

el nou cavall EXPRESS

BUTLLETÍ DE L'ASSOCIACIÓ DE MARXES A CAVALL DE CATALUNYA
 Octubre - Novembre 2024

AMAC Rambla Guipúscoa, 23 - 24, 4rt
 08018 Barcelona T. 667 717 979
 info@amac.cat
 www.amac.cat



Editorial tardor

**Hola a totes i tots,
 Ja s'ha acabat l'estiu i els CRM-Camins Ramaders de Marina...
 però tenim encara mil coses per fer i moltes idees pel futur.**

Haig de dir que les dues últimes rutes han sigut un pèl diferents o atípiques, diria, però realment divertides i profitoses.

A Llivia, a finals d'agost, perquè vam tenir la interacció amb el pastor Daniel i les seves cabretes i, els que van voler, van poder fins i tot munyir-les, saber com es crien, que es fa quan un dels cabrits la mare no el vol alimentar...com viuen la transhumància, el dia a dia, i no podia faltar una classe teòrica-pràctica de com es fan els diferents tipus de formatges, les seves textures, el mató, el recuit... és un altre món que també té el seu encant quan el vius en directe. Una experiència sincerament molt bona.

I a Solsona, aquest segon cap de setmana de setembre, immillorable. Érem una dotzena de participants i va quedar tot com una gran família, molta convivència, molts riures, visites guiades, tastet de vins i formatges barrejats amb història al Monestir del Miracle... i els menjars, on vam tenir de tot, molt refinat si de casolans! Bé, aquestes coses s'han de viure perquè per escrit costa molt de descriure tantes emocions.

I, per últim, però tant o més important, recordar-vos que l'any 2025 serà any d'eleccions a president/a i celebració d'aniversari: 40 anys del naixement d'AMAC!

Una abraçada a tots i es continuem veient a les rutes per compartir aventures.

Maite Puig/Presidenta



Calendari d'activitats AMAC 2024

Mes	Dia	Activitat	Organitza
Octubre	12-13	La Noguera	Ricard Montfort
Novembre	1-3	XXXVI Cavall de Ferro- Muntanyes Tivissa	Joan Fortuny

Nota: Les rutes d'Autonomia s'aniran organitzant en funció de la climatologia i disponibilitat

VOLTAR PER CATALUNYA



RUTA PER LA NOGUERA: Os de Balaguer

Per motius aliens a l'organització, a darrera hora es va haver de cancel·lar la ruta prevista pel mes de juliol a la Vall Fosca i se'n va organitzar una a la Noguera pels socis locals, liderats peren Xavier Farràs.

En Xavier Farràs, com sempre que organitza una ruta, no deixa escapar cap detall i hi posa tota l'ànima i això es va notar en tot moment. A l'arribada, els pàdocs pels cavalls ja estaven preparats i vàrem sopar a les piscines d'Os de Balaguer amb música en viu que ens va permetre cantar i ballar una bona estona. Era agosarat fer una ruta a finals de juliol a terres de Lleida, però es va compensar buscant moments per refrescar

cavalls i genets, i comptant sempre amb un bon avaluament a totes les parades que fèiem durant la ruta. Dissabte es va fer un recorregut amb sortida a la localitat d'Alberola i arribada al migdia al pantà de Santa Anna, amagat entre muntanyes cobertes d'alzines, roques i restes d'antigues masies. Hi arribarem després d'un recorregut d'uns 18 km que va transcórrer per diversos corriols de pujada i baixada per aquelles serres i alguna estona de pista.

Al pantà ens vam poder banyar, cavalls i genets, va ser un moment de la ruta molt especial, que tots vàrem gaudir molt i segur que recordarem sempre. Després de refrescar-nos vam dinar entre les ombres dels arbres propers amb un pícnic portat per l'organització. Després de descansar, vàrem reprendre la marxa fent 6 km més de marxa (i alguna galopada) fins als remolcs. Al vespre, ja un cop a Os de Balaguer, es varen fer dues visites guiades: una a



les **Coves dels Vilars**, on ens van mostrar pintures rupestres que daten de més de 4.000 anys d'antiguitat i una altra al **castell d'Os**, declarat bé cultural d'interès nacional i que alberga el **Museu de les Campanes** apart de diverses sales recuperades per fer-hi actes i mostres d'art. Diumenge després d'esmorzar, es va iniciar una ruta circular que ens va portar des d'Os de Balaguer fins al **Monestir de Sta. Maria de Bellpuig de les Avellanes**, antiga abadia fundada al segle XII, on vam fer una parada per refrescar-nos i visitar el claustre amb capitells amb restes esculpides. La ruta era de 12 km per poder acabar aviat i evitar les hores centrals del dia, molt caloroses. El dinar de fi de festa es va tornar a fer a les piscines amb un bon arròs i on, qui va voler, es va poder refrescar.

