

# Mountain

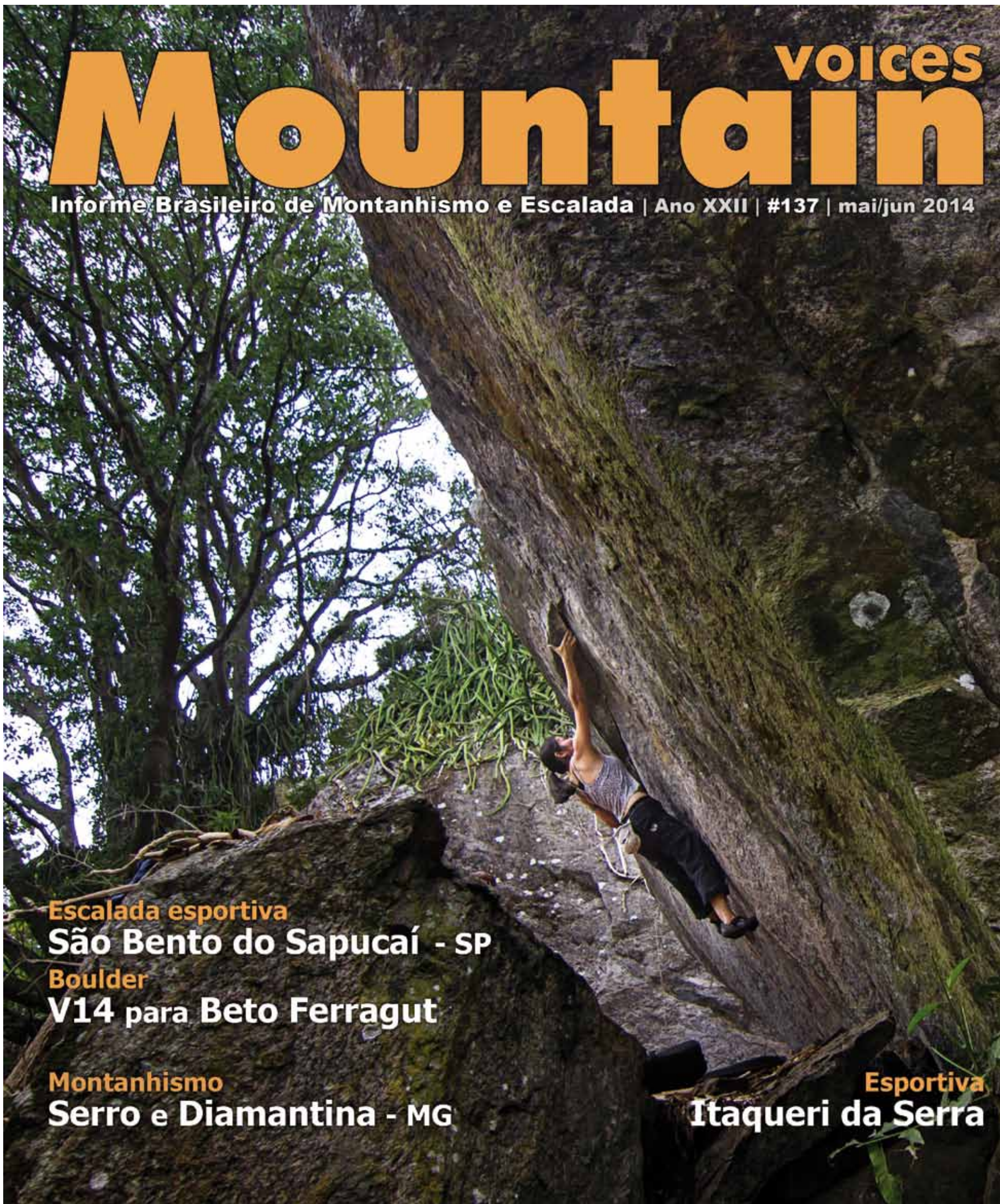
voices

Informe Brasileiro de Montanhismo e Escalada | Ano XXII | #137 | mai/jun 2014

**Escalada esportiva**  
**São Bento do Sapucaí - SP**  
**Boulder**  
**V14 para Beto Ferragut**

**Montanhismo**  
**Serro e Diamantina - MG**

**Esportiva**  
**Itaqueri da Serra**





## Segunda Pele CURTLO

Conforto térmico, aonde você for!

“ A segunda pele CURTLO tem um papel imprescindível pois estamos em situação limite e nada pode falhar... Nem o aquecimento do nosso corpo. ”

Ricardo Panelli  
Montanhista  
apoiado CURTLO

Tratamento que inibe os odores do suor.

**ThermoPlus**  
Underwear térmico  
Temperatura Extrema

**ThermoSkin**  
Underwear térmico  
Temperatura Baixa

**ThermoSense**  
Performance underwear  
Temperatura Amena

[www.curtlo.com.br](http://www.curtlo.com.br)

Produção no Brasil

[www.instagram.com/curtiobr](http://www.instagram.com/curtiobr) [www.youtube.com.br/curtiobrasil](http://www.youtube.com.br/curtiobrasil) [www.twitter.com/curtiobr](http://www.twitter.com/curtiobr) [/curtlobr](https://www.facebook.com/curtlobr)

# Internacional

ALESSANDRA ARRIADA | RS



A fotografia é uma arte de expressar ideias, não em palavras, mas em sentimentos e emoções. Transcende um tempo, empunha bandeiras, distribui gratidão. Essa maneira de viver a vida e acompanhar paixões tornou Chus Alonso, um espanhol de Málaga, um observador e escalador ao mesmo tempo. Começou 17 anos atrás a escalar, ao decidir, por curiosidade ou vocação, não mais passar por cima da Ponte Triana, em Sevilha, mas escalá-la. Observou as agaras, a textura da rocha, para em seguida comprar um par de

sapatilhas e magnésio e não parar mais. Oito meses depois praticando boulder, conseguiu economizar para uma cadeirinha e com isso, também um convite para escalar com corda. De Sevilha para toda a Espanha, para depois países como Turquia, Grécia, Finlândia, França e Itália começou a fotografar o óbvio, como disse, para depois observar melhor as paisagens e a gente. Primeiro com uma câmera fotográfica simples, uma Nikon reflex das mais baratas, para bem depois passar para as digitais.

Com isso, viver simplesmente sem fotografar já era um caminho sem possibilidade. Como a escalada, observar e registrar se tornou atividade principal e em um pequeno Pueblo duas horas de Sevilha, bonito e cheio de belezas naturais, abriu uma empresa de Turismo com o irmão e um amigo com o nome sugestivo de ALUA. ALUA são formigas com asas, de hábito de bom tempo, ou seja, assim como os escaladores, ao cessar a chuva, saem imediatamente e em grupos ao sol. A empresa começou familiar e informal, para na crise crescer e se diversificar, tendo atividades de aventura, cursos, local para eventos, empresas, acampamentos de verão, competições e é claro, vídeos e imagens de tudo isso. Mas ainda assim, Chus diz ser complicado se viver da fotografia. Trabalha ainda com marketing, redes sociais e internet. E escala. Escala muito. Prefere inclusive fotografar detalhes, como as mãos dos escaladores, cachorros, magnésio, paisagens, para com isso não precisar estar preso a uma corda captando imagens e perdendo de escalar. Ou está negociando com uma via, ou está na base dela, com amigos e amigas.

E foi assim, por dois anos, que surgiu o comentado e emocionante vídeo **Escaladoras**, de forma despropositada, despojada e cheia do espírito da escalada da Espanha e de todo o resto do mundo. Um encontro de distintas amigas, de todas as partes, em diversas bases de via da vida desse espanhol talentoso, inspirado por um também vídeo preto e branco, só que de escaladores homens, de um amigo, motivou e encheu de graça a internet

no último mês. Como não se emocionar com os sorrisos, a música, as tatuagens, os corpos delineados como poesia, a gana e a vontade dessas mulheres? Mesmo os homens ao assistirem, se depararam com as infundáveis conversas femininas, lembraram as mãos delicadas e fortes das companheiras, e se divertiram com os gritos, as cores, as emoções a flor da pele. A música de Jessica Allossery, os brincos, colares, casacos, cabelos, abraços, inundam a gente de ternura, de superação, amizade e leveza. São só alguns minutos, mas enchem o coração.

