



Dissabte 1 de abril de 2023
«Camí de Sant Jaume 02»



En aquesta etapa, sortirem del final de l'anterior: Sant Jaume de Rigolisa, i arribarem a Bellver, on agafarem l'autobús de línia per tornar cap a Puigcerdà (2,75 € que heu de portar justos).

Tot i que pot semblar una etapa "coneguda", passarem per senders i corriols que potser no heu trepitjat mai i veurem curiositats de la comarca prou interessants. Per això en algun indret puntual farem alguna petita variant més "amable" que la ruta oficial del Camí.



Si tot funciona com cal, visitarem les ermites/esglésies de St. Jaume de Rigolisa, Sta. Maria de Quadres i Santa Maria de Talló.

S'aconsella portar botes per possibles trams amb fang i capelina per si plou.

Distància: 19,79 km
Desnivell positiu: 58 m
Desnivell negatiu 238 m
Hores aprox. (caminant): 5 h

Més info: pel grup de whatsapp inscrits

TOT I ELS QUILÒMETRES NO TÉ CAP DIFICULTAT APEGIDA

Fitxa: "Camí de Sant Jaume 02"
Distància: 19,79 km desnivell +: 58 m -:238
Trobada: Església de St. Jaume de Rigolisa
Inici: Al grup de Whatsapp

Inscriure'm

Inscriure'm

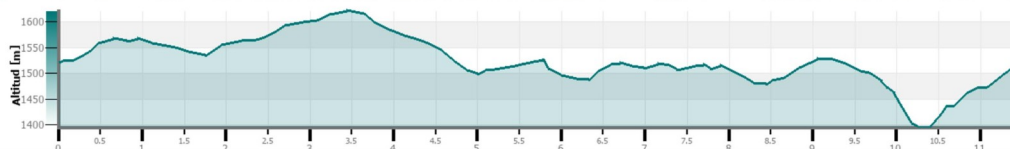
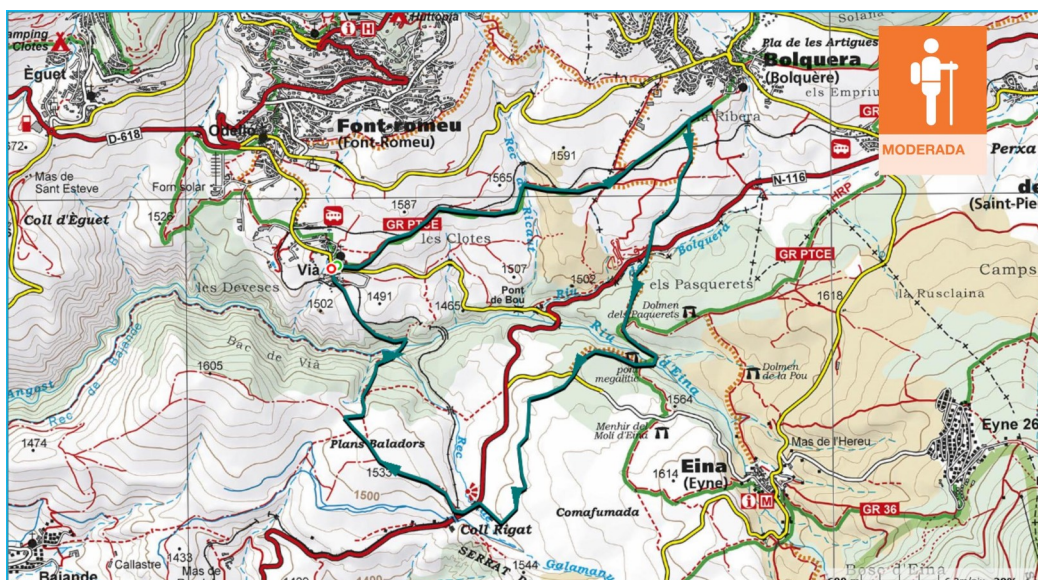
Recordeu que us heu d'inscriure abans del dia 28 de març.



Divendres 7 de abril de 2023
«Vià – Bolquera – coll Rigat »



MODERADA



Dia: Divendres 07 de abril de 2023

Trobada: Aparcament de les Tereses.