Va ser una ruta molt bonica i completa, amb tots els ingredients de les rutes de



l'AMAC i amb un gran esforç d'organització al darrera per compensar el poc temps que es va tenir per organitzar-la i la meteorologia que no acompanyava. El resultat crec que va ser molt positiu i que tothom qui hi va participar ho va gaudir molt.

Glòria Gómez



RUTA PEL SOLSONÈS

Dies 14 i 15 de setembre
Lloc de Trobada: Hípica Can Costa
 (Clariana de Cardener)

El día empezó con un buen desayuno al lado de la chimenea, escuchando como crepitaba la leña y sintiendo su agradable calorito en la fresca mañana de Clariana de Cardener.

Estábamos tan a gusto que hasta nos costó un poco dejar el local social en estilo "western" de la Hípica de Cap de Costa. Pero, haciendo el esfuerzo de dejar las cocas, tarta de Santiago y el café que nos ayudó a despertarnos, salimos por fin a preparar los caballos y empezar la ruta.

Actualmente, la comarca del Solsonès cuenta con un poco más de 15.000 habitantes que viven en 17 municipios, ya que, desde principios del año 2023, Torà y Biosca, que antes pertenecían a la comarca de la Segarra, se incorporaron al Solsonès. En estos 17 municipios, hay solamente ocho núcleos de población, ya que la mayor parte del territorio está formado por masías diseminadas, algunas de las cuales son bellos ejemplos de las construcciones características de la Cataluña rural de los siglos XV al XVIII. Por este motivo, el Solsonès ha sido denominado "la comarca de las mil masías". Ofrece la posibilidad de practicar deportes o descubrir las joyas del románico, del barroco, el gótico, el modernismo o el neolítico.

Nos dirigíamos hacia el Santuari de Miracle. Este santuario, de fuerte devoción mariana, fue construido a raíz de la aparición de la Virgen a dos pastores en el año 1458, aunque la iglesia data del s. XVII. Se trata de un conjunto formado por la mencionada iglesia, la Casa Grande, datada del s. XVI y antiguo albergue para acoger a los peregrinos, la casa de espiritualidad que acoge a aquellas personas que quieren encontrar un ambiente de paz y oración en las celdas. El monasterio benedictino está atendido por monjes procedentes de Montserrat desde el año 1901. Lo más destacado de todo el conjunto es el retablo barroco del s. XVIII, situado en el interior

de la iglesia, obra de Carlos Morató y el dorador Antoni Bordons.

Una vez aquí, dejando los caballos descansar en la sombra, disfrutamos de la visita al santuario i, inmediatamente después, del "celler" y la quesería que alberga el santuario con una muy interesante explicación por parte de sus respectivos dueños del proceso de elaboración del vino y quesos artesanos y, por supuesto, hacer una degustación.

Una vez acabada la degustación nos dirigimos al restaurante del santuario del Miracle, donde ya nos estaba esperando con una mesada montada y recipientes con agua para nuestros acompañantes caninos.

La anécdota graciosa del día fue que el caballo "Fosco" de nuestra presidenta Maita, acompañado de su amiga mula, se cansó de esperar atado y nos vino a buscar casi a la puerta del restaurante, dispuesto a explicarnos que ya era hora de poner rumbo a casa!

Así que, haciéndole caso, nos dirigimos hacia la hípica Cap de Costa, donde, después de montar los paddocks, muy grandes gracias al generoso espacio que nos ofreció Salvador, el propietario de la hípica, dar de comer a los caballos, una

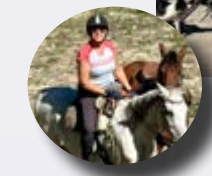
buena ducha para los jinetes, relajarnos y cenar en muy agradable compañía con divertidas charlas. Y, como no, Fosco volvió a ser el protagonista de la tarde, haciendo su excursión particular sin guía por la hípica!

