



CALENDARI D'ACTIVITATS 2024

EXCURSIONS COL·LECTIVES d'un dia en autocar

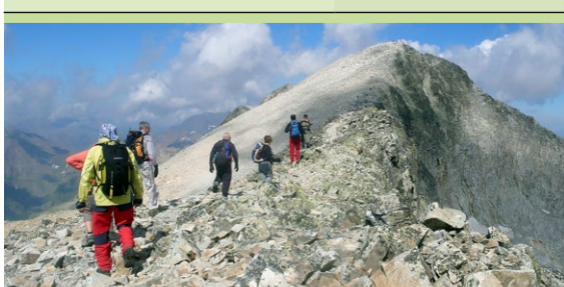
14 de gener De Garraf a Sitges - Garraf	Desnivell 425 m Distància 12,5 km
18 de febrer Falset - Priorat	Desnivell 630 m Distància 13 km
10 de març Cadaqués - Cap de Creus Alt Empordà	Desnivell 760 m Distància 9 km
14 d'abril La Serra de Busa Solsonès	Desnivell 625 m Dist. 15 km
15 de setembre Sadernes, Sant Aniol La Garrotxa	Desnivell 350 m Distància 15 km
6 d'octubre Poblet, Mirador de la Pena i pic de l'Àliga Conca de Barberà	Desnivell 800 m Distància 18 km
10 de novembre Montseny. Les Agudes, Turó de l'home, Santa Fe Vallès Oriental	Desnivell 720 m Distància 13.6 km
15 de desembre Mura Puig de la balma (dinar de Nadal) - Bages	Desnivell 427 m Distància 10 km

Preu sortides 20€ socis; 25 € no socis
Assegurança obligatòria 2€
Excursions col·lectives de diumenge, en autocar
(En cas que no hi hagués prou assistents per l'autocar les faríem en cotxes particulars)



EXCURSIONS D'ALTA MUNTANYA

6 i 7 d'abril La Frau de Cortalets. Berguedà	Desnivell 919 m Distància 13,46 km
26 de maig Gra de fajol Ripollès	Desnivell 650 m Distància 9 km
30 de juny Pedraforca Berguedà	Desnivell 941 m Distància 8.5 km



Sortides MARXA NÒRDICA

21 de gener Olèrdola - Alt Penedès	Desnivell 265 m Distància 11,2 km
11 de febrer Pantà de Foix - Alt Penedès	Desnivell 290 m Dist. 12.2 km
17 de març Roca Foradada (Montserrat), Anoia	Desnivell 536 m Distància 10 km
21 d'abril Pla d'Aiats, Cabrera - Osona	Desnivell 450 m Distància 8.3 km
5 de maig Serra de l'Ordal: ruta per Els Casots, Ordal i Subirats	Desnivell 422 m Dist. 13.8 km
16 de juny Gironella, pont del Pedrer Berguedà	Desnivell 382 m Distància 13 km
21 de juliol Sortida nocturna - La lluna	
29 de setembre Castell de Montsoriu La Selva	Desnivell 538 m Dis. 14.22 km
20 d'octubre Ruta per la vall de la Riera de Pineda de Mar - Maresme	Desnivell 440 m Dist. 10.61 km
24 de novembre Fageda de la Grevolosa Osona	Desnivell 539 m Dist. 10,8 km



Són sortides pensades per a fer al matí de diumenge amb cotxes particulars.
Preu 8 € socis; 11 € no socis.
(el preu inclou l'assegurança i els bastons)

CURSOS

27 de gener INICIACIÓ MARXA NÒRDICA	
2 i 3 de març CURS ORIENTACIÓ	
25 de maig INICIACIÓ MARXA NÒRDICA	
5 d'octubre INICIACIÓ MARXA NÒRDICA	

50 sempre a punt
1974-2024
esplugaviva
COMPROMÍS, CULTURA I LLIBERTAT

26 de maig
ASCENCIÓ AL PIC DEL
GRA DE FAJOL



INFORMACIÓ - INSCRIPCIONS:

esplugaviva

C. Sant Francesc Xavier, 7-9
08950 Esplugues de Llobregat

Horari: Dilluns - Dimarts - Dijous - Divendres de 16 a 20h
Dimecres de 10 a 14 h

Telèfon. 93 473 39 09

secretaria@esplugaviva.cat

centreexcursionistaesplugues@gmail.com

www.centreexcursionistaesplugues.cat

www.esplugaviva.cat



Associats a:



Federació d'Ateneus
de Catalunya



AJUNTAMENT
D'ESPLUGUES