

el nou cavall EXPRESS

BUTLLETÍ DE L'ASSOCIACIÓ DE MARXES A CAVALL DE CATALUNYA

Abril - Maig 2025

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



Editorial

Salutacions a tothom,

Quin començament d'any més mogut estem tenint! Estem molt contents de la participació i la implicació dels socis.

En aquest primer trimestre, ja s'han organitzat quatre rutes oficials pel territori català, amb la participació de 57 socis, dels quals cinc han completat els 115 km marcats. Esperem mantenir aquesta tendència durant el 2025, tant en rutes com en altres activitats en què estem treballant.

Aquest mes de març estrenem el calendari de rutes d'autonomia, que feia molt temps que no se n'organitzava cap oficialment. La primera serà una ruta de dos dies per les terres del Priorat, amb vistes al Montsant i nit d'acampada al Monestir de Santa Maria de Bonrepòs.

Pel que fa a la competició, ja ha començat la temporada, i cinc dels nostres socis es van desplaçar fins a Gorre (França) per disputar *Le Centaure*, assolint bons resultats. També han arrencat les primeres curses de TREC i RaidTREC, i seguirem de ben a prop les participacions dels nostres estimats socis.

Com us avançàvem, està sent un inici d'any intens, i ens encanta veure aquesta implicació! Seguirem oferint activitats, que podeu seguir i consultar a les nostres xarxes socials (Instagram i Facebook) i al web www.amac.cat

Salut i cavalcades.

Daniel Garcia Font/President



Calendari d'activitats AMAC 2025

Mes	Dia	Activitat	Organitza
Abril	5 i 6	Alt Empordà	Àngel Sánchez
Maig	1 al 4	Equitrobada - Cantonigròs	
Juny	31 i 1	Pirineu Gironí	Manolo Santiago
Juny	28 i 29	Berguedà - Vallcebre	Jordi San Jose i Rosa Prat
Juliol	19 i 20	La Cerdanya	Sisco-Esteve-Josep Maria
Agost	4 al 10	Vacances Estiu - País Basc	AMAC
Setembre	11 al 14	Alt Penedès - Pontons	Rosa i Magi
Octubre	11 i 12	La Selva	Jesús Soler
Novembre	15 i 16	Lluçanès	Gerard - Lluís - Pep
Ruta d'autonomia			
Març	22 i 23	El Priorat	Sònia Blasco/Miquel Aixalà

Nota: Les rutes d'autonomia i Amac als 3 Aires s'aniran comunicant a mida que es planifiquin

