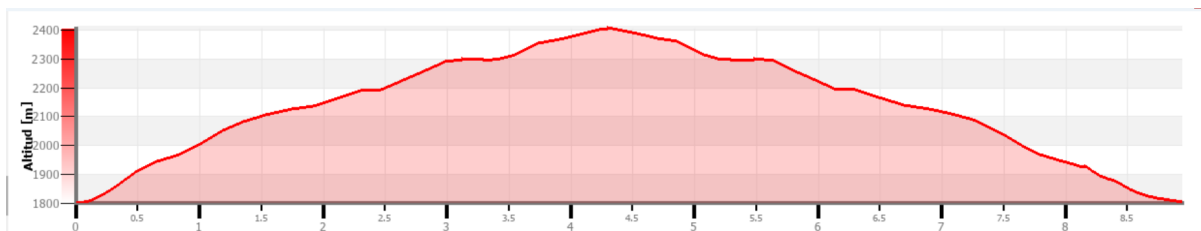




Recordeu que a partir d'aquest any demanem que tots els que participin tinguin una assegurança de muntanya que tingui cobertura a accidents al medi natural. (exemple FECC)

Diumenge 14 de gener de 2024
"Puigllançada amb raquetes"





Aquesta sortida és d'iniciació a les raquetes de neu. Consisteix a pujar al panoràmic cim del Puigllançada des del pla d'Anyella. No té cap dificultat tècnica, però és útil per començar a fer ús de les raquetes i acostumar-s'hi amb



vista a més excursions programades per a aquest any, com les del Punxó al febrer, el roc de Madres al març o la Carbassa a l'abril. La vista des de dalt en un dia clar abasta fins al litoral mediterrani i el descens pel bosc de l'Hospital és especialment atractiu. En unes 3-4 h es pot fer sense presses.

Fitxa: "Excursió amb raquetes al Puigllançada"

Distància: 8,9 km desnivell: 600 m

Hora de trobada: 8.00 h pàrquing les Tereses

Hora de sortida: 8.45 h.

Arribada Aprox: 13.00-14.00 h.

S'ha de portar aigua, protector solar, gorra, guants, pals, botes dures, menjar/ganyips i roba d'abric, les raquetes prèviament regulades, polaines, ulleres, paravent i telèfon.

Temps durada: unes 5 hores, però dependrà del ritme del grup.

Aportació al conductor: 3,5 €

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

S'ha de fer la inscripció abans del dia 11 de gener.



Dissabte 20 de gener de 2024

“Xerrada sobre raquetes”

a la sala Pilar Prim a les 19:00 h.



**Xerrada sobre
RAQUETES DE NEU
a càrrec de:
Manel Figuera Abadal**

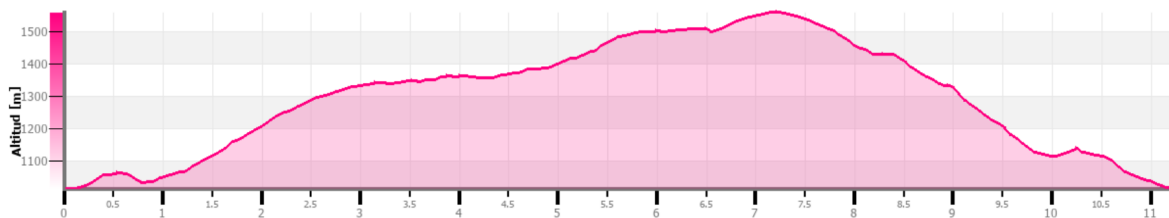
**El dia 20 de gener a les 19.00 h
la sala Pilar Prim de la
Biblioteca Comtat de Cerdanya
de Puigcerdà**

Organitza:  **Col·labora:**  

Diumenge 21 de gener de 2024
“Caminada de diumenge”

Se surt de Bellver de Cerdanya, a l'Hotel Bellavista, i es pren un sender local que pel torrent Corner enllaça amb la pista vella d'Anes des de cal Semion. Es puja per dreceres per aquesta pista fins a la casa d'Anes, des de la qual es pren un altre sender local que du, pel torrent d'Uildebou, a Ordèn. Aquí s'agafa un sender de Cerdanya, prop de la carretera local, fins a la pista a la dreta que puja al cim de la Reduta. Es torna a l'inici de la pista i pel mateix sender de Cerdanya es baixa en plena solana i trobant algun cop la

Dcarretera fins a cal Codolet. Es puja i es baixa del proper serrat Rodó i es torna al punt de sortida.