Com isso, aos 38 anos, compartilhando um aluguel europeu com um amigo, em Málaga, na província da famosa via Chilam Balam, um 9b, em Villanueva del Rosario, Chus não imaginava chegar até o Brasil, México e Argentina, pelos olhos de sua lente e pelos sorrisos de suas amigas. O próximo trabalho já em sua cabeça e mãos é um documentário sobre Bernabé Fernandez, escalador espanhol que atingiu o primeiro 9b mundial, em Málaga, e também sobre a evolução da escalada esportiva na Espanha, e aguarda recursos. Bernabé começou aos 13 anos, alcançou seu primeiro 8c espanhol em 1991 para em 1999 encadenar Chillan Balan, o 9b repetido em 2011 por Adam Ondra, mesmo com diversas investidas de Chris Sharma em 2006.

Por último, Chus me afirma que têm trabalhado bastante e escalado pouco. Para ele, a motivación viene y se vá, pero seguro uno ya se vuelve a motivarse un día.

Simple assim. Como suas belas e emocionantes imagens.

## Novas companhias novas viagens

**Trilhas & RUMOS**

**Transglobe**  
Para uso como mochila ou mala de mão. Bolso frontal destacável virando mochila de ataque. Capa de chuva e armação embutida. Tecido de alta resistência.

**Trilhas Orbi**  
Bolsa de viagem com rodinhas, alça telescópica e um dos compartimentos em estrutura rígida. Super reforçada. Possui pontos refletivos.

Com rodinhas e alça telescópica.

**Trilhas Pilatt**  
Para pequenas viagens e dia a dia. Super reforçada. Três bolsos externos, grande espaço interno, fundo rígido e pontos refletivos.

Bolso frontal vira mochila de ataque.

[www.trilhaserumos.com.br](http://www.trilhaserumos.com.br)  
R. Fernando Luz Filho, 112 - Meudon - Teresópolis - RJ - (21) 2742-9652 - Fax: (21) 2742-5781

- Vestuário
- Mochilas
- Sacos de dormir
- Acessórios

## SUA EXPERIÊNCIA É ÚNICA

[www.solobr.com](http://www.solobr.com)

**SOLO**  
VISTA SUA LIBERDADE

# Onde os fortes não tem vez



Texto: André Berezoski  
Imagem: Marcelo Balestero

Começo do ano, objetivos traçados, sejam eles em rocha ou competição, começa o longo e árduo trabalho de montar planilha, arranjar tempo para treinar, aguentar dores diversas, cansaço entre mil outros fatores para atingir o máximo, mas de repente você se depara com algo totalmente fora do contexto para o qual foi planejado e treinado, uma competição com paredes totalmente fora do específico treinado, estilo de movimentos completamente fora do imaginado ou uma via em que se encontra um simples tipo de agarra e estilo de movimento para o qual você deixou passar ou simplesmente nunca imaginou se deparar com tal situação.

Seria simples dizer que o escalador mais "completo" leva vantagem, mas não é bem assim que funciona, mesmo os mais fortes podem enfrentar situações adversas e surpresas.

Todos têm diferentes deficiências, sejam elas de pega de agarras (abaolados, regletes, pinças, buracos, etc...), flexibilidade, força, resistência, técnica, psicológicos, e por aí vai. Sempre tentamos durante a preparação corrigir, ou pelo menos se adaptar, a estas carências, o que significa não só ter plena consciência de como seu corpo funciona, ou na maioria dos casos terem uma visão externa, de um técnico ou companheiro que pelo menos identifique tais pendências.

E quando você acredita que ao longo de árduas semanas e meses você conseguiu sanar todos estes problemas e chega na hora "H" você percebe que de nada adiantou, e que o que se encontra diante de suas mãos é algo mais inusitado do que se poderia imaginar, ou seja, de volta à prancheta, planejar e reestruturar para a nova "tendência", "rocha" ou "movimento".

Durante anos competindo não só no cenário nacional, sul-americano, mas principalmente no mundial, foi que tive que experimentar literalmente nas costas e no bolso estas mudanças drásticas a cada etapa participada, pois toda vez que retornava de uma etapa, as informações recolhidas eram passadas para o técnico, para tentar se adaptar para a próxima, mudanças estas até na alimentação, estávamos sempre "bisbilhotando" o que cada atleta de todas as seleções estavam comendo e treinando, e tentando transferir para nossa realidade na esperança de dar algum resultado em etapas seguintes.

O que nunca nos demos conta foi que a evolução dentro da escalada lá fora segue em um ritmo tão acelerado, que um mês entre uma ida e outra, muita coisa já mudou, basta analisar como eram as competições há 20 anos, o tipo de agarras que definia dificuldade era basicamente quanto menor pior, em paredes verticais, e na sequência veio: menores agarras, parede mais alta não derubava mais, deita a parede, deixa negativo, com agarras maiores, e mais resistência, adaptaram-se também, colocam tetos gigantes no meio dos negativos, em paredes monstruosas, "agora vão sofrer um pouco estes escaladores", pensavam os route setters, e acertaram por um tempo até os atletas se adaptarem mais uma vez, e assim foi passando por inúmeras experiências na tentativa de pegar os escaladores com alguma surpresa, mas a resposta foi que a especificidade se tornou uma ferramenta comum nos treinos, que a única opção das organizações foi ir fazendo uma espécie de rodízio, mais ou menos como a moda funciona.

Nada sai de moda, ela só cede lugar a uma nova visão, mas sempre alguma tendência volta a cena. Tanto que minha melhor ou pior experiência, assim pode-se dizer, foi treinar incessantemente para uma etapa de Boulder na Suíça, e devemos admitir que estávamos muito, mas muito fortes nessa época, havíamos recém batido Daniel Woods no Chile, obviamente os focos se voltaram para paredes negativas, movimentos longos, explosivos, tudo como manda o figurino de uma competição de alto nível, mas para nossa maior surpresa e decepção, logo no primeiro Boulder, uma placa positiva, de aderência, depois diedros, arestas, e a parede mais negativa da competição toda não passava

de 50cm de avanço, graças ao aprendizado de escalar no Anhangava em Curitiba, consegui pelo menos tirar os pés do chão algumas vezes, mas foi extremamente frustrante. E o que aconteceu e acontece até hoje, é que os escaladores de elite são tão capazes de se aprofundar em treinos específicos que só uma mudança constante e repentina de tipo de agarras e paredes é que podem fazer algumas tentativas de se dificultar a vida deles dentro das competições.

• O estilo das etapas da copa do mundo seguem estas mudanças com características cada vez mais técnicas, mesclando com movimentos acrobáticos para ser atrativo para o público e mexe muito com a capacidade psicológica de cada escalador para não respirar na hora errada e perder uma tentativa que seja, mas ao mesmo tempo estar forte já se tornou um adendo, ou seja, a capacidade de raciocínio rápido em pleno movimento, repertório de movimentos e uma leitura que vai muito além do que está explícito na parede é que fazem toda diferença entre os primeiros lugares no pódio, a própria formação física dos escaladores há 10 anos era muito bem definida:

- Dificuldade: muito mais magro e leve.
- Boulder: Braços e costas e tronco mais reforçados.
- Velocidade: ex ginastas, biotipo com muita massa.

De 2010 pra cá, a maioria segue uma linha muito mais "projeto Caveira", todos muito leves, em todas as 3 modalidades, se fazendo valer de quanto mais leve menos peso pra cima e para saltar de um lado para outro, e se equilibrar em paredes distintas, esta leveza também ajuda.

