

A person in a yellow helmet and dark gear is rappelling down a dark, craggy rock face. To the right, a powerful waterfall cascades down the cliff, creating a misty spray. The scene is dramatic and captures a moment of high-altitude adventure.

Barranquismo con NKO

Travesía por los refugios
Ángel Orús, Biadós y Estós

Enviar a un amigo
Buscar
Vista en miniaturas

Clic para ampliar la página una vez,
clic de nuevo para alejar el zoom.

Pasar las páginas u



Ir a la página

C.E. MadTeam #6

Pantalla completa

Imprimir

Ayuda

Descargar el archivo PDF

Ayuda

Si quieres recibir la revista C.E.MadTeam en tu email, escribe a mc@mcprojects.es indicando tu nombre y apellidos y te la enviaremos gratuitamente.



utilizando el teclado.



Chicas GFTAC: talento de altura

Monte Rosa, ha valido la pena



GAUDEIX LA MUNTANYA



OFERTA
59,95€

SALOMON - ESKAPE AERO
SABATILLA TREKKING TRANSPIRABLE
PES. 375 GR.



OFERTA
19,95€

HAGLÖFS
TRAIL CAP
GORRA TRANSPIRABLE,
PROTECCIÓ SOLAR
UPF 40+



CAMP BASE
SANT CUGAT DEL VALLES



OFERTA
15€

CAMELBAK
BETTER BOTTLE 3/4
AMPOLLA DE TRITAN,
ALTA RESISTENCIA



OFERTA
35€

HAGLÖFS
ALTUS
BOJ
BASTÓ AMB
TANCA RÀPIDA
DE 3 TRAMS.



OFERTA
49,95€

THE
NORTH
FACE
JESTER
MOTXILLA
DE CORDURA
CAPACITAT 27 LT.

OFERTA
7,95€

EASY CAMP
EXPLORER
BRÚIXOLA AMB REGLA
DE MEDICIÓ.



PACK ESCALADA

CORDA+ARNÉS+CASC
ABANS 215€



OFERTA
175€

CAMP BASE SANT CUGAT
WWW.CAMPBASE.ES
T. 936.222.413
AV. CERDANYOLA, 79 -81
ST. CUGAT DEL VALLÈS

BOTIGA FÍSICA.
Serà necessari que presenteu aquest fullotó.
BOTIGA ONLINE.
Us demanen ens envieu un correu electrònic, per obtenir el Codi de venda.
*Preus vàlids fins a final d'existències



Hoy es un día para estar contento. Realmente siempre hay que estarlo, ya que de lo contrario –visto el entorno en el que vivimos– lo más fácil es deprimirse. ¡Hoy no! ¡Gasss! (como dice un amigo de la revista en las redes sociales).

Con el objetivo de que la revista MadTeam no se convirtiese en un ente imaginario y sin contacto con la realidad que nos rodea, decidimos apostar por contenidos de proximidad en los que **tu participación** fuese nuestro motor.

La apuesta se planteaba arriesgada, pero al contrario, el resultado es espectacular: las Historias MadTeam de los socios baten records de participación y lectura; la sección de Microrrelatos –abierta a la participación de todos (socios o no socios del club)– se consolida; nos comentan los lectores que, el apartado **Trending Topics ayuda al seguimiento de actividades y cursos que ofrece el Club a los socios** y finalmente, la fiesta de presentación de la revista en la Sala Golem triunfó entre nuestros lectores amigos de la escalada.

Alguno os preguntaráis: ¿hasta cuándo durará esto? Nosotros pensamos que para siempre, ya que creemos en ti. Creemos en los desafíos que realizas en la montaña sea cual sea tu nivel y creemos que se aprende de todo. Como siempre digo: **“Mejor cooperar que competir”**.

Saludos

Chema Pemán

Editor Revista C.E. MadTeam

Estimados socios,

Un nuevo ejemplar de la Revista, con un artículo **A vista!** muy refrescante... El calor ya se hace notar y unos barrancos, ¡ayudan!

Viendo esto sólo hay que cerrar los ojos y ponerse en situación. La Historia MadTeam nos la trae Asun, con una travesía por los refugios aragoneses. Montañas que hablan de libertad, de fuga para buscar una nueva vida... Una nueva travesía que nos presenta Alejandro Gamarra (guarda del Ref. de Certascan).

Además, nace la Sección de Alpinismo (S.A.M.), con muchas ganas y muchos hitos que conseguir.

