



GENER			
13	GR 1, etapa 13: de Sant Llorenç de Morunys a Odèn (19,7 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
13-14	Sortida de mitja muntanya amb raquetes	CE de Gràcia	cegracia@cegracia.cat
14	Anem de Sender. GR3. Tàrrrega - Guimerà (10,7 km)	Agrup. Cult. Folk. de Barcelona (SE)	933151496 / muntanya@acfbarcelona.cat
14	Ruta del Císter, Tossal Gros (17,5 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
14	Ruta Abat Oliba (20,5 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
14	Resseguiment del PR 33 (29 km)	CE Garriguenc	938716693 / femceg2016@gmail.com
20	Cicle "Fes Natura amb els Científics": Observació aus marines	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
20	GR 177. Etapa 5: Castellterçol-L'Estany (26 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
21	Sortida Senderisme GR 1 Tram de Sant Martí d'Empúries a Camallera (17,6 km)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
21	Sortida UEC Muntanya al Parc Natural del Montseny	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
21	Caminada de Seva a La Garriga (18 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net
27	GR 1: Ripoll - Alpsens (23 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
27	Sortida de UEC Camina amb raquetes als Rasos	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
27-28	Sortida d'alta muntanya al Pic de Moredo (2.768 m)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
28	30a Caminada popular de Vilanova i la Geltrú	AE Talaia	938931257 / presidencia@aetalaia.cat
28	Ruta del Císter (16 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
28	GR 2: Besalú a Santa Pau (19,5 km)	Foment Martinenc (SE)	690693715 / info@sefm.cat

FEBRER			
3-4	Sortida de Senderisme a la Serra de Pàndols	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
3-4	Camins del Jussà (un tomb per la Terreta)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
4	Cap del Verd (14 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
4	Ruta Abat Oliba (20 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
10	GR 1, etapa 14: d'Odèn a Ollana (21,3 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
10-11	Sortida de mitja muntanya al Pallars	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
11	Anem de Sender. GR 3, Guimerà-Vallbona de les Monges (14,3 km)	Agrup. Cult. Folk. de Barcelona (SE)	933151496 / muntanya@acfbarcelona.cat
11	II Marxa de Mas Farriol (14 km)	Associació Calella-Marxa	655812007 / calellamarxa@gmail.com
11	Calçominatada (20 km)	CEM Cerdanyola	690676544 / info@cemcerdanyola.cat
11	47a Travessa Viladrau-La Garriga (32 km)	CE Garriguenc	938176693 / info@cegarrigueng.org
17	GR 177. Etapa 6: L'Estany-Moià (21,6 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
17	Sortida UEC Camina a Montserrat	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
18	Caminada de la Llum (24 km)	CE Comarca de Bages	938722912 / secretaria@cecb.cat
18	Sortida de Senderisme GR 1 Camallera a Veïnat de Can Dalmau (16,3 km)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
18	GR 2: Santa Pau a Les Preses (13,7 km)	Foment Martinenc (SE)	690693715 / info@sefm.cat
18	Sortida UEC Muntanya al Bages, 5a etapa de la Ruta de les Ermites	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
24	Cicle "Fes Natura amb els Científics": Flors d'hivern (Montseny)	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
24	GR 1: Alpsens - Moli d'en Vialta (25 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
24-25	Sortida d'alta muntanya al Pico Anayet (2.574 m)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
25	Ruta del Císter, Tossal Gros de Vallbona (16 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
25	GR 3 - Etapa 22. "La Gravera de Rufeà - Llleida - Torrelameu" (17 km)	CE Pirenaic	933024239 / cep@pirenaic.cat
25	Caminada de Ripoll a Alpsens (21 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net