#### Na rocha

Existem tipos de rocha lá fora que aqui não encontramos, por exemplo, as famosas "chorreras" na Espanha, colunas que se usam em pinça e que pedem um total recondicionado de como se subir por estas séries de "troncos" na parede. E até mesmo o estilo das vias se transformou devido a incrível capacidade de adaptação dos escaladores, falar em vias de 9b FR 12b BR, é algo tão distante, que estes tipos de vias já são graduadas se estabelecendo graduação de Boulder em sua sequência, tipo 3 V14 um após o outro, vias que Adam Ondra, Chris Sharma entre outros vêm se adaptando há anos para poder elevar o nível ano após ano, buscando e alternando com altura e ângulos das paredes e movimentos cada vez mais extremas.

#### Adaptação

Como se adaptar tão rapidamente para estar em pé de igualdade não em nível, mas pelo menos em estilos? Só morando lá fora mesmo, pois as novidades de agarras, módulos e experimentos por parte dos route setters, está em cada ginásio em cada esquina, e tudo acontece muito rápido, tanto que as próprias seleções fazem a pré temporada não só com escalada, mas em escolas de circo, ginástica etc, e na rocha, a infinidade de paredes a serem exploradas podem trazer muito mais novidades para a evolução daqui para os próximos anos.

Nossas armas para não ficarmos tão defasados seria estar participando todo ano pelo menos em algumas etapas, estar atento a vídeos de competições e vias ou boulders em rocha, e estar abertos a novas experiências e inovações.

# Seja Aventureiro

HI-TEC STORE:

TODOS OS PRODUTOS DE AVENTURA EM UM SÓ LUGAR!  
CONHEÇA A LOJA ON-LINE OFICIAL DA HI-TEC E GANHE

## 20% DE DESCONTO

NA SUA PRIMEIRA COMPRA.

CUPOM DE DESCONTO:

# MV020

WWW.HI-TECSTORE.COM.BR



ENTREGA EM TODO O BRASIL  
FRETE GRÁTIS NAS COMPRAS ACIMA DE R\$ 100,00  
1ª TROCA SEM CUSTO PARA O CLIENTE

WWW.HI-TECSTORE.COM.BR

**HI-TEC**

INSPIRED BY LIFE

# Mudar de país por ela... a escalada.

CÉSAR GROSSO | ITÁLIA



Muitos escaladores sonham, pensam e planejam em morar fora do Brasil, sempre com a escalada como protagonista da mudança. Em alguns casos falta algum documento, informação ou simplesmente coragem ou paixão.

Eu moro em Arco (norte da Itália) há pouco mais de 1 ano, foi uma grande mudança de vida em todos os sentidos, mas dar o "start" da vinda foi, sem dúvida, o passo mais difícil.

Vimos pra Arco em 2011 competir no Mundial de Escalada e de acordo com os planos, depois do campeonato passaríamos 20 dias viajando pela Itália, mas pela grande paixão pelos ares Trentinos, não saímos do Norte. Toda a atmosfera da região nos envolveu e não queríamos mais ir embora... 20 dias depois estávamos de volta ao Brasil. Naquele momento, do retorno, é quando muitos pensam em se mudar ou se jogar. No nosso caso, depois de muito sonhar, realmente nos perguntamos "porque não?".

É uma decisão muito delicada que compromete muita coisa, deixar família, emprego entre muitas outras coisas, trocadas por algo incerto. Não vimos para passar 6 meses ou 1 ano, a aposta era maior, era pra passar uma vida. Sendo assim, envolveu muito estudo, pois cada detalhe conta muito. O fato de, por exemplo, não conseguir um certo documento para trabalhar, ou mesmo descobrir que naquele lugar chove 200 dias/ano e você o conheceu bem entre melhores 165 dias restantes, fazem 100% de diferença na decisão e no sucesso da mudança.

Uma das coisas que deve saber diferenciar é que um turista conhece o lugar de forma bem diferente do que um que vive realmente ali. Conhecer um pouco da geografia, política, economia e principalmente a cultura local foram os pontos chaves para esta importante mudança. Talvez os documentos sejam o divisor de águas

entre viajar para o lugar e morar no lugar, ter o mínimo de qualidade de vida depende muito da sua rotina na região. Mas não digo de ter renda ou não, mesmo ganhando milhões na loteria, se você não comer o que eles comem, beber o que eles bebem, enfim, fazer o que eles fazem, você não está vivendo ali, simplesmente morando ali. Mais do que a escalada, é como e onde vou viver e que vou fazer quando não estiver escalado, aliás, como costumava dizer brincando, tem que ser um lugar bom pra se morar até de braço quebrado e realmente tem que ser bacana até de braço engessado.

Atualmente, vejo também que muitos se motivam para vazar do Brasil, simplesmente porque não gostam da cidade ou do país onde moram, mas não necessariamente gostam daquela região onde pretendem morar, é simplesmente uma fuga. Neste caso, eu acho que a viagem toma um outro tom, e vira simplesmente uma grande viagem ou quase um turista permanente, o que talvez não seja uma permanência sólida ou duradoura, mas vale a pena tanto quanto realmente morar naquela região imerso na cultura.

Aqui no Trentino, por exemplo, eles são muito fechados, (como até já disse em outros textos), eles se surpreendem quando eu conto que no Brasil todos os dias eu recebo ou faço ligação pra algum amigo simplesmente por falar, que vão em casa e impressionantemente, com os amigos de mais longa data, até nos abraçamos! Algo que é difícil imaginar aqui, mas esta é precisamente a grande escolha que fiz em vir morar aqui.

No fim das contas, sem perder a nossa essência, nos adaptamos a esta convivência que para alguns é mais difícil, mas isso depende da cabeça e disposição de aprendizado de cada um.

Falando do protagonista, a escalada,

é o que mais impressiona aqui em Arco. Uma cidade de 18mil habitantes e 18 lojas de escalada, a associação de escalada da cidade "Arco Climbing" tem, em média, 2200 associados/ano, enfim, é uma cultura imersa na escalada.

A geografia explica tanta tradição. Todo estes vales, como o de Sarca, por exemplo, são consideradas "pre Dolomitas", onde se encontra muitas falésias de altíssima qualidade até paredes de mais de 1000m, mas além de todo o universo da escalada, tem muita gente correndo, pedalando em estrada ou de MTB, caminhando, fazendo tudo que é esporte no lago, etc. Esse estilo de vida "amarra" a todos que passam por aqui.

Me lembro que na primeira semana, mesmo querendo a paz e tranquilidade, me dava uma certa fobia em saber que não tinha supermercado 24h, mesmo nunca tendo ido a um mercado de madrugada, ou antes de entrar em uma viela mais escura, olhava bem se tinha algum suspeito indo ou

vindo, ou mesmo tinha pressa em chegar em um lugar mesmo que esteja com tempo de sobra. Depois realmente fico claro pra mim que aquilo é um mal de grandes cidades e que no fim estava fazendo uma excelente escolha.

Pensando bem, acho que o período difícil é a médio prazo, onde você já saiu da fase de turista, de grandes e constantes descobertas de quando você acabou de chegar, mas também ainda não tem nenhuma coisa certa concretizada, mas isso tudo faz parte do processo.

Entre as massas, pizzas, sorvetes e o "spritz"(tradicional bebida local) sempre tem alguém indo ou voltando de um role inspirador. A distância sempre traz saudades, e sei que isso nunca passará, mas viver perto de tudo isso e ainda longe do trânsito, violência e de todos os valores paulistanos...não tem preço, mas o primeiro passo sempre vai ser sair do casulo.

Boas escaladas.

Próximo a entrada da parte alta do Parque Nacional do Itatiaia. Em frente a pedra do Picu, a vinte minutos do BPO e outros points de escalada e montanhismo. Quartos de casal e coletivo. Área de convivência com lareira. A sua casa na montanha!

Hostel  
**Picus**  
com.br

Abrigo de Montanha  
(35) 8477-5319  
Itamonte - MG

14 anos dedicados a oferecer o melhor para sua aventura.