Y como siempre, el microrrelato, la agenda...y los Trending Topics, con las actividades del club.

¡Disfrutad del momento!

Jordi Mir

Presidente C.E. MadTeam



NÚMERO 8

2ª quincena - junio 2013

PORTADA: Val Lodrino en el *Canton Ticino* (Suiza).
Foto: Raúl Rodríguez.

¡A VISTA!

HISTORIAS MADTEAM

MICRORRELATOS

AGENDA

TRENDING TOPICS



¡Participa en las Redes Sociales de la Revista!



Think before you print!



Una publicación del C.E. MadTeam,
el primer grupo de montaña online
afiliado a la FEEC

info@madteam.org
www.madteam.org
www.madteam.cat
www.madteam.es

Edita: MC Projects

mc@mcprojects.es
Editor: Chema Pemán
Redacción: Marta Dompablo
y Ana Ibáñez
Diseño: Kieran Fairnington
y Albert Pujol

¡A vista!

Una selección de noticias de actualidad para el disfrute de todos...

Si quieres recibir la revista C.E.MadTeam en tu email, escribe a mc@mcprojects.es indicando tu nombre y apellidos y te la enviaremos gratuitamente.



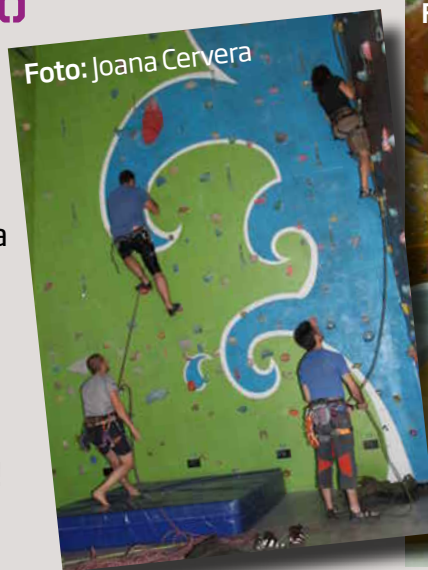
¿No pudiste leer el artículo sobre la vía Intrépida Sirena? Búscalo en la revista... ¡Tiene efecto memoria!

Trending Topics

Un resumen de las noticias y actividades del C.E.MadTeam. Los Trending Topics son un espacio único y exclusivo para los socios del C.E.MadTeam.

Revista MadTeam, socios del Club y Sala Golem, "un trío perfecto"

"Ganas de tocar las presas, compartir, disfrutar y reír" es el mejor resumen que los editores de la Revista MadTeam podemos hacer de la presentación que realizamos en la Sala Golem (Arenys de Munt). Muchas gracias a todos los que vinisteis y a la Sección de Escalada del Club. Los que no... ¡Vosotros os lo perdisteis! Aquí está la prueba (fotos) <http://bit.ly/196zNDt>.



En la parte superior izquierda de la revista se encuentra el símbolo de compartir la publicación o cualquiera de sus contenidos (vídeos, fotos, artículos, etc.) mediante email, Facebook, Twitter, etc. No dudes en hacerlo. ¡Es gratuita para todos!