VOLTAR PER CATALUNYA



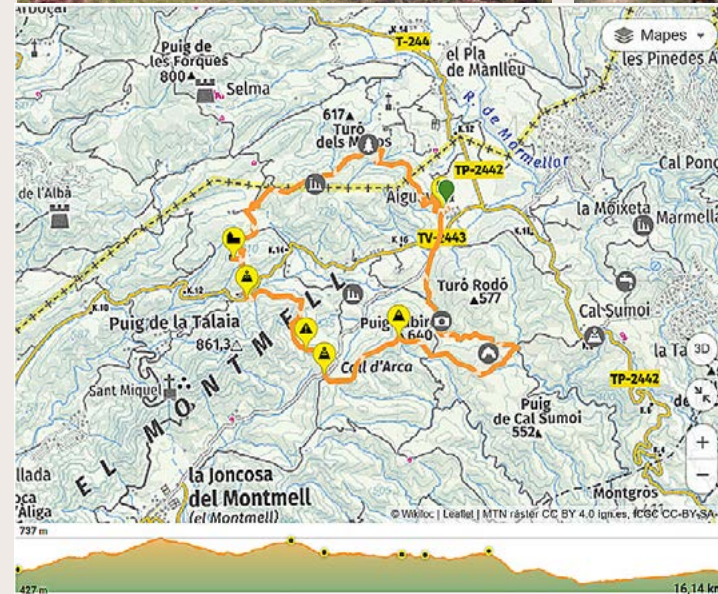
RUTA PEL MONTMELL/AIGUAVIVA

Baix Penedès

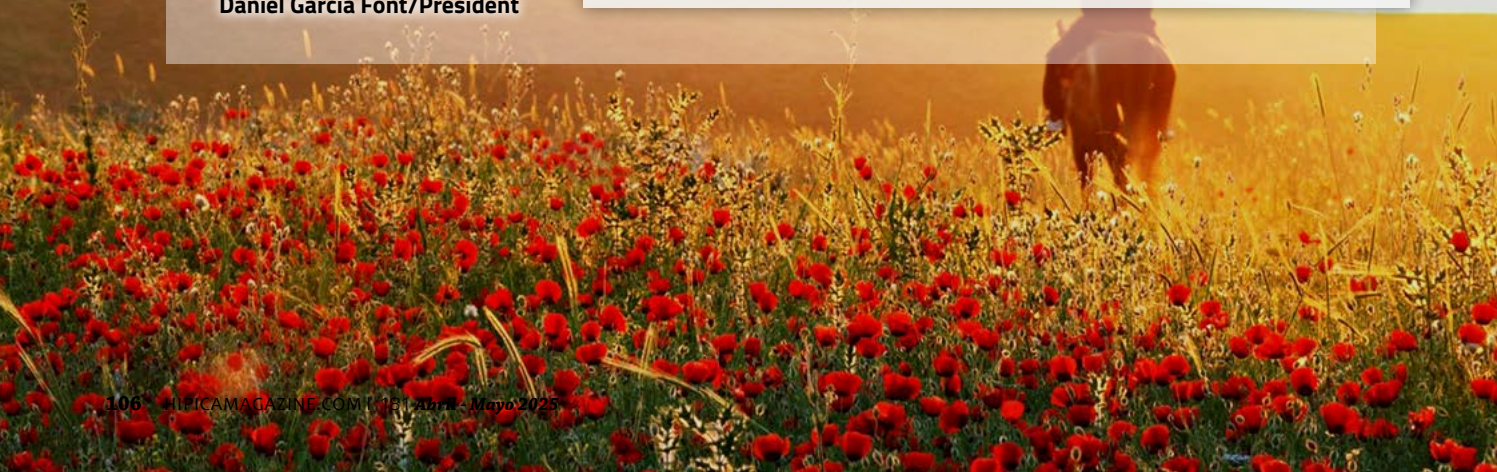
El dia 1 de febrer es va fer la primera ruta de l'any amb punt de partida al municipi d'Aiguaviva (Baix Penedès) dins del terme municipal del Montmell.

A destacar de la ruta la visita a l'església de Sant Marc del Montmell i el recorregut per la Vall de Sant Marc que passa justament per sota el cim més alt del Baix Penedès, el Puig de la Talaia del Montmell (861,5 m), gaudint d'unes vistes espectaculars de les muntanyes de Montserrat. Va finalitzar al **restaurant El Cellar** (Aiguaviva) amb una excel·lent calçotada.

Aquesta ruta circular d'una jornada va tenir una bona participació i va servir per començar a posar en forma genets i cavalls per les properes sortides del Calendari 2025.



Podeu trobar el track, descripció de la ruta i fotografies en el següent enllaç: <https://ca.wikiloc.com/rutes-a-cavall/250201-1-aiguaviva-montmell-baix-penedes-200170289>
 O escanejant el següent codi QR:




VOLTAR PER CATALUNYA

RUTA PER LES MUNTANYES DE TIVISSA-VANDELLÒS

Els dies 21-23 de febrer de 2025, un bon grup de socis de l'AMAC vam gaudir d'un magnífic cap de setmana per aquestes muntanyes tarragonines, pujantpistes costerudes, baixant un llarg i pedregós barranc, galopant per una llarga i daurada platja... Recorreguts meticulosament preparats pel nostre gran col·lega Joan Fortuny, amb el suport logístic del seu germà Andreu. I malgrat que dissabte la pluja fes acte de presència, no ho feu amb prou intensitat ni duració com per fer-nos la guitza. Ans al contrari, va aportar un plus d'aventura perquè tothom, com a bons professionals de les marxes que som, portava l'equipament adequat.

Divendres tarda-vespre la gent va anar arribant a Tivissa. Cotxes, remolcs i cavalls al camp de futbol municipal. Mentre que el confort dels genets i amazones el va proporcionar el Càmping Alberg Tivissa. I a l'hora de sopar, vam tenir l'honor de rebre la benvinguda al municipi per part del mateix alcalde, el Sr. Joan Cedó, amb qui resulta que compartim l'afició als èquids.

