bastons (opcional).

Temps durada: entre 4,5 hores, dependrà del ritme del grup.

Aportació als conductors: 4,40 € Aprox.

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

**S'ha de fer la inscripció fins al dia 20 de juny.**



**Diumenge 22 i dilluns 23 de juny****Recollia de la Flama i repartiment per la contrada**(extret de la pàgina: <https://www.omnium.cat/ca/projectes/flama-canigo/>)

## Història de la Flama

La Flama del Canigó és la festa d'encesa dels Focs de Sant Joan, símbol de la nostra identitat; una festa popular arrelada al llarg dels Països Catalans que té l'element del foc com a símbol preeminent.

La tradició de les fogueres de Sant Joan és una celebració molt antiga, transmesa de generació en generació al llarg de molts segles. Amb ella, els primers pobladors de les nostres comarques festejaven la nit més curta de l'any, el solstici d'estiu. D'aquesta manera, s'han anat transformant aquelles celebracions prehistòriques en els Focs de Sant Joan actuals.

La matinada del 22 al 23 de juny la Flama del Canigó es renova al cim d'aquesta muntanya del Pirineu català i centenars de voluntaris i equips de foc la distribueixen arreu dels Països Catalans seguint diverses rutes per tal d'encendre les fogueres de la nit de Sant Joan. Així comença, any rere any, la celebració d'una festa ancestral vinculada al solstici d'estiu que és també un símbol de germanor entre els territoris de parla catalana.



Cada any, a la trobada d'equips de foc de Sant Joan, es decideix conjuntament a qui es demanarà que faci el missatge que es llegirà arreu dels Països Catalans abans d'encendre les fogueres. Ja tenim el missatge de l'edició 2025, escrit per Pere Mateu:

El FOC és la més gran descoberta de la humanitat i el primer element de civilització, de protecció i de progrés. No ens estranyem doncs que sigui la primera i més antiga tradició on els humans es reunien en el seu entorn per salutar la vinguda del solstici d'estiu, temps d'abundància i de collites. Després vingueren les Fogueres de Sant Joan.



A partir dels anys seixanta, la Flama eterna creada al Castellet dona vida cada any a una foguera al cim mític Canigó, amb el foc de la qual

s'encenen milers de fogueres. La Flama del Canigó s'ha transformat a poc a poc en símbol de llibertat, d'unitat i de defensa de la llengua, la cultura i lestradicions catalanes per ser avui dia Festa Nacional dels Països Catalans.

El vallespirenc Joan Tocabens en el poema Nit de Sant Joan escriu:

«És la més bella nit, quan cada cor inventa,  
poemes d'infinít, en la calma silent,  
quan un poble esquinçat pot reunir els germans  
i sobre una frontera es rebusquen les mans.»

La Flama del Canigó és el símbol màgic de les virtuts arrelades a les nostres terres i, de la nit, la més curta de l'any. Sortiu al carrer a rebre la Flama! Gaudiu de la vida i de la Festa de Sant Joan, i amb la Flama del Canigó, ambaixadora de tot un poble, us desitgem bona revetlla i que aquessta nit sigui per a tothom una nit d'alegria, de pau i de germanor.

De Salses a Guardamar i de Fraga a Maó: Visca la Flama del Canigó! Visquin les fogueres de Sant Joan! Visquin els Països Catalans! I visca... (nom de la població que rep la Flama)

Pere Mateu  
Cotlliure, 2025

Com en anteriors edicions, la Flama del Canigó arribarà el dia 23 de juny per tot el territori cerdà. Els equips de foc tornaran a regenerar la Flama al cim d'aquesta mítica muntanya i la faran arribar a més de quaranta pobles de l'alta i baixa Cerdanya. Tot això serà possible gràcies a l'esforç i entusiasme de molts voluntaris, així com la participació d'ajuntaments, escoles, entitats excursionistes, culturals, esportives, entre d'altres.

La Flama del Canigó és un símbol de la identitat catalana, una festa popular arrelada al llarg dels Països Catalans que té l'element del foc com a símbol preeminent. Així comença, any rere any, la celebració d'una festa ancestral vinculada al solstici d'estiu, la qual no entén d'estats ni de fronteres.