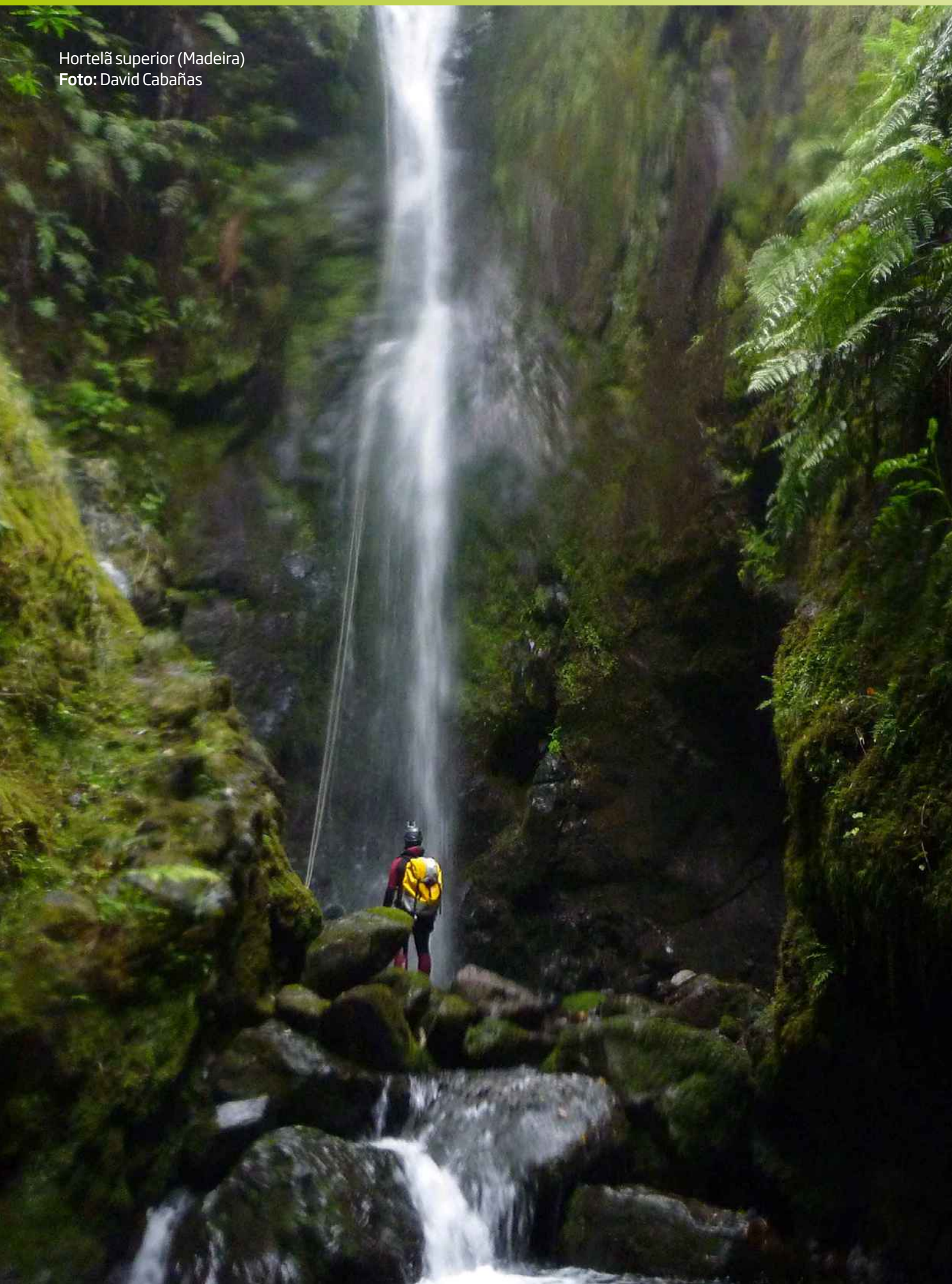


La revista C.E. Madteam no se hace responsable de la opinión publicada de sus colaboradores. Las expresiones y opiniones manifestadas en los artículos de esta publicación no manifiestan la opinión propia de la revista C.E. Madteam, sino que se trata de manifestaciones libres y voluntarias de nuestros colaboradores.

La revista C.E. Madteam advierte al lector que la práctica de deportes de montaña comporta riesgos y aconseja extremar las precauciones.

Los productos, precios y ofertas que puedan aparecer indicados en los anuncios y mensajes publicitarios que aparecen en esta publicación no son responsabilidad del C.E. Madteam ni de la empresa editora.

Hortelã superior (Madeira)
Foto: David Cabañas



Barranquismo con NKO

NKO es un equipo de barranquismo, un grupo de deportistas que comparte la pasión por este deporte, el entorno natural, la diversión del agua y los lugares más inaccesibles. El equipo tiene unos valores -que intenta transmitir a todos sus compañeros y seguidores- basados en la **seguridad**, la **diversión**, la **superación** y el **respeto a la naturaleza**. El equipo base está compuesto por seis personas, aunque siempre está rodeado de más deportistas que **barranquean** con ellos y que ayudan en las actividades y en la logística necesaria. Lo que se denomina "la familia NKO". **Entrevistamos a David Domingo, integrante del equipo NKO y socio del C.E. MadTeam.**



<http://www.nko-extreme.com>

<http://www.facebook.com/nko.extreme>

<http://www.youtube.com/nkoextreme>

<http://twitter.com/nkocanyoning>

El equipo al completo en el puerto de Seixal (costa norte de Madeira al fondo)

Foto: Raúl Rodríguez

El mejor parque de atracciones está en la naturaleza: son los barrancos. Te encontrarás con cascadas, pozas profundas, badinas, caos de bloques, zonas abiertas que debes superar con diversas técnicas: caminando, trepando, destreando, rapelando o saltando ¡si es posible! Por otro lado, se trata de un deporte diferente, ya que presenta un nivel de compromiso muy alto. Una vez se quita la cuerda del primer rápel, ya no hay marcha atrás. Hay que continuar hasta salir del barranco por abajo o por algún escape. No se puede dar la vuelta o parar sin más.

