

# 2010

# SETMANA SANTA

Per aquests dies de Setmana Santa us fem quatre propostes per descobrir racons més allunyats de la nostra geografia amb un gran interès natural i amb indrets màgics per descobrir. Com sempre, anirem amb guies experts que ens permetran fer una lectura completa de tot allò que visitem.

Us proposem anar del 27 al 31 de març a un destí nou, l'illa de **Mallorca**, del 2 al 5 d'abril a **Urdaibai (Biscàia, País Basc)** i al **Matarranya (Terol)** -darrer any- i de l'1 al 5 d'abril visitarem, per primera vegada, el **Cabo de Gata** (Almeria).

Per saber el grau de dificultat de cadascuna de les estades fixeu-vos bé en el nombre de cors que trobareu al costat del títol:



Nivell de les excursions: entre fàcil i mig



Nivell de les excursions: entre mig i fort

Esperem que us agradin les propostes i que ens retrobem per compartir aquestes dates tan especials tot fent camí!

***Si voleu venir...*** Llegiu atentament la informació relativa a cadascuna de les sortides i la normativa general.

**Cal que truqueu per fer la reserva prèvia al telèfon 932 155 786 a partir del dilluns 8 de febrer de 2010** per totes les estades.

***Horari de reserves:***  
***de dilluns a divendres de 10 h a 14 h i dilluns i dimarts de 16 h a 18 h.***  
***Les places són limitades.***



## Reglamentació general:

- Cal que truqueu per fer la reserva prèvia al tel. 932 155 786 a partir del dilluns 8 de febrer, de dilluns a divendres de 10 h a 14 h i dilluns i dimarts de 16 h a 18 h. Les places són limitades. Un cop feta la reserva prèvia, rebreu una carta on us indicarem els passos a seguir per confirmar la plaça (ingrés bancari i butlleta d'inscripció).
- Cada soci individual i soci voluntari pot portar, només, un acompanyant per carnet. El familiar, a part dels seus beneficiaris, també pot dur un acompanyant.
- El preu infantil és per a nens fins a 10 anys (inscrits en el carnet de soci familiar). Si us plau, indiqueu que és menor en el moment de fer la pre-reserva.
- La inscripció es farà per estricte ordre de les trucades.
- Aquestes sortides estan pensades per persones de totes les edats sense impediments per a caminar per la muntanya.
- L'organització es reserva el dret d'anul·lar l'estada en cas que no s'arribi al mínim d'inscripcions que possibiliti la contractació del transport, o de variar els itineraris i allotjament per motius meteorològics i/o per causes justificades. En cas de baixa prèvia, l'organització retornarà part dels diners en base al següent calendari: si s'avisa 15 dies abans de la sortida es retornarà el 85 % de l'import (70% en el cas de Mallorca i Almeria); entre 15 dies i una setmana abans de la sortida es retornarà el 75 % (50% en el cas de Mallorca i Almeria); una setmana abans i fins a l'hora de la sortida no es retornarà cap quantitat.
- És molt important que si algun soci ha fet la reserva i finalment no pot venir a l'activitat, ens ho comuniqui immediatament.

# LA BALEAR MAJOR: MALLORCA



Del **27 de març al 31 de març** us proposem volar per primer cop, a la major illa del arxipèlag Balear: Mallorca, una illa per descobrir.

El dissabte al matí agafarem l'avió en direcció a Palma de Mallorca i tindrem quasi cinc dies per descobrir els espais naturals de l'illa. En arribar ens dirigirem cap el sud-est a conèixer el paisatge típic del migjorn mallorquí visitant el Parc Natural de Mondragó (4 km). Després de dinar, vora el mar, anirem al centre de l'illa, al poble de Sineu on ens allotjarem i on aquesta primera tarda farem una visita guiada. L'endemà caminarem pel Parc Natural de s'Albufera per conèixer la zona humida més extensa i important de les illes Balears (3 km) i després ens atansarem a dinar al cap de Formentor dins la Serra de Tramuntana, des d'on farem una caminada per la petita muntanya el Fumat, passant per una de les platges verges més belles de l'illa (7 km i 330 m desnivell de pujada). El dilluns tornarem a anar a la Serra de Tramuntana i farem un tram del GR221 caminant per la ruta de la pedra en sec del barranc de Biniaraix (7 km i 800 m desnivell de baixada) i acabarem el dia gaudint d'una posta de sol, si els núvols ens ho permeten. El dimarts ens llevarem d'hora per anar al nord-est de l'illa, al Parc Natural de la Península de Llevant on hi farem un itinerari per descobrir-lo (11 km i 300 m de pujada), i el darrer dia passejarem una estona pel famós mercat setmanal de Sineu, abans de dirigir-nos a Palma de Mallorca on ens espera una visita guiada per la ciutat. Després de dinar ens acomiadarem de l'illa i retornarem a Barcelona.

