

Cossetània arriba a la guia número 100 amb «Volta a Catalunya en BTT»

Josep Insa Montava n'és l'autor

ANNA ESTALLO / Valls

● Cossetània Edicions ja ha publicat més de cent guies d'excursionisme a la seva col·lecció Azimut. Josep Insa, el mateix que va escriure el volum número 1 de la sèrie *«De la muntanya al mar»* (1997), és l'autor de la guia *Volta a Catalunya en BTT*, amb què el segell editorial de Valls arriba al títol número 100.

Josep Insa, un entusiasta dels esports individuals, feia la travessa en BTT pel prepirineu quan va tenir la idea de convertir la seva ruta en una guia nova de Cossetània Edicions. L'encís del paisatge li va inspirar aquest nou treball, però els editors van voler anar més enllà.

«Em van suggerir ampliar el que havia fet amb un circuit més ampli: una volta a Catalunya per poder fer-la en unes vint-i-sis jornades», recorda Josep Insa, que també ha practicat l'escalada, l'alpinisme i l'esquí de muntanya. L'itinerari havia de començar per Barcelona i «això va ser el més complicat de tot», assegura l'autor de la guia, que va deixar per al final aquest traçat de 28 quilòmetres, fins a Castelldefels. «Passa per la zona franca, travessa el riu Llobregat i durant tres quarts d'hora ca-

mine per la vora del mar, on la sorra és més compacta», apunta Josep Insa. Després d'aquest inici el ciclista enfila una segona etapa en un recorregut que el porta de Castelldefels fins a Cunit, passant pel massís del Garraf, una de les etapes més dures, amb un desnivell de 400 metres en quatre quilòmetres, però també força agraïda «perquè quan arribes dalt de tot, la vista és espectacular», assegura l'autor.

Trams espectaculars

Volta a Catalunya en BTT travessa dues vegades l'Ebre, passa pel Francolí, el Gaià, el Segre, el Noguera, el Ribagorça, el Ter i el Tordera, i té en el vessant del prepirineu alguns dels trams més espectaculars per la bellesa de l'entorn. «El prepirineu és molt bonic i, a més, és assequible tot l'any. És un territori poc conegut i fins



Josep Insa amb la guia «Volta a Catalunya en BTT» a les mans. / A.E.

ara no hi havia cap guia de muntanya que en detallés cap itinerari», explica Josep Insa.

És, doncs, al prepirineu on el ciclista passarà per pobles abandonats, cases i masos deshabitats i «on et pots passar dies i dies sense trobar ningú», alerta Josep Insa, que per aquesta raó recomana als usuaris de la guia precaució en el seu itinerari i moderació en la velocitat, sobretot en les baixades.

Insa, que va fer la volta a Catalunya sense seguir un ordre en les etapes, va escollir el temps de primavera, estiu i tardor «perquè els dies són més llargs, la temperatura és agradable i això et permet viatjar amb

poc pes a la motxilla». Si es vol fer la ruta acompanyat, l'autor aconsella «fer-ho amb un màxim d'unes quatre persones, totes del mateix nivell i que es coneguin molt bé entre elles, perquè dura vint-i-sis jornades. Quan es porten dies i dies d'incomoditats la convivència es pot tornar molt dura», adverteix Josep Insa, que gairebé sempre va sol amb la seva BTT, una bicicleta de gamma mitjana, «suficient per garantir-me el confort i la seguretat. Porto suspensió al davant, portapaquets i un bon canvi». Els itineraris que proposa la guia *Volta a Catalunya en BTT* són aptes per a persones amb un estat de

forma òptim, però no fan cap distinció d'edat. Als seus 70 anys, l'autor de la guia ha completat amb èxit tots els traçats: «Quan ets jove estàs més per córrer, però a mesura que passen els anys procures gaudir més del paisatge. Si sempre s'ha mantingut la forma, el ritme no es perd. El més important és saber dosificar-se», sentència Josep Insa.

La guia té 324 pàgines i 135 il·lustracions, i es ven al preu de 19,80 euros, amb una bossa portaguies de regal. El volum s'estructura en 26 etapes, amb un recorregut de 1.300 quilòmetres pel perímetre del Principat, i té la sortida i l'arribada a Barcelona.

«Germanes» s'escenificarà demà dissabte al Centre Cultural

● Valls. *Germanes*, l'obra de teatre de Carol López, que també n'és la directora, s'escenificarà demà dissabte, 31 de gener (22 h), al Centre Cultural de Valls. El text serà interpretat pels actors Amparo Fernández, Maria Lanau, Nora Navas, Aina Clotet, Marcel Borràs i Paul Berraondo. L'obra tracta de la història d'una família que s'amaga sota l'aparença de la normalitat, però on cadascun dels seus membres té secrets a amagar. És també la història de tres germanes —la Inés, la Irene i la Ivonne—. Les entrades per veure l'espectacle costen entre 12 euros, amb el carnet cultural, i 18 euros / A.E.

«Paisatge (s)» obre les portes a l'Antic Cafè fins al 2 de març

● Valls. L'exposició *Paisatge (s)* va obrir les portes dimarts a les instal·lacions de l'Antic Cafè, a la plaça del Pati de Valls, i es podrà veure en aquest recinte fins al 2 de març. *Paisatge (s)* és una col·lecció de fotografia urbana i natural que presenta l'autor, Xavier Pastrana. / EL PATI

Més de 400 persones assisteixen al primer concert de l'orquestra Treu-li la Pols al Teu Instrument

N.R. / L'Espluga de Francolí

● L'església Vella de l'Espluga de Francolí va quedar petita malgrat el fort temporal de vent de diumenge a la tarda. Van ser més de 400 persones que no es van voler perdre l'estrena en directe de l'orquestra local Treu-li la Pols al Teu Instrument, que pujava per primer cop dalt l'escenari.

Durant el concert van sonar temes tan coneguts pel públic com *Tonight de West Side Story*, *Memorial del musical Cats* i alguna versió de Mecano. Tot això enmig de problemes tècnics provocats per la ventada. Els primers mi-

nuts de música van sonar a les fosques perquè no hi havia electricitat, però els més de 40 músics que componen l'orquestra van haver de fer fins i tot dos bisos, demanats pel públic: «Va ser molt emocionant per a molts pares», assegurava el director, Josep Colomé. El concert no es va allargar més de mitja hora, però l'orquestra va interpretar tots els temes que s'havia preparat durant els assajos, que es fan un divendres al mes.

Nous projectes

Vist l'èxit indubtable de l'estrena, Colomé ja pensa en nous projectes. Al pro-

per assaig, previst segurament per al 27 de febrer, proposarà continuar treballant amb temes relacionats amb les bandes sonores que ja s'han tocat, amb la idea de fer un conjunt d'entre tres i quatre peces de cada i alguna altra de Mecano, tot i que «també cal saber què li ve de gust tocar a la gent». Tot això per poder arribar a tenir un repertori de 40 minuts, sens dubte una millor carta de presentació.

Més concerts

L'aposta de l'orquestra, formada per músics no professionals, és forta. Amb vista al mes de maig i



El proper concert de l'orquestra espluguina està previst pel mes de maig. / E. MAGRE

aprofitant que és final de curs podria repetir concert i la idea és fer-ho fora de l'Espluga de Francolí. És important per a Colomé, perquè tot i que la iniciati-

va ha nascut en aquest municipi, també hi ha integrants que són de fora, com Montblanc, Blancafort i també Valls.

A banda, l'orquestra po-

dria rebre el suport del Consell Comarcal de la Conca de Barberà per participar en diferents projectes de l'àrea de Joventut, segons Colomé.