David, de todos los barrancos que habéis hecho el equipo NKO, ¿puedes destacar alguno en especial?

Es difícil elegir entre todos. Hay de muchos tipos y hemos vivido experiencias especiales en muchos de ellos. Unos son muy estéticos, otros muy deportivos, otros tienen alguna cascada memorable. Algunos que no se olvidan: El encajonamiento y la paredes altísimas del **Gorg Blau-Sa Fosca (Mallorca)**; la deportividad de la **Gouffre d'Enfer (Francia)**; las formaciones del **Val Lodrino**



Suspendido a 80m en el Joao Delgado (Madeira)
Foto: Alex Andrea



Val Lodrino en el Canton Ticino (Suiza)
Foto: Raúl Rodríguez

(Suiza); el aislamiento y colores del **Ratón (Alpes Marítimos, Francia)**, etc. Aunque no hace falta irse tan lejos, uno de mis preferidos es el de **Sant Aniol (Pirineo de Girona)**: es muy bonito, tiene saltos, rápeles largos y magníficos rincones. Y si vas en un día de primavera con sol, ¡te quedarías a vivir allí dentro!

¿Cuál ha sido el último viaje del equipo NKO?

Entre abril y mayo fuimos siete barranquistas a la isla de Madeira un total de nueve días, para realizar siete descensos en la zona norte, entre São Vicente, Seixal y Porto Moniz. La zona norte de Madeira tiene una orografía muy vertical y húmeda, lo que ha permitido la formación de grandes cañones con cascadas muy altas (entre 60m y 160m). Es un destino ideal para *barranquear* si se posee un buen nivel técnico. Disfrutad con el vídeo.

¿Qué es lo que más te sorprendió de Madeira?

Junto a otra persona de equipo, ya había estado en Madeira y nos gustó tanto que, dos años más tarde arrastramos al resto. Madeira es una isla viva, ya que hay desprendimientos permanentemente, fuertes crecidas de los ríos y barrancos y una humedad constante, que hace crecer mucha vegetación por todas partes. Esto hace que los cañones cambien y la sensación de aventura salvaje se mantenga, algo que se ha perdido en muchas zonas de la península o en Los Alpes porque todo está muy masificado. Más información: <http://www.nko-extreme.com/2013/volvemos-a-madeira/>



Teaser Madeira 2013 [NKO Canyoning], YouTube



Val Lodrino en el
Canton Ticino (Suiza)
Foto: Raúl Rodríguez

Montañas de libertad

Vistas de la Pica d'Estats

A caballo entre el Parque Natural del Alto Pirineo en el Pallars Sobirà en Cataluña y el Parque Natural Regional de los Pirineos Ariégeois en Francia transcurre el trekking "Montañas de libertad", entre refugios de paisajes y naturaleza maravillosa.

Bosques caducifolios y atlánticos, de abetos, pinares, prados alpinos con multitud de lagos de gran belleza y montañas salvajes. Refugio de especies de flora singular y fauna.

Donde quizás podamos ver rebecos, marmotas y el

quebrantahuesos, pero se esconderán los urogallos y los osos.

Pero no sólo hablamos de naturaleza, puesto que estos caminos están labrados por el hombre a lo largo de lo historia. Los judíos en su fuga del holocausto, los franquistas y los republicanos españoles. Una historia dramática y humana que, también en muchos casos, los va a librar de la muerte en una huida a la vida.

Y está en este contexto histórico que recorreremos, esta travesía para

homenajear a todas las personas que tuvieron que sufrir las persecuciones, las penurias económicas o cualquier otro motivo que los llevó a atravesar estos collados de los Pirineos en las Montañas de libertad.

RECORRIDO

El trekking enlaza cuatro refugios, a ambos lados de la frontera: el camping de Graus, el refugio de Certascán y las gîtes de etape Le Presbytère en Aulús-les-Bains y la Escolan en Bidous.