MARÇ			
3	GR 1, etapa 15: d'Ollana a Pallerols de Rialb (15,9 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
3-4	Chemin Piémont Pyrénéen (2 etapes)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
4	5a Marxa del Setge de Cardona (53 km)	CE de Cardona	646492421 / camalics@gmail.com
10	GR 192. Etapa 1: Cambrils-Mare de Déu de la Roca (15,3 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
10-11	Sortida de mitja muntanya a la Garrotxa	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
11	19a Marxa dels Castells de la Segarra (54 km)	CE de la Segarra	696343312 / ces@ces.cat
11	Anem de Sender GR 3. Vallbona de les Monges-Senan (7,7 km)	Agrup. Cult. Folk. de Barcelona (SE)	933151496 / muntanya@acfbarcelona.cat
11	60a Marxa d'Orientació per Descripció	AE Talaia	938931257 / presidencia@aetalaia.cat
11	13a Caminada de les Dones a Tagamanent (només per a dones) (12 km)	Les Guilles, Junts pels Camins	687965902 / lesguilles@gmail.com
11	Ruta del Císter (11 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
11	Ruta Abat Oliba (20 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
11	17a Caminada de Caldes de Montbui	CCE Caldes de Montbui	667570572 / info@cecmo.net
11	13a Caminada popular Sant Cugat - Montserrat (39 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
17	Cicle "Fes natura amb els científics" Avistament aus rapinyaires al Boumort	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
17	Sessió pràctica de curses de muntanya (5 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net
17-18	Sortida d'alta muntanya al Pic Ventolau (2.851 m)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
18	Caminada de Sant Andreu - Barnatresc (10 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
18	Cim-i-tombada (10 i 20 km)	CE Tossa de Mar	616561412 / cetossa@gmail.com
18	44a Marxa d'Orientació i Regularitat (14 km)	CCE d'Avinyó	630276724 / ceavinyo@gmail.com
18	37a Marxa Infantil de Regularitat (10 km)	CCE d'Avinyó	630276724 / ceavinyo@gmail.com
18	Sortida de Senderisme de Veïnat Can Dalmau - Banyoles - Crta. C-66 (15,8 km)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
18	GR 3 - Etapa 23. "Torrelameu - Balaguer" (16 km)	CE Pirenaic	933024239 / cep@pirenaic.cat
18	GR 2: Joaneses a Rupit (19,4 km)	Foment Martinenc (SE)	690693715 / info@sefm.cat
18	Sortida UEC Camina a Sant Llorenç del Munt	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
18	Sortida UEC Muntanya a la Serra de Montclar, Urgell	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
18	Caminada de Alpsens a Lluçà (17 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net
24	8a Almogàver Muntanyes de Prades (55,5 km)	AA Muntanyes de Prades	677162956 / aamp@aamp.cat
24	PR-C 44: Sender de Prats de Lluçanès (24 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
24/03 2/04	Caminades per la Sierra de Cazorla	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net
25	Caminades de les Borges-Riu Set (55,7 km)	CE Borges-Garrigues	651925287 / cxborgesgarrigues@gmail.com

ABRIL			
7	GR 171, etapa 15: de Pauils al refugi Caro (20,2 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
8	57a Marxa d'Orientació	UE Sant Joan de les Abadesses	620849954 / admin@uesantjoan.cat
8	12a Ruta de les Ermites (46,3 km)	CE Castellar del Vallès	937147305 / cecastellar@gmail.com
8	Anem de sender. GR 3 Senan - Carretera de Vinaixa a l'Espluga Calva (14,5 km)	Agrup. Cult. Folk. de Barcelona (SE)	933151496 / muntanya@acfbarcelona.cat
8	Ruta del Císter, Cogulló de Cabra (12 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
8	36a Excursió popular de Granollers (15 km)	AE Granollers	9386001472 / aeg@aeg.cat
8	XXXI Caminada Ripollet-Montserrat (47 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
8	Ruta Abat Oliba (20 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
8	60a Marxa Infantil de Regularitat a Sant Cugat (10 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
14	9a Caminada de Carenes (50 km)	CE Alta Ribagorça	679240788 / cearpontdesuert@gmail.com
14	GR 192. Etapa 2: Mare de Déu de la Roca-Masboquera (17 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
14	19a Caminada de Caldes i Palau a Montserrat (45 km)	CCE Caldes de Montbui	667570572 / info@cecmo.net