De bon matí el grup es posà en marxa per seguir un itinerari circular de 24 km per la zona sud i est de les muntanyes de Tivissa. Va ser una jornada en què vam transitar principalment per pista, però guanyant i perdent cota de forma considerable, amb el coll de Monetze com a punt més elevat. El dia havia començat força ennuvolat i la pluja acabà caient, fins al punt de fer-nos replantejar l'aturada per al pícnic de dinar previst a l'ermita de Sant Blai, on no disposàvem d'aixopluc. Però sembla que el Sant no volia perdre la nostra companyia, doncs va ser just arribar a l'ermita que la pluja s'esvaí i un sol brillant s'obrí forat per escalfar-nos i propiciar un reconfortant moment de menja i repòs. Amb les forces renovades, reprenguérem la marxa, fins tornar al poble de Tivissa i recórrer els seus bonics carrers abans de finalitzar del tot l'etapa. La jornada pels nostres amics de quatre potes havia conclòs, però a nosaltres encara ens quedava una interessant i grata sessió de tast d'avellanes de qualitat (crues i torrades) de la mà de la Sra. Ester Gomis, presidenta de la DOP Avellana de Reus. L'endemà calgué matinar encara un xic més, per just després d'esmorzar, car-



regar cavalls als remolcs i desplaçar-nos fins al llogaret de Castelló, un petit poblet abandonat a mitjan segle XX, però que avui en dia encara es manté net i endreçat gràcies a la celebració d'un pessebre vivent cada Nadal. Des d'aquí iniciarem una ruta lineal de 18 km fins al mar. Tres nous socis de l'AMAC, el Marc, el Pepo i el Jesús, rebien la nostra benvinguda i s'incorporaven a la sortida. Enfilàrem una pista que ens va fer guanyar cota molt i molt de presa. En pocs minuts ja ens trobàvem ben enlairats i força més endavant, arribàrem al punt més alt del recorregut, el Coll de la Basseta, a 575 m. A partir d'aquí, començarem un llarg i continu descens, passant per l'espectacular i abrupte barranc de Lièria, que en un tram força accidentat d'uns 3 km, la prudència recomanava baixar-lo peu a terra. Ja molt a la vora de la costa, vam vorejar l'antic reactor de la Central Nuclear de Vandellòs, per tot seguit enllaçar

amb el traçat de la primera via fèrrea de Barcelona a València i finalment sortir a la platja naturista del Torn. Més d'un km de longitud s'obria davant nostre per gaudir d'una lliure galopada! Pocs metres més enllà de l'extrem nord de la platja, el restaurant del Càmping Cala d'Oques ens esperava amb una taula ben parada i un menú mariner, que harmoniosament es va acompanyar de vi català (DO Costers del Segre).

Després de dinar, comiat i retorn als respectius llocs de procedència de cadascú, escampats per tota Catalunya! Però marxant, això sí, amb la il·lusió i el desig de rebre, ben aviat, el programa de la propera ruta de l'AMAC.

Anton Castellà i Martín
Soci de l'AMAC
núm. 237



Podeu trobar el track, descripció de la ruta i fotografies en el següent enllaç: <https://ca.wikiloc.com/rutes-a-cavall/250222-12-voltants-de-tivissa-dia-1-205247270>
O escanejant el següent codi QR

250222-12 Voltants de Tivissa DIA 1



Allotjament equestre Cal Graells

Padlock individual o compartit
Alimentació individualitzada
Pista de 50x20, 30x20 i cercle
Servei de nòria

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 RESIDENCIA EQUINA

649436946
646706267

llecronasq@gmail.com
www.retirodecavalls.cat
www.retirodecabellos.com



4a EQUITROBADA 2025

PREPARANT L'EQUITROBADA RUTA SUD-OEST

Per aquesta Equitrobada 2025 ens hem proposat preparar una ruta sud-oest especial, posant èmfasi en l'entorn i, sobretot, posant-hi en Ramon Saumell molt empeny i ganes. **Creuarem el Penedès, el Baix Llobregat Nord, el Vallès Occidental, el Moianès i l'Osona** cercant els més bells paratges. Rius, rieres i penya-segats ens acompanyaran durant el camí i ens endinsarem en alzinars i pinedes en un any que s'albira verd i frondós. Ens esperen unes vistes espectaculars des de Montserrat i Sant Llorenç del Munt i l'Obac fins al Collsacabra. En definitiva, una ruta per gaudir de l'entorn i el camí amb vells i nous amics fins retrobar-nos tots plegats a **Cantonigròs**. Us hi esperem!