LA
PORTA
DEL CEL

Tel. 704.101.106

info@muntanyesdelibertat.com

www.muntanyesdelibertat.com

Facebook:

Trekking La Porta del Cel



El desnivel acumulado es de 10.000m en una distancia de 62km y los podemos hacer en cuatro etapas con un horario diario de alrededor de siete horas, lo cual nos pide un mínimo de entrenamiento.

A pesar de que el camino no tiene ninguna dificultad técnica y está casi todo marcado con pintura, nos movemos por terreno de alta montaña. Los caminos en algunos tramos son poco visibles, puede haber un cambio repentino de tiempo y la nieve está presente en

algunos collados hasta el mes de julio.

Para facilitar el recorrido os podéis bajar el track al GPS y si no tenéis, existe la posibilidad de alquilarlo así como los crampones.

Las reservas de los cuatro refugios está centralizada y por 30 euros tendréis este servicio además de una camiseta técnica exclusiva, el mapa, un regalo cuando acabas el recorrido, la tarjeta para sellar y participarás en un sorteo con 2.000 € en premios gracias a las tiendas Arista y Gore®.

Refugio de Certascán



Subiendo al Pico de Certascán



Estanques de Turon d'Ars





Nace la Sección de Alpinismo del C.E.MADTEAM (S.A.M)



S.A.M (C.E.MadTeam)

Queridos socios,

Queremos comunicaros la creación de la sección de Alpinismo del C.E. MadTeam (S.A.M.).

Esta sección tiene como objetivos promover las actividades de alpinismo, fomentar el incremento de los conocimientos técnicos y habilidades a través de la formación, así como divulgar información alrededor del alpinismo, entre los socios del C.E.MadTeam. Y a largo plazo, ¿por qué no? poder organizar una expedición de alto nivel a alguna gran

cordillera, en representación de nuestro Club.

Cualquier socio del C.E.MadTeam podrá ser miembro del S.A.M: no hay ningún requisito respecto al nivel de alpinismo, puesto que precisamente la sección quiere estar abierta, tanto a personas que se inician, como a personas con más experiencia en alta montaña.

Alguna de las actividades que tendrán lugar dentro de la sección son: cursos de formación, encuentros temáticos (hielo,



S.A.M.(C.E.MadTeam)

El pasado 8 de junio, en La Cerdanya, fue la presentación formal de la S.A.M. A pesar de que el tiempo no nos acompañó, participaron unos 25 socios. El sábado al atardecer, se celebró la reunión y se detallaron los objetivos, organización y actividades que tendrán lugar en la sección. Además, se seleccionó el logo ganador, con entrega de premios incluida, y también se aprovechó para avanzar detalles sobre la primera estancia de alpinismo que se quiere hacer: **Estancia estival de Alpinismo en Chamonix, del 5 al 18 de agosto**. Más info: <http://www.madteam.org/cursos/activitat.php/100/>

Desde el Club, queremos agradecer a todos los compañeros que acudieron, el buen rollo y buen humor que demostraron, ya que, a pesar de que no se pudo realizar prácticamente ninguna actividad, pudimos disfrutar de buena compañía.

corredores, crestas,...) y talleres de material técnico. Todo esto, en torno a las ascensiones de alta montaña, corredores, escalada en hielo y progresión en crestas.

Además, el S.A.M., como el resto de secciones del C.E.MadTeam, tendrá a su disposición un Blog y un Foro, que será el medio para organizar salidas en grupo, encontrar compañeros para hacer alpinismo, informarse, compartir reseñas, etc.

Animaos a participar activamente enviando un correo a alpinisme@madteam.org

LLIBRERIA Horitzons

PER CAPS DE SETMANA...
PER LES TEVES VACANCES...
GUIES I MAPES DE MUNTANYA
I VIATGES.



València, 149
08011-Barcelona
Tel. 93 451 30 97
www.libreriahoritzons.com
info@llibreriahoritzons.com

DOLOR

de espalda
de cadera
de mano
cervical
lumbar
de codo
muscular
de rodilla
de hombro

¿Porqué sufrir?