ABRIL			
14	Caminada de resistència III Mollet-Montserrat (50 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
14-15	Sortida de mitja muntanya al Montsant II	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
15	Puig de Salga Aguda (14 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
15	Pujada a Collbaix per renovar senyera	CE Comarca de Bages	938722912 / secretaria@cecb.cat
15	XIV Caminada de Primavera (16,4 km)	CE Abrerà	669254300 / info@ceabrera.org
15	Sortida de Senderisme GR 1 de Crta. C-66 - Besalú - Tortellà (15,9 km)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
15	GR 2: Rupit a Vilanova de Sau (17,8 km)	Foment Martinenc (SE)	690693715 / info@sefm.cat
15	Sortida UEC Muntanya al Baix Camp - Ribera d'Ebre	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
15	Caminada de Lluçà a Sagàs (17 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net
15	Turó de l'Home - La Garriga (40 km)	CE Garriguenc	938716693 / femceg2016@gmail.com
21	Cicle "Fes Natura amb els Científics": Vegetació mediterrània-Llançà	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
21	Sortida UEC Camina a Llançà	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
22	Ruta del Císter (20 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
22	41a Embardissada (20 km)	CE d'Olot	932378659 / ceo@ceolot.cat
22	Travessada Molins de Rei - Vilafranca del Penedès (45 km)	CE Molins de Rei	936687901 / info@cemmolins.cat
22	GR 3 - Etapa 24. "Balaguer - Tartareu" (20,8 km)	CE Pirenaic	933024239 / cep@pirenaic.cat
28-29	Sortida d'alta muntanya al Pic Negre d'Envalira (2.821 m)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
28/4 1/5	Camí del Cid (4 etapes)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
29	68a Marxa Regularitat per Muntanya	CE Ripoll	972700540 / admin@clubexcursionistaripoll.com
29	Cursa de muntanya, tres distàncies (12/23 km)	CE Caldes de Malavella	609327808 / c.excur.caldesmalavella@gmail.com
29	Caminada popular de Sallent	FAE Sallentí	938371903 / faessallenti@gmail.com
29	16a Riudoms-La Mola-Riudoms (54,8 km)	CE Riudomencs Arnau de Palomar	606370296 / cerap@cerap.cat

MAIG			
5	27a Caminada Nocturna d'Osona (10 km)	CE Calldetenes	938860945 / cecalldetenes@gmail.com
5	La Garriga - Montserrat (63 km)	CE Garriguenc	938716693 / femceg2016@gmail.com
5-6	Sortida de Senderisme a la Vall d'Àssua - Rialp - Sort	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
6	El Cogul (14 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
6	Ruta de l'Abat Oliba (20 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
6	XXXIX Lletissonada (21 km)	GECA	972690207 / gea@geca.cat
6	15a Marxa de Resistència 7 Cims (59 km)	CE del Penedès	630668863 / 7cims@cep.cat
12	Travessa Planols-Puigcerdà (27,5 km)	CA Vall del Segadell	640237574 / cavs@valldelsegadell.com
12	9a Caminada Sants - Montserrat (64,2 km)	UEC Sants	667419295 / uecsants@uecsants.org
12	GR 1, etapa 16: de Pallerols de Rialb a Benavent de la Conca (18,9 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
12	31a Marxa Romànica de Resistència (83,7 km)	CE de Navàs	938204295 / cen@navas.cat
12-13	Sortida de mitja muntanya a Alberes i Alt Empordà	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
13	Cursa de l'Alba, cursa de muntanya per Montserrat (24 km)	4000peus AE Collbató	937779983 / 4000peus.collbató@gmail.com
13	Marató de Montserrat	4000peus AE Collbató	937779983 / 4000peus.collbató@gmail.com
13	Anem de Sender GR 3. Carretera de Vinaixa a l'Espluga Calva - Borges Blanques (14,3 km)	Agrup. Cult. Folk. de Barcelona (SE)	933151496 / muntanya@acfbarcelona.cat
13	Serra del Cardó, ruta 12 ermites (12 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
13	Marxerola (30 km)	CEM Cerdanyola	690676544 / info@cemcerdanyola.cat
13	Caminada popular de Súria (15 km)	CE de Súria	615947837 / paquilian68@gmail.com
13	Marxa dels Monestirs (19 km)	CE Els Blaus	932031228 / secretaria@elsblaus.cat
13	Caminada de Molins de Rei (15 km)	CE Molins de Rei	936687901 / info@cemmolins.cat
13	GR 2: Vilanova de Sau a Sant Julià de Vilatorrada (12,3 km)	Foment Martinenc (SE)	690693715 / iinfo@sefm.cat
13	XIX Caminada popular de l'Anoia, Vallbona d'Anoia 2018 (18 km)	Grup de Lleure "La Clau"	649752527 / gruplaclau@gruplaclau.org
13	Marxa de les ermites (15,5 km)	GE Amerenc Esquelles	649141320 / esquelles@hotmail.com
13	32a Caminada popular d'El Papiol (12 km)	GE El Papiol	628144077 / gepelpapiol@gmail.com
13	XLIII Marxa de Regularitat Fulgenci Baños (13 km)	SEAS	933726763 / seas.santjust@gmail.com
19	Cicle "Fes Natura amb els Científics": Montserrat, la roureda i la pinassa	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
19	8a Marxa del Dips (50 km)	CE Reddis	629164820 / marxadips@cerreddis.cat
19	Sessió pràctica de curses de muntanya	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net
19-21	Chemin Piémont Pyrénéen (3 etapes)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
20	Caminada entorn al castell de Recasens	ACE de Mataró	937550837 / nfo@agrupe.cat
20	XXII Caminada Serrallada de Marina (21 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
20	Sortida UEC Muntanya al Berguedà - Solsonès	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
20	Caminada de Sagàs a Borredà (15 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net
26	GR 192. Etapa 3: Masboquera-El Jabalí Enamorado (19,6 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
26	PR-C 223: Riera de Sant Bartomeu del Grau (22 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
26-27	Sortida d'alta muntanya a Los Eristes (3.056 m)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
27	Caminada d'Esplugues a Collserola (12 i 20 km)	CE Esplugues	934933909 / secretaria@esplugaviva.cat
27	43a Travessa del Montseny (46,5 km)	CE Caminaires de Vilamajor	606507291 / tino@caminairesvilamajor.cat
27	Sortida de Senderisme GR 1 de Tortellà a Oix (15,8 km)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
27	GR 3 - Etapa 25. "Tartareu - Àger" (13,3 km)	CE Pirenaic	933024239 / cep@pirenaic.cat
27	Sortida UEC Camina a Els Empedrats	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org