La mañana del domingo nos esperaba otro desayuno muy contundente: jamón serrano, Nocilla, cocas, zumos, cafés y risas. Hoy nos esperaba la ruta hacia el pantano de Sant Ponç.

El embalse de Sant Ponç fue construido entre los años 1949 a 1957. Está situado en el valle medio del río Cardener, en la comarca del Solsonès, al límite con el Bages, ya en la provincia de Lleida y forma parte del conjunto de embalses de la cuenca del río Llobregat. Se ha aprovechado la depresión formada por el río Cardener en el lugar de la ermita de Sant Ponç (Clariana de Cardener) para la construcción del pantano encima de plataformas estructurales profundamente entalladas.

Después de esta jornada acuática, ¡despedida y vuelta a casa para saborear un fin de semana fantástico!

Julia Sokolova



VOLTAR PER CATALUNYA

CAMÍ RAMADER DE MARINA: Llívia i l'Alta Cerdanya



En el 2024, AMAC es planteja seguir el Camí Ramader de Marina que transcorre entre la Cerdanya i les costes del Garraf. Nosaltres vàrem decidir fer el camí d'estiu, sortir de Vilanova i la Geltrú per acabar a Llívia el mes de juny.

Emplaçament curiós Llívia, molts teníem coneixença que era territori espanyol dins a França, fruit del Tractat dels Pirineus signat entre França i Espanya el 7 de novembre del 1659 iratificat l'any 1660 pel Tractat de Llívia. La curiositat m'ha fet llegir una mica sobre aquests tractat i, més que guanyar un territori dins de França, el catalans vam perdre la Cerdanya, el Capcir i el Confluent ara fa 364 anys. Molt abans, els Romans ja s'hi havia aposentat anomenant Llívia la capital de la Cerdanya, on hi havia el Fòrum de



Trobareu més fotos de la sortida lleguint el següent codi QR:



lulia Lybica. I molt abans, molt abans, a finals de l'edat del bronze (1200 anys aC) ja es te constància d'una agrupació humana tant al castell com a peu de muntanya. Interessant territori Llívia.... Un cop els genets d'AMAC vam arribar a Llívia, vam trobar a falta alguna cosa. Durant les etapes del camí anàvem parlant de la transhumància i del ramat de cabres d'en **Dani Giraldo**, però no havíem tingut cap contacte en aquest sentit.

Així doncs, vam ficar fil a l'agulla i vam organitzar unes mini vacances d'estiu a finals d'agost per estar un dia amb el Dani, el seu germà Emanuel i tot el ramat de cabres i poder tenir l'experiència de munyir cabres i veure com es fan els formatges. I la resta de dies a conèixer el territori de Llívia i les seves curiositats. Vam estar 5 dies per l'Alta Cerdanya visitant el Castell de Llívia, els Banys de Llò, la muntanya de Nahuja, les poblacions d'Angoustrine i La Bolquère, el museu de Llívia i, al capvespre, les festes d'estiu. Uns dies plens d'activitats amb rutes sense gaire dificultats i uns paisatges meravellosos. **Joan Pi**



El programa va ser:

- 1. Lloc de sortida on deixar el remolc:** Llívia en un camp privat. Hem deixat remolcs i cavalls al costat del poble i a prop de L'Alberg Anna Maria Janer, lloc del nostre allotjament
- 2. Ruta:** 3 dies de "margarita" (circulars) i 2 dies lineal
 1. Voltants de Llívia. Visitar el Castell a cavall
 2. Llívia -Balneari de Llò i tornada
 3. Llívia - muntanya de Nahuja i tornada
 4. Llívia -La Bolquère -Angoustrine
 5. Angoustrine - Llívia
- 3. Allotjament cavalls:** Llívia (camp privat). S'han muntat pàdocs. A Angoustrine, al costat de l'hotel. El menjar i aigua ho ha buscat l'organització.
- 4. Allotjament de persones:** Llívia a l'Alberg Anna Maria Janer. Angoustrine Hotel Relais du Belloch. La Bolquère hem dinat a L'Ancienne Auberge, on han buscat un lloc per deixar els cavalls.

