

SUMARI

↓ **Divendres 1 de maig**

Caminada popular de la Sèquia (Ajuntament de Puigcerdà)

↓ **Dissabte 3 de maig**

Gallina Pelada i Creu de Ferro (Ensija)

↓ **Del 5 a l'11 de maig de 2026**

Excursió CAMÍ DE CAVALLS SUD

↓ **Dissabte 16 de maig**

Cap de la Fesa i torreta de Cadí

↓ **Dissabte 16 de maig (nocturna)**

Nit de primavera des d'Estana

↓ **Diumenge 17 de maig**

Circular serrat dels Llops tornant per la Mata Negra

↓ **Dissabte 23 de maig**

Puigcerdà més digne

↓ **Diumenge 24 de maig**

Coll de Pal- la Tosa d'Alp - Coll de Pal

↓ **Dilluns 25 de maig**

Esmorzar de carmanyola: al refugi de Berenella

↓ **Dissabte 30 de maig**

Circs i llacs: llacs dels Pessons

↓ **Diumenge 31 de maig**

Cim d'Estela, roc d'Uró i la Torreta

Recordeu que les inscripcions s'han de fer per la [web](#) on heu d'estar loguejats (haver entrat amb usuari i contrasenya) si no, no s'activa el botó de vull anar-hi.

[Per loguejar-te a la web](#)
[per veure totes les excursions](#)

Divendres 1 de maig
Caminada popular de la Sèquia (Ajuntament de Puigcerdà)

Al coincidir amb la passejada setmanal hem decidit afegir-nos a la que organitza l'Ajuntament de Puigcerdà.



INSCRIPCIONS OBLIGATÒRIES PER L'ESMORZAR:

1 DE MAIG 2026
PUIGCERDÀ - QUERS . 9 km

Ajuntament de Puigcerdà

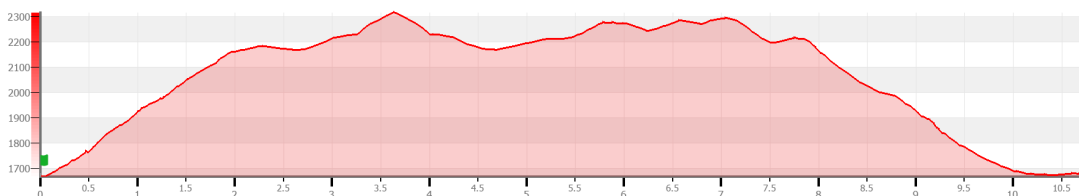
XIV CAMINADA DE LA SÈQUIA

L'ESMORZAR ESTARÀ LIMITAT A LES 300 PRIMERES PERSONES INSCRITES. SENSE INSCRIPCIÓ NO HI HAURÀ DRET A L'ESMORZAR. DEL 16 AL 23 D'ABRIL INSCRIPCIONS RESERVADES NOMÉS PER EMPADRONATS A PUIGCERDÀ. PER FER LA CAMINADA NO HI HA LÍMIT, NI TAMPOC CAL INSCRIURE'S. LES INSCRIPCIONS ÚNICAMENT SÓN PER L'ESMORZAR.

Les inscripcions directament al QR de la imatge.

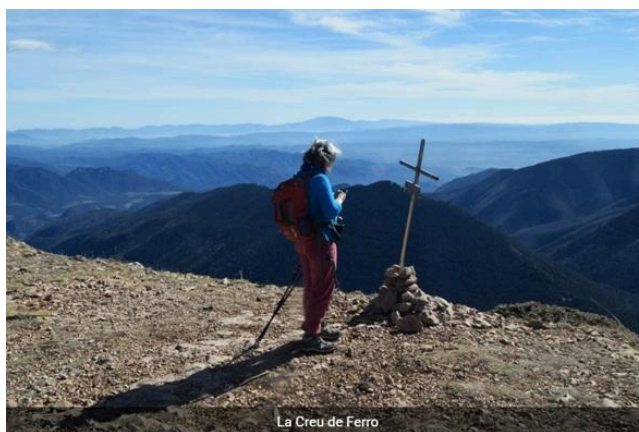
Diumenge 3 de maig

Gallina Pelada i Creu de Ferro (Ensija)



Descripció 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 i la Creu de Ferro, 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 bastant dret amb algun pas on cal agafar-se amb les mans.

Material i equip: el propi de la primavera en muntanya mitjana: botes de tresc, pantalons llargs (curts si fa calor), samarreta tèrmica, folre polar, jaqueta paravent o impermeable, buff, ulleres de sol, bastons (recomanables), barret si fa sol... És possible que hi hagi neu; si així fos, des del grup de WhatsApp ja direm que es portin grampons. També es podria iniciar l'excursió al coll de Fumanya, pel vessant sud. Tot això es valorarà uns dies abans.

Àpats: esmorzar i dinar

Comarca: Berguedà

Monitor: Manel Figuera

Distància: 10,56 km

Desnivell: 783 m

Temps durada: 6-7 h

Trobada lloc: aparcament de les Tereses

Hora: 7.30 h

Aportació als conductors: 10 €

Número de places: 12

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 1 de maig de 2026.

Inscriure'm

www.greccerdanya.cat/agenda

Del 5 a l'11 de maig de 2026
Excursió CAMÍ DE CAVALLS SUD
(Places exhaurides i bitllets tancats.)