JUNY			
2	GR 1, etapa 17: de Benavent de la Conca a l'Hostal Roig (14,3 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
2-3	Camins del Jussà (la Vall Fosca més solana)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
3	Anem de Sender GR 3. Borges Blanques-Casteldans (10,6 km)	Agrup. Cult. Folk. de Barcelona (SE)	933151496 / muntanya@acfbarcelona.cat
3	Turó Gros i Puig Cendrós (13 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
9	12a Marxa de Resistència Cap del Rec (Cerdanya) (51 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
9-10	Sortida de mitja muntanya a Ports de Besait	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
10	XXII Caminada "Reus - Prades - Reus" (54,8 km)	AEC Reus	977345040 / aec@aecreus.cat
10	Els Muns (12 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
10	Caminada popular (15 km)	AE Llílet	ael@lillet.cat
10	35a Marxa popular de Cardona (17 km)	CE de Cardona	646492421 / camalics@gmail.com
16	31a Marxa Gràcia - Montserrat (62,6 km)	UEC Gràcia	617749010 / marxa.gm.uegracia@gmail.com
16	Cicle "Fes Natura amb els Científics": Invertebrats d'aigua dolça, Montseny	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
16	GR 192. Etapa 4: El Jabalí Enamorado-Mare de Déu del coll de l'Alba (29 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
16	Sessió pràctica de curses de muntanya	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net
16-17	Sortida d'alta muntanya al Pic de Lezat (3.107 m)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
17	Ruta Abat Oliba (20 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
17	Sortida de Senderisme GR 1 d'Oix a Sant Pau de Segúries (19,8 km)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
17	GR 2: Sant Julià de Vilatorrada a Seva (14,7 km)	Foment Martinenc (SE)	690693715 / info@sefm.cat
17	Sortida UEC Muntanya a la Cerdanya francesa, a Porté	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
17	Caminada de Borredà al Refugi de Puigcerçós (15 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uehorta.net

Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya
Federació Catalana d'Alpinisme i Escalada

Rambla 41, pral. 08002 Barcelona
Tel. 934 120 777 · Fax 934 126 353
feec@feec.cat

www.feec.cat



Segueix-nos a:



Amb el suport de:



	JUNY		
23	Riera de Merlès (18 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
24	Acomiadar el sol d'estiu (11 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
30	29a Matagalls Granollers - Caminada de resistència (14 km)	Associació Calella-Marxa	667026102 / calellamarxa@gmail.com
30/6 01/7	Sortida UEC Camina a Andorra	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
30/6 01/7	Parc Natural de l'Alt Pirineu. Circuit pels llacs de Certascan	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org