Fitxa: "Caminada de diumenge: la solana de Bellver"

Distància: 11,2 km desnivell: 609 m

Hora de trobada: 8.00 h pàrquing les Tereses

Hora de sortida: 8.15 h. (Bellver de Cerdanya)

Arribada aprox: 13.00-14.00 h.

S'ha de portar aigua, protector solar, gorra, guants, pals, botes dures, menjar/ganyips i roba d'abric, ulleres, paravent i telèfon

Temps durada: unes 5 hores, però dependrà del ritme del grup.

Aportació al conductor: 2,80 €

[Inscriure'm](#)

S'ha de fer la inscripció abans del dia 18 de gener.

[Mètode Sendif](#)

pàg. 5





Dissabte 27 de gener de 2024
"Baixar el pessebre de Sant Feliu de Castellvell"



Aquest any hem portat el pessebre a Sant Feliu de Castellvell. És una passejada fàcil i per aquesta raó en proposem una de mitjana sortint del pàrquing dels Banyes de Llo. Començarem al camí original de pujar a Sant Feliu de Castellvell. Arribarem a una cruïlla molt a prop de Sant Feliu 1.589 m). Després de recollir el pessebre retornem a la cruïlla i



[Mètode Sendif](#)

pàg. 6





seguim el camí en direcció al mas Patiràs, on un fort gir a la dreta ens farà agafar la pista de les gorges de Segre i en una passejada suau serem altre cop a Llo (6,4 km i 435 m de desnivell positiu).

Fitxa: "Anada a buscar el Pessebre a Sant Feliu de Castellvell"

Distància: 6,4 km desnivell:+435 m

Hora de trobada: 8.00 h pàrquing de les Tereses (8.20 h Llo)

S'ha de portar aigua, protector solar, gorra, pals, botes, menjar/ganyips, gramponets si en teniu (si hi ha molta neu??)

Temps durada: unes 3 hores. però dependrà del ritme del grup.

Aportació als conductors: 2,00 €

[Inscriure'm](#)

S'ha de fer inscripció abans del dia 24 de gener.



Per que encara no hagi vist el resum anual de les fotos ho podeu fer des d'aquest enllaç

<https://photos.app.goo.gl/PHccRug7XsEmcUuw5>

Dimecres 7 de febrer 2024
"Club de Lectura de muntanya"



Club de Lectura de Muntanya.

En aquesta ocasió llegirem el llibre "El primer de la Cordada" de l'escriptor "Roger Frison-Roche" i el comenta Manel Figuera Abadal, on podem debatre diferents aspectes del llibre.

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

Els interessats podeu inscriure's al següent enllaç del grup de Whatsapp:

<https://chat.whatsapp.com/GHrDtq0ztjq2pMCATAER3W>





A continuació teniu el cartell de Aventura Neu on el grec hi col·labora i la nostra federació FEFC també. Per si no voleu fer la foto al QR podeu consultar tota la Info a:

<https://randonnee-occitanie.com/agenda/aventure-neige-puigmal/>

AVENTURA NEU
3-4 febrer 2024
Puigmal

PASEJADES RAQUETES

COMPETICIONS AMB RAQUETES DE NEU
SOLO, RELLEUS DE 2, CURSA JOVES
CAMPIONAT CATALÀ
CURSA FRANCESA SELECCIÓ

ESDEVENIMENT FESTIU ECO-RESPONSABLE
ANIMACIONS NATURALES, ACCIÓNS PARTICIPATIVES,
TALLERS I JOCS IMPLICATIUS

INICIACIONS esquí, raquetes, marxa nòrdica

CONFERÈNCIES DEBATS

RESTAURACIÓ LOCAL

TEST I LLOGUER DE MATERIAL

MERCAT DE PRODUCTORS

VENIU SENSE EL VOSTRE COTXE GRÀCIES ALS ACCESOS AMB TRANSPORT PÚBLIC

Trobeu el programa complet i inscriviu-vos!

Estem buscant voluntaris per l'Aventura Neu al Puigmal. Si us interessa ser-hi i ajudar a que l'esdeveniment sigui un èxit apuntat com a voluntari al següent enllaç.

[Apuntar-me com ha Voluntari](#)



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.



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 comuniquem-nos-ho 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 [facebook](https://www.facebook.com/greccerdanya), i [instagram](https://www.instagram.com/greccerdanya).

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.