Toni Guevara

Pots trobar tota la informació a www.equitrobada.cat

4a EQUITROBADA 2025

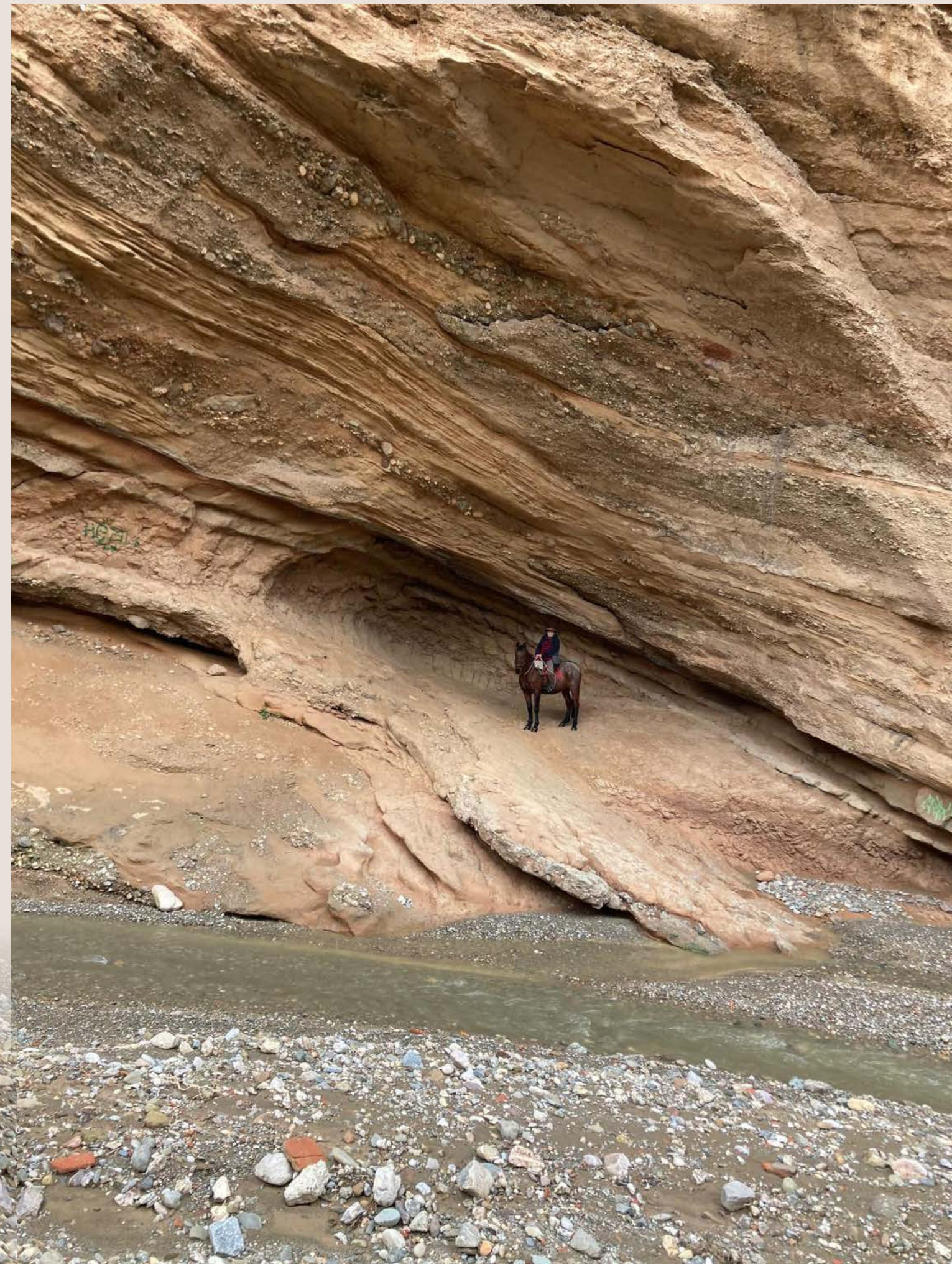
"Una afició, mil camins: La gran trobada d'aficionats/des a les rutes eqüestres"

Cantonigròs
Osona (Catalunya)

2, 3 i 4 de Maig

equitrobada.cat @equitrobada

Organitza Col·labora




ASSOCIACIÓ

AMAC/XARXES SOCIALS

Sóc en Quim Luz, soci i col·laborador de la Junta Directiva de l'AMAC en l'àmbit de les xarxes socials de l'Associació.