	JULIOL		
1	Passejada de Festa Major 2018	AE Altiplà	935891033 / altipla@caminar.info
1	Caminada popular Port del Comte (15 km)	CE Comarca de Bages	938722912 / secretaria@cecb.cat
7	Travessa Núria - Lló (19 km)	CA Vall del Segadell	640237574 / cavs@valldelsegadell.com
7	12a Caminada popular Nocturna a Figaró (12 km)	Les Guilles, Junts pels Camins	687965902 / lesguilles@gmail.com
7	Caminada Nocturna de Súria (10 km)	CE de Súria	615947837 / paquilian68@gmail.com
7	14a Caminada Nocturna a l'Albiol (20 km)	CE Aritjol	626678025 / info@aritjol.org
7-8	Sortida de mitja muntanya circular per la Vall de Ribes	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
7-8	Caminada per Andorra (30 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uechorta.net
8	Torreta del Cadí (16 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
14	Ruta dels Pirineus	GE Amerenc Esquelles	649141320 / esquelles@hotmail.com
14-15	Caminada nocturna per la Serralada de Marina (12/14 km)	AE Bufalà	933990761 / aebufala@hotmail.es
14-15	Sortida d'alta muntanya al Pic de Comapedrosa (2.942 m)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
21	Marxeta Nocturna de Santes	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
22	III Trail la Floresta (11 km)	CEI Catalunya	645234013 / cexcursionista@gmail.com
28	XXIII Pujada Seminocturna a la Mola de Colldejou (12 i 20 km)	AEC Reus	977345040 / aec@aecreus.cat
28	Caminada nocturna de Sallent	FAE Sallentí	938371903 / faessallent@gmail.com
28-29	XXIII Pujada Seminocturna a la Mola de Colldejou (16 km)	AEC Reus	977345040 / aec@aecreus.cat
29	Marxa popular de Sant Maurici (10 km)	CE Caldes de Malavella	609327808 / c.excur.caldesmalavella@gmail.com

	AGOST		
3	XXII Caminada "Reus - Prades - Reus" (54,8 km)	AEC Reus	977345040 / aec@aecreus.cat
5	38a Caminada popular de Moia (15 km)	GE Moianès Independent	629594337 / gemimoia.cat
11-12	Marxa de l'Aigua de Sant Magí (Marxa Nocturna de Resistència) (66 km)	CE Alliberadrenalina	628496853 / info@alliberadrenalina.com

	SETÈMBRE		
9	Puig d'Agulles (Alt Penedès) (11 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
15	GR 192. Etapa 5: Mare de Déu del coll de l'Alba-Amposta (17 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
15	16a Caminada Nocturna a l'ermita de St. Pere (6 km)	CE Aritjol	626678025 / info@aritjol.org
15-16	39a Edició de la Travessa Matagalls-Montserrat (81,4 km)	CE de Gràcia	932378659 / cegracia@cegracia.cat
16	Tagamanent (12 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
16	Marxa de la Minerva - Caminada popular (14 i 21 km)	Associació Calella-Marxa	667026102 / calellamarxa@gmail.com
16	Ruta Abat Oliba (20 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
16	17a Caminada popular per la Serralada Litoral (15 i 10 km)	CE Teià	649030695 / teiacubcet@hotmail.es
16	Caminada del Cobert de Puigcercós a l'Hostalet (18 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uechorta.net
22	Cicle "Fes Natura amb els Científics": Rouredes, Serralada prelitoral	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
22	XVIII Caminada Nocturna a Gallecs (12 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
22-23	Camins del Jussà (racons oblidats)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
23	16a Caminada popular de Tagamanent (20 km)	Les Guilles, Junts pels Camins	687965902 / lesguilles@gmail.com
29	GR 1, etapa 18: de l'Hostal Roig a la Palanca d'Àger (16,3 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
29-30	Penyagolosa [Castelló] (10 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
29-30	27a Caminada Rasos de Peguera-Manresa (84 km)	CE Comarca de Bages	938722912 / secretaria@cecb.cat
30	XII Pujada al Montsià "Memorial Francesc Bort (Madrol)". Marxa popular (11 km)	AE Alcanar	606614900 / jordibort@hotmail.com