[www.penatrilha.com.br](http://www.penatrilha.com.br)

Penatrilha

Rua Apeninos 803 São Paulo SP  
11 3562 1801

**! Você não vai ficar fora dessa cordada, vai?**

## ATM 2014

Abertura da Temporada de Montanhismo

Parque Estadual do Jaraguá 10/5/2014 | das 9h as 17h

### Oficinas

- Introdução à Escalada em Rocha
- Orientação e Navegação
- Nós e Voltas
- Auto-Resgate
- Manutenção de Bikes

### Atividades

- Slackline, Falsa Baiana, Qi Gong (ginástica energética) e outras diversões
- Caminhada pela trilha do Pai Zé
- Gincana de Mínimo Impacto
- Filmes de montanha e Palestras

Realização:



Colaboração:



# Itaqueri da Serra

Texto: Rafael Rodrigues



Itaqueri da Serra é um vilarejo localizado no interior do Estado de São Paulo, no Alto da Serra de São Pedro, a 222km da capital (trajeto passando por Piracicaba). Distrito de Itirapina, Itaqueri é um lugar calmo e muito agradável que parece ter parado no tempo.

Ali fica um dos points de escalada esportiva mais importantes da região.

A falésia foi descoberta em 2002 por escaladores locais e vem sendo desenvolvida desde então. Com arenito de boa qualidade, trilha fácil e a possibilidade de escalar na sombra o dia todo, o local vem atraindo cada vez mais escaladores.

A qualidade e variedade das vias é outro fator muito convidativo. São mais de 50 vias, na maioria curtas, com movimentações interessantes e divertidas. Por ser uma falésia com vias curtas, encontrar um crux com movimentos boudierísticos é uma das características do local!

As vias ficam distribuídas em quatro setores, a trilha entre eles é tranquila, bem demarcada, com pontes e escadas para facilitar o acesso. A proximidade entre os setores possibilita escalar em mais de um setor no mesmo dia.

O Primeiro Setor fica próximo de uma cachoeira e tem sombra pela manhã e no fim da tarde. As vias variam de 5º sup até 9c. Nesse setor fica uma das vias mais clássicas do local, *Onde a cascavel cochila, mas não dorme*, um 7a com boas agarras e um negativo com crux no final.

Outra via muito escalada ultimamente é a "Via Expressa" 8b, uma diagonal com boas agarras e movimentação bem diferente das vias da região.

Chegando ao Segundo Setor, logo de cara encontramos 3 oitavos muito interessantes. A primeira via da direita é a *Modelo Novo*, um 8b muito bonito, com crux no início e mais 10 metros de diversão garantida!

Nesse setor fica outra via clássica do pico, a *Quarto Elemento*, um 6º sup em uma parede muito bonita com movimentos em diedro, positivo, negativo e agarras boas, passagem obrigatória pra quem vem conhecer o Segundo Setor! Pra quem gosta de vias técnicas a *Chá de lagartixa* 8A é uma boa opção! É a última via da esquerda e fica próxima a um cacho de abelhas (daqueles que enrolam no cabelo), por isso vale dar uma conferida antes de entrar na via (pela manhã e no fim da tarde tem sido bons horários pra entrar nela, pois o movimento das abelhas é menor).

Caminhando para o Terceiro Setor passamos pelo Setor 2,5. É o mais novo de Itaqueri e onde ficam as vias mais tran-

quilas. A formação da rocha é um pouco diferente dos outros setores, algumas pessoas costumam comparar ela com vários blocos de Lego encaixados.

Nessa parede, à esquerda, fica a *Castelo de cartas* que é um 4º sup muito escalado em Itaqueri. À direita da *Castelo* ficam outros quintos também muito procurados: a *Sinos do Barão*, *Fissura olho no lance* (móvel) e *Motor de lancha*.

Com mais 3 minutos de caminhada, chegamos ao Terceiro Setor. Ali estão as paredes mais altas e também as vias mais fortes de Itaqueri. A *Gengiva de frango* e a *Dúvidas que seje*, ambas 10a são um bom desafio pra quem busca essa graduação. Outra via dura e muito boa é a *Dúvida cruel* 9b, que teve recentemente a primeira ascensão feminina (da via e desse grau na região). Nesse Setor fica também o 7a mais escalado de Itaqueri, *Toca da onça* que é uma via curta (3 chapas) e bem concentrada. A maioria das vias desse setor fica na sombra durante todo o dia. Pra quem gosta de escalada móvel, Itaqueri tem algumas opções: a *Quatro chapeletas* e um *funeral* 7b é a mais

clássica, à direita dela fica *O joio e o trigo* 8B, ambas mistas e na parede mais alta de Itaqueri (Terceiro Setor). No Setor 2,5 tem a *Fissura olho no lance* e no Primeiro Setor a *Via do Sino* 8A (mista).

## Como Chegar

Ao chegar em Itaqueri da Serra estacione na praça, ao lado de uma imensa árvore e desça a estrada de terra à pé. Passe a porteira, lembrando de mantê-la sempre fechada. Continue caminhando, você vai ver um lago à direita e um bambuzal à esquerda. Siga em frente, a estrada faz uma curva para a esquerda. Nesse ponto você vai ver uma casa. Pegue a trilha que passa ao lado direito dessa casa, desça o pasto acompanhando a cerca com eucaliptos do seu lado direito, até chegar na entrada do pico, um portão de madeira. É só descer a escada e você já chega ao Primeiro Setor!

## Onde Ficar

Em Itirapina (20km de Itaqueri) tem algumas pousadas, mas quem preferir ficar mais próximo da falésia agora pode optar por um Abrigo em Itaqueri. O Abrigo

Itaqueri da Serra é mantido por escadadores locais e fica a menos de 15 min de caminhada da entrada da trilha. Pra ficar no Abrigo é importante reservar antes, o contato pode ser pelo facebook: facebook.com/itaqueri.daserra.

## Importante

A falésia fica em uma propriedade particular e passamos por algumas casas antes de chegar nela. Passar por ali sem fazer bagunça ou barulho é muito importante pra manter a boa relação com os proprietários.

Recomendamos parar o carro na praça pra evitar aglomeração na frente das casas onde passamos pra chegar à trilha. Levar seu lixo (inclusive seu papel higiênico), não fazer fogueiras, respeitar os animais, não riscar a pedra (inclusive com seu magnésio) e evitar fazer barulho, também são práticas essenciais para que o pico continue aberto à prática da escalada.

## Sugestões de vias

Primeiro setor: *Onde a Cascavel cochila mas não dorme* 7a; *Berne é foda* 9c; *Via Expressa* 8b.

Segundo setor: *Quarto elemento* 6 sup; *Modelo Novo* 8b

Setor 2,5: *Castelo de cartas* 4º.

Terceiro setor: *Toca da onça* 7a; *Por via das Duvidas* 7c.