El Camí de Cavalls té, per a tots els habitants de Menorca, un significat que va més enllà del que és purament històric. Els seus orígens es remunten a l'any 1330, en temps del rei Jaume II, que va ordenar als cavallers menorquins mantenir un cavall armat per vigilar la costa de l'illa per tal de defensar-la tant a ella com els seus habitants.

Menorca, Reserva de la Biosfera des de 1993 quan la UNESCO així ho va declarar, és un veritable museu arqueològic a l'aire lliure amb un patrimoni excepcional considerat el testimoni únic d'una cultura prehistòrica (extret de: illesbalears.travel).

La ruta que farem consta de 5 dies de caminar, de Ciutadella a Maó, que ens permet gaudir de tota la costa sud.

Anada-tornada en avió de Barcelona a Maó.

Trasllat en bus fins a es Mercadal (i tornada), on ens allotjarem a l'hotel Jeni tots els dies. Es Mercadal és el centre geogràfic de l'illa i té una població d'uns 6.200 habitants.

Des d'es Mercadal, el bus ens portarà cada dia a l'inici de l'etapa corresponent i ens recollirà al seu final.

1r dia.....14,50 km. Desnivell 21 m

De Ciutadella a Son Xoriguer

2n dia.....26,50 km. Desnivell entre 99 i 143 m

De Son Xoriguer a Santo Tomàs

3r dia15,66 km. Desnivell 251 m

Santo Tomàs a cala Porter

4t dia13,84 km. Desnivell 116 m De cala Porter a Binibèquer

5è dia.....18,64 km. Desnivell 161 m

De Binibèquer a Maó (es Castell)

TOTAL.....89,14 km aprox.



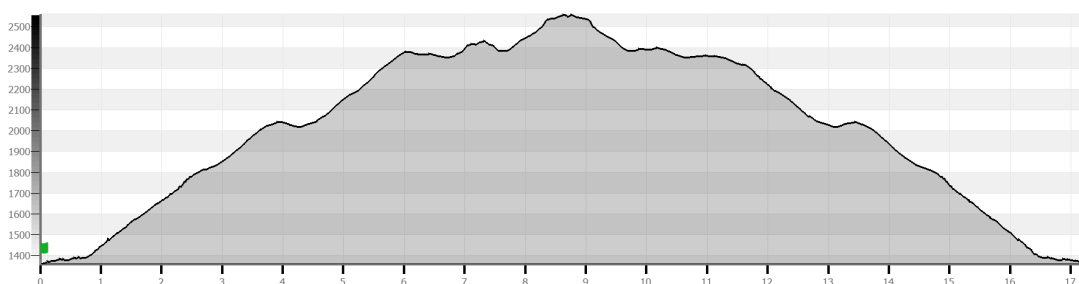
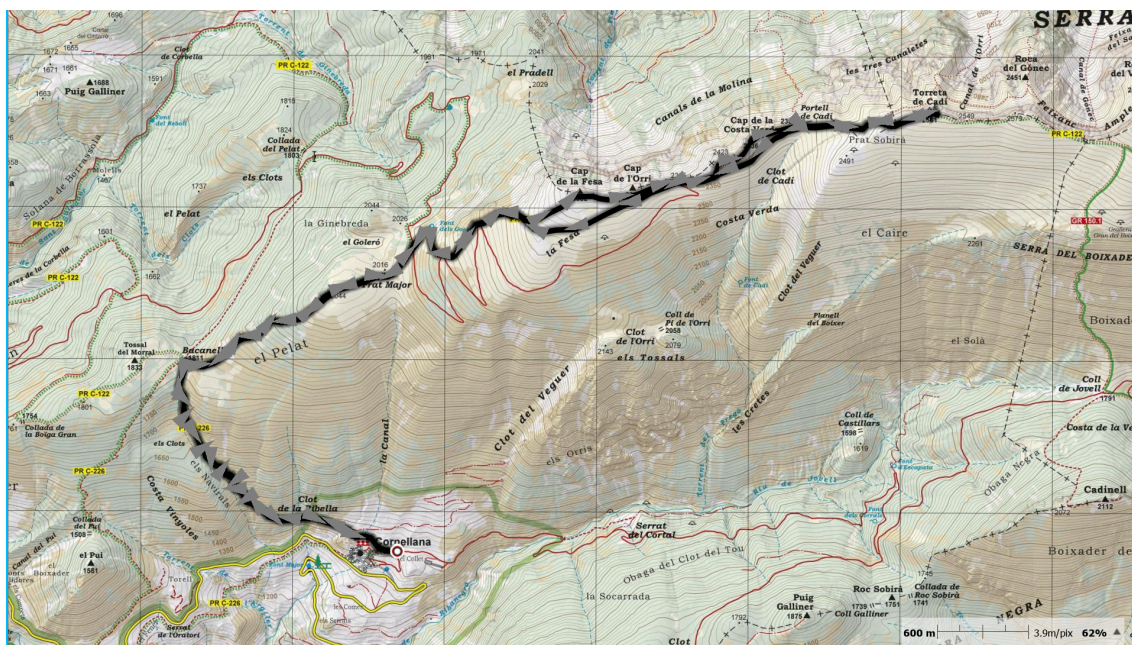
Fitxa: 05/05 / 2026 Excursió Camí de Cavalls Sud
De les característiques de la sortida se n'informarà el grup de whatsapp.