	OCTUBRE		
6	17a Trenkakames (55 km)	La Lira Vendrellenca	639686220 / secretaria@gmlira.cat
6	GR 151. Etapa 1: Monestir de Montserrat-Castellgalí (17 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
6-7	Cerdanyola Montserrat (45 km)	CEM Cerdanyola	690676544 / info@cemcerdanyola.cat
7	Caminada popular Collbató 4000peus (11 i 24 km)	4000peus AE Collbató	937779983 / 4000peus.collbato@gmail.com
7	Puig de Sant Miquel (13 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
7	29a Matagalls Granollers - Caminada de resistència (40 km)	AE Granollers	938600147 / aeg@aeg.cat
7	Els Termes d'Arenys de Munt (13 km)	AE Muntanyencs de la Vila	681385796 / marxapopularadm@gmail.com
7	Caminada de la Gent Gran (5 km)	CE Abreira	669254300 / info@ceabrera.org
7	Caminada popular de tardor de Súria (15 km)	CE de Súria	615947837 / paquilian68@gmail.com
7	Caminada popular (8 km)	CE Els Blaus	932031228 / secretaria@elsblaus.cat
7	KOM 21, 5a Trail del Corredor Montnegre (21,2 km)	CE Llinars del Vallès	603402431 / secretaria@cellv.cat
7	55a Marxa local sistema Dufour "Marxeta" (11 km)	CE Molins de Rei	936687901 / info@cemmolins.cat
7	Ruta Abat Oliba (20 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
7	34a Caminada popular de Calldetenes (10 i 20 km)	CE Calldetenes	669344463 / cecalldetenes@gmail.com
7	22a Caminada popular de la SEAS per Collserola (13 km)	SE Ateneu Santjustenc (SEAS)	933713115 / seas.santjust@gmail.com
7	Camí de la Retirada (13 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uechorta.net
7	Mitja Marató de Collserola (21 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uechorta.net
7	Marató de Collserola (42 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uechorta.net
7	37a Marxa Passeig de la Vall del Tenes - Riells del Fai (14 km)	UEC Vall del Tenes	938416450 / uecvalltenes@gmail.com
7	39a Ronda Vallesana (14 i 24 km)	UE Sabadell	937258712 / info@ues.cat
12-14	Camí del Cid (3 etapes)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
13-14	Caminada de Resistència Esplugues-Montserrat (65 km)	Gelade	610971258 / info@gelade.cat
14	21a Marxa Dufour d'Orientació i Regularitat	CE Reddis	629164820 / secretaria@cereddis.cat
15	Sortida UEC Camina al Matagalls (13 km)	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org

AQUEST CALENDARI ÉS FRUIT DE LA TASCA ORGANITZATIVA DELS SOCIS/ES DE LES ENTITATS EXCURSIONISTES FEDERADES "CAMINAR ÉS SALUT"			
ABREVIACIONS			
Senderisme	Activitat infantil	Caminada de resistència (més de 45 Km)	Marxa Tècnica i de Regularitat
Sortida de natura	Caminada popular (fins a 45 km)	Sortida	Cursa
Sortida nocturna			

 Caminades que transcorren pels espais de la Xarxa de Parcs Naturals de la Diputació de Barcelona.

PRESENTACIÓ

- Aquest calendari és una relació de les activitats organitzades per les entitats excursionistes federades a la FEEC.
- Les dades que hi figuren han estat facilitades per les mateixes entitats organitzadores.
- La FEEC no es fa responsable de qualsevol canvi o omissió que pogués existir.

CONSSELLS

- Comporteu-vos de manera cívica amb la natura i amb la resta de participants.
- Porteu roba i calçat adequats, i cantimplora amb aigua.
- No embroteu. Dipositeu les deixalles als contenidors adients.
- Seguiu les indicacions dels organitzadors.

Tramiteu el vostre carnet federatiu. La FEEC declina tota responsabilitat en cas d'accident o danys que puguin rebre o produir els participants que no estiguin en possessió de la corresponent assegurança federativa.

“CAMINAR ÉS FER SALUT”

Estan àmpliament demostrats els efectes beneficiosos de l'activitat física regular. L'activitat física moderada practicada regularment ajuda a prevenir les malalties coronàries, controlar la pressió arterial, millorar la diabetis, desenvolupar força muscular, controlar l'artrosi, millorar la mobilitat, reduir la depressió, prevenir l'osteoporosi, reduir el risc d'infart cerebral i reduir l'estrès. L'estat de salut, les preferències personals, els objectius i els interessos són els que determinen el tipus d'activitat que cada persona tria.