Molts de socis i sòcies segueixen l'Instagram i el Facebook, però hi ha molts d'altres que no per diferents motius i raons. En aquesta primera intervenció en "El Nou Cavall Express" us he preparat un article que pretén oferir una visió global i equilibrada sobre el fenomen de les xarxes socials, destacant tant el seu potencial transformador com els desafiaments que cal afrontar per garantir un entorn digital segur i inclusiu.



L'Impacte de les Xarxes Socials en la Societat Contemporània

Les xarxes socials s'han convertit en un fenomen omnipresent que ha transformat la manera en què ens comuniquem, compartim informació i percebem el món. S'analitza l'evolució d'aquestes plataformes, els avantatges i els reptes que comporten, així com la seva influència en la nostra vida quotidiana. Des de la seva aparició, les xarxes socials han revolucionat la comunicació interpersonal i la manera en què es difon la informació. Plataformes com Facebook, Twitter, Instagram i TikTok no només han connectat milions d'usuaris arreu del món, sinó que també han influït en el comerç, la política i la cultura. Aquestes eines han transformat la nostra experiència digital, oferint oportunitats per a la creativitat, l'empoderament ciutadà i la construcció de comunitats en línia.

Avantatges i Desafiaments

- ✓ **Connexió global:** Faciliten l'intercanvi d'idees i la construcció de comunitats.
- ✓ **Difusió immediata d'informació:** Han canviat el periodisme i la comunicació.

- ✓ **Impuls empresarial i social:** Empreses, emprenedors i moviments socials aprofiten les xarxes per arribar a un públic ampli.
- ✓ **Innovació en la comunicació:** Funcions com el vídeo en directe permeten experiències interactives.
- ✗ **Desinformació i fake news:** La rapidesa en la difusió d'informació pot propagar notícies falses.
- ✗ **Impacte en la salut mental:** L'ús excessiu pot generar ansietat i comparació social.
- ✗ **Riscos per a la privacitat:** La gestió de dades personals és una preocupació creixent.
- ✗ **Polarització social:** Els algoritmes reforcen opinions preexistents, creant bombolles informatives.

Tendències i Futur

El futur de les xarxes socials s'orienta cap a una major personalització i integració amb tecnologies emergents:

- » **Realitat Augmentada i Virtual:** La incorporació d'aquestes tecnologies podria transformar la manera en què interactuem, creant espais virtuals on les

persones puguin connectar-se de forma més immersiva.

» **Major Transparència i Regulació:** Davant la creixent preocupació per la privacitat, es preveu que hi hagi una regulació més estricta per garantir que les plataformes compleixin amb estàndards elevats de seguretat i transparència.

Aquestes innovacions poden portar tant beneficis com nous reptes, i serà important trobar un equilibri que maximitzi les oportunitats tot minimitzant els riscos associats.

Conclusió

Les xarxes socials han revolucionat la manera com interactuem i compartim informació, oferint avantatges significatius en àmbits com la comunicació, el màrqueting i l'activisme social. No obstant això, també presenten reptes importants, com la desinformació, els riscos per a la salut mental i les preocupacions en matèria de privacitat. En aquest context, és fonamental fomentar un ús conscient i responsable d'aquestes plataformes, amb una atenció especial als aspectes ètics i de seguretat. El futur de les xarxes socials dependrà de la capacitat de la societat per adaptar-se a aquests canvis.

AMAC ESPORT

LE CENTAURE'25 Gorre, França.

El cap de setmana del 28 de febrer fins al 2 de març, es va disputar la cursa més extrema a escala internacional d'orientació en una petita població del Parc Nacional de Limousine. Aquesta cursa d'orientació consta d'un recorregut de 100 km nocturns, on els participants descobreixen 2 hores abans de la sortida. A través d'un mapa màster, han de copiar el recorregut amb tota mena de detall i, juntament amb una brúixola, frontals o llanternes, han d'assolir arribar al punt final. Durant el recorregut es troben diferents controls de pas i de tram que puntuaran els genets si segueixen correctament el recorregut, i els de tram també marcaran el ritme de cursa imposant les velocitats mitges.