Comissió d'Entitats de La Flama del Canigó de Cerdanya

# FLAMA DEL CANIGÓ

**23 de juny**  
Focs de Sant Joan

**24 de juny**  
Festa Nacional  
dels Països Catalans

## Ruta de la Flama a la Cerdanya - 23 de Juny



| horari | via | pobles / parada   | pobles / veïns                                     |
|--------|-----|-------------------|----------------------------------------------------|
| 00:00h | -   | Cim del Canigó    | *****                                              |
| 09:00h | -   | Montlluís         | La Cabanassa, St.Pere Forcats, Planés i La Llacuna |
| 09:45h | 3   | Bolquera          | La Perxa                                           |
| 10:00h | 1   | Sallagosa         | Eina, Lló, Er i Sta. Llocaia                       |
| 10:00h | 2   | Llívia            | Estavar                                            |
| 10:30h | 3   | Odelló-Fontromeu  | Via                                                |
| 11:00h | 1   | La Guingueta d'Ix | Nahuja, Oveja, Palau de Cerdanya i Valcebollera    |
| 11:00h | 2   | Puigcerdà         | Guils i Fontanals                                  |
| 11:15h | 3   | Éguet             | *****                                              |
| 12:00h | 1   | Alp               | Das, Prats i Sansor i Urús                         |
| 12:00h | 2   | Bolvir            | Ger., Isòvol i Meranges                            |
| 12:00h | 3   | Targassona        | *****                                              |
| 12:45h | 3   | Angostrina        | Dorres                                             |
| 13:00h | 1   | Bellver           | Prullans i Riu                                     |
| 13:00h | 2   | Martinet          | Montellà, Liés, Arànsor i Músser                   |
| 13:00h | 3   | Ur                | Enveig, La Tor de Querol i Porta                   |



COMISSIÓ D'ENTITATS  
DE LA FLAMA DEL CANIGÓ  
DE CERDANYA





**Dissabte 28 de juny**

**Passi de diapositives del primer semestre 2025**



**Dissabte 28 de Juny de 2025**

**“Estany de la Bullosa des de Sant Martí d'Envalls”**



### Ressenya de l'excursió

Sortirem de Puigcerdà a les 7:30 h des del pàrquing de les Tereses i ens dirigirem en vehicle cap al poble francès d'Angostrina. Un cop allà, prendrem una pista que s'endinsa lleugerament a la vall, fins a un espai habilitat per deixar els cotxes, on iniciarem la caminada.

La primera parada destacada serà l'església romànica de Sant Martí d'Envalls (1.460 m), del segle XII.



Des d'aquest punt, seguirem un camí a la dreta paral·lel al riu Angostrina fins arribar al Pont dels Empedrats i al Pla de Miró (1.700 m).

Al llarg de l'itinerari gaudirem de prats de pastura, boscos de pi negre i avellaners, i travessarem zones amb grans blocs de granit, característics d'aquesta regió. Un cop passat el Pont dels Empedrats, el camí ens portarà sota el telecadira de La Calma Nord.

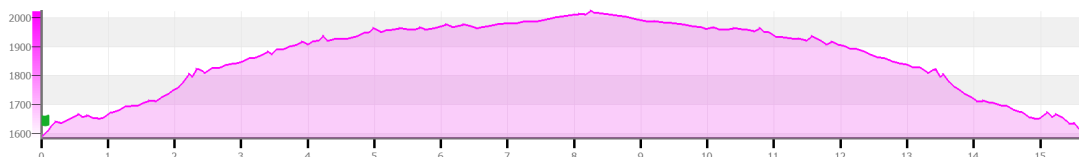
Arribarem al refugi i llac de la Pradella (1.962 m).

Continuant pel sender senyalitzat amb marques grogues, accedirem al Pla i hotel de Bones Hores (2.000 m), des d'on podrem contemplar al fons la silueta dels Perics (2.810 m).



Finalment, ens acostarem al llac de les Bulloses (2.017 m), punt de partida de la coneguda ruta d'ascensió al Carlit (2.921 m).

Un cop feta la visita i gaudit de les vistes, emprendrem el retorn pel mateix sender fins al punt on hem deixat els vehicles.