Póngase en manos de profesionales

CENTRO DE FISIOTERAPIA

Carlos Ayllón

París, 75 bis Bajos
Al lado del Hospital Sagrado Corazón

Bertrán de Seva, 15 Bajos
Móvil: 677 54 35 28

La cadena

Por Asun Molins

Socio MadTeam número 1511

Desde hacía meses, había estado bastante alejada de la montaña y me faltaba entrenamiento, para realizar actividades con un grupo que tuviera buen nivel físico. Estaba buscando alguna posibilidad de aprovechar los días de Semana Santa que me habían surgido a última hora, después de mucho tiempo sin poder "pirarme". Tenía la obligación conmigo misma de salir, ya que la montaña me da salud física y psíquica. Además, es un tipo de ocio muy económico, un factor, que ofrece un placer adicional.

Si eres socio C.E. MadTeam y deseas que publiquemos tu historia, aventura, reseñas, escríbenos a mc@mcprojects.es Concurso a través de las redes sociales de 5 vales para tiendas VÈRTIC de 50 € cada uno.

Puedes encontrar las bases aquí:
<http://bit.ly/WGTxM4>

Historias MacTeam



Como la suerte a veces te acompaña, un amigo que no había pisado nunca la montaña en invierno contactó conmigo de manera casual. Aprovechando el mínimo indicio de posibilidad, le propuse una **travesía circular partiendo del valle de Benasque recorriendo los tres refugios de Ángel Orús, Biadós y Estós**. Se entusiasmó.

No sé qué tienen las travesías, pero eso de ir

de un lugar a otro por tus propios medios, pisando montañas y con el peso encima, hace de nosotros un tipo de personas primitivas, desprendidas de aquello innecesario que llena la rutina diaria. Agitando las conciencias y alterando el alma de forma que, después del esfuerzo disfrutas plácidamente de la experiencia compartida.

Cuando llegamos, hicimos un día de práctica para comprobar que el material alquilado funcionaba bien

(raquetas, crampones) y para que nuestras piernas se fueran acostumbrando a las cuestas blancas que vendrían después. Andamos a través del Forau de Aigualluts, enfilándonos por La Renclusa. Al día siguiente subimos desde Eriste al primer refugio Ángel Orús cargando las mochilas con demasiado peso. Una de las decisiones más complicadas es saber hasta donde puedes o tienes que cargar, porque las circunstancias de la ruta te pueden jugar un mala pasada.





Refugio Casa Tacita

Tu rincón en la Vall Fosca

Al pie del Parque Nacional d'Aigüestortes - St. Maurici

23 plazas en habitaciones de 3,6 y 7 personas

Cocina libre totalmente equipada

Amplio jardín con barbacoa

Desayunos y cenas. Alquiler por camas, habitaciones o casa entera

Excursiones y actividades guiadas gratuitas.

www.refugitacita.com

Carretera de Capdella s/n

25515 Central Capdella

Info@refugitacita.com

T. 973 663 121

M. 608 468 517

La etapa de Ángel Orús a Biadós fue extraordinaria y también como dicen ahora que está tan de moda: ¡brutal! Por fin, largas pendientes, nevadas, sin ninguna huella y un collado de unos 2.900m que nos proporcionó unas vistas espectaculares. Mi amigo pudo encontrarse con la dimensión real del ser humano. Percibió que llevar el material es igual o más importante que, controlar nuestros impulsos, nuestros miedos, saber ser humilde ante la montaña y nutrir el cuerpo de alimento y agua mucho antes de sufrir, para conservar la tranquilidad y poder disfrutar del entorno y las montañas.

Continuamos la marcha un día más hasta que el mal tiempo nos paró. Además de pasar unos días desconectada de todo y finalmente dejando caer los copos de nieve de una manera tranquila, disfruté recordando la primera travesía en terreno nevado por el Alto Pirineo con mis amigos del grupo de montaña Sandra y Paco. Ahora era yo quien introducía a otra persona al mundo de la montaña invernal, esperando que en un futuro él enseñe a alguna otra, respetando nuestros límites y los que te impone la querida naturaleza.

Seguir "la cadena": enseñar cómo acercarse a la alta montaña en invierno y acompañar en esta primera experiencia a un amigo es de lo más racional, productivo y gratificante.





Realidad

Comienzas a moverte con cuidado. Tu compañero queda atrás y tú te sientes concentrado y sólo. El foco se ajusta, se centra en tu entorno más inmediato, todo lo superfluo se difumina y desaparece.