Hora: 8.00 h Inici a peu: (8.30 h)

Distància: 11,4 km Desnivell acumulat: 350 m

Durada: 3 h 15 mi Aportació als conductors: 1'5 €

Itinerari: Vià - Bolquera - Pont Megalític - coll Rigat

Plans Balador - Vià

Tipus de circuit: Circular

Fitxa: Vià Bolquera Coll Rigat

Distància: 11,4 km desnivell: 350 m

Trobada: pàrquing de les Tereses a les 8.00 h

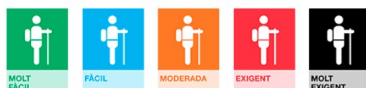
Inici: Vià 8.30 h

Aportació al conductor: 1,5 €

Inscriure'm

Inscriure'm

Recordeu que us heu d'inscriure abans del dia 3 d'abril.



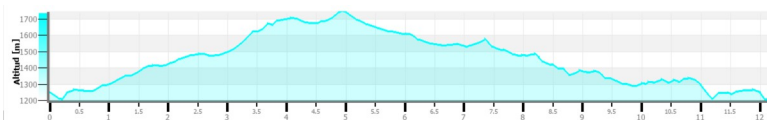
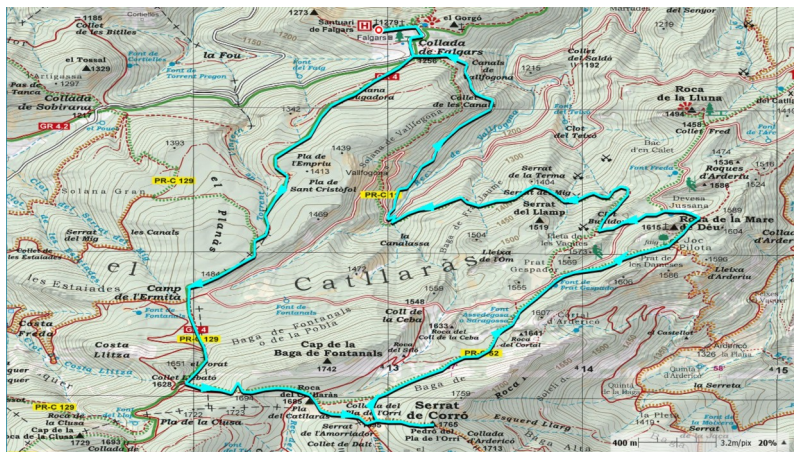


Dissabte 8 de abril de 2023
«Falgars, serrat Corró i roca de la Mare de Déu»



En aquesta excursió a la serra del Catllaràs podrem gaudir gairebé de la majoria de llocs més destacats. Iniciarem l'excursió al santuari de Falgars i sortirem en direcció al pla de l'Ermità (2,6 km). Allà girarem en direcció sud, ja encarant-nos cap al collet Llevatò 1.628 m (3,4km). Ens queda encara una bona pujada fins al pla i el roc del Catllaràs, i

des d'aquí al serrat Corró 1.765 m (4,9km). Desfarem la pujada al serrat per continuar pel PR-C 52. Ens dirigirem cap a les fonts Assedegosa i la del prat Xispedor fins arribar al Joc de Pilota i la roca de la Mare de Déu (7,5km). Qui vulgui pujar (s'ha de grimpar) ho podrà fer. Ara ens encararem en direcció oest pel PR-C 11 fins a l'encreuament (10 km) que ens durà al coll de Falgars i el santuari.



Fitxa: Falgars - serrat del Corró
Distància: 12,2 km desnivell: 869 m
Trobada: pàrquing de les Tereses a les 7.30 h
Inici: Santuari de Falgars 8.15 h
Aportació al conductor: 4 €

Inscriure'm

Inscriure'm

Recordeu que us heu d'inscriure abans del dia 5 d'abril.