Mais Infos

Escaladaint.com.br ou facebook.com/itaqueri.daserra

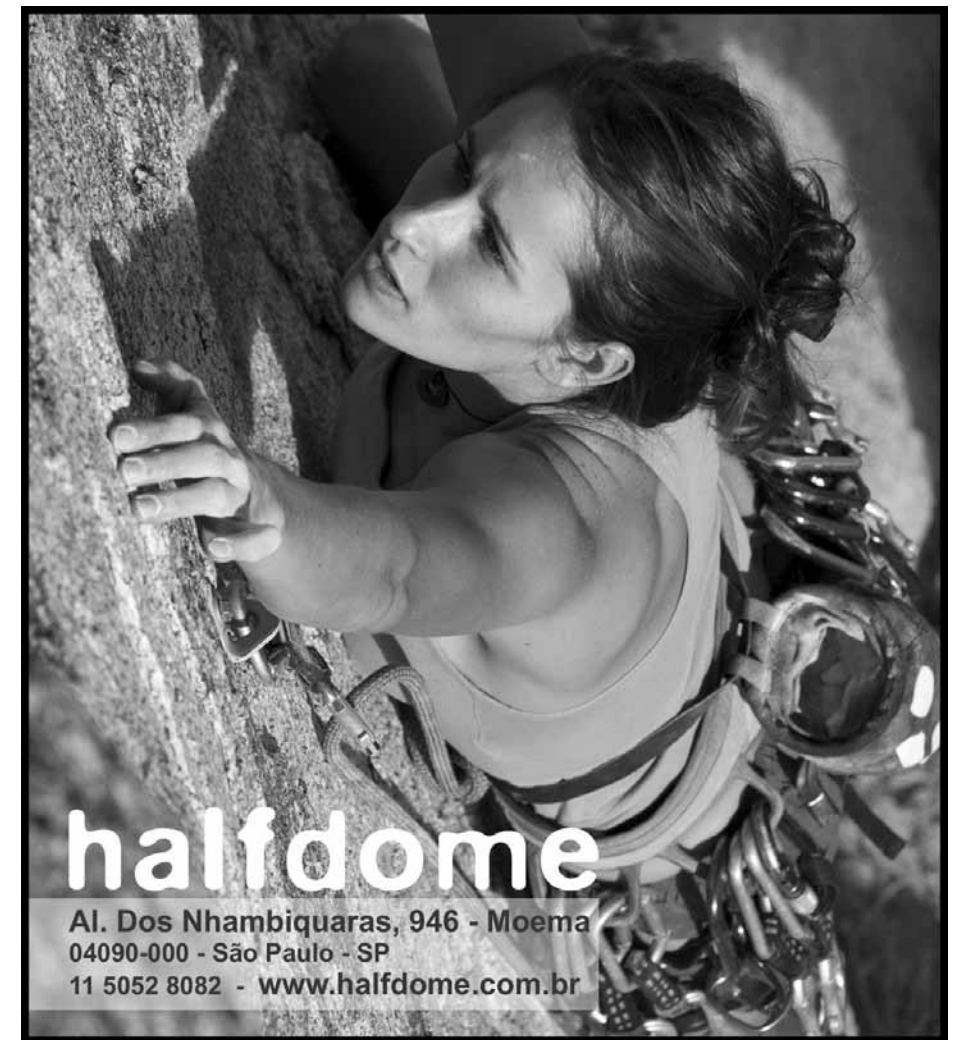
RESSOLE SUA SAPATILHA NA



- 15 anos de experiência no mercado
- Grade de formas novas, desenvolvidas especialmente para sapatilhas
- O menor prazo de entrega do mercado
- Ressolamos com XS Grip Vibram
- Pronta para sua cadena

ACEITAMOS  
SERVIÇOS  
DO BRASIL  
E EXTERIOR

Mais informações  
www.bele.com.br ou  
ligue para 11 82446672



# halfdome

Al. Dos Nhambiquaras, 946 - Moema  
04090-000 - São Paulo - SP  
11 5052 8082 - www.halfdome.com.br



www.deuter.com.br

deuter



## Boulders em São Bento do Sapucaí Acesso à evolução

Texto: Cláudio Brisighello

Atualmente, bouldering é a modalidade que mais cresce na escalada. Não por ser melhor ou pior que outros estilos, mas simplesmente por se tratar de uma história mais recente neste universo, aliada a fatores como a baixo custo, sociabilidade, aproximação geralmente tranquila, segurança ou baixo comprometimento de risco, abundância de potencial, treinamentos cada vez mais acessíveis, etc., evidenciados na evolução exponencial que vemos nos boulders hoje em dia. Basta reparar que sua graduação máxima confirmada - V15 - possui dezenas de propostas mundo afora, sendo um patamar que pode existir no Brasil em curto prazo. Nos últimos anos, vivenciei um reflexo dessa atividade na região de São Bento e compartilho um pouco abaixo.



Carlos Michel "Carlera" no *Giramundo V12*, setor Áreas.

### Breve resumos dos últimos anos

O setor Áreas (do histórico evento Sumbaboulder 2011) foi o primeiro de uma onda de novos blocos que tive a oportunidade de participar e hoje permanece um setor relativamente novo, devido ao grande potencial ainda inexplorado e uma baixa visitação, possivelmente pelo acesso um pouco mais distante. Seu bloco principal - o grande disco voador - é um dos melhores da região, de onde saíram clássicos que não podemos deixar de lembrar: *Globo da Morte*

V10, *Big Bang* sds V10, *Giramundo V12*, *Enterrada V10*. O trabalho da comunidade no preparo das linhas, com algumas bases "revolucionárias", foi essencial no que veio a seguir.

O setor Aranha foi a "bola da vez" em 2012. Movidos de novas visões, o foco por ali gerou inúmeras linhas. Graduações mais acessíveis apareceram com os bastante frequentados *Barbárvore V4*, *Pop Fingers*

V5, *Guânaco V6*, outros sub-setores surgiram com belíssimas linhas como o perfeito *Âmbar V9*, o moderno lowball *Diamante Negro V10* e, mais recentemente, no caminho à falésia, temos o local referido como Jardim Japonês. Com tamanha popularização, um mutirão de trabalho foi realizado, o que rendeu uma nova porteira ao setor instalada por escaladores sob a presença contente

de um dos proprietários. Infelizmente, aquele ano teve um desfecho negativo que foi o episódio de vandalismo nos boulders onde perdemos, entre muitos outros, grandes marcos como *Criador V12* e *Criatura V11*. Como há sempre males que vem para o bem, enquanto a poeira baixava por ali, surgiu um novo setor...

O Rubinho, localizado em Paraisópolis,

André Berezoski em um dos novos projetos do Aranha



Cláudio Brisighello



Blocão novo na Falésia dos Olhos, o Reserva Especial Cardoso

veio como uma injeção de ânimo para um 2013 de mais novidades, boa saída para diluir o excesso de visitação em determinados setores. Se popularizou rapidamente devido ao fácil acesso, proximidade entre os blocos e opções democráticas a todos. Em uma época em que vemos tantos casais escaladores tendo filhos, o Rubinho vem acolhendo essa turma com bebês de colo e algumas crianças deram seus primeiros passos na pedra por ali, fazendo do setor um verdadeiro campo-escola. No outro extremo, nasceram ali clássicos como o *Medusa V12* e *Arqueiro Zen V11*, entre muitos outros.

Vale lembrar que setores mais antigos também receberam esforços: nas imediações do Bigode, surgiu o bloco *Canis São Pedro*, pequeno porém cheio de linhas duras de qualidade; diversos blocos foram descobertos na Falésia dos Olhos, com destaque ao Reserva Especial; novos blocos também surgiram na Pedra da Divisa, como o *Suprassumo*; há uma nova cave no Monjolino onde nasceu o boulder mais duro do setor, *Suvaqueira Cabeluda V11*; um blocão enorme foi limpo no caminho da Ana Chata, etc., etc.! Quem visita a região nos últimos tempos tem sempre boulders novos para curtir. Descrever tantas novidades não caberia em um artigo. Que esta quantificação não ofusque o valor de cada conquista. Duros projetos antigos como o *Navio Fantasma* e *Segundo Sol* (ambos V13/V14) foram derrubados, muitos outros estão surgindo, pessoal vem ajudando nas preparações, enfim, sensação de "faca e muito queijo" na mão. Estamos em 2014 com pelo menos mais 3 setores novos inteiros, sendo o Cruzeiro em Gonçalves o que vem recebendo maiores esforços atualmente. E faltou aqui

uma menção àqueles que tiveram participação fundamental nesta história recente: este artigo não tem como objetivo enaltecer nomes, portanto, mais do que citar cada um (provavelmente irei esquecer alguém injustamente), prefiro saudar de maneira impessoal a todos aqueles que vem contribuindo com os boulders da região. Se faça esta pergunta: das últimas 100 vezes que você foi pra rocha, quantas dedicou ao desenvolvimento desta sua atividade predileta e quantas foram só para a sua diversão? Dependendo dessa equação, meus parabéns, você fez a diferença. Graças a vocês, o futuro promete!