Dissabte 16 de maig

Cap de la Fesa i torreta de Cadí



MOLT EXIGENT



Descripció Itinerari:

Ascensió clàssica, relativament poc freqüentada, pel sector occidental del Cadí a un dels seus cims principals, la torreta de Cadí, vèrtex geodèsic de primer ordre. No és el punt més elevat de la serra, però sí un dels millors miradors, amb un panorama que s'estén des del Puigmal, a Cerdanya, passant per la pica d'Estats i la Maladeta fins al Mont Perdut. És un itinerari llarg i de força desnivell, però exempt de dificultats tècniques. Podria ser que a la canaleta d'accés a la torreta de Cadí encara hi hagués neu, però això ja ho confirmarem abans; si així fos agafaríem els grampons. Se surt de la part alta de Cornellana, vora el cementiri, pel PR C-226, que fa un flanqueig pel pedregós clot de la Ribella i s'enfila en llaçades per una pineda de pi roig i curioses formacions rocoses al collet de Bacanella o simplement la Bacanella. En aquest pas es pren cap a la dreta el PR C-122, que ve d'Adraén i puja per la carena al prat Major (2.044 m), fora del bosc, que es pot considerar un cim. Un descens suau du a la pista que s'enfila des d'Adraén a la Fesa, tancada als vehicles no autoritzats. Es creua aquesta pista i es puja, fent alguna llaçada, al

cim del cap de la Fesa (2.382 m), talaia oberta cap al Pirineu del Pallars i l'aragonès, amb la vall del Segre a sota i més enllà les serres prepirinenques del Turbó, Cotiella, Guara... Es passa pel cim contigu del cap de l'Orri (2.376 m) i s'arriba al final de la pista d'Adraén, a la mateixa carena. Aquí se surt del PR (se seguirà a la tornada) per assolir el proper cap de la Costa Verda (2.436 m), damunt les canals de la Molina, al vessant nord de la serra. Un descens curt du al portell de Cadí, on s'enllaça amb el PR C-122, que es dirigeix a una canaleta pedregosa que podria estar nevada (si fos així hi necessitaríem grampons). Per aquest corredor s'ateny el prat Sobirà i seguint la carena, el cim de la torreta de Cadí (2.561 m), amb una paret nord ja destacable a la seva esquerra. S'hi troben uns plafons explicatius del paisatge, tot i que força deteriorats degut a les inclemències meteorològiques allà dalt. El descens s'efectua pel mateix itinerari, però seguint el PR C-122 per fer dreuera. No és aquest un recorregut difícil; al contrari: és tècnicament fàcil. Però el desnivell, que supera els 1.000 m, hi suma. Tot i això, tampoc no hi ha pujades costerudes ni grimpades.



Comarca: Alt Urgell

Monitor: Manel Figuera

Distància: 17,2

Desnivell: 1.200 m

Temps durada: 7-8 h depenent del ritme del grup

Trobada Lloc: aparcament de les Tereses

Hora: 6.30 h

Àpats: esmorzar i dinar

Equip: s'ha de portar aigua o beguda isotònica suficient (1,5 l), botes semirígides, mitjons gruixuts, guants, bastons, pantalons llargs, samarreta tèrmica, paravent, impermeable, gorra, buff, ulleres de sol (i potser grampons).

Avís:

Aportació als conductors: 15 €

Número de places: 12

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 14 de maig de 2026.

[Inscriure'm](#)

www.greccerdanya.cat/agenda

Dissabte 16 de maig (nocturna)

Passejada: nit de primavera des d'Estana



Descripció Itinerari:

Monitors: Jordi Espuña, Sònia Mas i Josep Elias

Distància: 4,5 km

Desnivell: 170 m

Temps durada: 4 h

Trobada Lloc: Estana

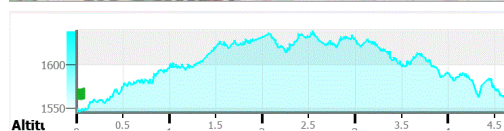
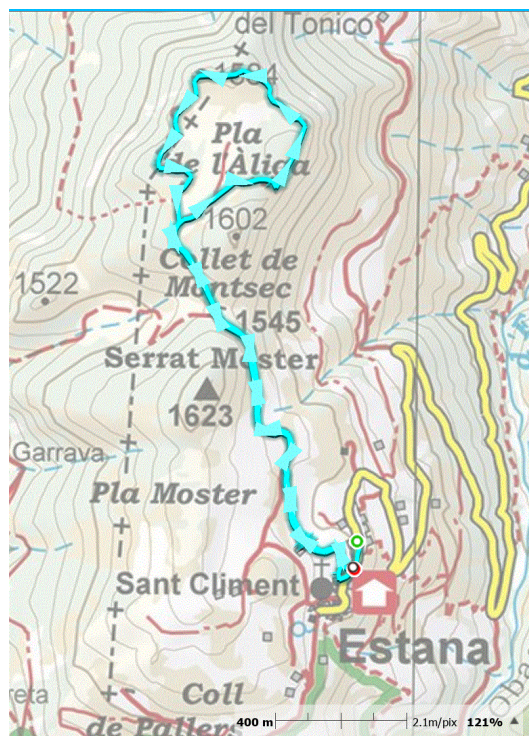
Hora: 19.30 h

Àpats: Sopar

Equip: s'ha de portar aigua suficient (1,5 l), botes, mitjons gruixuts, guants, bastons, pantalons llargs, samarreta tèrmica, folre polar, jaqueta impermeable, gorra, buff, màrrega, manta i frontal.