Caminar, però, és una activitat que està a l'abast de tothom i és bo per a la salut. Cada dia, camineu a bon pas 30 minuts, com a mínim. A més, fer excursions per la natura és divertit i enriquidor. En una caminada podem enfortir els nostres lligams socials, fer amistats i conèixer bells paratges de la nostra geografia, sovint desconeguts, a la vegada que practiquem l'esport més antic del món: caminar.

XARXA DE PARCS NATURALS

La Diputació de Barcelona, mitjançant l'Àrea de Territori i Sostenibilitat, gestiona directament o amb consorcis amb els ajuntaments una superfície de 102.587 ha d'espais naturals, agrícoles i forestals.

Aquesta superfície està distribuïda en 12 parcs i participen en la seva gestió 100 municipis.

Les caminades marcades amb el logotip  transcorren per part d'aquests espais.

Parc Natural del Montseny, Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac, Parc del Foix, Parc d'Ollerdola, Parc del Garraf, Parc Agrari del Baix Llobregat, Parc Natural de la Serra de Collserola, Parc de la Serralada de Marina, Parc de la Serralada Litoral, Parc del Montnegre i el Corredor, Espai Natural de les Guilleries-Savassona i Parc del Castell de Montesquiu.

Més informació a: <http://parcs.diba.cat>

**Diputació de Barcelona**

Xarxa de Parcs Naturals

	OCTUBRE		
19-26	13è Concurs Digital de Fotografia de Muntanya	CM Mollet	935939197 / cmuntanyencmollet@gmail.com
20	La Marxassa (62,5 km)	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
20-21	GR 1, etapes 19 i 20: de la Palanca d'Àger al Pont de Montanyana (24,3 i 19,6 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
21	V Marxa de Resistència La Llopa - Marxa de Resistència (54 km)	Associació Calella-Marxa	667026102 / calellamarxa@gmail.com
21	IV La Llopa Petita - Marxa de Resistència (32 km)	Associació Calella-Marxa	667026102 / calellamarxa@gmail.com
21	5a Ascensió maternoinfantil a La Mola (St.Llorenç del Munt)	AE Altiplà	935891033 / altipla@caminar.info
21	Marxa pet Montseny (14 i 22 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
21	GR 3 - Etapa 26. "Àger - Sant Esteve de la Sarga" (16,4 km)	CE Pirenaic	933024239 / cep@pirenaic.cat
21	PR-C 46: Ruta del Sorreigs (20 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
21	Caminada del Cobert de Puigcercós a Sant Jaume de Frontanyà (16 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uechorta.net
21	33a Ronda de Matadepera (camínada popular) (15 km)	UE Matadepera	608096668 / uem@uem.cat
22	GR 2: La Jonquera a Boadella d'Empordà (15,7 km)	Foment Martinenc (SE)	690693715 / info@sefm.cat
22	Sortida UEC Muntanya al Parc Natural de Cap de Creus	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
27	Cicle "Fes Natura amb els Científics": Boscos caducifolis, Fageda de la Grevolosa	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
27	22a Caminada popular de Sitges (15 km)	CE de Sitges	938943959 / info@excsitges.com
27	Marató dels Roures (42 km)	CE Alliberadrenalina	628496853 / info@alliberadrenalina.com
27	8ª Marxa del Corredor Verd del Vallès (42 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
28	Marxa de resistència La Llopa per Calella i el Montnegre (54 km)	Associació Calella Marxa	655812007 / marxalatlopa@marxalatlopa.cat
28	Puigsacalm (14 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
28	XXII Caminada popular de Sitges (15 km)	CE de Sitges	938943959 / info@excsitges.com
28	XII Caminada Ripollet-Tibidabo-Ripollet (26 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
28	Marxa dels Roures Clàssica (28 km)	CE Alliberadrenalina	628496853 / info@alliberadrenalina.com
28	Petita Marxa dels Roures (16 km)	CE Alliberadrenalina	628496853 / info@alliberadrenalina.com