### Fitxa: “Estany de la Bullosa des de Sant Martí d’Envals”

Distància: **18 km** desnivell: **+435 m** (anar i tornar)

Hora de trobada: **7.30 h** pàrquing Tereses (8.00 h Pàrking)

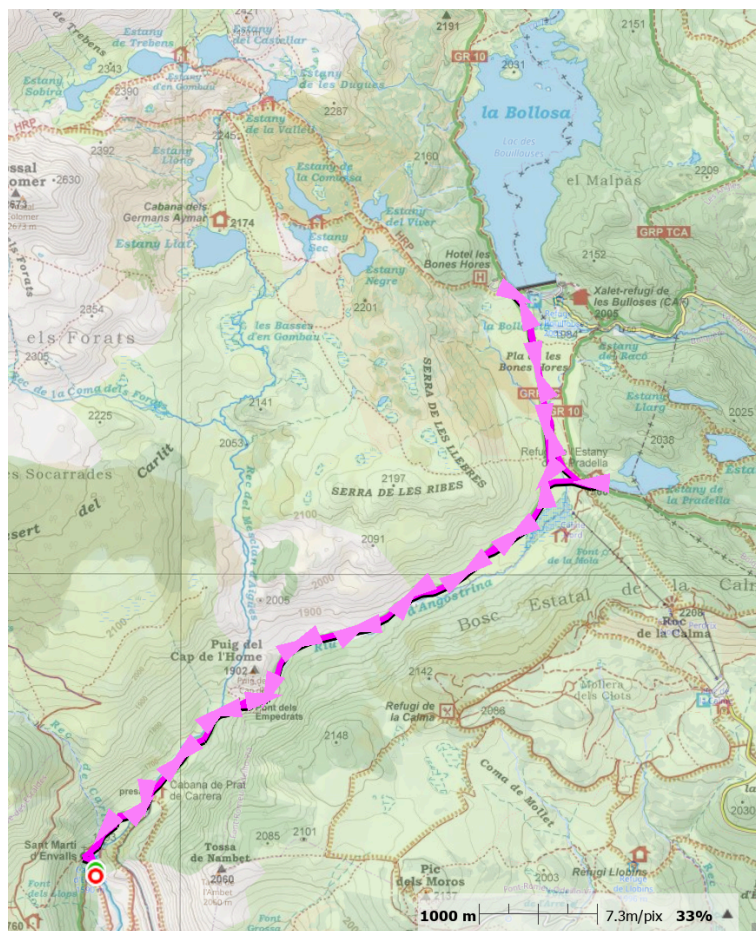
Cal portar: Bota de canya, bastons, esmorzar i dinar, gorra, crema solar. Líquids que porteu habitualment.

Temps durada: entre 5-6 hores, dependrà del ritme del grup.

Aportació als conductors: Es parlarà al grup de whatsapp.

[Inscriure'm](#)

S'ha de fer la inscripció fins al dia 25 de juny.

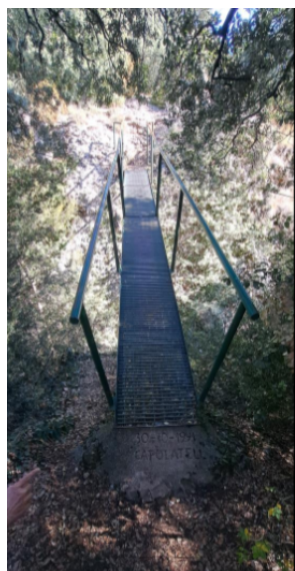
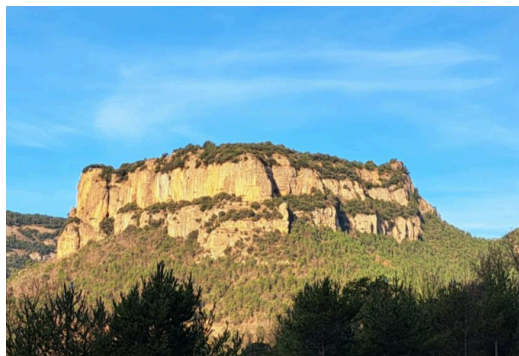