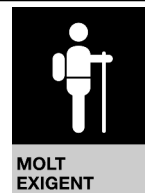


Dissabte 15 de abril de 2023
Audiovisual «15 dies als Andes de Bolívia»

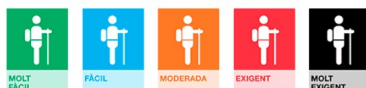




Diumenge 16 de abril de 2023
«Els Empedrats pel coll de Vimboca»



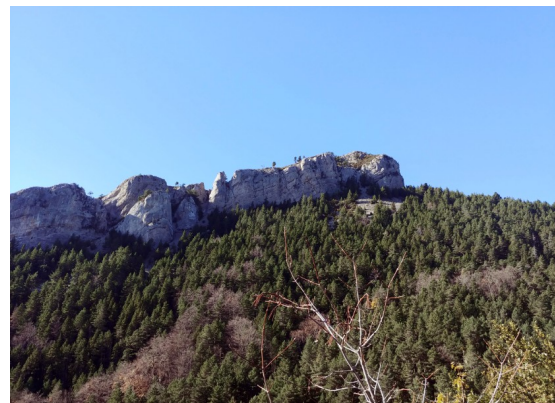
Aquesta excursió és molt exigent. Dependrà del temps i de l'aigua que baixi pels Empedrats.





Aparcarem al veïnat de l'Hostalet i realitzarem la tradicional pujada pels Empedrats, fins al refugi Sant Jordi (4,4 km). Continuarem fins arribar al coll del Pendís i després ja ens dirigirem cap al coll de Vimboca (5,9 km), on ja canviarem el rumb per dirigir-nos al cap de la Boixassa, que tenim enfront i que vorejarem per la nostra esquerra fins a trobar el coll des del qual podrem enfilar-

nos cap a la dreta per arribar al cim 1.825 m (7,6 km). Retornarem a la intersecció per continuar en direcció al coll de la Pelosa (9,2 km). Aquí deixarem les marques blanques i grogues que hem estat seguint des del coll de Vimboca i baixarem per la cara sud del cap de la Pelosa amb unes grans llaçades per una roureda que ens durà molt a prop de la Dou de Bastareny (14,3 km), que veurem, i ja ens quedarà una pista planera per arribar el aparcament dels nostre cotxes al veïnat de l'Hostalet.



Fitxa: els Empedrats pel coll de Vimboca

Distància: 16,1 km desnivell: 1.464 m

Trobada: pàrquing de les Tereses a les 8.00 h

Inici: veïnat de l'Hostalet 8.40 h

Aportació al conductor: 3,4 €

Inscriure'm

Inscriure'm

Recordeu que us heu d'inscriure abans del dia 12 de abril.



Dissabte 29 d'abril de 2023
«Les gorges de Carançà»

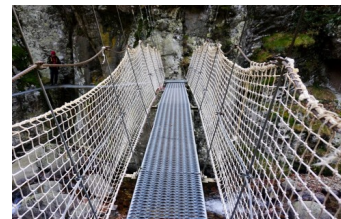


MODERADA



A l'entrada de Toès (Thués-entre-Vaux) un cartell ens indica la zona de pàrquing (4 euros per cotxe) expressament preparada per als visitants de les gorges de Carançà, donant-nos una pista de com és de concorreguda i popular aquesta ruta, una barreja entre senderisme i aventura. Aventura perquè la ruta, si bé no presenta gaires dificultats,

tampoc no és un camí a l'ús ja que té trams furgats a la paret i trams equipats amb ponts i passarel·les per sobre del riu de Carançà que li confereixen un caràcter molt especial. Iniciem la ruta per les Cornises. El camí comença creuant un pont de fusta al pàrquing i deixant l'entrada a les gorges a la nostra esquerra. Guanyarem alçada amb Toès i el riu Tet a la vista fins entrar directament pel camí guanyat a la paret, potser el tram més espectacular. Un cable de seguretat recorre aquest tram a gran alçada, on si volem podem assegurar-nos-hi. Després de gaudir d'aquest primer tram la segona part és la més divertida: transcorre prop del riu i el camí es va intercalant amb passos equipats, ponts i passarel·les que apareixen del no-res entre els arbres i ens permeten avançar amb seguretat.



Aquesta excursió no és apta per a persones que pateixen vertigen.

Fitxa: Les gorges de Carançà

Distància: 10,3 km desnivell: 430 m

Trobada: pàrquing de les Tereses a les 7.30 h

Inici: Pàrquing de Toès: 8.20 h (4 €/cotxe)

Aportació al conductor: 3,5 €

Duració aprox.: 5 h 20 min (en moviment 3 h 30 min)

Inscriure'm

Inscriure'm

Recordeu que us heu d'inscriure abans del dia 26 d'abril.