Podeu trobar els tracks i la informació de les rutes al Wikiloc d'AMAC:



1 **Passing a Cavall**
240828-45 CAMÍ RAMADER DE MARINA LLÍVIA - LA BOLQUÈRE - ANGOUSTRINE DIA 4
 Distància Desnivell
 34,07 km 887 m
 Autor
 @AMAC (Associaci...

2 **Passing a Cavall**
240828-15 LLÍVIA I VOLTANTS DIA 1
 Distància Desnivell
 14 km 457 m
 Autor
 @AMAC (Associaci...

3 **Passing a Cavall**
240828-25 LLÍVIA-LLÒ- LLÍVIA DIA 2
 Distància Desnivell
 21,96 km 570 m
 Autor
 @AMAC (Associaci...

Llívia i Alta Cerdanya Agost 2024

Powered by **wikiloc**

4 **Passing a Cavall**
240828-35 LLÍVIA - REFUGI DE NAHUJA - LLÍVIA DIA 3
 Distància Desnivell
 28,75 km 691 m
 Autor
 @AMAC (Associaci...

5 **Passing a Cavall**
240828-55 CAMÍ RAMADER DE MARINA ANGOUSTRINE - LLÍVIA DIA 5
 Distància Desnivell
 8,68 km 87 m
 Autor
 @AMAC (Associaci...

HISTÒRIC AMAC



L'any 2025 AMAC celebrarà els seus 40 anys!
Fem una mica d'història amb la llista de presidents/es i els documents que ho confirmen!