Els genets i els seus èquids, arribats d'arreu d'Europa, van tenir unes jornades d'un clima amb temperatures gèlides, humitat i el terreny molt fangós per les pluges dels dies previs. Fins allà s'hi va desplaçar un bon nombre de genets catalans i espanyols, dels quals 5 són socis de l'Amac. Francesc Rabat i Ricard Montfort (Amac) van assolir una tercera posició, apoderant-se de la civella de bronze. Jordi Vila i Cristian Cano (Amac), en la seva segona participació, van aconseguir una meritòria 7a plaça, i Vanessa Vetelu, fent parella amb Daniel Garcia (Amac), van obtenir una 10a posició. Susanne i Toni Carmelo, dels companys Cowboys de la Selva, van



obtenir una 14a posició. Uns resultats molt bons després de tota la dificultat del traçat. Val a dir que en aquest tipus de curses, solen abandonar una bona part dels participants inscrits, per això és molt valuós arribar a meta al final de les dues jornades. El recorregut d'aquesta prova combina trams de pista forestal, carretera, corriols i trams pel mig de la vegetació, on només els animals salvatges han pogut passar prèviament, fet que dificultava molt la navegació, sumat a la poca visibilitat del terreny. La primera nit

disposava d'un recorregut d'aproximadament 65 km que els genets i èquids van assolir entre 10 i 14 hores, i la segona nit d'uns 35 km entre 6 i 9 hores. Després de tantes hores navegant, és necessari un bon descans, cosa que no et permet aquesta competició, ja que la segona part comença tan sols unes 6 hores després d'haver completat el primer bucle, d'aquí la seva duresa. L'any vinent es disputarà a la vall d'Isère, a prop dels Alps. Esperem que els nostres genets i èquids puguin repetir participació i resultats.



ELS SOCIS FAN COSES...

40 ANYS AMAC

SIERRA DE ALBARRACÍN

Situada al sud-oest de la província de Terol, és una zona de muntanya amb ports d'entre 1700 i 1800 metres, valls on neixen rius com el Tajo, Guadalaviar, Cabriel i el Turia. També en aquestes Valls trobarem molts dels seus pobles, encara que alguns d'ells se situen a gran alçada, com Griegos que està a una altitud de 1564 metres. Destacar **Albarracín** amb un gran encant medieval.

Dil la nostra aventura va ser dit i fet: ho vàrem decidir un dilluns i dimecres ja hi érem, sense cap tipus de planificació i preparació amb temps! tot això va sorgir gràcies a que Ksenia va veure la pàgina de "Cabaltour hotel para Caballos" que tenen 5 quadres reparatides per diferents poblets de la zona, a més de tenir rutes gravades que recorren



la zona i que les enllacen i tant pots anar d'una a l'altra, com anar a un d'aquests pobles i des d'allà fer diferents rutes, que és el que vàrem fer nosaltres des d'**El Vallecillo i Guadalaviar**.

Ressaltar que el tracte de l'Andrés, la persona que ens va atendre, va ser de gran ajuda en la preparació de les quadres, el menjar dels cavalls que ells el proporcionen, la recomanació dels hostals per nosaltres, la facilitació i propostes de les rutes que vàrem fer i els seus punts d'interès, començant pels seus pobles que et transporten a una zona rural singular i molt bella, amb els seus habitants molt interessats en el nostre benestar i les indicacions i, com no, els seus llocs d'especial interès pels que vàrem passar, com ara la **Cascada del Río Cabriel, Cascada del Molino De San Pedro, La Fuente Del Buey, la Cueva de la Obriga, el naixement del riu Tajo...**

En resum, vàrem gaudir d'uns dies d'una zona rural amb el seu encant particular, una natura per perdre's pels seus camins, corriols i pistes tant per muntanya, ports, pistes, valls interminables i tot a una alçada considerable. Una encantadora zona per gaudir-la a cavall. Nosaltres hi tornarem. **CAL TRAGINER**

Retaule de Sant Josep Oriol a l'Església del Pi

Busquen un cavall per portar l'emissari del Papa en la beatificació de Sant Josep Oriol. Ha de ser tranquil i habituat a la multitud. Cada any ens demanen a Fosco i a mi, vestida d'època, per participar voluntàriament. Si algú vol unir-se en el futur, puc facilitar el contacte! La cercavila, tot i ser curta, recorre carrers plens de gent i acaba amb el privilegi de passejar a cavall per la Catedral de Barcelona.