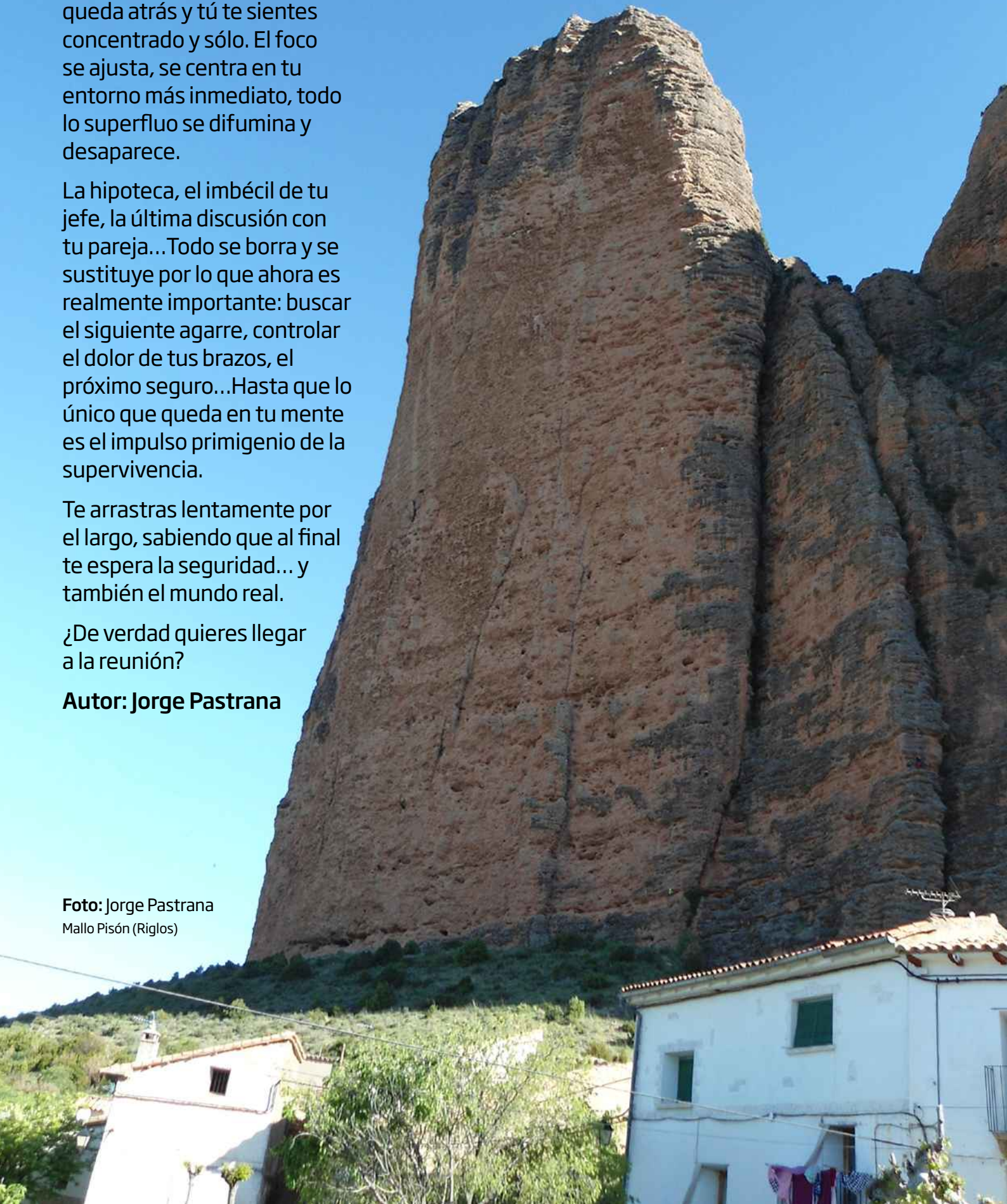
La hipoteca, el imbécil de tu jefe, la última discusión con tu pareja... Todo se borra y se sustituye por lo que ahora es realmente importante: buscar el siguiente agarre, controlar el dolor de tus brazos, el próximo seguro... Hasta que lo único que queda en tu mente es el impulso primigenio de la supervivencia.

Te arrastras lentamente por el largo, sabiendo que al final te espera la seguridad... y también el mundo real.

¿De verdad quieres llegar a la reunión?