Dilluns 1 de maig de 2023
«Caminada de la Sèquia»
Ajuntament de Puigcerdà



Us adjuntem l'enllaç de la web on hi ha més informació sobre aquesta sortida.

<https://www.puigcerda.cat/ca/serveis/esports/11a-caminada-de-la-sequia/>

Si algú es va quedar amb les ganes de veure l'audiovisual de la presentació del llibre del nostre company Manel Figuera, podeu veure'l en l'enllaç següent [video](#).

Nota a les sòcies i socis.

A em superat els 150 socis i un total de 112 llicències federatives.

Uns socis i sòcies del club fan expedicions mitjanes i no tan mitjanes a grans altituds. Si a algú l'interessa que contacti amb nosaltres perquè li'n facilitarem el contacte.

Tenim una proposta de recollida de receptes de remeis tradicionals per poder després fer una xerrada sobre el tema. Si en teniu algun o coneixeu algú o teniu alguna ressenya que creieu que podria ser interessant envieu-la a greccerdanya@gmail.com perquè una companya sòcia del club en farà la recollida i després una xerrada explicativa sobre la recopilació dels remeis casolans.





Fundació

La Marató

3

CERTIFICAT
de donatiu

CLUB EXCURSIONISTA Cerdanya (GREC) CLUB EXCURSIONISTA
EL GREC
D'HIGINI DE RIBERA SN BXS MUSEU CERDA
17520 PUIGCERDA
1407406

Lluís Bernabé, com a director de la FUNDACIÓ LA MARATÓ DE TV3, domiciliada a Sant Joan Despí, C/ Oriol Martorell, 1 i amb NIF G61209706,

CERTIFICA:

PRIMER.- Que la Fundació La Marató de TV3 és una entitat constituïda el 9 d'octubre de 1996 davant el Notari senyor Xavier Roca Ferrer, i inscrita al Registre de Fundacions de la Generalitat de Catalunya, amb el núm. 1023 i classificada com a benèfica del tipus de fins científics.

SEGON.- Que la Fundació La Marató de TV3 és una fundació acollida a la Llei 49/2002, de 23 de desembre, de "Règim fiscal de les entitats sense finalitats lucratives i dels incentius fiscals al mecenatge" i té reconeguts els beneficis fiscals que així mateix s'hi estableixen.

TERCER.- La donació dinerària per part de:

Nom i Cognoms o Raó Social:
CLUB EXCURSIONISTA Cerdanya (GREC) CLUB EXCURSIONISTA EL GREC

NIF/CIF: **G17614348** Adreça: **D'HIGINI DE RIBERA SN BXS MUSEU CERDA**

C.P.: **17520** Població: **PUIGCERDA**

En concepte de donació dinerària de l'any 2022 per tal d'ajudar al compliment de les finalitats fundacionals establertes en l'article 2 dels Estatuts de la Fundació, per un total de:

136,32€	13/12/2022	Salut Cardiovascular	2022
---------	------------	----------------------	------

QUART.- Que l'esmentada aportació ha estat efectuada amb caràcter de donatiu irrevocable i acceptada com a tal per la Fundació. Sense perjudici del que s'estableix a les normes imperatives civils que regulen les revocacions de donacions.

I perquè així consti als efectes de poder acollir-se als beneficis fiscals establerts a la Llei 49/2002 de 23 de desembre, de "Règim fiscal de les entitats sense finalitats lucratives i dels incentius fiscals al mecenatge", lliuro la present certificació, com a justificant de la donació efectuada.

VOLS SEGUIR LA MARATÓ TOT L'ANY?
Tv3.cat/marato/dades



Sant Joan Despí, 21 de març de 2023

Per a qualsevol canvi en el certificat, només cal que ens ho comuniqui a: certificats_donatius@ccma.cat, o a Fundació Marató de TV3 - Oriol Martorell, 1 - 08970 Sant Joan Despí o al telèfon 93 594 45 02.



Recordeu que hi ha un grup de Whatsapp «passejades amb el Grec» per als socis que es 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 comuniquem-vos-hi amb el 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 següents canals de comunicació:

Whatsapp del GREC: 660658990 o greccerdanya@gmail.com

Totes les sortides, amb 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

O també a [blogger](#), [facebook](#) [wikiloc](#) 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.