

el nou cavall EXPRESS

BUTLLETÍ DE L'ASSOCIACIÓ DE MARXES A CAVALL DE CATALUNYA

Febrer - Març 2026

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



Editorial

Estimats socis i sòcies,

Amb aquest inici d'any tanquem la celebració del 40è aniversari i arranquem l'any amb nous propòsits i un nou calendari que, amb moltes ganes i il·lusió, hem elaborat amb els diferents organitzadors. Esperem que en gaudiu i us animeu a fer la vostra proposta per a l'any 2027.

Des de la junta volem donar la benvinguda als nous socis i sòcies que s'han incorporat aquest any i expressar un agraïment especial als que continueu amb nosaltres un any més; ens fa sentir molt orgullosos comptar amb el vostre suport.

Hem preparat un calendari variat amb les diferents rutes oficials de cap de setmana, la incorporació de rutes als "3 aires", les d'autonomia i algun curs de formació equina. Totes elles estan repartides per tot el territori català, explorant comarques ja conegudes i d'altres per descobrir.

El dissabte 31 de gener, a Sant Fruitós de Bages, es durà a terme l'assemblea ordinària amb la presentació del resum anual del 2025. Comentarem el balanç econòmic, les rutes organitzades, la participació i els moviments de socis i sòcies. També presentarem el nou calendari d'activitats i els pressupostos, i farem entrega de l'obsequi commemoratiu als socis i sòcies que aquest any celebren 25 anys d'unió a l'associació. Es farà el lliurament de premis als participants amb més quilòmetres recorreguts a les sortides organitzades i a les fotografies guanyadores del concurs, d'entre les quals un jurat extern i professional ha escollit les 12 millors. Són imatges que gaudirem a cada pàgina del calendari 2026.

Per acabar, es realitzarà un dinar de germanor al mateix restaurant, Can Ferrer.

Daniel Garcia Font
President

Calendari d'activitats AMAC 2026

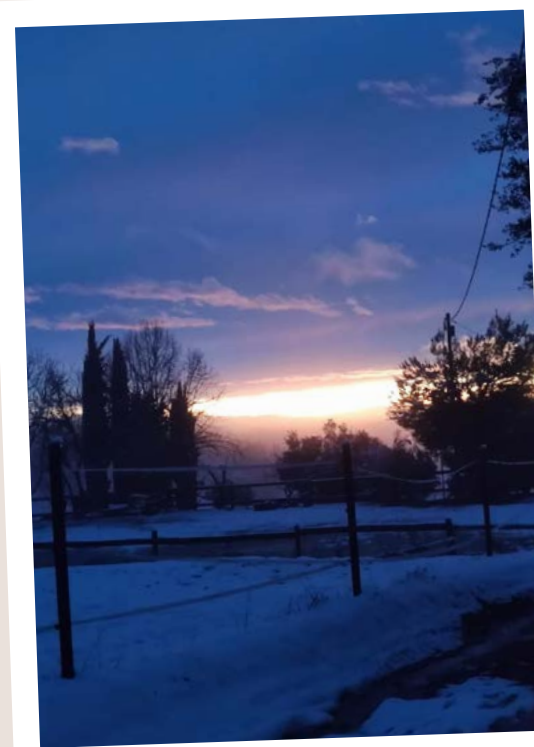
Mes	Dia	Activitat	Organitza
Gener	24	Ruta 3 Aires · Lluçanès	Gerard - Lluís - Pep
Gener	31	Assemblea General	AMAC
Febrer	7 - 8	Ruta Autonomia Les Garrigues	Francesc Rabat
Febrer	21	Pont Armentera Alt Camp	Maria Gil - Joan Flotats
Març	7 - 8	Maneig peu a terra Vallès Oriental	Montserrat Llongueras
Març	21	Ruta 3 Aires · Moianès	Joan Rubió
Abril	18-19	Solsonès	Joan Esteve
Maig	9 -10	Conca de Barberà	Antón Castellà
Juny	6 -7	Ruta Autonomia	Dani Garcia
Juny	20-21	La Noguera	Miquel Camarasa
Juliol	4 - 5	Cistella · Alt Empordà	Àngel Sanchez
Agost	1 - 9	Vacances Estiu	AMAC
Setembre	11-12-13	Cavall de Ferro Ascó · Ribera d'Ebre	Jesús - Pepo - Marc
Setembre	26 - 27	Ruta Autonomia	Montserrat Llongueras
Octubre	3 - 4	Boadella Alt Empordà	Xavier Domènech
Nov.	7 - 8	La Garrotxa	Àngel Feixes
Des.	12	Ruta 3 Aires	A decidir