Aportació als conductors: 5,50 €

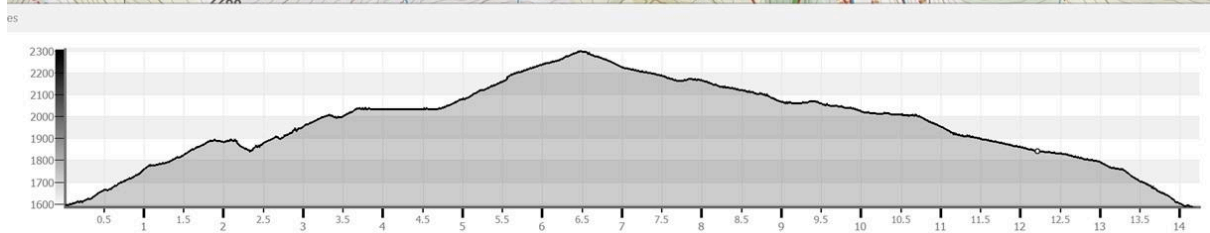
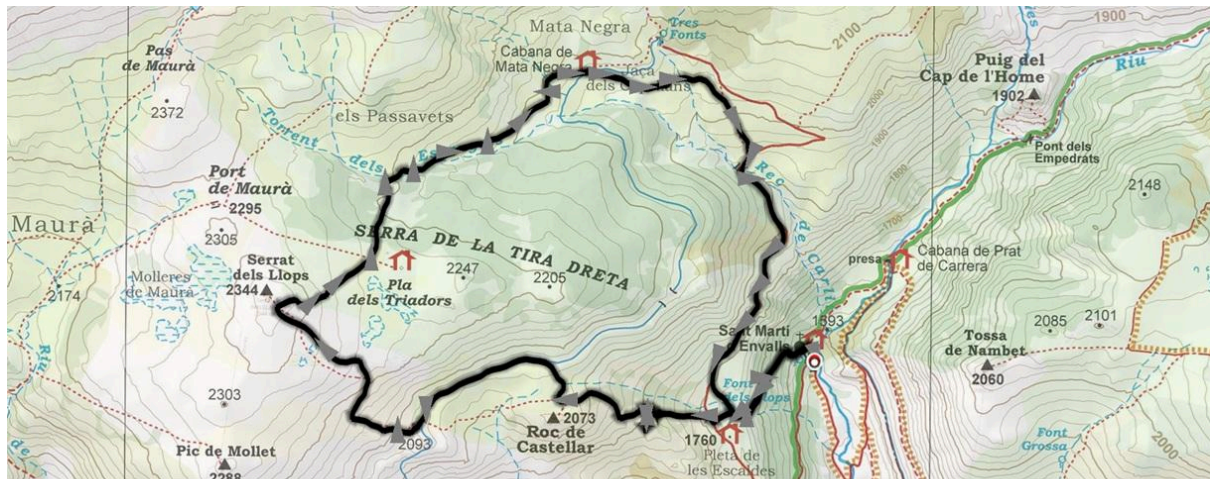
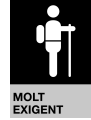
Número de places: 20



Informació Astronòmica

Diumenge 17 de maig

Circular serrat dels Llops tornant per la Mata Negra



<https://loc.wiki/t/220113761?h=5m6e3b73pn&wa=sd&la=ca>

Descripció itinerari:

Ruta circular al serrat dels Llops (2.344 m) des de l'església de Sant Martí d'Envals

Aquesta excursió ens porta al cim cerdà del serrat dels Llops (2.344 m), una talaia privilegiada en una zona força aïllada i poc concorreguda de Cerdanya. La ruta comença a l'església de Sant Martí d'Envals (Angostrina) i retorna pel bosc de la Mata Negra.

L'ascensió: de l'església a la carena

La primera part de la ruta segueix la pujada clàssica: un camí estret que neix darrere de l'església i s'enfila decididament a la pleta de les Escaldes. Un cop a la pleta, continuarem guanyant alçada en direcció al serrat del Castellar, on en podrem admirar les característiques formacions granítiques.

Seguidament, anirem a buscar el rec de Dorres i el seguirem fins a trobar un petit pont que el travessa. En aquest punt, reprendrem una pista que ens deixarà a tocar del serrat dels

pàg. 10



Llops. L'aproximació final al cim es realitza sense un camí evident, progressant lliurement a través d'un bonic bosc de pi negre.

El descens: pel pla dels Triadors i la Mata Negra

Des del cim, la vista s'obre cap a llevant fins al pla dels Triadors. Ens hi dirigirem prenent com a referència un tancat per al bestiar situat prop del bosc de la Tira Dreta. En aquest tram el camí desapareix, però baixarem bosc a través per la serra de la Tira Dreta fins a trobar el torrent dels Estanyets. Aquest corrent d'aigua davalla dels estanys homònims i s'uneix al rec de Carlit formant el torrent que recull les aigües de l'estany Llat i dels de més amunt.