	NOVEMBRE		
1-4	Chemin Piémont Pyrénéen (4 etapes)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
4	Castell Tamarit al Fortí de Tarragona (11 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
4	Caminada Súria-Montserrat (42 km)	CE de Súria	615947837 / paquilian68@gmail.com
4	VI FemSui, cursa de muntaya (28 km)	CE Caminaires de Vilamajor	606507291 / tino@caminairesvilamajor.cat
4	24a Marxa del Garraf (47,3 km)	UM Eramprunyà	936620124 / umegava@gmail.com
4	38a Caminada popular Matagalls - Vic (31 km)	UE Vic	938855120 / info@unioexcursionistavic.org
10	GR 151. Etapa 2: Castellgalí-Artés (23 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
10	GR 1, etapa 1: de Sitges a Olesa de Bonesvalls (16,8 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
10	Caminada popular (16 km)	CE Garriguenc	938716693 / femceg2016@gmail.com
11	41a Marxa de Regularitat de les Terres de Lleida	CE de Lleida	973242329 / cel@cel.cat
11	Sortida Llaès (18 km)	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
11	Montmajor (Garrotxa) (16 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
11	Ruta Abat Oliba (20 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
11	Kamicei (20 km)	CEI Catalunya	645234013 / cexcursionista@gmail.com
11	3a Marxa Contra el Càncer de Marna de Tarragona (Caminada popular) (12 km)	CE Alliberadrenalina	628496853 / info@alliberadrenalina.com
12	Sortida UEC Camina a la Garrotxa	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
12	Sortida Cims i Senders a Puig Cavalier i Cota 705 (13,3 km)	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
18	Marxeta	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
18	La Trenta-novena (43,5 km)	CE Taradell	938800478 / cetaradell@cetaradell.cat
18	Caminada popular de Vallirana (7 i 13 km)	CE Vallirana	646556721 / cev@cevallirana.cat
18	GR 3 - Etapa 27 "Sant Esteve de la Sarga - El Pont de Montanyana" (19,7 km)	CE Pirenaic	933024239 / cep@pirenaic.cat
18	Caminada de Sant Jaume de Frontanya a Borredà (19 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uechorta.net
18	64a Caminada de Regularitat per Muntanya (14 km)	CE Badalona	933894397 / cebadalona@cebadalona.org
19	GR 2: Boadella d'Empordà a Lladó (17 km)	Foment Martinenc (SE)	690693715 / info@sefm.cat
19	Sortida UEC Muntanya al Puig Cornedó, Ripollès	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
24	Cicle "Fes Natura amb els Científics": El Tomicus i els pins del Maresme-Mataró	ACE de Mataró	937550837 / info@agrupe.cat
24	Volta al Lluçanès (20 km)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
25	Marxa del CUC (11 km)	UEC de Cornellà de Llobregat	933773203 / ueccornella@gmail.com

	DESEMBRE		
1	GR 151. Etapa 3: Artés-L'Estany (23,2 km)	CE Ripollet	660772887 / info@centreexcursionistaripollet.com
2	24a Caminada popular de Llinars del Vallès (18 km)	CE Llinars del Vallès	603402431 / secretaria@cellv.cat
2	Ruta Abat Oliba (20 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
3	Acomiadar el sol d'hivern (6 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
3	Excursió i dinar de Nadal de Cims i Senders a determinar	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
6-9	Camí del Cid (4 etapes)	CM Sant Cugat	936745396 / cmsc@cmsc.cat
6-9	Trek Jordània-Desert Wadi Rum. Petra i Mar Morta	UEC Horta	933583740 / secretaria@uechorta.net
15	GR 1, etapa 2: d'Olesa de Bonesvalls a Gelida (15,1 km)	CM Mollet	935791285 / cmuntanyencmollet@gmail.com
16	Penya del Papiol (11 km)	AE Muntanya	933469604 / aem@aemuntanya.cat
16	Pujada del Pessebre a Les Agudes (10 km)	CE Sant Celoni	938675213 / butlleticesc@yahoo.es
16	Caminada de Borredà a La Nou de Berguedà (17 km)	UEC Horta	933583740 / secretaria@uechorta.net
17	GR 2: Lladó a Beuda (14,7 km)	Foment Martinenc (SE)	690693715 / info@sefm.cat
17	Sortida UEC Camina a La Mola de Coll de Jou	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
17	Sortida UEC Muntanya al Penedès	UEC	934545855 / secretaria@uecbarcelona.org
24	Instal·lació del pessebre a Collbaix	CE Comarca de Bages	938722912 / secretaria@cecb.cat
25	36a Caminada Pujada a la Mola per Nadal (4 km)	CM Terrassa	937339389 / clubmuntanyenterrassa@yahoo.es