



## CENTRE EXCURSIONISTA REFALGARÍ – LA SÈNIA CALENDARI ACTIVITATS 2023

### GENER

**15/01 Excursió a les Finestres de la Pena, Bel.** Itinerari: Bel, font de Baix, font de la Vidala, mas Mariner, morral Negre, Finestres, Pena de Bel i Bel. Sortida conjunta amb l'Agrupació excursionista el Turmell de Xert. Durada: migdia. Dificultat: baixa.

**22/01 Sortida a la Serra de Cardo.** Itinerari: la Buinaca, el pont d'Orient per anar a Cabrafreixet i Cant del Gall. Sortida conjunta amb el club esportiu Montaspre de Bitem. Durada: migdia. Dificultat: mitjana.

### FEBRER

**3-4-5/02 Raquetes de neu al Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici.** Reserva al refugi del Gerdar. Inscripció prèvia.

**19/02 Sortida al tossal del Rei en motiu de la 54ena renovació de la flama de la llengua catalana.** Organitza: Agrupació científico-excursionista de Mataró. 9 h. Sortida des de Fredes, GR-7, Pinar Pla, tossal del Rei, la Font Santa, Tombadors, Cantaperdius, Fredes. Durada: migdia. Dificultat: baixa.

### MARC

**5/03 Sortida a la serra de la Creu.** Itinerari: la Pobla de Benifassà, mas de Simfores, camí de Bel, la Creu, l'Ereta de Bel, la Pobla de Benifassà. Durada: migdia. Dificultat: mitjana.

**19/03 Sortida al barranc de Valldebous.** Itinerari: àrea de lleure de Valldebous, povet de la Massanera, font del Romiguer, font del Pinell, coveta d'en Granell, àrea de lleure. Durada: migdia. Dificultat: mitjana.

### ABRIL

**1/04 II Cicle de cinema de muntanya.** Projectió del documental "*Antarctica, mon rêve de l'extrême sud*", França, 2020. Premi Grandvalira al millor film d'Esports de Muntanya. 19 h. al Centre Obrer.

**2/04 Pujada als Tres Castells.** Itinerari: a peus des de la Sénia, coll de Na Rius, camp de tir, povet del Torril, camí dels Francesos, Tres Castells, Pallerols, PR-C-82 camí de Ròssec i la Sénia. Durada: migdia. Dificultat: baixa.

**3,4,5/04 Col·laboració al Parc Infantil de la Manjoia.**

**16/04 Excursió a la moleta d'Alfara.** Itinerari: sortida des de la Font Nova, els plans de la Rambla, font de la Vall de l'Infern, punta de la Bandera, la Moleta, font de Domingo, font Nova. Durada: migdia. Dificultat: mitjana.

**30/04 XIV Marxa Senderista per la Tinença de Benifassà.**

### MAIG

**14/05 Excursió a l'ermita de Sant Cristòfol.** Itinerari: sortida de Coratxà, ermita de Sant Cristòfol, mas de Vilalta, mas de la Cova, Coratxà. Durada: migdia. Dificultat: baixa.

**28/05 Excursió a la Tossa.** Itinerari: sortida des de la font dels Rossegadors, l'Ombria, Lloma de la Tossa, la Tossa, molí l'Abad. Durada: migdia. Dificultat: mitjana.

## JUNY

**11/06 Excursió a la Punta de l'Aigua.** Itinerari: sortida des de Sant Roc (Paüls), Pinar Ample, cim de Joan Gran, coll de l'Avenc, Punta de l'Aigua, les Clapisses, Sant Roc. Durada: migdia. Dificultat: mitjana.

**25/06 Mines de Ferro.** Itinerari: ombries de Benifassà (pínic), molí l'Abab II, penya de l'Àguila, mines de Ferro, moleta del Terme, Forn del Vidre, ombries de Benifassà. Durada: migdia. Dificultat: mitjana.

## JULIOL

**Caminades dels dimecres. Dies 5-12-19-26 de juliol.** Les excursions dels dimecres pel riu Sénia, lligallos dels voltants del poble. Sortida des de la plaça Major.

**9/07 Descens amb piragua pel riu Ebre.** Tram a determinar. Inscripció prèvia.

**14-15-16/07 Excursió d'alta muntanya al Pirineu,** conjuntament amb Agrupació Excursionista d'Alcanar. Zona a concretar. Inscripció prèvia.

## AGOST

**II Cicle de cinema de muntanya.** Activitat programada per Festes Majors de la Sénia.

## SETEMBRE

**03/09 Excursió al Pont Foradat.** Itinerari: cova dels Ferrins, pont Foradat, l'Ermiteta, barranc de la Fou, cova dels Ferrins. Durada: migdia. Dificultat: baixa.

**24/09 Dia del soci.** Lloc a determinar. Transport amb bus. Inscripció prèvia.

## OCTUBRE

**01/10 Festa del tossal del Rei.**

**12-13-14-15/10 Aplec Excursionista dels Països Catalans a Olot.** Inscripció prèvia.

**29/10 Sortida del 58è camí de muntanya.** Inscripció prèvia.

## NOVEMBRE

**5/11 Sortida per les Vallcaneres.** Itinerari: Casetes Velles, GR-7, pla de les Llebres, mas del Sargento, cova dels Cirers, barranc del Retaule, mas de Pataques, Portella de Calsa, Casetes Velles. Durada: tot el dia. Dificultat: mitjana.

**19/11 Sortida al barranc dels Horts (Benassal).** Durada: tot el dia. Dificultat: mitjana.

## DESEMBRE

**3/12 Excursió al barranc del Carrer Ample.** Itinerari: la Franqueta, Carrer Ample, l'Espina, bassis de la Muntanyoles, mas del Franxo i la Franqueta. Durada: tot el dia. Dificultat: mitjana.

**17/12 Sortida popular per col·laborar amb la Marató de TV3.**

**27-28-29/12 Col·laboració al Parc Infantil de Nadal.**

**NOTES:** per participar a les sortides cal tindre una assegurança d'accidents en vigor o la llicència federativa. L'organització es reserva el dret de modificar les dates de les excursions. S'aconsella d'observar els cartells digitals, xarxes socials i els e-bandos la mateixa setmana de l'excursió. Podeu consultar les activitats a la pàgina [www.cerefalgar.cat](http://www.cerefalgar.cat)