Octavi Soldevila Escandon
1985 - 1988



Valenti Asensi Todo
1988 - 1992



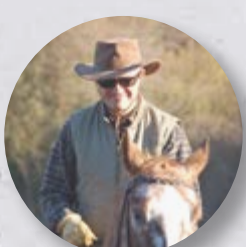
Ramiro Sellart Sanjuan
1992 - 1996



Jaume Pons Solé
1996 - 2000



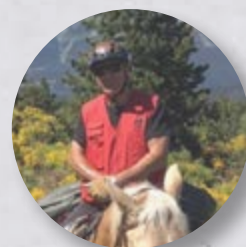
Elena De Marti Palanca
2000 - 2006



Francesc Martinez Riús
2006 - 2010



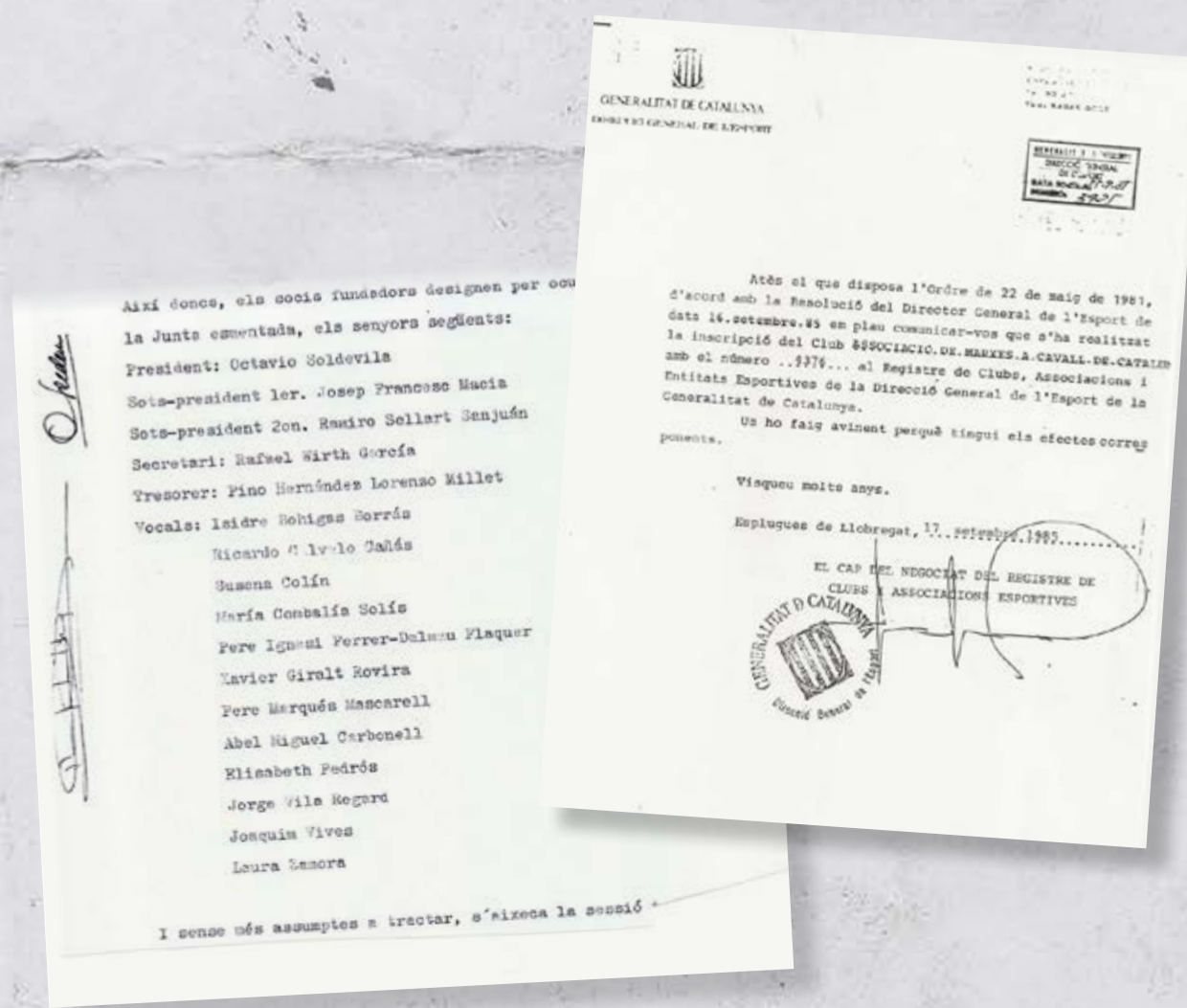
Joan Pi Comajuncosa
2010 - 2014



Joan Martí Pozzi Soler
2014 - 2020



Maite Puig Garcia
2020 - Actualitat



Allotjament eqüestre
Cal Graells

Parc individual o compartit
Alimentació individualitzada
Pista de 50x20, 30x20 i cercle
Servei de noria

Calaf
636965808

ALLOTJAMENT
DE CAVALLS EN LLIBERTAT

ALLOTJAMENT PER CAVALLS RETIRATS, LESIONATS O AQUELLS QUE NECESSITEN PERÍODES DE DESCANS EN UN ESPAI NATURAL PROTEGIT.

VALLS ORIENTAL, A 40KM DE BARCELONA

LA CORONA
RESOLUCIÓ EQUINA

649436946
646706267

lacoronaxq@gmail.com
www.retirodecavalls.cat
www.retirodecaballos.com

ELS SOCIS FAN COSES

ELS SOCIS FAN COSES

Camí del cim del Mulhacén

Aquest estiu un grupet de socis de l'AMAC es van posar d'acord per anar, per variar, cap al sud. Ens varen proposar fer el cim del Mulhacén des de Trevélez (Granada) del 3 al 11 d'agost.

Aprofitant que en Juanjo García és nascut per aquella zona, va contactar amb un guia, que ja coneixia, per organitzar una mica el viatge que ens havíem plantejat. Mirar rutes possibles, quilometratge, llocs on allotjar-nos tant nosaltres com els cavalls, itineraris on es pogués visitar els punts més importants... i així va començar a prendre forma la ruta. Un viatge llarg des de Catalunya, però que no se'ns va fer gens pesat perquè van fer les parades que cal, tant per nosaltres com pels cavalls. Un cop allà, vam aconseguir el nostre primer i més important objectiu, que era pujar al cim del Mulhacén coincidint amb la Romeria de la Virgen de las Nieves. La primera parada va ser a "7 lagunas" i al dia següent ja directes al cim.

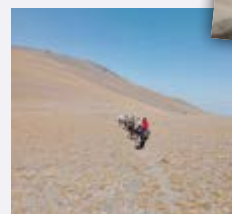
Haig de dir que va ser "durillo" tant per nosaltres com pels nostres cavalls, no cal recordar que és el cim més alt de la Península, però, com veníem frescos, ho vam fer sense cap problema. Fotos increïbles de paisatges increïbles encara que molt pedregosos... La resta de la setmana vam visitar diferents poblacions dels voltants, com Capileira, Pitres, Jerez del Marquesado. En aquest últim i per evitar la calor els cavalls van dormir al pàrquing del hotel on es vam allotjar, per tal de que estiguessin a l'ombra i frescos! El guia i la seva filla es van convertir en un més del grup, per tant anàvem retocant rutes sobre la marxa i algun cop vàrem acabar menjant a casa del Miguel amb la seva acollidora família! Molt bon record d'aquesta impressionant ruta. Aquí teniu algunes de les imatges perquè pugueu fer una mica a la idea. Una abraçada a tots.