**Places disponibles: 23**

## Viatge en avió

Recorregut d'anada: Barcelona-Palma de Mallorca

Recorregut de tornada: Palma de Mallorca-Barcelona

## Sortida

Dissabte 27 de març, concentració a les 7.45 h molt puntuals.

Lloc: Aeroport del Prat TERMINAL «B» davant el mostrador de la companyia Air Berlin

## Arribada

Dimecres 31 de març, a les 19.30 h (aquesta hora és la prevista).

Lloc: Aeroport del Prat

## Allotjament.

Després de valorar diverses opcions vam arribar a la conclusió que el millor era fer estada a Sineu, un poble amb encant al centre de l'illa. Aquesta opció, però, comporta que tots no puguem estar en el mateix hotel i ens haguem de repartir en dos hotelets del poble: El Celler Ca'n Font i l'Hotel León (habitacions dobles i triples amb bany)

Els esmorzars i sopars els farem tots junts en un mateix hotel, al Celler de Ca'n Font.

Durant les visites a l'illa, farem tres dinars de pícnic i dos de restaurant.

**Cal que porteu:****Imprescindible:**

- Esmorzar del primer dia
- Botes de muntanya o calçat còmode per caminar
- Roba d'abric i impermeable
- Llanterna
- Crema de protecció solar
- Motxilla petita
- Cantimplora
- Targeta del Servei Català de la Salut

**Aconsellable:**

- Binocles
- Jocs de taula
- Banyador i tovallola
- Pals de muntanya
- Paraigües

**No cal que porteu:**

- Roba de llit
- Tovallola

**Preus de l'estada a Mallorca**

Preu soci: 740 euros  
Preu infantil: 730 euros  
Preu acompanyant: 765 euros

**Inclou:** Allotjament, pensió completa (des del dinar del primer dia), transport d'anada i tornada i desplaçaments, excursions, visites, guies de la zona i 2 monitors del Cercle.

# RESERVA DE LA BIOSFERA D'URDAIBAI (BISCÀIA)



Del **2 al 5 d'abril** us proposem la descoberta de la Reserva de la Biosfera d'Urdaibai.

El divendres emprendrem camí cap a Bilbao on a la tarda visitarem el Museu Guggenheim. A continuació anirem fins a l'allotjament, a Murueta, dins la Reserva de la Biosfera.

El dissabte al matí farem un itinerari a peu per les maresmes de Busturia i els seus voltants, fins a Txatxarramendi (5 km en total amb un desnivell aproximat de 100 m), on gaudirem de la flora i fauna d'aquest ecosistema. A la tarda pujarem a l'ermita de San Juan de Gastelugatxe (Bermeo), envoltants d'unes vistes espectaculars del Cantàbric (itinerari de 3 km amb un desnivell aproximat de 300 m).

Diumenge farem un itinerari a peu per l'alzinar cantàbric de San Pedro de Atxarre (4 km, amb 200 m de desnivell aprox. ) i per la tarda descobrirem el Bosc animat d'Ibarrola a la Vall d'Oma (itinerari de 5 km amb un desnivell aproximat de 100 m).

El dilluns, abans de marxar, encara ens donarà temps de fer una visita guiada per Gernika i pel seu famós mercat agrícola. Tot això, acompanyats per uns guies del país que us encomanaran la seva passió per aquella terra.

**Places disponibles: 38 places**

## **Viatge en autocar**

Recorregut d'anada: Barcelona-Bilbao-Murueta

Recorregut de tornada: Gernika-Barcelona

Cal portar l'esmorzar i el dinar del primer dia.

## **Sortida**

Divendres 2 d'abril, a les 8 h

Lloc: xamfrà Rosselló-Comte Urgell

## **Arribada**

Dilluns 5 d'abril, a les 21.30 h aproximadament, dependrà de la cua

Lloc: xamfrà Rosselló-Comte Urgell

## **Allotjament**

A l'Hotel Ibaigune (dins la Reserva, en plena natura). Habitacions dobles (dos llits) amb bany a dins. L'allotjament és en règim de pensió completa (dinars de pícnic i sopars calents) a excepció de l'esmorzar i el dinar del primer dia, que cal dur-lo.



