

## SECCIÓ MUNTANYA

DATA	LLOC	Nivell
12	GN Crema Torrons: Puigsacalm pels Ganxos	3+
25-26	GN Costabona, raquetes i pràctiques de retenció	3
02	FB Circular pels Carcaixells	3+
8-9	FB Canals a Cambre d'Azé	3
02	MÇ St. Llorenç del Munt i Serra de l'Obac	2
8-9	MÇ Volta a l'Olla de Vallter, raquetes i grampons	3
06	AB Presó de Busa, el Capolatell i el Cogul (Solsonès)	3
12-13	AB Roques de Benet i Punta Espina	3
1 al 4	MG Tavascan, Pic de Montanreyo, refugi i Pic de Certascan	3
16-18	MG Andorra: Comapedrosa i Arinsal, refugi Pla de l'Estany	3
01	JN Pedraforca, Pollegó Inferior per la Gran Diagonal	3+
7-8	JN Garmo Negro	3
21 al 24	JN Picos de Urbión	3
1 al 8	JL Trek Rumania: P.N. Craiului, muntanyes Fagarás	2
06	JL Tossal de La Baltasana	2
12-13	JL Andorra: Pic d'Escobes i Pic Serrera	3
AGOST	Uzbequistàn: Turisme/Trek Pamir/ascensions a 4 i 5000 m	1 a 3+
6-7	ST Vallflosca des de Capella, Pic de Filià i Montsent de Pallars	3
11 al 14	ST Benasc, V. Remuñé, Ref. du Portillon, Literola i Perdiguero	3
4 al 12	OC GR-73 Calzada de los Blendios (Pisuerga Palencia-Suances)	3
25-26	OC Pic Russell i volta als Ibons de Vallibierna	3
8-9	NV Tuc de Saburó des de Ref. J.M. Blanch	3+
23	NV Montserrat, Albarda Castellana des de Collbató	3+
5 al 8	DS Trek dels 4 Refugis, serra de Montsant	3
14	DS Espinalbet, Cogulló d'Estela, Roc d'Auró, M. Deu Corbera	3

El nivell 3+ indica una sortida limitada en nombre d'assistents per la seva dificultat.

## ALTRES ACTIVITATS 2025

DATA	CAMINADES	
09	FB AEEB-BARNATRESC -Horta-Guinardó	
06	AB AEEB-NATURTRESC -Romanyà	
30	NV AEEB-NATURTRESC -Perafita	
05	FB Aniversaris 3r quadrimestre 2024	20:00
07	MG Aniversaris 1r quadrimestre 2025	20:00
08	OC Aniversaris 2n quadrimestre 2025	20:00
<b>Càpsules formatives</b> , es comunicaran oportunament via Whatsapp o e-mail.		

## SECCIÓ SENDERS: GR-151 La ruta de l'Abat Oliba

DATA	LLOC	Km
19	GN Túnel de Bracons - Puigsacalm - Vidrà	
16	FB Vidrà -Vallfogona -St. Joan de les Abadesses	
16	MÇ St. Joan Abadesses - St. Pau de S. - St. Salvador de Bianya	
27?	AB Sant Pau de Segúries - Camprodón - Molló	
18	MG Molló - Prats de Molló	
15	JN Prats de Molló -R. Conques -R. Marialles	
19-20	JL Castell de Vernet -St. Miquel de Cuixà	
21	ST GR 97 St. Celoni -St. Antoni de Vilamajó	16
19	OC GR 97 St. Antoni de Vilamajó -Llerona	16
16	NV GR 97 Llerona -Caldes de Montbui	20,5
21	DS GR 97 Caldes de M. -Can Montllor -C1413	10,3

## NORDIMECRES -Secció de Marxa Nòrdica

Una o dues sortides mensuals matinals de 10-14 km i amb poc desnivell

08	GN Sant Quirze del Vallès
22	GR Via Marina Camí de St.Jaume 1: Blanes-Pineda
05	FB Santa Coloma
19	FB Via Marina Camí de St.Jaume 2: Pineda-Canet
05	MÇ Vilanova - Sitges
19	MÇ Via Marina Camí de St.Jaume 3: Canet-Mataró
09	AB Via Marina Camí de St.Jaume 4: Mataró-Masnou
07	MG Via Marina Camí de St.Jaume 5: Masnou-Barcelona
21	MG Sant Sadurn d'Anoia
04	JN Vallvidrera-Horta
18	JN Figaró
17	ST Castellbisbal
01	OC Olesa de Montserrat-Balcones de Montserrat
26	OC Marxa nòrdica de la Marató
05	NV Matadepera
01	NV Begues-Gavà
10	DS Colonia Güell-Sant Boi

## 26 OC TRAILS MARATÓ DE COLLSEROLA 2025

Dues proves que permeten descobrir la Serra de Collserola, una veritable illa verda d'unes 8.000 Ha., situada entre els rius Besòs i Llobregat, enmig d'una de les àrees urbanes més denses de la ribera mediterrània.



## SAME (Secció d'Alta Muntanya i Escalada)

DATA	LLOC
18-19	GN Pràctiques de canals a Benasc
15-16	FB Canals a Andorra
22-23	MÇ Canals a Benasc
5-6	AB Canals a La Cerdanya
10-11	MG La Jonquera Escalada
28-29	JN Cresta Gourgs Blancs
12-13	JL Cim Midi d'Ossau
13-14	ST Mauberme dormint en tenda
4-5	OC Can Boquet, escalada
8-9	NV Andorra, diverses i barbacoa
13-14	DS Zona Els Ports,



També es programaran les **Trobades d'escaladors**, on cadascú fa l'activitat que vulgui, però ens apleguem tots al vespre per sopar i fer xerxina.....

## SECCIÓ JOVES

DATA	LLOC
18-19	GN Sortida conjunta amb SAME
8	FB Montserrat -St. Jeroni
--	MÇ Formatiu 01
26-27	AB Taga nocturn
17	MG Via ferrada
--	JL Travessa 3-4 dies (a concretar)
23	AG Pedraforca
--	ST Quedada joves UECs
15-16	NV Matagalls - Viladrau
--	DS Formatiu 02

## SECCIÓ D'AUDIOVISUALS "Albert Coca"

DATA	TEMA
19	FB Tour del Monte Rosa P. Ferrera
19	MÇ In the shadow of Everest (G.P. Torelló 2023)
16	AB ELS TROLL (P.N. Jotunheimen) E. Jornet
21	MG Islàndia i Groenlandia P. Ferrera
18	JN LADAKH gel en el petit Tibet Rafa Vadillo
10	ST Pendent de programar
15	OC Costa Licia II P. Ferrera
19	NV ANTÀRTIDA - Guiant per la ciència Jordi Rovira
21	DS Resum 2024 (Dinar de Nadal)