Maite Puig

ELS SOCIS FAN COSES...

La nostra sòcia **Ester Puig** vol compartir la ruta realitzada recentment:

"Ruta molt interessant pel pintoresc paratge de **Sant Silvestre del Mor (s. X)** a la Serra de la Miana (La Garrotxa). Un gran exemple de la meravellosa tasca de la recuperació del nostre patrimoni".



El Balandrau

El Balandrau, muntanya situada al Ripollès, propera a la Vall de Camprodon i a la Vall de Núria, de 1585 metres, és una muntanya que no té dificultat per fer el cim, apart del desnivell, pel que es necessiten cavalls amb un estat de forma adequat per fer-lo, també depenent del punt de sortida, ja que es pot arribar-hi sortint de diferents punts. Ara expliquem la ruta que nosaltres vàrem fer!

Tots els integrants de casa Ksenia, Ulyana, Valentina i jo, volíem gaudir de pujar al Balandrau i millor no va poder ser, ja que vàrem gaudir d'un dia assolit, però fresquet alhora, el que s'agraeix, tant nosaltres com els cavalls. En aquesta ocasió el punt de sortida va ser **Vilallonga de Ter**, com la previsió del temps era que tot el dia faria bo, ens vàrem aixecar tardet i vàrem esmorzar tranquil·lament en un bar de la zona, vàrem preparar cavalls i vàrem pujar per la zona anomenada el Cros, es pot fer per un corriol, que és per on normalment pugem, ja que és més directe i divertit, o per una pista, la que no havíem fet mai sencera i que, en aquesta ocasió, decidírem fer. Passant enfront de Tregura, començarem a pujar a ritme de trot i una mica de galop fins el final de la mateixa, on es segueix pujant pel corriol fins arribar a la pista que va de Tregura a Pardines, passant entre manades de vaques i cavalls, una vegada creuada la pista comença a haver-hi pujades amb desnivells molt forts, però sense cap perill i així fins arribar al cim, on espera l'última pujadeta

de pocs metres pedregosos i amb una rampa molt forta. En aquest tram és fàcil veure marmotes i cabirols i ja hi som a dalt!! les nenes i nosaltres molt contents d'haver-hi arribat i poder gaudir d'unes vistes increïbles de molts dels pics que hi han a la zona, de Coma de Vaca, per on havíem passat feia unes setmanes, de la Vall de Camprodon i de mig Catalunya. Allà dalt mateix vàrem menjar i descansar una estona i vàrem continuar peu a terra cap el Coll dels Tres Pics, La Collada Fontlletra, Tregura i arribada a Vilallonga De Ter. La baixada fins a Vilallonga es fa molt llarga, la propera vegada sortirem de Tregura i anirem per la pista fins al creuament per anar a Pardines i ja la resta serà com la vàrem fer, però acabant a Tregura. Encara que la baixada es va fer llarga (ja ho sabia d'altres vegades) el fer-ho amb els de casa i poder gaudir d'aquestes vivències junts ens omple molt. I en nom de tots els de Cal Traginer m'acomio i espero que els que ho llegiu us agradi i motiví per gaudir-ne d'aquesta tant bonica experiència.

Cal Traginer



PAUTES DE COMPORAMENT

MUNTAR EN GRUP:

Algunes pautes que cal seguir

Muntar en grup, entenent com a grup sis genets o més, és una activitat que requereix, per la seva complexitat, d'una sèrie de pautes o normes que s'han de tenir presents per a la seguretat i el bon funcionament de la sortida.

Respectant-les pots estalviar-te problemes de convivència, discussions, accidents i, per damunt de tot, convertiràs la sortida en un èxit del qual tothom gaudirà.

Aquestes normes es troben escrites a la normativa de les diverses federacions hípiques nacionals i internacionals als apartats dedicats al turisme eqüestre i a la circulació viària, però t'oferim aquí una versió més "hostrada", amb els quatre punts que et permetran refrescar conceptes que potser havies oblidat.

