

ASSEGURANCES: Per participar a totes les activitats de muntanyisme, esquí de muntanya, escalada i de la subsecció infantil, s'haurà de posseir tarja d'assegurança de la FEEC o equivalent. Per a les altres excursions (considerades com "sortides socials") s'avisarà si cal o no assegurança depenent de la tipologia de la ruta. Els participants sense assegurança eximeixen de tota responsabilitat als vocals de les sortides. Es tramitaran llicències temporals per aquells que no en tinguin d'anyal, a les oficines del GEIEG de Palau fins el dijous previ a la sortida.

INSCRIPCIONS: les inscripcions a les sortides per adults s'han de fer trucant al telèfon del GEIEG de Palau 972 226635 o bé a través del blog <http://muntanya-geieg.blogspot.com>. Les sortides de la subsecció infantil es fan exclusivament a través del blog: <http://sub-infantil-geieg.blogspot.com/>

Coordinació tècnica: GEIEG. Organització: Secció de Muntanya del GEIEG.

7 octubre. MUNTANYISME. Queralbs–La Font del Pi.

Sortida per camins oblidats que ens durà a fer la ruta següent: Queralbs- Roques de l'Andreu- Font de l'Home Mort- La Cogolia- Barraca del Teixidor- Font de la Coma- Bosc del Bernat- Salines d'abaix- Pla de Cabanella – el Cortalet- Camí ral- Font de Sant Ou- Creu de Meians- Serrat de la Creu –Font del Pi. **Durada:** aproximadament 6 hores. **Dificultat:** esforç moderat. **Equipament:** menjar i roba adequades per a caminar a muntanya. **Sortida:** estació autobusos a les 7 hores del matí. **Vocal:** Joan Benet. **Nota:** aquesta sortida no es farà si no hi ha un nombre mínim de persones apuntades, per tal que el preu de l'autobús no superi els 17-22 euros/persona. Podeu veure fotos: <https://picasaweb.google.com/106959788067453195890/CreuDeMeiansSalinesBoscDelBernatCamidelsVentolanesosNuria#slideshow/5637078000530794482>.

7 octubre. MEMORIAL ISABEL VILÀ. Travessa de les Gavarres Llagostera–La Bisbal.

Participació a la caminada. **Punt d'inici de la ruta:** Sortida a ¼ de 8 h. de la Plaça de Catalunya de Llagostera amb el següent recorregut: Els Escuts, Mas Boix, casa Nova d'en Bota, El Roquetal, Coll del Matxo Mort, Can Sitges, Puig de la Gavarra, Castanyeda d'en Genoer, Mas Matas, Font d'en Mercader, Molí d'en Coia, Pont de les Dobles, Can Llobet, Palanca del Daró i La Bisbal (**arribada** a les 13 h aprox.). Hi haurà un autocar per la tornada a Llagostera. El desplaçament al punt de trobada inici de la ruta de Llagostera serà per compte propi de cadascú. **Dificultat física:** caminada un xic llarga. **Material:** còmode per la caminada, impermeable, beure... **Dificultat tècnica:** 0. **Informació:** Josep Sagner (Tel. 972211757).

14 octubre. SUBSECCIÓ INFANTIL DE MUNTANYA.

Es farà una sortida en zona de fageda, a la Serra de Llancers. S'avisarà oportunament en el blog (<http://sub-infantil-geieg.blogspot.com/>) sobre els detalls. Per més informació: sub.infantil.geieg@gmail.com.

4 novembre. CAMINADES MÍTIQUES D'OSONA: La Matagalls–Vic fins Vilalleons.

El recorregut que se seguirà per aquesta excursió és: Coll Formic, Sant Andreu de la Castanya, Sant Segimon, Oratori / Padró de Sant Camil de Lelis, Font de l'Or, Mare de Déu de l'Erola, can Bosc, La Sala (Serrallonga), Bosc de Sobrevia, coll de l'Enclusa, Vilalleons. **Distància i horari:** 23 quilòmetres i 6 hores aproximades de marxa. **Sortida:** a les 7 de l'estació d'autobusos. **Vocal:** Joan Benet. **Nota:** aquesta sortida no es farà si no hi ha un nombre mínim de persones apuntades, per tal que el preu de l'autobús no superi els 17-22 euros/persona.

Per saber-ne més: <http://joanbenet-foradelcami.blogspot.com/2011/10/la-matagalls-vic.html>.

Fotos: <http://www.naciodigital.cat/osona/noticia/23194/popular/caminada/matagalls-vic/tanca/inscripcions>

11 novembre. LA MAR DE TARDOR: De Palamós a Llafranc.