Un cop creuat el rierol enllaçarem amb un camí més fressat —tot i que es pot desdibuixar en alguns punts— que ens portarà a la Cabana de la Mata Negra. Passant per sota de les Tres Fonts, trobarem finalment la pista de baixada que ens retornarà als plans de les Escaldes, on només caldrà desfer el camí inicial fins a l'església.

Una excursió per paratges d'una bellesa salvatge, ideal per a qui busca solitud i entorns naturals preservats.

Monitors: Toni Serra i Joaquim Delgado

Distància: 14,12 km

Desnivell: 807 D+

Temps durada: 7 h depenent del ritme del grup

Trobada Lloc: aparcament de les Tereses

Hora: 7.30 h

Àpats: esmorzar i dinar

Equip: s'ha de portar aigua o beguda isotònica suficient (1,5 l), botes semirígides, mitjons gruixuts, guants, bastons, pantalons llargs, samarreta tèrmica, paravent, impermeable, gorra, buff, ulleres de sol.

Avís: l'aproximació des del 1r pàrquing fins l'església de Sant Martí d'Envalls es fa per una pista que no està en bones condicions, per la qual cosa cal fer-la amb cotxes alts, tipus tot camins o tot terrenys.

Aportació als conductors:

Número de places:

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 15 de maig de 2026.

[Inscriure'm](#)

www.greccerdanya.cat/agenda

Dissabte 23 de maig
Puigcerdà més digna

PUIGCERDÀ

MÉS DIGNE

VINE
AMB
NOSALTRES
A
FER
NET!!



23 DE MAIG

|

6 DE JUNY

A LES 8 h.

AL

CAMPANAR

[Inscriure't al grup](#)

Amb el suport i el vistiplau de l'Ajuntament, hem organitzat unes jornades de neteja pels camins i carrers del nostre municipi sota el lema "PUIGCERDÀ MÉS DIGNE". L'objectiu principal

d'aquesta acció no és només la recollida de residus, sinó sobretot la sensibilització ciutadana: volem transmetre la importància de mantenir el nostre entorn net i, especialment, la necessitat de no embrutar per preservar la dignitat de la nostra vila.

Per tot plegat, us agrairíem que en féssiu difusió entre els vostres associats i col·laboradors. Com més serem, més impacte tindrà l'acció.

Detalls de l'activitat:

-Organització: es formaran quatre grups de recollida.

-Dies: dissabte 23 de maig i dissabte 6 de juny.

-Horari: la trobada serà els dos dies a les 8.00 h al ampanar i l'activitat finalitzarà aproximadament a les 13.00 h.

-Material: l'organització facilitarà bosses, guants i mascaretes a tots els participants.

Per a més informació o per confirmar la vostra col·laboració, podeu contactar amb la Sra.

Dolors Caballero al telèfon 635 37 28 60 o a l'adreça de correu

electrònic dc.puigcerda@gmail.com. També podeu contactar directament amb el GREC

a greccerdanya@gmail.com.

Adjuntem el cartell informatiu per facilitar-ne la difusió: **la netedat és un gran senyal de civilització.**

Restem a la vostra disposició i us agrairim per endavant la vostra implicació.



Diumenge 24 de maig

Coll de Pal - la Tosa - Coll de Pal



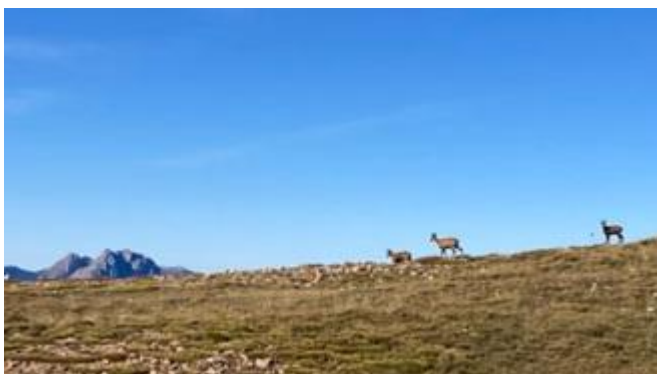
La ruta escollida és una de les més agradables de la zona, ja que es pot gaudir d'unes vistes espectaculars en quasi tot el recorregut si el temps ho permet!

Deixarem el cotxe al coll de Pal (2.106 m) i seguirem el traçat del GR-150.1, un sender ben senyalitzat i fressat que transcorre pel serrat Gran. Durant l'ascens, el paisatge és rocós i ofereix vistes espectaculars, on és habitual veure fauna local com isards, marmotes i vaques pasturant.



Un cop a dalt, s'arriba al refugi del Niu de l'Àliga, al mirador de la Tosa i al cim de la Tosa (2.536 m), coronat per un vèrtex geodèsic. Es poden albirar cims emblemàtics com el Pedraforca, el Puigpedrós, el Carlit, el Puigmal i, en dies clars, fins i tot el Montseny i Montserrat.

El retorn al coll de Pal el farem desfent el mateix camí de pujada. Tot i ser el mateix recorregut, una sortida es veu diferent d'anada que de tornada!