Donat que els grups quant més nombrosos són, també són més heterogenis, tant en nivell d'equitació, com d'edat o motivació de la ruta, el què et convé recordar sempre és:

1 **Mantenir la distància entre els cavalls.** Cada cavall té el seu espai de seguretat i els genets han de mantenir les distàncies, tant durant la ruta com en els moments de parada, per evitar incidents com guitzes o trepitjades.

2 **Respectar-se sempre entre genets,** però especialment al moment que hi hagi passos amb dificultat. Respecte en els passos estrets o difícils vol dir esperar que el company que vé al teu darrere hagi acabat de superar la dificultat, per tal d'evitar-li acceleracions perilloses que el posin en perill.

3 **Aire del cavall:** pas, trot o galop. Un altre punt conflictiu és escollir la "velocitat". Quant més nombrós és el grup, el problema es fa més gran. El tres aires són bons, però en grup poden representar un problema, un pou de discussions i, amb mala sort, algun accident. Fer galopar quatre cavalls amb un nivell similar, i amb genets que es coneixen no representa cap dificultat, però quan es tracta d'un grup nombrós, pot ser un desgavell. Per tant, en grup gran el més aconsellable és triar anar al pas.

Pensa que, per exemple en un grup de quinze cavalls, si el cavall-guia fa un lleuger trot, l'efecte acordió farà que els darrers cavalls hagin de seguir la ruta incòmodes retrotats o al galop. El que ens porta al següent punt:

4 **Respectar l'organitzador/a de la sortida.** Ells o elles coneixen el terreny i marcaran el ritme de la marxa. Ja sigui una sortida d'amics o una ruta organitzada, sempre hi haurà els que coneixen millor el terreny i has de tenir en compte les seves recomanacions. I seguim enllaçant:

5 **Educació i comunicació.** Si ets dels genets que senten la necessitat imperiosa de galopar o trotar, has de fer-ho saber abans al grup o a la persona que en aquell moment estigui al capdavant. I, entre tots es pot triar un camí alternatiu per als que vulgueu tenir emocions més fortes, permetent a la resta de genets continuar marxant a l'aire més segur.

6 **Sota cap concepte, no pots sortir d'un grup o incorporar-t'hi al galop i sense avisar.** No fer-ho implica posar tot el grup en perill, i no serveix l'excusa que "tothom ha de controlar el seu cavall", perquè

pot ser vàlida en un grup conegut, però no en un grup heterogeni, amb cavalls que no es coneixen. Això implicaria augmentar perillosament la possibilitat d'incidents.

7 **Avisar sempre el company/a si es veu alguna incidència,** com ara una alforja a punt de caure, una pedra dins el casc, una ferradura perduda. Si l'avisas a temps sempre podrà solventar més fàcilment el problema.

8 **Informar-se i complir els requisits.** Si es tracta d'una ruta organitzada, llegeix-te fins al final la lletra del programa presentat pels organitzadors. Per què? Doncs perquè és important saber quin tipus de ruta serà, quines dificultats presentarà, quin seran els terminis per apuntar-t'hi i per avisar amb temps l'organització, si et sorgeix un contratemps.

9 **Portar el cavall en forma.** Entrenat, ben ferrat (amb botes o descalç), i amb el material en bon estat, de manera que no suposi cap destorb per al grup. Els incidents sempre poden ser-hi, però és millor evitar un mal començament. Aquesta regla és aplicable també al genet o amazona.

10 **"Senyalització" dels cavalls.** En alguns països és obligatori dur un llaç vermell ben visible a la cua d'aquells cavalls que són propensos a tirar guitzes, i un llaç groc, els cavalls enters. D'aquesta manera, la resta de genets estaran avisats i prendran les precaucions necessàries. Tot i així, la senyalització no t'excusa; si tens un cavall o euga amb aquest problema has de ser doblement curós amb la resta de participants.



En definitiva, si volem sortides en grup exitoses, sense incidents ni accidents, hem de respectar aquestes pautes de comportament, que per altra banda, són ben fàcils de seguir. Si penses en els companys i tens empatia "hípica" i sentit comú, de ben segur que tots tindrem unes bones rutes. Muntar en grup és muntar per tu mateix, però és pensar sempre en els demés.

Núria Falgueras