**Cal que porteu:****Imprescindible:**

- Esmorzar i dinar del primer dia
- Motxilla petita per fer les excursions
- Polar o jersei
- Gorra i guants
- Impermeable o protector de pluja
- Botes de trekking o similar (lleugeres, amb protecció del turmell i sola amb el dibuix marcat, resistents a l'aigua)
- Mitjons de trekking
- Roba còmoda per caminar i d'abric (pantalons de muntanya o d'esport, evitar texans)
- Crema de protecció solar
- Targeta del Servei Català de la Salut

**No cal que porteu:**

- Roba de llit
- Tovallola

**Aconsellable:**

- Binocles
- Jocs de taula
- Cantimplora
- Llanterna
- Paraigües

**Preus de l'estada a Urdaibai**

Preu soci: 435 euros

Preu infantil: 425 euros

Preu acompanyant: 460 euros

**Inclou:** Allotjament, pensió completa (des del sopar del primer dia fins el dinar del darrer), transport d'anada i tornada i desplaçaments, excursions, visites, guies de la zona i 2 monitors del Cercle.

## MATARRANYA (Terol)



Del **2 al 5 d'abril** ens plau proposar-vos la descoberta d'alguns espais de la comarca del Matarranya (Terol) i, el darrer dia, del Maestrat (Castelló). Un còctel de caminades de natura i descobriment de diversos pobles típics de la zona.

El divendres al matí, ja a la comarca del Matarranya, visitarem el poble de Calaceit i el seu poblat ibèric. A la tarda, després de dinar, ens acostarem al poble de Valderroures on farem una completa visita guiada pels seus carrers, visitant també el castell. Després ja ens instal·larem per sopar i dormir a Mont-roig, un altre petit poble amb molt d'encant. El dissabte farem un itinerari a peu des de Beseit fins els estrets del Regatxol per un camí que voreja el riu Ulldemó i que s'endinsa fins els Ports (recorregut de 16 km però sense dificultat i pràcticament sense desnivell). Per la tarda visitarem el poble de Beseit. El diumenge anirem fins al poble de Pena-roja de Tastavins per visitar Inhòspitak-Museu paleontològic, sobre un dinosaure de la zona, el Tastavinsauri. A continuació realitzarem un itinerari a peu fins les roques del Masmut, on dinarem, i retornarem per la riba del riu dels Prats (recorregut d'11 km amb un desnivell de 200 m). El dilluns abandonarem la comarca del Matarranya per endinsar-nos en la del Maestrat. Al poble de Tirig visitarem el Museu de la Valltorta de pintura rupestre i un dels seus abrics (recorregut curt i sense cap dificultat). Dinarem a un restaurant típic al poble d'Ares del Maestre, per després iniciar el camí de tornada a Barcelona.

**Places disponibles: 48 places**

### Viatge en autocar

Recorregut d'anada: Barcelona-Calaceit-Mont-roig

Recorregut de tornada: Ares del Maestre-Barcelona

Cal portar l'esmorzar i el dinar del primer dia

### Sortida

Divendres 2 d'abril, a les 8 h

Lloc: xamfrà Rosselló-Comte Urgell

### Arribada

Dilluns 5 d'abril, a les 21 h aproximadament.

Lloc: xamfrà Rosselló-Comte Urgell

### Allotjament

Ens allotjarem a l'hostal Posada Guadalupe al poble de Mont-roig (Terol), en habitacions de 2, 3, 4 i 5 persones amb bany, que es repartiran per rigorós ordre d'arribada de les butletes, respectant en la mesura del possible les vostres preferències. Règim de pensió completa a partir del sopar del primer dia. Els dinars seran de pícnic, menys el darrer dia que serà en un restaurant del Maestrat. Sopars calents, casolans.

**Cal que porteu:****Imprescindible:**

- Esmorzar i dinar pícnic del primer dia
- Motxilla petita per fer les excursions
- Polar o jersei
- Gorra i guants
- Impermeable o protector de pluja
- Botes o sabates de trekking (lleugeres, amb protecció del turmell i sola amb el dibuix marcat, resistents a l'aigua)
- Mitjons de trekking
- Roba còmoda per caminar i d'abric (pantalons de muntanya o d'esport, evitar texans)
- Crema de protecció solar
- Targeta del Servei Català de la Salut

**No cal que porteu:**

- Roba de llit
- Tovallola

**Aconsellable:**

- Binocles
- Jocs de taula
- Llanterna
- Cantimplora
- Paraigües

**Preus de l'estada al Matarranya**

Preu soci: 400 euros

Preu infantil: 390 euros

Preu acompanyant: 425 euros

**Inclou:** Allotjament, pensió completa (des del sopar del primer dia fins el dinar del darrer), transport d'anada i tornada i desplaçaments, excursions, visites, 1 guia mediambiental de l'Escola del Parc del Delta de l'Ebre i bon coneixedor de la zona i 1 monitor del Cercle.

# PARC NATURAL CABO DE GATA (Almeria)



Aquest any una de les novetats de Setmana Santa és el viatge a Cabo de Gata. Degut a la distància i per evitar un viatge massa esgotador d'autocar, ens desplaçarem amb el tren Euromed fins a Alacant, així només quedaran 3 hores d'autocar per arribar a San José (Níjar). L'allotjament serà a l'hostal el Dorado de Sant José, en un lloc privilegiat dins el Parc Natural del Cabo de Gata.