## Diumenge 29 de juny de 2025

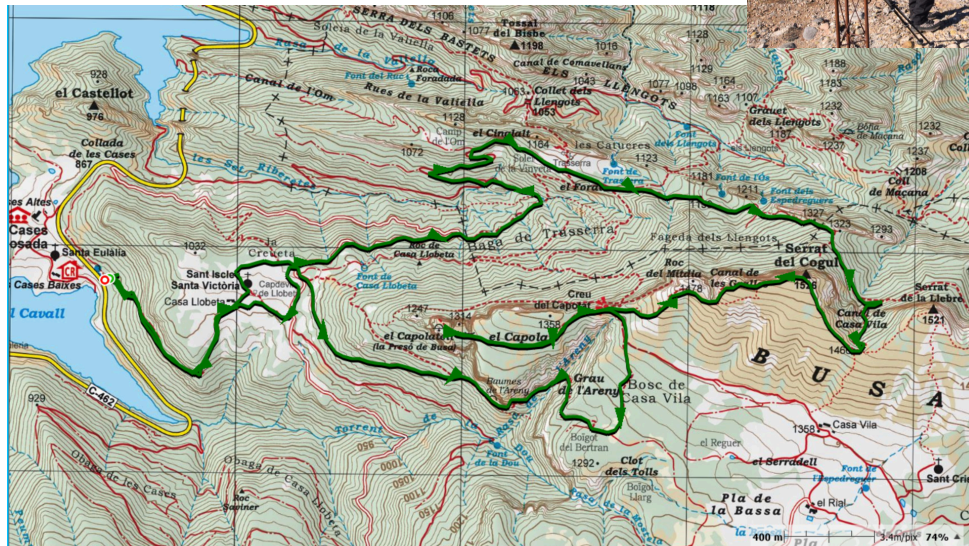
### Serra de Busa i la presó del Capolatell

Ruta circular des de les Cases de Posada, prop del pantà de la Llosa del Cavall, que permet assolir el cim del Cogul, punt més elevat de Busa, i el del Capolatell o Presó de Busa. Amb aquest recorregut es coneix el sector occidental de la serra. Sense ser difícil, sí que és una ruta exigent, amb més de 1.000 m de desnivell acumulat, alguna pujada pronunciada i algun pas que requereix atenció sense arribar a ser estrictament de grimpada. Cal estar en bona forma física; si és així, aquest circuit serà d'allò més agraït. Una pista nova a la baga de Trasserra fa dubtar una mica sobre la direcció a seguir, però no es perd. Des dels cims del Cogul i del Capolatell el panorama és extraordinari sobre la vall de Lord, el Port del Comte, el Verd, el Pedraforca, Ensija i els Rasos de Peguera. Cap a migdia, més enllà del pla de Busa, s'estén la Depressió Central amb el Montseny, Sant Llorenç del Munt i Montserrat com a teló de fons.



#### Pont el Capolatell

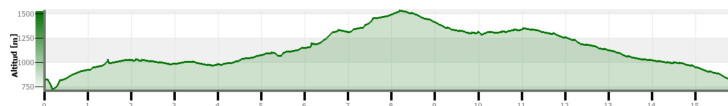
De fet es tracta d'una palanca metàl·lica. Abans de l'octubre de 1991 eren només dos taulons els que permetien travessar el cingle que separa el Capolat del Capolatell. Un cop creuada s'entra a la Presó de Busa, natural perquè no té cap altra sortida que aquesta palanca. Durant la Guerra del Francès (1808-1814) una bona part de les tropes espanyoles estaven refugiades a Busa perquè els oferia una bona protecció. Van posar guàrdies als seu graus d'accés i van utilitzar el Capolatell com a presó. Els francesos que capturaven els hi deixaven sense altre refugi que les alzines i les roques que hi ha dalt. Més d'un



presoner francès, desesperat, es llançava al precipici sota el crit "mourir à Busa et revivre a Paris".

## El Cogul (1.526 m) (100 cims FEEC)

Som al sostre de Busa, amb un gran panorama de la vall de Lord i les seves muntanyes. Ens trobem també al capdamunt de la cinglera que hem anat veient des de baix. El camí, indicat amb fites, continua per la carena en sentit oest i aviat va perdent altitud en una



successió de petits esglaons entre boixos, argelagues i alzines. Queden a la dreta la canal de les Gralles, una

bretxa profunda, i la Llebre o roc del Mitdia.

**Dia:** 29 de juny de 2025

**Fitxa:** Serra de Busa i la presó del Capolatell

**Distància:** 15,3 km desnivell: +1075 m

**Hora de trobada:** 7.00 h pàrquing de les Tereses

**Inici de l'excursió a les Cases de Posada** 8.30 h.

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

**Temps durada:** entre 6-7 hores, dependrà del ritme del grup.

**Aportació als conductors:** 13 €

[Inscriure'm](#)

**S'ha de fer la inscripció fins al dia 26 de juny.**



## Camí dels Bons Homes Recuperació d'etapes



Al mes de novembre de 2024 varem 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](mailto: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](mailto:greccerdanya@gmail.com)





Club Excursionista  
Cerdanya  
Fundat el 1996 Any XXVII

Butlletí mensual d'informació  
a sòcies i socis  
Núm. 317 Maig 2024

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](http://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