VOLTAR PER CATALUNYA



RUTA 3 AIRES PER LA COMARCA DEL LLUÇANÈS

La primera ruta de l'any, i primera en la modalitat 3 Aires, que havia de fer-se a Prats de Lluçanès el dia 24 gener, es va veure sorpresa per una nevada sobtada que, en un curt termini de temps, va deixar un gruix de neu d'uns 10/15 cm i que va obligar a suspendre-la per evitar riscos durant el recorregut i també a la carretera en el retorn als llocs d'origen. Tot i així, la neu ens va deixar unes imatges ben boniques!



ASSEMBLEA GENERAL ORDINÀRIA 2025



L'Assemblea General Ordinària es va celebrar el dia 31 de gener a Can Ferrer (Sant Fruitós de Bages) i, com és preceptiu, es varen presentar el balanç i activitats de l'any 2025, així com els pressupostos i activitats per l'any 2026. També s'esperava amb ganes el lliurament de premis als genets que van fer més quilòmetres, els guanyadors del concurs de fotografia i el reconeixement als socis amb més de 25 anys dins l'associació.



Trobareu l'Acta de l'assemblea i un bon recull de fotografies a la pàgina web de l'Associació.



Gràcies socis i sòcies per a tots aquests anys amb nosaltres i anem sumant!!

Junta AMAC



Fotografia guanyadora del concurs 2025

Rànquing KM genets 2025

Les rutes programades sumaven un total de 535 km i entre tots els participants (88 genets diferents) es van recórrer 9.983 km.

I els premis van ser:

- Per la segona i tercera posició, una espatlla Ibèrica (soci Jordi Sanjosé)
- Per la primera posició, un pernil Ibèric (soci Jordi Sanjosé)

Els tres guanyadors també han rebut un trofeu de fusta molt especial amb la seva foto plasmada amb làser, obra del soci Lluís Vilamú.

Rànquing dels 8 genets primers:

- 1 Juanjo Garcia 446 / 531 km
- 2 Joan Rubió 420 / 531 km
- 3 Joan Cunill 364 / 531 km
- 4 Daniel Garcia 328 / 531 km
- 5 Joan Flotats 322 / 531 km
- 6 Esther Olmos 313 / 531 km
- 7 Àngel Feixes 303 / 531 km
- 8 Joan Pi 272 / 531 km

25 anys junts

Com cada any, l'AMAC elogia els socis i sòcies que compleixen 25 anys amb l'Associació i l'actual President, Daniel Garcia, va fer entrega del clau de plata amb l'escut. Aquest any són els següents:

- . Raquel Jané (Vallès Occidental)
- . Pere Juanola (Osona)
- . Marta Matas (Baix Llobregat)
- . Marga Vilageliu (Vallès Oriental)

La Marta i el Pere van ser presents a l'homenatge dedicant unes paraules d'agraïment als socis i sòcies assistents. La Marga i la Raquel no van poder ser-hi presents. El soci Josep Serra (Sefas) va recollir el clau de plata en nom de la Marga.