### Guia/Croquis

Vamos ao que interessa: estou indo a São Bento louco pra esmerilhar meus dedos nas novidades boulderísticas. Agora, cadê os betas? E o croqui!? Sem dúvidas, um veículo que ajuda muito na orientação são os guias ou croquis. No entanto, mapear setores de boulder é um tanto trabalhoso: cada bloco é como uma mini-falésia (sem chapeletas indicativas), cada linha normalmente precisa de detalhamento de agarras iniciais, cada setor tem algumas dezenas de blocos, alguns escondidos em localidades diversas. À excessão de grandes mecas como Bishop e Fontainebleau, ninguém vai ganhar dinheiro fazendo croqui de boulder, o que temos disponível até o momento é fruto de trabalho voluntário. São algumas desculpas pelas quais não existe um guia completo dos mais de 10 setores de boulder da região. Mas sim, temos alguns croquis online linkados na página "croquiteca" do site [sumbaboulder.blogspot.com](http://sumbaboulder.blogspot.com), mais alguns betas básicos impressos no manual de escaladas do Baú. De resto,



Lello Correa tenta um novo projeto na Ana Chata

faça como todo escalador itinerante antes de suas viagens: consulte a galera local!

### O futuro promissor e a questão de acesso

Apesar de tanta coisa bacana rolando, uma preocupação se destaca para quem vivencia de perto o andar da carruagem. Se desejamos que estes progressos se-

jam viáveis no longo prazo, nós escaladores temos de nos adequar à realidade dos acessos na região de São Bento do Sapucaí, que se constitui em sua totalidade por setores em propriedades particulares. Esta insistente atenção à conduta dos visitantes, com recorrentes "brincas" nas redes sociais, pode parecer uma implicância localista se compararmos a outros lugares. Aqui há de se entender que não se

Lia e Théo no Chuchu Difícil V0: escalada para todos no Rubinho



Cláudio Brisighello

www.mountaininvoices.com.br



Trabalho pesado de arrumação de bases no novo setor Cruzeiro

trata de uma “frescura local” mas sim da delicada maneira em que se configuram os setores dessas redondezas. Para efeito de comparação, pensemos em points distintos - Ubatuba/SP, Urca/RJ, Conceição/MG - cada local funciona de um jeito, existem points em grandes áreas públicas e Unidades de Conservação, onde a escalada é manejada junto ao respectivo conselho gestor, assim como

há setores menores no quintal de alguém onde o “regulamento” é o humor do proprietário que mora ao lado das pedras. Este último é a realidade em São Bento. São dinâmicas diferentes e o que você faz em um lugar não necessariamente se tolera em outro, é a tal da ética local e se ela existe, não é pra enfeitar ou apenas constar, é porque nasceu de uma necessidade. Portanto, não se engane pensando que cada recomendação é um

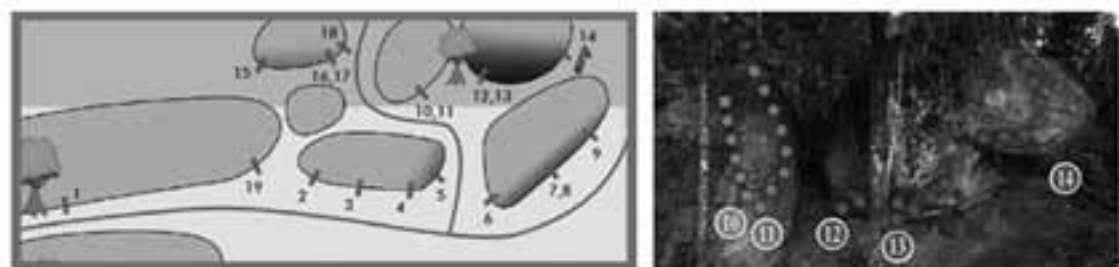
exagero, são “regras” que só surgiram devido a problemas ocorridos no passado. A questão de acesso é uma realidade da escalada no mundo (tivemos um setor clássico de Rocklands fechado no ano passado, para citar apenas um exemplo), é uma luta constante, uma batalha complexa de diversas frentes.

Portanto, tenha em mente que existe todo um trabalho sendo feito em prol dos acessos, que vai desde reuniões com proprietários, órgãos da Prefeitura, MoNa Pedra do Baú, campanhas diversas, sem falar do duro trabalho braçal nos setores em si. São coisas que naturalmente passam despercebidas aos olhos de quem vê tudo pronto e funcionando, dando margem a uma displiscência comportamental. Cabe

a nós, procurar o entendimento desses mecanismos de acesso, que deveriam fazer parte de uma “cartilha” do CBM. Uma vez consciente, será mais fácil corresponder praticando e disseminando a boa conduta, contribuindo para que os avanços da escalada não se percam no futuro que, apesar de promissor em termos de potencial, é incerto em termos de sustentabilidade.

#### Uma historinha pra finalizar Ato 1, o desenvolvedor

Vamos supor que você resolve ir atrás de novas pedras. Passa semanas vagando à esmo pela região, varando muito mato, passando por alguns blocos sem qualidade e se frustrando com investidas em vão



- 1 COFRINHO DO PANDA SDS V6 \*\***  
Sei com as mãos juntas no bote do negativo antes do agarão. Há ainda o futuro projeto final que é sair do bloco.
- 2 CLAUDINHO E BOCHECHA V6 \*\***  
Sai do agarão com os pés no grande balcão positivo que se estende pelo bloco, escolhe um atalho e morre. Bom deslize de domínio!
- 3 BURACINHO V2 \*\***  
Mesmo solido do Buraco, mas busca uma orla de esquerda e domina.
- 4 PROJETO V7 \*\***  
Póximo ao tronco, sai de agarão com bem ruído e faz um movimento difícil para conseguir sair direito bom, que te dá acesso ao domínio.
- 5 ROLLERBLADE V5 \*\* \***  
Travessa (com pés precisos) saindo do canto esquerdo do bloco, passa pelas “boquinhas” e faz um movimento bacano para o agarão de borda.
- 6 TRICICLO V8 \*\***  
Sitdown start do reglete fôvico no canto inferior direito. Uma das poucas

Abaixo: Felipe Camargo provando um projeto no novo setor Cruzeiro, segundo ele um dos setores mais promissores do país. Ao lado: Exemplo de croqui gratuito da região: qualidade “gringa”, porém trabalhosa



Claudio Brisighello

e o tempo perdido. Eis que em sua 20ª excursão, você se depara com um setor em potencial. Você então procura por todos os proprietários que tangem o acesso e analisa a complexidade do mesmo: há residências próximas do local? Algum tipo de agricultura? Gado? Há um local de estacionamento sem riscos de transformos? Qual o perfil do dono, receptivo, receioso, idoso, familiares envolvidos? Há contato visual ou auditivo entre o local das escaladas e as moradias ou estradas? Considerando a cada vez mais popular modalidade boulder (muitas vezes praticada em grandes grupos) e se tratando do principal pólo de escaladas de SP (um dos maiores emissores de escaladores “formados em ginásio” do país), qual a viabilidade de uma visita pública por ali? Com um pouco de sorte nisso tudo, você se convence a encarar a empreitada toda, compartilhar com a comunidade escaladora, acreditando na evolução do esporte. Coloca o seu traseiro na reta para o dono e promete a ele: “escalador é tudo gente boa, civilizado, montanhismo é uma coisa valorosa e organizada, olha aqui o documento de princípios éticos da nossa confederação”. Neste momento, uma sensação de “enganação” toma conta de sua consciência. Você começa a lembrar que, anos atrás, o setor de boulder mais irado da região foi fechado. Entre outros detalhes, o dono alegou “temer pela segurança de suas filhas”, e aqui se encaixa o outro lado dessa história...