Comarca: Cerdanya

Monitor: Montserrat Gómez

Distància: 7,52 km

Desnivell: 516 m

Temps durada: 4-5 h depenent del ritme grup i les aturades



Club Excursionista
Cerdanya
Fundat el 1996 Any XXIX

Butlletí mensual d'informació
a sòcies i socis
Núm. 327 Març 2026

Trobada Lloc: aparcament de les Tereses o coll de Pal (us n'enviaré la ubicació pel grup de whatsapp)

Hora: 7 h o 8 h respectivament

Aportació als conductors: depenent places cobertes i repartiment de cotxes (aprox. al voltant de 5-6 €, espero)

Àpats: esmorzar, ganyips, aigua...

Equip: botes, bastons, gorra, ulleres de sol, crema solar...

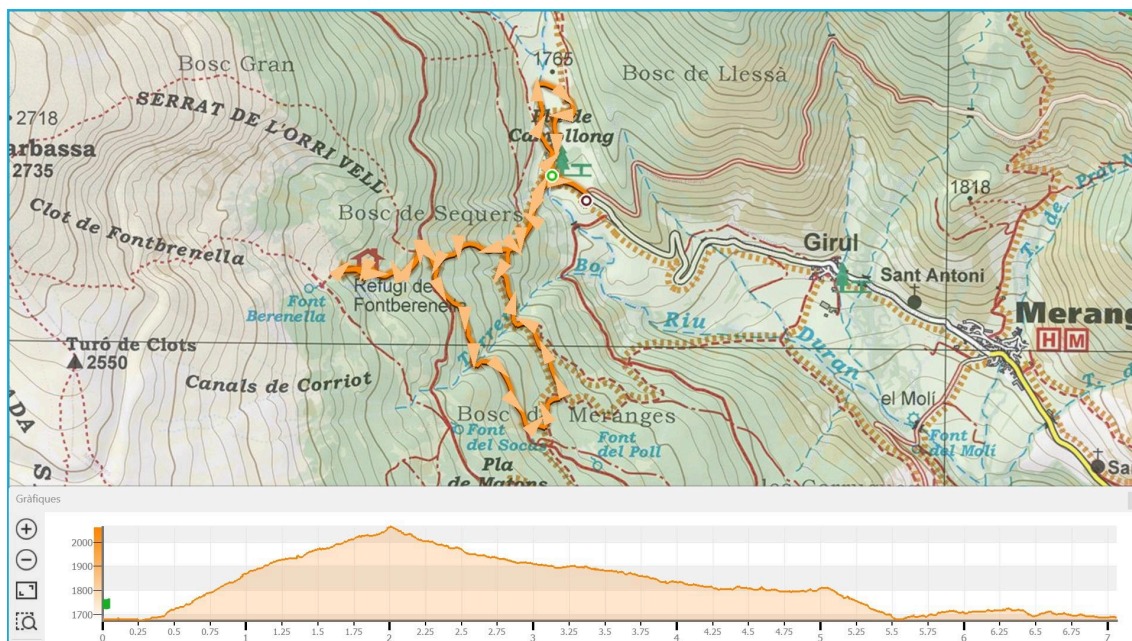
Número de places: 15 participants + 2 guies (un cop que sapiguem els qui serem, pel grup de whatsapp la gent ja es podrà posar en contacte per si es vol compartir cotxe)

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 20 de maig de 2026.

[Inscriure'm](#)

www.greccerdanya.cat/agenda

Dilluns 25 de maig de 2026
Esmorzar de carmanyola al refugi de
Fontberenella



Descripció:

Us proposem una excursió modesta per uns paratges poc coneguts i transitats. Serà com un fontada, com en deien la gent d'abans, quan es trobaven en un planell prop d'una font i es portaven l'esmorçar o el dinar.

Anirem amb cotxe fins al Campllong (1.750 m.) situat a un parell de quilòmetres de Girul (Meranges) seguint l'estreta carretera que s'enfila fins el refugi de Malniu. D'allà travessarem el riu Duran, el desguàs del circ d'Engorgs, i transitarem diversos corriols i alguna pista fins al refugi situat al peu de Fontberenella (2.100 m). Ben esmorzats, retornarem al punt de partida dibuixant un itinerari circular.