Concurs fotogràfic calendari AMAC 2026

Durant tot l'any 2025 s'han rebut més de 80 fotos per seleccionar les 12 que componen el calendari del 2026. Han estat unes fotos de qualitat i el jurat ho ha tingut complicat per seleccionar-les. Els tres primers i guanyadors del concurs han estat:

- 1er Premi Maite Puig
- 2on Premi Toni Badia
- 3er Premi Marijo Pérez

Des del mateix dia de l'Assemblea ja ha començat el concurs fotogràfic per al calendari del 2027, així que animem a tots els socis que vagin enviant les seves fotografies, tenen fins a finals de novembre. No cal esperar als darrers dies per enviar-les, a mesura que considereu que una foto pot entrar al concurs, l'envieu.



Premis 'Rànquing KM genets 2025'



Agraïment '25 anys junts'



Premis concurs fotogràfic

Recordeu que podeu enviar les fotos que vulgueu, encara que només entrarien en un mateix mes del calendari, dues fotos del mateix autor. Espero les vostres fotografies. **Juan Antonio Verdoj**

ESPORT

RAID DU CENTAURE 2026

Socis d'AMAC participaran al legendari Raid du Centaure en la categoria parelles:

► Cesc Rabat i Ricard Monfort
► Daniel Garcia i Vanessa Bravo (no sòcia)

► Cristian Cano i Jordi Vila

Aquests socis i les seves muntures afrontaran una de les proves d'orientació nocturna més difícils del món, físicament, psicològicament, en condicions meteorològiques adverses, la més llarga, la més cansada ... tot un repte de superació.

On i quan serà l'edició 2026

Lloc: Chambaran, Roybon en Isère (França)

Dates: 20, 21 i 22 de febrer

Participació i èxits socis AMAC al Raid du Centaure:

► Cesc Rabat:

6 edicions, 1 sivella de plata individual i 1 sivella de bronze parella

► Ricard Monfort:

6 edicions, 1 sivella de bronze parella

► Daniel Garcia:

2 edicions, 1 sivella de plata parella

► Joan Rubió:

1 edició, 1 sivella de plata parella

► Cristian Cano:

2 edicions, 1 sivella de plata parella

► Jordi Vila:

2 edicions, 1 sivella de plata parella

Què és el Raid du Centaure?

És un esdeveniment internacional organitzat per la Federació Internacional de Turisme Equestre (FITE), pensat per posar a prova la resistència i les habilitats de genets i cavalls en una zona muntanyosa i rural, amb possibilitat de neu i climatologia dura.

No és només una cursa de velocitat: és una prova d'Orientació i Regularitat (P.O.R.) d'uns 100 km, amb sortida nocturna, on cal seguir un itinerari precís i mantenir una regularitat entre controls.



Cristian Cano / Jordi Vila



Cesc Rabat / Ricard Monfort



Daniel Garcia / Vanessa Bravo



El raid requereix:

► **Tècnica d'orientació** precisa per navegar sense GPS, utilitzant mapa i brúixola, i localitzar punts de control (balises).

► **Resistència física:** recorregut llarg en dos etapes nocturnes, amb bona gestió de l'energia i del ritme.

► **Preparació del cavall:** entrenament específic per esforços prolongats en terreny variat.

Seguiment Raid du Centaure 2026:

www.facebook.com/sha-re/1BerWQ1aza/

www.instagram.com/infostrec-france?igsh=bDd3Zm80eTV-qM3do

Centaures! bona competició i molta sort!!

#SomAmac

Quim Luz

Fotografies del 2025, Raid du Centaure a Limousin, Gorre (França)



Valors etològics:

Guia per a la pràctica de l'equitació etològica

És un programa pensat fonamentalment en el **BENESTAR DEL CAVALL** i basat en Els 5 Valors etològics: *L'atenció, la confiança, la reactivitat, la "descontracció" i l'equilibri.*

Busca com objectius:

Posar el **BENESTAR** del cavall com a prioritat durant tota la pràctica equestre. Dona a conèixer el món del cavall a aquelles persones que busquen una activitat equestre, sense tenir necessàriament com a objectiu principal muntar. Posar a l'abast de qualsevol persona del sector equestre, professional o no, els coneixements i habilitats necessaris per dur a terme una pràctica equestre més ètica i sostenible basada en el punt de vista del cavall.