Sortirem de Palamós i anirem al Cap Gros, la platja de la Fosca i passarem prop del Poblat ibèric del Castell. Visitarem l'anomenada barraca d'en Dalí, la Cala Canyers i la Platja del Crit d'una gran bellesa. Passarem prop dels Jardins de Cap Roig i Calella de Palafrugell abans d'arribar a Llafranc, fi del nostre itinerari. **Durada i dificultat:** Excursió Social d'unes 5 hores efectives, per



aquesta sortida és recomanable tenir assegurança. El vocal i el GEIEG declinen tota responsabilitat en cas de qualsevol accident que pugui ocórrer si no es disposa d'assegurança. **Sortida:** a les 8 del matí de l'estació de busos. **Vocal:** Xavier Casamitjana. **Nota:** aquesta sortida no es farà si no hi ha un nombre mínim de persones apuntades, per tal que el preu de l'autobús no superi els 15-20 euros/persona.

11 novembre. SUBSECCIÓ INFANTIL DE MUNTANYA.

S'avisarà oportunament en el blog (<http://sub-infantil-geieg.blogspot.com/>) sobre els detalls del recorregut. Per més informació: sub.infantil.geieg@gmail.com.

17 novembre. ESCALADA. Pràctiques Escalada a Solius.

Sortida d'iniciació a l'escalada esportiva, oberta a tots aquells que vulguin descobrir l'escalada en roca, la tècnica de peus i l'equilibri. Important portar peus de gat si se'n tenen. **Notes:** El màxim de participants és de 10 i el mínim de 5. Cal disposar de transport propi (es compartiran els cotxes). **Inscripcions:** imprescindible fer la inscripció abans del dijous 15 de novembre. S'anunciarà l'hora i el lloc de trobada. **Vocals:** Lluç Masclans i Raül Lattre/Núria Puig.

18 novembre. MUNTANYISME. La Rupit-Taradell, 1a part: de Rupit a Vilanova de Sau.

La clàssica ruta Rupit-Taradell té en total 43 km, dels quals en aquesta excursió se'n recorreran uns 18. El recorregut que seguirem serà: Rupit, Rajols, l'Avenc, Tavertet, Coll de la Malla, Els Cingles, La Riba, la Presa de Sau, Sant Romà de Sau, fins a Vilanova de Sau. **Distància i horari:** 18 quilòmetres i 6 hores aproximadament. **Sortida:** a les 7 de l'estació d'autobusos. **Vocal:** Joan Benet. **Nota:** aquesta sortida no es farà si no hi ha un nombre mínim de persones apuntades, per tal que el preu de l'autobús no superi els 17-22 euros/persona.

Per saber-ne més: <http://joanbenet-foradelcami.blogspot.com/2011/07/rupit-taradell.html>.

2 desembre. SUBSECCIÓ INFANTIL DE MUNTANYA.

Es farà una sortida en una zona propera, probablement al voltant de la vall de Llémna. S'avisarà oportunament en el blog (<http://sub-infantil-geieg.blogspot.com/>) sobre els detalls del recorregut. Per més informació: sub.infantil.geieg@gmail.com.

16 desembre. SOCIAL NADAL. El Talló (i Puig d'Ou, opcional) des del Coll de la Pera.

L'itinerari que se seguirà serà circular des del nucli veïnal de Pera. Durant el recorregut es poden observar les comunitats vegetals més comunes de l'Alta Garrotxa: l'alzinar muntanyenc, la roureda de roure martinenc, la fageda, la pineda de pi roig i els prats humits de muntanya. Es farà el cim del Talló (1276m) i opcionalment si el temps i el ritme ho permet el Puig Ou (1300m). **Dificultat física:** baixa, itinerari d'uns 15-20km amb uns 550 m de desnivell (depenent de si es fa o no el Puig Ou. El vehicle deixarà a 800m). Està pensada per a fer a ritme de sortida social de Nadal. **Equipament:** Botes de muntanya, roba d'abric, menjar, beure, impermeable i paravent,... **Sortida:** a les 8h del matí de l'estació d'autobusos de Girona. **Vocal:** Lluç Masclans

20 gener. SORTIDA HIVERNAL. Canal d'Iniciació al Gra de Fajol.

Ascensió per una canal assequible al Gra de Fajol, per a iniciar-se en aquest tipus de progressió hivernal. En funció de l'hora d'arribada a dalt del coll es faran els cims de Gra de Fajol i es valorarà si es pot allargar més la sortida. Cal uns mínims coneixements d'utilització del piolet i grampons. El nombre màxim de persones serà de 10. **Material:** Botes d'alta muntanya, roba d'abric, pantaló-folre, folre polar, gore complert, guants de folre i gore, gorro, polaines, mitjons de recanvi i tot el què calgui per no passar fred!! **Material tècnic:** (es pot sol·licitar préstec a la secció) grampons, piolet, arnès, A.R.V.A, pala i material personal. **Dificultat tècnica proposada:** mitjana. **Dificultat física proposada:** mitjana. **Vocal:** Lluç Masclans.

UN FORT AGRAÏMENT A TOTS ELS VOCALS DE LES SORTIDES QUE FAN POSSIBLE AQUEST NOSTRE PROGRAMA. LA SECCIÓ DE MUNTANYA ESTÀ OBERTA A LA COL·LABORACIÓ DE NOVES PERSONES TANT PER FER DE VOCALS COM MEMBRES DE JUNTA.