Maite Puig



GUIA PUIGCERDÀ Cerdanyola/Sant Cugat GRH-1

"Aquesta guia comprèn la ruta Puigcerdà-Cerdanyola/Sant Cugat i s'ha realitzat sobre mapes Escala 1:50.000 del Servei Geogràfic de l'Exèrcit. La posició vertical de la cartolina és la direcció S-N (Nord, dalt. Sud, a baix). La descripció en castellà (de N a S) i en català (de S a N) és molt detallada, assenyalant punts de referència que ajuden a situar-se al viatger. Tota la ruta ha sigut pintada amb marques horitzontals o verticals (que indiquen el camí a seguir) i amb aspes (que assenyalen camí incorrecte). Les marques s'han fet en arbres, pedres, procurant respectar el paisatge urbà, així doncs, no es troben marques quan es passa per l'interior de poblacions. En aquests casos, s'ha de seguir puntualment la descripció escrita. El recorregut no pretén ser un camí ràpid entre el Nord i el Sud, sinó un itinerari que travessa comarques d'especials atractius. S'ha establert una mitjana de 50 quilòmetres per etapa entre un punt i l'altre, a fi i efecte que en cada etapa el viatger trobi una quadra i una fonda/hotel/alberg. El recorregut es fa perfectament en 8 dies: Puigcerdà-Castellar d'en Hug, Ripoll, Vidrà, Cantonigròs, Sant Romà de Sau, Taradell, Seva, Sant Quirze de Safaja i Sant Cugat/Cerdanyola. Els telèfons que s'adjunten ajuden a reservar habitació en les fondes i lloc per als cavalls en quadres. S'assenyalen també altres telèfons útils". AMAC

Això deia la introducció de la guia que es va anomenar Gran Ruta Hípica-1. Seria una primera part que després hauria d'haver continuat cap al Sud fins arribar a les Terres de l'Ebre. Al voltant dels anys 90, l'AMAC tenia un nombre interessant de socis que desitjaven recórrer el territori però els hi mancaven els coneixements necessaris per fer-ho possible.

En una època on les rutes es feien amb brúixola i mapa (el GPS encara no hi era i ni se l'esperava), amb una cartografia

dels anys 50 no revisada, on els desplaçaments eren en camió ja que la presència de remolcs era mínima, es va pensar que un itinerari senyalitzat seria una gran ajuda per a aquells genets que volien fer rutes.

Una ruta que permetés a genets i cavalls desplaçar-se pel territori amb la seguretat de trobar allotjament, menjar, aigua i descripcions dels llocs d'interès. Una idea que requeria una inversió ingent en voluntaris a peu, genets, quilòmetres, dies... però que es va decidir tirar endavant!

Tot s'havia de revisar i descriure: camins comuns que evitessin les propietats privades en un país on el 80% de les terres ho són, buscar allotjaments, hípiques, parlar amb els pagesos i ajuntaments per demanar permisos i voluntats en creure que les marxés a cavall (el concepte turisme eqüestre encara no s'havia desenvolupat) podrien ser una realitat que crearia coneixement del territori i que es podria traduir en beneficis i complements del treball agrícola i del turisme rural incipient.

Un cop resolta l'itinerari i els allotjaments, arribava la part pràctica: pintar la ruta! Aquesta va ser una feina d'alta complexitat i que es va resoldre d'una manera força primària. Els cavalls portaven alforges amb els pots de pintura (color carbassa, per ser més exactes) i els genets amb pinzells i des del cavall anaven pintant la marca on indicava la persona que havia estudiat el tram corresponent. Els primers quilòmetres solien ser seriosos i curiosos, però a mida que les hores passaven i el cansament feia estralls, la jornada podia acabar amb un grup de genets i cavalls de color tan carbassa com la ruta marcada!

La ruta es va fer fins a Cerdanyola/Sant Cugat i es va publicar la guia. Satisfacció per la feina feta però els resultats van

ser bastant decebedors per una acumulació de manca d'experiència, excés de voluntat i problemes afegits: les marques s'esborraven per problemes climatològics o humans. Les hípiques o els hostals tancaven i s'obrien de nou. Alguns camins s'anaven perdent i la ruta requeria un continu manteniment impossible de realitzar tan sols de forma voluntària. L'aparició dels primers aparells GPS va donar el cop final a la idea i no es va continuar.

La GRH-1 està aquí com a testimoni d'una època i de ben segur encara es podria resseguir!