#### Ato 2, a consequência

No outro lado desta “hipótese”: em seu treino semanal no ginásio, começa um burburinho a respeito de um setor novo. Uma curiosidade obsessiva toma conta de todos, point novo é sempre motivador! Descubra-se nomes e como chegar lá. Convoque-se todos os parceiros de treino, tem até gente nova indo junto, que nunca escalou na rocha. Fim de semana promete! Chegando em São Bento, ainda encontramos ao acaso uma galera de amigos e a empolgação toma conta: vamos todos no pico novo alucinante! O comboio está formado: vamos em 3 carros, depois chegam outros 2. Chegando no local, que bacana, já tem uma galera aqui, a turma do outro ginásio teve a mesma idéia de vir conhecer! Mais um pessoal que nem conheço, nossa, tá bombando, mais de 10 carros estacionados, e agora onde vou parar? Ah, aqui do lado dessa casa parece bom. Enquanto manobra, passa um tiozinho meio estranho, nem vou olhar por medo (era o irmão do proprietário passando). E lá se vão 15 escaladores adentrando o terreno! Por úl-

timo a duplinha de novatos, que nunca fechou uma cerca na vida e a esquecem abertamente. Algum tempo depois, um boizinho atravessa por ali e vai parar na estrada. Chegando nos blocos, só coisa linda, porém tudo ainda muito sujo, não limpam direito as agarras? Estão babando demais! Enche de magnésio que ajuda! Ah, mas eu não enxergo a agarra! Calma, tem uma técnica: faz 2 riscos bem grandes nela que vai ajudar. Droga, queria ter mandado em flash, PUT\$# QUE PARI\$@UU! Foi mal galera, tenho que extravazar minha frustração. Vamos logo pra outro (escovar agarra depois de escalar, pra quê essa perda de tempo?!), quanto vale aquele lá? V8? Me parece um V4. Hum, vou guardar pra mandar à noite, o “grip” agora está horrível, o esquema é o night-climb, trouxe até meus alto-falantes pra rolar uma sonzeira! Mas e o povo da roça que vai dormir às 8 e acorda às 4 pra cuidar do gado? Que exagero! Tamo aqui no meio do mato, não pega nada! Falando nisso, são 16:20! Hora do cigarrinho... chama a galera pra social! Peraê que vou passar um fax pra Boston ali atrás, aquela trilha me parece que ninguém usa. Que horas são agora? 22:00hs! Hora da sessão!! Vou entrar no meu projeto com tudo, quero ouvir a vibe da galera me botando pra cima! Cadê meu cachorro? Ih, última vez que vi ele foi lá no outro lado da cerca onde tinha um monte de vaca. Daqui a pouco ele aparece, deixa eu gritar pra ver se ele vem! Entra logo no boulder! Cadena!!! Vou botar no 8a.nu que mandei “quase flash” pra galera ver como eu estou na pressão!

Vamos deixar os equipos aqui nessa toca, pois vou voltar sempre aqui... onde está meu pacote de granola? Acho que ficou lá naquele boulder no outro lado do pico. Bom, amanhã eu vejo, tá tarde demais, tô quebrado. Cuidado galera, passou uma viatura na estrada! Vamos embora logo que tá cheio de cachorro bravo latindo. Que dia de climb maravilhoso!!

#### Ato final, com muita fé

Voltando ao “desenvolvedor hipotético”: apesar dos pesares que se repetem ano após ano, você aposta (com muita fé) e deposita meses de duro trabalho no local, boa parte deste tempo sem escalar na rocha, apenas preparando a brincadeira toda para outros desfrutarem depois. E ainda se dá o trabalho de escrever um artigo (com cara de apelo) solicitado por um jornal importante neste meio, mesmo sabendo que poderá ser taxado de chato devido a algumas palavras mais amargas. Baseado em fatos reais. Tenham todos uma respeitosa temporada 2014!

## Mais que uma loja de equipamentos outdoor



### NA BIVAK VOCÊ ENCONTRA

Ambiente descontraído  
Assistência personalizada  
Suporte técnico  
As melhores marcas



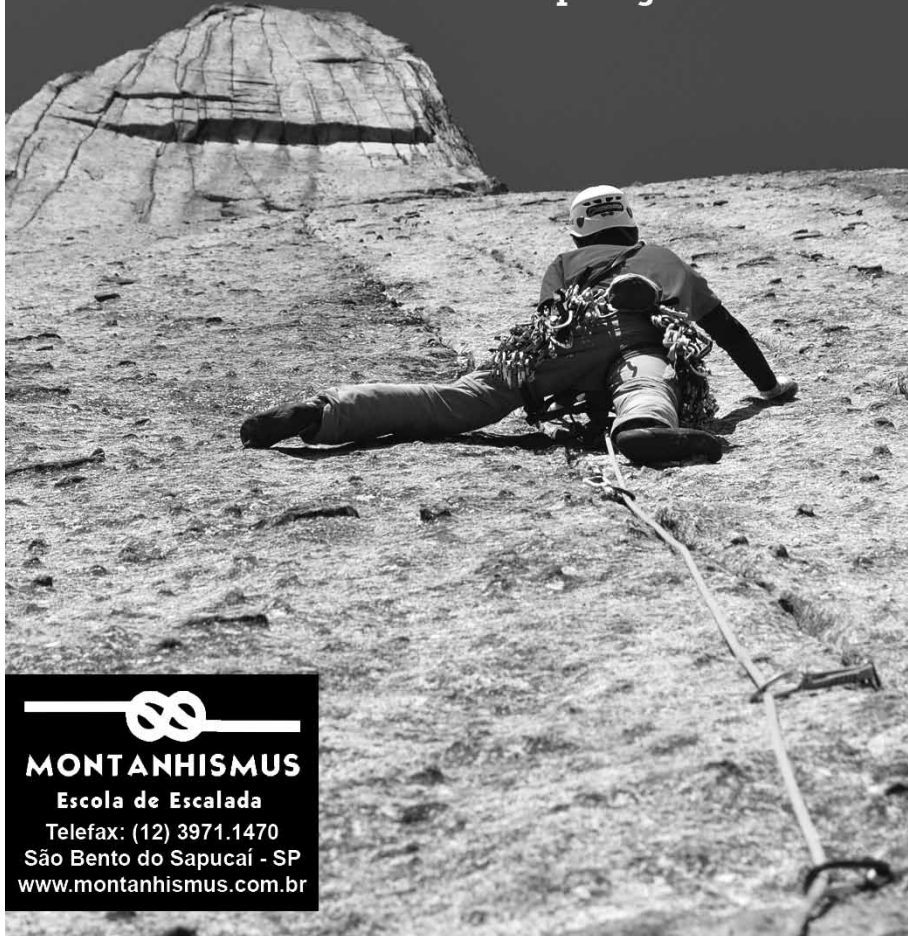
e-commerce: [www.bivak.com.br](http://www.bivak.com.br)

11 2308 6995

Rua Caramuru, 523

Metró Praça da Árvore, São Paulo

### Desde 1989 preparando montanhistas para grandes desafios.



**MONTANHISMUS**  
Escola de Escalada  
Telefax: (12) 3971.1470  
São Bento do Sapucaí - SP  
[www.montanhismus.com.br](http://www.montanhismus.com.br)

www.montanhismus.com.br



# O Navio Fantasma de Beto Ferragut

ROBERTO FERRAGUT GALLO | SP

Escalo desde os 20 anos, fiz 30 no dia 16 de fevereiro. Comecei escalando o boulder e nele fiquei. Gosto da dinâmica do boulder, e acredito que tenho o biótipo perfeito para esta modalidade da escalada em rocha. Já participei de diversos campeonatos e sempre me saí bem neles, apesar de ser mais um dos muitos escaladores que precisa trabalhar muito e nunca tem tempo de treinar direito! Recentemente dei um empenho no treino porque fiquei frenético por uma linha que me foi apresentada em São Bento do Sapucaí:

**O famoso Navio fantasma**  
A linha visualizada, cotada em V14, foi há uns oito anos atrás pelo grande escalador local Michel Carlera! Muitos escaladores tentaram e ti-

raram betas, mas a cadeia não acontecia, foi daí que tive inspiração e teimosia pra ralar o problema. Demorou cerca de três meses de empenho no bloco até conseguir finalizá-lo. Intercalei com vários boulder fortes em Cocalzinho de Goiás, Ubatuba e em São Bento pra não bitolar demais! Com o passar do tempo e as tentativas, a linha foi se tornando possível. No último carnaval passei muito perto de mandar a linha. Mas não sabia como dominar o bloco. Voltei para Vinhedo, minha cidade, sem sucesso e descansei tudo que pude. Foi ai que acordei as 07h00 do domingo seguinte com aquela sensação de cadeia que todo escalador adora sentir, liguei o carro, acordei a Raissa e Mamãe e corri pra São Bento do Sapucaí.