Del dijous 1 al dilluns 5 d'abril us proposem descobrir Cabo de Gata-Níjar, declarat Parc Natural *marítime-terrestre* des de 1987 i Reserva de Biosfera per la UNESCO des del 1997.

El seu origen volcànic, l'extrema climatologia àrida, la importància de la seva vegetació, la història antiga dels seus pobles, els jaciments minerals i les seves arquitectures, la fauna i la seva peculiar orografia del litoral regalen als visitants la seva riquesa cultural i paisatgística acompanyada amb els colors del dia que el fa diferent.

El dijous emprendrem viatge amb tren (Euromed) fins a Alacant on dinarem en un restaurant ja reservat. Després marxarem amb autocar cap a San José (Níjar) on ens allotjarem a l'hostal El Dorado. San José és un poble situat dins el parc i tindrem temps per passejar i descobrir racons.

El divendres coneixerem una zona del parc, anirem des de San José fins al Faro de Cabo de Gata. Seran uns 18 km en total i amb un desnivell d'uns 150 m. Dinarem de pícnic en una de les fantàstiques cales del recorregut, la Playa Rajá. Després tornarem a l'hostal amb autocar per descansar i sopar calent però abans farem una parada a les Salines. El dissabte visitarem el *Centro de Visitantes Amoladeras* i farem una descoberta estepària d'uns 5 km en total i un desnivell pràcticament inapreciable. Després anirem a l'hostal per dinar i a continuació farem una visita a la tradicional i autèntica població de Níjar. El diumenge farem la descoberta d'una altra zona, concretament anirem amb autocar fins al poble Las Negras per fer el camí litoral fins a la Cala de San Pedro. Una excursió d'anada i tornada d'uns 8 km en total amb un desnivell d'uns 160 m. Dinarem en un hotel de Las Negras que correspon a la mateixa cadena de l'hostal el Dorado de San José. Després de dinar anirem amb autocar fins a les proximitats de Rodalquilar per fer una passejada d'uns 6 km en total amb un desnivell pràcticament inapreciable per descobrir els racons d'aspecte africà del Playazo. El dilluns després d'esmorzar i carregar l'equipatge a l'autocar marxarem cap a Alacant per dinar de pícnic i passejar una estoneta abans de tornar a Barcelona amb l'Euromed.

**Places disponibles: 45** (amb la particularitat de tenir diverses habitacions amb llit de matrimoni)

## Viatge en Euromed i autocar

Recorregut d'anada: Euromed de l'estació de Sants (Bcn) a Alacant i autocar d'Alacant a San José (Níjar)  
 Recorregut de tornada: Autocar de San José (Níjar) a Alacant. Euromed d'Alacant a l'estació de Sants.

## Sortida

Dijous 1 d'abril a les 6.30h

Lloc: a la porta principal de l'estació de Sants pel cantó de la Plaça dels Països Catalans (a les 7h, puntual, surt l'Euromed cap a Alacant)

## Arribada

Dilluns 5 d'abril a les 21.13h

Lloc: a l'estació de Sants de Barcelona

## Allotjament

A l'hostal El Dorado de San José (Níjar), petita població dins el Parc Natural de Cabo de Gata.

Les habitacions són : 14 habitacions amb llit de matrimoni, 7 habitacions amb dos llits individuals, 6 habitacions triples amb 1 llit de matrimoni i 1 llit individual, 1 habitació quàdruple amb 1 llit de matrimoni i 2 llits individuals. Totes tenen bany amb dutxa i terrassa o balcó amb vistes al mar. Sols una d'elles no té vistes.

**Cal que porteu:****Imprescindible:**

- Esmorzar del primer dia
- Roba còmoda per caminar
- Motxilla petita
- Calçat de muntanya
- Barret o capell
- Protector solar
- Banyador i tovallola de platja
- Targeta sanitària europea

**Aconsellable:**

- Binocles
- Màquina fotogràfica
- Música per la festa de comiat
- Jocs de taula
- Llanterna
- Cantimplora
- Paraigües o capelina

**No cal que porteu:**

- Roba de llit
- Tovallola de bany

**Preus de l'estada a Cabo de Gata**

Preu soci: 690 euros

Preu infantil: 680 euros

Preu acompanyant: 715 euros

**Inclou:** Allotjament, pensió completa (des del dinar del primer dia fins el dinar del darrer), transport d'anada i tornada en Euromed i autocar, desplaçaments, excursions, 1 monitora del Cercle i 1 guia acompanyant de l'Escola del Parc del Delta de l'Ebre expert en aquest parc.