Autor: Jorge Pastrana

Foto: Jorge Pastrana
Mallo Pisón (Riglos)



Envíanos aquellas actividades (competiciones, exposiciones, eventos, etc.) que organizas o en las que participas para que podamos difundirlas entre todos.



- **Abierta la inscripción para la carrera "La Marrana" (29 septiembre)**
 Segunda edición (250 inscripciones). Salida/llegada: Vallter 2000 (Girona).
<http://bit.ly/11bYBEt>
- **Ruta Microcremada Oriental**
 Del 22 al 24 de junio. Reservas (Tl. 615.626.813) (Descuento 10 € socios)
<http://bit.ly/1ap9yKa>
- **Clinics de Guerreros de la Roca por David Villegas**
 22, 23 de junio en Gama (Palencia).
<http://www.davidvillegas.es>
- **VII Carrera I Caminata "Poblats Ibèrics"**
 21 de julio (Cerdanyola)
<http://bit.ly/1ap9yKa>
- **MMM [Media Maratón de Montaña de Mataró]**
 23 de junio a las 8:30h, pistas de atletismo de Mataró (Barcelona).
<http://www.mitjamaratodemuntanya.cat>
- **Cronomola, carrera solidaria**
 23 de junio. La Torre de Fontaubella.
<http://www.fontaubellafondistes.cat/cronomola/>
- **Charla final de temporada del Meteosants de Sants3Radio.**
 25 de junio a las 20:00h. Llibreria Horitzons (Barcelona).
<http://bit.ly/16b1bA>
- **Enfermedades médicas en la montaña**
 27 de junio a las 20:00h. Librería Horitzons (Barcelona)
<http://bit.ly/126Yr0l>
- **"Rem-ullada" en el Cap de Creus! (caiac, snorkel y noche en una cala)**
 29 y 30 de junio. Excursión para descubrir la flora y fauna marina. (Descuento 10 € socios).
<http://www.balmesblancs.com/programades.html>
- **"Entrevalls", carrera de montaña y marcha de resistencia**
 30 de junio. De Queralbs a Setcases.
<http://www.entrevalls.cat>
- **Audiovisual y presentación de la guía "Vall de Lord. 16 propostes de turisme actiu"**
 4 de julio a las 20:00h. Librería Horitzons (Barcelona).
<http://bit.ly/17fOXj>
- **"Rem-ullada Express" (caiac y snorkel)**
 6 de julio. Zona: Costa Brava - Sant Feliu de Guíxols. (Descuento de 5 € socios)
<http://www.balmesblancs.com/programades.html>

- **IV Marcha "Vall de Cardós" - Románico a la luz**
6 de julio. Hora: 8:00h. Salida y llegada en Ribera de Cardós (Lleida).
<http://bit.ly/ZEwToZ>
- **Carrera Warclubs Run**
7 de julio. Sant Feliu de Pallerols (La Garrotxa, Girona).
<http://warclubs.cat>
- **Feria del deporte y turismo de montaña**
12,13 i 14 de julio. Sierra Engarcerán.
<http://firadelaserra.blogspot.com.es/>
- **V Estancias de descensos de barrancos para jóvenes de la FEEC**
Del 31 de agosto al 2 de septiembre. Pobla de Segur (Pallars Jussà).
<http://www.feec.cat/v-estades-de-descens-de-barrancs-joves>

TRENDING TOPICS

Un resumen de las noticias y actividades del C.E. MadTeam. Los Trending Topics son un espacio único y exclusivo para los socios de C.E. MadTeam.



- **Verbena de San Juan en Boí**
22, 23 y 24 de junio. Camping del Remei. El Pont de Suert (Castilló de Tor, Lleida).
<http://bit.ly/12m2LAp>
- **Sant Joan en el Alt Empordà**
22,23 y 24 de junio. Camping Port La Vall (Port de la Selva).
<http://bit.ly/17Ua2b>
- **Ruta "Cap del Verd por el torrent fosc"**
29 junio. Sierra del Verd.
<http://bit.ly/17UaQxh>
- **Vía ferrata iniciación**
7 julio. Cortals d'Encamp (Andorra). (con el Club Pirinec Andorrà).
- **Pic de l'Estanyó (por el Vall del Riu)**
14 julio. De 1800 a 2915. Desnivel: 1115m (con el Club Pirinec Andorrà).
- **Arista al Fontblanca (2.913m) desde el pic de Rialb**
21 julio. Horario entre 6 i 8 horas (con el Club Pirinec Andorrà).