L'associació dona la benvinguda a tota iniciativa que serveixi per incrementar aquest Benestar que sempre hem buscat.

TROBADA PER COMPARTIR CONEIXEMENTS

CARME CAMA 718 DE MARÇ

CONTINGUT DEL CURS:

Aprendre a llegir el cavall per tal de millorar la nostra relació amb ell. Exercicis de la comunicació peu a terra, i inici del treball en llibertat.

Professional de la doma natural i educadora equina.

EL TURÓ DELS CAVALLS CONTACTE SERGI SERRANO: 629 79 18 88

CONSELLS

8 maneres per ser una bona companyia a les rutes a cavall

A tots ens agradaria ser d'aquest tipus de persona que els genets busquen per sortir a cavall. Hi han 8 tècniques senzilles per ser un boncompany/a de ruta: **divertit, considerat i segur.**

Estem gaudint d'una sortida a cavall amb diversos genets. Sense dir paraula, un dels genets surt endavant a galop. Els cavalls que queden enrere intenten seguir-lo frenèticament i els genets tracten de controlar-los. En un moment es produeix una situació de perill. Aquest tipus de conducta pot conduir a una caiguda i no resulta agradable: Un genet que no serà benvingut en properes sortides.

1 Gestionar les expectatives

Assegura't de que tots els participants coneguin quant durarà la sortida, com és el terreny i quina dificultat tindrà la ruta. Així podran anar preparats i, si ells o els seus cavalls no ho estan, decidir no fer-la i esperar una ruta més adequada al seu nivell.

2 Adaptar-se al genet o cavall amb menys experiència

Per seguretat, ajusta la sortida al nivell del genet/cavall amb menys experiència. Considera que creuar riuets, trotar o galopar o compartir un corriol amb bicicletes, motos, etc... pot ser una situació difícil per un genet/cavall que comença a practicar les marxas a cavall.

3 Pensar en els altres

Comprova que tothom estigui muntat abans de començar. Durant el camí, si es troba una dificultat, un tronc caigut, un pas estret, espera a que tothom l'hagi passat. I si pares perquè els cavalls puguin beure, mira que tots ho hagin fet abans de continuar.

4 Preguntar abans canviar d'aire

Si sents l'impuls de galopar, primer has de preguntar al grup si està d'acord. Si alguns no ho volen, prendre les precaucions per no causar problemes al grup o simplement esperar un altre moment més adient.

5 Animar a fer pauses

Serveixen per assegurar-se que tothom es trobi còmode, pugui ajustar la muntura, beure aigua o simplement aprofitar el moment per calmar o corregir el comportament del cavall.

6 Compartir el lloc

Per cortesia, tots haurien de tenir l'oportunitat d'anar davant, al mig o al final del grup, si així ho desitgen. És una bona manera d'ensenyar el cavall a estar còmode en qualsevol posició.

7 Tenir en compte al genet que va darrere teu

Un exemple: quan et trobis amb branques baixes, pot ser que la reacció natural sigui apartar-les, però això pot fer que es deixin anar de cop i puguin donar un cop al genet que ve darrere. Avisa dels obstacles.

8 Entrenar el cavall perquè també sigui un bon company de grup

Un cavall que tira guitzes, mossega, es nega a creuar l'aigua, intenta sempre anar el primer o s'acosta perillosament al cavall de davant i no pots controlar aquests comportaments antisocials, demana ajuda a genets experimentats per evitar aquestes situacions que posen en risc tot el grup.

“ En grup, munta per a tu, però pensant sempre en els altres. ”