Recorregut: 7 km

Desnivell: 400 m

Lloc de trobada: aparcament de les Tereses de Puigcerdà

Hora.: 2/4 de 8 del matí

Cal portar l'esmorzar i la roba per a l'època de l'any

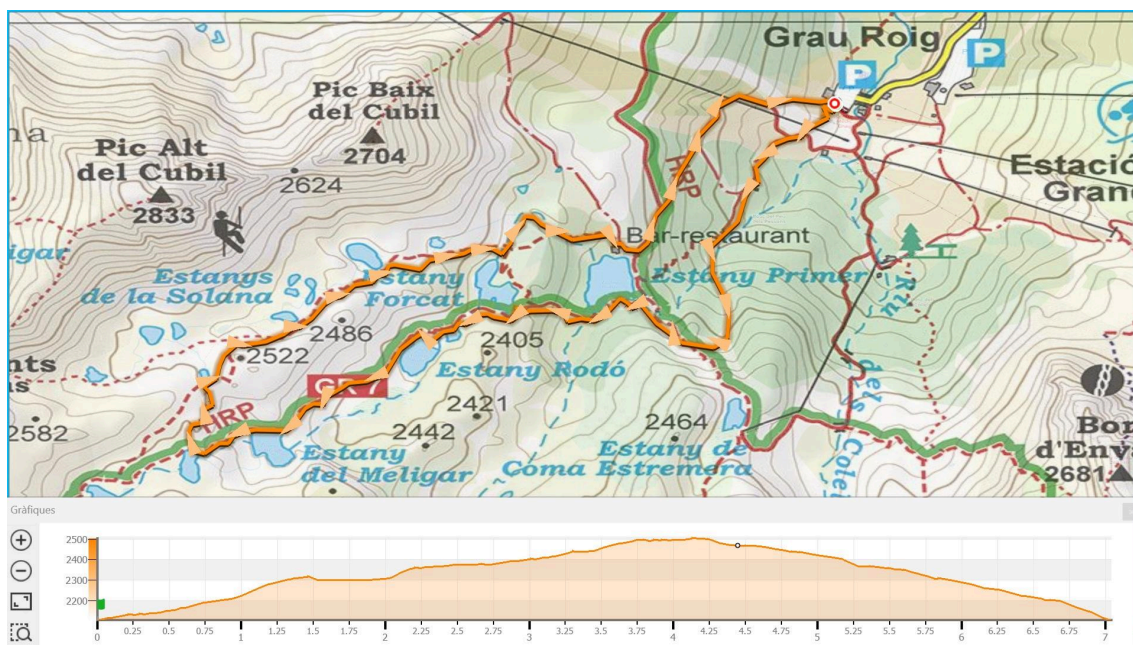
Per a les inscripcions d'aquesta excursió disposeu de temps com a màxim fins el dia 23 de maig de 2026.

Inscriure'm

www.greccerdanya.cat/agenda

Dissabte 30 de maig

Circs i llacs: llacs dels Pessons



En el seu cicle anual, la natura ens regala diversos fenòmens dignes d'admirar, la majoria lligats al pas de les estacions. La primavera és potser la més rica de totes. El primer cant del cucut, el retorn de les orenetes, el despertar de les marmotes, el vol sinuós de les primeres papallones, la floració dels arbres, etc.

En aquesta excursió us convidem a contemplar el despertar dels llacs. Amagats sota una gruixuda capa de gel i de neu, han passat l'hivern, reposant, com si no hi fossin, protegint la vida que hi fa estada. Amb l'arribada de les primeres calors, es desvetllen lentament i mostren el seu rostre més bell, pels contrastos de color de la seva làmina d'aigua amb la seva fòssa. Fins i tot hi ha gent que diu que canten, gemeguen diuen una altres... Són el badalls sords del seu retorn a la vida. Hi volem ser.

Descripció Itinerari: ruta circular clàssica i ben senyalitzada de circ del Pessons, un dels més impressionants del Pirineu,

Comarca: Andorra. Grau Roig

Monitor: Fèlix Pi

Distància: 7,28 km

Desnivell: 400 m

Temps durada:

Trobada Lloc: les Tereses

Hora: 7h del matí

Àpats: Esmorzar i cosa més



Equip: s'ha de portar aigua o beguda isotònica suficient (1,5 l), botes a prova de mulleres (millor no toves) **gramponets i polaines**, guants, bastons, roba adequada per a l'estació i protector solar.

Avís: segons l'estat de desglaç de la neu pot haver modificació de l'itinerari, fins i tot substitució per un altre recorregut. S'informarà puntualment pel grup de Whatsapp

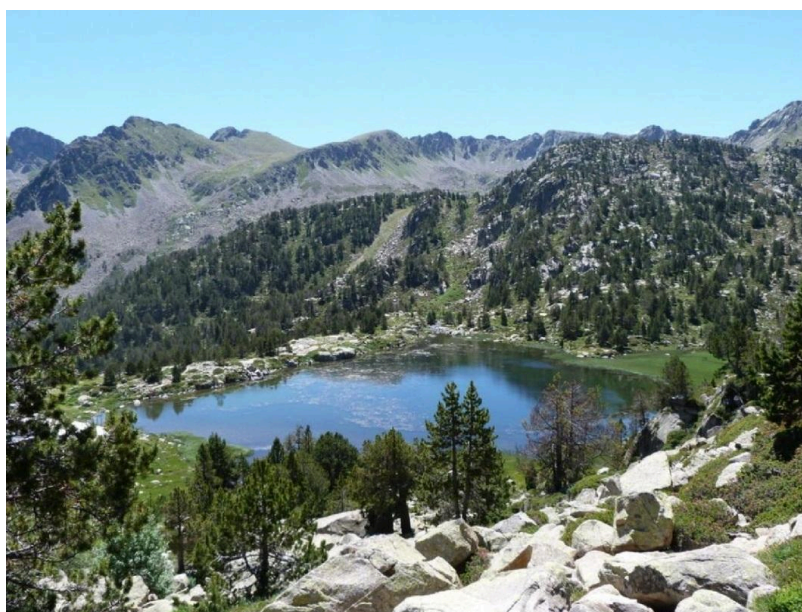
Aportació als conductors:

Número de places: 30

Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 28 de maig de 2026

Inscriure'm

www.greccerdanya.cat/agenda

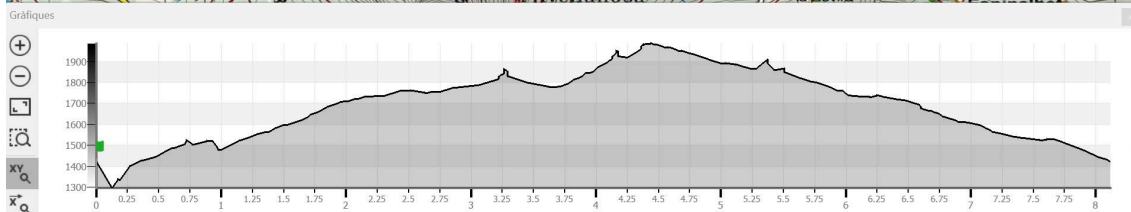
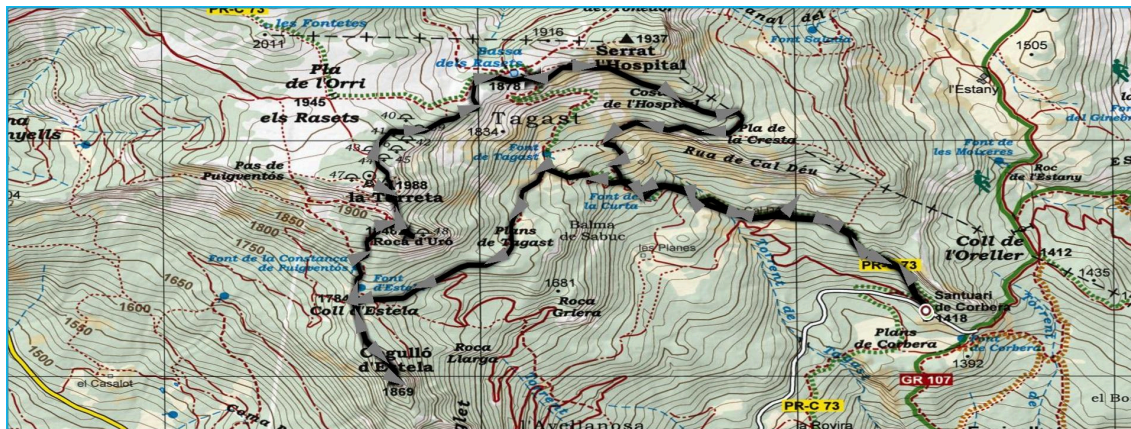


Diumenge 31 de maig

Cim d'Estela, roc d'Uró i la Torreta



MOLT EXIGENT



Descripció de l'itinerari

Circuit molt interessant que assoleix els tres cims del vessant sud dels Rasos de Peguera: cim d'Estela, roc d'Uró i torreta dels Enginyers. Del roc d'Uró a la torreta dels Enginyers, però, l'itinerari va a aquest segon cim directament, sense voltar per l'esquerra cap al pas de l'Os. És per això que, com a activitat de senderisme (si fos d'alpinisme seria fàcil), la considero difícil perquè hi ha alguns passos de grimpada on cal parar atenció, alguns amb cadenes. El descens del coll de Tagast al santuari de Corbera és una passejada plàcida.

Cim d'Estela (1.862 m)

Molt ben situat i panoràmic cap al migdia, hi destaca tota la Serralada Prelitoral des Montseny fins al Montsant. Bon mirador també de la Serralada Transversal i del vessant sud dels Rasos de Peguera.



on
E

on
del

Roc d'Uró (1.948 m)

Espectacular, aeri i només amb un vessant assequible; els altres requereixen escalada. Bon mirador de la Depressió Central fins a la Serralada Transversal i la Serralada Prelitoral.

Comarca: Berguedà

Monitor: Manel Figuera

Distància: 8,2 km

Desnivell: 930 m

Temps durada: 4-5 h depenent del ritme del grup

Trobadra Lloc: aparcament de les Tereses

Hora: 7.00 h

Àpats: esmorzar

Equip: s'ha de portar aigua o beguda isotònica suficient (1,5 l), botes semirígides, mitjons gruixuts, guants, bastons, pantalons llargs, samarreta tèrmica, paravent, impermeable, gorra, buff, ulleres de sol.

Avís:

Aportació als conductors: 12 €

Número de places: 12

Qualsevol possible modificació de l'itinerari es comunicarà pel grup de WhatsApp.



Les inscripcions a aquesta excursió, màxim fins al dia 29 de maig de 2026.

[Inscriure'm](#)

www.greccerdanya.cat/agenda

Dilluns 22 i dimarts 23 de juny

Recollida 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. Fogueres de Sant Joan.

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 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



Si algú està interessat a realitzar aquesta fita de pujar a regenerar la Flama, que es posi en contacte amb el GREC. Gestionarem i us facilitarem la informació del equips de foc.

greccerdanya@gmail.com o whatsapp 660 65 89 90.



Ja tenim el Programa d'on serà el pròxim Aplec Excursionista dels Països Catalans

[Benvinguts al 48è Aplec Excursionista dels Països Catalans](#)

**48è Aplec Excursionista
dels Països Catalans**

Alcúdia, Mallorca
del 8 al 12 d'octubre
de 2026

FEEC Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya

FEDERACIÓ BALEAR D'ESPELEOLOGIA

GEM Grup Excursionista de Mallorca

Colonya Fundació Guillem Cifre

+ info: gemweb.org/aplec



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 comuniquem-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](#) us portarà a la web l'apartat agenda i a la part inferior veureu que podeu fer una subscripció al calendari, recordeu de activar-lo a la vostra llista de calendaris.

Normativa sobre gossos de la Generalitat de Catalunya
[resum de la normativa](#)