Com sorte o tempo abriu, as agarras, molhadas da chuva do dia anterior secaram e todos os brothers monstros estavam tão ansiosos quanto eu pra ver a cadeia do famoso! Tava todo mundo lá: Carlera, Lello, Belê, Ligeiro E o dono do pico que me autorizou a cadeia, Aranha. Escovamos tudo, me explicaram a virada e resolvi dar um pega desde baixo, estava meio acelerado, tive que me

acalmar. Rolou um silêncio. Todo mundo querendo a cadeia. Mas foi entrar no bloco e pronto, rolou na primeira entrada. Com os betas e o cérebro da galera ditando o boulder pra mim porque eu tava só escalando, kkkk! Foi incrível. Agradeço muito a todos que me apoiaram e que acreditaram. Que venham mais projetos. Boas escaladas a todos.



- |                |                |                |              |                |                |                |                |                |                |
|----------------|----------------|----------------|--------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
|                |                |                |              |                |                |                |                |                |                |
| por: \$ 149,00 | por: \$ 174,99 | por: \$ 269,90 | por: \$ 9,00 | por: \$ 399,00 | por: \$ 599,00 | por: \$ 112,00 | por: \$ 463,00 | por: \$ 522,20 | por: \$ 379,00 |

- |                |                |               |                |                |                |                |                |                |                |
|----------------|----------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
|                |                |               |                |                |                |                |                |                |                |
| por: \$ 270,00 | por: \$ 549,00 | por: \$ 98,80 | por: \$ 449,00 | por: \$ 320,00 | por: \$ 749,00 | por: \$ 255,00 | por: \$ 476,00 | por: \$ 132,00 | por: \$ 369,00 |

- |                |                |               |               |               |                |                |                |                |                |
|----------------|----------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
|                |                |               |               |               |                |                |                |                |                |
| por: \$ 529,00 | por: \$ 269,09 | por: \$ 28,50 | por: \$ 49,00 | por: \$ 99,00 | por: \$ 389,00 | por: \$ 849,00 | por: \$ 345,80 | por: \$ 399,00 | por: \$ 302,29 |



Rua André Gonçalves, 49 Itaim Bibi São Paulo www.casapedra.com.br Fone: 11 3047 2494





## Assine Mountain Voices e ajude na divulgação de seu esporte

**Mountain Voices** é um informativo bimestral de circulação dirigida ao excursionismo brasileiro e patrocinado pelos anunciantes. Seu objetivo é fomentar a prática deste esporte no Brasil, em suas várias modalidades: montanhismo, escalada e espeleologia. Reprodução somente com autorização dos autores, e desde que citada a fonte. Não temos matérias pagas. Frizamos que o excursionismo expõe o praticante a riscos, inclusive de morte, que este assume deliberadamente. O uso de equipamento de segurança, bem como o acompanhamento de guia especializado, se faz necessário, porém não elimina totalmente o risco de acidentes. Editor: Eliseu Frechou Contatos: Cx.Postal 28, São Bento do Sapucaí - SP, cep 12490-000. E-mail: contato@montanhismus.com.br. Web site: www.mountainvoices.com.br. Agradecemos a todos os colaboradores deste número: patrocinadores, assinantes, e todas as pessoas que nos escreveram enviando artigos, críticas e apoio.



Capa: Yuri Hayashi no Primavera Árabe V5, setor Rubinho Foto: Claudio Brisighello

Para fazer sua assinatura, renovação, envie este formulário junto com cheque cruzado e nominal à Eliseu Frechou, Cx.Postal 28 - CEP 12490-000 - São Bento do Sapucaí-SP. Preços válidos até 30/09/2014.

Nome.....  
Endereço.....  
Cidade..... Estado.....  
CEP..... Telefone.(.....).....  
E-mail.....  
Idade..... Profissão.....

Como conheceu Mountain Voices?.....  
Já participou de: ( ) Campeonato ( ) Encontro ( ) Palestra  
Que modalidade pratica com mais assiduidade: ( ) Caminhada  
( ) Escalada tradicional ( ) Escalada esportiva ( ) Boulder

- ( ) Assinatura Mountain Voices - R\$ 25,00
- ( ) Renovação assinatura - R\$ 20,00
- ( ) Assinatura 2 anos - R\$ 40,00
- ( ) Número atrasado do Mountain Voices - R\$ 5,00 / exemplar
- ( ) Livro Com Unhas e Dentes - Sérgio Beck - R\$ 30,00
- ( ) Manual de Escaladas da Pedra do Baú e Região - R\$ 20,00
- ( ) Manual de Escaladas de Itatiaia e Região - R\$ 20,00
- ( ) Manual de Escaladas da Serra do Cipó, Lapinha e Rod - R\$ 20,00

137

Total .....00

## Vídeos de Escalada Mountain Voices

Digitalizados no formato DVD. Tiragem limitada para colecionadores. Compre nas lojas de montanha ou pelo site [www.mountainvoices.com.br](http://www.mountainvoices.com.br)

### LANÇAMENTO!



KARMA



TERRA DE GIGANTES



LOBOTOMIA 2  
Baú e Região



LOBOTOMIA 3  
De PE ao RS



DÍAS DE TEMPESTADE  
mp4 e wmv

## Manuais de Escalada e Montanhismo

**Pedra do Baú  
Itatiaia  
Serra do Cipó**

- + Rotas selecionadas
- + Acessos
- + Dificuldades
- + Croquis detalhados
- + Fotos ilustrativas
- + Sugestão de equipamentos
- + Formato de bolso

# RESISTE!

## E você, resiste? Equinox, produtos irresistíveis!



[www.equinox.com.br](http://www.equinox.com.br)

**EQUINOX**

**WWW.EVOLV.COM.BR**  
**FACEBOOK.COM/EVOLVSPORTSBRASIL**

Alto da Pedra Riscada - São José do Divino/MG

A Conquista nasceu nas montanhas, e há mais de 20 anos tem escalado em cada canto do Brasil, ao seu lado.

**CONQUISTA**

[www.conquistamontanhismo.com.br](http://www.conquistamontanhismo.com.br)  
[facebook.com/conquistamontanhismo1990](https://facebook.com/conquistamontanhismo1990)

# DRY SHIELD



ELEITA PELO GUIA DE EQUIPAMENTOS GO OUTSIDE A  
MELHOR BOTA TREKKING NA CATEGORIA CUSTO BENEFÍCIO

PRODUZIDA SEM MATERIAIS DE ORIGEM ANIMAL.

CONFORTÁVEL, 100% IMPERMEÁVEL, MALLEÁVEL E  
SEGURA.

NOVA TECNOLOGIA, DESENVOLVIDA EXCLUSIVAMENTE  
PARA O MELHOR DESEMPENHO NOS MAIORES DESAFIOS.



FOTOS MERAMENTE ILUSTRATIVAS

CONCORRA A UMA

# BIKE SNAKE



BASTA CADASTRAR O CÓDIGO QUE ESTÁ JUNTO COM SUA DRY SHIELD NO SITE [SNAKE.COM.BR](http://SNAKE.COM.BR) E PARTICIPAR